

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: 160 / 81 fiú, 79 lány
Tanév: 2022/2023

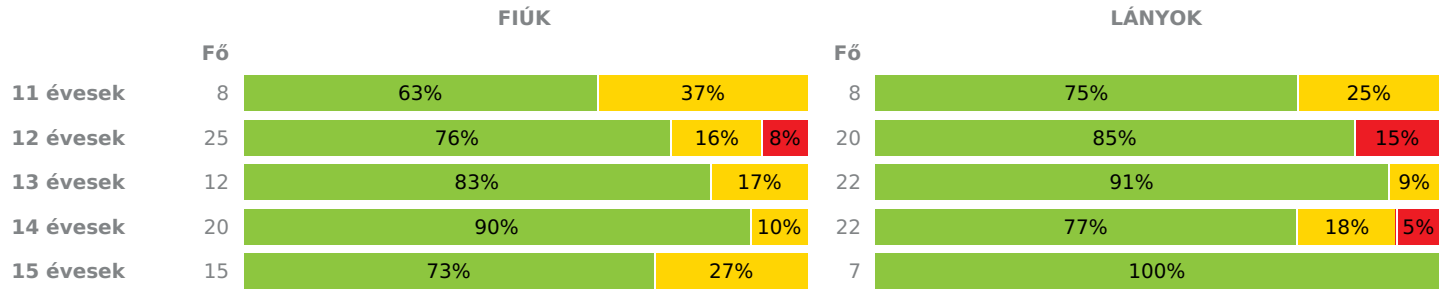


Adatfeltöltöttségi állapot: 99,51 %
Nyomtatás dátuma: 2024.05.06 15:15:56

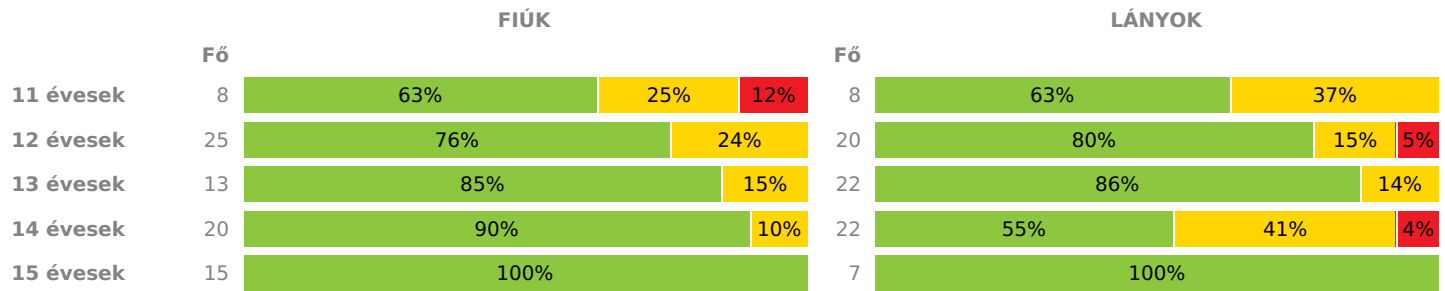
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

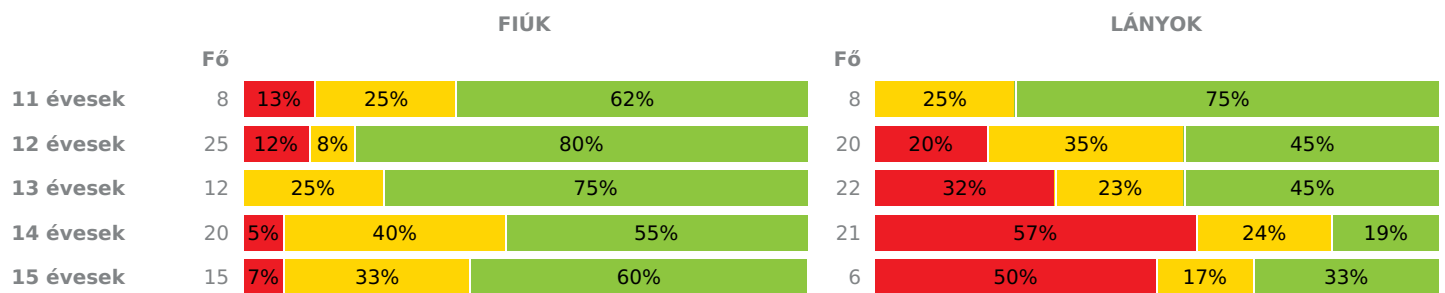


Testzsírszázalék (TZS %)



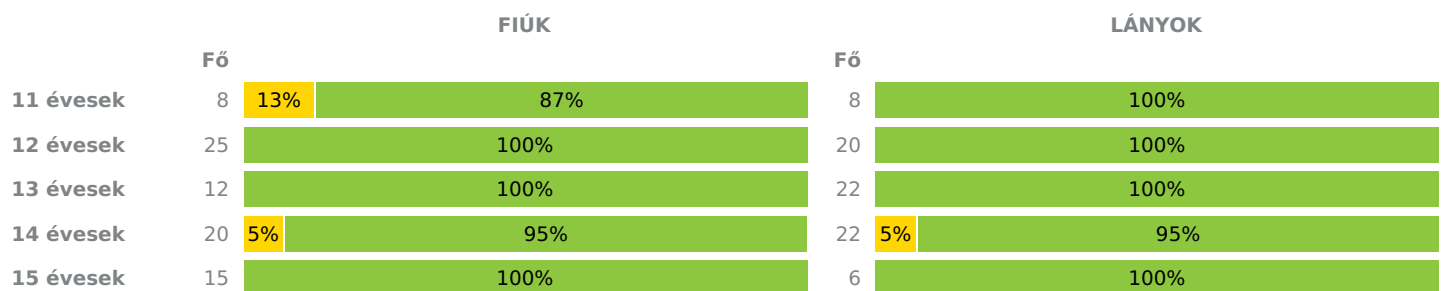
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

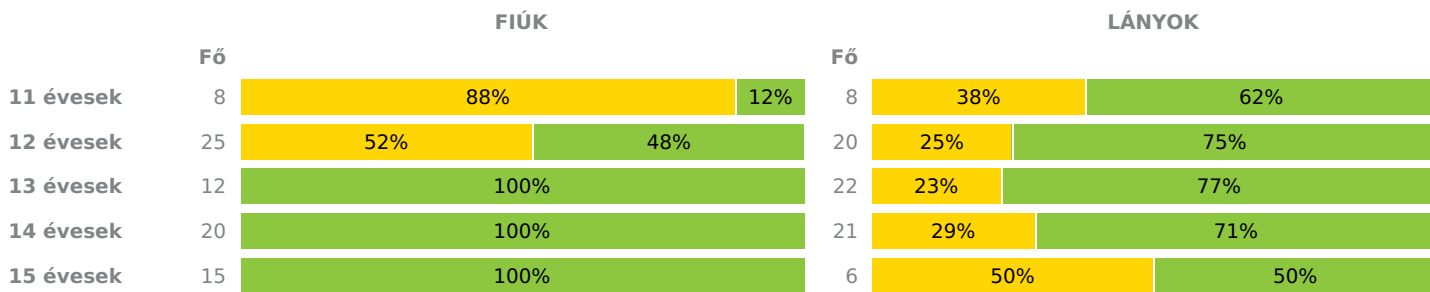


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

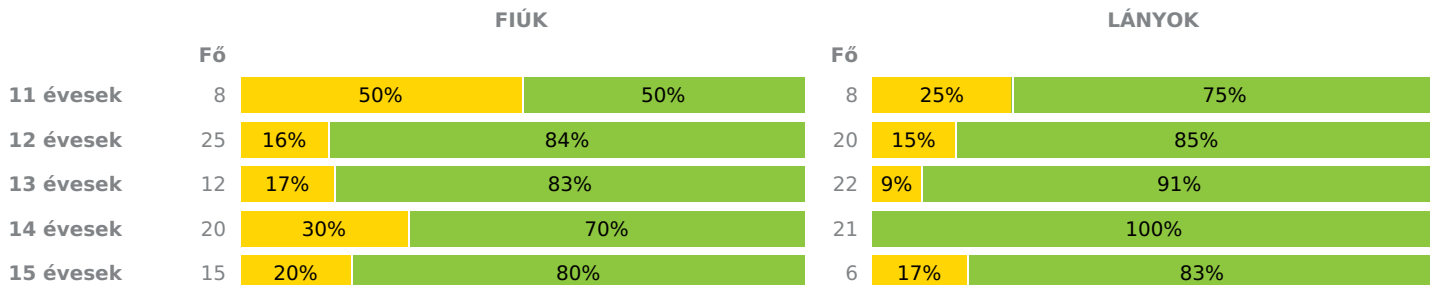
Ütemezett hasizom teszt (db)



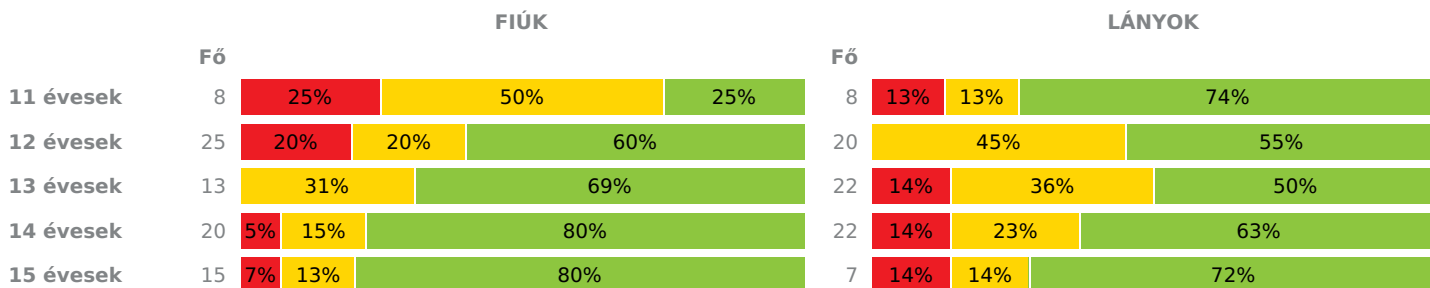
Törzsemelés teszt (cm)



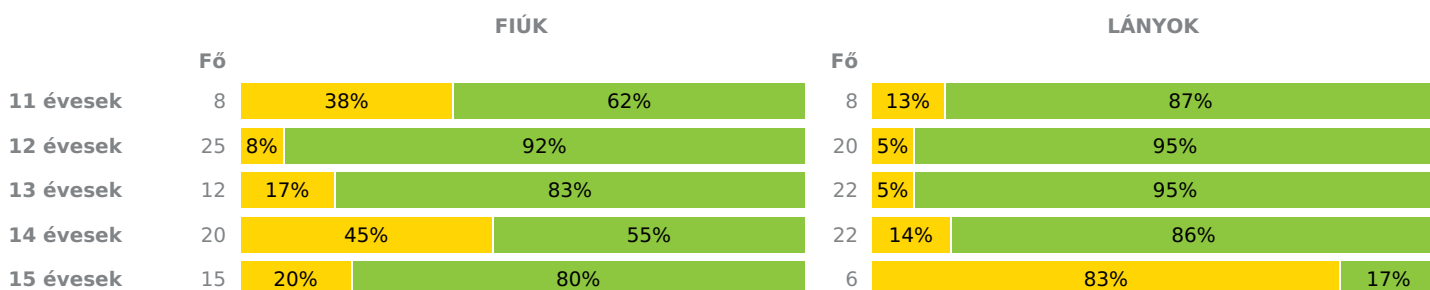
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

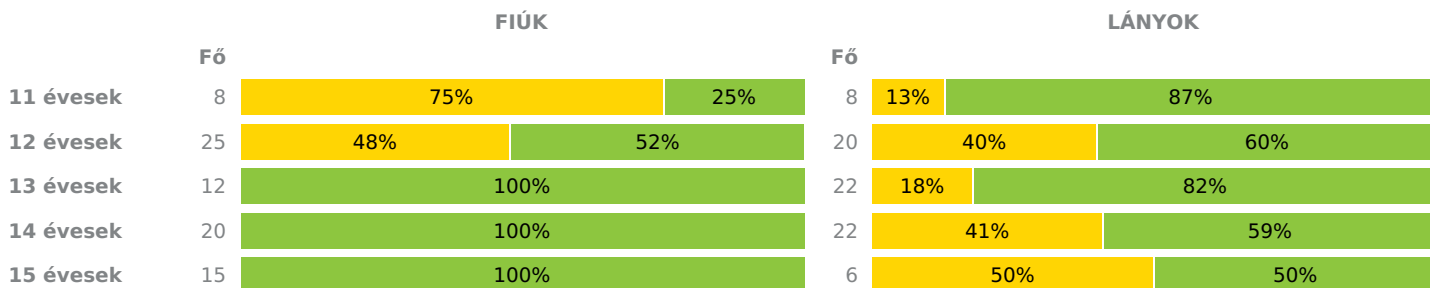


Helyből távolugrás teszt (cm)



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	15.11	25.11	19.58	3.12	15.33	25.34	19.86	3.33		5 fő - 31%	11 fő - 69%
12 évesek	14.98	30.38	19.55	3.72	16.44	31.87	19.77	4.09	5 fő - 11%	4 fő - 9%	36 fő - 80%
13 évesek	15.81	24.43	18.65	2.64	14.39	24.72	18.62	2.49		4 fő - 12%	30 fő - 88%
14 évesek	16.10	25.90	19.76	2.14	15.66	30.66	20.98	3.73	1 fő - 3%	6 fő - 14%	35 fő - 83%
15 évesek	16.00	27.46	20.63	3.83	16.66	22.11	19.53	1.50		4 fő - 18%	18 fő - 82%

Összesen: 0 % 0 % 0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	9.00	39.00	22.45	9.11	6.00	31.40	19.91	9.26	1 fő - 6%	5 fő - 31%	10 fő - 63%
12 évesek	9.10	33.80	18.99	5.97	7.70	38.50	20.59	6.78	1 fő - 2%	9 fő - 20%	35 fő - 78%
13 évesek	14.00	25.10	16.68	3.54	6.00	32.80	17.54	7.04		5 fő - 14%	30 fő - 86%
14 évesek	13.10	23.20	16.88	3.10	11.30	38.40	25.86	6.64	1 fő - 3%	11 fő - 26%	30 fő - 71%
15 évesek	7.80	19.60	14.91	2.68	18.00	28.00	23.90	3.54			22 fő - 100%

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	35.67	56.27	44.74	7.51	37.54	53.80	42.94	4.89	1 fő - 6%	4 fő - 25%	11 fő - 69%
12 évesek	35.61	54.72	42.98	4.84	35.39	52.20	41.03	4.75	7 fő - 16%	9 fő - 20%	29 fő - 64%
13 évesek	39.04	43.86	41.58	1.40	33.90	49.36	39.96	4.84	7 fő - 21%	8 fő - 24%	19 fő - 56%
14 évesek	38.59	45.83	41.72	1.74	31.91	86.20	38.72	11.01	13 fő - 32%	13 fő - 32%	15 fő - 37%
15 évesek	39.85	45.19	43.05	1.57	33.00	44.11	38.07	3.96	4 fő - 19%	6 fő - 29%	11 fő - 52%

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	12.00	36.00	30.13	7.15	30.00	80.00	49.75	15.41	1 fő - 6%	15 fő - 94%
12 évesek	15.00	41.00	27.68	6.87	24.00	80.00	68.45	16.87		45 fő - 100%
13 évesek	23.00	27.00	25.25	1.48	28.00	80.00	75.77	12.10		34 fő - 100%
14 évesek	23.00	29.00	26.00	1.58	12.00	80.00	62.68	20.06	2 fő - 5%	40 fő - 95%
15 évesek	25.00	29.00	27.20	1.22	28.00	75.00	46.00	15.61		21 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 % 0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	15.00	26.00	18.75	3.38	17.00	30.00	25.00	4.87	10 fő - 63%	6 fő - 38%
12 évesek	14.00	28.00	21.44	4.61	15.00	30.00	24.85	4.16	18 fő - 40%	27 fő - 60%
13 évesek	25.00	28.00	26.33	0.75	17.00	30.00	25.35	3.30	5 fő - 15%	29 fő - 85%
14 évesek	24.00	29.00	26.31	1.14	16.50	30.00	25.06	4.27	6 fő - 15%	35 fő - 85%
15 évesek	24.00	29.00	26.00	1.32	20.00	24.50	22.42	1.90	3 fő - 14%	18 fő - 86%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	2.00	27.00	10.25	8.63	5.00	24.00	14.50	6.87	6 fő - 38%	10 fő - 63%
12 évesek	5.00	34.00	12.52	5.47	4.00	32.00	15.10	8.55	7 fő - 16%	38 fő - 84%
13 évesek	9.00	22.00	13.83	3.34	5.00	60.00	20.32	11.90	4 fő - 12%	30 fő - 88%
14 évesek	4.00	30.00	14.75	6.00	7.00	25.00	13.05	4.54	6 fő - 15%	35 fő - 85%
15 évesek	7.00	20.00	15.33	3.52	6.00	17.00	11.33	3.99	4 fő - 19%	17 fő - 81%
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	24.20	17.76	2.94	15.40	25.70	20.19	3.32	3 fő - 19%	5 fő - 31%	8 fő - 50%
12 évesek	12.10	27.00	21.28	3.71	16.20	28.70	22.18	3.65	5 fő - 11%	14 fő - 31%	26 fő - 58%
13 évesek	21.70	43.00	27.99	4.91	16.00	36.00	24.64	5.34	3 fő - 9%	12 fő - 34%	20 fő - 57%
14 évesek	22.00	49.00	35.55	8.38	17.60	32.80	26.69	4.26	4 fő - 10%	8 fő - 19%	30 fő - 71%
15 évesek	26.00	52.00	37.76	5.98	20.10	37.00	27.13	5.11	2 fő - 9%	3 fő - 14%	17 fő - 77%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	114.00	230.00	154.63	36.61	110.00	192.00	149.25	25.25	4 fő - 25%	12 fő - 75%
12 évesek	122.00	203.00	154.88	15.82	122.00	200.00	159.60	21.03	3 fő - 7%	42 fő - 93%
13 évesek	140.00	185.00	161.08	13.49	110.00	210.00	171.82	26.45	3 fő - 9%	31 fő - 91%
14 évesek	150.00	198.00	171.05	13.34	125.00	184.00	156.95	16.95	12 fő - 29%	30 fő - 71%
15 évesek	150.00	209.00	180.73	14.38	129.00	170.00	136.50	14.99	8 fő - 38%	13 fő - 62%
Összesen:									0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	6.50	29.00	15.00	7.01	22.00	37.00	28.94	4.79	7 fő - 44%	9 fő - 56%
12 évesek	6.00	33.00	19.38	6.73	19.00	37.50	27.70	5.68	20 fő - 44%	25 fő - 56%
13 évesek	22.50	30.50	25.38	2.33	15.00	47.00	30.80	7.55	4 fő - 12%	30 fő - 88%
14 évesek	21.50	36.50	27.28	4.69	13.50	42.50	27.07	7.90	9 fő - 21%	33 fő - 79%
15 évesek	21.50	25.50	24.33	1.06	9.50	40.50	26.17	9.62	3 fő - 14%	18 fő - 86%
Összesen:									0 %	0 %

