

Bentuk -bentuk latihan dalam kebugaran jasmani

Pilihlah jawaban yang benar



1. _____



2. _____



3. _____



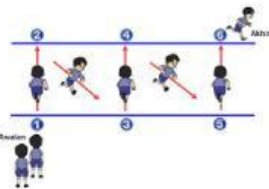
4. _____



5. _____



6. _____



7. _____



8. _____



9. _____



10. _____



11. _____



12. _____

pull -up

Juggling

Berenang

Sit-up

lari zig -zag

kapal terbang

bersepeda

Sprint

jumping rope

Yoga

lari bolak -balik

Cium lutut