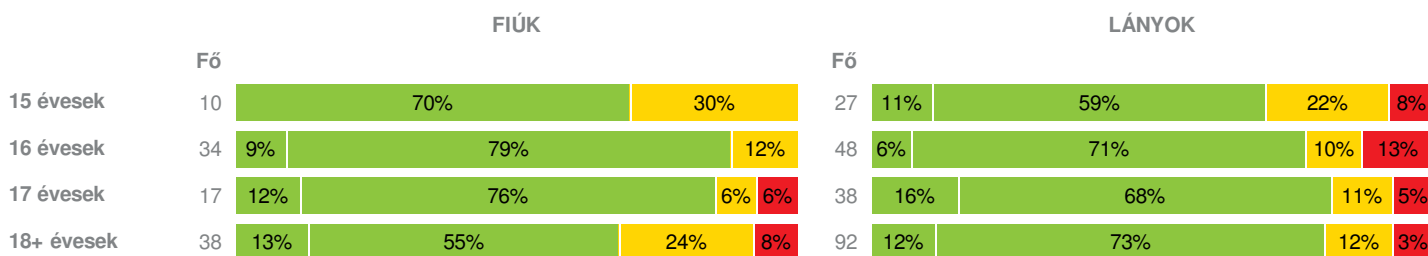
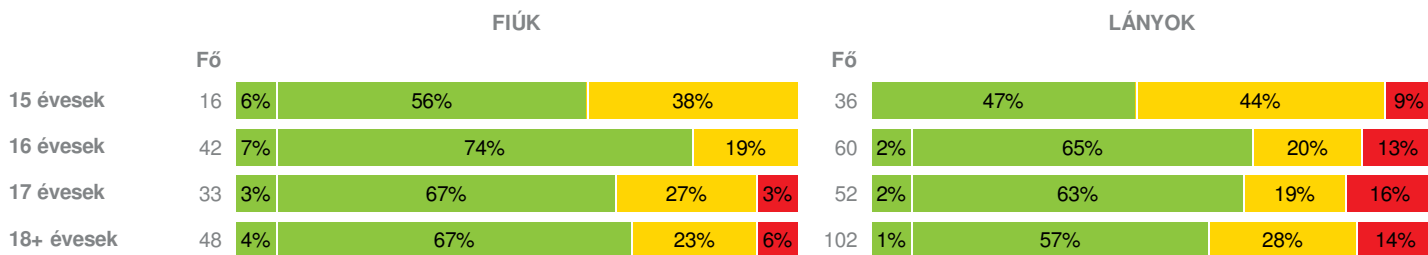
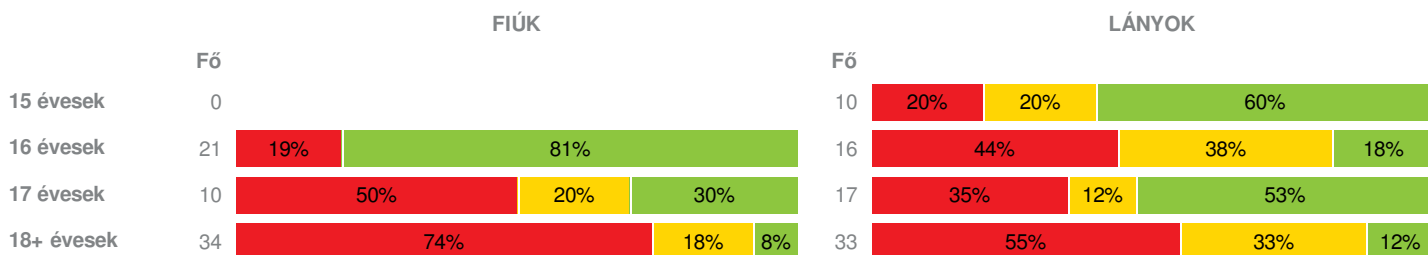
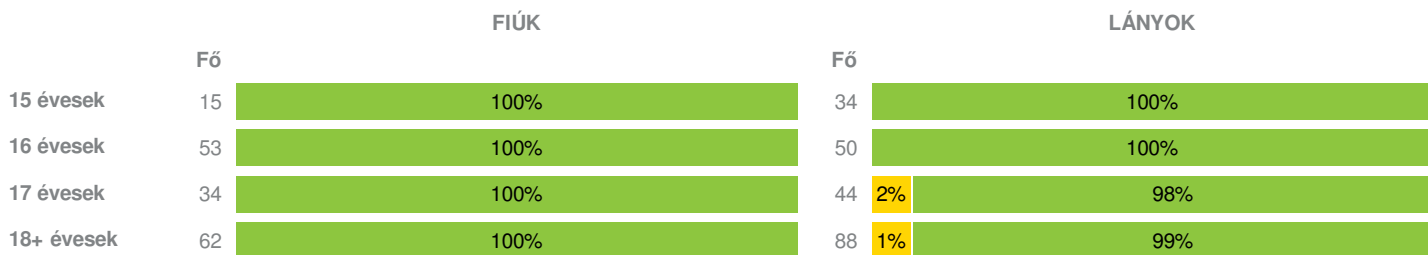
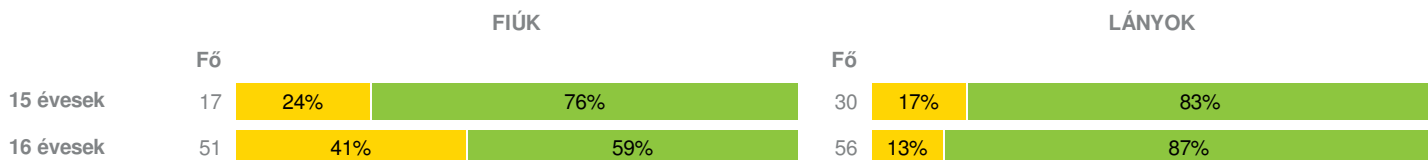


Létszám: 516 / 204 fiú, 312 lány

Tanév: 2019/2020

Adatfeltöltöttségi állapot: 75,09 %

Nyomtatás dátuma: 2020.10.27 14:48:20


**TELEPHELYI 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 teszt (cm)**


17 évesek	38	24%	76%	50	8%	92%
18+ évesek	33	33%	67%	83	14%	86%

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	15	13%	87%	31	6%	94%	
16 évesek	51	14%	86%	52	8%	92%	
17 évesek	39	15%	85%	43	7%	93%	
18+ évesek	58	19%	81%	80	8%	92%	

### Kézi szorítóerő (kg)

FIÚK				LÁNYOK				
	Fő			Fő				
15 évesek	14	14%	36%	50%	34	21%	24%	55%
16 évesek	48	8%	42%	50%	67	13%	34%	53%
17 évesek	40	3%	38%	59%	61	16%	33%	51%
18+ évesek	55	13%	31%	56%	97	19%	39%	42%

### Helyből távolugrás (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	17	12%	88%	29	10%	90%	
16 évesek	54	17%	83%	53	15%	85%	
17 évesek	36	28%	72%	51	16%	84%	
18+ évesek	36	36%	64%	74	18%	82%	

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	16	31%	69%	27	33%	67%	
16 évesek	51	22%	78%	52	13%	87%	
17 évesek	37	30%	70%	46	22%	78%	
18+ évesek	34	12%	88%	79	34%	66%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2020



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Sztehlo Gábor Evangélikus Óvoda, Általános Iskola és Gimnázium

Létszám: 516 / 204 fiú, 312 lány

Tanév: 2019/2020

Adatfeltöltöttségi állapot: 75,09 %

Nyomtatás dátuma: 2020.10.27 14:48:20



## TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

## Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	18	25	21	2.50	17	35	23	4.53	2 fő - 6%	9 fő - 24%	26 fő - 70%
16 évesek	16	27	21	2.50	16	46	23	5.68	6 fő - 7%	9 fő - 11%	67 fő - 82%
17 évesek	17	32	21	3.53	14	36	21	4.25	3 fő - 6%	5 fő - 9%	47 fő - 85%
18+ évesek	16	36	23.00	4.71	16	35	22.00	3.44	6 fő - 5%	20 fő - 15%	104 fő - 80%
Összesen:									6 %	14 %	80 %

## Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	6	31	16	7.61	15	41	29	6.73	3 fő - 6%	22 fő - 42%	27 fő - 52%
16 évesek	6	29	15	5.89	12	50	28	7.89	8 fő - 7%	20 fő - 20%	74 fő - 73%
17 évesek	6	34	17	6.74	12	48	29	7.30	9 fő - 11%	19 fő - 22%	57 fő - 67%
18+ évesek	6	40	18.00	8.49	12	48	30.00	7.10	17 fő - 11%	40 fő - 27%	93 fő - 62%
Összesen:									10 %	26 %	64 %

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek					31	42	38	3.93	2 fő - 20%	2 fő - 20%	6 fő - 60%
16 évesek	28	66	48	8.35	31	41	37	3.12	11 fő - 30%	6 fő - 16%	20 fő - 54%
17 évesek	32	55	41	7.72	30	46	38	4.38	11 fő - 41%	4 fő - 15%	12 fő - 44%
18+ évesek	29	47	38.00	8.00	28	44	34.00	4.04	43 fő - 64%	17 fő - 25%	7 fő - 10%
Összesen:									48 %	21 %	31 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	80	80	80	0.00	44	80	78	6.90		49 fő - 100%
16 évesek	69	80	80	1.50	43	80	77	7.60		103 fő - 100%
17 évesek	30	80	77	10.70	12	80	68	19.99	1 fő - 1%	77 fő - 100%
18+ évesek	30	80	75.00	12.00	17	80	70.00	17.75	1 fő - 1%	149 fő - 100%
Összesen:									1 %	99 %

### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	16	30	25	4.40	18	30	27	4.04	9 fő - 19%	38 fő - 81%
16 évesek	11	30	23	4.97	19	30	27	4.78	28 fő - 26%	79 fő - 74%
17 évesek	14	30	25	4.91	15	30	28	3.27	13 fő - 15%	75 fő - 85%
18+ évesek	12	30	24.00	4.92	10	30	26.00	4.65	23 fő - 20%	93 fő - 80%
Összesen:									20 %	80 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	13	40	24	7.56	6	35	16	6.52	4 fő - 9%	42 fő - 91%
16 évesek	10	60	24	9.30	5	30	15	5.64	11 fő - 11%	92 fő - 89%
17 évesek	5	60	23	8.93	4	31	15	6.66	9 fő - 11%	73 fő - 89%
18+ évesek	2	45	23.00	8.97	1	34	14.00	7.28	17 fő - 12%	121 fő - 88%
Összesen:									11 %	89 %

#### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	27	49	38	6.67	17	38	27	5.42	9 fő - 19%	13 fő - 27%	26 fő - 54%
16 évesek	21	59	38	7.02	17	40	28	5.24	13 fő - 11%	43 fő - 37%	59 fő - 51%
17 évesek	25	59	43	7.16	20	44	29	5.75	11 fő - 11%	35 fő - 35%	55 fő - 54%
18+ évesek	21	65	44.00	8.89	8	42	28.00	5.20	25 fő - 16%	55 fő - 36%	72 fő - 47%
Összesen:									14 %	35 %	51 %

#### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	80	230	187	35.32	110	225	158	21.95	5 fő - 11%	41 fő - 89%
16 évesek	155	250	205	22.72	110	210	158	20.79	17 fő - 16%	90 fő - 84%
17 évesek	160	270	208	24.32	120	200	165	21.88	18 fő - 21%	69 fő - 79%
18+ évesek	150	270	212.00	29.93	130	215	162.00	20.18	26 fő - 24%	84 fő - 76%
Összesen:									19 %	81 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	15	33	24	5.41	10	45	32	9.40	14 fő - 33%	29 fő - 67%
16 évesek	9	50	27	8.08	16	50	35	6.20	18 fő - 17%	85 fő - 83%
17 évesek	8	44	26	9.87	18	50	35	6.90	21 fő - 25%	62 fő - 75%
18+ évesek	12	42	28.00	6.62	17	50	33.00	7.22	31 fő - 27%	82 fő - 73%
Összesen:									25 %	75 %