

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| 1. Urutan Melakukan Servis Bawah | 10 |
| 2. Pelaksanaan Latihan <i>Medicine Ball Wall Scoop Toss</i> | 18 |
| 3. Pelaksanaan Latihan <i>Quick Hand Toss</i> | 20 |
| 4. Pelaksanaan Tes <i>Medicine Throw</i> | 26 |
| 5. Pelaksanaan Tes Lempar Tangkap Bola Tennis..... | 27 |
| 6. Lapangan Tes Servis Bola Voli | 28 |
| 7. Siswa Melakukan Pemanasan (1) | 64 |
| 8. Siswa Melakukan Pemanasan (2) | 64 |
| 9. Siswa Melakukan Latihan <i>Medicine Ball</i> (1)..... | 65 |
| 10. Siswa Melakukan Latihan <i>Medicine Ball</i> (2)..... | 65 |
| 11. Siswa Melakukan Latihan <i>quick Hand Toss</i> (1)..... | 66 |
| 12. Siswa Melakukan Latihan <i>Quick Hand Toss</i> (2) | 66 |
| 13. Siswa Melakukan Tes Servis Bola Voli..... | 67 |
| 14. Peneliti bersama Guru SMAN-1 Kota Pinang..... | 67 |

THE
Character Building
UNIVERSITY