



OSOBNI KARTON POLAZNIKA RUKOMETNE ŠKOLE VUČIĆI

- školska godina 2012./2013. -



IME I PREZIME	VILIM DUMBOVIĆ	
DATUM I GODINA ROĐENJA	18.07.2000.	
ČLANSKI BROJ	026	

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI				
		JESEN 2012.	ZIMA 2012./2013.	PROLJEĆE 2013.
VISINA		-	169,4	171,3
TEŽINA		70,6	74,8	75,7
PROMJER ŠAKE		21,4	21,5	21,7
RASPON RUKU		173,5	179,0	-
MOTORIČKI TESTOVI				
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	69	79	-
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	36	36	43
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	161	167	182
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	-	33	-
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	7,35	6,90	5,79
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,59	4,40	4,04
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,60	4,62	4,13
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	-	57	66

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
40	4	7	3	1	3	4	7	4	3	4