

体組成・体力測定表

年 月 日 曜日

名前： M . F

年齢: 歳 身長: cm

腹囲: cm / 臀囲: cm : W/H

体重: kg 基礎代謝: kcal

筋肉率: % 体脂肪率: %

BMI(体格指数): 肥満度()

内臓脂肪レベル: 身体年齢:

握力: 右 kg 左 kg

大腰筋テスト: 秒 歳代

エルゴメータ体力: /10 ボルグ係数:

酸素飽和濃度: % (<90%)

肺年齢: 歳 骨年齢: 歳

(開・閉)眼(左・右)片足立ち: 分 秒()