

Fokozott fejlesztés szükséges
 Fejlesztés szükséges
 Egészségzóna

Létszám: 652 / 610 fiú, 42 lány
 Tanév: 2016/2017

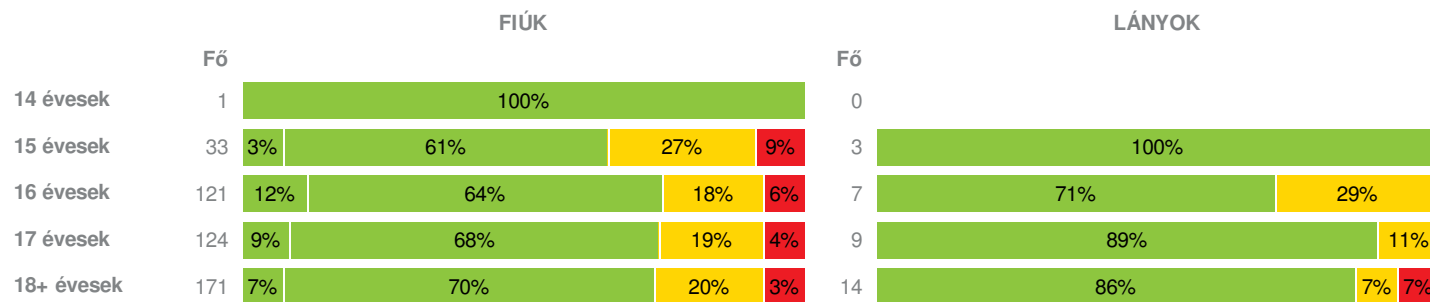


Adatfeltöltöttségi állapot: 86,30 %
 Nyomtatás dátuma: 2019.10.11 12:36:53

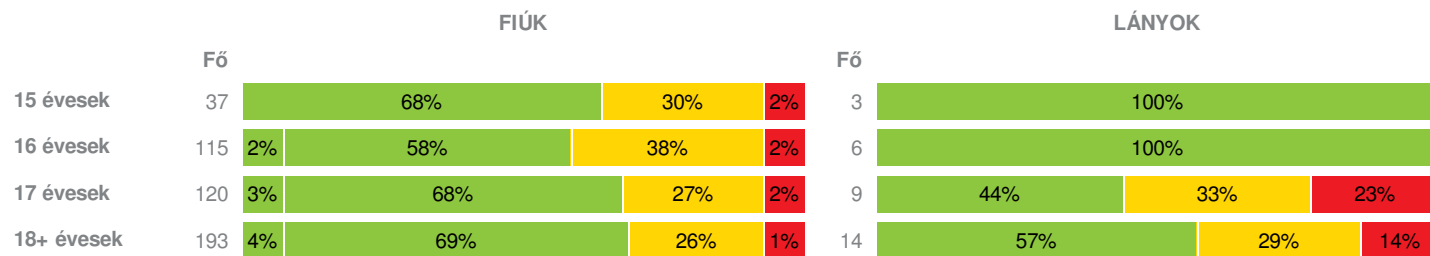
TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

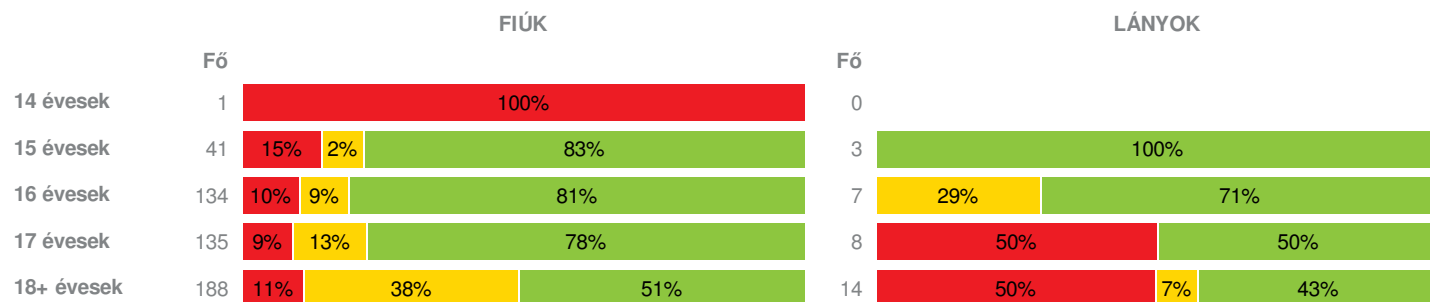


Testzsír százalék (TZS %)



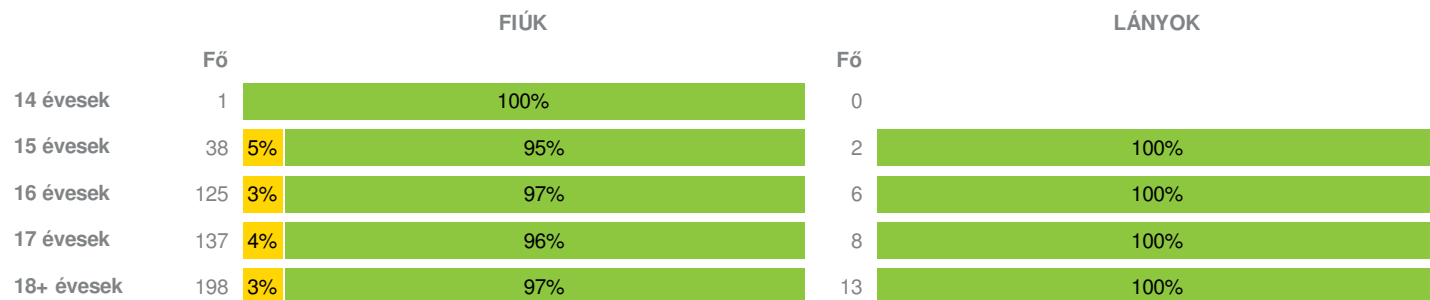
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

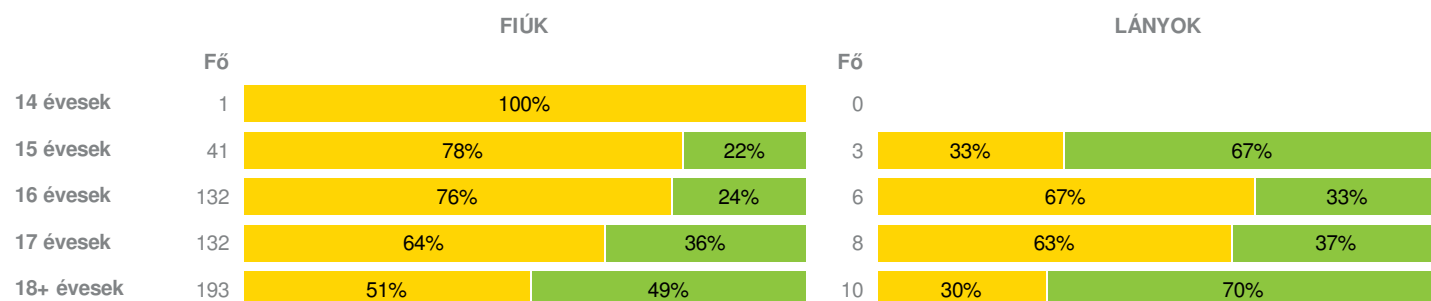


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

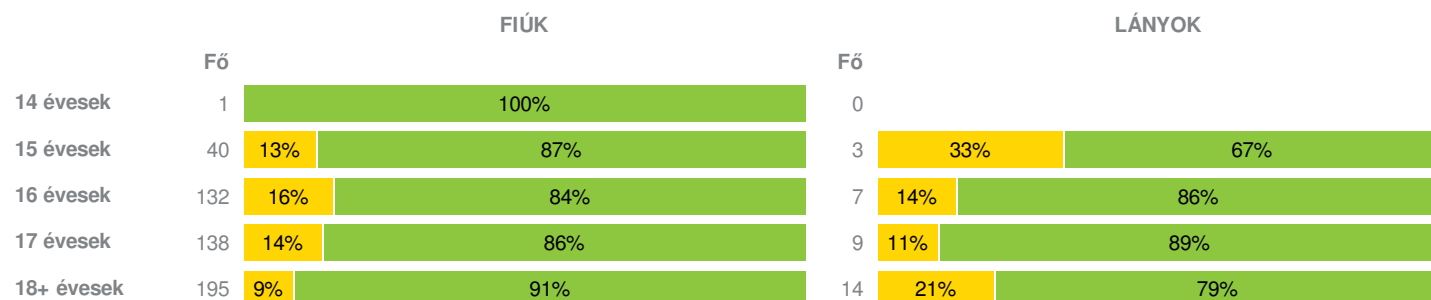
Ütemezett hasizom (db)



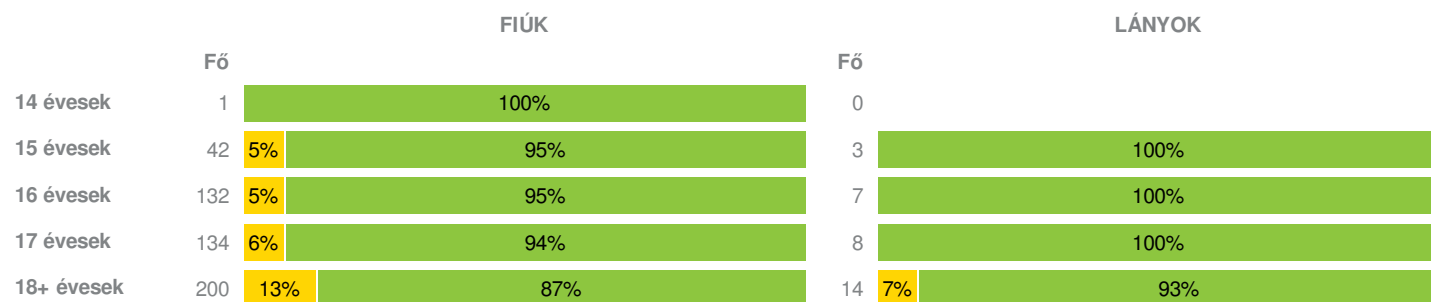
Törzsemelés (cm)



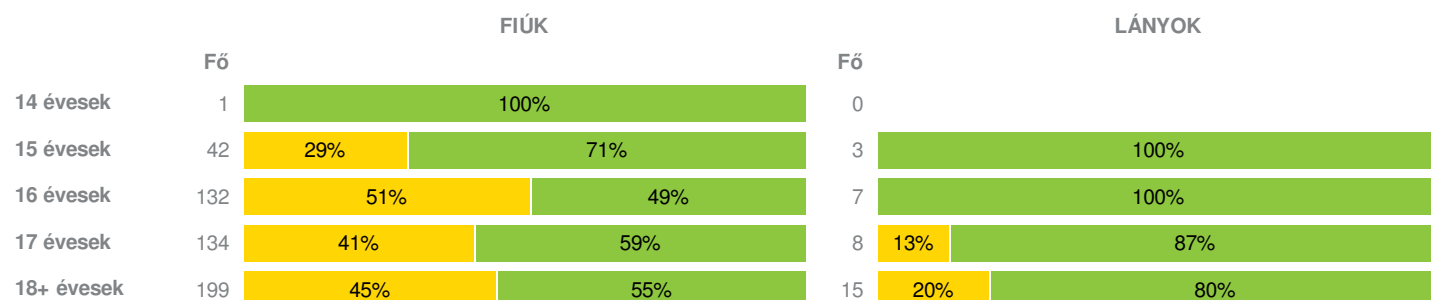
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)

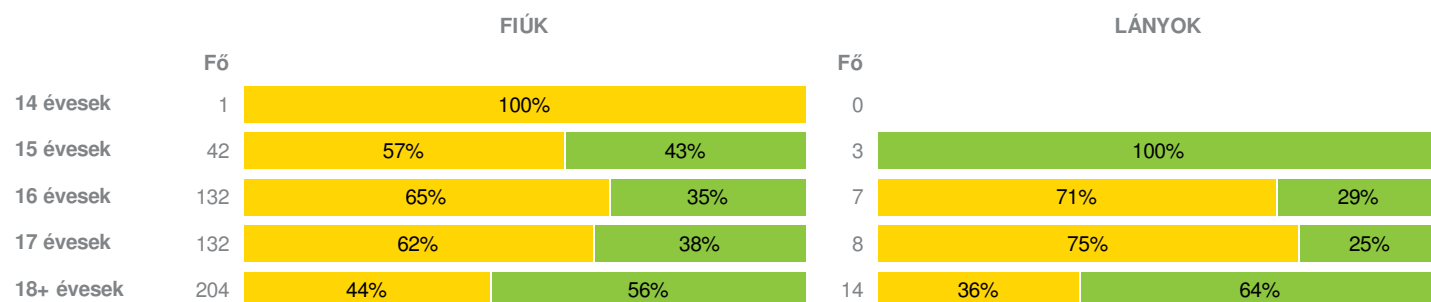


Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: 652 / 610 fiú, 42 lány

Tanév: 2016/2017



Adatfeltöltöttségi állapot: 86,30 %

Nyomatás dátuma: 2019.10.11 12:36:53

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
14 évesek	16	16	16	0.00							1 fő - 100%
15 évesek	16	35	22	4.46	20	21	21	0.22	3 fő - 8%	9 fő - 25%	24 fő - 67%
16 évesek	15	39	22	4.12	18	29	22	3.75	7 fő - 5%	24 fő - 19%	97 fő - 76%
17 évesek	15	37	22	3.97	19	26	22	2.10	6 fő - 5%	24 fő - 18%	103 fő - 77%
18+ évesek	17	35	23.00	3.22	19	30	23.00	2.85	6 fő - 4%	36 fő - 19%	143 fő - 77%
Összesen:									5 %	19 %	76 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	11	34	19	5.42	19	27	24	3.34	1 fő - 2%	11 fő - 28%	28 fő - 70%
16 évesek	5	38	18	5.64	16	26	21	2.99	2 fő - 2%	44 fő - 36%	75 fő - 62%
17 évesek	5	35	18	6.05	20	41	30	6.97	5 fő - 4%	35 fő - 27%	89 fő - 69%
18+ évesek	5	43	18.00	6.24	19	43	31.00	5.78	4 fő - 2%	55 fő - 27%	148 fő - 71%
Összesen:									2 %	29 %	69 %

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
14 évesek	40	40	40	0.00							1 fő - 100%
15 évesek	37	64	49	6.57	42	50	45	3.24	6 fő - 14%	1 fő - 2%	37 fő - 84%
16 évesek	32	67	49	6.84	38	54	45	5.82	13 fő - 9%	14 fő - 10%	114 fő - 81%
17 évesek	32	65	48	6.31	34	62	41	8.92	16 fő - 11%	17 fő - 12%	110 fő - 77%
18+ évesek	30	61	45.00	5.55	31	45	37.00	3.66	27 fő - 13%	73 fő - 36%	102 fő - 50%
Összesen:									12 %	20 %	68 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	25	25	25	0.00						1 fő - 100%
15 évesek	17	50	39	10.50	24	50	37	13.00	2 fő - 5%	38 fő - 95%
16 évesek	4	80	39	12.44	20	49	32	11.22	4 fő - 3%	127 fő - 97%
17 évesek	11	80	39	14.86	18	58	33	14.24	5 fő - 3%	140 fő - 97%

18+ évesek 4 | 67 | 33.00 | 11.02 | 18 | 53 | 28.00 | 8.82 | 6 fő - 3% | 205 fő - 97%

Összesen: 3% 97%

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	15	15	15	0.00					1 fő - 100%	
15 évesek	11	30	19	4.66	22	24	23	0.71	33 fő - 75%	11 fő - 25%
16 évesek	10	30	19	4.65	15	24	20	3.03	104 fő - 75%	34 fő - 25%
17 évesek	11	30	21	4.38	16	29	22	3.63	89 fő - 64%	51 fő - 36%
18+ évesek	12	30	22.00	4.60	20	28	24.00	2.88	101 fő - 50%	102 fő - 50%

Összesen: 62% 38%

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	16	16	16	0.00						1 fő - 100%
15 évesek	8	40	22	7.42	3	17	12	6.38	6 fő - 14%	37 fő - 86%
16 évesek	0	42	23	7.11	4	40	18	12.53	22 fő - 16%	117 fő - 84%
17 évesek	2	40	23	7.59	5	30	13	8.56	21 fő - 14%	126 fő - 86%
18+ évesek	2	45	21.00	6.35	0	25	11.00	7.00	20 fő - 10%	189 fő - 90%

Összesen: 13% 87%

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	34	34	34	0.00						1 fő - 100%
15 évesek	21	64	41	9.06	23	33	27	4.42	2 fő - 4%	43 fő - 96%
16 évesek	26	60	43	6.84	24	48	34	7.42	6 fő - 4%	133 fő - 96%
17 évesek	27	70	45	7.67	27	47	34	7.47	8 fő - 6%	134 fő - 94%
18+ évesek	22	66	46.00	7.42	22	49	31.00	6.88	26 fő - 12%	188 fő - 88%

Összesen: 8% 92%

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	196	196	196	0.00						1 fő - 100%
15 évesek	148	262	193	25.26	155	180	167	10.21	12 fő - 27%	33 fő - 73%
16 évesek	120	259	188	26.89	156	200	180	15.21	67 fő - 48%	72 fő - 52%
17 évesek	115	266	196	26.51	118	201	163	25.50	56 fő - 39%	86 fő - 61%
18+ évesek	144	282	205.00	28.04	124	190	166.00	20.45	92 fő - 43%	122 fő - 57%

Összesen: 42% 58%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	11	11	11	0.00					1 fő - 100%	
15 évesek	3	42	20	9.09	31	39	35	3.30	24 fő - 53%	21 fő - 47%
16 évesek	3	41	19	8.09	12	40	25	8.83	91 fő - 65%	48 fő - 35%

17 évesek	2	46	21	8.07	12	43	24	10.93	88 fő - 63%	52 fő - 37%	
18+ évesek	7	50	23.00	8.69	21	45	32.00	6.52	94 fő - 43%	124 fő - 57%	
									Összesen:	55 %	45 %

Magyar Diáksport Szövetség - 2017

