



OSOBNI KARTON  
POLAZNIKA  
RUKOMETNE ŠKOLE  
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	FILIP MASNEC
DATUM ROĐENJA	01.01.2003.
ČLANSKI BROJ	503

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		145,6	146,9	147,7
TEŽINA		41,6	43,2	47,6
PROMJER ŠAKE		16,8	-	17,6
RASPON RUKU		150,2	-	153,0
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	60	66	60
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	48	56	46
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	140	147	155
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	29	28	33
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	8,05	6,77	6,17
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,12	4,27	4,26
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,64	4,68	4,85
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	51	45	67

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
<b>59</b>	0	4	8	6	6	7	9	9	7	3