



Vital Navigation - Analyse, Beratung, Training!

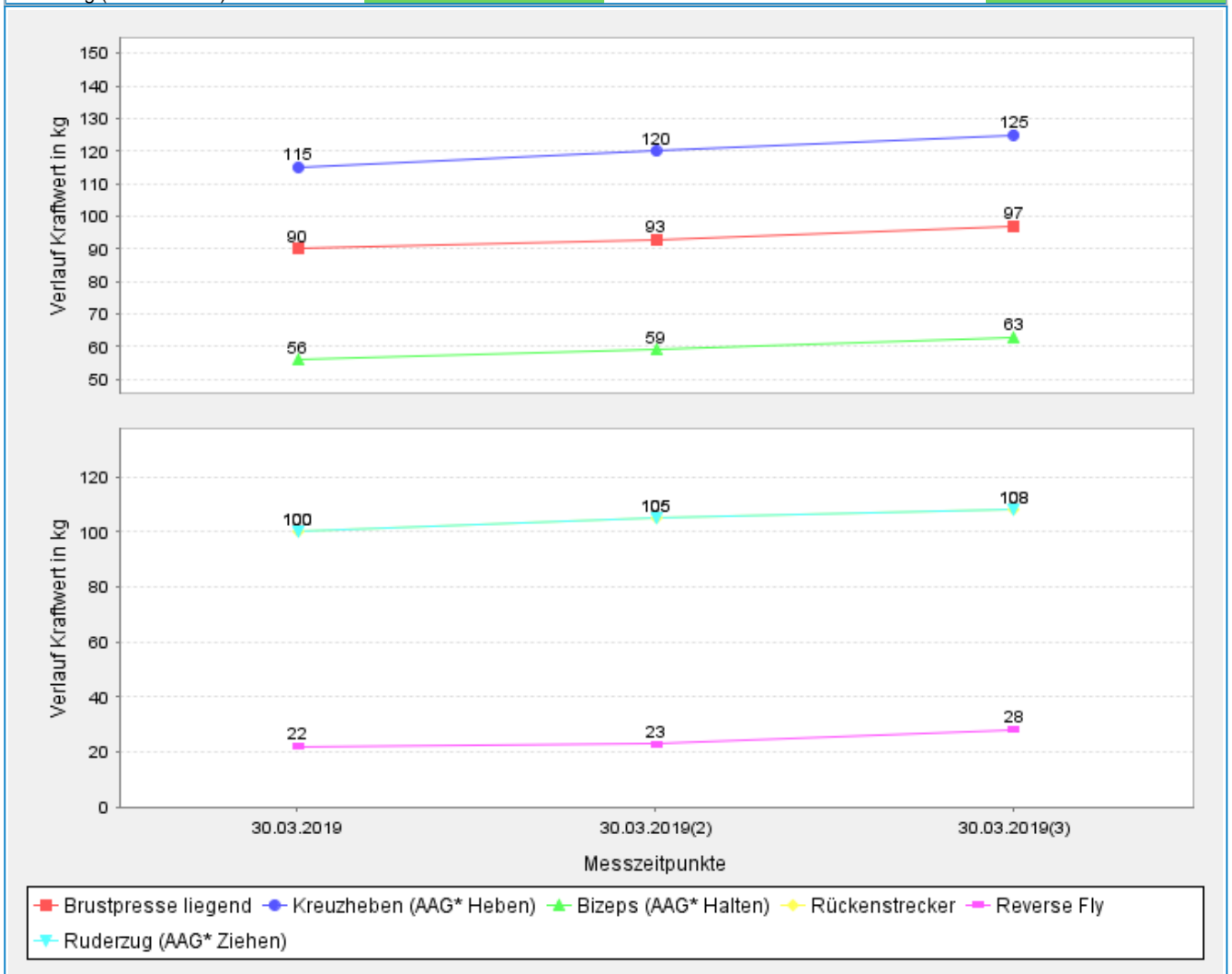
by GLEICHFIT.de

VITALVERLAUF

PERSÖNLICHE ANGABEN

Name:	Mustermann, UWE	Alter:	41 Jahre
Geschlecht:	männlich	Größe:	177 cm
Datum:	30.03.2019 13:12	Gewicht:	80 kg

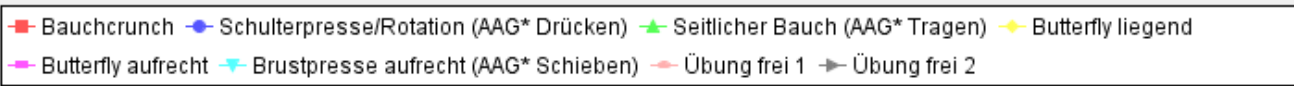
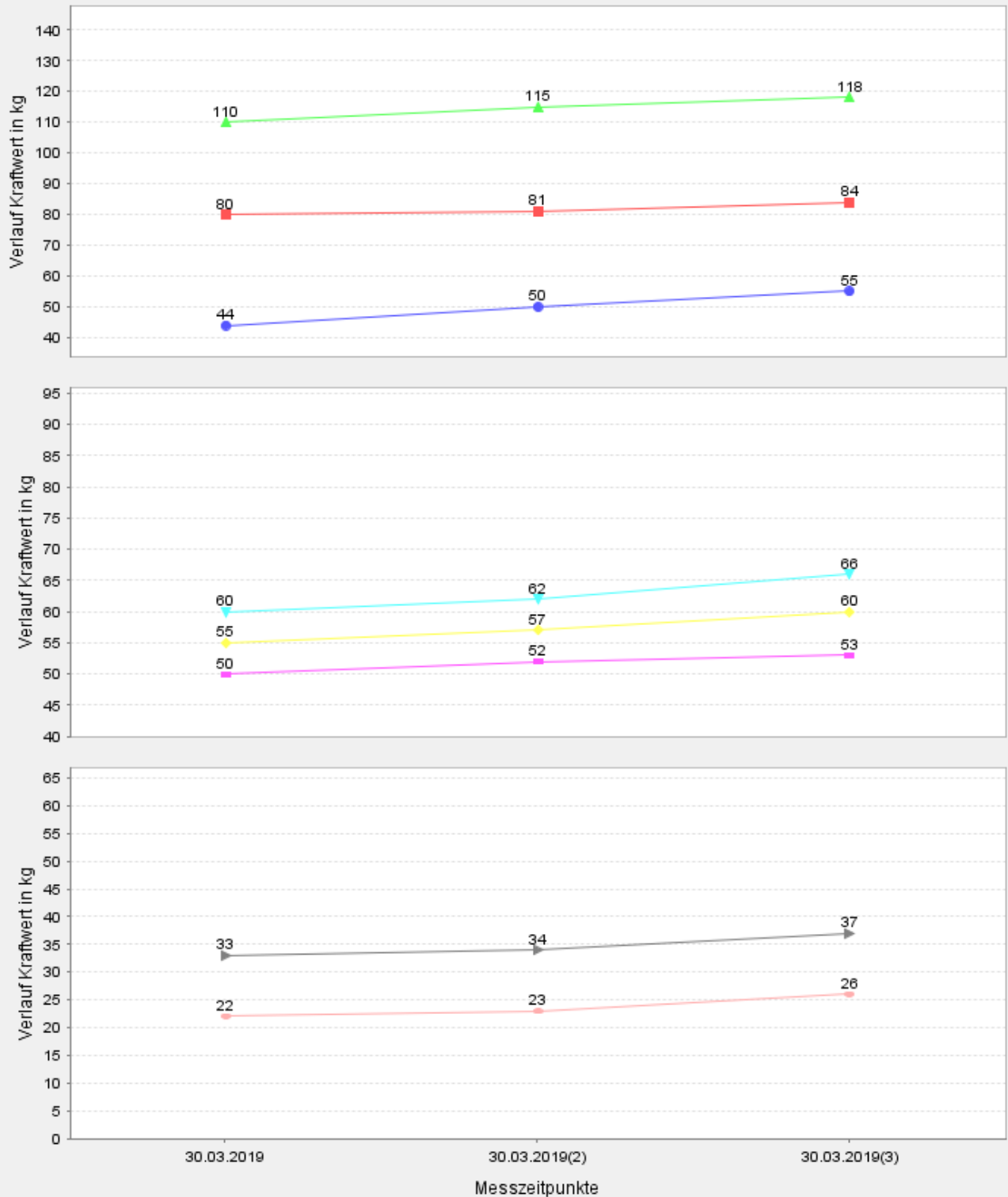
Entwicklung ihrer Kraftwerte (Alltagsanwendung AAG* in Klammern)			
PARAMETER	AKTUELLER MESSWERT	VERÄNDERUNG ZUR LETZTEN MESSUNG	GESAMTDURCHSCHNITT
Brustpresse liegend	97.0	+4.0	93.3
Kreuzheben (AAG* Heben)	125.0	+5.0	120.0
Bizeps (AAG* Halten)	63.0	+4.0	59.3
Rückenstrecker	108.0	+3.0	104.3
Reverse Fly	28.0	+5.0	24.3
Ruderzug (AAG* Ziehen)	108.0	+3.0	104.3



Hinweis: Dieses Protokoll ist keine gesundheitliche Diagnose. Das kann nur der Arzt! Bei bestimmten Medikamenten wie z.B. Blutdrucksenkern, Antidepressiva oder Medikamenten bei Schilddrüsenüber- bzw. Unterfunktion kann es zu Fehlinterpretationen kommen. Das Messprotokoll gibt nur allgemeine Anregungen! Kinder und Menschen ab ca. 70 Jahren müssen separat betrachtet werden!

Entwicklung ihrer Kraftwerte (Alltagsanwendung AAG* in Klammern)

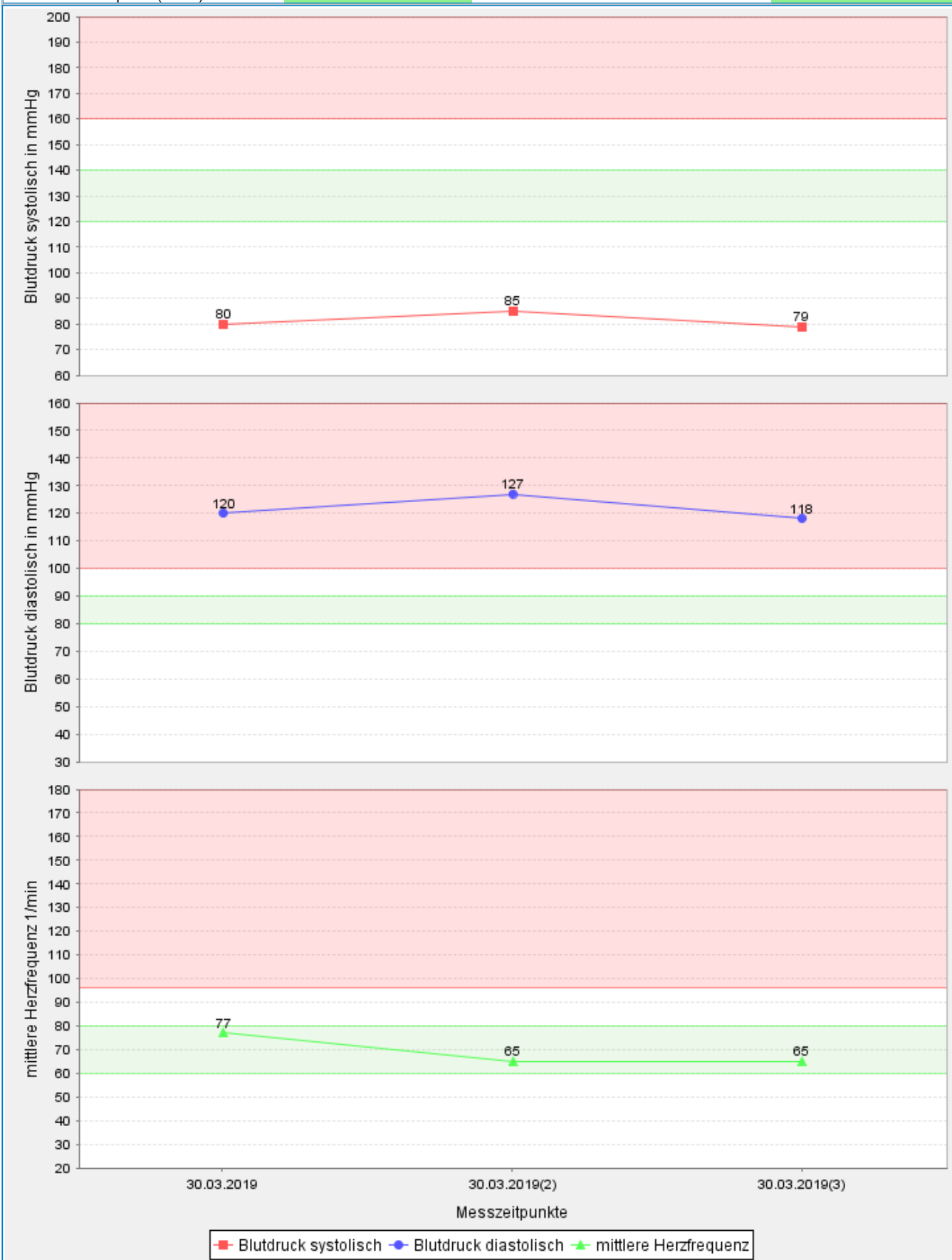
PARAMETER	AKTUELLER MESSWERT	VERÄNDERUNG ZUR LETZTEN MESSUNG	GESAMTDURCHSCHNITT
Bauchcrunch	84.0	+3.0	81.7
Seitlicher Bauch (AAG* Tragen)	118.0	+3.0	114.3
Schulterpresse/Rotation (AAG* Drücken)	55.0	+5.0	49.7
Butterfly liegend	60.0	+3.0	57.3
Brustpresse aufrecht (AAG* Schieben)	66.0	+4.0	62.7
Butterfly aufrecht	53.0	+1.0	51.7
Übung frei 1	26.0	+3.0	23.7
Übung frei 2	37.0	+3.0	34.7



Hinweis: Dieses Protokoll ist keine gesundheitliche Diagnose. Das kann nur der Arzt! Bei bestimmten Medikamenten wie z.B. Blutdrucksenkern, Antidepressiva oder Medikamenten bei Schilddrüsenüber- bzw. Unterfunktion kann es zu Fehlinterpretationen kommen. Das Messprotokoll gibt nur allgemeine Anregungen! Kinder und Menschen ab ca. 70 Jahren müssen separat betrachtet werden!

Entwicklung von Blutdruck und Herzfrequenz

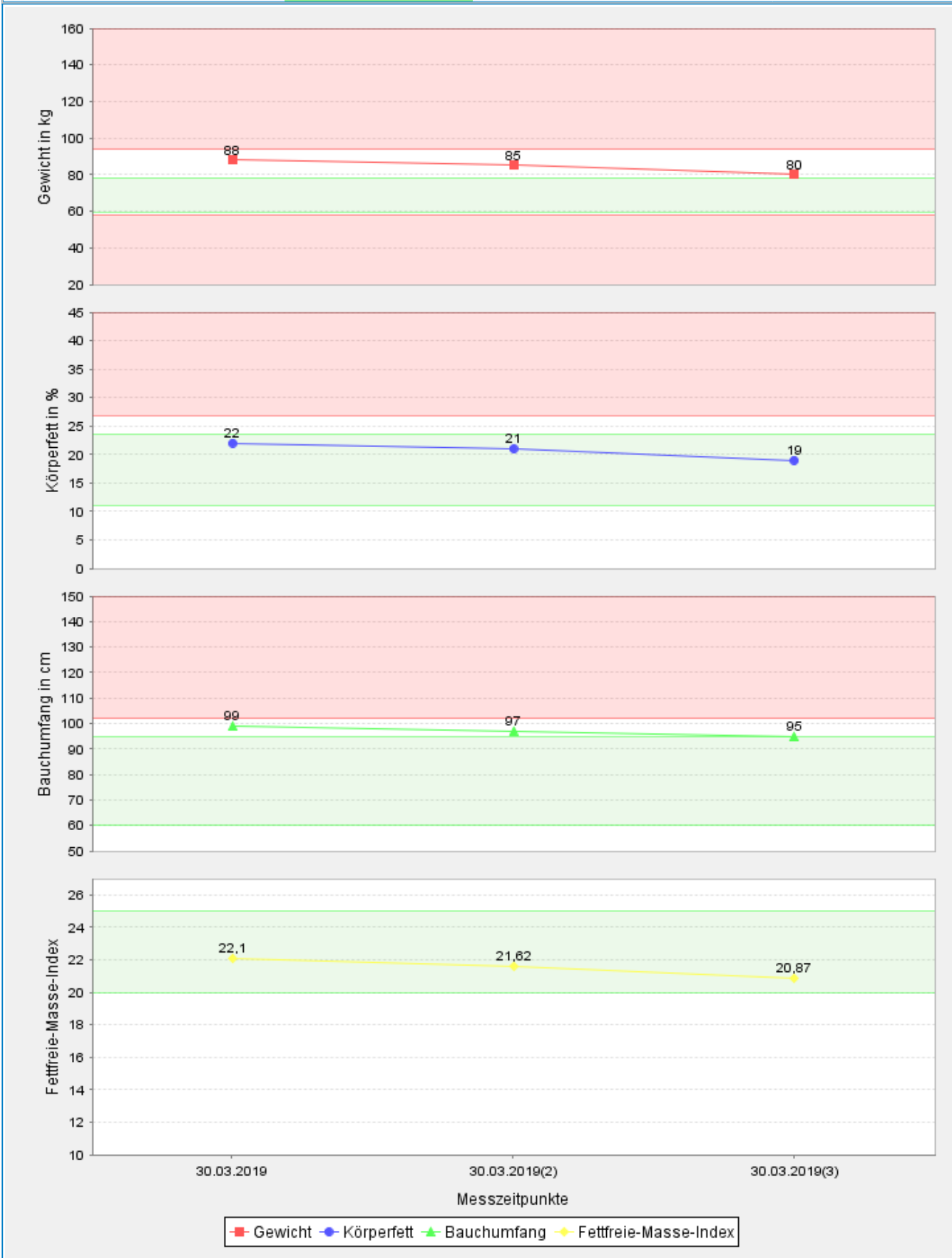
PARAMETER	AKTUELLER MESSWERT	VERÄNDERUNG ZUR LETZTEN MESSUNG	GESAMTDURCHSCHNITT
Blutdruck systolisch (mmHg)	79	-6.0	81.3
Blutdruck diastolisch (mmHg)	118	-9.0	121.7
mittlere Herzfrequenz (1/min)	65.0	+/-0.0	69.0



Hinweis: Dieses Protokoll ist keine gesundheitliche Diagnose. Das kann nur der Arzt! Bei bestimmten Medikamenten wie z.B. Blutdrucksenkern, Antidepressiva oder Medikamenten bei Schilddrüsenüber- bzw. Unterfunktion kann es zu Fehlinterpretationen kommen. Das Messprotokoll gibt nur allgemeine Anregungen! Kinder und Menschen ab ca. 70 Jahren müssen separat betrachtet werden!

Entwicklung Ihrer Physiognomiewerte

PARAMETER	AKTUELLER MESSWERT	VERÄNDERUNG ZUR LETZTEN MESSUNG	GESAMTVERÄNDERUNG
Gewicht (kg)	80	-5.0	-8.0
Körperfett (%)	19.0	-2.0	-3.0
Bauchumfang (cm)	95.0	-2.0	-4.0
Fettfreie-Masse-Index	20.87	-0.7	-1.2



Hinweis: Dieses Protokoll ist keine gesundheitliche Diagnose. Das kann nur der Arzt! Bei bestimmten Medikamenten wie z.B. Blutdrucksenkern, Antidepressiva oder Medikamenten bei Schilddrüsenüber- bzw. Unterfunktion kann es zu Fehlinterpretationen kommen. Das Messprotokoll gibt nur allgemeine Anregungen! Kinder und Menschen ab ca. 70 Jahren müssen separat betrachtet werden!