



## 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 BIAvalia. 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)

\*disponibilizar um modelo para realização das medidas.

4. **Curso 4: Clínica Grupo.** Treinamento prático para quem já sabe, mas quer se aperfeiçoar. Ideal para quem já fez os cursos BIAvalia. 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.avalía / Site: [www.biavalía.com.br](http://www.biavalía.com.br)



## Escola de Antropometria


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



DADOS DO AVALIADO			
Nome:	<input type="text"/>	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)	<input type="text" value="61,7"/>	Estatura (cm)	<input type="text" value="172,5"/>
IMC (kg/m²)	<input type="text" value="20,7"/>	Classificação	<input type="text" value="Eutrofia"/>
Pescoço	<input type="text" value="31,2"/>	Classificação	<input type="text" value="Normal"/>
Cintura	<input type="text" value="67,3"/>	Classificação	<input type="text" value="Normal"/>
IC / E (m)	<input type="text" value="0,39"/>	Classificação	<input type="text" value="Saudável"/>

AVALIAÇÃO FÍSICA - PERÍMETROS (CM)			
Tórax	<input type="text" value="85"/>	Antebraço D	<input type="text" value="24"/>
Braço relaxado D	<input type="text" value="28,2"/>	Antebraço E	<input type="text" value="24,3"/>
Braço relaxado E	<input type="text" value="28,3"/>	Abdômen	<input type="text" value="70,5"/>
Braço tensionado D	<input type="text" value="30,1"/>	Quadril	<input type="text" value="96"/>
Braço tensionado E	<input type="text" value="30,1"/>	Coxa média D	<input type="text" value="50,2"/>
Braço relaxado X tensionado D	<input type="text" value="1,9"/>	Coxa média E	<input type="text" value="49,6"/>
Braço relaxado X tensionado E	<input type="text" value="1,8"/>	Perna D	<input type="text" value="35,2"/>
		Perna E	<input type="text" value="36"/>



Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ

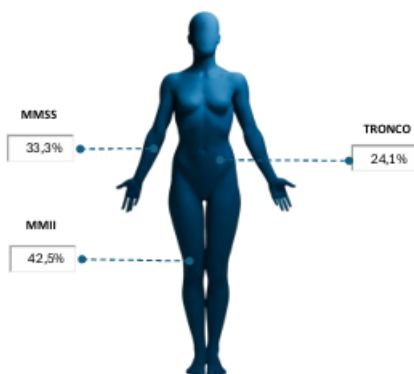
Contatos: Tel. (21) 99851-1046/ Instagram @bia.avalial / Site: [www.biavalial.com.br](http://www.biavalial.com.br)

### AVALIAÇÃO FÍSICA - COMPOSIÇÃO CORPORAL

#### SOMATÓRIO DE DOBRAS

Somatório 6D (mm)	Classificação 6D (mm)
65,1	Baixo
Somatório 2D MMII (mm)	Somatório 2D MMSS (mm)
27,7	21,7
Somatório 2D Tronco (mm)	
15,7	

#### DISTRIBUIÇÃO DE DOBRAS



#### COMPOSIÇÃO CORPORAL

%G ideal	Aplicar %G	Peso atual (kg)	Peso a perder (kg)	Peso ideal (kg)
16,0		61,7	1,5	60,2

%G 3D (Jackson & Pollock, 1979/80) 18,0

Classificação Atlético

%G 7D (Jackson & Pollock, 1979/80) 16,6

Classificação Atlético

% Criança e adolescente Slaughter et al. (1988)

Classificação

%G IDOSO Baumgartner et al. (1998)

Possui obesidade

Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

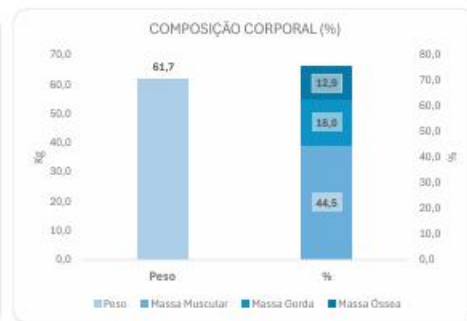
Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ

Contatos: Tel. (21) 99851-1046/ Instagram @bia.avalial / Site: [www.biavalial.com.br](http://www.biavalial.com.br)

### 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)	Massa óssea (kg)	% Massa óssea		
50,6	7,9	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.avalial / Site: [www.biavalial.com.br](http://www.biavalial.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

Evolução do Peso (kg)



Evolução da Massa Muscular (kg)



Evolução da Massa Gorda (kg)



Somatório de 6 Dobras



BIÁvalia

Medindo com Precisão e Avaliando com Cuidado

Ana Beatriz Moreira – CREF1 002124 G/RJ

Contatos: Tel. (21) 99851-1046/ Instagram @bia.avalía / Site: [www.biavalía.com.br](http://www.biavalía.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.avalía / Site: [www.biavalía.com.br](http://www.biavalía.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			
Peltoral	4,2	4,0			
Axial média	5,8	5,6			
Subescapular	8,7	9,9			
Supra espinal	5,9	5,7			
Cristallíaca	9,0	7,6			
Abdominal	9,9	10,0			
Coxa	17,3	18,2			
Panturrilha	9,6	9,5			

PARECER

BiAvalía

info@biavalía.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.avalía / Site: [www.biavalía.com.br](http://www.biavalía.com.br)