



OSOBNI KARTON
POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	KARLO MIKOVIĆ
DATUM ROĐENJA	12.09.2003.
ČLANSKI BROJ	204

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		138,6	139,5	139,8
TEŽINA		35,2	38,2	39,6
PROMJER ŠAKE		17,1	-	17,8
RASPON RUKU		138,9	-	141,4
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	63	71	63
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	70	69	67
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	173	170	172
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	32	29	32
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	5,54	4,81	5,23
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,21	3,98	4,20
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,49	4,16	4,18
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	60	60	69

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
43	4	8	4	2	3	5	7	3	5	2