科学的了解自己体脂情况

New Lira 智能体测仪

New Lira智能体测仪是一款专业的智能体测仪，以先进的技术为核心，以简单的操作为本体的设计为呼应理念，致力于为消费者带来专业级别的体测体验。

科学的了解自己体脂情况

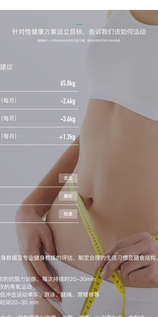
- 体测方式多样化
- 体测数据更全面
- 数据保存更完善

12项身体基础成分分析

每人都有自己的身体基础成分，这些数据会反映出身体的状况，不同个体的身体成分会呈现不同的状况。
New Lira体测仪为用户提供了多项专业的身体成分测量数据，例如：体重、体脂、肌肉、骨骼、内脏脂肪、皮下脂肪、骨骼年龄、身体年龄、基础代谢、体型判断、蛋白质、无机盐、脂肪、水分、肌肉、体重、BMI、体脂率、

体型标不标准脂肪说的算

国内普遍了了解到等身高体重的标准，不同人体身高体重不一定一样的体型和肌肉，了解脂肪率可以帮助我们了解身体健康状况的重要指标。



针对性健康方案设立目标，告诉我们该如何运动

根据每个人不同的身体状况和目标，提供相应的饮食与运动指导

体重控制建议

理想体重	65.8kg
体重控制（每月）	-2.4kg
脂肪控制（每月）	-2.6kg
肌肉控制（每月）	+1.2kg

营养评估

蛋白质	充足
无机盐	偏低
脂肪	标准

体测建议

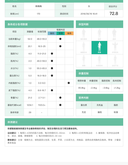
依据智能健身数据及专业健身教练的评估，制定合理的饮食习惯及运动结构。

运动建议
1.每周3-4次的肌腹力量，每次持续时20-30min
2.每周3-4次的有氧运动
3.健身房、在外活动场所等，跑步、骑车、爬楼梯等
4.每次持续时间20-30 min

饮食建议
主食：粗粮为主，绿色蔬菜以包菜、生菜、芹菜、小白菜为主，肉制品：
选用去皮鸡胸肉及海带
零食：少量坚果类食品

连接Saas系统随时打印体测报告

每一次体测结束，在Saas管理系统 ，会自动生成专业的报告，并生成体测报告PDF版本用户一键即可保存


人体成分健康分析报告
Human Body Composition Analysis Report
分析概要
姓名
性别
年龄
身高(cm)
测量时间
体重(kg)
BMI
体脂率(%)
72.8
身体成分分析概要
项目
测量值
参考值
单位
状态
体重
72.8
kg
体脂肪
kg
肌肉
kg
骨骼
kg
内脏脂肪
级
身体年龄
身体年龄（实龄）：
身体年龄：
身体年龄：
身体年龄