

Létszám: 60 / 32 fiú, 28 lány

Tanév: 2016/2017

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2018.10.03 13:42:28

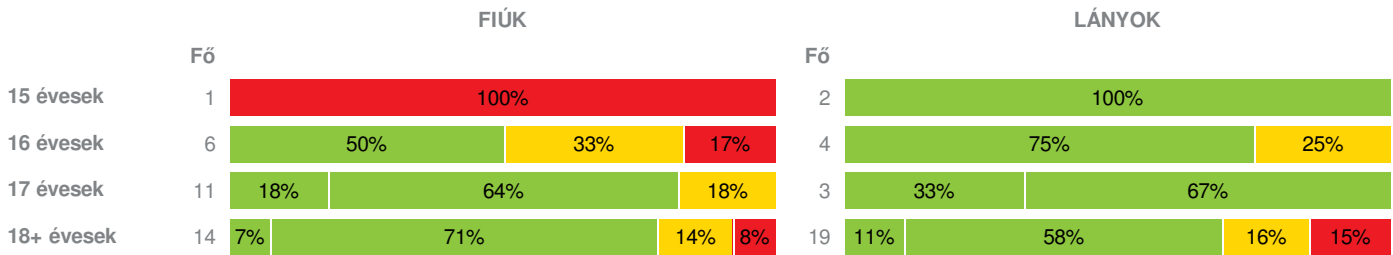


- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

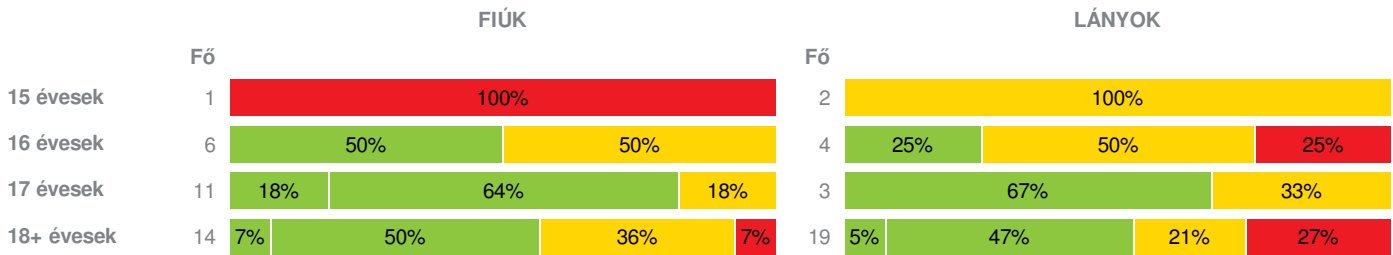
## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

#### Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

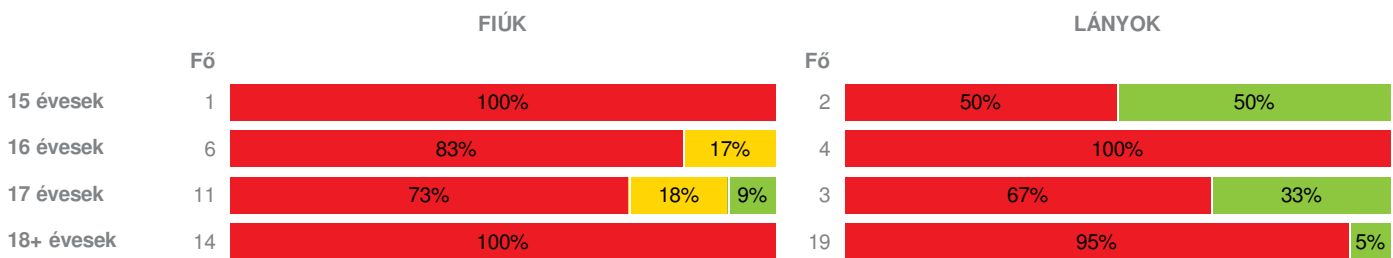


#### Testzsír százalék (TZS %)



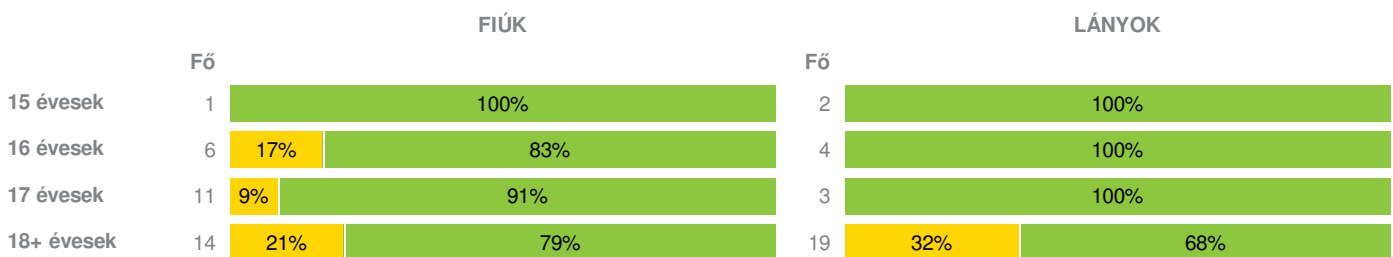
### AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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



### VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

#### Ütemezett hasizom (db)



#### Törzsemelés (cm)



17 évesek	11	45%	55%	3	67%	33%
18+ évesek	14	50%	50%	19	74%	26%

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	1	100%		2	100%		
16 évesek	6	33%	67%	4	75%	25%	
17 évesek	11	55%	45%	3	67%	33%	
18+ évesek	14	43%	57%	19	63%	37%	

### Kézi szorítóerő (kg)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	1	100%		2	100%		
16 évesek	6	100%		4	100%		
17 évesek	11	18%	82%	3	33%	67%	
18+ évesek	14	50%	50%	19	42%	58%	

### Helyből távolugrás (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	1	100%		2	50%	50%	
16 évesek	6	83%	17%	4	100%		
17 évesek	11	64%	36%	3	67%	33%	
18+ évesek	14	100%		19	68%	32%	

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	1	100%		2	100%		
16 évesek	6	17%	83%	4	100%		
17 évesek	11	36%	64%	3	100%		
18+ évesek	14	29%	71%	19	95%	5%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2017



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Gyöngyösi Kolping Katolikus Szakközépiskola és Szakiskola

Létszám: 60 / 32 fiú, 28 lány

Tanév: 2016/2017

Adatfeltöltöttségi állapot: 100,00 %

Nyomtatás dátuma: 2018.10.03 13:42:28



## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

## TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

## Testtömeg-index (BMI: kg/m<sup>2</sup>)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	36.79	36.79	36.79	0.00	20.49	23.94	22.22	1.73	1 fő - 33%		2 fő - 67%
16 évesek	21.01	35.16	25.97	4.95	21.45	26.84	22.98	2.23	1 fő - 10%	3 fő - 30%	6 fő - 60%
17 évesek	16.60	28.83	20.77	3.57	17.05	20.95	19.37	1.67		2 fő - 14%	12 fő - 86%
18+ évesek	17.41	30.36	22.78	3.87	16.49	45.82	23.99	7.04	4 fő - 12%	5 fő - 15%	24 fő - 73%
Összesen:									10 %	17 %	73 %

## Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	33.80	33.80	33.80	0.00	30.00	36.30	33.15	3.15	1 fő - 33%	2 fő - 67%	
16 évesek	12.20	30.20	20.82	7.52	28.30	37.80	32.13	3.50	1 fő - 10%	5 fő - 50%	4 fő - 40%
17 évesek	5.60	32.20	14.17	7.30	20.40	31.10	26.93	4.68		3 fő - 21%	11 fő - 79%
18+ évesek	5.70	35.00	19.73	8.27	6.20	48.60	31.12	10.11	6 fő - 18%	9 fő - 27%	18 fő - 55%
Összesen:									13 %	32 %	55 %

## AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	34.63	34.63	34.63	0.00	34.19	45.22	39.71	5.52	2 fő - 67%		1 fő - 33%
16 évesek	34.41	42.81	37.30	2.71	32.19	32.86	32.44	0.26	9 fő - 90%	1 fő - 10%	
17 évesek	33.18	48.39	38.32	4.46	29.79	41.33	34.72	4.86	10 fő - 71%	2 fő - 14%	2 fő - 14%
18+ évesek	29.41	40.93	34.37	3.40	23.22	39.33	30.66	3.55	32 fő - 97%		1 fő - 3%
Összesen:									88 %	5 %	7 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	25.00	25.00	25.00	0.00	25.00	28.00	26.50	1.50		3 fő - 100%
16 évesek	15.00	50.00	34.33	12.76	22.00	30.00	25.50	2.87	1 fő - 10%	9 fő - 90%
17 évesek	20.00	50.00	32.36	8.40	18.00	43.00	30.67	10.21	1 fő - 7%	13 fő - 93%
18+ évesek	16.00	60.00	34.14	12.19	7.00	40.00	22.16	9.04	9 fő - 27%	24 fő - 73%
Összesen:									18 %	82 %

### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	20.00	20.00	20.00	0.00	17.00	18.00	17.50	0.50	3 fő - 100%	
16 évesek	18.00	30.00	23.67	4.35	18.00	24.00	21.00	2.24	5 fő - 50%	5 fő - 50%
17 évesek	15.00	30.00	23.09	5.96	18.00	26.00	21.00	3.56	7 fő - 50%	7 fő - 50%
18+ évesek	16.00	28.00	21.86	4.32	9.00	29.00	19.89	5.05	21 fő - 64%	12 fő - 36%
Összesen:									60 %	40 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	18.00	18.00	18.00	0.00	7.00	8.00	7.50	0.50		3 fő - 100%
16 évesek	7.00	40.00	24.00	12.41	4.00	7.00	5.75	1.09	5 fő - 50%	5 fő - 50%
17 évesek	3.00	40.00	16.82	9.69	3.00	10.00	6.00	2.94	8 fő - 57%	6 fő - 43%
18+ évesek	2.00	42.00	22.64	12.65	2.00	15.00	6.21	3.16	18 fő - 55%	15 fő - 45%
Összesen:									52 %	48 %

#### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	52.25	52.25	52.25	0.00	26.40	29.30	27.85	1.45		3 fő - 100%
16 évesek	38.50	52.75	45.48	5.11	26.95	33.50	28.86	2.69		10 fő - 100%
17 évesek	24.75	49.00	40.14	7.68	19.20	23.25	21.88	1.90	3 fő - 21%	11 fő - 79%
18+ évesek	21.80	50.05	37.83	8.43	16.85	41.45	26.53	6.96	15 fő - 45%	18 fő - 55%
Összesen:									30 %	70 %

#### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	140.00	140.00	140.00	0.00	120.00	155.00	137.50	17.50	2 fő - 67%	1 fő - 33%
16 évesek	160.00	195.00	174.00	11.33	120.00	135.00	128.75	5.45	9 fő - 90%	1 fő - 10%
17 évesek	150.00	220.00	182.91	20.80	115.00	150.00	130.33	14.61	9 fő - 64%	5 fő - 36%
18+ évesek	110.00	190.00	167.07	22.91	105.00	175.00	137.42	14.31	27 fő - 82%	6 fő - 18%
Összesen:									78 %	22 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	20.00	20.00	20.00	0.00	18.50	28.00	23.25	4.75	3 fő - 100%	
16 évesek	18.00	32.50	24.50	4.36	23.00	29.50	26.50	2.32	5 fő - 50%	5 fő - 50%
17 évesek	11.00	26.00	20.14	5.11	17.50	22.50	20.67	2.25	7 fő - 50%	7 fő - 50%
18+ évesek	17.00	35.50	23.89	4.91	17.00	31.00	22.29	4.14	22 fő - 67%	11 fő - 33%
Összesen:									62 %	38 %