



FMS Elevprofil vikt

namn

klass

datum

muskler / fett

handled

+

=

x

knäled

+

=

produkt

=

längd

cm

skelettvikt

kg

vikt

kg

ö vikt

☐

u vikt

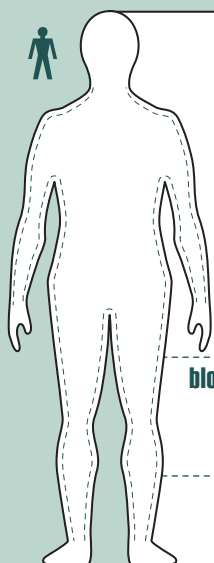
☐

normal

☐

man max / min

kvinna max / min

**fett, muskler,**
(max = 4 x S)

kg

(min = 3 x S)

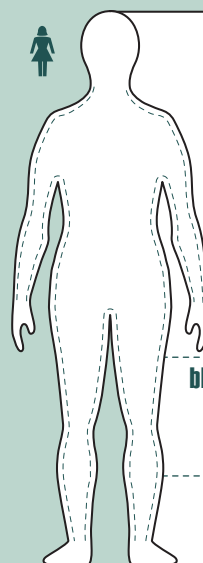
kg

blod, organ, hud, övr
(1,5 x S)

kg

skelett = (S)

kg

**fett, muskler,**
(max = 4,75 x S)

kg

(min = 3,5 x S)

kg

blod, organ, hud, övr
(1,5 x S)

kg

skelett = (S)

kg

rekommenderad vikt



kg

kg

värderad muskeltvikt: högre lägre korrekt

☐☐☐

kg

kg