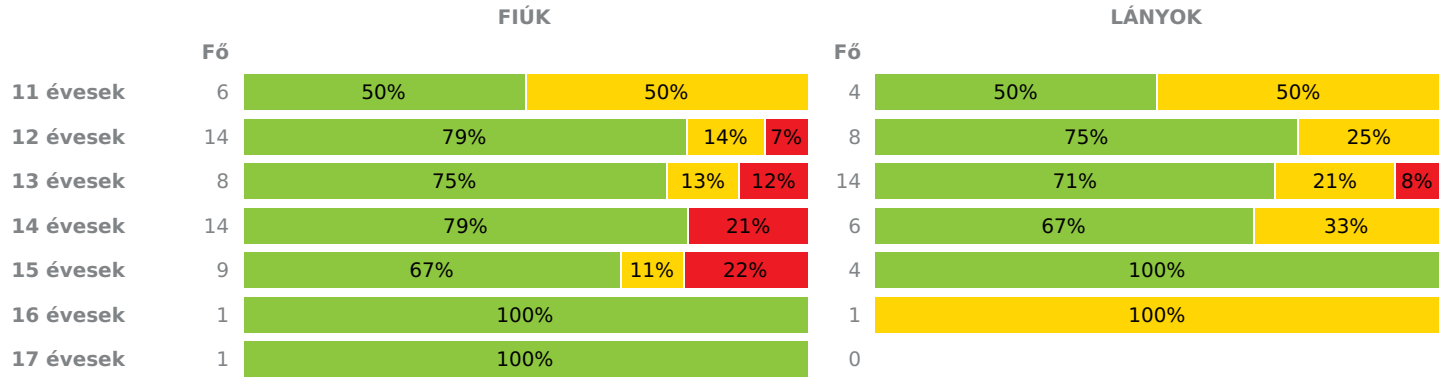


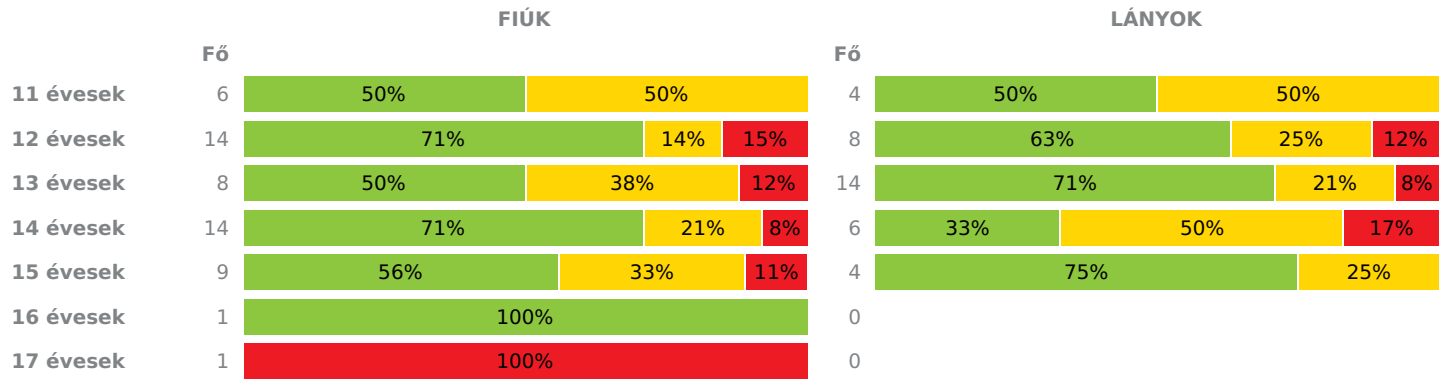
**INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ**

**TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL**

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

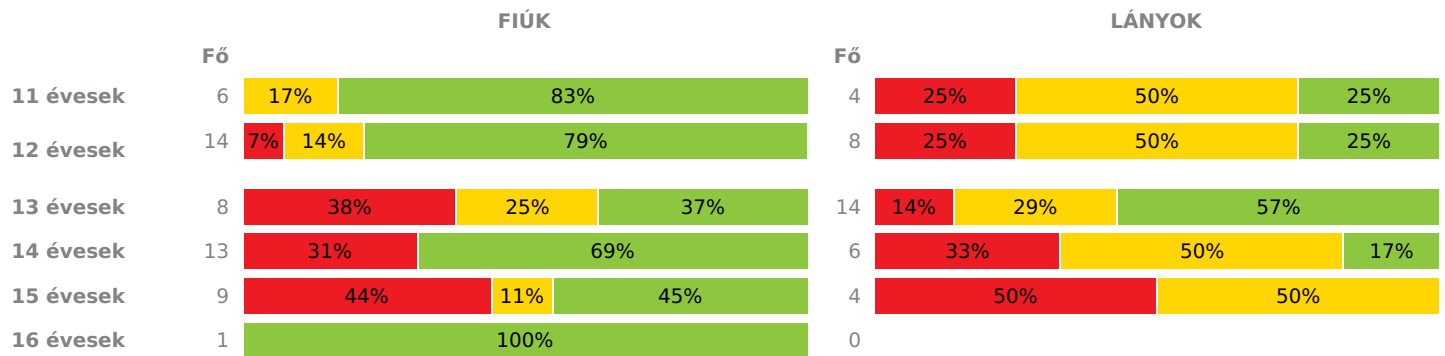


**Testzsírszázalék (TZS %)**



**AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL**

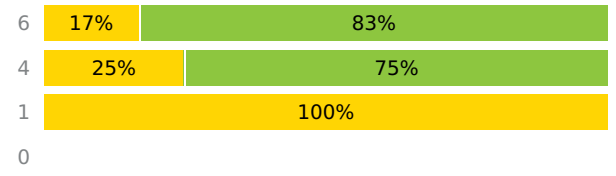
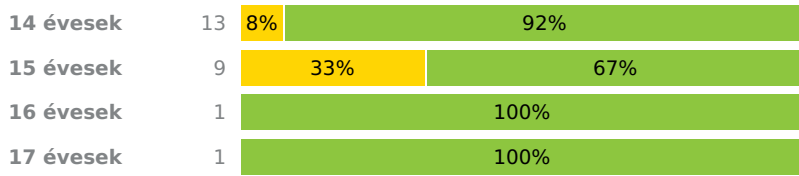
**Állóképességi ingafutás teszt (VO<sub>2max</sub>: ml/kg/min)**



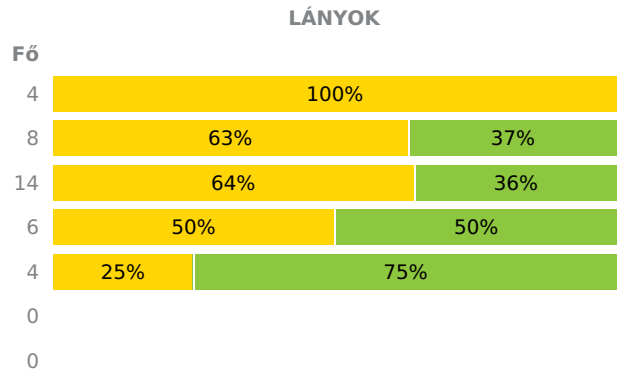
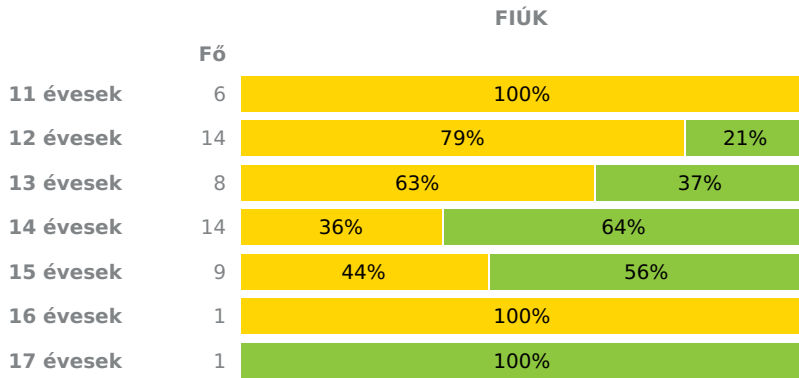
**VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL**

**Ütemezett hasizom teszt (db)**

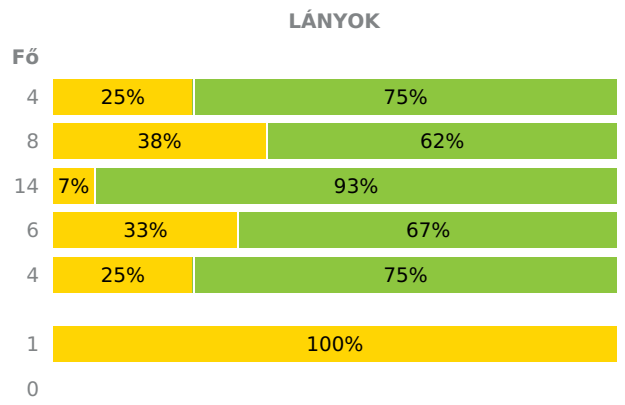
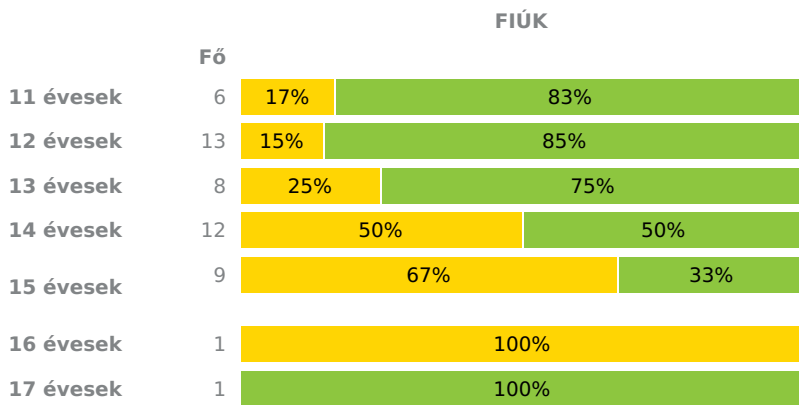




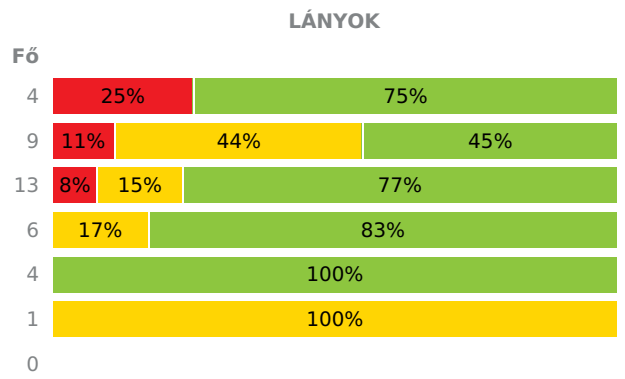
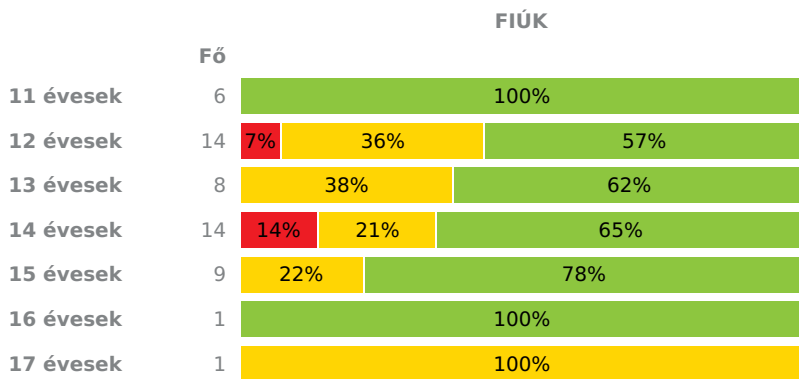
### Törzsemelés teszt (cm)



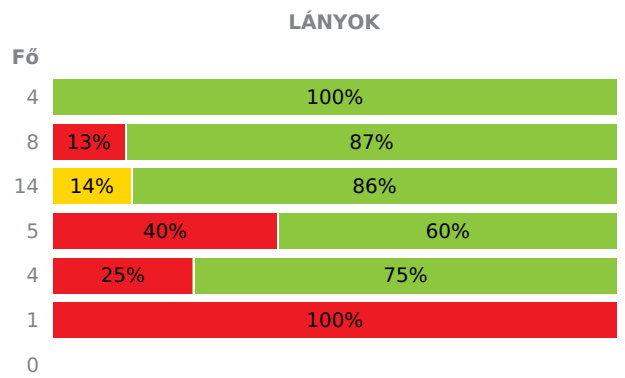
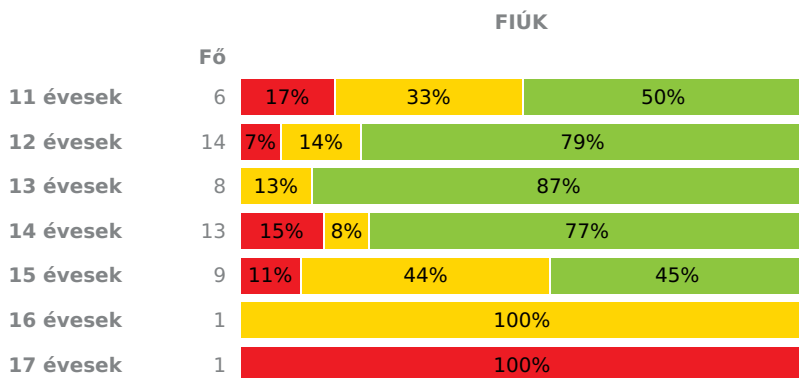
### Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)



### Kézi szorítóerő mérése (kg)



### Helyből távolugrás teszt (cm)



# HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

## Hajlékonysági teszt (cm)

Évesek	FIÚK				LÁNYOK			
	Fő	%		Fő	%			
11 évesek	6	50%	50%	4	25%	75%		
12 évesek	14	64%	36%	8	100%			
13 évesek	8	63%	37%	14	57%	43%		
14 évesek	13	31%	69%	5	40%	60%		
15 évesek	9	22%	78%	4	50%	50%		
16 évesek	1	100%		1	100%			
17 évesek	1	100%		0				

Magyar Diáksport Szövetség - 2024



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Etyeki Nyelvtanító Német Nemzetiségi Általános Iskola

Létszám: 94 / 56 fiú, 38 lány  
Tanév: 2023/2024



Adatfeltöltöttségi állapot: 97,16 %  
Nyomtatás dátuma: 2026.02.18 11:57:42

## INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

### TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

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

Évesek	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	16.30	24.72	20.79	3.27	15.98	24.24	19.90	3.12	5 fő - 50%	5 fő - 50%	
12 évesek	15.88	27.02	18.82	3.23	14.40	25.44	16.73	7.29	1 fő - 5%	4 fő - 18%	17 fő - 77%
13 évesek	12.81	32.01	19.76	5.41	14.52	31.77	20.46	4.33	2 fő - 9%	4 fő - 18%	16 fő - 73%
14 évesek	16.17	31.63	21.30	5.05	16.76	26.07	20.98	3.31	3 fő - 15%	2 fő - 10%	15 fő - 75%
15 évesek	15.73	33.02	22.40	5.88	18.80	21.54	19.65	1.11	2 fő - 15%	1 fő - 8%	10 fő - 77%
16 évesek	18.72	18.72	18.72	0.00	24.55	24.55	24.55	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	23.03	23.03	23.03	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
Összesen:									0 %	0 %	0 %

#### Testzsírszázalék (TZS %)

Évesek	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	10.50	34.70	23.50	8.86	15.20	27.50	23.50	4.92		5 fő - 50%	5 fő - 50%
12 évesek	10.80	36.20	20.04	8.79	14.40	39.20	24.21	8.05	3 fő - 14%	4 fő - 18%	15 fő - 68%
13 évesek	8.70	37.10	22.55	9.88	14.00	41.50	23.99	7.63	2 fő - 9%	6 fő - 27%	14 fő - 64%
14 évesek	7.00	36.00	17.38	8.13	22.30	37.00	29.78	5.47	2 fő - 10%	6 fő - 30%	12 fő - 60%
15 évesek	7.00	36.40	18.73	9.42	16.00	35.00	24.73	6.93	1 fő - 7%	4 fő - 31%	8 fő - 62%
16 évesek	9.00	9.00	9.00	0.00	0	0	0	0			1 fő - 100%
17 évesek	34.00	34.00	34.00	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	52.88	44.60	4.91	36.83	41.51	38.49	1.79	1 fő - 10%	3 fő - 30%	6 fő - 60%
12 évesek	35.38	51.79	42.78	3.89	36.70	46.48	39.05	3.07	3 fő - 14%	6 fő - 27%	13 fő - 59%
13 évesek	36.74	49.19	41.48	4.83	34.72	44.67	40.00	3.24	5 fő - 23%	6 fő - 27%	11 fő - 50%
14 évesek	32.66	56.86	45.31	8.57	30.90	39.47	36.36	2.72	6 fő - 32%	3 fő - 16%	10 fő - 53%
15 évesek	33.96	48.08	40.78	4.90	33.80	38.49	36.13	1.84	6 fő - 46%	3 fő - 23%	4 fő - 31%
16 évesek	45.13	45.13	45.13	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	20.00	80.00	39.17	19.60	14.00	33.00	21.25	7.40	1 fő - 10%	9 fő - 90%
12 évesek	14.00	80.00	61.50	25.74	18.00	80.00	58.75	22.85	1 fő - 5%	21 fő - 95%
13 évesek	30.00	80.00	71.25	16.91	27.00	80.00	68.21	20.72		22 fő - 100%
14 évesek	11.00	80.00	51.38	24.23	11.00	80.00	58.50	30.52	2 fő - 11%	17 fő - 89%
15 évesek	15.00	80.00	49.00	27.85	10.00	60.00	32.50	17.85	4 fő - 31%	9 fő - 69%
16 évesek	25.00	25.00	25.00	0.00	4.00	4.00	4.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	25.00	25.00	25.00	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	18.00	22.00	19.83	1.31	11.00	22.50	16.38	4.32	10 fő - 100%	
12 évesek	14.80	24.60	18.85	5.97	17.00	23.00	20.69	2.30	16 fő - 73%	6 fő - 27%
13 évesek	10.00	28.00	21.00	5.12	18.00	28.00	21.64	2.71	14 fő - 64%	8 fő - 36%
14 évesek	9.00	30.00	23.43	5.97	16.50	24.50	21.00	3.25	8 fő - 40%	12 fő - 60%
15 évesek	18.00	30.00	24.33	4.42	19.00	28.20	24.05	3.30	5 fő - 38%	8 fő - 62%
16 évesek	18.00	18.00	18.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%	
17 évesek	25.00	25.00	25.00	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	6.00	19.00	14.67	4.68	4.00	20.00	12.75	5.72	2 fő - 20%	8 fő - 80%
12 évesek	1.00	33.00	15.85	8.42	1.00	24.00	11.25	7.10	5 fő - 24%	16 fő - 76%
13 évesek	7.00	39.00	21.63	9.58	6.00	30.00	15.86	6.78	3 fő - 14%	19 fő - 86%
14 évesek	1.00	30.00	13.67	7.17	1.00	20.00	10.83	6.84	8 fő - 44%	10 fő - 56%
15 évesek	5.00	27.00	12.78	6.70	1.00	16.00	9.75	5.49	7 fő - 54%	6 fő - 46%
16 évesek	10.00	10.00	10.00	0.00	1.00	1.00	1.00	0.00	2 fő - 100%	
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	22.40	26.20	24.23	1.31	11.20	29.10	21.53	6.63	1 fő - 10%		9 fő - 90%
12 évesek	18.00	34.90	23.33	4.56	17.00	24.30	21.56	2.04	2 fő - 9%	9 fő - 39%	12 fő - 52%

13 évesek	18.90	45.30	29.84	7.81	17.30	31.50	25.22	3.59	1 fő - 5%	5 fő - 24%	15 fő - 71%
14 évesek	14.70	49.00	35.46	10.34	25.70	29.90	27.50	1.53	2 fő - 10%	4 fő - 20%	14 fő - 70%
15 évesek	31.00	55.10	39.89	7.25	27.80	36.00	32.60	3.40		2 fő - 15%	11 fő - 85%
16 évesek	42.00	42.00	42.00	0.00	23.00	23.00	23.00	0.00		1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	39.00	39.00	39.00	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	FFSZ	FSZ	EZ
11 évesek	110.00	163.00	137.67	18.14	128.00	149.00	137.25	7.56	1 fő - 10%	2 fő - 20%	7 fő - 70%
12 évesek	97.00	183.00	152.64	20.62	100.00	170.00	145.13	19.53	2 fő - 9%	2 fő - 9%	18 fő - 82%
13 évesek	136.00	200.00	167.63	21.17	120.00	206.00	156.86	23.68		3 fő - 14%	19 fő - 86%
14 évesek	105.00	238.00	184.00	35.28	100.00	150.00	131.00	21.54	4 fő - 22%	1 fő - 6%	13 fő - 72%
15 évesek	125.00	230.00	178.56	31.64	115.00	192.00	158.50	28.66	2 fő - 15%	4 fő - 31%	7 fő - 54%
16 évesek	179.00	179.00	179.00	0.00	110.00	110.00	110.00	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%	
17 évesek	180.00	180.00	180.00	0.00	0	0	0	0	1 fő - 100%		

Összesen: 0 % 0 % 0 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
11 évesek	17.50	24.50	20.75	2.23	21.00	36.00	29.75	6.31	4 fő - 40%	6 fő - 60%
12 évesek	16.00	24.00	19.36	2.35	18.00	24.50	21.38	2.25	17 fő - 77%	5 fő - 23%
13 évesek	14.00	23.50	18.69	3.02	12.12	36.00	25.22	6.60	13 fő - 59%	9 fő - 41%
14 évesek	10.63	38.00	24.28	6.98	2.50	34.00	22.55	11.62	6 fő - 33%	12 fő - 67%
15 évesek	18.25	34.00	25.97	5.25	22.50	35.00	28.63	6.13	4 fő - 31%	9 fő - 69%
16 évesek	39.50	39.50	39.50	0.00	15.15	15.15	15.15	0.00	1 fő - 50%	1 fő - 50%
17 évesek	36.50	36.50	36.50	0.00	0	0	0	0		1 fő - 100%

Összesen: 0 % 0 %