

**OSOBNI KARTON POLAZNIKA  
RUKOMETNE ŠKOLE  
VUČIĆI**

- školska godina 2013./2014. -



IME I PREZIME	IVAN PUCELJ
DATUM ROĐENJA	04.10.2003.
ČLANSKI BROJ	333

**ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI**

	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
VISINA	140,9	143,1	146,8
TEŽINA	29,8	31,6	32,9
PROMJER ŠAKE	17,1	17,4	17,8
RASPON RUKU	138,2	142,1	143,9

**MOTORIČKI TESTOVI**

TEST	OPIS	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	59	64	73
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	33	48	54
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	175	174	178
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	30	36	35
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	6,94	6,81	6,58
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,11	4,13	4,02
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,59	4,56	4,21
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	44	58	72

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
<b>57</b>	6	10	7	7	7	5	7	4	4	0