



EU-CELL Vitalstoffe
Ein Geschenk für das Leben



BMI-Rechner – Bin ich übergewichtig?

Der Körper braucht Fett als Energiespeicher. Dabei gilt jedoch: **Ein zu hoher Körperfettanteil ist schädlich und kann zu schwerwiegenden Gesundheitsstörungen führen.**

- Bei Männern sollten in Abhängigkeit vom Alter 9 bis 25,9 % des Körpergewichtes aus Fett bestehen.
- Bei Frauen sollte der Fettanteil des Körpergewichtes in Abhängigkeit vom Alter bei 12 bis 33,9 % liegen.

Mit dem sogenannten Body-Mass-Index (BMI) können Sie feststellen, ob Sie unter-, normal-, ideal- oder übergewichtig sind.

Der BMI ist eine Größe zur Bestimmung Ihres relativen Körpergewichtes. Das relative Körpergewicht ist abhängig von Ihrer Körpergröße beziehungsweise Ihrem Körperbau.

Bitte geben Sie hier Ihr Geschlecht, Ihr Alter, Ihr Körpergewicht und Ihre Größe ein.

Geschlecht

Alter in Jahren

Gewicht in kg

Größe in cm

Berechnung Ihres BMI-Wertes