



OSOBNI KARTON
POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	ELA GRGURIĆ
DATUM ROĐENJA	14.03.2001.
ČLANSKI BROJ	030

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		166,1	168,1	169,1
TEŽINA		60,6	61,4	61,8
PROMJER ŠAKE		21,8	-	21,9
RASPON RUKU		173,4	-	-
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	82	80	-
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	61	70	-
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	170	177	175
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	36	35	-
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	5,88	5,24	-
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	3,98	3,86	-
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,08	4,15	-
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	85	89	-

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