

**OSOBNI KARTON POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI**

- školska godina 2013./2014. -



IME I PREZIME	ANTONELA KRAJINA
DATUM ROĐENJA	14.05.2002.
ČLANSKI BROJ	374

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
VISINA	149,2	153,4	158,1
TEŽINA	38,8	39,1	44,6
PROMJER ŠAKE	19,6	19,6	19,9
RASPON RUKU	153,0	157,2	161,2

MOTORIČKI TESTOVI

TEST	OPIS	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	60	77	74
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	42	51	55
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	144	127	145
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	25	25	24
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	8,73	8,08	5,82
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,72	4,86	4,62
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	5,64	5,73	5,97
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	45	48	46

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
56	0	6	6	4	6	8	9	7	7	3