

Επώνυμο: **DEMO**
 Όνομα: **FITMATE**
 Φύλλο: **Άρρεν**

Ηλικία: **32**
 Ύψος (cm): **184,00**
 Βάρος (Kg): **69,3**

ID Μέλους: **00001**
 Εκτύπωση την: **6/7/2008**
 Προσωπικός Γυμναστής:

Μεταβολικός Ρυθμός Ηρεμίας

Μεταβολικός ρυθμός ηρεμίας (Kcal/ημέρα)

1806

Αργός	Κανονικά	Γρήγορος
< 1483	1483 - 1965	> 1965

RMR (Μεταβολικός ρυθμός ηρεμίας) είναι το ημερήσιο ποσό θερμίδων που καταναλώνονται μονάχα για να εκτελούνται οι ζωτικές λειτουργίες του σώματος.

