

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Program Latihan <i>Downhill</i> Running Atlet 100 Meter Putra Poison Atletik Club Tapsel Tahun 2024.....	52
Lampiran 2. Program Latihan <i>Uphill</i> Running Atlet 100 Meter Putra Poison Atletik Club Tapsel Tahun 2024.....	55
Lampiran 3. Populasi.....	58
Lampiran 4. Data Penelitian.....	59
Lampiran 5. Data Pre Test Dan Post Test.....	60
Lampiran 6. Uji Hipotesis.....	61
Lampiran 7. Uji Normalitas.....	64
Lampiran 8. Standar Deviasi.....	66
Lampiran 9. Uji Homogenitas.....	67
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian.....	69
Lampiran 11. Surat Balasan Penelitian.....	70
Lampiran 12. Dokumentasi.....	72

