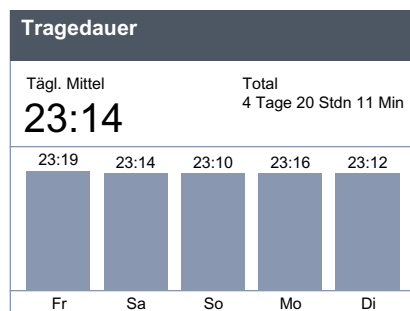
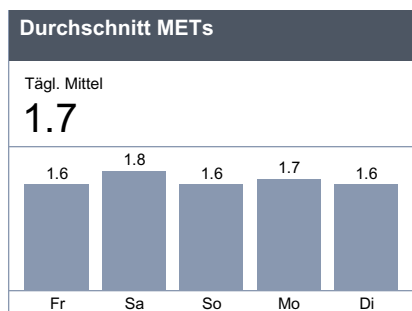
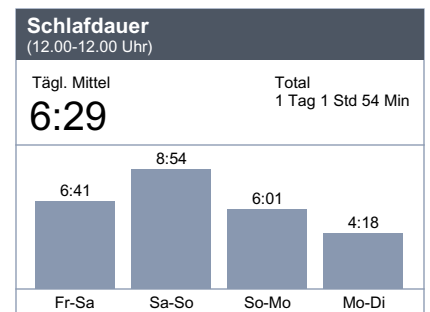
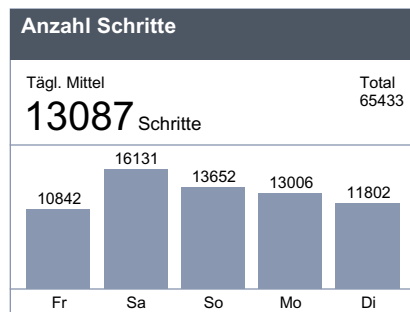
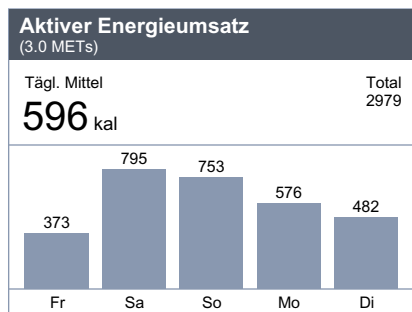
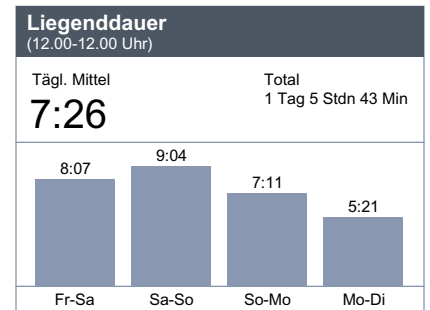
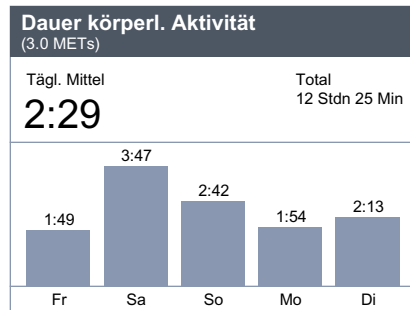
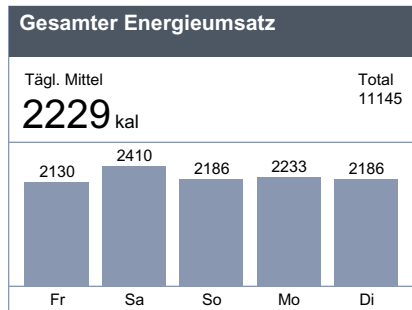
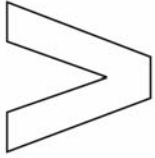


Arzt/Berater XXXXXXXXXX	Krankenhaus/Institut XXXXXXXXXX	Praxis/Abteilung XXXXXXXXXX
-----------------------------------	---	---------------------------------------

Name Frau Test	Alter 33	Geschlecht weiblich	Gewicht 56.7 kg	Größe 165 cm	Händigkeit Rechts	Raucher Nein	BMI 20.83
--------------------------	--------------------	-------------------------------	---------------------------	------------------------	-----------------------------	------------------------	---------------------

Start Fr 4 Apr 2008 00:00	Stopp Mi 9 Apr 2008 00:00	Anzeigedauer 5 Tage	Tragedauer 4 Tage 20 Stdn 11 Min (96.8%)
-------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------	--





- Analysebogen -

**Auswertung Ihrer mit dem SenseWear® PRO3 Armband
erhobenen Daten**

Name: Frau Test

Grundumsatz:

Ermittelt am **03. April 2008** von **02:00 Uhr** bis **03:00 Uhr**

Ihr Grundumsatz beträgt pro Tag **1248 kcal** entsprechend **0,9 METs**.

Ihr metabolischer Typ ist **hypometabolisch**

Einteilung der metabolischen Typen in Ruhe

0.7 – 0.9	hypometabolischer Zustand, Adipositas
1.0 – 1.1	Normalperson
1.2 – 1.3	überdurchschnittlich
über 1.3	athletisch

Der Grundumsatz ist von der Körperzellmasse/Muskelmasse abhängig, die durch regelmäßige Bewegung erhöht werden kann.

Aktivitätsumsatz:

Im Durchschnitt haben Sie folgende Werte erreicht: **596 kcal**

Ihr Gesamter Energieumsatz pro Tag beträgt **2229 kcal** entsprechend **1,7 METs**.

Ihr metabolischer Typ ist „**aktiv, athletisch**“

Einteilung der metabolischen Typen in Aktivität

0.8 – 1.2	inaktiv, viel zu wenig Bewegung
1.2 – 1.4	ruhig, wenig Bewegung
1.4 – 1.6	Normalperson
über 1.6	aktiv, athletisch

Regenerationsfähigkeit:

Schlafdauer = **6:29 h** Liegedauer = **7:26 h**

Die normale Liegedauer beträgt nicht mehr als 9 Stunden und nicht weniger als 6 Stunden.

Verhältnis von Schlaf zu Liegen = **86 %**.

Das normale Verhältnis von Schlaf zu Liegen beträgt mehr als 80 %, unter 50 % muss medizinisch abgeklärt werden.