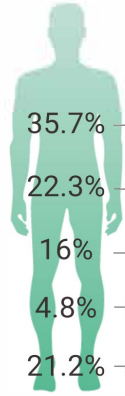


Adı	ID	Yaş	Cinsiyet	Boy	Test Zamanı
-----	----	-----	----------	-----	-------------

*** 20230111153114952 52 Kadın 166.8CM 2023-01-11 15:31:14

Proje	Değer	Vücuttaki su	Kas kütlesi	Yağsız vücut kütlesi	Kilo	Standart
Hücre içi sıvı(L)	22.5	36.6 (32.9~39.8)	46.7 (41.7~51.2)	49.7 (44.4~54.6)	63.1 (51.5~66.5)	18.8~25.7
Hücre dışı sıvı(L)	14.1					10.4~17.2
Protein(KG)	10.1					10.1~12.6
Mineraller(KG)	3.0					2.5~3.2
Yağ(KG)	13.4					13.9~22.1



Kas yağ analizi



Göbek yağı

(L4 ~ L5 omurga)



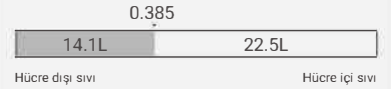
viseral yağ bölgesi
80.0cm²

Genel Derecelendirme

72/100

Kapsamlı değerlendirme, deneğin kas kütlesi, yağ kütlesi, vücut suyu vb. dahil olmak üzere vücut verilerine dayanan kapsamlı bir değerlendirmedir.

Hücre dışı su oranı



Araştırma Projesi

Temel metabolizma hızı	1353.7kcal
Viseral yağ derecesi	8
Vücut suyu/yağ kütlesi	0.7kg/m ²

Beslenme Değerlendirmesi

Protein	<input type="checkbox"/> Düşük	<input checked="" type="checkbox"/> Standart	<input type="checkbox"/> Fazla
Yağ	<input checked="" type="checkbox"/> Düşük	<input type="checkbox"/> Standart	<input type="checkbox"/> Fazla
Mineraller	<input type="checkbox"/> Düşük	<input checked="" type="checkbox"/> Standart	<input type="checkbox"/> Fazla

Tavsiye Edilen Egzersiz

Tavsiye edilen kalori yakımı: 202kcal

Önerilen egzersiz yoğunluğu

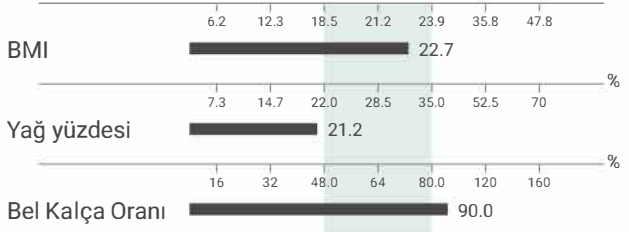
Orta yoğunluk



Biyo-empedans

	RA	LA	TR	RL	LL
100Hz	358	406.2	10.1	271.3	259.3
150Hz	358	406.2	10.1	271.3	259.3
5kHz	358.1	406.3	10.1	271.4	259.4
10kHz	358.5	406.7	10.2	271.8	259.8
50kHz	368.3	416.5	11.4	281.6	269.6

Obezite Analizi



Cilt altı yağ bölgesi
160.0cm²

Kas dengesi ve segmental yağ analizi

tüm vücut	Kas kütlesi 46.7KG (41.7~51.2KG)	vücut yağ kütlesi 13.4KG (13.9~22.1KG)
-----------	-------------------------------------	---



Geçmiş verisi

Kilo(KG)	63.1
Vücuttaki su(KG)	36.6
Yağ yüzdesi(%)	21.2
2023-01-11 15:31:14	