

ID 030922-21	Рост 159cm	Возраст 30	Пол Женский	Дата / Время проверки 03.09.2022. 12:58
-----------------	---------------	---------------	----------------	--

Анализ состава тела

	Результат	Общее количество воды в организме	Тощая масса	Безжировая масса	Вес
Общее количество воды в организме (L)	31,4 (27,0~33,0)	31,4	40,5 (34,7~42,5)	43,0 (36,8~45,0)	58,2 (45,1~61,1)
Протеин (kg)	8,5 (7,3~8,9)	некостный			
Минералы (kg)	3,11 (2,50~3,06)				
Содержание жира в теле (kg)	15,2 (10,6~17,0)				

Анализ Соотношения Мышцы-жир

	Недостаток	Норма	Превышение
Вес (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %		58,2
Масса скелетной мускулатуры (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %		23,7
Содержание жира в теле (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %		15,2

Анализ ожирения

	Недостаток	Норма	Превышение
ИМТ Индекс массы тела (kg/m ²)	10,0 15,0 18,5 21,0 25,0 30,0 35,0 40,0 45,0 50,0 55,0		23,0
Процентное содержание жира (%)	8,0 13,0 18,0 23,0 28,0 33,0 38,0 43,0 48,0 53,0 58,0		26,2

Анализ тощей массы по сегментам

Основано на идеальном весе Основано на текущем весе

	Недостаток	Норма	Превышение
Правая Рука (kg) (%)	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 %		2,08 (104,1)
Левая Рука (kg) (%)	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 %		2,03 (101,6)
Туловище (kg) (%)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %		18,6 (102,4)
Правая Нога (kg) (%)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %		6,49 (102,8)
Левая Нога (kg) (%)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %		6,50 (103,0)

Анализ Соотношения ВКЖ/ОКЖ

	Недостаток	Норма	Превышение
Соотношение ВКЖ/ОКЖ	0,320 0,340 0,360 0,380 0,390 0,400 0,410 0,420 0,430 0,440 0,450		0,372

История состава тела

Вес (kg)	58,2
Масса скелетной мускулатуры (kg)	23,7
Процентное содержание жира (%)	26,2
Соотношение ВКЖ/ОКЖ	0,372
<input checked="" type="checkbox"/> Недавние <input type="checkbox"/> Общее количество	03.09.22. 12:58

Оценка InBody

80/100 Балл

* Это общая оценка отражает состав тканей тела и телосложение. Человек с развитой мускулатурой может набрать более 100 баллов.

Тип фигуры



Контроль Веса

Идеальный Вес	55,8 kg
Контроль Веса	- 2,4 kg
Контроль Жира	- 2,4 kg
Контроль Мышц	0,0 kg

Анализ жировой массы по сегментам

Правая Рука	(0,9 kg)	104,1%
Левая Рука	(1,0 kg)	106,6%
Туловище	(7,4 kg)	148,3%
Правая Нога	(2,5 kg)	109,2%
Левая Нога	(2,5 kg)	108,8%

Параметры исследования

Внутриклеточная вода	19,7 L (16,7~20,5)
Внеклеточная вода	11,7 L (10,3~12,5)
Уровень базального метаболизма	1298 kcal (1241~1435)
Индекс соотношения талия-бедро	0,82 (0,75~0,85)
Уровень висцерального жира	5 (1~9)
Степень Ожирения	110 % (90~110)
Масса минералов в костях	2,53 kg (2,06~2,52)
Активная масса клеток	28,2 kg (24,0~29,4)
Окружность руки	29,1 cm
Окружность руки без жира	25,3 cm
ИСМ	6,8 kg/m ²
Рекомендуемый прием калорий	2050 kcal

Импеданс

	ПР	ЛР	ТУ	ПН	ЛН
Z ₍₅₎ 5 kHz	396,3	406,2	28,3	290,3	286,7
50 kHz	347,6	358,0	23,9	250,3	248,4
500 kHz	298,2	308,7	18,0	215,3	213,9

28 205