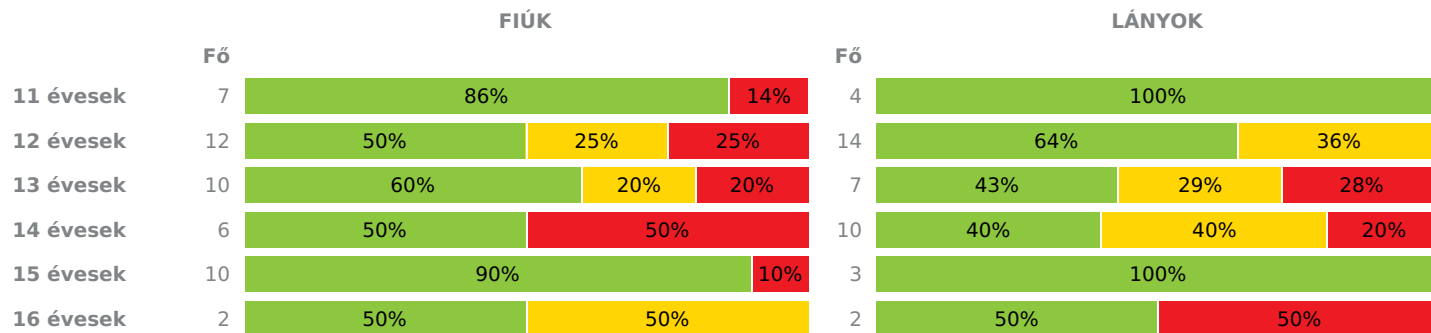


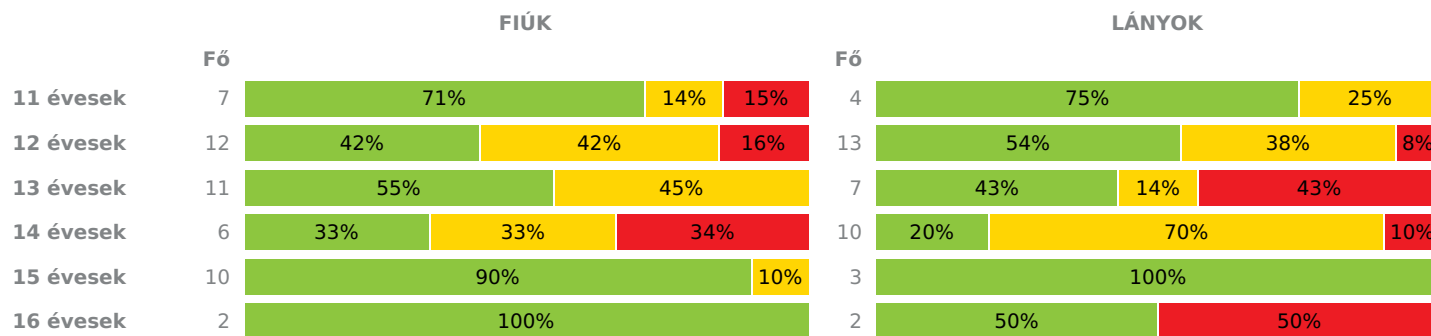


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

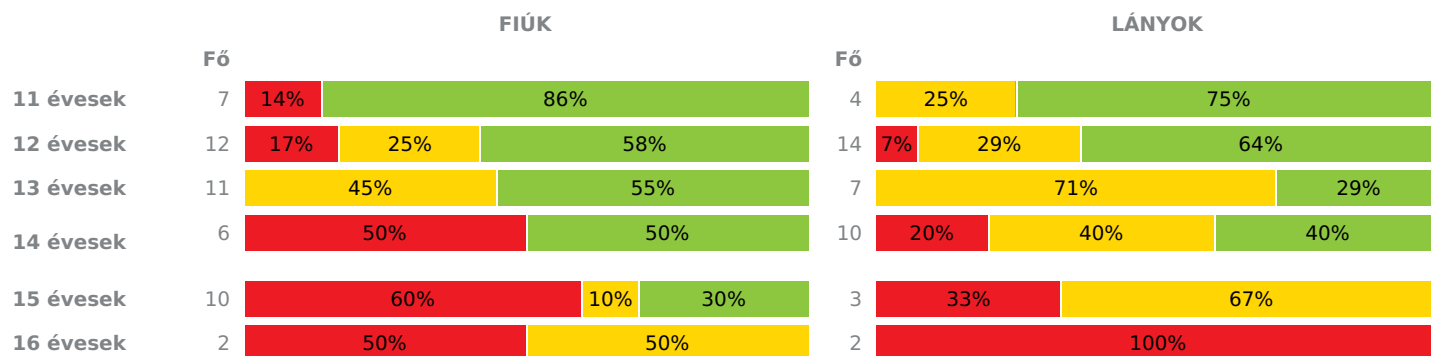
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)

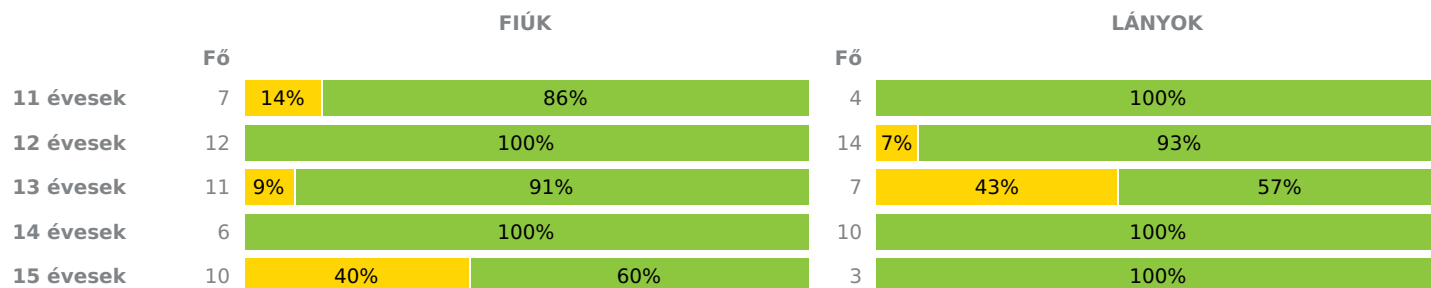


AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


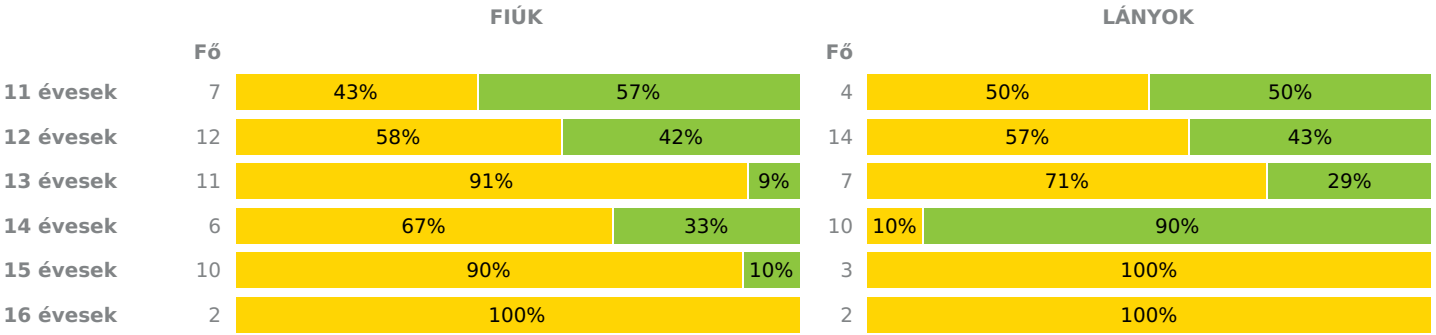
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

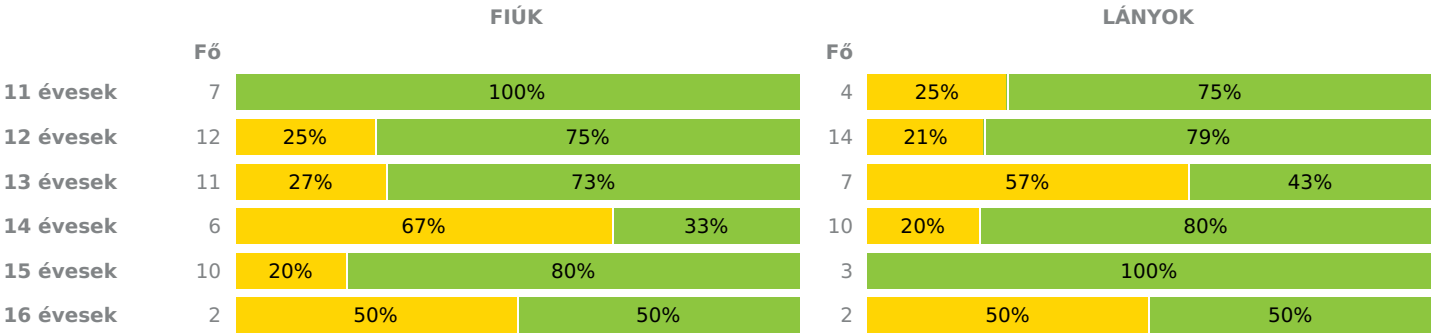




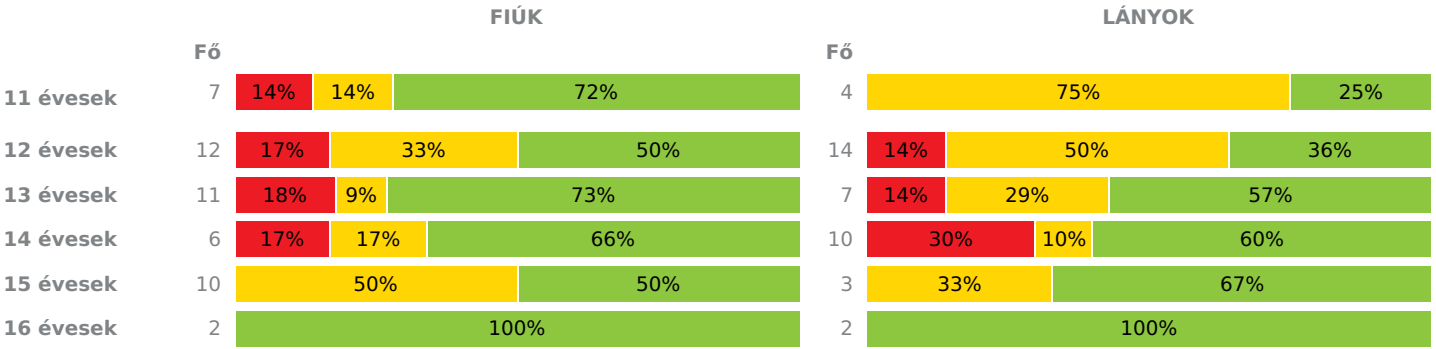
Törzsemelés teszt (cm)



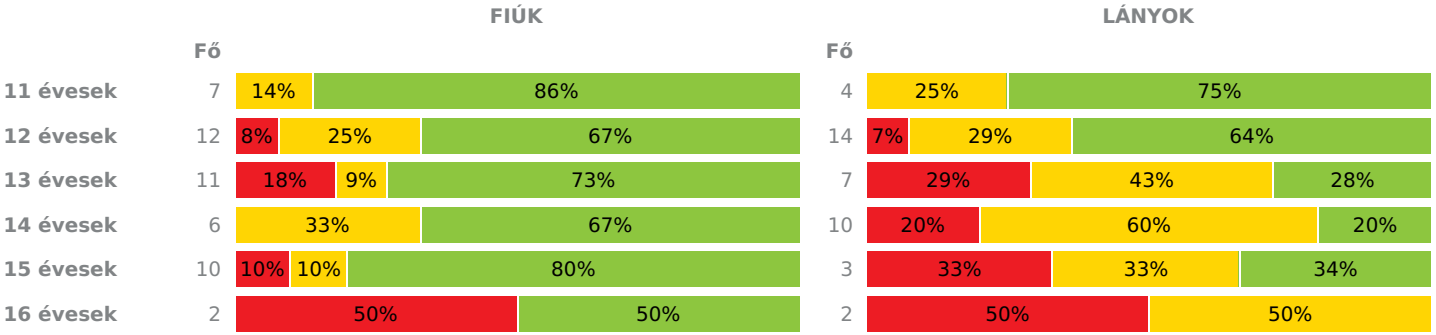
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

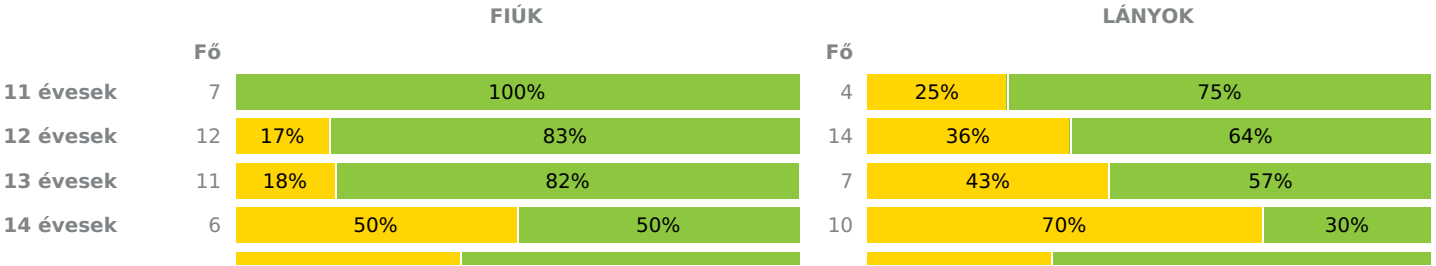


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



15 évesek	10	40%	60%	3	33%	67%
16 évesek	2	100%		2	100%	



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Kerecsendi Magyar Károly Általános Iskola

Létszám: 90 / 50 fiú, 40 lány
Tanév: 2021/2022

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,52 %
Nyomtatás dátuma: 2026.06.25 00:27:46

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	14.53	34.66	19.46	6.47	13.86	21.00	16.14	2.83	1 fő - 9%		10 fő - 91%
12 évesek	14.21	38.29	21.83	6.68	13.87	25.72	19.78	3.39	3 fő - 11%	8 fő - 31%	15 fő - 58%
13 évesek	17.47	33.68	22.94	5.97	17.78	33.70	24.07	5.76	4 fő - 23%	4 fő - 24%	9 fő - 53%
14 évesek	19.95	33.25	25.63	5.37	17.97	32.24	24.32	4.94	5 fő - 31%	4 fő - 25%	7 fő - 44%
15 évesek	16.35	44.13	21.40	7.78	18.13	23.41	20.23	2.29	1 fő - 8%		12 fő - 92%
16 évesek	19.26	24.17	21.72	2.46	22.39	32.17	27.28	4.89	1 fő - 25%	1 fő - 25%	2 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	11.80	42.90	21.43	10.00	6.50	26.70	14.98	7.33	1 fő - 9%	2 fő - 18%	8 fő - 73%
12 évesek	7.10	45.40	24.69	11.91	12.70	36.30	26.68	7.06	3 fő - 12%	10 fő - 40%	12 fő - 48%
13 évesek	11.10	33.30	21.86	8.37	21.50	44.60	32.44	8.29	3 fő - 17%	6 fő - 33%	9 fő - 50%
14 évesek	18.40	37.20	26.88	7.04	20.00	41.20	31.56	6.11	3 fő - 19%	9 fő - 56%	4 fő - 25%
15 évesek	5.10	29.40	14.29	6.41	23.40	27.80	25.77	1.81		1 fő - 8%	12 fő - 92%
16 évesek	8.20	16.80	12.50	4.30	28.50	42.10	35.30	6.80	1 fő - 25%		3 fő - 75%
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	35.32	54.40	44.71	6.37	37.54	46.26	42.26	3.20	1 fő - 9%	1 fő - 9%	9 fő - 82%
12 évesek	36.01	55.16	41.70	5.02	36.97	46.13	41.92	3.08	3 fő - 12%	7 fő - 27%	16 fő - 62%
13 évesek	39.71	56.51	42.79	4.68	36.64	42.66	39.64	1.97		10 fő - 56%	8 fő - 44%
14 évesek	35.44	44.69	40.07	3.86	34.19	43.40	38.62	2.83	5 fő - 31%	4 fő - 25%	7 fő - 44%
15 évesek	34.77	54.02	40.65	6.32	35.00	37.07	36.22	0.89	7 fő - 54%	3 fő - 23%	3 fő - 23%
16 évesek	37.88	40.79	39.34	1.46	33.73	35.85	34.79	1.06	3 fő - 75%	1 fő - 25%	
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	5.00	67.00	39.29	20.50	22.00	51.00	30.25	12.09	1 fő - 9%	10 fő - 91%
12 évesek	18.00	51.00	32.42	9.69	16.00	41.00	27.36	8.46	1 fő - 4%	25 fő - 96%
13 évesek	18.00	79.00	36.91	18.30	7.00	39.00	22.00	9.62	4 fő - 22%	14 fő - 78%
14 évesek	24.00	55.00	33.50	10.87	18.00	45.00	30.90	8.70		16 fő - 100%
15 évesek	19.00	69.00	32.90	15.64	22.00	27.00	25.00	2.16	4 fő - 31%	9 fő - 69%
16 évesek	33.00	36.00	34.50	1.50	16.00	23.00	19.50	3.50	1 fő - 25%	3 fő - 75%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	21.80	29.00	25.27	3.14	22.30	25.50	23.70	1.39	5 fő - 45%	6 fő - 55%
12 évesek	13.50	28.20	21.09	4.61	13.00	29.80	21.54	5.35	15 fő - 58%	11 fő - 42%
13 évesek	9.00	24.20	16.40	4.92	10.00	28.90	18.17	6.44	15 fő - 83%	3 fő - 17%
14 évesek	11.60	29.40	17.50	6.69	14.00	30.00	25.80	4.34	5 fő - 31%	11 fő - 69%
15 évesek	5.00	27.60	15.27	6.78	5.00	19.00	12.00	5.72	12 fő - 92%	1 fő - 8%
16 évesek	7.00	17.00	12.00	5.00	15.00	21.00	18.00	3.00	4 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
11 évesek	9.00	25.00	18.14	5.19	4.00	14.00	9.75	4.02	1 fő - 9%	10 fő - 91%
12 évesek	6.00	20.00	12.33	4.57	3.00	18.00	10.00	4.00	6 fő - 23%	20 fő - 77%
13 évesek	4.00	21.00	13.09	6.17	2.00	9.00	5.43	2.61	7 fő - 39%	11 fő - 61%
14 évesek	3.00	20.00	11.00	5.32	4.00	14.00	8.90	3.36	6 fő - 38%	10 fő - 63%
15 évesek	12.00	30.00	19.50	5.14	9.00	16.00	13.00	2.94	2 fő - 15%	11 fő - 85%
16 évesek	15.00	22.00	18.50	3.50	6.00	15.00	10.50	4.50	2 fő - 50%	2 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	14.80	25.30	21.73	3.40	15.30	20.50	17.60	1.87	1 fő - 9%	4 fő - 36%	6 fő - 55%
12 évesek	15.50	35.20	22.32	5.78	13.70	25.00	20.37	3.00	4 fő - 15%	11 fő - 42%	11 fő - 42%
13 évesek	16.90	43.30	31.15	8.39	17.10	27.40	23.83	3.49	3 fő - 17%	3 fő - 17%	12 fő - 67%
14 évesek	25.40	35.90	30.57	3.72	18.10	29.80	24.80	4.31	4 fő - 25%	2 fő - 13%	10 fő - 63%
15 évesek	26.30	46.30	34.25	6.38	22.40	26.20	24.93	1.79		6 fő - 46%	7 fő - 54%
16 évesek	36.50	41.10	38.80	2.30	27.10	31.10	29.10	2.00			4 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	130.00	170.00	159.29	14.25	120.00	150.00	141.25	12.44		2 fő - 18%	9 fő - 82%
12 évesek	110.00	166.00	142.25	15.33	100.00	178.00	135.93	19.35	2 fő - 8%	7 fő - 27%	17 fő - 65%
13 évesek	124.00	175.00	157.27	16.22	108.00	146.00	126.71	13.99	4 fő - 22%	4 fő - 22%	10 fő - 56%
14 évesek	140.00	195.00	166.50	19.31	115.00	159.00	130.90	12.97	2 fő - 13%	8 fő - 50%	6 fő - 38%
15 évesek	135.00	225.00	183.40	25.03	112.00	155.00	135.33	17.75	2 fő - 15%	2 fő - 15%	9 fő - 69%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	22.15	30.75	26.04	3.30	21.10	26.65	24.64	2.15	1 fő - 9%	10 fő - 91%
12 évesek	19.10	34.25	23.81	4.17	15.75	40.00	28.53	6.56	7 fő - 27%	19 fő - 73%
13 évesek	19.50	35.50	25.97	5.07	23.25	35.50	28.56	4.88	5 fő - 28%	13 fő - 72%
14 évesek	17.00	28.10	22.12	4.06	18.10	32.00	24.17	3.89	10 fő - 63%	6 fő - 38%
15 évesek	15.50	33.50	22.90	5.56	26.50	36.50	30.33	4.40	5 fő - 38%	8 fő - 62%
16 évesek	17.50	19.50	18.50	1.00	30.00	30.00	30.00	0.00	4 fő - 100%	