

ID	Größe	Alter	Geschl	Datum / Uhrzeit
2022052001	182cm	25	Männlich	09.09.2023. 10:16

Körperzusammensetzungsanalyse

	Werte	Gesamtkörperwasser	Weiche Magermasse	Fettfreie Masse	Gewicht
Gesamt-körperwasser (L)	61.3 (41.0~50.0)	61.3	79.1 (52.7~64.3)	83.8 (55.7~68.1)	88.3 (62.0~83.8)
Proteine (kg)	16.8 (11.0~13.4)				
Mineralien (kg)	5.70 (3.79~4.63)	In Lösung			
Körperfettmasse (kg)	4.5 (8.8~17.5)				

Muskel-Fett-Analyse

	Unter	Normal	Über	
Gewicht (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %			88.3
SMM (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %			48.8
Körperfettmasse (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %			4.5

Fettleibigkeitsanalyse

	Unter	Normal	Über	
BMI (kg/m ²)	10.0 15.0 18.5 22.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0			26.7
Körperfett (%)	0.0 5.0 10.0 15.0 20.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0			5.1

Segmentale Mageranalyse

	Unter	Normal	Über	EZW/GKW
Rechter Arm (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 %			0.375
Linker Arm (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 %			0.376
Rumpf (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %			0.363
Rechtes Bein (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %			0.359
Linkes Bein (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %			0.363

Körperwasseranalyse

	Unter	Normal	Über	
EZW/GKW-Verhältnis	0.320 0.340 0.360 0.380 0.390 0.400 0.410 0.420 0.430 0.440 0.450			0.364

Veränderung der Körperzusammensetzung

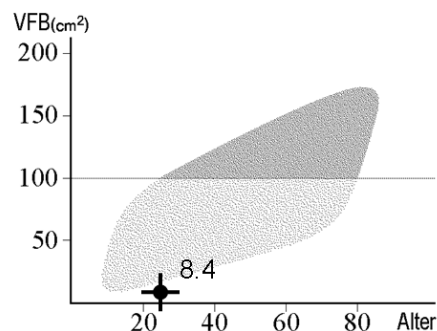
	08.09.22. 16:40	07.10.22. 07:55	02.11.22. 07:27	07.12.22. 08:36	04.02.23. 12:28	26.03.23. 07:44	02.06.23. 10:28	09.09.23. 10:16
Gewicht (kg)	82.8	81.7	83.3	84.8	85.6	85.8	83.9	88.3
SMM (kg)	42.7	43.8	46.3	47.3	48.0	48.0	47.0	48.8
Körperfett (%)	10.4	7.0	4.6	3.6	3.8	4.2	4.3	5.1
EZW/GKW-Verhältnis	0.367	0.368	0.361	0.368	0.365	0.362	0.360	0.364

Fitnessbewertung

102/100 Punkte

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

Viszeraler Fettbereich



Gewichtsempfehlung

Zielgewicht	88.3 kg
Gesamt +/-	0.0 kg
Davon Fett	0.0 kg
Davon Muskeln	0.0 kg

Ausgeglichenheit des Körperbaus

Ober	<input checked="" type="checkbox"/> Balanciert	<input type="checkbox"/> Leicht unbalanciert	<input type="checkbox"/> Sehr unbalanciert
Unter	<input checked="" type="checkbox"/> Balanciert	<input type="checkbox"/> Leicht unbalanciert	<input type="checkbox"/> Sehr unbalanciert
Ober-Unter	<input checked="" type="checkbox"/> Balanciert	<input type="checkbox"/> Leicht unbalanciert	<input type="checkbox"/> Sehr unbalanciert

Segmentale Fettanalyse

Rechter Arm	(0.1 kg) ↓ 14.1%
Linker Arm	(0.1 kg) ↓ 14.1%
Rumpf	(2.0 kg) ↓ 43.2%
Rechtes Bein	(0.6 kg) ↓ 32.6%
Linkes Bein	(0.6 kg) ↓ 33.4%

Zusätzliche Daten

Intrazelluläres Wasser	38.9 L (25.4~31.0)
Extrazelluläres Wasser	22.4 L (15.6~19.0)
Grundumsatz	2179 kcal (1829~2153)
Taille-Hüfte-Verhältnis	0.74 (0.80~0.90)
Knochenmineralgehalt	4.67 kg (3.12~3.82)

Phasenwinkel

φ(°) 50 kHz | 7.6°

Segmentaler Phasenwinkel

	RA	LA	RU	RL	LL
φ(°) 50 kHz	6.9	6.7	10.3	8.1	8.3

Impedanzen

	RA	LA	RU	RL	LL
Z(Ω) 1 kHz	256.8	258.3	19.6	248.0	238.3
5 kHz	248.9	250.7	18.7	240.7	231.4
50 kHz	210.7	213.2	15.0	198.6	189.9
250 kHz	185.9	188.5	12.0	173.4	165.2
500 kHz	178.3	181.7	11.2	167.9	160.5
1000 kHz	171.5	174.2	11.0	163.9	157.8