

**PENGARUH LATIHAN INTERVAL TRAINING PAPAN PANJAT DAN *PUSH UP*
TERHADAP KETAHANAN OTOT LENGAN KATEGORI
BOULDERING CLIMBING FEDERASI PANJAT
TEBING INDONESIA KOTA JAMBI**

SKRIPSI



Oleh

M. Nur Salam

NIM K1A220039

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

2024