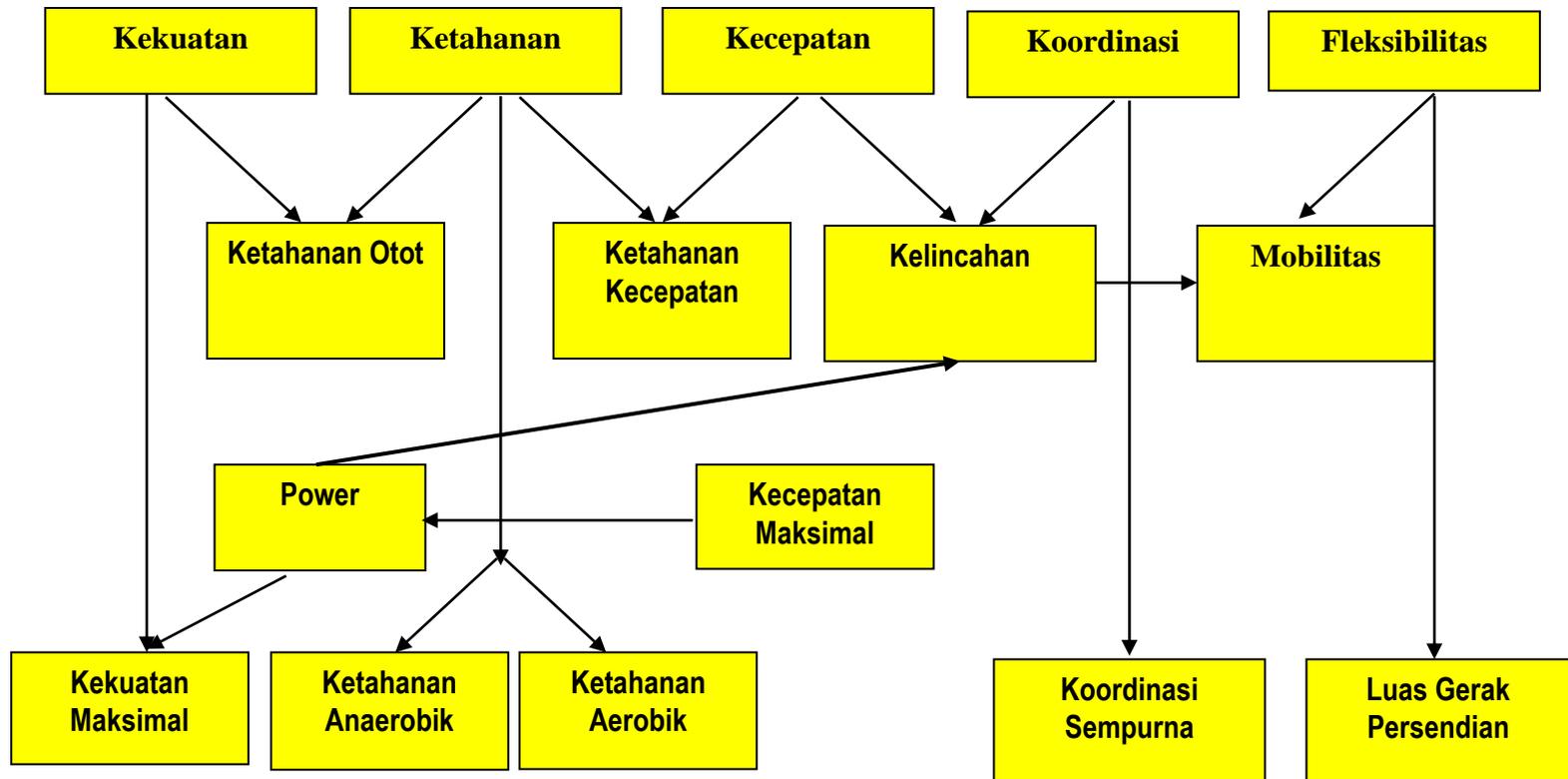


KOMPONEN BIOMOTOR PENCAK SILAT

Biomotor adalah kemampuan gerak manusia yang dipengaruhi oleh kondisi sistem-sistem organ dalam, di antaranya: sistem neuromuskuler, pernapasan, pencernaan, peredaran darah, energi, tulang, dan persendian

Untuk memperjelas, berikut ini adalah gambar keterkaitan antar kemampuan biomotor



KOMPONEN-KOMPONEN KEBUGARAN JASMANI

