

**PENGARUH METODE *CIRCUIT TRAINING* TERHADAP  
PENINGKATAN DAYA TAHAN *VO2 MAX* PADA ATLET  
BOLA VOLI PUTRA MAN 2 TUBAN**

**SKRIPSI**



**UNUGIRI**

Oleh

MOH. LUFianto

3220200453

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

**2024**