



ورود





نام:

جنسیت:

سن:

ملیت:

شهر:

ایمیل:

تلفن:

ثبت



تست ۱ از ۱۲



قد شما (سانتی متر) :

بعدی





تست ۲ از ۱۲



وزن شما (کیلوگرم) :

بعدی





تست ۳ از ۱۲



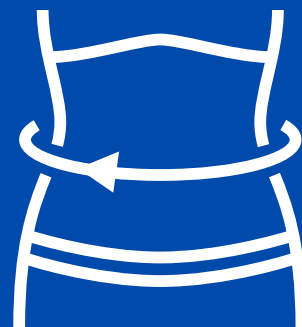
طول دور گردن (سانتی‌متر) :

بعدی





تست ۴ از ۱۲



طول دور کمر (سانتی‌متر) :

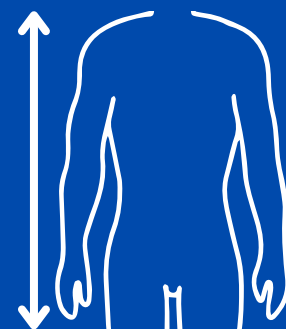
بعدی



22%



تست ۵ از ۱۲



طول دست (سانتی‌متر) :

بعدي





تست ۶ از ۱۲



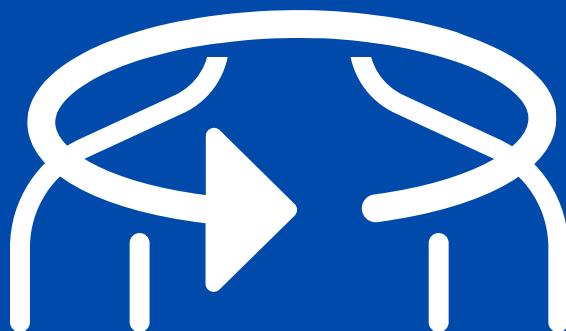
طول پا (سانتی‌متر) :

بعدی





تست ۷ از ۱۲



طول دور شانه (سانتی‌متر) :

بعدی





تست ۸ از ۱۲



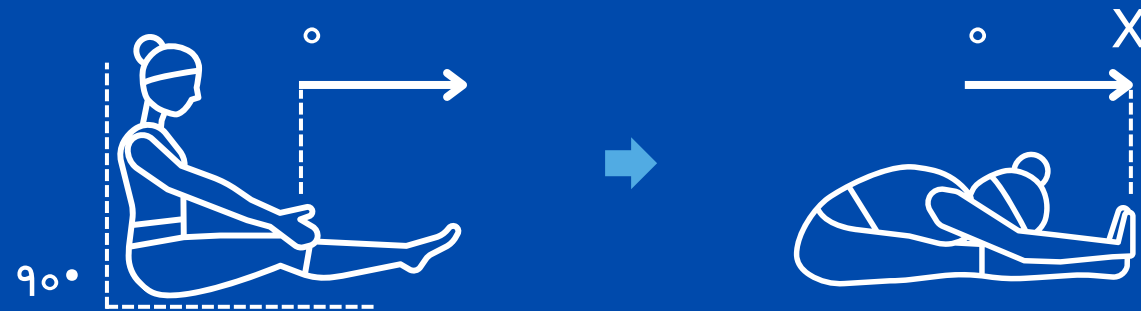
فاصله دو دست باز از پهلو (سانتی‌متر) :

بعدی





تست ۹ از ۱۲



انعطاف پشت پا و کمر (سانتی‌متر) :

بعدی





تست ۱۰ از ۱۲



انعطاف شانه (سانتی‌متر) :

بعدی





تست ۱۱ از ۱۲



طول انگشت ۲ (سانتی‌متر) :

طول انگشت ۴ (سانتی‌متر) :

بعدي





تست ۱۲ از ۱۲



۳۰ ثانیه پرش جفت

۳۰ ثانیه استراحت

۲۰ ثانیه پرش جفت

۳۰ ثانیه استراحت

۱۰ ثانیه پرش جفت

ثبت





نتیجه

درصد چربی:

۱۷%



0%

ورزش ۱

-۱



0%

ورزش ۲

-۲



0%

ورزش ۳

-۳



0%

ورزش ۴

-۴



0%

ورزش ۵

-۵

رزرو وقت مشاوره



100%