



OSOBNI KARTON
POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	ENA ČIČAK
DATUM ROĐENJA	07.03.2005.
ČLANSKI BROJ	468

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		132,6	133,4	136,6
TEŽINA		37,8	37,8	39,4
PROMJER ŠAKE		17,1	-	17,3
RASPON RUKU		130,8	-	133,9
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	56	61	74
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	34	52	54
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	141	152	161
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	26	29	34
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	9,36	7,38	6,28
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,87	4,16	3,88
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,98	5,10	4,03
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	58	70	78

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
104	6	10	13	6	13	9	13	12	11	11