

ID	Größe	Alter	Geschl	Datum / Uhrzeit
			Männlich	

Körperzusammensetzungsanalyse

	Werte	Gesamtkörperwasser	Weiche Magermasse	Fettfreie Masse	Gewicht
Gesamtkörperwasser (L)	52,7 (41,0~50,0)	52,7	67,9 (52,7~64,3)	72,0 (55,7~68,1)	95,8 (62,0~83,8)
Proteine (kg)	14,3 (11,0~13,4)				
Mineralien (kg)	4,97 (3,79~4,63)	In Lösung			
Körperfettmasse (kg)	23,8 (8,8~17,5)				

Muskel-Fett-Analyse

		Unter			Normal		Über						
Gewicht	(kg)	55	70	85	100	115	130	145	160	175	190	205	%
													
SMM	(kg)	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	%
Skelettmuskelmasse													
Körperfettmasse	(kg)	40	60	80	100	160	220	280	340	400	460	520	%
													

Fettleibigkeitsanalyse

	Unter	Normal	Über
BMI (kg/m ²) Körper-Masse-Index	10,0 15,0 18,5 22,0 25,0 30,0 35,0 40,0 45,0 50,0 55,0	28,9	
Körperfett (%)	0,0 5,0 10,0 15,0 20,0 25,0 30,0 35,0 40,0 45,0 50,0	24,8	

Segmentale Mageranalyse

		Unter			Normal		Über						EZW/GKW
Rechter Arm	(kg)	55	70	85	100	115	130	145	160	175	%	0,370	
	(%)												
		107,5											
Linker Arm	(kg)	55	70	85	100	115	130	145	160	175	%	0,373	
	(%)												
		109,3											
Rumpf	(kg)	70	80	90	100	110	120	130	140	150	%	0,369	
	(%)												
		103,9											
Rechtes Bein	(kg)	70	80	90	100	110	120	130	140	150	%	0,366	
	(%)												
		111,12											
Linkes Bein	(kg)	70	80	90	100	110	120	130	140	150	%	0,372	
	(%)												
		108,7											

Körperwasseranalyse

	Unter	Normal	Über
EZW/GKW-Verhältnis	0,320 0,340 0,360	0,380 0,390 0,400 0,410 0,420 0,430 0,440 0,450	

0,370

Veränderung der Körperzusammensetzung

Gewicht	(kg)	95,8
SMM Skelettmuskelmasse	(kg)	41,3
Körperfett	(%)	24,8
EZW/GKW-Verhältnis		0,370

☒ Neueste
 ☐ Gesamt
 04.09.25.
08:46

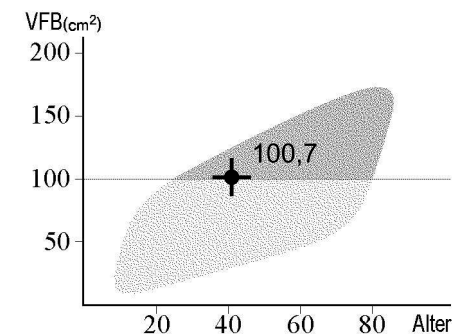
Neueste Gesamt 04.09.25.
08:46

Fitnessbewertung

79/100 Punkte

* Die Punktzahl bewertet die Körperzusammensetzung.
Eine muskulöse Person kann über 100 Punkte erhalten.

Viszeraler Fettbereich



Gewichtsempfehlung

Zielgewicht 84,8 kg

Gesamt +/- - 11,0 kg

Davon Fett - 11,0 kg

Davon Muskeln 0,0 kg

Ausgeglichenheit des Körperbaus

Ober ☒ Balanciert ☐ Leicht ☐ Sehr

Unter ☒ Belastet ☐ Leicht ☐ Sehr

Stärke: ☒ Balanciert ☐ unbalanciert ☐ unbalanciert

Segmentale Fettanalyse



Zusätzliche Daten

Intrazelluläres Wasser	33,2 L	(25,4~31,0)
------------------------	--------	---------------

Extrazelluläres Wasser 19.5 L (15.6~19.0)

Grundumsatz 1926 kcal (1953~2305)

Taille-Hüfte-Verhältnis	0.93	(0.80~0.90)
-------------------------	------	---------------

Körperzellmasse	47.5 kg	(36.4~44.4)
-----------------	---------	-------------

Körperzellmasse	17,8 kg
Skelettmuskel-Index	9,3 kg/m ²

Empfehlene Kalorienaufnahme 2553 kcal

Phasenwinkel

 $\phi(^{\circ})$ 50 kHz | 6.8°

Impedanzen

		RA	LA	RU	RL	LL
$\mathbf{Z}(\Omega)$	1 kHz	331,4	320,9	27,1	258,8	242,3
	5 kHz	317,2	308,2	26,1	258,8	242,3
	50 kHz	273,3	267,3	22,2	219,9	207,7
	250 kHz	242,0	237,4	18,5	193,4	183,9
	500 kHz	233,3	228,3	17,5	187,3	178,4
	1000 kHz	227,8	222,1	17,2	182,6	174,4