

Body Mass Index – BMI

Ihr Body Mass Index (BMI) entspricht in der Tabelle dem Schnittpunkt der *Spalte* Ihrer Körpergröße (in Meter) mit der *Zeile* Ihres Körpergewichts (in Kilogramm).

Formel:
$$\text{BMI} = \frac{\text{Ist - Gewicht}}{\text{Körpergröße}^2}$$

Die Farben und ihre Bedeutung	
BMI > 39	extremes Übergewicht
BMI 30 - 39	Übergewicht
BMI 26 - 29	leichtes Übergewicht
BMI 20 - 25	Normalgewicht
BMI < 20	Untergewicht

		Körpergröße in Meter (m)																				
		1,60	1,62	1,64	1,66	1,68	1,70	1,72	1,74	1,76	1,78	1,80	1,82	1,84	1,86	1,88	1,90	1,92	1,94	1,96	1,98	2,00
Ist-Gewicht in Kilogramm (kg)	120	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	35	34	33	33	32	31	31	30
	119	46	45	44	43	42	41	40	39	38	38	37	36	35	34	34	33	32	32	31	30	30
	118	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	36	35	34	33	33	32	31	31	30	30
	117	46	45	44	42	41	40	40	39	38	37	36	35	35	34	33	32	32	31	30	30	29
	116	45	44	43	42	41	40	39	38	37	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	30	29
	115	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	35	34	33	33	32	31	31	30	29	29
	114	45	43	42	41	40	39	39	38	37	36	35	34	34	33	32	32	31	30	30	29	29
	113	44	43	42	41	40	39	38	37	36	36	35	34	33	33	32	31	31	30	29	29	28
	112	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	35	34	33	32	32	31	30	30	29	29	28
	111	43	42	41	40	39	38	38	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	29	29	28	28
	110	43	42	41	40	39	38	37	36	36	35	34	33	32	32	31	30	30	29	29	28	28
	109	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	34	33	32	32	31	30	30	29	28	28	27
	108	42	41	40	39	38	37	37	36	35	34	33	33	32	31	31	30	29	29	28	28	27
	107	42	41	40	39	38	37	36	35	35	34	33	32	32	31	30	30	29	28	28	27	27
	106	41	40	39	38	38	37	36	35	34	33	33	32	31	31	30	29	29	28	28	27	27
	105	41	40	39	38	37	36	35	35	34	33	32	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26
	104	41	40	39	38	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	29	29	28	28	27	27	26
	103	40	39	38	37	36	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	29	28	27	27	26	26
	102	40	39	38	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	29	29	28	28	27	27	26	26
	101	39	38	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	29	28	27	27	26	26	25
100	39	38	37	36	35	35	34	33	32	32	31	30	30	29	29	28	28	27	27	26	25	
99	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	
98	38	37	36	36	35	34	33	32	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	26	25	25	
97	38	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	
96	38	37	36	35	34	33	32	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	26	25	24	24	
95	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	24	
94	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	24	24	
93	36	35	35	34	33	32	31	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	24	23	
92	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	
91	36	35	34	33	32	31	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	24	23	23	
90	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	23	
89	35	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	
88	34	34	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	
87	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	
86	34	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	22	
85	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	
84	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	
83	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	23	23	23	22	22	21	21	
82	32	31	30	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	21	
81	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	22	21	21	20	
80	31	30	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	
79	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	20	
78	30	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	20	
77	30	29	29	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	20	19	
76	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	23	23	22	22	22	21	21	20	20	19	19	
75	29	29	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	
74	29	28	28	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	
73	29	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	
72	28	27	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	
71	28	27	26	26	25	25	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	18	
70	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	18	
69	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	
68	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	
67	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	17	17	17	
66	26	25	25	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	18	17	17	17	
65	25	25	24	24	23	22	22	21	21	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	17	16	
64	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	
63	25	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	
62	24	24	23	22	22	21	21	20	20	20	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	16	
61	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	16	15	
60	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	15	15	
59	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	17	17	17	16	16	16	15	15	15	
58	23	22	22	21	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	15	
57	22	22	21	21	20	20	19	19	19	18	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	
56	22	21	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	16	16	15	15	15	14	
55	21	21	20	20	19	19	19	18	18	17	17	17	16	16	16	16	15	15	15	14	14	
54	21	21	20	20	19	19	18	18	17	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	14	
53	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	13	
52	20	20	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	13	13	