

**PENGARUH HIIT (*HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING*)
TERHADAP KECEPATAN 50 METER RENANG GAYA DADA**

(Eksperimen pada Atlet Klub Renang Galunggung *Aquatic Club GAC* kategori
usia 1,2,3 Tasikmalaya)

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan Universitas Siliwangi



Oleh

Nida Wahyu Pratiwi

202191031

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA**

2024