

ID	Größe	Alter	Geschlecht	Test Tag & Zeit
Jane Doe	156.9 cm	51	weiblich	2016.01.04. 09 : 46

1 Körperzusammensetzungsanalyse

Gesamte Menge des Wassers im Körper	Gesamtkörperwasser (l)	27.5 (26.3 ~ 31.4)
Für den Muskelaufbau	Proteine (kg)	7.2 (7.0 ~ 8.6)
Zur Stärkung der Knochen	Mineralien (kg)	2.63 (2.44 ~ 2.98)
Zum Speichern der Energie	Körperfett (kg)	21.8 (10.3 ~ 16.5)
Summe	Gewicht (kg)	59.1 (43.9 ~ 59.5)

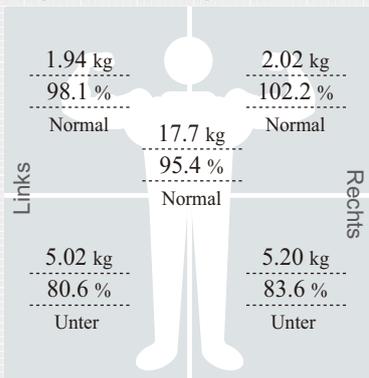
2 Muskel-Fett-Analyse

	Unter	Normal	Über	
Gewicht (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	59.1		
SMM Skelettmuskelmasse (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	19.6		
Körperfettmasse (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	21.8		

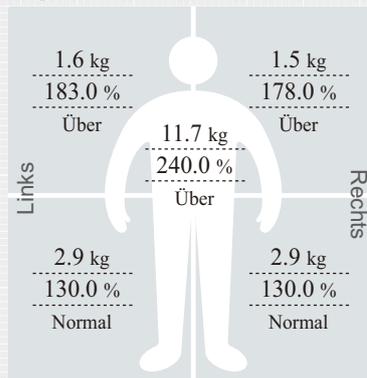
3 Fettleibigkeitsanalyse

	Unter	Normal	Über	
BMI (kg/m²)	10.0 15.0 18.5 21.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	24.0		
Körperfett (%)	8.0 13.0 18.0 23.0 28.0 33.0 38.0 43.0 48.0 53.0 58.0	36.9		

4 Segmentale Mageranalyse



5 Segmentale Fettanalyse



* Segmentales Fett ist errechnet.

6 Veränderung der Körperzusammensetzung

	14.10.10 09:15	14.12.30 09:40	15.02.02 09:35	15.04.15 11:01	15.05.12 08:33	15.08.10 15:50	15.10.15 08:35	16.01.04 09:46
Gewicht	65.3	63.9	62.4	61.8	62.3	60.9	60.5	59.1
SMM Skelettmuskelmasse	20.1	20.0	19.7	19.7	19.8	19.7	19.8	19.6
Körperfett (%)	41.3	40.7	39.2	39.0	39.4	38.6	37.8	36.9

Zuletzt Gesamt

7 InBody Bewertung

68 / 100 Punkte

* Die Punktzahl bewertet die Körperzusammensetzung. Eine muskulöse Person kann über 100 Punkte erhalten.

8 Gewichtsempfehlung

Zielgewicht	51.7 kg
Gesamt +/-	- 7.4 kg
davon Fett	- 9.9 kg
davon Muskeln	+ 2.5 kg

9 Fettleibigkeitsanalyse

BMI	<input type="checkbox"/> Normal <input checked="" type="checkbox"/> Unter <input type="checkbox"/> Leicht über <input type="checkbox"/> Über
PKF	<input type="checkbox"/> Normal <input type="checkbox"/> leicht über <input checked="" type="checkbox"/> Über

Taille-Hüft-Verhältnis

0.92 | niedrig 0.75 0.85 hoch

Viszeraler Fett-Level

12 | niedrig 10 hoch

10 Zusätzliche Daten

Fettfreie Masse	32.5 kg
Grundumsatz	1176 kcal
Fettleibigkeitsgrad	114 % (90 ~ 110)
Empfohlene tägliche Energiezufuhr	2000 kcal

Energieverbrauch jeder Übung

Golf	115	Völkerball	131
Walking	148	Yoga	148
Badminton	150	Tischtennis	150
Tennis	197	Fahrradfahren	197
Boxen	197	Basketball	197
Wandern, ohne Gepäck	229	Seilspringen	235
Aerobics	235	Jogging	235
Fußball	235	Schwimmen	235
Jap. Fechten	250	Racketball	250
Squash	250	Taekwondo	250

* Basiert auf Ihrem derzeitigen Gewicht

* Basiert auf 30 Minuten Dauer

QR-Code zur Ergebnisauswertung

Scannen Sie den QR-Code, um detaillierte Erklärungen zu den Ergebnissen zu sehen.



11 Impedanzen

	RA	LA	RU	RL	LL
Z(Ω) 20 kHz	379.6	392.7	26.8	306.8	316.1
100 kHz	373.1	385.4	25.7	303.0	314.1