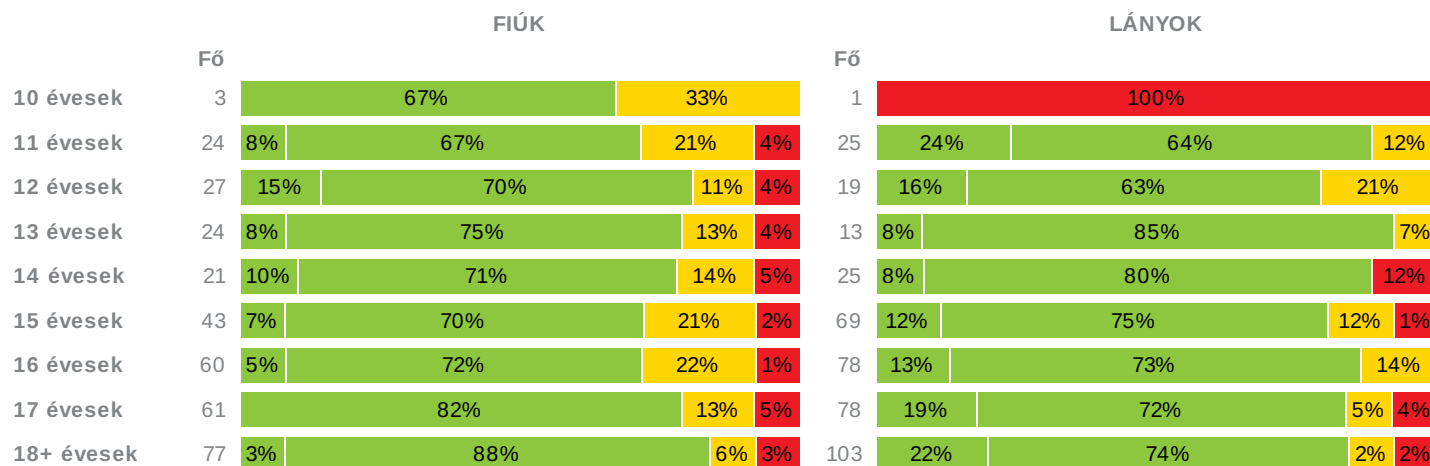


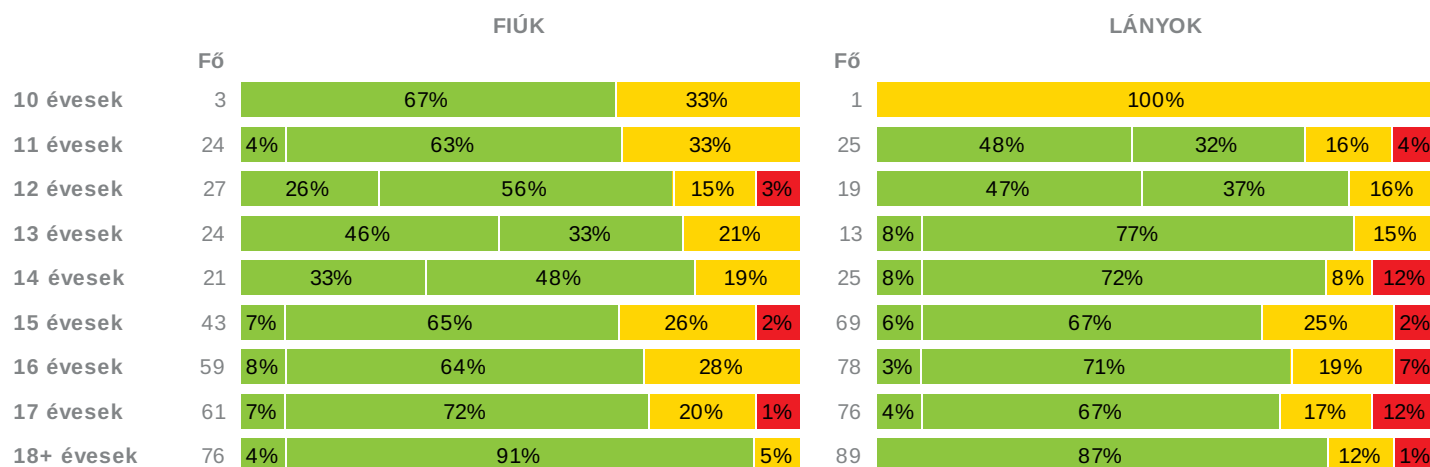
TELEPHELYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

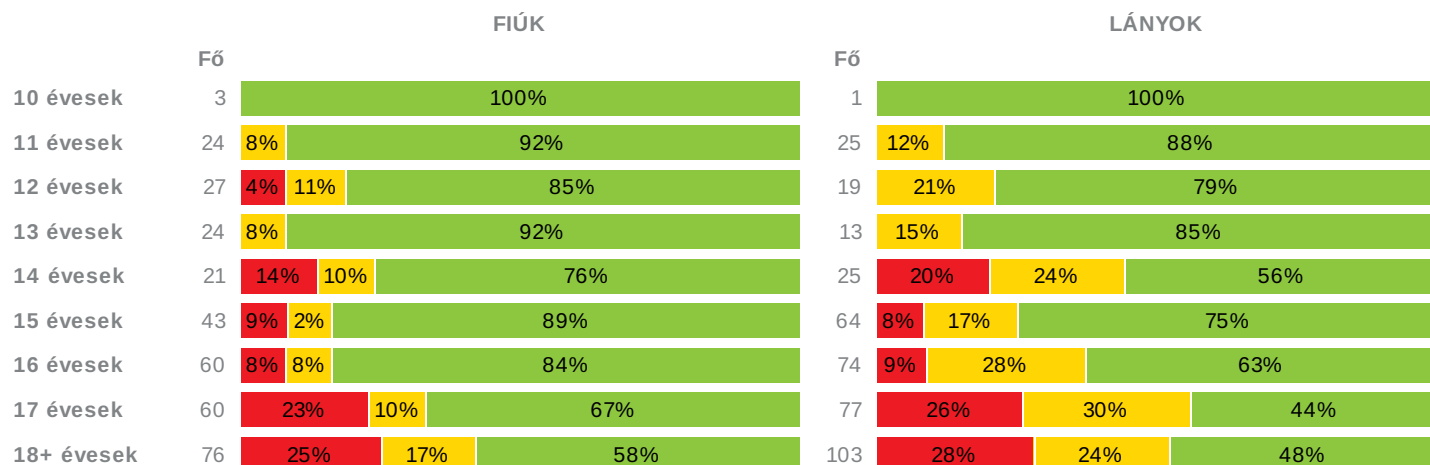


Testzsír százalék (Tzs %) (Tzs %)



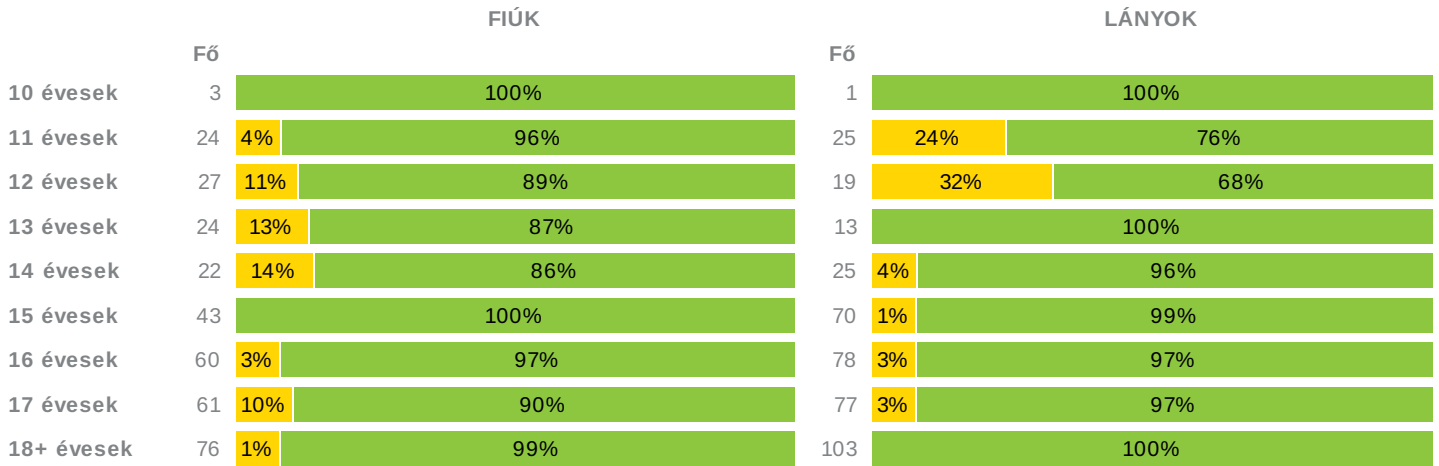
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

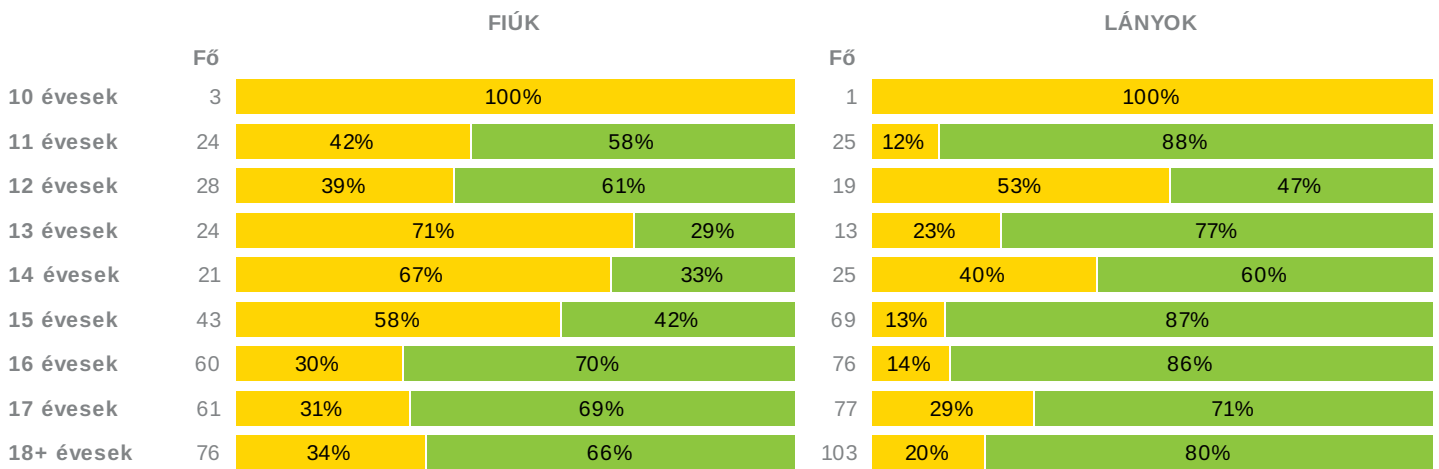


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

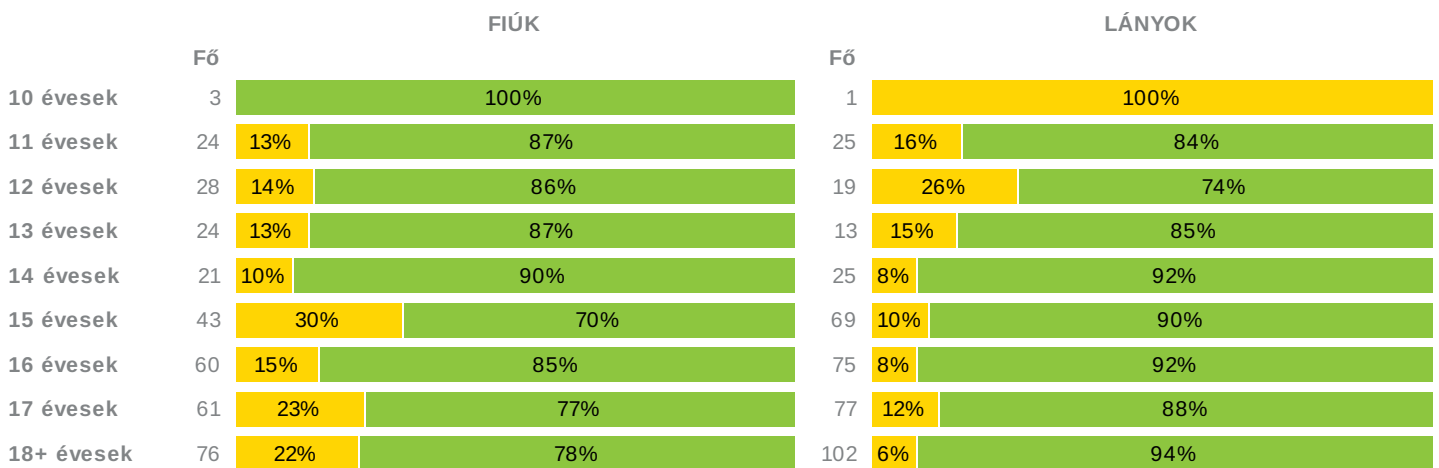
Ütemezett hasizom (db)



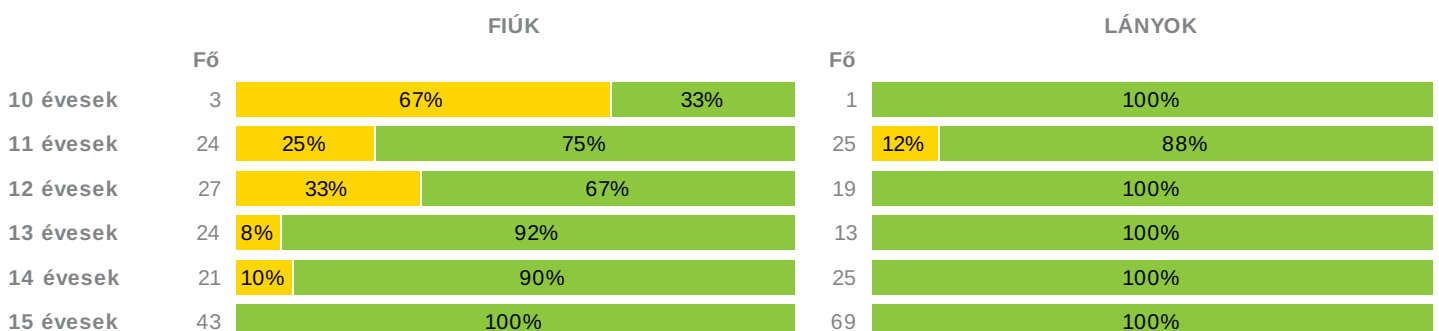
Törzsemelés (cm)



Ütemezett fekvőtámasz (db)



Kézi szorítóerő (kg)



16 évesek	60	5%	95%	78	100%	
17 évesek	61	11%	89%	75	4%	96%
18+ évesek	77	14%	86%	101	19%	81%

Helyből távolugrás (cm)

		FIÚK		LÁNYOK		
		Fő		Fő		
10 évesek	3	100%		1	100%	
11 évesek	24	8%	92%	25	4%	96%
12 évesek	27	19%	81%	19	11%	89%
13 évesek	24	21%	79%	13	100%	
14 évesek	21	10%	90%	25	4%	96%
15 évesek	43	5%	95%	69	9%	91%
16 évesek	60	7%	93%	78	3%	97%
17 évesek	61	11%	89%	77	5%	95%
18+ évesek	76	12%	88%	103	2%	98%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

		FIÚK		LÁNYOK		
		Fő		Fő		
10 évesek	3	33%	67%	1	100%	
11 évesek	24	25%	75%	25	28%	72%
12 évesek	27	19%	81%	19	26%	74%
13 évesek	24	38%	62%	13	100%	
14 évesek	21	19%	81%	25	12%	88%
15 évesek	43	19%	81%	69	23%	77%
16 évesek	60	8%	92%	78	17%	83%
17 évesek	61	18%	82%	77	21%	79%
18+ évesek	76	8%	92%	103	21%	79%



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
10 évesek	15	20	17	2.84	25	25	25		1 fő - 25%	1 fő - 25%	2 fő - 50%
11 évesek	14	26	18	3.07	13	24	17	2.93	1 fő - 2%	8 fő - 16%	40 fő - 82%
12 évesek	14	30	18	3.59	14	26	18	3.49	1 fő - 2%	7 fő - 15%	38 fő - 83%
13 évesek	13	27	19	3.38	15	25	19	2.92	1 fő - 3%	4 fő - 11%	32 fő - 86%
14 évesek	15	28	19	3.33	15	35	21	4.82	4 fő - 8%	3 fő - 7%	39 fő - 85%
15 évesek	15	33	21	3.6	15	29	20	3.03	2 fő - 2%	17 fő - 15%	93 fő - 83%
16 évesek	15	31	21	2.97	16	29	20	2.98	1 fő - 1%	24 fő - 18%	113 fő - 82%
17 évesek	18	31	22	3.31	16	33	21	3.12	6 fő - 4%	12 fő - 9%	121 fő - 87%
18+ évesek	17	35	20	2.23	15	31	19	2.42	4 fő - 2%	7 fő - 4%	169 fő - 94%
Összesen:									3 %	11 %	86 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek	12	26	19	6.77	28	28	28			2 fő - 50%	2 fő - 50%
11 évesek	7	34	19	6.95	5	35	16	8.34	1 fő - 3%	12 fő - 24%	36 fő - 73%
12 évesek	5	40	15	9.04	5	32	17	8.62	1 fő - 2%	7 fő - 15%	38 fő - 83%
13 évesek	4	32	12	8.56	6	32	19	6.83		7 fő - 19%	30 fő - 81%
14 évesek	4	30	12	7.98	10	44	24	8.52	3 fő - 7%	6 fő - 13%	37 fő - 80%
15 évesek	4	33	15	6.52	10	39	25	6.75	3 fő - 3%	28 fő - 25%	81 fő - 72%
16 évesek	5	31	15	6.83	14	44	27	6.12	6 fő - 4%	31 fő - 23%	100 fő - 73%
17 évesek	5	33	15	6.94	8	47	27	7.24	10 fő - 8%	25 fő - 18%	102 fő - 74%
18+ évesek	5	30	12	4.25	16	41	25	5.17	1 fő - 1%	15 fő - 10%	149 fő - 90%
Összesen:									3 %	18 %	79 %

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
10 évesek	41	48	45	3.83	42	42	42				4 fő - 100%
11 évesek	38	64	47	7.52	39	54	45	4.58		5 fő - 10%	44 fő - 90%
12 évesek	36	58	47	6.24	37	48	42	2.99	1 fő - 2%	7 fő - 15%	38 fő - 83%
13 évesek	40	65	48	6.31	37	52	43	4.31		4 fő - 11%	33 fő - 89%
14 évesek	36	65	49	8.62	34	52	41	5.86	8 fő - 17%	8 fő - 17%	30 fő - 65%
15 évesek	38	72	50	7.5	34	58	42	4.73	9 fő - 8%	12 fő - 11%	86 fő - 80%
16 évesek	34	69	50	8.56	32	52	40	4.24	12 fő - 9%	26 fő - 19%	96 fő - 72%
17 évesek	31	65	46	7.47	29	57	39	5.55	34 fő - 25%	29 fő - 21%	74 fő - 54%
18+ évesek	31	66	41	7.3	29	53	36	5.01	48 fő - 27%	38 fő - 21%	93 fő - 52%

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	26	71	53	24.01	21	21	21		4 fő - 100%	
11 évesek	1	80	58	22.74	4	80	23	15.54	7 fő - 14%	42 fő - 86%
12 évesek	0	80	56	25.97	0	72	23	15.53	9 fő - 20%	37 fő - 80%
13 évesek	0	80	57	25.85	18	80	61	22.64	3 fő - 8%	34 fő - 92%
14 évesek	0	80	67	25.24	13	80	74	16.21	4 fő - 9%	43 fő - 91%
15 évesek	42	80	69	14.31	10	80	64	20.69	1 fő - 1%	112 fő - 100%
16 évesek	23	80	67	17.58	4	80	51	20.12	4 fő - 3%	134 fő - 97%
17 évesek	1	80	52	22.12	15	80	61	21.12	8 fő - 6%	130 fő - 94%
18+ évesek	18	80	37	22.61	18	80	57	23.79	1 fő - 1%	178 fő - 100%

Összesen: 5 % 95 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	16	19	17	1.53	20	20	20		4 fő - 100%	
11 évesek	16	30	23	4.14	20	30	26	2.9	13 fő - 27%	36 fő - 73%
12 évesek	13	30	23	5.3	13	30	23	4.21	21 fő - 45%	26 fő - 55%
13 évesek	15	30	21	4.53	19	30	25	3.31	20 fő - 54%	17 fő - 46%
14 évesek	13	30	20	4.48	15	30	24	4.53	24 fő - 52%	22 fő - 48%
15 évesek	11	29	21	4.86	13	30	26	3.81	34 fő - 30%	78 fő - 70%
16 évesek	5	30	24	4.94	15	30	26	3.89	29 fő - 21%	107 fő - 79%
17 évesek	4	30	24	5.17	13	30	25	4.71	41 fő - 30%	97 fő - 70%
18+ évesek	11	30	23	5.47	15	30	27	4.17	47 fő - 26%	132 fő - 74%

Összesen: 31 % 69 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	13	29	21	8.08	4	4	4		1 fő - 25%	3 fő - 75%
11 évesek	0	50	18	10.53	4	31	13	6.33	7 fő - 14%	42 fő - 86%
12 évesek	3	49	22	12.2	1	19	9	5.35	9 fő - 19%	38 fő - 81%
13 évesek	6	41	21	8.59	2	29	13	7.93	5 fő - 14%	32 fő - 86%
14 évesek	10	40	24	8.94	0	40	15	8.7	4 fő - 9%	42 fő - 91%
15 évesek	9	40	20	6.73	2	33	14	6.49	20 fő - 18%	92 fő - 82%
16 évesek	12	43	24	6.67	3	30	13	5.36	15 fő - 11%	120 fő - 89%
17 évesek	1	46	23	8.5	2	30	12	5.46	23 fő - 17%	115 fő - 83%
18+ évesek	4	50	22	8.63	3	30	16	5.37	23 fő - 13%	155 fő - 87%

Összesen: 14 % 86 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	13	18	15	2.55	36	36	36		2 fő - 50%	2 fő - 50%
11 évesek	15	31	21	3.81	13	37	21	7.04	9 fő - 18%	40 fő - 82%
12 évesek	11	31	21	4.05	16	31	22	3.42	9 fő - 20%	37 fő - 80%
13 évesek	18	39	28	5.86	19	31	26	3.87	2 fő - 5%	35 fő - 95%
14 évesek	22	48	32	7.87	18	32	27	3.43	2 fő - 4%	44 fő - 96%
15 évesek	27	56	40	6.87	18	34	27	3.81		112 fő - 100%
16 évesek	27	69	42	7.29	20	37	27	3.74	3 fő - 2%	135 fő - 98%

17 évesek	28	64	43	7.26	18	48	28	4.96	10 fő - 7%	126 fő - 93%
18+ évesek	31	60	42	6.44	19	57	28	5.67	30 fő - 17%	148 fő - 83%

Összesen: 9 % 91 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	137	162	148	12.58	136	136	136			4 fő - 100%
11 évesek	100	204	164	23.75	129	200	165	19.33	3 fő - 6%	46 fő - 94%
12 évesek	112	224	174	27.47	122	200	166	22.99	7 fő - 15%	39 fő - 85%
13 évesek	145	231	194	25.25	145	200	168	19.47	5 fő - 14%	32 fő - 86%
14 évesek	160	257	207	28.07	122	220	172	24.6	3 fő - 7%	43 fő - 93%
15 évesek	130	262	212	23.36	120	220	169	20.85	8 fő - 7%	104 fő - 93%
16 évesek	152	269	213	23.25	113	212	179	19.01	6 fő - 4%	132 fő - 96%
17 évesek	123	265	216	24.31	120	235	176	20.9	11 fő - 8%	127 fő - 92%
18+ évesek	170	280	227	21.52	110	223	169	21.03	11 fő - 6%	168 fő - 94%

Összesen: 7 % 93 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				TELEPHELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	13	26	20	6.74	31	31	31		1 fő - 25%	3 fő - 75%
11 évesek	14	35	24	5.82	17	38	27	4.78	13 fő - 27%	36 fő - 73%
12 évesek	14	38	25	5.82	19	40	31	6.36	10 fő - 22%	36 fő - 78%
13 évesek	9	42	24	9.59	26	46	36	7.19	9 fő - 24%	28 fő - 76%
14 évesek	7	40	25	8.24	16	42	32	7.3	7 fő - 15%	39 fő - 85%
15 évesek	11	40	25	6.32	19	50	35	6.73	24 fő - 21%	88 fő - 79%
16 évesek	11	39	27	5.77	14	49	33	5.49	18 fő - 13%	120 fő - 87%
17 évesek	12	48	26	7.07	25	47	35	5.2	27 fő - 20%	111 fő - 80%
18+ évesek	12	46	26	7.97	14	46	28	6.25	28 fő - 16%	151 fő - 84%

Összesen: 18 % 82 %