

# Mon bilan d'activites physiques

Realise le : 13-2-2020

Nom : Dupont  
Prenom : Martine

## INDICES MORPHOLOGIQUES

Sexe	femme
Age	74
Poids	68
Taille	165
IMC	25.0

## Normes de l'IMC

- moins que 18,5 = maigreur (3,5% de la population)
- entre 18,5 et 24,9 = corpulence normale (49,2% de la population)
- entre 25 et 29,9 = surpoids (32,3% de la population)
- 30 a 34,9 = obesite moderee (10,7% de la population)
- 35 a 39,9 = obesite severe (3,1% de la population)
- plus que 40 = obesite morbide (1,2% de la population)

## INDICES PHYSIQUES

Test realises	Resultats	Moyenne generation	Score (/100)
30 sec. assis debout membres inferieurs (quadriceps, mollets)	15 / levers	13.3 / levers	61.0
Flamant rose	5 / secs	11.3 / secs	0
Force de prehension muscles de la main et de avant bras	24 / kg	21.3 / kg	63.2
Souplesse Membres inferieurs	3 / cm	1.3 / cm	53.2
Endurance 2 min sur place	85 / montees	69.4 / montees	68.0
10 metres marche	6 / secs	5.85 / secs	46.1
Flexion de bras : membres superieurs (biceps, triceps)	15 / flexions	13.5 / flexions	57.3

Moyenne globale

49.8

- Obesite massive
- Obesite severe
- Obesite moderee
- Surpoids
- Corpulence normale
- Maigreur

