

DAFTAR GAMBAR

Gambar:	Hal
1 :Lapangan Sepak Bola	11
2 :Bola	11
3 :Menggiring Bola	17
4 :Penambahan Beban Latihan Secara Bertahap.....	20
5 : Bentuk Latihan Berlari <i>Zig-zag</i> melewati <i>cone</i>	23
6 : Bentuk Latihan Lingkaran <i>sprint</i>	24
7 :Lapangan Tes Menggiring Bola.....	32

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED

THE
Character Building
UNIVERSITY