|  | | Frisklivssentral | |  | Kontroll | |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | Pre | Post | P-verdi | Pre | Post | P-verdi | Ancova |
| Antall | | 16 | 16 |  | 22 | 22 |  |  |
| vo2maks (ml/min/kg) | | 27.3 (5.99) | 28.4 (6.84) | 0,517 | 33.1 (6.55) | 33.9 (6.57) | 0,700 | 0,467 |
| vo2maks (ml/min) | | 2480 (593) | 2560 (622) | 0,765 | 2690 (668) | 2750 (662) | 0,716 | 0,783 |
| vo2maks (ml/min/m.m) | | 49 (7.79) | 50.4 (8.18) | 0,473 | 53.2 (7.9) | 54.3 (7.29) | 0,607 | 0,928 |
| o2 puls (ml) | | 14.5 (2.74) | 15 (2.87) | 0,638 | 15.3 (3.39) | 15.8 (3.33) | 0,538 | 0,837 |
| Maks puls | | 170 (19.8) | 169 (18.1) | 0,973 | 176 (15.8) | 174 (14.7) | 0,678 | 0,771 |
| Maks RER | | 1.2 (0.08) | 1.18 (0.07) | 0,535 | 1.19 (0.09) | 1.17 (0.10) | 0,507 | 0,871 |
| Maks pustefrekvens | | 40.6 (7.72) | 40.8 (7.75) | 0,915 | 44.9 (8.81) | 43 (8.04) | 0,450 | 0,308 |
| Maks ventialsjon (L/min) | | 93.6 (26.2) | 95.3 (25.6) | 0,846 | 104 (32.5) | 103 (32.7) | 0,9466 | 0,396 |
| Tid til utmattelse (s) | | 621 (152) | 628 (155) | 0,862 | 771 (111) | 779 (133) | 0,832 | 0,640 |
| Borg ved Vo2maks | | 18.4 (1.7) | 18.8 (1.4) | 0,362 | 18.8 (1.0) | 19 (1.0) | 0,617 | 0,871 |
| Laktat | | 8.01 (2.6) | 7.65 (2.2) | 0,594 | 8.23 (2.1) | 7.72 (2.47) | 0,409 | 0,781 |
|  | Data er gitt som gjennomsnitt og standardavvik. | | | | | |  |  |

ITT-analyse