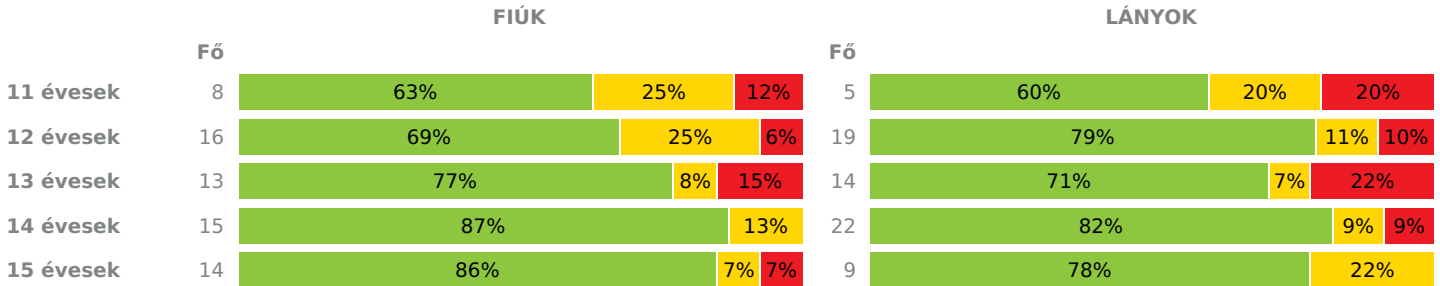
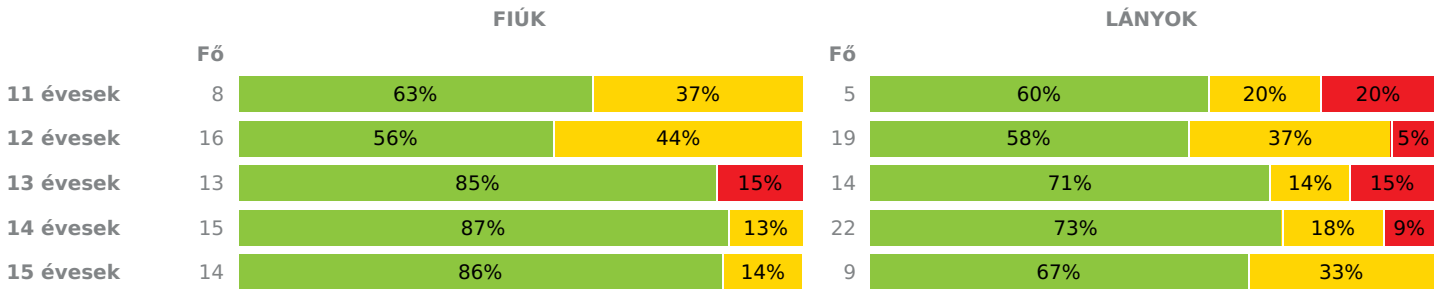
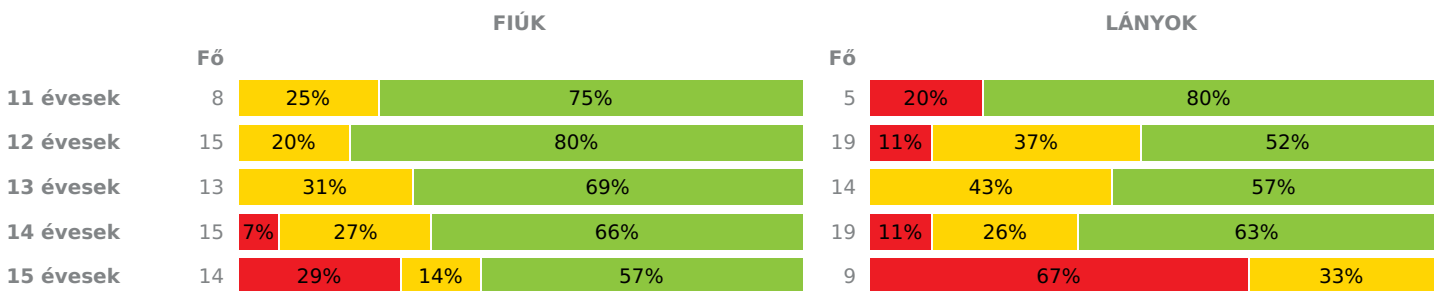
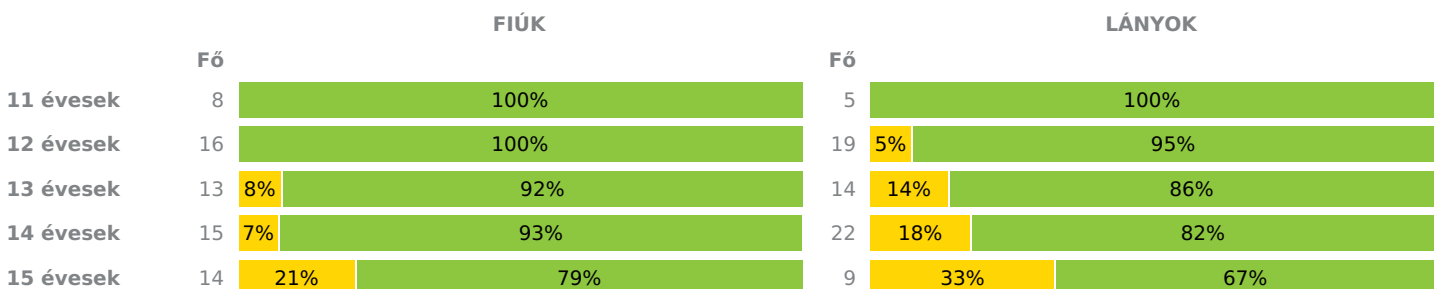
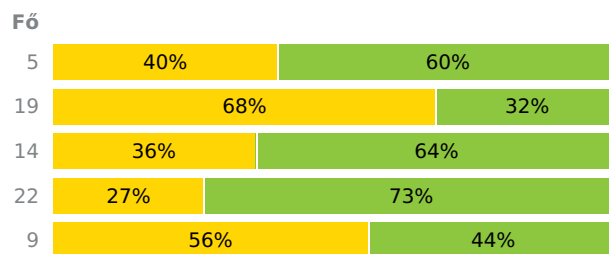
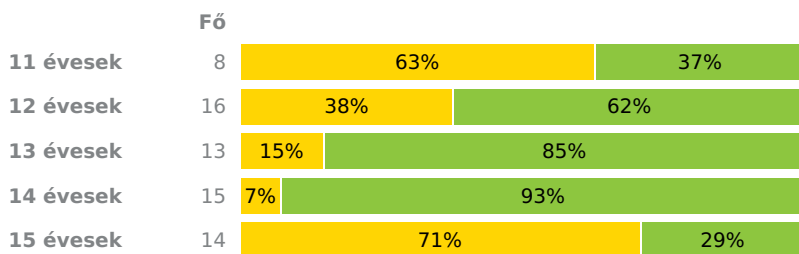


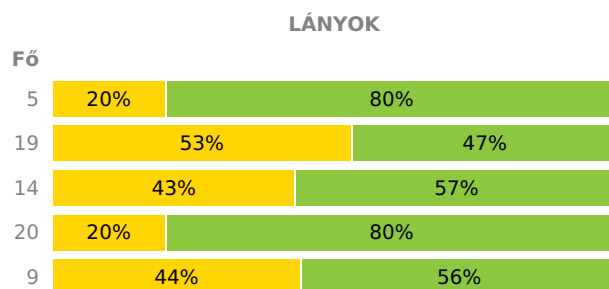
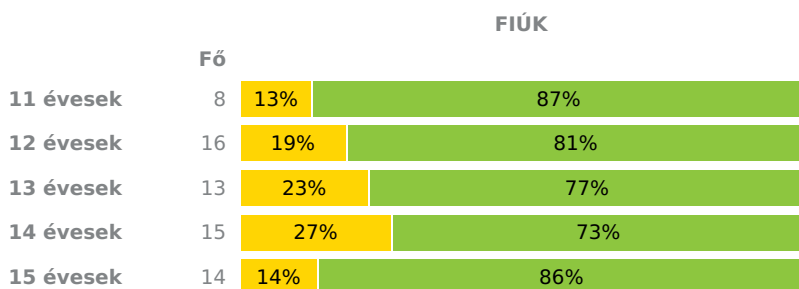

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL
Testtömegindex (BMI: kg/m²)

Testzsírszázalék (TZS %)

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

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL
Ütemezett hasizom teszt (db)

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK

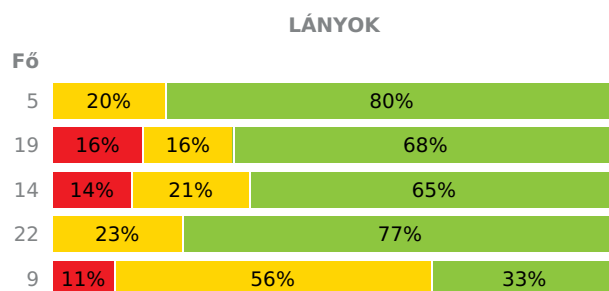
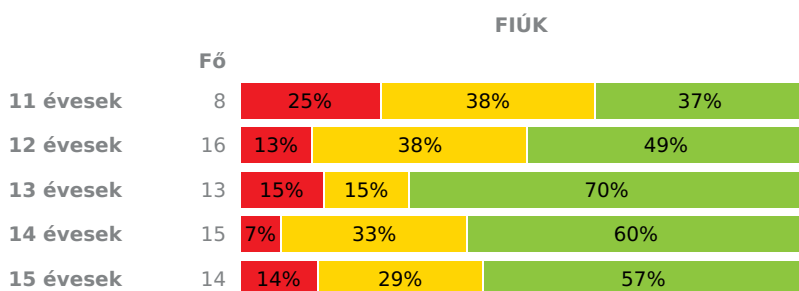
LÁNYOK



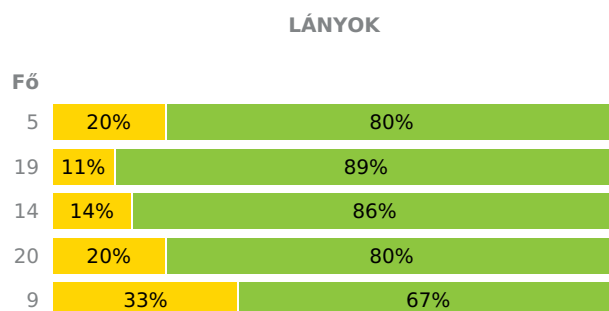
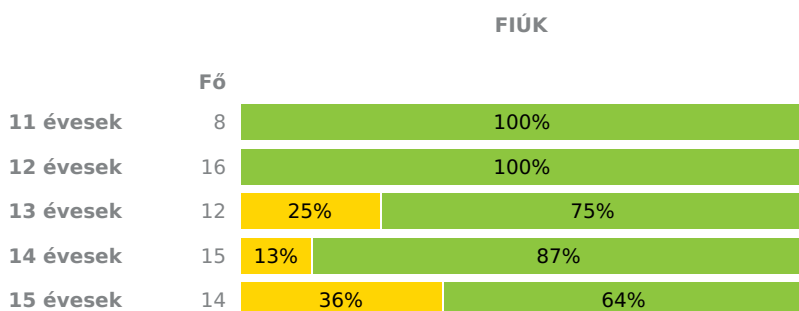
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

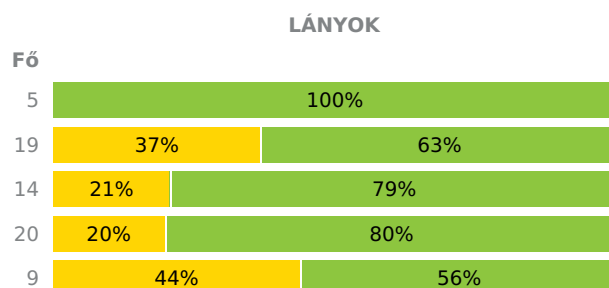
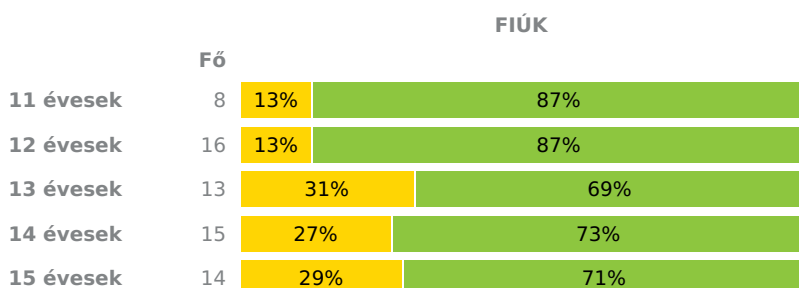


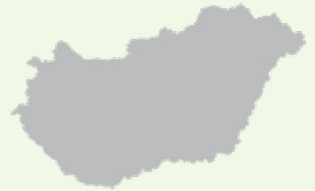
Helyből távolugrás teszt (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)





- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

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	12.84	25.91	18.03	4.47	14.64	24.98	18.81	3.97	2 fő - 15%	3 fő - 23%	8 fő - 62%
12 évesek	15.13	31.75	19.81	4.30	14.85	28.57	20.05	3.58	3 fő - 9%	6 fő - 17%	26 fő - 74%
13 évesek	15.17	33.64	19.85	5.87	13.76	36.14	20.85	6.23	5 fő - 19%	2 fő - 7%	20 fő - 74%
14 évesek	16.76	26.62	20.34	3.07	15.61	30.17	20.77	3.94	2 fő - 5%	4 fő - 11%	31 fő - 84%
15 évesek	14.38	35.39	20.93	4.93	18.73	26.89	21.48	2.41	1 fő - 4%	3 fő - 13%	19 fő - 83%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	5.90	31.60	16.45	9.66	10.20	35.20	22.78	10.45	1 fő - 7%	4 fő - 31%	8 fő - 62%
12 évesek	11.30	32.90	20.64	7.48	11.00	37.10	23.27	7.41	1 fő - 3%	14 fő - 40%	20 fő - 57%
13 évesek	5.00	38.30	14.98	10.45	5.10	42.80	21.83	10.68	4 fő - 15%	2 fő - 7%	21 fő - 78%
14 évesek	5.00	30.40	13.41	7.84	13.60	39.80	23.89	7.24	2 fő - 6%	6 fő - 16%	29 fő - 78%
15 évesek	5.00	32.40	13.35	8.09	20.00	36.60	26.78	5.86		5 fő - 22%	18 fő - 78%
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	38.62	48.13	43.53	3.34	36.94	47.53	41.96	3.70	1 fő - 8%	2 fő - 15%	10 fő - 77%
12 évesek	37.87	52.91	44.11	4.13	35.97	45.98	40.75	2.66	2 fő - 6%	10 fő - 29%	22 fő - 65%
13 évesek	38.33	60.14	47.66	7.60	38.23	48.99	41.64	3.09		10 fő - 37%	17 fő - 63%
14 évesek	35.96	58.09	44.89	5.25	35.34	49.64	40.69	3.74	3 fő - 9%	9 fő - 26%	22 fő - 65%
15 évesek	35.74	60.68	42.88	13.80	33.54	38.04	35.69	1.64	10 fő - 43%	5 fő - 22%	8 fő - 35%
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	31.00	80.00	60.25	19.43	14.00	51.00	34.40	16.35		13 fő - 100%
12 évesek	18.00	80.00	50.13	24.80	10.00	80.00	42.47	25.83	1 fő - 3%	34 fő - 97%
13 évesek	12.00	80.00	59.85	24.39	10.00	80.00	32.29	17.37	3 fő - 11%	24 fő - 89%
14 évesek	20.00	80.00	59.13	19.35	10.00	80.00	47.95	26.65	5 fő - 14%	32 fő - 86%
15 évesek	11.00	80.00	52.43	26.62	11.00	80.00	42.56	26.55	6 fő - 26%	17 fő - 74%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13.00	26.50	20.33	4.36	19.50	27.50	23.10	2.60	7 fő - 54%	6 fő - 46%
12 évesek	21.00	30.00	24.85	2.68	14.60	30.00	22.05	3.80	19 fő - 54%	16 fő - 46%
13 évesek	20.00	30.00	26.22	2.94	18.30	30.00	25.28	4.11	7 fő - 26%	20 fő - 74%
14 évesek	21.60	30.00	26.93	2.54	17.00	30.00	25.50	4.00	7 fő - 19%	30 fő - 81%
15 évesek	16.00	29.00	20.31	4.24	15.60	30.00	23.30	4.92	15 fő - 65%	8 fő - 35%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	6.00	22.00	12.88	5.33	1.00	16.00	10.20	5.04	2 fő - 15%	11 fő - 85%
12 évesek	3.00	24.00	12.75	5.36	1.00	16.00	7.42	4.39	13 fő - 37%	22 fő - 63%
13 évesek	5.00	30.00	16.00	6.48	2.00	13.00	7.21	3.65	9 fő - 33%	18 fő - 67%
14 évesek	4.00	34.00	17.93	8.36	4.00	20.00	10.90	4.41	8 fő - 23%	27 fő - 77%
15 évesek	5.00	50.00	24.29	10.46	3.00	25.00	10.11	6.40	6 fő - 26%	17 fő - 74%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	10.20	28.40	18.41	5.57	15.40	24.20	18.92	3.05	2 fő - 15%	4 fő - 31%	7 fő - 54%
12 évesek	16.60	35.70	22.83	5.19	15.20	27.90	21.41	3.26	5 fő - 14%	9 fő - 26%	21 fő - 60%
13 évesek	17.50	35.00	26.81	5.66	15.30	33.50	24.66	4.58	4 fő - 15%	5 fő - 19%	18 fő - 67%
14 évesek	20.60	41.10	31.54	5.02	21.90	39.30	28.70	4.80	1 fő - 3%	10 fő - 27%	26 fő - 70%
15 évesek	25.60	47.30	34.88	6.39	18.80	33.40	25.42	4.28	3 fő - 13%	9 fő - 39%	11 fő - 48%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	143.00	163.00	151.63	6.36	97.00	180.00	148.00	30.11	1 fő - 8%	12 fő - 92%
12 évesek	140.00	180.00	160.44	12.49	120.00	195.00	146.21	16.96	2 fő - 6%	33 fő - 94%
13 évesek	151.00	204.00	177.92	16.48	110.00	199.00	160.57	25.68	5 fő - 19%	21 fő - 81%
14 évesek	135.00	260.00	196.67	28.43	110.00	216.00	158.20	28.49	6 fő - 17%	29 fő - 83%
15 évesek	145.00	233.00	194.14	26.75	112.00	193.00	150.00	24.25	8 fő - 35%	15 fő - 65%
Összesen:									0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	19.00	33.50	25.75	4.78	26.90	36.50	31.23	3.39	1 fő - 8%	12 fő - 92%
12 évesek	11.75	32.50	25.37	5.15	14.00	44.50	27.64	6.17	9 fő - 26%	26 fő - 74%
13 évesek	13.00	38.00	24.38	6.98	17.00	37.00	29.98	6.43	7 fő - 26%	20 fő - 74%
14 évesek	8.50	32.50	23.77	6.41	21.00	40.50	31.14	5.32	8 fő - 23%	27 fő - 77%
15 évesek	6.50	39.00	22.88	9.40	6.00	36.90	25.66	8.35	8 fő - 35%	15 fő - 65%
Összesen:									0 %	0 %

