



STENHUS
BASKETBALL
COLLEGE

Stenus Basketball College Rekorder

Stenus U19 Damer

Rekorder for en enkelt kamp

Straffe:

Forsøg: 13 Alma Thisgaard 17.11.2016 Værløse-Stenus

Scoringer: 8 Alma Thisgaard 17.11.2016 Værløse-Stenus

Højeste procent (min 5 forsøg): 83,3% May Johansson 08.03.2017 Stenus-Virum

2-point:

Flest forsøg: 19 Alma Thisgaard 10.09..2016 Stenus-Virum U17

Flest scoringer: 13 Alma Thisgaard 10.09..2016 Stenus-Virum U17

Højeste procent (min. 5 forsøg): 80% May Johansson 08.03.2017 Stenus-Virum

3-point:

Forsøg: 5 Anna Fried Nielsen 23.11.2016 Stenus-Amager

Scoringer: 2 Anna Fried Nielsen 23.03.2017 Værløse-Stenus

Højeste procent (min. 3 forsøg): 50% Anna Fried Nielsen 23.03.2017 Værløse-Stenus

Points: 30 Alma Thisgaard 10.09..2016 Stenus-Virum U17

Rebounds:

Forsvarsrebounds: 16 Alma Thisgaard 25.01.2017 Stenus-Værløse

Angrebsrebounds: 8 Lisa Tims Michaelsen 06.10.2016 Kaunas Basketball Academy U18-Stenus

Rebounds totalt: 20 Lisa Tims Michaelsen 06.10.2016 Kaunas Basketball Academy U18-Stenus

Øvrigt:

Steals: 8 Sara Larsen 06.10.2016 Kaunas Basketball Academy U18-Stenus

Assists: 7 May Johansson 10.09..2016 Stenus-Virum U17

Blocks: 4 Alma Thisgaard 08.03.2017 Stenus-Virum

Fejl i mod: 8 Lisa Tims Michaelsen 06.10.2016 Kaunas Basketball Academy U18-Stenus

Effektivitet: 32 Alma Thisgaard 10.09..2016 Stenus-Virum U17



STENHUS
BASKETBALL
COLLEGE

Rekorder for et skoleår

Straffe:

Flest forsøg: 136 Alma Thisgaard 2016-17

Flest scoringer: 84 Alma Thisgaard 2016-17

Højeste procent 78,6% Sara Larsen 2016-17

2-point:

Flest forsøg: 276 Alma Thisgaard 2016-17

Flest scoringer: 109 Alma Thisgaard 2016-17

Højeste procent 39,5% Alma Thisgaard 2016-17

3-point:

Flest forsøg: 69 Anna Fried Nielsen 2016-17

Flest scoringer: 17 Anna Fried Nielsen 2016-17

Højeste procent 24,6% Anna Fried Nielsen 2016-17

Points:

Flest scorede points: 305 Alma Thisgaard 2016-17

Højeste gennemsnit: 13,9 point/kamp Alma Thisgaard 2016-17

Rebounds:

Total: 231 Lisa Tims Michaelsen 2016/17

Forsvarsrebounds: 158 Alma Thisgaard 2016-17

Angrebsrebounds: 91 Lisa Tims Michaelsen 2016/17

Gennemsnit:

Total : 10 rebounds/kamp Lisa Tims Michaelsen 2016/17

Forsvarsrebounds: 7,2 rebounds/kamp Alma Thisgaard 2016-17

Angrebsrebounds: 4,0 rebounds/kamp Lisa Tims Michaelsen 2016/17

Assists:

Total: 25 Sara Larsen 2016-17

Gennemsnit: 1,1 assists/kamp Sara Larsen 2016-17

Steals:

Total: 42 May Johansson og Sara Larsen 2016-17

Gennemsnit: 1,9 steals/kamp May Johansson 2016-17



STENHUS
BASKETBALL
COLLEGE

Blocks:

Total: 22 Alma Thisgaard 2016-17

Gennemsnit: 1 block/kamp Alma Thisgaard 2016-17

Fejl mod: 161 Alma Thisgaard 2016-17

Effektivitet: 8,2 Alma Thisgaard 2016-17

Karriere leaders

Points: 356 Alma Thisgaard 2015-17

Rebounds: 275 Alma Thisgaard 2015-17

Assists: 33 Anna Fried Nielsen 2015-17

Steals: 52 Alma Thisgaard 2015-17

Blocks: 33 Alma Thisgaard 2015-17

Straffe scorerer: 91 Alma Thisgaard 2015-17

2-point scorerer: 131 Alma Thisgaard 2015-17

3-point scorerer: 24 Anna Fried Nielsen 2015-17

Kampe spillet: 30 Anna Fried Nielsen og Alma Thisgaard 2015-17

Fysiske tests

Yo-yo test IR1: 16.3 Alma Thisgaard 14.02.2017

Bænkpress (5RM): 57,5kg Lisa Tims Michaelsen 09.06.2017

Pull down (5RM): 60kg Lisa Tims Michaelsen 09.06.2017

Squat (5RM): 76kg Anna Fried Nielsen 10.06.2016

Chin ups (5RM): 1,25kg Sara Tims Michaelsen 10.06.2016

Dips (5RM): 2,5kg Cathrine Hellstern-Hauerslev 07.08.2017

Hoppehøjde (CMJ): 38,4cm Anna Fried Nielsen 10.10.2016

Vo2 max: 54mlO₂/kg/min Alma Thisgaard 03.04.2017

Sprint 5m: 1,15sek Alma Thisgaard 19.12.2016

Sprint 20m: 3,35sek Ulrikke Reinholt 19.12.2016