|  |
| --- |
| Tabela 1. Caracterização de atletas universitárias de vôlei (n=9). |
| **Variáveis** | **Média ± DP** | **Mínimo** | **Máximo** |
| Idade (anos) | 19,78 ± 2,22 | 17 | 23 |
| Estatura (cm) | 178,94 ± 6,37 | 169 | 188 |
| Massa Corporal (kg) | 68,56 ± 11,67 | 58 | 98 |
| Alcance (cm) | 231,11 ± 8,75 | 219 | 244 |
| DP=desvio padrão, cm= centímetros e kg= quilogramas. |

**Tabela 2.** Dados de força explosiva de MMSS e de MMII, IE, PM, agilidade e flexibilidade de atletas universitárias de voleibol (n=9).

|  |  |
| --- | --- |
| **Variáveis** | **Média ± DP** |
| Arremesso de medicine ball (cm) | 4,46 ± 0,89 |
| Salto Agachado (cm) | 39,33 ± 8,00 |
| Salto com Contra movimento (cm) | 41,67 ± 7,83 |
| Salto simulando ataque (cm) | 45,44 ± 5,68 |
| Índice de elasticidade (%) | 6,44 ± 5,67 |
| PM Salto Agachado (W) | 3478,57 ± 891,01 |
| PM Salto com Contra movimento (W) | 3473,27 ± 802,42 |
| Agilidade (s) | 6,69 ± 0,65 |
|  | **Direita** | **Esquerda** |
| Flexão do ombro (º) | 149,11 ± 9,38 | 140,63±7,30 |
| Extensão do ombro (º)  | 27,04 ± 17,11 | 22,61 ± 11,78 |
| Flex. Quadril/joelho estendido (º) | 78,20 ± 14,76 | 76,94 ± 12,68 |
| Flex. Quadril/joelho flexionado (º) | 105,74 ± 11,10 | 103,11 ± 10,64 |
| Extensão do quadril (º) | 28,22 ± 14,26 | 26 ± 5,67 |
| DP=desvio padrão; Flex.= flexibilidade; MMSS=músculos de membros superiores; MMII=músculos de membros inferiores; PM=potência muscular; º= graus; cm= centímetro. |