

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN KATROL DENGAN *DUMBELL ARM SWING*
TERHADAP *POWER* OTOT LENGAN DAN HASIL KECEPATAN RENANG
GAYA BEBAS 50 METER PADA ATLET PUTRI USIA (13 - 14 TAHUN)
RENANG BUNDA *SWIMMING CLUB* PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2014/2015**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh

**FREDDY PRATAMA
NIM 6101121014**



THE
Character Building
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2014/2015**