

**PERBANDINGAN LATIHAN INTERVAL TRAINING DENGAN
CONTINUES RUN TERHADAP PENINGKATAN DAYA
TAHAN VO2 MAX PADA SISWA PSP
BANGKO SOCCER SCHOOL**

SKRIPSI

OLEH

M.ASA`ARI YUSUF

NIM : K1A214048



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS KEGURAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI**

2021