# 58 Cabang Olahraga yang Dilombakan di Asian Games 2018

[Tabel 1 (buat dengan element <table>)]

Asian Games 2018 akan segera dimulai, media maupun publik telah siap menyambut *event* pesta olahraga terbesar se-Asia. Indonesia sebagai tuan rumah pun telah mempersiapkan segala yang dibutuhkan untuk memeriahkan perayaan empat tahunan ini. Begitu juga dengan para atlet yang telah menjalani latihan intensif demi mengharumkan nama negara asal masing-masing. Baik atlet olahraga tim maupun individu, semua telah bersiap sejak lama dengan harapan bisa membawa pulang medali emas. Di ajang Asian Games 2018 ini, terdapat sebanyak 58 cabang olahraga yang dilombakan. Berikut ini ulasannya.

## Atletik

[Gambar 1]

Sejak dahulu, atletik dikenal sebagai ibu dari semua cabang olahraga. Semua jenis olahraga berawal dari atletik yang merupakan olahraga paling mendasar. Berdasarkan cara bermainnya, atletik dibagi menjadi tiga yaitu lari, lompat, dan lempar atau 3L. Cabang olahraga ini dilombakan sejak Asian Games pertama yaitu di tahun 1951 yang bertempat di New Delhi. Kini di ajang Asian Games 2018 ada sebanyak 24 nomor yang dilombakan untuk atlet pria dan 23 nomor untuk wanita. Mulai dari lari *sprint* 100m, lari 10.000 meter, maraton, *relay*, lompat jauh, lompat tinggi, hingga lempar cakram. Ada pun negara terkuat dalam sejarah lomba atletik Asian Games adalah Jepang dan Cina.

**Baca juga: 12 Olahraga Terbaik untuk Membakar Kalori**

(https://blog.gotomalls.com/2018/06/olahraga-terbaik-untuk-membakar-kalori/?utm\_source=blog&utm\_medium=hyperlink&utm\_campaign=cabang-olahraga-asian-games-2018)

## Balap Sepeda

[Gambar 2]

Di sektor balap sepeda, Asian Games 2018 diramaikan degan empat nomor lomba balap sepeda. Keempat nomor tersebut adalah balap sepeda BMX, balap sepeda gunung, balap sepeda jalan raya, dan balap sepeda trek. Dengan banyaknya jenis lomba balap sepeda, diharapkan setiap atlet dapat menunjukkan spesialisasinya.

**Baca juga: 9 Tips Membeli Sepeda Gunung yang Tepat, Bikin Gowes Jadi Nyaman**

(https://blog.gotomalls.com/2018/06/olahraga-ringan-untuk-mengecilkan-perut/?utm\_source=blog&utm\_medium=hyperlink&utm\_campaign=cabang-olahraga-asian-games-2018)

### Senam

[Gambar 3]

Sama seperti atletik, olahraga senam memerlukan kondisi fisik yang prima. Tak hanya itu, keluwesan dan fleksibilitas badan juga menjadi requirement utama dalam olahraga senam. Dalam Asian Games 2018, terdapat tiga jenis olahraga senam yang diperlombakan. Pertama, senam artistik yang terdiri atas 14 nomor (delapan untuk pria dan enam untuk wanita), mulai dari individual all around hingga senam lantai. Kedua adalah senam ritmik yang menggabungkan unsur balet, senam, tari, dan manipulasi alat. Terakhir adalah trampoline gymnastics yang melibatkan keahlian akrobatik.

**Baca juga: 7 Olahraga Ringan untuk Mengecilkan Perut Sehabis Libur Lebaran**

(https://blog.gotomalls.com/2018/06/olahraga-ringan-untuk-mengecilkan-perut/?utm\_source=blog&utm\_medium=hyperlink&utm\_campaign=cabang-olahraga-asian-games-2018)

### Olahraga Target

[Gambar 4]

Olahraga tidak melulu membutuhkan kekuatan fisik. Ada beberapa olahraga yang ‘hanya’ membutuhkan kejelian dan akurasi, namun tingkat kesulitannya tidak kalah dengan olahraga fisik. Salah satunya adalah jenis olahraga target. Terdapat empat lomba olahraga target yang dilombakan dalam Asian Games 2018. Keempat lomba tersebut adalah *bowling*, golf, menembak (*shooting*), dan panahan (*archery*).

### Permainan

[Gambar 5]

Ketika kata olahraga disebut, yang paling sering terbayang adalah lari dan olahraga permainan. Yang terakhir ini umumnya adalah lomba yang paling seru untuk ditonton. Olahraga jenis permainan dari dulu memang menjadi primadona tersendiri di dunia olahraga. Salah satu buktinya adalah ajang Piala Dunia yang selalu menyedot perhatian dunia dan mendominasi media. Di ajang Asian Games ke-18 kali ini, ada sebanyak 14 olahraga permainan yang dilombakan. Beberapa di antaranya adalah basket, basket 3×3, bisbol, bola tangan, voli, bulu tangkis, dan rugby 7. Selain itu juga ada sepak takraw, sofbol, soft tennis, squash, tenis, tenis meja, dan olahraga dengan penggemar paling banyak di dunia yang tak lain adalah sepak bola. Di Asian Games, tim nasional U-23 maju mewakili negara masing-masing, berbeda dengan Piala Dunia yang melibatkan tim senior.

**Baca juga: Jadwal Lengkap Pertandingan Sepak Bola Asian Games 2018**

(https://blog.gotomalls.com/2018/08/sepak-bola-asian-games-2018/)

### Olahraga Air & Dirgantara

[Gambar 6]

Aktivitas olahraga tentunya tidak hanya dilakukan di darat saja, namun juga di dalam air bahkan di udara. Olahraga air termasuk salah satu cabang lomba yang paling diminati oleh masyarakat. Hampir tiap orang pernah berenang dan gemar bermain di kolam renang. Meskipun begitu, tak cuma olahraga renang saja yang dilombakan di Asian Games 2018. Ada delapan cabang lainnya yang akan meramaikan ajang pesta olahraga se-Asia ini. Mulai dari dayung, jet ski, kano/kayak slalom, kano/kayak sprint, layar (Sailing), polo air, renang artistik, hingga voli pantai.

Adapun olahraga dirgantara yang dilombakan adalah paralayang.

### Bela Diri

[Gambar 7]

Cabang olahraga bela diri bisa dibilang adalah olahraga paling bermanfaat dan berbahaya sekaligus. Bela diri dapat mendatangkan faedah ketika digunakan untuk menyelamatkan diri atau membantu orang lain. Begitu juga orang yang menguasai aliran bela diri apapun dapat tergoda untuk berbuat kejahatan dengan keahliannya. Di ajang Asian Games 2018, para atlet bela diri diajak untuk menyalurkan bakatnya untuk mengharumkan nama negara masing-masing. Tiap negara dapat mengirimkan atlet-atlet terbaiknya untuk bertanding secara sehat di sepuluh aliran bela diri. Kesepuluh aliran yang dilombakan tersebut adalah anggar, gulat, judo, jujitsu, karate, kurash, pencak silat, sambo, taekwondo, tinju, dan wushu.

### Lain-Lain

Selain kesemua olahraga di atas, ada beberapa olahraga yang dilombakan di Asian Games 2018 yang tidak termasuk dalam tujuh kriteria di atas. Mulai dari olahraga mental dalam wujud permainan kartu seperti *bridge*, hingga olahraga ekstrim seperti panjat tebing. Selain itu masih ada lomba berkuda, angkat besi, hoki, kabaddi, triathlon, modern pentathlon, lompat indah, sepatu roda, dan *skateboard.*

### eSport

Ini dia cabang yang baru diakui belakangan ini sebagai olahraga. Banyak yang menertawakan ide game sebagai olahraga, namun tidak demikian dengan benua Asia. Faktanya, event Asian Indoor Games 2007 di Macau menjadi ajang pesta olahraga besar pertama yang melibatkan eSport dalam kompetisi perburuan medali. Sejak saat itu, mulai banyak eventolahraga internasional yang mengikuti jejak Asian Indoor Games 2007. Di level Asian Games sendiri, eSport akan resmi dimasukkan dalam cabang olahraga dengan perolehan medali di gelaran Asian Games 2022. Adapun di ajang Asian Games 2018, eSport dilibatkan sebagai eventeksibisi. Total ada sebanyak enam *games* yang dilombakan dalam Asian Games ke-18 ini.

**Baca juga: 6 Game e-Sport Dilombakan di Ajang Asian Games 2018**

(https://blog.gotomalls.com/2018/08/game-e-sport-asian-games-2018/?utm\_source=blog&utm\_medium=hyperlink&utm\_campaign=cabang-olahraga-asian-games-2018)

Sumber : https://blog.gotomalls.com/2018/08/cabang-olahraga-asian-games-2018/