

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3. 1 Lari 60 Meter.....	24
Gambar 3. 2 Angkat Tubuh (<i>Pull Up</i>)	26
Gambar 3. 3 Baring Duduk (<i>Sit Up</i>)	27
Gambar 3. 4 Loncat Tegak (<i>Vertical Jump</i>).....	29
Gambar 3. 5 Lari Jarak Sedang	31