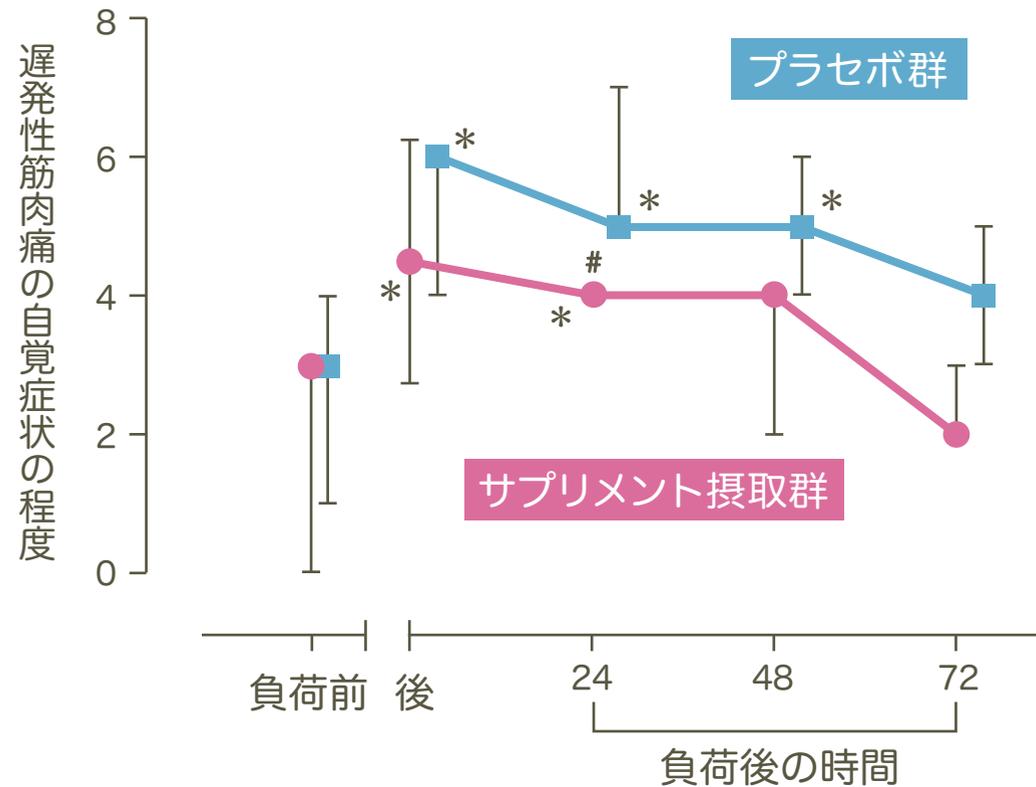


## 運動負荷前と負荷後 72 時間までの 遅発性筋肉痛の自覚症状の程度の比較



遅発性筋肉痛の自覚症状の程度はVAS法によって数値化

データは中央値、エラーバーは4分位範囲で表示

\* 前後比較による有意差有り( $p < 0.05$ ) # 群間比較による有意差有り( $p < 0.05$ )