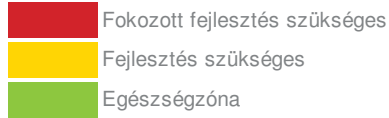
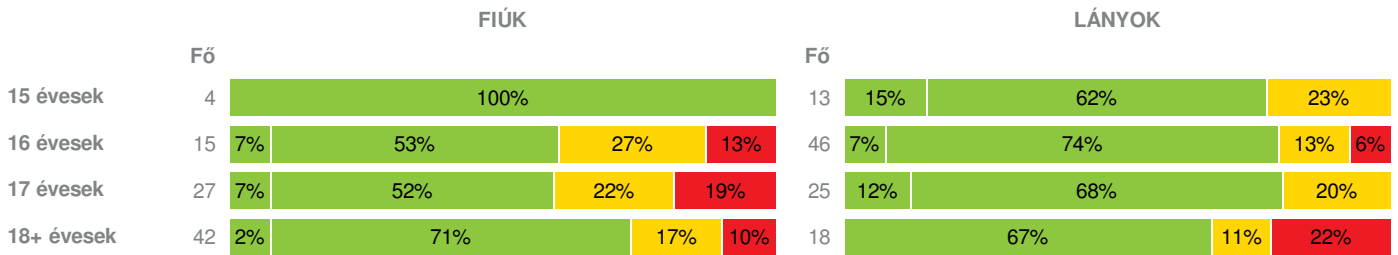
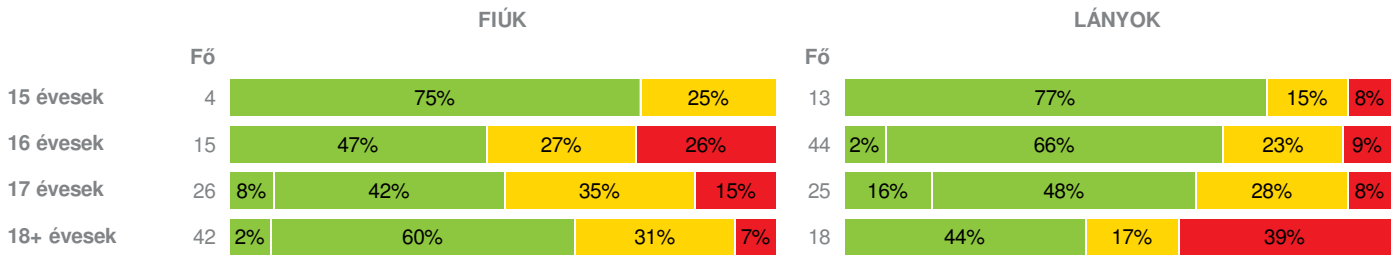
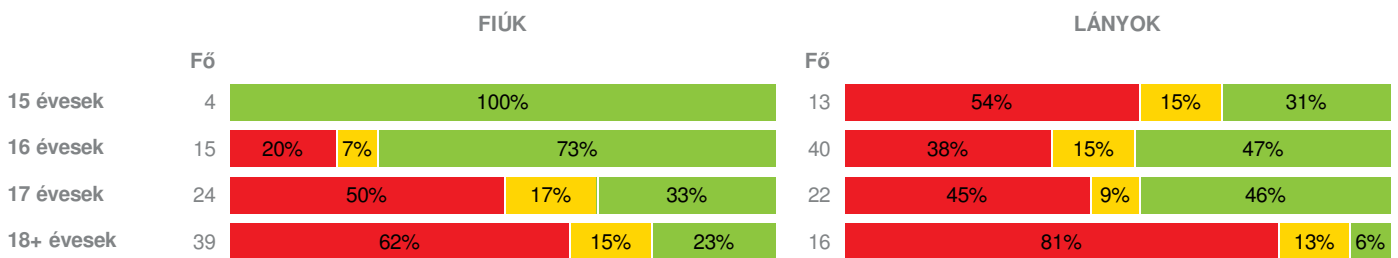
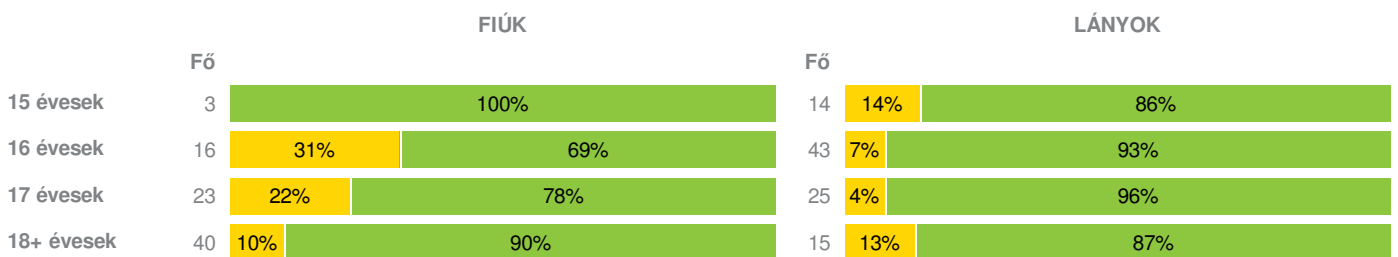
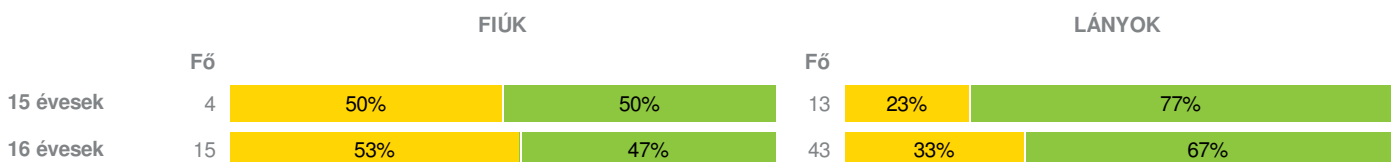


Létszám: 216 / 98 fiú, 118 lány

Tanév: 2016/2017

Adatfeltöltöttségi állapot: 97,99 %

Nyomtatás dátuma: 2018.12.13 10:55:11


**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	26	46%	54%	25	24%	76%
18+ évesek	38	37%	63%	19	37%	63%

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	4	100%		14	43%	57%	
16 évesek	16	56%	44%	42	24%	76%	
17 évesek	24	63%	37%	23	30%	70%	
18+ évesek	41	54%	46%	15	7%	93%	

### Kézi szorítóerő (kg)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	4	25%	75%	16	100%		
16 évesek	16	13%	87%	47	100%		
17 évesek	26	4%	96%	25	100%		
18+ évesek	42	24%	76%	19	5%	95%	

### Helyből távolugrás (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	3	100%		16	38%	62%	
16 évesek	16	31%	69%	43	49%	51%	
17 évesek	28	46%	54%	23	43%	57%	
18+ évesek	40	63%	37%	18	28%	72%	

## HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

### Hajlékonysági (cm)

FIÚK				LÁNYOK			
	Fő			Fő			
15 évesek	4	50%	50%	16	44%	56%	
16 évesek	15	13%	87%	45	51%	49%	
17 évesek	27	30%	70%	26	54%	46%	
18+ évesek	41	17%	83%	18	56%	44%	

Magyar Diáksport Szövetség - 2017

ÚJ SZÉCHENYI TERV



- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

### Széchenyi István Római Katolikus Gimnázium és Szakgimnázium

Létszám: 216 / 98 fiú, 118 lány

Tanév: 2016/2017

Adatfeltöltöttségi állapot: 97,99 %

Nyomtatás dátuma: 2018.12.13 10:55:11



## 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	17.98	21.60	19.77	1.41	15.98	25.39	20.93	2.96		3 fő - 18%	14 fő - 82%
16 évesek	15.78	33.55	23.07	4.60	16.05	36.05	21.52	6.09	5 fő - 9%	10 fő - 16%	46 fő - 75%
17 évesek	16.12	32.91	23.60	4.64	16.33	28.02	22.60	3.07	5 fő - 10%	11 fő - 21%	36 fő - 69%
18+ évesek	17.96	41.97	23.78	4.89	18.89	35.50	24.60	5.23	8 fő - 13%	9 fő - 15%	43 fő - 72%
Összesen:									9 %	17 %	74 %

## Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
15 évesek	11.10	27.00	15.63	6.60	17.00	37.70	26.03	6.26	1 fő - 6%	3 fő - 18%	13 fő - 76%
16 évesek	6.80	40.00	22.09	10.11	12.50	42.00	26.87	6.96	8 fő - 13%	14 fő - 24%	37 fő - 63%
17 évesek	5.70	37.90	19.78	9.77	15.00	42.70	25.94	7.42	6 fő - 12%	16 fő - 31%	29 fő - 57%
18+ évesek	6.20	43.40	20.09	9.23	16.50	47.40	33.27	9.40	10 fő - 16%	16 fő - 27%	34 fő - 57%
Összesen:									13 %	26 %	61 %

## 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	44.18	85.04	61.68	16.83	32.46	57.26	39.58	6.98	7 fő - 41%	2 fő - 12%	8 fő - 47%
16 évesek	31.16	66.62	45.95	8.93	31.34	56.14	38.20	8.43	18 fő - 33%	7 fő - 13%	30 fő - 55%
17 évesek	31.27	86.42	43.66	11.91	30.13	46.35	37.94	5.16	22 fő - 48%	6 fő - 13%	18 fő - 39%
18+ évesek	27.70	56.77	38.76	10.20	28.72	41.17	32.89	3.34	37 fő - 67%	8 fő - 15%	10 fő - 18%
Összesen:									49 %	13 %	38 %

## VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

### Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	50.00	80.00	70.00	14.14	15.00	80.00	42.00	24.71	2 fő - 12%	15 fő - 88%
16 évesek	3.00	80.00	47.75	28.18	8.00	80.00	45.88	24.88	8 fő - 14%	51 fő - 86%
17 évesek	3.00	80.00	57.83	27.51	10.00	80.00	47.60	25.30	6 fő - 13%	42 fő - 88%
18+ évesek	10.00	80.00	52.60	23.27	10.00	80.00	52.33	25.48	6 fő - 11%	49 fő - 89%
Összesen:									12 %	88 %

### Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	16.50	23.00	20.25	2.84	16.00	30.00	25.31	4.34	5 fő - 29%	12 fő - 71%
16 évesek	12.00	30.00	22.67	4.42	16.00	30.00	25.23	5.87	22 fő - 38%	36 fő - 62%
17 évesek	13.00	30.00	23.05	4.87	15.50	30.00	24.80	4.53	18 fő - 35%	33 fő - 65%
18+ évesek	14.50	30.00	24.47	4.48	16.50	30.00	24.62	4.50	21 fő - 37%	36 fő - 63%
Összesen:									36 %	64 %

### Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	20.00	30.00	25.00	5.00	0.00	25.00	10.21	8.05	6 fő - 33%	12 fő - 67%
16 évesek	2.00	36.00	15.56	9.82	0.00	27.00	10.52	6.50	19 fő - 33%	39 fő - 67%
17 évesek	2.00	40.00	15.75	8.54	2.00	25.00	10.30	6.65	22 fő - 47%	25 fő - 53%
18+ évesek	2.00	34.00	16.71	7.82	2.00	14.00	9.87	2.68	23 fő - 41%	33 fő - 59%
Összesen:									39 %	61 %

#### Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	12.75	49.85	30.79	13.13	19.50	32.15	23.42	9.69	1 fő - 5%	19 fő - 95%
16 évesek	26.25	65.70	44.06	8.42	19.65	40.30	26.00	7.52	2 fő - 3%	61 fő - 97%
17 évesek	27.50	65.35	46.44	8.81	22.50	37.55	28.42	3.94	1 fő - 2%	50 fő - 98%
18+ évesek	25.50	72.95	45.42	11.06	23.75	42.00	31.86	6.10	11 fő - 18%	50 fő - 82%
Összesen:									8 %	92 %

#### Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	190.00	240.00	213.33	20.55	105.00	212.00	129.19	58.49	6 fő - 32%	13 fő - 68%
16 évesek	120.00	221.00	185.06	31.34	30.00	225.00	133.14	44.70	26 fő - 44%	33 fő - 56%
17 évesek	160.00	260.00	194.96	46.85	30.00	190.00	137.87	44.00	23 fő - 45%	28 fő - 55%
18+ évesek	100.00	240.00	183.30	29.48	112.00	178.00	151.00	17.86	30 fő - 52%	28 fő - 48%
Összesen:									45 %	55 %

### HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

#### Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
15 évesek	19.50	34.50	25.75	6.31	22.00	40.00	26.34	11.38	9 fő - 45%	11 fő - 55%
16 évesek	11.00	44.00	30.01	8.38	12.00	45.00	28.28	9.25	25 fő - 42%	35 fő - 58%
17 évesek	6.50	35.50	23.78	7.26	14.00	44.00	28.84	8.05	22 fő - 42%	31 fő - 58%
18+ évesek	12.00	39.00	25.65	6.32	15.50	46.50	29.00	6.96	17 fő - 29%	42 fő - 71%
Összesen:									38 %	62 %