



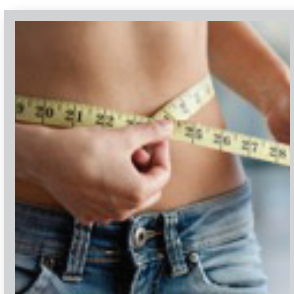
PHIẾU THEO DÕI TIẾN ĐỘ BODYKEY

Họ & tên khách hàng:

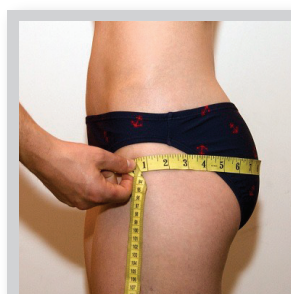
Chương trình BodyKey từ: đến

	Cân nặng (kg)	Chỉ số BMI	% mỡ cơ thể	Khối lượng mỡ (kg)	Khối lượng cơ (kg)	Chỉ số BMR (kcal/ngày)	Eo (cm)	Mông (cm)	Đùi (cm)	Cánh tay (cm)
Mục tiêu										
Bắt đầu										
Tuần 1										
Tuần 2										
Tuần 3										
Tuần 4										
Tuần 5										
Tuần 6										
Tuần 7										
Tuần 8										
Tổng kết										

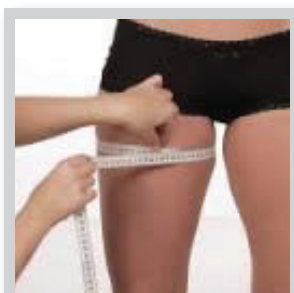
HƯỚNG DẪN ĐO CHỈ SỐ EO – MÔNG – ĐÙI- CÁNH TAY



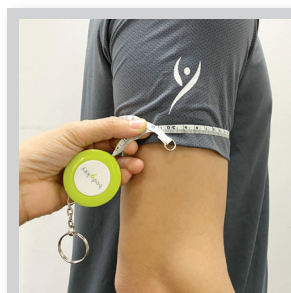
EO
Ngang rốn



Mông
Phình to nhất của mông



Đùi
Phần to nhất của đùi



Cánh tay
Phần to nhất của cánh tay