

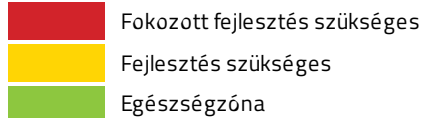
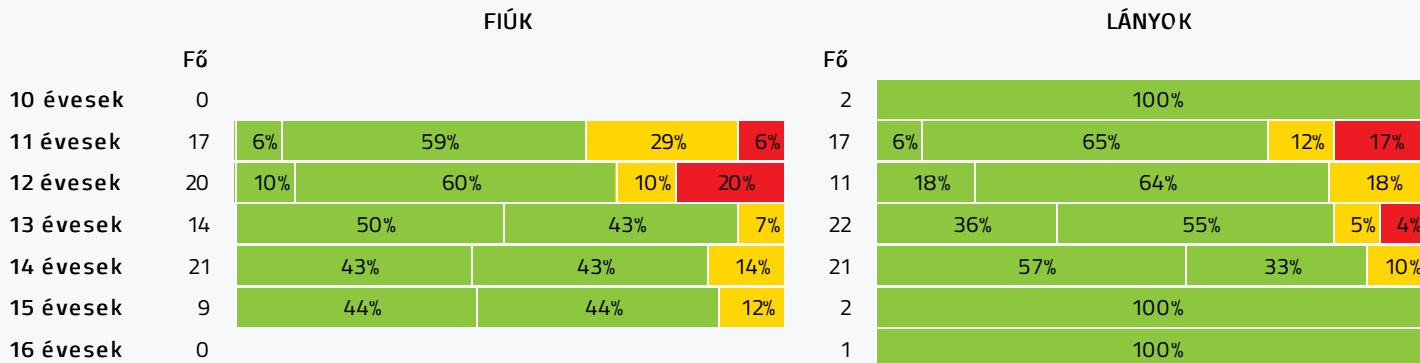
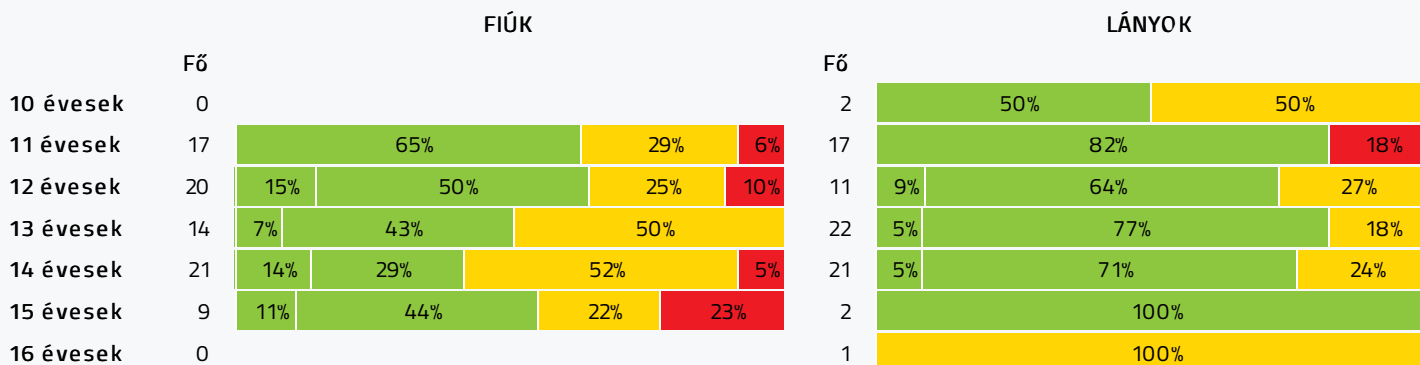
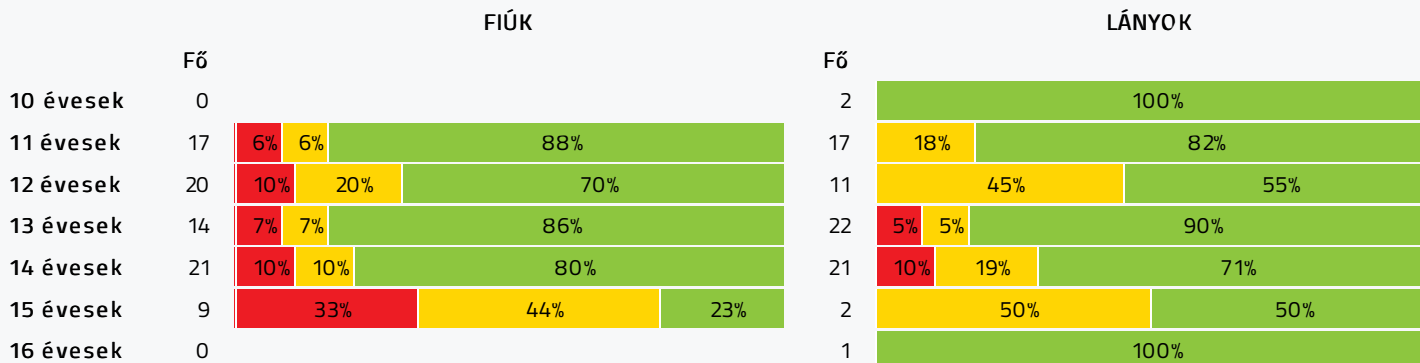
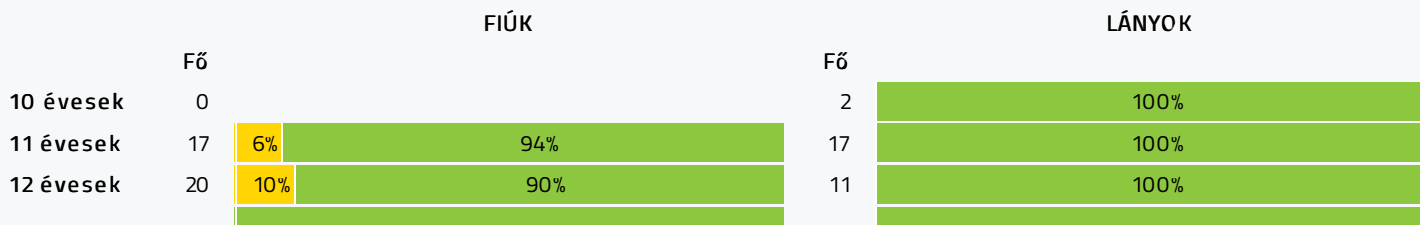
Létszám: 164 / 85 fiú, 79 lány

Átlagéletkor: 13

Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 29,03 %

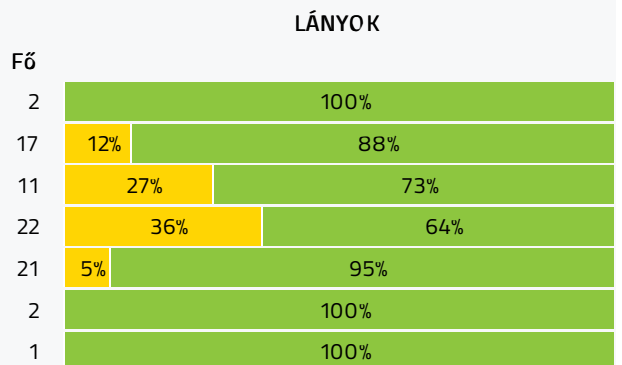
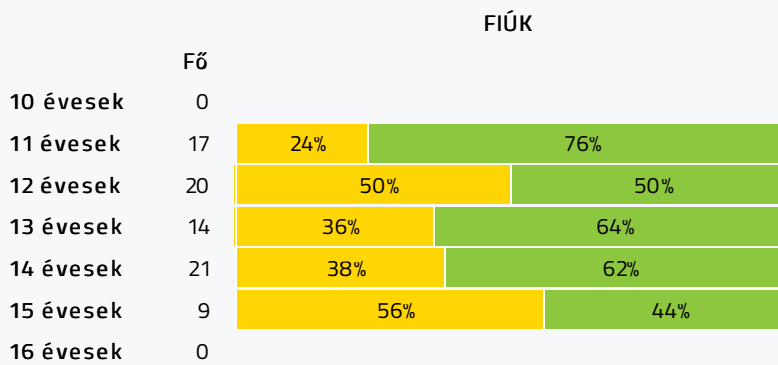
Nyomtatás dátuma: 2019.10.21 10:48:03


**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)**


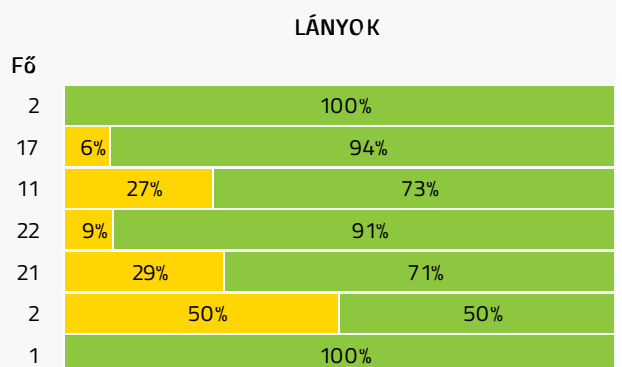
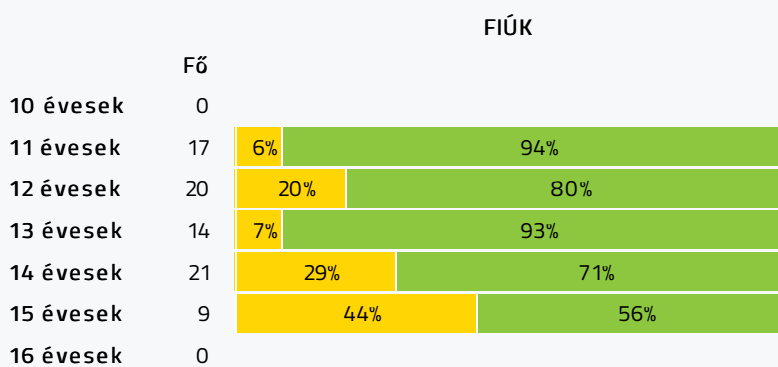
13 évesek	14	100%
14 évesek	21	100%
15 évesek	9	100%
16 évesek	0	

22	100%
21	100%
2	100%
1	100%

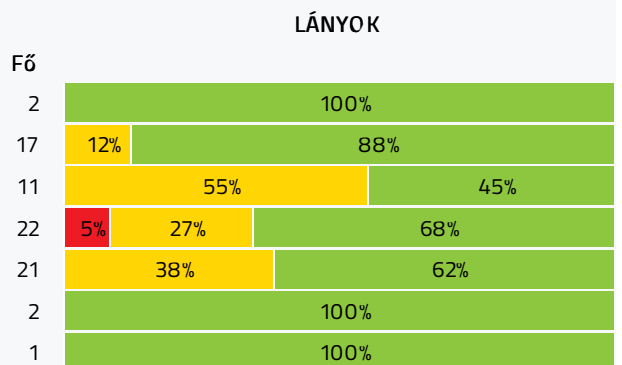
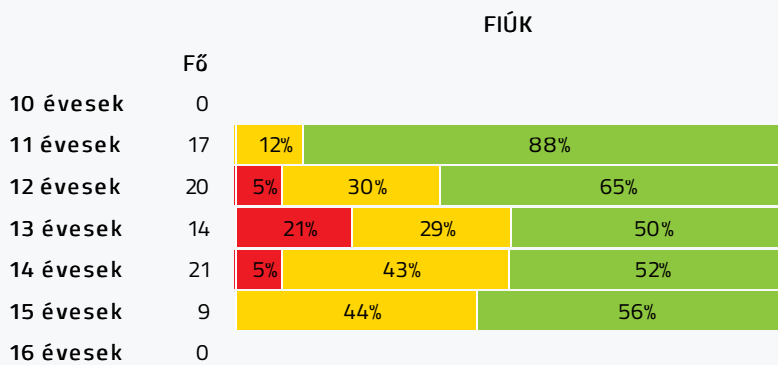
### Törzsemelés teszt (cm)



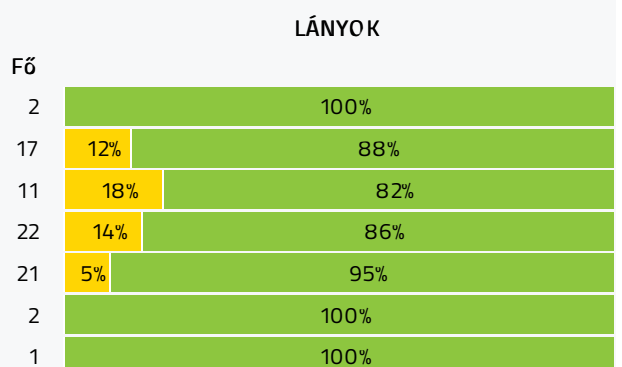
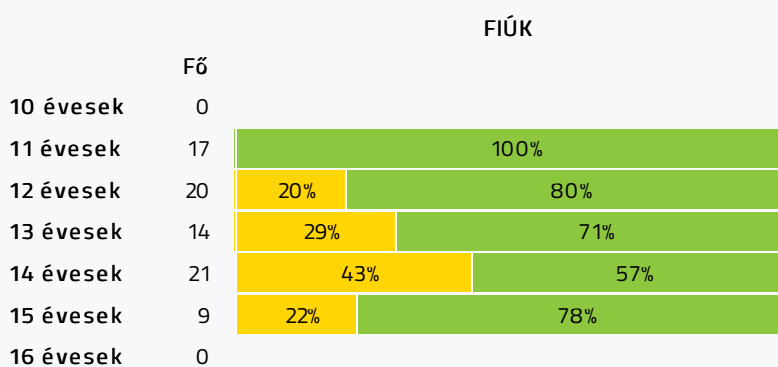
### Ütmezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)

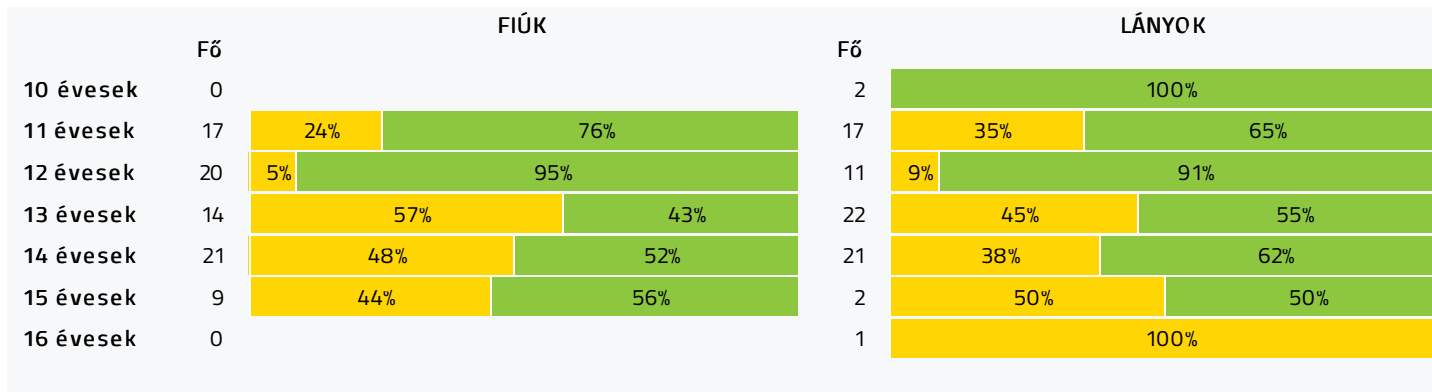


### Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)



Magyar Diáksport Szövetség - 2019



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségszóna

**Avastetői Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola 28985 / 1**

Létszám: 164 / 85 fiú, 79 lány Átlagéletkor: 13

Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 29,03 %

Nyomtatás dátuma: 2019.10.21 10:48:03

**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					16.31	19.99	18.15	1.84			2 fő - 100%
11 évesek	13.80	28.85	19.59	3.34	15.00	30.57	20.13	4.89	4 fő - 11%	7 fő - 21%	23 fő - 68%
12 évesek	14.25	34.02	21.14	5.72	13.91	24.46	19.20	3.25	4 fő - 13%	4 fő - 13%	23 fő - 74%
13 évesek	10.53	22.78	15.38	3.78	9.57	29.38	17.52	5.27	1 fő - 2%	2 fő - 6%	33 fő - 92%
14 évesek	8.03	24.78	16.62	5.00	8.81	27.28	15.29	6.15		5 fő - 12%	37 fő - 88%
15 évesek	9.02	24.22	16.48	5.23	9.94	10.46	10.20	0.26		1 fő - 9%	10 fő - 91%
16 évesek					12.72	12.72	12.72	0.00			1 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											
<b>Összesen:</b>									6 %	12 %	82 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					12.10	25.50	18.80	6.70		1 fő - 50%	1 fő - 50%
11 évesek	8.90	35.50	19.94	6.46	12.30	48.30	23.86	9.87	4 fő - 11%	5 fő - 15%	25 fő - 74%
12 évesek	7.40	39.20	19.92	10.07	9.60	34.30	22.05	7.16	2 fő - 6%	8 fő - 26%	21 fő - 68%
13 évesek	5.60	32.30	20.09	8.24	10.40	33.10	23.89	5.77		11 fő - 31%	25 fő - 69%
14 évesek	6.10	48.20	20.67	10.53	8.50	34.50	25.45	5.58	1 fő - 2%	16 fő - 38%	25 fő - 60%
15 évesek	6.20	32.20	18.02	9.50	25.50	25.50	25.50	0.00	2 fő - 18%	2 fő - 18%	7 fő - 64%
16 évesek					32.20	32.20	32.20	0.00		1 fő - 100%	
17 évesek											
18+ évesek											
<b>Összesen:</b>									6 %	28 %	66 %

**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					40.57	44.54	42.56	1.98			2 fő - 100%
11 évesek	37.14	53.47	43.03	4.19	37.85	46.32	41.86	2.52	1 fő - 3%	4 fő - 12%	29 fő - 85%
12 évesek	36.30	62.61	46.24	7.64	37.98	55.44	41.97	4.90	2 fő - 6%	9 fő - 29%	20 fő - 65%
13 évesek	35.63	54.54	44.15	4.90	35.53	55.76	44.76	5.22	2 fő - 6%	2 fő - 6%	32 fő - 89%
14 évesek	35.15	57.52	45.78	5.25	35.34	51.58	42.29	4.29	4 fő - 10%	6 fő - 14%	32 fő - 76%
15 évesek	33.29	49.22	41.45	4.89	38.09	49.74	43.92	5.83	3 fő - 27%	5 fő - 45%	3 fő - 27%
16 évesek					39.79	39.79	39.79	0.00			1 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									8 %	17 %	75 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					25.00	25.00	25.00	0.00		2 fő - 100%
11 évesek	11.00	80.00	34.12	21.95	16.00	80.00	38.00	23.37	1 fő - 3%	33 fő - 97%
12 évesek	16.00	80.00	57.80	26.97	20.00	80.00	69.18	19.92	2 fő - 6%	29 fő - 94%
13 évesek	22.00	80.00	55.00	22.81	25.00	80.00	58.09	21.35		36 fő - 100%
14 évesek	30.00	80.00	61.05	19.41	38.00	80.00	60.86	15.24		42 fő - 100%
15 évesek	24.00	80.00	56.67	26.14	56.00	60.00	58.00	2.00		11 fő - 100%
16 évesek					39.00	39.00	39.00	0.00		1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									2 %	98 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					25.50	30.00	27.75	2.25		2 fő - 100%
11 évesek	16.00	28.30	24.51	3.35	17.00	29.50	25.48	3.34	6 fő - 18%	28 fő - 82%
12 évesek	14.00	28.10	22.77	4.30	13.00	29.00	23.36	4.35	13 fő - 42%	18 fő - 58%
13 évesek	11.00	27.00	21.31	5.74	14.00	29.00	22.46	4.17	13 fő - 36%	23 fő - 64%
14 évesek	11.00	29.50	22.64	4.76	14.00	30.00	26.05	3.25	9 fő - 21%	33 fő - 79%
15 évesek	15.00	29.00	21.94	4.52	25.50	25.50	25.50	0.00	5 fő - 45%	6 fő - 55%
16 évesek					25.50	25.50	25.50	0.00		1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									29 %	71 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					9.00	15.00	12.00	3.00		2 fő - 100%
11 évesek	2.00	40.00	16.53	7.51	3.00	21.00	11.76	4.09	2 fő - 6%	32 fő - 94%
12 évesek	2.00	35.00	16.10	9.38	3.00	25.00	12.82	6.86	7 fő - 23%	24 fő - 77%
13 évesek	2.00	32.00	17.93	7.35	3.00	50.00	19.73	10.73	3 fő - 8%	33 fő - 92%

14 évesek	2.00	43.00	17.05	8.67	2.00	28.00	11.33	6.07	12 fő - 29%	30 fő - 71%
15 évesek	1.00	27.00	14.00	8.56	6.00	30.00	18.00	12.00	5 fő - 45%	6 fő - 55%
16 évesek					7.00	7.00	7.00	0.00		1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 18 % 82 %

#### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					19.00	29.60	24.30	5.30			2 fő - 100%
11 évesek	19.30	29.20	23.50	3.38	17.40	33.30	24.97	4.90			4 fő - 12% 30 fő - 88%
12 évesek	14.60	42.60	25.83	6.41	19.00	30.10	23.26	3.05	1 fő - 3%	12 fő - 39%	18 fő - 58%
13 évesek	18.20	44.50	29.97	8.83	13.20	37.60	26.33	5.09	4 fő - 11%	10 fő - 28%	22 fő - 61%
14 évesek	25.10	89.20	43.60	20.48	22.40	69.20	33.65	13.36	1 fő - 2%	17 fő - 40%	24 fő - 57%
15 évesek	29.70	77.60	40.57	14.09	40.10	61.80	50.95	10.85		4 fő - 36%	7 fő - 64%
16 évesek					51.20	51.20	51.20	0.00			1 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 4 % 30 % 66 %

#### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ	
10 évesek					154.00	163.00	158.50	4.50			2 fő - 100%
11 évesek	140.00	210.00	163.47	20.42	122.00	185.00	153.29	19.57			2 fő - 6% 32 fő - 94%
12 évesek	115.00	218.00	170.00	27.59	2.00	190.00	150.27	49.81	6 fő - 19%	25 fő - 81%	
13 évesek	145.00	220.00	180.50	25.47	125.00	215.00	173.00	26.21	7 fő - 19%	29 fő - 81%	
14 évesek	140.00	228.00	184.67	28.63	22.00	200.00	161.67	36.99	10 fő - 24%	32 fő - 76%	
15 évesek	154.00	226.00	198.22	25.23	154.00	154.00	154.00	0.00	2 fő - 18%	9 fő - 82%	
16 évesek					154.00	154.00	154.00	0.00			1 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 17 % 83 %

#### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

##### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ	
10 évesek					25.00	37.50	31.25	6.25			2 fő - 100%
11 évesek	14.50	31.50	22.56	4.30	21.50	39.00	29.13	5.18	10 fő - 29%	24 fő - 71%	
12 évesek	17.80	31.00	24.94	3.69	12.61	42.00	32.08	7.47	2 fő - 6%	29 fő - 94%	
13 évesek	0.15	35.00	18.04	11.06	0.26	45.00	23.63	14.35	18 fő - 50%	18 fő - 50%	
14 évesek	0.20	34.80	18.64	9.87	0.28	42.50	26.16	13.34	18 fő - 43%	24 fő - 57%	
15 évesek	0.20	26.50	17.57	9.12	10.64	35.00	22.82	12.18	5 fő - 45%	6 fő - 55%	
16 évesek					18.17	18.17	18.17	0.00	1 fő - 100%		
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 34 % 66 %

