

Létszám: 50 / 28 fiú, 22 lány

Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 89,11 %

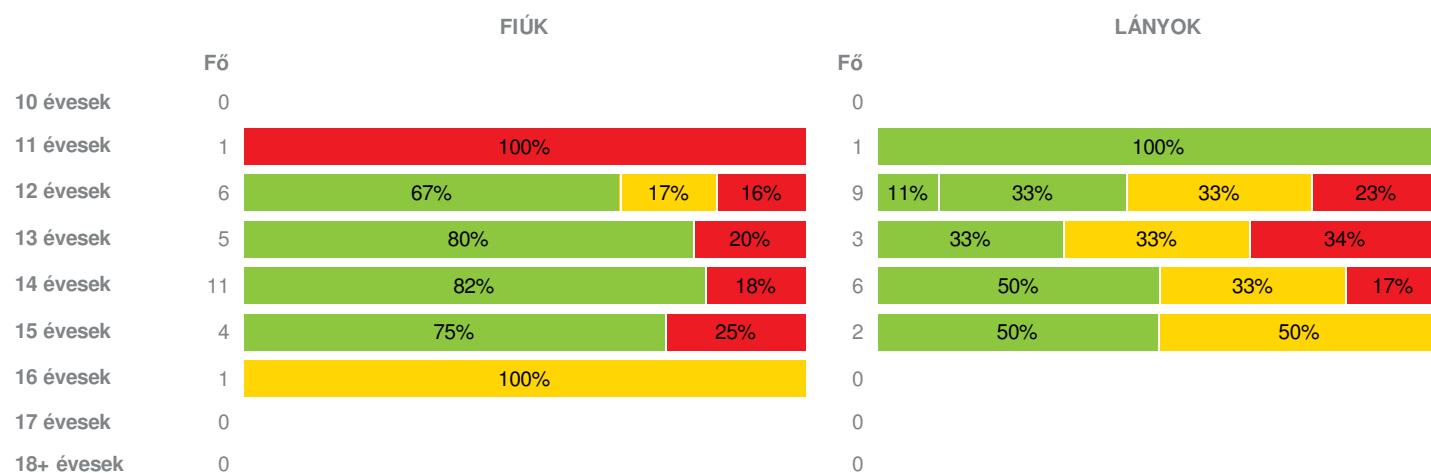
Nyomtatás dátuma: 2019.06.24 10:48:18



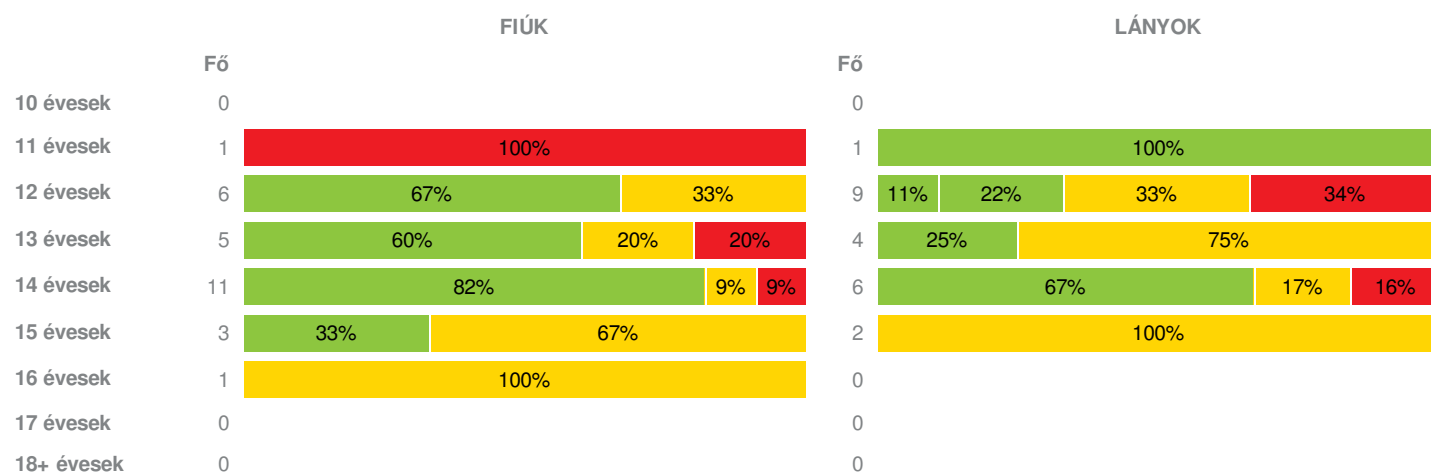
TELEPÜLÉS ZÓNAÖSSZESÍTŐ

Testösszetétel és tápláltsági profil

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

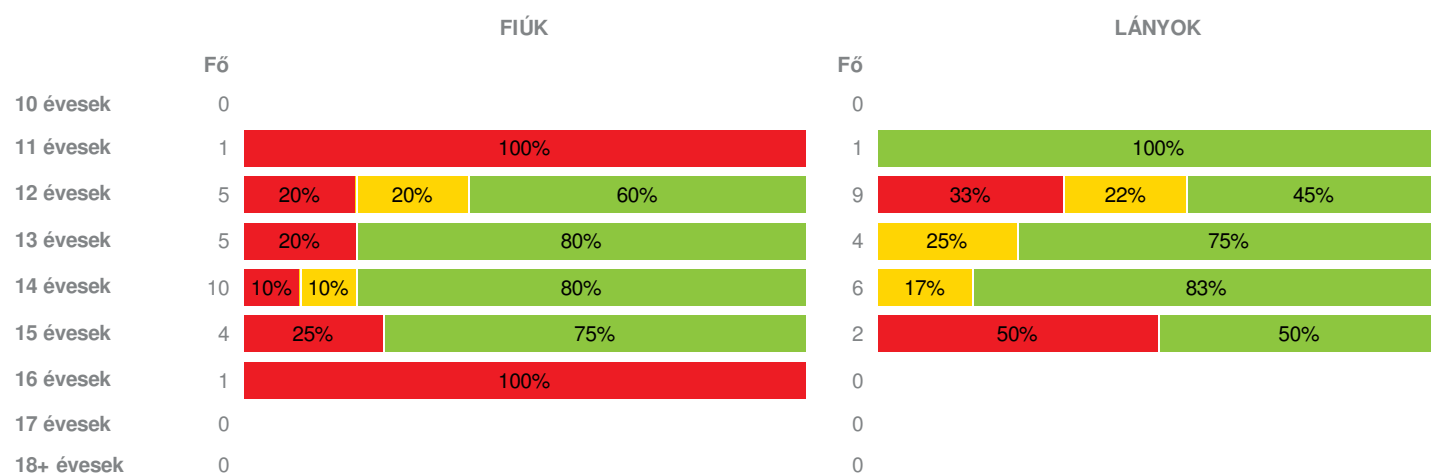


Testzsír százalék (TZS %)



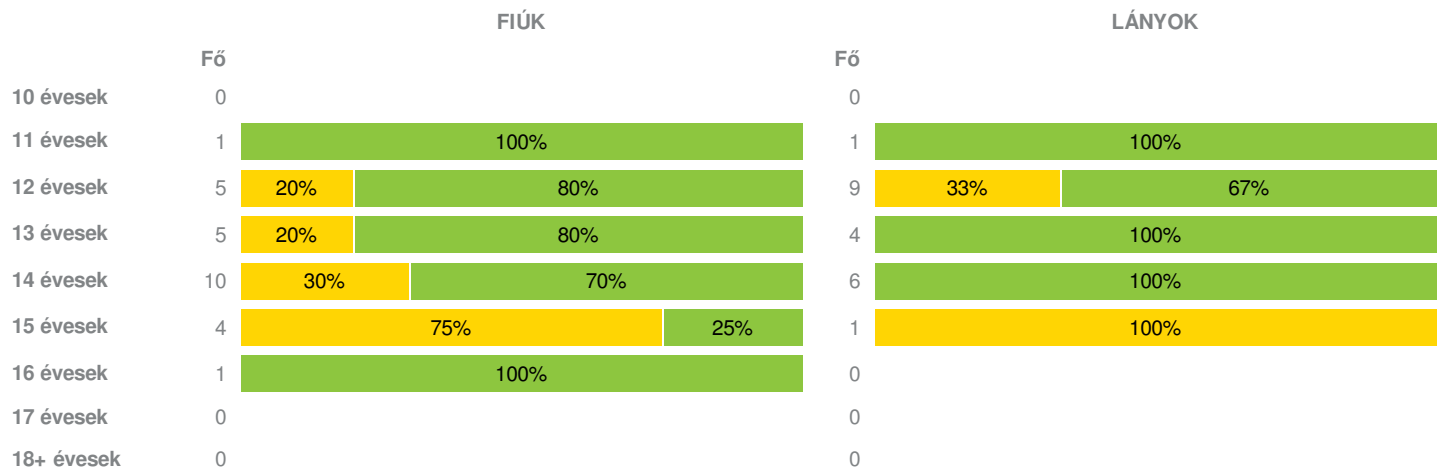
Aerob fitességi (állóképességi) profil

Állóképességi ingafutás (VO₂max: ml/kg/min)

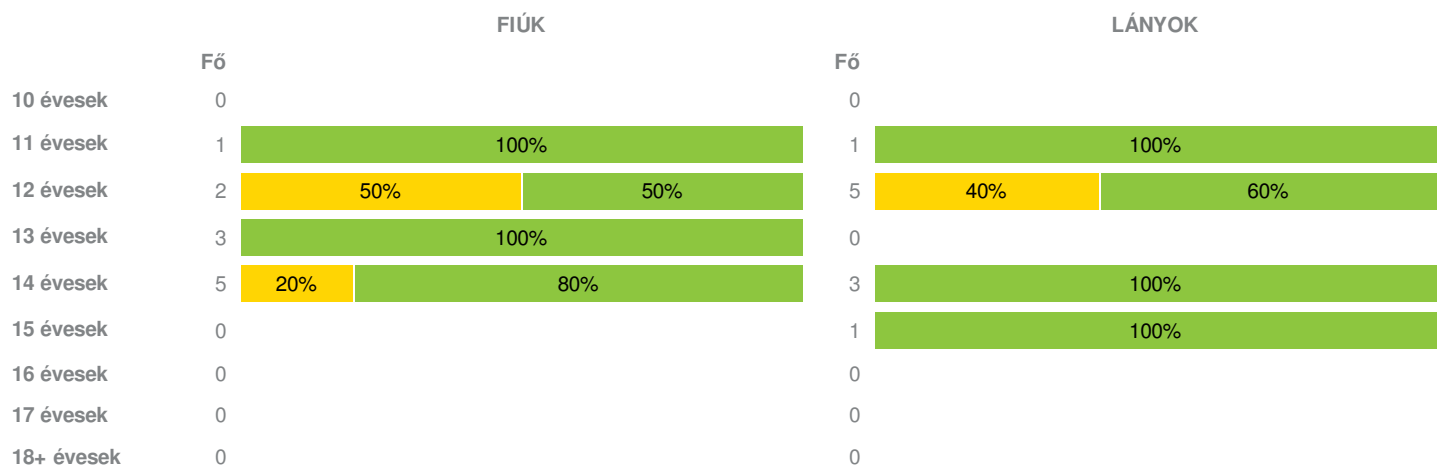


Vázizomzat fitsségi profil

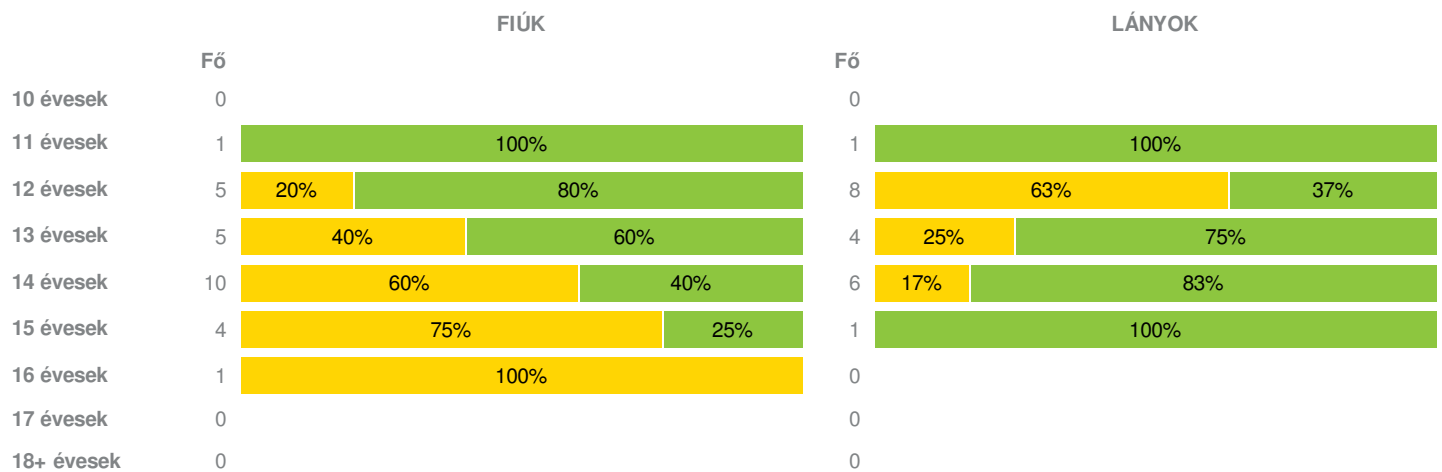
Ütemezett hasizom (db)



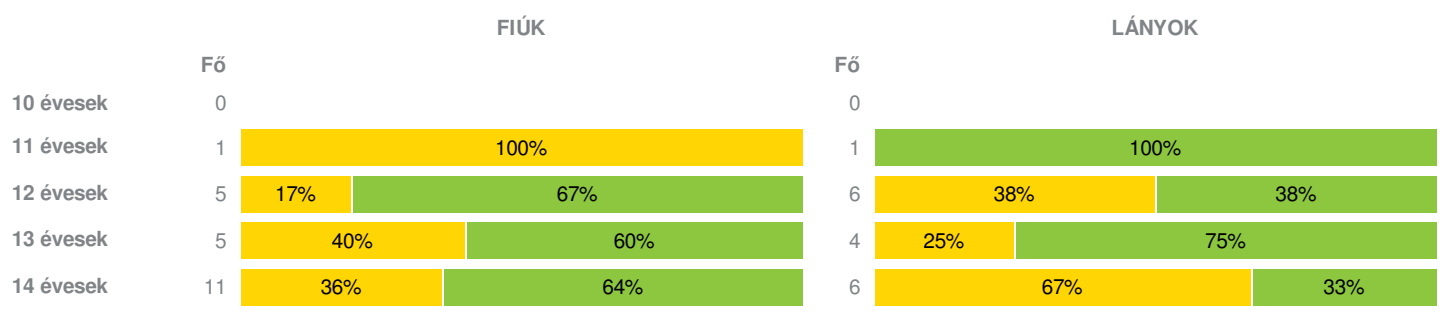
Törzsemelés (cm)



Ütemezett fekvőtámasz (db)

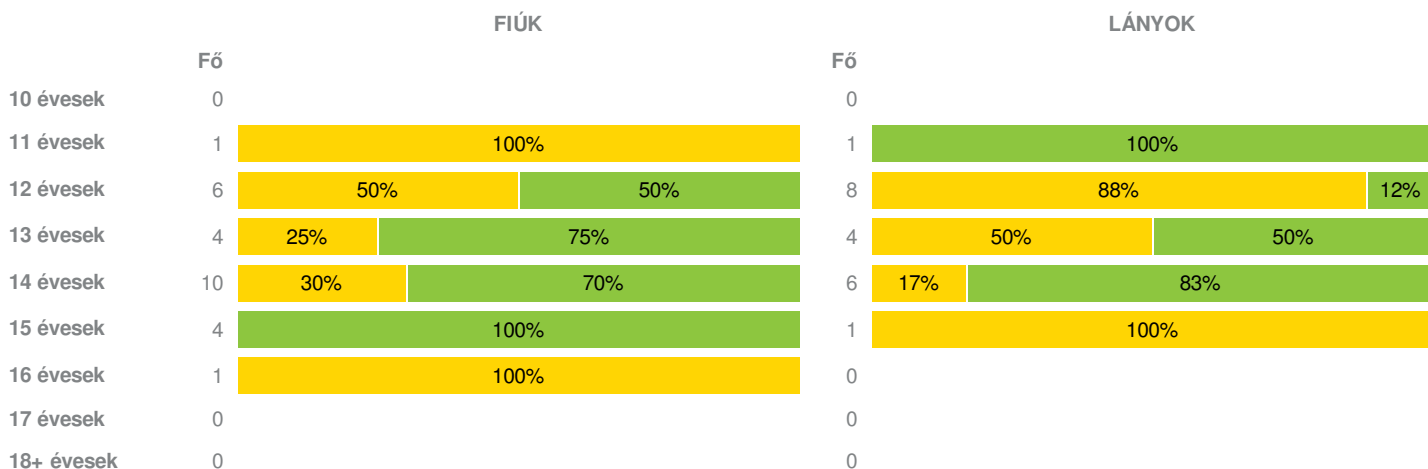


Kézi szorítóerő (kg)



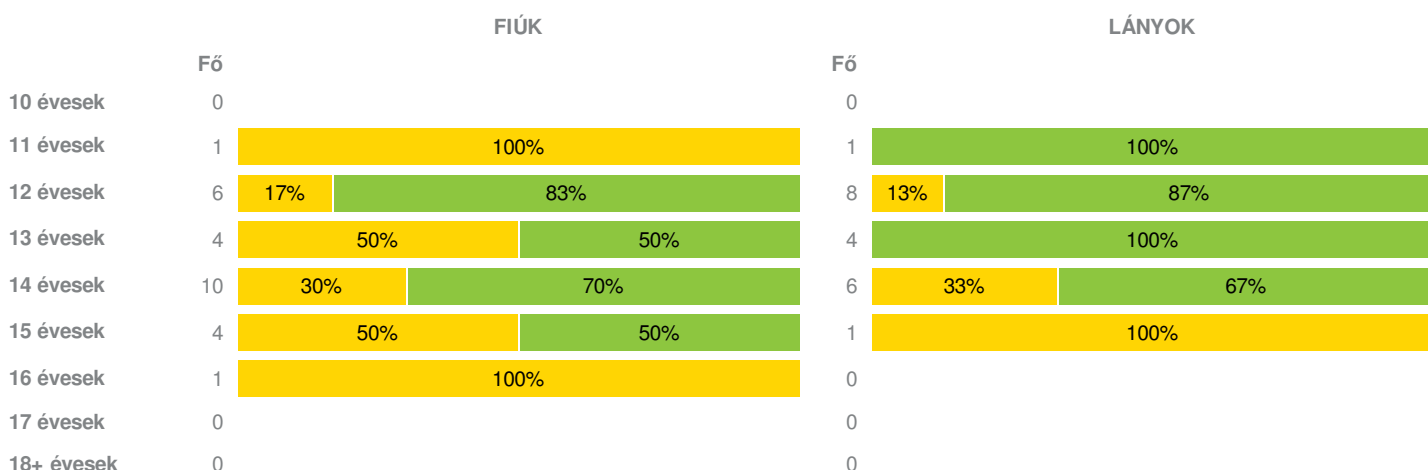


Helyből távolugrás (cm)



Hajlékonysági profil

Hajlékonysági (cm)



Magyar Diáksport Szövetség - 2019



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Tengelic

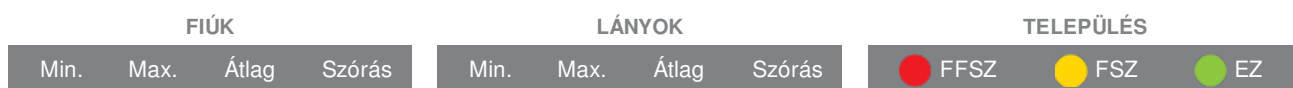
Létszám: 50 / 28 fiú, 22 lány
 Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 89,11 %
 Nyomtatás dátuma: 2019.06.24 10:48:18

TELEPÜLÉS ZÓNAÖSSZESÍTŐ

Testösszetétel és tápláltsági profil

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)



10 évesek											
11 évesek	25.85	25.85	25.85	0.00	15.48	15.48	15.48	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
12 évesek	16.03	28.58	20.07	4.39	14.20	32.93	23.64	5.42	3 fő - 20%	4 fő - 27%	8 fő - 53%
13 évesek	18.58	31.42	22.54	4.59	18.86	27.55	23.56	3.58	2 fő - 24%	1 fő - 13%	5 fő - 63%
14 évesek	17.31	47.02	22.48	8.37	18.18	29.76	23.43	3.69	3 fő - 17%	2 fő - 12%	12 fő - 71%
15 évesek	17.61	33.06	22.76	6.11	21.93	24.76	23.35	1.42	1 fő - 16%	1 fő - 17%	4 fő - 67%
16 évesek	26.22	26.22	26.22	0.00						1 fő - 100%	
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 20 % 18 % 62 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek	35.50	35.50	35.50	0.00	11.10	11.10	11.10	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
12 évesek	12.90	35.40	21.75	8.89	9.10	37.50	28.84	8.54	3 fő - 20%	5 fő - 33%	7 fő - 47%
13 évesek	16.00	41.80	22.94	9.88	18.90	34.50	28.73	6.39	1 fő - 12%	4 fő - 44%	4 fő - 44%
14 évesek	7.50	44.30	17.01	9.97	20.20	40.50	28.30	6.26	2 fő - 12%	2 fő - 12%	13 fő - 76%
15 évesek	7.40	28.90	19.13	8.89	30.90	33.00	31.95	1.05		4 fő - 80%	1 fő - 20%
16 évesek	28.00	28.00	28.00	0.00						1 fő - 100%	
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 14 % 33 % 53 %

Aerob fittségi (állóképességi) profil

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek	37.09	37.09	37.09	0.00	53.94	53.94	53.94	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
12 évesek	36.58	51.97	45.27	6.29	36.16	47.91	39.69	3.59	4 fő - 29%	3 fő - 21%	7 fő - 50%
13 évesek	34.61	55.32	46.20	6.93	38.83	47.24	42.00	3.19	1 fő - 11%	1 fő - 11%	7 fő - 78%
14 évesek	33.82	60.11	47.29	7.38	38.46	47.86	43.62	3.62	1 fő - 6%	2 fő - 13%	13 fő - 81%
15 évesek	37.31	51.58	44.80	5.20	34.41	41.22	37.82	3.41	2 fő - 33%		4 fő - 67%
16 évesek	33.51	33.51	33.51	0.00					1 fő - 100%		
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 21 % 13 % 66 %

Vázizomzat fittségi profil

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	17.00	17.00	17.00	0.00	54.00	54.00	54.00	0.00		2 fő - 100%
12 évesek	16.00	43.00	28.60	10.87	10.00	80.00	28.44	22.06	4 fő - 29%	10 fő - 71%
13 évesek	13.00	80.00	58.20	27.85	23.00	80.00	53.25	26.86	1 fő - 11%	8 fő - 89%
14 évesek	15.00	80.00	46.40	26.09	41.00	80.00	51.83	13.13	3 fő - 19%	13 fő - 81%
15 évesek	13.00	47.00	22.50	14.24	0.00	0.00	0.00	0.00	4 fő - 80%	1 fő - 20%
16 évesek	48.00	48.00	48.00	0.00						1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 26 % 74 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	29.50	29.50	29.50	0.00	26.50	26.50	26.50	0.00		2 fő - 100%
12 évesek	22.90	28.50	25.70	2.80	21.00	27.50	24.40	2.79	3 fő - 43%	4 fő - 57%
13 évesek	26.00	29.00	27.83	1.31						3 fő - 100%
14 évesek	20.40	29.00	27.06	3.35	23.00	26.10	24.53	1.27	1 fő - 13%	7 fő - 88%
15 évesek					25.80	25.80	25.80	0.00		1 fő - 100%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 19 % 81 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	9.00	9.00	9.00	0.00	13.00	13.00	13.00	0.00		2 fő - 100%
12 évesek	9.00	26.00	17.40	6.83	2.00	16.00	7.13	4.73	6 fő - 46%	7 fő - 54%
13 évesek	1.00	21.00	12.20	8.23	1.00	12.00	7.00	3.94	3 fő - 33%	6 fő - 67%
14 évesek	0.00	25.00	13.80	6.97	0.00	18.00	10.67	5.47	7 fő - 44%	9 fő - 56%
15 évesek	8.00	20.00	11.75	4.82	19.00	19.00	19.00	0.00	3 fő - 60%	2 fő - 40%
16 évesek	10.00	10.00	10.00	0.00					1 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 43 % 57 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	16.20	16.20	16.20	0.00	22.40	22.40	22.40	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
12 évesek	16.30	37.80	23.25	6.96	14.00	24.20	18.98	3.22	4 fő - 29%	7 fő - 50%
13 évesek	21.30	30.80	26.90	3.84	21.30	33.70	25.88	4.86	3 fő - 33%	6 fő - 67%
14 évesek	22.40	44.60	32.35	7.15	24.00	29.80	26.20	2.35	8 fő - 47%	9 fő - 53%
15 évesek	28.20	43.10	33.95	5.84	26.80	28.30	27.55	0.75	1 fő - 17%	4 fő - 67%
16 évesek	37.90	37.90	37.90	0.00					1 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 40 % 60 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	110.00	110.00	110.00	0.00	134.00	134.00	134.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
12 évesek	100.00	173.00	134.50	25.58	106.00	142.00	120.38	11.20	10 fő - 71%	4 fő - 29%
13 évesek	118.00	194.00	170.25	30.47	107.00	147.00	127.00	15.51	3 fő - 38%	5 fő - 63%
14 évesek	115.00	233.00	180.50	32.48	82.00	168.00	144.50	28.98	4 fő - 25%	12 fő - 75%

15 évesek	172.00	203.00	188.00	10.98	135.00	135.00	135.00	0.00	1 fő - 20%	4 fő - 80%
16 évesek	170.00	170.00	170.00	0.00					1 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 43 % 57 %

Hajlékonysági profil

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	16.50	16.50	16.50	0.00	32.00	32.00	32.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
12 évesek	19.00	29.00	23.83	3.84	25.00	38.50	33.38	4.41	2 fő - 14%	12 fő - 86%
13 évesek	15.00	32.00	23.00	6.82	26.00	39.00	31.50	4.82	2 fő - 25%	6 fő - 75%
14 évesek	12.50	33.00	23.85	5.88	11.00	35.00	27.58	8.65	5 fő - 31%	11 fő - 69%
15 évesek	8.00	31.00	22.13	9.32	23.50	23.50	23.50	0.00	3 fő - 60%	2 fő - 40%
16 évesek	14.00	14.00	14.00	0.00					1 fő - 100%	
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 30 % 70 %