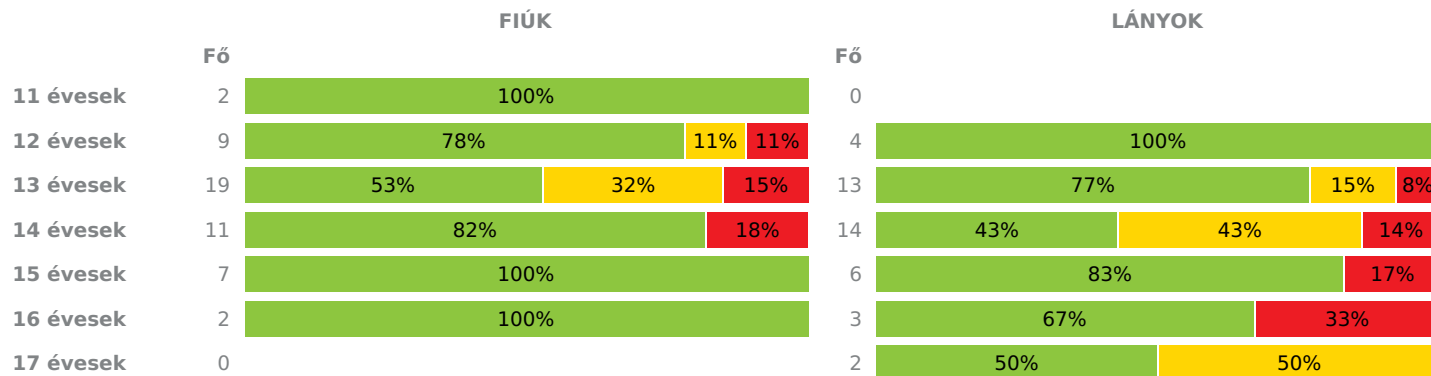


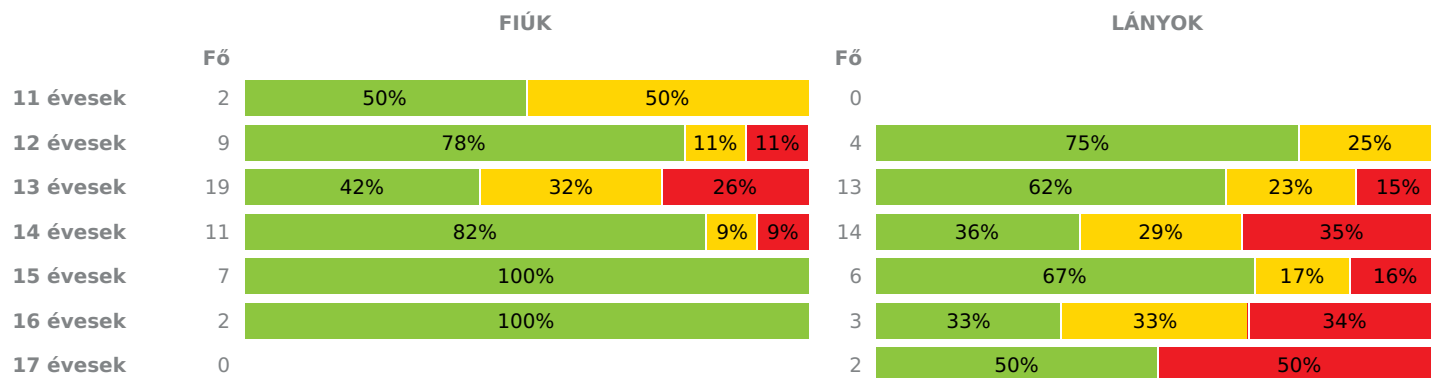


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

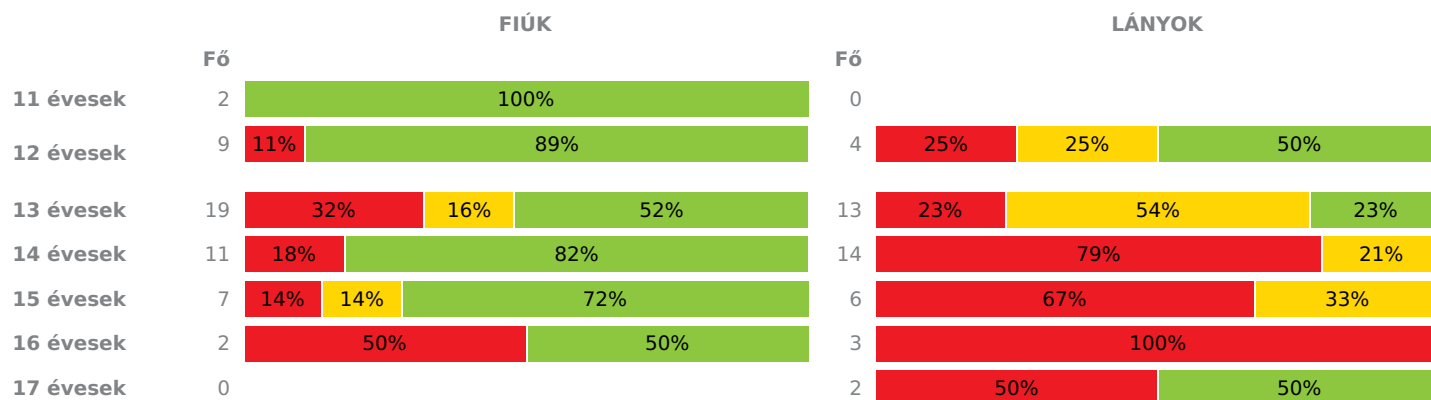
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)



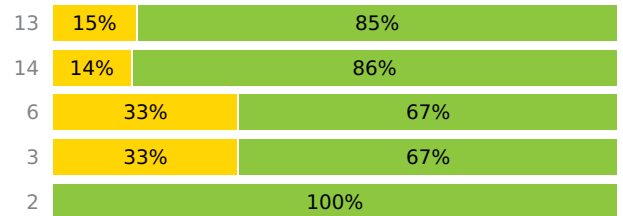
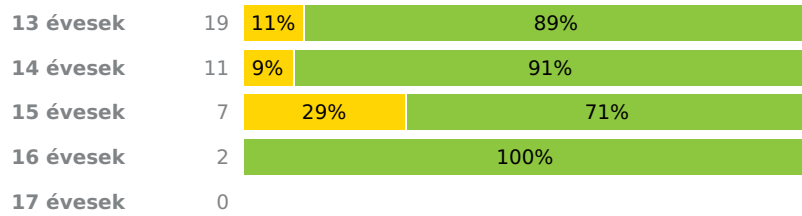
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


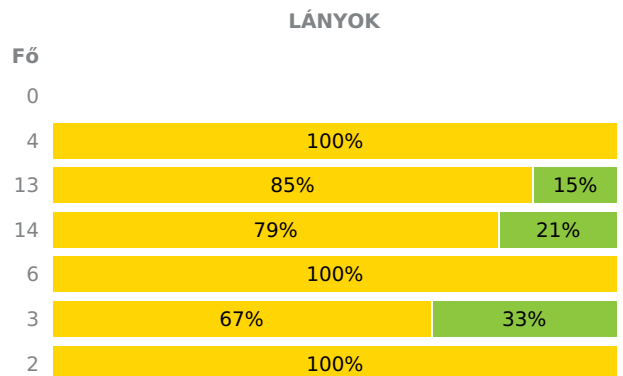
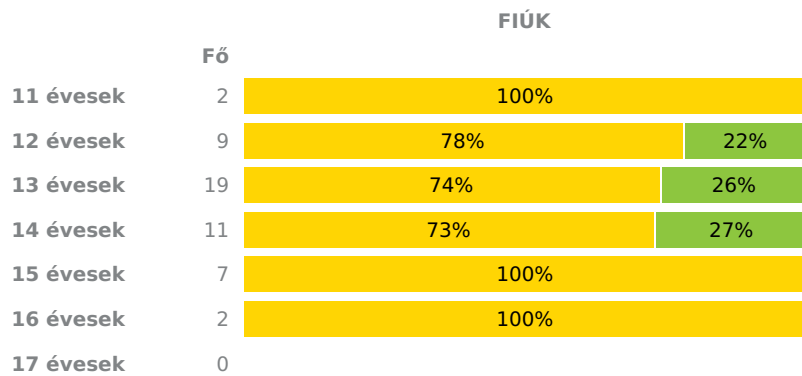
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

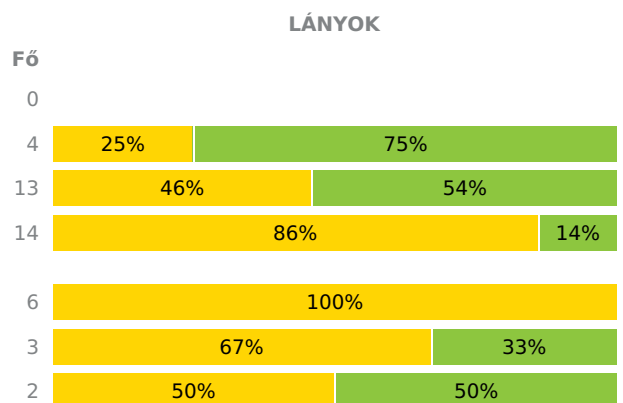
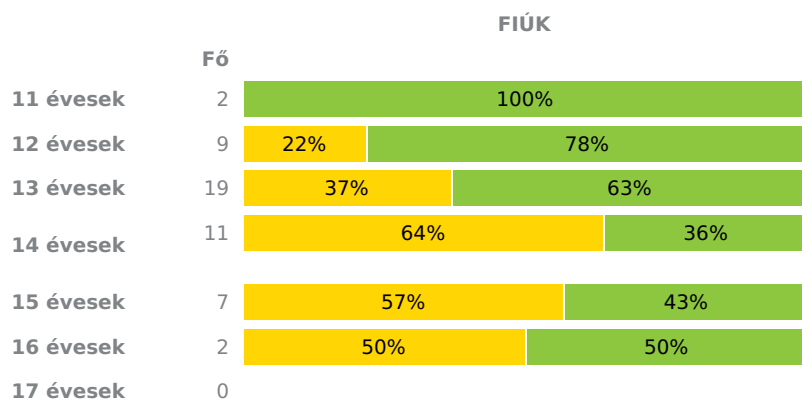




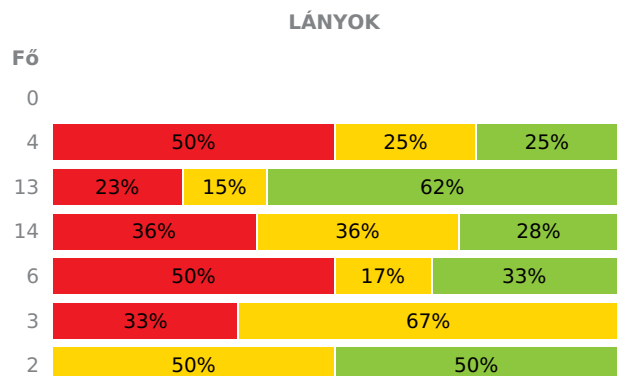
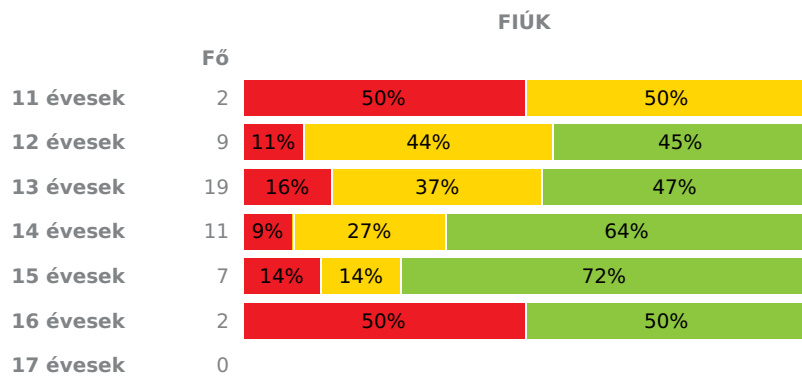
Törzsemelés teszt (cm)



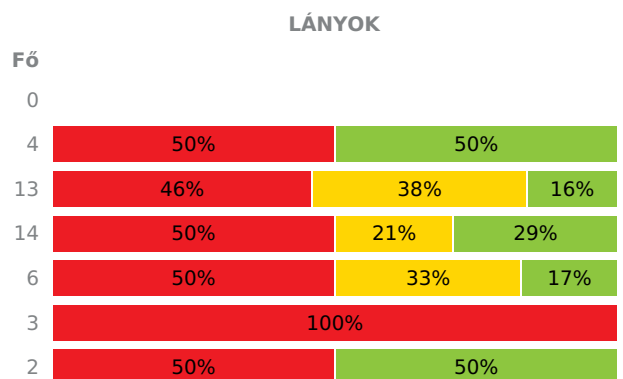
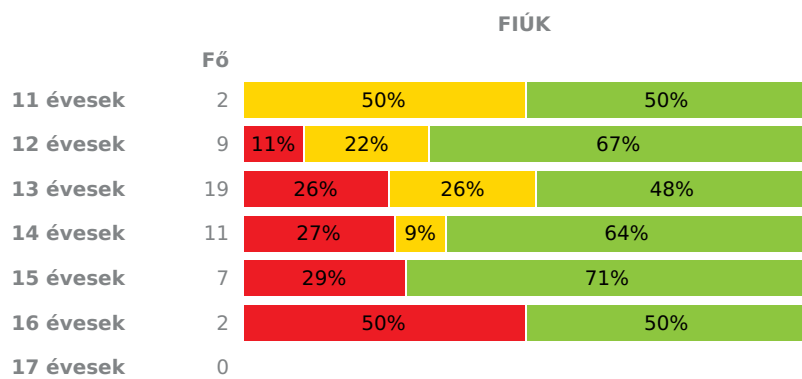
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)



Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
11 évesek	2	50%	0	
12 évesek	9	67%	4	50%
13 évesek	19	37%	13	69%
14 évesek	11	45%	14	79%
15 évesek	7	29%	6	83%
16 évesek	2	50%	3	100%
17 évesek	0		2	50%

Magyar Diáksport Szövetség - 2019



■	Fokozott fejlesztés szükséges
■	Fejlesztés szükséges
■	Egészségzóna

Kerecsendi Magyary Károly Általános Iskola

Létszám: **95 / 51 fiú, 44 lány**
Tanév: **2018/2019**

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
Nyomtatás dátuma: 2026.06.25 00:28:57



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	16.06	20.26	18.16	2.00	0	0	0	0			2 fő - 100%
12 évesek	14.52	35.86	19.87	6.00	15.59	21.44	18.00	2.00	1 fő - 7%	1 fő - 8%	11 fő - 85%
13 évesek	15.27	31.48	22.14	4.00	15.48	27.74	20.30	3.00	4 fő - 12%	8 fő - 25%	20 fő - 63%
14 évesek	16.88	32.60	21.11	4.00	15.73	37.05	24.15	5.00	4 fő - 16%	6 fő - 24%	15 fő - 60%
15 évesek	16.88	20.58	19.21	1.00	16.94	29.97	20.64	4.00	1 fő - 8%		12 fő - 92%
16 évesek	17.75	21.53	19.64	1.00	19.36	31.53	23.78	5.00	1 fő - 20%		4 fő - 80%
17 évesek	0	0	0	0	17.92	26.97	22.45	4.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	● FFSZ	● FSZ	● EZ
11 évesek	16.70	29.20	22.95	6.00	0	0	0	0		1 fő - 50%	1 fő - 50%
12 évesek	9.80	43.40	20.50	9.00	10.40	34.30	19.58	9.00	1 fő - 8%	2 fő - 15%	10 fő - 77%
13 évesek	7.30	38.20	24.39	9.00	10.30	36.30	24.21	7.00	7 fő - 22%	9 fő - 28%	16 fő - 50%
14 évesek	5.80	43.20	17.87	9.00	13.20	43.50	32.62	7.00	6 fő - 24%	5 fő - 20%	14 fő - 56%
15 évesek	5.00	19.10	12.67	5.00	22.30	41.30	28.77	6.00	1 fő - 7%	1 fő - 8%	11 fő - 85%
16 évesek	8.20	14.10	11.15	2.00	23.30	45.10	32.67	9.00	1 fő - 20%	1 fő - 20%	3 fő - 60%
17 évesek	0	0	0	0	21.40	41.90	31.65	10.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás teszt (VO₂max: ml/kg/min)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	41.94	46.88	44.41	2.00	0	0	0	0			2 fő - 100%
12 évesek	37.07	55.29	46.52	5.00	35.89	48.09	40.98	4.00	2 fő - 15%	1 fő - 8%	10 fő - 77%
13 évesek	33.70	50.48	41.94	5.00	34.77	41.39	38.24	2.00	9 fő - 28%	10 fő - 31%	13 fő - 41%
14 évesek	33.42	52.89	46.04	5.00	31.81	36.93	34.79	1.00	13 fő - 52%	3 fő - 12%	9 fő - 36%
15 évesek	38.13	50.63	45.54	3.00	34.77	38.18	35.93	1.00	5 fő - 38%	3 fő - 23%	5 fő - 38%
16 évesek	36.12	54.81	45.47	9.00	30.66	33.88	32.64	1.00	4 fő - 80%		1 fő - 20%
17 évesek	0	0	0	0	30.46	42.74	36.60	6.00	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	17.00	36.00	26.50	9.00	0	0	0	0		2 fő - 100%
12 évesek	14.00	80.00	43.44	27.00	33.00	80.00	51.75	18.00	1 fő - 8%	12 fő - 92%
13 évesek	2.00	80.00	58.37	25.00	13.00	62.00	32.77	15.00	4 fő - 13%	28 fő - 88%
14 évesek	12.00	80.00	65.18	24.00	7.00	80.00	30.43	19.00	3 fő - 12%	22 fő - 88%
15 évesek	12.00	80.00	53.57	30.00	14.00	46.00	26.00	11.00	4 fő - 31%	9 fő - 69%
16 évesek	27.00	80.00	53.50	26.00	12.00	30.00	20.67	7.00	1 fő - 20%	4 fő - 80%
17 évesek	0	0	0	0	34.00	57.00	45.50	11.00		2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	15.80	18.70	17.25	1.00	0	0	0	0	2 fő - 100%	
12 évesek	9.00	27.70	14.94	6.00	10.10	19.60	13.98	3.00	11 fő - 85%	2 fő - 15%
13 évesek	7.60	28.80	19.65	5.00	12.20	26.40	18.23	4.00	25 fő - 78%	7 fő - 22%
14 évesek	5.50	29.20	18.41	7.00	12.20	26.60	18.02	4.00	19 fő - 76%	6 fő - 24%
15 évesek	13.70	21.40	16.00	2.00	11.60	21.50	17.57	3.00	13 fő - 100%	
16 évesek	16.80	19.60	18.20	1.00	14.30	24.60	18.30	4.00	4 fő - 80%	1 fő - 20%
17 évesek	0	0	0	0	18.30	20.60	19.45	1.00	2 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	18.00	24.00	21.00	3.00	0	0	0	0		2 fő - 100%
12 évesek	6.00	30.00	18.11	7.00	6.00	16.00	10.75	3.00	3 fő - 23%	10 fő - 77%
13 évesek	4.00	28.00	13.58	6.00	3.00	20.00	8.62	5.00	13 fő - 41%	19 fő - 59%
14 évesek	4.00	30.00	12.55	7.00	2.00	15.00	5.36	3.00	19 fő - 76%	6 fő - 24%
15 évesek	4.00	30.00	15.14	9.00	2.00	6.00	3.83	1.00	10 fő - 77%	3 fő - 23%
16 évesek	7.00	30.00	18.50	11.00	3.00	9.00	5.00	2.00	3 fő - 60%	2 fő - 40%
17 évesek	0	0	0	0	3.00	12.00	7.50	4.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ

11 évesek	11.50	16.00	13.75	2.00	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%	
12 évesek	14.30	41.70	22.28	7.00	16.50	20.20	18.28	1.00	3 fő - 23%	5 fő - 38%	5 fő - 38%
13 évesek	17.70	48.30	26.16	7.00	13.50	27.70	22.64	4.00	6 fő - 19%	9 fő - 28%	17 fő - 53%
14 évesek	21.50	52.40	34.75	9.00	14.70	32.00	22.42	4.00	6 fő - 24%	8 fő - 32%	11 fő - 44%
15 évesek	25.00	50.00	38.80	8.00	17.60	31.00	23.20	5.00	4 fő - 31%	2 fő - 15%	7 fő - 54%
16 évesek	26.30	52.30	39.30	13.00	19.00	27.40	23.20	3.00	2 fő - 40%	2 fő - 40%	1 fő - 20%
17 évesek	0	0	0	0	27.00	30.40	28.70	1.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
11 évesek	118.00	150.00	134.00	16.00	0	0	0	0		1 fő - 50%	1 fő - 50%
12 évesek	114.00	206.00	150.00	27.00	108.00	129.00	118.25	9.00	3 fő - 23%	2 fő - 15%	8 fő - 62%
13 évesek	104.00	192.00	152.58	26.00	80.00	168.00	118.31	22.00	11 fő - 34%	10 fő - 31%	11 fő - 34%
14 évesek	105.00	213.00	168.09	34.00	83.00	155.00	121.14	21.00	10 fő - 40%	4 fő - 16%	11 fő - 44%
15 évesek	151.00	230.00	194.86	26.00	109.00	145.00	126.00	12.00	5 fő - 38%	2 fő - 15%	6 fő - 46%
16 évesek	124.00	202.00	163.00	39.00	74.00	119.00	98.67	18.00	4 fő - 80%		1 fő - 20%
17 évesek	0	0	0	0	122.00	152.00	137.00	15.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	17.40	21.75	19.58	2.00	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%
12 évesek	11.25	25.30	17.49	4.00	12.50	26.55	21.05	5.00	8 fő - 62%	5 fő - 38%
13 évesek	7.80	34.50	20.85	5.00	15.30	32.75	23.48	4.00	16 fő - 50%	16 fő - 50%
14 évesek	10.60	32.20	21.05	6.00	11.75	29.60	22.45	4.00	16 fő - 64%	9 fő - 36%
15 évesek	16.00	28.90	23.74	4.00	15.55	28.05	22.49	4.00	7 fő - 54%	6 fő - 46%
16 évesek	18.55	32.65	25.60	7.00	15.80	27.75	21.68	4.00	4 fő - 80%	1 fő - 20%
17 évesek	0	0	0	0	30.15	34.30	32.23	2.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %