

■ Fokozott fejlesztés szükséges
■ Fejlesztés szükséges
■ Egészségzóna

Létszám: 124 / 63 fiú, 61 lány
Tanév: 2021/2022

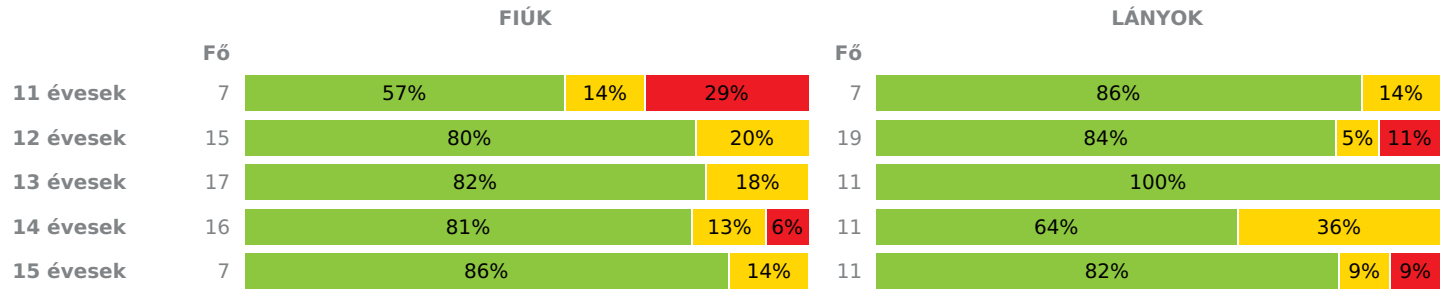


Adatfeltöltöttségi állapot: 68,13 %
Nyomtatás dátuma: 2022.08.22 10:45:53

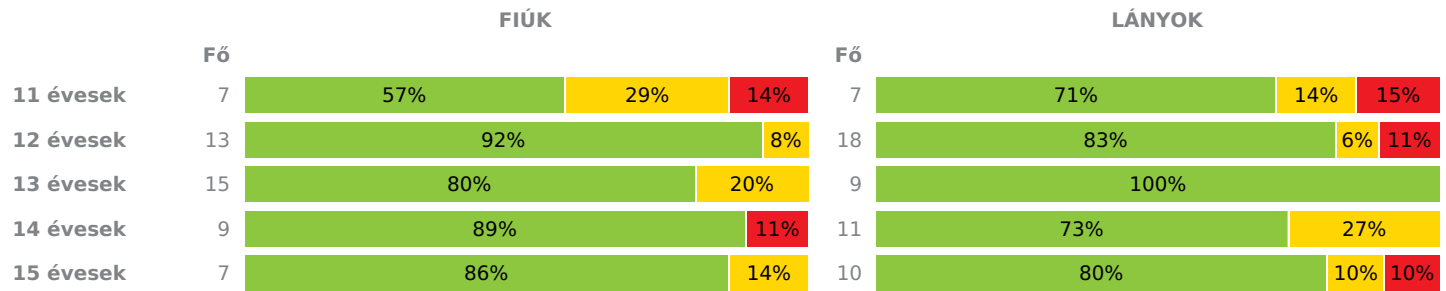
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

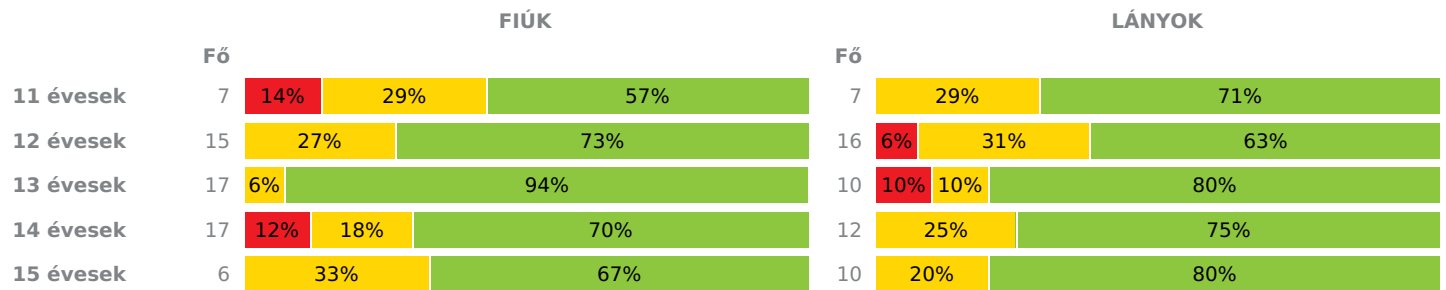


Testzsírszázalék (TZS %)



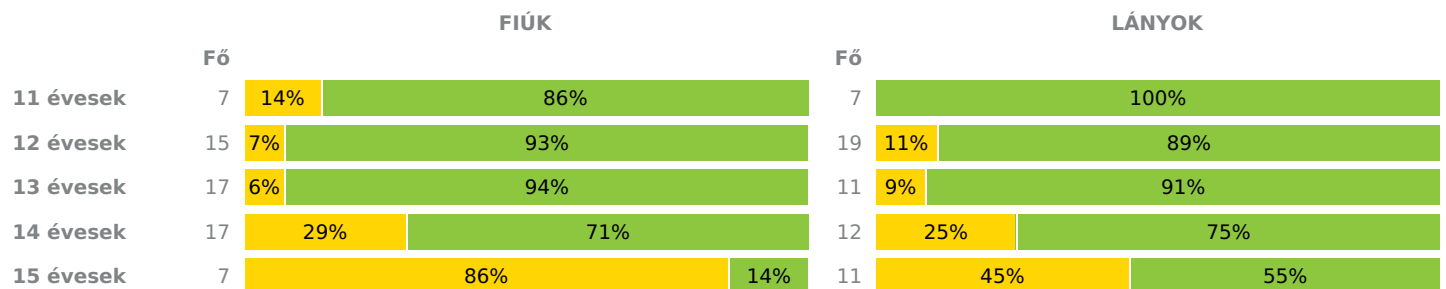
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

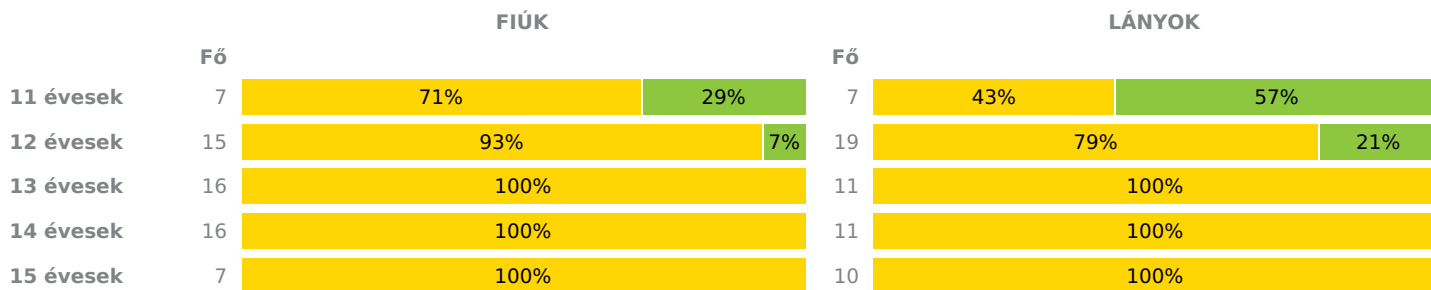


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

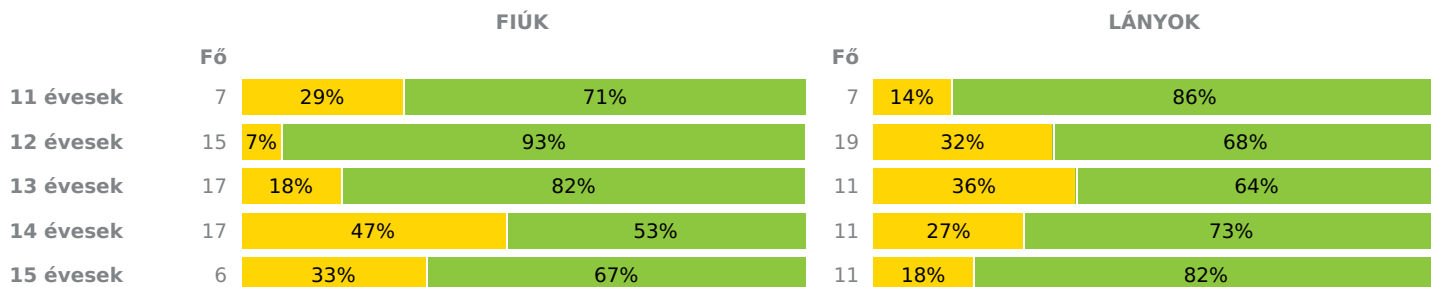
Ütemezett hasizom teszt (db)



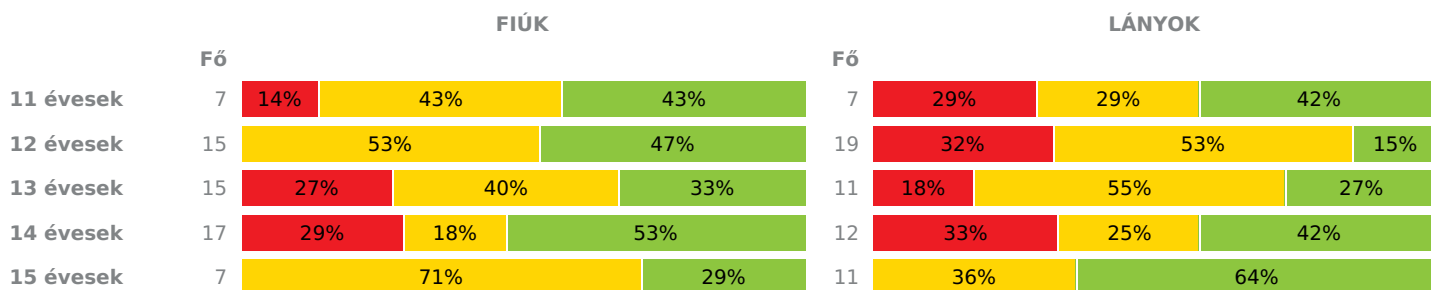
Törzsemelés teszt (cm)



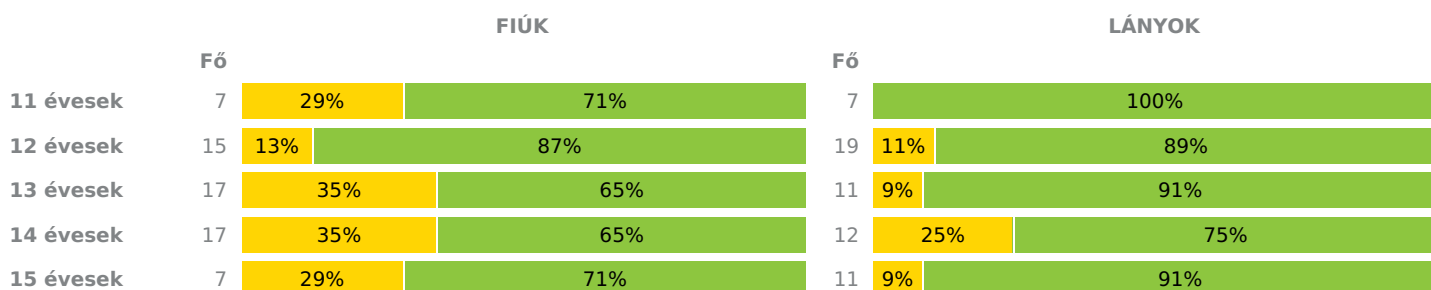
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

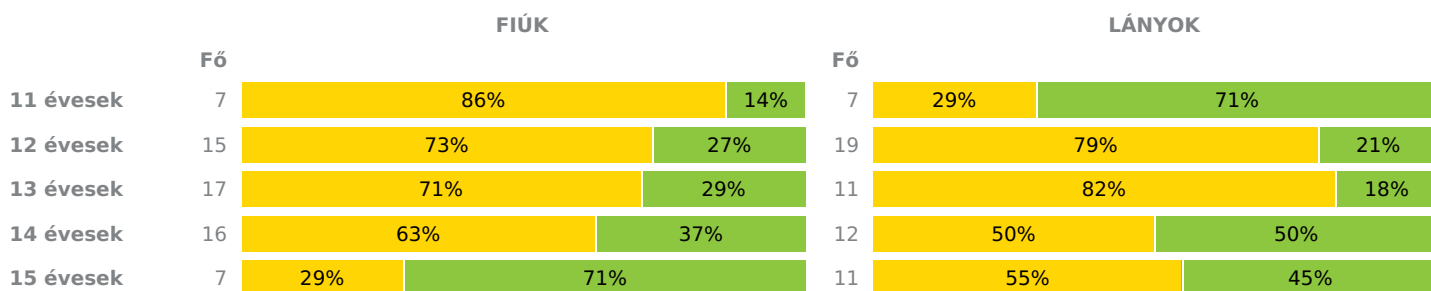


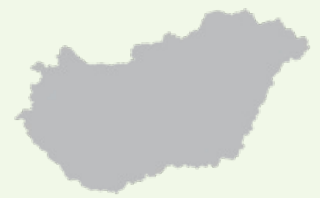
Helyből távolugrás teszt (cm)



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	13.46	28.72	19.77	5.55	14.22	21.05	17.70	2.37	2 fő - 15%	2 fő - 14%	10 fő - 71%
12 évesek	14.91	24.97	17.87	2.85	12.89	31.95	18.34	4.96	2 fő - 6%	4 fő - 12%	28 fő - 82%
13 évesek	13.67	25.07	18.35	3.11	16.58	21.35	18.92	1.23		3 fő - 11%	25 fő - 89%
14 évesek	14.53	29.90	19.32	3.68	15.61	28.12	22.06	3.89	1 fő - 4%	6 fő - 22%	20 fő - 74%
15 évesek	15.04	24.69	19.02	3.29	17.90	36.06	21.81	4.88	1 fő - 6%	2 fő - 11%	15 fő - 83%

Összesen: 0 % 0 % 0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	10.00	39.00	23.57	10.13	12.00	37.00	22.14	8.10	2 fő - 15%	3 fő - 21%	9 fő - 64%
12 évesek	11.00	24.00	15.75	6.19	5.60	37.90	20.32	9.03	2 fő - 7%	2 fő - 6%	27 fő - 87%
13 évesek	5.10	32.90	13.23	8.31	11.20	25.50	17.18	4.55		3 fő - 12%	21 fő - 88%
14 évesek	7.20	35.20	17.12	7.57	17.10	33.80	23.77	6.10	1 fő - 5%	3 fő - 15%	16 fő - 80%
15 évesek	5.10	29.90	14.07	7.77	15.10	38.40	25.71	6.43	1 fő - 6%	2 fő - 12%	14 fő - 82%

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	36.66	54.93	43.20	6.00	39.68	49.74	43.56	3.45	1 fő - 7%	4 fő - 29%	9 fő - 64%
12 évesek	38.57	62.65	46.50	7.11	36.86	51.88	42.72	4.42	1 fő - 3%	9 fő - 29%	21 fő - 68%
13 évesek	39.79	56.24	48.41	4.73	35.90	58.97	48.56	7.55	1 fő - 4%	2 fő - 7%	24 fő - 89%
14 évesek	36.83	53.64	44.95	4.82	37.49	52.12	44.29	5.04	2 fő - 7%	6 fő - 21%	21 fő - 72%
15 évesek	41.28	53.92	45.82	4.37	36.97	47.36	42.12	3.08		4 fő - 25%	12 fő - 75%

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	10.00	80.00	47.00	29.10	55.00	80.00	75.57	8.52	1 fő - 7%	13 fő - 93%
12 évesek	5.00	80.00	43.27	22.06	6.00	80.00	43.84	25.89	3 fő - 9%	31 fő - 91%
13 évesek	14.00	79.00	34.12	15.18	15.00	46.00	31.55	11.76	2 fő - 7%	26 fő - 93%
14 évesek	12.00	68.00	28.59	13.53	0.00	65.00	30.75	21.57	8 fő - 28%	21 fő - 72%
15 évesek	1.00	29.00	12.29	9.13	0.00	49.00	23.09	17.16	11 fő - 61%	7 fő - 39%

Összesen: 0 % 0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	18.00	24.00	21.00	2.00	17.00	27.00	23.00	3.42	8 fő - 57%	6 fő - 43%
12 évesek	7.00	24.00	14.27	4.65	7.00	28.00	16.32	6.29	29 fő - 85%	5 fő - 15%
13 évesek	6.00	17.00	11.38	2.91	5.00	17.00	12.00	3.59	27 fő - 100%	
14 évesek	5.00	20.00	12.50	4.49	5.00	19.00	13.82	3.33	27 fő - 100%	
15 évesek	6.00	18.00	12.29	3.53	8.00	17.00	13.90	2.43	17 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	6.00	31.00	15.57	9.81	4.00	37.00	16.71	9.91	3 fő - 21%	11 fő - 79%
12 évesek	5.00	22.00	15.53	5.28	1.00	21.00	8.74	5.82	7 fő - 21%	27 fő - 79%
13 évesek	5.00	27.00	15.41	5.92	1.00	16.00	9.18	4.59	7 fő - 25%	21 fő - 75%
14 évesek	6.00	45.00	17.76	10.56	0.00	15.00	8.91	3.96	11 fő - 39%	17 fő - 61%
15 évesek	8.00	23.00	16.17	5.64	2.00	30.00	12.91	7.35	4 fő - 24%	13 fő - 76%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	12.00	27.00	19.57	4.50	12.00	21.00	17.43	3.62	3 fő - 21%	5 fő - 36%	6 fő - 43%
12 évesek	16.00	28.00	21.07	3.60	13.00	24.00	18.34	3.05	6 fő - 18%	18 fő - 53%	10 fő - 29%
13 évesek	17.30	32.60	23.47	4.77	17.10	30.60	21.83	3.60	6 fő - 23%	12 fő - 46%	8 fő - 31%
14 évesek	17.30	43.30	29.28	7.04	15.50	33.70	23.25	5.38	9 fő - 31%	6 fő - 21%	14 fő - 48%
15 évesek	27.60	35.80	31.10	2.76	21.70	34.20	27.57	3.44	9 fő - 50%	9 fő - 50%	
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	95.00	185.00	150.43	30.43	132.00	203.00	158.86	21.42	2 fő - 14%	12 fő - 86%
12 évesek	95.00	210.00	159.73	25.75	113.00	205.00	154.63	20.10	4 fő - 12%	30 fő - 88%
13 évesek	114.00	210.00	158.76	22.85	130.00	180.00	155.91	12.96	7 fő - 25%	21 fő - 75%
14 évesek	130.00	224.00	162.18	48.39	125.00	185.00	147.83	17.87	9 fő - 31%	20 fő - 69%
15 évesek	150.00	210.00	180.29	21.01	120.00	204.00	156.64	19.52	3 fő - 17%	15 fő - 83%
Összesen:									0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13.50	22.00	15.79	2.83	21.50	41.50	30.36	6.57	8 fő - 57%	6 fő - 43%
12 évesek	8.50	23.50	16.90	4.64	10.50	35.00	21.79	6.57	26 fő - 76%	8 fő - 24%
13 évesek	5.00	26.00	15.74	5.98	10.50	32.00	18.00	6.74	21 fő - 75%	7 fő - 25%
14 évesek	7.00	29.50	17.66	7.64	15.00	39.50	24.79	5.95	16 fő - 57%	12 fő - 43%
15 évesek	9.50	29.50	21.64	6.43	15.50	32.50	26.95	4.54	8 fő - 44%	10 fő - 56%
Összesen:									0 %	0 %

