

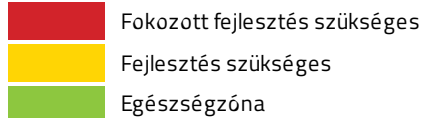
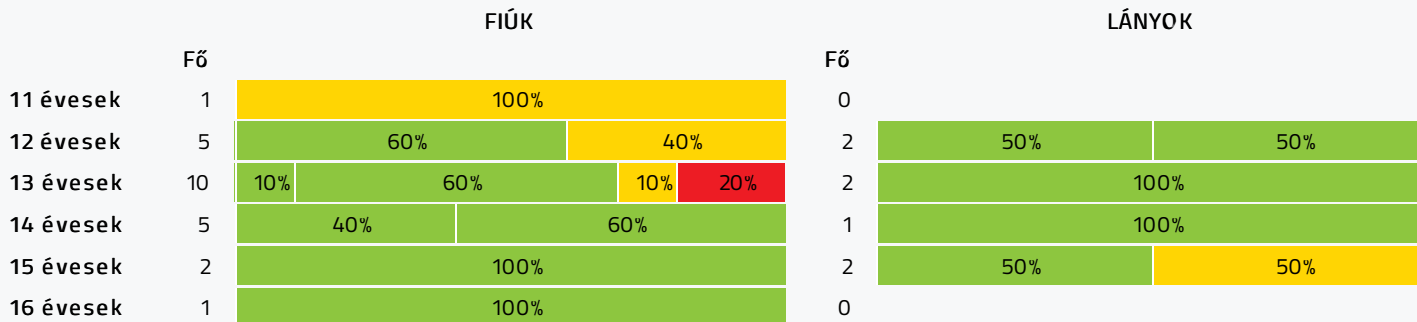
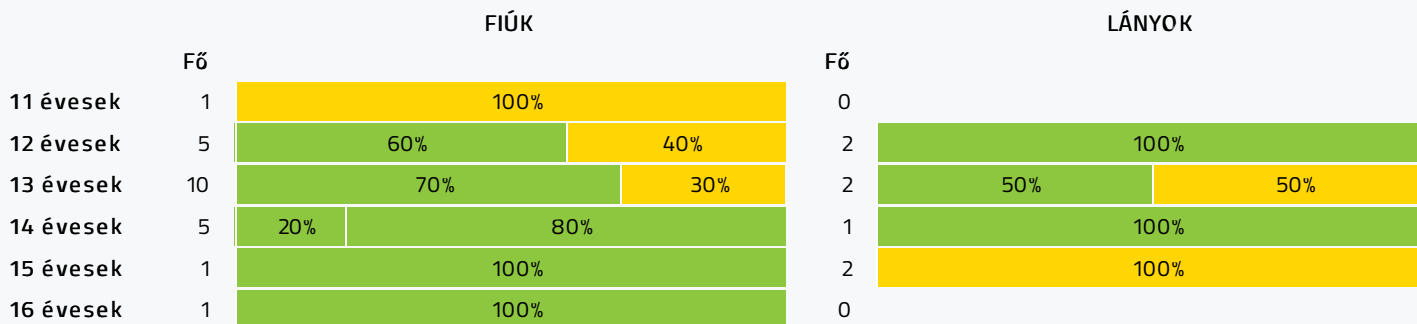
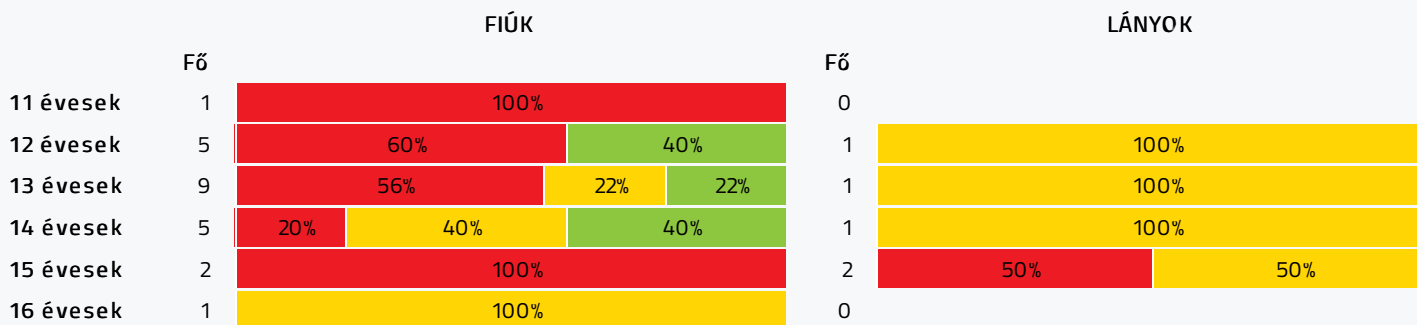
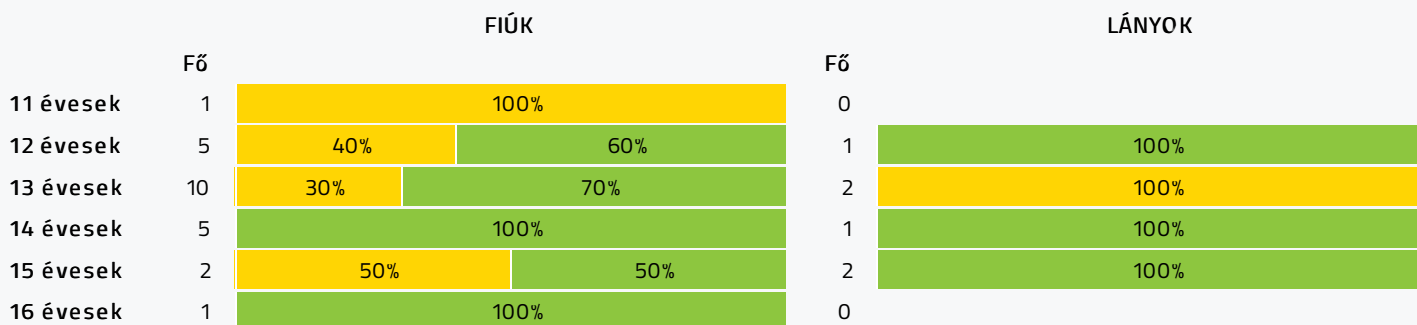
Létszám: 31 / 24 fiú, 7 lány

Átlagéletkor: 13

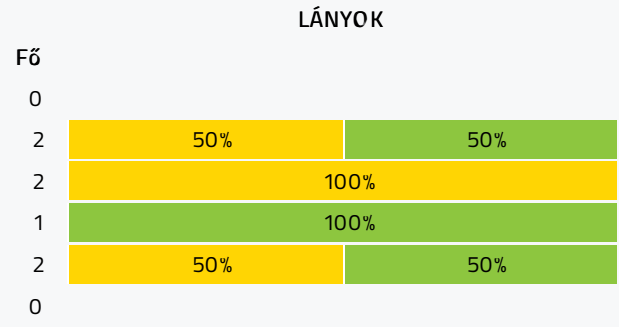
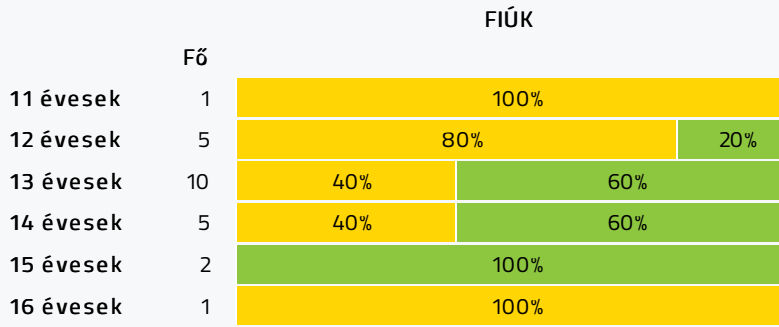
Tanév: 2014/2015

Adatfeltöltöttségi állapot: 97,49 %

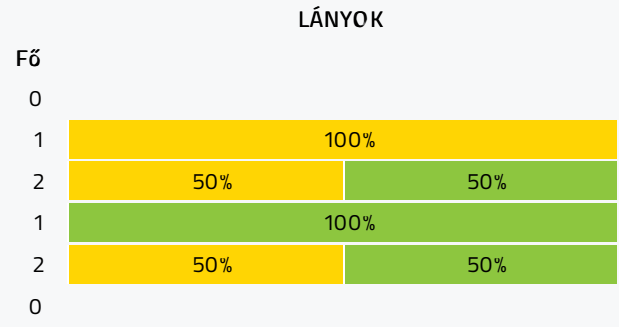
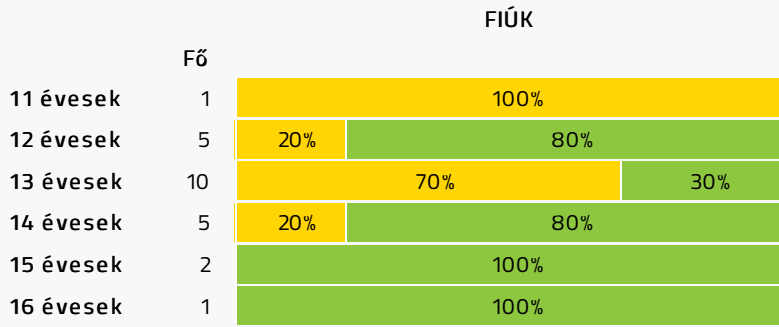
Nyomtatás dátuma: 2019.12.07 20:39:53


**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT**
**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)**


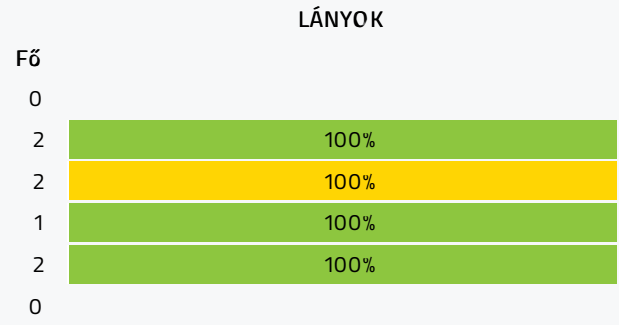
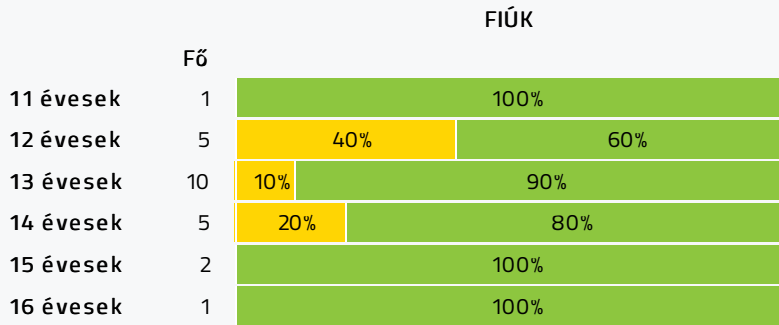
Törzsemelés teszt (cm)



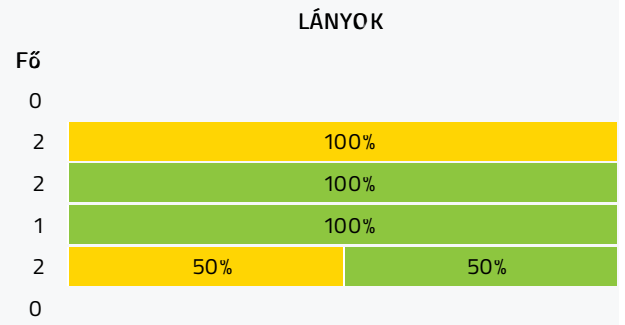
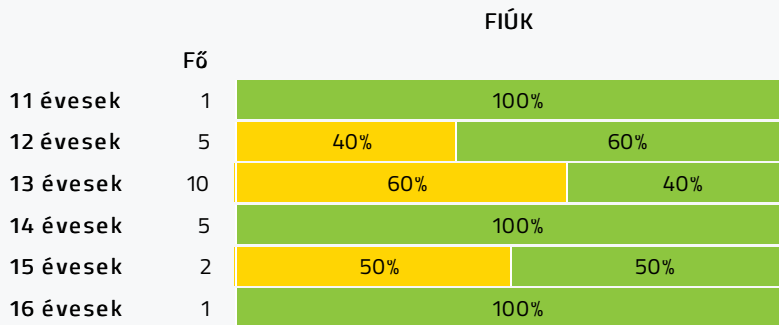
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)

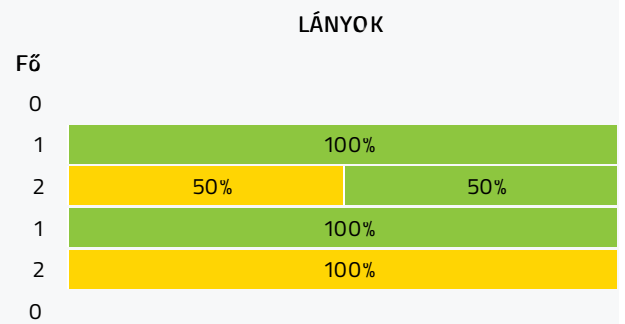
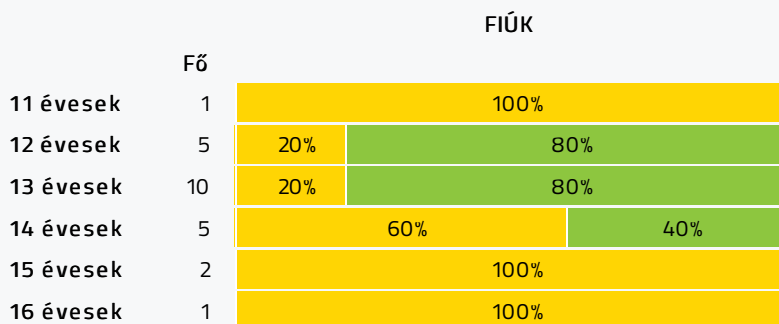


Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)





<span style="color: red;">■</span>	Fokozott fejlesztés szükséges
<span style="color: yellow;">■</span>	Fejlesztés szükséges
<span style="color: green;">■</span>	Egészségzőna

Budapest VI. Kerületi Vörösmarty Mihály Általános Iskola 34904 / 1

Létszám: 31 / 24 fiú, 7 lány

Átlagéletkor: 13

Tanév: 2014/2015

Adatfeltöltöttségi állapot: 97,49 %

Nyomtatás dátuma: 2019.12.07 20:39:53

## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	<span style="color: red;">●</span> FFSZ	<span style="color: yellow;">●</span> FSZ	<span style="color: green;">●</span> EZ
10 évesek											
11 évesek	24.62	24.62	24.62	0.00						1 fő - 100%	
12 évesek	15.79	24.22	19.72	3.39	15.32	19.17	17.25	1.93		2 fő - 29%	5 fő - 71%
13 évesek	16.10	29.03	20.85	4.50	17.65	20.53	19.09	1.44	2 fő - 17%	1 fő - 8%	9 fő - 75%
14 évesek	16.37	21.75	18.14	1.95	18.25	18.25	18.25	0.00			6 fő - 100%
15 évesek	17.98	20.83	19.41	1.42	23.46	24.30	23.88	0.42		1 fő - 25%	3 fő - 75%
16 évesek	22.14	22.14	22.14	0.00							1 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									6 %	16 %	78 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	<span style="color: yellow;">●</span> FSZ	<span style="color: green;">●</span> EZ
10 évesek										
11 évesek	34.70	34.70	34.70	0.00						1 fő - 100%
12 évesek	11.30	30.00	19.78	7.16	13.10	20.60	16.85	3.75	2 fő - 29%	5 fő - 71%
13 évesek	9.00	34.90	19.97	8.09	24.20	28.30	26.25	2.05	4 fő - 33%	8 fő - 67%
14 évesek	5.60	13.90	9.34	2.83	20.70	20.70	20.70	0.00		6 fő - 100%
15 évesek	16.60	16.60	16.60	0.00	30.70	33.80	32.25	1.55	2 fő - 67%	1 fő - 33%
16 évesek	14.90	14.90	14.90	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									30 %	70 %

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	<span style="color: red;">●</span> FFSZ	<span style="color: yellow;">●</span> FSZ	<span style="color: green;">●</span> EZ
10 évesek											
11 évesek	36.63	36.63	36.63	0.00						1 fő - 100%	
12 évesek	34.57	43.43	38.71	3.54	39.52	39.52	39.52	0.00	3 fő - 50%	1 fő - 17%	2 fő - 33%
13 évesek	30.94	49.95	38.70	5.84	37.34	37.34	37.34	0.00	5 fő - 50%	3 fő - 30%	2 fő - 20%
14 évesek	39.55	50.34	43.49	3.67	37.50	37.50	37.50	0.00	1 fő - 17%	3 fő - 50%	2 fő - 33%

15 évesek	39.75	39.86	39.81	0.05	31.17	36.16	33.67	2.49	3 fő - 75%	1 fő - 25%
16 évesek	41.45	41.45	41.45	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 46 % 32 % 22 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	12.00	12.00	12.00	0.00					1 fő - 100%	
12 évesek	4.00	24.00	16.60	6.86	20.00	20.00	20.00	0.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%
13 évesek	16.00	80.00	35.90	23.00	13.00	16.00	14.50	1.50	5 fő - 42%	7 fő - 58%
14 évesek	46.00	80.00	67.20	12.94	31.00	31.00	31.00	0.00		6 fő - 100%
15 évesek	20.00	28.00	24.00	4.00	20.00	29.00	24.50	4.50	1 fő - 25%	3 fő - 75%
16 évesek	28.00	28.00	28.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 30 % 70 %

### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	19.00	19.00	19.00	0.00					1 fő - 100%	
12 évesek	17.00	23.50	19.70	2.46	19.50	26.00	22.75	3.25	5 fő - 71%	2 fő - 29%
13 évesek	10.50	26.50	21.54	4.74	18.00	18.00	18.00	0.00	6 fő - 50%	6 fő - 50%
14 évesek	14.50	27.50	21.40	4.37	27.00	27.00	27.00	0.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%
15 évesek	23.50	24.50	24.00	0.50	18.50	27.00	22.75	4.25	1 fő - 25%	3 fő - 75%
16 évesek	21.50	21.50	21.50	0.00					1 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 52 % 48 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	2.00	2.00	2.00	0.00					1 fő - 100%	
12 évesek	0.00	20.00	12.20	6.65	3.00	3.00	3.00	0.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%
13 évesek	0.00	21.00	9.80	6.72	5.00	10.00	7.50	2.50	8 fő - 67%	4 fő - 33%
14 évesek	7.00	25.00	17.80	6.11	10.00	10.00	10.00	0.00	1 fő - 17%	5 fő - 83%
15 évesek	18.00	20.00	19.00	1.00	6.00	11.00	8.50	2.50	1 fő - 25%	3 fő - 75%
16 évesek	20.00	20.00	20.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 43 % 57 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	22.95	22.95	22.95	0.00						1 fő - 100%
12 évesek	18.25	26.10	21.35	3.30	17.55	22.05	19.80	2.25	2 fő - 29%	5 fő - 71%
13 évesek	17.90	33.15	25.38	5.18	14.75	15.05	14.90	0.15	3 fő - 25%	9 fő - 75%
14 évesek	21.10	35.85	31.72	5.38	19.05	19.05	19.05	0.00	1 fő - 17%	5 fő - 83%
15 évesek	27.80	36.70	32.25	4.45	23.50	35.35	29.43	5.93		4 fő - 100%
16 évesek	47.70	47.70	47.70	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 19% 81%

#### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	135.00	135.00	135.00	0.00						1 fő - 100%
12 évesek	110.00	180.00	151.40	26.36	115.00	118.00	116.50	1.50	4 fő - 57%	3 fő - 43%
13 évesek	120.00	197.00	150.10	22.36	135.00	135.00	135.00	0.00	6 fő - 50%	6 fő - 50%
14 évesek	190.00	215.00	203.40	9.67	185.00	185.00	185.00	0.00		6 fő - 100%
15 évesek	175.00	205.00	190.00	15.00	100.00	165.00	132.50	32.50	2 fő - 50%	2 fő - 50%
16 évesek	235.00	235.00	235.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 39% 61%

#### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

##### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	14.00	14.00	14.00	0.00						1 fő - 100%
12 évesek	16.50	33.00	25.20	5.89	26.00	26.00	26.00	0.00	1 fő - 17%	5 fő - 83%
13 évesek	16.50	26.50	22.75	3.08	14.00	25.50	19.75	5.75	3 fő - 25%	9 fő - 75%
14 évesek	18.00	31.50	22.60	4.87	35.00	35.00	35.00	0.00	3 fő - 50%	3 fő - 50%
15 évesek	2.50	14.50	8.50	6.00	23.00	25.00	24.00	1.00	4 fő - 100%	
16 évesek	14.00	14.00	14.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 43% 57%