

Létszám: 623 022 / 317 255 fiú, 305 767 lány
 Tanév: 2014/2015

 Adatfeltöltöttségi állapot: 83,68609 %
 Nyomtatás dátuma: 2016.03.10 12:36:31

ORSZÁGOS ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

 Testtömeg-index (BMI: kg/m²)

Évesek	Fő	FIÚK				Fő	LÁNYOK			
		Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészségzóna	Fokozott fejlesztés szükséges		Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészségzóna	
10 évesek	1000	8%	60%	20%	12%	1685	8%	60%	22%	10%
11 évesek	29346	10%	60%	20%	10%	31308	12%	62%	19%	7%
12 évesek	39628	10%	61%	19%	10%	38350	12%	63%	18%	7%
13 évesek	40383	9%	64%	18%	9%	38790	11%	65%	17%	7%
14 évesek	40179	9%	65%	17%	9%	38773	10%	67%	16%	7%
15 évesek	35473	9%	67%	16%	8%	34362	10%	69%	15%	6%
16 évesek	32758	9%	67%	16%	8%	32049	11%	69%	14%	6%
17 évesek	31409	9%	67%	16%	8%	30251	13%	68%	13%	6%
18+ évesek	47279	8%	65%	19%	8%	44824	13%	68%	13%	6%

Testzsír százalék (TZS %)

Évesek	Fő	FIÚK				Fő	LÁNYOK			
		Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészségzóna	Fokozott fejlesztés szükséges		Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészségzóna	
10 évesek	982	6%	56%	27%	11%	1672	13%	55%	21%	11%
11 évesek	28857	7%	59%	27%	7%	30962	14%	57%	21%	8%
12 évesek	38931	8%	62%	25%	5%	38082	11%	59%	22%	8%
13 évesek	39607	11%	63%	22%	4%	38628	8%	61%	23%	8%
14 évesek	39465	10%	64%	21%	5%	38688	5%	62%	24%	9%
15 évesek	35011	8%	65%	22%	5%	34449	4%	61%	25%	10%
16 évesek	32703	6%	66%	22%	6%	32165	3%	58%	27%	12%
17 évesek	31661	5%	66%	23%	6%	30387	3%	56%	27%	14%
18+ évesek	47524	5%	67%	25%	3%	44284	4%	56%	25%	15%

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

Évesek	Fő	FIÚK			Fő	LÁNYOK		
		Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészségzóna		Fokozott fejlesztés szükséges	Fejlesztés szükséges	Egészségzóna
10 évesek	991	5%	17%	78%	1661	5%	21%	74%
11 évesek	29197	8%	17%	75%	30978	8%	22%	70%
12 évesek	39327	13%	15%	72%	37899	11%	25%	64%
13 évesek	40205	18%	12%	70%	38321	15%	25%	60%
14 évesek	40266	23%	15%	62%	38077	23%	27%	50%
15 évesek	35598	29%	15%	56%	33366	30%	24%	46%
16 évesek	33150	32%	15%	53%	31023	36%	24%	40%
17 évesek	31873	36%	15%	49%	29220	44%	23%	33%
18+ évesek	48259	48%	16%	36%	43591	58%	21%	21%

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
10 évesek	1003	7%	93%	1678	10%	90%
11 évesek	29389	12%	88%	31256	12%	88%
12 évesek	39782	13%	87%	38379	15%	85%
13 évesek	40577	14%	86%	38844	13%	87%
14 évesek	40649	15%	85%	38770	13%	87%
15 évesek	36160	13%	87%	34165	13%	87%
16 évesek	33697	13%	87%	31960	11%	89%
17 évesek	32485	12%	88%	30319	10%	90%
18+ évesek	48870	14%	86%	44737	11%	89%

Törzsemelés (cm)

	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
10 évesek	1007	63%	37%	1683	54%	46%
11 évesek	29379	63%	37%	31295	55%	45%
12 évesek	39794	60%	40%	38476	54%	46%
13 évesek	40644	58%	42%	38894	53%	47%
14 évesek	40779	56%	44%	38950	51%	49%
15 évesek	36337	56%	44%	34422	49%	51%
16 évesek	33730	54%	46%	32063	46%	54%
17 évesek	32516	52%	48%	30271	44%	56%
18+ évesek	48872	51%	49%	44710	42%	58%

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
10 évesek	1002	22%	78%	1677	33%	67%
11 évesek	29435	26%	74%	31233	35%	65%
12 évesek	39798	30%	70%	38389	35%	65%
13 évesek	40662	34%	66%	38782	35%	65%
14 évesek	40803	36%	64%	38766	37%	63%
15 évesek	36387	38%	62%	34235	36%	64%
16 évesek	33960	39%	61%	31941	34%	66%
17 évesek	32663	33%	67%	30136	32%	68%
18+ évesek	49107	32%	68%	44656	35%	65%

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK			LÁNYOK		
	Fő			Fő		
10 évesek	1006	32%	68%	1687	11%	89%
11 évesek	29501	29%	71%	31423	11%	89%
12 évesek	39917	17%	83%	38612	5%	95%
13 évesek	40820	8%	92%	39157	3%	97%
14 évesek	40975	7%	93%	39230	2%	98%
15 évesek	36536	7%	93%	34689	2%	98%

16 évesek	34081	9%	91%	32400	3%	97%
17 évesek	32755	12%	88%	30717	8%	92%
18+ évesek	49359	16%	84%	45273	26%	74%

Helyből távolugrás (cm)

		FIÚK		LÁNYOK		
	Fő			Fő		
10 évesek	1004	17%	83%	1681	22%	78%
11 évesek	29472	23%	77%	31336	25%	75%
12 évesek	39834	31%	69%	38409	27%	73%
13 évesek	40644	31%	69%	38848	25%	75%
14 évesek	40839	33%	67%	38834	28%	72%
15 évesek	36365	29%	71%	34083	29%	71%
16 évesek	33894	30%	70%	31580	26%	74%
17 évesek	32629	32%	68%	29894	28%	72%
18+ évesek	49210	40%	60%	44421	30%	70%

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

		FIÚK		LÁNYOK		
	Fő			Fő		
10 évesek	1005	35%	65%	1673	25%	75%
11 évesek	29325	37%	63%	31295	39%	61%
12 évesek	39785	38%	62%	38481	36%	64%
13 évesek	40545	35%	65%	38885	33%	67%
14 évesek	40654	31%	69%	38931	31%	69%
15 évesek	36233	29%	71%	34511	53%	47%
16 évesek	33834	26%	74%	32160	49%	51%
17 évesek	32556	25%	75%	30437	49%	51%
18+ évesek	48913	27%	73%	44928	52%	48%

Létszám: 623 022 / 317 255 fiú, 305 767 lány
 Tanév: 2014/2015

 Adatfeltöltöttségi állapot: 83,68609 %
 Nyomtatás dátuma: 2016.03.10 12:36:31

ORSZÁGOS ZÓNAÖSSZESÍTŐ

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	12	44	19	4.16	9	38	19	4.01	279 fő - 11%	571 fő - 21%	1835 fő - 68%
11 évesek	7	46	19	4.29	7	47	19	4.06	5372 fő - 9%	11710 fő - 19%	43572 fő - 72%
12 évesek	6	46	19	4.36	7	48	20	4.26	6475 fő - 8%	14681 fő - 19%	56822 fő - 73%
13 évesek	6	49	20	4.49	6	49	20	4.31	6305 fő - 8%	13778 fő - 17%	59090 fő - 75%
14 évesek	6	49	21	4.53	6	49	21	4.25	6117 fő - 8%	12807 fő - 16%	60028 fő - 76%
15 évesek	5	49	21	4.48	6	49	21	4.21	5132 fő - 8%	10740 fő - 15%	53963 fő - 77%
16 évesek	5	49	22	4.54	6	49	21	4.18	4577 fő - 7%	9663 fő - 15%	50567 fő - 78%
17 évesek	5	49	22	4.57	5	49	22	4.16	4218 fő - 7%	9115 fő - 15%	48327 fő - 78%
18+ évesek	5	49	22	4.47	5	49	22	5.3	6466 fő - 7%	14686 fő - 16%	70951 fő - 77%
Összesen:									8 %	17 %	75 %

Testzsír százalék (TZS %)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG		
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FFSZ	FSZ	EZ
10 évesek	2	43	20	8.7	1	50	21	8.6	303 fő - 12%	618 fő - 23%	1733 fő - 65%
11 évesek	1	50	20	8.74	1	50	21	8.51	4386 fő - 7%	14270 fő - 24%	41163 fő - 69%
12 évesek	1	50	19	8.77	1	50	22	8.4	4781 fő - 7%	18069 fő - 23%	54163 fő - 70%
13 évesek	1	50	17	8.65	1	50	23	8.07	4753 fő - 6%	17370 fő - 22%	56112 fő - 72%
14 évesek	1	50	16	8.38	1	50	25	7.65	5201 fő - 7%	17479 fő - 22%	55473 fő - 71%
15 évesek	1	50	16	8.1	1	50	26	7.57	5543 fő - 8%	16291 fő - 23%	47626 fő - 69%
16 évesek	1	50	16	8.03	1	50	28	7.61	5856 fő - 9%	15848 fő - 24%	43164 fő - 67%
17 évesek	1	50	17	8.13	1	50	29	7.76	5901 fő - 9%	15488 fő - 25%	40659 fő - 66%
18+ évesek	1	50	17	7.82	1	50	30	9.12	8621 fő - 9%	22867 fő - 25%	60320 fő - 66%
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	85	45	5.97	33	72	43	4.55	131 fő - 5%	520 fő - 20%	2001 fő - 75%
11 évesek	32	95	44	6.14	32	96	42	4.72	4873 fő - 8%	11861 fő - 20%	43441 fő - 72%
12 évesek	31	98	44	6.49	31	97	42	4.94	9040 fő - 12%	15440 fő - 20%	52746 fő - 68%
13 évesek	29	94	45	6.94	29	99	41	5.06	12973 fő - 17%	14603 fő - 19%	50950 fő - 65%
14 évesek	28	99	45	7.5	28	99	40	5.06	18189 fő - 23%	16129 fő - 21%	44025 fő - 56%
15 évesek	27	98	45	7.79	27	99	39	5.2	20150 fő - 29%	13570 fő - 20%	35244 fő - 51%
16 évesek	26	99	44	7.99	26	98	38	5.11	22039 fő - 34%	12422 fő - 19%	29712 fő - 46%
17 évesek	25	97	44	8.15	25	96	37	5.22	24503 fő - 40%	11600 fő - 19%	24990 fő - 41%
18+ évesek	18	95	36	7.49	19	95	29	4.43	48307 fő - 53%	17105 fő - 19%	26438 fő - 29%

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom (db)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	0	81	37	23.19	0	80	37	23.73	240 fő - 9%	2441 fő - 91%
11 évesek	0	81	39	24.21	0	81	38	23.47	7184 fő - 12%	53461 fő - 88%
12 évesek	0	81	43	24.65	0	81	40	24.1	10980 fő - 14%	67181 fő - 86%
13 évesek	0	81	47	24.86	0	81	42	24.41	10912 fő - 14%	68509 fő - 86%
14 évesek	0	81	49	24.62	0	81	42	24.42	11362 fő - 14%	68057 fő - 86%
15 évesek	0	81	52	24.4	0	81	44	25.03	9102 fő - 13%	61223 fő - 87%
16 évesek	0	81	51	24.28	0	81	45	24.99	7891 fő - 12%	57766 fő - 88%
17 évesek	0	81	51	24.1	0	81	45	24.73	7030 fő - 11%	55774 fő - 89%
18+ évesek	0	81	40	23.37	0	81	31	21.45	11792 fő - 13%	81815 fő - 87%

Összesen: 13 % 87 %

Törzsemelés (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	2	30	20	5.74	1	30	21	5.54	1542 fő - 57%	1148 fő - 43%
11 évesek	1	30	20	5.52	1	30	21	5.55	35766 fő - 59%	24908 fő - 41%
12 évesek	1	30	20	5.6	1	30	21	5.6	44454 fő - 57%	33816 fő - 43%
13 évesek	1	30	21	5.59	1	30	21	5.58	43891 fő - 55%	35647 fő - 45%
14 évesek	1	30	21	5.64	1	30	22	5.58	42782 fő - 54%	36947 fő - 46%
15 évesek	1	30	21	5.71	1	30	22	5.61	37054 fő - 52%	33705 fő - 48%
16 évesek	1	30	21	5.68	1	30	22	5.54	32967 fő - 50%	32826 fő - 50%
17 évesek	1	30	22	5.62	0	30	23	5.38	30260 fő - 48%	32527 fő - 52%
18+ évesek	1	30	20	6.18	1	30	20	6.1	43830 fő - 47%	49752 fő - 53%

Összesen: 53 % 47 %

Ütemezett fekvőtámasz (db)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	0	51	13	8.65	0	59	10	7.84	778 fő - 29%	1901 fő - 71%
11 évesek	0	80	13	9.15	0	80	10	7.58	18436 fő - 30%	42232 fő - 70%
12 évesek	0	82	14	8.9	0	80	9	7.4	25340 fő - 32%	52847 fő - 68%
13 évesek	0	86	15	8.96	0	85	9	7.14	27212 fő - 34%	52232 fő - 66%
14 évesek	0	81	16	8.97	0	82	9	7.09	28719 fő - 36%	50850 fő - 64%
15 évesek	0	84	18	9.13	0	82	9	7.1	26247 fő - 37%	44375 fő - 63%
16 évesek	0	86	19	9.38	0	83	9	7.3	23929 fő - 36%	41972 fő - 64%
17 évesek	0	85	20	9.55	0	80	10	7.09	20519 fő - 33%	42280 fő - 67%
18+ évesek	0	86	19	9.67	0	83	7	6.51	31164 fő - 33%	62599 fő - 67%

Összesen: 34 % 66 %

Kézi szorítóerő (kg)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	5	48	20	4.25	7	45	18	4.26	519 fő - 19%	2174 fő - 81%
11 évesek	1	82	21	4.97	1	67	20	4.7	12056 fő - 20%	48868 fő - 80%
12 évesek	1	99	24	6.25	1	73	22	5.17	8823 fő - 11%	69706 fő - 89%
13 évesek	1	99	29	7.69	1	75	25	5.22	4148 fő - 5%	75829 fő - 95%
14 évesek	1	100	35	8.58	1	80	26	5.33	3565 fő - 4%	76640 fő - 96%
15 évesek	1	100	39	8.45	1	79	27	5.24	3093 fő - 4%	68132 fő - 96%
16 évesek	1	98	42	8.47	1	80	28	5.26	4139 fő - 6%	62342 fő - 94%

17 évesek	1	99	44	8.66	1	77	28	5.48	6442 fő - 10%	57030 fő - 90%
18+ évesek	1	99	44	10.52	1	79	26	6.67	19580 fő - 21%	75052 fő - 79%

Összesen: 10 % 90 %

Helyből távolugrás (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	14	210	147	23.06	1	215	141	22.92	547 fő - 20%	2138 fő - 80%
11 évesek	1	265	151	24.7	1	283	143	24.1	14666 fő - 24%	46142 fő - 76%
12 évesek	0	276	158	26.91	0	270	147	25.95	22884 fő - 29%	55359 fő - 71%
13 évesek	0	300	171	29.6	1	268	151	27.07	22289 fő - 28%	57203 fő - 72%
14 évesek	1	291	183	31.63	1	262	151	27.92	24086 fő - 30%	55587 fő - 70%
15 évesek	1	299	192	31.6	1	290	152	28.55	20281 fő - 29%	50167 fő - 71%
16 évesek	1	320	200	31.31	1	291	154	28.31	18423 fő - 28%	47051 fő - 72%
17 évesek	0	350	204	32.08	0	300	156	28.26	19044 fő - 30%	43479 fő - 70%
18+ évesek	1	350	191	36.18	0	300	138	33.29	33372 fő - 36%	60259 fő - 64%

Összesen: 30 % 70 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági (cm)

	FIÚK				LÁNYOK				ORSZÁG	
	Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ
10 évesek	3	46	22	6.11	1	44	26	6.37	769 fő - 29%	1909 fő - 71%
11 évesek	1	47	22	6.36	1	53	26	6.71	23157 fő - 38%	37463 fő - 62%
12 évesek	0	51	21	6.63	1	55	27	7.03	29182 fő - 37%	49084 fő - 63%
13 évesek	0	54	22	7.05	1	56	28	7.33	27257 fő - 34%	52173 fő - 66%
14 évesek	0	60	23	7.51	0	59	28	7.59	24984 fő - 31%	54601 fő - 69%
15 évesek	0	58	24	7.95	0	55	29	7.82	28666 fő - 41%	42078 fő - 59%
16 évesek	0	57	25	8.24	0	60	29	7.93	24681 fő - 37%	41313 fő - 63%
17 évesek	0	59	25	8.29	0	56	29	7.81	23182 fő - 37%	39811 fő - 63%
18+ évesek	0	57	22	7.54	0	60	25	7.84	36593 fő - 39%	57248 fő - 61%

Összesen: 37 % 63 %