

Durchschnittswerte Jahrgang 7

Teilnehmerzahl 24 M 26 W

Körperliche Konstitution			
	Istwert	Sollwert	
Alter	13		
Größe (in m)	1,68		
Gewicht (in kg)	56		
BMI	19,8	19	
Schuhgröße	42		
Einlagen (vorhanden)	15		

Tagesablauf			
Schule	5,5		
Gewicht der Schultasche	7,3	6,7	35 Taschen
regelmäßige Mahlzeiten	25		
Hausaufgabenzeit (in min.)	118		
Hausaufgabenort	Zimmer 25	Küche 11	Schule 4
Computerzeit	5 Tage	80 Minuten	39
Fernsehzeit	5 Tage	74 Minuten	39
Lesen/ Bücher	15		
Sportliche Aktivitäten	4 Tage	62 Minuten	43

Schmerzen			
Nackenschmerzen	9		
Rückenschmerzen	25		3Tage
Schulterschmerzen	9		

Sportliche Aktivitäten	Freizeitgestaltung
Fußball	Freunde
Kampfsport	Elektronische Spiele
Motorcross	Rad fahren
Joggen	PC/Chatten
Inline skating	Spielen
Reiten	Reiten
Schwimmen	Babysitten
Einrad	Tiere
Tischtennis/Tennis	Musik
Schwertkampf	Trampolin
Trampolin	Waveboard
Schulsport/ AG's	Angeln
Volleyball	
Yoga	
Tanzen	

Maßnahmen gegen Schmerzen	
Krankengymnastik	10
Arzt	Einrenken
nichts	Wärme
Schmerzsaft, Tabletten	Massage
eincremen	Ruhe