

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan Menarik kedua tangan keatas.....	26
Gambar 2.2 Gerakan Kepala kesamping .....	27
Gambar 2.3 Gerakan Tangan kesamping.....	28
Gambar 2.4 Gerakan Menarik tangan kebelakang .....	29
Gambar 2.5 Gerakan Jalan di tempat.....	29
Gambar 2.6 Gerakan Menyatukan telapak tangan .....	30
Gambar 2.7 Gerakan Tangan kesamping dan keatas.....	30
Gambar 2.8 Gerakan Melangkahkkan kaki kesamping.....	31
Gambar 2.9 Gerakan Tangan menjangkau bahu belakang .....	31
Gambar 2.10 Gerakan Menekuk siku.....	32
Gambar 2.11 Gerakan Membuka kaki.....	32
Gambar 2.12 Gerakan merentangkan tangan kesamping.....	33
Gambar 2.13 Gerakan mengangkat setengah kaki kebelakang.....	33
Gambar 2.14 Gerakan Mengangkat tangan kanan dan kiri keatas .....	34
Gambar 2.15 Gerakan Menekuk tangan kedepan dan kesamping.....	34
Gambar 2.16 Gerakan Kepala keatas dan kebawah.....	35
Gambar 2.17 Gerakan Kepala kesamping kanan dan kiri.....	35
Gambar 2.18 Gerakan Mengangkat bahu.....	36
Gambar 2.19 Gerakan menekuk siko dan meluruskan siku.....	36
Gambar 2.20 Gerakan Jalan ditempat lambat.....	37
Gambar 2.21 Gerakan Mengayunkan tangan kesamping kanan dan kiri.....	37
Gambar 2.22 Gerakan Mengayunkan tangan kesamping dan keatas .....	38
Gambar 2.23 Gerakan Gerakan mengayunkan tangan keatas .....	38
Gambar 2.24 Gerakan Menarik kedua tangan ke belakang.....	39
Gambar 2.25 Gerakan meletakkan tangan dipaha.....	39
Gambar 2.26 Gerakan Tangan keatas dan kebawah diikuti menarik dan menghembuskan nafas .....	39
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	40