

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

BMI-Rechner - Testen Sie sich selbst!

Der Body-Mass-Index (BMI) ist eine Größe zur Bestimmung Ihres relativen Körpergewichtes. Er bezieht die Körpermasse auf das Quadrat der Körpergröße.

Anhand der Klassifikation der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und anderer Studien ermittelt das Programm, ob Ihr BMI als unter-, normal- oder übergewichtig beurteilt wird.

Der BMI ist ein Richtwert, da er nicht Ihre individuellen Körperkompartimente (u.a. Fett- und Muskelgewebe) berücksichtigt.

Eine exakte Messung Ihrer Körperkompartimente ermöglicht eine Impedanzanalyse (BIA).