

Ratingul fizic



Physique Rating

Odată cu creșterea activității fizice, greutatea nu se modifică semnificativ dar raportul dintre țesutul gras și țesutul muscular se poate schimba ceea ce va determina schimbarea ratingului fizic.

Aparatele de analiză corporală Tanita oferă utilizatorului posibilitatea de a monitoriza ratingul fizic odată cu efectuarea unui program de fitness sau program medical.

Potrivit raportului dintre țesutul adipos și țesutul muscular, analizoarele Tanita va evalua fizicul dumneavoastră în următoarele 9 categorii :

NR	EXPLICAȚIA CATEGORIEI
1	Procent de grăsime ridicat cu masă musculară redusă Această persoană pare că are un corp sănătos bazat pe aparența fizică dar are procent ridicat de țesut adipos și procent redus de masă musculară
2	Procent de grăsime ridicat cu masă musculară medie Această persoană are un procent crescut de grăsime cu un nivel moderat de masă musculară.
3	Procent de grăsime ridicat cu masă musculară mare Această persoană are atât procentul de grăsime ridicat cât și nivel crescut de masă musculară.
4	Procent mediu de grăsime cu masă musculară redusă Această persoană are un procent mediu de grăsime și un nivel mai mic decât media de țesut muscular.
5	Procent mediu de grăsime cu masă musculară medie Această persoană are valori medii atât pentru grăsime cât și pentru mușchi.
6	Procent mediu de grăsime cu masă musculară mare Această persoană are un nivel mediu de țesut adipos dar cu un nivel de masă musculară peste medie.
7	Procent scăzut de grăsime & Procent scăzut de mușchi Această persoană are atât masa grăsoasă cât și masa musculară redusă sub nivelurile normale.
8	Slab & Musculos (Atlet) Această persoană are procent scăzut de grăsime dar cu masă musculară adecvată.
9	Foarte Musculos (Atlet) Această persoană are procent foarte scăzut de grăsime dar cu masă musculară peste medie.