

**OSOBNI KARTON POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI**

- školska godina 2013./2014. -



IME I PREZIME	IVAN VUK
DATUM ROĐENJA	30.10.2005.
ČLANSKI BROJ	352

ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI

	JESEN 2013.	ZIMA 2013./2014.	PROLJEĆE 2014.
VISINA	138,9	140,3	141,5
TEŽINA	30,3	31,1	32,7
PROMJER ŠAKE	17,7	18,1	18,7
RASPON RUKU	136,2	138,0	138,8

MOTORIČKI TESTOVI

MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	53	43	40
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	35	41	47
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	157	157	166
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	25	27	31
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	6,94	7,07	7,16
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,41	4,23	4,33
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	5,04	4,73	5,01
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka/60 sec)	35	72	50

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
59	1	8	8	5	6	4	9	7	9	2