

ВЫСТАВКА ЗДОРОВЬЯ



Питание
Физические упражнения
Вода
Солнечный свет
Воздержание
Воздух
Отдых
Доверие

Показатели Вашего здоровья

Ф.И.О. _____

Питание Избыточный вес тела	<input type="text"/> Рост	<input type="text"/> Вес	<input type="text"/> Содержание жира%	<input type="text"/> Рекомендовано										
Физические упражнения Проба на ступеньке	<input type="text"/> Пульс в покое	<input type="text"/> После 3 мин. физ. упражнений	<input type="text"/> После 5 мин. Отдыха	Частота пульса после 3х мин. умеренных упражнений:										
				<table border="1"> <tr> <td>110 или ниже</td> <td>Отлично</td> </tr> <tr> <td>110-120</td> <td>Очень хорошо</td> </tr> <tr> <td>120-130</td> <td>Хорошо</td> </tr> <tr> <td>130-140</td> <td>Удовлетворительно</td> </tr> <tr> <td>140 или выше</td> <td>Неудовлетворительно</td> </tr> </table>		110 или ниже	Отлично	110-120	Очень хорошо	120-130	Хорошо	130-140	Удовлетворительно	140 или выше
110 или ниже	Отлично													
110-120	Очень хорошо													
120-130	Хорошо													
130-140	Удовлетворительно													
140 или выше	Неудовлетворительно													
Вода Демонстрация водолечения				<input type="text"/>										
Солнечный свет Давление крови	<input type="text"/> Давление крови			Минимум: 140/90 Идеально: 120/70										
Воздержание Компьютерное определение биологического возраста	<input type="text"/> Определение биолог. возраста													
Воздух Измерение верхнего уровня	<input type="text"/> Верхний уровень	<input type="text"/> Рекомендовано												
Отдых Массаж на стуле														
Доверие Советы по здоровью														