

ID ftm_001 (Márin Kubec)	Výška 186cm	Věk 38 (28.05.1986.)	Pohlaví Muž	Datum / Čas Testu 01.01.2025. 14:36
--------------------------------	----------------	----------------------------	----------------	--

Analýza Složení Těla

	Hodnoty	Celková Tělesná Voda	Měkká Svalová Hmotnost	Hmotnost Bez Tuku	Hmotnost
Celková Tělesná Voda (L)	61,2 (42,8~52,4)	61,2	79,0 (55,0~67,2)	84,0 (58,2~71,2)	100,0 (64,7~87,5)
Bílkovina (kg)	16,8 (11,4~14,0)				
Minerály (kg)	6,01 (3,96~4,84)	nekostní			
Množství Tělesného Tuku (kg)	16,0 (9,1~18,3)				

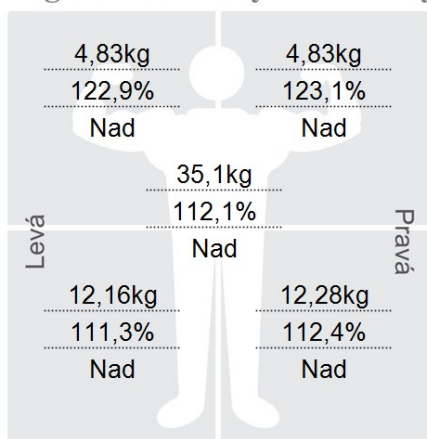
Analýza Sval-Tuk

	Pod	Normální	Nad
Hmotnost (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %		100,0
Hmotnost Kosterních Svalů (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %		48,5
Množství Tělesného Tuku (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %		16,0

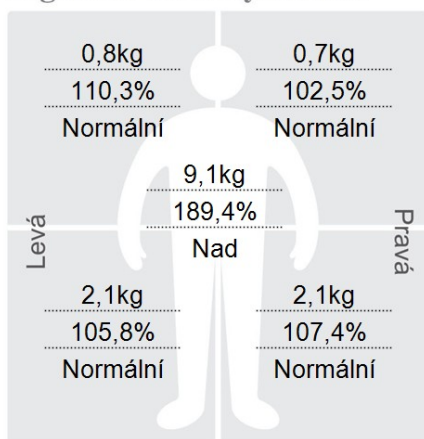
Analýza Obezity

	Pod	Normální	Nad
BMI (kg/m ²) Index Tělesné Hmotnosti	10,0 15,0 18,5 22,0 25,0 30,0 35,0 40,0 45,0 50,0 55,0		28,9
Procento tělesného tuku (%)	0,0 5,0 10,0 15,0 20,0 25,0 30,0 35,0 40,0 45,0 50,0		16,0

Segmentální Analýza Svaloviny



Segmentová Analýza Tuku



* Segmentální tuk je odhadovaný.

Historie Složení Těla

	07.12.24. 10:10	09.12.24. 08:15	09.12.24. 09:53	11.12.24. 21:01	11.12.24. 21:08	12.12.24. 07:13	16.12.24. 08:55	01.01.25. 14:36
Hmotnost (kg)	96,1	95,0	95,6	97,9	97,3	96,7	96,6	100,0
Hmotnost Kosterních Svalů (kg)	45,8	44,6	46,5	47,8	47,6	46,2	46,1	48,5
Procento tělesného tuku (%)	17,6	19,1	16,0	15,2	14,9	17,1	17,6	16,0

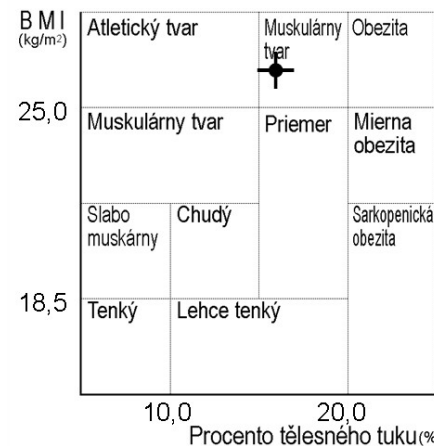
Předchozí Celkem

Výsledek InBody

98/100 Bodů

* Celkový výsledek, který odráží zhodnocení složení těla. Svalnatá osoba může mít výsledek nad 100 bodů.

Tělesný typ



Kontrola Hmotnosti

Cílová Hmotnost	98,8 kg
Kontrola Hmotnosti	- 1,2 kg
Kontrola Tuku	- 1,2 kg
Kontrola Svalová	0,0 kg

Parametry prohledávání

Bazální Metabolická Míra	2184 kcal	(2022~2390)
Poměr Obvodu Pasu a Hýždí	0,85	(0,80~0,90)
Uroveň útrobního tuku	7	(1~9)
Stupeň Obezity	131 %	(90~110)
Obsah minerálu v kostech	4,98 kg	(3,26~3,98)
Doporučený kalorický příjem	3180 kcal	

Výdej kalorií při cvičení

Golf	176	Házená	190
Chůze	200	Jóga	200
Badminton	226	Stolní tenis	226
Tenis	300	Jízda na kole	300
Box	300	Basketbal	300
Horolezectví	326	Skákání přes švihadlo	350
Aerobik	350	Běh	350
Fotbal	350	Plavání	350
Japonský šerm	500	Racquetball	500
Squash	500	Taekwondo	500

* Podle Vaší aktuální hmotnosti
* Podle 30 minutového průběhu

Impedance

	PP	LP	TR	PN	LN
Z(Ω) 5 kHz	291,1	285,8	19,6	241,9	245,3
50 kHz	247,7	247,0	16,0	202,9	205,3
250 kHz	219,2	222,6	12,9	178,5	180,9