



Enquête réalisée en mars 2018

Cette enquête par questionnaire a été menée auprès de **536 hommes et femmes** âgées entre 18 et 70 ans, pratiquant cette activité depuis moins d'un mois à plus de 2ans.

En vue de l'ensemble des résultats de la population interrogé, nous pouvons dire que plus des trois quarts ont constaté un bien fait positif.

-A l'aide de **l'échelle de Likert** nous avons constaté que les personnes qui pratiquent le **Postural Ball®** trouvent une amélioration de leur condition physique sur plusieurs plans :

- au niveau du dos pour 471 personnes soit (91,90 %) ;
- au niveau des tensions physique pour 499 personnes soit (95,90%) ;
- au niveau de la concentration pour 383 personnes soit (75,70%) ;
- au niveau de la respiration pour 401 personnes soit (78,80 %) ;
- au niveau de la relaxation du corps pour 509 personnes soit (96,60 %).

De plus, nous pouvons affirmer par les résultats : 481 personnes soit (92,70 %) pour 38 soit (7,3%) que le **Postural Ball®** est axé "*Sport Santé Bien-être*" et est préventif et thérapeutique.

Méthode Nadine Garcia
www.ngsportsante.com