

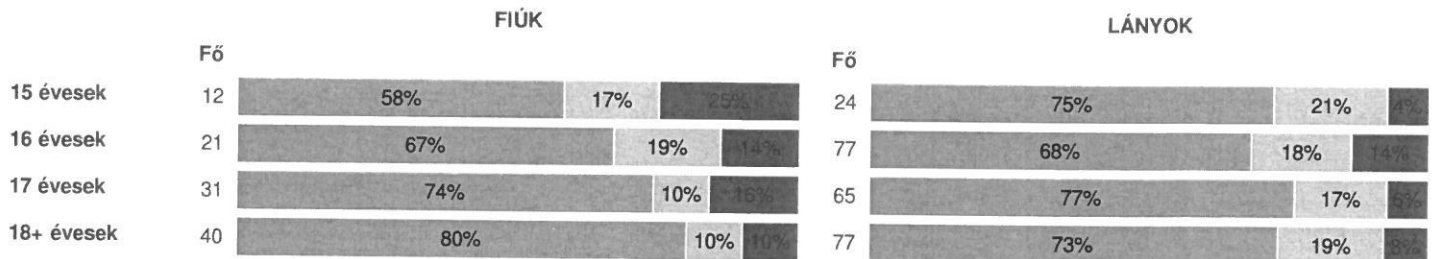
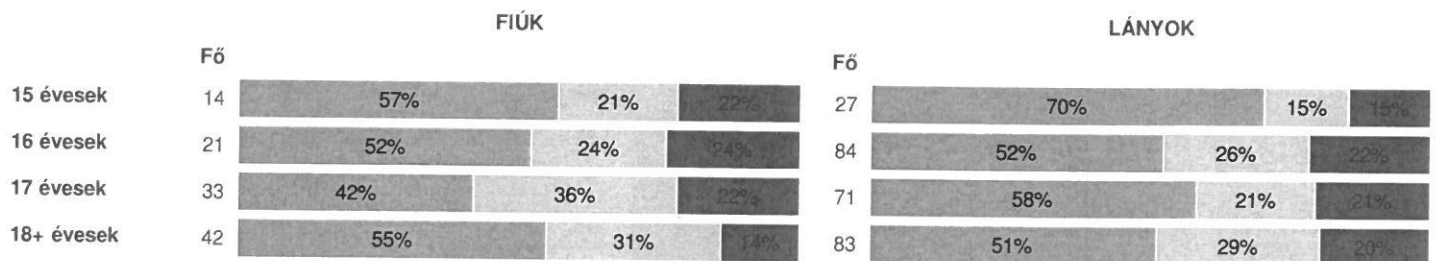
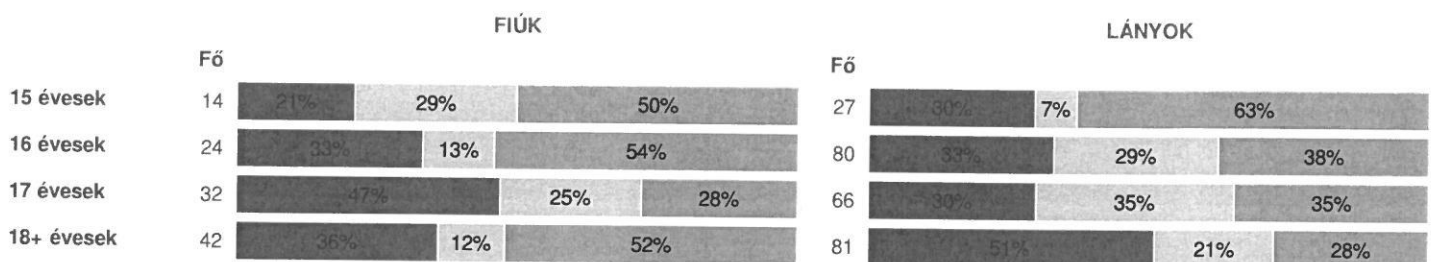
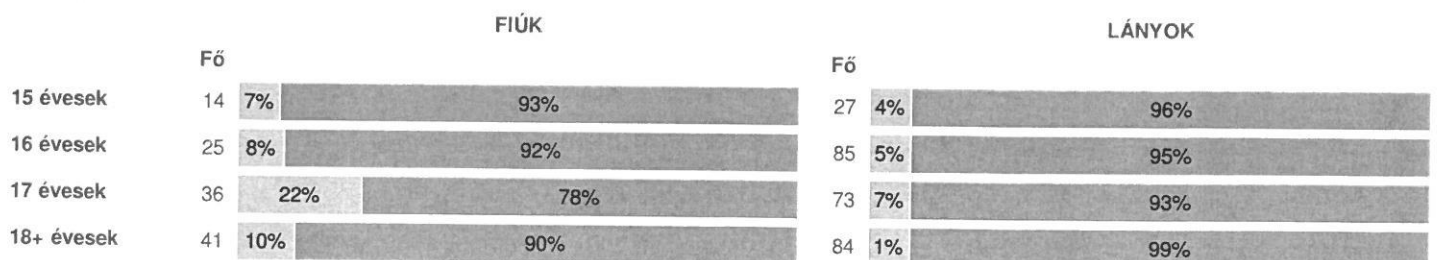
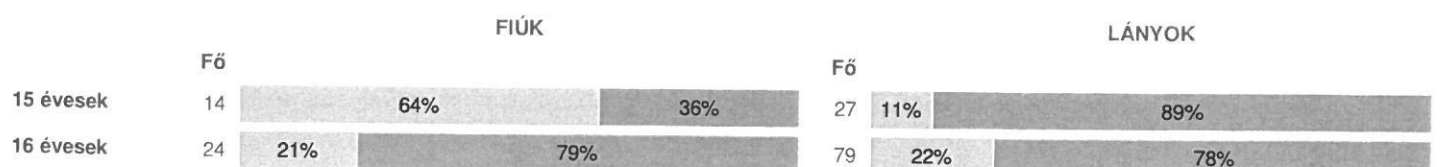
Létszám: 412 / 123 fiú, 289 lány

Tanév: 2016/2017



Adatfeltöltöttségi állapot: 89,81 %

Nyomtatás dátuma: 2022.02.11 11:00:35

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)

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL
Ütemezett hasizom (db)

Törzsemelés teszt (cm)


17 évesek	31	26%	74%	64	27%	73%
18+ évesek	37	22%	78%	79	9%	91%

Ütemezett fekvőtámasz (db)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	13	69%	31%	27	63%	37%	
16 évesek	25	68%	32%	85	60%	40%	
17 évesek	37	62%	38%	74	58%	42%	
18+ évesek	42	67%	33%	84	75%	25%	

Kézi szorítóerő (kg)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	14	14%	86%	27	100%		
16 évesek	25	40%	60%	84	6%	94%	
17 évesek	36	50%	50%	74	11%	89%	
18+ évesek	42	31%	69%	84	14%	86%	

Helyből távolugrás (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	14	64%	36%	26	23%	77%	
16 évesek	24	46%	54%	81	33%	67%	
17 évesek	36	61%	39%	62	35%	65%	
18+ évesek	42	48%	52%	81	44%	56%	

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	14	21%	79%	27	22%	78%	
16 évesek	24	13%	87%	80	48%	52%	
17 évesek	31	16%	84%	65	60%	40%	
18+ évesek	42	21%	79%	81	65%	35%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2017



	Fokozott fejlesztés szükséges
	Fejlesztés szükséges
	Egészségzóna

Székesfehérvári SZC Deák Ferenc Technikum és Szakképző Iskola

Létszám: 412 / 123 fiú, 289 lány
Tanév: 2016/2017

Adatfeltöltöttségi állapot: 89,81 %
Nyomtatás dátuma: 2022.02.11 11:00:35



TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	18	30	23	4.65	16	34	22	4.24	4 fő - 12%	7 fő - 19%	25 fő - 69%
16 évesek	16	37	23	5.75	15	40	23	5.31	14 fő - 15%	18 fő - 18%	66 fő - 67%
17 évesek	16	38	23	5.66	18	34	23	3.82	9 fő - 9%	14 fő - 15%	73 fő - 76%
18+ évesek	16	37	23.00	4.47	17	37	23.00	4.18	10 fő - 9%	19 fő - 16%	88 fő - 75%
Összesen:									11 %	17 %	72 %

Testzsírszázalék (Tzs %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	8	42	20	10.72	11	43	27	8.03	7 fő - 17%	7 fő - 17%	27 fő - 66%
16 évesek	6	36	21	10.04	8	47	29	9.36	23 fő - 22%	27 fő - 26%	55 fő - 52%
17 évesek	6	47	24	10.33	11	50	29	8.64	22 fő - 21%	27 fő - 26%	55 fő - 53%
18+ évesek	6	49	23.00	9.97	11	50	32.00	8.40	23 fő - 18%	37 fő - 30%	65 fő - 52%
Összesen:									20 %	26 %	54 %

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
15 évesek	34	64	45	7.66	32	57	40	5.01	11 fő - 27%	6 fő - 15%	24 fő - 59%
16 évesek	34	62	45	7.27	32	59	39	4.56	34 fő - 33%	26 fő - 25%	44 fő - 42%
17 évesek	32	59	42	6.76	31	49	38	4.72	35 fő - 36%	31 fő - 32%	32 fő - 33%
18+ évesek	28	65	46.00	9.92	28	54	37.00	5.49	56 fő - 46%	22 fő - 18%	45 fő - 37%
Összesen:									37 %	23 %	40 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	21	80	53	23.50	13	80	47	22.90	2 fő - 5%	39 fő - 95%
16 évesek	13	80	51	21.86	9	80	40	21.89	6 fő - 5%	104 fő - 95%
17 évesek	3	80	45	22.83	11	80	37	17.52	13 fő - 12%	96 fő - 88%
18+ évesek	13	80	52.00	18.93	10	80	41.00	17.65	5 fő - 4%	120 fő - 96%
Összesen:									7 %	93 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	8	28	21	5.22	17	30	26	3.24	12 fő - 29%	29 fő - 71%
16 évesek	15	30	26	4.02	16	30	25	3.31	22 fő - 21%	81 fő - 79%
17 évesek	18	30	25	3.37	17	30	25	3.70	25 fő - 26%	70 fő - 74%
18+ évesek	16	30	25.00	3.56	17	30	27.00	2.96	15 fő - 13%	101 fő - 87%
Összesen:									21 %	79 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	3	26	12	7.47	0	26	7	6.30	26 fő - 65%	14 fő - 35%
16 évesek	0	71	16	14.50	0	35	8	8.00	68 fő - 62%	42 fő - 38%
17 évesek	0	56	15	12.35	0	45	9	10.16	66 fő - 59%	45 fő - 41%
18+ évesek	1	39	13.00	8.57	0	34	6.00	6.04	91 fő - 72%	35 fő - 28%
Összesen:									65 %	35 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	26	51	36	6.80	20	48	29	6.39	2 fő - 5%	39 fő - 95%
16 évesek	11	52	36	10.57	16	57	29	7.13	15 fő - 14%	94 fő - 86%
17 évesek	10	68	34	13.21	13	51	29	7.43	26 fő - 24%	84 fő - 76%
18+ évesek	24	55	40.00	8.81	14	54	29.00	6.83	25 fő - 20%	101 fő - 80%
Összesen:									18 %	82 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	110	250	172	37.48	120	240	152	23.75	15 fő - 38%	25 fő - 63%
16 évesek	110	250	185	33.82	25	235	150	30.87	38 fő - 36%	67 fő - 64%
17 évesek	25	250	163	57.18	100	230	152	25.05	44 fő - 45%	54 fő - 55%
18+ évesek	1	272	190.00	47.93	110	224	147.00	22.96	56 fő - 46%	67 fő - 54%
Összesen:									42 %	58 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	17	35	26	5.38	18	44	32	5.76	9 fő - 22%	32 fő - 78%
16 évesek	16	43	27	6.54	10	43	31	6.09	41 fő - 39%	63 fő - 61%
17 évesek	11	42	27	7.94	18	42	29	4.96	44 fő - 46%	52 fő - 54%
18+ évesek	13	35	24.00	5.00	14	41	29.00	5.74	62 fő - 50%	61 fő - 50%
Összesen:									43 %	57 %