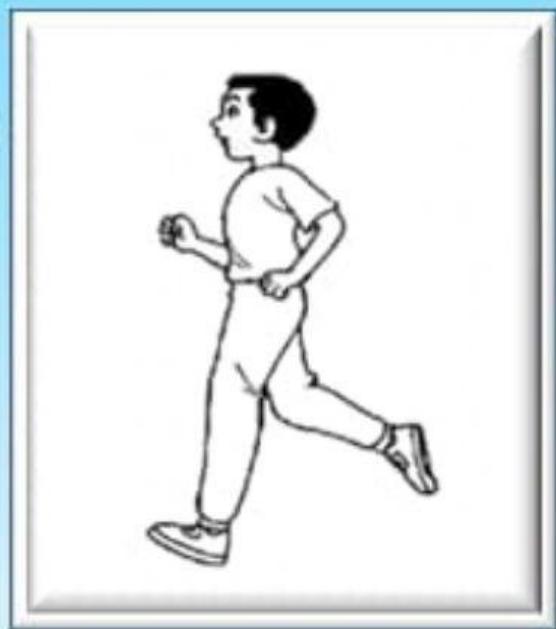


Isi tempat kosong dengan jawapan yang sesuai



mengangkat kaki

menegakkan kepala

diayunkan

hujung kaki

tapak kaki

- Pelari harus \_\_\_\_\_ serta memadang ke depan.
- Kemudian badan perlu tegak dan tangan \_\_\_\_\_ pada paras dada.
- Pelari tidak perlu \_\_\_\_\_ yang tinggi apabila melakukan larian ini.
- Seterusnya, pelari berlari di atas \_\_\_\_\_ dari tumit ke \_\_\_\_\_.

