# Berechnung Body-Mass-Index

Auf nachfolgender Tabelle finden Sie im Schnittpunkt von Körpergewicht und Körpergrösse Ihren persönlichen Body-Mass-Index (BMI). Zu den jeweiligen errechneten Werten (11 bis 56) erfolgt unsere Wahlempfehlung. Sie dient Ihnen als Erleichterung bei der Wahl Ihres perfekten Schlafsystems.

| **Grösse** | | **1.50** | **1.55** | **1.60** | **1.65** | **1.70** | **1.75** | **1.80** | **1.85** | **1.90** | **1.95** | **2.00** | **2.05** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Gewicht** | **45** | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 | 13 | 12 | 12 | 11 | 11 |
| | **50** | 21 | 20 | 18 | 17 | 16 | 15 | 15 | 14 | 13 | 13 | 12 | 12 |
| | **55** | 24 | 23 | 21 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 | 14 | 13 |
| | **60** | 27 | 25 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 |
| | **65** | 29 | 27 | 25 | 24 | 22 | 21 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 |
| | **70** | 31 | 29 | 27 | 26 | 24 | 23 | 22 | 20 | 19 | 18 | 18 | 17 |
| | **75** | 33 | 31 | 29 | 28 | 26 | 24 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 | 18 |
| | **80** | 36 | 33 | 31 | 29 | 28 | 26 | 25 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 |
| | **85** | 38 | 35 | 33 | 31 | 29 | 28 | 26 | 25 | 24 | 22 | 21 | 20 |
| | **90** | 40 | 37 | 35 | 33 | 31 | 29 | 28 | 26 | 25 | 24 | 23 | 21 |
| | **95** | 42 | 40 | 37 | 35 | 33 | 31 | 29 | 28 | 26 | 25 | 24 | 23 |
| | **100** | 44 | 42 | 39 | 37 | 35 | 33 | 31 | 29 | 28 | 26 | 25 | 24 |
| | **105** | 47 | 44 | 41 | 39 | 36 | 34 | 32 | 31 | 29 | 28 | 26 | 25 |
| | **110** | 49 | 46 | 43 | 40 | 38 | 36 | 34 | 32 | 30 | 29 | 28 | 26 |
| | **115** | 51 | 48 | 45 | 42 | 40 | 38 | 35 | 34 | 32 | 30 | 29 | 27 |
| | **120** | 53 | 50 | 47 | 44 | 42 | 39 | 37 | 35 | 33 | 32 | 30 | 29 |
| | **125** | 56 | 52 | 49 | 46 | 43 | 41 | 39 | 37 | 35 | 33 | 31 | 30 |

BMI-Berechnungsformel: $\frac{\text{Körpergewicht in kg}}{(\text{Körpergrösse in m})^2}$

Untergewicht: <18.5
Normalgewicht: 18.5–24.9
Übergewicht: 25.0–29.9

Gedruckt in der Schweiz.