



OSOBNI KARTON
POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



| | |
|---------------|-------------|
| IME I PREZIME | EMA VUČIĆ |
| DATUM ROĐENJA | 16.10.2001. |
| ČLANSKI BROJ | 006 |

| | | ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI | | |
|--------------|--|------------------------------|---------------------|-------------------|
| | | JESEN 2014. | ZIMA 2014./2015. | PROLJEĆE 2015. |
| VISINA | | 168,6 | 172,4 | 173,6 |
| TEŽINA | | 45,8 | 46,0 | 50,2 |
| PROMJER ŠAKE | | 20,7 | - | 20,9 |
| RASPON RUKU | | 169,9 | - | 177,7 |
| OPIS TESTA | | MOTORIČKI TESTOVI | | |
| MFLPRR | pretklon raznožno (fleksibilnost) | 77 | 83 | 89 |
| MBFTAP | taping 15 sec (frekvencija pokreta) | 71 | 70 | 73 |
| MFESDM | skok u dalj (s mjesta) | 202 | 210 | 230 |
| MFESAR1 | skok u vis (s mjesta) | 39 | 40 | 42 |
| MAGKUS | bočno kretanje (6 x 3 m) | 5,73 | 5,04 | 4,81 |
| MFE20MVS | sprint 20 m (visoki start) | 4,03 | 3,64 | 3,58 |
| SRBV20M | sprint 20 m (s vođenjem lopte) | 4,21 | 3,94 | 3,88 |
| SRKB1R | bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec) | 66 | 73 | 84 |

| PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI | RUJAN | LISTOPAD | STUDENI | PROSINAC | SIJEČANJ | VELJAČA | OŽUJAK | TRAVANJ | SVIBANJ | LIPANJ |
|--------------------------------------|-------|----------|---------|----------|----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| 54 | 7 | 4 | 5 | 7 | 6 | 5 | 4 | 1 | 8 | 7 |