




OSOBNI KARTON POLAZNIKA RUKOMETNE ŠKOLE VUČIĆI



- školska godina 2012./2013. -

IME I PREZIME	MISLAV IVANUŠ	
DATUM I GODINA ROĐENJA	22.04.2002.	
ČLANSKI BROJ	121	

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI				
		JESEN 2012.	ZIMA 2012./2013.	PROLJEĆE 2013.
VISINA		141,4	143,4	145,5
TEŽINA		37,2	39,3	43,5
PROMJER ŠAKE		17,7	17,7	17,7
RASPON RUKU		141,0	142,5	142,6
MOTORIČKI TESTOVI				
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	55	58	66
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	40	39	50
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	149	140	130
MFESARI	skok u vis (s mjesta)	34	31	33
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	7,38	6,60	5,74
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,59	4,36	4,24
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	5,12	5,44	4,54
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	53	50	56

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
71	7	10	7	5	5	7	10	7	9	4