

NAMA: _____ KELAS: _____

KERIBAS BERTENAGA

Arahan: Padankan jawapan yang sesuai dan betul.

hadapan	sendi pinggul	atas dada	meniarap
telentang	atas	pangkal paha	dalam



TENDANGAN KERIBAS POSISI MENIARAP	TENDANGAN KERIBAS POSISI TELENTANG
Keadaan muka berada di _____ air.	Keadaan muka berada di _____ permukaan air.
Posisi papan keribas di _____.	Posisi papan keribas di _____.
Posisi badan _____ dan mata pandang ke bawah.	Posisi badan _____ dan mata pandang ke atas.
Tendangan keribas bermula dari _____	Gunakan _____ untuk melakukan tendangan keribas.