



Universitas
Esa Unggul

**BEDA PENGARUH SENAM AEROBIK *HIGH IMPACT*
DAN CORE STABILITY EXERCISE TERHADAP
PENURUNAN KADAR LEMAK TUBUH WANITA
USIA 20 - 25 TAHUN**

SKRIPSI

Mira Lestari Kwando

2015-66-118

**PROGRAM STUDI STRATA 1 FISIOTERAPI
FAKULTAS FISIOTERAPI
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
JAKARTA
2017**