

Létszám: 209 / 115 fiú, 94 lány
 Tanév: 2017/2018

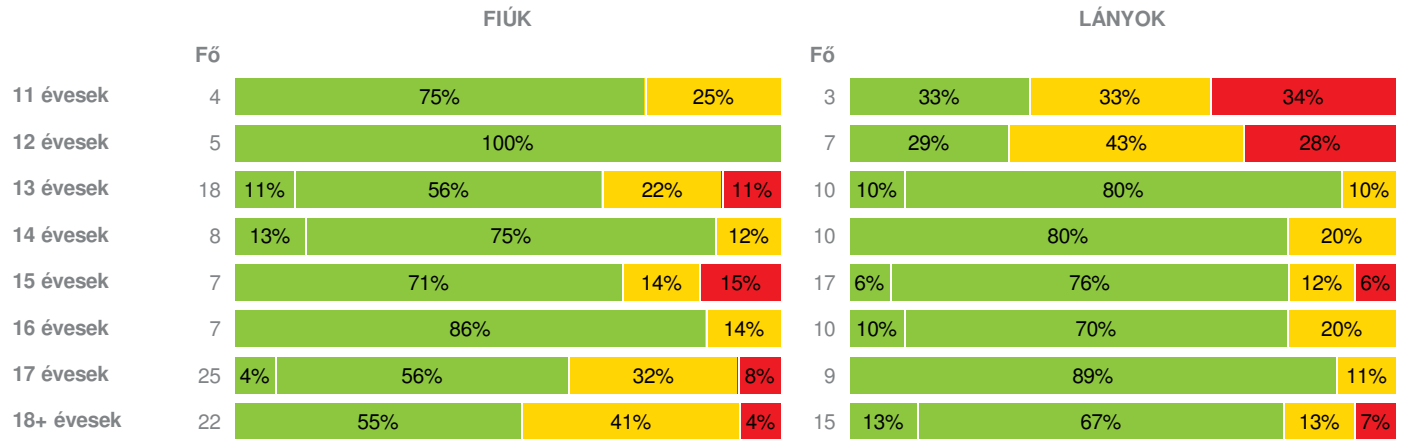


Adatfeltöltöttségi állapot: 93,41 %
 Nyomtatás dátuma: 2018.09.27 15:02:12

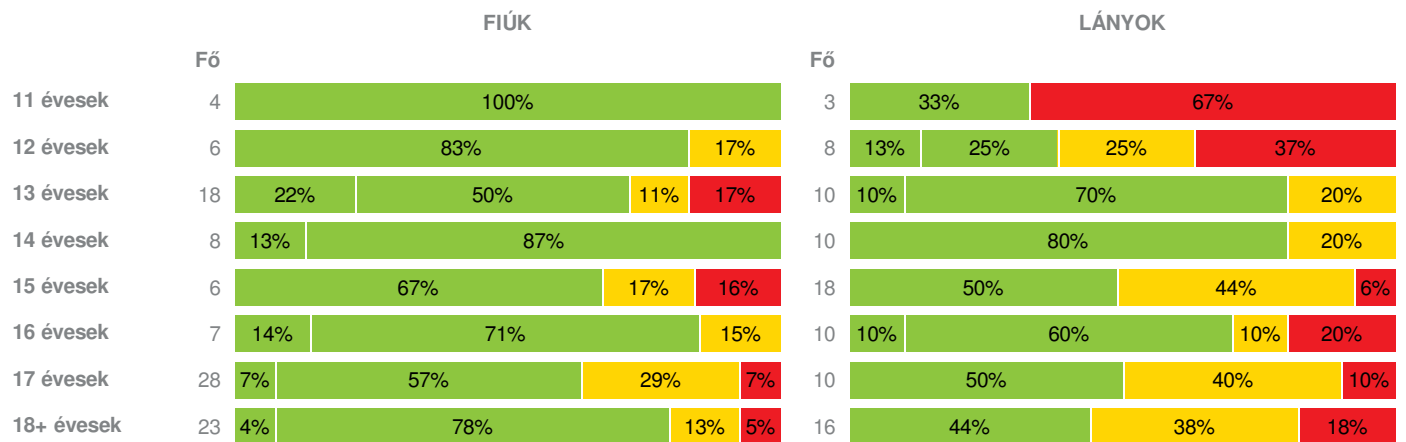
TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

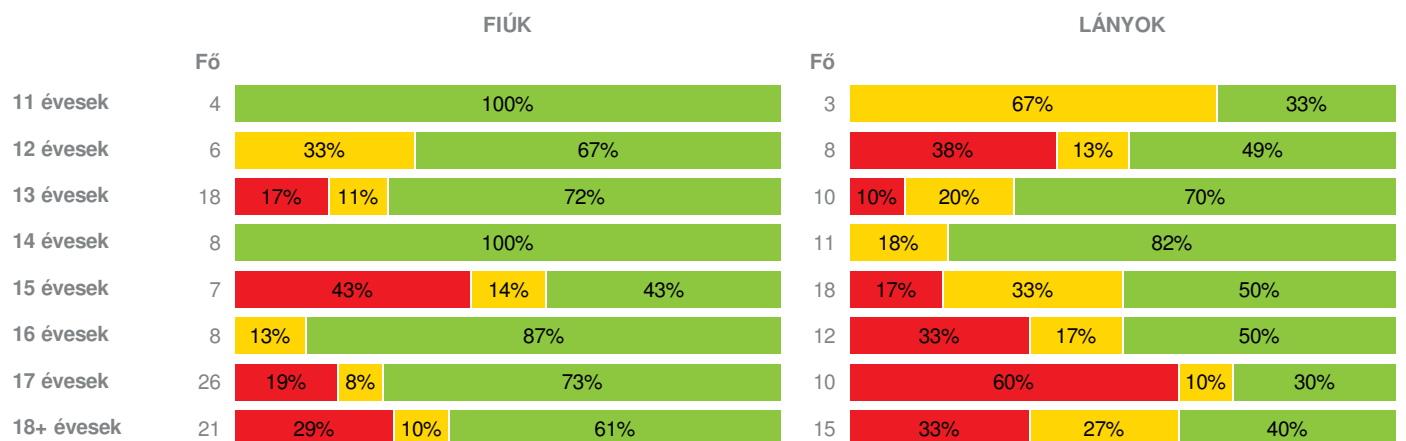


Testzsír százalék (TZS %)

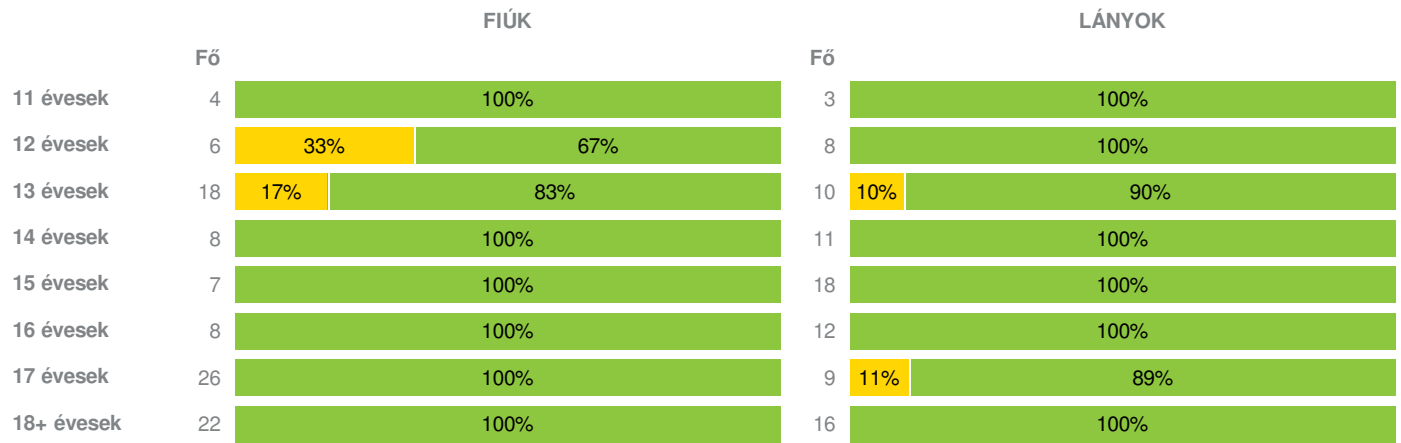


AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

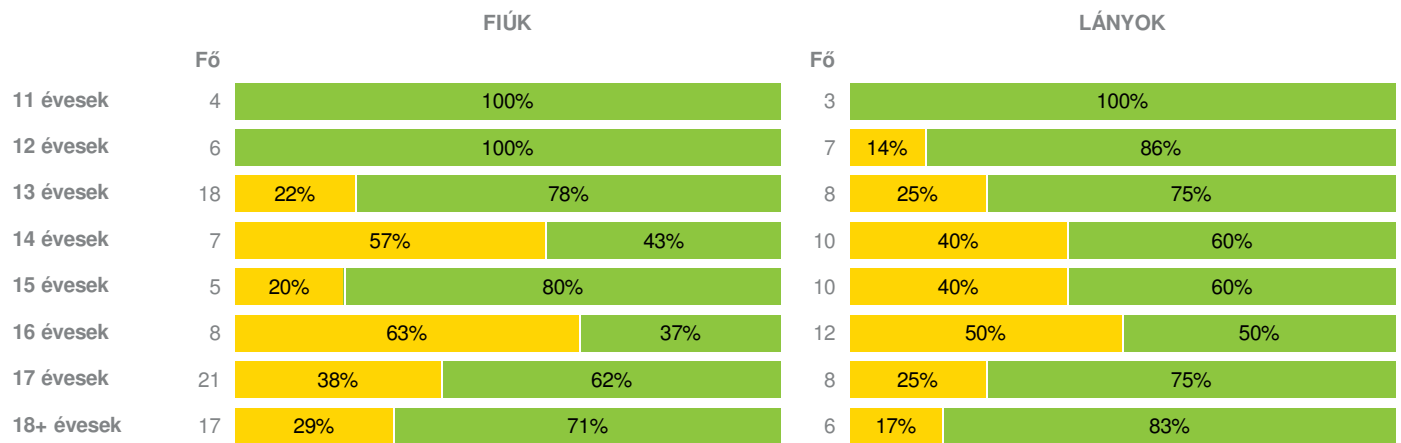
Állóképességi ingafutás (VO_{2max}: ml/kg/min)



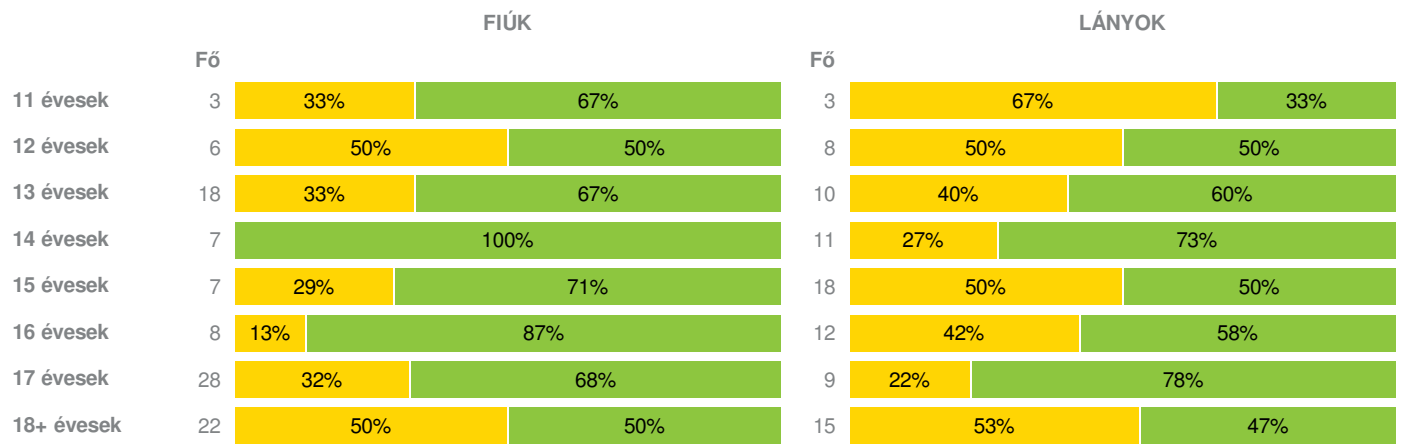
Ütemezett hasizom (db)



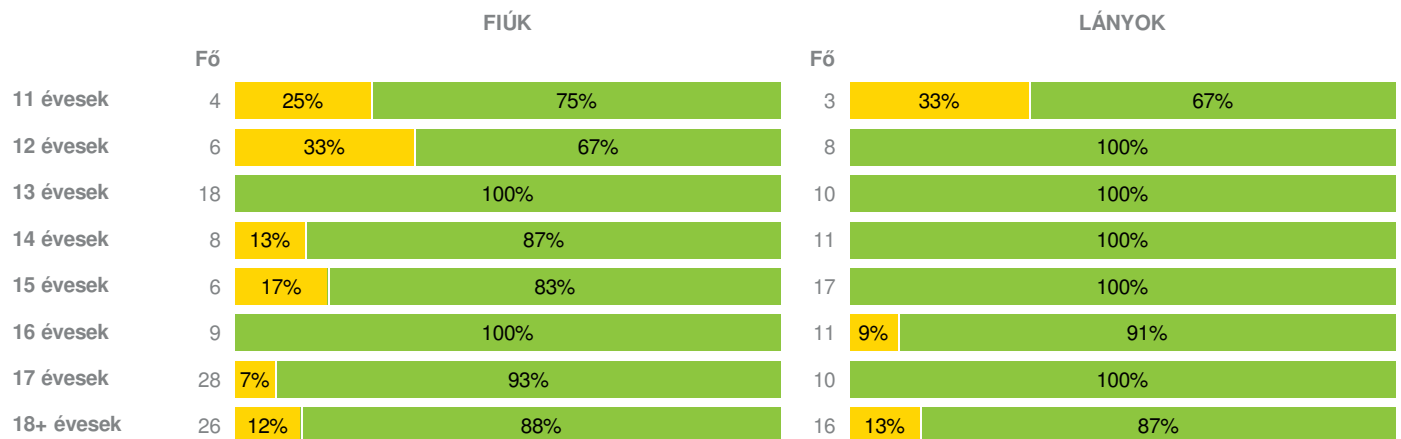
Törzsemelés (cm)



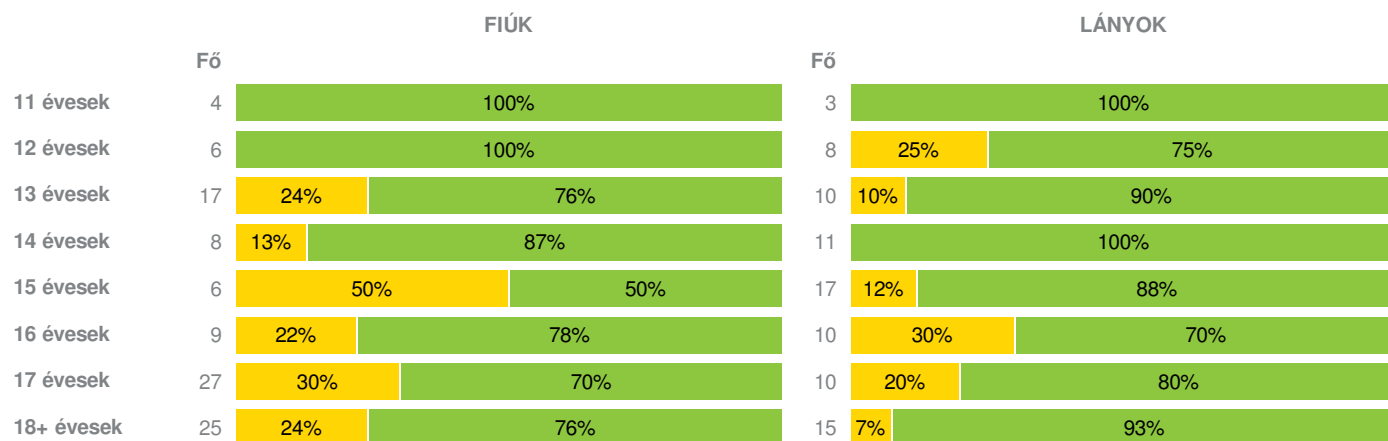
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)

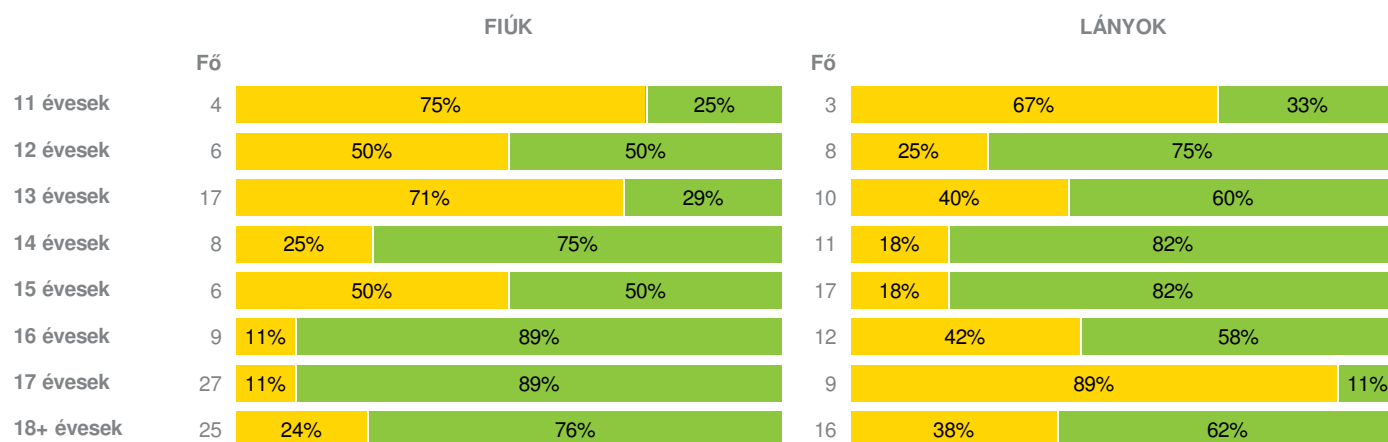


Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)



Magyar Diáksport Szövetség - 2018



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Csokonai Vitéz Mihály Református Gimnázium, Általános Iskola és Kollégium

Létszám: 209 / 115 fiú, 94 lány

Tanév: 2017/2018

Adatfeltöltöttségi állapot: 93,41 %

Nyomtatás dátuma: 2018.09.27 15:02:12



TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

Évesek	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	17	21	19	1.66	16	29	23	5.54	1 fő - 14%	2 fő - 29%	4 fő - 57%
12 évesek	16	19	17	0.72	19	46	27	9.80	2 fő - 17%	3 fő - 25%	7 fő - 58%
13 évesek	15	34	22	5.15	14	24	19	2.64	2 fő - 7%	5 fő - 18%	21 fő - 75%
14 évesek	16	23	20	2.47	18	26	22	2.13		3 fő - 17%	15 fő - 83%
15 évesek	19	30	22	4.03	17	33	22	3.58	2 fő - 8%	3 fő - 13%	19 fő - 79%

16 évesek	19	28	22	2.78	16	29	21	3.37	3 fő - 18%	14 fő - 82%	
17 évesek	18	45	24	5.87	20	29	22	2.70	2 fő - 6%	9 fő - 26%	23 fő - 68%
18+ évesek	19	40	24.00	4.30	18	39	23.00	5.30	2 fő - 5%	11 fő - 30%	24 fő - 65%

Összesen: 6 % 22 % 72 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	18	23	21	1.90	15	37	29	10.27	2 fő - 29%		5 fő - 71%
12 évesek	15	35	20	6.73	12	47	30	10.12	3 fő - 22%	3 fő - 21%	8 fő - 57%
13 évesek	5	39	19	11.16	10	33	20	6.94	3 fő - 11%	4 fő - 14%	21 fő - 75%
14 évesek	6	21	13	4.89	18	33	26	4.67		2 fő - 11%	16 fő - 89%
15 évesek	13	37	20	9.54	15	40	27	6.38	2 fő - 8%	9 fő - 38%	13 fő - 54%
16 évesek	6	26	14	6.28	13	43	29	7.77	2 fő - 12%	2 fő - 12%	13 fő - 76%
17 évesek	6	43	18	9.64	23	41	30	5.35	3 fő - 7%	12 fő - 32%	23 fő - 61%
18+ évesek	6	40	18.00	7.32	23	50	32.00	7.45	4 fő - 10%	9 fő - 23%	26 fő - 67%

Összesen: 10 % 22 % 68 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	41	51	48	4.04	39	46	42	3.37		2 fő - 29%	5 fő - 71%
12 évesek	40	46	42	2.26	35	45	40	3.17	3 fő - 21%	3 fő - 21%	8 fő - 57%
13 évesek	35	53	43	5.51	36	47	42	3.16	4 fő - 14%	4 fő - 14%	20 fő - 71%
14 évesek	44	61	51	5.03	37	48	41	2.97		2 fő - 11%	17 fő - 89%
15 évesek	37	54	44	6.60	33	61	41	7.16	6 fő - 24%	7 fő - 28%	12 fő - 48%
16 évesek	42	55	49	4.22	32	52	38	13.02	4 fő - 20%	3 fő - 15%	13 fő - 65%
17 évesek	31	62	46	12.11	32	42	37	2.95	11 fő - 31%	3 fő - 8%	22 fő - 61%
18+ évesek	33	62	47.00	8.12	29	47	38.00	5.22	11 fő - 31%	6 fő - 17%	19 fő - 53%

Összesen: 21 % 16 % 63 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	18	41	31	10.06	30	80	50	21.60		7 fő - 100%
12 évesek	9	42	27	13.13	31	80	71	16.69	2 fő - 14%	12 fő - 86%
13 évesek	3	80	50	29.34	12	80	60	23.69	4 fő - 14%	24 fő - 86%
14 évesek	58	80	77	7.28	20	80	61	22.23		19 fő - 100%
15 évesek	25	80	41	23.10	20	80	51	20.96		25 fő - 100%
16 évesek	30	80	66	18.56	21	80	63	21.91		20 fő - 100%
17 évesek	33	80	76	11.76	17	80	64	23.29	1 fő - 3%	34 fő - 97%
18+ évesek	30	80	76.00	13.54	25	80	54.00	23.82		38 fő - 100%

Összesen: 4 % 96 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	24	26	25	0.83	23	29	27	2.62		7 fő - 100%
12 évesek	23	30	27	2.56	21	30	26	3.14	1 fő - 8%	12 fő - 92%

13 évesek	19	30	25	3.00	18	30	26	4.43	6 fő - 23%	20 fő - 77%
14 évesek	12	28	22	4.83	14	30	22	5.14	8 fő - 47%	9 fő - 53%
15 évesek	26	27	21	10.66	17	28	24	3.20	5 fő - 33%	10 fő - 67%
16 évesek	14	27	20	4.32	18	28	23	3.54	11 fő - 55%	9 fő - 45%
17 évesek	16	30	25	4.34	20	30	25	3.18	10 fő - 34%	19 fő - 66%
18+ évesek	16	30	23.00	7.03	22	30	26.00	2.92	6 fő - 26%	17 fő - 74%

Összesen: 31 % 69 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	2	24	14	9.03	2	7	4	2.36	3 fő - 50%	3 fő - 50%
12 évesek	1	21	9	6.90	0	12	6	4.11	7 fő - 50%	7 fő - 50%
13 évesek	0	30	13	9.02	0	20	9	5.97	10 fő - 36%	18 fő - 64%
14 évesek	15	30	22	5.24	3	20	9	4.89	3 fő - 17%	15 fő - 83%
15 évesek	2	25	14	7.13	0	25	8	7.13	11 fő - 44%	14 fő - 56%
16 évesek	10	35	22	7.29	1	27	11	9.67	6 fő - 30%	14 fő - 70%
17 évesek	0	45	20	9.14	1	20	11	5.59	11 fő - 30%	26 fő - 70%
18+ évesek	8	43	21.00	10.69	0	21	6.00	6.23	19 fő - 51%	18 fő - 49%

Összesen: 38 % 62 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	18	23	20	1.63	13	25	18	4.99	2 fő - 29%	5 fő - 71%
12 évesek	16	25	20	3.61	19	29	24	3.15	2 fő - 14%	12 fő - 86%
13 évesek	21	42	29	6.60	19	31	24	3.34		28 fő - 100%
14 évesek	21	44	32	8.29	18	36	28	4.67	1 fő - 5%	18 fő - 95%
15 évesek	27	51	40	7.62	20	44	28	5.62	1 fő - 4%	22 fő - 96%
16 évesek	36	55	45	5.37	19	37	26	4.67	1 fő - 5%	19 fő - 95%
17 évesek	33	64	48	7.20	24	37	30	4.12	2 fő - 5%	36 fő - 95%
18+ évesek	26	83	54.00	13.82	24	42	31.00	5.98	5 fő - 12%	37 fő - 88%

Összesen: 7 % 93 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	140	180	163	14.79	125	165	140	17.80		7 fő - 100%
12 évesek	140	185	160	18.03	120	165	146	15.50	2 fő - 14%	12 fő - 86%
13 évesek	110	215	174	31.53	130	185	157	15.84	5 fő - 19%	22 fő - 81%
14 évesek	160	220	186	19.16	140	190	159	15.09	1 fő - 5%	18 fő - 95%
15 évesek	135	220	173	34.12	120	205	162	23.08	5 fő - 22%	18 fő - 78%
16 évesek	140	240	204	32.71	115	218	160	32.50	5 fő - 26%	14 fő - 74%
17 évesek	135	260	208	32.44	100	195	163	27.43	10 fő - 27%	27 fő - 73%
18+ évesek	132	270	216.00	28.27	130	200	171.00	21.01	7 fő - 18%	33 fő - 83%

Összesen: 19 % 81 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ

11 évesek	17	21	19	1.77	19	36	25	7.90	5 fő - 71%	2 fő - 29%
12 évesek	10	26	19	5.51	18	39	29	6.55	5 fő - 36%	9 fő - 64%
13 évesek	11	28	18	4.77	19	38	27	6.64	16 fő - 59%	11 fő - 41%
14 évesek	17	30	23	3.75	18	38	31	5.61	4 fő - 21%	15 fő - 79%
15 évesek	12	34	20	7.92	10	37	29	7.10	6 fő - 26%	17 fő - 74%
16 évesek	19	38	27	6.40	17	37	28	7.76	6 fő - 29%	15 fő - 71%
17 évesek	13	51	27	7.52	16	39	26	6.01	11 fő - 31%	25 fő - 69%
18+ évesek	13	48	26.00	8.42	21	39	31.00	4.85	12 fő - 29%	29 fő - 71%

Összesen: 35 % 65 %