

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 <i>Substrates For Energy Supply And Their Characteristics ...</i>	10
Gambar 2.1 <i>Recommended Recovery Time After Exhaustive Exercise.</i>	18
Gambar 3.1 Grafik Histogram Data Tes Awal Kadar Asam Laktat Pada Kelompok <i>Recovery Active</i>	36
Gambar 3.2 Grafik Histogram Data Tes Akhir Kadar Asam Laktat Pada Kelompok <i>Recovery Active</i>	37
Gambar 3.2 Grafik Histogram Data Tes Awal Kadar Asam Laktat Pada Kelompok <i>Recovery Passive</i>	39
Gambar 3.2 Grafik Histogram Data Tes Akhir Kadar Asam Laktat Pada Kelompok <i>Recovery Passive</i>	40
Gambar 4. Pengambilan Darah Sebelum Lari 400 Meter.....	73
Gambar 5. Pengambilan Data Awal Setelah Lari 400 Meter	74
Gambar 6. Sampel Melakukan <i>Recovery Active</i> dan <i>Passive</i>	75
Gambar 7. Pengambilan Data Akhir Setelah Melakukan <i>Recovery</i>	76

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Siklus Corry	13
------------------------------	----