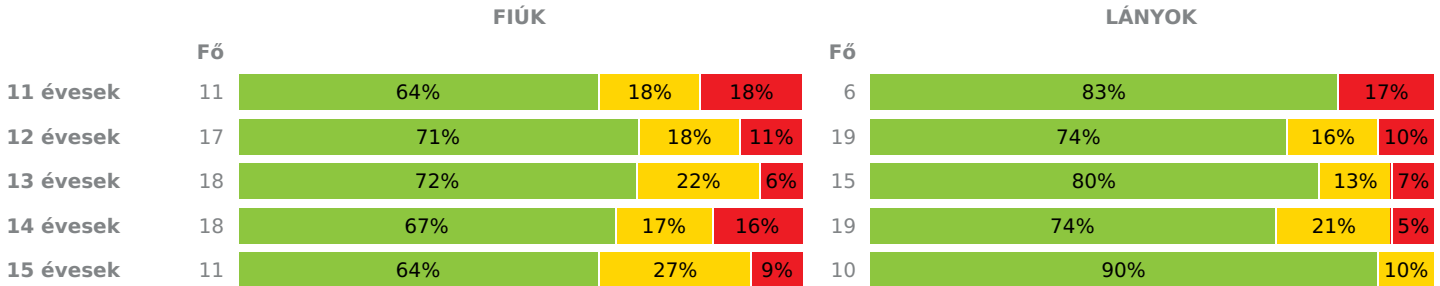




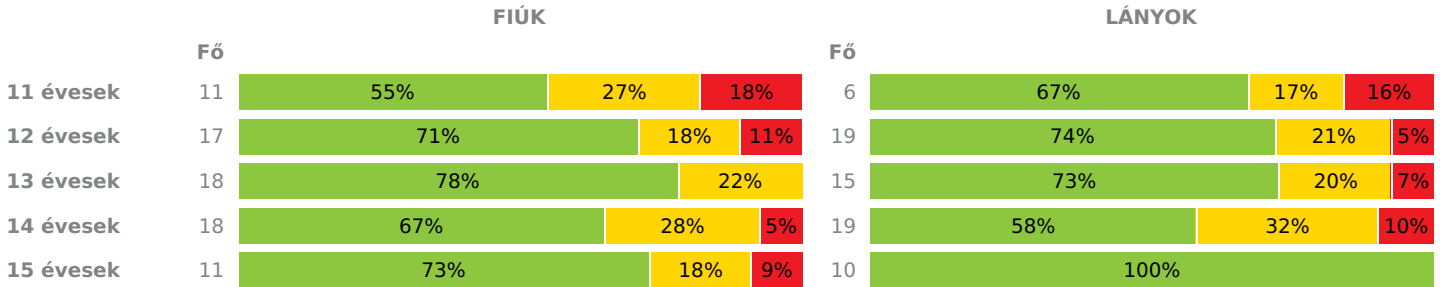
INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

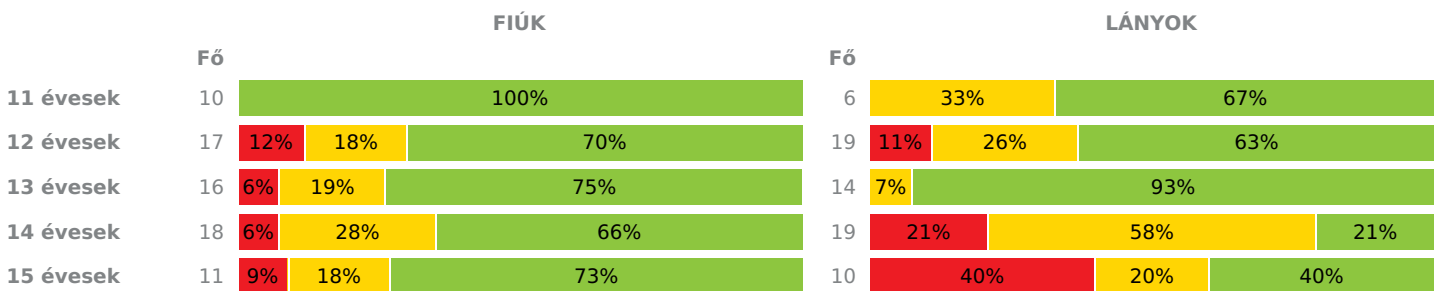


Testzsírszázalék (TZS %)



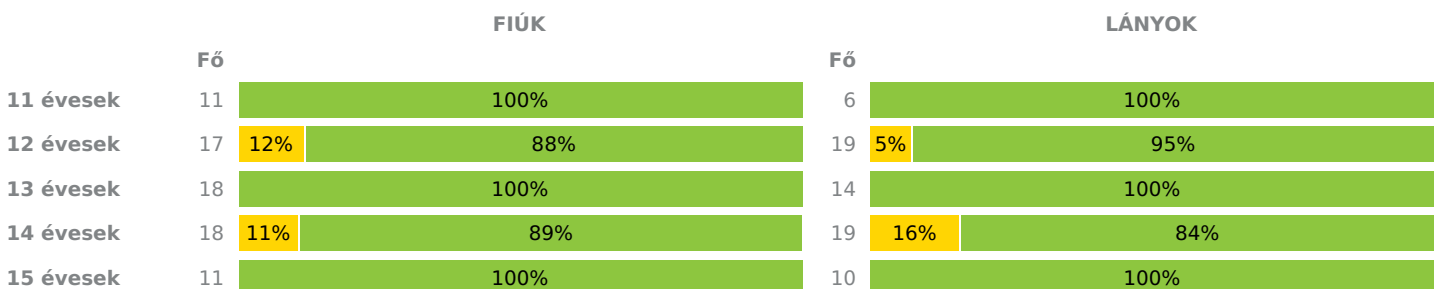
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás teszt (VO_{2max}: ml/kg/min)



VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

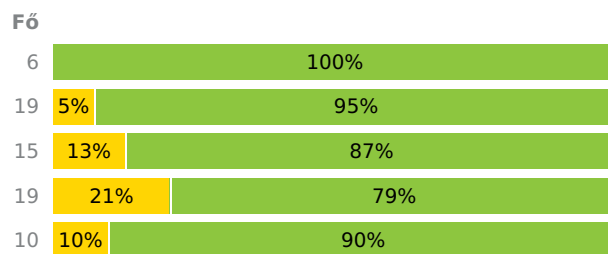
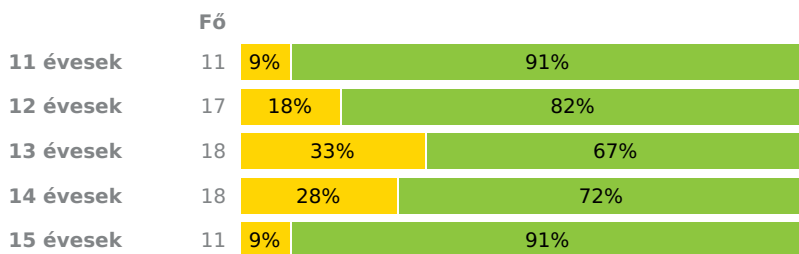
Ütemezett hasizom teszt (db)



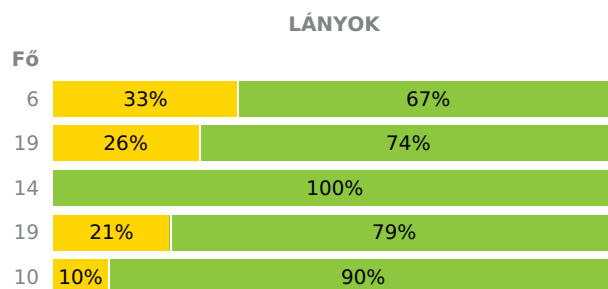
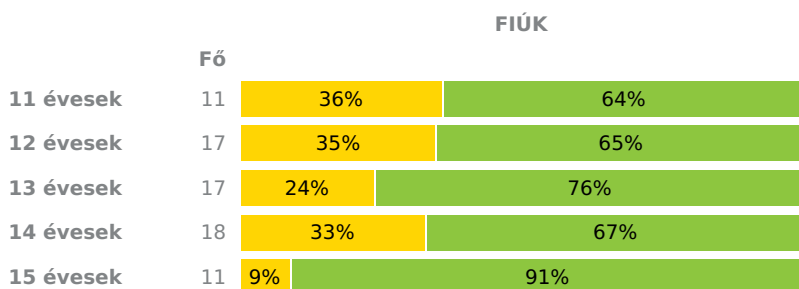
Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK

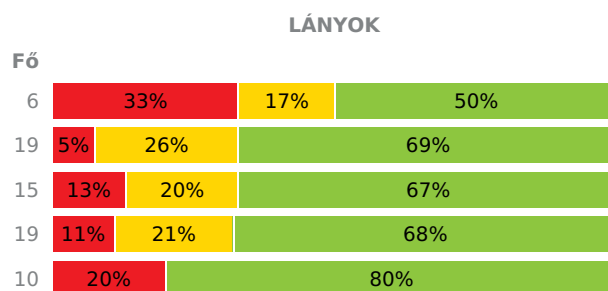
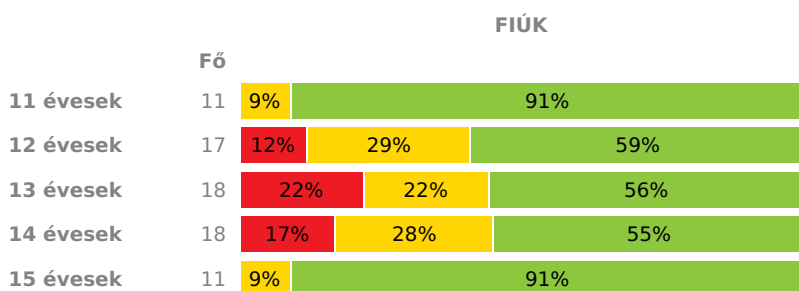
LÁNYOK



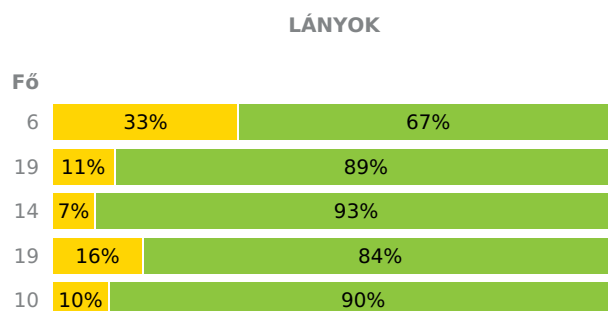
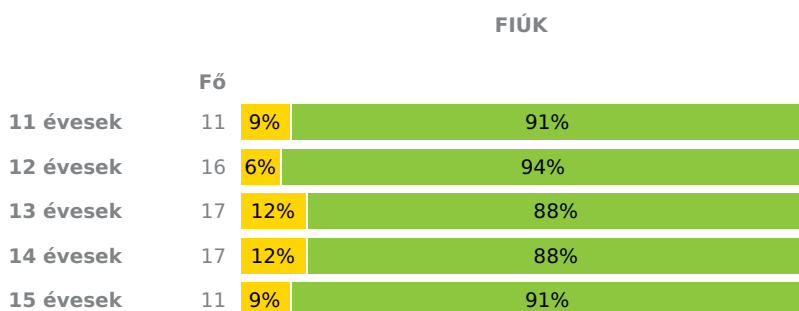
Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



Kézi szorítóerő mérése (kg)

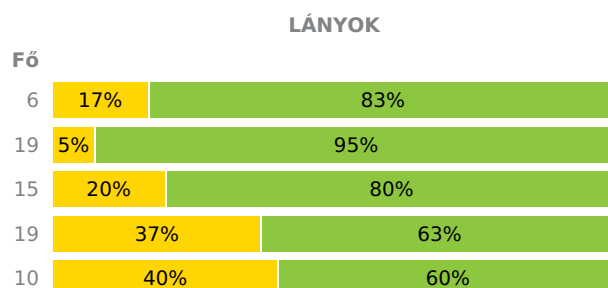
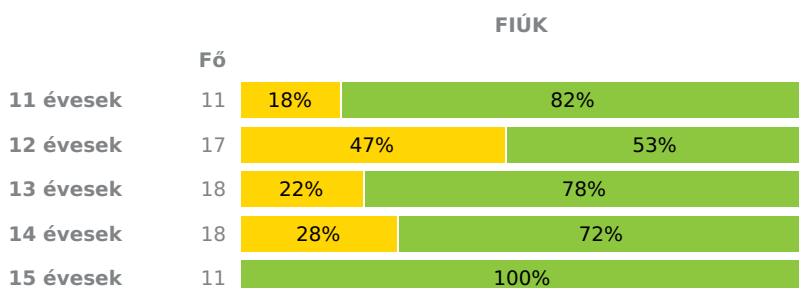


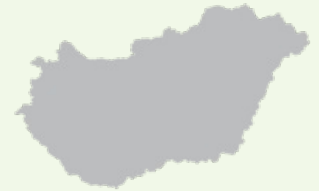
Helyből távolugrás teszt (cm)



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	16.16	30.55	20.72	4.52	13.48	26.05	19.54	3.80	3 fő - 17%	2 fő - 12%	12 fő - 71%
12 évesek	13.51	34.64	20.06	5.43	15.52	31.00	20.43	3.81	4 fő - 11%	6 fő - 17%	26 fő - 72%
13 évesek	14.04	28.32	18.97	4.24	14.24	27.88	19.27	3.65	2 fő - 6%	6 fő - 18%	25 fő - 76%
14 évesek	14.95	31.55	21.43	4.90	15.82	31.55	21.88	3.64	4 fő - 11%	7 fő - 19%	26 fő - 70%
15 évesek	15.41	34.47	21.74	5.02	16.17	24.80	19.58	2.40	1 fő - 5%	4 fő - 19%	16 fő - 76%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	7.50	37.00	22.38	9.12	5.50	36.80	23.08	9.37	3 fő - 17%	4 fő - 24%	10 fő - 59%
12 évesek	5.00	41.50	20.26	9.81	8.80	35.60	21.18	7.45	3 fő - 9%	7 fő - 19%	26 fő - 72%
13 évesek	5.40	32.30	14.93	8.32	9.70	36.00	20.45	7.94	1 fő - 3%	7 fő - 21%	25 fő - 76%
14 évesek	5.20	40.00	17.33	9.72	15.30	38.20	27.05	6.55	3 fő - 8%	11 fő - 30%	23 fő - 62%
15 évesek	5.00	41.00	14.05	10.88	5.00	26.00	18.16	6.62	1 fő - 4%	2 fő - 10%	18 fő - 86%
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	40.28	55.35	45.80	5.11	37.65	49.79	43.68	4.12		2 fő - 13%	14 fő - 88%
12 évesek	34.46	62.89	46.79	8.55	35.54	55.07	43.53	5.71	4 fő - 11%	8 fő - 22%	24 fő - 67%
13 évesek	37.42	52.89	46.48	5.85	37.52	97.91	46.49	14.61	1 fő - 3%	4 fő - 13%	25 fő - 83%
14 évesek	38.24	51.65	43.84	3.73	34.56	44.45	38.90	2.26	5 fő - 14%	16 fő - 43%	16 fő - 43%
15 évesek	39.33	55.39	45.93	4.92	34.77	47.47	39.71	4.72	5 fő - 24%	4 fő - 19%	12 fő - 57%
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	14.00	80.00	43.91	21.42	24.00	51.00	37.83	11.13		17 fő - 100%
12 évesek	10.00	80.00	45.88	24.51	17.00	80.00	49.37	23.28	3 fő - 8%	33 fő - 92%
13 évesek	31.00	80.00	66.22	19.02	30.00	80.00	65.36	18.43		32 fő - 100%
14 évesek	12.00	80.00	57.78	26.79	12.00	80.00	39.89	23.57	5 fő - 14%	32 fő - 86%
15 évesek	30.00	80.00	54.00	17.80	24.00	80.00	42.00	18.91		21 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	20.00	30.00	26.68	3.36	24.00	30.00	27.17	2.61	1 fő - 6%	16 fő - 94%
12 évesek	18.00	30.00	26.69	3.91	22.00	30.00	27.39	3.05	4 fő - 11%	32 fő - 89%
13 évesek	16.50	30.00	24.23	4.51	19.40	30.00	27.60	3.37	8 fő - 24%	25 fő - 76%
14 évesek	10.60	30.00	24.61	5.59	17.50	30.00	24.77	3.47	9 fő - 24%	28 fő - 76%
15 évesek	22.00	30.00	26.77	3.04	16.60	30.00	28.06	3.90	2 fő - 10%	19 fő - 90%
Összesen:									0 %	0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	2.00	22.00	9.64	5.21	1.00	20.00	9.83	6.47	6 fő - 35%	11 fő - 65%
12 évesek	4.00	26.00	12.35	6.09	1.00	20.00	11.53	5.62	11 fő - 31%	25 fő - 69%
13 évesek	1.00	30.00	14.24	8.38	9.00	25.00	15.14	5.26	4 fő - 13%	27 fő - 87%
14 évesek	5.00	26.00	16.06	6.52	1.00	20.00	9.79	4.67	10 fő - 27%	27 fő - 73%
15 évesek	14.00	25.00	20.55	3.80	6.00	20.00	10.70	4.20	2 fő - 10%	19 fő - 90%
Összesen:									0 %	0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	18.90	31.50	23.19	3.58	13.10	27.50	19.43	5.27	2 fő - 12%	2 fő - 12%	13 fő - 76%
12 évesek	13.10	37.00	23.04	6.00	15.60	36.80	24.16	5.06	3 fő - 8%	10 fő - 28%	23 fő - 64%
13 évesek	15.20	40.80	26.97	7.34	15.80	34.00	24.19	4.73	6 fő - 18%	7 fő - 21%	20 fő - 61%
14 évesek	15.60	51.60	32.22	8.32	19.80	33.70	26.40	3.79	5 fő - 14%	9 fő - 24%	23 fő - 62%
15 évesek	31.70	52.80	40.74	6.76	18.50	36.00	29.03	5.32	2 fő - 10%	1 fő - 5%	18 fő - 86%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	110.00	195.00	160.09	23.38	115.00	183.00	144.83	22.64	3 fő - 18%	14 fő - 82%
12 évesek	135.00	190.00	162.44	17.88	125.00	201.00	160.16	23.47	3 fő - 9%	32 fő - 91%
13 évesek	140.00	225.00	176.53	19.15	130.00	220.00	166.14	23.33	3 fő - 10%	28 fő - 90%
14 évesek	140.00	230.00	188.29	24.14	118.00	180.00	147.47	17.02	5 fő - 14%	31 fő - 86%
15 évesek	178.00	245.00	208.45	20.39	120.00	218.00	160.30	25.47	2 fő - 10%	19 fő - 90%
Összesen:									0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	15.00	32.50	24.36	4.31	19.50	40.00	30.88	6.62	3 fő - 18%	14 fő - 82%
12 évesek	7.50	33.50	20.82	6.68	21.50	41.50	31.89	4.92	9 fő - 25%	27 fő - 75%
13 évesek	12.00	35.00	23.22	5.96	22.50	46.75	31.35	6.76	7 fő - 21%	26 fő - 79%
14 évesek	5.00	36.00	24.44	8.35	14.50	44.00	27.51	7.54	12 fő - 32%	25 fő - 68%
15 évesek	21.00	40.00	33.05	4.92	14.50	40.00	29.25	7.82	4 fő - 19%	17 fő - 81%
Összesen:									0 %	0 %

