

Dott. Alessandro Da Ponte
Specialista in Ematologia
Specialista in Medicina dello Sport
Perfezionato in Medicina di Montagna
Ordine Medici PN 1282
mail: dott.daponte@gmail.com

PARAMETRI RILEVATI

ANAGRAFICI

Sesso	Maschio		
Data di nascita	15/06/1967	Età	48 Anni

ANTROPOMETRICI

Altezza:	182,0 cm	Circonferenza Rad. Coscia Dx	63,0 cm
Peso:	99,0 kg	Circonferenza Med. Coscia Dx	58,0 cm
Circonferenza Braccio Dx	34,0 cm	Circonferenza Sopra Patellare Dx	45,0 cm
Circonferenza Braccio Pieg.contr. Dx	36,0 cm	Circonferenza Polpaccio Dx	42,0 cm
Circonferenza Avambraccio Dx	32,0 cm	Diametro Gomito Dx	9,8 cm
Circonferenza Polso Dx	19,0 cm	Diametro Polso Dx	6,1 cm
Circonferenza Vita	110,0 cm	Diametro Ginocchio Dx	11,9 cm
Circonferenza Fianchi	105,0 cm	Diametro Caviglia Dx	7,8 cm

PLICOMETRICI

Tricipitale Dx	12,0 mm	Sovrailiaca Dx	14,0 mm
Bicipitale Dx	11,0 mm	Ant. coscia Dx	15,0 mm
Pettorale Dx	20,0 mm	Post. coscia Dx	14,0 mm
Ascellare Dx	20,0 mm	Int. coscia Dx	19,0 mm
Sottoscapolare Dx	19,0 mm	Sopra patellare Dx	13,0 mm
Addominale Dx	21,0 mm	Polpaccio Dx	14,0 mm

VALUTAZIONE ANTROPO-PLICOMETRICA

VALUTAZIONE ARTOMETRICA

Area muscolare braccio	72,72 cm² (79,1%)	Area muscolare coscia	225,97 cm² (84,4%)
Area lipidica braccio	19,27 cm² (20,9%)	Area lipidica coscia	41,73 cm² (15,6%)
Circ. muscolare braccio	30,23 cm		

COMPOSIZIONE CORPOREA

Densità corporea	1,05 kg/l	Superficie corporea	2,20 m²
FAT - Massa grassa	22,51 kg (22,7%)	FFM - Massa magra	76,49 kg (77,3%)
TBM - Massa muscolare totale	37,91 kg	Percentuale TBM su FFM	49,56%
Percentuale TBM su Peso	38,29%		

FABBISOGNO ENERGETICO

Metabolismo Basale	2022 kcal	Fabb. Energetico Totale	3134 kcal
--------------------	------------------	-------------------------	------------------

SOMATOCARTA

Endomorfismo
4,3

Mesomorfismo
9,3

Ectomorfismo
0,6

Classificazione somatometrica
Mesomorfo endomorfo

