

Jméno: guj (123) | Výška: 167,0cm | Datum: 2008/01/17
 Věk: 28,0Roky | Pohlaví: Žena | Čas: 17:13:10

1. Tělesná kompozice

	Pod	Normální	Nad	Jednotka (%)	Normální rozsah
Hmotnost	65 70 85	90 100 115	120 130 140	150 160 175	61,0 – 69,0
SMM	70 80 90	100 110 120	130 140 150		22,9 – 28,0
Množství kosterního svalstva	40 60 80	100 160 220	280 340 400		12,0 – 19,2
Množství tuku v těle					
Celková voda v těle	32,6 kg	Čistá hmotnost těla	44,5 kg		
Celková množství vody v těle	(30,5 – 37,3)	Čistá hmotnost bez tuku	(39,9 – 49,8)		

2. Diagnóza obezity

	Hodnoty	Normální rozsah
BMI (kg/m ²) Index tělesné hmotnosti	20,4	18,5 – 25,0
% tuku v těle (%) Procento tuku v těle	22,0	18,0 – 28,0
Poměr pasu a boků Poměr pasu a boků	0,84	0,75 – 0,85
Minimální kalorická potřeba (kcal) Přibližný metabolický poměr	1331	1223 – 1413

$$\text{BMI} = \frac{\text{Hmotnost, kg}}{(\text{Výška, m})^2}$$

$$\% \text{ tuku v těle} = \frac{\text{Tuk, kg}}{\text{Hmotnost, kg}} \times 100$$

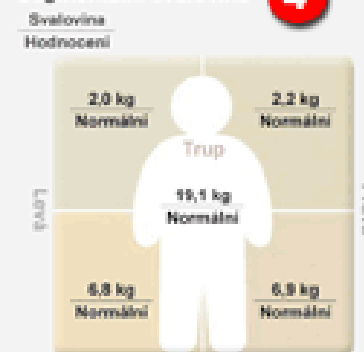
$$\text{Poměr pasu a boků} = \frac{\text{Obvod pasu, cm}}{\text{Obvod boků, cm}}$$

3. Kontrola svaloviny-tuku

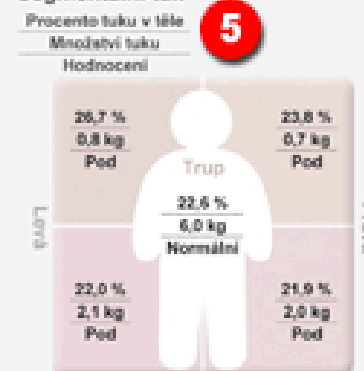
Kontrola svalstva	+ 1,7 kg	Kontrola tuku	+ 1,3 kg
-------------------	----------	---------------	----------

* Předložte Vaše výsledky při konzultaci a Vaším poradcem či trenérem.

4. Segmentální svalovina



5. Segmentální tuk



* Segmentální tuk je odhadován

6. Impedance

z	Pravá ruka	Levá ruka	Trup	Pravá noha	Levá noha
20kHz	410,2	440,4	22,7	28,8	26,8
100kHz	268,7	400,8	15,0	27,0	27,4

1. Tělesná kompozice

Zároveň zobrazuje ztrátu tuku a přibírání na svalech.

Typ „C“ představuje malé množství kosterního svalstva, což je příčinou slabého těla.

Typ „D“ představuje velké množství kosterního svalstva a patřičnou tukovou hmotu, což se odráží ve zdravém těle.

2. Diagnóza obezity

Samotné BMI nedokáže určit obezitu. BMI musí být bráno v potaz společně s % tuku v těle pro získání přesné diagnózy obezity.

3. Kontrola svalů a tuků

Doporučení pro vhodné přidání nebo úbytku tuku a svalů pro ideální složení těla.

4. Segmentální bez-tuková hmot

Udržujte segmentální bez-tukovou hmotu ve stavu „Normál“ nebo „Nad“ a kontrolujte vyvážení těla mezi horní a dolní částí a levou a pravou polovinou těla.

5. Segmentální tuk

Sledujte procento tuku v každé části těla a udržte ve stavu „Normál“.

6. Impedance

Dokazuje přesnost testu InBody zobrazením segmentálních hodnot v různých frekvencích. InBodyR20 využívá jedinečnou technologii DSM-BIA, která garantuje přesnost indexu impedance. Výsledný lístek ukazuje impedanční hodnoty rukou, trupu a nohou při jednotlivých frekvencích.