

Vervolgmeting voor Caroline V L

Tinne Willems, groepspraktijk De Torekens ,Olv Waver, 0476/308.423
Roggemansstraat 1, 2820 Bonheiden
Damstraat 186, 1980 Zemst

Meetwaarden en resultaten (Meetdatum: 18/06/2020, 20:10:26, Meting nr. 4)

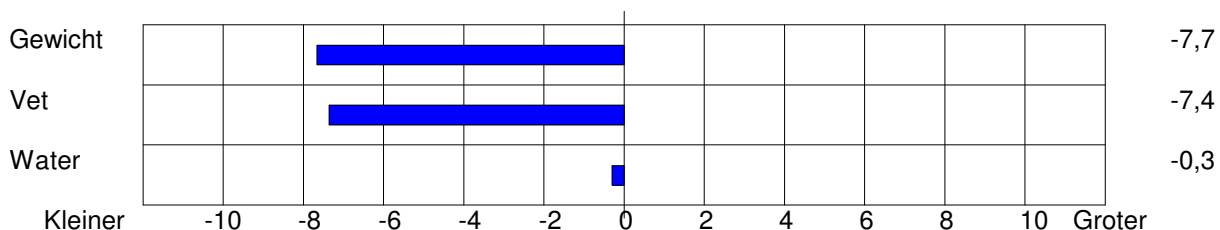
Leeftijd:	37	Resistance:	659
Lengte:	1,60 m	Reactance:/Controlegetal:	61/479
Gewicht:	48,4 kg	Hand-/Voetweerstand:	144/141
Geslacht:	Vrouwelijk	Fasehoek:	5,3

	Eerste meting (6/03/2020)	Actuele meting (18/06/2020)	Relatief optimum (ideale waarden)
Vet massa	28,6 Liter	28,3 Liter	25,1 - 38,0 Liter
Magere massa	17,1 kg	9,7 - 9,3 kg	9,5 - 14,3 kg
	39,0 kg	38,7 - 39,1 kg	34,3 - 51,9 kg
	20,1 kg	20,0 kg	16,1 - 24,4 kg
Body Cell Mass BCM	18,9 kg	18,7 kg	18,2 - 27,5 kg
ECM/BCM index	1,06	1,07	< 0,90
% celaandeel	48,5%	48,3%	50,0 - 56,0 %
Body Mass Index BMI	21,9	18,9	19,0 - 25,0
Bas. Stofwisseling kcal	1210	1210	
META-index	31,3	34,9	18,0 - 30,0
KAPA-index	2,92	3,23	2,20 - 3,60

Steeds geldt: Vetmassa + Magere Massa = Lichaamsgewicht

Totale verschil in gewicht -7,7 kg

Verschillen ten opzichte van de eerste analyse



Een Balansmaaltijd moet bevatten: 520 kcal , waarvan 60 - 65g Koolhydraten, 15-20g Eiwit en tot 20g Vet