



OSOBNI KARTON
POLAZNIKA
RUKOMETNE ŠKOLE
VUČIĆI

- školska godina 2014./2015. -



IME I PREZIME	VITO SALAJ
DATUM ROĐENJA	14.08.2006.
ČLANSKI BROJ	265

		ANTROPOMETRIJSKE VRIJEDNOSTI		
		JESEN 2014.	ZIMA 2014./2015.	PROLJEĆE 2015.
VISINA		131,0	131,9	132,3
TEŽINA		26,0	26,4	26,8
PROMJER ŠAKE		18,4	-	18,8
RASPON RUKU		133,4	-	135,1
OPIS TESTA		MOTORIČKI TESTOVI		
MFLPRR	pretklon raznožno (fleksibilnost)	49	56	65
MBFTAP	taping 15 sec (frekvencija pokreta)	42	49	48
MFESDM	skok u dalj (s mjesta)	155	160	153
MFESAR1	skok u vis (s mjesta)	33	34	36
MAGKUS	bočno kretanje (6 x 3 m)	6,44	6,22	6,25
MFE20MVS	sprint 20 m (visoki start)	4,24	4,19	4,13
SRBV20M	sprint 20 m (s vođenjem lopte)	4,51	4,51	4,41
SRKB1R	bacanje lopte o zid (1 ruka / 60 sec)	56	59	55

PRISUSTVO TRENINZIMA RŠ VUČIĆI	RUJAN	LISTOPAD	STUDENI	PROSINAC	SIJEČANJ	VELJAČA	OŽUJAK	TRAVANJ	SVIBANJ	LIPANJ
171	10	18	21	15	19	13	24	20	19	12