

**HUBUNGAN TENTANG PEMAHAMAN MAKANAN BERPROTEIN  
DENGAN POLA LATIHAN PADA PARA BINARAGA DI PUSAT  
KEBUGARAN HERCULES BANDAR LAMPUNG**

**(Skripsi)**

**Oleh**

**ROBY SANDRA ARY SHANDY**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2014**