



Viktprognos



ENERGI



KOST



TRÄNING



RESULTAT



HÄLSA



PRODUKTER

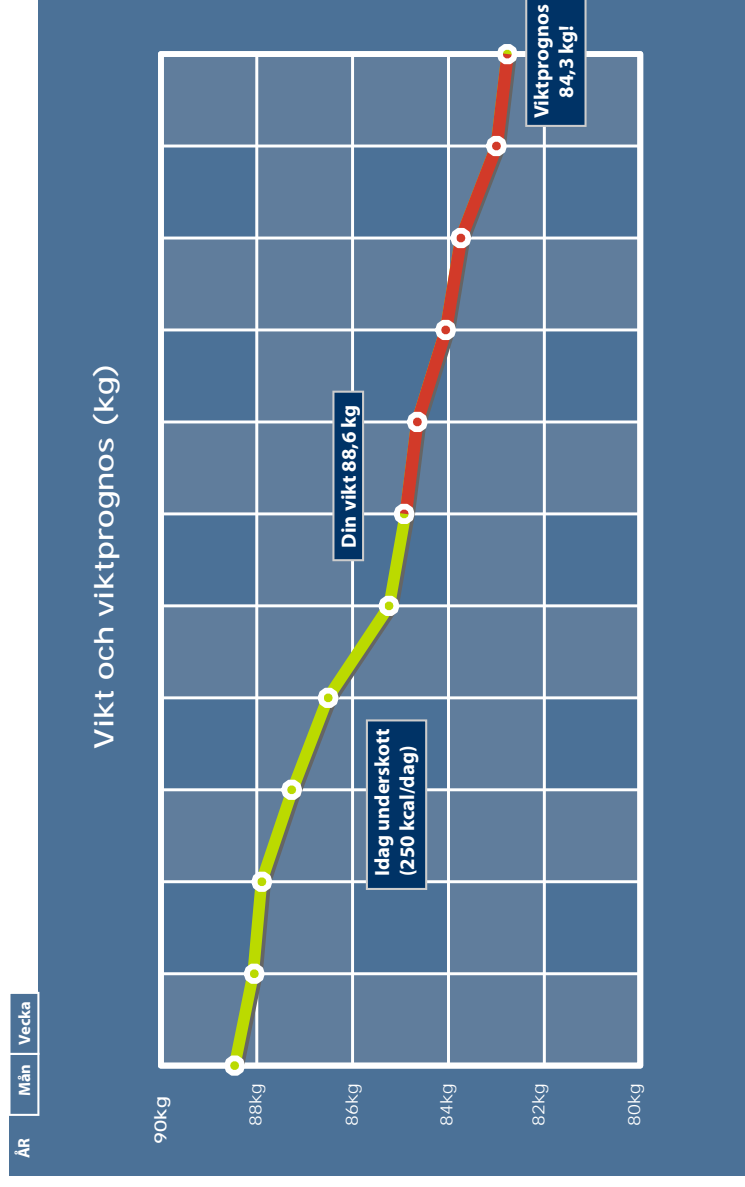
## Resultat och Prognos

Denna sida visar resultatet av din viktninskning samt en prognos för din framtida vikt om du fortsätter din diet med ett underskott/överskott enligt så som du för närvarande äter och tränar.

Ditt underskott är idag i snitt **250 kcal/dag** under året.

Du går ner i vikt och kommer i slutet av året väga **82,6 kg**.

Du når din ideelvikt (77kg) om precis **1,1 år**.



Egna datum:

2009-09-09

2009-09-09

Uppdatera