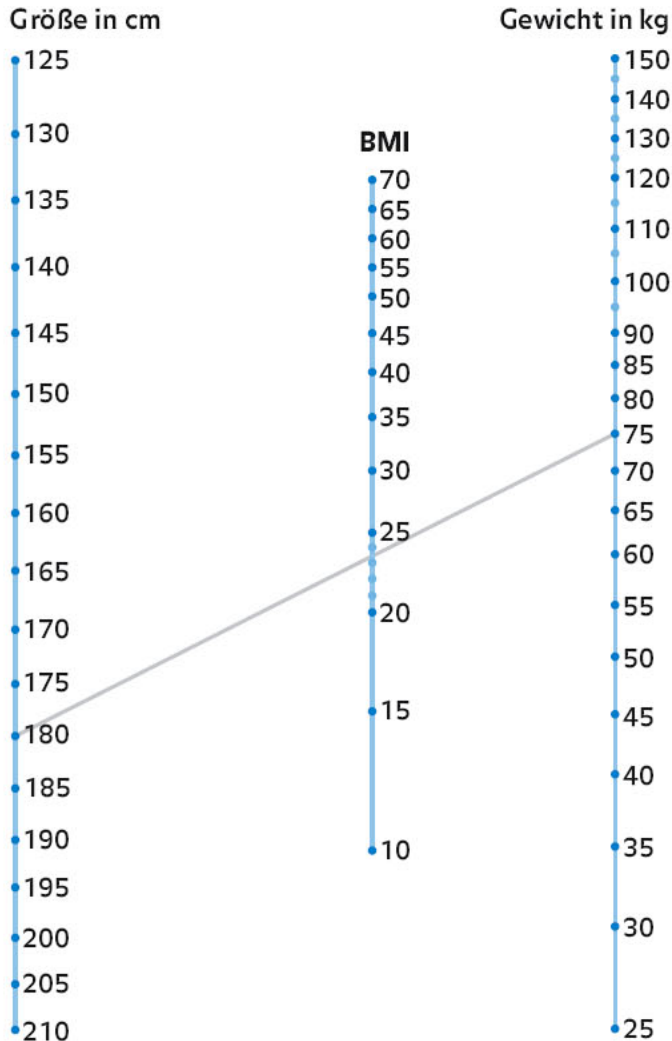


BODY MASS INDEX



Zur groben Ermittlung Ihres BMI-Wertes ziehen Sie eine gerade Linie von Ihrer Größe zu Ihrem Gewicht. Der Schnittpunkt auf der BMI-Achse gibt Ihren BMI-Wert an. Die Beispiellinie zeigt eine 1,80 Meter große Person mit einem Körpergewicht von 75 Kilo. Der BMI beträgt hier ca. 23,5. Als normalgewichtig gelten für Erwachsene Werte zwischen 20 und 25 (Ältere ein wenig mehr). Sollte Ihr Schnittpunkt außerhalb dieses Bereichs liegen, ermitteln Sie Ihren Wert besser genau über die Formel:

$$\text{BMI} = \text{Gewicht} / \text{Größe}^2$$

(Körpergewicht geteilt durch Körpergröße im Quadrat)