

ID	身高	年龄	性别	测试日期/时间
251106-4 (王杰英)	155cm	59	女性	2025.11.11. 11:15

## 人体成分分析

人体中含水总量	身体总水分	(L)	26.5 ( 25.7~31.4 )
形成肌肉的	蛋白质	(kg)	7.1 ( 6.9~8.4 )
使骨骼更强壮的	无机盐	(kg)	2.56 ( 2.38~2.91 )
储存剩余能量的	体脂肪	(kg)	24.8 ( 10.1~16.1 )
以上所述的总和	体重	(kg)	60.9 ( 42.9~58.0 )

## 肌肉脂肪分析

	低标准	标准	超标准
体重 (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	60.9	
骨骼肌 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	19.4	
体脂肪 (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	24.8	

## 肥胖分析

	低标准	标准	超标准
身体质量指数 (kg/m <sup>2</sup> )	10.0 15.0 18.5 21.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	25.3	
体脂百分比 (%)	8.0 13.0 18.0 23.0 28.0 33.0 38.0 43.0 48.0 53.0 58.0	40.7	

## 肌肉均衡

1.66kg	1.77kg
96.4%	102.4%
标准	标准
16.4kg	
87.0%	
低标准	
5.32kg	5.40kg
82.3%	83.6%
低标准	低标准

## 节段脂肪分析

1.9kg	1.8kg
226.4%	218.3%
超标准	超标准
12.5kg	
262.7%	
超标准	
3.7kg	3.7kg
171.5%	172.5%
超标准	超标准

\* 节段脂肪分析为估算值

## 人体成分测试历史记录

体重 (kg)	60.9				
骨骼肌 (kg)	19.4				
体脂百分比 (%)	40.7				
最近	25.11.11. 11:15				

## InBody 评分

64/100 分

\* 总得分反应身体成分的评估值。  
肌肉发达的人得分可能超过100分。

## 体重控制

目标体重	50.5 kg
体重控制	- 10.4 kg
脂肪控制	- 13.2 kg
肌肉控制	+ 2.8 kg

## 研究项目

基础代谢率	1150 kcal ( 1281~1484 )
腰臀比	0.89 ( 0.75~0.85 )
内脏脂肪等级	13 ( 1~9 )
肥胖度	121 % ( 90~110 )

## 结果解析

## 人体成分分析

体重是身体总水分、蛋白质、无机盐和体脂肪的总和。维持身体营养均衡，保持健康状态。

## 肌肉脂肪分析

比较骨骼肌含量横条和体脂肪含量横条的长度。骨骼肌含量横条比体脂肪含量横条的长度越长，身体越强壮。

## 肥胖分析

身体质量指数：是采用身高和体重来判断肥胖的指数。

体脂百分比：是体脂肪量与体重的百分比。

## 肌肉均衡分析

评估体内各个部位的肌肉含量是否足够。与理想的肌肉量相做比较。

## 节段脂肪分析

评估体内各个部位的脂肪含量是否足够。各部位脂肪量与理想状态的比较。

## 结果解析 QR 代码

扫描 QR 代码，查看  
结果解析的详细信息。

## 生物电阻抗

	右上肢	左上肢	躯干	右下肢	左下肢
Z0 (kΩ)	382.8	405.9	31.8	279.9	287.3
阻抗 (kΩ)	348.6	373.8	29.2	250.2	257.4