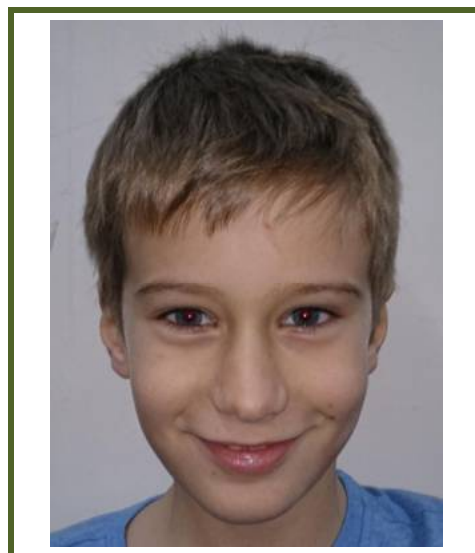





OSOBNI KARTON  
POLAZNIKA  
RUKOMETNE ŠKOLE  
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



|               |             |
|---------------|-------------|
| IME I PREZIME | ANTE LASAN  |
| DATUM ROĐENJA | 31.12.2006. |
| ČLANSKI BROJ  | 529         |

|  |  | ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI |                     |                   |
|---|--|------------------------------|---------------------|-------------------|
|   |  | JESEN<br>2014.               | ZIMA<br>2014./2015. | PROLJEĆE<br>2015. |
| VISINA  |  | -                            | 147,0               | 148,8             |
| TEŽINA  |  | -                            | 33,2                | 33,8              |
| PROMJER ŠAKE  |  | -                            | -                   | 19,8              |
| RASPON RUKU   |  | -                            | -                   | 151,1             |
| OPIS TESTA  |  | MOTORIČKI TESTOVI            |                     |                   |
| MFLPRR  | pretklon raznožno<br>(fleksibilnost)     | -                            | 54                  | 72                |
| MBFTAP  | taping 15 sec<br>(frekvencija pokreta)   | -                            | 33                  | 34                |
| MFESDM  | skok u dalj<br>(s mjesta)                | -                            | 99                  | 127               |
| MFESAR1   | skok u vis<br>(s mjesta)                 | -                            | 26                  | 25                |
| MAGKUS  | bočno kretanje<br>(6 x 3 m)              | -                            | 7,27                | 6,36              |
| MFE20MVS  | sprint 20 m<br>(visoki start)            | -                            | 5,04                | 4,78              |
| SRBV20M   | sprint 20 m<br>(s vođenjem lopte)        | -                            | 5,80                | 4,98              |
| SRKB1R  | bacanje lopte o zid<br>(1 ruka / 60 sec) | -                            | 40                  | 44                |

| PRISUSTVO<br>TRENINZIMA<br>RŠ VUČIĆI | RUJAN | LISTOPAD | STUDENI | PROSINAC | SIJEČANJ | VELJAČA | OŽUJAK | TRAVANJ | SVIBANJ | LIPANJ |
|--------------------------------------|-------|----------|---------|----------|----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| 31                                   | 0     | 0        | 0       | 0        | 0        | 10      | 6      | 6       | 7       | 2      |