

**UPAYA MENINGKATKAN VO_2MAX DENGAN MENGGUNAKAN
LATIHAN *INTERVAL TRAINING* PADA ATLET SEKOLAH
SEPAKBOLA (SSB) DOLOKSANGGUL JUNIOR
HUMBANG HASUNDUTAN USIA – 16
TAHUN 2013**

SKRIPSI

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

Oleh:

**ANDIHON SIGALINGGING
NIM 608122075**



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

2013