*مشاريع التخرج لطلبة المرحلة الرابعة*

للعام الدراسي(2018-2019)

**استعمال تمرينات البلايومترك في تطوير القوة الانفجارية وانجاز الوثب**

**الطويل للطالبات**

الطالبة: رغده حسين علي حسين بإشراف :أ.م.د.زينب قحطان عبد المحسن