



INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK

Testzsírszázalék (TZS %)

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

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

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK

Törzsemelés teszt (cm)

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK

Kézi szorítóerő mérése (kg)

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK

Helyből távolugrás (cm)

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonyági teszt (cm)

Fő	FIÚK	Fő	LÁNYOK



INTÉZMÉNYI ZÓNAÖSSZESÍTŐ

TESTÖSSZETÉTEL ÉS TÁPLÁLTSÁGI PROFIL

Testtömegindex (BMI: kg/m²)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ

Összesen: 0 % 0 %

Testzsírszázalék (TZS %)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ

Összesen: 0 % 0 %

AEROB FITTSÉGI (ÁLLÓKÉPESSÉGI) PROFIL

Állóképességi ingafutás teszt (VO₂max: ml/kg/min)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ

Összesen: 0 % 0 %

VÁZIZOMZAT FITTSÉGI PROFIL

Ütemezett hasizom teszt (db)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ

Összesen: 0 % 0 %

Törzsemelés teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ

Összesen: 0 % 0 %

Ütemezett fekvőtámasz teszt (db)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ

Összesen: 0 % 0 %

Kézi szorítóerő mérése (kg)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY	
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	 FSZ	 EZ

Összesen: 0 % 0 %

Helyből távolugrás teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ	
								Összesen:	0 %	0 %

HAJLÉKONYSÁGI PROFIL

Hajlékonysági teszt (cm)

FIÚK				LÁNYOK				INTÉZMÉNY		
Min.	Max.	Átlag	Szórás	Min.	Max.	Átlag	Szórás	FSZ	EZ	
								Összesen:	0 %	0 %

Magyar Diáksport Szövetség -



COVID