

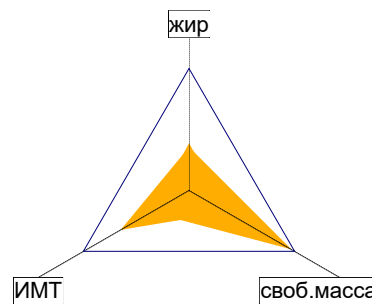
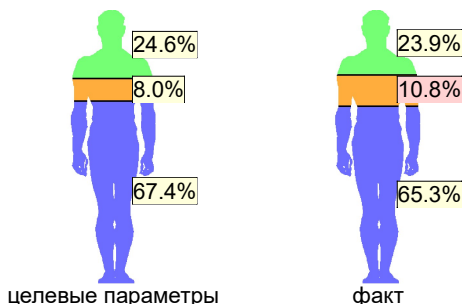
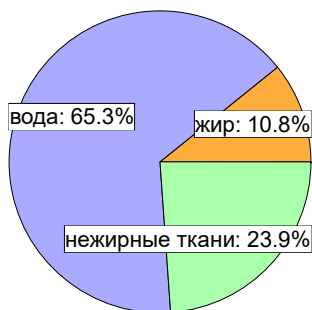
## Отчет по результатам измерения от 29.10.14

Ф.И.О.: Смирнов Игорь

Пол: мужской Тип тела: стандарт Возраст: 21 Рост: 180

Группы: не состоит в группах

время измерения: 16:56:05	факт	норма	дельта
индекс массы тела	21.5	20 - 25	0
содержание жира, %	10.8	8 - 20	0
BMR, ккал	1825		
вес, кг	69.5		
масса жира, кг	7.5	5.6 - 13.9	0
нежирные ткани, кг	16.6		
масса воды, кг	45.4		



### Динамика результатов

Нет данных (предыдущих измерений не было)

### Сегментарный анализ

правая рука			левая рука	
жир	0.5 кг		жир	0.5 кг
нежирные ткани	3.6 кг		нежирные ткани	3.6 кг
корпус			корпус	
жир	4.1 кг	жир	4.1 кг	
нежирные ткани	33.4 кг	нежирные ткани	33.4 кг	
правая нога		баланс	левая нога	
жир	1.2 кг		жир	1.2 кг
нежирные ткани	10.9 кг	нежирные ткани	10.5 кг	

Баланс: +1.0% (жир), +1.0% (нежирные ткани)

### Заключение

Индекс массы тела (21.5), в пределах нормы (20-25).

Содержание жира в вашем теле (10.8%) соответствует норме (8.0%-20.0%). Поступление энергии с продуктами питания соответствует потребностям организма для обеспечения текущей жизнедеятельности. Учитывая возрастное снижение метаболизма, рекомендуем вам увеличить двигательную активность для поддержания / повышения основного обмена. Рекомендуется периодический контроль содержания жира (2-3 раза в год).