

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
1. Ukuran Lapangan Tenis	11
2. Lapangan Tenis	12
3. Raket dan Bagian-bagiannya.....	13
4. Jenis Pegangan Raket.....	13
5. Pegangan <i>Backhand</i> Dua Tangan.....	14
6. Bola Tenis Lapangan.....	15
7. Net Tenis Lapangan	15
8. Tahap Pukulan <i>Backhand</i> Satu Tangan	17
9. Tahap Pukulan <i>Backhand</i> Dua Tangan	19
10. Penambahan Beban Latihan Secara Bertahap.....	29
11. Bentuk Latihan <i>Groundstroke</i> Bola ke Dinding	31
12. Bentuk Latihan <i>Footwork Scramble</i>	33
13. foto bersama Atlet Putra <i>Club</i> BNI Tenis USU Medan.....	80
14. Foto Bresama Pelatih Putra <i>Club</i> BNI Tenis USU Medan.....	81

THE
Character Building
UNIVERSITY