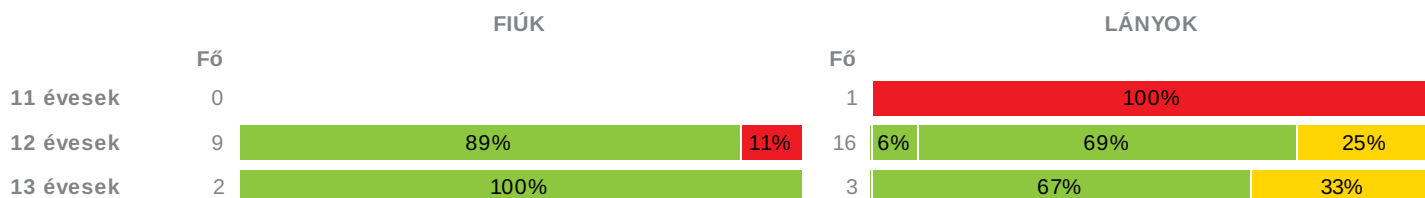




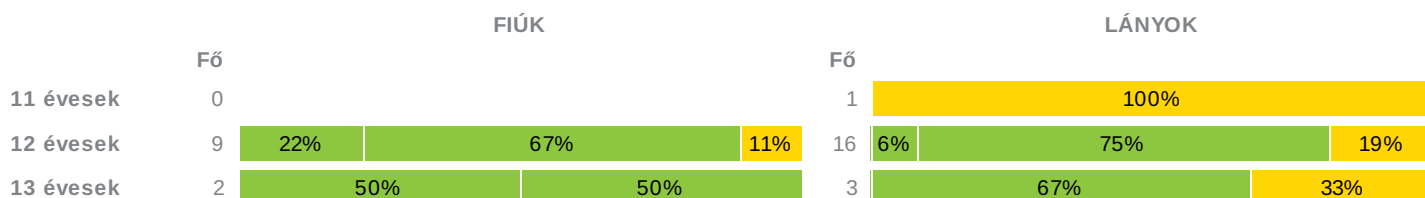
TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)



Testzsír százalék (TZS %)



AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

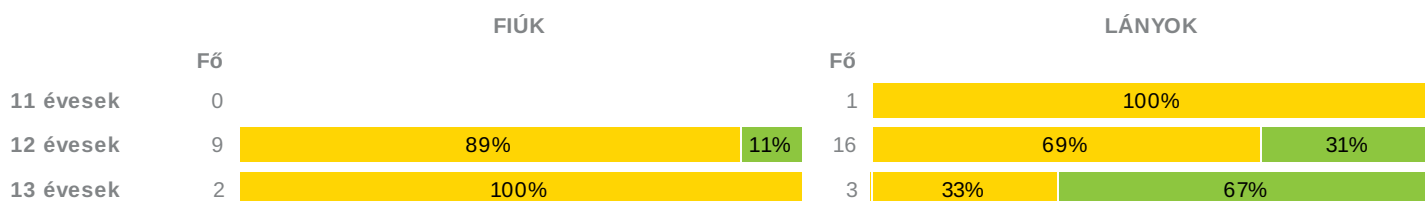


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)



Törzsemelés (cm)



Ütemezett fekvőtámasz (db)





Kézi szorítóerő (kg)



Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)





TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek					26	26	26		1 fő - 100%		
12 évesek	16	29	18	4.32	15	25	20	2.93	1 fő - 4%	4 fő - 16%	20 fő - 80%
13 évesek	17	21	19	2.44	20	23	22	1.39		1 fő - 20%	4 fő - 80%
Összesen:									6 %	16 %	78 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek					26	26	26		1 fő - 100%	
12 évesek	7	28	14	6.6	10	34	22	6.8	4 fő - 16%	21 fő - 84%
13 évesek	5	13	9	5.87	23	33	26	5.35	1 fő - 20%	4 fő - 80%
Összesen:									19 %	81 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek					50	50	50				1 fő - 100%
12 évesek	39	59	49	6.8	35	49	43	4.52	1 fő - 4%	4 fő - 17%	19 fő - 79%
13 évesek	49	51	50	1.36	41	42	41	1.01			5 fő - 100%
Összesen:									3 %	13 %	84 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek					15	15	15			1 fő - 100%
12 évesek	36	80	57	19.33	17	80	40	22.28	1 fő - 4%	23 fő - 96%
13 évesek	33	68	50	24.75	21	39	32	9.87		5 fő - 100%
Összesen:									3 %	97 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek					22	22	22		1 fő - 100%	

12 évesek	7	28	15	5.97	11	27	18	5.03	19 fő - 76%	6 fő - 24%
13 évesek	18	19	18	0.35	18	26	23	4.62	3 fő - 60%	2 fő - 40%

Összesen: 74 % 26 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek					20	20	20			1 fő - 100%
12 évesek	4	27	15	8	0	19	7	5.44	9 fő - 38%	15 fő - 63%
13 évesek	12	15	13	2.12	2	9	5	3.51	2 fő - 40%	3 fő - 60%

Összesen: 37 % 63 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek					23	23	23			1 fő - 100%
12 évesek	17	21	20	1.43	18	30	21	3.5	2 fő - 8%	23 fő - 92%
13 évesek	25	34	29	6.36	24	25	25	0.51		5 fő - 100%

Összesen: 6 % 94 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek					160	160	160			1 fő - 100%
12 évesek	148	182	164	13.34	130	203	167	18.76	1 fő - 4%	23 fő - 96%
13 évesek	160	210	185	35.36	153	182	169	14.84		5 fő - 100%

Összesen: 3 % 97 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek					28	28	28			1 fő - 100%
12 évesek	4	20	10	5.22	2	30	10	6.46	24 fő - 96%	1 fő - 4%
13 évesek	4	5	4	0.71	8	14	11	3.01	5 fő - 100%	

Összesen: 94 % 6 %