

**DAMPAK METODE LATIHAN DAN KAPASITAS
AEROBIK TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN DINAMIS ANAEROBIK**

TESIS

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat untuk Memperoleh Gelar Magister Pendidikan
Program Studi Pendidikan Olahraga



Oleh

**Asep Sumpena
1101226**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCA SARJANA MAGISTER (S2)
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2013**

Asep Sumpena, 2013

Dampak Metode Latihan Dan Kapasitas Aerobik Terhadap Peningkatan Kemampuan Dinamis Anaerobik

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAMPAK METODE LATIHAN DAN KAPASITAS AEROBIK TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN DINAMIS ANAEROBIK

Oleh
Asep Sumpena

S.Pd UPI Bandung, 2009

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Sekolah Pasca Sarjana

© Asep Sumpena 2013
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2013

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH
PEMBIMBING :

Pembimbing I

Prof. Dr. H. Adang Suherman, M.A.

NIP. 19630618 198803 1 002

Pembimbing II

Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd.

NIP. 19681812 199402 1 001

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga
Sekolah Pasca Sarjana UPI

Prof. Dr. H. Adang Suherman, M.A.

NIP. 19630618 198803 1 002



Asep Sumpena, 2013

Dampak Metode Latihan Dan Kapasitas Aerobik Terhadap Peningkatan Kemampuan Dinamis Anaerobik

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu