

# Honza Tůma

LEDEN 2019



KVĚTEN 2020

Váha ————— 94,3 kg  
Svalovina ————— 74,6 %  
Tuk ————— 22,1 %  
Kosti ————— 3,3 %

### Obvody

Hrudník ————— 107 cm  
Pas ————— 87 cm  
Boky ————— 100 cm  
Stehno ————— 66 cm  
Σ ————— 360 cm

### Kožní řasy

Horní záda ————— 21 mm  
Spodní záda ————— 22 mm  
Prso ————— 18 mm  
Pupek ————— 30 mm  
Stehno ————— 25 mm  
Lýtka ————— 20 mm  
Biceps ————— 8 mm  
Triceps ————— 19 mm  
Σ ————— 163 mm

Biologický věk ————— 30 let  
Metabolický věk ————— 33 let

Váha ————— 70,8 kg  
Svalovina ————— 85,5 %  
Tuk ————— 10,0 %  
Kosti ————— 4,5 %

### Obvody

Hrudník ————— 102 cm  
Pas ————— 74 cm  
Boky ————— 87 cm  
Stehno ————— 55 cm  
Σ ————— 318 cm

### Kožní řasy

Horní záda ————— 10 mm  
Spodní záda ————— 12 mm  
Prso ————— 5 mm  
Pupek ————— 6 mm  
Stehno ————— 9 mm  
Lýtka ————— 7 mm  
Biceps ————— 3 mm  
Triceps ————— 7 mm  
Σ ————— 59 mm

Biologický věk ————— 32 let  
Metabolický věk ————— 17 let

-23,5 kg

Hodnoty byly naměřeny diagnostickým přístrojem InBody

