

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **117 / 62 fiú, 55 lány**
 Tanév: **2022/2023**

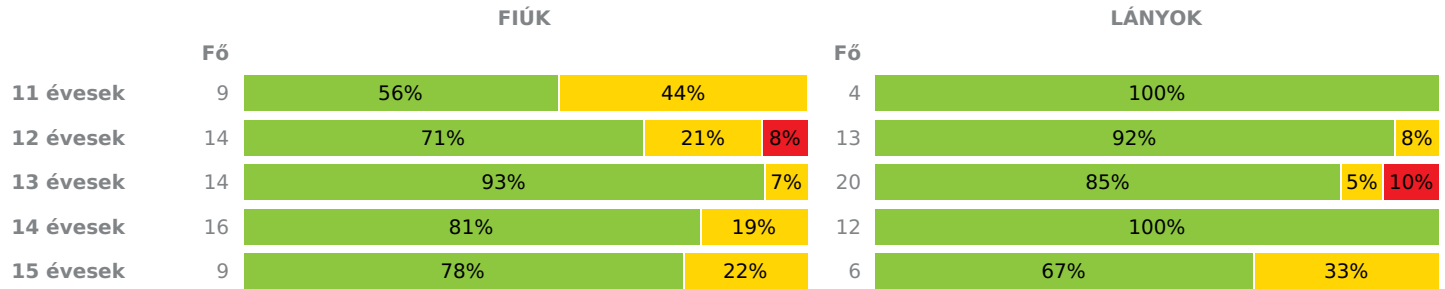


Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
 Nyomtatás dátuma: 2023.10.27 09:41:58

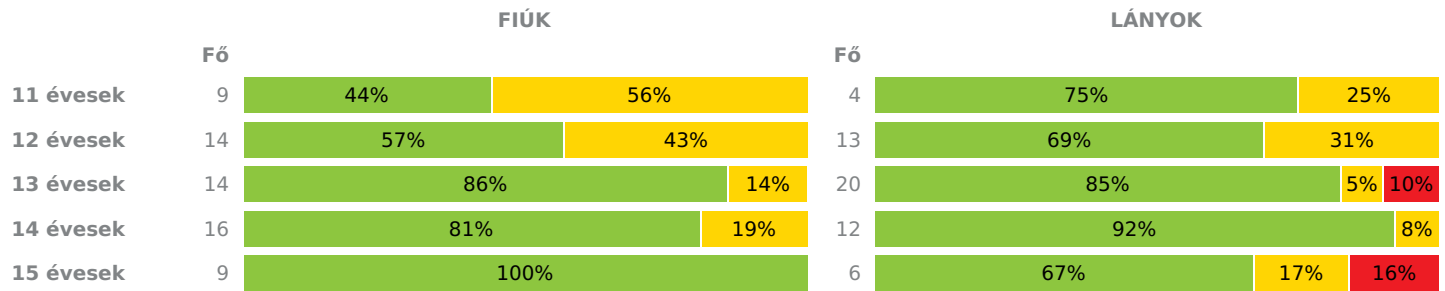
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

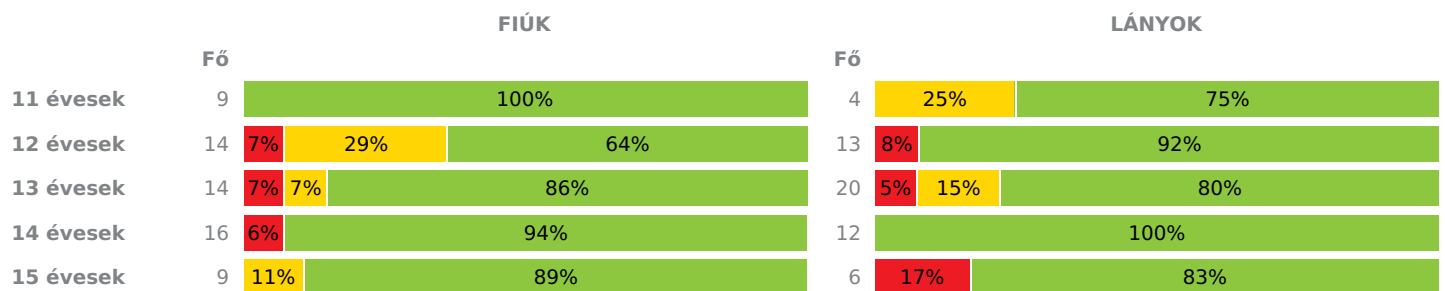


Testzsírszázalék (TZS %)



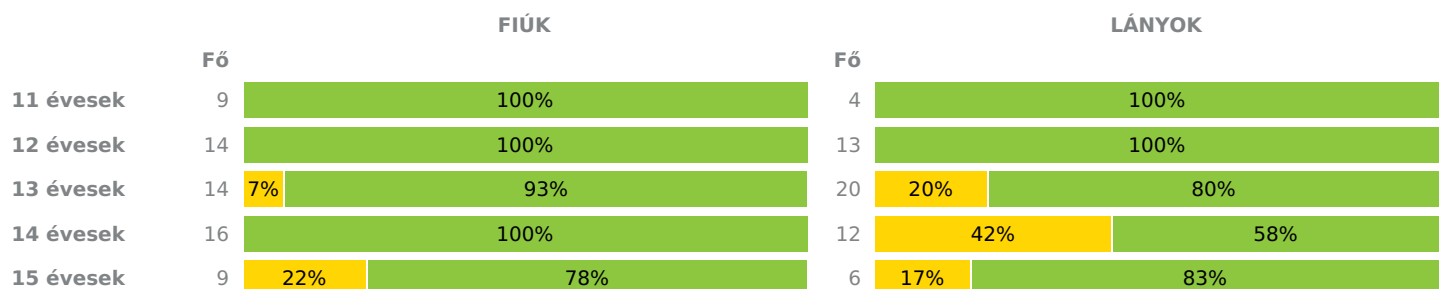
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás teszt (VO_{2max}: ml/kg/min)

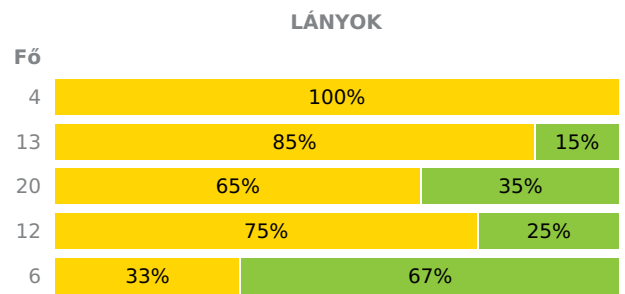
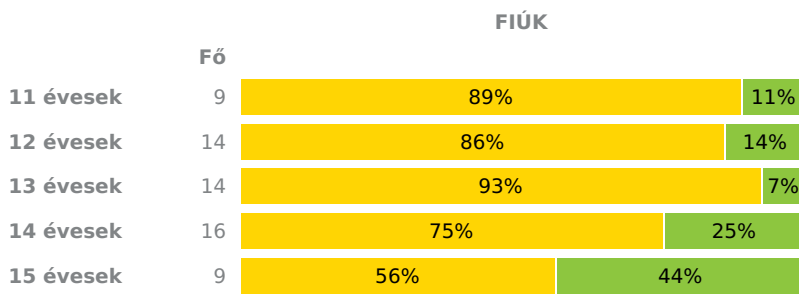


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

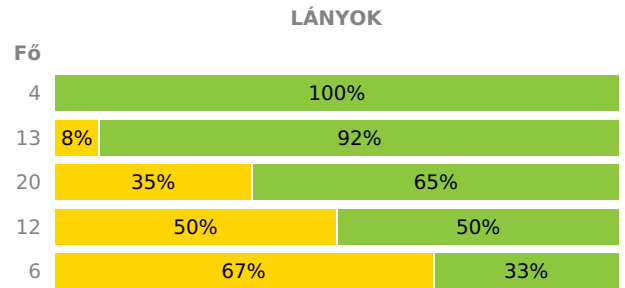
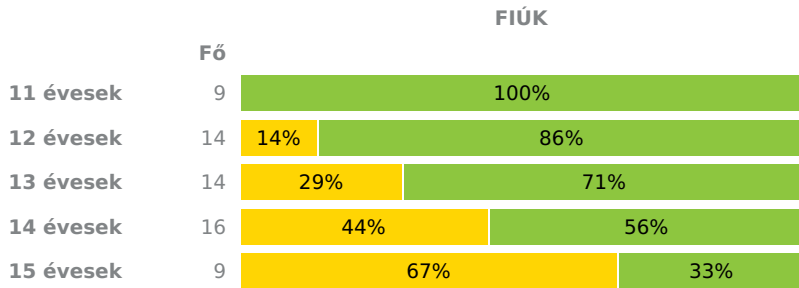
Ütemezett hasizom teszt (db)



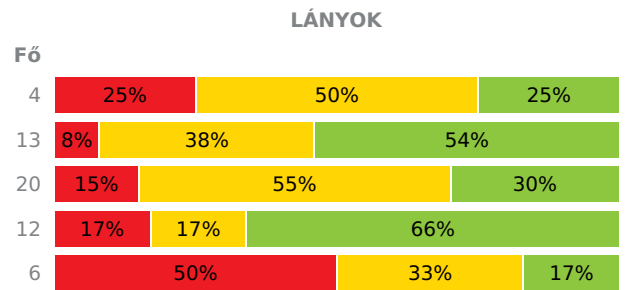
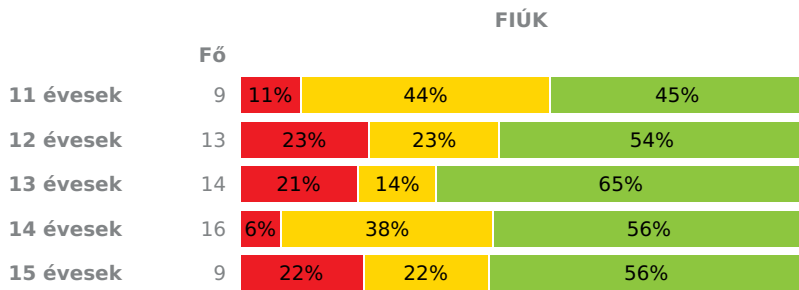
Törzsemelés teszt (cm)



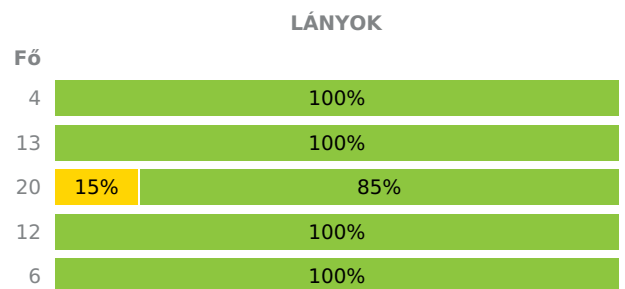
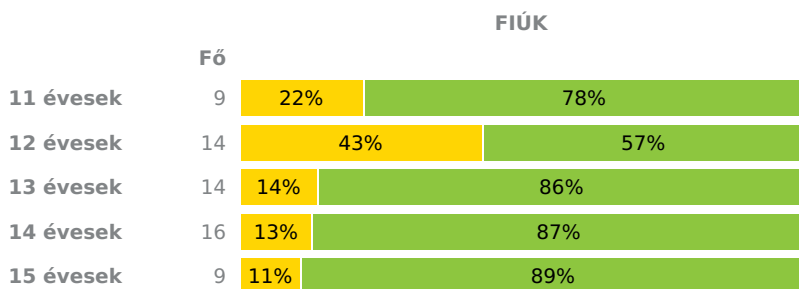
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

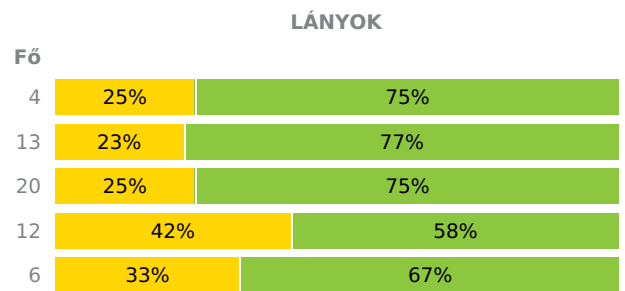
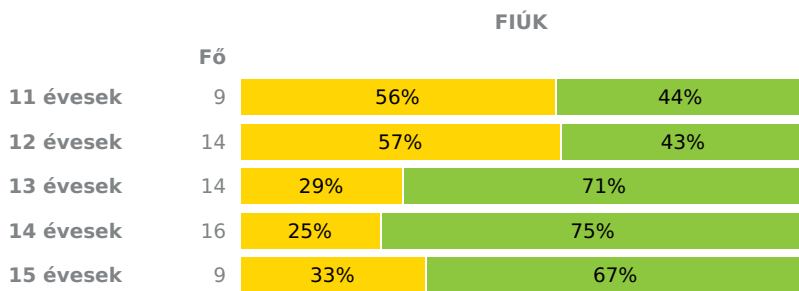


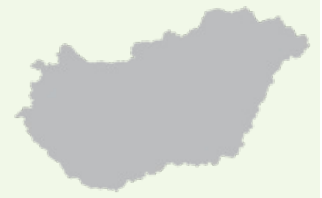
Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)





Fokozott fejlesztés szükséges

Fejlesztés szükséges

Egészséges

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL
Testtömegindex (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	14.47	25.39	19.31	3.82	16.17	20.50	17.73	1.77		4 fő - 31%	9 fő - 69%
12 évesek	14.61	25.69	19.66	3.54	15.21	21.48	18.66	2.09	1 fő - 4%	4 fő - 15%	22 fő - 81%
13 évesek	15.76	26.59	19.53	2.70	14.27	35.81	19.85	5.36	2 fő - 6%	2 fő - 6%	30 fő - 88%
14 évesek	15.49	24.76	19.40	2.64	17.55	22.16	20.11	1.43		3 fő - 11%	25 fő - 89%
15 évesek	16.98	23.70	20.88	2.03	18.18	28.60	22.38	3.91		4 fő - 27%	11 fő - 73%

Összesen: 0 % 0 % 0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	8.00	32.00	20.00	8.88	11.00	28.00	17.00	6.52		6 fő - 46%	7 fő - 54%
12 évesek	7.00	34.00	20.29	8.19	13.00	30.00	20.23	5.67		10 fő - 37%	17 fő - 63%
13 évesek	6.00	25.00	13.94	5.92	11.80	43.80	20.64	8.24	2 fő - 6%	3 fő - 9%	29 fő - 85%
14 évesek	5.20	32.60	13.38	7.48	17.10	27.90	21.65	3.03		4 fő - 14%	24 fő - 86%
15 évesek	6.10	19.10	14.46	4.17	21.60	37.30	27.03	5.50	1 fő - 6%	1 fő - 7%	13 fő - 87%

Összesen: 0 % 0 % 0 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL
Állóképességi ingafutás teszt (VO_{2max}: ml/kg/min)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	42.29	56.50	47.95	5.12	38.50	49.71	44.91	4.13		1 fő - 8%	12 fő - 92%
12 évesek	37.38	57.88	44.49	5.98	36.55	51.19	46.78	3.95	2 fő - 7%	4 fő - 15%	21 fő - 78%
13 évesek	36.99	60.47	49.83	7.01	36.45	53.23	45.39	4.76	2 fő - 6%	4 fő - 12%	28 fő - 82%
14 évesek	30.34	64.54	52.09	7.83	40.80	58.20	46.76	5.56	1 fő - 4%		27 fő - 96%
15 évesek	41.57	65.93	51.49	7.76	28.75	53.83	41.28	7.29	1 fő - 7%	1 fő - 7%	13 fő - 87%

Összesen: 0 % 0 % 0 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL
Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	20.00	80.00	59.00	24.71	18.00	80.00	62.75	25.99		13 fő - 100%
12 évesek	20.00	80.00	47.64	24.99	18.00	80.00	64.31	23.91		27 fő - 100%
13 évesek	20.00	80.00	55.93	23.62	1.00	80.00	45.30	28.52	5 fő - 15%	29 fő - 85%
14 évesek	21.00	80.00	57.44	20.00	10.00	80.00	41.67	29.54	5 fő - 18%	23 fő - 82%
15 évesek	8.00	80.00	43.22	25.09	15.00	80.00	38.00	21.56	3 fő - 20%	12 fő - 80%

Összesen: 0 % 0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	12.00	26.00	19.00	4.11	18.00	22.00	20.75	1.64	12 fő - 92%	1 fő - 8%
12 évesek	11.00	23.00	18.50	3.20	12.00	28.00	18.15	4.40	23 fő - 85%	4 fő - 15%
13 évesek	12.00	25.00	17.89	2.92	12.00	29.90	20.29	4.55	26 fő - 76%	8 fő - 24%
14 évesek	16.10	29.90	20.09	3.93	14.70	28.30	21.27	3.94	21 fő - 75%	7 fő - 25%
15 évesek	14.30	24.00	20.40	3.52	17.30	29.90	23.67	4.27	7 fő - 47%	8 fő - 53%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	10.00	70.00	24.78	17.52	7.00	22.00	14.25	5.31		13 fő - 100%
12 évesek	1.00	40.00	17.07	10.96	2.00	80.00	25.31	18.96	3 fő - 11%	24 fő - 89%
13 évesek	1.00	60.00	18.43	14.28	1.00	46.00	13.70	12.07	11 fő - 32%	23 fő - 68%
14 évesek	4.00	33.00	14.00	6.82	1.00	23.00	8.17	6.76	13 fő - 46%	15 fő - 54%
15 évesek	8.00	30.00	15.78	7.63	1.00	7.00	4.00	2.71	10 fő - 67%	5 fő - 33%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	27.00	19.67	3.65	14.00	20.00	18.00	2.35	2 fő - 15%	6 fő - 46%	5 fő - 38%
12 évesek	15.00	29.00	22.00	5.11	15.00	26.00	20.77	3.51	4 fő - 15%	8 fő - 31%	14 fő - 54%
13 évesek	17.70	37.00	26.66	6.41	13.70	28.50	22.45	3.74	6 fő - 18%	13 fő - 38%	15 fő - 44%
14 évesek	22.30	44.50	31.76	7.04	18.20	30.40	25.71	3.65	3 fő - 11%	8 fő - 29%	17 fő - 61%
15 évesek	24.00	47.40	34.74	8.46	9.50	28.60	20.17	6.18	5 fő - 33%	4 fő - 27%	6 fő - 40%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	120.00	190.00	160.56	23.15	140.00	170.00	158.75	12.44	2 fő - 15%	11 fő - 85%
12 évesek	98.00	195.00	155.43	27.63	150.00	202.00	171.31	16.11	6 fő - 22%	21 fő - 78%
13 évesek	102.00	215.00	173.57	28.44	118.00	195.00	160.40	19.55	5 fő - 15%	29 fő - 85%
14 évesek	149.00	258.00	197.81	32.14	140.00	202.00	172.25	18.54	2 fő - 7%	26 fő - 93%
15 évesek	163.00	248.00	215.11	27.46	148.00	190.00	171.33	17.03	1 fő - 7%	14 fő - 93%
Összesen:									0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	4.00	29.00	17.11	7.33	15.50	33.00	25.88	6.48	6 fő - 46%	7 fő - 54%
12 évesek	13.00	25.50	19.61	3.82	17.00	40.50	30.04	6.13	11 fő - 41%	16 fő - 59%
13 évesek	4.50	28.30	20.41	6.83	10.50	35.30	27.55	6.65	9 fő - 26%	25 fő - 74%
14 évesek	8.15	35.35	24.75	6.20	17.90	39.75	27.65	6.59	9 fő - 32%	19 fő - 68%
15 évesek	9.20	32.45	23.46	7.10	18.25	38.40	29.78	7.44	5 fő - 33%	10 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %

