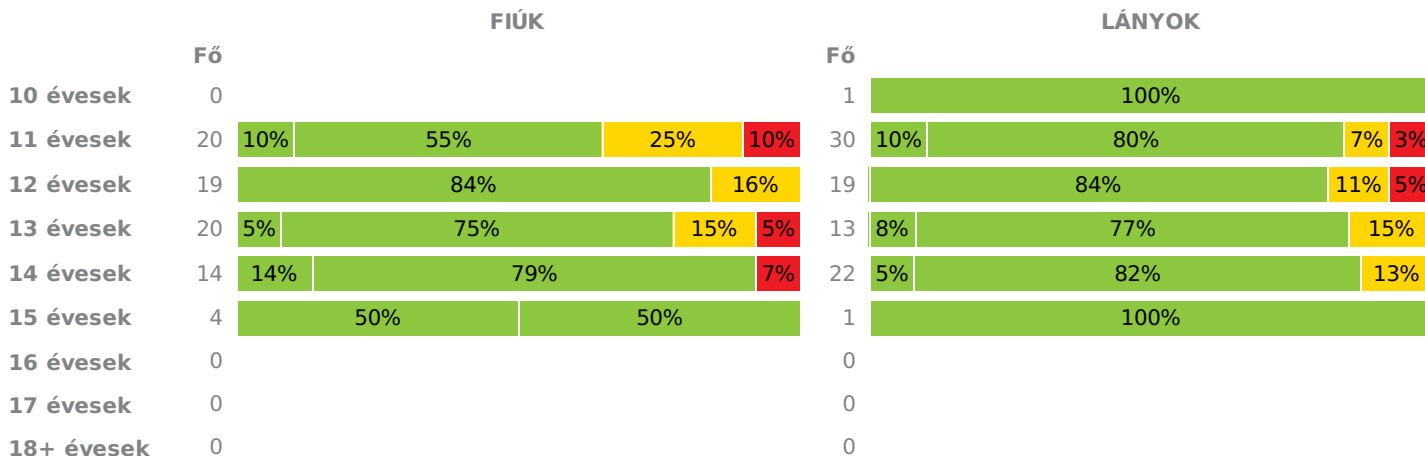
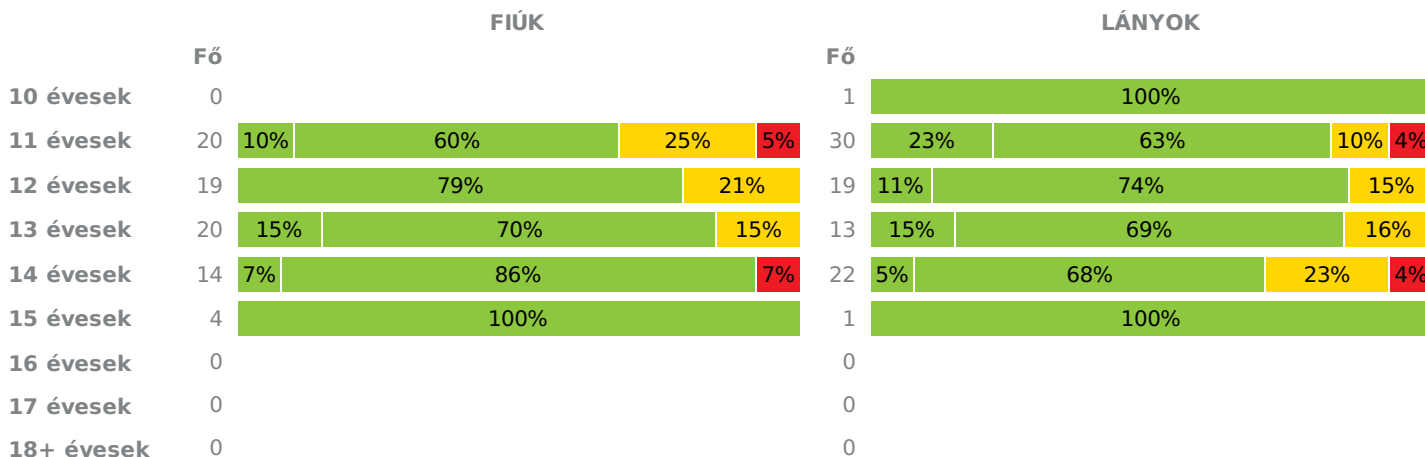
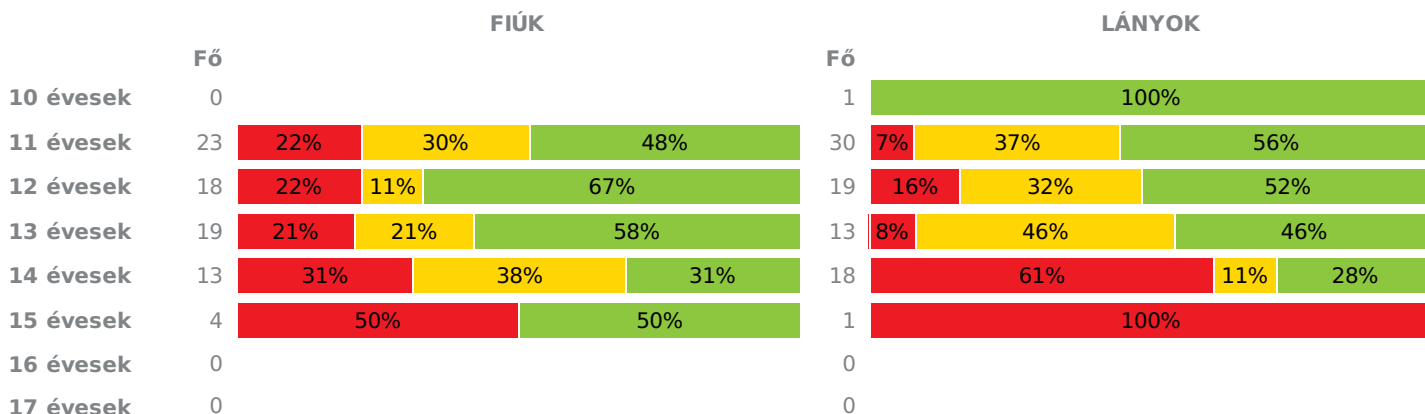


- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **171 / 84 fiú, 87 lány**  
 Tanév: **2014/2015**

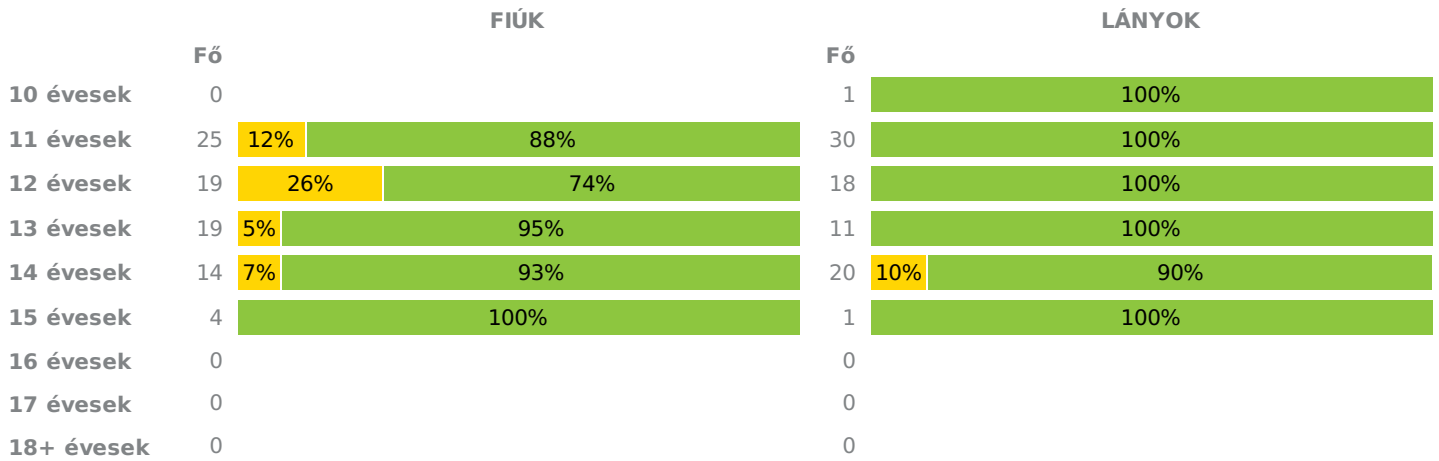


Adatfeltöltöttségi állapot: 95,53073 %  
 Nyomtatás dátuma: 2016.03.09 09:18:51

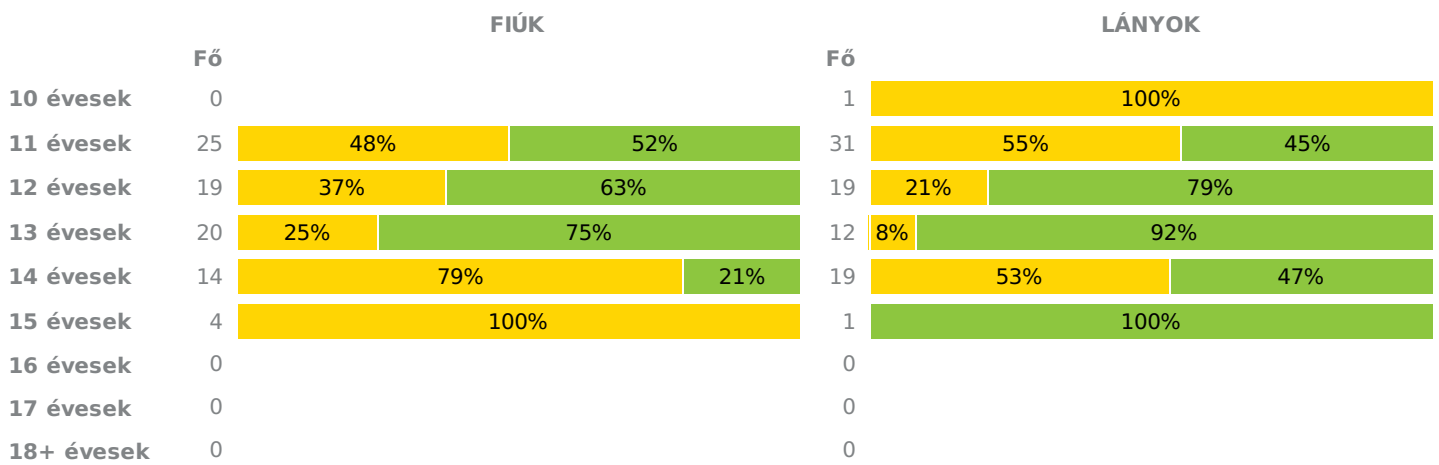
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

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


## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

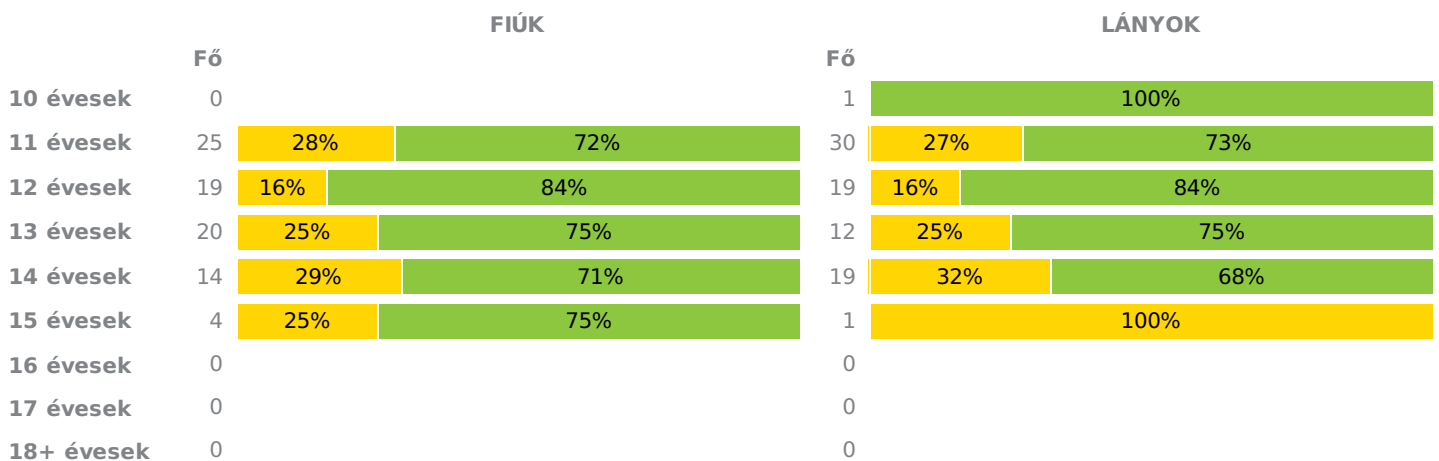
## Ütemezett hasizom (db)



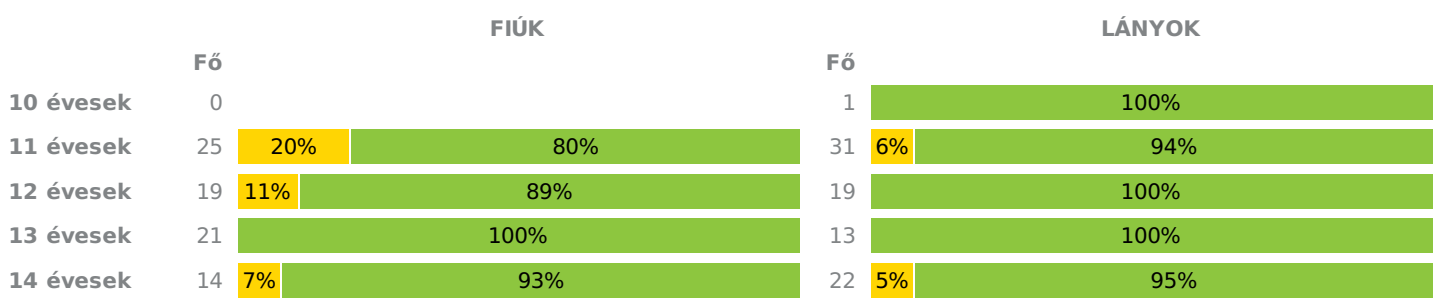
## Törzsemelés (cm)



## Ütemezett fekvőtámasz (db)



## Kézi szorítóerő (kg)



15 évesek	4	100%	1	100%
16 évesek	0		0	
17 évesek	0		0	
18+ évesek	0		0	

### Helyből távolugrás (cm)

		FIÚK		LÁNYOK	
	Fő			Fő	
10 évesek	0			1	100%
11 évesek	25	20%	80%	30	7% 93%
12 évesek	19	11%	89%	19	11% 89%
13 évesek	20	15%	85%	13	100%
14 évesek	14	14%	86%	21	100%
15 évesek	4		100%	1	100%
16 évesek	0			0	
17 évesek	0			0	
18+ évesek	0			0	

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági (cm)

		FIÚK		LÁNYOK	
	Fő			Fő	
10 évesek	0			1	100%
11 évesek	25	36%	64%	31	10% 90%
12 évesek	20	30%	70%	19	5% 95%
13 évesek	21	38%	62%	13	8% 92%
14 évesek	14	21%	79%	20	5% 95%
15 évesek	4		100%	1	100%
16 évesek	0			0	
17 évesek	0			0	
18+ évesek	0			0	

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **171 / 84 fiú, 87 lány**  
 Tanév: **2014/2015**



Adatfeltöltöttségi állapot: 95,53073 %  
 Nyomtatás dátuma: 2016.03.09 09:18:51

**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					16.62	16.62	16.62				1 fő - 100%
11 évesek	14.52	28.97	19.7	4.22	14.22	26.38	17.97	2.73	3 fő - 6%	7 fő - 14%	40 fő - 80%
12 évesek	15.91	26.22	19.04	2.66	15.93	28.68	19.48	3.22	1 fő - 3%	5 fő - 13%	32 fő - 84%
13 évesek	16.04	27.47	19.85	3.51	15.61	27.01	21.06	3.28	1 fő - 3%	5 fő - 15%	27 fő - 82%
14 évesek	15.66	31.69	20.36	4.06	15.9	26.2	20.45	2.66	1 fő - 3%	3 fő - 8%	32 fő - 89%
15 évesek	16.73	19.17	17.67	1.06	16.2	16.2	16.2				5 fő - 100%
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									4 %	12 %	84 %

**Testzsír százalék (TZS %)**

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					15.3	15.3	15.3				1 fő - 100%
11 évesek	5.7	36.3	19.5	9.14	5	38.8	18	7.84	2 fő - 4%	8 fő - 16%	40 fő - 80%
12 évesek	9.2	28.3	17.15	5.51	9.7	34.8	19.39	6.45		7 fő - 18%	31 fő - 82%
13 évesek	5.1	33.2	13.57	7.75	9.4	32.2	21.74	6.53		5 fő - 15%	28 fő - 85%
14 évesek	5.3	34.7	14.79	7.17	12.8	41.6	24.38	6.97	2 fő - 5%	5 fő - 14%	29 fő - 81%
15 évesek	7.8	10.8	9.3	1.27	18	18	18				5 fő - 100%
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									2 %	15 %	83 %

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					42.15	42.15	42.15				1 fő - 100%
11 évesek	34.77	49.85	41.15	4.67	36.27	49	41.51	3.21	7 fő - 13%	18 fő - 34%	28 fő - 53%
12 évesek	35.99	50.24	41.99	4.16	35.69	52.61	41.12	4.17	7 fő - 19%	8 fő - 22%	22 fő - 59%
13 évesek	35.63	54.67	42.74	5.48	34.55	43.7	39.27	2.28	5 fő - 16%	10 fő - 31%	17 fő - 53%
14 évesek	33.78	64.49	45.28	10.73	32.2	45.78	36.62	3.9	15 fő - 48%	7 fő - 23%	9 fő - 29%
15 évesek	38	54.16	45.67	8.19	35.36	35.36	35.36		3 fő - 60%		2 fő - 40%
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					34	34	34			1 fő - 100%
11 évesek	0	80	40.16	26.32	19	80	48.9	26.4	3 fő - 5%	52 fő - 95%
12 évesek	6	80	39.74	28.88	21	80	54.28	24.18	5 fő - 14%	32 fő - 86%
13 évesek	12	80	65.58	18.72	26	80	59.55	22.27	1 fő - 3%	29 fő - 97%
14 évesek	20	80	61.36	22.52	10	80	42.2	22.62	3 fő - 9%	31 fő - 91%
15 évesek	80	80	80	0	40	40	40			5 fő - 100%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 7 % 93 %

## Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					16.7	16.7	16.7			1 fő - 100%
11 évesek	11.3	30	22.88	5.41	14	30	22.33	5.16	29 fő - 52%	27 fő - 48%
12 évesek	14	30	24.08	4.95	14	30	25.74	4.89	11 fő - 29%	27 fő - 71%
13 évesek	19.7	30	26.8	3.89	21.5	30	28.98	2.56	6 fő - 19%	26 fő - 81%
14 évesek	6.5	30	16.87	6.93	15.3	30	22.23	4.92	21 fő - 64%	12 fő - 36%
15 évesek	13	21	16.75	3.3	27.1	27.1	27.1		4 fő - 80%	1 fő - 20%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 44 % 56 %

## Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					11	11	11			1 fő - 100%
11 évesek	0	31	11.72	7.63	2	50	13.67	9.65	15 fő - 27%	40 fő - 73%
12 évesek	2	32	14.53	7.46	1	20	13.37	5.52	6 fő - 16%	32 fő - 84%
13 évesek	5	31	17.85	8.1	2	24	15.5	8.17	8 fő - 25%	24 fő - 75%
14 évesek	6	36	19	8.61	2	32	11.42	9.09	10 fő - 30%	23 fő - 70%
15 évesek	10	31	20.5	8.66	6	6	6		2 fő - 40%	3 fő - 60%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 25 % 75 %

## Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					18.75	18.75	18.75			1 fő - 100%
11 évesek	14.95	44.25	22.22	6.06	14.25	27.3	19.95	3.57	7 fő - 13%	49 fő - 88%
12 évesek	16.9	36.35	23.72	4.67	20.65	34.2	26.11	3.8	2 fő - 5%	36 fő - 95%
13 évesek	22.9	42.45	31.86	5.84	21.6	31.8	27.51	3.53		34 fő - 100%
14 évesek	20.35	51	36.42	8.88	15.35	36.4	25.96	4.89	2 fő - 6%	34 fő - 94%
15 évesek	30.65	43.5	34.64	6.06	21.35	21.35	21.35			5 fő - 100%

16 évesek  
17 évesek  
18+ évesek

Összesen: 6 % 94 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					152	152	152			1 fő - 100%
11 évesek	110	210	158.52	29.29	125	202	160.5	19.36	7 fő - 13%	48 fő - 87%
12 évesek	122	193	170.32	18.54	128	200	162.42	20.09	4 fő - 11%	34 fő - 89%
13 évesek	152	230	195.25	26.24	142	193	167	17.75	3 fő - 9%	30 fő - 91%
14 évesek	160	243	201.36	27.54	139	225	169.81	20.48	2 fő - 6%	33 fő - 94%
15 évesek	197	220	208.5	10.41	152	152	152			5 fő - 100%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 10 % 90 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					25	25	25			1 fő - 100%
11 évesek	13.5	35	24.81	6.18	23	42.75	31.44	5.08	12 fő - 21%	44 fő - 79%
12 évesek	15	34.5	24.66	5.86	23.5	50	34.55	6.87	7 fő - 18%	32 fő - 82%
13 évesek	10	34.5	23.29	6.81	25	46	35.46	4.62	9 fő - 26%	25 fő - 74%
14 évesek	10	37.5	25.76	8.08	25	50	36.35	6.46	4 fő - 12%	30 fő - 88%
15 évesek	25	40	31.63	7.11	35	35	35			5 fő - 100%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 19 % 81 %

MAGYAR DIÁKSPORT SZÖVETSÉG, 2014.

