

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bentuk Kaki Pada Teknik <i>Mawashigeri Chudan</i> .....	11
2. Teknik Tendangan <i>Mawashigeri</i> .....	12
3. Sasaran Tendangan <i>Mawashigeri Chudan</i> .....	13
4. Tendangan <i>Mawashigeri Jongkok</i> .....	24
5. Tendangan <i>Mawashigeri Chudan Menggunakan Karet</i> .....	25
6. Tendangan <i>Maegeri Chudan Menggunakan Pemberat Kaki</i> .....	26
7. Skema Siklus Dalam PTO .....	32
8. Diagram Nilai <i>Pre-Test/Pra-Siklus</i> .....	44
9. Nilai Target Latihan Pada <i>Pre-Test/Pra-Siklus</i> .....	44
10. Diagram Nilai Siklus I .....	47
11. Nilai Target Latihan Pada Siklus I .....	47

UNIMED

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY