

**PENGARUH LATIHAN *TRAIL RUN* DAN *SPEED PLAY* TERHADAP
TINGKAT KEBUGARAN JASMANI**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani



**DIMAS RAPLI SETIAWAN
2124220033**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS GALUH
2026**