

ID	身高	年龄	性别	测试日期/时间
251121-57 (于志然)	172cm	24	男性	2025.11.13. 09:19

人体成分分析

人体中含水总量	身体总水分	(L)	38.9 (36.6~44.7)
形成肌肉的	蛋白质	(kg)	10.6 (9.8~12.0)
使骨骼更强壮的	无机盐	(kg)	3.50 (3.39~4.14)
储存剩余能量的	体脂肪	(kg)	26.6 (7.8~15.6)
以上所述的总和	体重	(kg)	79.7 (55.3~74.8)

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 %	79.7	
骨骼肌 (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	30.0	
体脂肪 (kg)	40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 260 280 300 320 340 360 380 400 420 440 460 480 500 520 %	26.6	

肥胖分析

	低标准	标准	超标准
身体质量指数 (kg/m ²)	10.0 15.0 18.5 22.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0 55.0	26.9	
体脂百分比 (%)	0.0 5.0 10.0 15.0 20.0 25.0 30.0 35.0 40.0 45.0 50.0	33.4	

肌肉均衡

3.26kg	3.16kg
105.2%	101.8%
标准	标准
26.0kg	
100.6%	
标准	
8.30kg	8.46kg
87.7%	89.4%
低标准	低标准

节段脂肪分析

1.8kg	1.8kg
306.2%	315.4%
超标准	超标准
14.7kg	
357.9%	
超标准	
3.5kg	3.5kg
205.9%	207.7%
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)	79.7								
骨骼肌 (kg)	30.0								
体脂百分比 (%)	33.4								
最近	25.11.13. 09:19								

InBody 评分

60/100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	65.1 kg
体重控制	- 14.6 kg
脂肪控制	- 16.9 kg
肌肉控制	+ 2.3 kg

研究项目

基础代谢率	1516 kcal (1686~1979)
腰臀比	0.96 (0.80~0.90)
内脏脂肪等级	12 (1~9)
肥胖度	122 % (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
Z44)	324.5	314.7	33.2	292.6	306.3
(00) : Tr	285.3	276.4	28.8	254.4	266.7