يتميز النمط الجسمي الإندومورفي (البدين) بزيادة حجم البطن، وهيكل عظمي عريض، مع بطء في حرق الدهون وتراكمها في البطن والأرداف، مما يعطي الجسم شكلاً دائرياً أو بيضاوياً. أما من الناحية السلوكية، فيميل أصحاب هذا النمط إلى الراحة، وحب الطعام، والهدوء، وسهولة التواصل.

Summarized by © lakhasly.com