

ficha antropométrica

Nicole Lopez Arate
Normal superior
Ficha:

$$\text{IMC: } \frac{53}{2,56} = 20,7$$

Peso: 53

altura: 1.60

Perímetro de cintura: 73_{Normal} largo 19

IMC (índice de masa corporal):

Porcentaje grasa:

Elementos de medición

1) Caliper: medir grasa

2) cinta métrica: perímetro de cintura

3) Balanza: peso

4) tallímetro: estatura

Pruebas físicas

- Test de Cooper (12 min)

- Test fuerza abdominal (1 min)

PLIEGUES DE GRASA:

SUBSCAPULAR: 19

TRICIPITAL 16

ABDOMINAL: 17

SUPRAILÍACO 11

MUSLO 9

PANTORRILLA: 8

TOTAL 80

PORCENTAJE DE GRASA: 15,9

