

**PENGEMBANGAN VARIASI LATIHAN NOMOR 3000 M
STEEPLECHASE ATLET PUTRA UNIMED
ATLETIK CLUB (UAC)**

SKRIPSI



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

Oleh :

ANANDA MONIKA BR TARIGAN

6163111004

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN & REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2021**