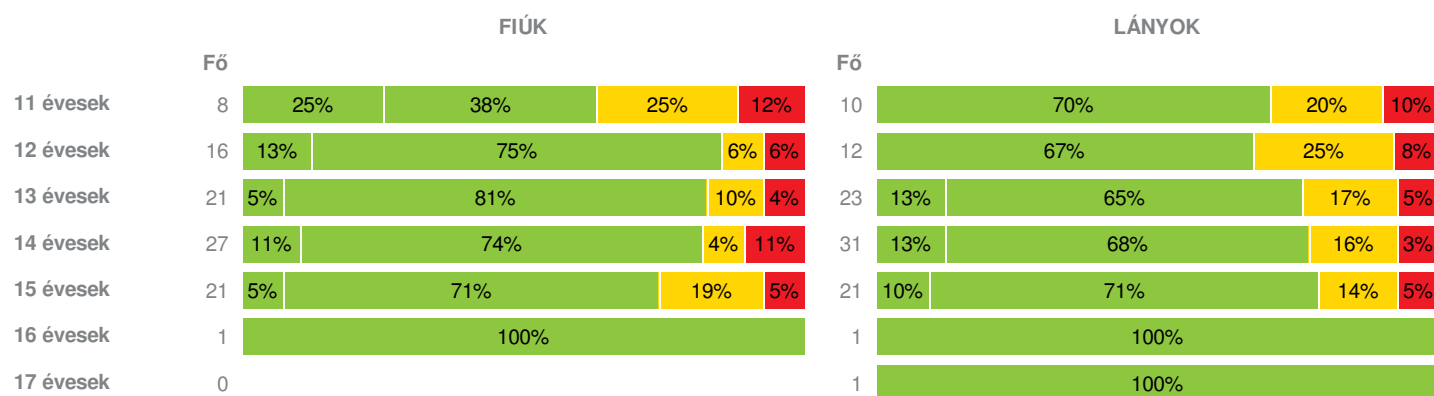
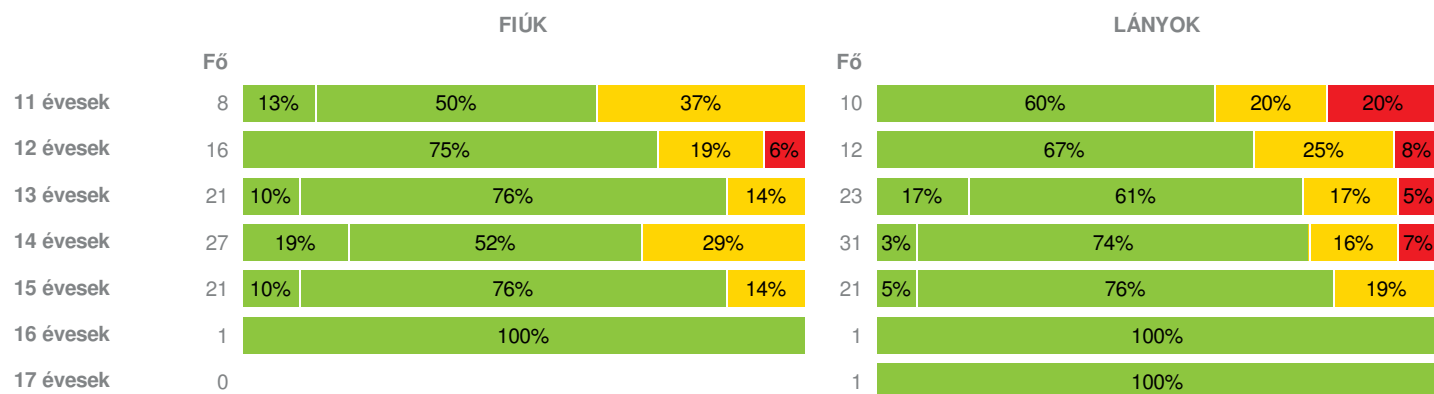
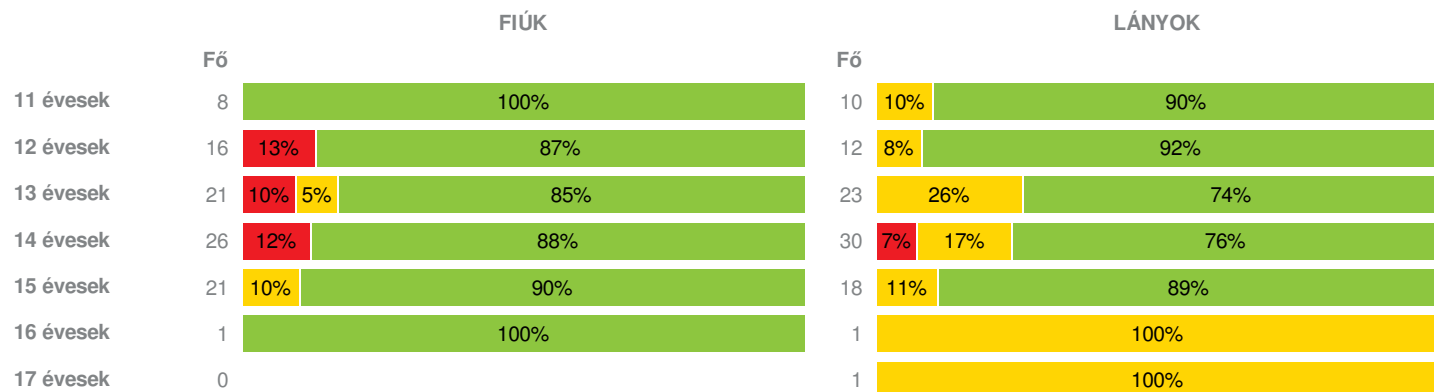


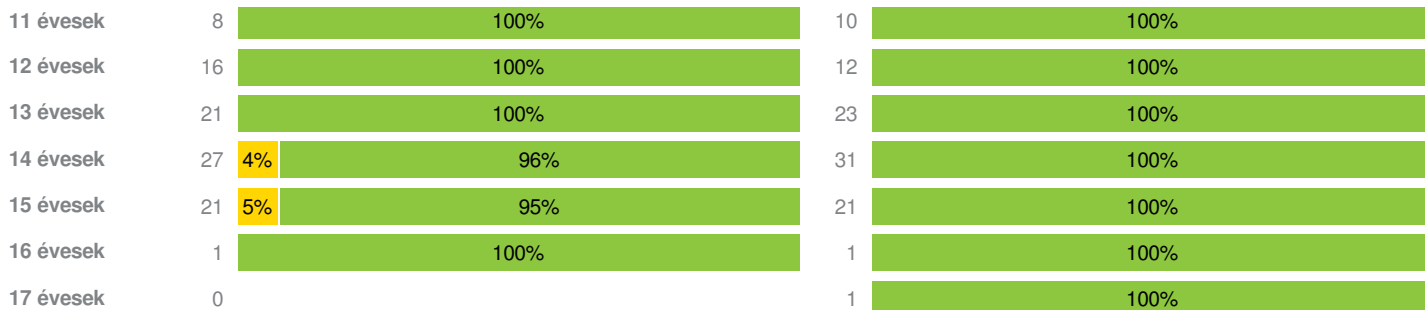
Létszám: 193 / 94 fiú, 99 lány

Tanév: 2018/2019

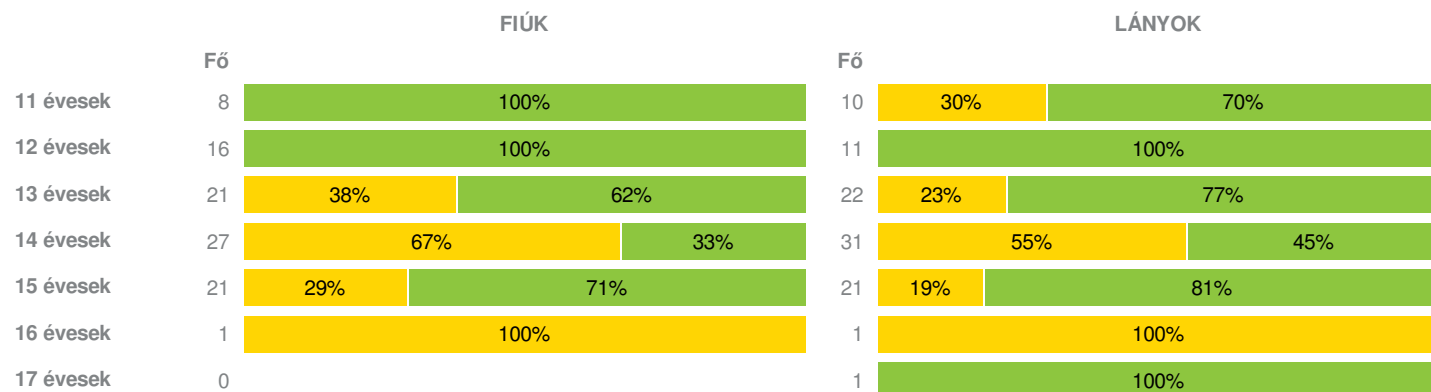
Adatfeltöltöttségi állapot: 99,88 %

Nyomtatás dátuma: 2019.10.24 15:30:32

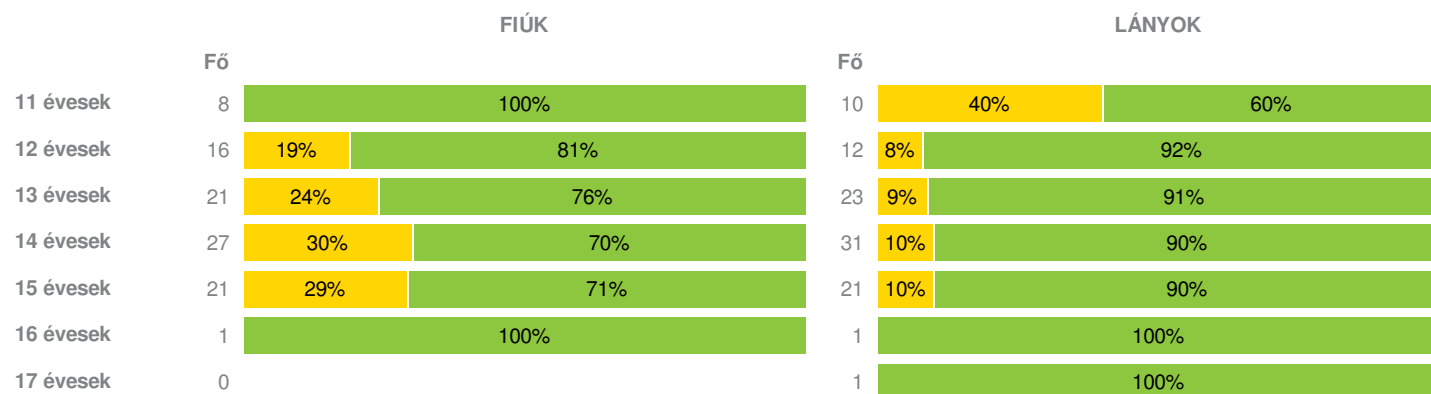

**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsír százalék (TZS %)**

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

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

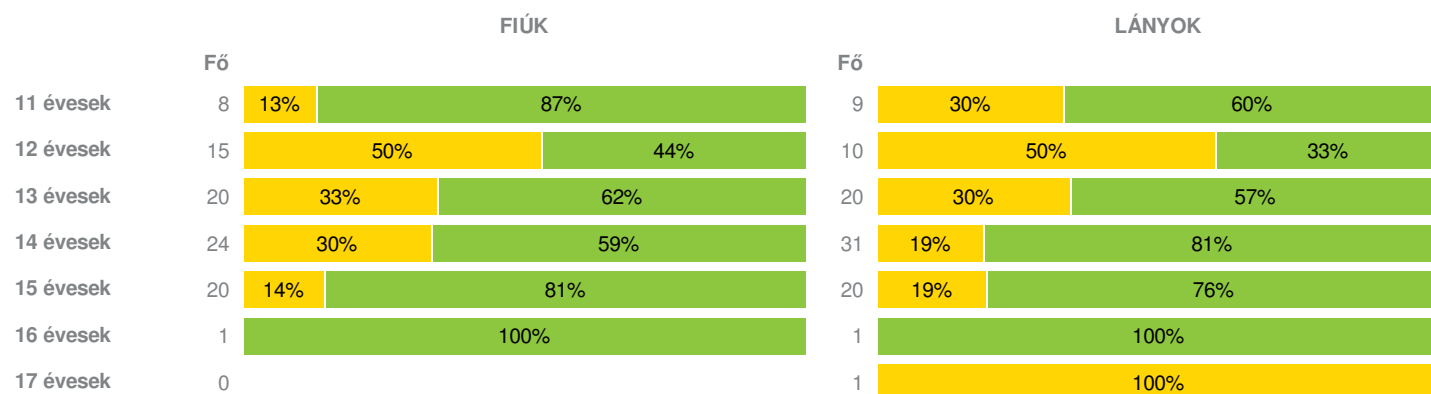
### Törzsemelés (cm)



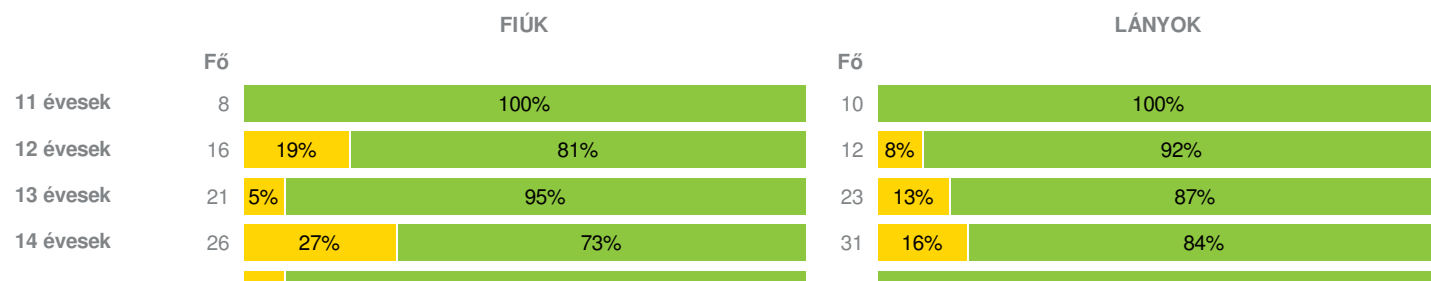
### Ütemezett fekvőtámasz (db)



### Kézi szorítóerő (kg)



### Helyből távolugrás (cm)



15 évesek	21	5%	95%	21	100%
16 évesek	1	100%		1	100%
17 évesek	0			1	100%

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

Évesek	Fő	FIÚK		LÁNYOK	
		Fő	Arány	Fő	Arány
11 évesek	8	8	25%	10	30%
12 évesek	16	16	19%	12	25%
13 évesek	21	21	5%	23	13%
14 évesek	26	26	27%	31	6%
15 évesek	21	21	14%	21	33%
16 évesek	1	1	100%	1	100%
17 évesek	0	0		1	100%

Magyar Diáksport Szövetség - 2019



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Mórahalmi Móra Ferenc Általános Iskola

Létszám: 193 / 94 fiú, 99 lány  
Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 99,88 %  
Nyomtatás dátuma: 2019.10.24 15:30:32



## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

Évesek	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	13.69	25.72	19.32	3.95	16.17	30.08	20.43	3.92	2 fő - 11%	4 fő - 22%	12 fő - 67%
12 évesek	14.76	31.63	19.02	3.89	15.31	31.25	20.30	4.16	2 fő - 7%	4 fő - 14%	22 fő - 79%
13 évesek	13.16	33.52	19.50	4.03	13.03	29.61	19.64	4.04	2 fő - 4%	6 fő - 14%	36 fő - 82%
14 évesek	14.41	40.43	20.84	5.69	14.59	33.71	20.74	3.83	4 fő - 7%	6 fő - 10%	48 fő - 83%
15 évesek	16.30	31.14	21.23	3.30	13.59	29.22	21.11	3.68	2 fő - 4%	7 fő - 17%	33 fő - 79%
16 évesek	22.23	22.23	22.23	0.00	20.08	20.08	20.08	0.00			2 fő - 100%
17 évesek					16.75	16.75	16.75	0.00			1 fő - 100%

Összesen: 6% 14% 80%

#### Testzsír százalék (TZS %)

Évesek	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	5.70	29.50	18.56	8.39	14.10	36.70	23.75	8.35	2 fő - 11%	5 fő - 28%	11 fő - 61%
12 évesek	8.90	37.00	19.16	7.03	15.80	41.50	24.24	7.32	2 fő - 8%	6 fő - 21%	20 fő - 71%
13 évesek	5.00	30.70	16.12	6.81	5.20	38.00	20.06	8.60	1 fő - 2%	7 fő - 16%	36 fő - 82%
14 évesek	5.00	32.90	15.97	8.73	12.50	41.90	22.99	6.94	2 fő - 4%	13 fő - 22%	43 fő - 74%
15 évesek	5.00	26.30	13.40	5.76	9.40	36.30	22.56	6.24		7 fő - 17%	35 fő - 83%

16 évesek	19.40	19.40	19.40	0.00	26.50	26.50	26.50	0.00	2 fő - 100%
17 évesek					8.70	8.70	8.70	0.00	1 fő - 100%

Összesen: 4 % 20 % 76 %

## 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	40.81	54.15	45.66	5.01	39.94	48.69	43.21	2.57		1 fő - 6%	17 fő - 94%
12 évesek	36.86	62.12	46.36	6.93	38.67	51.34	44.44	4.01	2 fő - 7%	1 fő - 4%	25 fő - 89%
13 évesek	37.01	61.23	47.53	6.49	37.32	54.02	43.71	4.50	2 fő - 5%	7 fő - 16%	35 fő - 80%
14 évesek	36.75	65.34	50.09	7.93	35.74	60.34	44.13	5.86	5 fő - 9%	5 fő - 9%	46 fő - 82%
15 évesek	39.81	62.99	50.86	5.66	37.40	48.28	42.43	3.33		4 fő - 10%	35 fő - 90%
16 évesek	46.00	46.00	46.00	0.00	38.64	38.64	38.64	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek					38.33	38.33	38.33	0.00		1 fő - 100%	

Összesen: 5 % 11 % 84 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	30.00	80.00	58.50	18.81	36.00	80.00	62.00	14.99		18 fő - 100%
12 évesek	25.00	80.00	57.75	19.43	33.00	80.00	65.42	17.96		28 fő - 100%
13 évesek	28.00	80.00	42.33	19.30	27.00	80.00	48.74	23.50		44 fő - 100%
14 évesek	20.00	81.00	35.26	14.66	23.00	43.00	30.03	2.80	1 fő - 2%	57 fő - 98%
15 évesek	20.00	80.00	32.14	10.97	30.00	45.00	30.71	3.19	1 fő - 2%	41 fő - 98%
16 évesek	30.00	30.00	30.00	0.00	20.00	20.00	20.00	0.00		2 fő - 100%
17 évesek					50.00	50.00	50.00	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	23.00	29.00	24.36	1.94	22.30	30.00	24.59	2.47	3 fő - 17%	15 fő - 83%
12 évesek	23.00	30.00	25.51	2.58	23.10	30.00	26.63	2.44		27 fő - 100%
13 évesek	13.50	30.00	23.13	4.46	18.50	30.00	25.80	3.75	13 fő - 30%	30 fő - 70%
14 évesek	12.00	30.00	20.26	4.23	14.00	30.00	22.60	4.86	35 fő - 60%	23 fő - 40%
15 évesek	12.00	30.00	23.52	5.10	19.00	30.00	25.02	3.21	10 fő - 24%	32 fő - 76%
16 évesek	18.00	18.00	18.00	0.00	19.00	19.00	19.00	0.00	2 fő - 100%	
17 évesek					29.50	29.50	29.50	0.00		1 fő - 100%

Összesen: 33 % 67 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	8.00	17.00	11.75	3.23	5.00	26.00	10.40	6.09	4 fő - 22%	14 fő - 78%
12 évesek	4.00	30.00	14.56	8.72	5.00	27.00	13.58	7.27	4 fő - 14%	24 fő - 86%
13 évesek	5.00	21.00	12.48	4.53	3.00	23.00	10.17	4.56	7 fő - 16%	37 fő - 84%
14 évesek	0.00	40.00	14.22	7.56	2.00	18.00	9.13	2.96	11 fő - 19%	47 fő - 81%
15 évesek	7.00	40.00	18.48	9.05	5.00	15.00	8.24	1.87	8 fő - 19%	34 fő - 81%
16 évesek	23.00	23.00	23.00	0.00	8.00	8.00	8.00	0.00		2 fő - 100%

17 évesek | | | | 10.00 | 10.00 | 10.00 | 0.00 | | 1 fő - 100%

Összesen: 18 % 82 %

### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	13.80	27.90	22.01	3.81	12.10	30.10	19.77	4.37	4 fő - 22%	13 fő - 72%
12 évesek	12.30	31.50	21.96	4.23	15.10	28.90	20.70	4.06	14 fő - 50%	11 fő - 39%
13 évesek	18.70	50.50	29.45	8.73	17.40	41.20	26.24	6.35	14 fő - 32%	26 fő - 59%
14 évesek	16.60	59.90	34.43	9.58	21.40	40.20	29.27	4.54	14 fő - 24%	41 fő - 71%
15 évesek	21.00	59.30	38.87	8.33	16.10	37.30	29.46	5.27	7 fő - 17%	33 fő - 79%
16 évesek	38.20	38.20	38.20	0.00	29.10	29.10	29.10	0.00		2 fő - 100%
17 évesek					23.90	23.90	23.90	0.00	1 fő - 100%	

Összesen: 30 % 70 %

### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	150.00	192.00	170.88	14.18	125.00	180.00	152.30	14.60		18 fő - 100%
12 évesek	120.00	186.00	164.06	18.94	120.00	200.00	160.08	19.91	4 fő - 14%	24 fő - 86%
13 évesek	140.00	255.00	181.81	23.68	110.00	194.00	163.87	21.63	4 fő - 9%	40 fő - 91%
14 évesek	110.00	240.00	181.19	33.15	70.00	225.00	165.90	29.10	12 fő - 21%	45 fő - 79%
15 évesek	155.00	245.00	201.62	20.81	143.00	195.00	164.19	13.53	1 fő - 2%	41 fő - 98%
16 évesek	198.00	198.00	198.00	0.00	155.00	155.00	155.00	0.00		2 fő - 100%
17 évesek					158.00	158.00	158.00	0.00		1 fő - 100%

Összesen: 11 % 89 %

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	20.00	32.00	25.19	3.89	24.00	35.00	26.35	3.02	5 fő - 28%	13 fő - 72%
12 évesek	18.00	29.00	23.94	3.23	24.00	39.50	29.38	4.84	6 fő - 21%	22 fő - 79%
13 évesek	20.00	33.50	26.45	3.88	21.00	40.50	30.37	5.01	4 fő - 9%	40 fő - 91%
14 évesek	10.50	34.50	23.19	6.21	19.00	41.00	32.31	5.17	9 fő - 16%	48 fő - 84%
15 évesek	17.00	36.50	26.67	5.33	21.50	40.00	28.98	4.70	10 fő - 24%	32 fő - 76%
16 évesek	21.50	21.50	21.50	0.00	24.00	24.00	24.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek					29.50	29.50	29.50	0.00	1 fő - 100%	

Összesen: 19 % 81 %