

ID	Wzrost	Wiek	Płeć	Data / Godzina Badania
021019-1	162cm	46	Kobieta	02.10.2019. 05:43

## Analiza Składu Ciała

Zajmuje w większości moje ciało	<b>Całkowita objętość wody (L)</b>	28,7 ( 28,7~35,1 )
W celu budowania mięśni	<b>Białko</b> (kg)	7,7 ( 7,7~9,5 )
W celu wzmocnienia kości	<b>Minerały</b> (kg)	2,87 ( 2,65~3,25 )
W celu przechowania zbędnej energii	<b>Masa Tkanki Tłuszczowej</b> (kg)	15,8 ( 11,3~18,1 )
Suma powyższych	<b>Masa Ciała</b> (kg)	55,1 ( 47,9~64,9 )

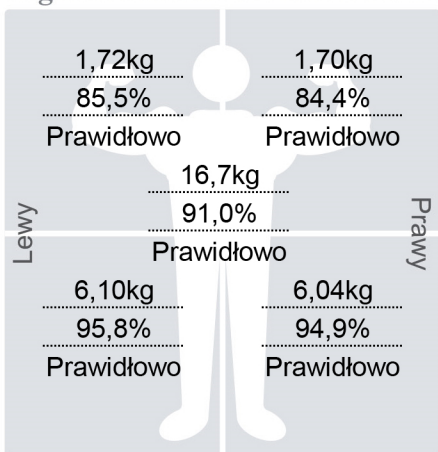
## Analiza Mięśniowo-Tłuszczowa

	Poniżej	Prawidłowo	Powyżej
<b>Masa Ciała</b> (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	55,1	
<b>Masa Mięśni Szkieletowych</b> (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	21,2	
<b>Masa Tkanki Tłuszczowej</b> (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	15,8	

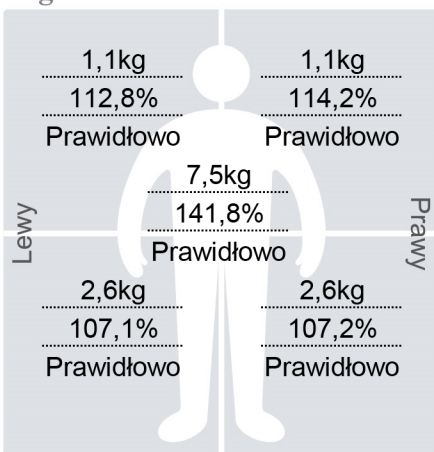
## Analiza Otyłości

	Poniżej	Prawidłowo	Powyżej
<b>BMI</b> (kg/m <sup>2</sup> )	10,0 15,0 18,5 21,5 25,0 30,0 35,0 40,0 45,0 50,0 55,0	21,0	
<b>Procentowa Zawartość Tkanki Tłuszczowej</b> (%)	8,0 13,0 18,0 23,0 28,0 33,0 38,0 43,0 48,0 53,0 58,0	28,7	

## Segmentalna Analiza Beztłuszczowa



## Segmentalna Analiza Tłuszczowa



\* Trwa obliczanie tłuszczu segmentalnego.

## Historia Składu Ciała

<b>Masa Ciała</b> (kg)	55,1									
<b>Masa Mięśni Szkieletowych</b> (kg)	21,2									
<b>Procentowa Zawartość Tkanki Tłuszczowej</b> (%)	28,7									
<input checked="" type="checkbox"/> Ostatnie <input type="checkbox"/> Całkowit	02.10.19. 05:43									

## Wynik InBody

73/100 Punktów

\* Łączny wynik, który odzwierciedla ocenę składu ciała. Muskularny człowiek może otrzymać ponad 100 punktów.

## Kontrola Masy Ciała

Docelowa Masa Ciała	56,5 kg
Kontrola Masy Ciała	+ 1,4 kg
Kontrola tkanki tłuszczowej	- 2,8 kg
Kontrola Mięśni	+ 4,2 kg

## Ocena otyłości

BMI	<input checked="" type="checkbox"/> Prawidłowo <input type="checkbox"/> Poniżej <input type="checkbox"/> Lekko powyżej <input type="checkbox"/> Powyżej
-----	---

Procentowa Zawartość Tkanki Tłuszczowej	<input type="checkbox"/> Prawidłowo <input checked="" type="checkbox"/> Lekko powyżej <input type="checkbox"/> Powyżej
---	--

## Wskaźnik Talia-Biodra

0,83

## Poziom Tłuszcz Trzewny

Poziom 6

## Parametry badania

Beztłuszczowa Masa Ciała	39,3 kg
Podstawowa Przemiana Materii	1218 kcal ( 1195~1378 )
Stopień Otyłości	98 % ( 90~110 )
SMI	5,9 kg/m <sup>2</sup>
Zalecana dawka kalorii	2181 kcal

## Wydatek kaloryczny ćwiczenia

Golf	97	Gateball	105
Chodzenie	110	Joga	110
Badminton	125	Tenis stołowy	125
Tenis	165	Rower	165
Boks	165	Koszykówka	165
Piesze wycieczki	180	Skakanie na skakance	193
Aerobik	193	Jogging	193
Piłka nożna	193	Pływanie	193
Kendo	276	Racquetball	276
Squash	276	Taekwondo	276

\* W oparciu o bieżącą masę ciała

\* W oparciu o 30 minutową aktywność

## Impedancja

	PR	LR	T	PN	LN
<b>Z(Ω) 20 kHz</b>	426,9	422,5	26,9	294,1	287,4
<b>100 kHz</b>	395,2	389,9	24,2	263,2	258,1