

**PENGARUH VARIASI LATIHAN PEMBERAT KAKI TERHADAP
PENINGKATAN KECEPATAN TENDANGAN *USHIRO MAWASI*
GERI PADA ATLET KARATE *DOJO* WAIKIKI MEDAN**

TAHUN 2021

SKRIPSI



**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian
Syarat – Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan**

Oleh:

FRESTY MELATY

NIM : 6172121017

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI

2022