

IZRAČUNAJTE KOLIKO STE DOISTA STARI

Autor tportal.hr

Četvrtak, 07 Studeni 2013 18:32 - Ažurirano Četvrtak, 07 Studeni 2013 18:35



Izvor: tportal.hr

Uz nekoliko stavki na stranici www.ntnu.com lako ćete izračunati koliko vam je tijelo staro u godinama fitnesa.

Dovoljno je ukucati godine, širinu struka ili pak otkucaje srca i kalkulator će vam reći koliko je tijelo zdravo i u kondiciji.

Daily Mail piše kako se ovaj izračun zove VO2 max, i neki primjeri pokazuju kako žena s viškom kilograma u dobi od 40 godina zapravo ima tijelo koje je 15 godina starije.

Znanstvenici na norveškom Sveučilištu za znanost i tehnologiju u ovaj su kalkulator ubrojili pet vrijednosti: širinu struka, navike vježbanja, otkucaje srca, godine i spol.