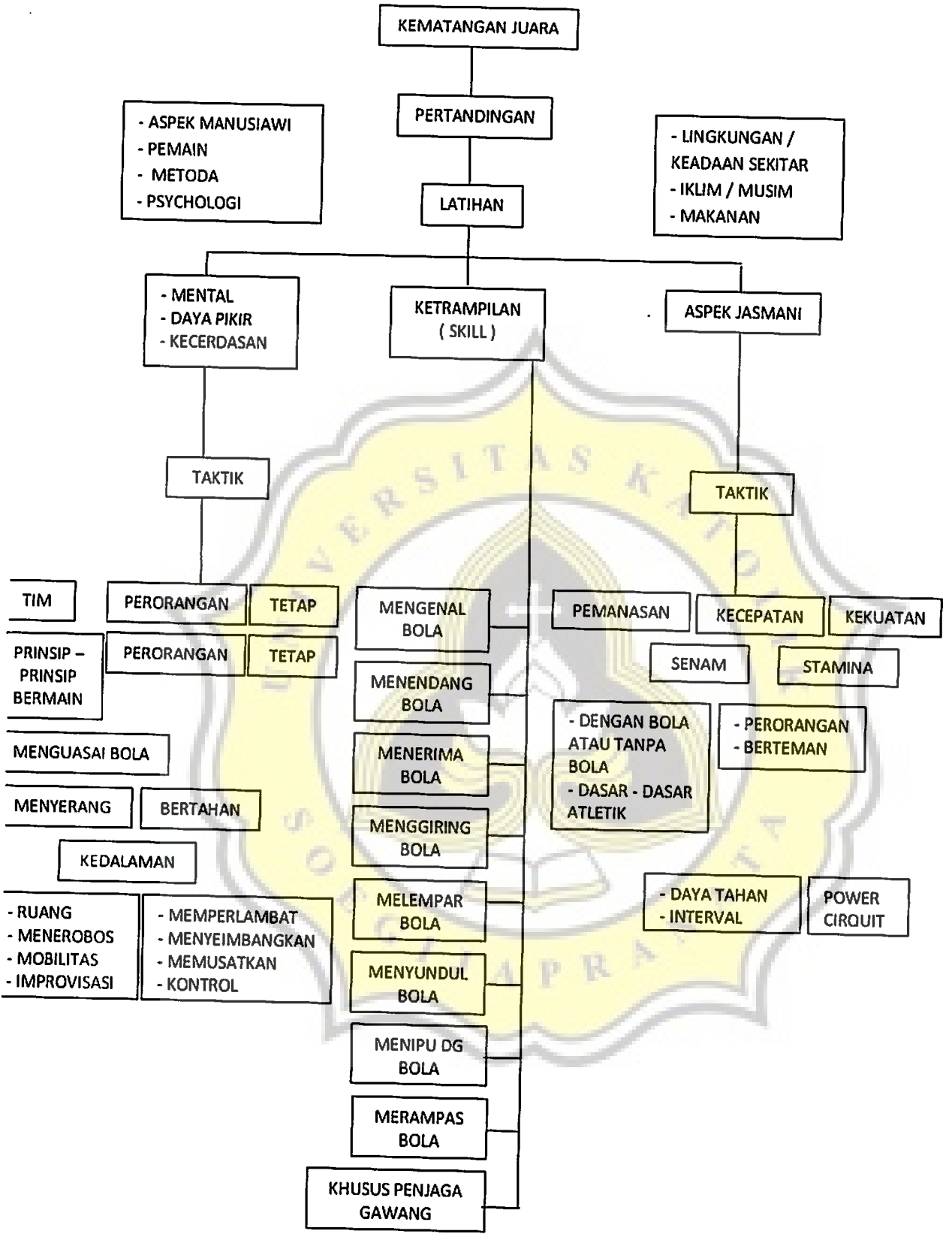
LAMPIRAN


KEMATANGAN JUARA
PERTANDINGAN
- ASPEK MANUSIAWI
- PEMAIN
- METODA
- PSYCHOLOGI
- LINGKUNGAN / KEADAAN SEKITAR
- IKLIM / MUSIM
- MAKANAN
LATIHAN
- MENTAL
- DAYA PIKIR
- KECERDASAN
KETRAMPILAN (SKILL)
ASPEK JASMANI
TAKTIK
TAKTIK
TIM
PERORANGAN
TETAP
PRINSIP – PRINSIP BERMAIN
PERORANGAN
TETAP
MENGUASAI BOLA
MENYERANG
BERTAHAN
KEDALAMAN
- RUANG
- MENEROBOS
- MOBILITAS
- IMPROVISASI
- MEMPERLAMBAT
- MENYEIMBANGKAN
- MEMUSATKAN
- KONTROL
MENGENAL BOLA
MENENDANG BOLA
MENERIMA BOLA
MENGGIRING BOLA
MELEMPAR BOLA
MENYUNDUL BOLA
MENIPU DG BOLA
MERAMPAS BOLA
KHUSUS PENJAGA GAWANG
PEMANASAN
KECEPATAN
KEKUATAN
SENAM
STAMINA
- DENGAN BOLA ATAU TANPA BOLA
- DASAR - DASAR ATLETIK
- PERORANGAN
- BERTEMAN
- DAYA TAHAN
- INTERVAL
POWER CIRQUIT

FASILITAS	UKURAN	JUMLAH
ASRAMA SISWA		
KAMAR SISWA		
· Kasur tidur	1.9 x 2.00 x 2	7.60
· Lemari pakaian	1.5 x 0.69 x 2	1.80
· Meja tulis	1.2 x 1.8 x 1	2.16
· Meja komputer	1.2 x 1.8 x 1	2.16
·		13.72
· FA 100%		27.44
Luas Total	27.44 x 20	**548.8**
RUANG SANTAI		
· Sofa	2.00 x 1.00 x 5	10
· Meja	2.4 x 3.6 x 3	25.92
· Meja TV	0.6 x 2 x 1	1.2
· Lemari	0.6 x 1.5 2	1.8
· Jumlah		38.92
· FA 100%		38.92
· Jumlah Luas Total		**77.84**
RUANG KUNJUNGAN		
· Sofa	2.00 x 1.00 x 22	44
· Meja	0.6 x 2 x 22	26.4
JUMLAH		70.4
· FA 100%		70.4
Luas Total		**140.8**
RUANG MAKAN		
· Meja makan	2.4 x 3.6 x 6	51.84
· FA 100%		51.84
Luas Total		**103.68**
RUANG KARYAWAN		
· Loker	0.6 x 1.4	2.4
· Duduk	0.8 x 1.4	3.2
· Meja duduk	1.4 x 1.4	5.6
· Jumlah		11.2
· FA 100%		11.2
Luas Total		**22.4**
DOWNLOADING		
Truk box	1.40 x 4.00 x 1	6.00
Trolli	0.80 x 1.20 x 2	1.92
Transisi	1.50 x 2 x 1	3
· Jumlah		10.92
· FA 100%		10.92
Luas Total		**21.84**

FASILITAS	UKURAN	JUMLAH
KAMAR MANDI		
	2 X 2 X 10	40
Luas Total		**40.00**
DAPUR		
· Meja dapur	0.6 x 3.00 x 2	3.6
· Meja kompor	0.6 x 3.00 x 2	3.6
· Kitchen sink	0.6 x 3.00 x 2	3.6
· Kulkas	0.6 x 0.8 x 2	0.96
· Dispenser	0.6 x 0.8 x 1	0.48
· Lemari	0.6 x 1.5 x 3	2.7
· Jumlah		14.94
· FA 100%		14.94
Luas Total		**29.88**
MEDICAL AND HEALTH SERVICE		
RUANG TUNGGU		
· Meja + kursi	1.4 x 0.8 x 5	5.6
· FA 100%		5.6
Luas Total		**11.2**
RECEPTIONIS		
· Meja pelayanan	2.4 x 1.5 x 1	3.6
· FA 20%		0.72
Luas Total		**4.32**
RUANG KONSELING		
· Meja + kursi	1.4 x 0.8 x 2	
· FA 100%		5.6
Luas Total		**11.2**
·		
RUANG PERIKSA		
· Kasur periksa	1.9 x 2.00 x 2	7.6
FA 100%		7.6
Jumlah		15.2
Luas total	15.2 x 2	30.4
RUANG PIJAT		
Ksur pijat	1.9 x 2.00 x 5	19
FA 100%		19
Jumlah		38
Luas Total	38 x 2	76

FASILITAS	UKURAN	JUMLAH
RUANG OBAT		
· Lemari	0.6 x 1.00 x 3	1.80
· Meja racik	0.6 x 1.5 x 1	0.9
· Meja	1.6 x 1.2 x 1	1.92
· FA 50%		2.31
Luas Total		**6.93**
RUANG PETUGAS MEDIS		
· Meja Kerja	2.6 x 1.5 x 9	35.1
· Lemari	0.6 x 1.5 x 9	8.1
· Jumlah		43.2
· FA 80%		34.56
Luas Total		**77.76**
MATERI KELAS		
PERPUSTAKAAN		
· Rak buku	0.4 x 1.5 x 10	6
· Meja baca	1.4 x 1.0 x 20	28
· librarian	1.4 x 1.5 x 1	2.10
· Jumlah		36.1
· FA 100%		36.1
Luas Total		**72.2**
KELAS		
· Meja siswa	0.6 x 0.6 x 20	7.20
· Meja tutor	2.4 x 3.6 x 1	9.64
· Meja LCD	0.6 x 0.6 x 1	0.36
· Jumlah		17.92
· FA 100%		17.92
· Jumlah		35.12
Luas Total	35.12	**35.12**
RUANG TUTOR		
· Meja tutor	2.4 x 1.8	4.32
· Lemari	0.6 x 1.5	0.9
· Jumlah		5.22
· FA 100%		5.22
· Jumlah		10.44
Luas Total	10.44 x 5	52.2

FASILITAS	UKURAN	JUMLAH
BANGUNAN PENGELOLA		
RUANG TAMU		
· Sofa	2.00 x 1.00 x 2	4
· Meja tamu	1.5 x 0.6 x 2	1.8
· Jumlah		5.8
FA 100%		5.8
Luas Total		**11.6**
RUANG DIREKTUR		
· Meja kerja	2.4 x 1.8 x 1	4.32
· Lemari	0.6 x 1.5 x 1	0.9
· Ruang tamu		5.8
· Jumlah		11.92
· FA 100 %		11.92
Luas Total		**23.84**
RUANG MANAGER DAN DIVISI		
· Meja kerja	2.4 x 1.8 x 1	4
· Lemari	0.6 x 1.5 x 1	0.9
· Jumlah		5.22
· FA 100 %		5.22
Luas Total		**10.44**
RUANG RAPAT		
· Meja rapat	1.6 x 1.2 x 33	63.36
· Meja LCD	0.6 x 0.6 x 1	0.36
· Jumlah		63.72
FA 50%		31.86
Luas Total		**95.54**
RUANG RAPAT KECIL		
· Meja rapat	1.6 x 1.2 x10	19.2
· Meja LCD	0.6 x 0.6 x 1	0.36
· Jumlah		19.56
· FA 100 %		19.56
Luas Total		**39.12**
RUANG MEDIA		
· Meja peserta	1.2 x 6 x 1	7.2
· Ruang kontrol	3.00 x 3.00	9.00
· Meja penyaji	0.6 x 1.00 x 50	64.8
FA 100%		81
Jumlah Total		**162**
FRONT OFFICE		
· Meja pelayanan	1.4 x 2.00 x 1	2.8
Jumlah + FA 100%		5.6

FASILITAS	UKURAN	JUMLAH
BANGUNAN KEPELATIHAN		
RUANG BRIEFING		
· Kursi	0.6 x 0.6 x 20	7.20
· Meja	2.4 x 1.8 x 1	9.64
· Meja LCD	0.6 x 0.6 x 1	0.36
Jumlah		17.92
FA 100%		17.92
Jumlah		35.12
Luas Total	35.12	**35.12**
RUANG PELATIH		
Meja	1.5 x 1.2 x 8	14.4
Lemari	0.6 x 1.5 x 8	7.2
Jumlah		21.6
FA 100%		21.6
Jumlah		43.2
Luas Total	43.2 x 3	**129.6**
RUANG BILAS		
· Ruang bilas	1.00 x 1.00 x 20	20.00
· FA 100%		20.00
· Jumlah		40.00
Luas Total	40.00 x 3	**132.00**
RUANG RAPAT		
· Meja rapat	3.00 x 1.5 x 1	4.5
· Meja LCD	0.6 x 0.6 x 1	0.36
· Jumlah		4.86
· FA 100%		4.86
· Jumlah		9.72
Luas Total	9.72 x 3	**29.16**
LOKER DAN RUANG GANTI		
· Loker	1.60 X 3.00	4.8
·	4.8 x 5	24
· FA 100%		24
· Jumlah		48
Luas Total	48.00 X 4	**192**
RUANG DUDUK		
Tempat duduk	0,6 x 1,00 x 66	**39,6**
F A 50%		**19,8**
JUMLAH		**59,4**

FASILITAS	UKURAN	JUMLAH
BANGUNAN SERVICE		
RUANG GENSET	3.00 x 3.00	9.00
Luas Total	9.00 x 1	**9.00**
RUANG POMPA	3.00 x 3.00	9.00
Luas Total	9.00 x 1	**9.00**
RUANG PANEL	3.00 x 3.00	9.00
Luas Total	9.00 x 1	**9.00**
GUDANG		
	5.00 x 5.00 x 1	25.00
Luas total		**25.00**
GARASI		
· Bus tim	3.00 x 7.00 x 3	63
· Mobil tim	1.5 x 5.00 x 5	37.5
· Jumlah		100.5
· FA 25 %		25
Luas total		**125.5**

Keterangan sumber:
NDA : Neuvert Data Arsitek
P : perhitungan
O : hasil observasi

FASILITAS	UKURAN	JUMLAH
BANGUNAN PROGRAM SUPPORTING		
GYM		
· Alat fitness		75.08
· FA 100 %		75.08
Luas Total		**151.16**
KOLAM RENANG		
· Area kolam renang		303.75
Luas Total		**303.75**
JOGGING TRACK		
Luas Total		1000
BASKET		
Luas Total		892

FASILITAS	UKURAN	JUMLAH
LAPANGAN UTAMA		
TRIBUN PENONTON		
· Tribun	0.6 x 1 x 2000	1200
· FA 100 %		1200
Luas Total		**2400**
LOKET		
· Meja pelayanan	1.4 x 1.00 x 1	1.4
· Area antrian	0.5 x 8.00	4.00
Luas Total		**5.4**
RUANG GANTI WASIT		
· Loker	1.6 x 3	4.8
· Meja	2.4 x 1.8 x 1	4.32
· Ruang bilas	1 x 1 x 4	4
Jumlah		13.12
FA 100%		13.12
Luas Total		**26.24**
RUANG GANTI TIM		
Loker	1.6 x 12	13.2
Meja	2.4 x 1.8 x 2	8.64
Kursi	0.6 x 4 x 2	4.8
Ruang bilas	1 x 1 x 5	5
Kamar mandi	2 x 2 x 3	12
Jumlah		43.64
FA 100%		43.64
Jumlah		87.28
Luas Total	87.28 x 2	**174.56**
RUANG KOMENTATOR	5 x 5 x 1	25
Luas Total		**25**
RUANG P3K	5 x 4 x 1	20
Luas Total		**20**
RUANG PRESS	5 x 5 x 1	25
Luas Total		**25**
KAMAR MANDI	1.5 x 2	3
Luas Total	3 x 20	**60**