

PERCENT BODY FAT ESTIMATION FOR WOMEN (CONT'D)

Circumference Value*	Height (inches)																			
	68	68.5	69	69.5	70	70.5	71	71.5	72	72.5	73	73.5	74	74.5	75	75.5	76	76.5	77	77.5
49	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19
49.5	19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19
50	20	20	19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19
50.5	21	20	20	20	19	19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19
51	21	21	21	20	20	20	19	19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19
51.5	22	22	21	21	21	20	20	20	20	19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19
52	23	22	22	22	21	21	21	21	20	20	20	19	19	<19	<19	<19	<19	<19	<19	<19
52.5	23	23	23	22	22	22	22	21	21	21	20	20	20	19	19	<19	<19	<19	<19	<19
53	24	24	23	23	23	22	22	22	22	21	21	21	20	20	20	20	19	19	<19	<19
53.5	25	24	24	24	23	23	23	23	22	22	22	21	21	21	21	20	20	20	19	19
54	25	25	25	24	24	24	24	23	23	23	22	22	22	21	21	21	21	20	20	20
54.5	26	26	25	25	25	24	24	24	24	23	23	23	22	22	22	22	21	21	21	20
55	27	26	26	26	25	25	25	25	24	24	24	23	23	23	22	22	22	22	21	21
55.5	27	27	27	26	26	26	25	25	25	25	24	24	24	23	23	23	23	22	22	22
56	28	28	27	27	27	26	26	26	25	25	25	25	24	24	24	23	23	23	23	22
56.5	29	28	28	28	27	27	27	26	26	26	26	25	25	25	24	24	24	24	23	23
57	29	29	29	28	28	28	27	27	27	26	26	26	26	25	25	25	24	24	24	24
57.5	30	29	29	29	29	28	28	28	27	27	27	26	26	26	26	25	25	25	25	24
58	30	30	30	29	29	29	29	28	28	28	27	27	27	27	26	26	26	25	25	25
58.5	31	31	30	30	30	29	29	29	29	28	28	28	27	27	27	27	26	26	26	25
59	32	31	31	31	30	30	30	29	29	29	29	28	28	28	27	27	27	27	26	26
59.5	32	32	32	31	31	31	30	30	30	29	29	29	29	28	28	28	27	27	27	27
60	33	32	32	32	32	31	31	31	30	30	30	30	29	29	29	28	28	28	28	27
60.5	33	33	33	32	32	32	32	31	31	31	30	30	30	30	29	29	29	28	28	28
61	34	34	33	33	33	32	32	32	32	31	31	31	30	30	30	30	29	29	29	28
61.5	35	34	34	34	33	33	33	32	32	32	32	31	31	31	30	30	30	30	29	29
62	35	35	35	34	34	34	33	33	33	32	32	32	32	31	31	31	30	30	30	30
62.5	>35	35	35	35	34	34	34	34	33	33	33	32	32	32	32	31	31	31	30	30
63	>35	>35	>35	35	35	35	34	34	34	34	33	33	33	32	32	32	32	31	31	31
63.5	>35	>35	>35	>35	>35	35	35	35	34	34	34	34	33	33	33	32	32	32	32	31
64	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	35	35	35	34	34	34	34	33	33	33	32	32	32
64.5	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	35	35	35	34	34	34	33	33	33	33	32
65	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	35	35	35	35	34	34	34	33	33	33
65.5	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	35	35	35	35	34	34	34	33
66	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	35	35	35	35	34	34
66.5	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	35	35	35	35
67	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	35	35
67.5	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35	>35

* Circumference value = natural waist + hip - neck circumference (in inches). MAXIMUM ALLOWED FAT LIMITS FOR FEMALES = AGE 17-39: 33%; 40+ = 34%.