

**OSOBNI KARTON POLAZNIKA  
RUKOMETNE ŠKOLE  
VUČIĆI**

- školska godina 2013./2014. -



IME I PREZIME	ZVONIMIR TURKALJ
DATUM ROĐENJA	26.11.2004.
ČLANSKI BROJ	274

**ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI**

	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
VISINA	133,3	135,8	135,9
TEŽINA	28,0	29,1	30,3
PROMJER ŠAKE	16,6	17,4	17,9
RASPON RUKU	137,0	137,6	137,9

**MOTORIČKI TESTOVI**

TEST	OPIS	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	59	69	59
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	34	40	50
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	130	137	165
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	31	33	35
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	8,42	6,97	6,05
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,82	4,69	4,40
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	5,12	4,85	4,69
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	58	56	51

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
<b>69</b>	3	8	6	5	8	8	9	7	9	6