



WARNING

READ ALL INSTRUCTIONS FOR THE SCALE BEFORE USING THIS QUICK REFERENCE GUIDE.

If you no longer have the instruction manual in your possession, contact Beurer customer service. This quick guide is not a substitute for reading and understanding the instruction manual.



1 Device description

1. Display
2. Conductors
3. "Down" key ▼
4. "SET" key
5. "UP" key ▲
6. Body fat %
7. Muscle percentage
8. Body Mass Index
9. Body water %
10. Bone mass
11. Active metabolic rate
12. Weight
13. Memory position



2 Battery installation

1. If present, remove the battery insulating strip or remove the battery's protective film and insert the batteries according to the polarity.
2. Replace battery cover.
3. Replace batteries when "Lo" is displayed.

3 Setting measurement unit

You can switch to "pound", "stone" and "kilogram" (lb, st, lb, kg) by switching on the scale and immediately pressing the ▼ or ▲ button.

4 Measuring weight only

1. Stand on the scale without moving and distribute your weight evenly on both legs. The scale immediately begins to measure your weight. After flashing, the weight is established.
2. The scale switches off a few seconds after you step down.

5 Setting user data

Your personal parameters must be stored in order to measure body fat and other physical data.

1. Switch on your scale (tap the weighing area) and wait until "0.0" is displayed.
2. Then press "SET". Now the first memory preset flashes in the display.

3. Select the desired preset by pressing the buttons "up" ▲ or "down" ▼ and confirm the desired preset with the "SET" button.
 4. The following steps will allow you to select your desired settings with the "up" ▲ or "down" ▼ buttons and confirm with "SET":
 - Memory position
 - Height in inches or centimeter
 - Age in years
 - Gender setting for "Woman" or "Man"
 - Activity mode
- The scale is ready for measuring.

6 Measuring weight, body fat, body water, muscle percentage, bone mass, BMI and active metabolic rate

Your personal parameters must be stored (see no. 5 Setting user data).

1. Switch on your scale and click "SET".
2. Select the memory preset where your basic personal data is stored by pressing the "up" ▲ or "down" ▼ button repeatedly. The data is displayed consecutively until "0.0" appears.
3. Step onto the scale barefoot and make sure you're standing on both conductors.
4. First your body weight is calculated and displayed.
5. Remain on the scale and avoid moving; your body fat is being analyzed. This may take a few seconds.



The following data will be displayed:

3. "Down" key ▼
4. "SET" key ("SET")
5. "UP" key ▲
6. Body fat %
7. Muscle %
8. Body Mass Index
9. Body water %
10. Bone mass
11. Active metabolic rate



ADVERTENCIA

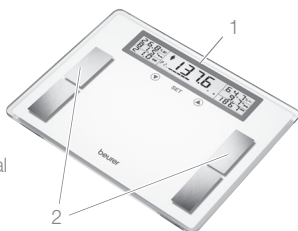
LEA LAS INSTRUCCIONES ANTES DE UTILIZAR ESTA GUÍA DE INICIO RÁPIDO.

Si no dispone del manual de instrucciones, en contacto con el servicio de atención al cliente de Beurer. Esta guía de inicio rápido no le exime de leer detenidamente el manual de instrucciones.



1 Descripción del aparato

1. Pantalla
2. Conductores
3. Tecla "abajo" ▼
4. Tecla "SET"
5. Tecla "arriba" ▲
6. Grasa corporal %
7. Porcentaje muscular
8. Índice de masa corporal
9. Agua corporal %
10. Masa ósea
11. Metabolismo activo
12. Peso
13. Lugar de memoria



2 Instalar las pilas

1. Si aún no lo ha hecho, retire la tira aislante o la película protectora de las pilas e inserte las pilas respetando la polaridad.
2. Vuelva a colocar la tapa del compartimento de las pilas.
3. Cambie las pilas cuando en la pantalla aparezca la indicación "Lo".

3 Definir la unidad de medición

Puede cambiar entre "libras", "stones" y "kilogramos" (lb, st, lb, kg) encendiendo la báscula y pulsando inmediatamente el botón ▼ o ▲.

4 Medir únicamente el peso

1. Permanezca sobre la báscula sin moverse y distribuya su peso uniformemente entre las dos piernas. La báscula comenzará inmediatamente a medir su peso. Después de parpadear, el peso quedará fijado.
2. La báscula se apaga unos segundos después de bajarse de ella.

5 Configurar datos de usuario

Deben guardarse sus parámetros personales para poder medir la grasa corporal y otros datos físicos.

1. Encienda la báscula (presione levemente el área de pesado) y espere a que en la pantalla aparezca "0.0".
2. Después pulse "SET". La primera posición de memoria parpadeará en la pantalla.

3. Seleccione la posición de memoria que desee pulsando los botones "arriba" ▲ o "abajo" ▼ y confirme la posición con el botón "SET".
4. Los siguientes pasos le permitirán seleccionar los ajustes que desee con los botones "arriba" ▲ o "abajo" ▼ y confirmar con "SET":
 - Posición de memoria
 - Altura en pulgadas o centímetros
 - Edad en años
 - Ajuste del género de "Mujer" u "Hombre"
 - Modo de actividad

La báscula quedará preparada para medir.

6 Medir el peso, la grasa corporal, el agua corporal, el porcentaje muscular, la masa ósea, el IMC y el metabolismo activo

En primer lugar debe guardar sus parámetros personales (véase 5. Configurar datos de usuario).

1. Encienda su escala y reloj "SET".
2. Seleccione la posición de memoria en la que están guardados sus datos personales básicos pulsando el botón "arriba" ▲ o "abajo" ▼ repetidamente. Los datos se mostrarán de forma consecutiva hasta que aparezca "0.0".
3. Suba descalzo a la báscula y asegúrese de colocarse sobre los dos conductores.
4. Primero se calculará y se mostrará el peso corporal.
5. Permanezca sobre la báscula y procure no moverse; se está analizando su grasa corporal. Este proceso puede durar unos segundos.



Se mostrará la siguiente información:

3. Tecla "Abajo" (▼)
4. Tecla "SET" ("SET")
5. Tecla "Arriba" (▲)
6. Porcentaje de grasa corporal
7. Porcentaje de músculo
8. Índice de masa corporal
9. Porcentaje de agua corporal
10. Masa ósea
11. Índice metabólico activo



AVERTISSEMENT

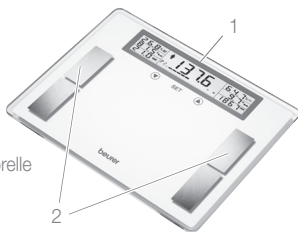
VEUILLEZ LIRE LES INSTRUCTIONS POUR AVANT D'UTILISER CE GUIDE DE DÉMARRAGE RAPIDE.

Si vous n'avez plus ce mode d'emploi en votre possession, contacter le service client de Beurer. Ce guide de démarrage rapide ne remplace en aucun cas la lecture et la compréhension du manuel d'instructions.



1 Description de l'appareil

1. Écran
2. Conducteurs
3. Touche « Bas » ▼
4. Touche « SET »
5. Touche « Haut » ▲
6. Masse grasseuse %
7. Masse musculaire
8. Indice de Masse Corporelle
9. Masse hydrique %
10. Masse osseuse
11. Taux métabolique actif
12. Poids
13. Position de la mémoire



2 Installation de la pile

1. Le cas échéant, ôtez la bande isolante ou le film protecteur de la pile, puis introduisez-la en respectant le sens de polarité.
2. Remplacez le couvercle.
3. Remplacez les piles lorsque « Lo » s'affiche.

3 Configurer les unités de la mesure

Vous pouvez sélectionner « livres », « stones » et « kilogrammes » (lb, st, kg) en allumant le pèse-personne et en appuyant immédiatement sur le bouton ▼ ou ▲.

4 Mesurer le poids uniquement

1. Tenez-vous sur le pèse-personne sans bouger et équilibrez votre poids sur vos deux jambes. Le pèse-personne commence immédiatement la mesure de votre poids. Le poids clignote, puis s'affiche.
2. Le pèse-personne s'éteint quelques secondes après que vous êtes descendu.

5 Configurer les données de l'utilisateur

Vos paramètres personnels doivent être enregistrés pour pouvoir mesurer votre taux de graisse corporelle et autres données physiques.

1. Allumez votre pèse-personne (touchez la zone de pesée) et attendez que « 0.0 » apparaisse.
2. Appuyez ensuite sur « SET ». Le premier préréglage de la mémoire clignote alors sur l'écran.

3. Sélectionnez le préréglage souhaité en appuyant sur les touches « Haut » ▲ ou « Bas » ▼ et confirmez le préréglage souhaité en appuyant sur la touche « SET ».

4. Les étapes suivantes vous permettent de sélectionner les réglages souhaités à l'aide des touches « Haut » ▲ et « Bas » ▼ et de confirmer avec « SET » :

- Position mémoire
- Taille en pouces ou en centimètres
- Âge en années
- Sexe avec « Femme » ou « Homme »
- Mode d'activité

Le pèse-personne est prêt pour la pesée.

6 Mesure du poids, du taux de graisse corporelle, de la masse hydrique, de la masse musculaire, de la masse osseuse, de l'IMC et du taux métabolique actif

Vous devez d'abord enregistrer vos paramètres. (voir n°5 Configurer les données de l'utilisateur).

1. Allumez votre échelle et l'horloge "SET".
2. Sélectionnez le préréglage de la mémoire sur lequel vos données personnelles sont enregistrées en appuyant autant que nécessaire sur les touches « Haut » ▲ ou « Bas » ▼. Les données s'affichent à la suite, puis « 0.0 » s'affiche.
3. Montez sur le pèse-personne pieds nus et assurez-vous de vous positionner sur les deux conducteurs.
4. Pour commencer, votre poids sera calculé et affiché.
5. Restez sur le pèse-personne et évitez de bouger ; votre masse grasseuse va être analysée. Cela peut prendre quelques secondes.



Les données suivantes s'afficheront :

3. Flèche « Bas » (▼)
4. Touche « SET » ("SET")
5. Flèche « Haut » (▲)
6. Graisse corporelle %
7. Muscle %
8. Indice de masse corporelle
9. Eau corporelle %
10. Masse osseuse
11. Taux métabolique actif