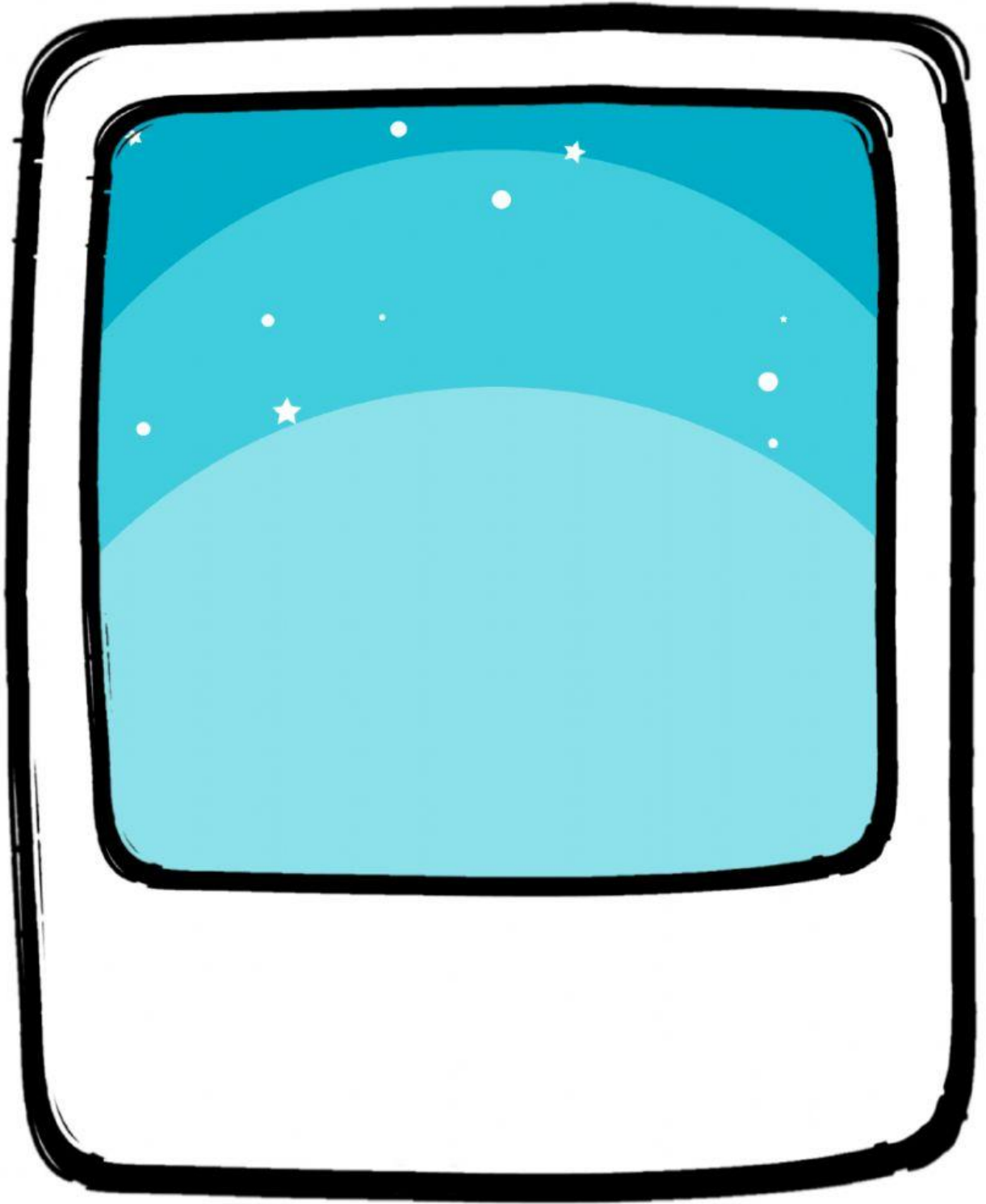


Teknik Meluncur



Langkah-langkah Meluncur

Padankan gambar dengan langkah-langkah yang betul.

Bentukkan tangan menjadi segi tiga dan kuatkan kekuda kaki untuk menolak dinding. Bersedia untuk meluncur.

Tarik nafas sebelum memasukkan kepala ke dalam air

Mari Meluncur
Pelajari teknik meluncur di bawah.

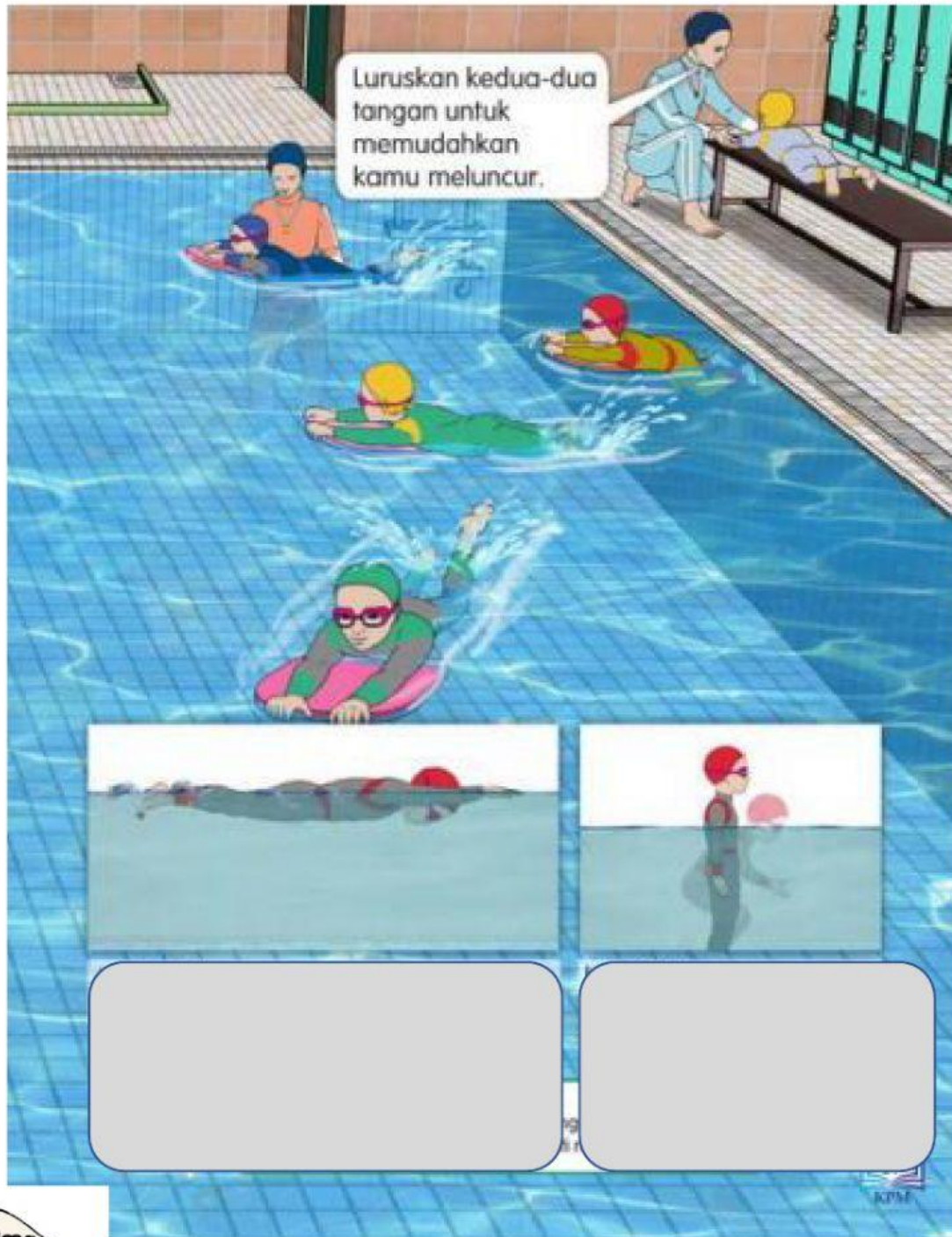
Pastikan alat yang kamu guna masih dalam keadaan elok.

Langkah-langkah meluncur:

Two small inset images showing a person in a red cap diving from a starting block. Below these are two large empty boxes for labeling the steps.

Meluncur sejauh yang mungkin.

Bengkokkan lutut, kemudian tegakkan badan.



Teacher Erin@Azrina