

PENGARUH METODE LATIHAN *HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING* TERHADAP VO2MAX PADA TIM FUTSAL PORPROV KOTA JAMBI

SKRIPSI

**OLEH
RIZKI SAPRIANDI
K1A119036**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI
2024**