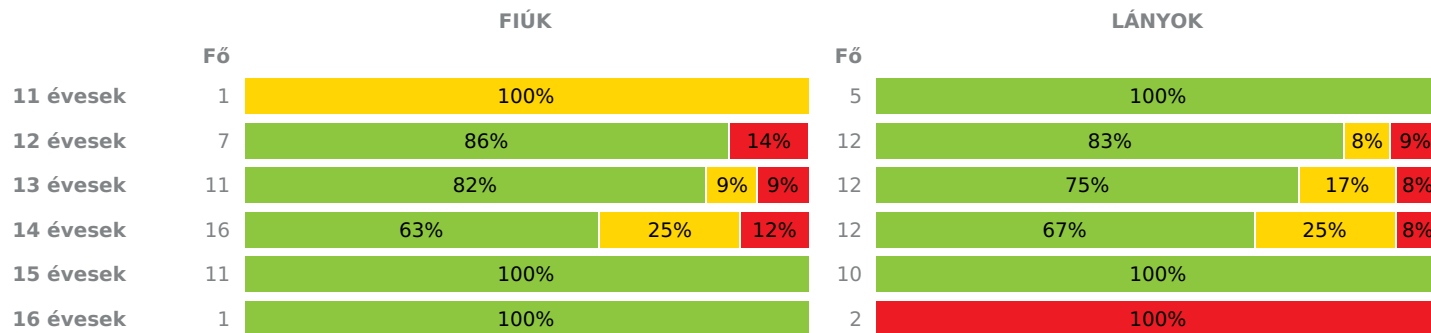


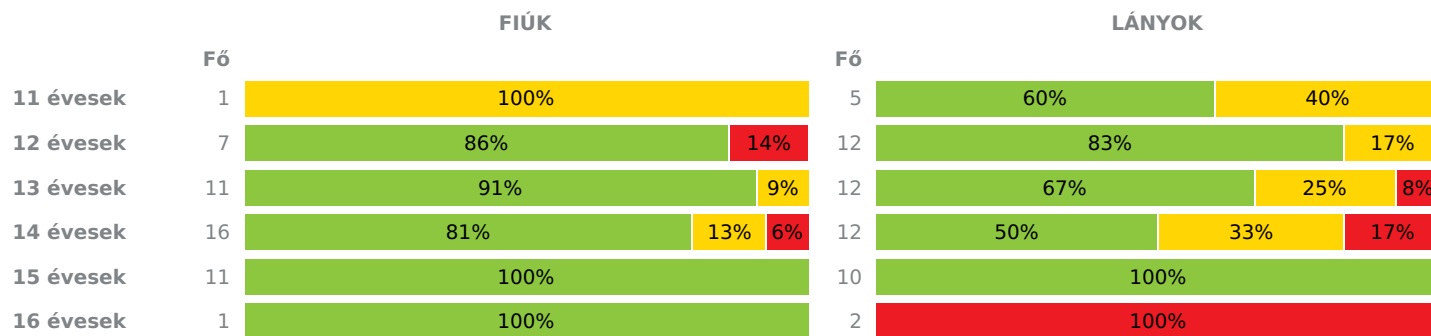


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

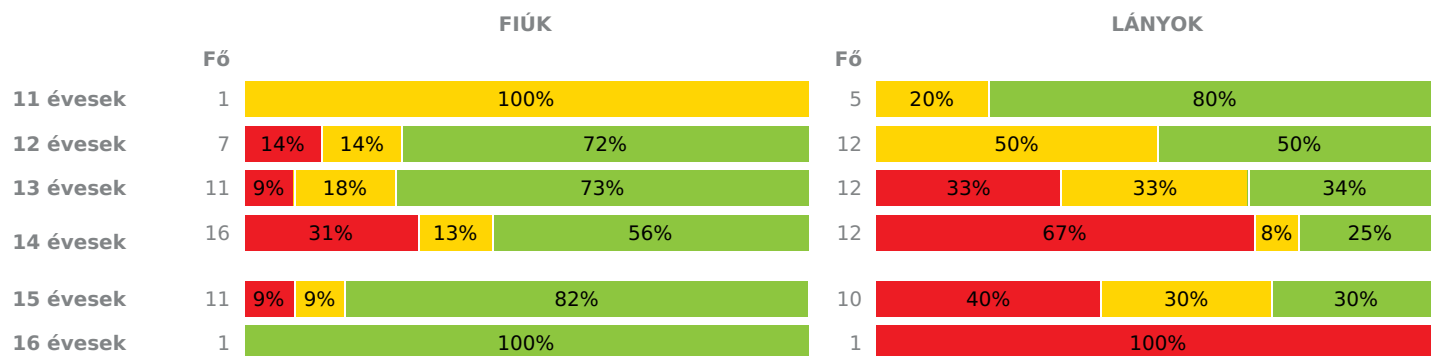
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)

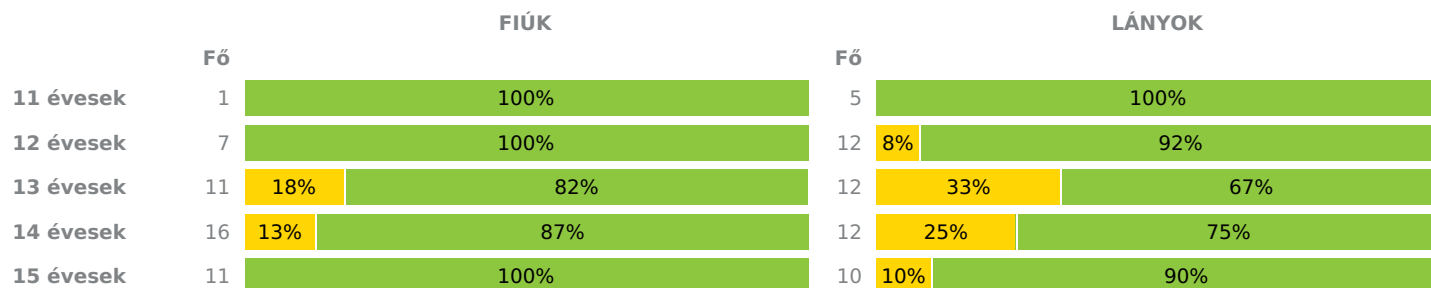


AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


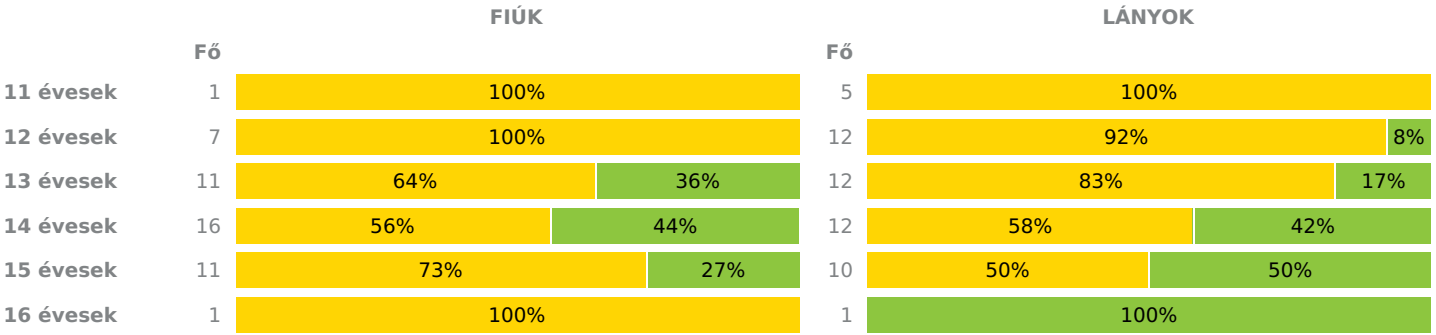
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

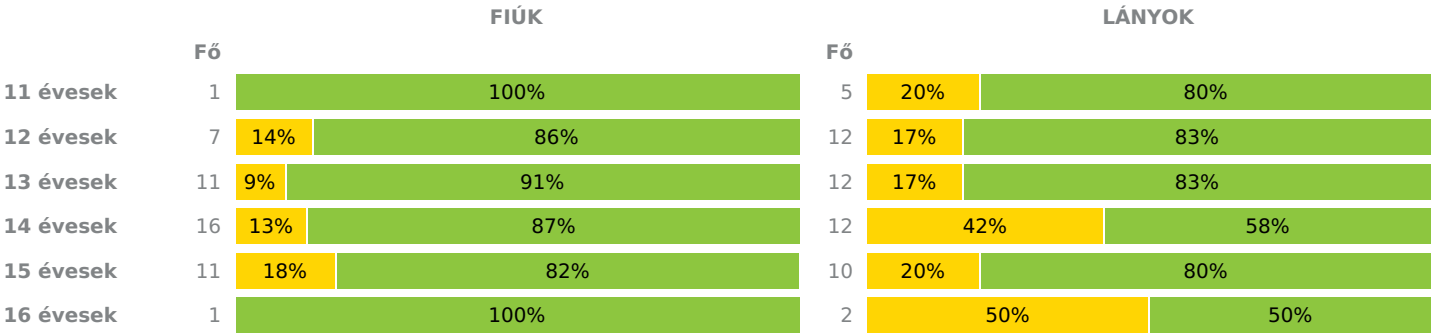




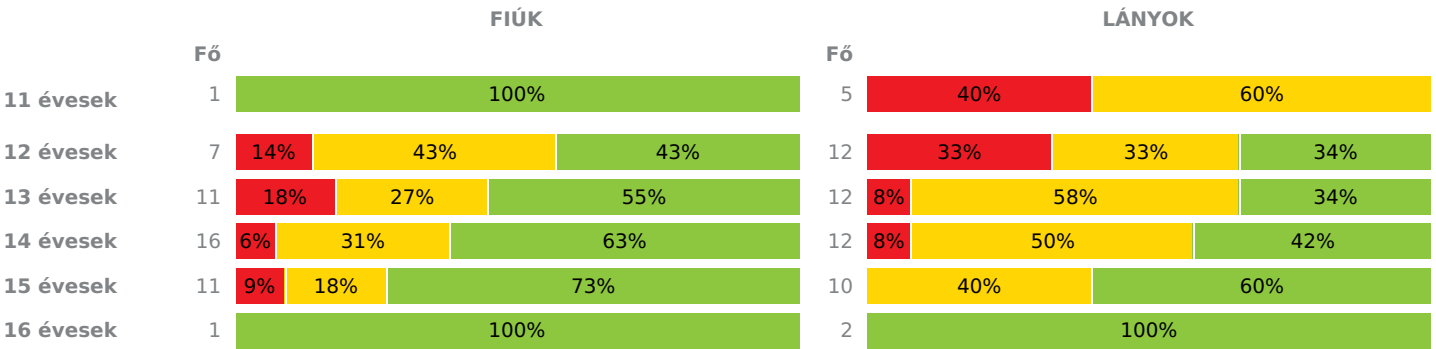
Törzsemelés teszt (cm)



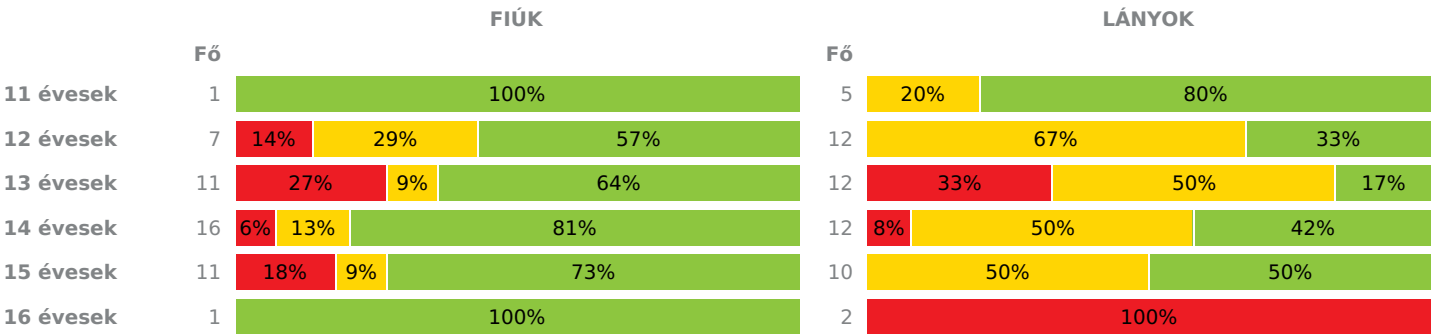
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

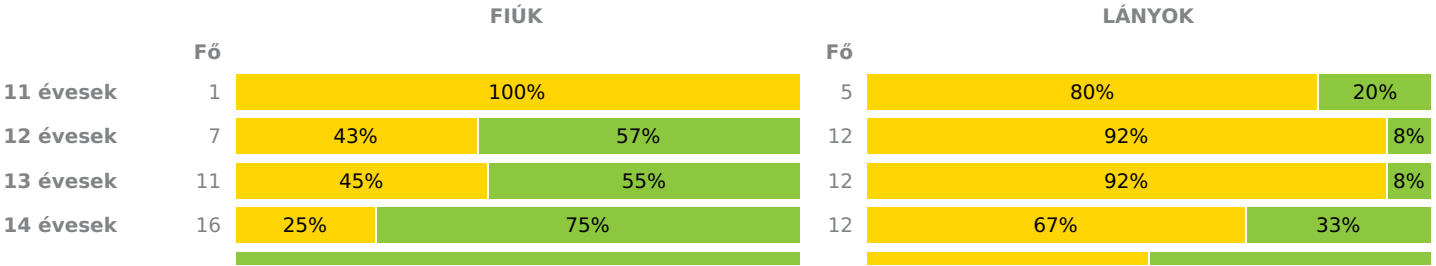


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



15 évesek	11	100%	10	50%	50%
16 évesek	1	100%	1	100%	



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Kerecsendi Magyar Károly Általános Iskola

Létszám: 107 / 52 fiú, 55 lány
Tanév: 2015/2016

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
Nyomtatás dátuma: 2026.06.25 00:30:31

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	23.44	23.44	23.44	0.00	12.84	20.54	17.85	2.67		1 fő - 17%	5 fő - 83%
12 évesek	14.83	34.28	19.56	6.12	12.98	27.24	17.87	3.88	2 fő - 11%	1 fő - 5%	16 fő - 84%
13 évesek	13.75	31.29	18.72	4.64	15.78	28.06	20.32	3.64	2 fő - 9%	3 fő - 13%	18 fő - 78%
14 évesek	16.02	34.19	21.39	4.90	15.82	32.85	22.01	4.47	3 fő - 11%	7 fő - 25%	18 fő - 64%
15 évesek	16.97	22.44	19.48	1.99	14.83	22.07	18.96	1.82			21 fő - 100%
16 évesek	18.50	18.50	18.50	0.00	33.41	35.50	34.46	1.05	2 fő - 67%		1 fő - 33%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	31.10	31.10	31.10	0.00	7.50	26.50	19.70	6.99		3 fő - 50%	3 fő - 50%
12 évesek	5.80	43.50	18.03	11.50	5.10	32.40	17.10	7.88	1 fő - 5%	2 fő - 11%	16 fő - 84%
13 évesek	5.00	30.10	11.96	7.19	15.00	37.10	23.49	7.58	1 fő - 5%	4 fő - 17%	18 fő - 78%
14 évesek	5.40	40.90	14.92	8.93	13.80	45.70	27.23	8.38	3 fő - 11%	6 fő - 21%	19 fő - 68%
15 évesek	5.00	19.60	10.70	4.62	13.50	23.30	20.04	3.35			21 fő - 100%
16 évesek	5.60	5.60	5.60	0.00	44.70	49.00	46.85	2.15	2 fő - 67%		1 fő - 33%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	40.01	40.01	40.01	0.00	39.13	44.15	41.92	1.62		2 fő - 33%	4 fő - 67%
12 évesek	35.97	53.64	44.96	5.42	38.13	43.68	40.41	1.88	1 fő - 5%	7 fő - 37%	11 fő - 58%
13 évesek	34.84	54.75	45.90	6.27	34.49	42.45	38.52	2.57	5 fő - 22%	6 fő - 26%	12 fő - 52%
14 évesek	31.37	64.22	45.06	8.38	31.72	46.10	37.01	4.10	13 fő - 46%	3 fő - 11%	12 fő - 43%
15 évesek	35.90	59.29	49.22	6.88	33.19	42.72	37.83	3.29	5 fő - 24%	4 fő - 19%	12 fő - 57%
16 évesek	51.53	51.53	51.53	0.00	30.72	30.72	30.72	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	30.00	30.00	30.00	0.00	26.00	60.00	41.40	14.53		6 fő - 100%
12 évesek	20.00	80.00	47.29	16.60	12.00	56.00	31.83	12.48	1 fő - 5%	18 fő - 95%
13 évesek	5.00	80.00	55.18	29.49	1.00	80.00	28.25	19.89	6 fő - 26%	17 fő - 74%
14 évesek	14.00	80.00	58.38	24.91	8.00	80.00	35.50	20.79	5 fő - 18%	23 fő - 82%
15 évesek	43.00	80.00	72.91	12.36	12.00	80.00	39.00	17.18	1 fő - 5%	20 fő - 95%
16 évesek	80.00	80.00	80.00	0.00	12.00	12.00	12.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	16.00	16.00	16.00	0.00	13.00	18.00	14.50	1.90	6 fő - 100%	
12 évesek	11.00	19.80	14.97	3.25	11.40	23.00	16.18	3.14	18 fő - 95%	1 fő - 5%
13 évesek	7.60	28.30	18.78	6.84	5.90	25.00	17.38	5.49	17 fő - 74%	6 fő - 26%
14 évesek	14.00	30.00	23.16	5.09	9.10	27.00	18.83	5.54	16 fő - 57%	12 fő - 43%
15 évesek	15.00	30.00	21.00	5.65	15.00	27.00	20.60	4.98	13 fő - 62%	8 fő - 38%
16 évesek	19.50	19.50	19.50	0.00	25.00	25.00	25.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	11.00	11.00	11.00	0.00	5.00	15.00	9.40	3.61	1 fő - 17%	5 fő - 83%
12 évesek	4.00	17.00	12.71	4.40	5.00	28.00	12.08	6.09	3 fő - 16%	16 fő - 84%
13 évesek	10.00	31.00	20.55	7.51	4.00	20.00	10.83	4.26	3 fő - 13%	20 fő - 87%
14 évesek	3.00	31.00	18.31	7.48	3.00	25.00	9.75	6.04	7 fő - 25%	21 fő - 75%
15 évesek	10.00	44.00	21.36	8.38	5.00	15.00	10.30	3.58	4 fő - 19%	17 fő - 81%
16 évesek	27.00	27.00	27.00	0.00	1.00	14.00	7.50	6.50	1 fő - 33%	2 fő - 67%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	21.85	21.85	21.85	0.00	14.70	17.80	16.66	1.21	2 fő - 33%	3 fő - 50%	1 fő - 17%
12 évesek	15.75	26.45	20.95	3.46	12.65	25.80	18.47	4.47	5 fő - 26%	7 fő - 37%	7 fő - 37%
13 évesek	14.65	39.95	26.32	7.74	17.45	25.50	21.59	2.71	3 fő - 13%	10 fő - 43%	10 fő - 43%
14 évesek	23.85	47.65	33.58	6.98	17.45	31.60	24.31	3.98	2 fő - 7%	11 fő - 39%	15 fő - 54%
15 évesek	27.45	52.65	39.94	9.08	22.75	33.80	27.84	3.58	1 fő - 5%	6 fő - 29%	14 fő - 67%
16 évesek	43.60	43.60	43.60	0.00	27.95	28.20	28.08	0.13			3 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	142.00	142.00	142.00	0.00	122.00	140.00	131.40	6.12		1 fő - 17%	5 fő - 83%
12 évesek	98.00	171.00	141.29	24.63	112.00	152.00	130.00	11.85	1 fő - 5%	10 fő - 53%	8 fő - 42%
13 évesek	112.00	200.00	155.82	28.64	95.00	160.00	123.08	16.08	7 fő - 30%	7 fő - 30%	9 fő - 39%
14 évesek	90.00	235.00	179.13	32.86	118.00	162.00	138.92	15.37	2 fő - 7%	8 fő - 29%	18 fő - 64%
15 évesek	150.00	252.00	198.18	31.07	130.00	164.00	143.20	10.27	2 fő - 10%	6 fő - 29%	13 fő - 62%

Hajlékonysági profil

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	14.00	14.00	0.00	19.00	26.50	23.10	2.58	5 fő - 83%	1 fő - 17%
12 évesek	12.30	28.50	20.79	4.48	11.75	34.25	20.49	5.97	14 fő - 74%	5 fő - 26%
13 évesek	12.75	30.00	20.77	4.17	13.50	34.00	22.10	5.08	16 fő - 70%	7 fő - 30%
14 évesek	5.00	36.50	23.80	7.53	13.75	37.50	23.95	7.55	12 fő - 43%	16 fő - 57%
15 évesek	21.50	45.00	29.77	7.27	16.00	33.00	24.98	4.80	5 fő - 24%	16 fő - 76%
16 évesek	27.00	27.00	27.00	0.00	28.50	28.50	28.50	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%