

測試項目計分表中學女生

女 歲數: 12 or below

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	143.1	146.9	150.3	154.4	158.3	161.3
*體重(千克)	31.8	36.6	40.5	45.2	51.3	57.8
% 體脂肪	12.8	16.1	19.4	23.3	28.9	33.8
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	14.8	19.0	22.7	28.8	35.7	46.5
坐地前伸(厘米)	12	18	24	30	34	40
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	0	0	1	5	9
仰臥起坐(一分鐘內次數)	3	10	17	23	28	33
掌上壓(次數)	0	0	1	5	12	19
9分鐘耐力跑/行(米)	810	960	1080	1190	1290	1390
百分位值(%)	8	10	14	17	21	27

女 歲數: 13

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	145.4	149.2	151.9	156.0	160.0	163.1
*體重(千克)	34.1	38.1	41.4	46.9	53.9	61.4
% 體脂肪	12.9	16.1	19.5	24.1	30.0	36.0
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	15.6	18.8	22.8	29.7	39.2	50.6
坐地前伸(厘米)	12	19	24	30	35	39
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	0	0	2	5	10
仰臥起坐(一分鐘內次數)	4	9	17	23	30	35
掌上壓(次數)	0	0	1	6	14	21
9分鐘耐力跑/行(米)	880	970	1080	1200	1310	1430
百分位值(%)	9	11	14	18	23	30

女 歲數: 14

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	148.0	151.0	154.0	157.5	161.5	165.2
*體重(千克)	36.8	40.4	44.8	48.7	55.5	62.5
% 體脂肪	14.4	17.6	21.0	25.2	30.4	36.6
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	15.4	19.5	23.7	30.3	37.5	48.5
坐地前伸(厘米)	16	20	24	31	36	40
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	0	0	1	5	9
仰臥起坐(一分鐘內次數)	3	10	17	24	30	35
掌上壓 (次數)	0	0	2	8	15	22
9分鐘耐力跑/行(米)	900	1000	1090	1210	1330	1450
百分位值(%)	9	11	16	19	25	30

女 歲數: 15

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高 (厘米)	148.0	151.5	155.0	158.6	162.5	165.8
*體重 (千克)	36.9	41.2	45.4	49.7	54.7	60.6
% 體脂肪	15.4	18.1	21.7	24.9	29.0	33.6
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計 (毫米)	16.5	21.0	25.1	30.8	38.0	47.1
坐地前伸 (厘米)	15	21	26	32	37	43
半分鐘仰臥引體上升 (次)	0	0	0	1	5	9
仰臥起坐(一分鐘內次數)	4	11	18	24	30	35
掌上壓 (次數)	0	0	3	8	15	22
9分鐘耐力跑/行(米)	910	1040	1140	1260	1360	1450
百分位值(%)	9	12	16	19	24	30

女 歲數: 16

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	147.9	151.0	154.5	157.8	161.6	165.0
*體重(千克)	38.9	42.7	45.9	49.4	55.1	61.7
% 體脂肪	16.6	19.6	22.4	25.9	29.2	33.6
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	17.3	20.8	24.8	30.0	37.2	44.2
坐地前伸(厘米)	14	22	27	33	37	43
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	0	0	2	5	9
仰臥起坐(一分鐘內次數)	4	11	18	24	29	36
掌上壓 (次數)	0	0	3	8	14	20
9分鐘耐力跑/行(米)	810	980	1120	1230	1360	1460
百分位值(%)	9	11	15	19	25	31

女 歲數: 17

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高 (厘米)	146.8	150.2	154.5	158.5	161.6	165.5
*體重 (千克)	39.3	42.3	46.0	50.2	55.6	62.7
% 體脂肪	16.8	19.4	22.6	25.7	29.6	33.4
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計 (毫米)	17.2	20.0	24.4	30.2	37.2	46.4
坐地前伸 (厘米)	9	18	27	33	37	43
半分鐘仰臥引體上升 (次)	0	0	0	2	5	9
仰臥起坐(一分鐘內次數)	5	10	18	25	31	37
掌上壓 (次數)	0	0	4	9	15	22
9分鐘耐力跑/行(米)	950	1060	1190	1260	1360	1430
百分位值(%)	9	12	16	19	24	31

女 歲數: 18 or above

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	147.9	151.6	154.6	158.2	162.0	165.6
*體重(千克)	39.6	42.6	45.9	49.9	54.6	60.3
% 體脂肪	15.2	19.4	22.8	25.6	28.9	32.3
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	16.3	19.5	24.1	29.4	37.4	47.9
坐地前伸(厘米)	13	19	26	33	38	43
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	0	0	2	6	10
仰臥起坐(一分鐘內次數)	3	11	18	25	32	37
掌上壓(次數)	0	1	4	10	16	22
9分鐘耐力跑/行(米)	970	1080	1160	1280	1380	1450
百分位值(%)	9	12	17	20	26	31