



OSOBNI KARTON POLAZNIKA RUKOMETNE ŠKOLE VUČIĆI

- školska godina 2012./2013. -



IME I PREZIME	LUKA TOMAŠIĆ	
DATUM I GODINA ROĐENJA	16.08.1999.	
ČLANSKI BROJ	134	

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI				
		JESEN 2012.	ZIMA 2012./2013.	PROLJEĆE 2013.
VISINA		159,9	161,4	-
TEŽINA		-	45,7	46,8
PROMJER ŠAKE		19,5	19,5	-
RASPON RUKU		-	159,5	-
MOTORIČKI TESTOVI				
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	67	69	-
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	38	41	44
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	178	173	201
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	31	29	-
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	6,61	6,87	6,59
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,31	4,23	4,41
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,94	4,47	4,89
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	80	71	-

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
56	6	9	6	3	6	6	8	8	4	0