

OBJETIVO CUMPLIDO



iii EDUARDO SANCHEZ !!!

OBJETIVO.- Reducir % grasa y definir masa muscular.

Lectura inicial (16/04/09).-

Peso 72 Kg
IMC 22,2
Porcentaje de Grasa 16,1 %

Objetivo conseguido (28/05).-

Peso 70,2 Kg
IMC 21,7
Porcentaje de Grasa 12,2 %



iii STALIN BURGOS !!!

OBJETIVO.- Ganar peso y definir masa muscular.

Lectura inicial (07/05/09).-

Peso 60,8 Kg
IMC 22,2
Porcentaje de Grasa 9,5 %

Objetivo conseguido (28/05/09).-

Peso 63,6 Kg
IMC 23,4
Porcentaje de Grasa 12,2 %

iii ENHORABUENA !!!

