

**OSOBNI KARTON POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI**

- školska godina 2013./2014. -



| | |
|---------------|----------------|
| IME I PREZIME | LUCIJA KLASNIĆ |
| DATUM ROĐENJA | 12.02.2004. |
| ČLANSKI BROJ | 373 |

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

| | JESEN 2013. | ZIMA 2013./2014. | PROLJEĆE 2014. |
|--------------|----------------|---------------------|-------------------|
| VISINA | 149,2 | 151,4 | 153,7 |
| TEŽINA | 70,3 | 72,8 | 77,8 |
| PROMJER ŠAKE | 17,4 | 17,6 | 18,2 |
| RASPON RUKU | 150,3 | 150,6 | 151,2 |

MOTORIČKI TESTOVI

| TEST | OPIS | JESEN 2013. | ZIMA 2013./2014. | PROLJEĆE 2014. |
|----------|--|----------------|---------------------|-------------------|
| MFLPRR | pretklon raznožno (fleksibilnost) | 59 | 58 | 57 |
| MBFTAP | taping 15 sec (frekvencija pokreta) | 39 | 42 | 46 |
| MFESDM | skok u dalj (s mjesta) | 94 | 110 | 110 |
| MFESAR1 | skok u vis (s mjesta) | 24 | 27 | 24 |
| MAGKUS | bočno kretanje (6 x 3 m) | 7,38 | 7,63 | 7,75 |
| MFE20MVS | sprint 20 m (visoki start) | 5,54 | 5,18 | 5,28 |
| SRBV20M | sprint 20 m (s vođenjem lopte) | 6,61 | 6,51 | 6,22 |
| SRKB1R | bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec) | - | 34 | 34 |

| PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI | RUJAN | LISTOPAD | STUDENI | PROSINAC | SIJEČANJ | VELJAČA | OŽUJAK | TRAVANJ | SVIBANJ | LIPANJ |
|--------------------------------------|-------|----------|---------|----------|----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| 52 | 0 | 4 | 6 | 5 | 4 | 7 | 10 | 6 | 8 | 2 |