

Létszám: 326 / 217 fiú, 109 lány

Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 96,01 %

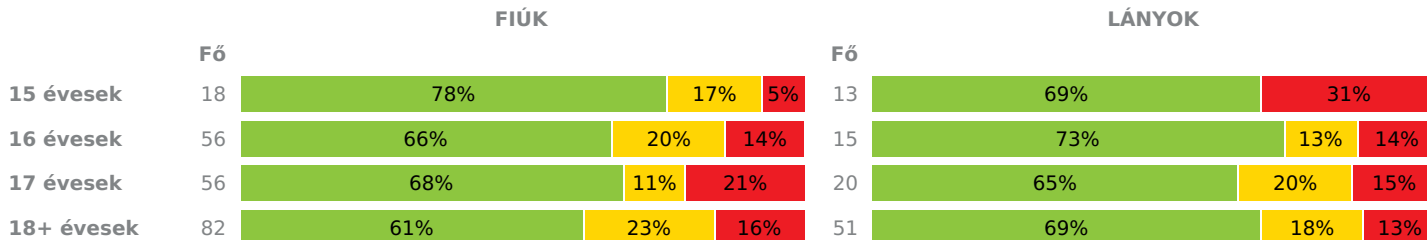
Nyomtatás dátuma: 2026.02.11 06:57:20



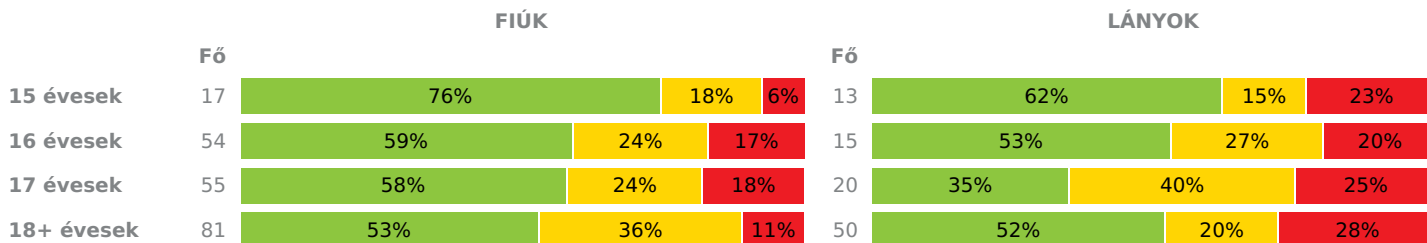
FELADATELLÁTÁSI HELY ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

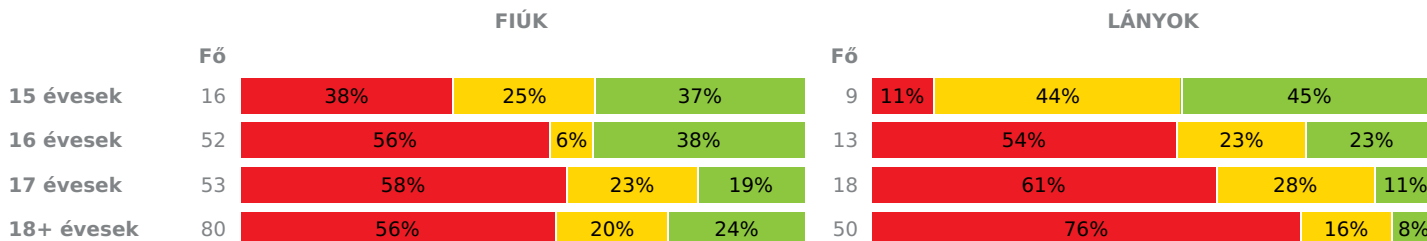


Testzsírszázalék (TZS %)



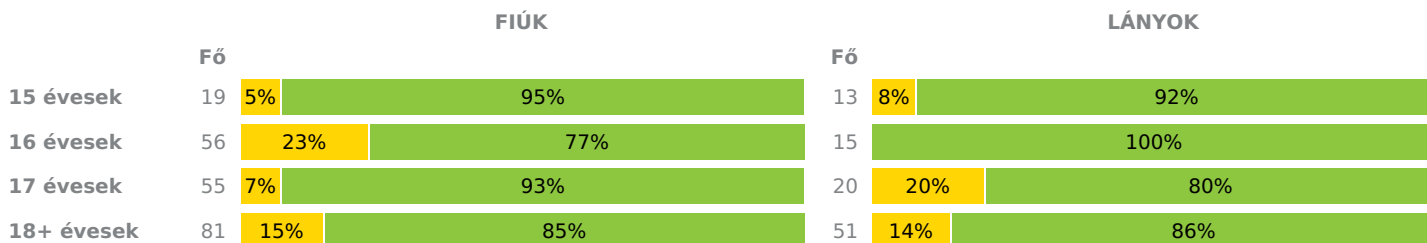
AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

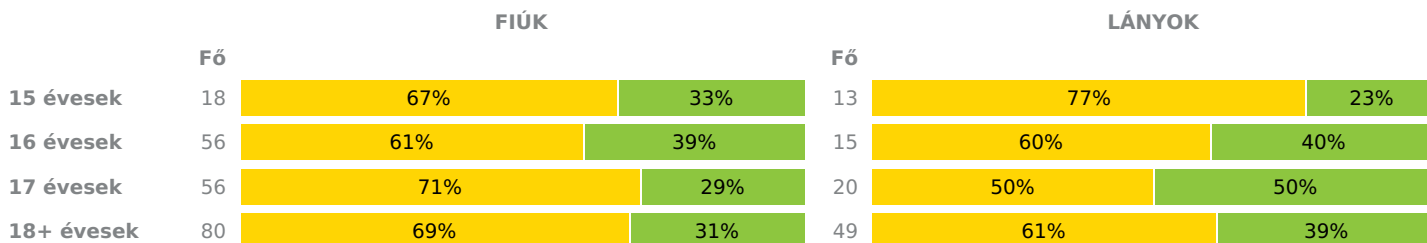


VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)



Törzsemelés teszt (cm)



Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
15 évesek	19	63% 37%	13	69% 31%
16 évesek	56	63% 37%	15	73% 27%
17 évesek	56	68% 32%	20	80% 20%
18+ évesek	81	51% 49%	50	46% 54%

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
15 évesek	18	44% 56%	13	8% 92%
16 évesek	56	4% 30% 66%	15	7% 40% 53%
17 évesek	56	7% 29% 64%	20	10% 5% 85%
18+ évesek	82	2% 23% 75%	50	6% 34% 60%

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
15 évesek	19	32% 32% 36%		14	14% 50% 36%	
16 évesek	56	46% 16% 38%		15	40% 20% 40%	
17 évesek	55	60% 15% 25%		20	40% 25% 35%	
18+ évesek	80	48% 6% 46%		49	51% 20% 29%	

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
15 évesek	18	72% 28%	13	85% 15%
16 évesek	56	34% 66%	15	93% 7%
17 évesek	54	48% 52%	20	95% 5%
18+ évesek	81	47% 53%	50	88% 12%

Magyar Diáksport Szövetség - 2023



	Fokozott fejlesztés szükséges
	Fejlesztés szükséges
	Egészségzóna

Kiskunhalasi SZC Kiskőrösi Wattay Technikum

Létszám: 326 / 217 fiú, 109 lány

Tanév: 2022/2023

Adatfeltöltöttségi állapot: 96,01 %

Nyomtatás dátuma: 2026.02.11 06:57:20



FELADATELLÁTÁSI HELY ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás			

FFSZ FSZ EZ

15 évesek	15	39	22	5.18	17	38	23	6.93	5 fő - 16%	3 fő - 10%	23 fő - 74%
16 évesek	16	45	23	6.01	17	38	23	5.36	10 fő - 14%	13 fő - 18%	48 fő - 68%
17 évesek	16	44	25	6.49	16	32	24	4.34	15 fő - 20%	10 fő - 13%	51 fő - 67%
18+ évesek	16	49	25.00	6.13	2	43	24.00	6.49	20 fő - 15%	28 fő - 21%	85 fő - 64%

Összesen: 16 % 17 % 67 %

Testzsírszázalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
15 évesek	5	40	17	8.40	19	49	28	9.47	4 fő - 13%	5 fő - 17%	21 fő - 70%
16 évesek	5	41	19	9.45	19	48	30	7.58	12 fő - 17%	17 fő - 25%	40 fő - 58%
17 évesek	5	43	21	10.79	16	48	33	8.84	15 fő - 20%	21 fő - 28%	39 fő - 52%
18+ évesek	6	50	22.00	9.35	16	49	32.00	7.74	23 fő - 17%	39 fő - 30%	69 fő - 53%

Összesen: 18 % 27 % 55 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
15 évesek	33	57	42	5.59	33	45	39	3.37	7 fő - 28%	8 fő - 32%	10 fő - 40%
16 évesek	30	59	42	6.89	31	40	36	2.91	36 fő - 55%	6 fő - 9%	23 fő - 35%
17 évesek	30	51	40	7.21	30	41	35	2.63	42 fő - 59%	17 fő - 24%	12 fő - 17%
18+ évesek	27	56	40.00	6.31	27	43	33.00	3.52	83 fő - 64%	24 fő - 18%	23 fő - 18%

Összesen: 58 % 19 % 23 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
15 évesek	23	60	39	13.46	13	80	53	21.75	2 fő - 6%	30 fő - 94%
16 évesek	12	80	39	19.84	20	80	38	18.95	13 fő - 18%	58 fő - 82%
17 évesek	14	80	48	19.67	13	70	31	17.14	8 fő - 11%	67 fő - 89%
18+ évesek	11	80	49.00	22.43	6	80	37.00	19.19	19 fő - 14%	113 fő - 86%

Összesen: 14 % 86 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
15 évesek	11	30	21	6.62	16	30	20	5.55	22 fő - 71%	9 fő - 29%
16 évesek	8	30	21	5.38	15	30	21	4.78	43 fő - 61%	28 fő - 39%
17 évesek	10	30	20	4.94	16	30	23	4.45	50 fő - 66%	26 fő - 34%
18+ évesek	6	30	19.00	5.77	11	30	21.00	4.82	85 fő - 66%	44 fő - 34%

Összesen: 65 % 35 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
15 évesek	5	24	13	5.73	2	11	6	3.54	21 fő - 66%	11 fő - 34%
16 évesek	1	43	16	8.22	0	13	5	4.25	46 fő - 65%	25 fő - 35%
17 évesek	2	32	14	6.76	0	12	4	3.61	54 fő - 71%	22 fő - 29%
18+ évesek	0	45	17.00	7.61	0	25	8.00	6.14	64 fő - 49%	67 fő - 51%

Kézi szorítóerő mérése (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
15 évesek	31	52	39	6.76	22	38	31	3.81		9 fő - 29%	22 fő - 71%
16 évesek	28	71	43	9.22	18	43	30	6.40	3 fő - 4%	23 fő - 32%	45 fő - 63%
17 évesek	27	71	45	9.78	19	47	33	6.72	6 fő - 8%	17 fő - 22%	53 fő - 70%
18+ évesek	29	73	48.00	8.76	20	47	31.00	6.15	5 fő - 4%	36 fő - 27%	91 fő - 69%

Összesen: 5 % 27 % 68 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FFSZ	 FSZ	 EZ
15 évesek	121	232	163	47.63	110	168	128	38.53	8 fő - 24%	13 fő - 39%	12 fő - 36%
16 évesek	100	258	172	35.39	100	180	138	26.42	32 fő - 45%	12 fő - 17%	27 fő - 38%
17 évesek	23	253	174	34.41	45	188	128	34.27	41 fő - 55%	13 fő - 17%	21 fő - 28%
18+ évesek	44	280	188.00	39.12	75	199	132.00	28.65	63 fő - 49%	15 fő - 12%	51 fő - 40%

Összesen: 47 % 17 % 36 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				FELADATELLÁTÁSI HELY	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ
15 évesek	7	27	17	5.42	6	33	22	7.27	24 fő - 77%	7 fő - 23%
16 évesek	3	33	22	6.51	9	33	22	5.55	33 fő - 46%	38 fő - 54%
17 évesek	6	35	20	7.09	12	39	23	5.56	45 fő - 61%	29 fő - 39%
18+ évesek	5	35	20.00	7.10	3	48	21.00	8.07	82 fő - 63%	49 fő - 37%

Összesen: 60 % 40 %