

**OSOBNI KARTON POLAZNIKA  
RUKOMETNE ŠKOLE  
VUČIĆI**

- školska godina 2013./2014. -



IME I PREZIME	IVANA IVANOVIĆ
DATUM ROĐENJA	23.12.2000.
ČLANSKI BROJ	078

**ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI**

	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
VISINA	155,7	155,8	156,5
TEŽINA	51,5	49,9	51,5
PROMJER ŠAKE	19,7	19,7	20,0
RASPON RUKU	151,5	153,1	153,3

**MOTORIČKI TESTOVI**

TEST	OPIS	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	79	91	86
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	61	65	72
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	158	172	178
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	33	32	34
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	5,76	6,32	5,54
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,30	4,37	3,99
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,40	4,56	4,32
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	80	84	75

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
<b>106</b>	11	13	19	9	14	12	8	3	9	8