

**Lichaamsvetpercentage en hydratatiegrafiek:**

Leeftijd	Vrouw		man		opmerking
	Fat %	Hydration %	Fat %	Hydration %	
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	ondergewicht
	20.6-25.0	57.6-51.6	15.6-20.0	58.0-55.0	gezond
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	overgewicht
	30.6-80.0	47.7-13.8	24.6-80.0	51.8-13.8	zwaarlijvig
> 30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	ondergewicht
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	gezond
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	overgewicht
	35.1-80.0	44.6-13.8	28.6-80	49.1-13.8	zwaarlijvig

**Grafiek spierpercentage:**

spierpercentage		
	Vrouw	man
Gematigd	>34%	>40%

**Botgewicht grafiek:**

Vrouw			
Lichaamsgewicht	<45 kg	45-60 kg	>60 kg
Lichaamsgewicht	>1.8 kg	>2.2 kg	>2.5 kg
man			
Lichaamsgewicht	<60 kg	60-75 kg	>75 kg
Lichaamsgewicht	>2.5 kg	>2.9 kg	>3.2 kg

kg