

PENGARUH *FAST INTERVAL TRAINING* DAN *SLOW INTERVAL TRAINING*
PADA *LACTATE THRESHOLD* DAN PERFORMA LARI 1500 METER

TESIS

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat dalam memperoleh gelar Magister
Pendidikan Olahraga



Oleh
Iki Afrianda
1603161

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2018**

PENGARUH *FAST INTERVAL TRAINING* DAN *SLOW INTERVAL TRAINING*
PADA *LACTATE THRESHOLD* DAN PERFORMA LARI 1500M

Oleh
Iki Afrianda

S.Pd UPI Bandung, 2014

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Jurusan Pendidikan Olahraga

© Iki Afrianda 2018
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2018

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.