

Tabela 1: Médias e desvios padrão de idade e dados antropométricos, além do número de indivíduos em cada grupo.

|                          | GH (n=16) |               | GM (n=12) |               | p-valor |
|--------------------------|-----------|---------------|-----------|---------------|---------|
|                          | Média     | Desvio padrão | Média     | Desvio padrão |         |
| Idade (anos)             | 21,13     | 3,59          | 19,50     | 3,34          | 0,234   |
| Estatutura (m)           | 1,64      | 0,09          | 1,62      | 0,06          | 0,605   |
| Massa (kg)               | 63,98     | 8,46          | 61,16     | 9,77          | 0,421   |
| IMC (kg/m <sup>2</sup> ) | 23,82     | 2,18          | 23,20     | 3,39          | 0,563   |
| TP (anos)                | 9,25      | 3,28          | 1,85      | 1,47          | <0,001* |
| TST (horas)              | 3,33      | 1,23          | 5,29      | 1,81          | 0,003*  |

GH = Grupo Handebol; GM = Grupo de musculação; TST = Treino semanal; TP = Tempo de prática.