

Kementerian Pendidikan Nasional
Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani

FORMULIR TKJI

No: 17

Syaid Ghoral M

(Putera/Puteri)

14 tahun Tinggi: 155 cm Berat: 49 kg

MTs Tri Bhakti At Tagwa Raman Utara

Lampung Timur Kelas: 2 (SD - SMP - SMA/MA)

22 Maret 2013 Waktu Tes: pk. 08.00 WIB

Jenis Tes	Hasil	Nilai	Keterangan
40 / 50 / 60 meter*	<u>6.2</u> detik	<u>5</u>	
Siku tekuk	<u>—</u> detik		
Angkat tubuh	<u>4</u> kali	<u>2</u>	
duduk 30/60 detik*	<u>23</u> kali	<u>3</u>	
Tegak (cm)-			
Tinggi Ralhan: <u>191</u>			
Ukuran I : <u>228</u>	<u>40</u> cm	<u>2</u>	
Ukuran II : <u>227</u>			
Ukuran III : <u>231</u> ✓			
800/1000/1200 mtr	<u>3</u> mnt <u>07</u> dtk	<u>4</u>	
Nilai		<u>16</u>	

Kategori: BS - B - S - K - KS

Sedang

tidak perlu

serta,

Mengetahui,
Kepala Pondok

Petugas Tes,