

Resultaten nulmeting SLIMMER Achterhoek 2017



Ruim 100 deelnemers

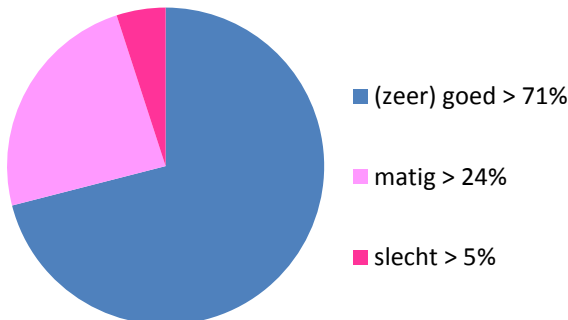
Aantal: 113
Leeftijd: gemiddeld 61 jaar
Opleidingsniveau: laag

"Ik wil graag gewicht verliezen en een stok achter de deur om gezond te blijven"

Deelnemers doen vooral mee om hun gezondheid te verbeteren en fitter te worden.

"Ik hoop een handvat te krijgen om diabetes te voorkomen. Om op een gezonde manier oud te worden"

Ervaren gezondheid bij de start van SLIMMER



(bij de gemiddelde Nederlandse volwassene antwoordt 76% met (zeer) goed, GGD Gezondheidsonderzoek 2016).



nulmeting

Bij de start

- ✓ gemiddeld gewicht: 97 kg (range 53-148 kg)
- ✓ gemiddelde BMI: 32,4 kg/m² (range 18,8-48,2 kg/m²)
- ✓ gemiddelde middelomtrek: 112 cm (range 74-143 cm)
- ✓ heeft 30% overgewicht (BMI 25-30)
- ✓ heeft 65% obesitas (BMI 30⁺)
- ✓ heeft 5% een gezond gewicht (BMI <25)
- ✓ gemiddeld vermogen SteepRamp fittest: 274 Watt (range 75-656 Watt)

Geerke Duijzer & Myriam van Tol – juli 2017 – www.evaluatiebureau.nl