

01

Lompat Jauh Termasuk Olahraga Cabang ?

- a. Atletik b. Lompat
- c. Bola Kecil d. Lempar

02

Yang Bukan Termasuk Teknik Dasar Lompat Jauh Adalah ?

- a. Melayang b. Tolakan
- c. Awalan d. Menendang

03

Urutan Dalam Teknik Dasar Lompat Jauh Yang Benar Adalah

- a. Awalan, Tolakan, Melayang, Mendarat
- b. Awalan, Mendarat, Tolakan, Melayang
- c. Awalan, Melayang, Tolakan, Mendarat
- d. Tolakan, Mendarat, Awalan, Melayang

04

Urutan Menampi Sebaliknya Menggunakan ?

- a. Kaki Yang Paling Kiri
- b. Satu Satu Kaki Yang Paling Kiri
- c. Kedua Kaki d. Satu Kaki

05

mengkombinasikan kecepatan, kekuatan, dan kelincahan untuk melompat sejauh mungkin, merupakan pengertian dari olahraga ?

- a. Tolak peluru b. Lari Sprint
- c. Lompat Jauh d. Lari Estetik