




# OSOBNI KARTON POLAZNIKA RUKOMETNE ŠKOLE VUČIĆI



- školska godina 2012./2013. -

IME I PREZIME	<b>BENEDIKT RIMAC</b>	
DATUM I GODINA ROĐENJA	<b>07.08.2003.</b>	
ČLANSKI BROJ	<b>187</b>	

## ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

	JESEN 2012.	ZIMA 2012./2013.	PROLJEĆE 2013.
<b>VISINA</b>	-	<b>141,2</b>	<b>143,2</b>
<b>TEŽINA</b>	-	<b>33,8</b>	<b>33,4</b>
<b>PROMJER ŠAKE</b>	-	<b>16,2</b>	<b>16,3</b>
<b>RASPON RUKU</b>	-	<b>136,5</b>	<b>137,6</b>

## MOTORIČKI TESTOVI

<b>MFLPRR</b>	pretklon raznožno (fleksibilnost)	-	<b>65</b>	<b>60</b>
<b>MBFTAP</b>	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	-	<b>29</b>	<b>31</b>
<b>MFESDM</b>	skok u dalj (s mjesta)	-	<b>108</b>	<b>141</b>
<b>MFESARI</b>	skok u vis (s mjesta)	-	<b>26</b>	<b>28</b>
<b>MAGKUS</b>	bočno kretanje (6 x 3 m)	-	<b>8,60</b>	<b>8,72</b>
<b>MFE20MVS</b>	sprint 20 m (visoki start)	-	<b>4,98</b>	<b>4,88</b>
<b>SRBV20M</b>	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	-	<b>5,05</b>	<b>5,86</b>
<b>SRKB1R</b>	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	-	<b>33</b>	<b>55</b>

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>0</b>