

**PERBANDINGAN LATIHAN LARI *UPHILL* DAN LARI *DOWNHILL*
TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN LARI PADA ATLET
FUTSAL**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat untuk memperoleh gelar
sarjana pendidikan program studi pendidikan kepelatihan olahraga**



Disusun oleh :

DENIS RIZKI IRNAWAN

1005630

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2016

**PERBANDINGAN LATIHAN LARI *UPHILL* DAN LARI *DOWNHILL*
TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN LARI PADA ATLET
FUTSAL**

Oleh
Denis Rizki Irawan

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

© Asep Jajang Nurjaman 2016
Universitas Pendidikan Indonesia
Februari 2016

Hak cipta dilindungi undang – undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : DENIS RIZKI IRNAWAN
NIM : 1005630
**JUDUL : PERBANDINGAN LATIHAN LARI UPHILL DAN LARI
DOWNHILL TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN
LARI PADA ATLET FUTSAL**

Disetujui dan Disahkan Oleh :
Pembimbing I,

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

Pembimbing II,

Muhamad Tafaqur, M.Pd.
NIP.197810052009121003

Diketahui oleh,
Ketua Departemen Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Dr. Komarudin, M.Pd.
NIP.197204031999031003