



Zpráva o složení těla

ID : 2724****2652@qq.co... Pohlaví : Žena
Výška : 160 cm Věk : 26 let Datum/čas testu : 2025-09-02 21:29:18

Přehled tělesného složení

	Hodnoty	Hmotnost tělesného tuku	Anorganické soli	Bílkoviny
Hmotnost kg	42.7 [45.5~61.6]	9.1 [9.9~19.7]		
Tělesná hmotnost bez tuku kg	33.6 [37.3~45.6]	Obsah měkkých tkání 2.5 [2.5~3.0]		
Svalová hmota kg	31.4 [35.2~43.0]			6.5 [7.3~9.0]
Celková tělesná voda kg	24.5 [27.4~33.4]			

Analýza svalů a tuku

	Pod	Normální	Nad	Standardní rozsah	Srovnání s minulým měřením
Hmotnost kg	42.7			[45.5~61.6]	↑ 0.2
Kosterní svalstvo kg	17.8			[20.2~25.2]	↓ 0.3
Hmotnost tělesného tuku kg	9.1			[9.9~19.7]	↑ 0.8

Analýza obezity

	Pod	Normální	Nad	Standardní rozsah	Srovnání s minulým měřením
PTT %	21.4			[18.0~28.0]	↑ 1.9
BMI kg/m ²	16.7			[18.5~24.0]	↑ 0.3
Poměr pasu a boků	0.78			[0.75~0.85]	↓ 0.01

	Pod	Normální	Nad	Standardní rozsah	Srovnání s minulým měřením
Bazální metabolismus kcal/den	1093.3			[1137.7~1390.5]	↓ 12.4

	Hodnoty	Srovnání s minulým měřením
Metabolický věk let	26	0.0

	Normální	Nad	Standardní rozsah	Srovnání s minulým měřením
Úroveň viscerálního tuku	2.0		[1.0~10.0]	0.0

	Pod	Normální	Nad	Standardní rozsah	Srovnání s minulým měřením
Intracelulární tekutina (ICW) kg	15.2			[16.9~20.7]	↓ 0.4
Extracelulární tekutina (ECW) kg	9.3			[10.4~12.7]	↓ 0.2

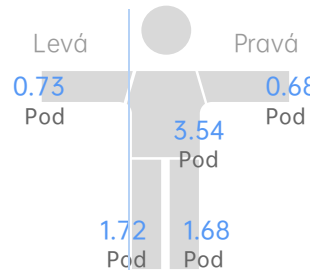
	Hodnoty	Hodnocení obezity	Zlatý poměr	Upravená hodnota
Hmotnost kg	42.7	▲ Nedostatek	53.5	+10.8
Hmotnost tělesného tuku kg	9.1	▲ Nedostatek	12.7	+3.6
Svalová hmota kg	31.4	▲ Nedostatek	39.3	+7.9

Historický trend

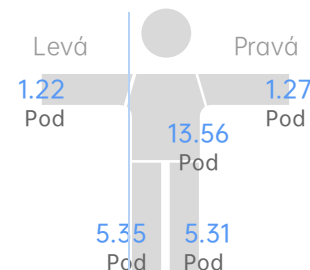
Hmotnost kg	Svalová hmota kg	Procento tělesného tuku %
07/10 08/08 08/13 08/20 08/28 09/02 2025 2025 2025 2025 2025 2025	07/10 08/08 08/13 08/20 08/28 09/02 2025 2025 2025 2025 2025 2025	07/10 08/08 08/13 08/20 08/28 09/02 2025 2025 2025 2025 2025 2025

* Pravidla pro skóre tělesného složení byla aktualizována dne 2025-05-08.

Segmentální tuk kg



Segmentální sval kg



Hmotnost: Hmotnost je součtem tělesné vody, bílkovin, anorganických solí a tělesného tuku.

Tělesná hmotnost bez tuku: Tělesná hmotnost bez tuku je celková tělesná hmotnost bez tuku.

Svalová hmota: Svalová hmota je soubor libových tkání v lidském těle, včetně kosterních, hladkých a srdečních svalů.

Celková tělesná voda: Tělesná voda tvoří 50-70 % tělesné hmotnosti. Nachází se hlavně v buňkách a tekutinách, většinou ve svalových buňkách.

Hmotnost tělesného tuku: Tělesný tuk je součtem podkožního, viscerálního a mezisvalového tuku.

Anorganické soli: Anorganické soli tvoří asi 5 % tělesné hmotnosti.

Bílkoviny: Bílkoviny jsou pevné látky obsahující dusík, přítomné ve všech buňkách a klíčovou složkou svalové hmoty.

Kosterní svalstvo: Kosterní svalstvo, také nazývané příčně pruhované svalstvo, je připojeno ke kostem. Zde se ukazuje jeho množství.

PTT(Procento tělesného tuku): Procento tělesného tuku označuje podíl tuku na celkové tělesné hmotnosti.

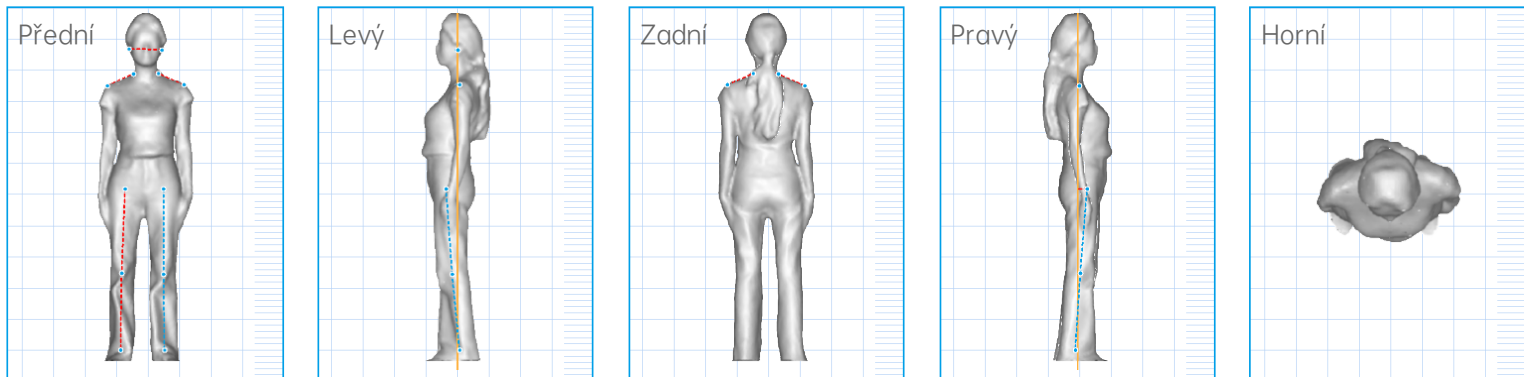
BMI: BMI se používá k hodnocení obezity a je běžným mezinárodním standardem.

Poměr pasu a boků: Poměr pasu a boků (WHR) je důležitým ukazatelem pro hodnocení centrální obezity.

Bazální metabolismus: BMR je celková energie, kterou tělo spotřebuje za den v bdělém a klidovém stavu, neovlivněné pohybem, jídlem nebo teplotou.



Zpráva o analýze držení těla

ID : 2724****2652@qq.co... Pohlaví : Žena
Výška : 160 cm Věk : 26 let Datum/čas testu : 2025-09-02 21:29:18

Algoritmus hodnocení držení těla byl aktualizován dne 2025-08-20.

Přehled hodnocení držení těla* Pro zajištění přesnosti dat noste přiléhavé oblečení a svažte si vlasy

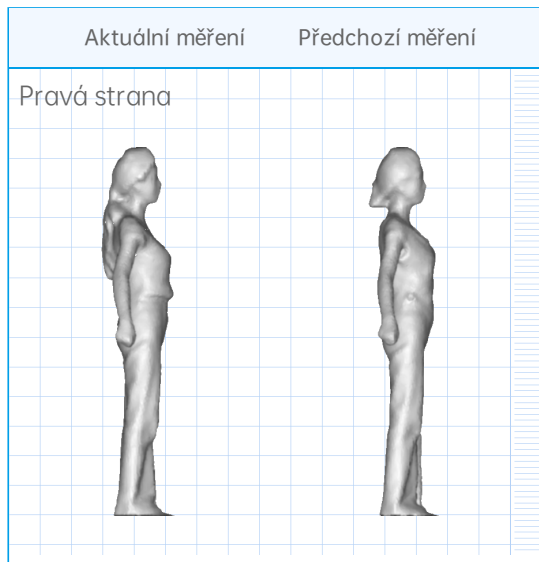
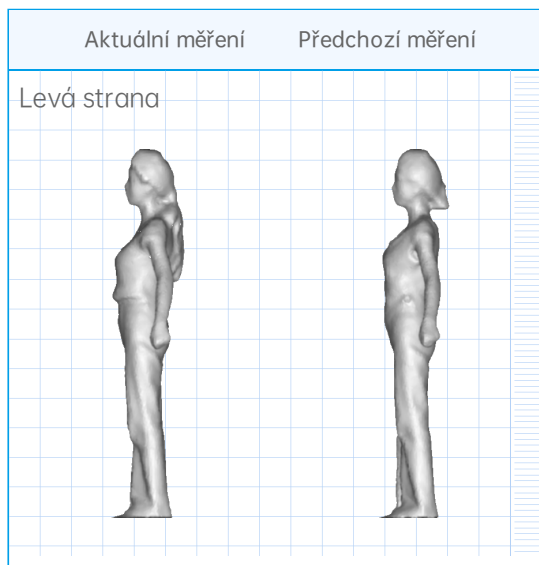
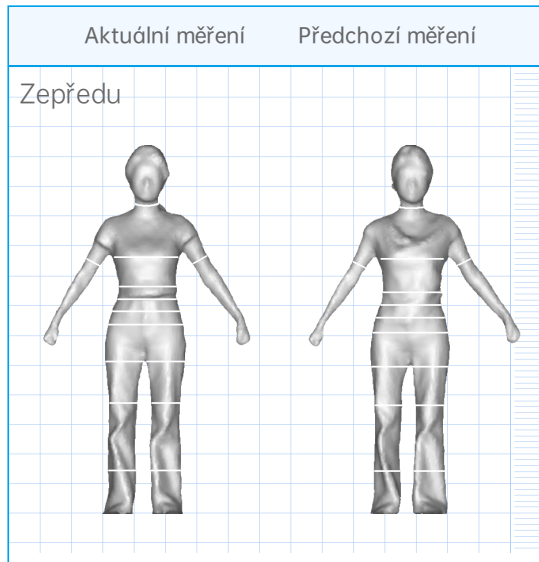
	Hodnoty	Závěr hodnocení	Varování před riziky
Předsunutá hlava	-0.3cm	Normální	--
Náklon hlavy	-1.5°	Sklon k náklonu hlavy (vlevo).	Náklon hlavy může způsobit jednostranné nepohodlí v krku, jednostrannou migrénu a příznaky nervového útlaku, jako je necitlivost a slabost paže
Otočená ramena doleva	-0.5cm	Normální	Kulatá ramena zmenšují objem hrudníku a omezují pohyb bránice, což ovlivňuje dýchání, kardiovaskulární a trávicí funkce a může způsobit tíseň na hrudi, závratě a dušnost
Kulatá záda (pravá strana)	1.3cm	Zjevný sklon k pravému kulatému rameni.	
Otočená ramena doprava	-0.7°	Sklon k nerovnoměrným ramenům (levé vysoko, pravé nízko).	Nerovnoměrná ramena mohou způsobit chronickou bolest krku a ramen, často doprovázenou skoliózou páteře, posunem pánve a rozdílem v délce nohou
Posun Pánve Dopředu	4.8cm	Mírný sklon k posunu pánve vpřed.	Přední nebo zadní posun pánve může vést k namožení bederních svalů, prolapsu orgánů a slabosti svalů pánevního dna.
Hodnocení levého kolena	178.0°	Normální	--
Hodnocení pravého kolena	179.4°	Normální	
Typ nohou	Levá noha:172.9° Pravá noha:175.7°	Sklon k nohám do D.	Abnormální postavení nohou může narušit biomechaniku dolních končetin, zvýšit riziko poranění kolena a způsobit problémy s pánví, páteří a držení těla



Zpráva o tělesných obvodech

ID : 2724****2652@qq.co... Pohlaví : Žena
Výška : 160 cm Věk : 26 let Datum/čas testu : 2025-09-02 21:29:18

* Algoritmus tělesných obvodů byl aktualizován dne 2025-07-17.



Obvody cm





Měřicí položka	Aktuální měření	Předchozí měření	Srovnání s minulým měřením
Obvod krku	40.1	29.7	↑ 10.4
Obvod levé paže	21.1	20.6	↑ 0.5
Obvod pravé paže	21.1	20.6	↑ 0.5
Obvod hrudníku	96.0	89.4	↑ 6.6
Obvod vysokého pasu	73.4	71.4	↑ 2.0
Obvod v pase (střed)	72.1	73.4	↓ 1.3
Nízký Pas	79.8	81.3	↓ 1.5
Obvod boků	88.1	87.9	↑ 0.2
Obvod levého stehna	49.3	47.5	↑ 1.8
Minimální obvod levého stehna	40.6	40.6	0.0
Obvod pravého stehna	48.3	46.5	↑ 1.8
Minimální obvod pravého stehna	39.6	39.6	0.0
Obvod levého lýtka	45.2	45.7	↓ 0.5
Obvod pravého lýtka	44.5	44.7	↓ 0.2



Zpráva o funkčnosti ramen

ID : 2724****2652@qq.co... Pohlaví : Žena
Výška : 160 cm Věk : 26 let Datum/čas testu : 2025-09-02 21:29:18

Hodnocení funkce ramen

Měřicí položka	Hodnoty	Místo maximální aktivity	Hodnocení	Srovnání s minulým měřením
	Abdukce a elevace - levá paže 164.0°	[180.0°]	Omezený	↑ 10.8 °
	Abdukce a elevace - pravá paže 182.9°	[180.0°]	Nadměrný	↑ 2.9 °
	Flexe vpřed a elevace - levá paže 180.6°	[180.0°]	Nadměrný	↑ 14.8 °
	Flexe vpřed a elevace - pravá paže 167.8°	[180.0°]	Omezený	↓ 12.2 °

Výsledek hodnocení funkce ramen

Abdukce a elevace - levá paže, Flexe vpřed a elevace - pravá pažeOmezená pohyblivost ramenního kloubu.

Analýza: Omezená pohyblivost ramen je často způsobena svalovým napětím, nedostatečnou pohyblivostí klíční kosti a lopatky a neutrálním postavením hlavy, krku a lopatek. To může ovlivnit normální pohybové vzorce (vedoucí ke sportovním zraněním) a způsobit související patologické problémy (jako je zmrzlé rameno, kulatá ramena, bolest krční páteře atd.). Dlouhodobé zanedbávání může vést k různým onemocněním ramenního kloubu.

Abdukce a elevace - pravá paže, Flexe vpřed a elevace - levá pažeNadměrná pohyblivost ramenního kloubu.

Analýza: Nadměrná pohyblivost ramen je často způsobena vazivovou laxicitou (častější u žen); častý trénink flexibility ramen může také vést k hypermobilitě.

Doporučení: Pro další posouzení se prosím poraďte s odborníkem.