

## Sprawdź swoje BMI

Możesz obliczyć swoje na stronie [www.izz.waw.pl](http://www.izz.waw.pl)

*(z prawej strony zakładka sprawdź swoje BMI)*

Wzór do obliczenia

Licznik BMI

Wskaźnik masy ciała to stosunek masy ciała do wzrostu podniesionego do kwadratu czyli  $BMI = \text{masa ciała (kg)} / \text{wzrost}^2 \text{ (m)}$ . W celu wygodnego obliczenia BMI podaj swoje dane poniżej i kliknij przycisk "Oblicz". Istnieją następujące zakresy BMI:

1. Norma (20 - 24,9)
2. Nadwaga (25 - 29,9)
3. Otyłość I stopnia (30 - 34,9)
4. Otyłość II stopnia (35 - 39,9)
5. Otyłość III stopnia (> 40)

Wzrost:  (m)

Masa:  (kg)

### Wynik

Twoje BMI to: