

DAFTAR PUSTAKA

- Panero, Julius, Martin Zelnik, Human Dimension 1979
- Sport England and S&P Architects. London. 2008
- Grieco et al. 1986. Sitting posture: An old problem and a new one. *Ergonomics*.
- S.C. Reznikoff. (1986). Interior Graphic and Design Standards. (Lampu)
- W.A. Marsum. Restoran dan Segala Permasalahannya. 2010. Andi Publisher
- Orborne, David. 1989. *Ergomics At Work*. New York:John Wiley & Sons Ltd.
- Rahmani, Mikanda. Buku Super Lengkap Olahraga. Jakarta : Dunia Cerdas. 2014
- Tarwaka, Solichul Bakri,dan Sudiajeng, Lilik. 2004. Ergonomi untuk Keselamatan. Kesehatan Kerja dan Produktivitas. Surakarta: Uniba Press.
- <http://isofitt.com/pilates.htm> diakses tanggal 3/10/2014 pukul 23.14
- <http://digilib.its.ac.id/public/ITS-Undergraduate-14187-chapter1pdf.pdf> diakses tanggal 3/10/2014 pukul 23.17
- http://www.firmpointpilates.com/whatispilates_indo.html#whypilates diakses tanggal 3/10/2014 pukul 23.59
- <http://www.informasiyoga.com/sejarah-yoga/> diakses tanggal 06/10/2014 pukul 8.37
- <http://www.svarga.co.id/en/page/class> diakses tanggal 12/10/2014 pukul 22.51
- 6 Manfaat Rajin Berolahraga Bagi Kesehatan Wanita <http://bidanku.com/6-manfaat-rajin-berolahraga-bagi-kesehatan-wanita#ixzz3I5Hhodjg> diakses tanggal 04/11/2014 pukul 14.57