Tugas pjok

Nama : renaldi.b.b.yepese

Kelas : XI MIPA 2

1. Ke-10 pemain Timnas Tenis Meja Asian Games XVIII/2018 ini masing-masing terdiri dari lima putra dan lima putri. Mereka adalah Ficky Supit Santoso, Donny Prasetya Aji, Luki Purwani, Muhammad Bima Abdi Negara, dan Deepash Anil Baghwani (putra), serta Gustin Dwijayanti, Lilis Indriani, Kharisma Nur Hawwa, Atikah Dwi Rahayu, dan Rina Sintya (putri).
2. Bola tenis meja terbuat dari seluloid atau bahan plastik serupa dan harus berwarna putih atau oranye. Dalam permainan tenis meja, alat pemukul atau bet yang digunakan adalah berbahan kayu dengan ukuran panjang 25,5 cm dan lebar 15 cm.
3. Panjang net adalah 183 cm. Sementara itu, tinggi net pada permainan tenis meja adalah 15,25 cm. Adapun, jarak meja ke tiang net adalah 15,25 cm. Bola yang digunakan harus berbentuk bulat dengan diameter adalah 40 mm dan berat 2,7 gram.
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.

1. Shakehand Grip atau dalam bahasa indonesianya berjabat tangan adalah tenknik menggunakan bet Seakan akan sedang berjabat tangan dengan Orang Lain. Dengan menggunakan teknik ini maka kedua sisi bet dapat digunakan saat bermain.