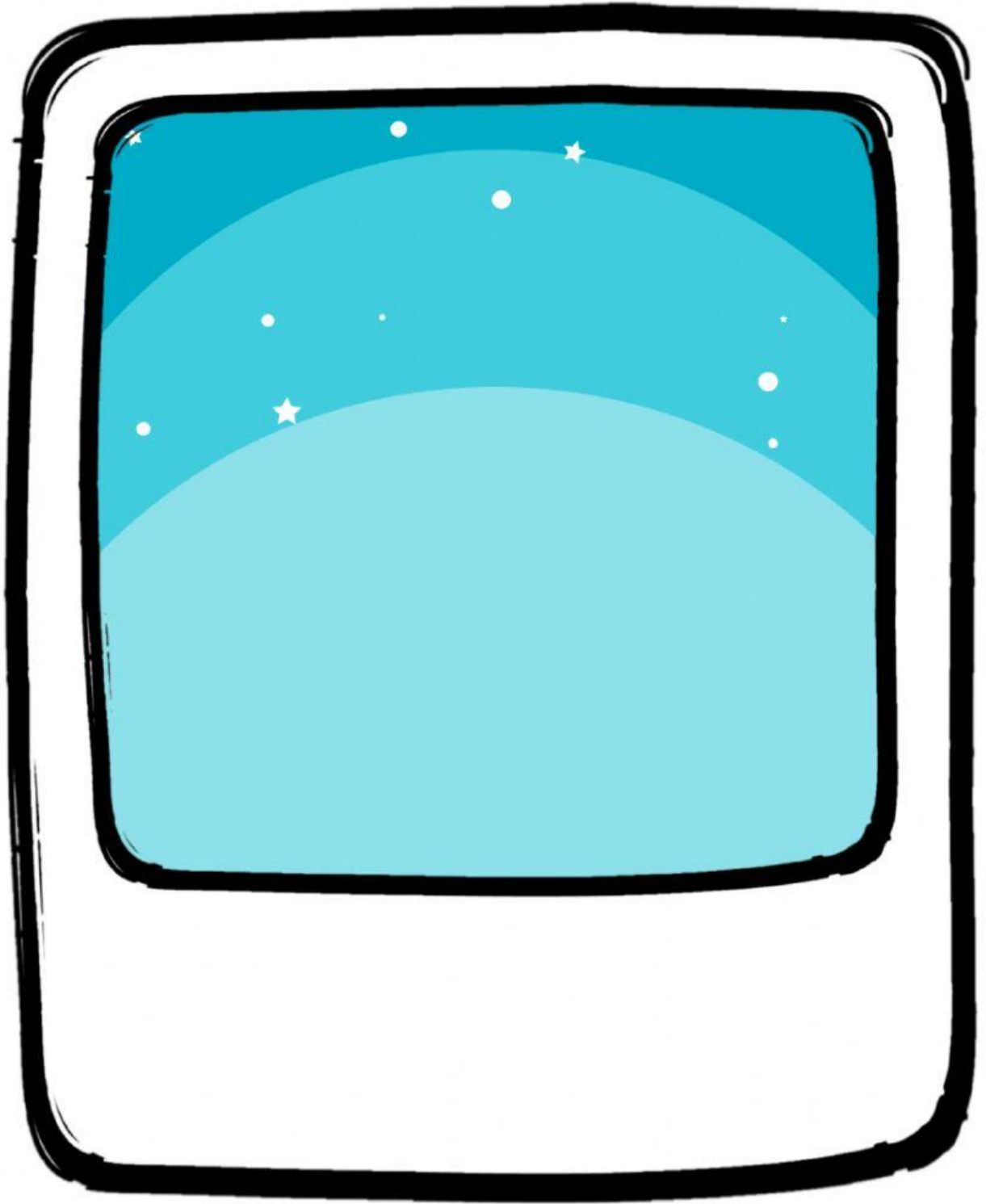


Teknik Meluncur

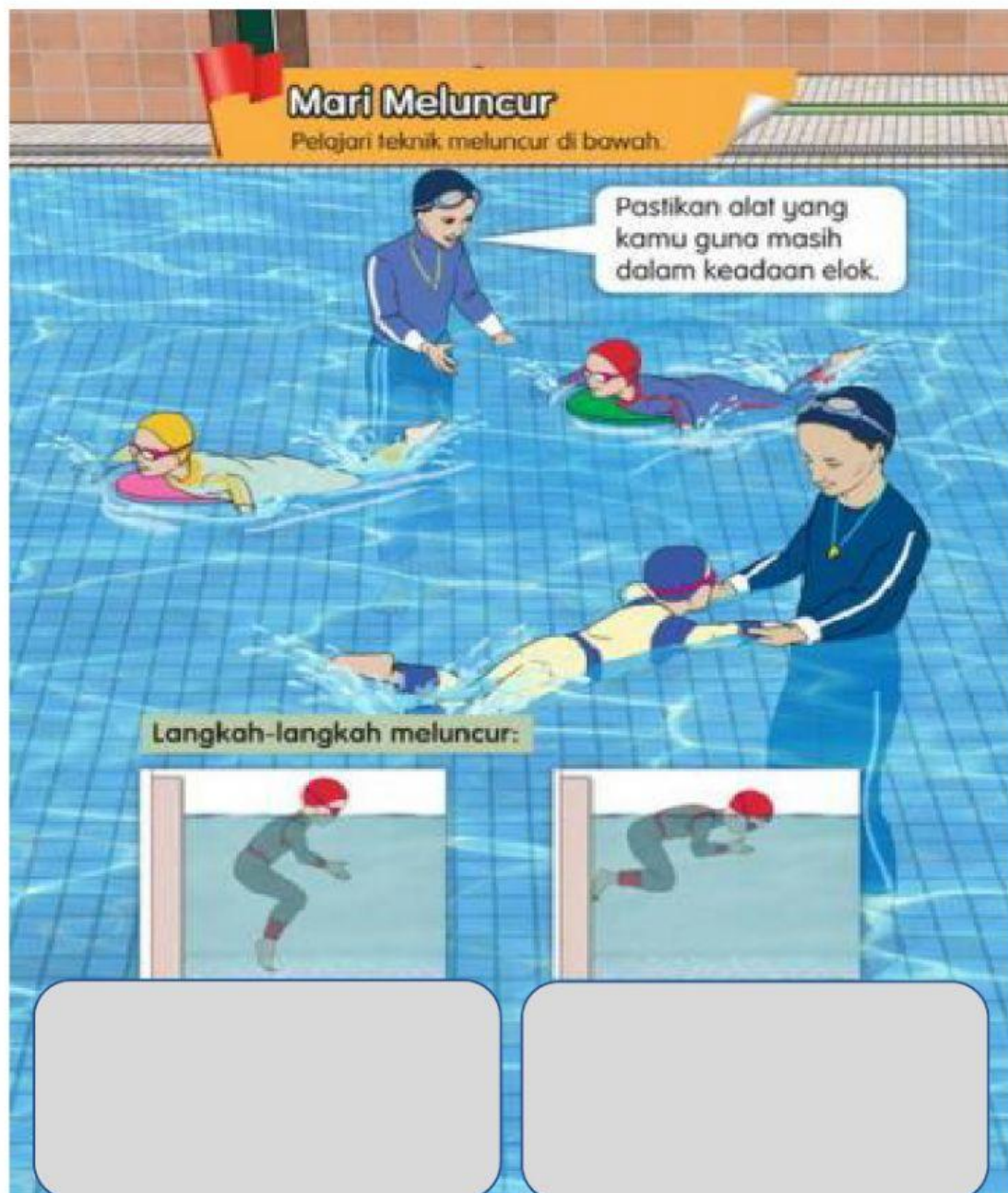


Langkah-langkah Meluncur

Padankan gambar dengan langkah-langkah yang betul.

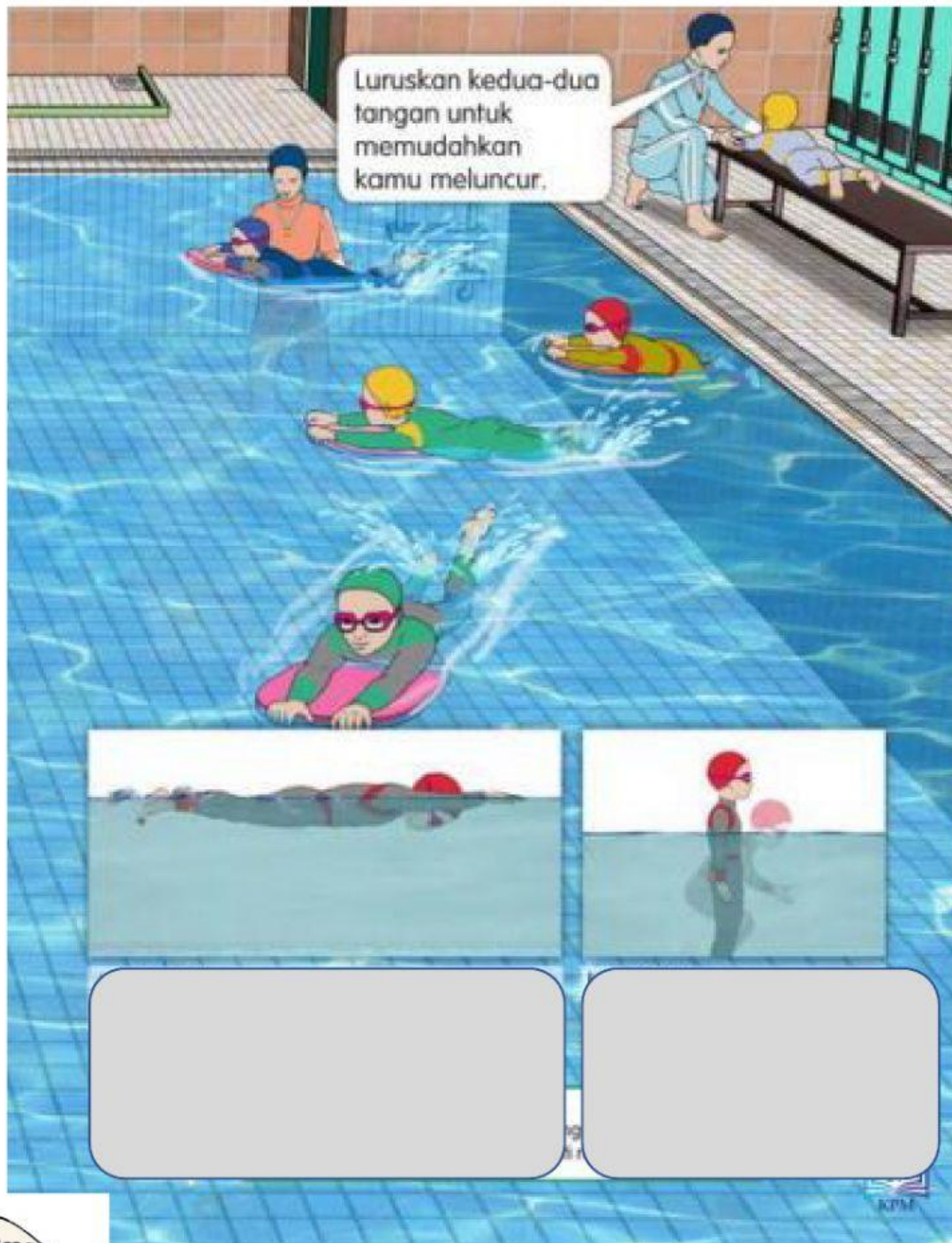
Bentukkan tangan menjadi segi tiga dan kuatkan kekuda kaki untuk menolak dinding. Bersedia untuk meluncur.

Tarik nafas sebelum memasukkan kepala ke dalam air



Meluncur sejauh yang mungkin.

Bengkokkan lutut, kemudian tegakkan badan.



Teacher Erin@Azrina