




OSOBNI KARTON POLAZNIKA RUKOMETNE ŠKOLE VUČIĆI



- školska godina 2012./2013. -

IME I PREZIME	LANA ĐERĐ	
DATUM I GODINA ROĐENJA	05.06.2000.	
ČLANSKI BROJ	316	

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

	JESEN 2012.	ZIMA 2012./2013.	PROLJEĆE 2013.
VISINA	-	-	156,6
TEŽINA	-	-	65,8
PROMJER ŠAKE	-	-	19,8
RASPON RUKU	-	-	156,3

MOTORIČKI TESTOVI

MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	-	-	57
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	-	-	45
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	-	-	131
MFESARI	skok u vis (s mjesta)	-	-	27
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	-	-	7,36
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	-	4,75	4,33
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	-	5,38	5,18
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	-	60	66

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
13	0	0	0	0	0	0	1	4	5	3