

DEFENSE SMASH

dalam permainan bola voli

DEFENSE SMASH

TEKNIK

TAKTIK

MENTAL

MEMBEDAKAN TEKNIK

DEFENSE SMASH
RECEIVE SERVE

BOLA SPIN

BOLA FLOAD

TEKNIK DEFENSE SMASH



AWALAN

PELAKSANAAN

AKHIRAN

Dasar defand smas

- Sika dasar Posisi atau postur tubuh
- Mengantisipasi waktu dan arah

PERGERAKAN

- Reaksi terhadap smas
- Gerak kaki

Mengantisipasi arah bola, bergerak ketempat menerima bola