



ФИО _____
 Дата рождения _____
 Рост _____

Параметры	Первичные	Корректировка
Дата		
Вес		
Объем груди		
Объем талии		
Объем ягодиц		
Объем бедра		
Объем голени		
Объем плеча		
Объем плеча в напряженном состоянии		

- ① Объем плеча — середина плеча
- ② Объем груди — самая выступающая часть
- ③ Объем талии — на уровне пупка
- ④ Объем ягодиц — самая выступающая часть
- ⑤ Объем бедра (измеряем правое) — в области подъягодичной складки
- ⑥ Объем голени — самая широкая часть голени