



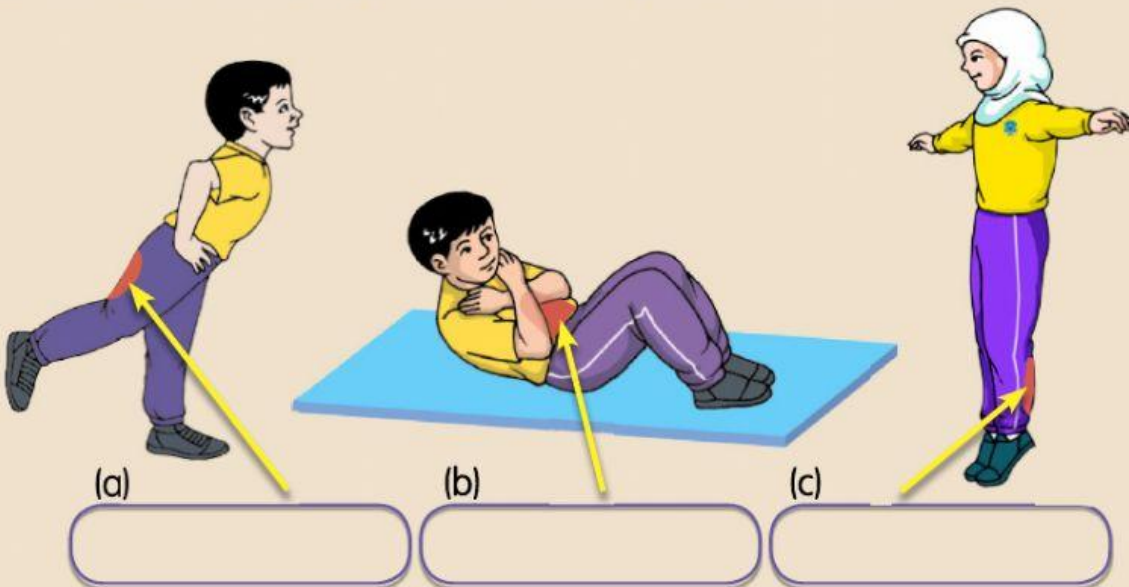
Jawab
semua soalan
di bawah.

NAMA:.....

KELAS:.....

1. Apakah perkaitan antara kadar nadi pemulihan dengan kapasiti aerobik?

2. Namakan otot yang ditandai dalam gambar di bawah.



3. Senaraikan nama setiap ujian yang dilakukan dalam ujian SEGAK.

- (a) _____
- (b) _____
- (c) _____
- (d) _____
- (e) _____