

Körperfettanalysewaage???

Beitrag von „Super-Lion“ vom 16. Oktober 2006 22:35

Hallo Talida,

die Körperfettwagen, bei denen man sich mit den nackten Füßen draufstellt, sind relativ ungenau. Je nachdem, wann Du Dich draufstellst, ob morgens oder abends, wirst Du unterschiedliche Werte erhalten (morgen ist man leichter -> Fettanteil höher, abends umgekehrt).

Von Tanita gibt es z.B. eine Waage, die noch zwei Hand"schellen" hat. Diese messen dann sozusagen ~~durch den ganzen Körper~~ Image not found or type unknown nur das Fett in den

Beinen.  Ist allerdings auch nicht ganz billig.

Zudem misst diese Waage auch den Wassergehalt, der auch mitbeachtet werden sollte (machen aber auch andere Waagen).

Eine genaue Körperfettmessung geht eigentlich nur von Profis mit Fettzangen (Calipermethode).

Die Frage ist, was der Zu-Beschenkende mit dieser Waage machen möchte.

Meiner Meinung nach reicht eine normale, am besten digitale Waage, die das Gewicht anzeigt. Ansonsten setzt man sich auch einem zu großen Diktat der Anzeige aus.

Hoffe, ich konnte Dir etwas helfen.

Viele Grüße
Super-Lion