

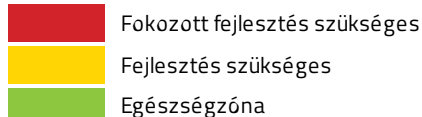
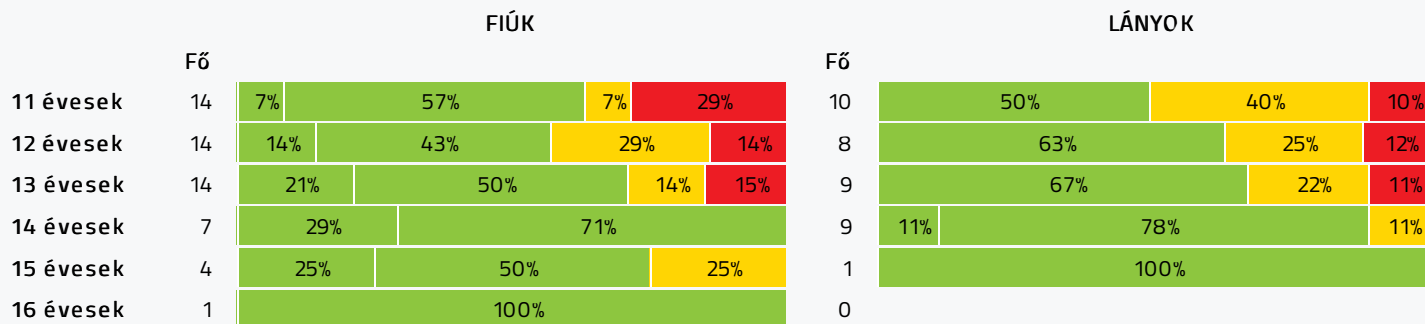
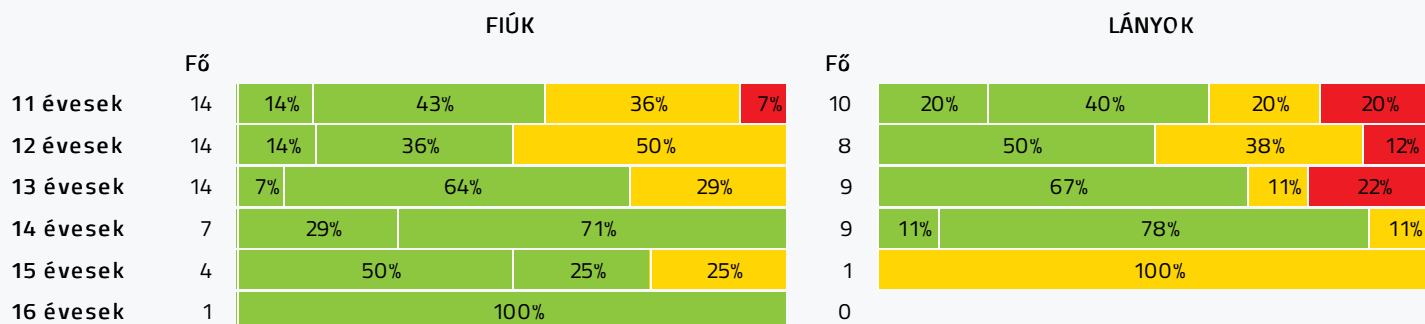
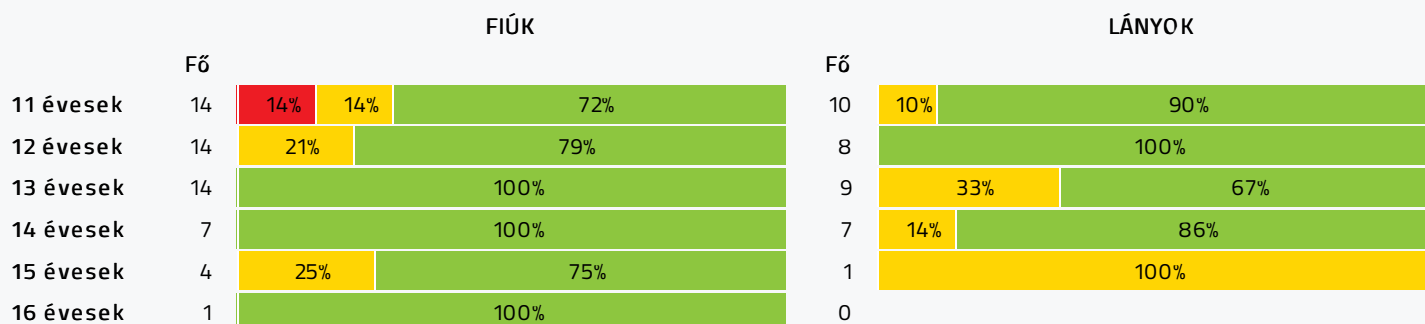
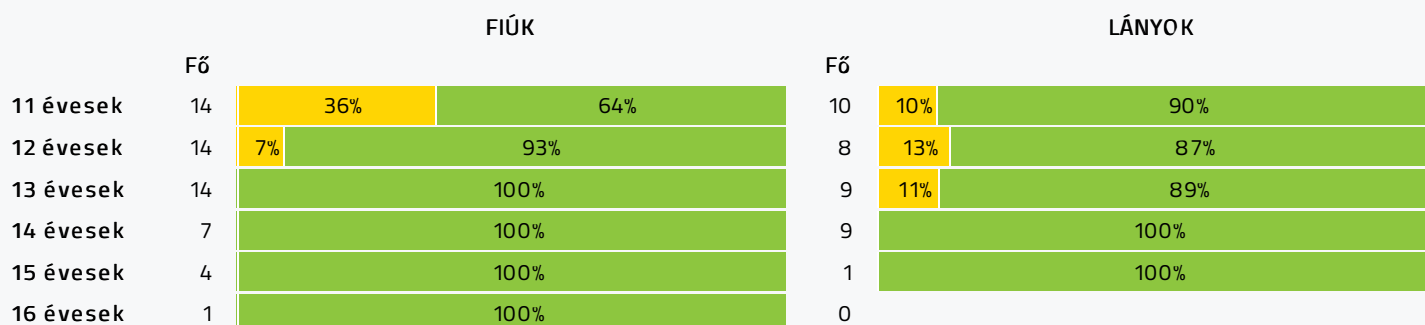
Létszám: 94 / 56 fiú, 38 lány

Átlagéletkor: 13

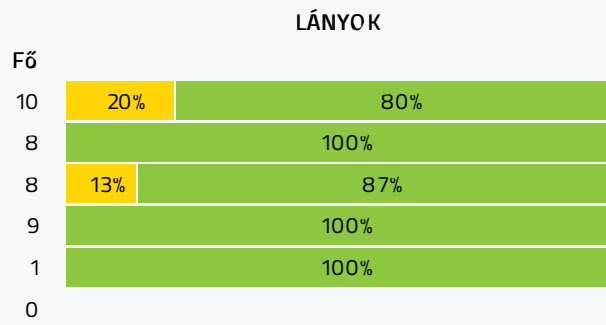
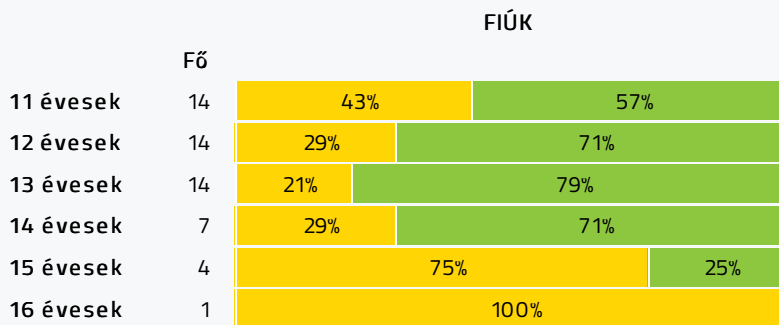
Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 28,48 %

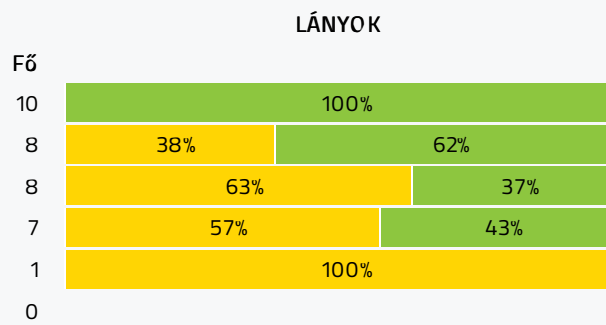
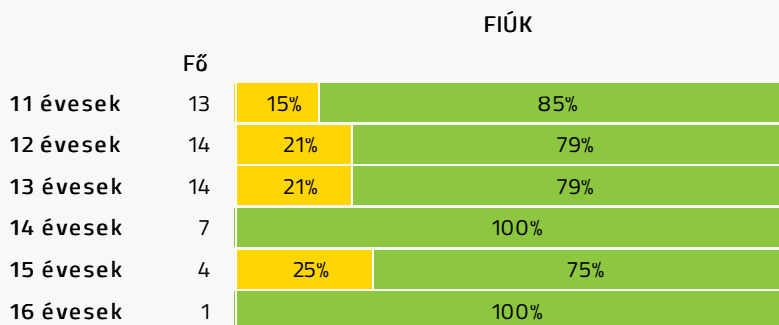
Nyomtatás dátuma: 2020.01.30 09:50:02


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT
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)


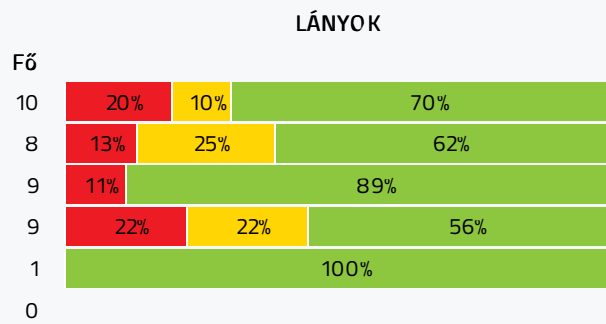
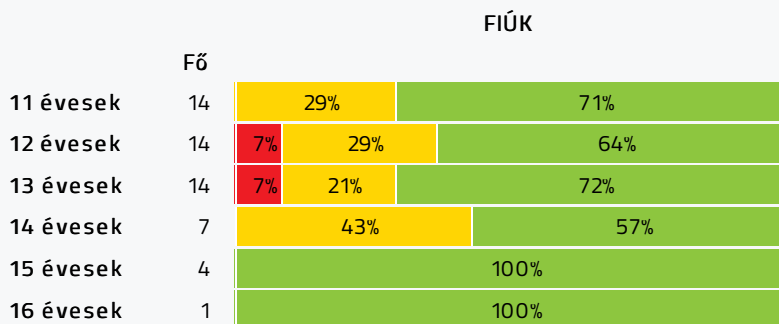
Törzsemelés teszt (cm)



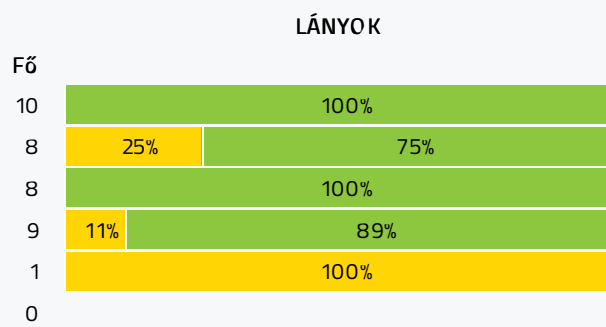
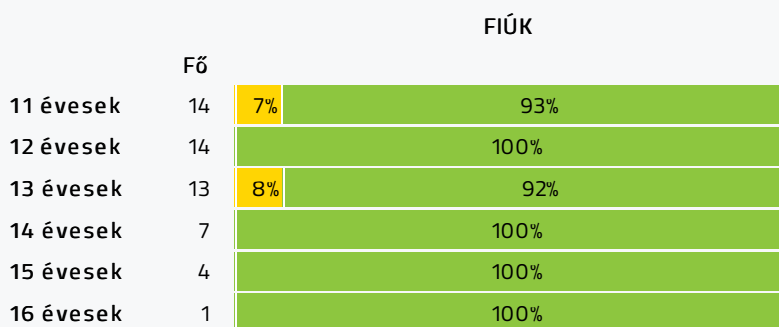
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)

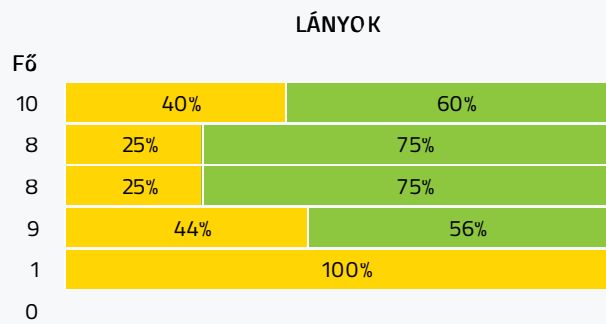
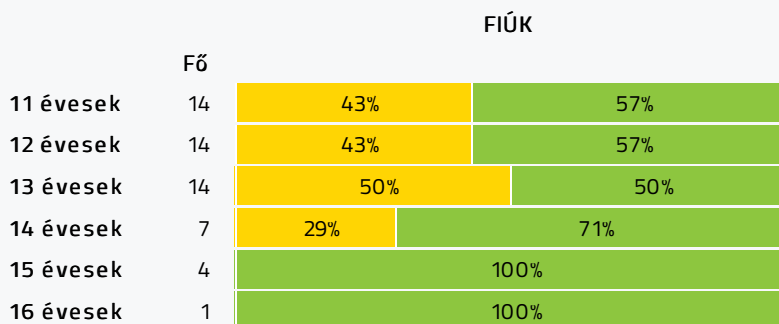


Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)





- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Centenáriumi Általános Iskola 35090 / 1

Létszám: 94 / 56 fiú, 38 lány

Átlagéletkor: 13

Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 28,48 %

Nyomtatás dátuma: 2020.01.30 09:50:02

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | | |
|------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|------------|-------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FFSZ | FSZ | EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 13.79 | 30.55 | 20.52 | 5.16 | 15.37 | 30.78 | 20.79 | 4.98 | 5 fő - 21% | 5 fő - 21% | 14 fő - 58% |
| 12 évesek | 14.36 | 28.60 | 20.27 | 4.28 | 17.70 | 28.92 | 21.79 | 3.42 | 3 fő - 14% | 6 fő - 27% | 13 fő - 59% |
| 13 évesek | 15.04 | 29.56 | 20.63 | 4.51 | 17.30 | 29.88 | 22.08 | 3.78 | 3 fő - 13% | 4 fő - 17% | 16 fő - 70% |
| 14 évesek | 16.62 | 21.92 | 18.36 | 1.71 | 15.70 | 25.90 | 20.23 | 2.74 | | 1 fő - 6% | 15 fő - 94% |
| 15 évesek | 17.21 | 28.06 | 21.31 | 4.36 | 22.58 | 22.58 | 22.58 | 0.00 | | 1 fő - 20% | 4 fő - 80% |
| 16 évesek | 18.82 | 18.82 | 18.82 | 0.00 | | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | | |
| Összesen: | | | | | | | | | 12% | 19% | 69% |

Testzsír százalék (TZS %)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | | |
|------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|-------------|-------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FFSZ | FSZ | EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 5.50 | 39.10 | 20.22 | 10.62 | 9.90 | 38.00 | 23.32 | 9.68 | 3 fő - 13% | 7 fő - 29% | 14 fő - 58% |
| 12 évesek | 5.00 | 35.80 | 20.35 | 8.96 | 21.30 | 40.10 | 27.55 | 5.98 | 1 fő - 5% | 10 fő - 45% | 11 fő - 50% |
| 13 évesek | 5.00 | 34.20 | 16.35 | 8.18 | 14.40 | 37.60 | 26.76 | 7.13 | 2 fő - 8% | 5 fő - 22% | 16 fő - 70% |
| 14 évesek | 5.00 | 21.00 | 9.90 | 4.85 | 12.60 | 34.50 | 22.66 | 6.10 | | 1 fő - 6% | 15 fő - 94% |
| 15 évesek | 5.40 | 24.00 | 12.55 | 7.53 | 31.00 | 31.00 | 31.00 | 0.00 | | 2 fő - 40% | 3 fő - 60% |
| 16 évesek | 10.60 | 10.60 | 10.60 | 0.00 | | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | | |
| Összesen: | | | | | | | | | 7% | 27% | 66% |

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | | |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|-----------|------------|-------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FFSZ | FSZ | EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 36.72 | 57.54 | 44.85 | 6.41 | 38.50 | 48.41 | 44.75 | 2.84 | 2 fő - 8% | 3 fő - 13% | 19 fő - 79% |
| 12 évesek | 39.57 | 64.63 | 48.46 | 7.52 | 40.35 | 55.76 | 45.31 | 5.31 | | 3 fő - 14% | 19 fő - 86% |
| 13 évesek | 44.05 | 65.70 | 52.96 | 7.58 | 37.30 | 53.82 | 43.96 | 5.88 | | 3 fő - 13% | 20 fő - 87% |
| 14 évesek | 46.06 | 68.77 | 55.06 | 8.06 | 39.16 | 51.81 | 44.70 | 4.71 | | 1 fő - 7% | 13 fő - 93% |

| | | | | | | | | | | |
|------------|-------|-------|-------|------|-------|-------|-------|------|------------|-------------|
| 15 évesek | 42.59 | 59.96 | 49.80 | 6.49 | 36.87 | 36.87 | 36.87 | 0.00 | 2 fő - 40% | 3 fő - 60% |
| 16 évesek | 45.09 | 45.09 | 45.09 | 0.00 | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | |

Összesen: 2% 13% 85%



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|---|--|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás |  FSZ |  EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 0.00 | 60.00 | 26.50 | 16.35 | 3.00 | 60.00 | 29.40 | 15.58 | 6 fő - 25% | 18 fő - 75% |
| 12 évesek | 10.00 | 80.00 | 31.79 | 19.97 | 3.00 | 24.00 | 18.13 | 6.17 | 2 fő - 9% | 20 fő - 91% |
| 13 évesek | 25.00 | 80.00 | 51.57 | 18.42 | 11.00 | 80.00 | 48.78 | 23.95 | 1 fő - 4% | 22 fő - 96% |
| 14 évesek | 30.00 | 80.00 | 45.71 | 21.81 | 19.00 | 35.00 | 25.89 | 4.89 | | 16 fő - 100% |
| 15 évesek | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 0.00 | 21.00 | 21.00 | 21.00 | 0.00 | | 5 fő - 100% |
| 16 évesek | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 0.00 | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | |

Összesen: 10% 90%

Törzsemelés teszt (cm)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|---|--|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás |  FSZ |  EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 17.00 | 30.00 | 23.75 | 4.84 | 16.00 | 30.00 | 25.35 | 4.39 | 8 fő - 33% | 16 fő - 67% |
| 12 évesek | 17.00 | 29.00 | 23.71 | 3.33 | 23.00 | 30.00 | 26.88 | 2.32 | 4 fő - 18% | 18 fő - 82% |
| 13 évesek | 21.00 | 30.00 | 26.00 | 3.12 | 21.00 | 30.00 | 28.38 | 2.91 | 4 fő - 18% | 18 fő - 82% |
| 14 évesek | 19.00 | 30.00 | 25.00 | 3.46 | 24.00 | 30.00 | 25.72 | 1.78 | 2 fő - 13% | 14 fő - 88% |
| 15 évesek | 19.00 | 27.00 | 21.50 | 3.28 | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 0.00 | 3 fő - 60% | 2 fő - 40% |
| 16 évesek | 19.00 | 19.00 | 19.00 | 0.00 | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | |

Összesen: 24% 76%

Ütemezett fekvőtámasz (db)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|---|--|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás |  FSZ |  EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 3.00 | 47.00 | 17.54 | 12.07 | 7.00 | 32.00 | 22.20 | 7.78 | 2 fő - 9% | 21 fő - 91% |
| 12 évesek | 3.00 | 35.00 | 17.21 | 10.02 | 0.00 | 20.00 | 7.88 | 6.77 | 6 fő - 27% | 16 fő - 73% |
| 13 évesek | 0.00 | 47.00 | 20.57 | 13.33 | 0.00 | 27.00 | 10.00 | 10.00 | 8 fő - 36% | 14 fő - 64% |
| 14 évesek | 14.00 | 34.00 | 20.00 | 6.16 | 0.00 | 20.00 | 7.14 | 6.85 | 4 fő - 29% | 10 fő - 71% |
| 15 évesek | 12.00 | 25.00 | 18.25 | 4.82 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 2 fő - 40% | 3 fő - 60% |
| 16 évesek | 30.00 | 30.00 | 30.00 | 0.00 | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | |

Összesen: 25% 75%

Kézi szorítóerő (kg)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | | |
|------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|------------|-------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FFSZ | FSZ | EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 15.90 | 30.30 | 21.02 | 3.56 | 13.30 | 27.00 | 20.69 | 4.25 | 2 fő - 8% | 5 fő - 21% | 17 fő - 71% |
| 12 évesek | 18.20 | 32.40 | 25.36 | 4.45 | 16.00 | 25.70 | 22.71 | 3.21 | 2 fő - 9% | 6 fő - 27% | 14 fő - 64% |
| 13 évesek | 19.60 | 47.10 | 31.76 | 6.86 | 19.40 | 38.50 | 30.09 | 5.24 | 2 fő - 9% | 3 fő - 13% | 18 fő - 78% |
| 14 évesek | 26.30 | 48.40 | 35.74 | 7.58 | 19.40 | 40.00 | 26.67 | 6.15 | 2 fő - 13% | 5 fő - 31% | 9 fő - 56% |
| 15 évesek | 36.70 | 53.00 | 44.18 | 5.81 | 33.20 | 33.20 | 33.20 | 0.00 | | | 5 fő - 100% |
| 16 évesek | 50.00 | 50.00 | 50.00 | 0.00 | | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | | |

Összesen: 9% 21% 70%

Helyből távolugrás (cm)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|------------|-------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FSZ | EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 130.00 | 200.00 | 157.86 | 17.60 | 130.00 | 180.00 | 154.00 | 19.47 | 1 fő - 4% | 23 fő - 96% |
| 12 évesek | 150.00 | 208.00 | 180.86 | 17.64 | 122.00 | 180.00 | 157.25 | 20.34 | 2 fő - 9% | 20 fő - 91% |
| 13 évesek | 130.00 | 208.00 | 178.38 | 20.89 | 135.00 | 220.00 | 171.25 | 28.59 | 1 fő - 5% | 20 fő - 95% |
| 14 évesek | 190.00 | 225.00 | 210.00 | 11.65 | 120.00 | 220.00 | 172.44 | 28.11 | 1 fő - 6% | 15 fő - 94% |
| 15 évesek | 215.00 | 230.00 | 223.75 | 6.50 | 130.00 | 130.00 | 130.00 | 0.00 | 1 fő - 20% | 4 fő - 80% |
| 16 évesek | 245.00 | 245.00 | 245.00 | 0.00 | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | |

Összesen: 7% 93%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

| | FIÚK | | | | LÁNYOK | | | | INTÉZMÉNY | |
|------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|-------------|-------------|
| | Min. | Max. | Átlag | Szórás | Min. | Max. | Átlag | Szórás | FSZ | EZ |
| 10 évesek | | | | | | | | | | |
| 11 évesek | 4.50 | 29.00 | 19.38 | 7.29 | 14.00 | 36.00 | 27.80 | 6.93 | 10 fő - 42% | 14 fő - 58% |
| 12 évesek | 5.50 | 30.50 | 20.39 | 6.57 | 19.50 | 47.00 | 31.50 | 8.79 | 8 fő - 36% | 14 fő - 64% |
| 13 évesek | 7.50 | 31.00 | 19.25 | 6.50 | 17.00 | 41.50 | 30.75 | 8.32 | 9 fő - 41% | 13 fő - 59% |
| 14 évesek | 11.00 | 35.50 | 25.07 | 7.65 | 15.00 | 37.50 | 27.06 | 7.58 | 6 fő - 38% | 10 fő - 63% |
| 15 évesek | 22.00 | 31.00 | 27.13 | 3.25 | 29.50 | 29.50 | 29.50 | 0.00 | 1 fő - 20% | 4 fő - 80% |
| 16 évesek | 24.00 | 24.00 | 24.00 | 0.00 | | | | | | 1 fő - 100% |
| 17 évesek | | | | | | | | | | |
| 18+ évesek | | | | | | | | | | |

Összesen: 38% 62%