

1. Isi tempat kosong di bawah.



Pengenalan Lompat Jauh

Lompat jauh ialah satu acara yang popular dan sering dipertandingkan pada peringkat antarabangsa. Acara ini memerlukan atlet _____ dan _____ menggunakan teknik yang betul.

2. Nyatakan fasa-fasa lompat jauh yang berikut.

1.



2.



3.



4.

