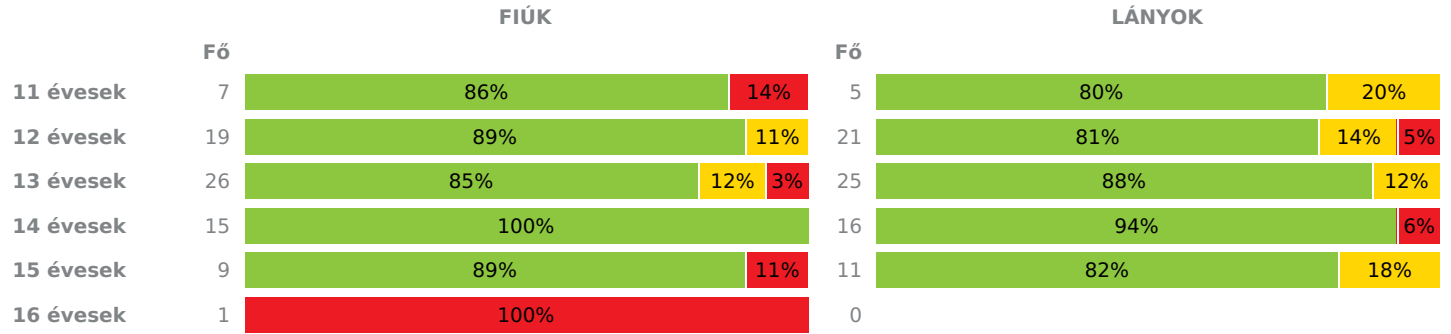
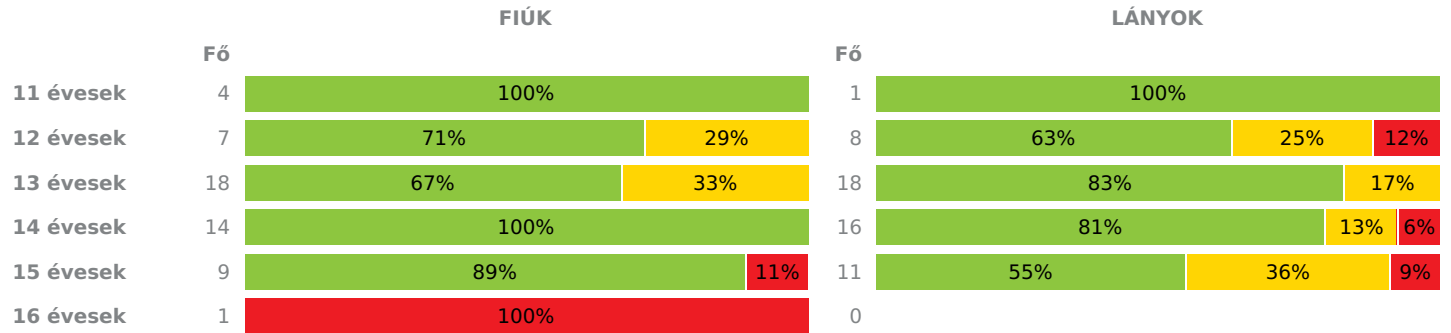
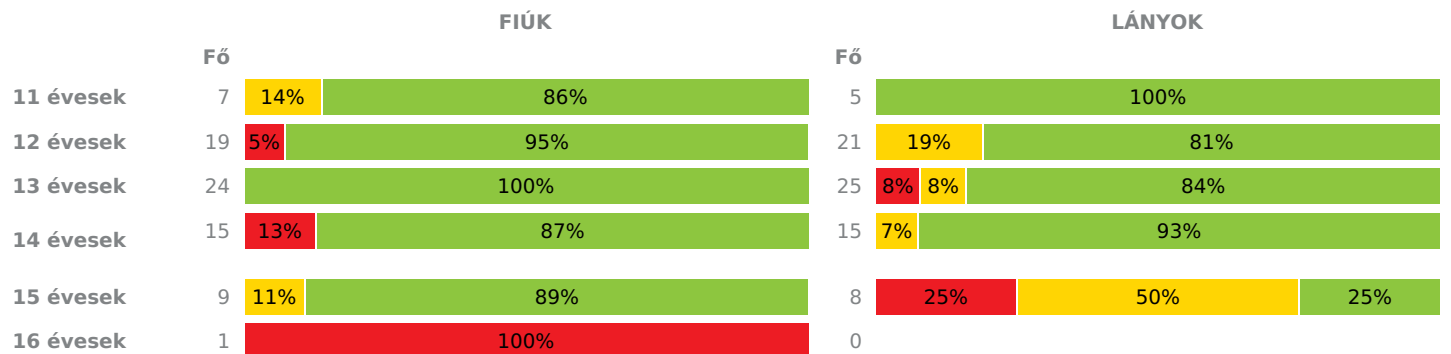
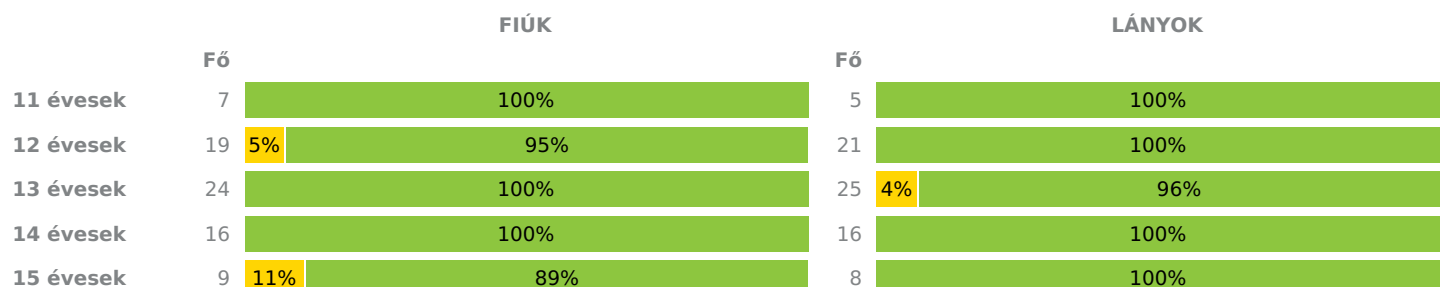
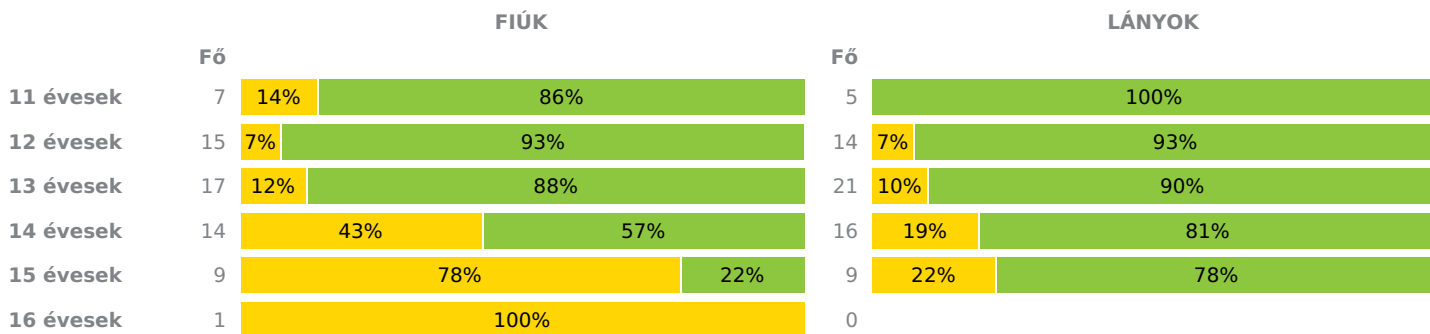
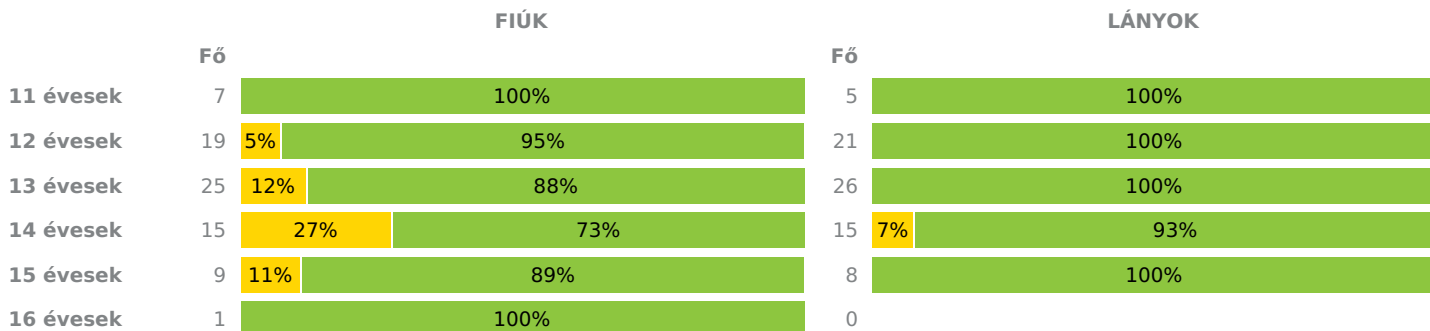

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL
Testtömegindex (BMI: kg/m²)

Testzsírszázalék (TZS %)

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL
Állóképességi ingafutás teszt (VO_{2max}: ml/kg/min)

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL
Ütemezett hasizom teszt (db)


16 évesek 1 100% 0

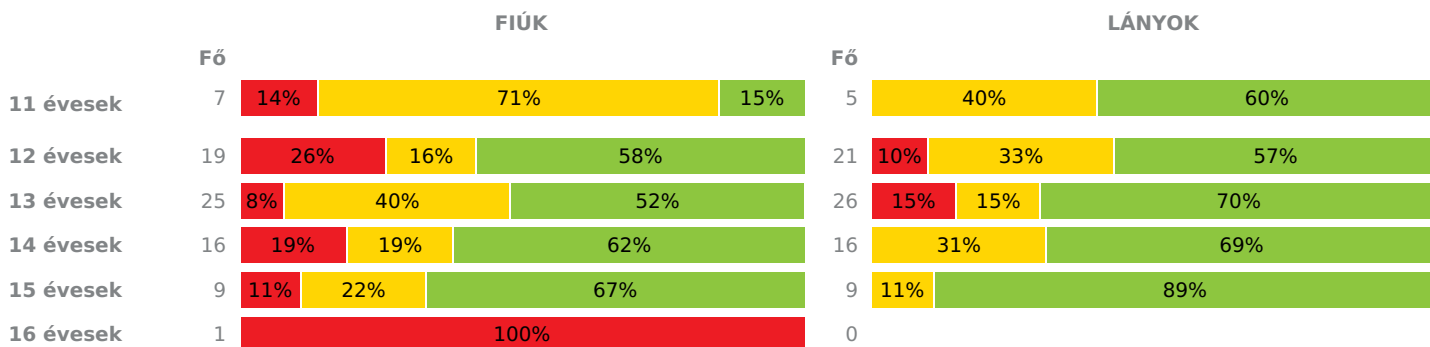
Törzsemelés teszt (cm)



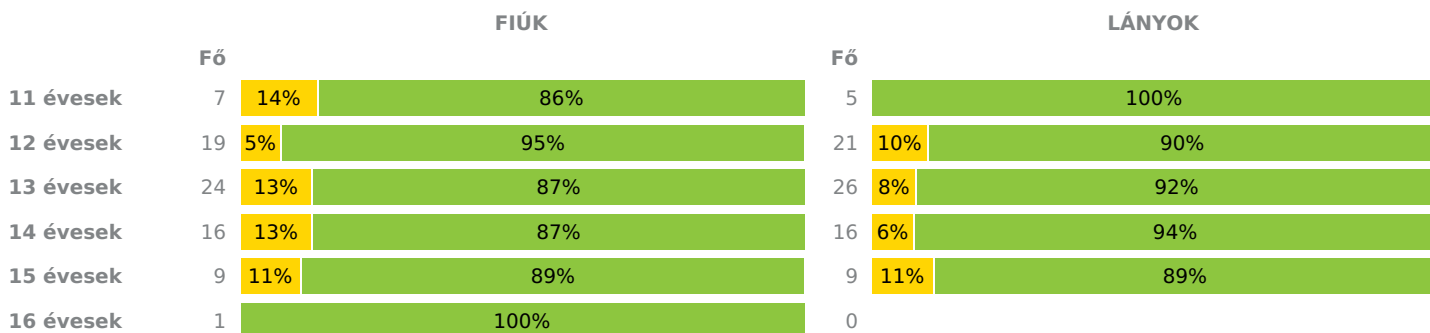
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

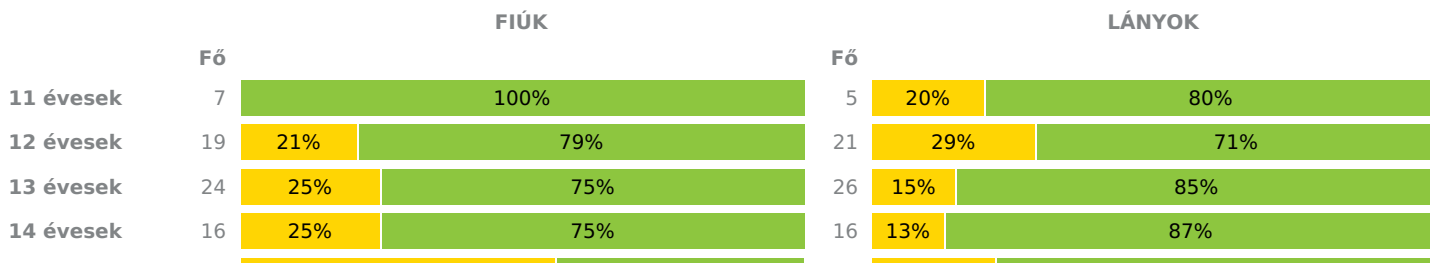


Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



15 évesek	9	56%	44%	9	22%	78%
16 évesek	1	100%		0		

Magyar Diáksport Szövetség - 2023



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Szent Lőrinc Katolikus Általános Iskola

Létszám: **157 / 78 fiú, 79 lány**
 Tanév: **2022/2023**

Adatfeltöltöttségi állapot: 94,90 %
 Nyomtatás dátuma: 2023.09.20 11:26:01

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	14.07	27.16	17.91	4.19	14.07	21.92	17.81	2.91	1 fő - 9%	1 fő - 8%	10 fő - 83%
12 évesek	13.89	23.73	18.13	2.39	13.79	34.62	19.37	4.56	1 fő - 2%	5 fő - 13%	34 fő - 85%
13 évesek	15.55	29.23	19.11	3.43	14.47	26.96	19.37	2.63	1 fő - 2%	6 fő - 12%	44 fő - 86%
14 évesek	15.31	22.73	18.55	1.99	15.93	31.93	20.28	3.55	1 fő - 3%		30 fő - 97%
15 évesek	16.61	34.88	20.44	5.30	15.96	27.28	20.98	3.28	1 fő - 5%	2 fő - 10%	17 fő - 85%
16 évesek	30.67	30.67	30.67	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%		
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	7.70	20.70	14.83	5.49	13.30	13.30	13.30	0.00			5 fő - 100%
12 évesek	6.40	29.50	16.61	7.75	10.60	35.80	25.01	7.80	1 fő - 6%	4 fő - 27%	10 fő - 67%
13 évesek	6.10	30.10	17.10	7.95	7.00	34.30	20.88	7.31		9 fő - 25%	27 fő - 75%
14 évesek	6.80	21.10	10.27	3.60	10.80	49.00	22.88	8.34	1 fő - 3%	2 fő - 7%	27 fő - 90%
15 évesek	5.30	32.50	12.51	7.61	10.80	36.80	25.04	7.61	2 fő - 10%	4 fő - 20%	14 fő - 70%
16 évesek	32.10	32.10	32.10	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%		
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	37.47	53.59	48.21	4.99	42.38	58.97	49.31	5.81		1 fő - 8%	11 fő - 92%
12 évesek	35.91	63.69	49.97	6.78	39.63	58.15	44.58	5.18	1 fő - 3%	4 fő - 10%	35 fő - 88%
13 évesek	42.04	61.53	48.77	4.89	34.42	54.90	44.31	5.17	2 fő - 4%	2 fő - 4%	45 fő - 92%
14 évesek	37.00	73.92	49.48	9.33	36.56	59.05	49.34	6.71	2 fő - 7%	1 fő - 3%	27 fő - 90%
15 évesek	41.27	61.20	48.41	5.71	34.09	48.39	39.08	4.07	2 fő - 12%	5 fő - 29%	10 fő - 59%
16 évesek	35.99	35.99	35.99	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%		
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	34.00	80.00	65.00	18.29	58.00	80.00	73.20	8.91		12 fő - 100%
12 évesek	13.00	80.00	70.16	19.19	20.00	80.00	59.14	22.42	1 fő - 3%	39 fő - 98%
13 évesek	20.00	80.00	64.00	20.78	7.00	80.00	59.16	23.34	1 fő - 2%	48 fő - 98%
14 évesek	27.00	80.00	67.56	19.25	20.00	80.00	70.63	19.83		32 fő - 100%
15 évesek	21.00	80.00	66.11	18.64	25.00	80.00	72.25	18.01	1 fő - 6%	16 fő - 94%
16 évesek	80.00	80.00	80.00	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	22.00	30.00	24.71	2.43	24.00	27.00	25.20	1.17	1 fő - 8%	11 fő - 92%
12 évesek	18.00	30.00	25.27	3.00	22.00	30.00	27.00	2.73	2 fő - 7%	27 fő - 93%
13 évesek	16.00	30.00	27.12	4.06	18.00	30.00	28.00	3.31	4 fő - 11%	34 fő - 89%
14 évesek	14.00	30.00	23.07	5.56	18.00	30.00	27.38	3.94	9 fő - 30%	21 fő - 70%
15 évesek	13.00	30.00	20.00	4.90	18.00	30.00	25.89	4.48	9 fő - 50%	9 fő - 50%
16 évesek	22.00	22.00	22.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	15.00	67.00	38.00	20.77	22.00	80.00	61.80	21.25		12 fő - 100%
12 évesek	1.00	80.00	41.42	26.92	8.00	80.00	28.05	23.79	1 fő - 3%	39 fő - 98%
13 évesek	6.00	67.00	22.64	12.87	7.00	43.00	16.23	8.90	3 fő - 6%	48 fő - 94%
14 évesek	2.00	30.00	17.60	7.84	6.00	37.00	17.27	8.95	5 fő - 17%	25 fő - 83%
15 évesek	10.00	42.00	19.44	8.68	7.00	20.00	15.88	4.78	1 fő - 6%	16 fő - 94%
16 évesek	20.00	20.00	20.00	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	22.00	17.36	2.37	18.00	26.00	21.62	3.36	1 fő - 8%	7 fő - 58%	4 fő - 33%
12 évesek	11.00	30.00	21.07	5.43	14.00	38.00	22.26	5.17	7 fő - 18%	10 fő - 25%	23 fő - 58%
13 évesek	17.10	40.00	26.36	6.01	14.90	32.80	24.95	4.65	6 fő - 12%	14 fő - 27%	31 fő - 61%
14 évesek	20.10	60.60	33.83	9.95	21.70	41.10	27.87	5.04	3 fő - 9%	8 fő - 25%	21 fő - 66%
15 évesek	3.00	53.00	34.56	13.36	24.70	37.00	29.57	3.94	1 fő - 6%	3 fő - 17%	14 fő - 78%
16 évesek	3.00	3.00	3.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%		
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	131.00	165.00	151.43	10.34	153.00	207.00	172.20	18.95	1 fő - 8%	11 fő - 92%
12 évesek	120.00	212.00	172.47	21.90	130.00	197.00	161.57	17.93	3 fő - 8%	37 fő - 93%
13 évesek	140.00	210.00	175.92	20.31	125.00	195.00	162.15	17.34	5 fő - 10%	45 fő - 90%
14 évesek	155.00	245.00	192.50	22.91	120.00	205.00	167.81	23.65	3 fő - 9%	29 fő - 91%
15 évesek	150.00	217.00	198.33	20.15	120.00	195.00	159.44	21.99	2 fő - 11%	16 fő - 89%

Összesen: 0 % 0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	21.50	26.50	23.71	1.62	24.50	42.00	31.80	5.92	1 fő - 8%	11 fő - 92%
12 évesek	13.00	34.50	24.53	6.39	17.00	42.00	30.38	7.16	10 fő - 25%	30 fő - 75%
13 évesek	14.00	46.50	24.31	6.97	20.00	47.50	32.40	7.50	10 fő - 20%	40 fő - 80%
14 évesek	9.00	44.50	26.09	8.28	11.00	50.00	39.47	10.50	6 fő - 19%	26 fő - 81%
15 évesek	5.00	34.50	20.11	8.81	10.00	50.50	31.22	10.41	7 fő - 39%	11 fő - 61%
16 évesek	25.50	25.50	25.50	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%
	Összesen:								0 %	0 %