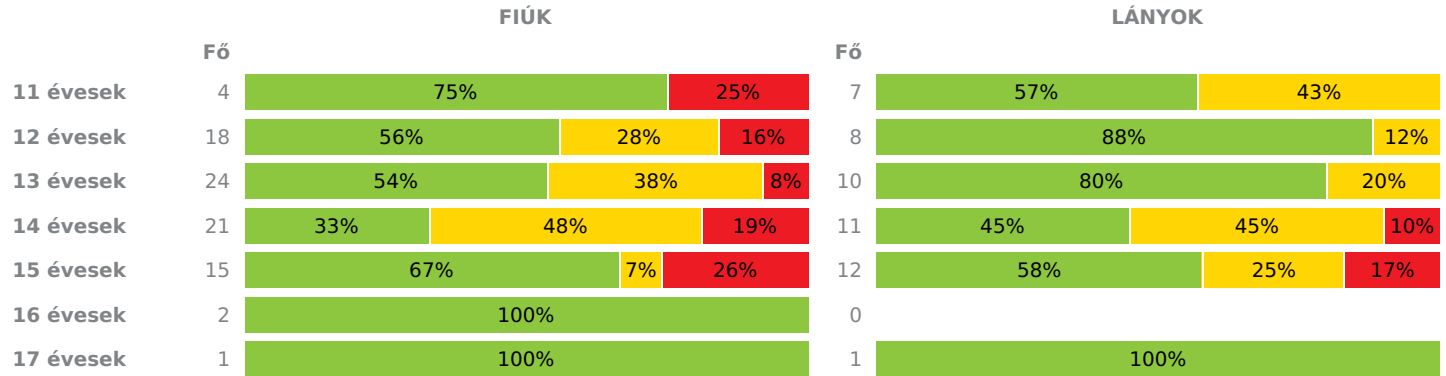
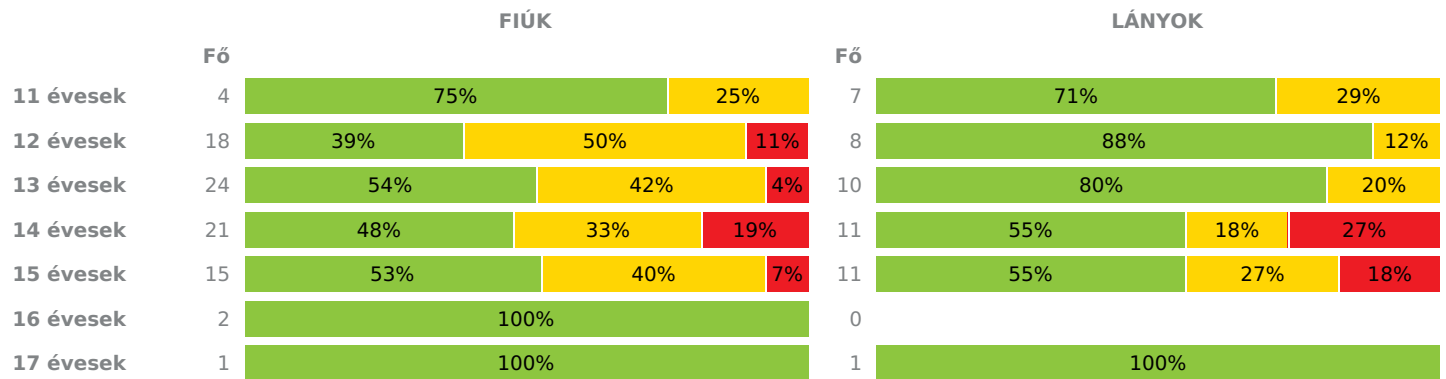
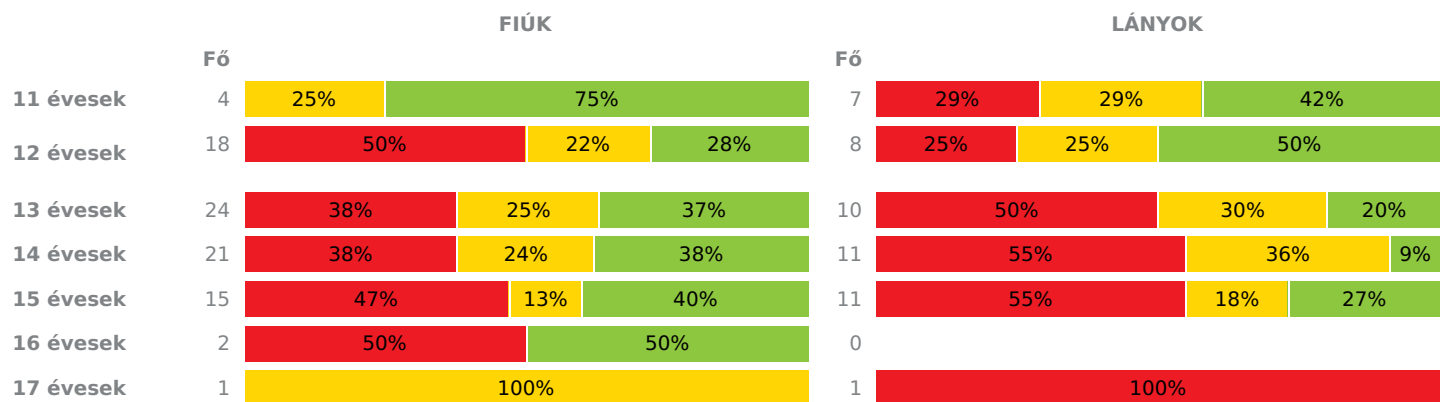
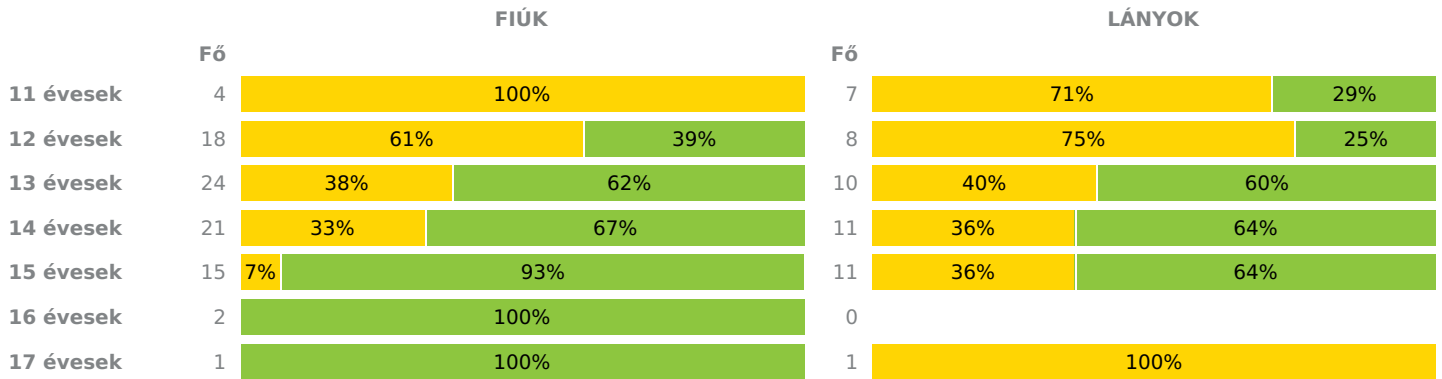


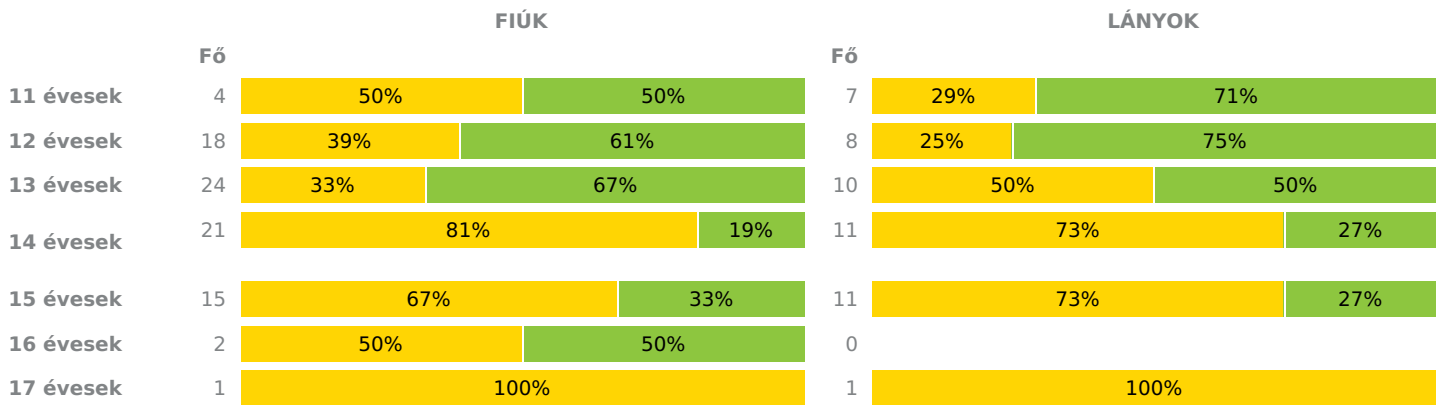

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL
Testtömegindex (BMI: kg/m²)

Testzsírszázalék (TZS %)

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

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL
Ütemezett hasizom teszt (db)



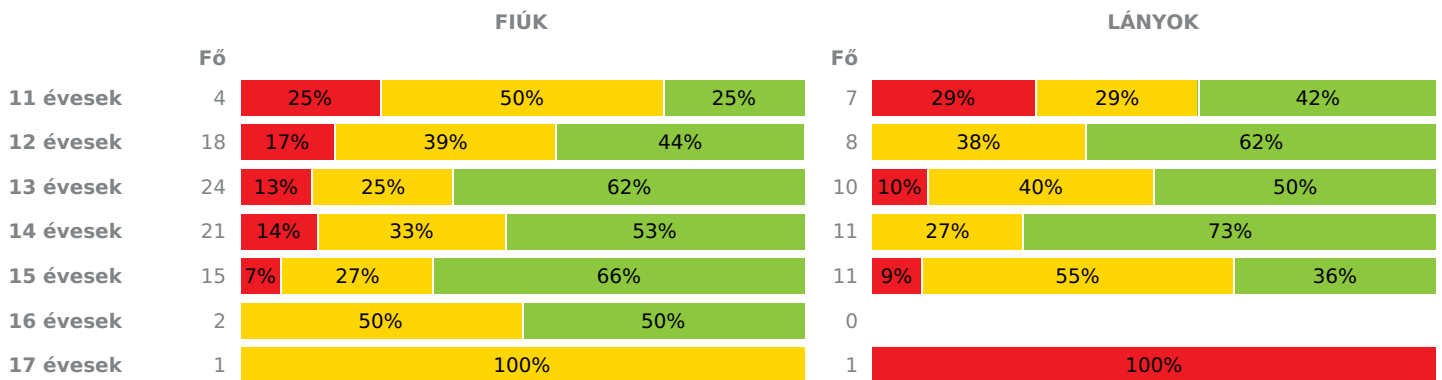

Törzsemelés teszt (cm)



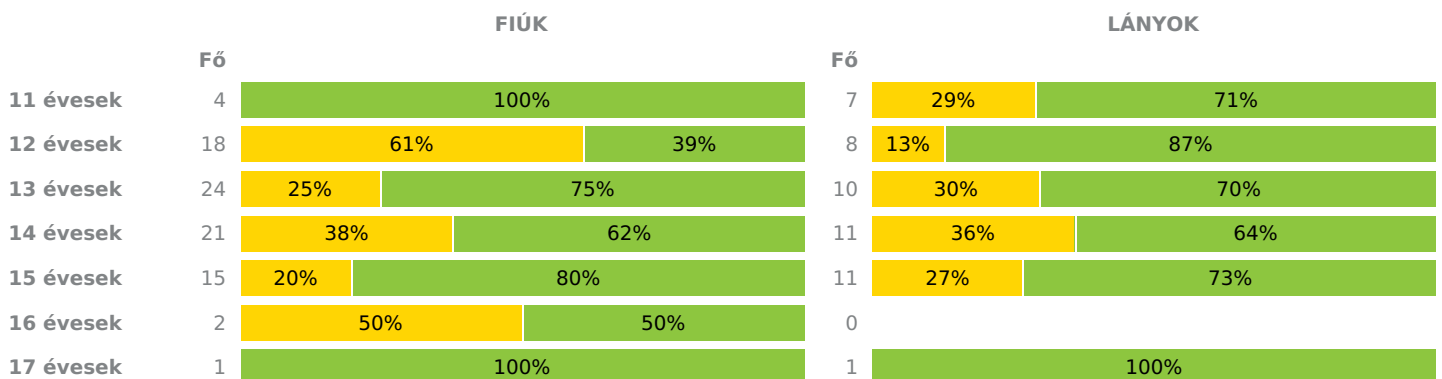
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)



Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
11 évesek	4	25% / 75%	7	86% / 14%
12 évesek	18	39% / 61%	8	50% / 50%
13 évesek	24	38% / 62%	10	30% / 70%
14 évesek	21	43% / 57%	11	27% / 73%
15 évesek	15	47% / 53%	11	36% / 64%
16 évesek	2	50% / 50%	0	
17 évesek	1	100%	1	100%

Magyar Diáksport Szövetség - 2022



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Emődi II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola

Létszám: **134 / 85 fiú, 49 lány**
Tanév: **2021/2022**

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
Nyomtatás dátuma: 2023.10.24 08:05:47



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	13.76	25.83	17.97	4.68	16.29	22.64	20.10	2.08	1 fő - 9%	3 fő - 27%	7 fő - 64%
12 évesek	14.32	36.93	21.98	5.34	16.88	21.60	19.12	1.61	3 fő - 12%	6 fő - 23%	17 fő - 65%
13 évesek	16.62	32.18	21.91	3.74	15.56	25.03	20.48	2.87	2 fő - 6%	11 fő - 32%	21 fő - 62%
14 évesek	16.18	31.16	23.50	4.59	14.21	35.52	24.00	5.51	5 fő - 15%	15 fő - 47%	12 fő - 38%
15 évesek	16.32	36.08	22.76	6.34	14.80	32.75	23.56	5.74	6 fő - 22%	4 fő - 15%	17 fő - 63%
16 évesek	17.94	20.92	19.43	1.49	0	0	0	0			2 fő - 100%
17 évesek	20.35	20.35	20.35	0.00	19.82	19.82	19.82	0.00			2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	10.40	34.30	19.83	8.92	15.20	29.10	22.27	4.74		3 fő - 27%	8 fő - 73%
12 évesek	8.20	44.90	24.90	9.83	10.40	27.60	20.25	5.27	2 fő - 8%	10 fő - 38%	14 fő - 54%
13 évesek	7.70	38.10	22.17	8.81	8.90	30.70	20.31	6.97	1 fő - 3%	12 fő - 35%	21 fő - 62%
14 évesek	5.00	40.50	21.51	11.12	10.00	44.40	28.74	9.80	7 fő - 22%	9 fő - 28%	16 fő - 50%
15 évesek	5.00	35.03	18.18	10.92	13.00	43.60	26.90	10.24	3 fő - 11%	9 fő - 35%	14 fő - 54%
16 évesek	5.50	9.40	7.45	1.95	0	0	0	0			2 fő - 100%
17 évesek	14.00	14.00	14.00	0.00	23.20	23.20	23.20	0.00			2 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

AEROB FITTSÁGI (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	39.04	52.99	48.64	5.59	36.32	41.68	39.47	2.02	2 fő - 18%	3 fő - 27%	6 fő - 55%
12 évesek	33.69	46.79	39.01	3.85	36.23	46.66	40.50	3.93	11 fő - 42%	6 fő - 23%	9 fő - 35%
13 évesek	34.80	52.42	40.98	4.96	33.98	43.88	37.13	3.08	14 fő - 41%	9 fő - 26%	11 fő - 32%
14 évesek	33.91	55.28	41.33	5.90	33.56	45.23	37.15	3.14	14 fő - 44%	9 fő - 28%	9 fő - 28%
15 évesek	36.02	57.50	42.90	6.77	32.62	49.43	36.99	4.65	13 fő - 50%	4 fő - 15%	9 fő - 35%
16 évesek	39.74	48.63	44.19	4.45	0	0	0	0	1 fő - 50%		1 fő - 50%
17 évesek	43.00	43.00	43.00	0.00	29.79	29.79	29.79	0.00	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	70.00	80.00	77.50	4.33	18.00	70.00	46.14	18.70		11 fő - 100%
12 évesek	20.00	80.00	50.22	22.82	16.00	80.00	50.75	23.12		26 fő - 100%
13 évesek	25.00	81.00	59.46	22.15	21.00	80.00	47.70	23.98		34 fő - 100%
14 évesek	21.00	80.00	66.48	18.76	18.00	80.00	59.18	24.51		32 fő - 100%
15 évesek	29.00	80.00	71.20	18.15	23.00	80.00	63.18	21.43		26 fő - 100%
16 évesek	22.00	50.00	36.00	14.00	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	34.00	34.00	34.00	0.00	6.00	6.00	6.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	16.00	19.00	17.25	1.30	18.00	30.00	22.00	3.89	9 fő - 82%	2 fő - 18%
12 évesek	13.00	30.00	21.28	4.05	18.00	30.00	22.50	3.97	17 fő - 65%	9 fő - 35%
13 évesek	12.00	30.00	24.17	5.15	18.00	30.00	23.75	3.61	13 fő - 38%	21 fő - 62%
14 évesek	12.00	30.00	24.62	5.60	14.00	30.00	23.91	5.79	11 fő - 34%	21 fő - 66%
15 évesek	19.00	30.00	27.20	3.15	15.00	30.00	23.27	4.75	5 fő - 19%	21 fő - 81%
16 évesek	23.00	30.00	26.50	3.50	0	0	0	0		2 fő - 100%
17 évesek	24.00	24.00	24.00	0.00	12.00	12.00	12.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	6.00	37.00	17.25	12.50	5.00	20.00	8.86	4.82	4 fő - 36%	7 fő - 64%
12 évesek	4.00	34.00	14.22	9.16	5.00	20.00	13.38	5.31	9 fő - 35%	17 fő - 65%
13 évesek	5.00	32.00	14.67	6.24	1.00	15.00	6.60	5.18	13 fő - 38%	21 fő - 62%
14 évesek	2.00	21.00	8.71	4.91	2.00	11.00	5.09	3.42	25 fő - 78%	7 fő - 22%
15 évesek	2.00	23.00	10.40	6.33	1.00	20.00	6.00	5.72	18 fő - 69%	8 fő - 31%
16 évesek	6.00	27.00	16.50	10.50	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	10.00	10.00	10.00	0.00	4.00	4.00	4.00	0.00	2 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	13.50	21.20	16.53	3.01	13.70	25.70	19.30	3.88	3 fő - 27%	4 fő - 36%	4 fő - 36%
12 évesek	14.70	34.10	23.28	5.65	18.50	28.60	22.19	3.32	3 fő - 12%	10 fő - 38%	13 fő - 50%
13 évesek	17.70	54.70	27.33	7.45	15.80	34.00	24.88	5.07	4 fő - 12%	10 fő - 29%	20 fő - 59%
14 évesek	18.00	43.90	31.06	7.55	22.80	33.70	28.85	3.80	3 fő - 9%	10 fő - 31%	19 fő - 59%
15 évesek	25.20	48.60	37.25	7.06	18.00	38.20	26.57	5.18	2 fő - 8%	10 fő - 38%	14 fő - 54%
16 évesek	35.50	44.10	39.80	4.30	0	0	0	0		1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	38.40	38.40	38.40	0.00	18.20	18.20	18.20	0.00	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	FSZ	EZ
11 évesek	150.00	183.00	171.25	13.29	115.00	160.00	138.57	14.75	2 fő - 18%	9 fő - 82%
12 évesek	110.00	205.00	140.56	20.52	110.00	186.00	154.63	21.41	12 fő - 46%	14 fő - 54%
13 évesek	125.00	227.00	168.67	23.74	100.00	192.00	155.00	28.98	9 fő - 26%	25 fő - 74%
14 évesek	121.00	223.00	173.57	24.65	102.00	210.00	152.64	30.62	12 fő - 38%	20 fő - 63%
15 évesek	162.00	234.00	192.13	22.01	57.00	187.00	136.64	33.96	6 fő - 23%	20 fő - 77%
16 évesek	139.00	225.00	182.00	43.00	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	225.00	225.00	225.00	0.00	140.00	140.00	140.00	0.00		2 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	17.65	33.00	24.76	5.93	19.50	25.00	22.07	2.05	7 fő - 64%	4 fő - 36%
12 évesek	8.50	34.00	22.44	6.00	15.50	36.00	25.72	6.51	11 fő - 42%	15 fő - 58%
13 évesek	3.50	32.00	22.24	6.49	13.50	41.00	28.38	7.76	12 fő - 35%	22 fő - 65%
14 évesek	13.00	30.25	21.15	4.54	19.00	43.30	28.69	6.49	12 fő - 38%	20 fő - 63%
15 évesek	10.50	35.00	22.03	6.96	19.00	35.00	28.41	5.36	11 fő - 42%	15 fő - 58%
16 évesek	15.00	32.75	23.88	8.88	0	0	0	0	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	24.00	24.00	24.00	0.00	17.60	17.60	17.60	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%

Összesen: 0 % 0 %