

Body Mass Index Table

BMI	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
Height in inches	Height in cm	Weight in lbs															
58	147.32	91	96	100	105	110	115	119	124	129	133	138	143	147	152	157	162
59	149.86	94	99	104	109	114	119	124	128	133	138	143	148	153	158	163	168
60	152.40	97	102	107	112	118	123	128	133	138	143	148	153	158	163	168	174
61	154.94	100	106	111	116	122	127	132	137	143	148	153	158	164	169	174	180
62	157.48	104	109	115	120	126	131	136	142	147	153	158	164	169	175	180	186
63	160.02	107	113	118	124	130	135	141	146	152	158	163	169	175	180	186	191
64	162.56	110	116	122	128	134	140	145	151	157	163	169	174	180	186	192	197
65	165.10	114	120	126	132	138	144	150	156	162	168	174	180	186	192	198	204
66	167.64	118	124	130	136	142	148	155	161	167	173	179	186	192	198	204	210
67	170.18	121	127	134	140	146	153	159	166	172	178	185	191	198	204	211	217
68	172.72	125	131	138	144	151	158	164	171	177	184	190	197	203	210	216	223
69	175.26	128	135	142	149	155	162	169	176	182	189	196	203	209	216	223	230
70	177.80	132	139	146	153	160	167	174	181	188	195	202	209	216	222	229	236
71	180.34	136	143	150	157	165	172	179	186	193	200	208	215	222	229	236	243
72	182.88	140	147	154	162	169	177	184	191	199	206	213	221	228	235	242	250
73	185.42	144	151	159	166	174	182	189	197	204	212	219	227	235	242	250	257
74	187.96	148	155	163	171	179	186	194	202	210	218	225	233	241	249	256	264
75	190.50	152	160	168	176	184	192	200	208	216	224	232	240	248	256	264	272
Underweight = <18.5		Normal weight = 18.5–24.9					Overweight = 25–29.9					Obesity ≥ 30		©2013 Jogging Revival™			