

ID: 72039420

성명: 조세훈

측정일자: 2018-06-22 09:59:00

신장: 174.0 cm 체중: 56.9 kg 연령: 32 세 성별: 남자

X-CONTACT 3575

체성분분석



체성분측정결과

	이 하	적 정	이 상
체 중 kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 (%)	56.9	
체지방량지수 kg/m ²	14.50 12.50 15.50 20.75 25.00 25.50 30.00 33.00 (kg/m ²)	18.8	
체 지방량 %	10.0 12.5 15.0 17.5 20.0 25.0 30.0 35.0 40.0 (%)	14.1	
근 육 량 kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 (%)	45.6 (68%)	
골 격 근 kg	70 80 90 100 110 120 130 140 150 (%)	27.3	

복부비만

	미하	균형	경계	내장비만	고도내장비만
내장지방레벨	1 5 9 11 16	6			
내장지방면적 (VFA[cm ²])	50 100	50			
복부비만율	0.75 0.90	0.77			
복부둘레	75.7cm (적정 90cm 미만)				

부위별근육량

	부 족	적 정	발 달
왼 팔 kg	3.06	105%	
오른 팔 kg	3.03	104%	
왼 다리 kg	7.92	99%	
오른다리 kg	8.07	101%	
몸 통 kg	23.53	108%	

누적그래프

체 지방량 %	14.1
근 육 량 kg	45.6
체 중 kg	56.9
세포외수분비	0.363

본 측정 결과는 측정 전 체중, 임피던스와 입력된 신장, 나이, 성별을 이용해 계산된 결과입니다.
*118

체형판정



조절가이드

체지방량: 8.0 Kg [-2.0]

근육량: 45.6 Kg [-3.8]

체중: 56.9 Kg [-9.7]

부위별체지방량

왼 팔: 0.49 Kg [0.52~0.70] 이하

오른 팔: 0.49 Kg [0.52~0.70] 이하

왼 다리: 1.46 Kg [1.42~1.90] 적정

오른다리: 1.44 Kg [1.42~1.90] 적정

몸 통: 4.12 Kg [4.14~5.53] 이하

균형평가

상-하 ☒ 균형 ☐ 불균형좌-우 ☒ 균형 ☐ 불균형

세포외수분비 (0.363)

☒ 적정 ☐ 경계 ☐ 이상

부위별 세포외수분비

왼 팔: 0.374 [0.346~0.404] 적정

오른 팔: 0.379 [0.346~0.404] 적정

왼 다리: 0.358 [0.346~0.404] 적정

오른다리: 0.356 [0.346~0.404] 적정

몸 통: 0.366 [0.346~0.404] 적정

세포량: 34.4 Kg [35.0 ~ 40.8]

기초대사량: 1401 Kcal 1일필요열량: 2158 Kcal

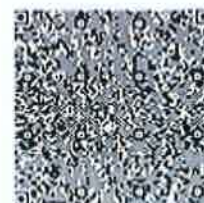
신체연령: 30 세

종합평점: 86 / 100

연구항목

Impedance (539Ω)

Freq.	5K	50K	250K	550K
RA.Imp	338	294	213	224
LA.Imp	350	289	209	214
Trunk	43	37	26	27
RL.Imp	245	209	154	162
LL.Imp	254	214	152	155

최고혈압 mmHg/ 최저혈압 mmHg
맥박 bpm

웹사이트에서 결과를
확인하려면, 좌측의
QR코드를 스마트폰으로
인식하십시오.