

**PENGARUH LATIHAN INTERVAL TERHADAP PENINGKATAN
DAYA TAHAN KARDIOVASKULER**

(Studi Eksperimen Pada Anggota Dojo Karate Tarkal One Kabupaten Garut 2020)

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelah sarjana pendidikan



Oleh:

Mufidly Al Huzaimy

162191162

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

2020