



Universitas
Esa Unggul

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

**Penambahan *Core Exercise* Pada *Nordic Exercise* Dalam Meningkatkan Fleksibilitas
Otot *Hamstring* Pemain Futsal Team Tiga Serangkai Pagar Alam**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana fisioterapi

Nama : Ahkamaddin

Nim : 20220606064

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS FISOTERAPI
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
2024**

UNIVERSITAS ESA UNGGUL