

Létszám: 166 / 88 fiú, 78 lány

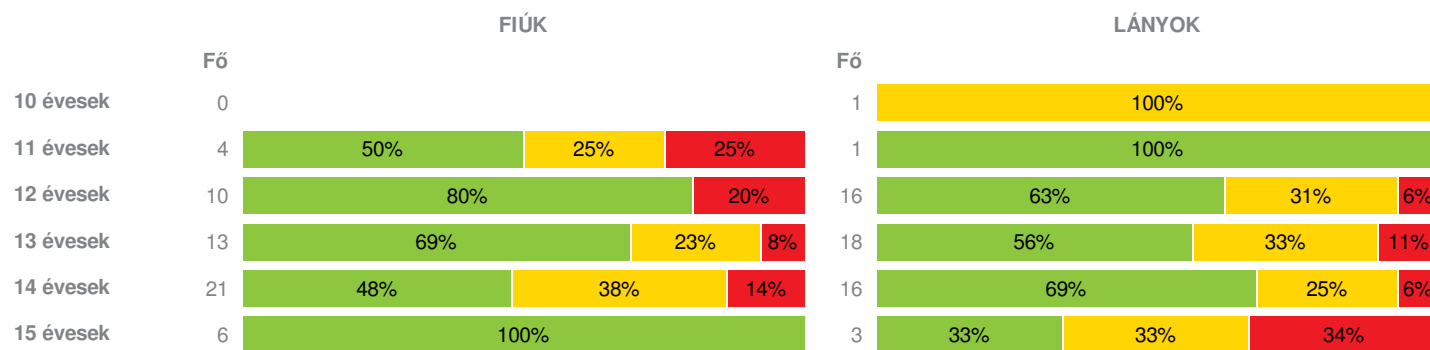
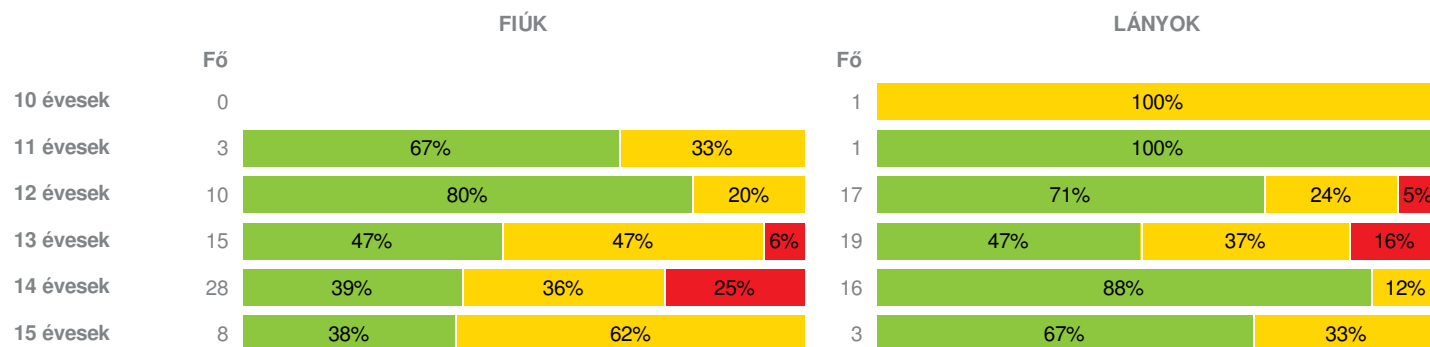
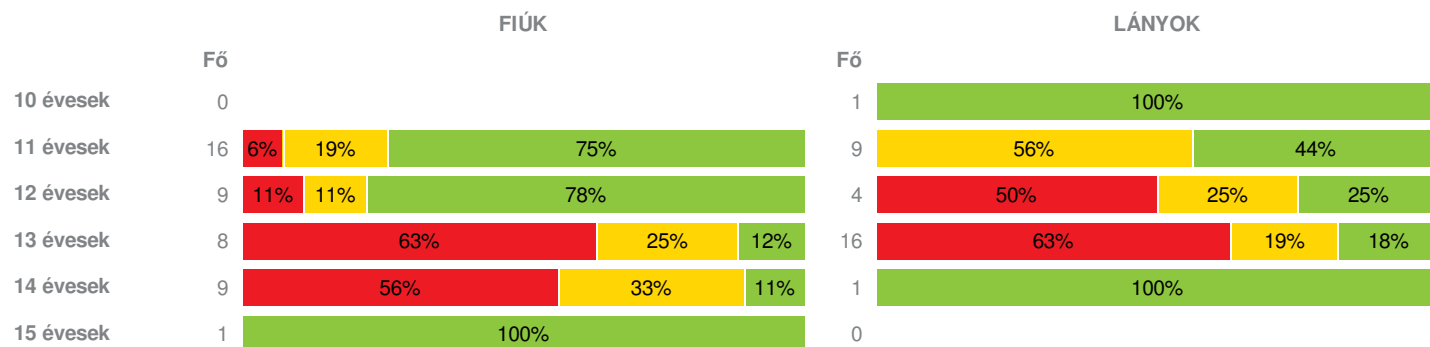
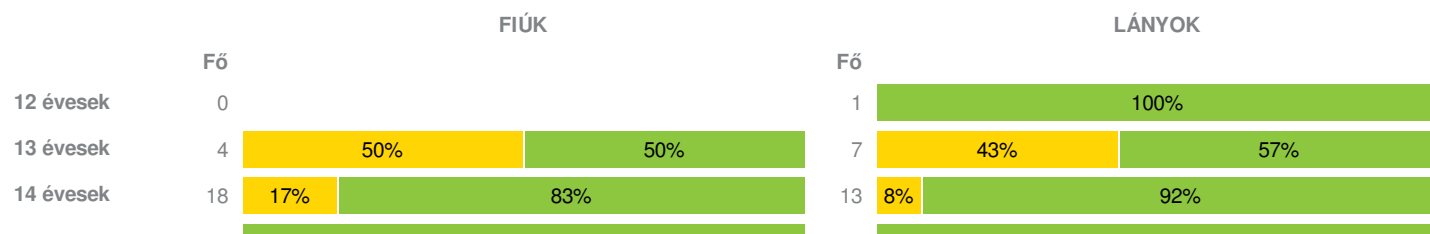
Tanév: 2020/2021

Adatfeltöltöttségi állapot: 52,34 %

Nyomtatás dátuma: 2021.11.29 15:32:31

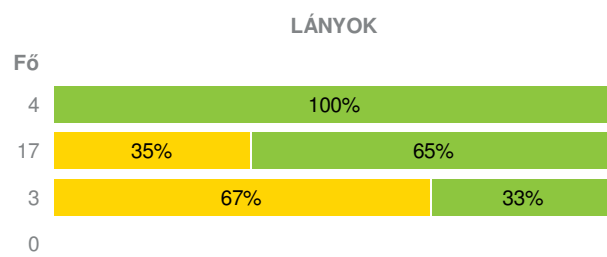
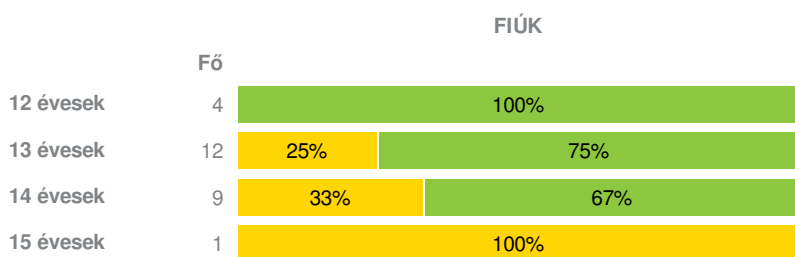


- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

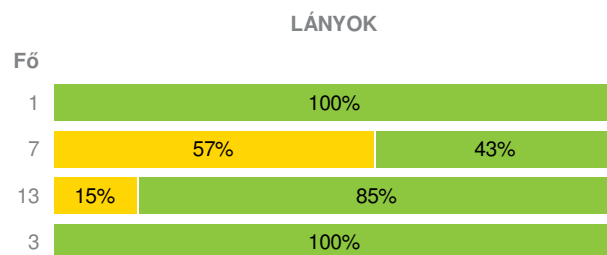
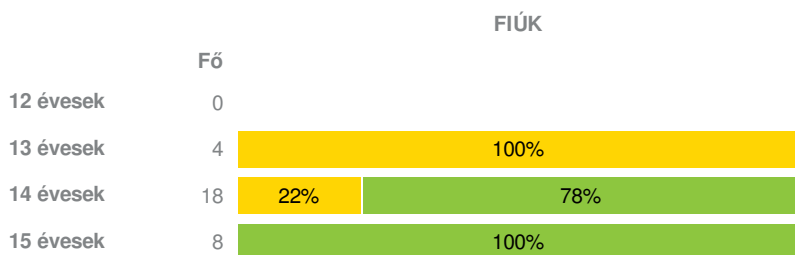
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**
**Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)**

**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**
**Ütemezett hasizom (db)**




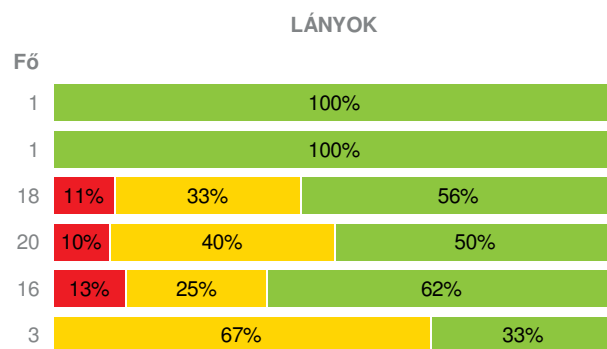
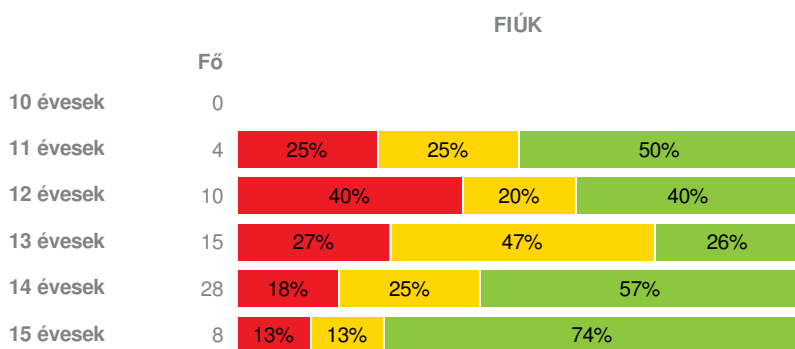
### Törzsemelés teszt (cm)



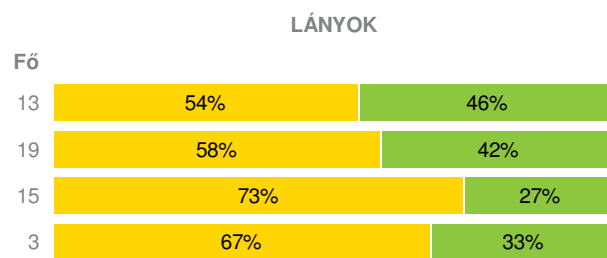
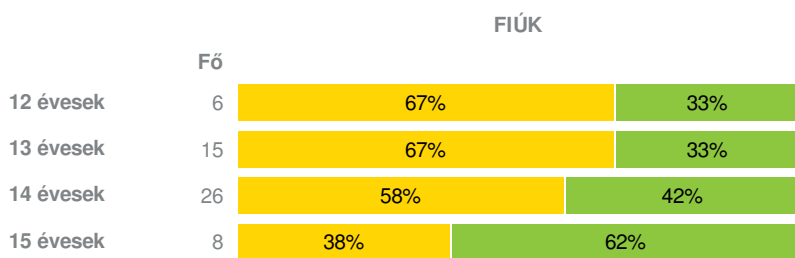
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)

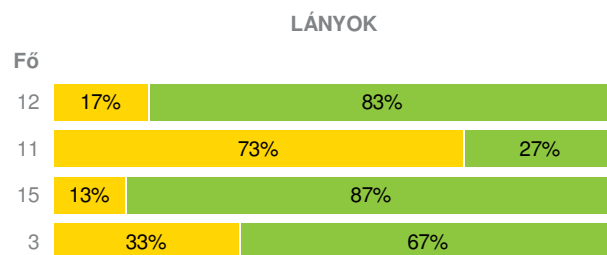
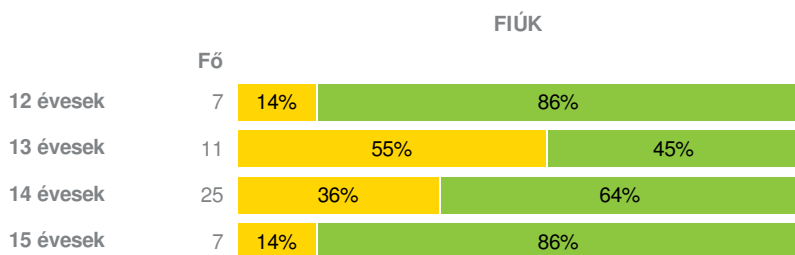


### Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)





Fokozott fejlesztés szükséges

Fejlesztés szükséges

Egészségzóna

**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**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 |       |       |       |        | 23.60  | 23.60 | 23.60 | 0.00   |            | 1 fő - 100% |             |
| 11 évesek | 14.08 | 27.72 | 20.42 | 5.18   | 20.47  | 20.47 | 20.47 | 0.00   | 1 fő - 20% | 1 fő - 20%  | 3 fő - 60%  |
| 12 évesek | 15.47 | 29.64 | 20.66 | 4.17   | 14.26  | 31.30 | 20.78 | 4.43   | 3 fő - 12% | 5 fő - 19%  | 18 fő - 69% |
| 13 évesek | 15.81 | 30.68 | 21.20 | 3.71   | 16.16  | 30.02 | 22.56 | 3.88   | 3 fő - 10% | 9 fő - 29%  | 19 fő - 61% |
| 14 évesek | 16.42 | 42.48 | 23.41 | 6.19   | 15.39  | 31.64 | 21.53 | 4.41   | 4 fő - 11% | 12 fő - 32% | 21 fő - 57% |
| 15 évesek | 16.77 | 22.82 | 20.43 | 2.18   | 17.81  | 34.45 | 25.49 | 6.85   | 1 fő - 11% | 1 fő - 11%  | 7 fő - 78%  |
| Összesen: |       |       |       |        |        |       |       |        | 0 %        | 0 %         | 0 %         |

**Testzsírszázalék (TZS %)**

|           | FIÚK  |       |       |        | LÁNYOK |       |       |        | INTÉZMÉNY  |             |             |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|-------------|-------------|
|           | Min.  | Max.  | Átlag | Szórás | Min.   | Max.  | Átlag | Szórás | FFSZ       | FSZ         | EZ          |
| 10 évesek |       |       |       |        | 25.60  | 25.60 | 25.60 | 0.00   |            | 1 fő - 100% |             |
| 11 évesek | 7.50  | 24.20 | 15.43 | 6.84   | 25.30  | 25.30 | 25.30 | 0.00   |            | 1 fő - 25%  | 3 fő - 75%  |
| 12 évesek | 9.40  | 32.30 | 19.55 | 6.53   | 15.20  | 35.80 | 23.67 | 5.80   | 1 fő - 4%  | 6 fő - 22%  | 20 fő - 74% |
| 13 évesek | 16.40 | 39.50 | 25.44 | 6.58   | 17.00  | 39.20 | 28.33 | 7.03   | 4 fő - 12% | 14 fő - 41% | 16 fő - 47% |
| 14 évesek | 13.30 | 39.50 | 25.65 | 7.48   | 13.00  | 33.20 | 21.22 | 5.67   | 7 fő - 16% | 12 fő - 27% | 25 fő - 57% |
| 15 évesek | 16.70 | 25.80 | 21.00 | 2.60   | 18.10  | 34.30 | 25.53 | 6.68   |            | 6 fő - 55%  | 5 fő - 45%  |
| Összesen: |       |       |       |        |        |       |       |        | 0 %        | 0 %         | 0 %         |

**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 |       |       |       |        | 41.46  | 41.46 | 41.46 | 0.00   |             |            | 1 fő - 100% |
| 11 évesek | 36.26 | 54.48 | 45.76 | 5.74   | 37.61  | 44.06 | 40.03 | 2.22   | 1 fő - 4%   | 8 fő - 32% | 16 fő - 64% |
| 12 évesek | 36.74 | 48.35 | 43.12 | 3.56   | 34.46  | 43.79 | 37.77 | 3.71   | 3 fő - 23%  | 2 fő - 15% | 8 fő - 62%  |
| 13 évesek | 34.02 | 41.96 | 37.04 | 3.00   | 32.26  | 40.02 | 35.88 | 2.54   | 15 fő - 63% | 5 fő - 21% | 4 fő - 17%  |
| 14 évesek | 33.47 | 43.80 | 37.75 | 3.55   | 48.48  | 48.48 | 48.48 | 0.00   | 5 fő - 50%  | 3 fő - 30% | 2 fő - 20%  |
| 15 évesek | 48.21 | 48.21 | 48.21 | 0.00   |        |       |       |        |             |            | 1 fő - 100% |
| Összesen: |       |       |       |        |        |       |       |        | 0 %         | 0 %        | 0 %         |

**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**
**Ütemezett hasizom (db)**

|           | FIÚK |       |       |        | LÁNYOK |       |       |        | INTÉZMÉNY  |             |
|-----------|------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|-------------|
|           | Min. | Max.  | Átlag | Szórás | Min.   | Max.  | Átlag | Szórás | FSZ        | EZ          |
| 12 évesek |      |       |       |        | 49.00  | 49.00 | 49.00 | 0.00   |            | 1 fő - 100% |
| 13 évesek | 1.00 | 48.00 | 25.00 | 19.17  | 2.00   | 34.00 | 17.57 | 11.00  | 5 fő - 45% | 6 fő - 55%  |

|           |       |       |       |       |       |       |       |       |            |              |
|-----------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------------|--------------|
| 14 évesek | 3.00  | 80.00 | 48.61 | 25.84 | 14.00 | 80.00 | 46.77 | 22.40 | 4 fő - 13% | 27 fő - 87%  |
| 15 évesek | 30.00 | 80.00 | 56.75 | 19.67 | 20.00 | 38.00 | 29.33 | 7.36  |            | 11 fő - 100% |

Összesen: 0 % 0 %

### Törzsemelés teszt (cm)

|           | FIÚK  |       |       |        | LÁNYOK |       |       |        | INTÉZMÉNY   |             |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|-------------|-------------|
|           | Min.  | Max.  | Átlag | Szórás | Min.   | Max.  | Átlag | Szórás | FSZ         | EZ          |
| 12 évesek | 25.00 | 30.00 | 27.25 | 1.79   | 26.00  | 28.00 | 27.25 | 0.83   |             | 8 fő - 100% |
| 13 évesek | 18.00 | 29.00 | 24.67 | 3.22   | 17.00  | 29.00 | 24.00 | 3.56   | 9 fő - 31%  | 20 fő - 69% |
| 14 évesek | 19.00 | 30.00 | 24.22 | 3.64   | 20.00  | 24.00 | 22.00 | 1.63   | 5 fő - 42%  | 7 fő - 58%  |
| 15 évesek | 21.00 | 21.00 | 21.00 | 0.00   |        |       |       |        | 1 fő - 100% |             |

Összesen: 0 % 0 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

|           | FIÚK  |       |       |        | LÁNYOK |       |       |        | INTÉZMÉNY  |              |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|--------------|
|           | Min.  | Max.  | Átlag | Szórás | Min.   | Max.  | Átlag | Szórás | FSZ        | EZ           |
| 12 évesek |       |       |       |        | 8.00   | 8.00  | 8.00  | 0.00   |            | 1 fő - 100%  |
| 13 évesek | 1.00  | 10.00 | 5.75  | 4.26   | 1.00   | 20.00 | 6.29  | 6.25   | 8 fő - 73% | 3 fő - 27%   |
| 14 évesek | 3.00  | 40.00 | 21.06 | 10.51  | 5.00   | 32.00 | 19.23 | 9.57   | 6 fő - 19% | 25 fő - 81%  |
| 15 évesek | 16.00 | 41.00 | 28.00 | 8.47   | 15.00  | 22.00 | 18.33 | 2.87   |            | 11 fő - 100% |

Összesen: 0 % 0 %

### Kézi szorítóerő (kg)

|           | FIÚK  |       |       |        | LÁNYOK |       |       |        | INTÉZMÉNY  |             |             |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|------------|-------------|-------------|
|           | Min.  | Max.  | Átlag | Szórás | Min.   | Max.  | Átlag | Szórás | FFSZ       | FSZ         | EZ          |
| 10 évesek |       |       |       |        | 19.30  | 19.30 | 19.30 | 0.00   |            |             | 1 fő - 100% |
| 11 évesek | 12.40 | 27.00 | 19.85 | 5.89   | 25.00  | 25.00 | 25.00 | 0.00   | 1 fő - 20% | 1 fő - 20%  | 3 fő - 60%  |
| 12 évesek | 15.40 | 30.00 | 22.12 | 5.45   | 15.60  | 32.30 | 23.40 | 4.22   | 6 fő - 21% | 8 fő - 29%  | 14 fő - 50% |
| 13 évesek | 10.00 | 37.00 | 24.94 | 7.17   | 17.00  | 36.00 | 24.84 | 4.90   | 6 fő - 17% | 15 fő - 43% | 14 fő - 40% |
| 14 évesek | 22.00 | 54.40 | 35.22 | 7.70   | 19.70  | 33.40 | 26.43 | 3.51   | 7 fő - 16% | 11 fő - 25% | 26 fő - 59% |
| 15 évesek | 25.30 | 54.30 | 39.48 | 7.87   | 24.60  | 29.80 | 27.07 | 2.13   | 1 fő - 9%  | 3 fő - 27%  | 7 fő - 64%  |

Összesen: 0 % 0 % 0 %

### Helyből távolugrás (cm)

|           | FIÚK   |        |        |        | LÁNYOK |        |        |        | INTÉZMÉNY   |             |
|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------------|-------------|
|           | Min.   | Max.   | Átlag  | Szórás | Min.   | Max.   | Átlag  | Szórás | FSZ         | EZ          |
| 12 évesek | 85.00  | 165.00 | 129.67 | 31.31  | 88.00  | 185.00 | 128.31 | 26.77  | 11 fő - 58% | 8 fő - 42%  |
| 13 évesek | 110.00 | 180.00 | 147.40 | 19.28  | 100.00 | 154.00 | 125.05 | 15.50  | 21 fő - 62% | 13 fő - 38% |
| 14 évesek | 41.00  | 220.00 | 159.23 | 38.09  | 100.00 | 175.00 | 129.80 | 21.87  | 26 fő - 63% | 15 fő - 37% |
| 15 évesek | 138.00 | 235.00 | 192.75 | 33.52  | 90.00  | 139.00 | 120.67 | 21.82  | 5 fő - 45%  | 6 fő - 55%  |

Összesen: 0 % 0 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)

|           | FIÚK  |       |       |        | LÁNYOK |       |       |        | INTÉZMÉNY   |             |
|-----------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|-------------|-------------|
|           | Min.  | Max.  | Átlag | Szórás | Min.   | Max.  | Átlag | Szórás | FSZ         | EZ          |
| 12 évesek | 11.50 | 33.50 | 23.79 | 6.72   | 19.50  | 45.00 | 30.46 | 6.35   | 3 fő - 16%  | 16 fő - 84% |
| 13 évesek | 6.00  | 35.50 | 18.14 | 8.01   | 11.00  | 36.00 | 20.68 | 8.68   | 14 fő - 64% | 8 fő - 36%  |
| 14 évesek | 6.50  | 37.50 | 22.94 | 8.83   | 12.00  | 41.50 | 30.93 | 8.08   | 11 fő - 28% | 29 fő - 73% |
| 15 évesek | 14.00 | 46.00 | 27.50 | 8.77   | 24.50  | 33.00 | 29.67 | 3.70   | 2 fő - 20%  | 8 fő - 80%  |

