

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PENAMBAHAN *CORE STABILITY EXERCISE*
PADA *HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP PENINGKATAN
KECEPATAN MEMANJAT PADA PEMANJAT TEBING**



Diajukan oleh :

Fransiscus Asisi Alfareza

2012 66 024

PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI

FAKULTAS FISIOTERAPI

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

JAKARTA

2016