

**PENGARUH LATIHAN LARI *INTERVAL* TERHADAP PENINGKATAN  
VO2 MAKS PADA PEMAIN FUTSAL MAN SELAT TENGAH  
KABUPATEN KAPUAS**



**OLEH:  
AHMAD NOHRIZAL  
NIM. A2D114002**

**TESIS  
Ditulis Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Dalam Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan  
Pada Program Studi Keguruan Olahraga (S2)  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat**

**KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI KEGURUAN OLAAHRAGA (S2)  
2016**