

**Normwerte der Fettmasse von Frauen in Abhängigkeit von der Körpergröße  
und Einteilung der Adipositasgrade nach der Fettmasse**

Körpergröße	mager	normal	Präadipositas	Adipositas Grad I	Adipositas Grad II	Adipositas Grad III
150 cm	< 12,8 kg	12,8 kg - 22,7 kg	22,7 kg - 30,4 kg	30,4 kg - 38,0 kg	38,0 kg - 45,7 kg	> 45,7 kg
151 cm	< 13,0 kg	13,0 kg - 23,0 kg	23,0 kg - 30,8 kg	30,8 kg - 38,5 kg	38,5 kg - 46,3 kg	> 46,3 kg
152 cm	< 13,2 kg	13,2 kg - 23,3 kg	23,3 kg - 31,2 kg	31,2 kg - 39,0 kg	39,0 kg - 46,9 kg	> 46,9 kg
153 cm	< 13,3 kg	13,3 kg - 23,6 kg	23,6 kg - 31,6 kg	31,6 kg - 39,6 kg	39,6 kg - 47,5 kg	> 47,5 kg
154 cm	< 13,5 kg	13,5 kg - 24,0 kg	24,0 kg - 32,0 kg	32,0 kg - 40,1 kg	40,1 kg - 48,1 kg	> 48,1 kg
155 cm	< 13,7 kg	13,7 kg - 24,3 kg	24,3 kg - 32,4 kg	32,4 kg - 40,6 kg	40,6 kg - 48,8 kg	> 48,8 kg
156 cm	< 13,9 kg	13,9 kg - 24,6 kg	24,6 kg - 32,9 kg	32,9 kg - 41,1 kg	41,1 kg - 49,4 kg	> 49,4 kg
157 cm	< 14,0 kg	14,0 kg - 24,9 kg	24,9 kg - 33,3 kg	33,3 kg - 41,7 kg	41,7 kg - 50,0 kg	> 50,0 kg
158 cm	< 14,2 kg	14,2 kg - 25,2 kg	25,2 kg - 33,7 kg	33,7 kg - 42,2 kg	42,2 kg - 50,7 kg	> 50,7 kg
159 cm	< 14,4 kg	14,4 kg - 25,5 kg	25,5 kg - 34,1 kg	34,1 kg - 42,7 kg	42,7 kg - 51,3 kg	> 51,3 kg
160 cm	< 14,6 kg	14,6 kg - 25,9 kg	25,9 kg - 34,6 kg	34,6 kg - 43,3 kg	43,3 kg - 52,0 kg	> 52,0 kg
161 cm	< 14,8 kg	14,8 kg - 26,2 kg	26,2 kg - 35,0 kg	35,0 kg - 43,8 kg	43,8 kg - 52,6 kg	> 52,6 kg
162 cm	< 15,0 kg	15,0 kg - 26,5 kg	26,5 kg - 35,4 kg	35,4 kg - 44,4 kg	44,4 kg - 53,3 kg	> 53,3 kg
163 cm	< 15,1 kg	15,1 kg - 26,8 kg	26,8 kg - 35,9 kg	35,9 kg - 44,9 kg	44,9 kg - 53,9 kg	> 53,9 kg
164 cm	< 15,3 kg	15,3 kg - 27,2 kg	27,2 kg - 36,3 kg	36,3 kg - 45,5 kg	45,5 kg - 54,6 kg	> 54,6 kg
165 cm	< 15,5 kg	15,5 kg - 27,5 kg	27,5 kg - 36,8 kg	36,8 kg - 46,0 kg	46,0 kg - 55,3 kg	> 55,3 kg
166 cm	< 15,7 kg	15,7 kg - 27,8 kg	27,8 kg - 37,2 kg	37,2 kg - 46,6 kg	46,6 kg - 55,9 kg	> 55,9 kg
167 cm	< 15,9 kg	15,9 kg - 28,2 kg	28,2 kg - 37,7 kg	37,7 kg - 47,1 kg	47,1 kg - 56,6 kg	> 56,6 kg
168 cm	< 16,1 kg	16,1 kg - 28,5 kg	28,5 kg - 38,1 kg	38,1 kg - 47,7 kg	47,7 kg - 57,3 kg	> 57,3 kg
169 cm	< 16,3 kg	16,3 kg - 28,8 kg	28,8 kg - 38,6 kg	38,6 kg - 48,3 kg	48,3 kg - 58,0 kg	> 58,0 kg
170 cm	< 16,5 kg	16,5 kg - 29,2 kg	29,2 kg - 39,0 kg	39,0 kg - 48,8 kg	48,8 kg - 58,7 kg	> 58,7 kg
171 cm	< 16,7 kg	16,7 kg - 29,5 kg	29,5 kg - 39,5 kg	39,5 kg - 49,4 kg	49,4 kg - 59,4 kg	> 59,4 kg
172 cm	< 16,9 kg	16,9 kg - 29,9 kg	29,9 kg - 39,9 kg	39,9 kg - 50,0 kg	50,0 kg - 60,1 kg	> 60,1 kg
173 cm	< 17,1 kg	17,1 kg - 30,2 kg	30,2 kg - 40,4 kg	40,4 kg - 50,6 kg	50,6 kg - 60,8 kg	> 60,8 kg
174 cm	< 17,3 kg	17,3 kg - 30,6 kg	30,6 kg - 40,9 kg	40,9 kg - 51,2 kg	51,2 kg - 61,5 kg	> 61,5 kg
175 cm	< 17,5 kg	17,5 kg - 30,9 kg	30,9 kg - 41,3 kg	41,3 kg - 51,8 kg	51,8 kg - 62,2 kg	> 62,2 kg
176 cm	< 17,7 kg	17,7 kg - 31,3 kg	31,3 kg - 41,8 kg	41,8 kg - 52,3 kg	52,3 kg - 62,9 kg	> 62,9 kg
177 cm	< 17,9 kg	17,9 kg - 31,6 kg	31,6 kg - 42,3 kg	42,3 kg - 52,9 kg	52,9 kg - 63,6 kg	> 63,6 kg
178 cm	< 18,1 kg	18,1 kg - 32,0 kg	32,0 kg - 42,8 kg	42,8 kg - 53,5 kg	53,5 kg - 64,3 kg	> 64,3 kg
179 cm	< 18,3 kg	18,3 kg - 32,4 kg	32,4 kg - 43,3 kg	43,3 kg - 54,1 kg	54,1 kg - 65,0 kg	> 65,0 kg
180 cm	< 18,5 kg	18,5 kg - 32,7 kg	32,7 kg - 43,7 kg	43,7 kg - 54,8 kg	54,8 kg - 65,8 kg	> 65,8 kg
181 cm	< 18,7 kg	18,7 kg - 33,1 kg	33,1 kg - 44,2 kg	44,2 kg - 55,4 kg	55,4 kg - 66,5 kg	> 66,5 kg
182 cm	< 18,9 kg	18,9 kg - 33,5 kg	33,5 kg - 44,7 kg	44,7 kg - 56,0 kg	56,0 kg - 67,2 kg	> 67,2 kg
183 cm	< 19,1 kg	19,1 kg - 33,8 kg	33,8 kg - 45,2 kg	45,2 kg - 56,6 kg	56,6 kg - 68,0 kg	> 68,0 kg
184 cm	< 19,3 kg	19,3 kg - 34,2 kg	34,2 kg - 45,7 kg	45,7 kg - 57,2 kg	57,2 kg - 68,7 kg	> 68,7 kg
185 cm	< 19,5 kg	19,5 kg - 34,6 kg	34,6 kg - 46,2 kg	46,2 kg - 57,8 kg	57,8 kg - 69,5 kg	> 69,5 kg