

KELAB SUKAN & PERMAINAN OLAHRAGA PPKI BIL 5 /2021

TAJUK: REGANGAN STATIK DAN DINAMIK

LENGKAPKAN GAMBAR DIBAWAH DENGAN NAMA YANG BETUL BAGI AKTIVITI
REGANGAN STATIK DAN DINAMIK YANG DILAKUKAN

REGANGAN
TRICEPS

REGANGAN
SISI

LUTUT
TINGGI

TENDANG
BELAKANG
PUNGGUNG

1



2



3



4

