



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: 51 / 30 fiú, 21 lány

Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

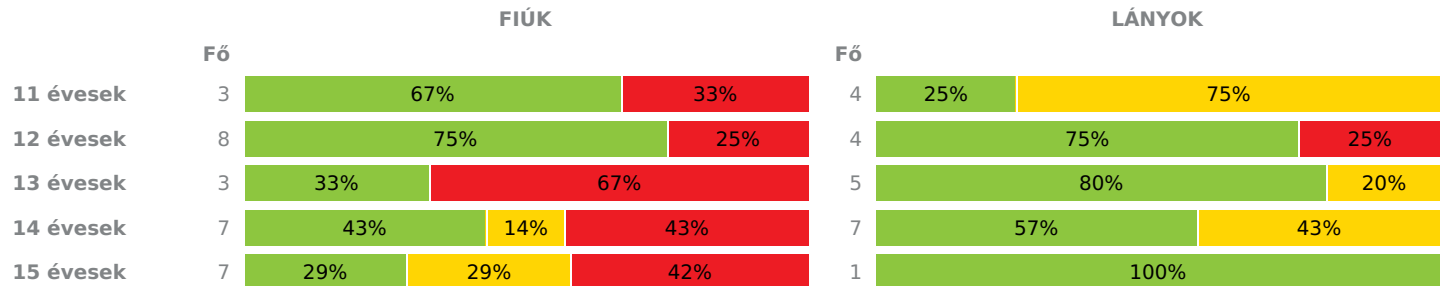
Nyomtatás dátuma: 2024.07.01 12:35:12



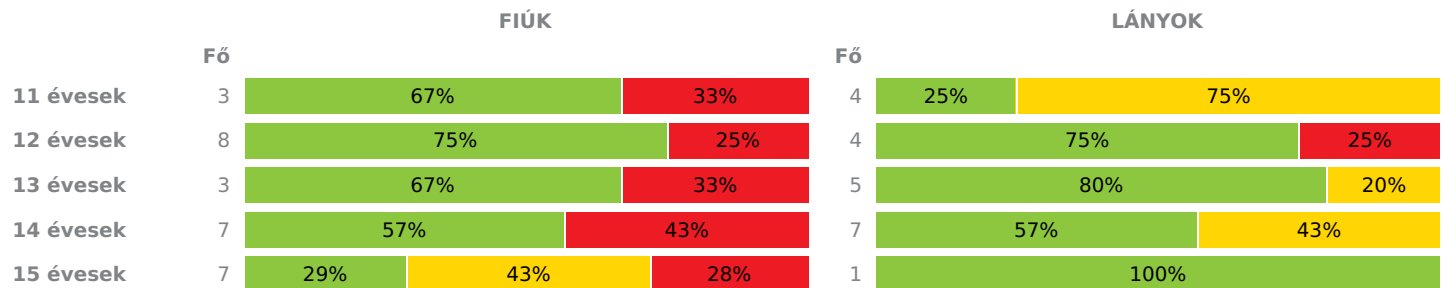
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

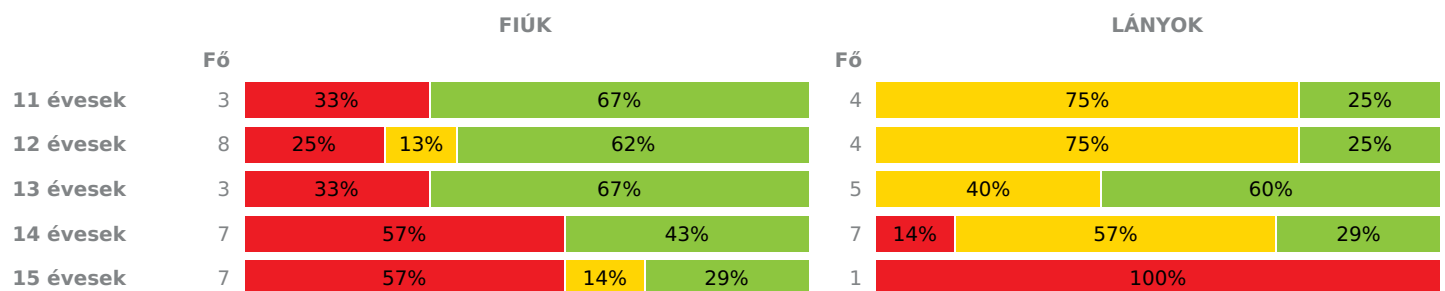


Testzsírszázalék (TZS %)



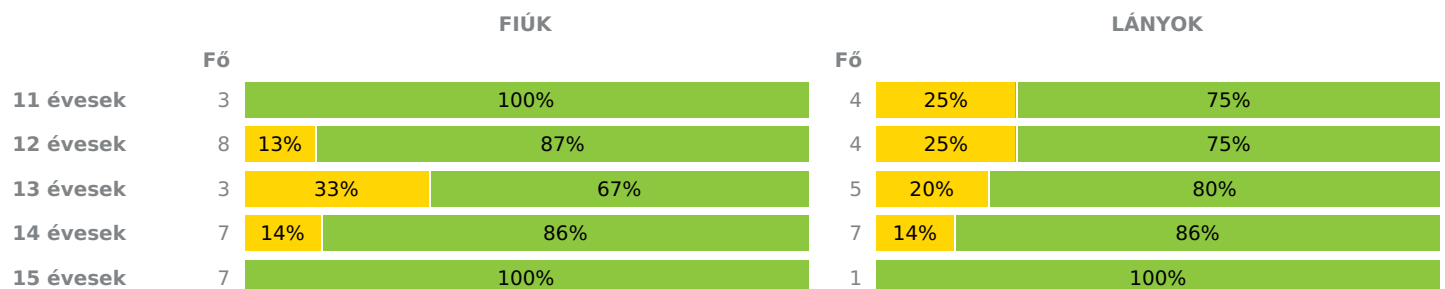
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK

LÁNYOK

	Fő		Fő		
11 évesek	3	100%	4	100%	
12 évesek	8	88%	12%	4	100%
13 évesek	3	100%	5	100%	
14 évesek	7	100%	7	100%	
15 évesek	7	100%	1	100%	

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
11 évesek	3	33%	67%	4	75%	25%
12 évesek	8	50%	50%	4	100%	
13 évesek	3	33%	67%	5	100%	
14 évesek	7	57%	43%	7	86%	14%
15 évesek	7	43%	57%	1	100%	

Kézi szorítóerő mérése (kg)

		FIÚK				LÁNYOK		
	Fő				Fő			
11 évesek	3	33%	67%		4	25%	75%	
12 évesek	8	13%	13%	74%	4	25%	75%	
13 évesek	3	100%			5	20%	40%	40%
14 évesek	7	14%	86%		7	14%	43%	43%
15 évesek	7	14%	86%		1	100%		

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
11 évesek	3	33%	67%	4	25%	75%
12 évesek	8	38%	62%	4	50%	50%
13 évesek	3	33%	67%	5	100%	
14 évesek	7	57%	43%	7	29%	71%
15 évesek	7	29%	71%	1	100%	

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

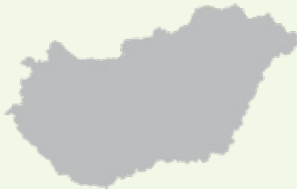
	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
11 évesek	3	100%		4	100%	
12 évesek	8	100%		4	100%	
13 évesek	3	100%		5	100%	
14 évesek	7	100%		7	86%	14%
15 évesek	7	86%	14%	1	100%	



Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2024.07.01 12:35:12



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

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	15.88	26.68	19.52	5.06	17.31	24.88	21.61	2.98	1 fő - 14%	3 fő - 43%	3 fő - 43%
12 évesek	16.43	35.58	21.42	6.62	15.93	27.55	20.02	4.47	3 fő - 25%		9 fő - 75%
13 évesek	15.59	30.48	24.47	6.41	18.30	24.02	21.03	1.98	2 fő - 24%	1 fő - 13%	5 fő - 63%
14 évesek	16.65	31.47	24.46	5.95	19.06	27.43	22.42	2.97	3 fő - 21%	4 fő - 29%	7 fő - 50%
15 évesek	19.65	37.46	27.87	6.18	18.93	18.93	18.93	0.00	3 fő - 37%	2 fő - 25%	3 fő - 38%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15.00	38.10	23.00	10.68	17.20	34.30	27.20	6.22	1 fő - 14%	3 fő - 43%	3 fő - 43%
12 évesek	9.60	42.90	23.14	11.49	10.20	35.30	21.58	9.18	3 fő - 25%		9 fő - 75%
13 évesek	12.40	38.20	24.07	10.68	18.40	28.10	23.32	3.53	1 fő - 12%	1 fő - 13%	6 fő - 75%
14 évesek	9.60	40.40	24.31	11.94	24.80	33.40	28.66	3.55	3 fő - 22%	3 fő - 21%	8 fő - 57%
15 évesek	12.70	39.70	26.23	9.46	25.80	25.80	25.80	0.00	2 fő - 24%	3 fő - 38%	3 fő - 38%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás teszt (VO₂max: ml/kg/min)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	37.00	49.35	45.01	5.67	38.69	40.57	39.47	0.70	1 fő - 14%	3 fő - 43%	3 fő - 43%
12 évesek	36.67	45.35	41.37	3.54	37.61	47.29	40.74	3.83	2 fő - 17%	4 fő - 33%	6 fő - 50%
13 évesek	36.73	45.92	41.88	3.83	38.05	42.29	39.81	1.55	1 fő - 13%	2 fő - 25%	5 fő - 63%
14 évesek	33.33	47.05	39.24	4.65	29.75	44.62	38.23	4.14	5 fő - 36%	4 fő - 29%	5 fő - 36%
15 évesek	34.96	44.80	39.24	3.91	36.09	36.09	36.09	0.00	5 fő - 63%	1 fő - 13%	2 fő - 25%
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	17.00	46.00	34.00	12.36	10.00	24.00	16.25	5.02	1 fő - 14%	6 fő - 86%
12 évesek	4.00	51.00	24.13	12.61	13.00	48.00	28.50	13.61	2 fő - 17%	10 fő - 83%
13 évesek	14.00	60.00	32.67	19.75	15.00	80.00	51.00	25.25	2 fő - 25%	6 fő - 75%
14 évesek	20.00	80.00	38.43	22.64	6.00	48.00	30.43	12.25	2 fő - 14%	12 fő - 86%
15 évesek	24.00	80.00	37.14	18.08	18.00	18.00	18.00	0.00		8 fő - 100%

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	13.70	22.20	16.63	3.94	9.80	17.10	14.45	2.77	7 fő - 100%	
12 évesek	11.60	23.80	16.28	4.24	12.80	17.10	14.33	1.72	11 fő - 92%	1 fő - 8%
13 évesek	12.00	19.10	15.50	2.90	7.30	13.00	10.92	2.36	8 fő - 100%	
14 évesek	12.50	17.60	15.04	1.62	11.10	21.30	16.39	3.97	14 fő - 100%	
15 évesek	12.60	21.00	16.60	2.94	13.50	13.50	13.50	0.00	8 fő - 100%	

Összesen:

0 %

0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	1.00	16.00	10.67	6.85	1.00	8.00	2.75	3.03	4 fő - 57%	3 fő - 43%
12 évesek	1.00	18.00	7.50	6.61	1.00	2.00	1.25	0.43	8 fő - 67%	4 fő - 33%
13 évesek	1.00	15.00	9.33	6.02	1.00	4.00	2.40	1.02	6 fő - 75%	2 fő - 25%
14 évesek	1.00	20.00	9.71	7.21	1.00	7.00	4.00	2.39	10 fő - 71%	4 fő - 29%
15 évesek	1.00	26.00	13.71	7.07	1.00	1.00	1.00	0.00	4 fő - 50%	4 fő - 50%

Összesen:

0 %

0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	15.90	26.90	20.37	4.72	14.90	25.60	21.98	4.20	2 fő - 29%		
12 évesek	13.40	39.80	26.59	8.55	18.00	26.80	23.70	3.43	2 fő - 17%	1 fő - 8%	9 fő - 75%
13 évesek	28.40	47.30	35.57	8.36	19.80	30.00	24.84	3.82	1 fő - 13%	2 fő - 25%	5 fő - 63%
14 évesek	26.40	45.00	35.59	5.63	19.80	32.10	25.76	4.15	1 fő - 7%	4 fő - 29%	9 fő - 64%
15 évesek	31.70	65.90	45.39	10.09	20.30	20.30	20.30	0.00	1 fő - 13%	1 fő - 13%	6 fő - 75%

Összesen:

0 %

0 %

0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	113.00	171.00	147.33	24.85	112.00	156.00	135.25	15.64	2 fő - 29%	5 fő - 71%
12 évesek	108.00	183.00	146.00	28.07	105.00	167.00	132.75	26.10	5 fő - 42%	7 fő - 58%
13 évesek	133.00	179.00	161.00	20.07	141.00	169.00	153.80	9.74	1 fő - 13%	7 fő - 88%
14 évesek	121.00	210.00	161.00	27.77	117.00	167.00	143.00	16.60	6 fő - 43%	8 fő - 57%
15 évesek	138.00	240.00	192.14	31.00	152.00	152.00	152.00	0.00	2 fő - 25%	6 fő - 75%

Összesen:

0 %

0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	9.50	20.00	13.75	4.51	7.40	16.70	11.13	3.46	7 fő - 100%	
12 évesek	7.00	15.00	10.94	2.60	9.50	17.55	13.29	3.03	12 fő - 100%	
13 évesek	6.00	13.70	9.07	3.33	6.50	11.50	9.40	1.63	8 fő - 100%	
14 évesek	2.65	10.00	6.49	2.37	9.75	27.30	17.34	6.41	13 fő - 93%	1 fő - 7%
15 évesek	3.05	31.35	10.79	8.64	14.25	14.25	14.25	0.00	7 fő - 88%	1 fő - 13%

Összesen:

0 %

0 %

