

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Serangkaian Gerakan Kaki Renang Gaya Dada .....	17
2. Serangkaian Gerakan Renang Gaya Dada .....	20
3. Penambahan Beban Latihan Secara Bertahap .....	27
4. Latihan <i>Half Squat</i> .....	29
5. Skema Kegiatan Inti Pembelajaran/ Latihan .....	35
6. Hasil Latihan Interval Renang Gaya Dada dengan latihan <i>Half Squat</i> dan Interval 25 meter Siklus I .....	44
7. Diagram Perbandingan Target Ketuntasan Hasil Secara Klasikal Setiap Siklus .....	48