

ตารางที่ 2 เวลาปฏิกิริยาตอบสนองของตากับเท้าของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการฝึก และภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2 4 6 และ 8

(หน่วย: มิลลิวินาที)

กลุ่มตัวอย่าง	ก่อนการฝึก	ภายหลังการฝึก (สัปดาห์)			
		2	4	6	8
กลุ่มควบคุม	676.81 ± 5.77	671.27 ± 5.60 ^a	664.72 ± 5.71 ^{a,b}	658.72 ± 5.79 ^{a,b,c}	647.63 ± 5.96 ^{a,b,c,d}
กลุ่มทดลองที่ 1	662.45 ± 8.17	657.18 ± 8.11	639.45 ± 9.07 ^{a,b}	634.63 ± 9.13 ^{a,b,c}	601.63 ± 7.99 ^{*,a,b,c,d}
กลุ่มทดลองที่ 2	655.90 ± 9.39	647.18 ± 8.26	625.27 ± 18.21 ^a	622.90 ± 11.73 ^{*,a}	614.72 ± 14.41 ^{a,b}
กลุ่มทดลองที่ 3	664.45 ± 7.36	656.45 ± 7.39	638.72 ± 8.30 ^a	632.81 ± 8.08 ^{a,b}	605.81 ± 8.00 ^{*,a,b,c,d}

หมายเหตุ แสดงข้อมูลเป็น $\bar{X} \pm S.E.$

* แตกต่างจากกลุ่มควบคุมในช่วงเวลาเดียวกัน

a แตกต่างจากก่อนการฝึกในกลุ่มเดียวกัน

b แตกต่างจากภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2 ในกลุ่มเดียวกัน

c แตกต่างจากภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 ในกลุ่มเดียวกัน

d แตกต่างจากภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6 ในกลุ่มเดียวกัน

ตารางที่ 18 ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 4 กลุ่ม ก่อนการฝึก และภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2 4 6 และ 8

(หน่วย: กิโลกรัม)

กลุ่มตัวอย่าง	ก่อนการฝึก [@]	ภายหลังการฝึก (สัปดาห์)			
		2 [®]	4 [®]	6 [®]	8 [®]
กลุ่มควบคุม	117.72 ± 4.11 ¹	119.92 ± 4.21	121.41 ± 4.07 ^a	121.94 ± 4.10 ^a	124.29 ± 3.72 ^{a,b}
กลุ่มทดลองที่ 1	108.27 ± 3.84 ²	118.36 ± 3.75	121.58 ± 3.38 ^{a,b}	124.05 ± 3.14 ^{a,b}	130.26 ± 2.69 ^{a,b,c,d}
กลุ่มทดลองที่ 2	118.63 ± 2.81 ³	118.58 ± 2.88	121.81 ± 2.83 ^{a,b}	122.28 ± 2.76 ^{a,b}	124.51 ± 2.63 ^{a,b,c,d}
กลุ่มทดลองที่ 3	128.00 ± 5.27 ⁴	119.45 ± 5.09	122.82 ± 5.33 ^{a,b}	123.99 ± 5.23 ^{a,b}	127.74 ± 5.56 ^{a,b,c,d}

ค่าเฉลี่ยก่อนการฝึกที่ปรับแล้วมีค่า 118.15

หมายเหตุ @ วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

® วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม ค่าเฉลี่ยที่แสดงถูกปรับค่าโดยใช้ค่าเฉลี่ยก่อนการฝึกเป็นตัวแปรร่วม ความแตกต่างระหว่างกลุ่มแสดงในตารางผนวกที่ 17 และ19

- a แตกต่างจากก่อนการฝึกในกลุ่มเดียวกัน
- b แตกต่างจากภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 2 ในกลุ่มเดียวกัน
- c แตกต่างจากภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 4 ในกลุ่มเดียวกัน
- d แตกต่างจากภายหลังการฝึกสัปดาห์ที่ 6 ในกลุ่มเดียวกัน

ตัวเลขที่ต่างกันในแนวตั้งแสดงความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มในช่วงเวลาเดียวกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05