

**OSOBNI KARTON POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI**

- školska godina 2013./2014. -



| | |
|---------------|-------------|
| IME I PREZIME | ANJA STOJAK |
| DATUM ROĐENJA | 15.12.2003. |
| ČLANSKI BROJ | 364 |

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

| | JESEN 2013. | ZIMA 2013./2014. | PROLJEĆE 2014. |
|--------------|----------------|---------------------|-------------------|
| VISINA | 137,6 | 138,1 | 139,5 |
| TEŽINA | 28,8 | 29,1 | 30,6 |
| PROMJER ŠAKE | 18,1 | 18,4 | 18,4 |
| RASPON RUKU | 135,6 | 136,6 | 141,8 |

MOTORIČKI TESTOVI

| | | | | |
|----------|--|------|------|------|
| MFLPRR | pretklon raznožno (fleksibilnost) | 58 | 63 | 67 |
| MBFTAP | taping 15 sec (frekvencija pokreta) | 30 | 58 | 60 |
| MFESDM | skok u dalj (s mjesta) | 131 | 146 | 153 |
| MFESAR1 | skok u vis (s mjesta) | 33 | 34 | 36 |
| MAGKUS | bočno kretanje (6 x 3 m) | 9,81 | 8,50 | 6,62 |
| MFE20MVS | sprint 20 m (visoki start) | 4,98 | 4,61 | 4,37 |
| SRBV20M | sprint 20 m (s vođenjem lopte) | 6,48 | 5,86 | 4,69 |
| SRKB1R | bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec) | 52 | 58 | 67 |

| PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI | RUJAN | LISTOPAD | STUDENI | PROSINAC | SIJEČANJ | VELJAČA | OŽUJAK | TRAVANJ | SVIBANJ | LIPANJ |
|--------------------------------------|-------|----------|---------|----------|----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| 51 | 0 | 8 | 9 | 2 | 5 | 4 | 7 | 6 | 10 | 0 |