

Létszám: 92 / 52 fiú, 40 lány

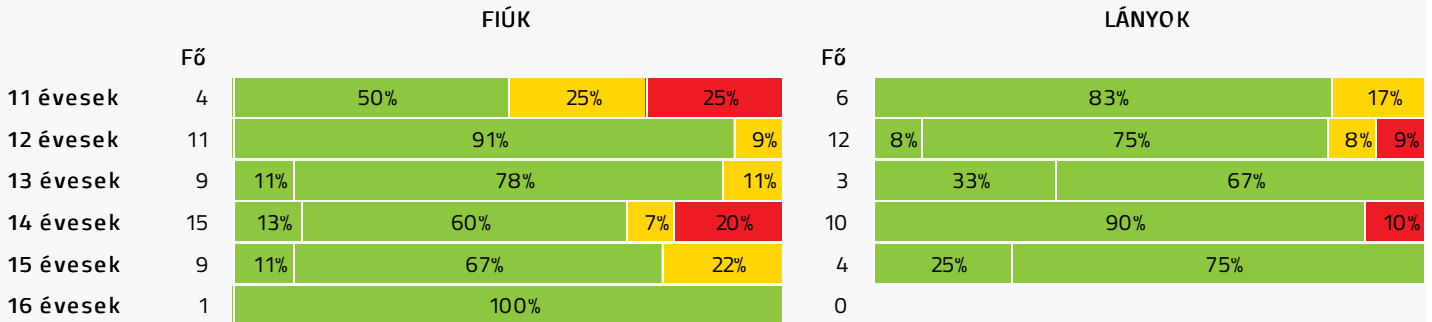
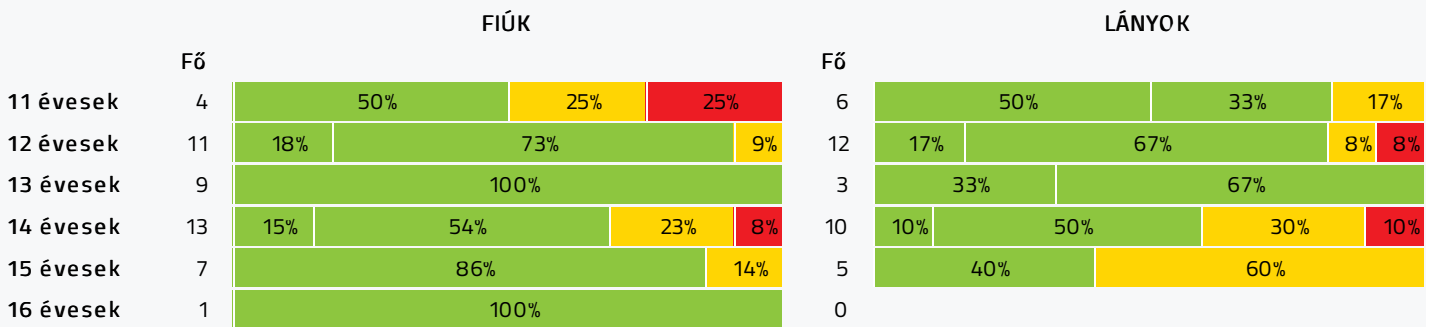
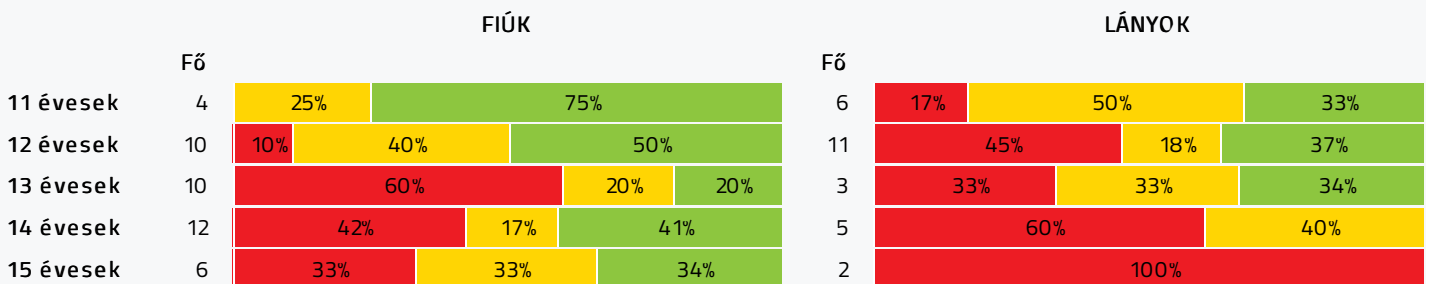
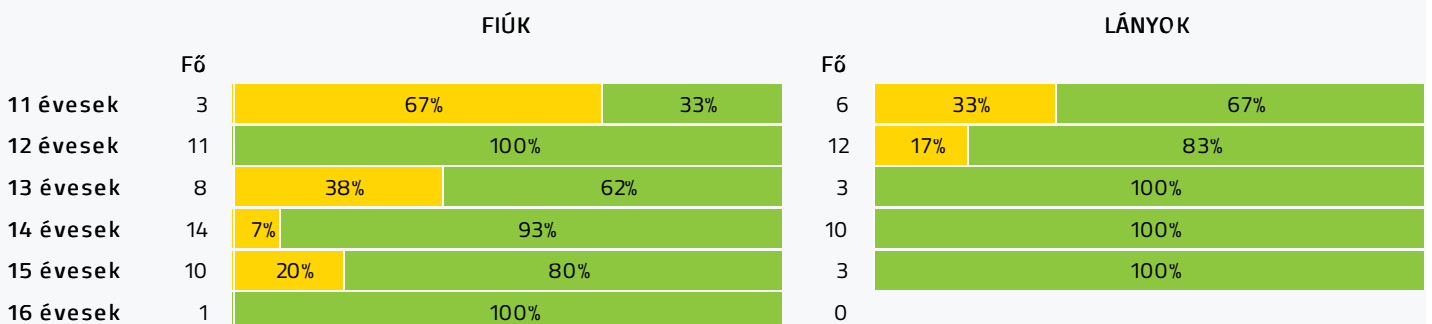
Átlagéletkor: 13

Tanév: 20 15/20 16

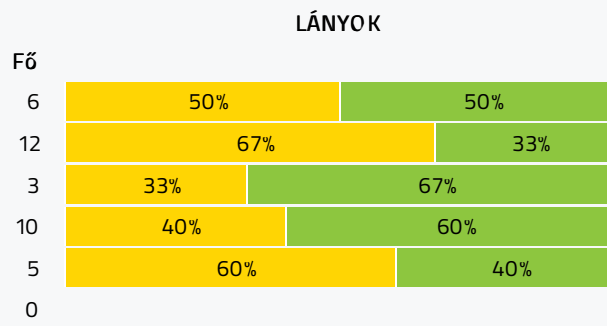
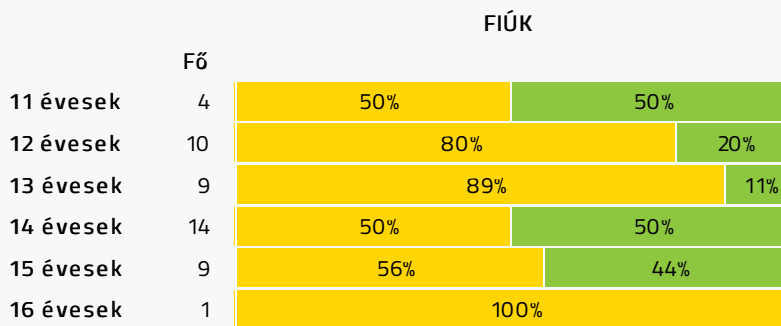
Adatfeltöltöttségi állapot: 87,92 %

Nyomtatás dátuma: 2019.12.07 20:41:42

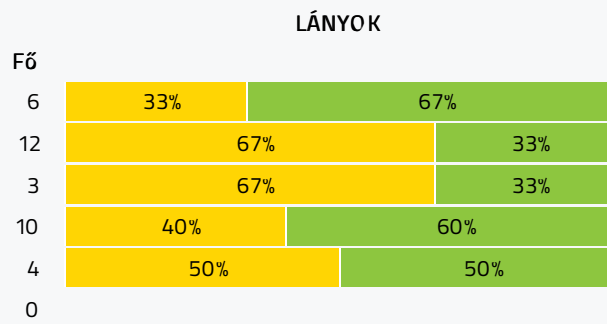
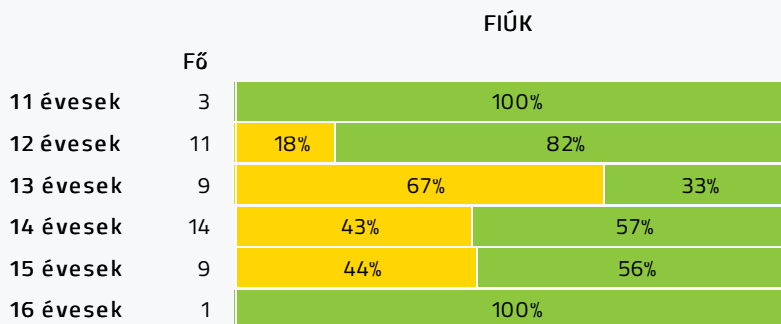
- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészséges

**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)**


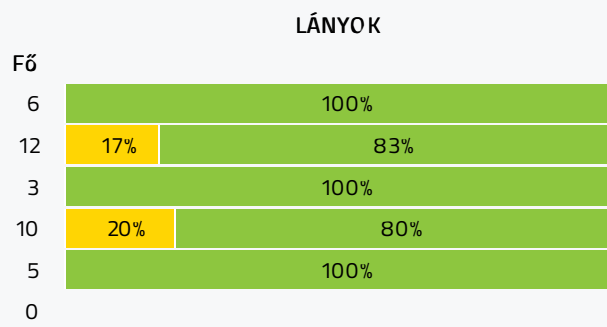
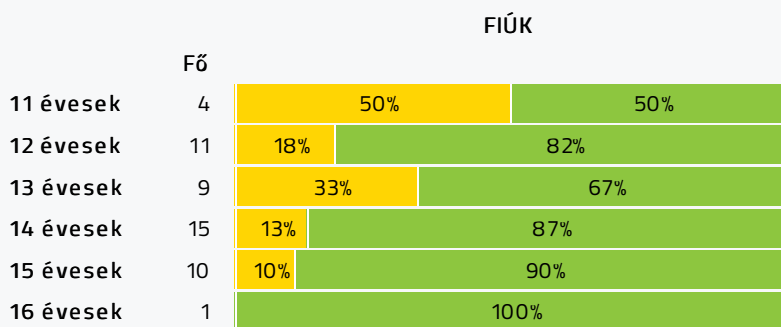
Törzsemelés teszt (cm)



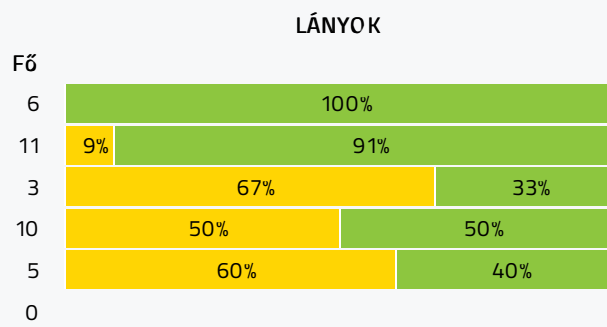
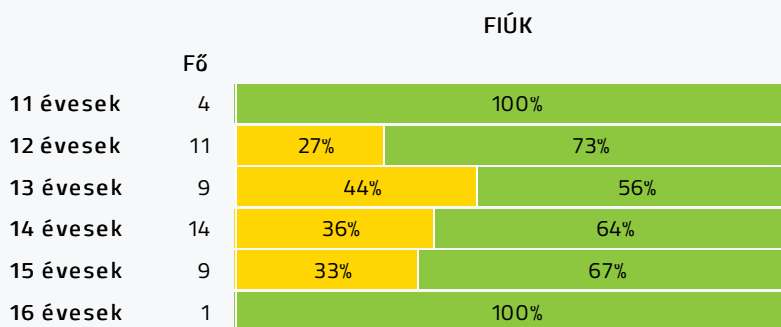
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)

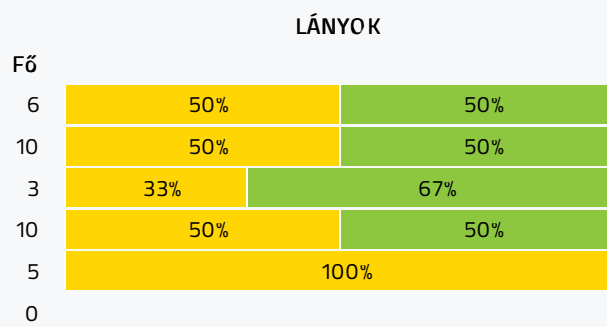
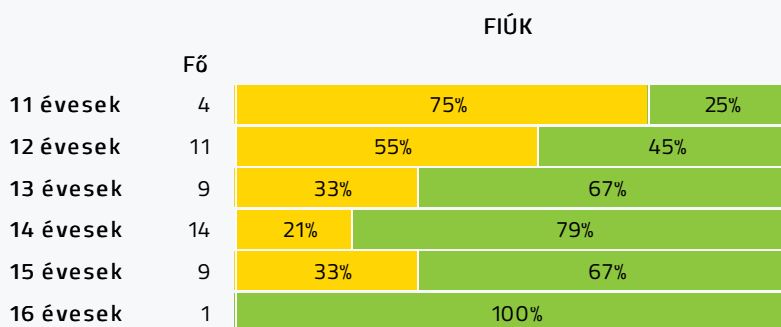


Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)





- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészséges

Budapest VI. Kerületi Vörösmarty Mihály Általános Iskola 34904 / 1

Létszám: 92 / 52 fiú, 40 lány

Átlagéletkor: 13

Tanév: 2015/2016

Adatfeltöltöttségi állapot: 87,92%

Nyomtatás dátuma: 2019.12.07 20:41:42

## 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	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek	18.71	26.05	21.35	2.97	15.93	21.19	17.63	1.89	1 fő - 10%	2 fő - 20%	7 fő - 70%
12 évesek	15.91	25.85	18.14	2.70	14.36	32.77	19.74	4.73	1 fő - 4%	2 fő - 9%	20 fő - 87%
13 évesek	15.74	22.49	19.01	2.17	16.32	19.35	18.03	1.27		1 fő - 8%	11 fő - 92%
14 évesek	15.09	32.82	21.79	5.43	17.18	28.74	21.11	3.07	4 fő - 16%	1 fő - 4%	20 fő - 80%
15 évesek	16.40	25.58	20.42	2.89	16.06	23.82	20.89	2.90		2 fő - 15%	11 fő - 85%
16 évesek	18.52	18.52	18.52	0.00							1 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									7%	10%	83%

## Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek	17.90	37.50	26.58	7.43	8.90	27.00	14.78	6.49	1 fő - 10%	2 fő - 20%	7 fő - 70%
12 évesek	6.50	33.40	14.29	7.30	9.50	38.00	21.64	7.71	1 fő - 4%	2 fő - 9%	20 fő - 87%
13 évesek	10.60	22.10	14.56	3.88	12.80	22.00	18.87	4.29			12 fő - 100%
14 évesek	5.30	35.90	18.81	9.42	11.90	37.00	26.75	6.37	2 fő - 9%	6 fő - 26%	15 fő - 65%
15 évesek	8.00	25.60	14.97	5.37	15.90	36.60	28.82	6.97		4 fő - 33%	8 fő - 67%
16 évesek	10.10	10.10	10.10	0.00							1 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									5%	17%	78%

## 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											
11 évesek	38.48	44.93	42.34	2.40	36.81	44.15	39.55	2.69	1 fő - 10%	4 fő - 40%	5 fő - 50%
12 évesek	36.91	47.90	40.97	3.19	33.02	46.20	38.35	3.80	6 fő - 29%	6 fő - 29%	9 fő - 43%
13 évesek	33.58	43.73	38.22	3.08	34.92	43.69	39.08	3.59	7 fő - 54%	3 fő - 23%	3 fő - 23%
14 évesek	34.13	51.65	40.92	5.27	31.78	37.05	35.50	1.89	8 fő - 47%	4 fő - 24%	5 fő - 29%
15 évesek	36.84	50.62	42.32	4.26	31.17	32.27	31.72	0.55	4 fő - 50%	2 fő - 25%	2 fő - 25%

16 évesek  
17 évesek  
18+ évesek

Összesen: 38 % 28 % 34 %



## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek										
11 évesek	7.00	18.00	12.33	4.50	7.00	80.00	31.00	23.76	4 fő - 44%	5 fő - 56%
12 évesek	20.00	80.00	42.00	21.81	10.00	80.00	33.25	18.13	2 fő - 9%	21 fő - 91%
13 évesek	6.00	80.00	27.63	21.89	20.00	33.00	25.00	5.72	3 fő - 27%	8 fő - 73%
14 évesek	18.00	80.00	58.64	25.76	20.00	61.00	33.70	14.74	1 fő - 4%	23 fő - 96%
15 évesek	10.00	80.00	52.30	26.81	21.00	30.00	24.67	3.86	2 fő - 15%	11 fő - 85%
16 évesek	55.00	55.00	55.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 15 % 85 %

### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek										
11 évesek	18.00	27.00	23.00	4.06	16.50	26.00	22.08	2.94	5 fő - 50%	5 fő - 50%
12 évesek	16.00	25.50	20.10	2.84	11.50	26.00	19.04	4.17	16 fő - 73%	6 fő - 27%
13 évesek	14.00	25.00	18.89	3.53	21.00	27.00	24.33	2.49	9 fő - 75%	3 fő - 25%
14 évesek	11.00	30.00	22.18	4.84	6.00	26.50	20.10	6.48	11 fő - 46%	13 fő - 54%
15 évesek	10.00	29.00	21.39	5.85	13.00	25.50	18.90	4.72	8 fő - 57%	6 fő - 43%
16 évesek	17.50	17.50	17.50	0.00					1 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 60 % 40 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek										
11 évesek	12.00	18.00	14.33	2.62	4.00	14.00	9.50	3.86	2 fő - 22%	7 fő - 78%
12 évesek	5.00	27.00	17.20	5.47	2.00	20.00	7.13	5.30	10 fő - 43%	13 fő - 57%
13 évesek	6.00	30.00	13.38	7.97	3.00	7.00	4.67	1.70	8 fő - 67%	4 fő - 33%
14 évesek	2.00	30.00	15.00	7.44	3.00	17.00	9.20	5.04	10 fő - 42%	14 fő - 58%
15 évesek	5.00	30.00	16.67	7.77	3.00	13.00	8.00	4.12	6 fő - 46%	7 fő - 54%
16 évesek	32.00	32.00	32.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 44 % 56 %

### Kézi szorítóerő (kg)

FIÚK

LÁNYOK

INTÉZMÉNY

	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	16.00	22.20	19.11	2.28	16.15	30.40	22.69	5.38	2 fő - 20%	8 fő - 80%
12 évesek	18.30	30.85	24.02	4.18	14.05	30.70	19.74	4.81	4 fő - 17%	19 fő - 83%
13 évesek	13.60	42.45	24.64	8.55	23.50	27.95	25.45	1.86	3 fő - 25%	9 fő - 75%
14 évesek	19.75	49.70	33.45	7.95	13.05	35.70	24.59	6.97	4 fő - 16%	21 fő - 84%
15 évesek	24.60	44.25	36.37	6.32	21.05	30.00	26.53	3.88	1 fő - 7%	14 fő - 93%
16 évesek	34.80	34.80	34.80	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 16 % 84 %

#### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	135.00	155.00	145.50	7.63	145.00	205.00	165.00	20.21		10 fő - 100%
12 évesek	115.00	215.00	157.91	25.76	120.00	170.00	144.09	12.43	4 fő - 18%	18 fő - 82%
13 évesek	135.00	184.00	157.44	14.63	130.00	140.00	134.33	4.19	6 fő - 50%	6 fő - 50%
14 évesek	92.00	232.00	174.57	36.09	120.00	193.00	143.30	22.37	10 fő - 42%	14 fő - 58%
15 évesek	95.00	245.00	185.78	41.93	95.00	160.00	126.60	21.96	6 fő - 43%	8 fő - 57%
16 évesek	222.00	222.00	222.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 31 % 69 %

#### HAJLÉKNYSÁGI PROFIL

##### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	9.50	20.50	17.38	4.56	17.00	30.50	24.67	5.34	6 fő - 60%	4 fő - 40%
12 évesek	12.50	22.70	18.79	3.50	11.50	34.00	24.93	5.70	11 fő - 52%	10 fő - 48%
13 évesek	3.00	28.50	19.83	7.31	24.00	31.00	28.00	2.94	4 fő - 33%	8 fő - 67%
14 évesek	5.50	32.00	23.25	6.78	19.50	35.00	26.18	5.95	8 fő - 33%	16 fő - 67%
15 évesek	9.50	31.50	22.61	6.69	18.50	24.50	21.10	1.98	8 fő - 57%	6 fő - 43%
16 évesek	34.25	34.25	34.25	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 45 % 55 %