PENGARUH LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* TERHADAP PENURUNAN LEMAK TUBUH DAN PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN AEROBIK (*VO2 MAX)*

(Studi Eksperimen pada Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga)

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Oleh :
Mohamad Deden Ridwan
1000187

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
JANUARI 2015

Mohamad Deden Ridwan, 2015
PENGARUH LATIHAN CIRCUIT TRAINING
TERHADAP PENURUNAN LEMAK TUBUH DAN
PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN AEROBIK (VO2 MAX)
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

PENGARUH LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* TERHADAP PENURUNAN LEMAK TUBUH DAN PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN AEROBIK (*VO2 MAX*)

(Studi Eksperimen pada Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga)

Oleh
Mohamad Deden Ridwan

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Mohamad Deden Ridwan 2015
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 2015

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhya atau sebagian,

dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

MOHAMAD DEDEN RIDWAN
1000187

PENGARUH LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* TERHADAP PENURUNAN LEMAK TUBUH DAN PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN AEROBIK (*VO2 MAX*)

disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing 1

Drs. H. Dede Rohmat N., M.Pd.
NIP. 196312091988031001

Pembimbing II

Drs. Basiran, M.Pd.
NIP. 195611281986031004

Mengetahui
Ketua Departemen Pendidikan Kepelatihan

Dr. R. Boyke Mulyana, M.Pd.

NIP. 196210231989031001