Testy fyzické kondice: U20

Datum:

ČESKÁ RUGBYOVÁ UNIE	přímení	jméno	datum narození	odhod medicimbal 5kg			skok z místa do dál.			VMA	sprint 10m			sprint 30m		Bench	Dřep	Kliky	Shyby
				1	2	3	1	2	3		1	2	3	1	2	1 opak	1 opak	max	max
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			
21																			
22																			
23																			
24																			
25																			
26																			
27																			
28																			
29																			
30																			