



วิทยานิพนธ์

ผลของการฝึกด้วยน้ำหนักแบบแฟลทพีระมิดและแบบสคิวพีระมิด ที่มีต่อ
ความเร็วในการวิ่งระยะทาง **40** เมตร ในนักกีฬาฟุตบอล

**The Effects of Weight Training as the Flat Pyramid and the Skewed
Pyramid on the Speed of Forty Metre Dash in Football Players.**

นายสุภกิจ มานะมุติ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

พ.ศ. ๒๕๔๕