

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **158 / 80 fiú, 78 lány**
Tanév: **2021/2022**

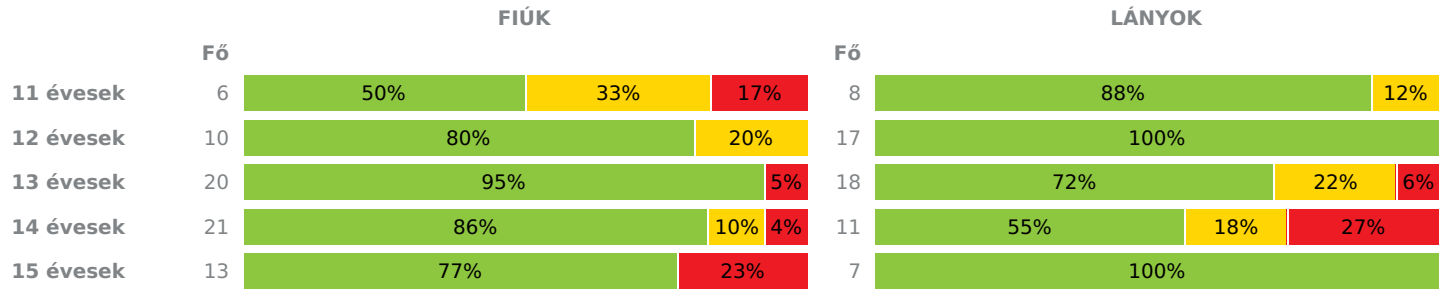


Adatfeltöltöttségi állapot: 86,99 %
Nyomtatás dátuma: 2024.05.06 15:15:22

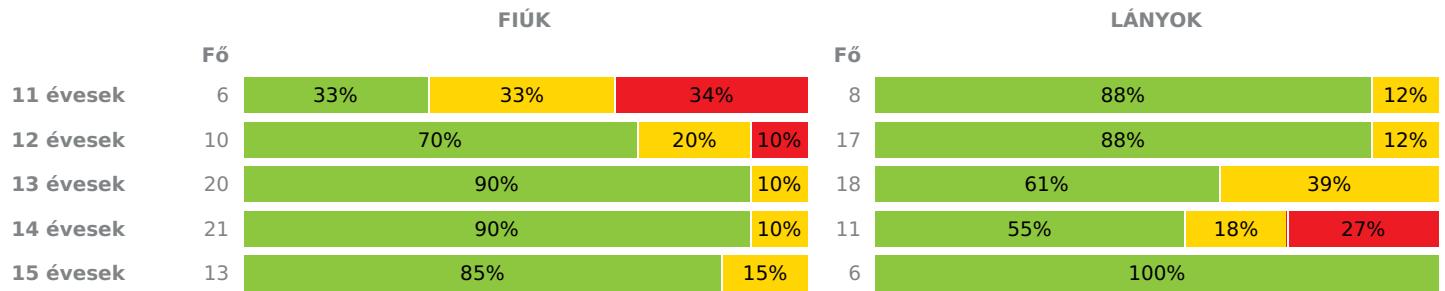
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

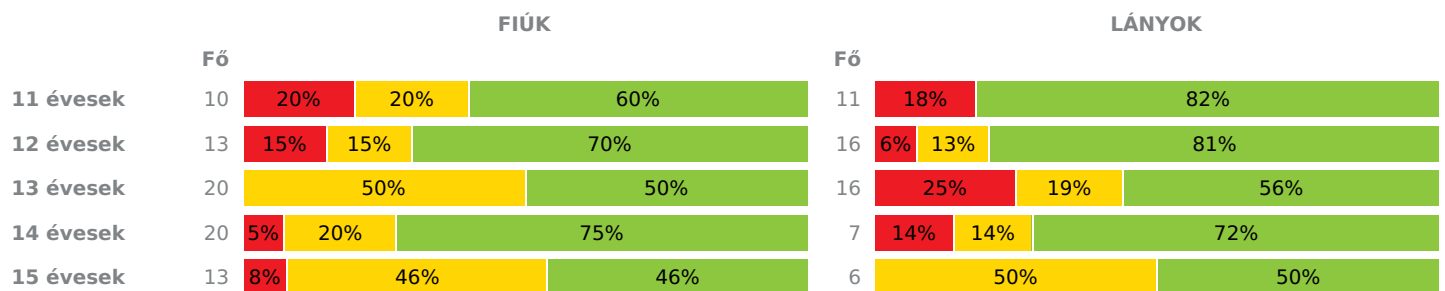


Testzsírszázalék (TZS %)



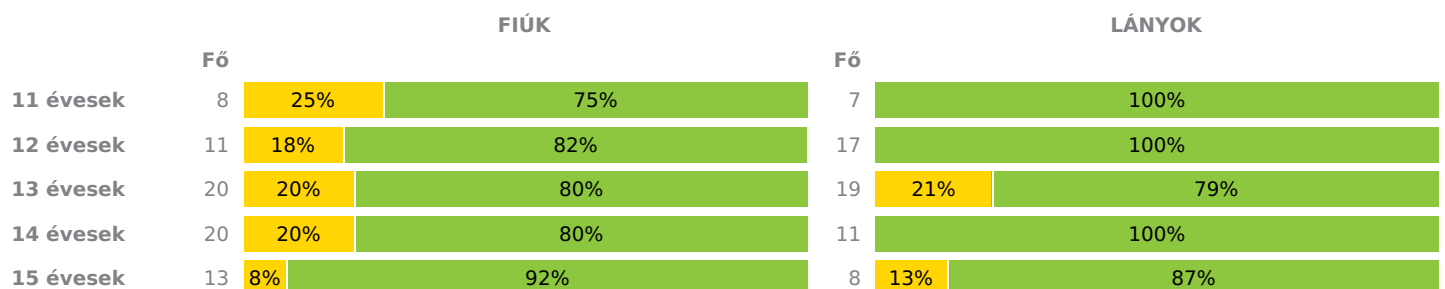
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

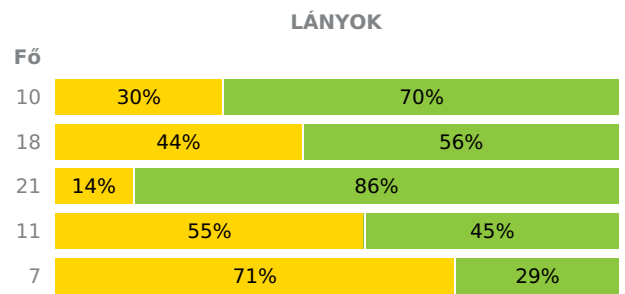
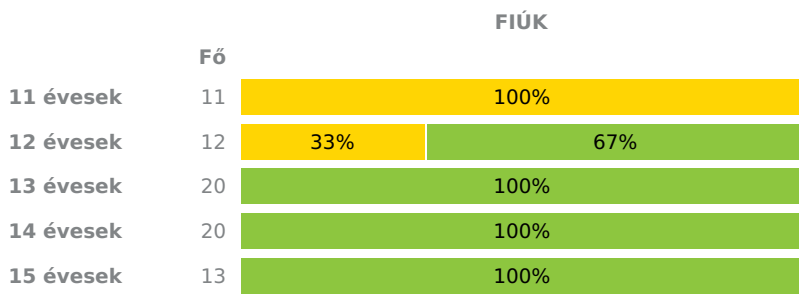


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

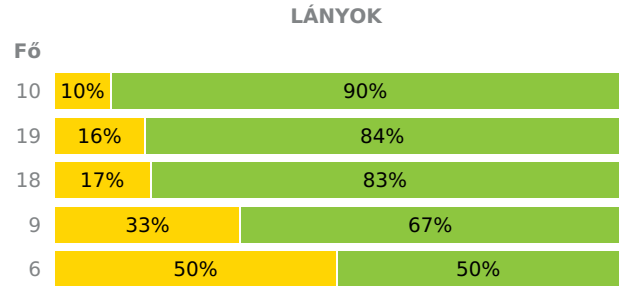
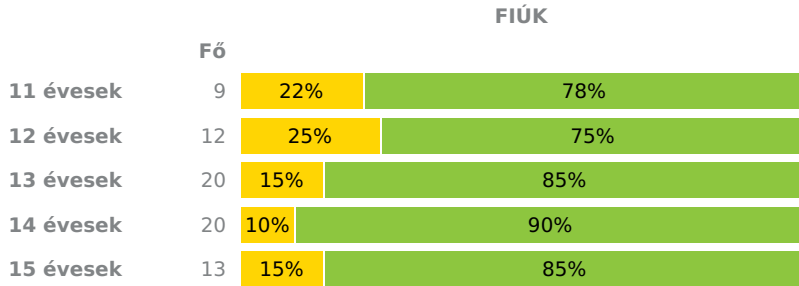
Ütemezett hasizom teszt (db)



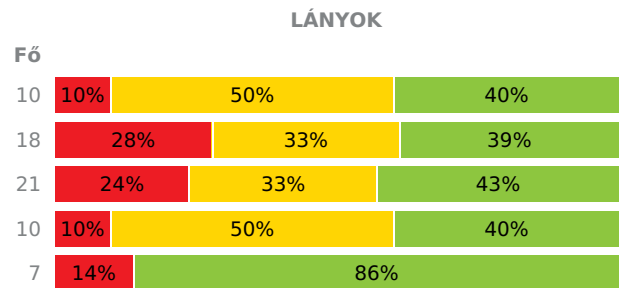
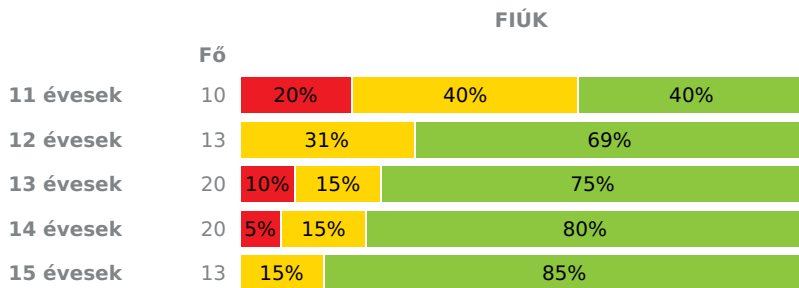
Törzsemelés teszt (cm)



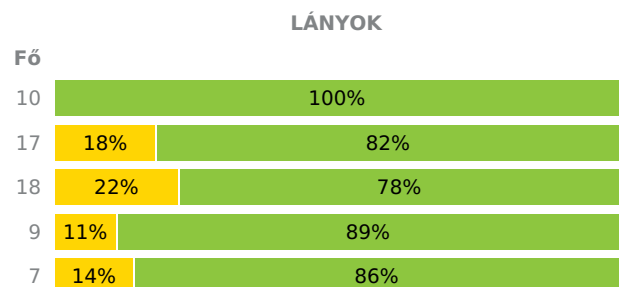
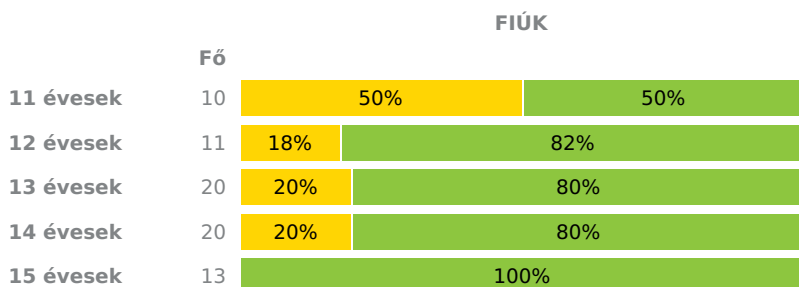
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

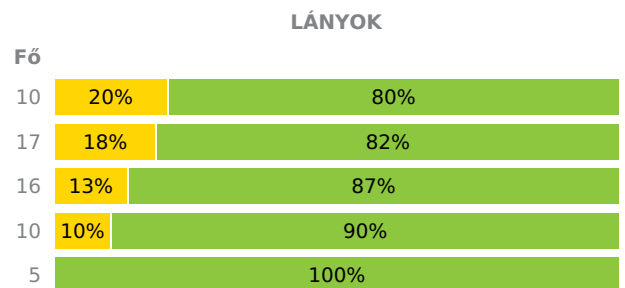
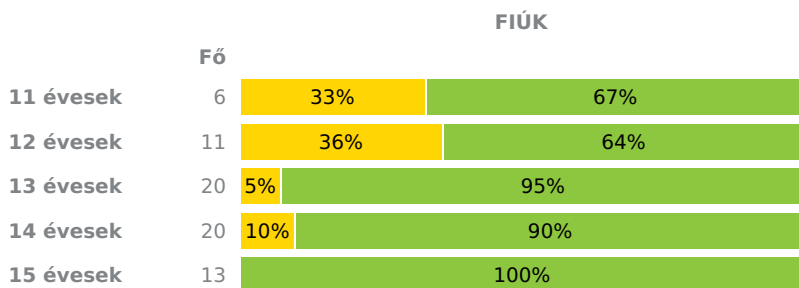


Helyből távolugrás teszt (cm)



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	16.22	26.03	21.06	3.73	14.41	24.23	18.04	2.89	1 fő - 8%	3 fő - 21%	10 fő - 71%
12 évesek	12.57	25.39	18.89	3.27	13.91	20.99	17.39	2.02		2 fő - 7%	25 fő - 93%
13 évesek	16.20	27.67	19.78	2.48	14.84	29.18	20.39	3.44	2 fő - 5%	4 fő - 11%	32 fő - 84%
14 évesek	15.43	32.30	20.37	3.69	14.45	33.47	23.64	5.98	4 fő - 12%	4 fő - 13%	24 fő - 75%
15 évesek	15.88	32.40	21.56	5.46	18.10	23.59	20.08	1.87	3 fő - 15%		17 fő - 85%

Összesen: 0 % 0 % 0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	17.30	36.80	27.83	7.75	7.00	31.00	21.70	6.54	2 fő - 15%	3 fő - 21%	9 fő - 64%
12 évesek	8.60	36.80	21.00	7.73	7.60	29.50	15.18	6.71	1 fő - 4%	4 fő - 15%	22 fő - 81%
13 évesek	13.20	24.50	18.60	3.44	13.30	33.60	23.31	6.43		9 fő - 24%	29 fő - 76%
14 évesek	7.60	26.40	15.20	4.55	11.00	42.20	28.11	9.46	3 fő - 9%	4 fő - 13%	25 fő - 78%
15 évesek	7.20	24.80	13.30	5.75	17.60	28.40	23.67	4.44		2 fő - 11%	17 fő - 89%

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	35.94	58.62	42.98	6.34	34.01	67.44	41.60	15.27	4 fő - 19%	2 fő - 10%	15 fő - 71%
12 évesek	35.64	66.60	42.50	7.38	36.44	61.43	44.93	6.28	3 fő - 10%	4 fő - 14%	22 fő - 76%
13 évesek	38.94	43.42	40.78	1.24	35.41	59.30	42.28	6.39	4 fő - 11%	13 fő - 36%	19 fő - 53%
14 évesek	39.37	44.11	42.34	1.15	34.71	58.64	42.10	7.27	2 fő - 7%	5 fő - 19%	20 fő - 74%
15 évesek	38.37	44.39	42.43	1.41	36.37	46.96	39.73	3.57	1 fő - 5%	9 fő - 47%	9 fő - 47%

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	5.00	80.00	36.88	27.42	19.00	80.00	49.29	26.95	2 fő - 13%	13 fő - 87%
12 évesek	3.00	57.00	25.27	13.79	18.00	80.00	55.88	22.78	2 fő - 7%	26 fő - 93%
13 évesek	16.00	24.00	20.65	1.85	3.00	80.00	35.21	24.45	8 fő - 21%	31 fő - 79%
14 évesek	20.00	26.00	23.60	1.56	20.00	45.00	28.55	8.96	4 fő - 13%	27 fő - 87%
15 évesek	20.00	28.00	25.46	1.87	12.00	80.00	38.13	21.84	2 fő - 10%	19 fő - 90%

Összesen: 0 % 0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	15.50	22.00	18.86	1.93	18.00	30.00	25.60	4.29	14 fő - 67%	7 fő - 33%
12 évesek	16.50	27.00	22.56	3.11	14.00	30.00	23.75	5.04	12 fő - 40%	18 fő - 60%
13 évesek	24.00	27.00	25.40	0.92	20.00	30.00	26.83	3.28	3 fő - 7%	38 fő - 93%
14 évesek	24.00	28.00	25.50	1.12	16.00	30.00	22.36	5.21	6 fő - 19%	25 fő - 81%
15 évesek	26.00	29.00	26.62	0.92	9.00	30.00	18.86	6.47	5 fő - 25%	15 fő - 75%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	4.00	24.00	15.22	6.51	5.00	30.00	19.20	8.22	3 fő - 16%	16 fő - 84%
12 évesek	4.00	25.00	13.67	6.26	4.00	52.00	21.89	12.55	6 fő - 19%	25 fő - 81%
13 évesek	6.00	30.00	13.90	4.78	0.00	20.00	11.22	6.01	6 fő - 16%	32 fő - 84%
14 évesek	7.00	25.00	15.80	3.92	1.00	21.00	10.00	6.73	5 fő - 17%	24 fő - 83%
15 évesek	10.00	30.00	19.46	5.23	3.00	11.00	7.00	3.70	5 fő - 26%	14 fő - 74%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	11.70	21.50	17.88	2.68	14.00	26.00	18.88	3.23	3 fő - 15%	9 fő - 45%	8 fő - 40%
12 évesek	19.20	40.60	25.15	5.75	13.00	26.70	20.18	3.84	5 fő - 16%	10 fő - 32%	16 fő - 52%
13 évesek	17.90	44.00	28.11	5.89	16.00	31.00	22.56	4.40	7 fő - 17%	10 fő - 24%	24 fő - 59%
14 évesek	21.30	44.50	31.66	4.46	19.00	39.00	25.90	5.91	2 fő - 7%	8 fő - 27%	20 fő - 67%
15 évesek	30.80	46.50	37.47	4.87	20.00	37.30	30.30	4.87	1 fő - 5%	2 fő - 10%	17 fő - 85%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	80.00	195.00	133.80	29.03	135.00	190.00	157.40	17.70	5 fő - 25%	15 fő - 75%
12 évesek	110.00	180.00	157.73	19.64	110.00	180.00	155.82	21.48	5 fő - 18%	23 fő - 82%
13 évesek	138.00	200.00	166.25	17.67	110.00	185.00	147.72	20.00	8 fő - 21%	30 fő - 79%
14 évesek	135.00	209.00	179.90	16.78	125.00	190.00	151.67	18.71	5 fő - 17%	24 fő - 83%
15 évesek	172.00	225.00	193.31	13.32	135.00	210.00	165.71	23.21	1 fő - 5%	19 fő - 95%
Összesen:									0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	15.50	31.50	23.54	5.82	16.50	40.00	29.20	6.01	4 fő - 25%	12 fő - 75%
12 évesek	12.50	25.50	20.86	4.27	22.00	39.00	30.71	5.21	7 fő - 25%	21 fő - 75%
13 évesek	11.50	31.00	25.00	4.01	23.00	41.50	30.06	4.44	3 fő - 8%	33 fő - 92%
14 évesek	12.50	31.00	23.91	4.28	23.00	47.00	36.50	7.38	3 fő - 10%	27 fő - 90%
15 évesek	22.50	30.00	26.27	2.28	26.00	45.00	36.30	6.19		18 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

