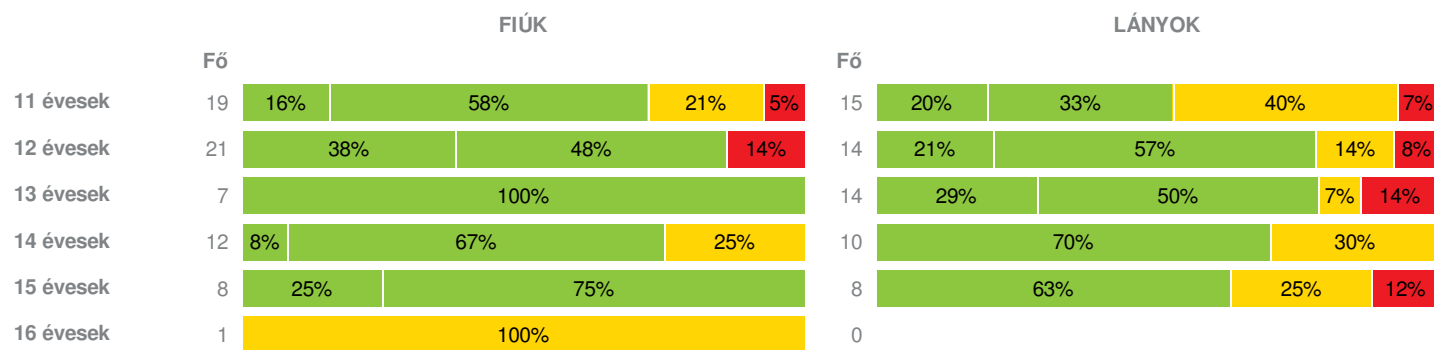
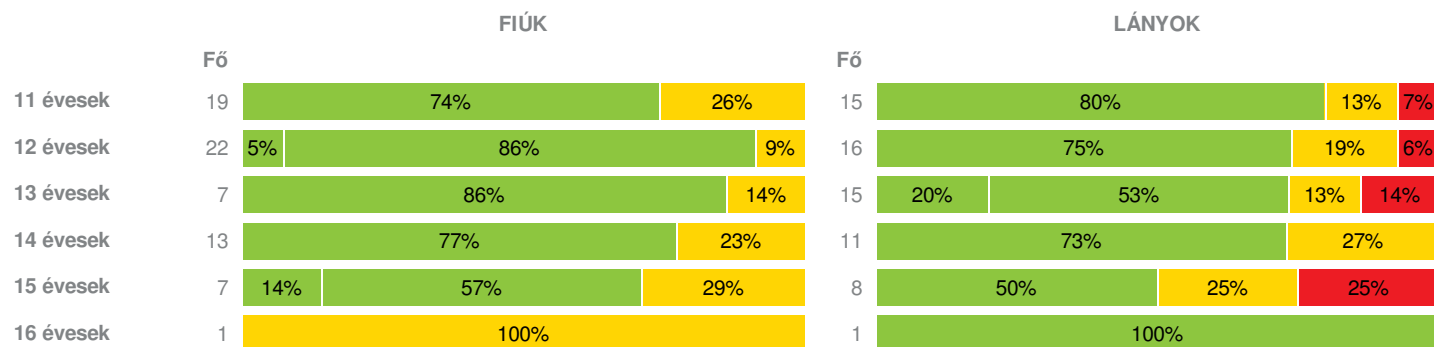
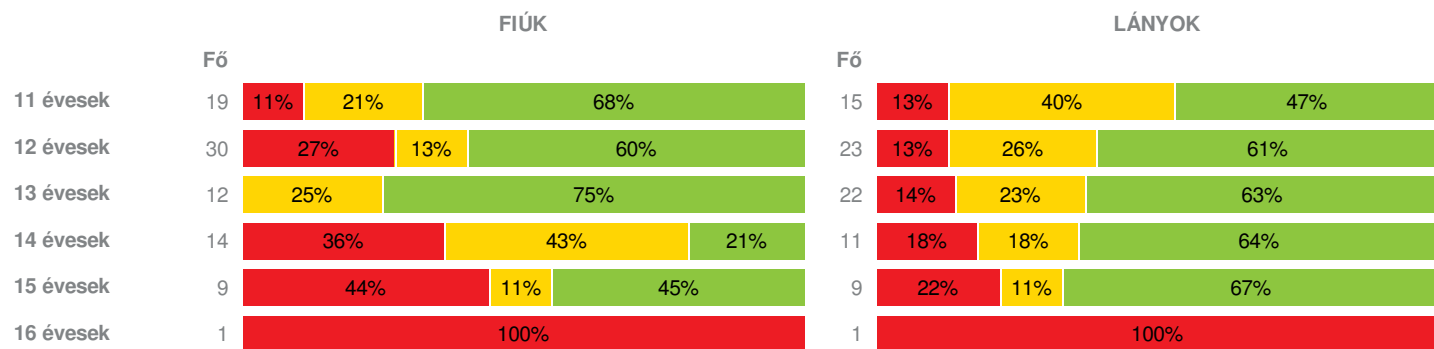


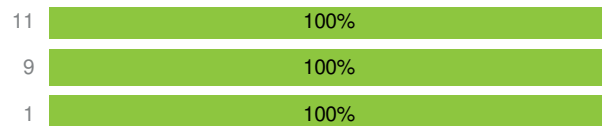
Létszám: 276 / 144 fiú, 132 lány

Tanév: 2018/2019

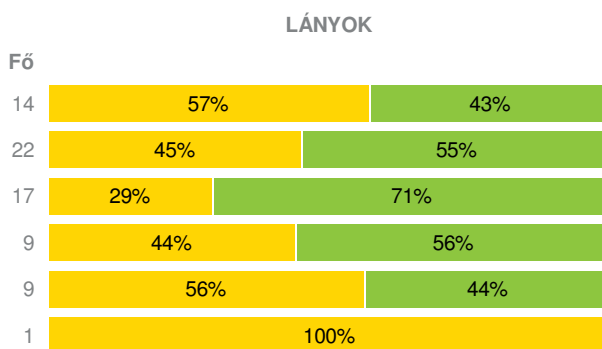
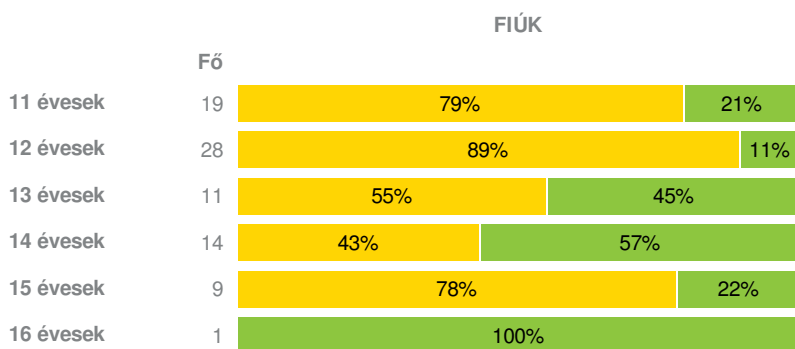
Adatfeltöltöttségi állapot: 50,76 %

Nyomtatás dátuma: 2019.09.13 11:32:50

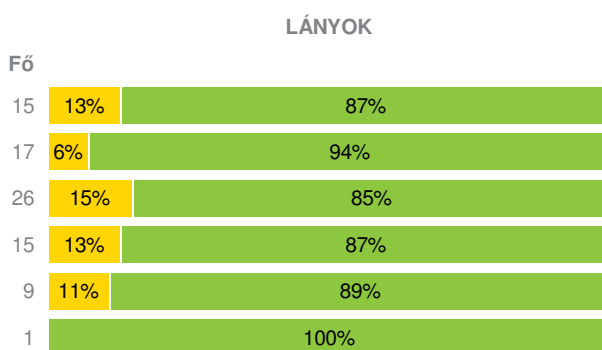
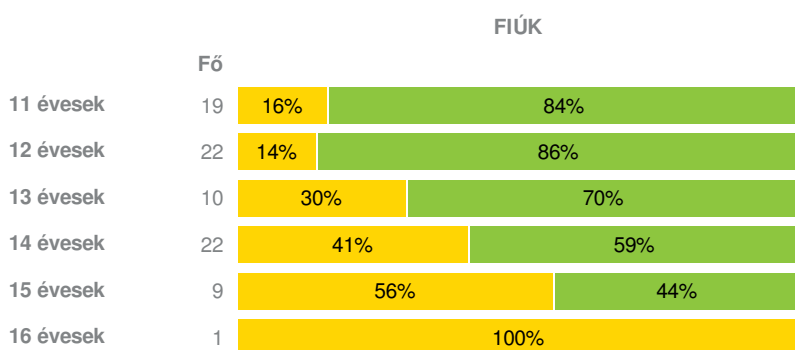

**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

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

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

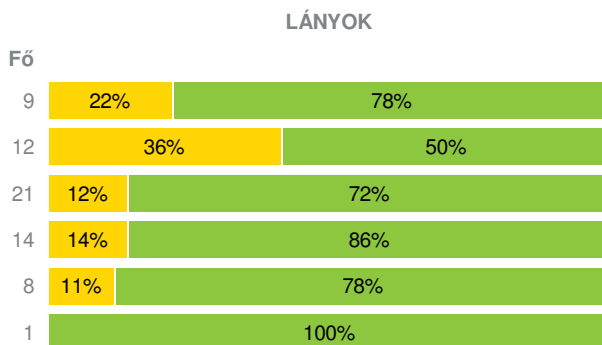
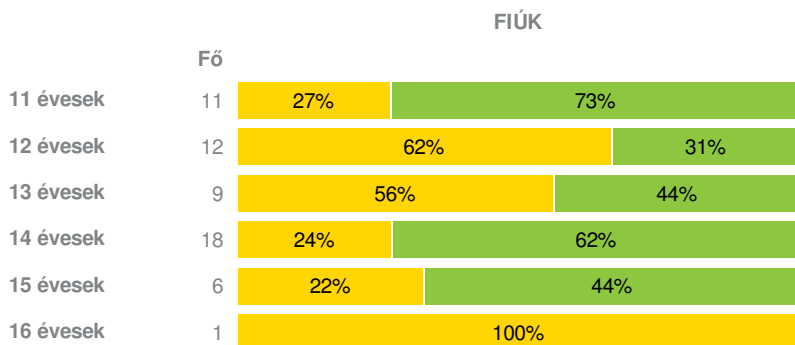
### Törzsemelés (cm)



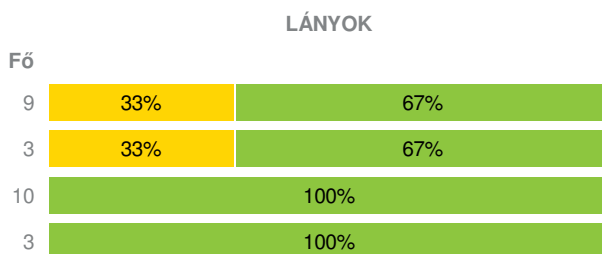
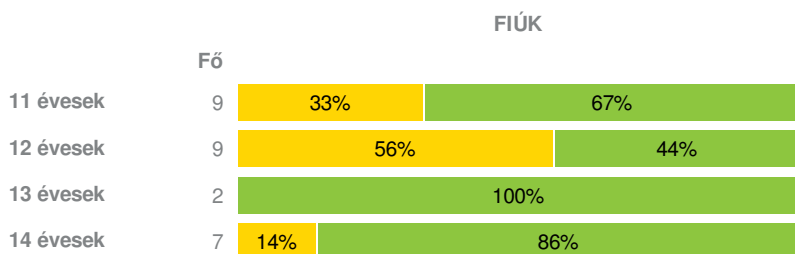
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)

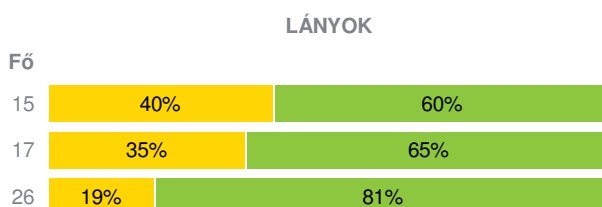
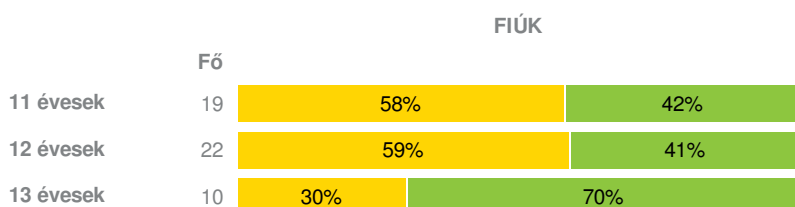


### Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)



14 évesek	22	36%	64%	15	13%	87%
15 évesek	9	44%	56%	8	63%	37%
16 évesek	1		100%	1		100%



<span style="color: red;">■</span>	Fokozott fejlesztés szükséges
<span style="color: yellow;">■</span>	Fejlesztés szükséges
<span style="color: green;">■</span>	Egészségzóna

## Dunaharaszti Kőrösi Csoma Sándor Általános Iskola

Létszám: 276 / 144 fiú, 132 lány

Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 50,76 %

Nyomtatás dátuma: 2019.09.13 11:32:50



## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	11.44	35.21	18.44	5.14	12.62	30.56	20.00	4.76	2 fő - 6%	10 fő - 29%	22 fő - 65%
12 évesek	10.84	37.69	18.16	6.31	12.92	29.18	18.98	4.02	4 fő - 11%	2 fő - 6%	29 fő - 83%
13 évesek	16.98	21.52	18.82	1.39	14.43	28.40	19.36	4.33	2 fő - 9%	1 fő - 5%	18 fő - 86%
14 évesek	15.76	27.94	20.35	3.67	18.95	27.33	21.60	2.53		6 fő - 27%	16 fő - 73%
15 évesek	15.83	21.30	18.01	1.69	17.70	31.36	23.00	4.31	1 fő - 6%	2 fő - 13%	13 fő - 81%
16 évesek	24.83	24.83	24.83	0.00						1 fő - 100%	
Összesen:									7 %	17 %	76 %

## Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	9.60	29.30	18.37	6.34	14.80	40.50	21.59	6.94	1 fő - 3%	7 fő - 21%	26 fő - 76%
12 évesek	8.10	35.20	18.47	6.36	13.60	38.30	22.73	7.51	1 fő - 3%	5 fő - 13%	32 fő - 84%
13 évesek	9.00	28.70	15.56	6.20	7.60	38.60	20.61	9.47	2 fő - 9%	3 fő - 14%	17 fő - 77%
14 évesek	10.90	31.00	20.47	6.20	18.50	34.40	25.25	5.15		6 fő - 25%	18 fő - 75%
15 évesek	5.70	28.20	16.29	7.49	21.10	40.80	30.14	6.34	2 fő - 13%	4 fő - 27%	9 fő - 60%
16 évesek	30.60	30.60	30.60	0.00	21.90	21.90	21.90	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									4 %	19 %	77 %

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	33.60	53.80	44.38	5.92	32.76	50.60	41.24	4.44	4 fő - 12%	10 fő - 29%	20 fő - 59%
12 évesek	32.11	53.38	41.81	4.80	35.19	51.06	41.40	3.88	11 fő - 21%	10 fő - 19%	32 fő - 60%
13 évesek	39.13	52.61	44.68	4.61	33.43	52.05	40.83	3.89	3 fő - 9%	8 fő - 24%	23 fő - 68%
14 évesek	34.47	56.87	40.34	5.49	32.87	46.03	40.13	3.60	7 fő - 28%	8 fő - 32%	10 fő - 40%
15 évesek	33.35	45.19	40.35	4.32	33.85	43.57	39.78	3.49	6 fő - 33%	2 fő - 11%	10 fő - 56%
16 évesek	38.07	38.07	38.07	0.00	34.89	34.89	34.89	0.00	2 fő - 100%		

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	23.00	60.00	37.47	12.65	12.00	60.00	35.20	14.20	1 fő - 3%	33 fő - 97%
12 évesek	10.00	68.00	40.38	17.49	16.00	70.00	34.61	17.38	2 fő - 4%	50 fő - 96%
13 évesek	23.00	80.00	55.42	16.09	20.00	80.00	54.00	19.88		32 fő - 100%
14 évesek	19.00	80.00	58.14	20.02	40.00	80.00	62.27	16.45	1 fő - 4%	24 fő - 96%
15 évesek	54.00	80.00	72.67	10.50	40.00	80.00	67.33	15.03		18 fő - 100%
16 évesek	60.00	60.00	60.00	0.00	80.00	80.00	80.00	0.00		2 fő - 100%
Összesen:									2 %	98 %

### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	8.00	29.00	16.16	6.14	2.00	26.00	17.93	7.54	23 fő - 70%	10 fő - 30%
12 évesek	3.00	30.00	14.75	6.07	3.00	30.00	19.64	9.28	35 fő - 70%	15 fő - 30%
13 évesek	11.00	29.00	19.73	5.99	4.00	30.00	23.47	6.13	11 fő - 39%	17 fő - 61%
14 évesek	15.00	29.00	22.79	3.91	16.00	30.00	23.11	4.07	10 fő - 43%	13 fő - 57%
15 évesek	12.00	24.00	19.33	3.40	17.00	27.00	22.44	3.30	12 fő - 67%	6 fő - 33%
16 évesek	23.00	23.00	23.00	0.00	22.00	22.00	22.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									60 %	40 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	2.00	31.00	19.11	8.05	5.00	30.00	18.40	7.68	5 fő - 15%	29 fő - 85%
12 évesek	5.00	30.00	18.23	8.56	8.00	33.00	18.88	8.01	4 fő - 10%	35 fő - 90%
13 évesek	0.00	33.00	17.70	10.45	0.00	37.00	16.38	10.10	7 fő - 19%	29 fő - 81%
14 évesek	3.00	25.00	14.77	6.54	0.00	30.00	14.13	7.60	11 fő - 30%	26 fő - 70%
15 évesek	7.00	30.00	15.78	6.56	6.00	20.00	11.78	4.21	6 fő - 33%	12 fő - 67%
16 évesek	12.00	12.00	12.00	0.00	12.00	12.00	12.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									20 %	80 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.10	31.00	22.21	4.51	17.60	31.30	22.18	4.28	5 fő - 25%	15 fő - 75%
12 évesek	13.80	30.90	21.97	4.04	14.20	32.30	23.15	5.48	13 fő - 48%	11 fő - 41%
13 évesek	21.40	33.10	27.21	3.26	14.00	37.40	25.86	5.31	8 fő - 24%	22 fő - 65%
14 évesek	18.40	40.30	30.91	6.21	20.20	50.00	29.50	7.53	7 fő - 20%	25 fő - 71%
15 évesek	22.10	41.20	31.53	6.76	20.00	41.70	31.29	6.50	3 fő - 17%	11 fő - 61%
16 évesek	30.90	30.90	30.90	0.00	36.30	36.30	36.30	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									30 %	70 %

### Helyből távolugrás (cm)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ

11 évesek	114.00	161.00	138.67	14.45	110.00	156.00	131.89	16.66	6 fő - 33%	12 fő - 67%
12 évesek	91.00	150.00	130.00	17.49	131.00	150.00	139.00	8.04	6 fő - 50%	6 fő - 50%
13 évesek	170.00	200.00	185.00	15.00	155.00	210.00	189.20	16.18		12 fő - 100%
14 évesek	156.00	220.00	191.29	22.08	155.00	215.00	181.67	24.94	1 fő - 10%	9 fő - 90%

Összesen: 25 % 75 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	1.50	43.00	21.68	11.19	5.00	40.50	27.53	8.53	17 fő - 50%	17 fő - 50%
12 évesek	4.00	35.00	19.77	8.13	7.50	47.00	29.79	11.05	19 fő - 49%	20 fő - 51%
13 évesek	9.50	48.00	27.95	12.55	8.50	52.50	34.52	11.93	8 fő - 22%	28 fő - 78%
14 évesek	0.00	43.50	25.73	12.11	11.00	48.50	31.67	9.25	10 fő - 27%	27 fő - 73%
15 évesek	1.50	41.00	20.22	12.73	13.50	42.50	26.50	8.02	9 fő - 53%	8 fő - 47%
16 évesek	36.00	36.00	36.00	0.00	17.50	17.50	17.50	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%

Összesen: 39 % 61 %