

**OSOBNI KARTON POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI**

- školska godina 2013./2014. -



IME I PREZIME	LEON ŠIMEK
DATUM ROĐENJA	23.07.2004.
ČLANSKI BROJ	302

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
VISINA	144,4	146,1	146,7
TEŽINA	43,3	45,7	49,0
PROMJER ŠAKE	17,3	17,3	17,4
RASPON RUKU	142,7	145,4	148,0

MOTORIČKI TESTOVI

TEST	OPIS	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	65	61	62
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	35	40	39
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	123	113	119
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	27	29	22
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	7,52	7,87	7,14
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	5,21	4,53	4,85
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	6,01	4,96	5,11
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	46	52	58

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
62	10	7	9	7	7	6	3	5	6	2