

DAFTAR PUSTAKA

- Ambara, Arya Prasetya. (2017). *Hubungan Kondisi Fisik Terhadap Prestasi Atlet Wushu Sanda Di Sasana Kim Tiauw Surabaya*. Skripsi. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.
- Agam, A. (2020). *Kepelatihan Olahraga*. 1.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian*.
- Argasasmita, H. (2007). *Teori kepelatihan dasar*, Jakarta: Kementrian negara pemuda dan olahraga.
- arif gunawan, G. (2007). *Beladiri*. Yogyakarta: PT Pustaka Insan Madani.
- Bompa. (n.d.). *Theory and Methodology of Training*.
- Bompa. (1999). *Periodization Training For Sports*.
- Chandana, A. (2022). *Journal of physical education and sport*. 5.
- Christine, S. (2015). *latihan core dalam core atau yoga*. Latihan Plank, 2.
- Cook. (2003). *Mobilitas dan stabilitas*.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga*.
- Irianto. (2002). *Dasar kepelatihan*.
- Immanuel, O. hutama. (2014). *Analisis Kualitas Pelayanan Pada Sabai Muay thai Bandung*. *Jurnal Eproc*.
- Lutan. (2000). *Kelincahan(Agility)*, 21.
- Mackenzie, B. (n.d.). *101 Performance Evaluation Tests*.
- Mylsidayu apta, kurniawan. (2015). *Ilmu kepelatihan dasar*. Bandung: ALFABETA.
- Nossek. (1995). *Komponen biomotor kelincahan*.
- ori immanuel, H. (2014). *Pelitan Analisis Kualitas Pelayanan Pada Sabai Muay thai Bandung*, 2.
- Pilip, P. (2011). *Core*.
- Rahmani, M. (2014). *Buku super lengkap olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Ruengsa, Y. (n.d.). *The art of fighting*.

Ruslan. (2011). Meningkatkan Kondisi Fisik Atlet Pusat Pendidikan. *Jurnal ILARA*.

Sajoto. (2002). Kekuatan dan pembinaan kekuatan kondisi fisik dalam olahraga.

sekendiz et, A. (2010). *Slow twicth muscle fiber. Endurance*.

Sajoto, M. (1988). Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Jakarta, Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan. Direktur Jendral Pendidikan Tinggi.

Sukadiyanto. (2011). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. BANDUNG: CV Lubuk Agung.

Trisnawiyanto. (2016). Latihan Peningkatan Kemampuan Biomotor (Kelincahan, Kecepatan, Keseimbangan dan Fleksibilitas). *Jurnal Keterampilan Fisik*, 75–152.

Wibawa, E. (2017). Hubungan power otot tungkai dan kelincahan terhadap frekuensi tendangan push kick pada anggota ukm muay thai indonesia ikip mataram tahun akademik 2016/2017. 1, 2.

Widiastuti. (2015). Tes dan Pengukuran Olahraga. Jakarta : Rajawali Pers.

