



OSOBNI KARTON POLAZNIKA RUKOMETNE ŠKOLE VUČIĆI

- školska godina 2012./2013. -



IME I PREZIME	FRANKO GLASNOVIĆ	
DATUM I GODINA ROĐENJA	02.03.2004.	
ČLANSKI BROJ	305	

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

	JESEN 2012.	ZIMA 2012./2013.	PROLJEĆE 2013.
VISINA	-	133,2	133,6
TEŽINA	-	32,9	31,7
PROMJER ŠAKE	-	17,7	17,9
RASPON RUKU	-	132,0	-

MOTORIČKI TESTOVI

MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	-	66	59
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	-	38	-
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	-	-	130
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	-	-	32
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	-	-	-
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	-	4,47	-
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	-	6,24	-
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	-	-	44

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
18	0	0	0	0	0	3	5	5	4	1