

	Fokozott fejlesztés szükséges
	Fejlesztés szükséges
	Egészségzóna

Létszám: 78 / 46 fiú, 32 lány

Átlagéletkor: 16

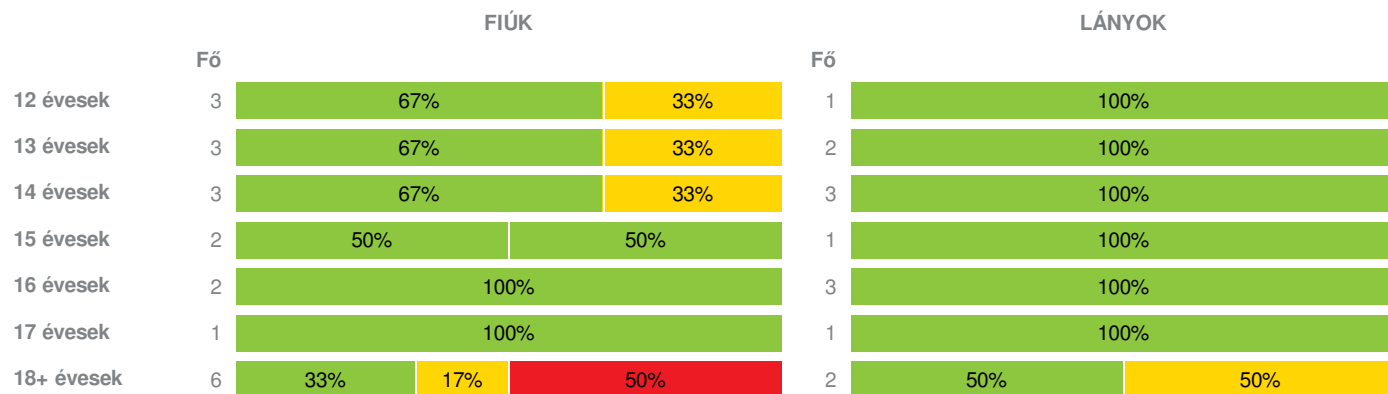
Tanév: 2017/2018

Adatfeltöltöttségi állapot: 67,52137 %

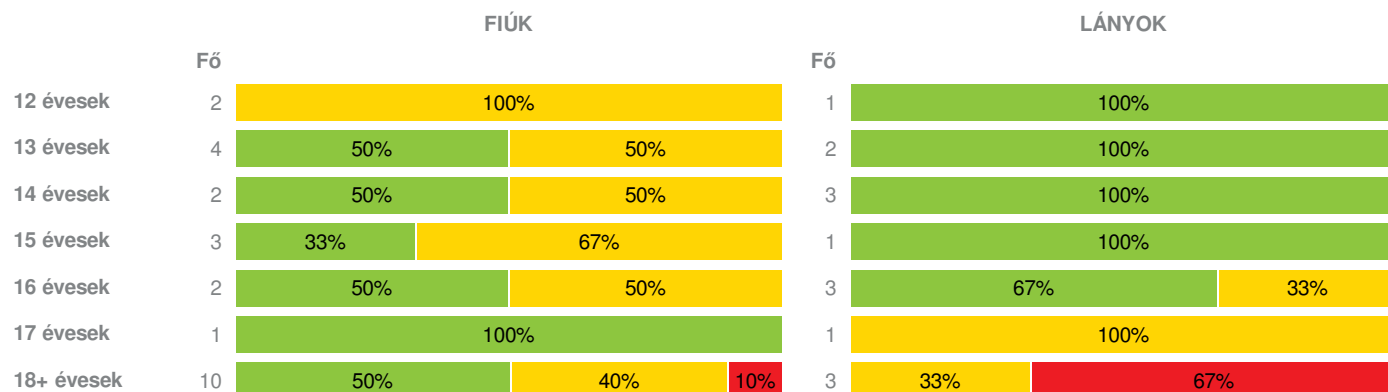
Nyomtatás dátuma: 2017.10.19 09:21:24

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

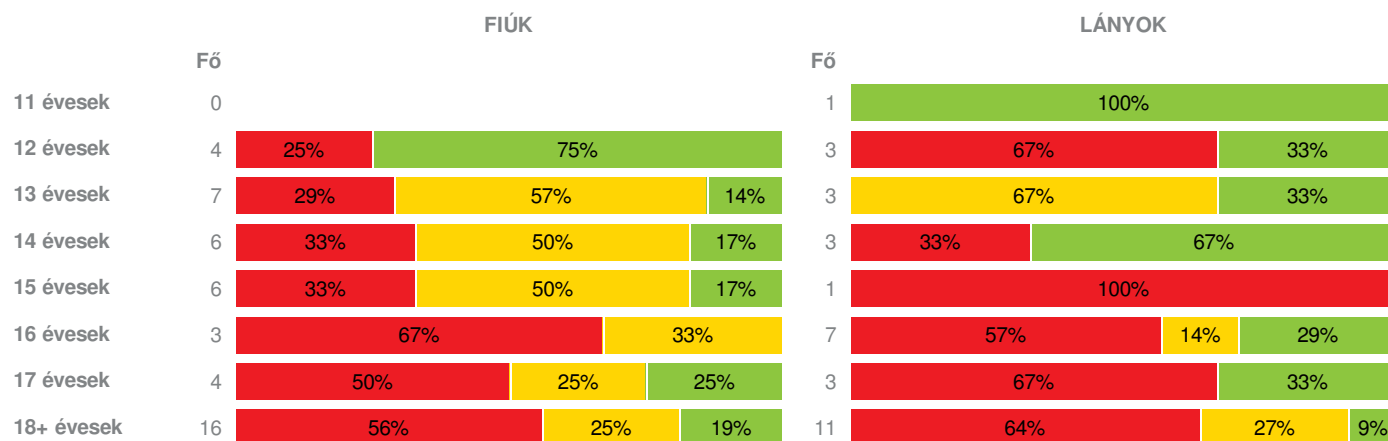
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

Testzsír százalék (TZS %)



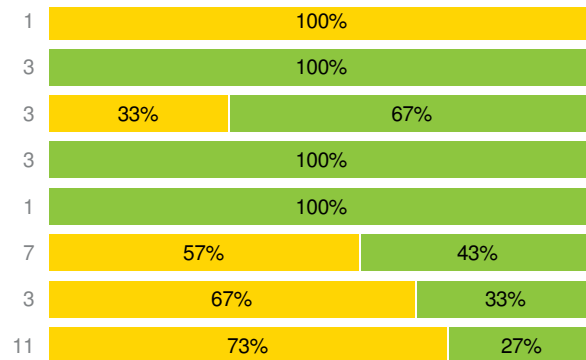
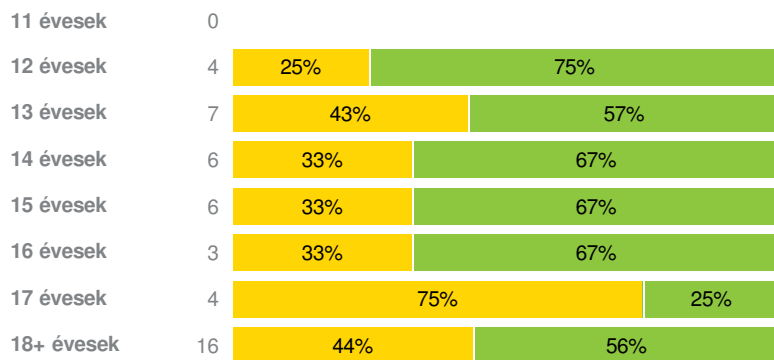
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

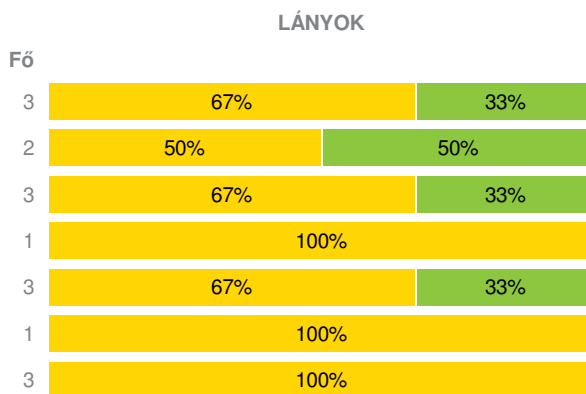
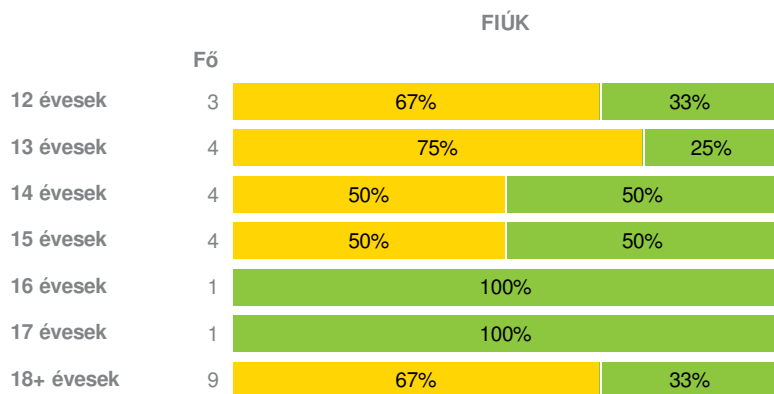
VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

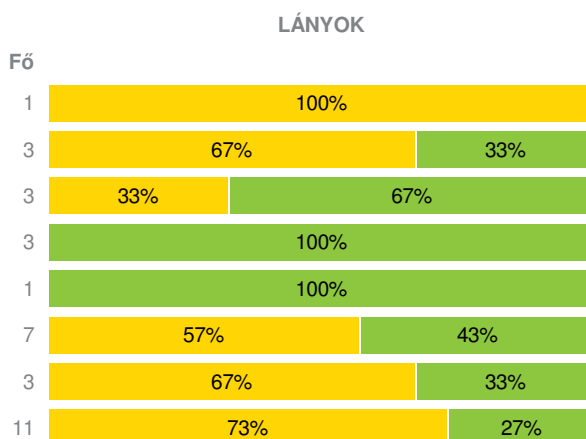
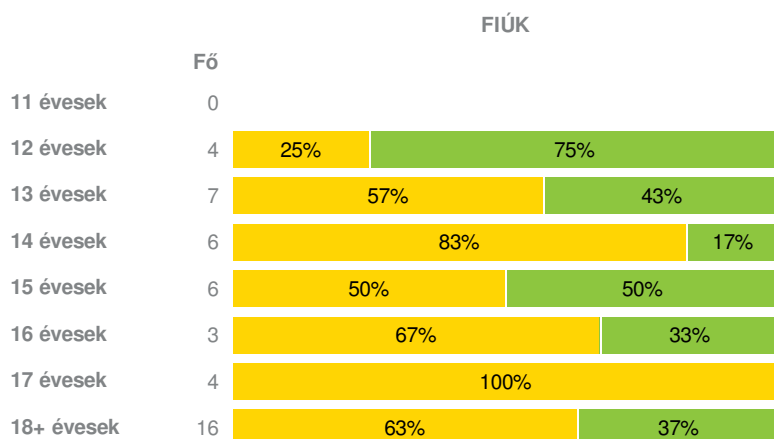




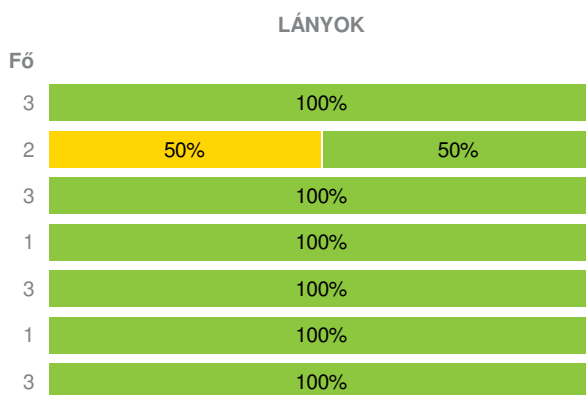
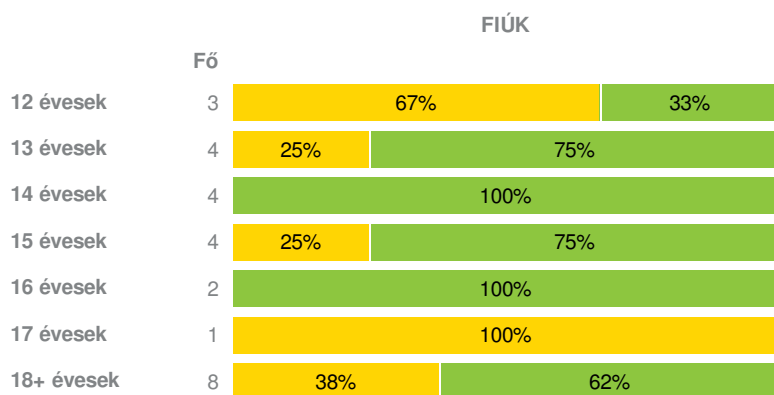
Törzsemelés teszt (cm)



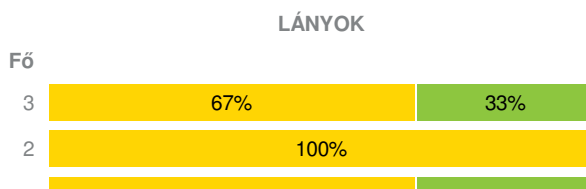
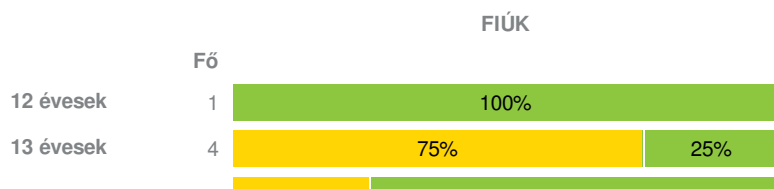
Ütemezett fekvőtámasz (db)

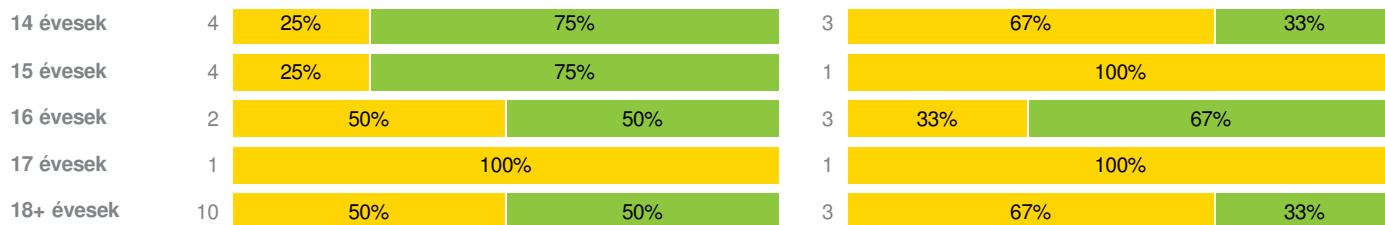


Kézi szorítóerő (kg)



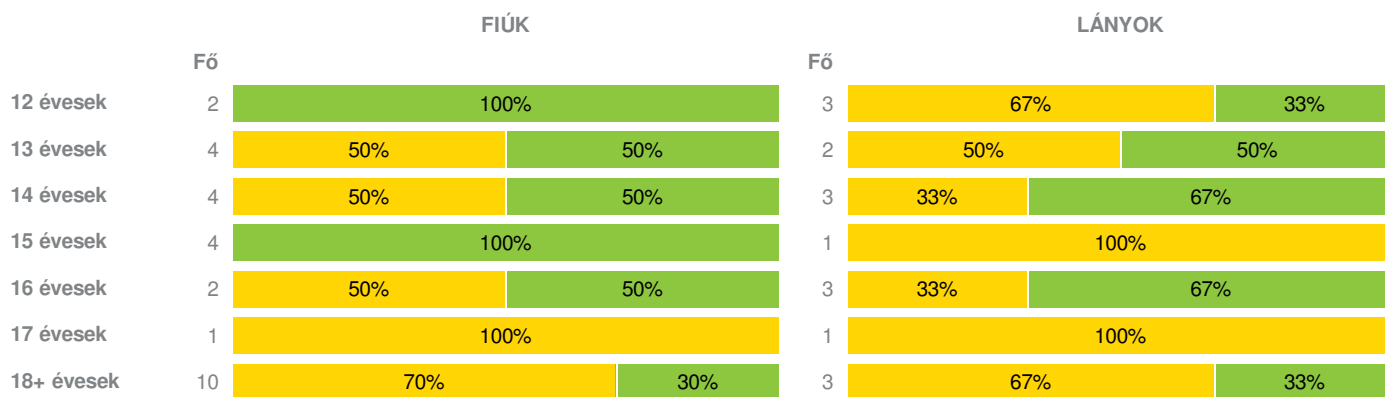
Helyből távolugrás (cm)



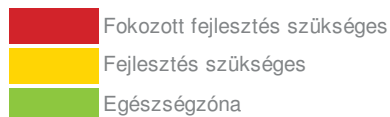


HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



Magyar Diáksport Szövetség - 2017



Budapesti Montessori Általános Iskola és Gimnázium 200518 / 2

Létszám: 78 / 46 fiú, 32 lány

Átlagéletkor: 16

Tanév: 2017/2018

Adatfeltöltöttségi állapot: 67,52137 %

Nyomatás dátuma: 2017.10.19 09:21:24

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek											
12 évesek	19.960000	24.780000	21.83	2.11	18.250000	18.250000	18.25	0.00	1 fő - 25%	3 fő - 75%	
13 évesek	17.580000	23.210000	19.59	2.57	17.110000	21.860000	19.49	2.38	1 fő - 20%	4 fő - 80%	
14 évesek	19.620000	24.740000	21.85	2.14	18.310000	21.110000	19.40	1.23	1 fő - 17%	5 fő - 83%	
15 évesek	16.520000	20.480000	18.50	1.98	19.190000	19.190000	19.19	0.00		3 fő - 100%	
16 évesek	21.360000	22.850000	22.11	0.75	18.780000	22.300000	20.37	1.46		5 fő - 100%	
17 évesek	18.500000	18.500000	18.50	0.00	20.420000	20.420000	20.42	0.00		2 fő - 100%	
18+ évesek	21.540000	40.050000	28.87	6.35	21.560000	27.240000	24.40	2.84	3 fő - 37%	2 fő - 25%	3 fő - 38%
Összesen:									9 %	15 %	76 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											

11 évesek												
12 évesek	24.400000	33.300000	28.85	4.45	19.700000	19.700000	19.70	0.00		2 fő - 67%	1 fő - 33%	
13 évesek	9.600000	33.000000	21.18	10.37	20.500000	22.600000	21.55	1.05		2 fő - 33%	4 fő - 67%	
14 évesek	11.500000	25.000000	18.25	6.75	19.100000	23.900000	21.87	2.03		1 fő - 20%	4 fő - 80%	
15 évesek	16.600000	26.600000	22.87	4.46	18.700000	18.700000	18.70	0.00		2 fő - 50%	2 fő - 50%	
16 évesek	15.800000	21.600000	18.70	2.90	17.700000	29.900000	24.27	5.02		2 fő - 40%	3 fő - 60%	
17 évesek	10.400000	10.400000	10.40	0.00	30.100000	30.100000	30.10	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%	
18+ évesek	11.800000	39.800000	22.56	8.00	32.500000	42.400000	38.77	4.45		3 fő - 24%	5 fő - 38%	5 fő - 38%

Összesen: 8 % 39 % 53 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek					42.150000	42.150000	42.15	0.00			1 fő - 100%
12 évesek	34.760000	44.290000	40.16	3.43	35.110000	43.310000	38.04	3.73	3 fő - 43%		4 fő - 57%
13 évesek	35.430000	41.510000	38.80	1.74	39.010000	41.510000	40.03	1.07	2 fő - 20%	6 fő - 60%	2 fő - 20%
14 évesek	35.150000	42.860000	39.79	2.80	33.750000	52.630000	42.76	7.73	3 fő - 33%	3 fő - 33%	3 fő - 33%
15 évesek	34.040000	47.570000	39.62	4.51	34.510000	34.510000	34.51	0.00	3 fő - 43%	3 fő - 43%	1 fő - 14%
16 évesek	32.940000	42.220000	36.11	4.32	33.270000	41.840000	37.04	3.35	6 fő - 60%	2 fő - 20%	2 fő - 20%
17 évesek	32.430000	45.460000	39.02	4.82	32.010000	40.820000	34.95	4.15	4 fő - 57%	1 fő - 14%	2 fő - 29%
18+ évesek	29.380000	46.170000	37.89	5.69	30.160000	44.890000	34.88	4.06	16 fő - 59%	7 fő - 26%	4 fő - 15%

Összesen: 47 % 28 % 25 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ	
10 évesek											
11 évesek					0.000000	0.000000	0.00	0.00			1 fő - 100%
12 évesek	0.000000	80.000000	42.75	31.28	40.000000	80.000000	60.00	16.33	1 fő - 14%		6 fő - 86%
13 évesek	0.000000	80.000000	34.57	32.35	0.000000	60.000000	34.33	25.25	4 fő - 40%		6 fő - 60%
14 évesek	0.000000	80.000000	42.33	35.20	40.000000	80.000000	60.00	16.33	2 fő - 22%		7 fő - 78%
15 évesek	0.000000	80.000000	53.33	37.71	80.000000	80.000000	80.00	0.00	2 fő - 29%		5 fő - 71%
16 évesek	0.000000	80.000000	38.33	32.74	0.000000	80.000000	34.29	39.59	5 fő - 50%		5 fő - 50%
17 évesek	0.000000	80.000000	20.00	34.64	0.000000	30.000000	10.00	14.14	5 fő - 71%		2 fő - 29%
18+ évesek	0.000000	80.000000	39.25	36.42	0.000000	80.000000	19.55	32.51	15 fő - 56%		12 fő - 44%

Összesen: 45 % 55 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ	
10 évesek											
11 évesek											
12 évesek	18.000000	27.000000	22.33	3.68	16.000000	30.000000	21.00	6.38	4 fő - 67%		2 fő - 33%
13 évesek	16.500000	24.000000	20.70	2.73	19.000000	23.600000	21.30	2.30	4 fő - 67%		2 fő - 33%
14 évesek	14.000000	27.000000	22.00	5.15	17.400000	25.000000	20.47	3.27	4 fő - 57%		3 fő - 43%
15 évesek	18.000000	28.000000	22.38	3.70	21.000000	21.000000	21.00	0.00	3 fő - 60%		2 fő - 40%
16 évesek	24.000000	24.000000	24.00	0.00	14.400000	30.000000	21.47	6.45	2 fő - 50%		2 fő - 50%
17 évesek	26.000000	26.000000	26.00	0.00	11.300000	11.300000	11.30	0.00	1 fő - 50%		1 fő - 50%
18+ évesek	14.000000	30.000000	20.51	5.93	15.800000	21.300000	17.70	2.55	9 fő - 75%		3 fő - 25%

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek					0.000000	0.000000	0.00	0.00	1 fő - 100%	
12 évesek	0.000000	30.000000	13.75	10.69	0.000000	12.000000	6.00	4.90	3 fő - 43%	4 fő - 57%
13 évesek	0.000000	21.000000	8.43	8.40	0.000000	21.000000	10.33	8.58	5 fő - 50%	5 fő - 50%
14 évesek	0.000000	21.000000	9.00	7.30	9.000000	26.000000	18.33	7.04	5 fő - 56%	4 fő - 44%
15 évesek	0.000000	30.000000	15.83	12.76	7.000000	7.000000	7.00	0.00	3 fő - 43%	4 fő - 57%
16 évesek	0.000000	19.000000	11.33	8.18	0.000000	18.000000	6.29	7.59	6 fő - 60%	4 fő - 40%
17 évesek	0.000000	14.000000	3.50	6.06	0.000000	8.000000	2.67	3.77	6 fő - 86%	1 fő - 14%
18+ évesek	0.000000	39.000000	13.13	13.71	0.000000	18.000000	3.73	6.47	18 fő - 67%	9 fő - 33%

Összesen: 60 % 40 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek										
12 évesek	14.950000	36.850000	23.30	9.67	15.800000	26.000000	20.48	4.21	2 fő - 33%	4 fő - 67%
13 évesek	16.100000	31.200000	23.96	5.36	14.500000	19.350000	16.93	2.43	2 fő - 33%	4 fő - 67%
14 évesek	29.850000	44.800000	35.30	5.99	24.450000	35.850000	29.75	4.69		7 fő - 100%
15 évesek	16.100000	49.750000	36.83	13.08	22.700000	22.700000	22.70	0.00	1 fő - 20%	4 fő - 80%
16 évesek	34.150000	36.050000	35.10	0.95	24.200000	27.450000	25.97	1.34		5 fő - 100%
17 évesek	25.350000	25.350000	25.35	0.00	22.050000	22.050000	22.05	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
18+ évesek	25.700000	75.950000	47.84	15.99	27.150000	39.300000	31.78	5.36	3 fő - 27%	8 fő - 73%

Összesen: 21 % 79 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek										
12 évesek	159.000000	159.000000	159.00	0.00	80.000000	135.000000	105.67	22.60	2 fő - 50%	2 fő - 50%
13 évesek	115.000000	168.000000	145.25	19.23	105.000000	113.000000	109.00	4.00	5 fő - 83%	1 fő - 17%
14 évesek	158.000000	221.000000	188.00	23.12	107.000000	167.000000	129.67	26.60	3 fő - 43%	4 fő - 57%
15 évesek	144.000000	218.000000	194.00	29.29	110.000000	110.000000	110.00	0.00	2 fő - 40%	3 fő - 60%
16 évesek	169.000000	201.000000	185.00	16.00	132.000000	180.000000	154.00	19.80	2 fő - 40%	3 fő - 60%
17 évesek	153.000000	153.000000	153.00	0.00	127.000000	127.000000	127.00	0.00	2 fő - 100%	
18+ évesek	135.000000	240.000000	191.70	29.70	128.000000	167.000000	141.33	18.15	7 fő - 54%	6 fő - 46%

Összesen: 55 % 45 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek										
12 évesek	21.500000	34.500000	28.00	6.50	14.500000	43.000000	25.83	12.34	2 fő - 40%	3 fő - 60%
13 évesek	13.500000	23.000000	18.88	3.85	22.500000	26.500000	24.50	2.00	3 fő - 50%	3 fő - 50%

14 évesek	13.500000	25.000000	19.50	5.06	25.000000	30.500000	27.67	2.25	3 fő - 43%	4 fő - 57%
15 évesek	23.000000	30.000000	26.00	2.55	21.500000	21.500000	21.50	0.00	1 fő - 20%	4 fő - 80%
16 évesek	15.500000	27.500000	21.50	6.00	22.500000	39.500000	32.00	7.08	2 fő - 40%	3 fő - 60%
17 évesek	20.000000	20.000000	20.00	0.00	22.500000	22.500000	22.50	0.00	2 fő - 100%	
18+ évesek	9.500000	24.750000	17.08	4.81	16.000000	31.000000	22.00	6.48	9 fő - 69%	4 fő - 31%
Összesen:									51 %	49 %

□

Magyar Diáksport Szövetség - 2017