

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Gerakan <i>Smash</i>	15
2. Perkenaan Bola dengan Tangan.....	15
3. Latihan <i>Spike</i> Ke Dinding	21
4. Bentuk Variasi Latihan Memukul <i>Spike</i> KeDinding	23
5. Bentuk Variasi Latihan Memukul <i>Spike</i> Miring Ke Dinding	24
6. Latihan Pukulan <i>Spike</i> Ke Arah Sudut.....	25
7. Bentuk Variasi Latihan Pukulan <i>Spike</i> Ke Arah Sudut Kanan Belakang Lapangan Lawan.....	27
8. Bentuk Variasi Latihan Pukulan <i>Spike</i> Ke Arah Sudut Kiri Belakang Lapangan Lawan.....	28
9. Lapangan <i>Test Spike</i>	35

THE
Character Building
UNIVERSITY