

Adı	C. A.	Yaş	85
Soyadı		Cinsiyet	Kadın
Açıklama	29.10.2008	24.08.2005	Kas Gücü %Gelişim Oranı
	İdeale göre Max. Kas Gücü Oranı	İdeale göre Max. Kas Gücü Oranı	
S. Leg Press	25	50	-25,00
Chest Press	15	21	-6,00
Back Trainer	28	25	3,00
Pull down	25	31	-6,00
Abdominal Trainer	20	9	11,00
Leg Extantion	20	20	0,00
Rowing	26	25	1,00
S.Leg Curl	19	14	5,00
Shoulder PRes	42	50	-8,00
Adduction	58	67	-9,00
Triceps Dips	28	35	-7,00
Abduction	48	58	-10,00
Fly	8	12	-4,00
	<b>27,85</b>	<b>32,08</b>	<b>-4,23</b>

KAS GÜCÜ ORANI	GYA SEDANTER	GYA STRESS	SPOR
% 01 - % 30	Çok Riskli	Çok Riskli	Yapamaz
% 31 - % 60	Riskli	Çok Riskli	Çok Riskli
% 61 - % 80	Risk Yok	Az Riskli	Riskli
% 81 - % 100	Risk Yok	Risk Yok	Risk Yok

29.10.2008: En Kuvvetli Kas Grubu ile En zayıf kas grubu arasındaki fark 50. Basit GYA riskli.

24.08.2005: En Kuvvetli Kas Grubu ile En zayıf kas grubu arasındaki fark 58. Basit GYA riskli.