

BODY MASS INDEX TABLE

		HEALTHY WEIGHT					OVERWEIGHT					OBESE					VERY OBESE																			
BMI		19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54
Height (feet/ inches)	Body Weight (pounds)																																			
4'10"	91 96 100 105 110 115	119 124 129 134 138	143 148 153 158 162 167 177 181 186	191 196 201 205 210 215 220 224 229 234 239 244 248 253 258																																
4'11"	94 99 104 109 114 119	124 128 133 138 143	148 153 158 163 168 173 183 188 193	198 203 208 212 217 222 227 232 237 242 247 252 257 262 267																																
5'0"	97 102 107 112 118 123	128 133 138 143 148	153 158 163 168 174 179 189 194 199	204 209 215 220 225 230 235 240 245 250 255 261 266 271 276																																
5'1"	100 106 111 116 122 127	132 137 143 148 153	158 164 169 174 180 185 195 201 206	211 217 222 227 232 238 243 248 254 259 264 269 275 280 285																																
5'2"	104 109 115 120 126 131	136 142 147 153 158	164 169 175 180 186 191 202 207 213	218 224 229 235 240 246 251 256 262 267 273 278 284 289 295																																
5'3"	107 113 118 124 130 135	141 146 152 158 163	169 175 180 186 191 197 208 214 220	225 231 237 242 248 254 259 265 270 278 282 287 293 299 304																																
5'4"	110 116 122 128 134 140	145 151 157 163 169	174 180 186 192 197 204 215 221 227	232 238 244 250 256 262 267 273 279 285 291 296 302 308 314																																
5'5"	114 120 126 132 138 144	150 156 162 168 174	180 186 192 198 204 210 222 228 234	240 246 252 258 264 270 276 282 288 294 300 306 312 318 324																																
5'6"	118 124 130 136 142 148	155 161 167 173 179	186 192 198 204 210 216 229 235 241	247 253 260 266 272 278 284 291 297 303 309 315 322 328 334																																
5'7"	121 127 134 140 146 153	159 166 172 178 185	191 198 204 211 217 223 236 242 249	255 261 266 274 280 287 293 299 306 312 319 325 331 338 344																																
5'8"	125 131 138 144 151 158	164 171 177 184 190	197 203 210 216 223 230 243 249 256	262 269 276 282 289 295 302 308 315 322 328 335 341 348 354																																
5'9"	128 135 142 149 155 162	169 176 182 189 196	203 209 216 223 230 236 250 257 263	270 277 284 291 297 304 311 318 324 331 338 345 351 358 365																																
5'10"	132 139 146 153 160 167	174 181 188 195 202	209 216 222 229 236 243 257 264 271	278 285 292 299 306 313 320 327 334 341 348 355 362 369 376																																
5'11"	136 143 150 157 165 172	179 186 193 200 208	215 222 229 236 243 250 265 272 279	286 293 301 308 315 322 329 338 343 351 358 365 373 379 386																																
6'0"	140 147 154 162 169 177	184 191 199 206 213	221 228 235 242 250 258 272 279 287	294 302 309 316 324 331 338 346 353 361 368 375 383 390 397																																
6'1"	144 151 159 166 174 182	189 197 204 212 219	227 235 242 250 257 265 280 288 295	302 310 318 325 333 340 348 355 363 371 378 386 393 401 408																																
6'2"	148 155 163 171 179 186	194 202 210 218 225	233 241 249 256 264 272 287 295 303	311 319 326 334 342 350 358 365 373 381 289 396 404 412 420																																
6'3"	152 160 168 176 184 192	200 208 216 224 232	240 248 256 264 272 279 295 303 311	319 327 335 343 351 359 367 375 383 391 399 407 415 423 431																																
6'4"	156 164 172 180 189 197	205 213 221 230 238	246 254 263 271 279 287 304 312 320	328 336 344 353 361 369 377 385 394 402 410 418 426 435 443																																