

**PENGEMBANGAN BENTUK LATIHAN DENGAN *TRX* (*TOTAL BODY RESISTANCE EXCERCISE*) PADA OLAHRAGA LAYAR
KELAS LASER**



RAKA ARDIANSYAH LUBIS

6315137011

**Penelitian Ini Disusun Untuk Persyaratan Mendapat Gelar Sarjana
Pendidikan di Fakultas Ilmu Olahraga**

PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU OLAHRAGA

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2018