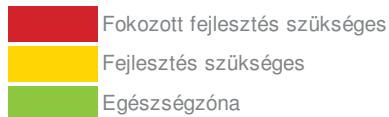
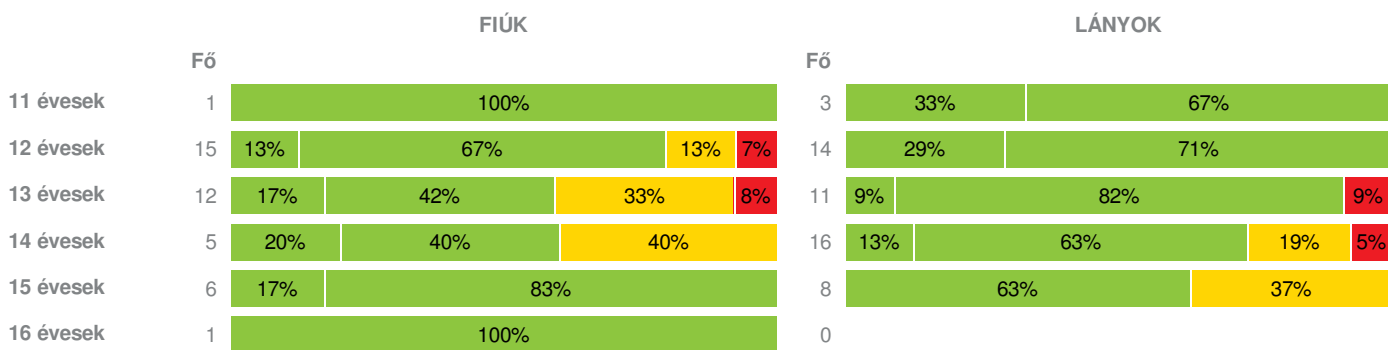
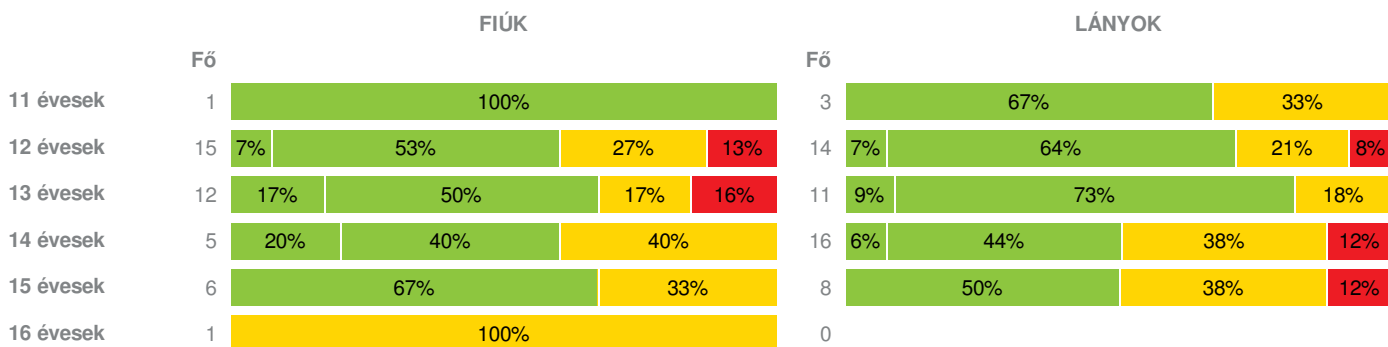
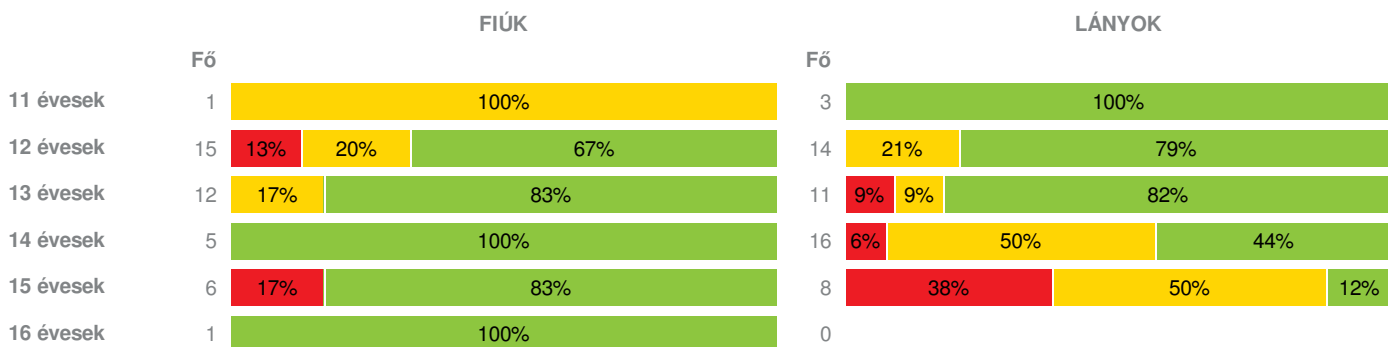
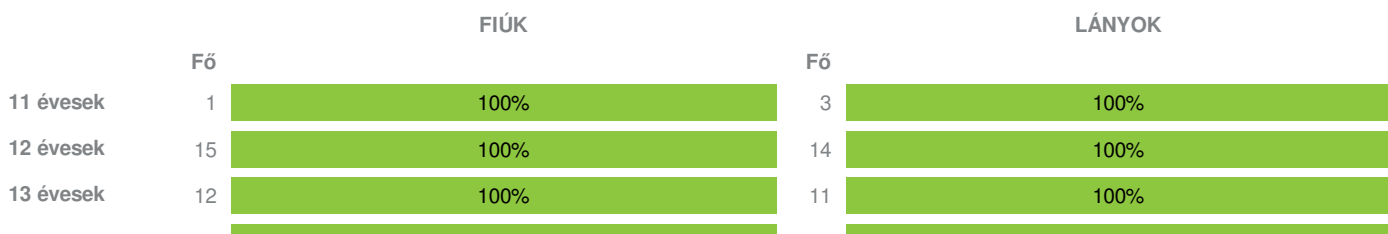


Létszám: 92 / 40 fiú, 52 lány

Tanév: 2015/2016

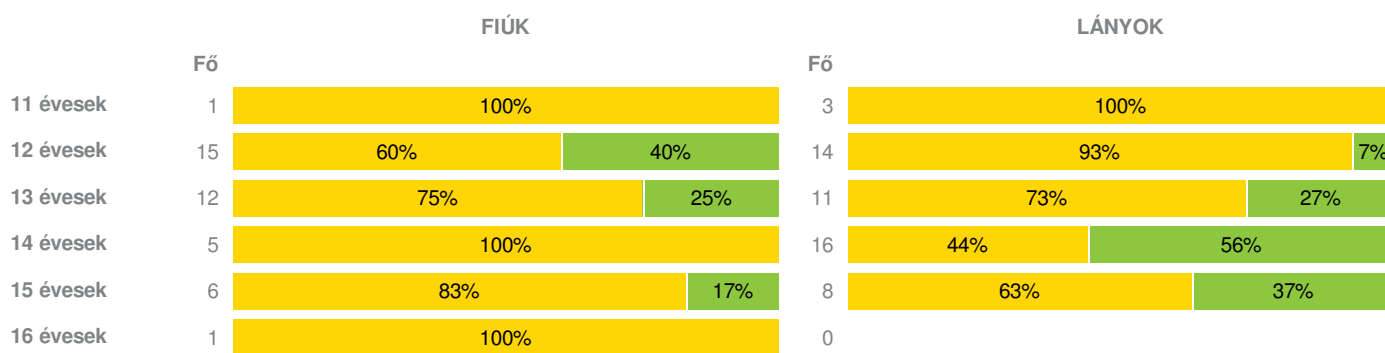
Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00000 %

Nyomtatás dátuma: 2017.10.16 15:46:15

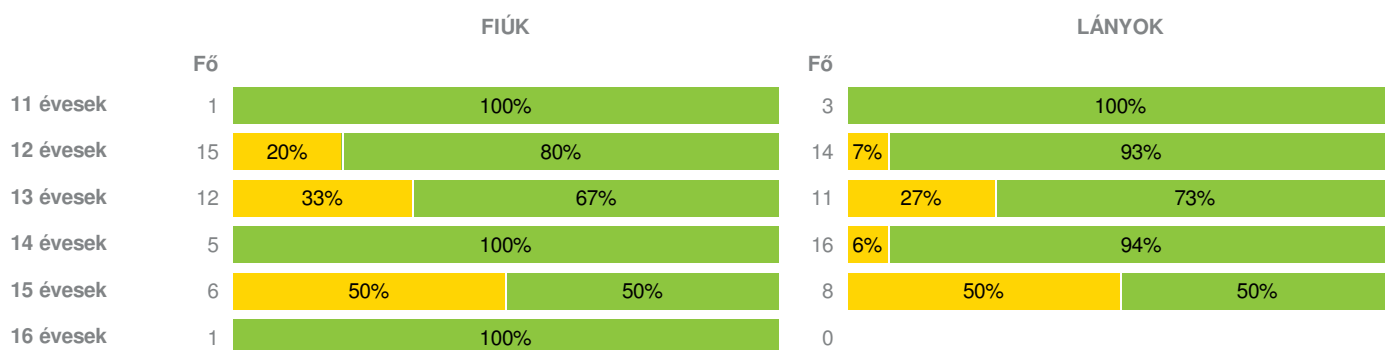

**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

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

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




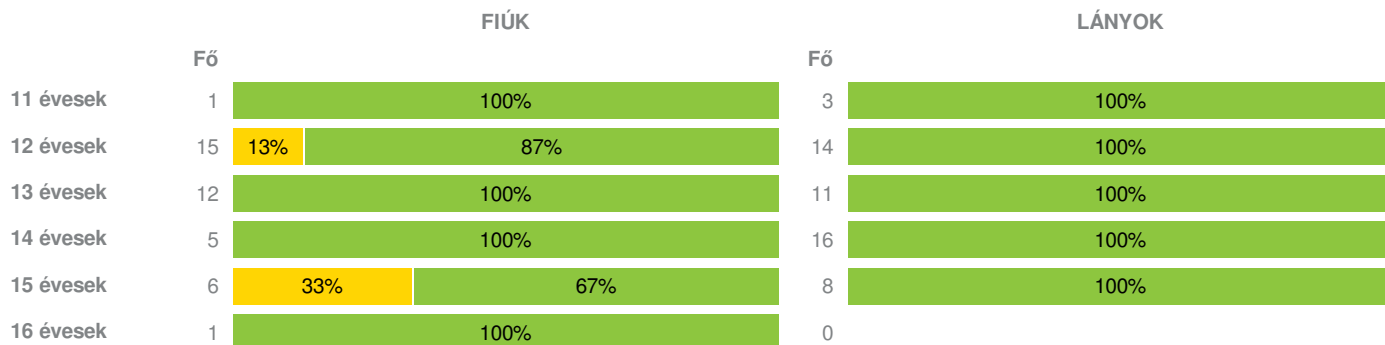
### Törzsemelés (cm)



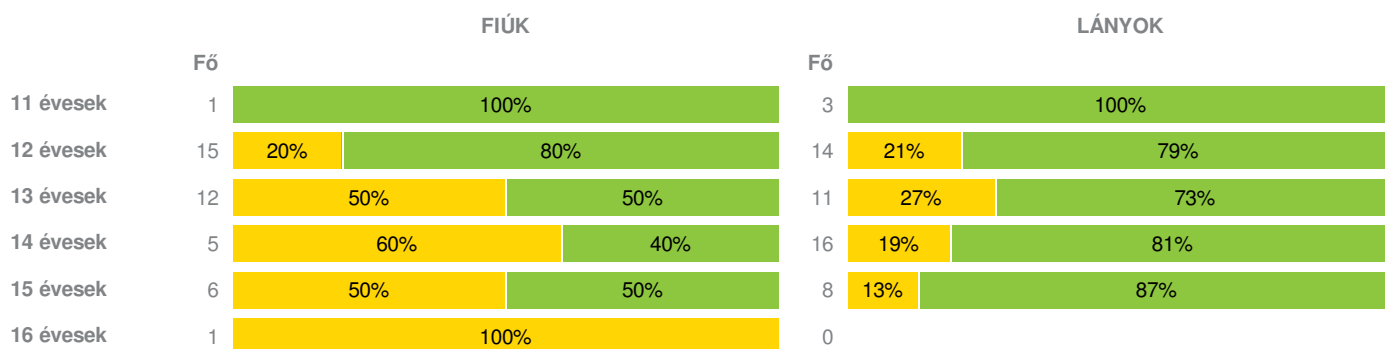
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)



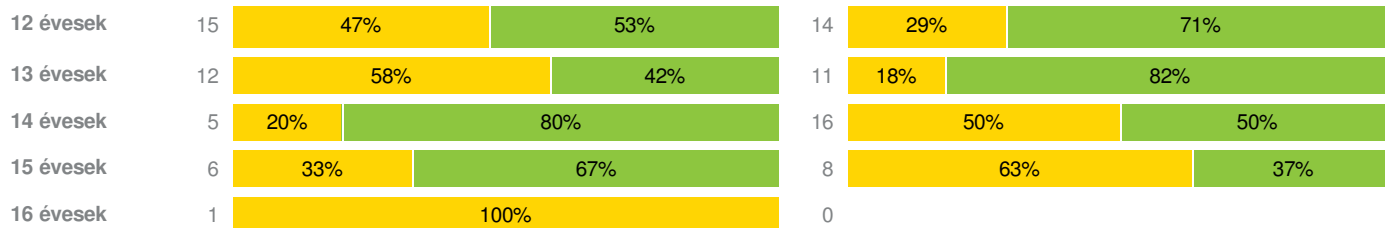
### Helyből távolugrás (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)





Magyar Diáksport Szövetség - 2016



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Dunabogdányi Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola

Létszám: 92 / 40 fiú, 52 lány

Tanév: 2015/2016

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00000 %

Nyomatás dátuma: 2017.10.16 15:46:15

## 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	18.00	18.00	18.00	0.00	15.00	20.00	18.00	2.15			4 fő - 100%
12 évesek	14.00	32.00	20.00	4.49	14.00	21.00	18.00	2.71	1 fő - 3%	2 fő - 7%	26 fő - 90%
13 évesek	14.00	27.00	20.00	4.39	16.00	29.00	20.00	3.52	2 fő - 9%	4 fő - 17%	17 fő - 74%
14 évesek	16.00	26.00	20.00	4.10	15.00	34.00	22.00	4.30	1 fő - 5%	5 fő - 24%	15 fő - 71%
15 évesek	16.00	22.00	18.00	2.15	19.00	26.00	22.00	2.51		3 fő - 21%	11 fő - 79%
16 évesek	15.00	15.00	15.00	0.00							1 fő - 100%
Összesen:									4 %	15 %	81 %

#### Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	19.00	19.00	19.00	0.00	16.00	30.00	22.00	6.03			1 fő - 25% 3 fő - 75%
12 évesek	1.00	36.00	20.00	10.23	7.00	36.00	21.00	7.53	3 fő - 10%	7 fő - 24%	19 fő - 66%
13 évesek	1.00	39.00	19.00	11.22	9.00	35.00	20.00	7.77	2 fő - 9%	4 fő - 17%	17 fő - 74%
14 évesek	6.00	25.00	17.00	7.68	13.00	38.00	28.00	6.64	2 fő - 10%	8 fő - 38%	11 fő - 52%
15 évesek	10.00	25.00	16.00	6.64	21.00	38.00	28.00	5.14	1 fő - 7%	5 fő - 36%	8 fő - 57%
16 évesek	31.00	31.00	31.00	0.00							1 fő - 100%
Összesen:									9 %	28 %	63 %

### 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	38.00	38.00	38.00	0.00	46.00	51.00	49.00	1.90			1 fő - 25% 3 fő - 75%
12 évesek	35.00	54.00	44.00	5.14	37.00	49.00	42.00	3.45	2 fő - 7%	6 fő - 21%	21 fő - 72%
13 évesek	38.00	55.00	44.00	4.41	36.00	54.00	45.00	5.25	1 fő - 4%	3 fő - 13%	19 fő - 83%
14 évesek	43.00	49.00	47.00	2.18	35.00	49.00	41.00	4.22	1 fő - 5%	8 fő - 38%	12 fő - 57%

15 évesek	37.00	47.00	45.00	3.69	36.00	42.00	38.00	1.96	4 fő - 29%	4 fő - 29%	6 fő - 43%
16 évesek	46.00	46.00	46.00	0.00							1 fő - 100%

Összesen: 9 % 24 % 67 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	42.00	42.00	42.00	0.00	50.00	50.00	50.00	0.00		4 fő - 100%
12 évesek	30.00	50.00	44.00	6.78	40.00	53.00	48.00	3.87		29 fő - 100%
13 évesek	30.00	70.00	47.00	9.92	30.00	80.00	56.00	14.82		23 fő - 100%
14 évesek	41.00	50.00	47.00	4.18	21.00	54.00	47.00	8.35		21 fő - 100%
15 évesek	13.00	66.00	39.00	16.62	30.00	60.00	48.00	8.49	1 fő - 7%	13 fő - 93%
16 évesek	41.00	41.00	41.00	0.00						1 fő - 100%

Összesen: 1 % 99 %

### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	14.00	14.00	0.00	10.00	18.00	15.00	3.54	4 fő - 100%	
12 évesek	15.00	29.00	22.00	5.02	13.00	26.00	19.00	3.34	22 fő - 76%	7 fő - 24%
13 évesek	16.00	29.00	21.00	3.92	13.00	30.00	20.00	4.91	17 fő - 74%	6 fő - 26%
14 évesek	13.00	20.00	16.00	2.53	13.00	30.00	22.00	5.23	12 fő - 57%	9 fő - 43%
15 évesek	9.00	26.00	18.00	5.25	16.00	28.00	21.00	4.32	10 fő - 71%	4 fő - 29%
16 évesek	21.00	21.00	21.00	0.00					1 fő - 100%	

Összesen: 72 % 28 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	26.00	26.00	26.00	0.00	11.00	26.00	17.00	6.65		4 fő - 100%
12 évesek	2.00	33.00	18.00	10.05	4.00	26.00	14.00	5.94	4 fő - 14%	25 fő - 86%
13 évesek	1.00	30.00	16.00	8.74	2.00	30.00	14.00	8.59	7 fő - 30%	16 fő - 70%
14 évesek	20.00	26.00	23.00	2.80	2.00	24.00	16.00	6.26	1 fő - 5%	20 fő - 95%
15 évesek	10.00	21.00	16.00	4.22	1.00	24.00	10.00	8.21	7 fő - 50%	7 fő - 50%
16 évesek	20.00	20.00	20.00	0.00						1 fő - 100%

Összesen: 21 % 79 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	25.00	25.00	25.00	0.00	23.00	28.00	25.00	1.95		4 fő - 100%
12 évesek	16.00	37.00	26.00	5.89	17.00	39.00	26.00	6.73	2 fő - 7%	27 fő - 93%
13 évesek	22.00	36.00	27.00	4.07	16.00	33.00	27.00	4.96		23 fő - 100%
14 évesek	28.00	50.00	35.00	7.83	19.00	36.00	28.00	4.83		21 fő - 100%
15 évesek	18.00	45.00	29.00	8.23	20.00	35.00	28.00	4.95	2 fő - 14%	12 fő - 86%
16 évesek	29.00	29.00	29.00	0.00						1 fő - 100%

Összesen: 4 % 96 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	170.00	170.00	170.00	0.00	150.00	165.00	157.00	6.13		4 fő - 100%
12 évesek	130.00	184.00	157.00	17.14	105.00	180.00	146.00	24.43	6 fő - 21%	23 fő - 79%
13 évesek	125.00	185.00	154.00	18.30	124.00	172.00	152.00	17.01	9 fő - 39%	14 fő - 61%
14 évesek	150.00	202.00	175.00	22.11	100.00	200.00	149.00	26.17	6 fő - 29%	15 fő - 71%
15 évesek	140.00	218.00	174.00	26.16	120.00	170.00	150.00	14.78	4 fő - 29%	10 fő - 71%
16 évesek	178.00	178.00	178.00	0.00					1 fő - 100%	
Összesen:									28 %	72 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	23.00	23.00	23.00	0.00	21.00	24.00	22.00	1.20	3 fő - 75%	1 fő - 25%
12 évesek	13.00	31.00	22.00	4.63	13.00	33.00	25.00	5.11	11 fő - 38%	18 fő - 62%
13 évesek	9.00	31.00	20.00	6.39	24.00	39.00	31.00	5.39	9 fő - 39%	14 fő - 61%
14 évesek	16.00	27.00	21.00	3.51	14.00	35.00	24.00	5.52	9 fő - 43%	12 fő - 57%
15 évesek	14.00	23.00	20.00	3.00	11.00	32.00	21.00	7.09	7 fő - 50%	7 fő - 50%
16 évesek	11.00	11.00	11.00	0.00					1 fő - 100%	
Összesen:									43 %	57 %