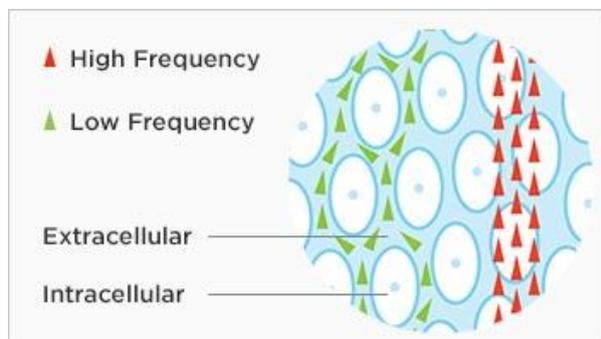


Wie funktioniert die BIA-Technologie von Tanita?

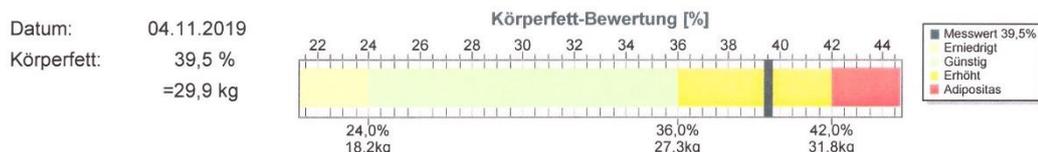
Hier kommt die bioelektrische Impedanzanalyse zum Einsatz. Wenn Sie auf der Tanita Körperanalysewaage stehen, wird ein sehr schwaches und somit sicheres elektrisches Signal über vier Metallelektroden durch Ihre Füße in die Beine und den Oberkörper gesendet.



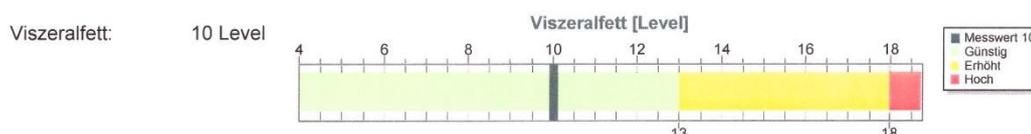
Das elektrische Signal läuft schnell durch das im Muskelgewebe eingelagerte Wasser, stößt jedoch auf Widerstand, sobald es auf Fettgewebe trifft. Dieser Widerstand, die „Impedanz“, wird gemessen und in wissenschaftlich validierte Gleichungen übertragen, die die Körperzusammensetzung berechnen. Je nach Körperanalysewaage werden die Messwerte der Körperzusammensetzung in weniger als 20 Sekunden angezeigt.

Finden Sie heraus, woraus Sie bestehen und lassen Sie sich dazu individuell beraten:

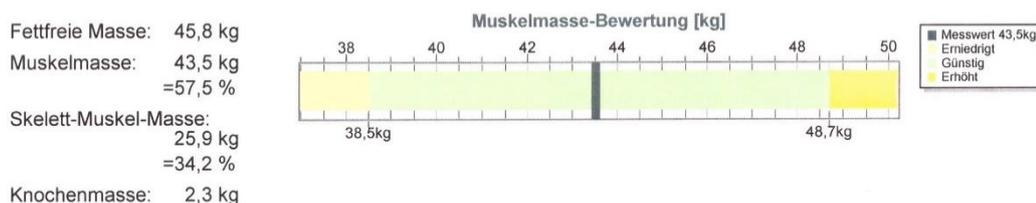
- **Körperfettanteil und Körperfettmasse**
Der Körperfettanteil ist die Menge des Körperfetts im Verhältnis zum Gesamtgewicht. Die Körperfettmasse ist das Gewicht des Körperfetts.

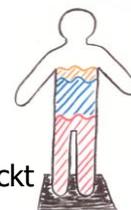


- **Viszeralfett**
Das Viszerale Fett umgibt und schützt die lebenswichtigen Organe im Bauchraum.



- **Muskelmasse**
Die Muskelmasse umfasst die Skelettmuskulatur, die glatte Muskulatur (wie Herzmuskulatur und Muskulatur des Verdauungstrakts) sowie das in diesen Muskeln enthaltene Wasser.

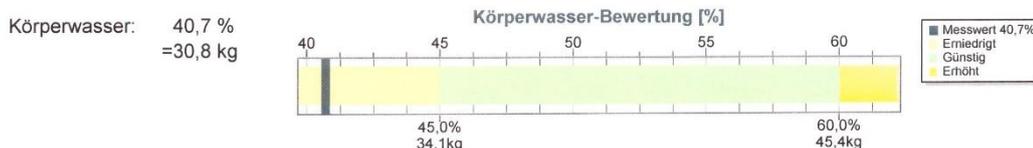




- **Gesamtkörperwasser**

Das Gesamtkörperwasser ist die Gesamtmenge an Flüssigkeit im Körper, ausgedrückt als Prozentsatz des Gesamtgewichts.

Das Körperwasser ist extrem wichtig für die Gesundheit. Mehr als die Hälfte des Körpers besteht aus Wasser.



- **Grundumsatz (BMR)**

Der tägliche Mindestenergiebedarf des Körpers im Ruhezustand (einschließlich Schlaf) für die Aufrechterhaltung der Körperfunktionen.

Je größer die Muskelmasse, desto höher ist der Grundumsatz (BMR)

- **Stoffwechselalter**

Dabei wird Ihr Grundumsatz mit dem Mittelwert Ihrer Altersgruppe verglichen.

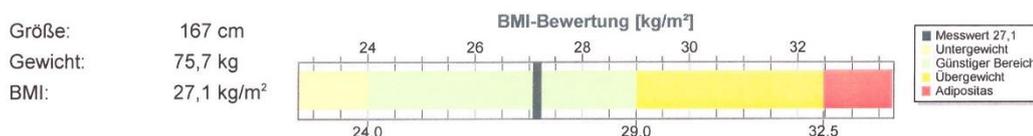
Dieser Wert wird durch den Vergleich Ihres Grundumsatzes mit dem durchschnittlichen Grundumsatz Ihrer Altersgruppe errechnet.

Gesamtimpedanz: 549 Ohm
Metabolisches Alter: 66 Jahre
Grundumsatz: 5790 kJ = 1383 kcal

- **Body Mass Index (BMI)**

Standardisiertes Verhältnis von Körpergröße zu Körpergewicht; dient als allgemeiner Indikator für den Gesundheitszustand.

Ihr BMI wird berechnet, indem Ihr Gewicht (in Kilogramm) durch das Quadrat Ihrer Körpergröße (in Metern) geteilt wird.



- **Phasenwinkel**

Der Phasenwinkel beschreibt die Leistungsfähigkeit der Zellen und gibt an, wie jung, frisch und kräftig die einzelnen Zellen sind.

