

Changement de la performance dans les différents tests pour les groupes avec et sans vibrations

Tests	Avec vibrations		Sans vibrations	
	Pré vs Post	Pré vs Post 15	Pré vs Post	Pré vs Post 15
<i>Sit and reach</i>	6,4 %*	6,4 %*	2,8 %*	2,8 %*
<i>Squat jump</i>	7,5 %*	0,7 %	-1,2 %	-1,6 %
<i>Counter movement jump</i>	6,5 %	4,6 %	-1,5 %	-2,8 %
<i>Squat jump j. gauche</i>	6,6 %	5,5 %	0,6 %	1,4 %
<i>Squat jump j. droite</i>	2,9 %	4,5 %	-6,3 %	-4,7 %

L'astérisque (*) indique une différence statistiquement significative ($p < 0,05$).