




# OSOBNI KARTON POLAZNIKA RUKOMETNE ŠKOLE VUČIĆI



- školska godina 2012./2013. -

IME I PREZIME	<b>ELA BAJKUŠA</b>	
DATUM I GODINA ROĐENJA	<b>24.11.2004.</b>	
ČLANSKI BROJ	<b>319</b>	

## ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

	JESEN 2012.	ZIMA 2012./2013.	PROLJEĆE 2013.
<b>VISINA</b>	-	-	<b>140,2</b>
<b>TEŽINA</b>	-	-	<b>34,2</b>
<b>PROMJER ŠAKE</b>	-	-	<b>15,2</b>
<b>RASPON RUKU</b>	-	-	<b>140,2</b>

## MOTORIČKI TESTOVI

<b>MFLPRR</b>	pretklon raznožno (fleksibilnost)	-	-	<b>53</b>
<b>MBFTAP</b>	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	-	-	<b>26</b>
<b>MFESDM</b>	skok u dalj (s mjesta)	-	-	<b>147</b>
<b>MFESARI</b>	skok u vis (s mjesta)	-	-	<b>23</b>
<b>MAGKUS</b>	bočno kretanje (6 x 3 m)	-	-	<b>8,01</b>
<b>MFE20MVS</b>	sprint 20 m (visoki start)	-	-	<b>4,43</b>
<b>SRBV20M</b>	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	-	-	<b>6,42</b>
<b>SRKB1R</b>	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	-	-	<b>30</b>

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
<b>14</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>3</b>