

Body Mass Index (BMI) Table

BMI	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
Height (ft in)	Weight (lbs)																							
4' 10"	91	95	100	105	110	115	119	124	129	134	138	143	148	153	158	162	167	172	177	181	186	191	196	201
4' 11"	94	99	104	109	114	119	124	128	133	138	143	148	153	158	163	168	173	178	183	188	193	198	203	208
5' 0"	97	102	107	112	118	123	128	133	138	143	148	153	158	164	169	174	179	184	189	194	199	204	209	215
5' 1"	100	106	111	116	121	127	132	137	143	148	153	158	164	169	174	180	185	190	195	201	206	211	217	222
5' 2"	104	109	115	120	125	131	136	142	147	153	158	164	169	175	180	186	191	196	202	207	213	218	224	229
5' 3"	107	113	118	124	130	135	141	146	152	158	163	169	175	180	186	192	197	203	208	214	220	225	231	237
5' 4"	110	116	122	128	134	140	145	151	157	163	169	174	180	186	192	198	203	209	215	221	227	233	238	244
5' 5"	114	120	126	132	138	144	150	156	162	168	174	180	186	192	198	204	210	216	222	228	234	240	246	252
5' 6"	117	124	130	136	142	148	155	161	167	173	179	185	192	198	204	210	216	223	229	235	241	247	253	260
5' 7"	121	127	134	140	147	153	159	166	172	178	185	191	198	204	210	217	223	229	236	242	248	255	261	268
5' 8"	125	131	138	144	151	158	164	171	177	184	190	197	203	210	217	223	230	236	243	249	256	263	269	276
5' 9"	128	135	142	149	155	162	169	176	182	189	196	203	209	216	223	230	237	243	250	257	264	270	277	284
5' 10"	132	139	146	153	160	167	174	181	188	195	202	209	216	223	230	236	243	250	257	264	271	278	285	292
5' 11"	136	143	150	157	165	172	179	186	193	200	207	215	222	229	236	243	250	258	265	272	279	286	293	301
6' 0"	140	147	155	162	169	177	184	191	199	206	213	221	228	235	243	250	258	265	272	280	287	294	302	309
6' 1"	144	151	159	166	174	182	189	197	204	212	219	227	234	242	250	257	265	272	280	287	295	303	310	318
6' 2"	148	155	163	171	179	187	194	202	210	218	225	233	241	249	256	264	272	280	288	295	303	311	319	326
6' 3"	152	160	168	176	184	192	200	208	216	224	232	240	247	255	263	271	279	287	295	303	311	319	327	335
6' 4"	156	164	172	180	189	197	205	213	221	230	238	246	254	262	271	279	287	295	303	312	320	328	336	344
6' 5"	160	168	177	185	194	202	210	219	227	236	244	252	261	269	278	286	295	303	311	320	328	337	345	353

To determine your BMI: find your height in the left column, follow that row to your approximate weight in pounds then go up to read your BMI value.