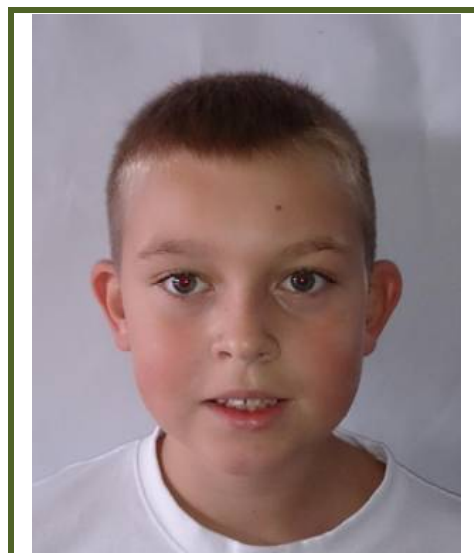




OSOBNI KARTON  
POLAZNIKA  
RUKOMETNE ŠKOLE  
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	IVAN SEMENOV
DATUM ROĐENJA	16.07.2004.
ČLANSKI BROJ	484

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		140,7	143,6	144,7
TEŽINA		37,5	40,2	41,4
PROMJER ŠAKE		16,6	-	17,4
RASPON RUKU		136,2	-	144,3
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	56	44	49
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	31	29	44
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	136	118	123
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	25	28	27
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	7,26	7,11	7,04
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,76	4,47	4,28
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	5,76	5,29	5,21
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	35	42	32

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
<b>83</b>	3	11	9	8	6	11	11	10	11	3