

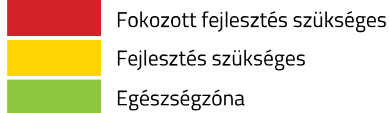
Létszám: 575 / 242 fiú, 333 lány

Átlagéletkor: 16

Tanév: 2022/2023

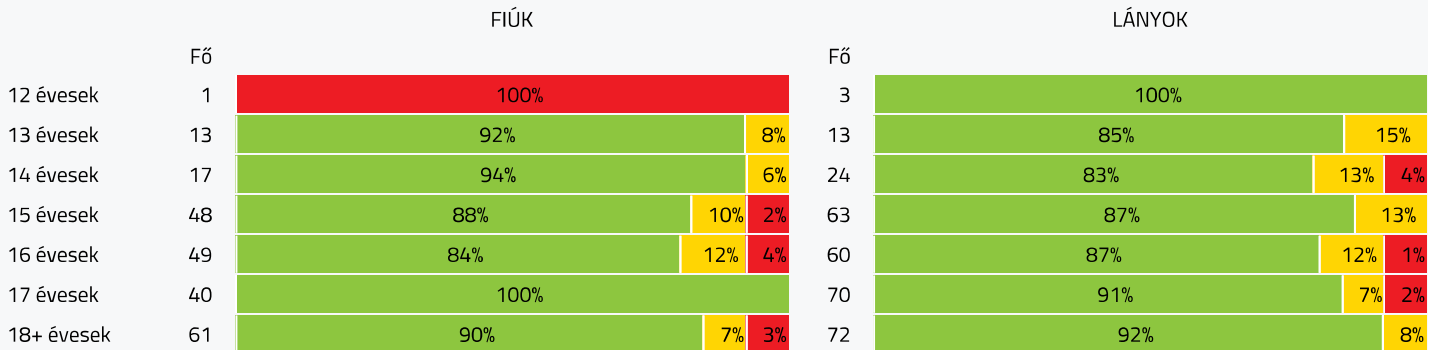
Adatfeltöltöttségi állapot: 91,25 %

Nyomtatás dátuma: 2023.12.05 09:52:38

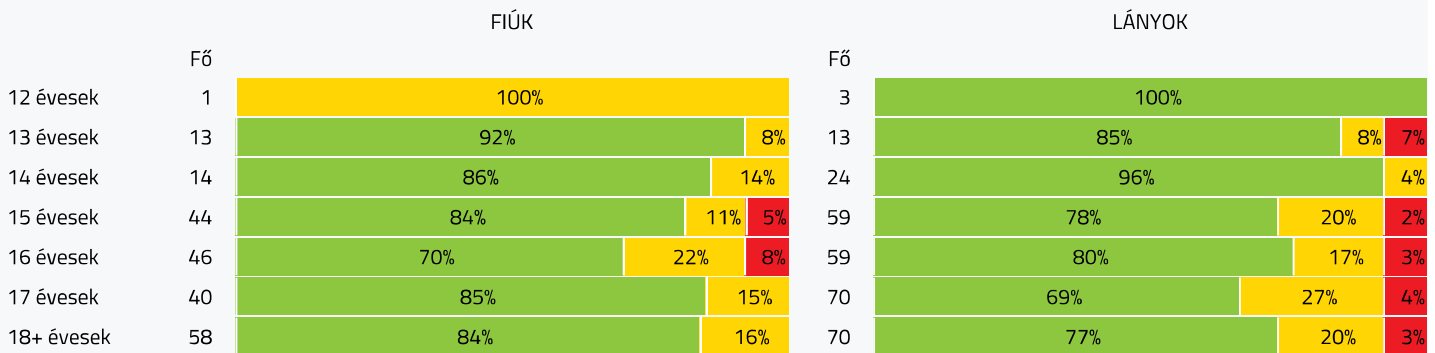


INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

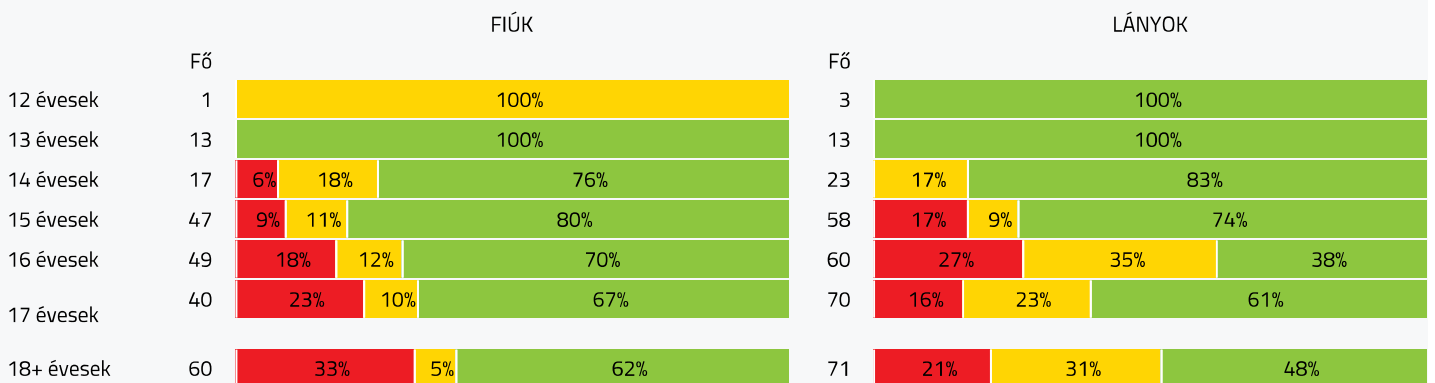
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

 Testtömegindex (BMI: kg/m²)


Testzsírszázalék (TZS %)

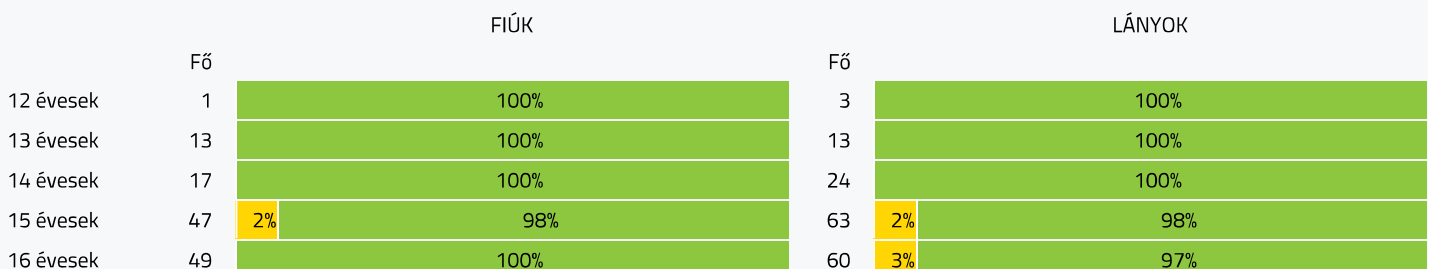


AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



17 évesek	40	100%	70	1%	99%
18+ évesek	61	7%	93%	3%	97%

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
12 évesek	1	100%	3	100%	
13 évesek	13	23%	12	25%	75%
14 évesek	12	25%	19	32%	68%
15 évesek	43	49%	49	55%	45%
16 évesek	45	53%	54	35%	65%
17 évesek	35	43%	58	50%	50%
18+ évesek	51	45%	48	33%	67%

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
12 évesek	1	100%	3	100%	
13 évesek	13	8%	13	8%	92%
14 évesek	17	24%	24	13%	87%
15 évesek	48	19%	61	26%	74%
16 évesek	49	20%	60	22%	78%
17 évesek	40	23%	70	13%	87%
18+ évesek	63	30%	71	32%	68%

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK			LÁNYOK			
	Fő		Fő			
12 évesek	1	100%	3	33%	67%	
13 évesek	13	38%	13	23%	31%	46%
14 évesek	17	29%	24	13%	25%	62%
15 évesek	48	6%	64	5%	31%	64%
16 évesek	49	10%	60	13%	25%	62%
17 évesek	40	20%	70	3%	36%	61%
18+ évesek	65	25%	69	23%	36%	41%

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
12 évesek	1	100%	3	100%	
13 évesek	13	100%	13	100%	
14 évesek	17	6%	24	4%	96%
15 évesek	46	2%	62	5%	95%
16 évesek	49	14%	60	7%	93%
17 évesek	40	20%	70	4%	96%
18+ évesek	63	43%	69	9%	91%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK			LÁNYOK		
	Fő		Fő		
12 évesek	1	100%	3	100%	
13 évesek	13	15%	13	8%	92%

14 évesek	17	29%	71%	24	29%	71%
15 évesek	48	23%	77%	63	33%	67%
16 évesek	49	20%	80%	60	38%	62%
17 évesek	40	13%	87%	70	27%	73%
18+ évesek	60	15%	85%	69	30%	70%



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Budapest XIII. Kerületi Ady Endre Gimnázium 35245 / 1

Létszám: 575 / 242 fiú, 333 lány Átlagéletkor: 16
 Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 91,25 %
 Nyomtatás dátuma: 2023.12.05 09:52:38

INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek											
12 évesek	31.93	31.93	31.93	0.00	13.91	18.67	16.48	1.96	1 fő - 25%		3 fő - 75%
13 évesek	16.41	22.94	19.10	1.97	14.17	25.21	19.21	2.99		3 fő - 12%	23 fő - 88%
14 évesek	16.13	25.99	19.62	2.29	12.91	31.58	20.52	3.67	1 fő - 2%	4 fő - 10%	36 fő - 88%
15 évesek	11.01	33.41	20.64	3.53	17.05	27.14	20.75	2.50	1 fő - 1%	13 fő - 13%	97 fő - 87%
16 évesek	15.45	31.27	21.77	3.65	11.17	29.65	20.38	3.19	3 fő - 3%	13 fő - 12%	93 fő - 85%
17 évesek	16.81	24.64	20.92	1.90	17.30	33.80	21.62	2.63	1 fő - 0%	5 fő - 5%	104 fő - 95%
18+ évesek	16.19	30.62	21.72	2.83	16.49	28.40	20.59	2.54	2 fő - 1%	10 fő - 9%	121 fő - 91%
Összesen:									2 %	9 %	89 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek											
12 évesek	27.00	27.00	27.00	0.00	7.00	19.00	14.33	5.25		1 fő - 25%	3 fő - 75%
13 évesek	6.00	25.25	14.87	5.25	10.00	37.00	20.54	7.80	1 fő - 4%	2 fő - 8%	23 fő - 88%
14 évesek	6.00	26.23	16.03	5.60	14.00	32.00	21.85	3.91		3 fő - 8%	35 fő - 92%
15 évesek	5.00	33.70	14.29	7.70	9.40	40.00	23.93	6.10	3 fő - 2%	17 fő - 17%	83 fő - 81%
16 évesek	6.00	36.00	17.40	8.01	11.90	42.00	24.25	6.45	6 fő - 6%	20 fő - 19%	79 fő - 75%
17 évesek	6.00	31.00	14.82	6.23	7.00	45.00	26.62	7.12	3 fő - 2%	25 fő - 23%	82 fő - 75%
18+ évesek	1.80	30.00	16.24	6.54	12.00	41.10	25.73	6.37	2 fő - 2%	23 fő - 18%	103 fő - 80%
Összesen:									3 %	18 %	79 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

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

10 évesek											
11 évesek											
12 évesek	37.79	37.79	37.79	0.00	45.04	52.70	50.03	3.53		1 fő - 25%	3 fő - 75%
13 évesek	41.55	66.35	52.32	6.73	40.83	67.67	47.70	7.26			26 fő - 100%
14 évesek	37.15	64.68	49.01	8.05	36.56	57.17	43.63	4.76	1 fő - 3%	7 fő - 18%	32 fő - 80%
15 évesek	33.59	74.31	50.43	7.56	31.25	62.45	44.04	6.76	14 fő - 13%	10 fő - 10%	81 fő - 77%
16 évesek	30.13	72.68	47.57	8.39	30.60	54.84	39.09	6.03	25 fő - 23%	27 fő - 25%	57 fő - 52%
17 évesek	35.03	75.65	50.04	10.04	29.94	55.86	41.28	5.58	20 fő - 18%	20 fő - 18%	70 fő - 64%
18+ évesek	27.91	62.90	46.26	8.11	27.46	62.62	38.68	5.36	35 fő - 27%	25 fő - 19%	71 fő - 54%

Összesen: 18% 17% 65%

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek										
11 évesek										
12 évesek	22.00	22.00	22.00	0.00	51.00	80.00	63.33	12.23		4 fő - 100%
13 évesek	25.00	80.00	69.77	16.11	35.00	80.00	66.15	15.28		26 fő - 100%
14 évesek	24.00	80.00	53.12	17.28	20.00	80.00	55.33	20.39		41 fő - 100%
15 évesek	18.00	80.00	71.04	16.22	17.00	80.00	64.23	19.25	2 fő - 2%	108 fő - 98%
16 évesek	27.00	80.00	64.84	16.41	5.00	80.00	51.38	20.13	2 fő - 2%	107 fő - 98%
17 évesek	27.00	80.00	68.10	14.16	10.00	80.00	65.74	18.99	1 fő - 1%	109 fő - 100%
18+ évesek	3.00	80.00	58.98	20.44	7.00	80.00	49.83	16.73	6 fő - 5%	125 fő - 95%

Összesen: 2% 98%

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek										
11 évesek										
12 évesek	17.00	17.00	17.00	0.00	23.00	27.00	25.00	1.63	1 fő - 25%	3 fő - 75%
13 évesek	15.00	30.00	24.04	3.59	18.00	30.00	24.54	3.40	6 fő - 24%	19 fő - 76%
14 évesek	13.00	30.00	24.18	5.78	16.00	30.00	25.11	5.22	9 fő - 29%	22 fő - 71%
15 évesek	13.40	30.00	21.97	4.51	4.00	30.00	21.09	6.48	48 fő - 52%	44 fő - 48%
16 évesek	9.00	30.00	22.16	5.88	14.00	30.00	23.79	4.50	43 fő - 43%	56 fő - 57%
17 évesek	13.00	29.00	22.44	4.27	7.00	30.00	22.08	4.84	44 fő - 47%	49 fő - 53%
18+ évesek	12.00	30.00	22.75	4.81	10.00	30.00	23.40	5.28	39 fő - 39%	60 fő - 61%

Összesen: 43% 57%

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
10 évesek										
11 évesek										
12 évesek	17.00	17.00	17.00	0.00	12.00	16.00	13.67	1.70		4 fő - 100%
13 évesek	1.00	35.00	19.46	7.45	4.00	23.00	14.38	4.63	2 fő - 8%	24 fő - 92%
14 évesek	5.00	41.00	22.88	9.76	1.00	22.00	13.71	5.44	7 fő - 17%	34 fő - 83%
15 évesek	4.00	45.00	22.27	8.03	1.00	35.00	11.80	7.50	25 fő - 23%	84 fő - 77%
16 évesek	2.00	70.00	23.14	10.95	0.00	30.00	11.43	6.51	23 fő - 21%	86 fő - 79%
17 évesek	8.00	53.00	25.15	10.09	1.00	37.00	15.60	8.03	18 fő - 16%	92 fő - 84%
18+ évesek	7.00	66.00	25.38	11.92	0.00	40.00	12.21	8.11	42 fő - 31%	92 fő - 69%

Összesen: 22 % 78 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek											
11 évesek											
12 évesek	41.00	41.00	41.00	0.00	16.00	22.00	19.33	2.49	1 fő - 25%	2 fő - 50%	1 fő - 25%
13 évesek	22.00	55.00	33.35	9.33	18.00	30.00	22.97	3.84	3 fő - 12%	9 fő - 35%	14 fő - 54%
14 évesek	20.00	40.32	30.81	6.28	20.00	38.00	27.47	4.76	8 fő - 20%	11 fő - 27%	22 fő - 54%
15 évesek	26.00	58.00	39.44	7.72	20.00	40.00	28.66	4.37	6 fő - 5%	34 fő - 30%	72 fő - 64%
16 évesek	27.40	70.00	43.95	9.36	10.00	44.60	28.46	5.50	13 fő - 12%	26 fő - 24%	70 fő - 64%
17 évesek	26.90	60.00	41.81	9.40	19.00	48.60	30.43	5.12	10 fő - 9%	38 fő - 35%	62 fő - 56%
18+ évesek	20.00	77.00	43.07	11.09	19.00	64.00	28.51	7.64	32 fő - 24%	40 fő - 30%	62 fő - 46%

Összesen: 14 % 30 % 56 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek										
12 évesek	170.00	170.00	170.00	0.00	170.00	180.00	174.67	4.11		4 fő - 100%
13 évesek	180.00	240.00	209.23	18.38	145.00	215.00	179.46	16.72		26 fő - 100%
14 évesek	170.00	258.00	218.47	21.67	130.00	215.00	176.08	18.21	2 fő - 5%	39 fő - 95%
15 évesek	138.00	260.00	218.65	23.58	125.00	254.00	175.72	23.99	4 fő - 4%	104 fő - 96%
16 évesek	145.00	280.00	216.33	28.32	110.00	217.00	172.43	25.48	11 fő - 10%	98 fő - 90%
17 évesek	140.00	260.00	216.83	26.72	120.00	250.00	182.84	22.80	11 fő - 10%	99 fő - 90%
18+ évesek	150.00	270.00	208.79	26.94	130.00	225.00	174.37	21.38	33 fő - 25%	99 fő - 75%

Összesen: 12 % 88 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek										
11 évesek										
12 évesek	31.00	31.00	31.00	0.00	33.00	37.50	35.33	1.84		4 fő - 100%
13 évesek	15.00	37.50	27.50	6.51	12.60	41.00	31.55	6.71	3 fő - 12%	23 fő - 88%
14 évesek	0.26	42.00	25.52	12.60	0.13	47.50	29.92	10.42	12 fő - 29%	29 fő - 71%
15 évesek	7.56	40.50	25.13	7.55	13.50	47.50	32.24	7.03	32 fő - 29%	79 fő - 71%
16 évesek	5.25	47.50	26.20	8.04	0.30	46.50	32.31	8.42	33 fő - 30%	76 fő - 70%
17 évesek	13.00	43.00	29.09	6.16	16.14	48.50	33.85	6.86	24 fő - 22%	86 fő - 78%
18+ évesek	0.36	45.00	29.35	8.44	13.15	45.50	33.13	6.80	30 fő - 23%	99 fő - 77%

Összesen: 25 % 75 %