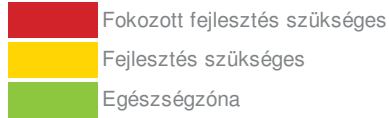
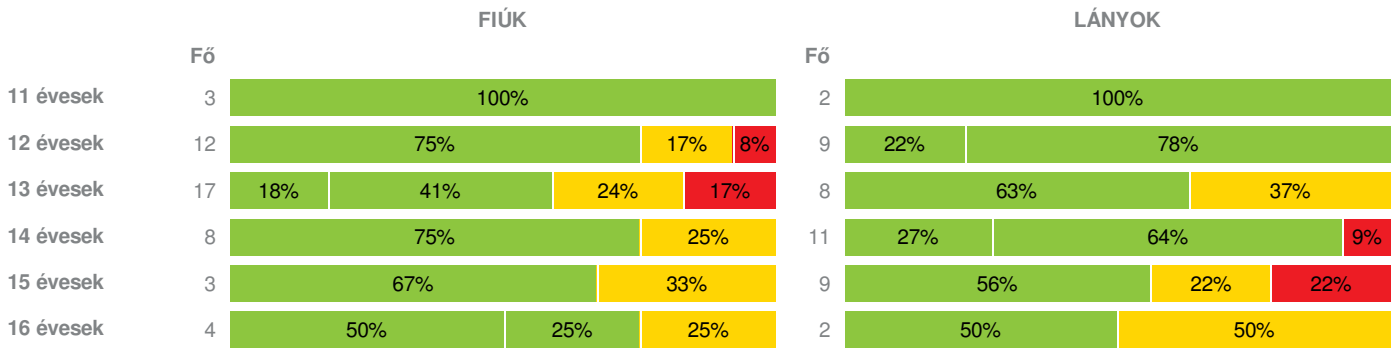
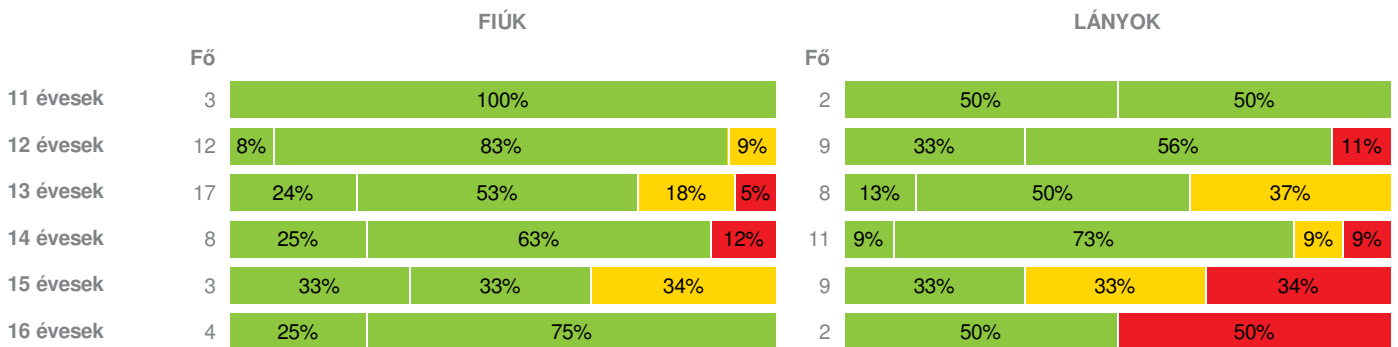
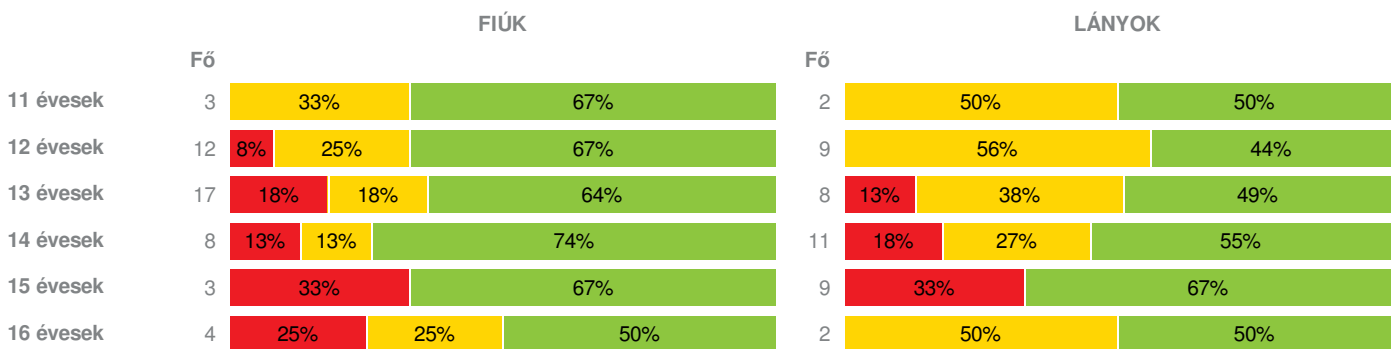
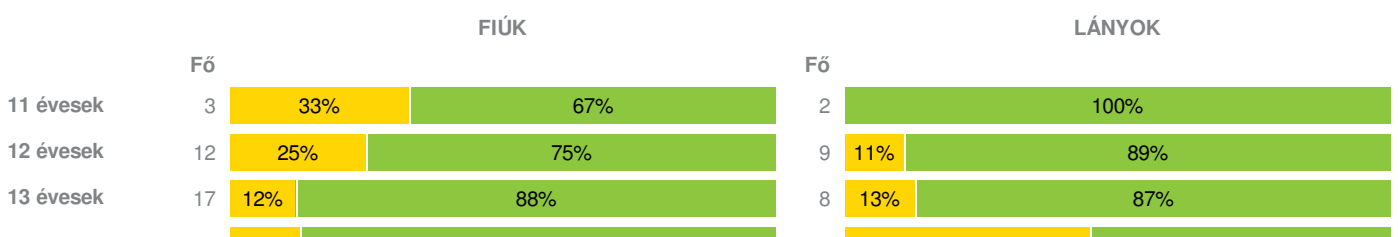


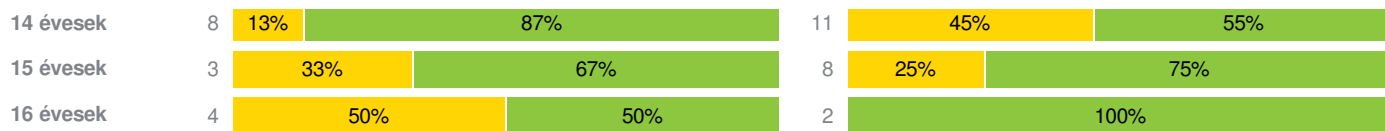
Létszám: 88 / 47 fiú, 41 lány

Tanév: 2016/2017

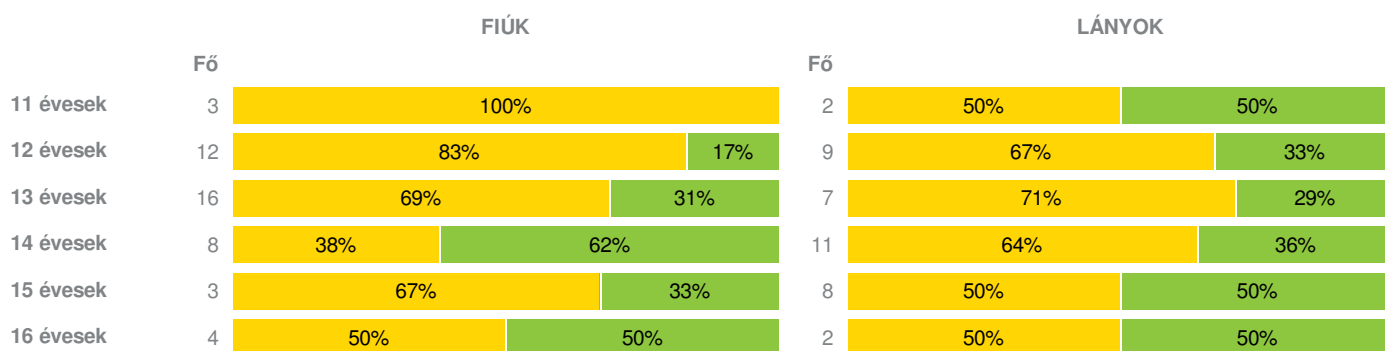
Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2018.06.28 08:18:45

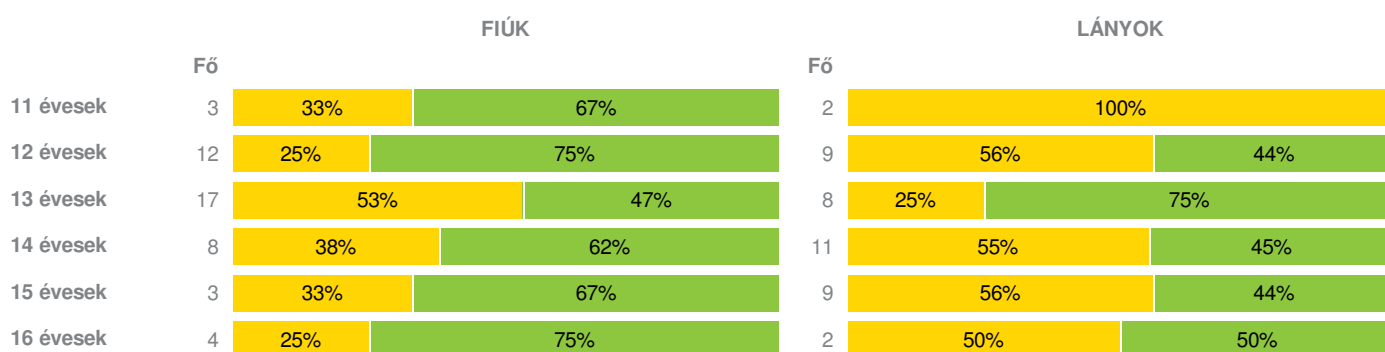

TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL
Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

Testzsír százalék (TZS %)

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

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL
Ütemezett hasizom (db)




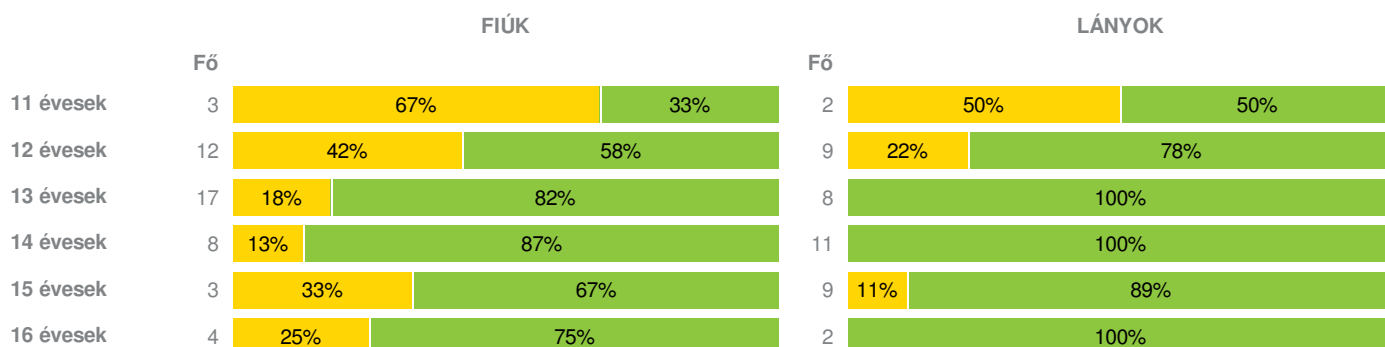
Törzsemelés (cm)



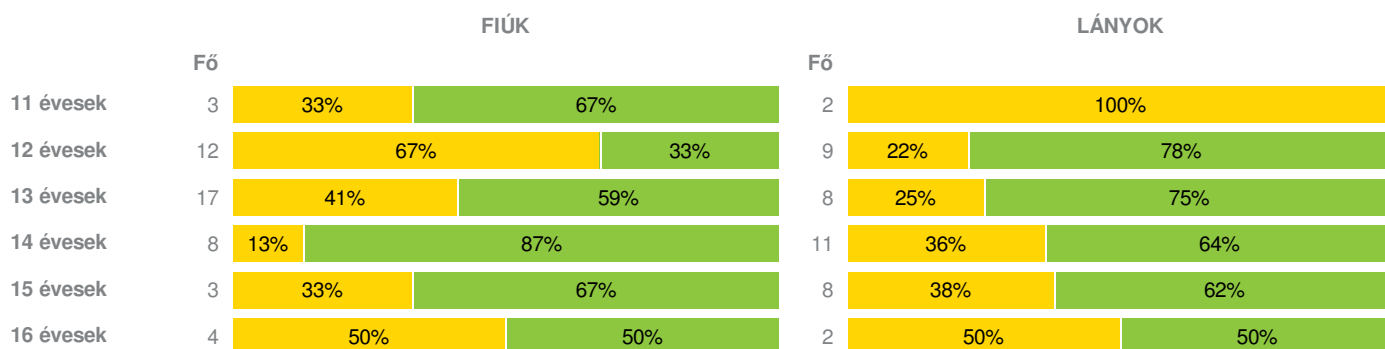
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)



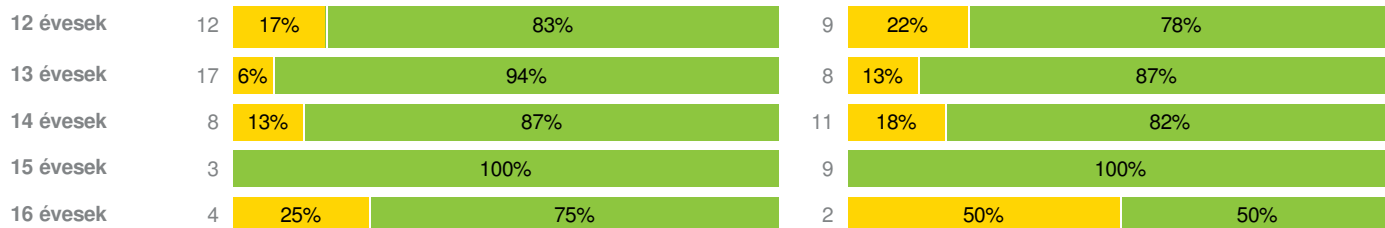
Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)





Magyar Diáksport Szövetség - 2017



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Bulgárföldi Általános Iskola

Létszám: 88 / 47 fiú, 41 lány
 Tanév: 2016/2017

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %
 Nyomtatás dátuma: 2018.06.28 08:18:45

TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15	18	17	1.16	18	18	18	0.06			5 fő - 100%
12 évesek	15	28	20	3.49	14	21	17	1.98	1 fő - 4%	2 fő - 10%	18 fő - 86%
13 évesek	15	32	22	5.25	17	27	22	3.46	3 fő - 12%	7 fő - 28%	15 fő - 60%
14 évesek	17	25	20	2.90	15	34	20	4.94	1 fő - 5%	2 fő - 11%	16 fő - 84%
15 évesek	17	24	20	3.05	18	39	26	7.19	2 fő - 17%	3 fő - 25%	7 fő - 58%
16 évesek	16	25	19	3.75	18	28	23	5.06		2 fő - 33%	4 fő - 67%
Összesen:									8 %	18 %	74 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	10	21	15	4.58	11	18	14	3.75			5 fő - 100%
12 évesek	8	27	18	4.54	11	36	18	7.97	1 fő - 5%	1 fő - 5%	19 fő - 90%
13 évesek	6	36	18	8.86	11	34	24	6.77	1 fő - 4%	6 fő - 24%	18 fő - 72%
14 évesek	5	34	14	8.27	9	41	22	7.77	2 fő - 11%	1 fő - 5%	16 fő - 84%
15 évesek	7	24	16	7.23	19	45	33	8.02	3 fő - 25%	4 fő - 33%	5 fő - 42%
16 évesek	5	19	13	5.50	23	39	31	8.10	1 fő - 17%		5 fő - 83%
Összesen:									9 %	14 %	77 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	38	46	43	3.57	40	42	41	1.11		2 fő - 40%	3 fő - 60%
12 évesek	37	50	43	3.87	39	46	42	2.68	1 fő - 5%	8 fő - 38%	12 fő - 57%
13 évesek	36	57	44	6.19	36	44	40	2.70	4 fő - 16%	6 fő - 24%	15 fő - 60%
14 évesek	35	55	47	6.11	35	47	41	4.35	3 fő - 16%	4 fő - 21%	12 fő - 63%

15 évesek	36	59	50	10.11	33	45	40	4.70	4 fő - 33%	8 fő - 67%	
16 évesek	37	52	44	5.45	37	41	39	2.01	1 fő - 17%	2 fő - 33%	3 fő - 50%

Összesen: 15 % 25 % 60 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13	30	22	7.04	27	39	33	6.00	1 fő - 20%	4 fő - 80%
12 évesek	12	80	31	20.87	10	56	25	12.39	4 fő - 19%	17 fő - 81%
13 évesek	5	80	50	27.76	9	55	31	12.13	3 fő - 12%	22 fő - 88%
14 évesek	12	80	50	24.40	3	58	26	18.25	6 fő - 32%	13 fő - 68%
15 évesek	22	53	40	13.02	14	48	27	10.61	3 fő - 27%	8 fő - 73%
16 évesek	8	42	28	14.53	20	30	25	5.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%

Összesen: 22 % 78 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	10	21	14	4.68	12	24	18	6.15	4 fő - 80%	1 fő - 20%
12 évesek	9	28	17	5.87	8	30	18	6.87	16 fő - 76%	5 fő - 24%
13 évesek	11	30	19	6.41	12	26	18	5.10	16 fő - 70%	7 fő - 30%
14 évesek	15	28	23	3.63	17	30	22	3.50	10 fő - 53%	9 fő - 47%
15 évesek	19	23	21	1.77	16	30	23	4.75	6 fő - 55%	5 fő - 45%
16 évesek	20	27	24	3.01	19	27	23	3.95	3 fő - 50%	3 fő - 50%

Összesen: 65 % 35 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	7	12	10	2.05	3	5	4	1.00	3 fő - 60%	2 fő - 40%
12 évesek	0	23	12	6.56	0	12	6	4.12	8 fő - 38%	13 fő - 62%
13 évesek	0	33	11	8.01	0	19	9	5.52	11 fő - 44%	14 fő - 56%
14 évesek	10	30	18	6.87	0	17	7	5.38	9 fő - 47%	10 fő - 53%
15 évesek	1	24	13	9.42	0	17	7	6.80	6 fő - 50%	6 fő - 50%
16 évesek	8	25	18	6.10	2	16	9	7.00	2 fő - 33%	4 fő - 67%

Összesen: 44 % 56 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	17	19	18	1.10	15	17	16	1.38	3 fő - 60%	2 fő - 40%
12 évesek	16	40	23	6.83	14	27	19	3.70	7 fő - 33%	14 fő - 67%
13 évesek	17	42	28	6.81	18	28	24	2.85	3 fő - 12%	22 fő - 88%
14 évesek	18	42	33	8.38	18	32	25	3.93	1 fő - 5%	18 fő - 95%
15 évesek	21	41	32	8.63	15	35	27	5.91	2 fő - 17%	10 fő - 83%
16 évesek	26	45	36	6.77	23	30	27	3.45	1 fő - 17%	5 fő - 83%

Összesen: 19 % 81 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	130	165	150	14.72	115	115	115	0.00	3 fő - 60%	2 fő - 40%
12 évesek	120	200	142	24.26	115	150	136	9.64	10 fő - 48%	11 fő - 52%
13 évesek	105	234	157	29.90	110	160	139	18.35	9 fő - 36%	16 fő - 64%
14 évesek	100	227	181	35.63	90	168	139	20.95	5 fő - 26%	14 fő - 74%
15 évesek	135	218	179	34.02	100	170	139	23.15	4 fő - 36%	7 fő - 64%
16 évesek	145	203	178	21.18	115	152	134	18.50	3 fő - 50%	3 fő - 50%

Összesen: 39 % 61 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	20	24	23	1.96	33	35	34	1.00	1 fő - 20%	4 fő - 80%
12 évesek	10	35	27	7.04	20	35	28	4.38	4 fő - 19%	17 fő - 81%
13 évesek	18	34	26	4.66	23	38	31	4.22	2 fő - 8%	23 fő - 92%
14 évesek	19	38	26	5.30	24	41	30	4.71	3 fő - 16%	16 fő - 84%
15 évesek	21	27	24	2.63	26	34	30	3.26		12 fő - 100%
16 évesek	10	28	22	6.82	26	36	31	4.75	2 fő - 33%	4 fő - 67%

Összesen: 14 % 86 %