

Létszám: 703 990 / 359 969 fiú, 344 021 lány
 Tanév: 2015/2016

 Adatfeltöltöttségi állapot: 90,05014 %
 Nyomtatás dátuma: 2017.01.15 15:34:21

ORSZÁGOS ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT
TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL
Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

	FIÚK					LÁNYOK				
	Fő	Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészséges		Fő	Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészséges	
10 évesek	1263	7%	61%	22%	10%	1884	8%	59%	22%	11%
11 évesek	31108	9%	60%	21%	10%	33008	11%	60%	20%	9%
12 évesek	40585	10%	59%	20%	11%	38994	11%	62%	19%	8%
13 évesek	41270	9%	62%	19%	10%	39731	10%	65%	18%	7%
14 évesek	41039	9%	65%	17%	9%	39198	10%	66%	17%	7%
15 évesek	38879	8%	66%	17%	9%	37087	10%	68%	16%	6%
16 évesek	35477	9%	65%	17%	9%	33668	11%	68%	14%	7%
17 évesek	32994	9%	65%	17%	9%	31296	13%	68%	14%	5%
18+ évesek	47792	8%	64%	19%	9%	43617	13%	67%	14%	6%

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK					LÁNYOK				
	Fő	Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészséges		Fő	Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészséges	
10 évesek	1252	6%	57%	28%	9%	1839	12%	53%	21%	14%
11 évesek	30593	6%	59%	28%	7%	32522	13%	57%	21%	9%
12 évesek	39766	8%	61%	26%	5%	38544	11%	59%	22%	8%
13 évesek	40508	10%	62%	23%	5%	39590	8%	61%	23%	8%
14 évesek	40149	10%	63%	21%	6%	39105	5%	62%	23%	10%
15 évesek	38064	8%	63%	22%	7%	36869	4%	61%	25%	10%
16 évesek	34941	6%	63%	24%	7%	33488	3%	58%	26%	13%
17 évesek	32781	5%	64%	25%	6%	31177	4%	56%	26%	14%
18+ évesek	47750	4%	66%	26%	4%	43275	4%	56%	25%	15%

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL
Állóképességi ingafutás (VO_{2max}: ml/kg/min)

	FIÚK			LÁNYOK				
	Fő	Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészséges	Fő	Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészséges
10 évesek	1247	5%	15%	80%	1843	6%	22%	72%
11 évesek	30772	9%	17%	74%	32560	9%	23%	68%
12 évesek	40172	13%	15%	72%	38400	11%	24%	65%
13 évesek	41059	18%	12%	70%	39115	14%	24%	62%
14 évesek	40924	21%	14%	65%	38429	20%	25%	55%
15 évesek	39019	28%	14%	58%	35940	27%	23%	50%
16 évesek	35656	32%	14%	54%	32412	35%	24%	41%
17 évesek	33304	38%	14%	48%	29988	42%	22%	36%
18+ évesek	48150	47%	15%	38%	41816	54%	22%	24%

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
10 évesek	1265	9% 91%	1884	8% 92%
11 évesek	31184	10% 90%	33014	9% 91%
12 évesek	40718	11% 89%	38874	11% 89%
13 évesek	41656	11% 89%	39831	10% 90%
14 évesek	41511	12% 88%	39174	10% 90%
15 évesek	39651	10% 90%	36914	9% 91%
16 évesek	36224	10% 90%	33522	8% 92%
17 évesek	33939	10% 90%	31229	8% 92%
18+ évesek	49129	11% 89%	43405	9% 91%

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
10 évesek	1247	62% 38%	1846	56% 44%
11 évesek	30826	60% 40%	32360	52% 48%
12 évesek	40055	56% 44%	38101	50% 50%
13 évesek	40928	54% 46%	38960	47% 53%
14 évesek	40717	52% 48%	38200	46% 54%
15 évesek	38448	52% 48%	35794	44% 56%
16 évesek	35085	51% 49%	32425	42% 58%
17 évesek	32765	49% 51%	30119	40% 60%
18+ évesek	47407	48% 52%	41826	39% 61%

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
10 évesek	1262	21% 79%	1876	33% 67%
11 évesek	31195	24% 76%	32982	31% 69%
12 évesek	40719	28% 72%	38904	31% 69%
13 évesek	41665	32% 68%	39771	30% 70%
14 évesek	41599	33% 67%	39150	31% 69%
15 évesek	39749	36% 64%	36883	31% 69%
16 évesek	36367	38% 62%	33405	30% 70%
17 évesek	34049	34% 66%	31131	29% 71%
18+ évesek	49313	31% 69%	43398	29% 71%

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK		LÁNYOK	
	Fő		Fő	
10 évesek	1272	34% 66%	1879	15% 85%
11 évesek	31296	31% 69%	33162	11% 89%
12 évesek	40892	18% 82%	39198	6% 94%
13 évesek	41830	9% 91%	40139	2% 98%
14 évesek	41781	7% 93%	39595	2% 98%
15 évesek	39997	7% 93%	37521	2% 98%

16 évesek	36687	10%	90%	34229	4%	96%
17 évesek	34214	13%	87%	31831	9%	91%
18+ évesek	49597	17%	83%	44299	26%	74%

Helyből távolugrás (cm)

		FIÚK		LÁNYOK		
	Fő			Fő		
10 évesek	1273	16%	84%	1865	23%	77%
11 évesek	31127	23%	77%	32892	24%	76%
12 évesek	40554	31%	69%	38734	26%	74%
13 évesek	41466	31%	69%	39564	24%	76%
14 évesek	41500	31%	69%	38944	25%	75%
15 évesek	39643	28%	72%	36616	26%	74%
16 évesek	36261	31%	69%	33144	26%	74%
17 évesek	33907	32%	68%	30760	27%	73%
18+ évesek	49134	40%	60%	42892	29%	71%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

		FIÚK		LÁNYOK		
	Fő			Fő		
10 évesek	1262	35%	65%	1874	26%	74%
11 évesek	31134	38%	62%	33027	39%	61%
12 évesek	40622	39%	61%	38930	35%	65%
13 évesek	41507	36%	64%	39873	32%	68%
14 évesek	41444	32%	68%	39230	31%	69%
15 évesek	39602	29%	71%	37111	51%	49%
16 évesek	36300	28%	72%	33871	50%	50%
17 évesek	33961	27%	73%	31582	48%	52%
18+ évesek	49168	28%	72%	43766	50%	50%

- Fokozott fejlesztés szükséges
- Fejlesztés szükséges
- Egészségzóna

Létszám: **703 990 / 359 969 fiú, 344 021 lány**
 Tanév: **2015/2016**



Adatfeltöltöttségi állapot: 90,05014 %
 Nyomtatás dátuma: 2017.01.15 15:34:21

ORSZÁGOS ZÓNAÖSSZESÍTŐ VÁLASZTOTT TANÉV SZERINT

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek	9.02	42.13	19.25	4.12	2.4	43.89	19.32	4.22	359 fő - 11%	686 fő - 22%	2102 fő - 67%
11 évesek	1.57	47.47	19.66	4.38	1.45	46.27	19.51	4.19	6066 fő - 10%	13017 fő - 20%	45033 fő - 70%
12 évesek	1.47	49.84	20.17	4.54	1.35	48.88	20.25	4.31	7125 fő - 9%	15685 fő - 20%	56769 fő - 71%
13 évesek	1.41	49.93	20.74	4.54	1.08	49.92	21	4.41	6918 fő - 9%	14870 fő - 18%	59213 fő - 73%
14 évesek	1.56	49.79	21.34	4.68	1.76	49.65	21.56	4.39	6709 fő - 8%	13632 fő - 17%	59896 fő - 75%
15 évesek	1.13	49.59	21.93	4.64	1.47	50	21.86	4.26	6006 fő - 8%	12238 fő - 16%	57722 fő - 76%
16 évesek	1.14	49.82	22.49	4.68	1.47	49.98	22.17	4.35	5516 fő - 8%	10886 fő - 16%	52743 fő - 76%
17 évesek	1.49	49.54	22.99	4.69	1.38	49.92	22.28	4.39	4892 fő - 8%	9937 fő - 15%	49461 fő - 77%
18+ évesek	1.03	49.97	23.44	4.67	1.77	49.96	22.43	4.41	7048 fő - 7%	15198 fő - 17%	69163 fő - 76%
Összesen:									8 %	17 %	75 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek	1	44.5	20.61	8.46	1.3	47.7	21.51	8.89	364 fő - 12%	734 fő - 24%	1993 fő - 64%
11 évesek	1	50	20.56	8.75	1	50	21.38	8.52	4687 fő - 8%	15388 fő - 24%	43040 fő - 68%
12 évesek	1	50	19.65	8.88	1	50	22.38	8.34	4958 fő - 6%	18659 fő - 24%	54693 fő - 70%
13 évesek	1	50	17.93	8.75	1	50	24.03	8.13	5129 fő - 6%	18215 fő - 23%	56754 fő - 71%
14 évesek	1	50	16.76	8.51	1	50	25.47	7.76	5543 fő - 7%	17735 fő - 22%	55976 fő - 71%
15 évesek	1	50	16.49	8.32	1	50	26.83	7.6	6248 fő - 8%	17623 fő - 24%	51062 fő - 68%
16 évesek	1	50	16.98	8.27	1	50	28.12	7.73	6589 fő - 9%	16997 fő - 25%	44843 fő - 66%
17 évesek	1	50	17.73	8.26	1	50	29.04	7.95	6270 fő - 9%	16315 fő - 26%	41373 fő - 65%
18+ évesek	1	50	18.78	8.28	1	50	29.82	8.23	8753 fő - 10%	22946 fő - 25%	59326 fő - 65%
Összesen:									8 %	24 %	68 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek	33.67	89.8	45.27	6.16	33.71	66.15	43.06	4.57	181 fő - 6%	601 fő - 19%	2308 fő - 75%
11 évesek	32.2	96.3	44.61	6.19	32.2	82.18	42.84	4.76	5530 fő - 9%	12809 fő - 20%	44993 fő - 71%
12 évesek	31.07	92.73	44.7	6.71	31.08	97.23	42.47	5.06	9693 fő - 12%	15183 fő - 19%	53696 fő - 68%
13 évesek	29.96	99.25	45.33	7.19	29.96	99.33	41.7	5.22	13025 fő - 16%	14458 fő - 18%	52691 fő - 66%
14 évesek	28.84	99.44	45.91	7.68	28.84	99.91	40.58	5.25	16314 fő - 21%	15343 fő - 19%	47696 fő - 60%
15 évesek	27.72	97.89	45.83	8.03	27.72	99.25	39.5	5.38	20582 fő - 27%	13939 fő - 19%	40438 fő - 54%
16 évesek	26.6	98.13	45.18	8.15	26.6	97.37	38.36	5.47	22604 fő - 33%	12779 fő - 19%	32685 fő - 48%
17 évesek	25.47	99.27	44.27	8.27	25.47	91.43	37.21	5.36	25236 fő - 40%	11466 fő - 18%	26590 fő - 42%
18+ évesek	17.91	99.02	42.05	8.29	18.89	94.95	35.27	5.49	45091 fő - 50%	16528 fő - 18%	28347 fő - 32%

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	0	81	41.62	24.9	0	81	40.16	24.16	258 fő - 8%	2891 fő - 92%
11 évesek	0	81	43.57	24.93	0	81	42.98	24.51	6075 fő - 9%	58123 fő - 91%
12 évesek	0	81	47.39	25.18	0	81	45.37	24.81	8685 fő - 11%	70907 fő - 89%
13 évesek	0	81	52.06	24.91	0	81	47.39	25.1	8614 fő - 11%	72873 fő - 89%
14 évesek	0	81	54.36	24.36	0	81	47.16	25.13	8686 fő - 11%	71999 fő - 89%
15 évesek	0	81	56.39	23.97	0	81	49.61	25.17	7347 fő - 10%	69218 fő - 90%
16 évesek	0	81	56.46	23.83	0	81	50.4	25.19	6390 fő - 9%	63356 fő - 91%
17 évesek	0	81	55.28	23.94	0	81	50.78	25.04	5817 fő - 9%	59351 fő - 91%
18+ évesek	0	81	53.12	24.03	0	81	48.61	24.78	9182 fő - 10%	83352 fő - 90%

Összesen: 10 % 90 %

Törzsemelés teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	1.5	30	20.53	5.7	1	30	21.59	5.44	1804 fő - 58%	1289 fő - 42%
11 évesek	1	30	20.89	5.52	1	30	21.95	5.47	35580 fő - 56%	27606 fő - 44%
12 évesek	1	30	21.47	5.5	1	30	22.31	5.47	41384 fő - 53%	36772 fő - 47%
13 évesek	1	30	21.73	5.51	1	30	22.59	5.44	40520 fő - 51%	39368 fő - 49%
14 évesek	1	30	21.96	5.5	1	30	22.8	5.44	38602 fő - 49%	40315 fő - 51%
15 évesek	1	30	21.99	5.57	1	30	23.06	5.39	35640 fő - 48%	38602 fő - 52%
16 évesek	1	30	22.12	5.6	1	30	23.29	5.38	31505 fő - 47%	36005 fő - 53%
17 évesek	1	30	22.33	5.52	1	30	23.53	5.32	28139 fő - 45%	34745 fő - 55%
18+ évesek	1	30	22.45	5.46	1	30	23.59	5.22	39336 fő - 44%	49897 fő - 56%

Összesen: 49 % 51 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	0	80	13.93	9.09	0	80	10.68	8.4	890 fő - 28%	2248 fő - 72%
11 évesek	0	80	14.04	9.32	0	82	10.9	7.88	17900 fő - 28%	46277 fő - 72%
12 évesek	0	85	14.7	9.36	0	80	10.9	7.86	23180 fő - 29%	56443 fő - 71%
13 évesek	0	82	15.99	9.22	0	80	10.69	7.52	25244 fő - 31%	56192 fő - 69%
14 évesek	0	81	17.36	9.33	0	85	10.55	7.44	25601 fő - 32%	55148 fő - 68%
15 évesek	0	86	19.07	9.52	0	82	10.46	7.28	25736 fő - 34%	50896 fő - 66%
16 évesek	0	86	20.31	9.7	0	80	10.68	7.5	23788 fő - 34%	45984 fő - 66%
17 évesek	0	86	21.06	9.98	0	86	10.95	7.6	20459 fő - 31%	44721 fő - 69%
18+ évesek	0	86	21.62	10.22	0	84	10.72	7.37	28134 fő - 30%	64577 fő - 70%

Összesen: 31 % 69 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	2.85	62.5	19.88	4.71	4.05	53	18.55	4.37	712 fő - 23%	2439 fő - 77%
11 évesek	1.18	74.45	21.09	5.22	1	74	20.21	5.02	13465 fő - 21%	50993 fő - 79%
12 évesek	1	98.15	24.19	6.42	1	80	22.89	5.38	9653 fő - 12%	70437 fő - 88%
13 évesek	1	99.4	29.31	7.9	1.4	76.5	25.35	5.42	4539 fő - 6%	77430 fő - 94%
14 évesek	1.8	100	34.95	8.63	1	75	26.87	5.3	3718 fő - 5%	77658 fő - 95%
15 évesek	1	99	39.58	8.66	1	78.3	27.7	5.35	3403 fő - 4%	74115 fő - 96%
16 évesek	1	99.9	42.62	8.74	1	77.6	28.2	5.44	4744 fő - 7%	66172 fő - 93%

17 évesek	1	99.9	44.88	8.83	1	78.8	28.63	5.53	7123 fő - 11%	58922 fő - 89%
18+ évesek	1	99	46.01	9.23	1	80	28.83	5.67	20014 fő - 21%	73882 fő - 79%

Összesen: 11 % 89 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	1	210	148.21	23.15	1	250	140.23	24.34	631 fő - 20%	2507 fő - 80%
11 évesek	1	350	150.81	25.29	1	290	143.98	24.38	15277 fő - 24%	48742 fő - 76%
12 évesek	1	310	158.8	27.78	1	286	148.76	26.62	22731 fő - 29%	56557 fő - 71%
13 évesek	1	340	171.44	30.34	1	283	152.42	27.91	22042 fő - 27%	58988 fő - 73%
14 évesek	1	350	184.81	32.14	1	300	153.92	28.59	22563 fő - 28%	57881 fő - 72%
15 évesek	1	342	193.84	32.18	1	290	154.57	28.93	20605 fő - 27%	55654 fő - 73%
16 évesek	1	335	199.75	32.74	1	287	155.24	29.07	19616 fő - 28%	49789 fő - 72%
17 évesek	1	340	204.74	32.8	1	288	157	29.11	19436 fő - 30%	45231 fő - 70%
18+ évesek	1	323	206.04	34	1	300	156.32	29.16	31908 fő - 35%	60118 fő - 65%

Összesen: 29 % 71 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	1	40.75	22.39	6.18	1	50	26.57	6.67	928 fő - 30%	2208 fő - 70%
11 évesek	1	54	21.96	6.44	1	56.75	26.95	6.79	24643 fő - 38%	39518 fő - 62%
12 évesek	1	55	21.85	6.67	1	60	27.76	7.15	29556 fő - 37%	49996 fő - 63%
13 évesek	1	56	22.47	7.06	1	58	28.62	7.48	27667 fő - 34%	53713 fő - 66%
14 évesek	1	57.5	23.43	7.56	1	58.85	29.02	7.76	25503 fő - 32%	55171 fő - 68%
15 évesek	1	59.5	24.42	8.04	1	55.5	29.78	7.83	30401 fő - 40%	46312 fő - 60%
16 évesek	1	55.25	24.99	8.32	1	55	29.94	7.95	26869 fő - 38%	43302 fő - 62%
17 évesek	1	59.85	25.29	8.54	1	59	30.2	8.03	24419 fő - 37%	41124 fő - 63%
18+ évesek	1	60	25	8.51	1	60	29.74	7.88	35796 fő - 39%	57138 fő - 61%

Összesen: 37 % 63 %