

**UPAYA MENINGKATKAN VO₂MAX MELALUI METODE
INTERVAL TRAINING PADA ATLET SSB BINTANG
UTARA LABUHAN BATU USIA 13-15
TAHUN 2013**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan**

**IRDIANSYAH PUTRA NANDA
NIM 081266210036**



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

2013