PRACOVNÍ METABOLISMUS

Jméno: Datum měření:	Obor: Datum narození:

Pracovní metabolismus – energetický výdej za 24 hodin

$$\text{Výpočet (kJ)} = \frac{\text{činnosti (hod)} * \text{\% nál. BM} * \text{BM (kJ/hod)}}{100}$$

DOBA (hod)	ČINNOST	% NÁL. BM	VÝPOČET	ENERGIE (kJ)

Energetický výdej za 24 hod: …… kJ/24hod

KALORIMETRIE

	kcal	kJ
LEH		
SED		
CHŮZE		

Závěr (zhodnocení, porovnání s normou, porovnání s ostatními):