



OSOBNI KARTON  
POLAZNIKA  
RUKOMETNE ŠKOLE  
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	NIKA ZUBER
DATUM ROĐENJA	20.03.2002.
ČLANSKI BROJ	261

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		150,6	154,2	156,6
TEŽINA		41,2	42,2	44,4
PROMJER ŠAKE		17,8	-	17,9
RASPON RUKU		156,9	-	160,8
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	preklon raznožno (fleksibilnost)	62	69	72
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	67	75	77
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	153	159	168
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	31	36	32
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	6,32	6,06	5,77
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,34	3,97	3,92
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,58	4,08	4,01
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	64	70	70

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
<b>43</b>	6	5	5	6	5	3	2	2	4	5