

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Norma Kecepatan Lari 30 Meter	26
2. Norma Tes Lari 300 Meter	27
3. Norma Tes <i>Vertical Jump</i> (Loncat Tegak)	28
4. Norma Tes Loncat Dada	30
5. Norma Tes Jingkat Tiga Kali	31
6. Norma Tes Duduk Pada Tembok	33
7. Norma Tes <i>Pull-Up</i>	35
8. Norma Tes Bergantung Siku Tekuk	36
9. Norma Tes <i>Sit – Up</i>	38
10. Norma Tes Duduk berlunjur dan Meraih	40
11. Norma tes lari 1600 meter	41
12. Norma Tes <i>Balke</i> (lari 15 menit)	43
13. Konversi Nilai (Lutan, dkk. 1999:24)	44
14. Rentang Nilai (Lutan, dkk. 1999:24)	45
15. Daftar Nama Atlet yang memperoleh Medali Emas Kontingen PASI Kota Medan	57
16. Daftar Nama Atlet yang Lolos Pada PORWIL 1 SU	58
17. Susunan Pengurus PASI Kota Medan Masa Bakti 2009-2013	59
18. Hasil Pelaksanaan Tes Atlet Atletik Nomor Sprint.....	60
19. Hasil Pelaksanaan Tes Atlet Atletik Nomor Jarak Menengah Dan Jauh.....	61
20. Hasil Pelaksanaan Atlet Tes Atletik Nomor Lempar	62
21. Hasil Pelaksanaan Tes Atlet Atletik Nomor Lompat	63
22. Hasil Pelaksanaan Tes Atlet Atletik Nomor Jalan	63
23. Hasil rata-rata dan kategori fisik tes fisik atlet PASI Kota Medan	64
24. Penilaian Persentase fisik atlet PASI Kota Medan	65