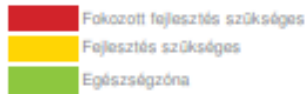


Létszám: 62 / 30 fiú, 32 lány

Tanév: 2017/2018

Adatteljesítési állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2018.06.01 18:58:21


TELEPÜLÉS ZÓNAÖSSZESÍTŐ

Testösszetétel és tápláltsági profil

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

Testzsír százalék (TZS %)

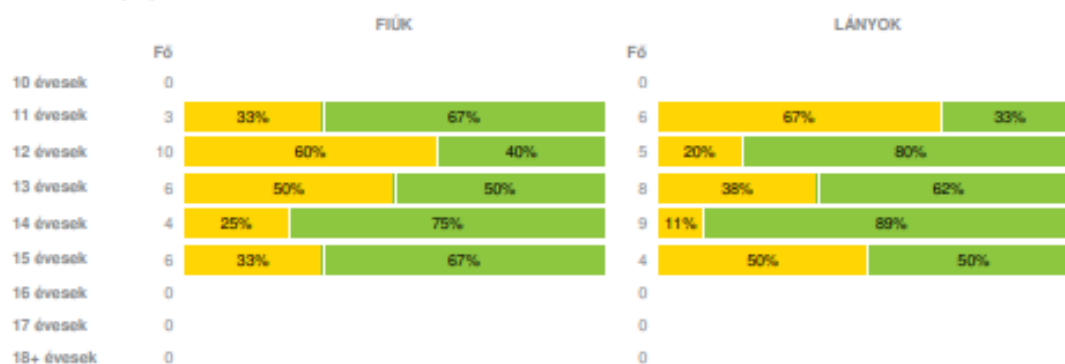
Aerob fitlességi (állóképességi) profil
Állóképességi ingafutás (VO_{2max}: ml/kg/min)


Vázizomzat fittségi profil

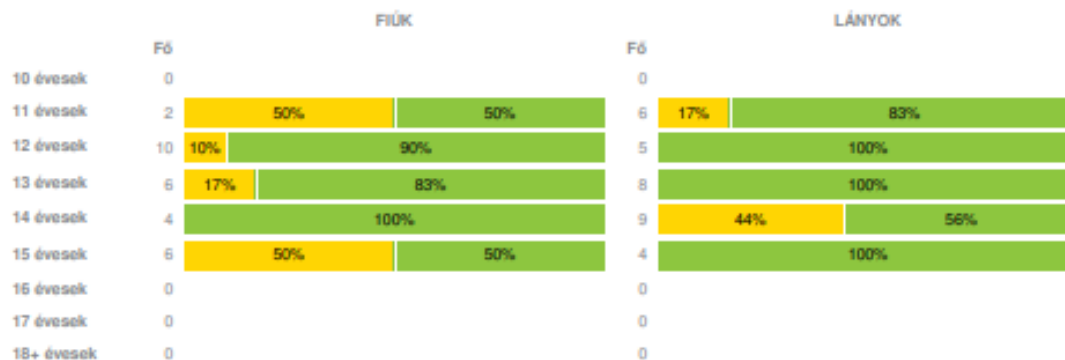
Ütemezett hasizom (db)



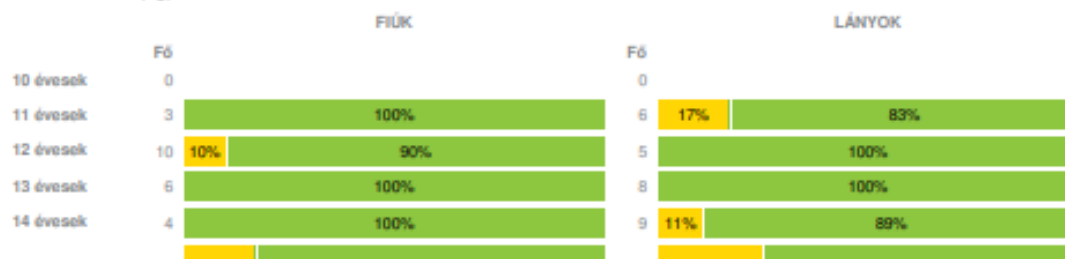
Törzsemelés (cm)



Ütemezett fekvőtámasz (db)

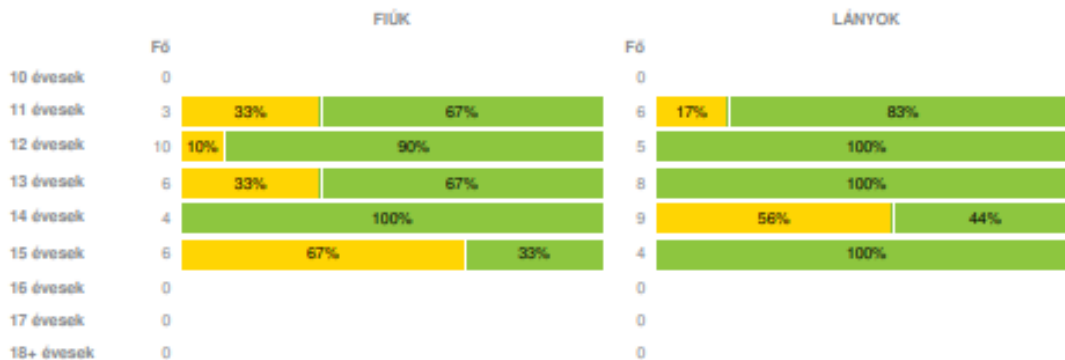


Kézi szorítóerő (kg)



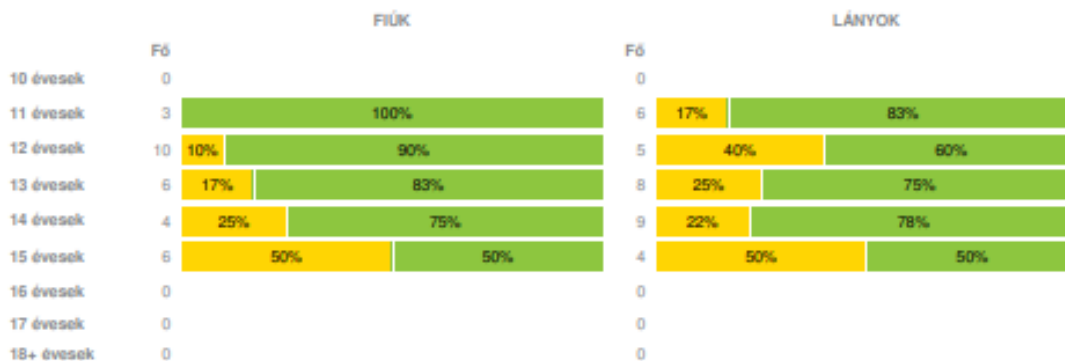


Helyből távolugrás (cm)



Hajlékonysági profil

Hajlékonysági (cm)



Magyar Diáksport Szövetség - 2018



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Tiszavárkony

Létszám: 62 / 30 fiú, 32 lány
 Tanév: 2017/2018
 Adatteljesítési állapot: 100,00 %
 Nyomtatás dátuma: 2018.06.01 18:58:21

TELEPÜLÉS ZÓNAÖSSZESÍTŐ

Testösszetétel és tápláltsági profil

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)



10 évesek												
11 évesek	20.65	33.01	25.74	5.28	15.05	19.99	17.04	1.51	1 16 - 11%	1 16 - 11%	7 16 - 78%	
12 évesek	15.07	28.31	19.24	3.89	15.33	22.34	18.33	2.80	1 16 - 7%	2 16 - 13%	12 16 - 80%	
13 évesek	16.90	27.29	21.43	3.75	13.49	22.71	18.66	3.00	1 16 - 7%	2 16 - 14%	11 16 - 79%	
14 évesek	17.65	21.33	19.12	1.35	16.47	42.97	25.02	7.78	2 16 - 16%	2 16 - 15%	9 16 - 69%	
15 évesek	18.03	37.96	23.98	7.61	16.55	30.26	21.73	5.20	3 16 - 30%		7 16 - 70%	
16 évesek												
17 évesek												
18+ évesek												

Összesen: 13 % 11 % 76 %

Testzsír százalék (T2S %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek	24.50	43.10	33.07	7.66	14.80	25.80	18.30	3.82	1 16 - 11%	3 16 - 33%	5 16 - 56%
12 évesek	8.70	33.60	20.12	7.43	13.30	27.60	19.10	5.19		5 16 - 33%	10 16 - 67%
13 évesek	8.70	34.60	19.95	9.89	5.80	33.80	20.11	9.13		4 16 - 29%	10 16 - 71%
14 évesek	7.70	18.70	13.93	4.09	17.60	45.90	30.19	8.58	2 16 - 15%	3 16 - 23%	8 16 - 62%
15 évesek	7.70	38.40	18.60	11.10	14.20	41.90	26.85	9.96	2 16 - 20%	1 16 - 10%	7 16 - 70%
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 8 % 26 % 66 %

Aerob fitsségi (állóképességi) profil

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek	37.45	47.70	44.04	4.67	40.53	47.88	44.64	2.60		1 16 - 11%	8 16 - 89%
12 évesek	35.36	57.76	49.01	7.04	40.11	53.57	45.58	4.45	1 16 - 7%		14 16 - 93%
13 évesek	41.06	52.34	45.70	4.19	39.20	48.53	44.40	3.08		1 16 - 7%	13 16 - 93%
14 évesek	44.68	55.27	49.71	5.03	33.14	49.49	39.46	4.77	3 16 - 23%	2 16 - 15%	8 16 - 62%
15 évesek	33.54	53.03	44.38	6.92	36.60	51.67	44.35	6.15	2 16 - 20%	2 16 - 20%	6 16 - 60%
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 10 % 10 % 80 %

Vázizomzat fitsségi profil

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	12.00	33.00	21.00	8.83	14.00	42.00	24.17	9.44	1 16 - 11%	8 16 - 89%
12 évesek	13.00	40.00	24.90	8.81	25.00	35.00	29.40	3.61	2 16 - 13%	13 16 - 87%
13 évesek	12.00	40.00	24.17	9.79	15.00	40.00	25.50	7.57	3 16 - 21%	11 16 - 79%
14 évesek	31.00	48.00	37.50	7.09	6.00	44.00	22.89	12.43	3 16 - 23%	10 16 - 77%
15 évesek	5.00	53.00	30.33	16.58	12.00	46.00	30.75	12.19	3 16 - 30%	7 16 - 70%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

									Összesen:	20 %	80 %
--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	------	------

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ	
10 évesek											
11 évesek	20.40	29.10	24.53	3.56	21.10	24.50	22.50	1.43	5 10 - 56%	4 10 - 44%	
12 évesek	16.30	28.80	21.40	4.27	20.00	27.50	23.66	2.41	7 10 - 47%	8 10 - 53%	
13 évesek	19.20	24.60	21.95	2.16	15.40	26.90	22.98	3.32	6 10 - 43%	8 10 - 57%	
14 évesek	18.20	24.60	22.38	2.46	20.10	29.80	26.08	2.69	2 10 - 15%	11 10 - 85%	
15 évesek	16.10	26.80	23.15	3.55	16.70	26.40	22.18	3.50	4 10 - 40%	6 10 - 60%	
16 évesek											
17 évesek											
18+ évesek											

Összesen: 39 % 61 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	2.00	21.00	11.50	9.50	6.00	20.00	12.33	5.88	2 10 - 25%	6 10 - 75%
12 évesek	6.00	25.00	16.50	5.94	12.00	20.00	14.60	2.87	1 10 - 7%	14 10 - 93%
13 évesek	8.00	21.00	14.00	4.20	11.00	19.00	15.50	2.65	1 10 - 7%	13 10 - 93%
14 évesek	22.00	30.00	25.25	3.11	4.00	20.00	11.89	6.66	4 10 - 31%	9 10 - 69%
15 évesek	2.00	22.00	13.33	7.63	9.00	17.00	13.75	3.42	3 10 - 30%	7 10 - 70%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 18 % 82 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	19.90	24.45	22.75	2.03	11.35	21.90	17.65	3.46	1 10 - 11%	8 10 - 89%
12 évesek	15.45	29.85	22.09	3.98	17.70	33.50	22.86	5.55	1 10 - 7%	14 10 - 93%
13 évesek	24.80	35.95	30.53	4.10	19.15	27.35	22.43	2.56		14 10 - 100%
14 évesek	30.25	39.05	32.90	3.57	11.20	33.80	24.05	6.23	1 10 - 8%	12 10 - 92%
15 évesek	23.40	47.40	33.66	7.15	16.40	32.85	21.76	6.56	2 10 - 20%	8 10 - 80%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 8 % 92 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	106.00	176.00	150.00	31.28	115.00	188.00	155.33	22.37	2 10 - 22%	7 10 - 78%
12 évesek	125.00	195.00	164.80	19.14	162.00	171.00	166.80	3.31	1 10 - 7%	14 10 - 93%
13 évesek	147.00	218.00	180.00	23.40	148.00	192.00	161.38	13.70	2 10 - 14%	12 10 - 86%
14 évesek	181.00	202.00	187.00	8.69	110.00	182.00	145.56	25.33	5 10 - 38%	8 10 - 62%

15 évesek	111.00	218.00	170.67	36.07	142.00	202.00	177.00	21.81	4 fő - 40%	6 fő - 60%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 23 % 77 %

Hajlékonysági profil

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPÜLÉS	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek	23.20	29.20	27.15	2.79	21.00	29.80	27.10	2.90	1 fő - 11%	8 fő - 89%
12 évesek	16.50	27.90	24.23	3.53	23.05	29.80	27.24	2.82	3 fő - 20%	12 fő - 80%
13 évesek	17.45	29.65	23.99	3.68	15.70	29.90	26.63	5.03	3 fő - 21%	11 fő - 79%
14 évesek	16.10	26.50	22.13	4.08	20.90	29.90	27.11	2.93	3 fő - 23%	10 fő - 77%
15 évesek	13.20	28.65	20.56	6.40	24.50	29.55	26.96	2.15	5 fő - 50%	5 fő - 50%
16 évesek										
17 évesek										
18+ évesek										

Összesen: 25 % 75 %