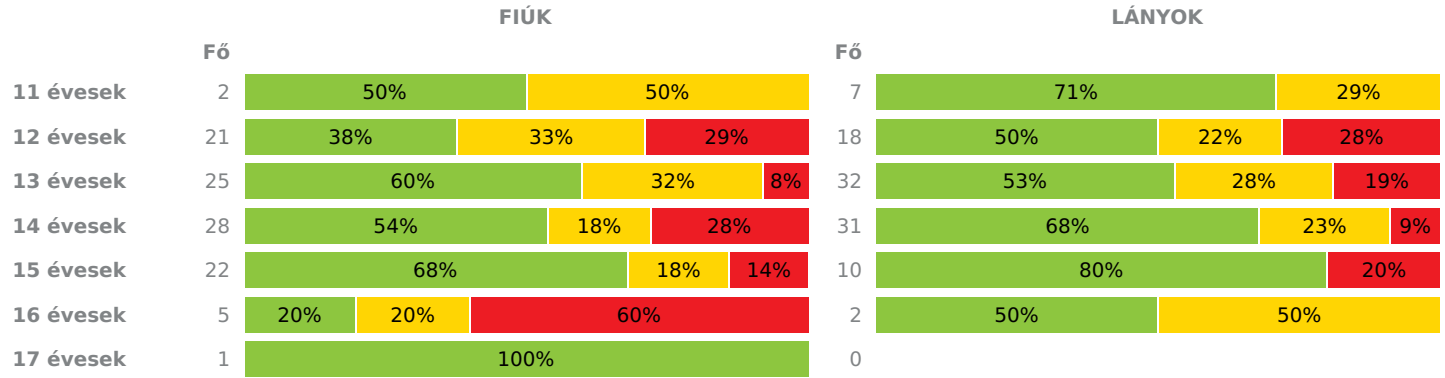
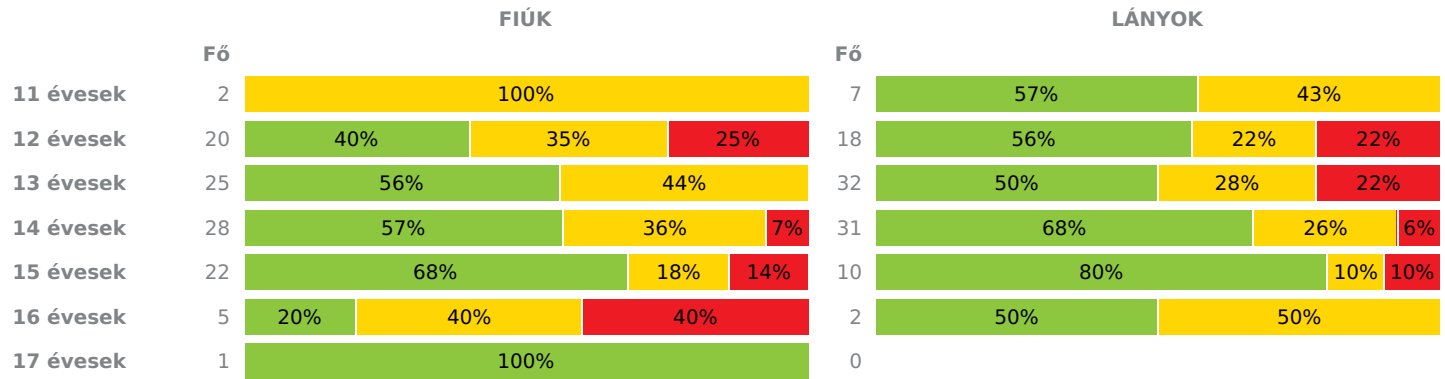
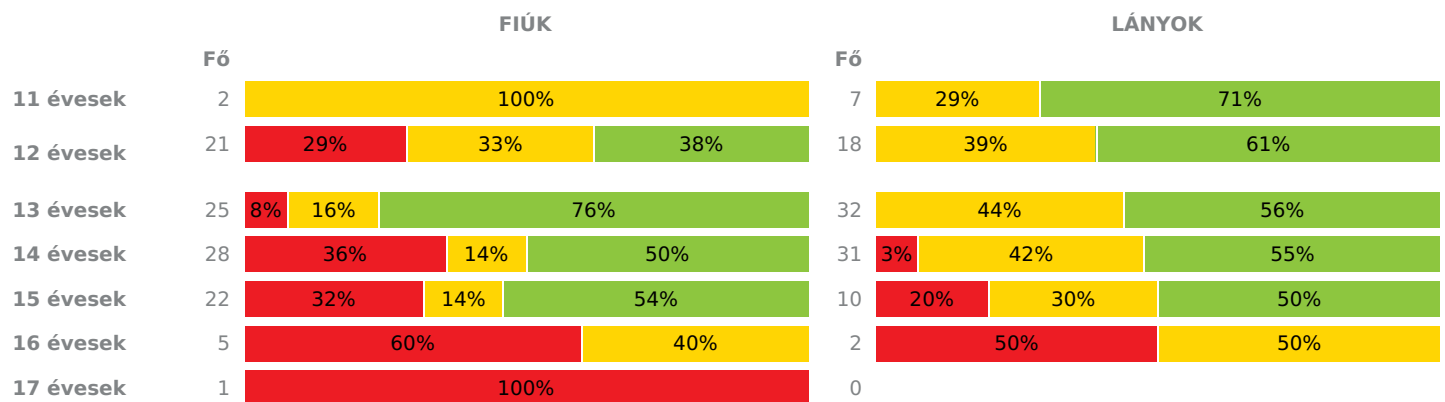
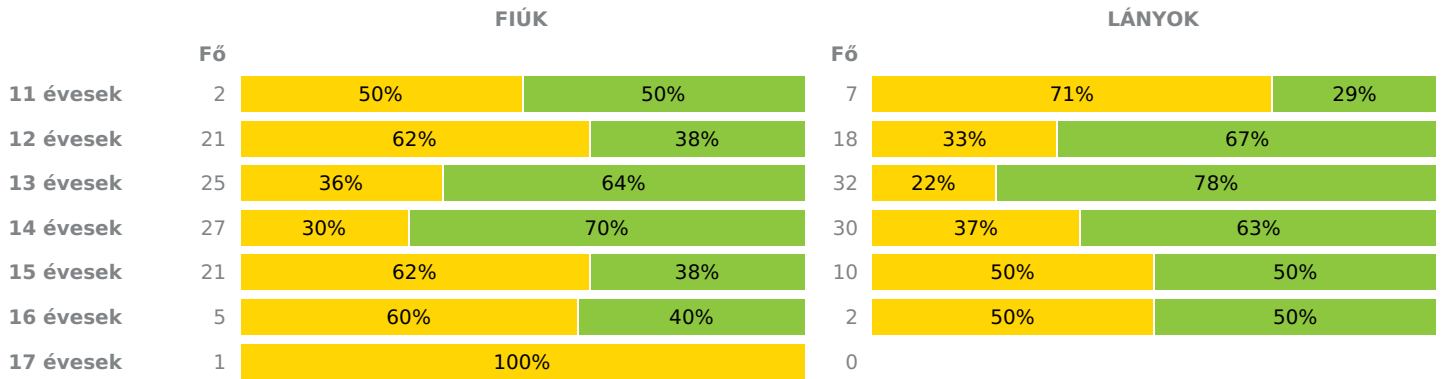


- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

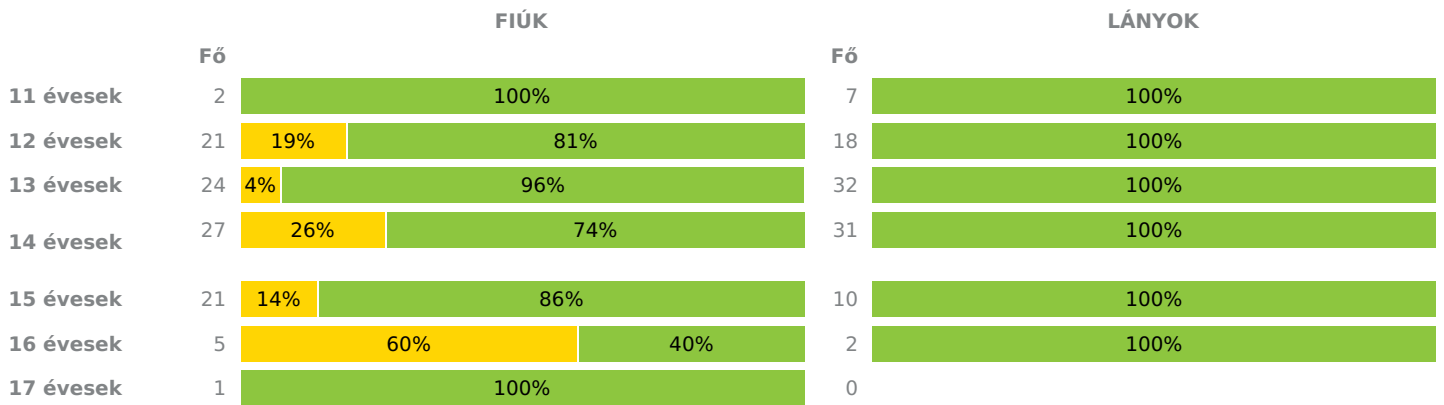
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**
**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**
**Testtömegindex (BMI: kg/m<sup>2</sup>)**

**Testzsírszázalék (TZS %)**

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

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



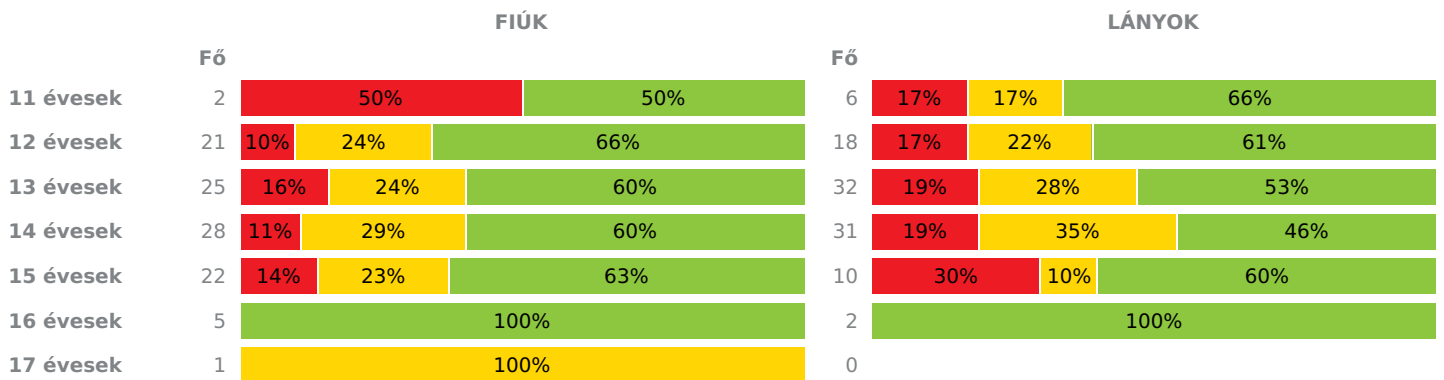

### Törzsemelés teszt (cm)



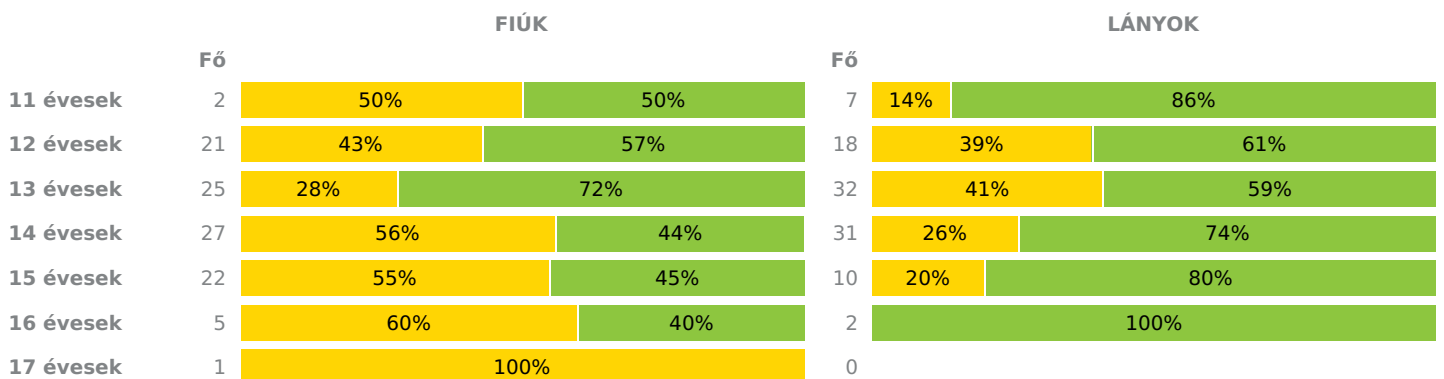
### Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



### Kézi szorítóerő mérése (kg)



### Helyből távolugrás teszt (cm)



## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK			
	Fő	%		Fő	%			
11 évesek	2	50%	50%	7	86%	14%		
12 évesek	21	62%	38%	16	63%	37%		
13 évesek	24	42%	58%	32	63%	37%		
14 évesek	27	63%	37%	31	77%	23%		
15 évesek	21	38%	62%	10	60%	40%		
16 évesek	5	60%	40%	2	100%			
17 évesek	1	100%		0				

Magyar Diáksport Szövetség - 2024



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Túrkevei Petőfi Sándor Általános Iskola

Létszám: **211 / 108 fiú, 103 lány**  
Tanév: **2023/2024**

Adatfeltöltöttségi állapot: 98,26 %  
Nyomtatás dátuma: 2025.01.18 09:44:30



## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömegindex (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	20.06	21.02	20.54	0.48	16.10	21.73	18.51	2.14		3 fő - 33%	6 fő - 67%
12 évesek	13.72	43.24	23.48	6.36	13.40	37.06	22.39	6.55	11 fő - 28%	11 fő - 28%	17 fő - 44%
13 évesek	14.41	32.07	20.54	4.19	14.38	32.17	22.15	4.76	8 fő - 14%	17 fő - 30%	32 fő - 56%
14 évesek	15.84	48.87	24.12	7.95	13.98	29.92	21.63	4.40	11 fő - 19%	12 fő - 20%	36 fő - 61%
15 évesek	15.43	31.64	22.60	4.29	14.78	34.86	21.31	5.77	5 fő - 15%	4 fő - 13%	23 fő - 72%
16 évesek	19.78	37.77	23.40	13.33	18.45	25.02	21.74	3.29	3 fő - 42%	2 fő - 29%	2 fő - 29%
17 évesek	18.53	18.53	18.53	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

#### Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	25.90	25.90	25.90	0.00	13.60	30.10	21.41	6.32		5 fő - 56%	4 fő - 44%
12 évesek	7.70	43.20	27.31	10.83	6.90	40.80	24.56	10.23	9 fő - 24%	11 fő - 29%	18 fő - 47%
13 évesek	6.20	35.00	20.12	8.74	7.00	44.20	26.21	9.28	7 fő - 12%	20 fő - 35%	30 fő - 53%
14 évesek	5.80	40.10	20.74	10.47	9.40	40.90	25.52	7.67	4 fő - 6%	18 fő - 31%	37 fő - 63%
15 évesek	5.40	37.00	19.03	9.37	8.60	39.70	24.15	8.11	4 fő - 12%	5 fő - 16%	23 fő - 72%
16 évesek	5.70	45.10	21.46	16.79	19.40	33.00	26.20	6.80	2 fő - 28%	3 fő - 43%	2 fő - 29%
17 évesek	8.50	8.50	8.50	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

## AEROB FITTSÁGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	38.85	39.20	39.03	0.18	38.50	42.33	41.12	1.32		4 fő - 44%	5 fő - 56%
12 évesek	34.60	48.81	39.81	3.78	37.73	47.64	41.92	3.43	6 fő - 15%	14 fő - 36%	19 fő - 49%
13 évesek	37.17	51.36	43.32	3.75	36.80	47.13	40.92	3.07	2 fő - 4%	18 fő - 32%	37 fő - 65%
14 évesek	33.47	59.95	43.05	6.29	35.43	47.42	40.41	3.22	11 fő - 19%	17 fő - 29%	31 fő - 53%
15 évesek	33.90	47.12	41.55	3.79	35.21	47.28	39.74	3.35	9 fő - 28%	6 fő - 19%	17 fő - 53%
16 évesek	33.84	42.54	31.35	15.98	31.25	38.84	35.05	3.80	4 fő - 57%	3 fő - 43%	
17 évesek	40.38	40.38	40.38	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%		
Összesen:									0 %	0 %	0 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	22.00	42.00	32.00	10.00	24.00	47.00	34.57	6.59		9 fő - 100%
12 évesek	3.00	80.00	36.71	20.16	17.00	80.00	40.39	16.82	3 fő - 8%	36 fő - 92%
13 évesek	10.00	80.00	49.32	20.46	18.00	80.00	41.81	19.94	1 fő - 2%	56 fő - 98%
14 évesek	7.00	80.00	54.44	23.16	14.00	80.00	46.33	21.25	3 fő - 5%	54 fő - 95%
15 évesek	22.00	80.00	46.14	21.47	20.00	80.00	49.30	22.70	3 fő - 9%	29 fő - 91%
16 évesek	25.00	80.00	37.80	26.12	30.00	31.00	30.50	0.50		7 fő - 100%
17 évesek	49.00	49.00	49.00	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

### Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	14.00	27.30	20.65	6.65	15.70	29.70	20.91	4.97	6 fő - 67%	3 fő - 33%
12 évesek	11.50	30.00	21.13	4.90	16.00	30.00	24.66	4.92	19 fő - 49%	20 fő - 51%
13 évesek	11.80	30.00	23.79	5.71	17.00	30.00	24.72	3.40	16 fő - 28%	41 fő - 72%
14 évesek	17.00	30.00	24.59	3.92	15.50	30.00	24.24	4.12	19 fő - 33%	38 fő - 67%
15 évesek	15.50	30.00	21.63	3.93	13.00	30.00	21.99	5.17	18 fő - 58%	13 fő - 42%
16 évesek	17.20	26.00	18.24	9.68	12.00	23.00	17.50	5.50	4 fő - 57%	3 fő - 43%
17 évesek	18.30	18.30	18.30	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	
Összesen:									0 %	0 %

### Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	10.00	25.00	17.50	7.50	12.00	15.00	13.00	0.93		9 fő - 100%
12 évesek	5.00	23.00	11.62	4.55	7.00	20.00	14.06	3.57	4 fő - 10%	35 fő - 90%
13 évesek	10.00	24.00	16.38	4.23	7.00	22.00	12.06	3.78	1 fő - 2%	55 fő - 98%
14 évesek	8.00	35.00	15.96	5.45	7.00	21.00	13.19	4.55	7 fő - 12%	51 fő - 88%
15 évesek	10.00	21.00	17.10	3.12	7.00	22.00	13.70	5.18	3 fő - 10%	28 fő - 90%
16 évesek	11.00	26.00	13.40	8.38	7.00	10.00	8.50	1.50	3 fő - 43%	4 fő - 57%
17 évesek	18.00	18.00	18.00	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %

### Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ

11 évesek	13.40	21.70	17.55	4.15	14.30	23.00	19.35	2.93	2 fő - 25%	1 fő - 13%	5 fő - 63%
12 évesek	13.90	37.40	24.51	6.08	13.30	37.20	23.29	6.09	5 fő - 13%	9 fő - 23%	25 fő - 64%
13 évesek	16.70	38.90	26.05	5.53	14.30	34.30	23.64	4.91	10 fő - 18%	15 fő - 26%	32 fő - 56%
14 évesek	20.10	56.50	32.88	8.33	11.50	43.10	25.40	6.59	9 fő - 15%	19 fő - 32%	31 fő - 53%
15 évesek	24.30	61.20	36.59	8.41	17.00	38.00	27.16	7.40	6 fő - 19%	6 fő - 19%	20 fő - 63%
16 évesek	36.40	51.50	35.18	18.49	29.20	38.50	33.85	4.65			7 fő - 100%
17 évesek	35.70	35.70	35.70	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%	

Összesen: 0 % 0 % 0 %

### Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	134.00	143.00	138.50	4.50	113.00	163.00	141.29	17.24	2 fő - 22%	7 fő - 78%
12 évesek	97.00	200.00	144.33	27.13	119.00	166.00	142.72	14.98	16 fő - 41%	23 fő - 59%
13 évesek	130.00	221.00	158.44	18.91	110.00	180.00	142.09	17.30	20 fő - 35%	37 fő - 65%
14 évesek	115.00	220.00	165.33	31.37	119.00	175.00	148.48	17.05	23 fő - 40%	35 fő - 60%
15 évesek	142.00	230.00	175.50	22.83	115.00	190.00	157.60	25.19	14 fő - 44%	18 fő - 56%
16 évesek	141.00	195.00	135.20	69.73	140.00	140.00	140.00	0.00	3 fő - 43%	4 fő - 57%
17 évesek	159.00	159.00	159.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	

Összesen: 0 % 0 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	18.00	21.55	19.78	1.78	17.75	25.50	20.61	2.98	7 fő - 78%	2 fő - 22%
12 évesek	5.00	27.00	18.36	5.31	14.45	36.50	24.47	5.12	23 fő - 62%	14 fő - 38%
13 évesek	11.05	27.00	20.83	3.56	15.00	40.00	25.21	5.90	30 fő - 54%	26 fő - 46%
14 évesek	9.50	30.00	17.58	6.08	10.00	46.00	22.95	8.04	41 fő - 71%	17 fő - 29%
15 évesek	13.85	26.50	20.69	3.83	16.00	36.00	25.35	6.35	14 fő - 45%	17 fő - 55%
16 évesek	10.25	30.00	15.75	10.59	26.00	26.00	26.00	0.00	5 fő - 71%	2 fő - 29%
17 évesek	12.50	12.50	12.50	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	

Összesen: 0 % 0 %