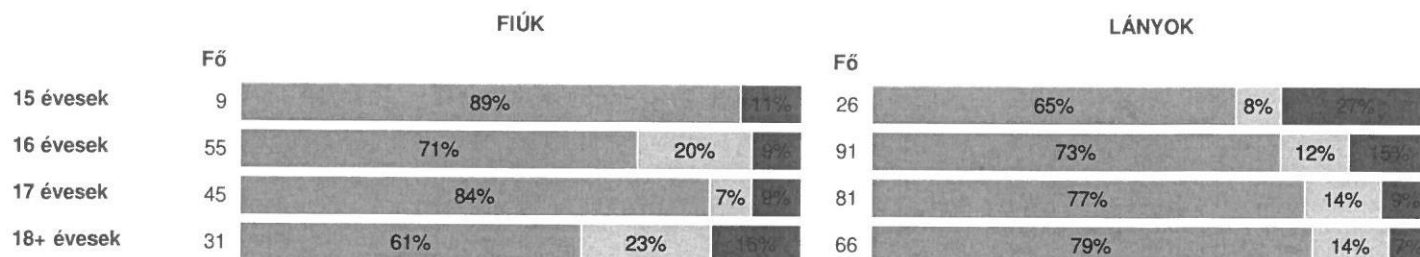
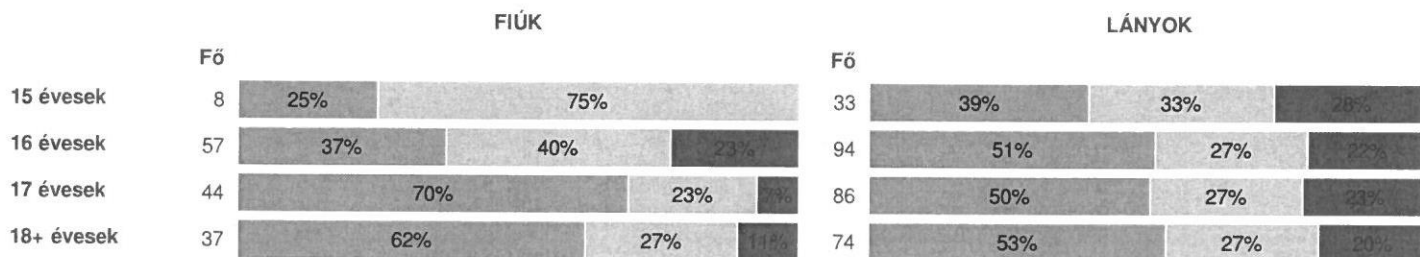
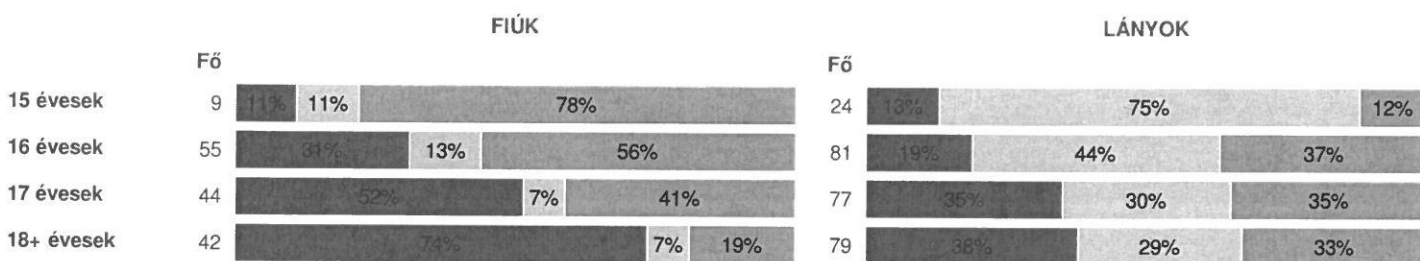
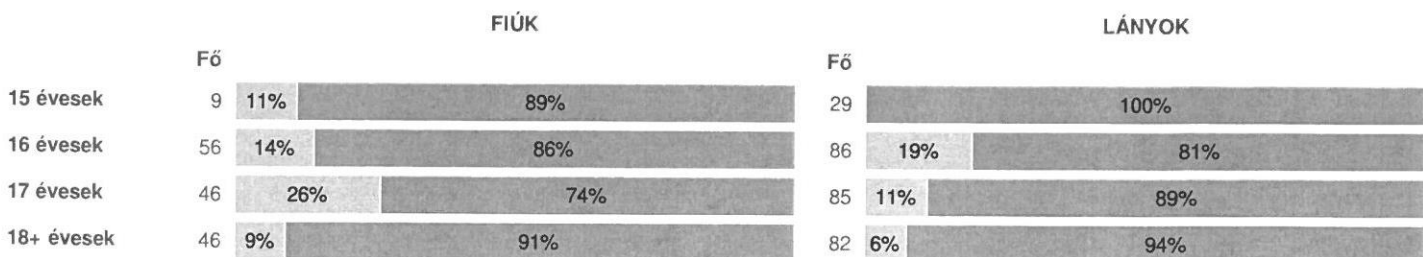
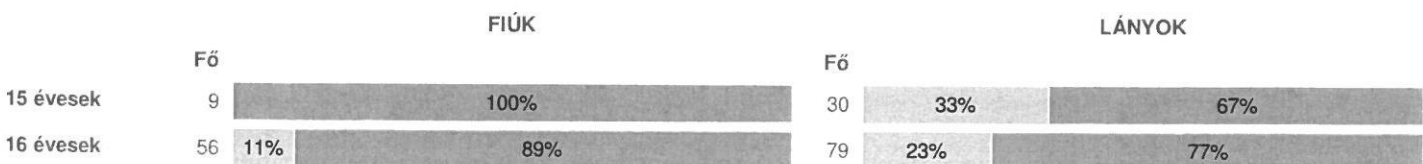


Létszám: 478 / 167 fiú, 311 lány

Tanév: 2018/2019

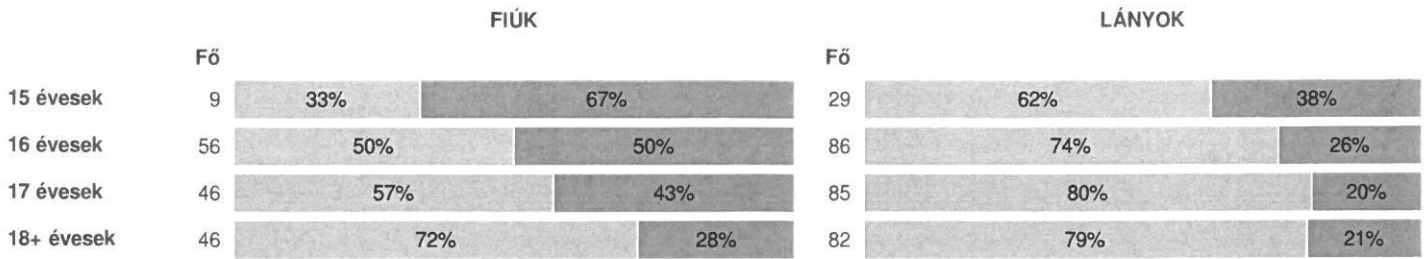
Adatfeltöltöttségi állapot: 89,24 %

Nyomtatás dátuma: 2022.02.11 11:00:55

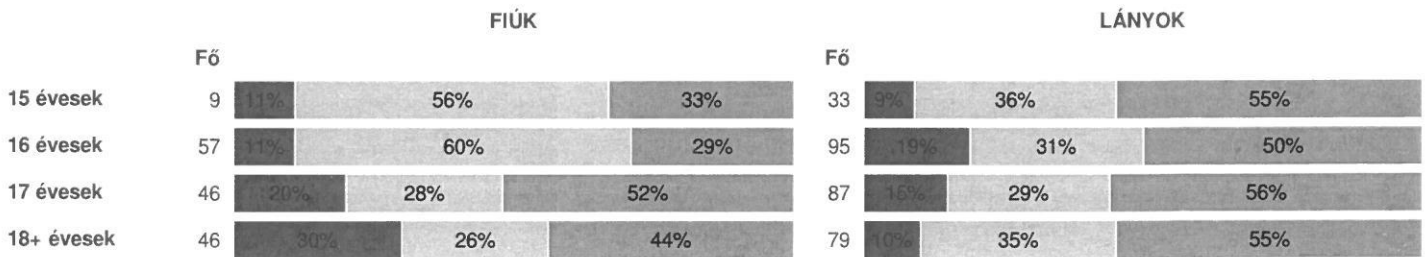

TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL
Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

Testzsírszázalék (Tzs %)

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL
Állóképességi ingafutás (VO_{2max}: ml/kg/min)

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL
Ütemezett hasizom (db)

Törzsemelés teszt (cm)




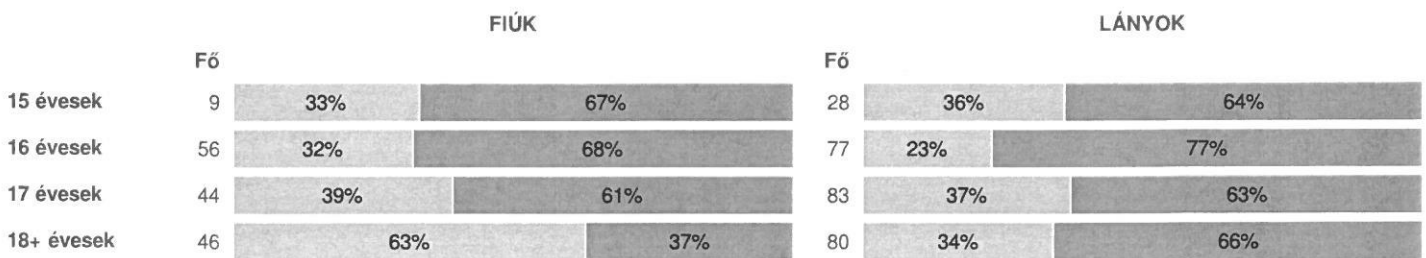
Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)

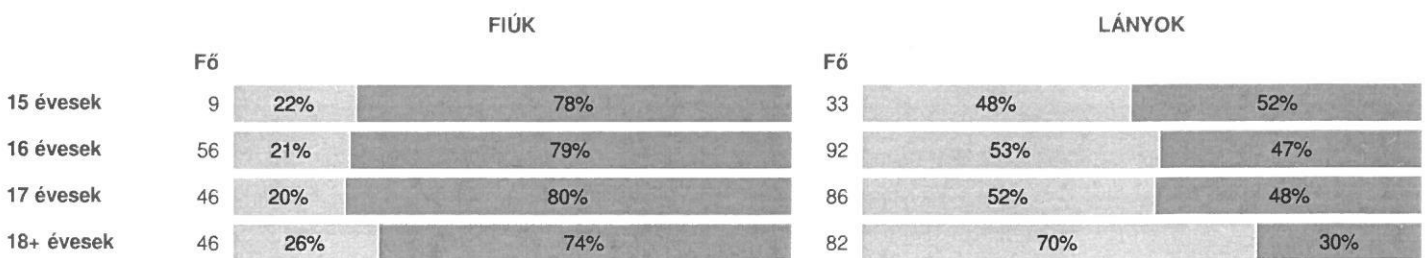


Helyből távolugrás (cm)



HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)



Magyar Diáksport Szövetség - 2019

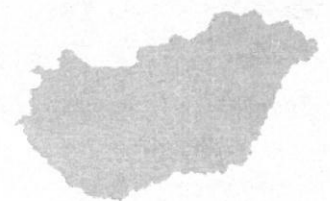


- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Székesfehérvári SZC Deák Ferenc Technikum és Szakképző Iskola

Létszám: 478 / 167 fiú, 311 lány
Tanév: 2018/2019

Adatfeltöltöttségi állapot: 89,24 %
Nyomtatás dátuma: 2022.02.11 11:00:55



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	19	30	22	2.88	17	38	25	5.90	8 fő - 23%	2 fő - 6%	25 fő - 71%
16 évesek	16	35	23	3.59	17	46	24	6.60	19 fő - 13%	22 fő - 15%	105 fő - 72%
17 évesek	14	37	22	4.12	13	37	23	4.40	12 fő - 10%	14 fő - 11%	100 fő - 79%
18+ évesek	17	34	24.00	4.98	17	38	23.00	3.99	10 fő - 11%	16 fő - 16%	71 fő - 73%
Összesen:									12 %	13 %	75 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	11	27	22	4.61	15	47	32	8.34	9 fő - 22%	17 fő - 41%	15 fő - 37%
16 évesek	6	41	23	8.37	14	50	31	8.87	34 fő - 22%	48 fő - 32%	69 fő - 46%
17 évesek	7	37	19	7.96	10	49	30	8.34	23 fő - 18%	33 fő - 25%	74 fő - 57%
18+ évesek	5	42	19.00	9.64	13	50	30.00	8.69	19 fő - 17%	30 fő - 27%	62 fő - 56%
Összesen:									20 %	30 %	50 %

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	37	56	49	5.80	33	46	38	2.71	4 fő - 12%	19 fő - 58%	10 fő - 30%
16 évesek	28	59	44	6.71	32	52	39	3.46	32 fő - 24%	43 fő - 32%	61 fő - 45%
17 évesek	33	65	44	8.23	30	48	38	3.39	50 fő - 41%	26 fő - 21%	45 fő - 37%
18+ évesek	31	57	40.00	6.49	32	47	37.00	3.78	61 fő - 50%	26 fő - 21%	34 fő - 28%
Összesen:									36 %	28 %	36 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	20	60	41	13.49	20	80	46	23.95	1 fő - 3%	37 fő - 97%
16 évesek	4	80	41	16.31	5	80	39	25.75	24 fő - 17%	118 fő - 83%
17 évesek	1	80	45	27.01	3	80	48	27.01	21 fő - 16%	110 fő - 84%
18+ évesek	11	80	48.00	22.07	1	80	46.00	23.19	9 fő - 7%	119 fő - 93%
Összesen:									13 %	87 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	23	27	25	1.33	17	30	26	3.78	10 fő - 26%	29 fő - 74%
16 évesek	17	30	25	2.47	16	30	25	3.39	24 fő - 18%	111 fő - 82%
17 évesek	14	30	24	3.73	14	30	24	3.67	38 fő - 33%	76 fő - 67%
18+ évesek	18	30	25.00	3.30	12	30	26.00	3.60	18 fő - 18%	82 fő - 82%
Összesen:									23 %	77 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	10	26	18	5.39	0	22	7	6.01	21 fő - 55%	17 fő - 45%
16 évesek	2	32	16	6.47	0	22	5	4.66	92 fő - 65%	50 fő - 35%
17 évesek	3	30	15	7.05	0	20	4	4.17	94 fő - 72%	37 fő - 28%
18+ évesek	0	78	14.00	14.33	0	38	5.00	6.18	98 fő - 77%	30 fő - 23%
Összesen:									69 %	31 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	28	45	35	4.83	19	36	27	4.22	4 fő - 10%	17 fő - 40%	21 fő - 50%
16 évesek	21	59	35	6.83	17	44	28	5.51	24 fő - 16%	63 fő - 41%	65 fő - 43%
17 évesek	29	77	42	9.12	4	53	29	6.35	22 fő - 17%	38 fő - 29%	73 fő - 55%
18+ évesek	25	70	42.00	11.04	18	43	29.00	4.87	22 fő - 18%	40 fő - 32%	63 fő - 50%
Összesen:									16 %	35 %	49 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	86	201	175	32.65	120	202	152	19.66	13 fő - 35%	24 fő - 65%
16 évesek	125	235	187	21.41	35	240	153	30.07	36 fő - 27%	97 fő - 73%
17 évesek	19	244	194	38.96	110	195	150	21.62	48 fő - 38%	79 fő - 62%
18+ évesek	110	260	189.00	35.00	100	240	153.00	25.47	56 fő - 44%	70 fő - 56%
Összesen:									36 %	64 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	20	31	24	3.39	14	42	30	6.42	18 fő - 43%	24 fő - 57%
16 évesek	15	39	23	3.87	12	44	30	6.13	61 fő - 41%	87 fő - 59%
17 évesek	12	38	25	5.73	5	46	29	6.60	54 fő - 41%	78 fő - 59%
18+ évesek	0	46	23.00	10.28	0	43	26.00	7.77	69 fő - 54%	59 fő - 46%
Összesen:									45 %	55 %