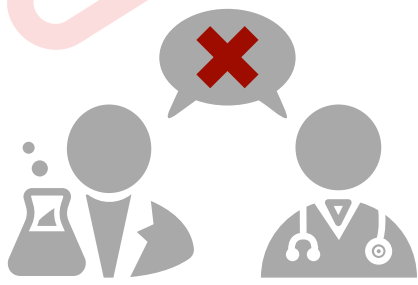
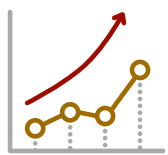


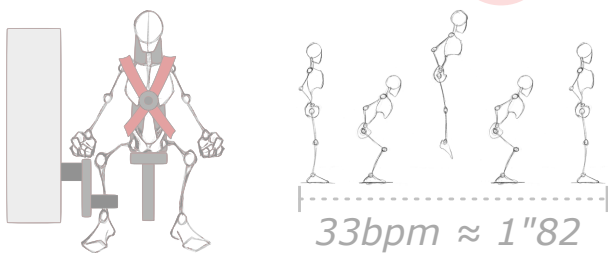
La β -alanine dans des épreuves isocinétiques et de sauts répétés, (in)utile



Saunders et al. (2017)
Hobson et al. (2012)
[...]



influence du profil de résistance à la fatigue sur l'impact de la β -A?



33bpm \approx 1"82

9 5g./j. Cross-over
14 j. 14 j. wash-out



aucun effet global

ES Cohen

0.06 [CI95%: -0.57/0.68]

-0.09 [CI95%: -0.47/0.28]



corrélation négative

impact β -A & capacité de résistance (isocinét.)

-0.85 [CI95%: -0.97/-0.44]

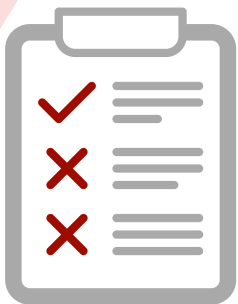
p-value = 0,002



corrélation (CMJ)

-0.31 [CI95%: -0.81/0.44]

p-value = 0,409



- résultats préliminaires
- durée d'effort = facteur principal (méta-analyses)
- potentiellement à nuancer?
- caractère ergogénique pourrait dépendre des qualités de résistance à la fatigue (à investiguer)

Paulus Julien Doctorant julien.paulus@doct.ulg.ac.be +32 499/600.904



Paulus Julien Université de Liège
Schwartz Cédric Université de Liège
Paquot Nicolas Centre Hospitalier de Liège

Kaux Jean-François Centre Hospitalier de Liège
Scheen André Centre Hospitalier de Liège
Croisier Jean-Louis Université de Liège

