
MARSHA PERDANA

**PANDUAN BELAJAR
MOTOCROSS**

Diterbitkan secara mandiri

melalui [Nulisbuku.com](https://nulisbuku.com)

PANDUAN BELAJAR MOTOCROSS

Oleh: Marsha Perdana

Copyright © 2019 by Marsha Perdana

Penerbit

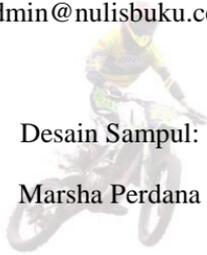
Nulisbuku

<http://nulisbuku.com>

admin@nulisbuku.com

Desain Sampul:

Marsha Perdana

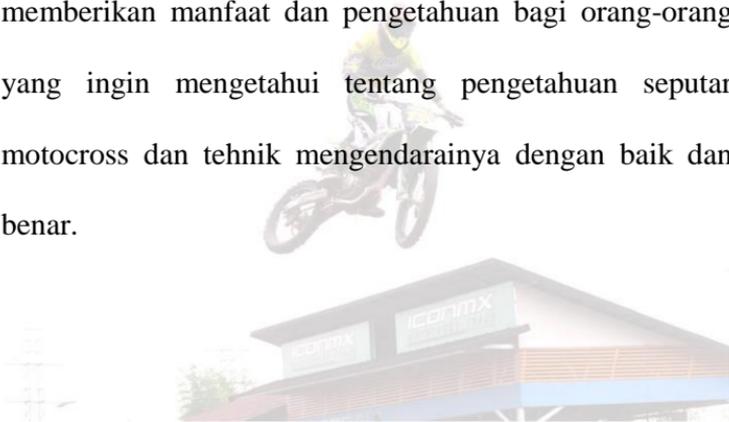


Diterbitkan melalui:

www.nulisbuku.com

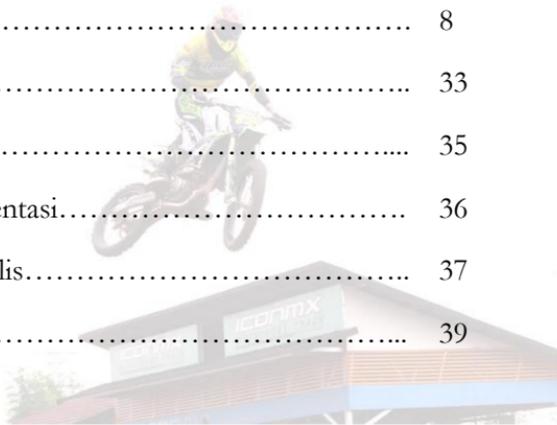
Ucapan Terimakasih :

Terimakasih kepada orang tua, keluarga, teman-teman, dan komunitas yang secara langsung maupun tak langsung membantu saya dalam menyelesaikan buku panduan belajar motocross ini. Diharapkan buku ini dapat memberikan manfaat dan pengetahuan bagi orang-orang yang ingin mengetahui tentang pengetahuan seputar motocross dan tehnik mengendarainya dengan baik dan benar.



DAFTAR ISI

Judul buku.....	2
Ucapan terimakasih.....	3
Daftar isi.....	4
Pendahuluan.....	5
Materi.....	8
Penutup.....	33
Narasumber.....	35
Foto Dokumentasi.....	36
Tentang Penulis.....	37
Catatan.....	39



I. PENDAHULUAN

A. Pengertian

Definisi dari motocross adalah balapan yang digelar di permukaan tanah, berbatu dan berlumpur, terdiri dari rintangan dan gundukan buatan untuk dilompati para kroser. Dengan kata lain, motocross adalah bentuk olahraga sepeda motor atau balap kendaraan segala medan diadakan pada sirkuit offroad terbuka atau tertutup

Motocross menempatkan penekanan lebih tinggi pada skill dan kebugaran fisik kroser, dibandingkan performa motor dari kebanyakan olahraga balap lainnya. Tentu saja, set-up motor disesuaikan dengan gaya balap kroser dengan handling dan suspensi yang sangat penting untuk hasil Grand Prix. Namun, faktor paling

besar datang dari teknik, kondisi fisik dan kekuatan mental kroser.

B. Tujuan

Panduan pelatihan bertujuan agar para pengendara dapat dengan benar dan relatif aman melalui rintangan-rintangan yang cukup berbahaya. Dirasakan perlu karena sudah semakin banyaknya minat terhadap olahraga ini, sementara hanya sedikit sekali organisasi bermotor yang berkepentingan untuk memberi panduan.

