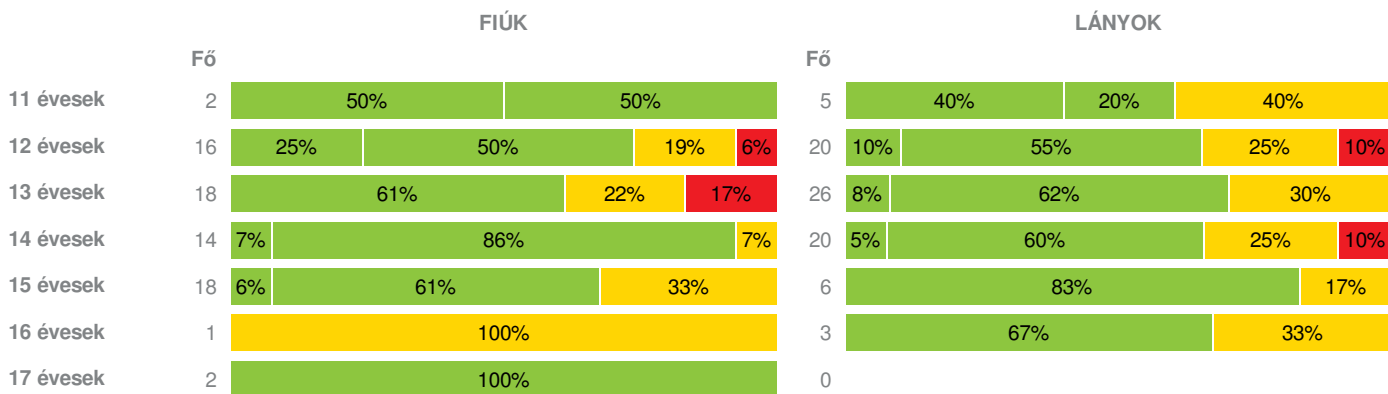
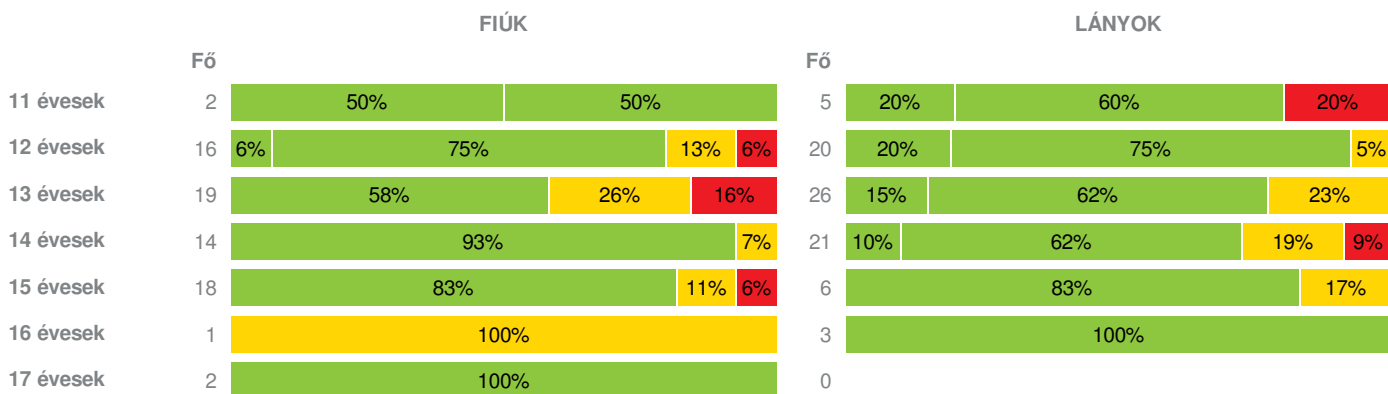
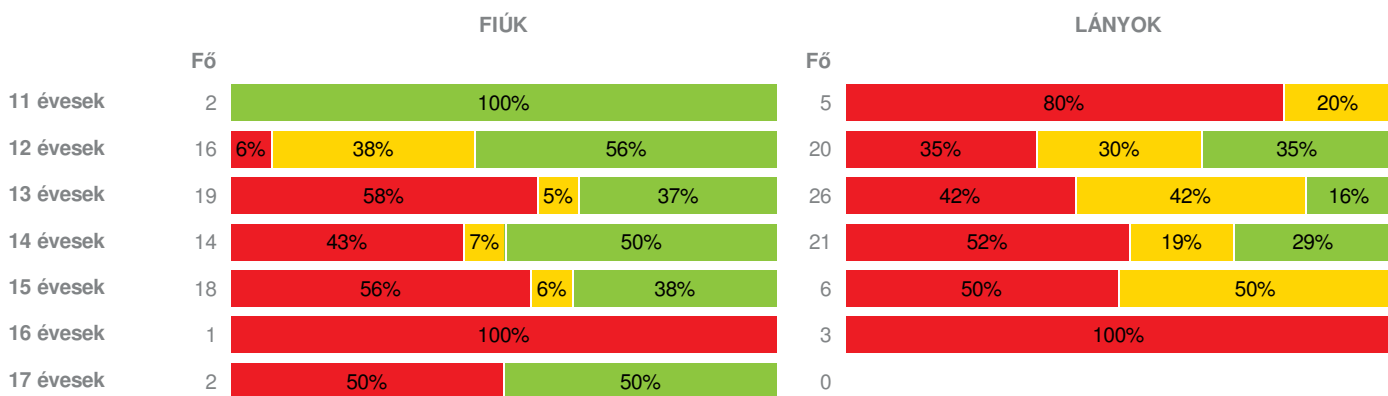
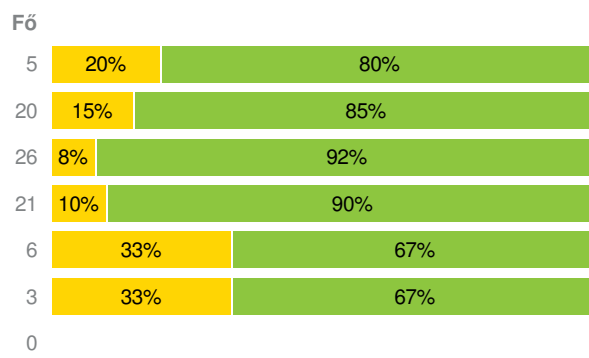
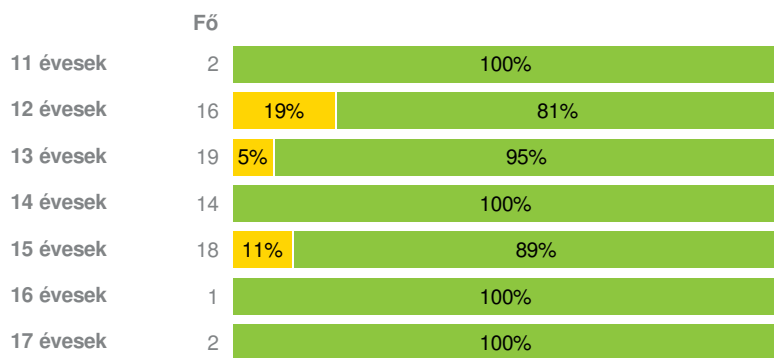

 Létszám: 168 / 83 fiú, 85 lány  
 Tanév: 2016/2017

 Adatfeltöltöttségi állapot: 0,00000 %  
 Nyomtatás dátuma: 2018.03.21 10:39:37

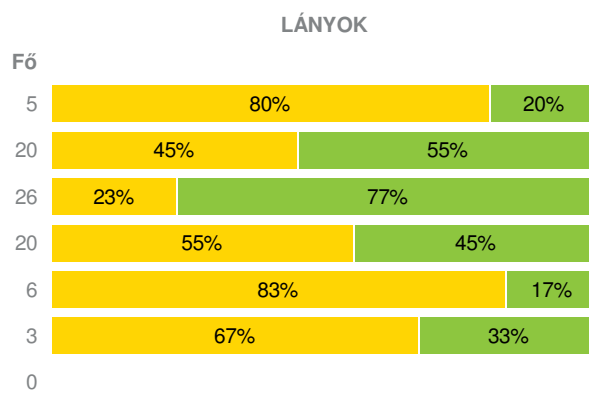
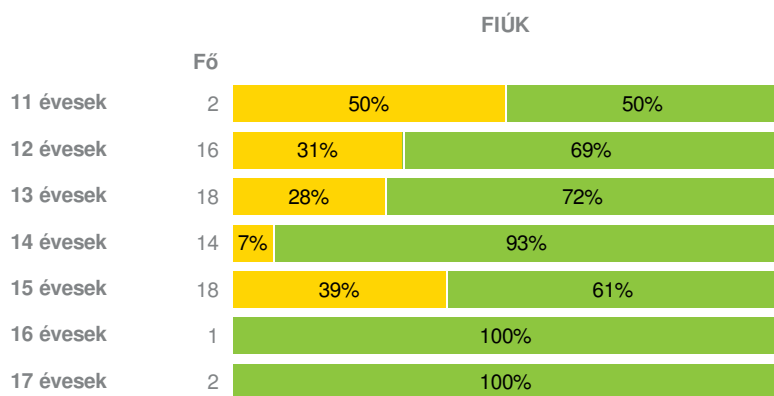
**TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

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

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

FIÚK

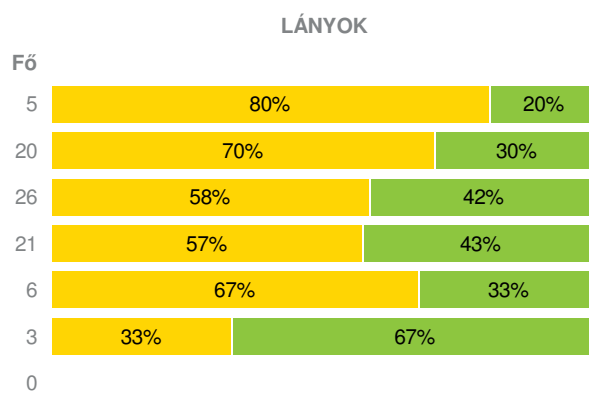
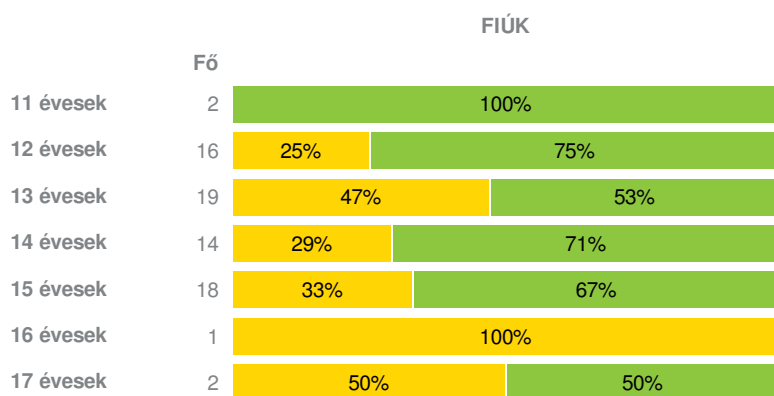
LÁNYOK



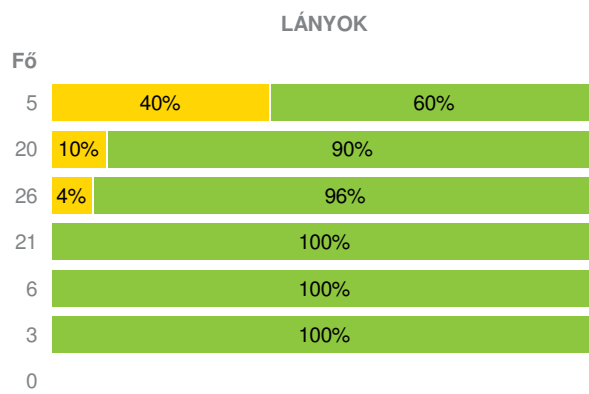
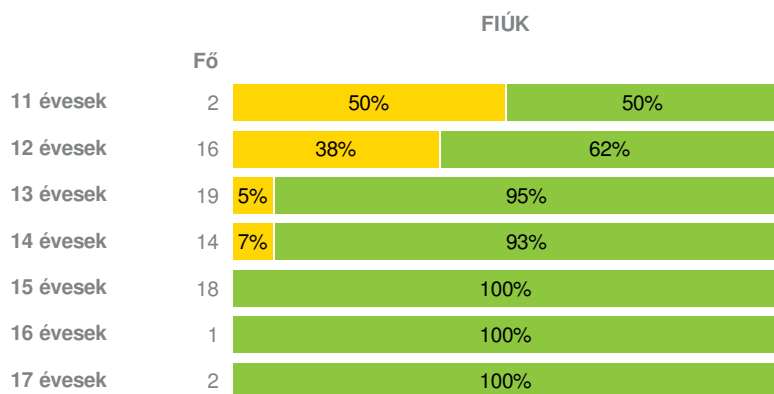
### Törzsemelés (cm)



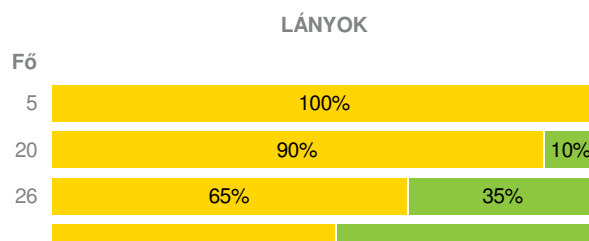
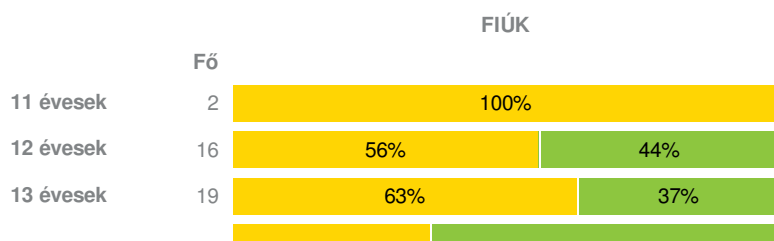
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)



### Helyből távolugrás (cm)



14 évesek	14	36%	64%	21	52%	48%
15 évesek	18	44%	56%	6	67%	33%
16 évesek	1	100%		3	67%	33%
17 évesek	2	100%		0		

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
11 évesek	2	100%		5	100%		
12 évesek	16	38%	62%	20	90%	10%	
13 évesek	19	42%	58%	26	38%	62%	
14 évesek	14	21%	79%	21	33%	67%	
15 évesek	18	22%	78%	6	50%	50%	
16 évesek	1	100%		3	67%	33%	
17 évesek	2	50%	50%	0			

Magyar Diáksport Szövetség - 2017



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

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

Létszám: 168 / 83 fiú, 85 lány  
Tanév: 2016/2017



Adatfeltöltöttségi állapot: 0,00000 %  
Nyomtatás dátuma: 2018.03.21 10:39:37

## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	14	15	15	0.65	14	26	19	4.55		2 fő - 29%	5 fő - 71%
12 évesek	14	26	19	3.86	16	30	21	3.82	3 fő - 9%	8 fő - 22%	25 fő - 69%
13 évesek	16	33	22	5.24	16	26	20	2.85	3 fő - 7%	12 fő - 27%	29 fő - 66%
14 évesek	16	23	19	2.26	17	34	23	4.92	2 fő - 6%	6 fő - 18%	26 fő - 76%
15 évesek	17	27	21	3.01	20	24	22	1.57		7 fő - 29%	17 fő - 71%
16 évesek	27	27	27	0.00	19	28	23	3.82		2 fő - 50%	2 fő - 50%
17 évesek	19	21	20	0.82							2 fő - 100%
Összesen:									5 %	25 %	70 %

#### Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	8	10	9	1.05	12	36	19	8.77	1 fő - 14%		6 fő - 86%
12 évesek	7	37	17	7.69	9	27	18	5.18	1 fő - 3%	3 fő - 8%	32 fő - 89%

13 évesek	9	40	22	9.83	8	31	21	6.87	3 fő - 7%	11 fő - 24%	31 fő - 69%
14 évesek	9	29	14	4.97	10	44	24	8.66	2 fő - 6%	5 fő - 14%	28 fő - 80%
15 évesek	9	34	17	6.12	22	29	25	2.39	1 fő - 4%	3 fő - 13%	20 fő - 83%
16 évesek	30	30	30	0.00	21	26	24	1.88		1 fő - 25%	3 fő - 75%
17 évesek	10	15	12	2.15							2 fő - 100%

Összesen: 5 % 15 % 80 %

### 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	44	48	46	2.26	35	37	36	1.04	4 fő - 57%	1 fő - 14%	2 fő - 29%
12 évesek	36	48	42	3.62	35	48	39	3.30	8 fő - 22%	12 fő - 33%	16 fő - 44%
13 évesek	33	58	40	6.68	32	49	38	3.42	22 fő - 49%	12 fő - 27%	11 fő - 24%
14 évesek	35	52	41	4.76	30	46	37	3.99	17 fő - 49%	5 fő - 14%	13 fő - 37%
15 évesek	30	48	40	5.06	30	37	34	2.77	13 fő - 54%	4 fő - 17%	7 fő - 29%
16 évesek	34	34	34	0.00	32	35	33	1.26	4 fő - 100%		
17 évesek	35	49	42	6.90					1 fő - 50%		1 fő - 50%

Összesen: 45 % 22 % 33 %

### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	44	45	45	0.50	12	25	18	4.87	1 fő - 14%	6 fő - 86%
12 évesek	12	80	41	22.76	5	80	40	23.43	6 fő - 17%	30 fő - 83%
13 évesek	3	80	52	24.56	1	80	45	22.95	3 fő - 7%	42 fő - 93%
14 évesek	25	80	69	16.91	9	80	46	23.43	2 fő - 6%	33 fő - 94%
15 évesek	5	80	49	25.03	3	55	27	17.07	4 fő - 17%	20 fő - 83%
16 évesek	30	30	30	0.00	10	30	20	8.18	1 fő - 25%	3 fő - 75%
17 évesek	41	60	51	9.50						2 fő - 100%

Összesen: 11 % 89 %

#### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	21	24	23	1.50	20	23	21	1.10	5 fő - 71%	2 fő - 29%
12 évesek	20	28	24	2.24	18	30	23	2.93	14 fő - 39%	22 fő - 61%
13 évesek	16	28	23	3.22	16	29	25	3.14	11 fő - 25%	33 fő - 75%
14 évesek	19	30	26	3.15	16	28	23	3.39	12 fő - 35%	22 fő - 65%
15 évesek	16	29	23	3.35	17	23	19	1.86	12 fő - 50%	12 fő - 50%
16 évesek	27	27	27	0.00	18	26	22	3.30	2 fő - 50%	2 fő - 50%
17 évesek	24	25	25	0.50						2 fő - 100%

Összesen: 37 % 63 %

#### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	9	22	16	6.50	2	8	4	2.23	4 fő - 57%	3 fő - 43%
12 évesek	3	24	14	6.18	1	11	5	3.01	18 fő - 50%	18 fő - 50%
13 évesek	0	28	12	7.05	1	30	9	7.22	24 fő - 53%	21 fő - 47%

14 évesek	7	31	17	8.14	2	20	8	5.80	16 fő - 46%	19 fő - 54%
15 évesek	8	40	19	8.83	5	15	9	4.50	10 fő - 42%	14 fő - 58%
16 évesek	11	11	11	0.00	5	15	9	4.19	2 fő - 50%	2 fő - 50%
17 évesek	12	25	19	6.50					1 fő - 50%	1 fő - 50%

Összesen: 49 % 51 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	18	21	19	1.48	10	31	19	8.37	3 fő - 43%	4 fő - 57%
12 évesek	12	42	22	7.33	13	30	21	4.85	8 fő - 22%	28 fő - 78%
13 évesek	14	47	26	7.10	13	33	24	4.99	2 fő - 4%	43 fő - 96%
14 évesek	20	50	34	7.92	20	41	28	5.25	1 fő - 3%	34 fő - 97%
15 évesek	25	55	41	8.49	18	37	27	6.42		24 fő - 100%
16 évesek	42	42	42	0.00	25	48	33	10.57		4 fő - 100%
17 évesek	44	57	50	6.75						2 fő - 100%

Összesen: 9 % 91 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	125	125	125	0.00	105	125	111	7.35	7 fő - 100%	
12 évesek	115	183	143	20.81	100	140	115	11.45	27 fő - 75%	9 fő - 25%
13 évesek	100	185	144	25.12	103	165	127	14.48	29 fő - 64%	16 fő - 36%
14 évesek	130	207	167	22.66	100	165	130	19.70	16 fő - 46%	19 fő - 54%
15 évesek	115	222	176	24.78	125	152	137	9.32	12 fő - 50%	12 fő - 50%
16 évesek	168	168	168	0.00	115	190	143	33.25	3 fő - 75%	1 fő - 25%
17 évesek	130	180	155	25.00					2 fő - 100%	

Összesen: 63 % 37 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	18	20	19	1.25	19	20	19	0.48	7 fő - 100%	
12 évesek	13	34	22	4.52	16	34	22	3.64	24 fő - 67%	12 fő - 33%
13 évesek	12	35	22	5.81	19	40	28	5.99	18 fő - 40%	27 fő - 60%
14 évesek	15	40	26	7.05	21	38	27	4.51	10 fő - 29%	25 fő - 71%
15 évesek	16	32	24	4.09	20	31	25	3.47	7 fő - 29%	17 fő - 71%
16 évesek	30	30	30	0.00	20	31	24	5.19	2 fő - 50%	2 fő - 50%
17 évesek	15	24	19	4.50					1 fő - 50%	1 fő - 50%

Összesen: 45 % 55 %