

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>		<b>Halaman</b>
1	Norma Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (untuk Putera dan Puteri).....	22
2	Norma Tes Lari 40 Meter Untuk Usia 10-12 Tahun.....	29
3.	Norma Tes Pull-Up Untuk Usia 10-12 Tahun.....	30
4	<b>Norma Tes Set-Up Untuk Usia 10-12 Tahun .....</b>	<b>31</b>
.		
5.	Norma Tes Loncat Tegak Untuk Usia 10-12 Tahun.....	32
6.	Norma Tes Lari 600 Meter Untuk Usia 10-12 Tahun.....	33
7	Hasil Skor Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa.....	34
8	Peningkatan Kebugaran Jasmani Tiap Siklus.....	35