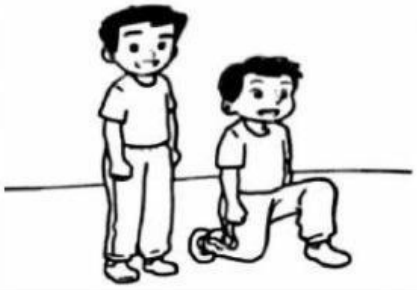
LARIAN CERGAS
- SEDIA CERGAS -

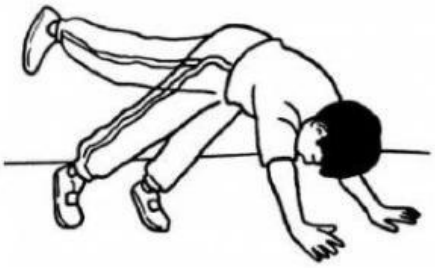
Lakukan aktiviti regangan seperti di bawah. Kemudian nyatakan otot yang terlibat dalam aktiviti tersebut.

Otot paha	Otot tangan
Otot tangan dan pinggang	Otot pinggang

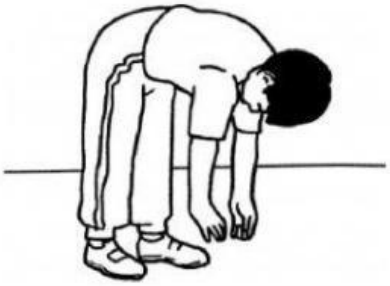
1. 

2. 

3. 

4. 

5. 

6. 

LIVEWORKSHEETS
LIVEWORKSHEETS