

**PENGEMBANGAN BENTUK LATIHAN VIDEO VIRTUAL
UPPER BODY WORK OUT PADA MEMBER PEMULA
DI MONSTER GYM**

SKRIPSI



Disusun oleh:

ALHABSI SAHID ADLI

K1A219017

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI
2023**

**PENGEMBANGAN BENTUK LATIHAN VIDEO VIRTUAL
UPPER BODY WORK OUT PADA MEMBER PEMULA
DI MONSTER GYM**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Jambi

Untuk memenuhi Salah Satu dalam Menyelesaikan

Program Sarjana Kepeleatihan Olahraga



Disusun oleh:

ALHABSI SAHID ADLI

K1A219017

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI**

2023