

## Oblicz swoje BMI

**B M I**

BODY - MASS - INDEX

**BMI** jest to wskaźnik pozwalający określić, w jakim stadium znajduje się twój organizm. Informuje czy twoja waga jest prawidłowa.

Poniżej przedstawiamy wzór, według którego obliczany jest ten wskaźnik

$$\text{BMI} = \frac{\text{masa ciała (w kg)}}{\text{wzrost (w m)}^2}$$

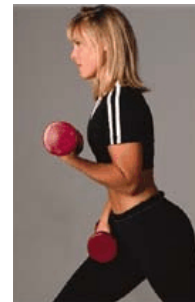
Wyniki i ich konsekwencje dla ciała przedstawia tabela.

poniżej 18.5	-	niedowaga - musisz przybrać na masie
18.5 - 25	-	JEST O.K. - TAK TRZYMAJ
25 - 30	-	nadwaga - Pilnuj się
30 - 40	-	II stopień otyłości - Coś z tym trzeba zrobić
powyżej 40	-	III stopień otyłości - ratunku !!!

Możesz sam obliczyć wskaźnik BMI dla siebie.

masa (kg):

wzrost (cm):



wynik:

BMI