

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *INTERVAL TRAINING* ISTIRAHAT AKTIF  
DENGAN *ACCELERATION SPRINT* TERHADAP PENINGKATAN  
KECEPATAN LARI PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER  
FUTSAL MAN 3 MEDAN TAHUN 2015**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi syarat memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan**

**OLEH :**

**WILDAN SAPUTRA HSB**

**NIM : 6102121012**



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

**MEDAN**

**2015**