

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					12	15	14	1.55			3 fő - 100%
11 évesek	15	18	17	1.41	14	17	15	1.83			6 fő - 100%
12 évesek	16	33	22	6.13	14	40	22	8.25	5 fő - 31%	1 fő - 6%	10 fő - 63%
13 évesek	15	26	19	3.28	17	22	20	1.74		3 fő - 15%	17 fő - 85%
14 évesek	17	22	20	2.01	18	27	22	2.87		2 fő - 15%	11 fő - 85%
15 évesek					20	20	20				1 fő - 100%
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									8 %	10 %	82 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek					13	16	14	2.19			2 fő - 100%
11 évesek	7	21	13	7.39	9	19	13	5.67			6 fő - 100%
12 évesek	14	39	24	8.22	9	42	23	11.09	3 fő - 19%	4 fő - 25%	9 fő - 56%
13 évesek	5	30	13	7.06	16	32	24	4.89		2 fő - 10%	18 fő - 90%
14 évesek	5	23	11	5.53	24	35	29	4.29		5 fő - 36%	9 fő - 64%
15 évesek					27	27	27				1 fő - 100%
16 évesek	23	23	23							1 fő - 100%	
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									5 %	20 %	75 %

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					43	53	48	4.94			3 fő - 100%
11 évesek	41	49	45	3.84	40	51	46	5.35			6 fő - 100%
12 évesek	35	55	44	6.47	36	57	46	7.77	3 fő - 19%	2 fő - 13%	11 fő - 69%
13 évesek	44	58	51	4.57	37	49	45	4.5		1 fő - 5%	19 fő - 95%
14 évesek	47	61	52	4.81	40	56	46	5.46			14 fő - 100%
15 évesek					46	46	46				1 fő - 100%
16 évesek	46	46	46								1 fő - 100%
17 évesek											
18+ évesek											
Összesen:									5 %	5 %	90 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					16	27	21	5.51		3 fő - 100%
11 évesek	20	25	22	2.65	22	36	27	7.37		6 fő - 100%
12 évesek	12	36	24	9.17	7	36	26	9.66	3 fő - 19%	13 fő - 81%
13 évesek	25	50	36	7.43	8	36	22	8.57	1 fő - 5%	19 fő - 95%
14 évesek	30	60	43	10.66	13	35	24	7.62	1 fő - 7%	13 fő - 93%
15 évesek					27	27	27			1 fő - 100%
16 évesek	25	25	25							1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 8 % 92 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					23	24	24	0.61		3 fő - 100%
11 évesek	18	23	20	2.55	17	27	23	5.26	3 fő - 50%	3 fő - 50%
12 évesek	21	26	23	1.69	19	29	26	3.02	4 fő - 25%	12 fő - 75%
13 évesek	17	29	24	3.22	21	29	25	3.76	7 fő - 35%	13 fő - 65%
14 évesek	23	29	26	2.33	22	28	25	2.35	1 fő - 7%	13 fő - 93%
15 évesek					20	20	20		1 fő - 100%	
16 évesek	24	24	24							1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 26 % 74 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					5	17	11	6.11	1 fő - 33%	2 fő - 67%
11 évesek	10	18	13	4.16	8	10	9	1		6 fő - 100%
12 évesek	0	15	8	5.43	3	24	11	6.92	6 fő - 38%	10 fő - 63%
13 évesek	14	36	20	7.02	7	28	12	7.1		20 fő - 100%
14 évesek	10	33	16	7.43	6	17	11	3.8	2 fő - 14%	12 fő - 86%
15 évesek					7	7	7			1 fő - 100%
16 évesek	20	20	20							1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 15 % 85 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					13	16	15	1.54	1 fő - 33%	2 fő - 67%
11 évesek	16	26	20	5.43	13	18	16	2.73	3 fő - 50%	3 fő - 50%
12 évesek	18	36	25	6.01	16	33	24	5.14	1 fő - 6%	15 fő - 94%
13 évesek	17	36	29	6.44	21	31	24	3.44	1 fő - 5%	19 fő - 95%
14 évesek	27	52	38	8.4	19	30	25	4.25		14 fő - 100%
15 évesek					24	24	24			1 fő - 100%
16 évesek	33	33	33							1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 10 % 90 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					122	152	138	15.18	1 fő - 33%	2 fő - 67%
11 évesek	126	182	153	28.05	112	180	149	34.59	2 fő - 33%	4 fő - 67%
12 évesek	100	181	153	26.08	111	221	162	34.66	4 fő - 25%	12 fő - 75%
13 évesek	141	232	184	26.33	97	196	156	32.56	3 fő - 15%	17 fő - 85%
14 évesek	155	251	198	32.01	125	176	154	17.96	3 fő - 21%	11 fő - 79%
15 évesek					161	161	161			1 fő - 100%
16 évesek	151	151	151							
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									23 %	77 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek					28	29	29	0.45		3 fő - 100%
11 évesek	18	26	23	4.45	20	28	25	4.53	2 fő - 33%	4 fő - 67%
12 évesek	11	29	21	6.09	22	29	27	2.94	6 fő - 38%	10 fő - 63%
13 évesek	11	29	24	5.12	23	29	28	2.11	3 fő - 15%	17 fő - 85%
14 évesek	17	29	23	4.22	19	29	26	3.39	5 fő - 36%	9 fő - 64%
15 évesek					29	29	29		1 fő - 100%	
16 évesek	26	26	26							1 fő - 100%
17 évesek										
18+ évesek										
Összesen:									28 %	72 %