

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Atlet.....	80
Lampiran 2 Data Observasi Awal	80
Lampiran 3 Program Latihan Fartlek.....	81
Lampiran 4 Norma Bleep Test	85
Lampiran 5 Form Perhitungan MFT	88
Lampiran 6 Data <i>Pretest dan Posttest</i>	89
Lampiran 7 Hasil Uji Data <i>Statistic</i>	90
Lampiran 9 T-tabel $Df = n-1$	93
Lampiran 10 Dokumentasi	94
Lampiran 11 Surat – Surat Pendukung.....	95

