



Escola de Antropometria

Produtos/Serviços

1. **Curso 1: Imersão VIP. Pequenos grupos.** Grupo fechado para empresas com 2, 4 ou 6 pessoas. Encontro presencial (4h teoria + 4h prática). Vou até seu consultório/academia. Ticket médio:
 - R\$ 1.200 por pessoa (grupo de 2)
 - R\$ 800 por pessoa (grupo de 4)
 - R\$ 600 por pessoa (grupo de 6)
2. **Curso 2: Imersão. Grandes grupos.** Grupo de no mínimo 15 e máximo 25 pessoas. Encontro presencial (4h teoria + 4h prática). Nesse curso, o contratante disponibiliza o espaço e é responsável pela divulgação. Ticket médio: 350,00 com 40% de participação para o contratante.
3. **Curso 3: Clínica VIP.** Treinamento prático para quem já sabe, mas quer se aperfeiçoar. Individual até 3 pessoas. Ideal para quem já fez os cursos BI Avalia. Encontro presencial (4h de prática). Vou até seu local. Ticket médio:
 - R\$ 800 por pessoa (individual*)
 - R\$ 600 por pessoa (dupla)
 - R\$ 400 por pessoa (trio)
4. **Curso 4: Clínica Grupo.** Treinamento prático para quem já sabe, mas quer se aperfeiçoar. Ideal para quem já fez os cursos BI Avalia. Grupo de mínimo 6 e máximo de 10 pessoas. Encontro presencial com 4h de prática supervisionada. Ticket médio: R\$ 250 por pessoa. Vou até seu local.

Tabela: Resumo dos Cursos:

Nome		Carga Horária	Grupos	Investimento por pessoa
Curso 1	Imersão VIP	4 h teórica + 4 h prática	2, 4 e 6 pessoas	R\$ 1200,00 a 600,00
Curso 2	Imersão	4 h teórica + 4 h prática	15 a 25 pessoas	R\$ 350,00 **
Curso 3	Clínica VIP	4 h prática	1 a 3 pessoas	R\$ 800,00 a 400,00
Curso 4	Cínica	4 h prática	6 a 10 pessoas	R\$ 250,00

**comissão de 40% para o contratante do curso

Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ

Contatos: Tel. (21) 99851-1046/ Instagram @bia.avalia / Site: www.biavalia.com.br



Escola de Antropometria

EXEMPLO DO RELATÓRIO DA PLANILHA AUTOMATIZADA (Análise da Composição Corporal)



DADOS DO AVALIADO						
Nome:			Sexo:	Feminino		
Data de nascimento:	04/03/1970		Idade:	55 anos e 4 meses	Profissão:	Educação Física
Avaliação:	2a Avaliação		Data:	15/08/2025	Hora:	19:56
AVALIAÇÃO FÍSICA - MEDIDAS GERAIS						
Massa (kg)	61,7	Estatura (cm)	172,5	IMC (kg/m ²)	20,7	
Pescoço	31,2	Classificação	Normal			
Cintura	67,3	Classificação	Normal	IC / E (m)	0,39	
				Classificação	Saudável	
AVALIAÇÃO FÍSICA - PERÍMETROS (CM)						
Tórax	85	Antebraço D	24			
Braço relaxado D	28,2	Antebraço E	24,3			
Braço relaxado E	28,3	Abdômen	70,5			
Braço tensionado D	30,1	Quadril	96			
Braço tensionado E	30,1	Coxa média D	50,2			
Braço relaxado X tensionado D	1,9	Coxa média E	49,6			
Braço relaxado X tensionado E	1,8	Perna D	35,2			
		Perna E	36			

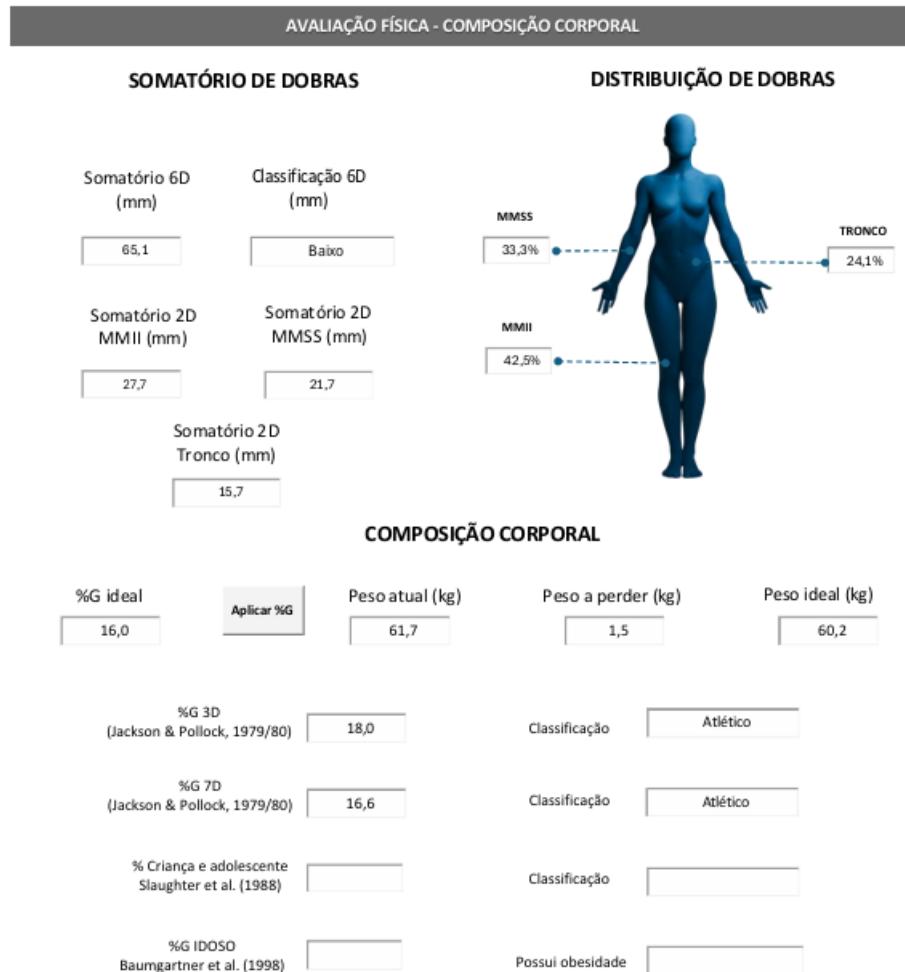


Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ
Contatos: Tel. (21) 99851-1046/ Instagram @bia.avalia / Site: www.biavalia.com.br



Escola de Antropometria



Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ
Contatos: Tel. (21) 99851-1046/ Instagram @bia.avalia / Site: www.biavalia.com.br



Escola de Antropometria

AVALIAÇÃO FÍSICA - COMPOSIÇÃO CORPORAL

COMPOSIÇÃO CORPORAL

Massa gorda (kg)	% Massa gorda	Massa muscular (kg)	% Massa muscular	Classificação
11,1	18,0	27,5	44,5	Normal

Massa magra (kg)

50,6

Massa óssea (kg)

7,9

% Massa óssea

12,9



SOMATOTIPO

Endomorfia



2,7 - Moderado

Mesomorfia



3,6 - Moderado

Ectomorfia



3,4 - Moderado

Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ

Contatos: Tel. (21) 99851-1046 / Instagram @bia.avalia / Site: www.biavalia.com.br



Escola de Antropometria

Evolução - COMPOSIÇÃO CORPORAL

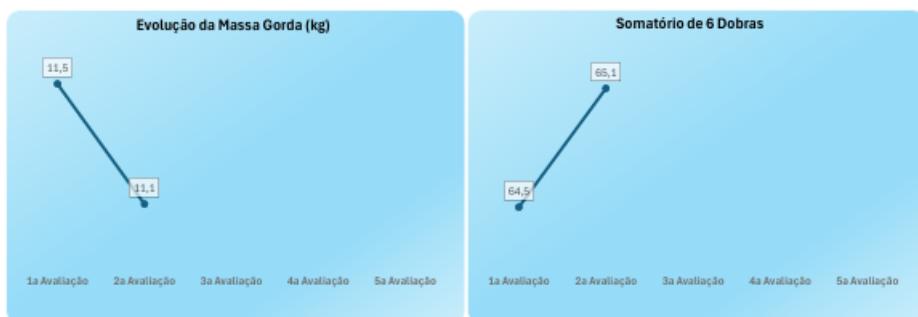
Nome:

Idade: 55 anos e 4 meses

Data de nascimento: 04/03/1970

Sexo: Feminino

Profissão: Educação Física



Biavalia

Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ

Contatos: Tel. (21) 99851-1046/ Instagram @bia.avalia / Site: www.biavalia.com.br



Escola de Antropometria

DADOS ANTROPOMÉTRICOS COMPARATIVOS

PERIMETRIA (cm)

	1ª Avaliação 31/07/2025	2ª Avaliação 15/08/2025	3ª Avaliação	4ª Avaliação	5ª Avaliação
Braço relaxado D	28,9	28,2			
Braço relaxado E	29	28,3			
Braço tensionado D	30,9	30,1			
Braço tensionado E	30,9	30,1			
Braço relaxado x tensionado D	2,0	1,9			
Braço relaxado x tensionado E	1,9	1,8			
Abdome	72,3	70,5			
Cintura	67,6	67,3			
Quadril	96,6	96			
Coxa média D	51	50,2			
Coxa média E	50,5	49,6			
Perna D	35,8	35,2			
Perna E	36,5	36			

SOMATÓRIO DOBRAS CUTÂNEAS (mm)

Σ 6 Dobras	64,5	65,1			
Σ 2 Dobras- Tronco	15,8	15,7			
Σ 2 Dobras MMSS	21,8	21,7			
Σ 2 Dobras MMII	26,9	27,7			

Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ

Contatos: Tel. (21) 99851-1046/ Instagram @bia.avalia / Site: www.biavalia.com.br



Escola de Antropometria

DOBRAS CUTÂNEAS (mm)

	1ª Avaliação	2ª Avaliação	3ª Avaliação	4ª Avaliação	5ª Avaliação
Tríceps	13,1	11,8			
Bíceps	3,6	3,4			
Peitoral	4,2	4,0			
Axial média	5,8	5,6			
Subescapular	8,7	9,9			
Supra espinal	5,9	5,7			
Cristaliliaca	9,0	7,6			
Abdominal	9,9	10,0			
Coxa	17,3	18,2			
Panturrilha	9,6	9,5			

PARECER

BiAvalia

info@biavalia.com.br - (21) 998511046

Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ

Contatos: Tel. (21) 99851-1046 / Instagram @bia.avalia / Site: www.biavalia.com.br