



OSOBNI KARTON
POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	TONIO GRDIĆ
DATUM ROĐENJA	09.03.2003.
ČLANSKI BROJ	504

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		157,1	159,4	161,9
TEŽINA		45,8	48,4	50,8
PROMJER ŠAKE		20,7	-	21,0
RASPON RUKU		164,8	-	170,0
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	71	73	73
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	53	45	52
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	191	202	191
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	30	42	39
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	7,30	6,73	5,63
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	3,82	3,71	3,78
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,07	4,25	3,90
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	55	59	-

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
31	0	4	6	3	4	4	0	2	6	2