



Калькулятор ИМТ

БИОЛОГИЯ • ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ • ФИТНЕС

Вес	фунты		100	105	110	115	120	125	130	135	140	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190	195	200	205	210	215	
	кг		45,5	47,7	50,0	52,3	54,5	56,8	59,1	61,4	63,6	65,9	68,2	70,5	72,7	75,0	77,3	79,5	81,8	84,1	86,4	88,6	90,9	93,2	95,5	97,7	
Рост	дюймы /см		Недостаточный вес					Нормальный вес					Избыточный вес					Полный					Крайне полный				
5'0"	152,4		19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	
5'1"	154,9		18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40		
5'2"	157,4		18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	38	39	
5'3"	160,0		17	18	19	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	30	31	32	32	33	34	35	36	37	38	
5'4"	162,5		17	18	18	19	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	36	37	
5'5"	165,1		16	17	18	19	20	20	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	30	31	32	33	34	35	36	
5'6"	167,6		16	17	17	18	19	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	35	
5'7"	170,1		15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	
5'8"	172,7		15	16	16	17	18	19	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	32	33	
5'9"	175,2		14	15	16	17	17	18	19	20	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	32	
5'10"	177,8		14	15	15	16	17	18	18	19	20	20	21	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	32	
5'11"	180,3		14	14	15	16	16	17	18	18	19	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	
6'0"	182,8		13	14	14	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	31	
6'1"	185,4		13	13	14	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	31	
6'2"	187,9		12	13	14	14	15	16	16	17	18	19	19	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	
6'3"	190,5		12	13	13	14	15	16	16	17	18	19	20	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	
6'4"	193,0		12	12	13	14	14	15	15	16	17	17	18	19	20	20	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	



Калькулятор ИМТ

БИОЛОГИЯ • ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ • ФИТНЕС

Вес	фунты	100	105	110	115	120	125	130	135	140	145	150	155	160	165	170	175	180	185	190	195	200	205	210	215
	кг	45,5	47,7	50,0	52,3	54,5	56,8	59,1	61,4	63,6	65,9	68,2	70,5	72,7	75,0	77,3	79,5	81,8	84,1	86,4	88,6	90,9	93,2	95,5	97,7
Рост	дюймы /см	Недостаточный вес					Нормальный вес					Избыточный вес					Полный					Крайне полный			
5'0"	152,4	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
5'1"	154,9	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
5'2"	157,4	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	38	39	
5'3"	160,0	17	18	19	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	30	31	32	32	33	34	35	36	37	38
5'4"	162,5	17	18	18	19	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	36	37
5'5"	165,1	16	17	18	19	20	20	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	30	31	32	33	34	35	36
5'6"	167,6	16	17	17	18	19	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	35
5'7"	170,1	15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34
5'8"	172,7	15	16	16	17	18	19	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
5'9"	175,2	14	15	16	17	17	18	19	20	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	31	32	33
5'10"	177,8	14	15	15	16	17	18	18	19	20	20	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	29	30	31	32
5'11"	180,3	14	14	15	16	16	17	18	19	20	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	29	30	31
6'0"	182,8	13	14	14	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	29	30
6'1"	185,4	13	13	14	15	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	29
6'2"	187,9	12	13	14	14	15	16	16	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	29
6'3"	190,5	12	13	13	14	15	15	16	16	17	18	18	19	20	20	21	21	22	23	23	24	25	26	27	28
6'4"	193,0	12	12	13	14	14	15	15	16	17	17	18	18	19	20	20	21	22	22	23	23	24	25	26	27