

LIFE BUILD CHART

HEIGHT	MAXIMUM WEIGHT FOR PREFERRED		MAXIMUM WEIGHT FOR STANDARD	
	AGE 64 AND UNDER	AGE 65 AND UP	AGE 64 AND UNDER	AGE 65 AND UP
4'-10"	167	172	181	186
4'-11"	173	178	188	193
5'	179	184	194	199
5'-1"	185	190	201	206
5'-2"	191	196	207	213
5'-3"	197	203	214	220
5'-4"	203	209	221	227
5'-5"	210	216	228	234
5'-6"	216	223	235	241
5'-7"	223	229	242	249
5'-8"	230	236	249	256
5'-9"	237	243	257	264
5'-10"	243	250	264	271
5'-11"	250	258	272	279
6'	258	265	280	287
6'-1"	265	272	288	295
6'-2"	272	280	295	303
6'-3"	280	288	304	312
6'-4"	287	295	312	320
6'-5"	295	303	320	328
6'-6"	302	311	328	337
6'-7"	310	319	337	346
6'-8"	318	327	345	355
6'-9"	326	335	354	363

HEIGHT AND WEIGHT CONVERSION TO BODY MASS INDEX (BMI)

HEIGHT	BMI INDEX																	
	18	20	22	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38
4'-10"	87	96	106	115	120	125	130	134	139	144	149	154	158	163	168	173	178	182
4'-11"	90	100	109	119	124	129	134	139	144	149	154	159	164	169	174	179	184	189
5"	93	103	113	123	129	134	139	144	149	154	159	164	169	175	180	185	190	195
5'-1"	96	106	117	128	133	138	143	149	154	159	165	170	175	180	186	191	196	202
5'-2"	99	110	121	132	137	143	148	154	159	165	170	175	181	186	192	197	203	208
5'-3"	102	113	125	136	142	147	153	159	164	170	176	181	187	192	198	204	209	215
5'-4"	105	117	129	140	146	152	158	164	169	175	181	187	193	199	204	210	216	222
5'-5"	109	121	133	145	151	157	163	169	175	181	187	193	199	205	211	217	223	229
5'-6"	112	124	137	149	155	162	168	174	180	186	193	199	205	211	217	224	230	236
5'-7"	115	128	141	154	160	167	173	179	186	192	198	205	211	218	224	230	237	243
5'-8"	119	132	145	158	165	172	178	185	191	198	204	211	218	224	231	237	244	250
5'-9"	122	136	149	163	170	177	183	190	197	204	210	217	224	231	238	244	251	258
5'-10"	126	140	154	168	175	182	189	196	203	210	217	224	231	237	244	251	258	265
5'-11"	130	144	158	173	180	187	194	201	208	216	223	230	237	244	251	259	266	273
6'	133	148	163	177	185	192	200	207	214	222	229	236	244	251	259	266	273	281
6'-1"	137	152	167	182	190	198	205	213	220	228	235	243	251	258	266	273	281	289
6'-2"	141	156	172	187	195	203	211	219	226	234	242	250	258	265	273	281	289	296
6'-3"	145	161	177	193	201	209	217	225	233	241	249	257	265	273	281	289	297	305
6'-4"	148	165	181	198	206	214	222	231	239	247	255	263	272	280	288	296	304	313
6'-5"	152	169	186	203	211	220	228	237	245	254	262	270	279	287	296	304	313	321
6'-6"	156	174	191	208	217	226	234	243	251	260	269	277	286	295	303	312	321	329
6'-7"	160	178	196	214	222	231	240	249	258	267	276	285	293	302	311	320	329	338
6'-8"	164	183	201	219	228	237	246	255	265	274	283	292	301	310	319	328	337	346
6'-9"	168	187	206	224	234	243	252	262	271	280	290	299	308	318	327	336	346	355
6'-10"	173	192	211	230	240	249	259	268	278	287	297	307	316	326	335	345	354	364
6'-11"	177	196	216	236	245	255	265	275	285	294	304	314	324	334	343	353	363	373
7'	181	201	221	241	251	261	271	282	292	302	312	322	332	342	352	362	372	382

Weight loss: We will add back half the weight lost in the past 12 months to determine the BMI.