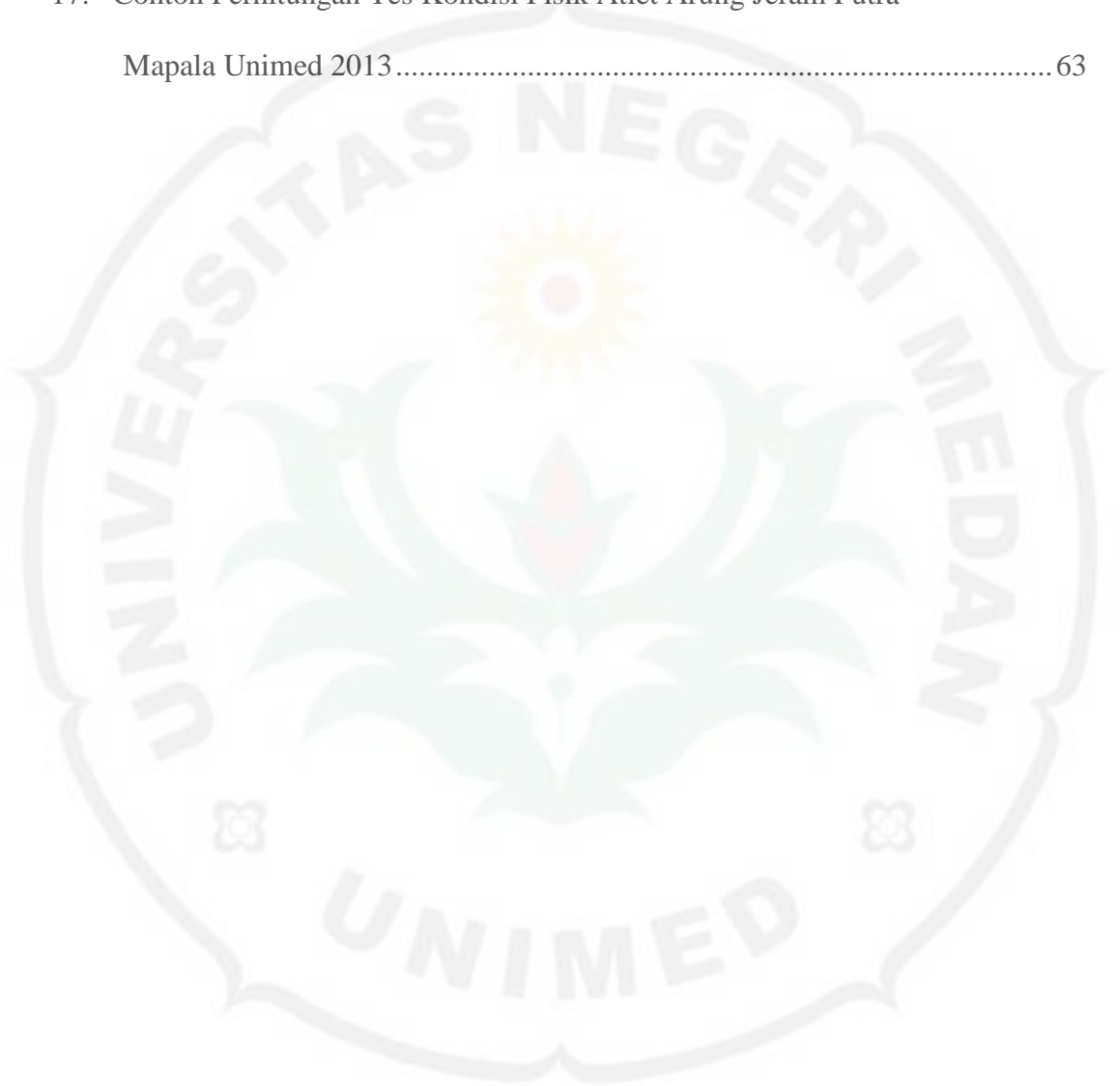


DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
1. Kejuaran Yang Pernah Diikuti Atlet Arung Jeram Mapala Unimed	2
2. Deskripsi Skala Tingkat Kesulitan Sungai.....	19
3. Konversi Nilai Dari Setiap Komponen Kondisi Fisik.....	39
4. Kategori Kondisi Fisik	40
5. Analisis Komponen Fisik Olahraga Arung Jeram dan Teknik Pengukuran & Kategori Kemampuan Setiap Komponen	40
6. Hasil Rata-Rata Kondisi Fisik Atlet Arung Jeram Putra Mapala Unimed 2013 Dari Setiap Komponen Fisik	41
7. Data Hasil Pengukuran Daya Tahan <i>Cardiovasculair</i>	42
8. Data Hasil Pengukuran Daya Tahan Otot Lengan dan Bahu.....	43
9. Data Hasil Pengukuran Kekuatan Otot Perut.....	44
10. Data Hasil Pengukuran Kekuatan Otot Lengan.....	45
11. Data Hasil Pengukuran Power otot lengan dan bah	46
12. Data Hasil Pengukuran Kelentukan.....	47
13. Data Hasil Pengukuran Koordinasi	48
14. Data Hasil Pengukuran Keseimbangan	49
15. Data Hasil Tes Pengukuran Kondisi Fisik Atlet Arung Jeram Putra Mapala Unimed 2013	57
16. Total Konversi, Skor Dan Kategori Hasil Tes Kondisi Fisik Atlet Arung Jeram Putra Mapala Unimed 2013.....	62

17. Contoh Perhitungan Tes Kondisi Fisik Atlet Arung Jeram Putra

Mapala Unimed 2013.....63



THE
Character Building
UNIVERSITY