

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Ilustrasi <i>Streamline</i>	9
Gambar 2. 2 Teknik Meluncur	10
Gambar 2. 3 Gerakan Kaki Gaya Bebas	10
Gambar 2. 4 Gerakan Tangan Renang Gaya Bebas	11
Gambar 2. 5 Pernafasan Renang Gaya Bebas	12
Gambar 2. 6 Gerakan Lengan Dan Pernafasan	12
Gambar 2. 7 Teknik Renang Gaya Bebas.....	13
Gambar 2. 8 Tahanan dan Dorongan.....	15
Gambar 2. 9 Gerakan Lengan Gaya <i>Crawl</i>	16
Gambar 2. 10 Gerakan Entry atau Masuknya Lengan Ke Dalam Air	17
Gambar 2. 11 Alat Bantu Renang <i>Pull Bouy</i>	24
Gambar 2. 12 Alat Bantu Renang <i>Hand Paddle</i>	25
Gambar 4. 1 Grafik <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Renang Gaya Bebas 50 Meter.....	34

