DAFTAR GAMBAR

Gambar Hal

1. Lapangan Sepakbola 10
2. Penambahan Beban 14
3. Bentuk Latihan *Shooting Dari Menggiring Bola* 16
4. Bentuk Latihan *Shooting* Dengan Operan 17
5. Bentuk Latihan *Shooting Movement Mechanics* 18
6. Skema Siklus 25
7. Diagram Data Hasil Test Awal 33
8. Diagram Data Hasil Post-Test Siklus I 38
9. Diagram Data Rata-Rata Peningkatan Hasil Latihan 39