

Body Mass Index (BMI) Table for Adults

Obese (>30)
 Overweight (25-30)
 Normal (18.5-25)
 Underweight (<18.5)

HEIGHT in feet/inches and centimeters

WEIGHT	4'8"	4'9"	4'10"	4'11"	5'0"	5'1"	5'2"	5'3"	5'4"	5'5"	5'6"	5'7"	5'8"	5'9"	5'10"	5'11"	6'0"	6'1"	6'2"	6'3"	6'4"	6'5"	
	lbs (kg)	142cm	147	150	152	155	157	160	163	165	168	170	173	175	178	180	183	185	188	191	193	196	
260 (117.9)	58 56	54 53	51 49	48 46	45 43	42 41	40 38	37 36	35 34	33 32	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17
255 (115.7)	57 55	53 51	50 48	47 45	44 43	42 41	40 39	38 37	36 35	34 33	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17
250 (113.4)	56 54	52 50	49 47	46 44	43 42	40 39	38 37	36 35	34 33	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16
245 (111.1)	55 53	51 49	48 46	45 43	42 41	40 38	37 36	35 34	33 32	31 30	29 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15
240 (108.9)	54 52	50 48	47 45	44 43	41 40	39 38	37 36	35 34	33 32	31 30	29 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15
235 (106.6)	53 51	49 47	46 44	43 42	40 39	38 37	36 35	34 33	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15
230 (104.3)	52 50	48 46	45 43	42 41	39 38	37 36	35 34	33 32	31 30	29 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14
225 (102.1)	50 49	47 45	44 43	41 40	39 38	37 36	35 34	33 32	31 30	29 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14
220 (99.8)	49 48	46 44	43 42	40 39	38 37	36 34	33 32	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14
215 (97.5)	48 47	45 43	42 41	39 38	37 36	35 34	33 32	31 30	29 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13
210 (95.3)	47 45	44 42	41 40	38 37	36 35	34 33	32 31	30 29	28 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13
205 (93.0)	46 44	43 41	40 39	37 36	35 34	33 32	31 30	29 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12
200 (90.7)	45 43	42 40	39 38	37 35	34 33	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12
195 (88.5)	44 42	41 39	38 37	36 35	33 32	31 30	29 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11
190 (86.2)	43 41	40 38	37 36	35 34	33 32	31 30	29 28	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11
185 (83.9)	41 40	39 37	36 35	34 33	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11
180 (81.6)	40 39	38 36	35 34	33 32	31 30	29 28	27 27	26 25	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9
175 (79.4)	39 38	37 35	34 33	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10
170 (77.1)	38 37	36 34	33 32	31 30	29 28	27 27	26 25	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8
165 (74.8)	37 36	34 33	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9
160 (72.6)	36 35	33 32	31 30	29 28	27 27	26 25	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7
155 (70.3)	35 34	32 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8
150 (68.0)	34 32	31 30	29 28	27 26	26 25	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6
145 (65.8)	33 31	30 29	28 27	27 26	26 25	25 24	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7
140 (63.5)	31 30	29 28	27 26	26 25	24 23	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6	6 5
135 (61.2)	30 29	28 27	26 26	25 24	23 22	22 21	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6	6 5	5 4
130 (59.0)	29 28	27 26	25 25	24 23	22 22	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6	6 5	5 4	4 3
125 (56.7)	28 27	26 25	24 24	23 22	21 21	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6	6 5	5 4	4 3	3 2
120 (54.4)	27 26	25 24	23 23	22 21	21 20	19 19	18 18	17 17	16 16	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6	6 5	5 4	4 3	3 2	2 1
115 (52.2)	26 25	24 23	22 22	21 20	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6	6 5	5 4	4 3	3 2	2 1
110 (49.9)	25 24	23 22	21 21	20 19	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6	6 5	5 4	4 3	3 2	2 1	1 0
105 (47.6)	24 23	22 21	21 20	19 19	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 12	12 11	11 10	10 9	9 8	8 7	7 6	6 5	5 4	4 3	3 2	2 1	1 0	0 -1
100 (45.4)	22 22	21 20	20 19	18 18	17 17	16 16	15 15	14 14	13 13	12 12	11 11	10 10	9 9	8 8	7 7	6 6	5 5	4 4	3 3	2 2	1 1	0 0	-1 -1
95 (43.1)	21 21	20 19	19 18	17 17	16 16	15 15	14 14	13 13	12 12	11 11	10 10	9 9	8 8	7 7	6 6	5 5	4 4	3 3	2 2	1 1	0 0	-1 -1	-2 -2
90 (40.8)	20 19	19 18	18 17	16 16	15 15	14 14	13 13	12 12	11 11	10 10	9 9	8 8	7 7	6 6	5 5	4 4	3 3	2 2	1 1	0 0	-1 -1	-2 -2	-3 -3
85 (38.6)	19 18	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 13	12 12	11 11	10 10	9 9	8 8	7 7	6 6	5 5	4 4	3 3	2 2	1 1	0 0	-1 -1	-2 -2	-3 -3
80 (36.3)	18 17	17 16	16 15	15 14	14 13	13 13	12 12	11 11	10 10	9 9	8 8	7 7	6 6	5 5	4 4	3 3	2 2	1 1	0 0	-1 -1	-2 -2	-3 -3	-4 -4