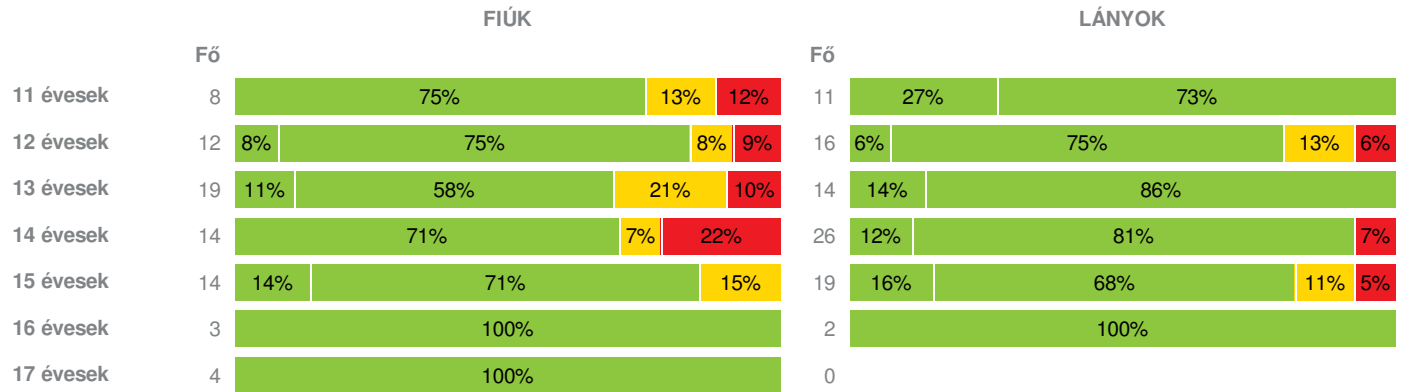
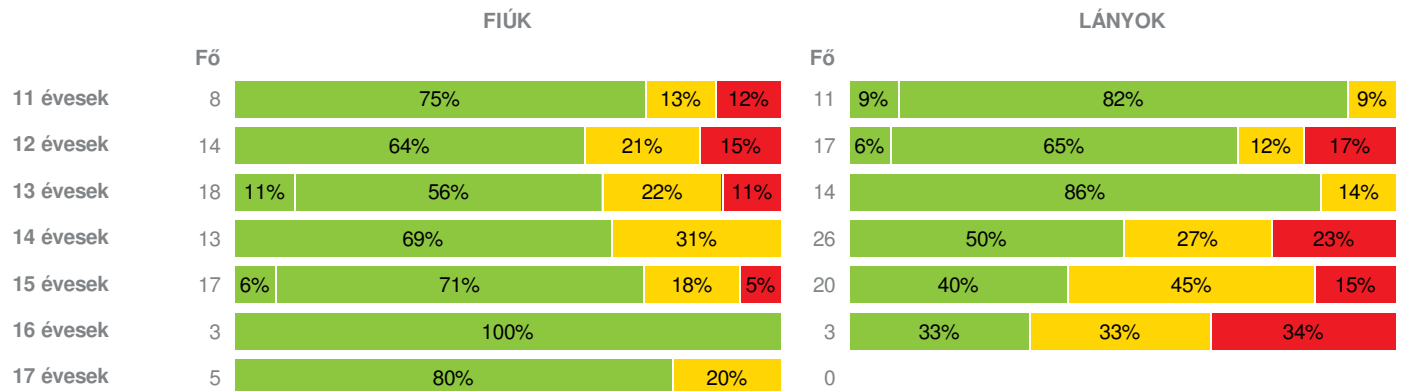
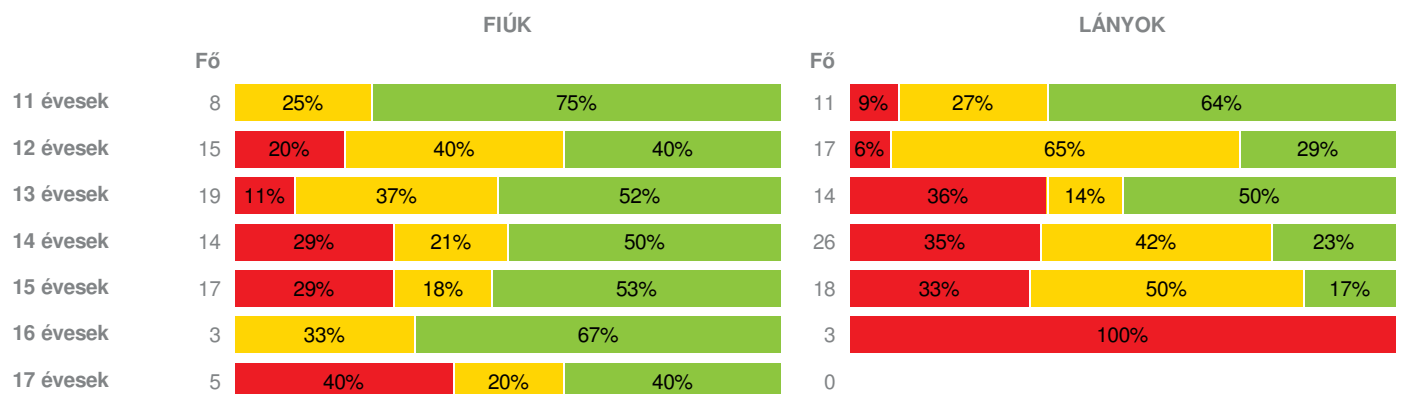
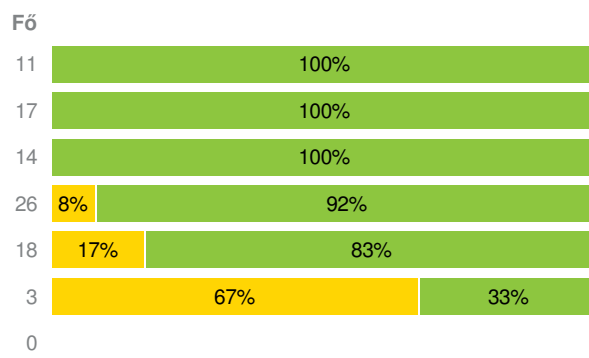
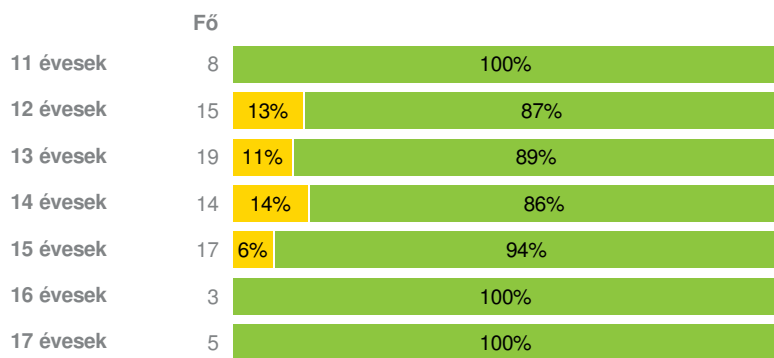


Létszám: **184 / 88 fiú, 96 lány**  
 Tanév: **2014/2015**

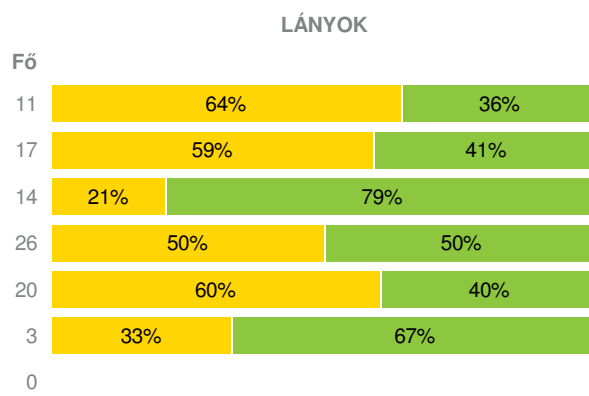
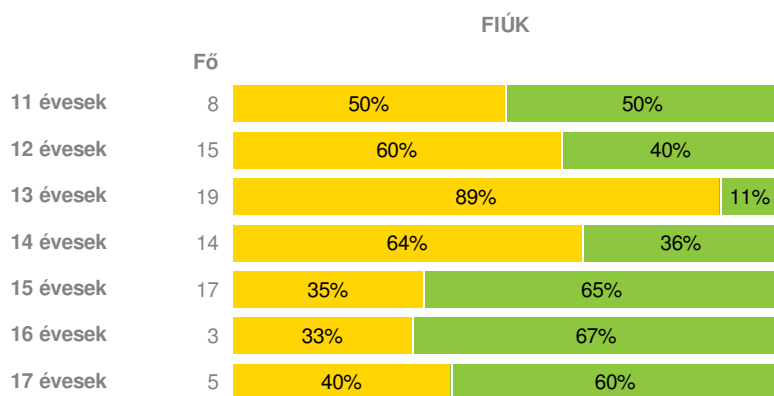


Adatfeltöltöttségi állapot: 92,27053 %  
 Nyomtatás dátuma: 2018.03.21 10:39:29

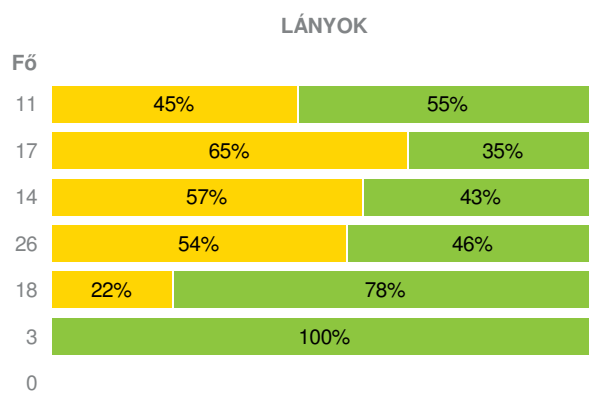
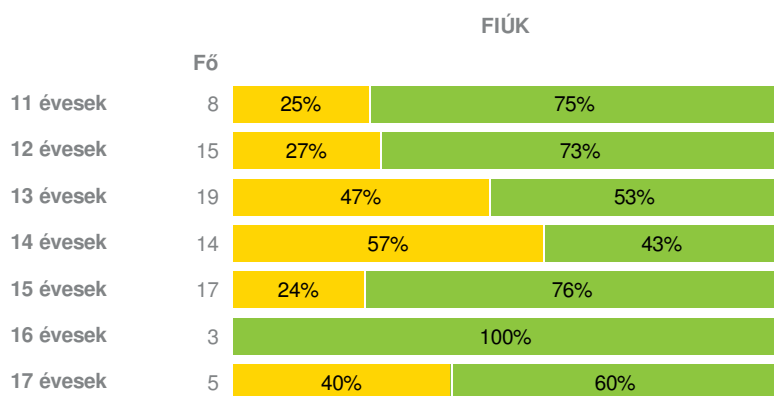
**TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**
**Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)**

**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**
**Ütemezett hasizom (db)**
**FIÚK**
**LÁNYOK**



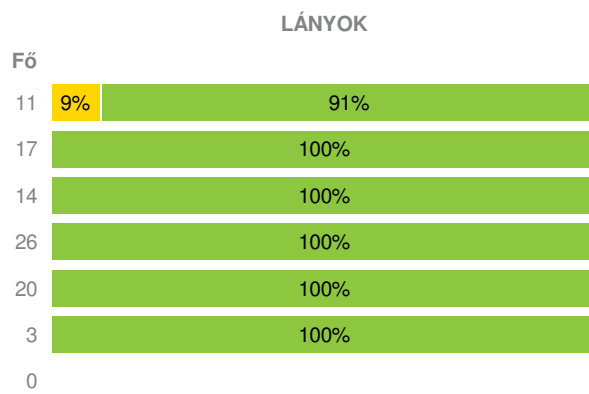
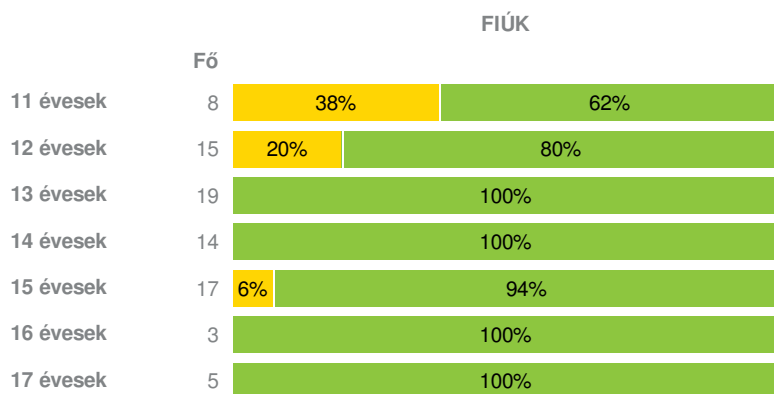
### Törzsemelés (cm)



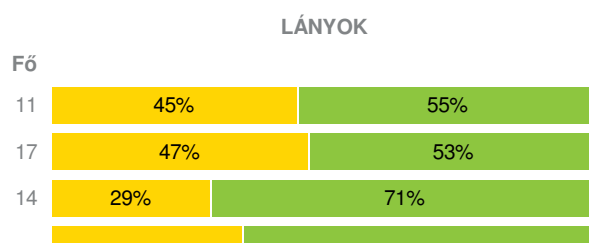
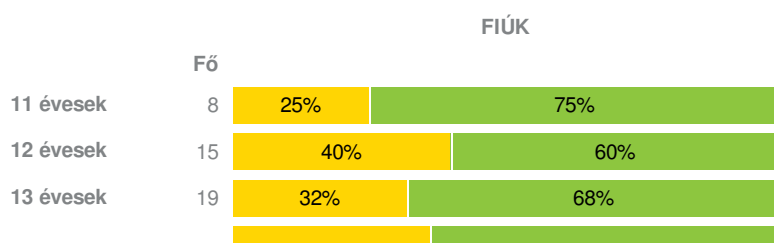
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)



### Helyből távolugrás (cm)



14 évesek	14	36%	64%	26	35%	65%
15 évesek	17	35%	65%	19	58%	42%
16 évesek	3	33%	67%	3	67%	33%
17 évesek	5	40%	60%	0		

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
Évesek	Fő	36%	64%	Évesek	Fő	58%	42%
11 évesek	8	38%	62%	11	45%	55%	
12 évesek	15	40%	60%	17	29%	71%	
13 évesek	19	11%	89%	14	36%	64%	
14 évesek	14	29%	71%	26	27%	73%	
15 évesek	17	35%	65%	20	35%	65%	
16 évesek	3	100%		3	100%		
17 évesek	5	20%	80%	0			

Magyar Diáksport Szövetség - 2015



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Fráter György Katolikus Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: 184 / 88 fiú, 96 lány  
Tanév: 2014/2015



Adatfeltöltöttségi állapot: 92,27053 %  
Nyomtatás dátuma: 2018.03.21 10:39:29

## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

Évesek	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15	29	20	4.48	14	20	17	2.09	1 fő - 6%	1 fő - 5%	17 fő - 89%
12 évesek	15	29	18	3.78	15	33	19	4.30	2 fő - 7%	3 fő - 11%	23 fő - 82%
13 évesek	14	27	20	3.87	15	22	19	2.08	2 fő - 6%	4 fő - 12%	27 fő - 82%
14 évesek	17	35	22	5.00	10	33	20	4.49	5 fő - 12%	1 fő - 3%	34 fő - 85%
15 évesek	15	26	20	2.68	11	32	21	4.40	1 fő - 3%	4 fő - 12%	28 fő - 85%
16 évesek	17	21	20	1.64	21	24	22	1.39			5 fő - 100%
17 évesek	18	24	21	2.23							4 fő - 100%
Összesen:									7%	8%	85%

#### Testzsír százalék (TZS %)

Évesek	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	9	38	22	9.29	9	30	19	4.78	1 fő - 5%	2 fő - 11%	16 fő - 84%
12 évesek	12	38	21	8.72	8	43	23	9.31	5 fő - 16%	5 fő - 16%	21 fő - 68%

13 évesek	5	41	20	10.52	19	29	22	3.22	2 fő - 6%	6 fő - 19%	24 fő - 75%
14 évesek	7	31	19	7.19	18	42	29	6.79	6 fő - 16%	11 fő - 28%	22 fő - 56%
15 évesek	6	36	18	7.75	19	39	30	6.11	4 fő - 11%	12 fő - 32%	21 fő - 57%
16 évesek	7	15	11	3.36	28	44	35	6.41	1 fő - 16%	1 fő - 17%	4 fő - 67%
17 évesek	8	24	16	5.44						1 fő - 20%	4 fő - 80%

Összesen: 11 % 22 % 67 %

### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

#### Állóképességi ingafutás (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	38	49	43	4.12	36	46	41	2.78	1 fő - 5%	5 fő - 26%	13 fő - 68%
12 évesek	36	48	41	3.82	35	47	39	2.70	4 fő - 13%	17 fő - 53%	11 fő - 34%
13 évesek	35	50	42	3.82	33	47	39	3.93	7 fő - 21%	9 fő - 27%	17 fő - 52%
14 évesek	36	55	42	5.26	35	45	38	2.82	13 fő - 33%	14 fő - 35%	13 fő - 33%
15 évesek	35	52	43	4.11	34	42	37	2.30	11 fő - 31%	12 fő - 34%	12 fő - 34%
16 évesek	43	45	44	0.99	31	33	32	0.82	3 fő - 50%	1 fő - 17%	2 fő - 33%
17 évesek	35	54	43	7.12					2 fő - 40%	1 fő - 20%	2 fő - 40%

Összesen: 24 % 35 % 41 %

### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	21	80	51	20.17	27	80	57	16.45		19 fő - 100%
12 évesek	11	80	53	22.63	30	80	64	16.98	2 fő - 6%	30 fő - 94%
13 évesek	1	80	60	25.89	30	80	64	19.95	2 fő - 6%	31 fő - 94%
14 évesek	10	80	51	22.11	10	80	52	26.90	4 fő - 10%	36 fő - 90%
15 évesek	17	80	58	21.87	10	80	45	26.56	4 fő - 11%	31 fő - 89%
16 évesek	38	80	66	19.80	9	28	17	8.18	2 fő - 33%	4 fő - 67%
17 évesek	33	70	47	12.61						5 fő - 100%

Összesen: 8 % 92 %

#### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	16	27	22	3.70	15	29	21	3.51	11 fő - 58%	8 fő - 42%
12 évesek	15	30	21	4.39	19	28	23	3.05	19 fő - 59%	13 fő - 41%
13 évesek	7	30	19	5.11	8	30	24	5.46	20 fő - 61%	13 fő - 39%
14 évesek	8	29	20	6.26	1	30	22	6.39	22 fő - 55%	18 fő - 45%
15 évesek	10	30	24	6.02	13	30	22	4.76	18 fő - 49%	19 fő - 51%
16 évesek	15	30	25	6.75	18	30	26	5.89	2 fő - 33%	4 fő - 67%
17 évesek	12	30	23	7.45					2 fő - 40%	3 fő - 60%

Összesen: 55 % 45 %

#### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	2	17	10	4.58	3	17	8	4.32	7 fő - 37%	12 fő - 63%
12 évesek	2	30	13	7.32	3	13	6	2.63	15 fő - 47%	17 fő - 53%
13 évesek	1	27	13	6.01	1	20	7	5.49	17 fő - 52%	16 fő - 48%

14 évesek	1	28	12	8.44	1	30	7	6.49	22 fő - 55%	18 fő - 45%
15 évesek	7	40	20	8.36	3	18	11	4.75	8 fő - 23%	27 fő - 77%
16 évesek	20	39	27	8.73	7	10	8	1.25		6 fő - 100%
17 évesek	14	30	19	5.50					2 fő - 40%	3 fő - 60%

Összesen: 42 % 58 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14	29	22	4.78	11	28	23	4.45	4 fő - 21%	15 fő - 79%
12 évesek	14	31	23	5.12	16	33	25	5.44	3 fő - 9%	29 fő - 91%
13 évesek	22	37	30	4.17	16	38	26	6.68		33 fő - 100%
14 évesek	22	49	35	7.89	20	41	29	5.59		40 fő - 100%
15 évesek	22	51	39	7.49	18	36	27	4.73	1 fő - 3%	36 fő - 97%
16 évesek	41	51	47	4.35	21	35	30	6.05		6 fő - 100%
17 évesek	36	54	43	7.07						5 fő - 100%

Összesen: 5 % 95 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	105	180	143	24.23	105	185	140	25.80	7 fő - 37%	12 fő - 63%
12 évesek	105	180	143	23.30	100	180	141	23.53	14 fő - 44%	18 fő - 56%
13 évesek	110	220	165	25.33	110	170	144	19.13	10 fő - 30%	23 fő - 70%
14 évesek	130	220	176	26.26	100	200	146	24.17	14 fő - 35%	26 fő - 65%
15 évesek	130	210	183	20.27	80	175	137	23.74	17 fő - 47%	19 fő - 53%
16 évesek	168	240	206	29.53	80	150	122	30.24	3 fő - 50%	3 fő - 50%
17 évesek	162	200	185	13.06					2 fő - 40%	3 fő - 60%

Összesen: 39 % 61 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	8	27	19	6.17	18	31	25	3.49	8 fő - 42%	11 fő - 58%
12 évesek	6	28	21	5.17	21	36	27	4.05	11 fő - 34%	21 fő - 66%
13 évesek	18	35	25	4.14	19	42	29	6.42	7 fő - 21%	26 fő - 79%
14 évesek	10	32	23	5.20	5	44	28	7.85	11 fő - 28%	29 fő - 73%
15 évesek	7	32	21	7.37	11	39	28	6.07	13 fő - 35%	24 fő - 65%
16 évesek	10	17	13	2.68	16	28	23	5.10	6 fő - 100%	
17 évesek	16	32	25	5.32					1 fő - 20%	4 fő - 80%

Összesen: 33 % 67 %