

(الأداة الثالثة)

التقييم البدني والمعملي

الهيموجلوبين السكري (%)	سكر صائم (ملي جرام / ديسيلتر)	معدل كتلة الجسم (كجم/ م ²)	
			قبل البرنامج
			بعد انتهاء البرنامج بثلاثة أشهر

الطول:

الوزن: