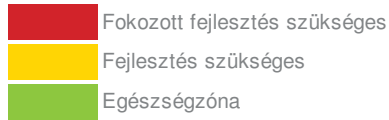
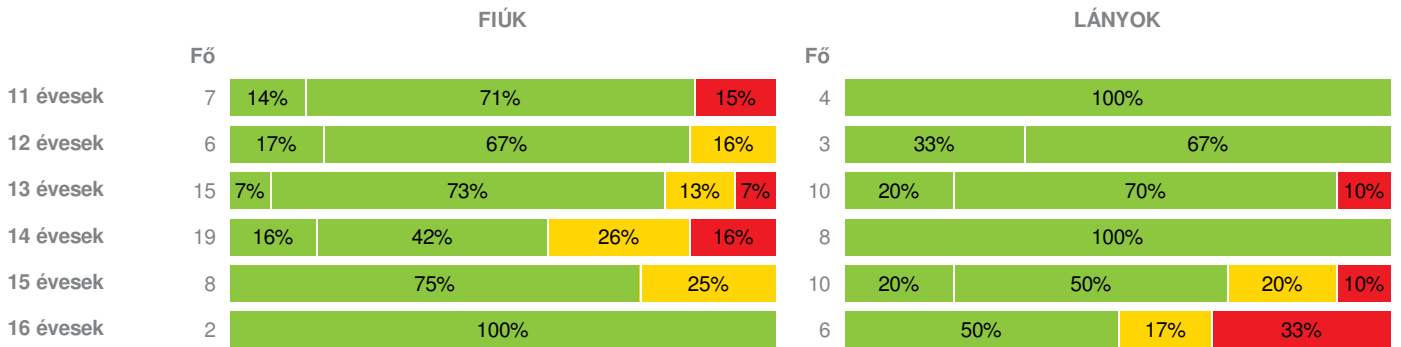
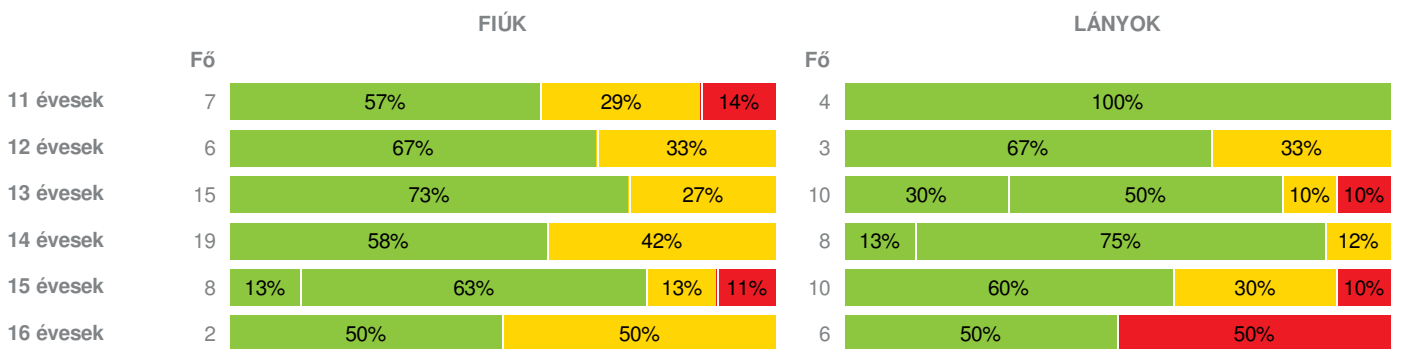
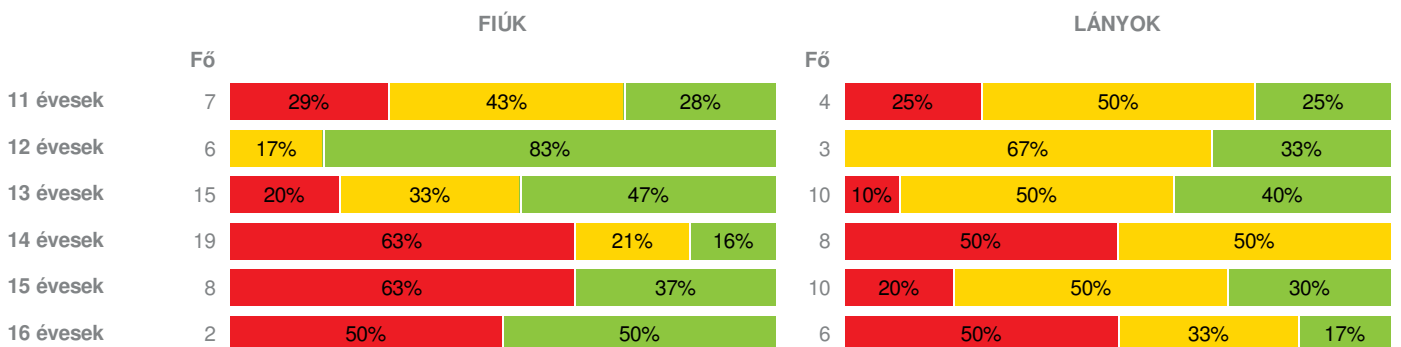
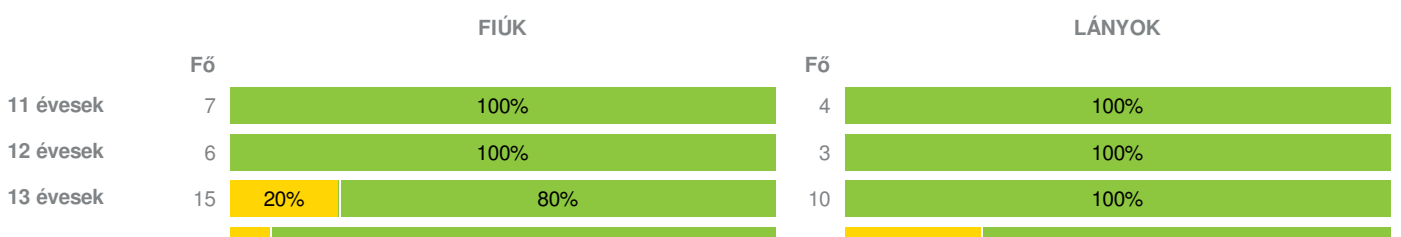


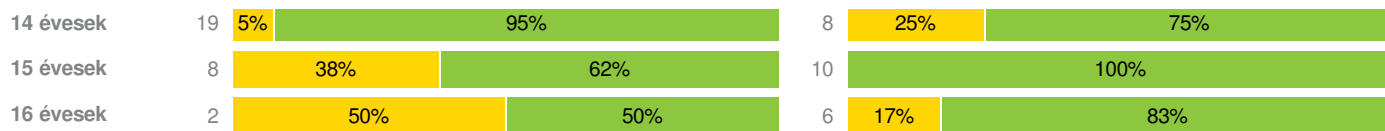
Létszám: 99 / 58 fiú, 41 lány

Tanév: 2017/2018

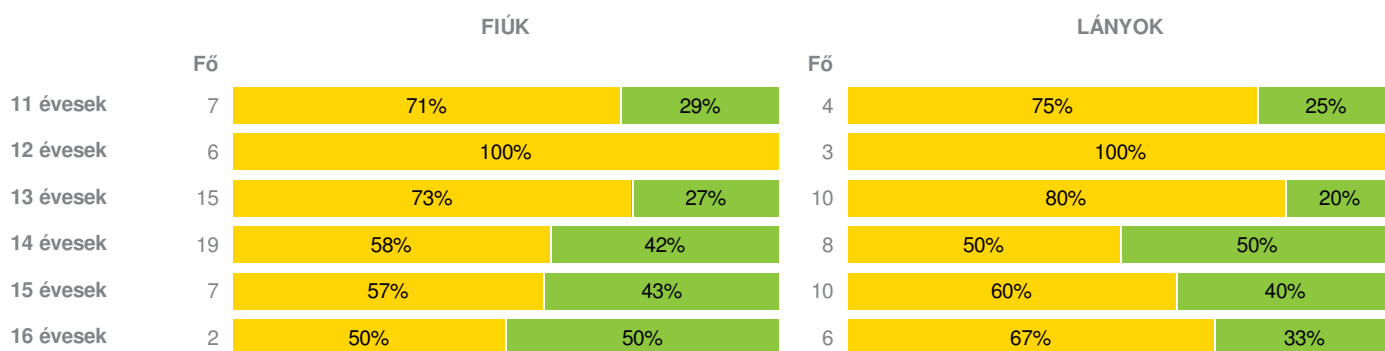
Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2018.10.10 08:52:48

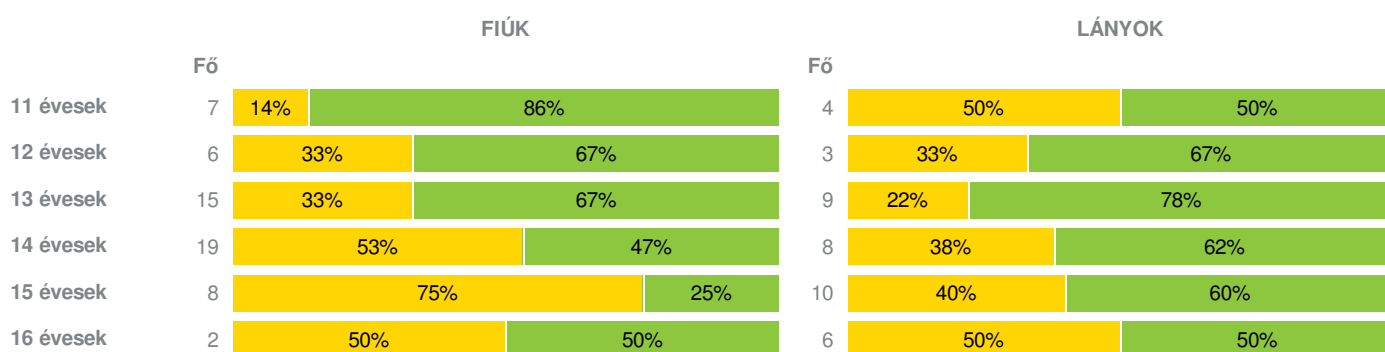

**TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

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

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




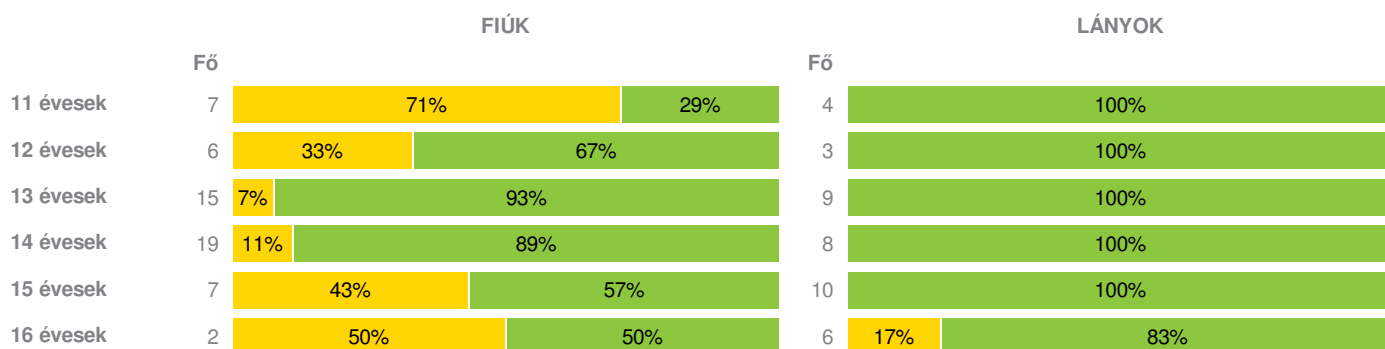
### Törzsemelés (cm)



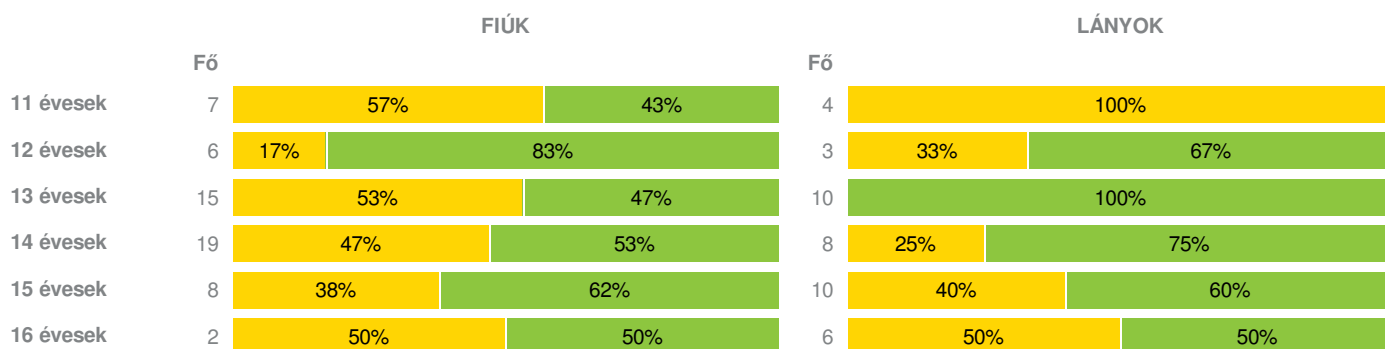
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)



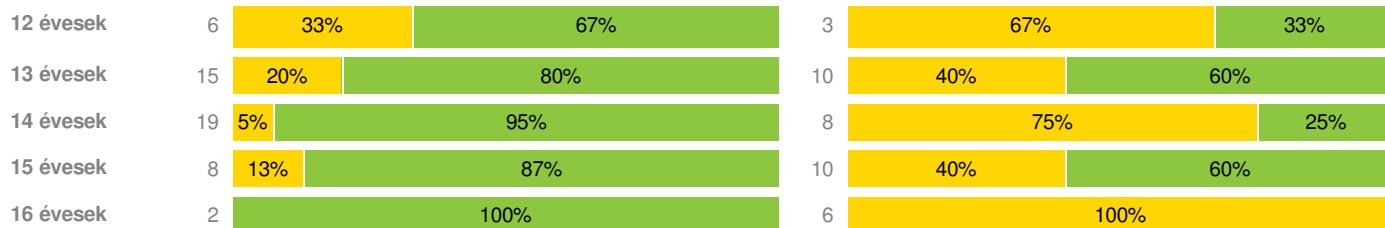
### Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)





Magyar Diáksport Szövetség - 2018



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Bulgárföldi Általános Iskola

Létszám: 99 / 58 fiú, 41 lány

Tanév: 2017/2018

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomatás dátuma: 2018.10.10 08:52:48



## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	14	32	19	5.76	16	19	17	1.25	1 fő - 9%		10 fő - 91%
12 évesek	15	21	19	2.02	15	18	16	1.23		1 fő - 11%	8 fő - 89%
13 évesek	16	30	20	3.32	15	36	20	5.57	2 fő - 8%	2 fő - 8%	21 fő - 84%
14 évesek	15	33	22	5.28	18	21	20	0.93	3 fő - 11%	5 fő - 19%	19 fő - 70%
15 évesek	17	26	21	3.16	17	37	22	5.69	1 fő - 6%	4 fő - 22%	13 fő - 72%
16 évesek	20	23	21	1.37	20	40	27	7.82	2 fő - 24%	1 fő - 13%	5 fő - 63%
Összesen:									9 %	13 %	78 %

#### Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	10	42	21	10.20	13	23	17	3.92	1 fő - 9%	2 fő - 18%	8 fő - 73%
12 évesek	11	25	19	5.52	16	35	23	8.50		3 fő - 33%	6 fő - 67%
13 évesek	9	30	17	7.03	7	37	18	9.11	1 fő - 4%	5 fő - 20%	19 fő - 76%
14 évesek	9	31	19	7.61	10	32	21	5.89		9 fő - 33%	18 fő - 67%
15 évesek	6	33	17	8.02	19	45	28	7.10	2 fő - 11%	4 fő - 22%	12 fő - 67%
16 évesek	16	24	20	3.60	24	46	35	8.88	3 fő - 37%	1 fő - 13%	4 fő - 50%
Összesen:									7 %	24 %	69 %

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	36	45	40	3.27	37	41	39	1.43	3 fő - 27%	5 fő - 45%	3 fő - 27%
12 évesek	38	45	41	2.02	38	43	40	2.25		3 fő - 33%	6 fő - 67%
13 évesek	36	54	41	4.71	34	50	41	4.20	4 fő - 16%	10 fő - 40%	11 fő - 44%
14 évesek	30	54	38	5.33	32	39	36	2.42	16 fő - 59%	8 fő - 30%	3 fő - 11%

15 évesek	29	46	34	14.03	33	42	38	2.80	7 fő - 39%	5 fő - 28%	6 fő - 33%
16 évesek	36	50	43	7.24	31	40	35	3.28	4 fő - 50%	2 fő - 25%	2 fő - 25%

Összesen: 35 % 34 % 31 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	18	50	36	10.39	26	50	36	10.14		11 fő - 100%
12 évesek	20	59	41	13.17	32	48	39	6.60		9 fő - 100%
13 évesek	8	80	47	24.82	19	80	41	19.66	3 fő - 12%	22 fő - 88%
14 évesek	7	80	59	22.61	0	64	26	21.47	3 fő - 11%	24 fő - 89%
15 évesek	0	80	41	31.79	20	80	41	18.59	3 fő - 17%	15 fő - 83%
16 évesek	20	48	34	14.00	0	49	25	14.31	2 fő - 25%	6 fő - 75%

Összesen: 11 % 89 %

### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	11	27	18	4.91	15	30	20	5.86	8 fő - 73%	3 fő - 27%
12 évesek	9	22	17	4.17	15	18	16	1.39	9 fő - 100%	
13 évesek	8	29	18	5.85	6	26	16	6.11	19 fő - 76%	6 fő - 24%
14 évesek	12	30	21	4.86	18	26	22	2.80	15 fő - 56%	12 fő - 44%
15 évesek	17	29	23	4.08	16	25	22	2.73	10 fő - 59%	7 fő - 41%
16 évesek	19	25	22	2.75	17	28	22	3.20	5 fő - 63%	3 fő - 38%

Összesen: 68 % 32 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	7	22	11	4.78	3	12	7	3.50	3 fő - 27%	8 fő - 73%
12 évesek	5	24	11	6.37	1	15	8	5.73	3 fő - 33%	6 fő - 67%
13 évesek	2	30	13	7.51	2	29	11	7.23	7 fő - 29%	17 fő - 71%
14 évesek	0	23	12	5.56	2	20	9	5.33	13 fő - 48%	14 fő - 52%
15 évesek	0	20	10	7.80	0	23	9	6.73	10 fő - 56%	8 fő - 44%
16 évesek	8	22	15	7.00	0	13	6	5.47	4 fő - 50%	4 fő - 50%

Összesen: 41 % 59 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	12	28	18	5.45	17	22	19	1.93	5 fő - 45%	6 fő - 55%
12 évesek	14	36	21	6.89	17	22	19	2.10	2 fő - 22%	7 fő - 78%
13 évesek	20	55	29	10.95	17	45	29	9.49	1 fő - 4%	23 fő - 96%
14 évesek	20	44	32	8.28	25	36	29	3.31	2 fő - 7%	25 fő - 93%
15 évesek	16	61	31	14.60	22	36	29	4.72	3 fő - 18%	14 fő - 82%
16 évesek	26	40	33	7.23	16	32	26	5.01	2 fő - 25%	6 fő - 75%

Összesen: 16 % 84 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	100	146	126	16.97	116	125	121	4.06	8 fő - 73%	3 fő - 27%
12 évesek	145	190	160	16.09	116	188	151	29.41	2 fő - 22%	7 fő - 78%
13 évesek	126	205	158	24.65	139	200	163	19.69	8 fő - 32%	17 fő - 68%
14 évesek	138	230	172	22.81	120	175	147	16.81	11 fő - 41%	16 fő - 59%
15 évesek	110	210	168	41.39	94	160	137	17.94	7 fő - 39%	11 fő - 61%
16 évesek	150	205	178	27.50	90	170	131	28.77	4 fő - 50%	4 fő - 50%

Összesen: 41 % 59 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	12	28	22	5.52	24	30	27	2.66	4 fő - 36%	7 fő - 64%
12 évesek	5	31	21	8.84	17	41	27	9.88	4 fő - 44%	5 fő - 56%
13 évesek	5	31	23	6.13	12	45	27	8.23	7 fő - 28%	18 fő - 72%
14 évesek	14	39	26	4.58	21	34	25	4.36	7 fő - 26%	20 fő - 74%
15 évesek	22	41	26	11.08	20	36	29	4.23	5 fő - 28%	13 fő - 72%
16 évesek	32	39	35	3.75	0	30	21	10.63	6 fő - 75%	2 fő - 25%

Összesen: 34 % 66 %