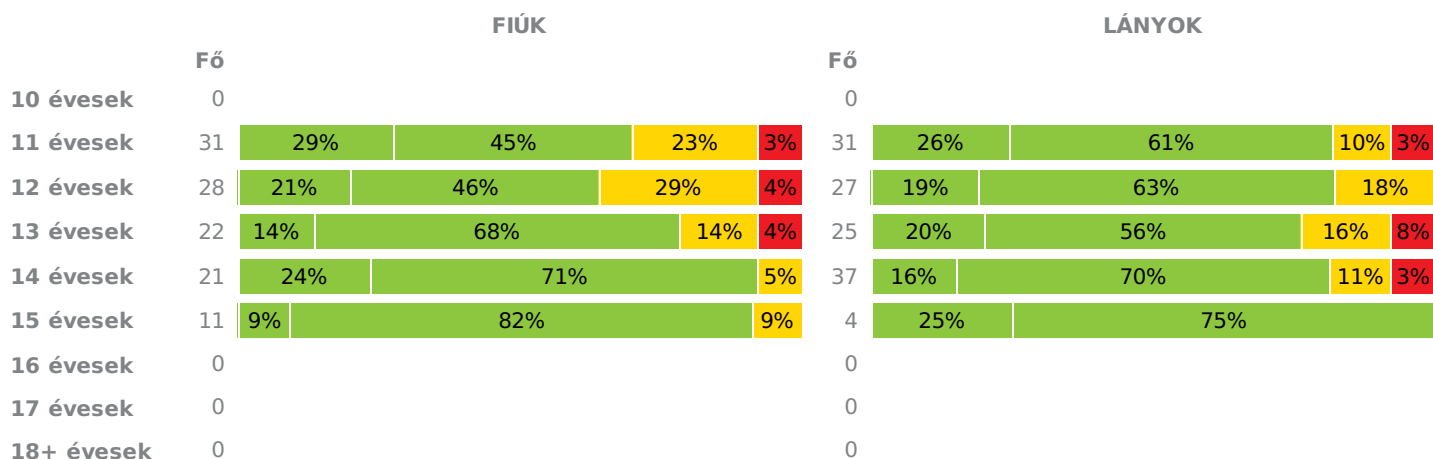
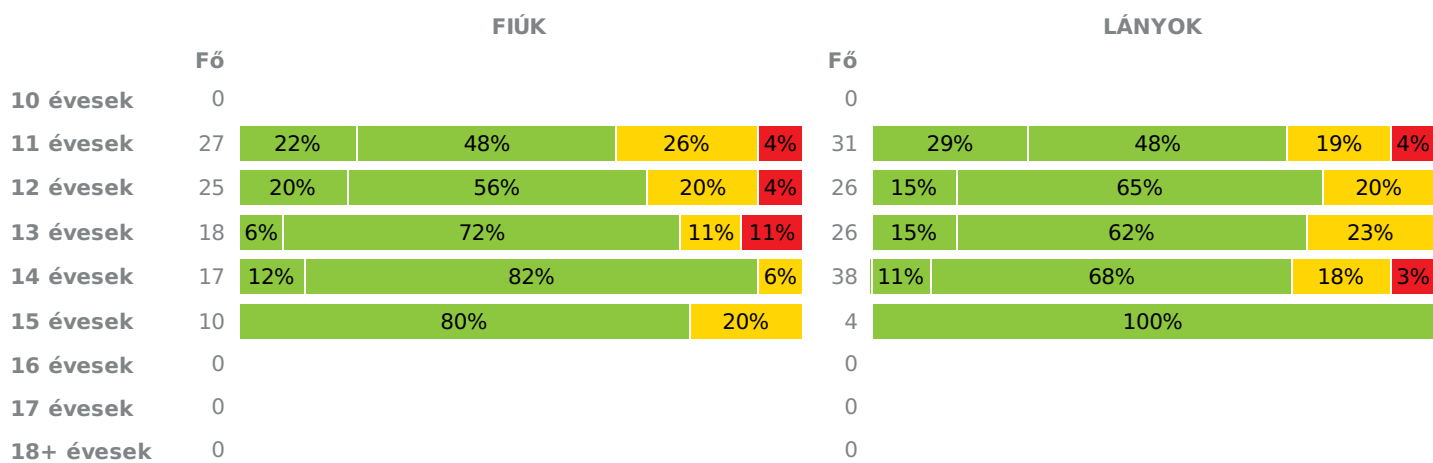
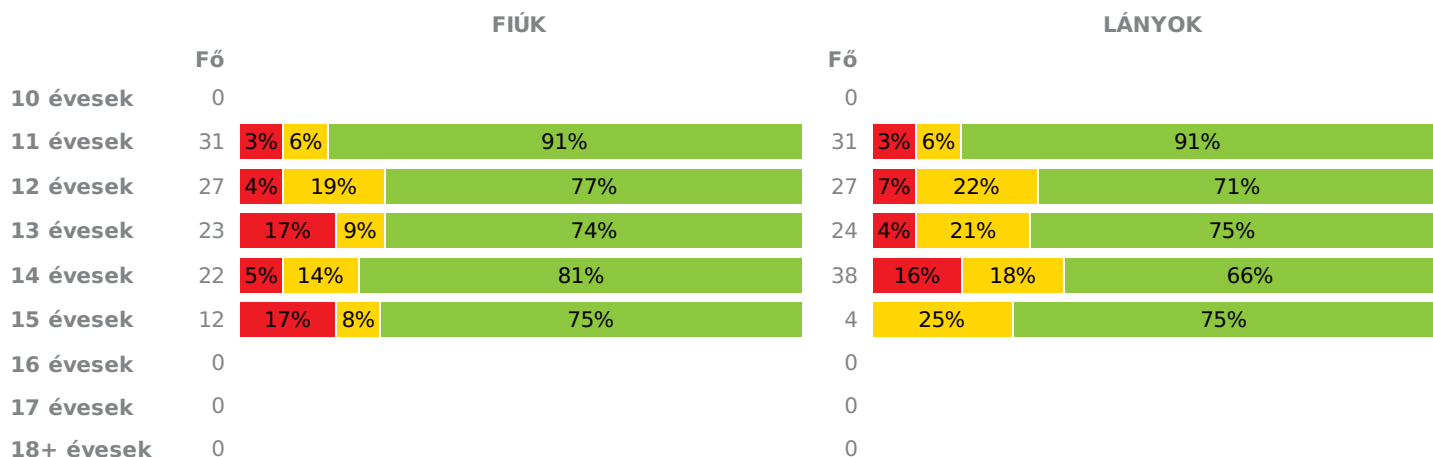


Létszám: **246 / 118 fiú, 128 lány**

 Tanév: **2014/2015**

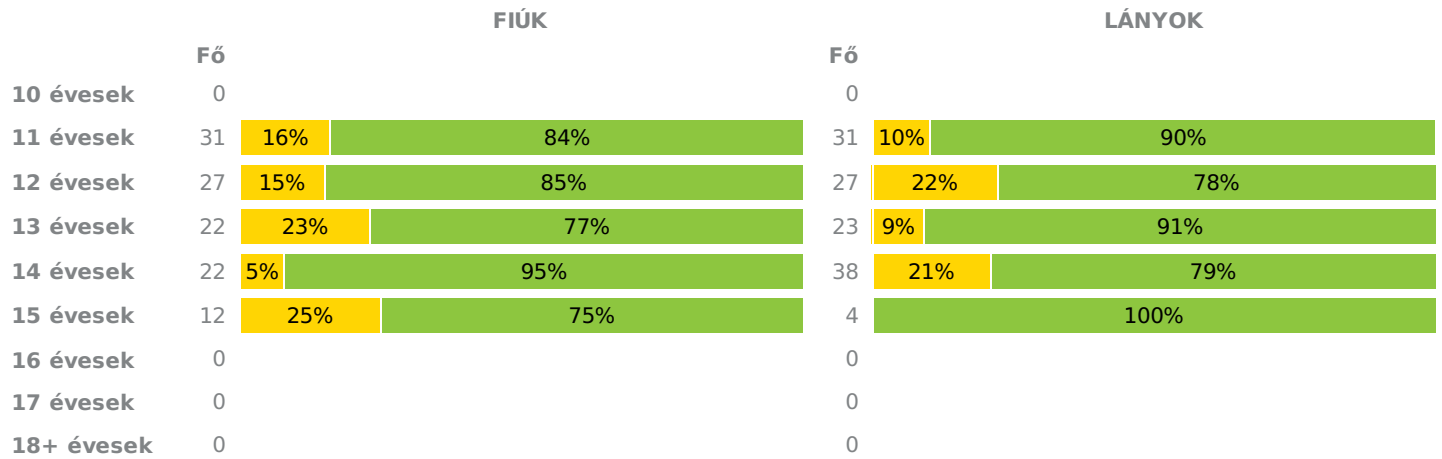
Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00000 %

Nyomtatás dátuma: 2016.02.29 15:43:56

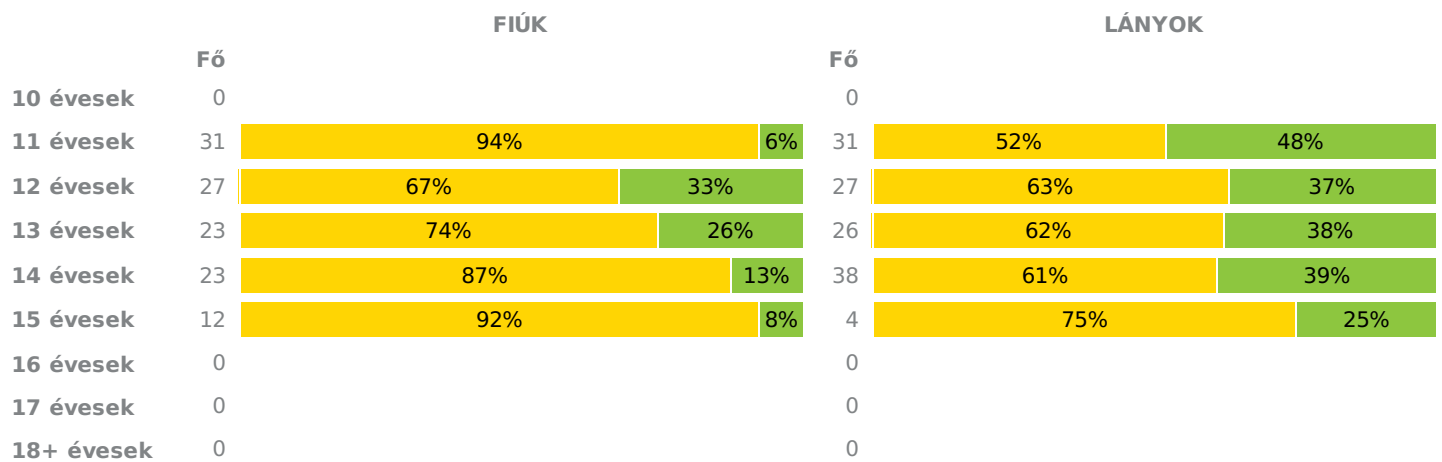

**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**
**Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)**


## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

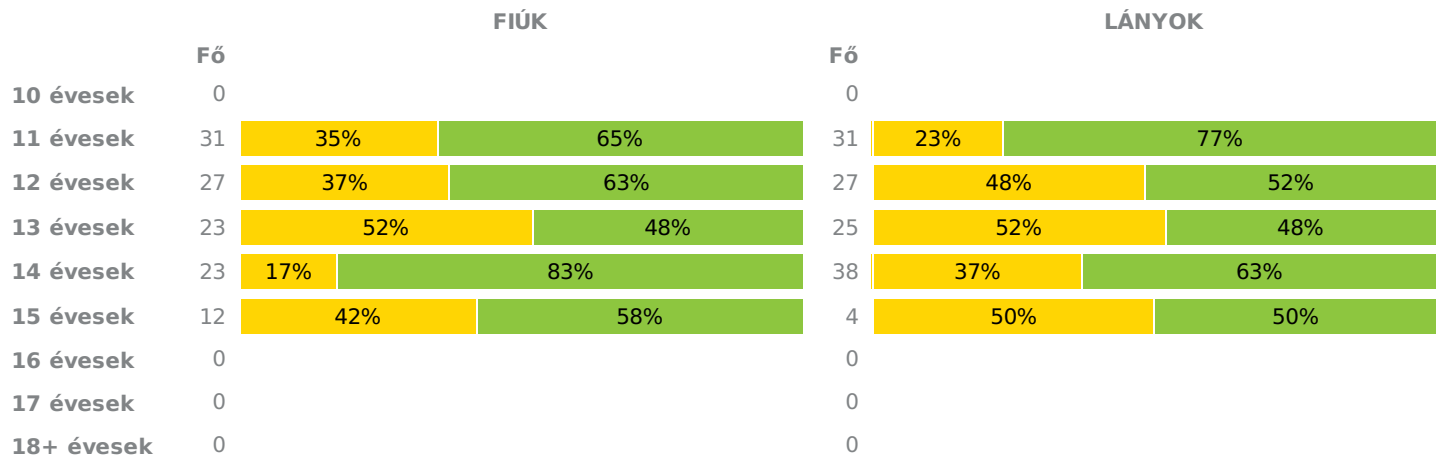
### Ütemezett hasizom (db)



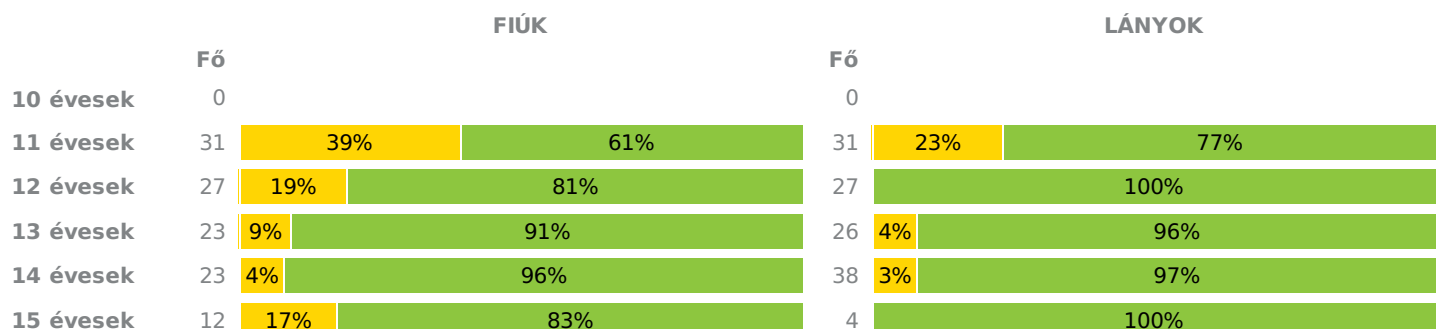
### Törzsemelés (cm)



### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)



16 évesek	0	0
17 évesek	0	0
18+ évesek	0	0

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
10 évesek	0		0	
11 évesek	31	10% 90%	31	10% 90%
12 évesek	27	22% 78%	27	7% 93%
13 évesek	23	26% 74%	24	100%
14 évesek	23	4% 96%	38	8% 92%
15 évesek	12	33% 67%	4	100%
16 évesek	0		0	
17 évesek	0		0	
18+ évesek	0		0	

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
10 évesek	0		0	
11 évesek	21	100%	30	100%
12 évesek	24	100%	24	100%
13 évesek	17	100%	24	96% 4%
14 évesek	20	100%	37	100%
15 évesek	7	100%	4	100%
16 évesek	0		0	
17 évesek	0		0	
18+ évesek	0		0	

Létszám: **246 / 118 fiú, 128 lány**

 Tanév: **2014/2015**

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00000 %

Nyomtatás dátuma: 2016.02.29 15:43:56



Fokozott fejlesztés szükséges

Fejlesztés szükséges

Egészségzóna

**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek									2 fő - 3%	10 fő - 16%	50 fő - 81%
11 évesek	13.53	29.72	18.22	3.98	13.89	34.08	18.21	4.2	1 fő - 1%	13 fő - 25%	41 fő - 75%
12 évesek	14.27	26.8	19.14	3.37	14.09	26.37	18.87	3.28	3 fő - 6%	7 fő - 15%	37 fő - 79%
13 évesek	15.34	34.14	20	3.99	14.33	28.85	20.16	3.85	1 fő - 1%	5 fő - 10%	52 fő - 90%
14 évesek	15.25	23.35	18.94	2.35	14.97	37.84	20.32	3.99		1 fő - 7%	14 fő - 93%
15 évesek	16.66	24.72	19.93	2.26	17.19	21.5	18.75	1.89			
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											
	Összesen:								3 %	15 %	82 %

**Testzsír százalék (TZS %)**

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek									2 fő - 4%	13 fő - 22%	43 fő - 74%
11 évesek	5.4	41.3	17.34	9.83	6.2	38.8	17.75	8.42	1 fő - 2%	10 fő - 20%	40 fő - 78%
12 évesek	5.1	37.7	16.58	8.58	6.8	32.8	19.57	7.02	2 fő - 5%	8 fő - 18%	34 fő - 77%
13 évesek	6.9	41.5	18.49	9.5	8.1	35	22.08	7.6	1 fő - 1%	8 fő - 16%	46 fő - 84%
14 évesek	6	21.7	11.22	4.14	8.6	42.2	23.12	7.04		2 fő - 14%	12 fő - 86%
15 évesek	6.6	29.1	15.47	7.91	16.7	26.2	23.53	4.56			
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											
	Összesen:								3 %	18 %	79 %

**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**
**Állóképességi ingafutás (VO<sub>2</sub>max: ml/kg/min)**

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek									2 fő - 3%	4 fő - 6%	56 fő - 90%
11 évesek	37.03	66.28	47.71	7.62	37.23	53.76	45.49	4.63	3 fő - 6%	11 fő - 20%	40 fő - 74%
12 évesek	35.08	55.75	45.06	5.4	35.42	54.14	43.74	4.98	5 fő - 11%	7 fő - 15%	35 fő - 74%
13 évesek	35.48	59.36	46.56	7.5	36.11	50.76	42.92	4.37	7 fő - 12%	10 fő - 17%	43 fő - 72%
14 évesek	34.94	58.89	47.48	5.36	34.13	50.94	40.25	4.02	2 fő - 13%	2 fő - 13%	12 fő - 75%
15 évesek	38.9	56.35	47.78	6.01	38	40.92	39.6	1.32			
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

## Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	9	80	30.9	15.46	6	80	30.26	16.25	8 fő - 13%	54 fő - 87%
12 évesek	9	57	27.7	11.37	7	80	30.48	17.93	10 fő - 19%	44 fő - 81%
13 évesek	6	80	39.55	22.77	12	80	38.78	19.01	7 fő - 16%	38 fő - 84%
14 évesek	7	80	53.32	20.38	5	80	31.26	18.48	9 fő - 15%	51 fő - 85%
15 évesek	8	80	40.92	22	18	59	46.5	19.47	3 fő - 19%	13 fő - 81%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										
	Összesen:								16 %	84 %

## Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	13	24.5	19.15	2.62	14	28	21.88	3.96	45 fő - 73%	17 fő - 27%
12 évesek	14	28.9	20.94	3.55	9.5	30	20.65	5.26	35 fő - 65%	19 fő - 35%
13 évesek	10.5	28.5	19.59	4.44	11	30	21.64	4.66	33 fő - 67%	16 fő - 33%
14 évesek	13.3	30	18.66	4.79	11.3	30	21.09	4.7	43 fő - 70%	18 fő - 30%
15 évesek	14	29	18.17	4.11	21.1	25.5	22.6	1.97	14 fő - 88%	2 fő - 13%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										
	Összesen:								70 %	30 %

## Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	0	35	12.9	9.27	0	32	11.32	7.28	18 fő - 29%	44 fő - 71%
12 évesek	0	35	13.78	8.79	0	22	8.11	5.79	23 fő - 43%	31 fő - 57%
13 évesek	0	30	10.87	7	0	21	7.88	6.67	25 fő - 52%	23 fő - 48%
14 évesek	4	33	20.7	7.36	0	30	9.95	7.16	18 fő - 30%	43 fő - 70%
15 évesek	2	31	16.17	9.28	2	17	8.25	6.75	7 fő - 44%	9 fő - 56%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										
	Összesen:								38 %	62 %

## Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	9.85	28.05	19.64	4.11	13.05	24.55	18.17	3.33	19 fő - 31%	43 fő - 69%
12 évesek	16.6	32.7	24.97	4.49	16.1	30.1	22.44	3.97	5 fő - 9%	49 fő - 91%
13 évesek	14.85	40.6	28.87	7.09	9	34.95	24.72	6.17	3 fő - 6%	46 fő - 94%
14 évesek	18.55	54.9	34.24	8.42	7.4	35.8	24.89	5.26	2 fő - 3%	59 fő - 97%
15 évesek	22.95	43.65	34.47	6.39	18.5	28.3	23.35	4.15	2 fő - 13%	14 fő - 88%
16 évesek										

17 évesek  
18+ évesek

Összesen: 13 % 87 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	115	200	156.16	19.71	120	193	157.65	21.16	6 fő - 10%	56 fő - 90%
12 évesek	136	213	168.22	21.38	124	198	162.44	19.44	8 fő - 15%	46 fő - 85%
13 évesek	110	207	168.61	24.58	138	213	168.71	18.63	6 fő - 13%	41 fő - 87%
14 évesek	170	235	200.83	16.34	115	208	162.58	21.61	4 fő - 7%	57 fő - 93%
15 évesek	153	228	194.33	24.32	165	175	167.75	4.86	4 fő - 25%	12 fő - 75%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 12 % 88 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	1	8	4.05	2.09	1	17	7.63	4.69	51 fő - 100%	
12 évesek	1	9.5	4.29	2.42	1	21	9.52	5.54	48 fő - 100%	
13 évesek	1	12	4.53	2.55	4.5	31.5	11.09	6.52	40 fő - 98%	1 fő - 2%
14 évesek	2.5	10.5	4.94	2.47	1	24.5	8.98	5.21	57 fő - 100%	
15 évesek	1.5	10	6.07	3.05	4.5	19	12.25	5.95	11 fő - 100%	
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 100 % 0 %

MAGYAR DIÁKSPORT SZÖVETSÉG, 2014.

