	Waist (in)																																
Height (in)	28	28.5	29	29.5	30	30.5	31	31.5	32	32.5	33	33.5	34	34.5	35	35.5	36	36.5	37	37.5	38	38.5	39	39.5	40	40.5	41	41.5	42	42.5	43	43.5	44
58.0	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.59	0.6	0.61	0.62	0.62	0.63	0.64	0.65	0.66	0.67	0.68	0.68	0.69	0.7	0.71	0.72	0.73	0.74	0.75	0.75
58.5	0.47	0.48	0.49	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.61	0.62	0.63	0.64	0.64	0.65	0.66	0.67	0.68	0.69	0.7	0.7	0.71	0.72	0.73	0.74	0.75
59.0	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.58	0.59	0.6	0.61	0.61	0.62	0.63	0.64	0.65	0.66	0.66	0.67	0.68	0.69	0.7	0.71	0.72	0.72	0.73	0.74
59.5	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.61	0.62	0.63	0.63	0.64	0.65	0.66	0.67	0.68	0.68	0.69	0.7	0.71	0.72	0.73	0.73
60.0	0.46	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.63	0.64	0.65	0.65	0.66	0.67	0.68	0.69	0.7	0.7	0.71	0.72	0.73
60.5	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.61	0.61	0.62	0.63	0.64	0.65	0.66	0.66	0.67	0.68	0.69	0.7	0.71	0.71	0.72
61.0	0.45	0.46	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.57	0.58	0.59	0.59	0.6	0.61	0.62	0.63	0.63	0.64	0.65	0.66	0.67	0.68	0.68	0.69	0.7	0.71	0.72
61.5	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.63	0.64	0.65	0.65	0.66	0.67	0.68	0.69	0.69	0.7	0.71
62.0	0.45	0.45	0.46	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.61	0.62	0.62	0.63	0.64	0.65	0.66	0.66	0.67	0.68	0.69	0.7	0.7
62.5	0.44	0.45	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.63	0.64	0.64	0.65	0.66	0.67	0.68	0.68	0.69	0.7
63.0	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.61	0.61	0.62	0.63	0.64	0.65	0.65	0.66	0.67	0.68	0.69	0.69
63.5	0.44	0.44	0.45	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.58	0.59	0.59	0.6	0.61	0.62	0.62	0.63	0.64	0.65	0.66	0.66	0.67	0.68	0.69
64.0	0.43	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.63	0.64	0.64	0.65	0.66	0.67	0.67	0.68
64.5	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.61	0.62	0.62	0.63	0.64	0.65	0.65	0.66	0.67	0.68
65.0	0.43	0.43	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.63	0.63	0.64	0.65	0.66	0.66	0.67
65.5	0.42	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.61	0.61	0.62	0.63	0.64	0.64	0.65	0.66	0.67
66.0	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.59	0.59	0.6	0.61	0.62	0.62	0.63	0.64	0.65	0.65	0.66
66.5	0.42	0.42	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.63	0.63	0.64	0.65	0.66
67.0	0.41	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.61	0.61	0.62	0.63	0.64	0.64	0.65
67.5	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.62	0.63	0.64	0.65
68.0	0.41	0.41	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.61	0.61	0.62	0.63	0.63	0.64
68.5	0.4	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.59	0.59	0.6	0.61	0.62	0.62	0.63	0.64
69.0	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.63	0.63
69.5	0.4	0.41	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.61	0.61	0.62	0.63
70.0	0.4	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62	0.62
70.5	0.39	0.4	0.41	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61	0.62
71.0	0.39	0.4	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.59	0.6	0.61	0.61
71.5	0.39	0.39	0.4	0.41	0.41	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6	0.6	0.61
72.0	0.38	0.39	0.4	0.4	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.59	0.59	0.6	0.61
72.5	0.38	0.39	0.4	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.6	0.6
73.0	0.38	0.39	0.39	0.4	0.41	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59	0.6
73.5	0.38	0.38	0.39	0.4	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59	0.59
74.0	0.37	0.38	0.39	0.39	0.4	0.41	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.58	0.59
74.5	0.37	0.38	0.38	0.39	0.4	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.57	0.58	0.59
75.0	0.37	0.38	0.38	0.39	0.4	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58	0.58
75.5	0.37	0.37	0.38	0.39	0.39	0.4	0.41	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57	0.58
76.0	0.36	0.37	0.38	0.38	0.39	0.4	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57	0.57
76.5	0.36	0.37	0.37	0.38	0.39	0.39	0.4	0.41	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.56	0.57
77.0	0.36	0.37	0.37	0.38	0.38	0.39	0.4	0.4	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56	0.57
77.5	0.36	0.36	0.37	0.38	0.38	0.39	0.4	0.4	0.41	0.41	0.42	0.43	0.43	0.44	0.45	0.45	0.46	0.47	0.47	0.48	0.49	0.49	0.5	0.5	0.51	0.52	0.52	0.53	0.54	0.54	0.55	0.56	0.56
78.0	0.35	0.36	0.37	0.37	0.38	0.39	0.39	0.4	0.41	0.41	0.42	0.42	0.43	0.44	0.44	0.45	0.46	0.46	0.47	0.48	0.48	0.49	0.5	0.5	0.51	0.51	0.52	0.53	0.53	0.54	0.55	0.55	0.56

Final USAF Physical Fitness Readiness Assessment Scoring (Effective 1 Mar 26)

WAIST TO HEIGHT RATIO (WHtR) SCORING STANDARDS (ratio)

Points	Under 25		25-29		30-34		35-39		40-44		45-49		50-54		55-59		60 and Over		Points
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	
20.0	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	≤ 0.49	20.0
19.0	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	19.0
18.0	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	0.51	18.0
17.0	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	17.0
16.0	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	0.53	16.0
15.0	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	0.54	15.0
12.5	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	0.55	12.5
10.0	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	0.56	10.0
7.5	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	7.5
5.0	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	0.58	5.0
2.5	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	0.59	2.5
0	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	≥ 0.60	0

	Low Risk
	Moderate Risk
	High Risk