

10000歩チャレンジ再開後の体重関連推移 (2018年3月6日～2018年4月2日)

	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	平均値
体重(kg)	55.60	55.05	54.90	55.50	55.65	55.90	55.25	55.00	55.00	55.15	55.20	55.55	55.70	55.40	55.30	56.35	56.05	56.05	56.45	56.40	55.95	56.10	56.25	55.40	55.40	55.85	55.55	56.75	55.67
BMI	21.1	20.8	20.8	21.0	21.1	21.2	20.9	20.8	20.8	20.9	20.9	21.0	21.1	21.0	20.9	21.3	21.2	21.2	21.4	21.4	21.2	21.2	21.3	21.0	21.0	21.2	21.0	21.5	21.1
体脂肪率(%)	22.7	22.9	22.8	23.2	22.5	22.9	23.0	22.9	22.9	23.0	22.9	23.0	23.1	22.7	22.8	22.6	23.1	23.1	22.9	22.7	22.7	23.0	22.5	22.7	22.9	22.8	22.4	21.9	22.8
骨格筋率(%)	34.2	33.5	33.0	32.9	34.5	34.1	33.4	32.9	33.3	33.0	33.4	33.6	33.6	34.1	34.0	34.6	33.9	33.9	34.3	34.6	34.5	34.0	34.8	34.1	33.9	34.2	34.7	35.5	33.9
基礎代謝(kcal)	1380	1367	1362	1371	1383	1384	1370	1363	1365	1366	1369	1375	1378	1376	1374	1394	1385	1384	1394	1395	1387	1386	1394	1376	1374	1384	1382	1407	1379.5
内臓脂肪レベル	7.0	6.0	6.0	7.0	7.0	7.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	6.8
体年齢(才)	41	41	41	42	41	42	41	42	41	42	41	42	42	41	41	42	42	42	42	42	42	41	42	41	41	42	41	41	41.5

体重(kg)3月6日～4月2日'18

