

ID	Lengte	Leeftijd	Geslacht	Test Datum / Tijd
200220-1	168cm	25	Vrouwelijk	2020.02.20. 10:21

Lichaamssamenstelling Analyse

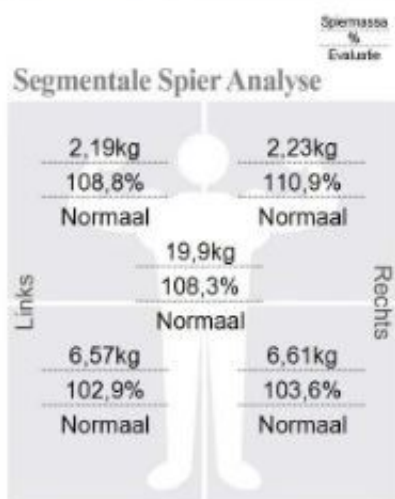
Totale hoeveelheid water in lichaam	Totaal Lichaamswater	(L)	32,1 (30,1~36,8)
Voor spieropbouw	Eiwitten	(kg)	8,7 (8,1~9,9)
Voor botversterking	Mineralen	(kg)	3,02 (2,79~3,41)
Voor overtollige energie opslag	Vetmassa	(kg)	11,4 (11,9~19,0)
Optelsom van bovenstaande	Gewicht	(kg)	55,2 (50,4~68,2)

Spier-Vet Analyse

	Laag	Normaal	Hoog
Gewicht (kg)	55	70	85
	55,2		
SSM (kg)	70	80	90
	24,1		
Vetmassa (kg)	40	60	80
	11,4		

Obesitas Analyse

	Laag	Normaal	Hoog
BMI (kg/m ²)	10,0	15,0	18,5
	19,6		
Vetpercentage (%)	8,0	13,0	18,0
	20,7		



* Segmental fat is estimated

Lichaamssamenstelling Ontwikkeling

Gewicht (kg)	55,2								
SSM (kg)	24,1								
Vetpercentage (%)	20,7								
Recent	Totaal	20.02.20	10:21						

InBody Score

76/100 Punten

* Totaal score gebaseerd op de lichaamssamenstelling evaluatie. Een gespierd persoon kan boven de 100 punten uitkomen.

Gewichtsregulatie

Streefgewicht	59,3 kg
Gewichtsregulatie	+ 4,1 kg
Vetregulatie	+ 2,2 kg
Spierregulatie	+ 1,9 kg

Obesitas Evaluatie

BMI ☒ Normaal ☐ Laag ☐ Verhoogd ☐ Hoog

Vetpercentage ☒ Normaal ☐ Verhoogd ☐ Hoog

Middel-Heup Ratio

0,89 ☐ Laag ☒ 0,75 ☐ 0,95 ☐ Hoog

Visceraal Vetniveau

Niveau 4 ☐ Laag ☒ 10 ☐ Hoog

Onderzoeksparementers

Vetvrije Massa	43,8 kg
Basaal Metabolisme	1316 kcal (1196~1380)
Obesitas Classificatie	93 % (90~110)
Skeletspier Index	6,2 kg/m ²
Aanbevolen calorie-inname	2126 kcal

Calorieverbruik

Golf	97	Golf	105
Wandelen	110	Yoga	110
Badminton	125	Tafeltennis	125
Tennis	166	Wielersport	166
Boksen	166	Racquetball	166
Hiking, zonder rugzak	180	Touwjespringen	193
Aerobics	193	Joggen	193
Voetbal	193	Zwemmen	193
Japane zwaardvecht	276	Racquetball	276
Squash	276	Taekwondo	276

* Gebaseerd op uw huidige gewicht

* Gebaseerd op een tijdsduur van 30 minuten

Impedantie

	RA	LA	Romp	RB	LB
Z _{0.1} 20 kHz	392,3	400,0	27,8	349,6	355,8
100 kHz	356,0	364,8	23,7	311,4	315,9