

# TESTAA KEHONKOOSTUMUKSESI INBODY – TESTILLÄ

Kuntokoulu Kaarinassa lauantaina 24.10.2020 klo 9.30-17

Testin hinta 15€

Monipuoliset mittaustulokset  
helposti ja nopeasti

- kokonaispaino (kg)
- lihasmassa (kg)
- kehon rasvaton massa (kg)
- rasvakudoksen määrä (kg)
- rasvaprosentti (%)
- kehon nesteet (l)
- painokontrollitavoite (kg)
- lihastasapaino (kädet, jalat, keskivartalo)
- perusaineenvaihdunta (kcal/vrk)
- kehon painoindeksi (BMI)
- sisäelimissä olevan rasvan pinta-ala

## MUISTA ENNEN MITTAUSTA:

Vähintään 2 tuntia syömättä ja juomatta

Ei liikuntasuorituksia

Ei suositella, jos olet raskaana tai sairas,

jos sinulla on sydämentahdistin tai raajaproteesi

## AJANVARAUS MITTAUKSEEN

Soittamalla tai tekstiviestillä 050 373 2875

