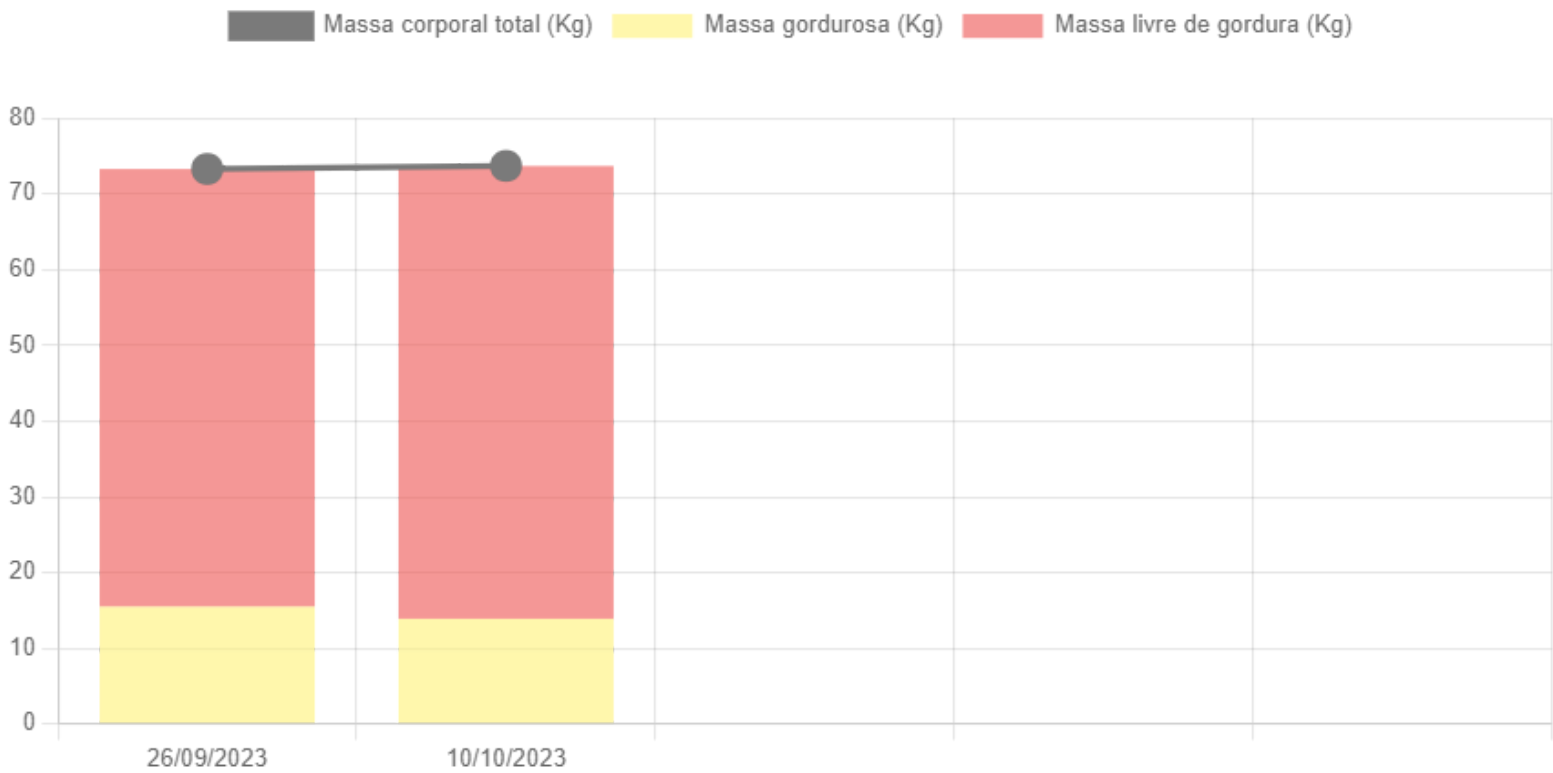




Nome: Robert Gray Coachman

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	26/09/2023	10/10/2023	-	-	-
Peso atual (Kg)	73.3	73.7 ↑ (+0.4)	-	-	-
Altura atual (cm)	173	173	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	24.5	24.6 ↑ (+0.1)	-	-	-
Classificação do IMC	Peso adequado	Peso adequado	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.87	-	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	29.3	-	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	-	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	21.1	18.9 ↓ (-2.2)	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	15.5	13.9 ↓ (-1.6)	-	-	-
Massa residual (Kg)	17.7	17.8 ↑ (+0.1)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	57.8	59.8 ↑ (+2)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	111	94 ↓ (-17)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.05	1.055 ↑ (+0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	7	6 ↓ (-1)	-	-	-
-----------------------	---	----------	---	---	---

Dobra Abdominal (mm)	26	21 ↓ (-5)	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	22	20 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	12	11 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	15	14 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	18	11 ↓ (-7)	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	11	11	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	95	-	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	116	-	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	83	-	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	95	-	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	88.5	-	-	-	-