

**PENERAPAN PERMAINAN SIRKUIT DALAM UPAYA
MENINGKATKAN KEBUGARAN JASMANI
(*Cardiorespiratory Endurance*)**

Studi: Anggota KSR PMI Unit Universitas Negeri Jakarta



DAMANCUM MULSI

6215084346

PENDIDIKAN KESEHATAN DAN REKREASI

Skripsi ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2015**