

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Lapangan Futsal	13
Gambar 2. 2 Teknik Dasar <i>Passing</i>	15
Gambar 2. 3 Teknik Dasar Menerima Bola (<i>control</i>)	16
Gambar 2. 4 Teknik Dasar Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	17
Gambar 2. 5 Teknik Dasar Menendang Bola (<i>Shooting</i>).....	18
Gambar 2. 6 Otot Tungkai Atas	19
Gambar 2. 7 Otot Tungkai Bawah	19
Gambar 2. 8 Resistance Band	21
Gambar 2. 9 Latihan <i>Hip Flexion (Standing)</i>	22
Gambar 2. 10 Latihan <i>Hip Adduction</i>	22
Gambar 2. 11 Latihan <i>Hip Extension</i>	23
Gambar 2. 12 Latihan <i>Hip Adduction</i>	23
Gambar 2. 13 <i>Knee Extension</i>	24
Gambar 2. 14 Latihan <i>Knee Extension (Prone)</i>	24
Gambar 2. 15 Latihan <i>Knee Flexion (sitting)</i>	25
Gambar 2. 16 Latihan <i>Knee Flexion (prone)</i>	25