

**PENGARUH INTERVAL TRAINING DAN CIRCUIT TRAINING  
TERHADAP PENINGKATAN DAYA TAHAN JANTUNG  
(CARDIOVASCULAR) PADA SISWA EKSTRAKURIKULER  
BOLA VOLI SMA KOSGORO LAMPUNG TIMUR  
TAHUN PELAJARAN 2010/2011**

**Skripsi**

**Oleh**

**VINSENSIA YUFITA**



**PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2012**