

Misure Lorenzo

DATA di inizio: 20/05/2026

DATA di completamento: 20/05/2026

	Misurazioni inizio	Misurazioni adesso
Età (anni)	21	quanti anni hai? 20
Peso (kg)	67,7 kg	quanto pesi?
Altezza (cm)	176,5 cm	quanto sei alto?
Collo (cm)	36.5 cm	???
Spalle (cm)	110 cm	???
Petto contratto (cm)	98 cm	???
Petto espanso (cm)	101 cm	???
Bicipite rilassato (cm)	Dx 30,5 cm - Sx 30,5 cm	Dx ??? - Sx ???
Bicipite contratto (cm)	Dx 32 cm - Sx 32 cm	Dx ??? - Sx ???
Avambraccio (cm)	Dx 27,5 cm - Sx 27,5 cm contratti Dx 28,5 cm - Sx 28 cm	Dx ??? - Sx ???
Polso (cm)	Dx 17 cm - Sx 17 cm	Dx ??? - Sx ???
Vita (cm)	82 cm	???
Anca (cm)	91 cm	???
Glutei (cm)	97 cm	???
Coscia (cm)	Dx 55 cm - Sx 55 cm	Dx ??? - Sx ???
Ginocchio (cm)	Dx 36 cm - Sx 36 cm	Dx ??? - Sx ???
Polpaccio (cm)	Dx 34 cm - Sx 34,5 cm	Dx ??? - Sx ???
Caviglia (cm)	Dx 22 cm - Sx 22 cm	Dx ??? - Sx ???

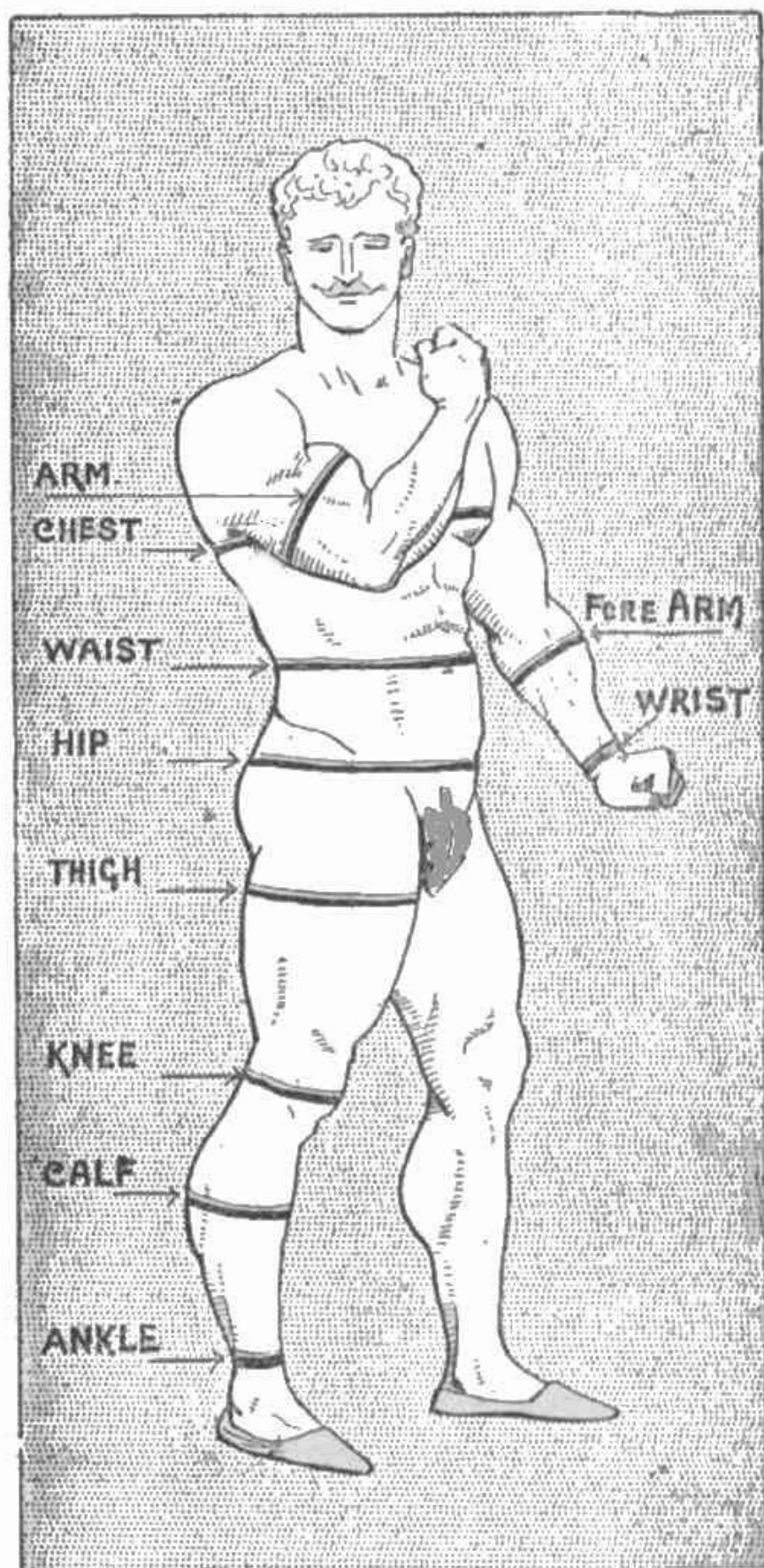
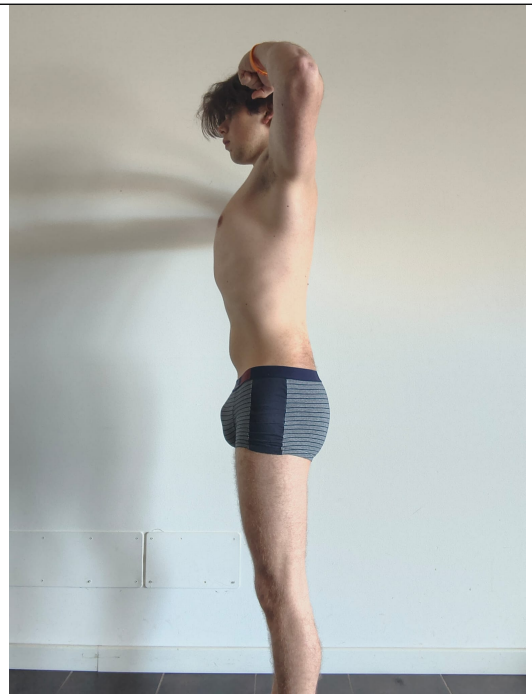


Foto da includere sempre a corpo intero che si veda bene dalla testa ai piedi.

Rilassato: posizione anatomica standard	Muscoli: mostrando i bicipiti contratti
Frontale 	Frontale 
Lato dx 	Lato dx 
Lato sx	Lato sx



Schiena



Schiena

