

Fokozott fejlesztés szükséges  
 Fejlesztés szükséges  
 Egészségzóna

Létszám: 120 / 59 fiú, 61 lány  
Tanév: 2018/2019

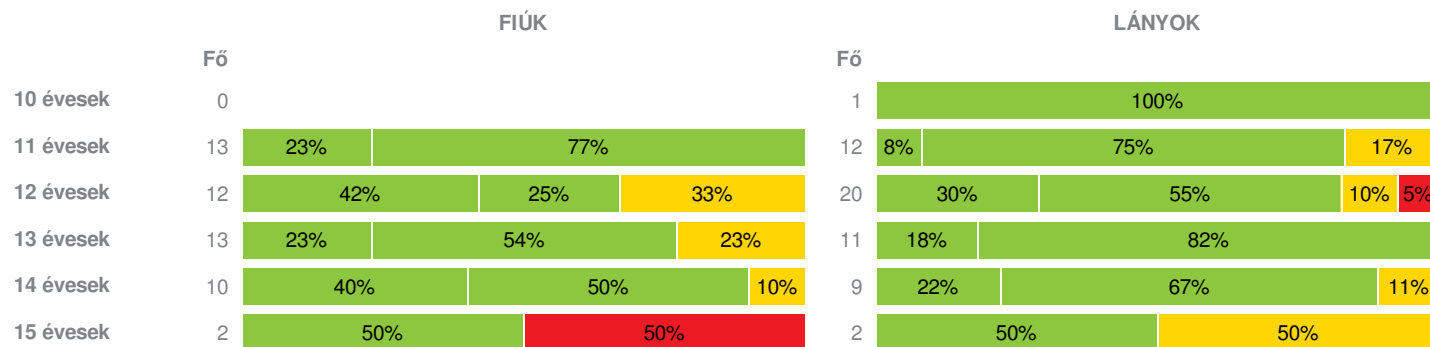


Adatfeltöltöttségi állapot: 74,63 %  
Nyomtatás dátuma: 2020.02.13 14:16:45

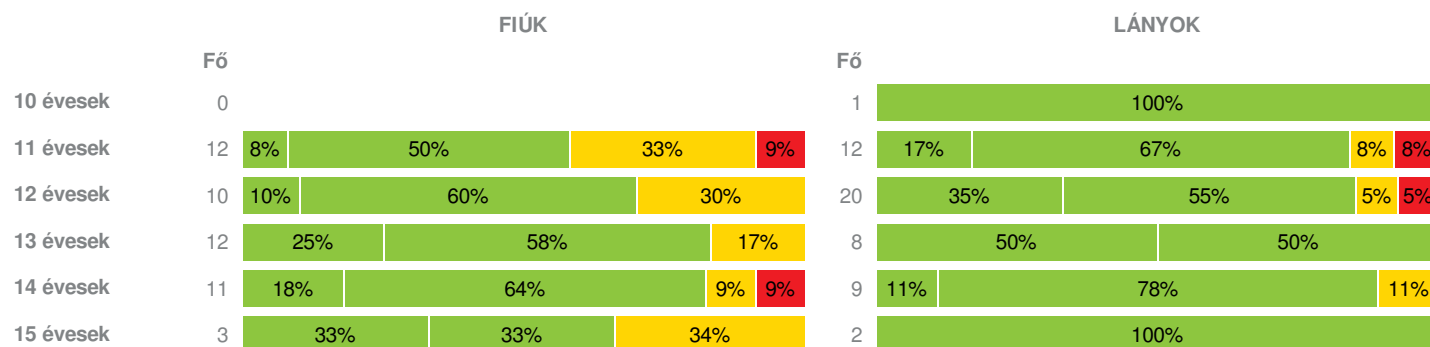
## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

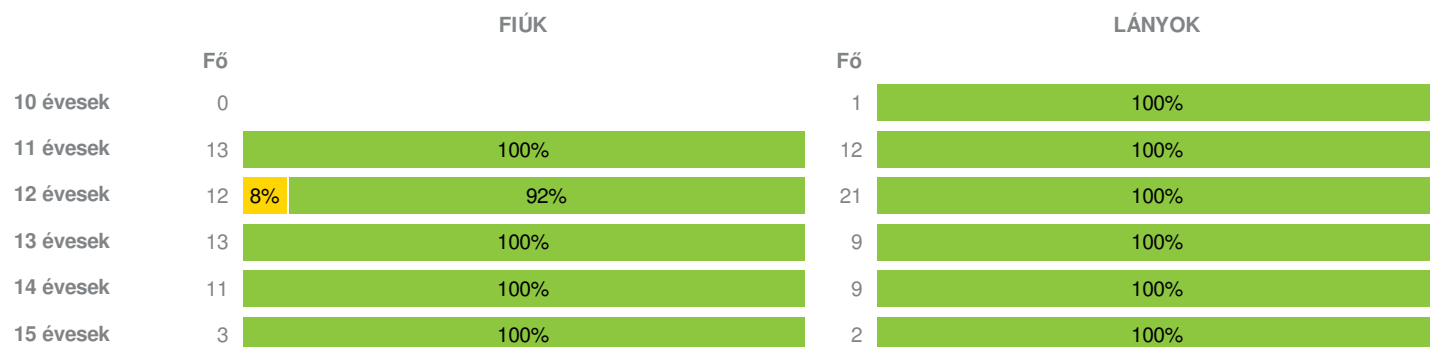


#### Testzsír százalék (TZS %)

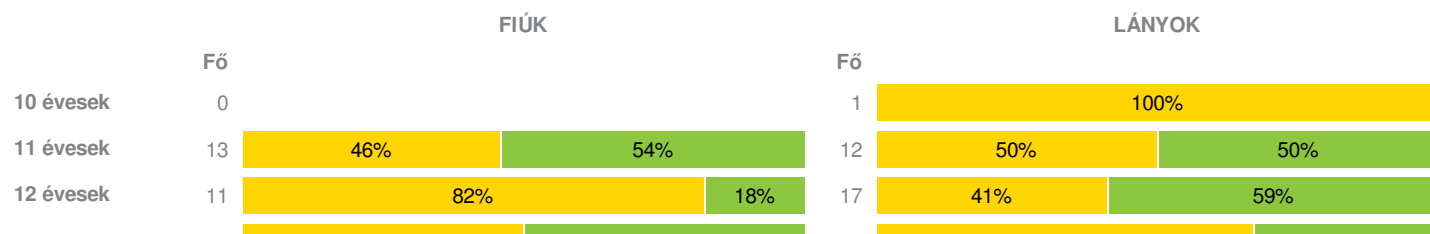


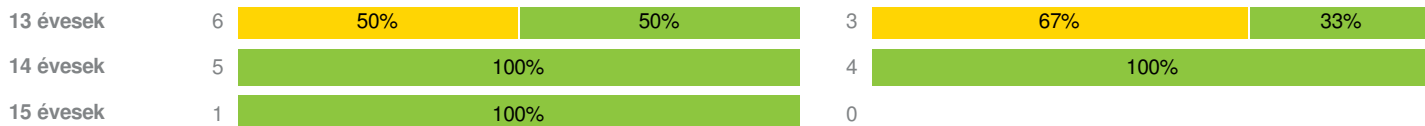
### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom (db)

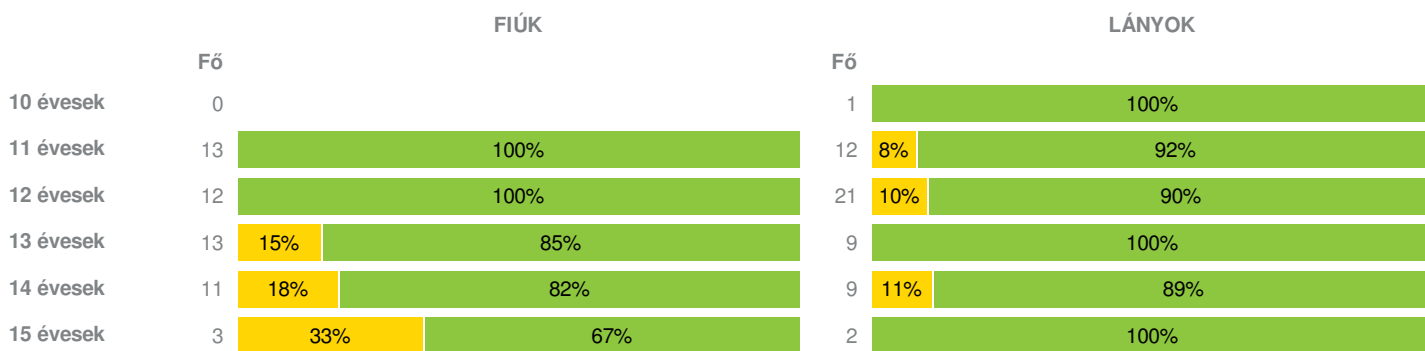


#### Törzsemelés teszt (cm)

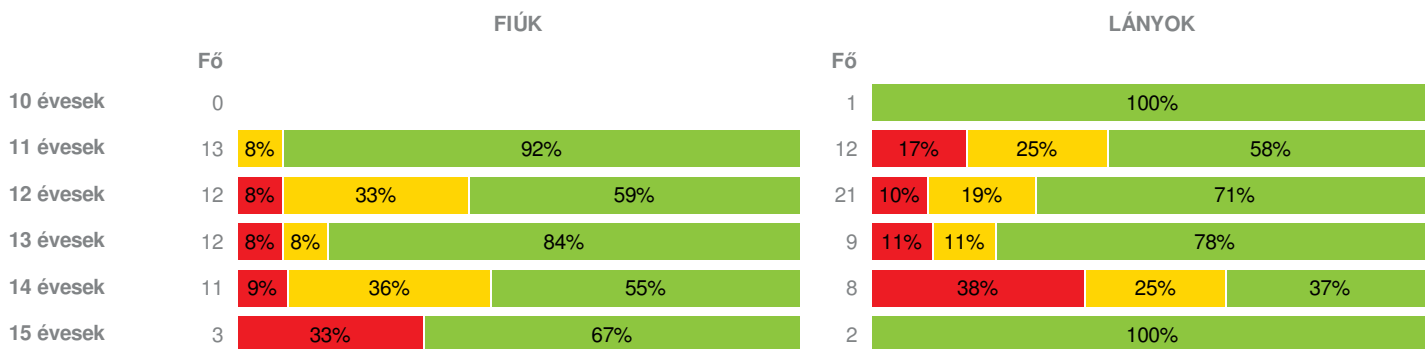




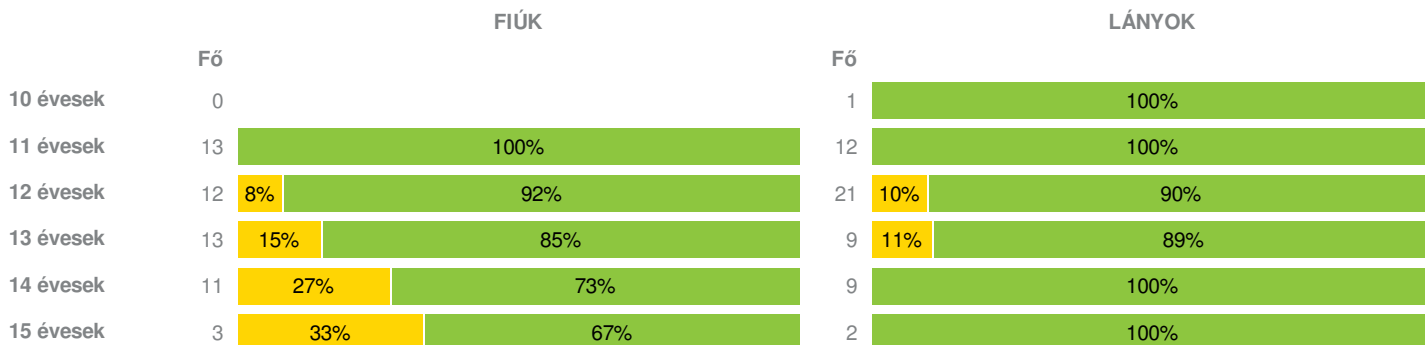
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)

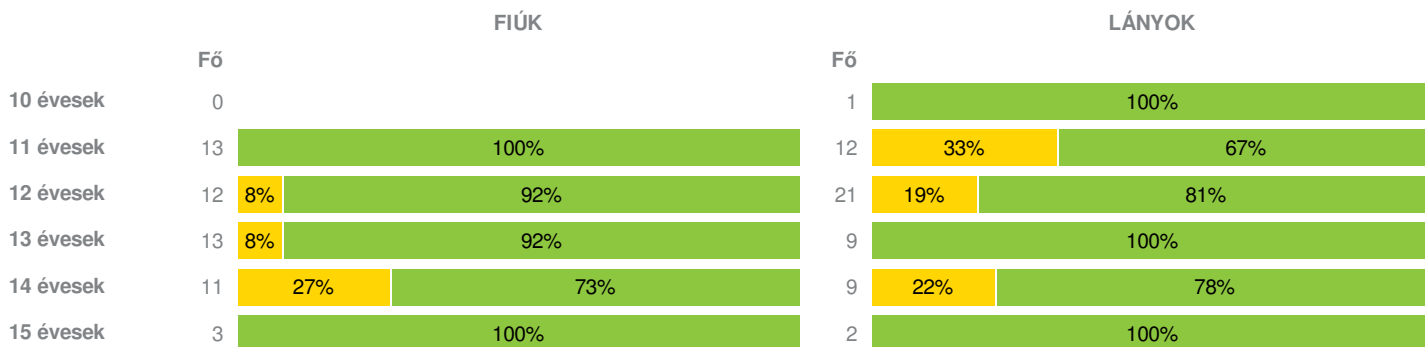


### Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: 120 / 59 fiú, 61 lány

Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 74,63 %

Nyomtatás dátuma: 2020.02.13 14:16:45



## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					18	18	18	0.00			1 fő - 100%
11 évesek	7	19	15	2.63	10	26	18	3.95		2 fő - 8%	23 fő - 92%
12 évesek	7	25	18	5.25	13	29	19	3.93	1 fő - 3%	6 fő - 19%	25 fő - 78%
13 évesek	15	25	19	3.16	15	21	18	1.74		3 fő - 12%	21 fő - 88%
14 évesek	11	24	18	3.50	16	24	20	2.45		2 fő - 11%	17 fő - 89%
15 évesek	19	30	25	5.50	17	27	22	5.10	1 fő - 25%	1 fő - 25%	2 fő - 50%
Összesen:									2 %	13 %	85 %

#### Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					20	20	20	0.00			1 fő - 100%
11 évesek	7	38	19	8.97	12	36	20	7.14	2 fő - 8%	5 fő - 21%	17 fő - 71%
12 évesek	5	25	16	6.30	6	36	16	7.36	1 fő - 4%	4 fő - 13%	25 fő - 83%
13 évesek	3	26	15	7.10	6	25	15	6.12		2 fő - 10%	18 fő - 90%
14 évesek	3	34	17	9.64	13	29	21	4.22	1 fő - 5%	2 fő - 10%	17 fő - 85%
15 évesek	6	25	16	7.88	20	28	24	3.90		1 fő - 20%	4 fő - 80%
Összesen:									4 %	14 %	82 %

### VÁZIZOMZAT FITTSÁGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					80	80	80	0.00		1 fő - 100%
11 évesek	18	80	57	23.82	18	80	55	26.14		25 fő - 100%
12 évesek	8	80	57	24.99	33	80	70	17.20	1 fő - 3%	32 fő - 97%
13 évesek	80	80	80	0.00	80	80	80	0.00		22 fő - 100%
14 évesek	35	80	72	16.43	80	80	80	0.00		20 fő - 100%
15 évesek	80	80	80	0.00	80	80	80	0.00		5 fő - 100%
Összesen:									1 %	99 %

#### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					20	20	20	0.00	1 fő - 100%	

11 évesek	17	29	22	3.56	20	29	23	2.63	12 fő - 48%	13 fő - 52%
12 évesek	14	27	20	3.90	13	29	24	4.29	16 fő - 57%	12 fő - 43%
13 évesek	18	30	23	4.19	15	30	22	6.16	5 fő - 56%	4 fő - 44%
14 évesek	23	30	27	2.79	25	28	27	1.30		9 fő - 100%
15 évesek	30	30	30	0.00						1 fő - 100%

Összesen: 47 % 53 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					17	17	17	0.00		1 fő - 100%
11 évesek	10	35	21	7.57	5	35	17	8.72	1 fő - 4%	24 fő - 96%
12 évesek	11	35	19	7.70	1	30	17	6.71	2 fő - 6%	31 fő - 94%
13 évesek	4	40	23	9.49	15	40	24	6.81	2 fő - 9%	20 fő - 91%
14 évesek	2	30	21	9.77	5	25	15	6.49	3 fő - 15%	17 fő - 85%
15 évesek	9	29	22	8.99	15	18	17	1.50	1 fő - 20%	4 fő - 80%

Összesen: 8 % 92 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					36	36	36	0.00			1 fő - 100%
11 évesek	17	67	40	14.29	13	50	25	10.94	2 fő - 8%	4 fő - 16%	19 fő - 76%
12 évesek	17	42	27	7.70	17	50	28	8.86	3 fő - 9%	8 fő - 24%	22 fő - 67%
13 évesek	19	55	38	11.42	3	50	34	14.28	2 fő - 10%	2 fő - 10%	17 fő - 81%
14 évesek	22	68	38	12.79	16	58	28	12.35	4 fő - 21%	6 fő - 32%	9 fő - 47%
15 évesek	23	57	45	15.32	32	35	34	1.50	1 fő - 20%		4 fő - 80%

Összesen: 12 % 19 % 69 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					170	170	170	0.00		1 fő - 100%
11 évesek	135	210	169	23.99	135	198	164	18.85		25 fő - 100%
12 évesek	146	212	174	17.56	110	219	175	24.95	3 fő - 9%	30 fő - 91%
13 évesek	130	250	189	33.17	5	205	164	59.07	3 fő - 14%	19 fő - 86%
14 évesek	140	215	180	22.59	145	205	168	20.28	3 fő - 15%	17 fő - 85%
15 évesek	175	295	241	49.72	175	190	183	7.50	1 fő - 20%	4 fő - 80%

Összesen: 9 % 91 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					26	26	26	0.00		1 fő - 100%
11 évesek	25	40	31	4.18	20	38	28	5.38	4 fő - 16%	21 fő - 84%
12 évesek	5	38	29	8.36	18	40	30	4.80	5 fő - 15%	28 fő - 85%
13 évesek	10	53	34	12.00	30	44	36	5.14	1 fő - 5%	21 fő - 95%
14 évesek	10	50	29	11.90	19	41	33	7.56	5 fő - 25%	15 fő - 75%
15 évesek	31	43	36	4.77	40	40	40	0.25		5 fő - 100%

Összesen: 14 % 86 %

