

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Periodesasi Latihan	35
Tabel 2. 2	Periodesasi Latihan Tahunan Atlet Renang Usia Dini	35
Tabel 3. 1	Bentuk Rancangan Desain Penelitian	46
Tabel 3. 2	Aahperd Medicine Ball Throw Test.....	49
Tabel 4. 1	Deskripsi Data Pre-Test Dan Post-Test Mountain Climber & Latihan Hip Dip Plank Dengan Aahperd Medicine Ball Throw Test	58
Tabel 4. 3	Uji Normalitas Mountain Climber	61
Tabel 4. 4	Uji Normalitas Hip Dip Plank.....	62
Tabel 4. 5	Uji Homogenitas <i>Mountain Climber</i>	63
Tabel 4. 6	Uji Homogenitas Hip Dip Plank	64
Tabel 4. 7	Pengujian Hipotesis <i>Mountain Climber</i>	65
Tabel 4. 8	Pengujian Hipotesis Hip Dip Plank.....	65