

LENGKAPKAN JAWAPAN DENGAN BETUL. TARIK JAWAPAN YANG BETUL
(TEKAN DAN LEPAS) RUJUK BUKU TEKS MS: 60

LUNGES

SORONG PAPAN

JANGKAU MELUNJUR

EKSTENSI
SEBELAH KAKI

SILANG KAKI ROTASI
BADAN

TIMBANG GARAM

