

Létszám: 78 / 38 fiú, 40 lány

Tanév: 2021/2022

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,71 %

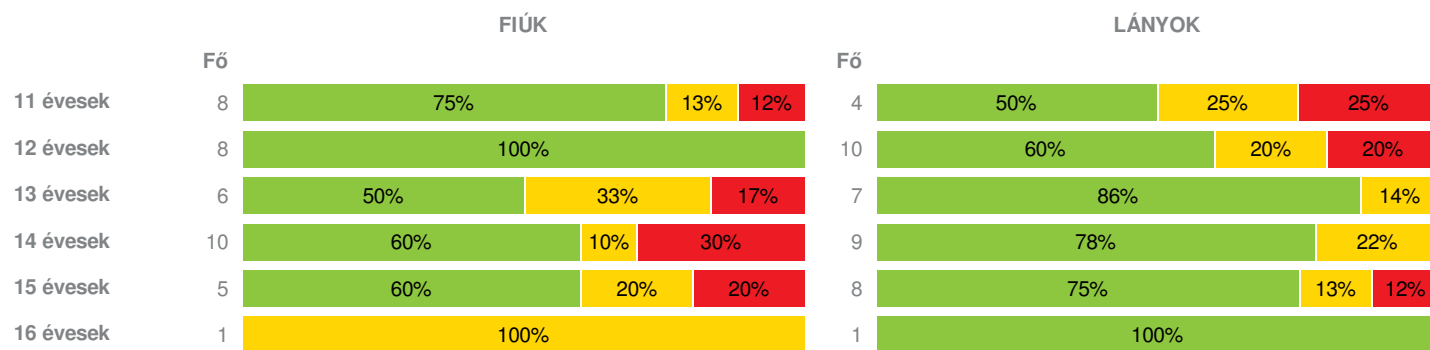
Nyomtatás dátuma: 2022.07.22 08:41:50



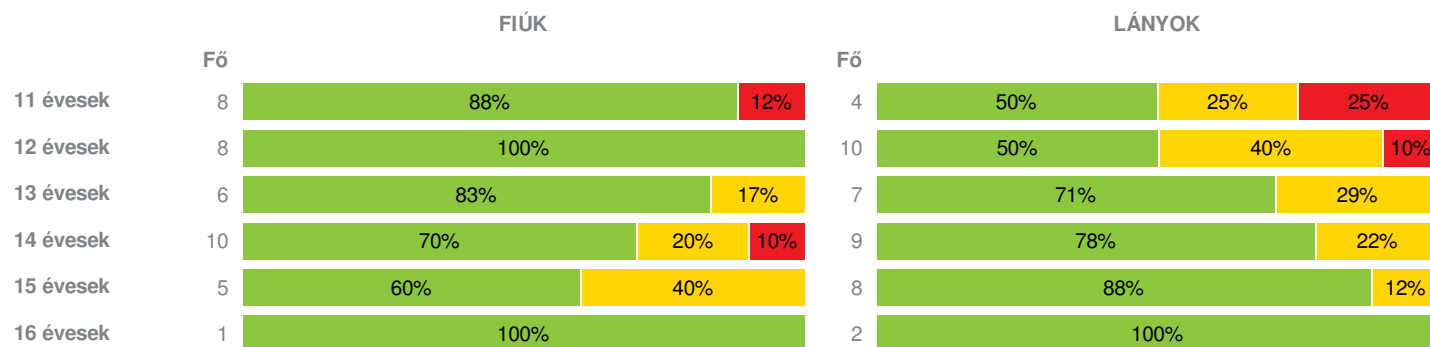
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**

**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**

**Testtömegindex (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

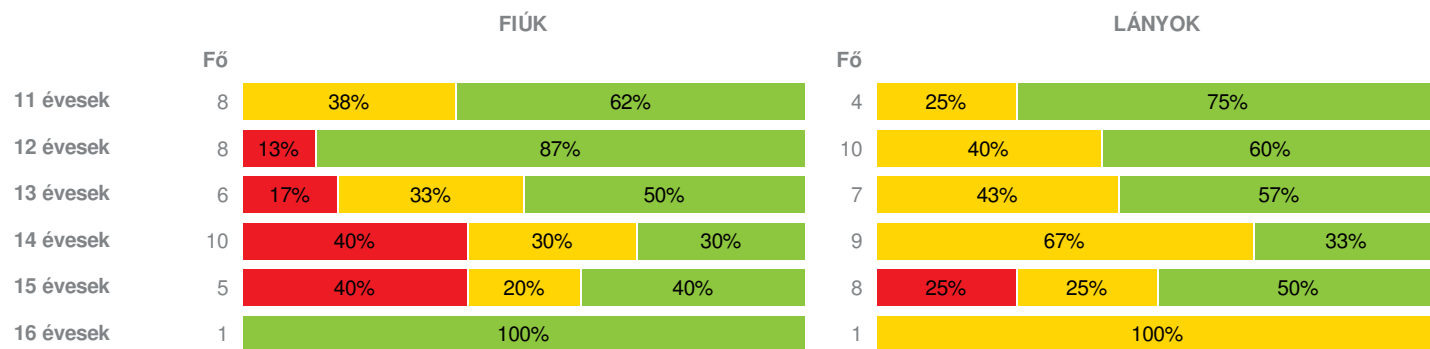


**Testzsírszázalék (Tzs %)**



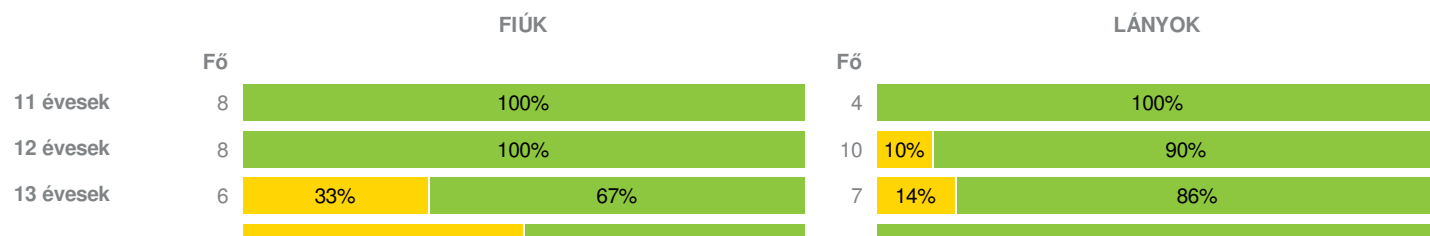
**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**

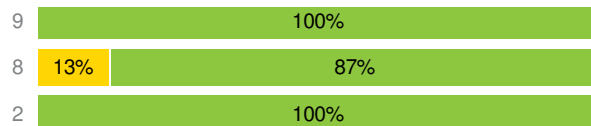
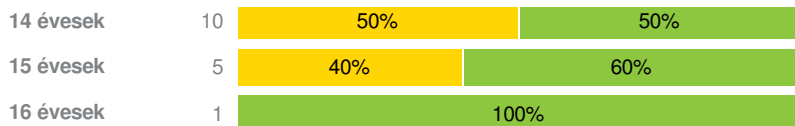
**Állóképességi ingafutás teszt (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)**



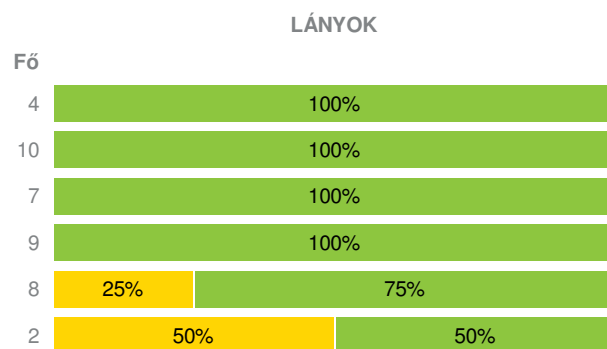
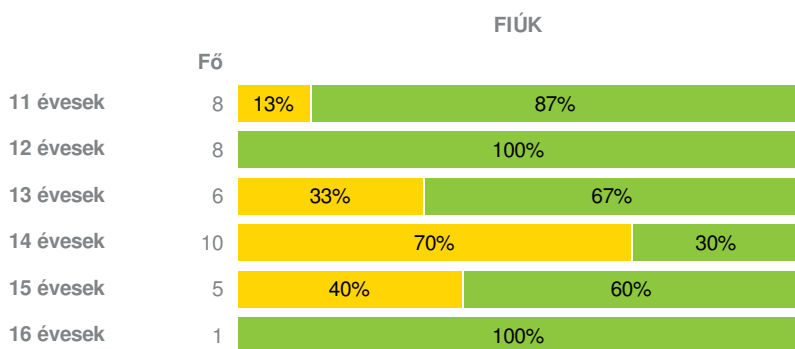
**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**

**Ütemezett hasizom teszt (db)**

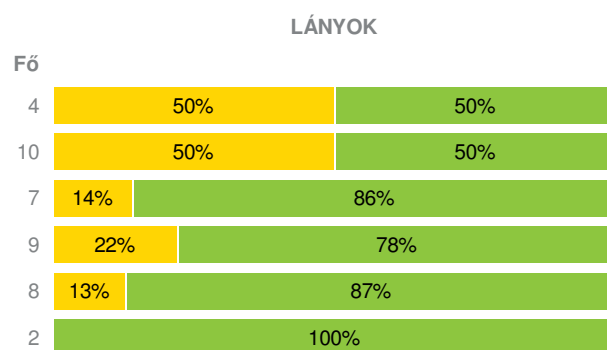
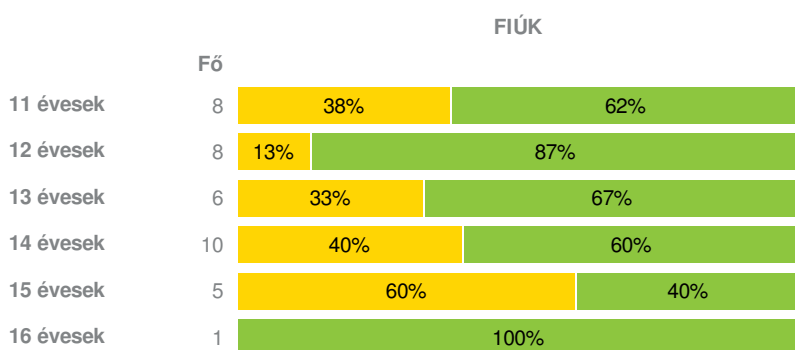




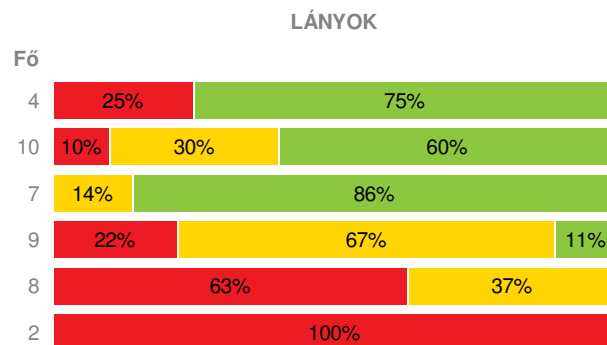
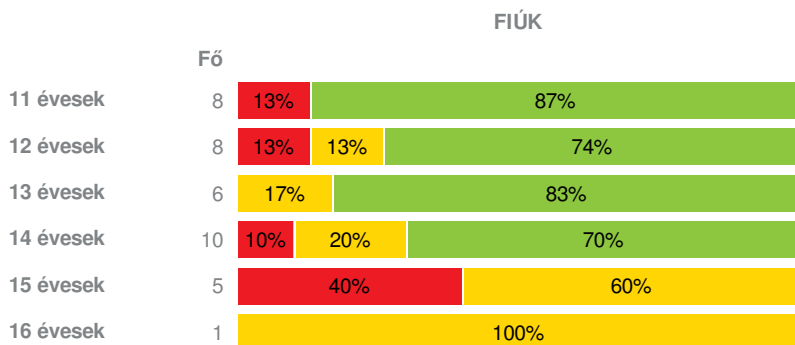
### Törzsemelés teszt (cm)



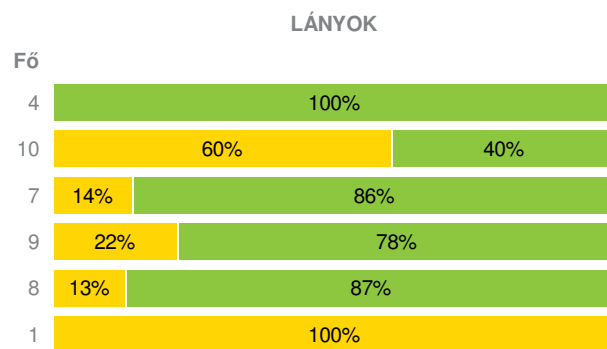
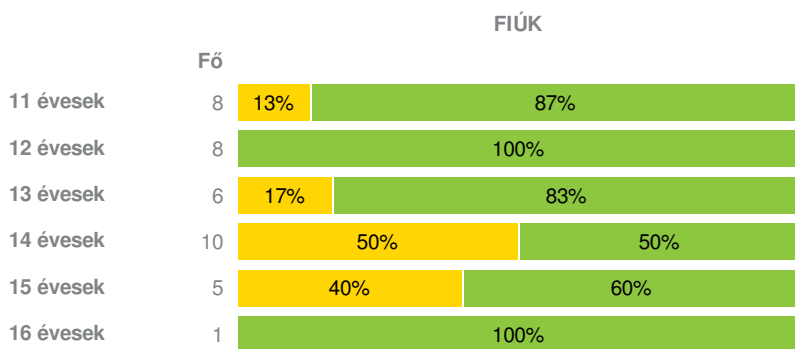
### Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



### Kézi szorítóerő mérése (kg)

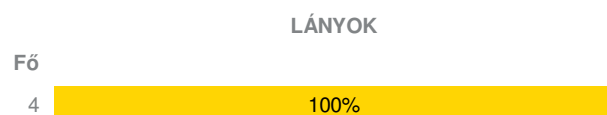


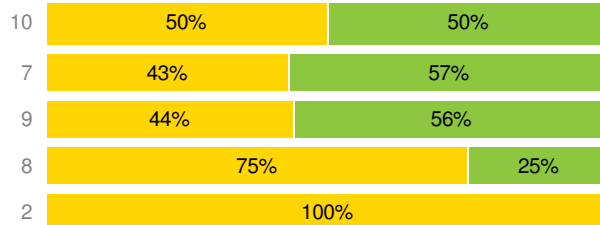
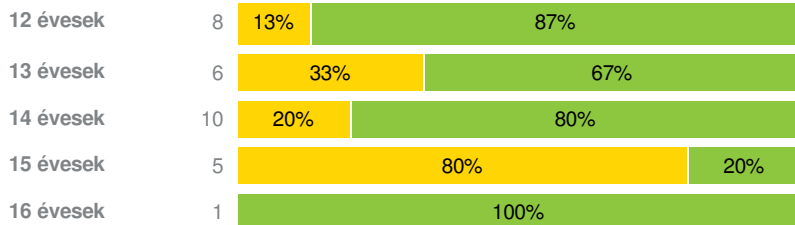
### Helyből távolugrás teszt (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)





Magyar Diáksport Szövetség - 2022



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Sajókeresztúri Eötvös József Általános Iskola

Létszám: 78 / 38 fiú, 40 lány

Tanév: 2021/2022

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,71 %

Nyomtatás dátuma: 2022.07.22 08:41:50



## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömegindex (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15.76	31.70	19.74	4.79	13.66	28.60	20.76	5.60	2 fő - 16%	2 fő - 17%	8 fő - 67%
12 évesek	14.79	21.05	17.86	1.91	17.08	27.83	22.55	3.85	2 fő - 11%	2 fő - 11%	14 fő - 78%
13 évesek	17.32	31.13	22.82	4.41	16.53	24.18	20.45	2.20	1 fő - 8%	3 fő - 23%	9 fő - 69%
14 évesek	17.50	35.07	23.10	6.07	14.48	28.37	21.00	3.96	3 fő - 16%	3 fő - 16%	13 fő - 68%
15 évesek	18.16	29.03	23.31	4.56	16.56	31.61	21.92	4.96	2 fő - 16%	2 fő - 15%	9 fő - 69%
16 évesek	23.67	23.67	23.67	0.00	20.44	20.44	20.44	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

#### Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	9.20	39.50	19.61	8.79	9.40	37.20	23.25	10.09	2 fő - 17%	1 fő - 8%	9 fő - 75%
12 évesek	7.60	20.40	13.18	4.09	9.20	36.40	26.70	8.24	1 fő - 6%	4 fő - 22%	13 fő - 72%
13 évesek	9.30	32.10	14.97	7.81	11.60	30.80	22.54	5.95		3 fő - 23%	10 fő - 77%
14 évesek	8.80	36.40	18.89	9.87	7.70	33.60	20.79	8.16	1 fő - 5%	4 fő - 21%	14 fő - 74%
15 évesek	9.40	32.50	19.38	10.42	8.30	32.40	20.70	7.27		3 fő - 23%	10 fő - 77%
16 évesek	19.70	19.70	19.70	0.00	11.50	22.60	17.05	5.55			3 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	37.98	47.34	43.59	4.25	38.80	47.16	44.12	3.37		4 fő - 33%	8 fő - 67%
12 évesek	37.23	46.60	42.39	2.83	38.98	46.04	40.59	1.94	1 fő - 6%	4 fő - 22%	13 fő - 72%
13 évesek	37.42	43.95	41.16	2.04	37.67	40.80	39.37	1.12	1 fő - 8%	5 fő - 38%	7 fő - 54%
14 évesek	36.15	44.08	39.69	2.01	37.65	40.83	39.24	1.10	4 fő - 21%	9 fő - 47%	6 fő - 32%

15 évesek	34.41	43.43	39.95	3.89	35.80	39.80	38.37	1.55	4 fő - 31%	3 fő - 23%	6 fő - 46%
16 évesek	45.74	45.74	45.74	0.00	36.63	36.63	36.63	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%

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	15.00	25.00	21.88	3.48	16.00	25.00	20.50	4.50		12 fő - 100%
12 évesek	20.00	31.00	24.88	3.44	16.00	25.00	20.00	2.68	1 fő - 6%	17 fő - 94%
13 évesek	13.00	26.00	20.67	4.35	17.00	27.00	21.29	2.91	3 fő - 23%	10 fő - 77%
14 évesek	12.00	27.00	20.70	4.52	18.00	28.00	20.33	3.27	5 fő - 26%	14 fő - 74%
15 évesek	10.00	25.00	19.00	7.35	15.00	20.00	18.63	1.65	3 fő - 23%	10 fő - 77%
16 évesek	30.00	30.00	30.00	0.00	18.00	18.00	18.00	0.00		3 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %

### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	21.00	28.00	24.13	2.03	23.00	25.00	24.00	1.00	1 fő - 8%	11 fő - 92%
12 évesek	23.50	29.00	25.60	2.30	26.00	29.00	27.90	0.97		18 fő - 100%
13 évesek	20.50	27.40	23.45	2.18	27.50	29.50	28.36	0.58	2 fő - 15%	11 fő - 85%
14 évesek	19.50	27.30	23.01	2.88	23.00	28.70	25.60	1.73	7 fő - 37%	12 fő - 63%
15 évesek	15.00	25.00	21.70	3.79	18.00	25.00	23.25	2.22	4 fő - 31%	9 fő - 69%
16 évesek	26.00	26.00	26.00	0.00	20.00	23.00	21.50	1.50	1 fő - 33%	2 fő - 67%

Összesen: 0 % 0 %

### Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	5.00	15.00	9.38	3.74	5.00	8.00	6.25	1.30	5 fő - 42%	7 fő - 58%
12 évesek	7.00	27.00	16.13	6.83	4.00	10.00	6.30	1.62	6 fő - 33%	12 fő - 67%
13 évesek	6.00	26.00	15.67	6.70	4.00	21.00	9.14	5.11	3 fő - 23%	10 fő - 77%
14 évesek	2.00	26.00	13.10	7.66	6.00	26.00	10.33	6.43	6 fő - 32%	13 fő - 68%
15 évesek	5.00	20.00	11.60	5.82	5.00	10.00	7.50	1.58	4 fő - 31%	9 fő - 69%
16 évesek	20.00	20.00	20.00	0.00	5.00	7.00	6.00	1.00		3 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %

### Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	15.20	24.80	21.35	2.79	14.00	22.00	19.53	3.23	2 fő - 17%		10 fő - 83%
12 évesek	9.60	39.40	27.09	9.44	16.30	26.30	22.00	3.22	2 fő - 11%	4 fő - 22%	12 fő - 67%
13 évesek	26.40	48.20	38.67	6.95	21.80	29.90	25.44	2.66		2 fő - 15%	11 fő - 85%
14 évesek	18.30	48.70	32.01	7.92	18.90	28.70	22.58	2.70	3 fő - 16%	8 fő - 42%	8 fő - 42%
15 évesek	23.50	29.70	27.28	2.14	18.70	23.10	20.78	1.51	7 fő - 54%	6 fő - 46%	
16 évesek	32.10	32.10	32.10	0.00	16.70	20.30	18.50	1.80	2 fő - 67%	1 fő - 33%	

Összesen: 0 % 0 % 0 %

### Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	120.00	200.00	158.75	23.68	130.00	140.00	137.50	4.33	1 fő - 8%	11 fő - 92%
12 évesek	160.00	211.00	187.63	16.66	112.00	150.00	130.90	11.51	6 fő - 33%	12 fő - 67%
13 évesek	107.00	210.00	171.67	33.30	118.00	174.00	147.71	17.74	2 fő - 15%	11 fő - 85%
14 évesek	130.00	200.00	161.40	22.05	127.00	190.00	153.44	20.01	7 fő - 37%	12 fő - 63%
15 évesek	120.00	200.00	168.00	32.50	130.00	180.00	151.25	15.36	3 fő - 23%	10 fő - 77%
16 évesek	210.00	210.00	210.00	0.00	130.00	130.00	130.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%

Összesen: 0 % 0 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.50	21.00	15.94	2.04	13.50	23.50	18.63	3.65	11 fő - 92%	1 fő - 8%
12 évesek	17.50	29.25	23.38	3.49	14.50	30.00	24.33	4.89	6 fő - 33%	12 fő - 67%
13 évesek	17.50	28.00	23.63	3.64	19.00	41.10	28.36	6.57	5 fő - 38%	8 fő - 62%
14 évesek	18.50	30.00	23.91	3.53	17.50	35.00	25.03	4.78	6 fő - 32%	13 fő - 68%
15 évesek	17.50	23.00	19.60	1.85	18.50	26.50	23.63	2.26	10 fő - 77%	3 fő - 23%
16 évesek	26.50	26.50	26.50	0.00	20.50	21.00	20.75	0.25	2 fő - 67%	1 fő - 33%

Összesen: 0 % 0 %