

Fokozott fejlesztés szükséges  
 Fejlesztés szükséges  
 Egészségzóna

Létszám: 687 / 646 fiú, 41 lány  
 Tanév: 2018/2019

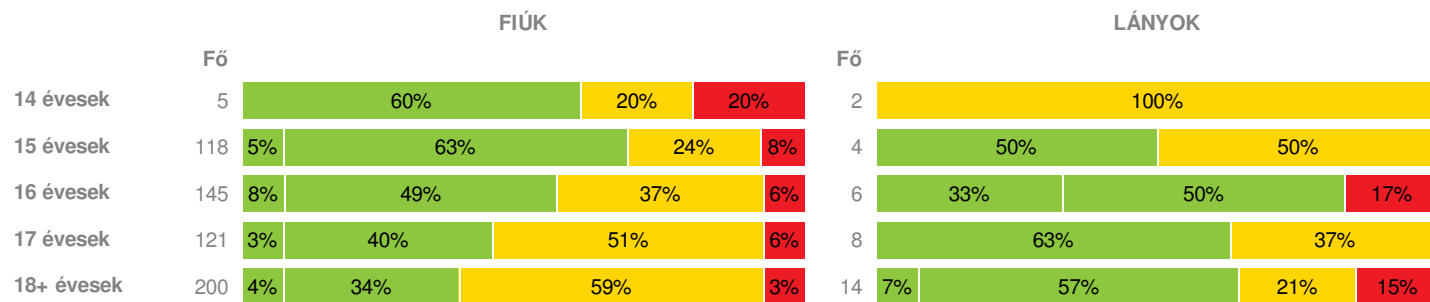


Adatfeltöltöttségi állapot: 98,72 %  
 Nyomtatás dátuma: 2019.10.11 12:36:19

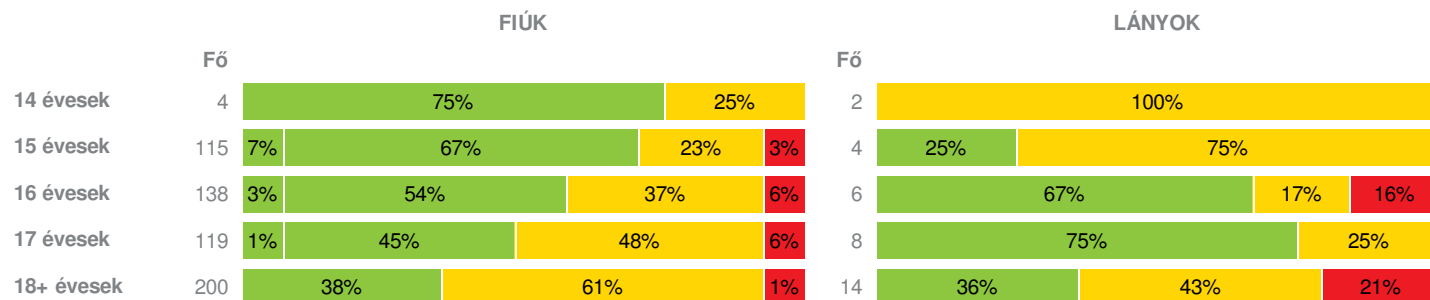
## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

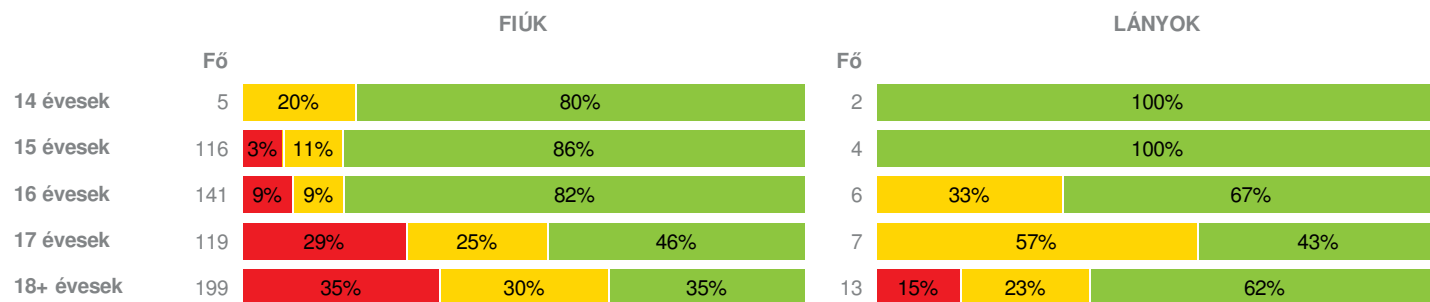


#### Testzsír százalék (TZS %)



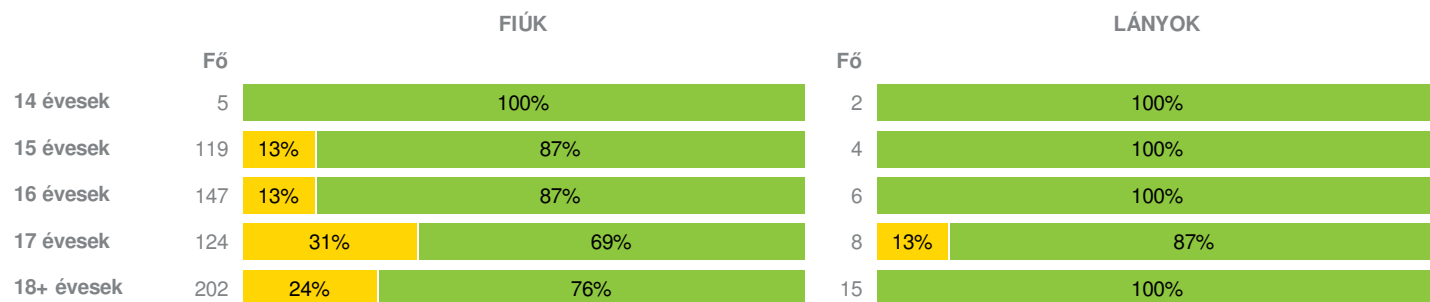
### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

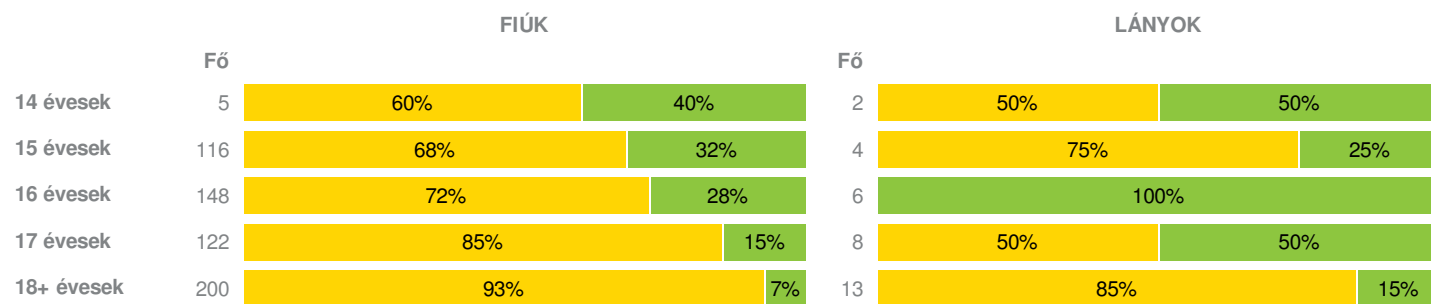


### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

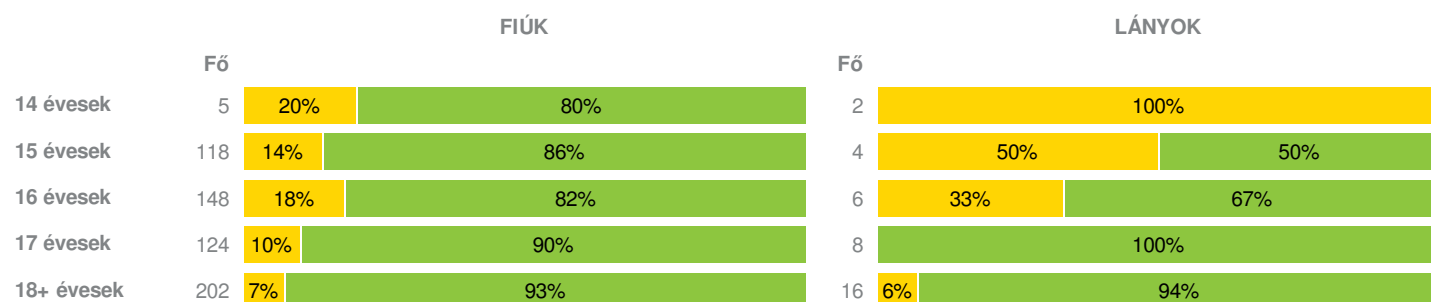
#### Ütemezett hasizom (db)



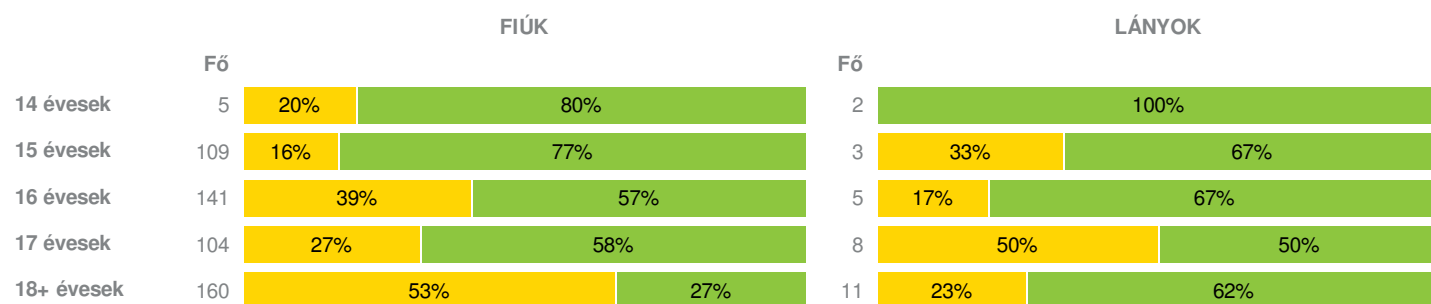
## Törzsemelés (cm)



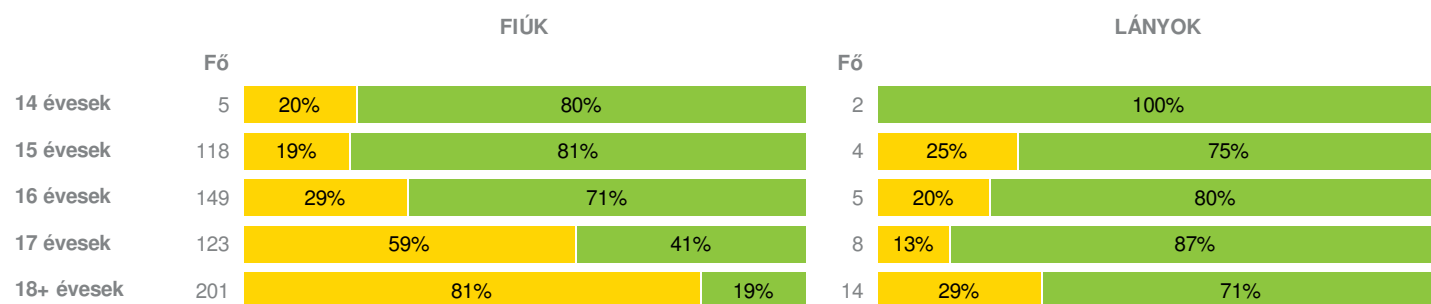
## Ütemezett fekvőtámasz (db)



## Kézi szorítóerő (kg)

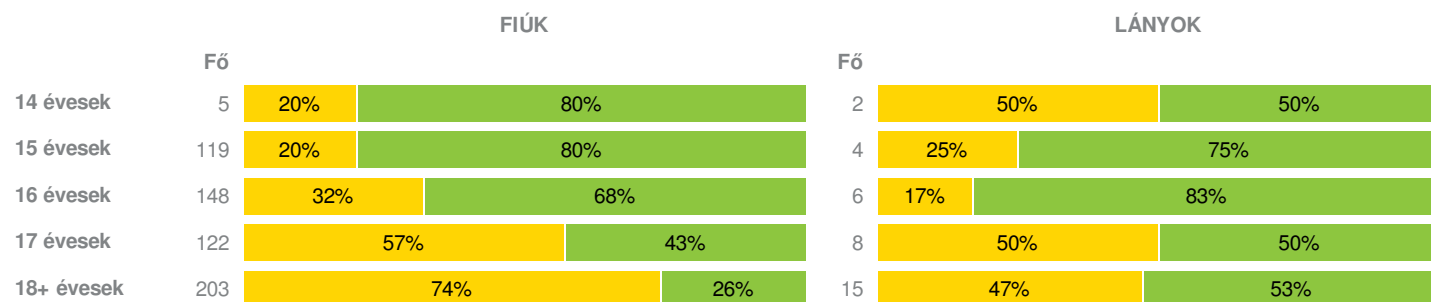


## Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)





- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

## Győri Műszaki SZC Jedlik Ányos Gépipari és Informatikai Szakgimnáziuma, Szakközépiskolája és Kollégiuma

Létszám: 687 / 646 fiú, 41 lány  
Tanév: 2018/2019



Adatfeltöltöttségi állapot: 98,72 %  
Nyomtatás dátuma: 2019.10.11 12:36:19

### TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
14 évesek	18	29	22	3.55	25	26	25	0.87	1 fő - 14%	3 fő - 43%	3 fő - 43%
15 évesek	16	44	22	4.17	20	26	24	2.14	10 fő - 8%	30 fő - 25%	82 fő - 67%
16 évesek	15	40	23	4.18	17	38	23	7.23	10 fő - 7%	53 fő - 35%	88 fő - 58%
17 évesek	16	43	25	4.33	19	27	23	3.09	7 fő - 6%	65 fő - 50%	57 fő - 44%
18+ évesek	10	41	25.00	3.49	18	34	25.00	4.28	11 fő - 5%	120 fő - 56%	83 fő - 39%
Összesen:									6 %	43 %	51 %

#### Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
14 évesek	8	32	16	9.53	32	33	32	0.90		3 fő - 50%	3 fő - 50%
15 évesek	5	40	16	7.19	27	35	32	3.03	4 fő - 4%	29 fő - 24%	86 fő - 72%
16 évesek	4	43	19	7.76	19	48	28	10.32	9 fő - 6%	52 fő - 36%	83 fő - 58%
17 évesek	6	43	21	7.24	25	34	28	3.51	7 fő - 6%	59 fő - 46%	61 fő - 48%
18+ évesek	8	44	23.00	6.28	21	48	32.00	8.77	6 fő - 3%	128 fő - 60%	80 fő - 37%
Összesen:									4 %	44 %	52 %

### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
14 évesek	40	69	51	10.29	43	43	43	0.10		1 fő - 14%	6 fő - 86%
15 évesek	38	78	53	8.94	43	45	44	0.96	4 fő - 3%	13 fő - 11%	103 fő - 86%
16 évesek	35	72	48	6.03	37	49	42	4.40	12 fő - 8%	15 fő - 10%	120 fő - 82%
17 évesek	28	56	43	6.01	36	51	40	5.00	35 fő - 28%	34 fő - 27%	57 fő - 45%
18+ évesek	29	64	43.00	6.02	35	45	39.00	3.05	72 fő - 34%	62 fő - 29%	78 fő - 37%
Összesen:									20 %	20 %	60 %

### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom (db)

FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ

14 évesek	30	50	35	7.75	30	30	30	0.00		7 fő - 100%
15 évesek	8	62	31	8.70	26	32	28	2.49	16 fő - 13%	107 fő - 87%
16 évesek	12	80	33	11.54	21	40	29	5.94	19 fő - 12%	134 fő - 88%
17 évesek	10	70	27	8.96	15	50	30	9.04	40 fő - 30%	92 fő - 70%
18+ évesek	5	60	28.00	7.40	20	54	30.00	8.70	48 fő - 22%	169 fő - 78%

Összesen: 19 % 81 %

#### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	14	28	21	4.71	19	26	22	3.25	4 fő - 57%	3 fő - 43%
15 évesek	10	30	20	6.03	17	27	21	3.77	82 fő - 68%	38 fő - 32%
16 évesek	8	30	20	5.12	24	30	27	2.21	106 fő - 69%	48 fő - 31%
17 évesek	7	30	16	5.40	12	30	23	6.69	108 fő - 83%	22 fő - 17%
18+ évesek	5	30	15.00	4.91	10	25	18.00	4.83	196 fő - 92%	17 fő - 8%

Összesen: 79 % 21 %

#### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	12	38	21	8.91	3	5	4	1.00	3 fő - 43%	4 fő - 57%
15 évesek	6	38	21	6.20	6	10	8	1.79	19 fő - 16%	103 fő - 84%
16 évesek	6	47	22	7.40	3	35	13	11.26	29 fő - 19%	125 fő - 81%
17 évesek	10	52	22	7.17	7	35	18	10.39	13 fő - 10%	119 fő - 90%
18+ évesek	6	50	25.00	6.72	3	35	21.00	8.47	15 fő - 7%	203 fő - 93%

Összesen: 12 % 88 %

#### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	28	64	46	11.76	29	40	35	5.20	1 fő - 14%	6 fő - 86%
15 évesek	23	72	43	9.26	26	32	29	2.76	20 fő - 17%	92 fő - 77%
16 évesek	26	71	42	8.40	21	36	29	5.27	58 fő - 38%	88 fő - 58%
17 évesek	23	78	43	11.13	23	45	31	7.44	37 fő - 28%	75 fő - 58%
18+ évesek	22	68	40.00	7.91	19	42	30.00	5.80	109 fő - 51%	62 fő - 29%

Összesen: 41 % 59 %

#### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	170	240	199	24.22	140	140	140	0.00	1 fő - 14%	6 fő - 86%
15 évesek	100	260	198	24.30	123	168	151	17.12	24 fő - 20%	98 fő - 80%
16 évesek	150	265	200	22.86	124	200	162	25.06	44 fő - 29%	110 fő - 71%
17 évesek	145	260	194	29.33	139	200	172	19.08	74 fő - 56%	57 fő - 44%
18+ évesek	140	255	191.00	18.79	115	187	161.00	22.16	166 fő - 77%	49 fő - 23%

Összesen: 49 % 51 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági (cm)

FIÚK	LÁNYOK	TELEPHELY
------	--------	-----------

	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
14 évesek	8	35	23	9.20	23	38	30	7.75	2 fő - 29%	5 fő - 71%
15 évesek	0	45	26	8.74	28	34	31	2.13	25 fő - 20%	98 fő - 80%
16 évesek	5	50	24	9.93	17	37	31	6.80	48 fő - 31%	106 fő - 69%
17 évesek	0	50	19	11.66	7	47	26	14.87	73 fő - 56%	57 fő - 44%
18+ évesek	0	48	15.00	10.39	0	50	27.00	14.62	157 fő - 72%	61 fő - 28%
Összesen:									48 %	52 %

Magyar Diáksport Szövetség - 2019

