



OSOBNI KARTON
POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	DENIS RATKOVIĆ RAJHVAJN
DATUM ROĐENJA	07.03.2003.
ČLANSKI BROJ	376

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		148,4	149,8	151,9
TEŽINA		59,2	61,6	63,4
PROMJER ŠAKE		17,1	-	17,8
RASPON RUKU		147,2	-	151,6
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	50	63	70
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	38	51	42
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	91	93	96
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	26	25	24
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	9,47	7,71	7,79
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	6,53	5,84	6,88
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	11,38	11,41	9,24
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	26	46	37

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
34	0	3	5	3	4	5	2	4	7	1