

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

Körpergröße	mager	normal	Präadipositas	Adipositas Grad I	Adipositas Grad II	
160 cm	< 5,4 kg	5,4 kg - 15,6 kg	15,6 kg - 23,6 kg	23,6 kg - 31,5 kg	31,5 kg - 39,4 kg	> 39,4 kg
161 cm	< 5,4 kg	5,4 kg - 15,8 kg	15,8 kg - 23,8 kg	23,8 kg - 31,9 kg	31,9 kg - 39,9 kg	> 39,9 kg
162 cm	< 5,5 kg	5,5 kg - 16,0 kg	16,0 kg - 24,1 kg	24,1 kg - 32,3 kg	32,3 kg - 40,4 kg	> 40,4 kg
163 cm	< 5,6 kg	5,6 kg - 16,2 kg	16,2 kg - 24,4 kg	24,4 kg - 32,7 kg	32,7 kg - 40,9 kg	> 40,9 kg
164 cm	< 5,6 kg	5,6 kg - 16,4 kg	16,4 kg - 24,7 kg	24,7 kg - 33,1 kg	33,1 kg - 41,4 kg	> 41,4 kg
165 cm	< 5,7 kg	5,7 kg - 16,6 kg	16,6 kg - 25,0 kg	25,0 kg - 33,5 kg	33,5 kg - 41,9 kg	> 41,9 kg
166 cm	< 5,8 kg	5,8 kg - 16,8 kg	16,8 kg - 25,4 kg	25,4 kg - 33,9 kg	33,9 kg - 42,4 kg	> 42,4 kg
167 cm	< 5,9 kg	5,9 kg - 17,0 kg	17,0 kg - 25,7 kg	25,7 kg - 34,3 kg	34,3 kg - 42,9 kg	> 42,9 kg
168 cm	< 5,9 kg	5,9 kg - 17,2 kg	17,2 kg - 26,0 kg	26,0 kg - 34,7 kg	34,7 kg - 43,5 kg	> 43,5 kg
169 cm	< 6,0 kg	6,0 kg - 17,4 kg	17,4 kg - 26,3 kg	26,3 kg - 35,1 kg	35,1 kg - 44,0 kg	> 44,0 kg
170 cm	< 6,1 kg	6,1 kg - 17,6 kg	17,6 kg - 26,6 kg	26,6 kg - 35,5 kg	35,5 kg - 44,5 kg	> 44,5 kg
171 cm	< 6,1 kg	6,1 kg - 17,8 kg	17,8 kg - 26,9 kg	26,9 kg - 36,0 kg	36,0 kg - 45,0 kg	> 45,0 kg
172 cm	< 6,2 kg	6,2 kg - 18,0 kg	18,0 kg - 27,2 kg	27,2 kg - 36,4 kg	36,4 kg - 45,6 kg	> 45,6 kg
173 cm	< 6,3 kg	6,3 kg - 18,3 kg	18,3 kg - 27,5 kg	27,5 kg - 36,8 kg	36,8 kg - 46,1 kg	> 46,1 kg
174 cm	< 6,4 kg	6,4 kg - 18,5 kg	18,5 kg - 27,9 kg	27,9 kg - 37,2 kg	37,2 kg - 46,6 kg	> 46,6 kg
175 cm	< 6,4 kg	6,4 kg - 18,7 kg	18,7 kg - 28,2 kg	28,2 kg - 37,7 kg	37,7 kg - 47,2 kg	> 47,2 kg
176 cm	< 6,5 kg	6,5 kg - 18,9 kg	18,9 kg - 28,5 kg	28,5 kg - 38,1 kg	38,1 kg - 47,7 kg	> 47,7 kg
177 cm	< 6,6 kg	6,6 kg - 19,1 kg	19,1 kg - 28,8 kg	28,8 kg - 38,5 kg	38,5 kg - 48,2 kg	> 48,2 kg
178 cm	< 6,7 kg	6,7 kg - 19,3 kg	19,3 kg - 29,1 kg	29,1 kg - 39,0 kg	39,0 kg - 48,8 kg	> 48,8 kg
179 cm	< 6,7 kg	6,7 kg - 19,5 kg	19,5 kg - 29,5 kg	29,5 kg - 39,4 kg	39,4 kg - 49,3 kg	> 49,3 kg
180 cm	< 6,8 kg	6,8 kg - 19,8 kg	19,8 kg - 29,8 kg	29,8 kg - 39,9 kg	39,9 kg - 49,9 kg	> 49,9 kg
181 cm	< 6,9 kg	6,9 kg - 20,0 kg	20,0 kg - 30,1 kg	30,1 kg - 40,3 kg	40,3 kg - 50,5 kg	> 50,5 kg
182 cm	< 7,0 kg	7,0 kg - 20,2 kg	20,2 kg - 30,5 kg	30,5 kg - 40,7 kg	40,7 kg - 51,0 kg	> 51,0 kg
183 cm	< 7,0 kg	7,0 kg - 20,4 kg	20,4 kg - 30,8 kg	30,8 kg - 41,2 kg	41,2 kg - 51,6 kg	> 51,6 kg
184 cm	< 7,1 kg	7,1 kg - 20,7 kg	20,7 kg - 31,1 kg	31,1 kg - 41,6 kg	41,6 kg - 52,1 kg	> 52,1 kg
185 cm	< 7,2 kg	7,2 kg - 20,9 kg	20,9 kg - 31,5 kg	31,5 kg - 42,1 kg	42,1 kg - 52,7 kg	> 52,7 kg
186 cm	< 7,3 kg	7,3 kg - 21,1 kg	21,1 kg - 31,8 kg	31,8 kg - 42,6 kg	42,6 kg - 53,3 kg	> 53,3 kg
187 cm	< 7,3 kg	7,3 kg - 21,3 kg	21,3 kg - 32,2 kg	32,2 kg - 43,0 kg	43,0 kg - 53,9 kg	> 53,9 kg
188 cm	< 7,4 kg	7,4 kg - 21,6 kg	21,6 kg - 32,5 kg	32,5 kg - 43,5 kg	43,5 kg - 54,4 kg	> 54,4 kg
189 cm	< 7,5 kg	7,5 kg - 21,8 kg	21,8 kg - 32,9 kg	32,9 kg - 43,9 kg	43,9 kg - 55,0 kg	> 55,0 kg
190 cm	< 7,6 kg	7,6 kg - 22,0 kg	22,0 kg - 33,2 kg	33,2 kg - 44,4 kg	44,4 kg - 55,6 kg	> 55,6 kg
191 cm	< 7,7 kg	7,7 kg - 22,3 kg	22,3 kg - 33,6 kg	33,6 kg - 44,9 kg	44,9 kg - 56,2 kg	> 56,2 kg
192 cm	< 7,7 kg	7,7 kg - 22,5 kg	22,5 kg - 33,9 kg	33,9 kg - 45,3 kg	45,3 kg - 56,8 kg	> 56,8 kg
193 cm	< 7,8 kg	7,8 kg - 22,7 kg	22,7 kg - 34,3 kg	34,3 kg - 45,8 kg	45,8 kg - 57,4 kg	> 57,4 kg
194 cm	< 7,9 kg	7,9 kg - 23,0 kg	23,0 kg - 34,6 kg	34,6 kg - 46,3 kg	46,3 kg - 58,0 kg	> 58,0 kg
195 cm	< 8,0 kg	8,0 kg - 23,2 kg	23,2 kg - 35,0 kg	35,0 kg - 46,8 kg	46,8 kg - 58,6 kg	> 58,6 kg