

Nama: Noofela Holanue

Kelas : XI IPA 2

Mapel : PJOK

Tugas : tennis meja

Tggl : 15/09/21

JAWABAN:

1. Ada 10 pemain tenis meja yang mewakili Indonesia di ASEAN GAMES, dan terdiri dari 5 putra dan 5 Putri.
2. Bola tenis meja terbuat dari seluloid atau bahan plastik serupa. Ukuran diameter bola tenis meja adalah berukuran 40 mm dengan berat 2,7 gram.
3. Panjang net adalah 183 cm. Sementara itu, tinggi net pada permainan tenis meja adalah 15,25 cm.
4. Ada 3 teknik dalam memegang bet tenis meja, antara lain:
 - Shakehand Grip. Shakehand grip merupakan teknik memegang bet seperti sedang berjabat tangan. ...
 - Penhold Grip. Baca Juga: Renang Gaya Dada Lengkap dengan Manfaat dan Cara Melakukannya. ...
 - Seemiller Grip.
5. Shakehand Grip atau dalam bahasa indonesianya berjabat tangan adalah teknik menggunakan bet Seakan akan sedang berjabat tangan dengan Orang Lain. Dengan menggunakan teknik ini maka kedua sisi bet dapat digunakan saat bermain. Dengan grip ini seorang pemain dapat melakukan forehand stroke dan backhand stroke tanpa merubah grip (pegangan), pegangan ini paling baik untuk bermain baik jauh dari meja.