



OPERATING INSTRUCTIONS BODY ANALYSIS SCALES

NOTICE D'UTILISATION PÈSE-PERSONNE IMPÉDANCEMÈTRE

BEDIENUNGSANLEITUNG KÖRPERANALYSEWAAGE

FUNZIONAMENTO BILANCIA CON ANALISI MASSA CORPOREA

INSTRUCCIONES DE USO DE LA BÁSCULA DE ANÁLISIS CORPORAL

INSTRUÇÕES DE OPERAÇÃO BALANÇA DE ANÁLISE CORPORAL

GEBRUIKSAANWIJZING PERSONENWEEGSCHAAL MET LICHAAMSANALYSE

UK

Thank you for choosing Brabantia. We hope that you will enjoy using the scales for many years and it will help you to monitor your personal fitness. Please read these instructions carefully and keep them for later use. Be sure all users read this booklet before using the scales.

Safety notes:

• **Important: these scales must not be used by persons with a medical implant (like a pacemaker)!**

- The scales are suitable for indoors domestic use only – the scales are not calibrated for medical use – only a medical specialist can make accurate determinations!
- The scales can be slippery when wet – be careful! Never step onto the outer edge of the scales with one foot as this can cause the scales to tip.
- Batteries are dangerous if swallowed – keep scales and batteries out of reach of children.



Use and Maintenance

- Do not use during pregnancy – measurements will not be correct due to the amniotic fluid.
- Clean with a lightly dampened cloth without allowing any water to get into the device.
- Do not use solvents or immerse the product in water or any other liquid. The scales are not watertight.
- Do not exceed the capacity of the scales.
- Protect the scales against knocks, damp, dust, chemicals, drastic changes in temperature, electromagnetic fields and sources of heat.
- This product is a sensitive electronic instrument and as such may temporarily be affected by Radio Transmitting Devices being used in close proximity to it.
- Please dispose of used batteries in a responsible manner by recycling.
- Remove the batteries if the product is not in use for an extended period. Although the scales are suitable for rechargeable batteries, we advise you to use normal batteries for the best results.
- Scales tested according to CE norms.
- Place the scales on a hard, flat surface – accurate weighing is not possible on soft surfaces like carpet, rugs etc.

How does it work?

These Brabantia scales measure the percentage of your body fat, water, muscles and BMI (Body Mass Index). According to the Bio-electrical Impedance Analysis (BIA), (a quick, easy, and safe method). When you step onto the scales with bare feet the scales send a completely harmless and undetectable electrical current and measures the electrical impedance of your body. Muscle tissue and water have good conductivity, and therefore lower resistance. Fatty tissue and bones, on the other hand, have low conductivity as they hold a lower water content than muscles. Low conductivity (= high impedance) points to the presence of more body fat.

The body fat percentage etc. is determined by measuring the electrical resistance in combination with information about your gender, age, height and whether you are sportive or not.

Analysed results may not be accurate for:

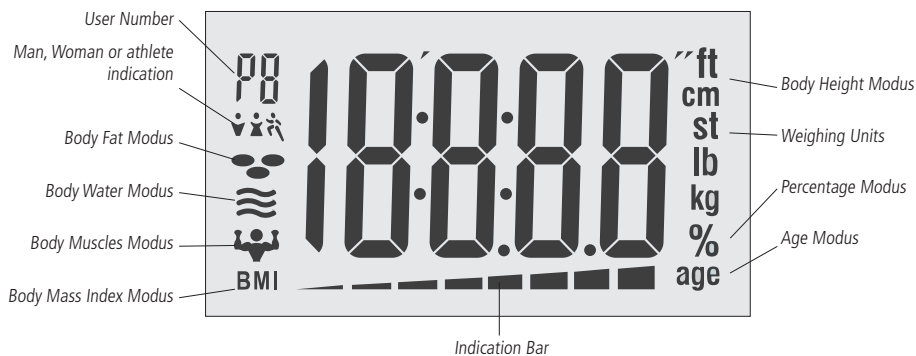
- Children under 10 years.
- Competitive athletes and body-builders.
- Pregnant women.
- Persons with fever, dialysis treatment or with symptoms of edema or osteoporosis.
- Persons taking cardiovascular, vascular dilating or vascular constricting medication.
- Persons with anatomic deviations of the legs in relation to total body size.
- **Please note that the measurements of these scales are only an indication – only a medical specialist can make accurate determinations!**

General tips for accurate weighing

- To get the most accurate measurements of your body, always weigh yourself at the same time – preferably in the morning, unclothed and with an empty stomach.
- You can only measure your body fat percentage etc. when you stand bare footed on the scales and your soles are not completely dry.
- Step onto the scales and stand still until the correct weight is shown in the display.
- Wait a few hours after unaccustomed strenuous activity.
- Wait ± 15 minutes after getting up in the morning.
- There may be no contact between feet, legs, calves and thighs. Otherwise the measurement will not be performed correctly.

Features

- Max capacity 160 kg/350 lb/25 St – 0.1 kg/0.2 lb/0.02 st. graduations.
- Weight unit kg/lb/st.
- Minimal weight 5 kg.
- Batteries: 4 x AAA/1.5 V.
- Suitable for 8 different users from 8 ~ 99 years old and with a body height from 100 ~ 220 cm/3.2 ~ 7.2 feet.
- Athlete measuring mode.
- Automatic user identification according to the last measured weight.
- Body fat, water and muscle measuring function.
- Fat grade and BMI grade indication.
- Auto-on function.
- Auto-off function to save battery life.



Function keys below the display

- < Touch to decrease the value in the setting mode.
- Touch to confirm the value in the setting mode.
- > Touch to increase the value in the setting mode.

What do you want to do?

Prepare the scales for first time use

Open the battery housing in the base of the scales and fit the batteries, making sure the + and – signs on the batteries match the equivalent signs. If the display shows 0.0 the scales are ready for use.



Change the weighing units

You can change the measuring units from metric to imperial or vice versa (i.e. KG/ST/LB) by simply pressing the units/up button located on the underside of the scales.



Input personal information before use

(in this example the unit kg is selected)

After confirming a step, the display will automatically show the next step. Up to 8 users can store their personal information in the scales memory.

1. Touch • to switch on the scales – the user number (e.g. P1) will flash.
2. Touch < or > to select the **desired user number** and touch • to confirm.
3. Touch < or > to select **the gender and/or athlete** mode and touch • to confirm.
Please note: if you have a lot of exercise or train at least 5 hours a week, you can choose the athlete mode.
4. Touch < or > to select the value for your **body height** and touch • to confirm.
5. Touch < or > to select the value for your **age** and touch • to confirm.
6. All data will be stored automatically and you can step on the scales if 0.0 is shown on the LCD display.
Data must be entered again after battery change.

Measuring (select user manually)

1. Touch • to switch on the scales and touch < or > to select your personal user number. Wait until the LCD display shows 0.0.
2. Stand on the middle of the platform with bare feet.
3. Stand still – the weight data will be locked automatically when stable.
4. The measuring will start automatically with the indication bar moving from left to right.
5. After measuring, the results will be shown three times and then the scales will turn off automatically.
6. Put your measurements in the diary.

Measuring (select user automatically)

If your personal information is stored in the memory, the scales will determine your user number by the last measurement of your weight.

1. Step onto the scales with bare feet to switch on the scales.
2. Stand still – the weight data will be locked automatically when stable.
3. If your weight is already stored in the scales memory, your user number will be selected automatically and the measurements will be shown in cycles of three times and the scales will be turned off.

If there are other users of the scales whose weight data comes close to your weight, the display will show both user numbers after calculation. You can select your user number by using < and > and touch • to confirm. If there are more users with approximately the same weight, you have to select your personal user number manually.

LCD messages	Problem	What to do
LO	Low battery indication	When lo is shown, the scales will turn off after a few seconds - time to change the batteries (4 x AAA/1.5 V).
---	Overload indication	Please remove the weight from the scales to protect the scales electronics.
ERR	Measuring error indication	The weight is shown only and the scales will turn off after a few seconds. Please step on the scales with bare feet again and stand still until the weighing data is stored. If the problem persists, try to slightly moisten your feet.
ERR	Failed identification indication	The weight is shown only and the scales will turn off after a few seconds. Please select your Personal Number (e.g. P1) again and measure once again.

FR

Merci d'avoir choisi Brabantia. Nous espérons que vous apprécierez l'utilisation de votre pèse-personne pendant plusieurs années et qu'il vous permettra de suivre votre forme physique. Nous vous invitons à lire attentivement la notice d'utilisation et à la conserver pour une prochaine utilisation. Assurez-vous que l'ensemble des utilisateurs lisent la notice avant utilisation du pèse-personne.

Consignes de sécurité :

- **Important : le pèse-personne ne doit pas être utilisé par des personnes portant un implant médical tel qu'un pacemaker !**
- Ce pèse-personne convient pour un usage domestique – il n'est pas calibré pour une utilisation médicale – seul un spécialiste médical peut réaliser des déterminations précises !
- Ce pèse-personne peut être glissant lorsqu'il est humide – soyez prudent ! Ne montez jamais avec un pied sur le bord du pèse-personne celui-ci pourrait basculer.
- Les piles sont dangereuses si elles sont avalées – conservez le pèse-personne et les piles hors de portée des enfants.



Utilisation et entretien

- Ne pas utiliser pendant la grossesse – les mesures seront incorrectes dues au liquide amniotique.
- Nettoyez avec un linge légèrement humide sans laisser l'eau entrer dans l'appareil.
- N'utilisez aucun solvant et n'immergez jamais l'appareil dans l'eau ou tout autre liquide.
- Le pèse-personne n'est pas étanche.
- N'excédez pas la capacité du pèse-personne.
- Protégez le pèse-personne des coups, de l'humidité, de la poussière, des produits chimiques, des chocs thermiques, des champs électromagnétiques et des sources de chaleur.
- Ce pèse-personne est un instrument électronique sensible et peut être temporairement affecté par les appareils de radio transmission utilisés à proximité.
- Consommez responsable et déposez vos piles usagées dans un lieu de collecte.
- Retirez les piles quand le produit n'est pas utilisé pour une longue période. Bien que les piles rechargeables puissent être utilisées avec le pèse-personne, nous vous conseillons d'utiliser des piles non rechargeables pour de meilleurs résultats.
- Le pèse-personne a été testé en conformité avec les normes CE.
- Placez le pèse-personne sur une surface dure et plane – une mesure précise n'est pas réalisable sur une surface molle comme de la moquette ou un tapis.

Comment ça fonctionne ?

Ce pèse-personne Brabantia mesure la masse grasseuse, hydrique et musculaire ainsi que l'IMC (Indice de Masse Corporelle) selon l'analyse d'impédance bioélectrique (BIA). Une méthode rapide, facile et sûre. Lorsque vous montez sur le

pèse-personne pieds nus, celui-ci envoie un courant électrique inoffensif et indétectable dans votre corps et mesure votre impédance électrique. Les tissus musculaires et l'eau ont une bonne conductivité avec peu de résistance. Les tissus gras et les os, d'un autre côté, ont une faible conductivité car la part d'eau est moins importante que dans les muscles. Une faible conductivité (= haute impédance) indique la présence de plus de masse grasseuse.

Le pourcentage de masse grasseuse etc. est déterminé en mesurant la résistance électrique en combinaison avec votre genre, votre âge, votre taille et votre condition physique.

Les résultats peuvent ne pas être précis pour :

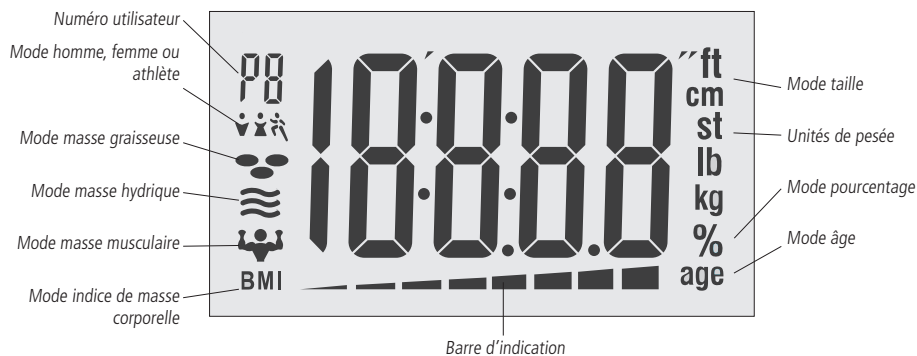
- Les enfants de moins de 10 ans.
- Les athlètes de compétition et les body-builders.
- Les femmes enceintes.
- Les personnes fiévreuses, traitées en dialyse, ou sujettes au œdèmes et à l'ostéoporose.
- Les personnes traitées pour des problèmes cardiovasculaire, de dilatation vasculaire et de constriction vasculaire.
- Les personnes sujettes à des déviations anatomiques des jambes en relation avec la taille totale du corps.
- **Veuillez noter que les mesures du pèse-personne ne sont que des indications – seul un spécialiste médical peut réaliser des déterminations précises !**

Conseils généraux pour une mesure précise

- Pour obtenir les meilleures mesures précises pour votre corps, pesez-vous toujours au même moment – de préférence le matin, déshabillé(e) et à jeun.
- Vous pouvez mesurer uniquement le pourcentage de masse grasseuse etc. lorsque vous vous tenez pieds nus sur le pèse-personne et que vos plantes de pieds ne sont pas totalement sèches.
- Montez sur le pèse-personne et ne bougez plus jusqu'à ce que le poids correct s'affiche à l'écran.
- Après une activité intense inhabituelle attendez quelques heures avant la mesure.
- Attendez ± 15 minutes après vous être levé le matin avant la mesure.
- Il ne doit pas y avoir de contact entre les pieds, les jambes, les mollets et les cuisses. Sans quoi, les mesures ne seront pas réalisées correctement.

Caractéristiques

- Capacité maximum 160 kg/350 lb/25 St – graduations à 0.1 kg/0.2 lb/0.02 st.
- Unité de mesure kg/lb/st.
- Poids minimum 5 kg.
- Piles : 4 x AAA/1.5 kg.
- Convient pour 8 utilisateurs de 8 à 99 ans et mesurant de 100 à 220 cm.
- Mode athlète.
- Identification de l'utilisateur automatique en fonction de la dernière pesée.
- Fonction mesure masse grasseuse, hydrique et musculaire.
- Indication de masse grasseuse et IMC.
- Fonction allumage.
- Fonction arrêt automatique pour économiser les piles.



Fonction des touches sous l'écran

- < Touche pour réduire la valeur lors du paramétrage.
- Touche pour confirmer la valeur lors du paramétrage.
- > Touche pour augmenter la valeur lors du paramétrage.

Que souhaitez-vous faire ?

Préparer le pèse-personne pour une première utilisation

Ouvrez-le compartiment des piles à la base du pèse-personne et insérez les piles, assurez-vous que les signes + et - correspondent. Si l'écran affiche 0.0 le pèse-personne est prêt à l'utilisation.



Changer l'unité de mesure

Vous pouvez changer l'unité de mesure en système métrique ou impérial ou vice-versa (ex. KG/ST/LB) en pressant simplement le bouton units/up situé sous le pèse-personne.



Enregistrer des informations personnelles avant utilisation

(dans cette exemple l'unité kg est sélectionnée)

Après avoir confirmé une étape, l'écran affiche automatiquement l'étape suivante. Jusqu'à 8 utilisateurs peuvent stocker leurs informations personnelles dans la mémoire du pèse-personne.

1. Pressez • pour allumer le pèse-personne – le numéro utilisateur (ex. P1) s'affichera.
2. Pressez < ou > pour sélectionner **le numéro utilisateur souhaité** et pressez • pour confirmer.
3. Pressez < ou > pour sélectionner **le genre et/ou le mode athlète** et pressez • pour confirmer.
Notez : si vous pratiquez beaucoup d'exercices ou vous entraînez au moins 5 heures par semaine vous pouvez sélectionner le mode athlète.
4. Pressez < ou > pour sélectionner la valeur pour **votre taille** et pressez • pour confirmer.
5. Pressez < ou > pour sélectionner la valeur pour votre **âge** et pressez • pour confirmer.
6. Toutes les données seront stockées automatiquement, vous pouvez monter sur le pèse-personne une fois que l'écran affichera 0.0.
Les données doivent être ré-enregistrées après un changement de piles.

Mesure (sélectionner l'utilisateur manuellement)

1. Pressez **•** pour allumer la balance et pressez < ou > pour sélectionner votre numéro utilisateur. Attendez jusqu'à ce que l'écran affiche 0.0.
2. Placez-vous au milieu du plateau pieds nus.
3. Ne bougez pas – les données de pesée seront verrouillées automatiquement une fois stabilisées.
4. La mesure débutera automatiquement, la barre d'indication augmentant de gauche à droite.
5. Après la mesure, les résultats seront affichés 3 fois et le pèse-personne s'arrêtera automatiquement.
6. Inscrivez vos mesures dans le journal.

Mesure (sélectionner l'utilisateur automatiquement)

Si vos données personnelles sont stockées dans la mémoire, le pèse-personne déterminera votre numéro utilisateur en fonction de votre dernière pesée.

1. Montez sur le pèse-personne pieds nus pour allumer la balance.
2. Ne bougez pas - les données de pesée seront verrouillées automatiquement une fois stabilisées.
3. Si votre poids est déjà stocké dans la mémoire du pèse-personne, votre numéro utilisateur sera sélectionné automatiquement.

Si un autre utilisateur a un poids se rapprochant du vôtre, l'écran affichera les deux numéros utilisateur après calcul. Vous pouvez sélectionner votre numéro utilisateur en utilisant < ou > et pressez **•** pour confirmer. Si il y a plusieurs utilisateur ayant approximativement le même poids vous devrez sélectionner votre numéro utilisateur manuellement.

Message écran LCD	Problème	Quoi faire
LO	Indication de piles faibles	Une fois la mention Lo affichée, le pèse-personne s'arrête après quelques secondes – il est temps de remplacer les piles (4 x AAA/1.5 V).
---	Indication de surcharge	Veuillez ôter la charge du pèse-personne afin de protéger le système électronique.
ERR	Indication d'erreur de mesure	Le poids est uniquement affiché, le pèse-personne s'arrête après quelques secondes. Remontez sur le pèse-personne pieds nus de nouveau et ne bougez plus jusqu'à ce que la pesée soit stockée. Si le problème persiste, humidifiez légèrement vos plantes de pieds.
ERR	Indication d'erreur d'identification	Le poids est uniquement affiché et le pèse-personne s'arrête après quelques secondes. Sélectionnez votre numéro personnel (ex. P1) de nouveau et réessayez.

DE

Wir bedanken uns für die Wahl von Brabantia. Wir hoffen, dass Sie viel Freude an der Waage haben werden und diese Ihnen bei der Kontrolle ihrer persönlichen Fitness hilft. Bitte lesen sorgfältig die Gebrauchsanleitung und bewahren diese gut auf. Stellen Sie sicher, dass alle Benutzer der Waage diese Anleitung vor der Verwendung lesen können.

Sicherheitshinweise:

• Wichtig: Waage darf nicht von Personen mit einem medizinischen Implantat (beispielsweise Herzschrittmacher) verwendet werden!



- Diese Waage ist nur für den häuslichen Gebrauch bestimmt – die Waage ist nicht für den medizinischen Gebrauch bestimmt – nur ein Facharzt kann genaue Messungen vornehmen!
- Die Waage kann bei Nässe rutschig sein – Vorsicht! Nie auf die äußere Kante der Waage treten, da dies zum Kippen der Waage führen kann.
- Gefahr durch Verschlucken von Batterien – lagern Sie Waagen und Batterien außerhalb der Reichweite von Kindern auf.



Verwendung und Pflegehinweise

- Nicht während der Schwangerschaft verwenden – Messungen sind aufgrund des Fruchtwassers nicht korrekt.
- Reinigen Sie mit einem leicht angefeuchteten Tuch, ohne dass Wasser in das Gerät eindringen kann.
- Verwenden Sie keine Lösungsmittel oder tauchen das Produkt in Wasser oder anderen Flüssigkeiten. Die Waage ist nicht wasserdicht.
- Überschreiten Sie nicht die Kapazität der Waage.
- Schützen Sie die Waage vor Stößen, Feuchtigkeit, Staub, Chemikalien, starken Temperaturschwankungen, elektromagnetischen Feldern und Wärmequellen.
- Dieses Produkt ist ein elektronisch empfindliches Instrument und kann als solches vorübergehend durch Funksignale gestört werden.
- Bitte entsorgen Sie verbrauchte Batterien an den dafür vorgesehenen Entsorgungsstellen.
- Entnehmen Sie die Batterien, falls die Waage für einen längeren Zeitraum nicht verwendet wird. Obwohl die Waage auch für wiederaufladbare Batterien geeignet ist, empfehlen wir die Verwendung von normalen Batterien.
- Die Waage wurde entsprechend der CE Normen getestet.
- Stellen Sie die Waage auf einer festen, ebenen Fläche – genaues Wiegen ist auf weichen Untergründen wie Teppich etc. nicht möglich.



Wie funktioniert es?

Diese Brabantia Waage misst den Prozentanteil ihres Körperfettes, des Wasser- und Muskelanteils sowie den BMI (Body Mass Index) nach der Bio-elektro Impedanz Analyse (BIA). Eine schnelle, einfache und sichere Methode. Wenn Sie barfuß auf die Waage steigen, leitet die Waage einen völlig harmlosen und nicht nachweisbaren Strom und misst so die elektrische

Impedanz des Körpers. Muskelgewebe und Wasser haben eine gute Leitfähigkeit und daher einen geringen Widerstand. Fettgewebe und Knochen haben dementsprechend eine geringe Leitfähigkeit, da sie einen geringeren Wasseranteil als Muskel haben. Niedrige Leitfähigkeit (=hohe Impedanz) deutet daher auf mehr Körperfett hin.

Der Körperfettanteil usw. wird durch die Messung des elektrischen Widerstandes in Kombination mit den Daten des Geschlechts, Alter, Größe und ob Sie sportlich oder nicht sportlich sind errechnet.

In folgenden Fällen sind die Messungen evt. nicht genau:

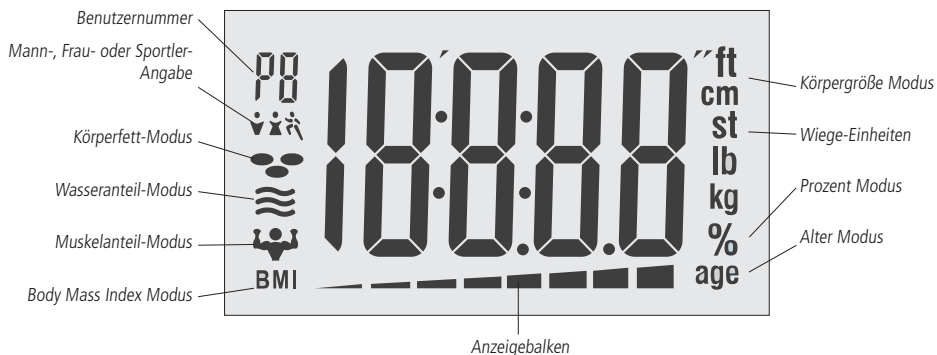
- Kinder unter 10 Jahren.
- Leistungssportler und Bodybuilder.
- Schwangerschaft.
- Personen mit Fieber, Dialysebehandlung, Symptome auf Ödeme oder Osteoporose.
- Personen, die kardiovaskuläre, gefäßerweiternde oder -verengende Medikamente nehmen.
- Personen mit anatomischen Abweichungen der Beine im Verhältnis zur Körpergröße.
- **Bitte beachten Sie, dass Messungen der Waage nur einen Indiz darstellen – nur ein Facharzt kann genaue Messungen vornehmen!**

Allgemeine Tipps zum genauen Wiegen:

- Um die genauesten Messungen ihres Körpers zu erhalten, wiegen Sie sich immer zur gleichen Zeit – vorzugsweise morgens, unbedeutet und mit leeren Magen.
- Sie können nur Messungen vornehmen, wenn Sie barfuß die Waage betreten und die Fußsohlen nicht ganz trocken sind.
- Betreten Sie die Waage und bleiben still stehen, bis das richtige Gewicht im Display angezeigt wird.
- Warten Sie ein paar Stunden nach ungewohnter körperlicher Anstrengung.
- Warten Sie ± 15 Minuten nach dem Aufstehen am Morgen.
- Es soll kein Kontakt zwischen den Füßen, Beinen, Waden und Oberschenkeln sein. Ansonsten kann die Messung nicht korrekt vorgenommen werden.

Merkmale

- Max Kapazität 160 kg/350 lb/25 St – 0.1 kg/0.2 lb/0.02 st. Abstufungen.
- Wiege-Einheit kg/lb/st.
- Min Gewicht 5 kg.
- Batterien: 4 x AAA/1.5 V.
- Geeignet für bis zu 8 unterschiedliche Benutzer im Alter von 8 ~ 99 Jahren und mit einer Körpergröße von 100 ~ 220 cm/3.2 ~ 7.2 feet.
- Sportler-Messmodus.
- Automatische Benutzer-Identifikation nach letztem Messgewicht.
- Körperfett, Wasser- und Muskelanteil Messfunktion.
- Fettanteil und BMI Angaben.
- Auto-on Funktion.
- Auto-off Funktion zum Sparen von Batterien.



Funktionstasten unter dem Display

- < Drücken Sie, um den Wert im Einstellmodus zu verringern.
- Drücken Sie, um den Wert im Einstellmodus zu bestätigen.
- > Drücken Sie, um den Wert im Einstellmodus zu erhöhen.

Was möchten Sie machen?

Vorbereitung der Waage vor dem ersten Gebrauch

Öffnen Sie das Batteriefach der Waage und legen Sie Batterien so ein, dass die + und – Zeichen übereinstimmen. Sobald das Display 0.0 anzeigt, ist die Waage einsatzbereit.



Wechseln der Wiegeeinheit

Sie können die Maßeinheit von metrisch auf imperial oder umgekehrt (d.h. kg/st/lb) ändern, indem Sie einfach die units/up-Taste auf der Unterseite der Waage drücken.



Eingabe der persönlichen Daten vor der Benutzung

(in diesem Beispiel wurde die Einheit kg ausgewählt)

Nach Bestätigung einer Eingabe, wechselt das Display automatisch zur nächsten Eingabe. Bis zu 8 Personen können ihre persönlichen Daten speichern lassen.

1. Drücken Sie • zum Einschalten der Waage – Die Benutzernummer (zum Beispiel P1) blinkt.
2. Drücken Sie < oder > zur Auswahl der gewünschten **Benutzernummer** und drücken • zur Bestätigung.
3. Drücken Sie < oder > zur Auswahl des **Geschlechts und/oder des Sportlermodus** und drücken • zur Bestätigung.
Bitte beachten Sie: Wenn Sie mindestens 5 Stunden pro Woche trainieren, können Sie den Sportlermodus wählen.
4. Drücken Sie < oder > zur Auswahl ihrer **Körpergröße** und drücken • zur Bestätigung.
5. Drücken Sie < oder > zur Auswahl ihres **Alters** und drücken • zur Bestätigung.
6. Die gesamten Daten werden automatisch gespeichert und Sie können die Waage betreten, sobald 0.0 im Display angezeigt wird.
Die Daten müssen nach einem Batteriewechsel erneut eingegeben werden.

Wiegen (Manuelle Auswahl des Benutzers)

1. Drücken Sie • zum Einschalten der Waage und drücken < oder > zur Auswahl ihrer persönlichen Benutzernummer. Warten Sie bis im Display 0.0 angezeigt wird.
2. Stellen Sie sich barfuß auf die Mitte der Waage.
3. Stehen Sie still – die Gewichtsdaten werden dann automatisch gesichert.
4. Die Messung startet automatisch mit dem Start des Anzeigebalkens von links nach rechts.
5. Nach der Messung wird das Ergebnis dreimal angezeigt, bevor sich die Waage automatisch abschaltet.
6. Tragen Sie ihre Daten in das Tragebuch.

Wiegen (Automatische Auswahl des Benutzers)

Falls ihre persönlichen Daten gespeichert wurden, wählt die Waage automatisch basierend auf ihren letzten Gewichtsangaben die Benutzernummer aus.

1. Betreten Sie barfuß die Waage, um diese einzuschalten.
2. Stehen Sie still – die Gewichtsangaben werden dann automatisch gespeichert.
3. Wenn ihr Gewicht schon in der Waage gespeichert ist, wird ihre Benutzernummer automatisch gewählt und die Messungen dreimal angezeigt bevor die Waage sich automatisch ausschaltet.

Wenn das Gewicht eines anderen Benutzers ähnlich ihrem ist, erscheinen auf dem Display beide Benutzernummern. Sie können ihre Benutzernummer mit < und > auswählen und drücken • zur Bestätigung. Wenn es mehrere Benutzer mit einem ähnlichen Gewicht gibt, müssen Sie ihre Benutzernummer manuell auswählen.

LCD Meldugen	Problem	Was ist zu machen
LO	Niedriger Batteriestand	Sobald lo angezeigt wird, schaltet sich die Waage automatisch nach einigen Sekunden aus - Batterien auswechseln (4 x AAA/1.5 V).
---	Überlastung	Bitte verlassen Sie zum Schutz der Elektronik die Waage.
ERR	Wiegefehler	Das Gewicht wird nur angezeigt und die Waage schaltet sich nach einigen Sekunden aus. Bitte betreten Sie die Waage erneut barfuß und bleiben still stehen, bis das Gewichtsdatum gespeichert wurde. Wenn das Problem weiterhin besteht, feuchten Sie ihre Füße etwas an.
ERR	Fehlgeschlagene Identifizierung	Das Gewicht wird nur angezeigt und die Waage schaltet sich nach einigen Sekunden aus. Bitte wählen Sie erneut ihre Benutzernummer (beispielweise P1) aus und wiegen sich erneut.

IT

Grazie per avere scelto Brabantia. Ci auguriamo che possa utilizzare questo prodotto per molti anni tenendo sotto controllo la forma fisica. Per cortesia legga attentamente le istruzioni del manuale mantenendolo al sicuro per future consultazioni.

Norme di sicurezza:

- **Importante: La bilancia non deve essere utilizzata da portatori di dispositivi medici (come pacemaker)!**
- La bilancia è adatta solo per uso domestico – non è impostata per uso medico – solo uno specialista può effettuare diagnosi precise!
- La bilancia se umida può essere scivolosa – fate attenzione! Non salire mai con un piede solo perchè potrebbe capovolgersi.
- Le batterie se ingerite sono pericolose – tenete bilancia e batterie fuori dalla portata dei bambini.



Uso e manutenzione

- Non usare in caso di gravidanza – il liquido amniotico non permette misurazioni corrette
- Pulire con panno leggermente inumidito evitando che l'acqua entri nel dispositivo.
- Non usare solventi o immergere il prodotto in acqua o altri liquidi. La bilancia non è a tenuta stagna.
- Non eccedere la capacità della bilancia.
- Proteggere la bilancia da urti, umidità, polvere, sostanze chimiche, drastici cambiamenti di temperatura, campi elettromagnetici e fonti di calore.
- Questo è un prodotto elettronico, come tale, può subire onde elettromagnetiche causate da altri dispositivi nelle vicinanze.
- Si prega di smaltire le batterie scariche negli appositi contenitori per la raccolta differenziata.
- Rimuovere le batterie se il prodotto non viene utilizzato per lungo tempo. Sebbene sia idonea per utilizzo con batterie ricaricabili, consigliamo di usare batterie standard per un miglior risultato.
- Bilancia testata secondo normative CE.
- Collocare la bilancia su superficie dura e piatta – non è possibile pesarsi correttamente su basi morbide come moquette, tappeti ecc.

Come funziona?

La bilancia Brabantia misura la percentuale di grasso corporeo e acqua, la massa muscolare e BMI (Indice di Massa Corporea) in base all'analisi bio-impedenziometrica (BIA). Un metodo veloce, facile e sicuro. Salendo scalzi sulla bilancia, viene inviato un impulso elettrico innocuo e non percepibile, che misura l'impedenza elettrica del vostro corpo. La massa muscolare e l'acqua hanno una buona conducibilità, quindi una resistenza inferiore. Il tessuto adiposo e l'ossatura, al contrario, hanno una bassa conducibilità e contenuto di acqua inferiore rispetto ai muscoli. Bassa conducibilità (impedenza = alto) indica la presenza di grasso corporeo. La percentuale di massa grassa ecc. è determinata misurando la resistenza elettrica abbinata ad informazioni quali il sesso, l'età, l'altezza ed il grado di attività fisica.

Analisi del corpo non idonea per:

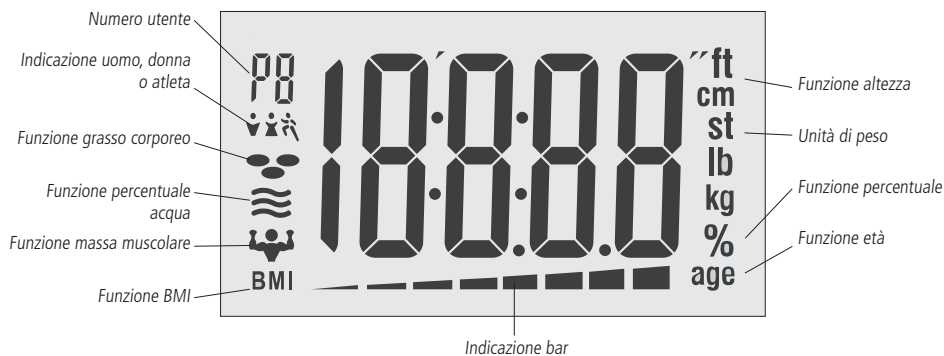
- Bambini di età inferiore ai 10 anni.
- Atleti professionisti e body-builders.
- Donne in gravidanza.
- Persone con febbre, dializzati o con edemi oppure osteoporosi.
- Persone che seguono trattamenti con farmaci per motivi cardiovascolari, dilatazioni vascolari.
- Persone con problemi agli arti inferiori.
- **Tener presente che le misure rilevate sono indicative – solo uno specialista può effettuare diagnosi precise!**

Consigli generali per pesarsi correttamente

- Per maggior precisione, pesarsi sempre alla stessa ora – preferibilmente il mattino, senza indumenti ed a stomaco vuoto.
- Si può misurare la percentuale di grasso corporeo ecc., solo a piedi scalzi e completamente asciutti.
- Salire sulla bilancia ed attendere che appaia il peso sul display.
- Dopo aver effettuato attività fisica, attendere alcune ore prima di pesarsi.
- Attendere ± 15 minuti dopo essersi alzati il mattino.
- Per una corretta misurazione, nessun'altra parte del corpo deve venire a contatto col piano della bilancia.

Caratteristiche

- Capacità massima 160 kg/350 lb/25 St – divisione 0.1 kg/0.2 lb/0.02 st.
- Unità di pesatura kg/lb/st.
- Pesata minima 5 kg.
- Batterie: 4 x AAA/1.5 V.
- Disponibile per 8 differenti utenti con età compresa fra 8 ~ 99 anni e con altezza da 100 ~ 220 cm/3.2 ~ 7.2 feet.
- Modalità di misurazione per atleti.
- Riconoscimento automatico utente in base all'ultima pesatura.
- Funzione per misurare percentuale di grasso corporeo ed acqua e massa muscolare.
- Rilevazione grasso corporeo ed indicazione BMI.
- Accensione premendo UNIT (sul retro) o premendo •
- Funzione spegnimento automatico per maggior durata delle batterie.



Tasti funzione sotto il display

- < Premere per diminuire il valore nelle impostazioni.
- Premere per confermare il valore nelle impostazioni.
- > Premere per aumentare il valore nelle impostazioni.

Come fare?

Guida al primo utilizzo

Inserire le batterie nell'alloggio sul fondo della bilancia, facendo attenzione che i segni + e – corrispondano. Se la bilancia mostra 0.0 è pronta all'uso.



Cambiare l'unità di peso

È possibile passare dal sistema metrico a imperiale o viceversa (cioè KG / ST / LB) semplicemente premendo il pulsante nella parte inferiore della bilancia.



Inserimento informazioni personali prima dell'uso (nell'esempio è selezionata l'unità di peso)

Dopo la conferma di un passaggio, il display mostra automaticamente il passaggio successivo. 8 utenti diversi possono inserire le informazioni personali nella memoria.

1. Premere • per accendere la bilancia – il numero utente (esempio P1) si illumina.
2. Premere < o > per selezionare il **numero a voi corrispondente** e premere • per conferma.
3. Premere < o > per selezionare **sexso e/o modalità atleta** e premere • per conferma.
Attenzione: se vi esercitate almeno 5 ore a settimana, potete scegliere la modalità atleta.
4. Premere < o > per inserire la vostra **altezza** e premere • per conferma.
5. Premere < o > per inserire la vostra **età** e premere • per conferma.
6. Tutti i dati sono ora memorizzati e potete salire sulla bilancia se il display mostra 0.0.

Misurazione (selezione utente manuale)

1. Premere **•** per accendere la bilancia e **< o >** per selezionare il proprio numero utente. Attendere finché il display mostra 0.0.
2. Appoggiare i piedi al centro del piatto.
3. Rimanere in posizione - il peso verrà evidenziato
4. Se inizierà la media automaticamente con un movimento de izquierda a derecha de la barra indicadora.
5. Dopo la misurazione, il risultato appare 3 volte e la bilancia si spegne automaticamente.
6. Inserire le misure nell'agenda.

Misurazione (selezione utente automatica)

Se le vostre informazioni personali sono memorizzate, la bilancia riconosce il numero utente a voi abbinato in base all'ultima pesatura.

1. Salire al centro del piatto scalzi per accendere la bilancia.
2. Rimanere in posizione - il peso verrà evidenziato.
3. Se il vostro peso è già memorizzato, si selezionerà automaticamente il vostro numero utente ed i dati appariranno 3 volte dopodiché la bilancia si spegne automaticamente.

Se altri utenti hanno un peso simile al vostro, il display visualizzerà entrambi i numeri. È possibile selezionare il numero di utente utilizzando **<e>** e selezionare **•** per confermare. Se ci sono più utenti con stesso peso, è necessario selezionare il proprio numero utente manualmente.

Messaggi LCD	Problemi	Cosa fare
LO	Indicador de pilas bajas	Quando Lo appare, la bilancia si spegne dopo pochi secondi – necessario cambiare le batterie (4 x AAA/1.5 V).
---	Sovraccarico	Scendere dalla bilancia per non danneggiare la parte elettronica.
ERR	Indicatore errore misurazione	Appare solo il peso e la bilancia si spegne dopo pochi secondi. Salire nuovamente e rimanere fermi finché il peso viene memorizzato. Se il problema persiste, inumidire leggermente i piedi.
ERR	Identificazione fallita	Appare solo il peso e la bilancia si spegne dopo pochi secondi. Selezionare il proprio numero utente (esempio P1) di nuovo e pesarsi.

ES

Gracias por haber escogido Brabantia. Esperamos que disfrute utilizando la báscula durante muchos años y que le ayude a controlar su forma física. Lea atentamente las instrucciones y guárdelas para futuras referencias. Asegúrese de que todos los usuarios hayan leído estas instrucciones antes de utilizar la báscula.

Notas de seguridad:

- **Importante: báscula no apta para personas con un implante médico (tipo marcapasos).**
- Apta para uso doméstico en interiores. No está calibrada para uso médico, tan sólo un especialista médico podrá sacar conclusiones exactas.
- La báscula puede ser resbaladiza cuando está mojada: ¡tenga cuidado! Nunca suba por el borde exterior de la báscula con un pie porque puede volcarse.
- Es peligroso tragarse las pilas- mantenga la báscula y las pilas fuera del alcance de los niños.



Uso y mantenimiento

- No utilice la báscula si está embarazada - las medidas no serán correctas debido al líquido amniótico.
- Límpiela con un paño ligeramente humedecido sin dejar que penetre agua en el interior del aparato.
- No utilice disolventes ni sumerja la báscula en agua ni en ningún otro líquido: no es impermeable.
- No supere la capacidad máxima de la báscula.
- Proteja la báscula de golpes, humedad, polvo, sustancias químicas, grandes cambios de temperatura, campos electromagnéticos y fuentes de calor.
- Este producto es un instrumento electrónico sensible y como tal puede resultar temporalmente afectado por dispositivos radiotransmisores utilizados en su proximidad.
- Tire las pilas usadas en un punto de reciclaje.
- Quite las pilas si no va a utilizar el producto durante un largo periodo de tiempo. Aunque se pueden utilizar pilas recargables, recomendamos utilizar pilas normales para obtener resultados óptimos.
- La báscula ha sido probada conforme a las normas CE.
- Coloque la báscula en una superficie lisa y resistente - no se obtendrá un peso exacto si se usa en superficies blandas, como alfombras.



¿Cómo funciona?

Esta báscula de Brabantia mide el porcentaje de agua, musculatura y grasa corporales, así como el IMC (índice de masa corporal) conforme al Análisis de impedancia bioeléctrica (BIA), un método rápido, sencillo y seguro. Cuando se sube descalzo, la báscula envía una corriente completamente inocua e indetectable que mide la impedancia eléctrica corporal. El tejido muscular y el agua son buenos conductores, por lo que ofrecen menor resistencia. El tejido graso y los huesos, al contrario, son malos conductores, dado que presentan un contenido en agua más bajo que los músculos.

Una conductividad baja (= alta impedancia) es signo de la presencia de mayor grasa corporal.

El porcentaje de grasa corporal, entre otros, se determina midiendo la resistencia eléctrica en combinación con información sobre el sexo, la edad, la altura y el hecho de si se hace deporte o no.

Puede que los resultados no sean exactos en:

- Niños menores de 10 años.
- Atletas y culturistas de competición.
- Mujeres embarazadas.
- Personas con fiebre, en tratamiento para diálisis o con síntomas de edema u osteoporosis.
- Personas con medicación cardiovascular, con acción dilatadora o constrictora vascular.
- Personas con desviaciones anatómicas en las piernas en relación con el tamaño total del cuerpo.
- **Tenga en cuenta que las medidas obtenidas son puramente indicativas y que tan sólo un especialista médico puede sacar conclusiones exactas.**

Consejos generales para obtener resultados exactos

- Para obtener resultados con exactitud óptima, deberá pesarse siempre a la misma hora, preferentemente por la mañana, desnudo y antes de ingerir alimentos.
- Solamente puede medir el porcentaje de grasa corporal si se sube descalzo a la báscula, sin que las plantas de los pies estén completamente secas.
- Suba a la báscula y permanezca quieto hasta que se muestre el peso correcto en la pantalla.
- Espere unas horas si ha realizado una actividad agotadora inusual.
- Espere ± 15 minutos después de levantarse por la mañana.
- No junte los pies, las piernas, las pantorrillas ni los muslos, de lo contrario las medidas obtenidas no serán correctas.

Características

- Capacidad máxima de 160 kg. – graduaciones de 0.1 kg.
- Unidades de peso en kg/lb/st.
- Peso mínimo de 5 kg.
- Pilas: 4 x AAA/1.5 V.
- Apta para 8 usuarios distintos de 8 a 99 años de edad con una altura de 100 a 220 cm.
- Modo de peso de atleta.
- Identificación de usuario automática que muestra los últimos resultados.
- Función de medida de agua, musculatura y grasa corporales,
- Indicador del nivel de grasa y de IMC.
- Función de auto-inicio.
- Función de auto-apagado para ahorrar pilas.



Teclas debajo de la pantalla

- < Pulse aquí para disminuir el valor del modo de configuración.
- Pulse aquí confirmar el valor del modo de configuración.
- > Pulse aquí para aumentar el valor del modo de configuración.

¿Qué desea hacer?

Preparar la báscula para usar por primera vez

Abra el compartimiento para pilas situado en la base de la báscula e introduzca las pilas, asegurándose de colocar los signos + y - en el sentido correcto. Si aparece 0,0 en la pantalla, la báscula está lista para usar.



Cambiar las unidades de peso

Puede pasar de unidades métricas a imperiales o viceversa (es decir KG/ST/LB) pulsando el botón de unidades situado en la parte inferior de la báscula.



Introducir información personal antes de usar la báscula

(en este ejemplo se ha seleccionado la unidad kg.)

Tras confirmar un paso, la pantalla mostrará automáticamente el siguiente. La memoria de la báscula puede almacenar información personal de hasta 8 usuarios.

1. Pulse • para encender la báscula – el número de usuario (e.g. P1) parpadeará.
2. Pulse < o > para seleccionar **el número de usuario** deseado y pulse • para confirmar.
3. Pulse < o > para seleccionar **el sexo y/o el modo atleta** y pulse • para confirmar.
Nota: si realiza mucho ejercicio o si entrena al menos 5 horas a la semana, puede escoger el modo atleta.
4. Pulse < o > para seleccionar **la altura** y pulse • para confirmar.
5. Pulse < o > para seleccionar **la edad** y pulse • para confirmar.
6. Se almacenarán automáticamente todos los datos y puede subirse cuando aparezca 0,0 en la pantalla LCD.
Cuando se cambien las pilas hay que introducir los datos de nuevo.

Medidas (selección manual del usuario)

1. Pulse **•** para encender la báscula y pulse **< o >** para seleccionar el número personal de usuario. Espere hasta que figure 0.0 en la pantalla LCD.
2. Colóquese descalzo en el centro de la báscula.
3. Permanezca quieto - los datos de peso se registrarán automáticamente cuando esté estable.
4. Se iniciará la medida automáticamente con un movimiento de izquierda a derecha de la barra indicadora.
5. Una vez realizadas las medidas, se mostrarán los resultados 3 veces y la báscula se apagará automáticamente.
6. Anote los resultados en el diario.

Medidas (selección automática del usuario)

Si su información personal está grabada en la memoria, la báscula determinará su número de usuario en base a los resultados de la última vez que se pesó.

1. Colóquese descalzo en la báscula para encenderla.
2. Permanezca quieto - los datos de peso se registrarán automáticamente cuando esté estable.
3. Si ya está grabado su peso en la memoria de la báscula, se seleccionará automáticamente su número de usuario y se mostrarán los resultados en series de tres veces. Luego se apagará.

En el caso de que algún otro usuario tenga un peso similar al suyo aparecerán en la pantalla ambos números de usuario. Podrá seleccionar el número de usuario correcto pulsando **< y >** y luego **•** para confirmar. En el caso de que haya más usuarios con el mismo peso aproximado tendrá que seleccionar su número de usuario manualmente.

Mensajes en la pantalla LCD	Problema	Qué hacer
LO	Indicador de pilas bajas	Cuando aparezca "lo" en la pantalla, la báscula se apagará transcurridos unos segundos - hay que cambiar las pilas (4 x AAA/1.5 V).
---	Indicador de sobrecarga	Retire el peso de la báscula para proteger la electrónica del aparato.
ERR	Indicador de error de medida	Solamente aparecerá el peso y la báscula se apagará tras unos segundos. Colóquese de nuevo descalzo sobre la báscula y permanezca quieto hasta que se graben los datos. Si el problema persiste, humedezca ligeramente los pies.
ERR	Indicador de identificación fallida	Solamente aparecerá el peso y la báscula se apagará tras unos segundos. Seleccione su Número Personal (ej. P1) de nuevo y vuelva a pesarse.

PT

Obrigado por escolher Brabantia. Esperamos que goste de utilizar a balança por muitos anos e que o ajude a monitorizar a sua condição física. Por favor leia com cuidado as instruções de uso e guarde-as para uso posterior. Certifique-se que todos os utilizadores podem ler este folheto antes de utilizar a balança.

Notas de segurança

- **Importante: esta balança não deve ser utilizada por pessoas com implantes médicos (como pacemaker)!**
- A balança é adequada ao uso doméstico – a balança não está calibrada para uso médico – só um médico especialista pode fazer determinações precisas!
- A balança pode ser escorregadia quando molhada – tenha cuidado! Nunca suba para as extremidades da balança com um pé porque pode fazer com que esta vire.
- As baterias são perigosas se engolidas – mantenha a balança e as baterias fora do alcance das crianças.



Uso e manutenção

- Não usar durante a gravidez – as medidas não serão corretas devido ao líquido amniótico.
- Limpe com um pano ligeiramente humedecido sem permitir que entre água no aparelho.
- Não utilize solventes nem mergulhe o produto na água ou qualquer outro líquido. A balança não é resistente à água.
- Não exceda a capacidade da balança.
- Proteja a balança contra choques, humidade, poeira, químicos, diferenças drásticas de temperatura, campos electromagnéticos e outras fontes de calor.
- Este produto é um instrumento electrónico sensível e como tal pode ser temporariamente afetado por Dispositivos de Transmissão de Rádio a ser utilizados em estreita proximidade.
- Por favor descarte as baterias usadas de forma responsável reciclando.
- Retire as baterias quando o produto não está a ser utilizado para um maior período de utilização. Apesar da balança ser adequada a baterias recarregáveis, aconselhamos a utilização de baterias normais para obter melhor resultado.
- Balança testada de acordo com as normas CE.
- Coloque a balança sobre uma superfície dura e plana – pesagem precisa não é possível em superfícies macias como carpetes, tapetes etc.

Como funciona?

Esta balança Brabantia mede a sua percentagem de gordura corporal, água – músculos IMC (Índice Massa Corporal) de acordo com Bio-electrical Impedance Analysis (BIA). Um método rápido, fácil e seguro.

Quando sobe para a balança com os pés descalços a balança envia uma corrente elétrica completamente inofensiva e indetectável e mede a tensão elétrica do seu corpo.

Tecido muscular e água têm boa condutividade, portanto menor resistência. Tecido adiposo e ossos, por outro lado, têm condutividade baixa, pois eles mantêm um conteúdo de água mais baixo que os músculos.

Baixa condutividade (=alta tensão) aponta para a presença de maior gordura corporal.

A gordura corporal etc. é determinada medindo a resistência elétrica, em combinação com a informação sobre o seu sexo, idade, altura e se é desportista ou não.

Análise de resultados podem não ser precisos para:

- Crianças com menos de 10 anos.
- Atletas de alta competição e musculação.
- Mulheres grávidas.
- Pessoas com febre, tratamento de diálise ou com sintomas de edema ou osteoporos
- Pessoas tomando medicação cardiovascular, dilatação vascular ou constrição vascular
- Pessoas com desvios anatómicos das pernas em relação ao tamanho total do corp
- **Por favor note que a medição desta balança é meramente indicativa - só um médico especialista pode fazer determinações precisas!**

Dicas para pesagem de precisão:

- Para conseguir medições precisas do seu corpo, pese-se sempre na mesma altura – preferivelmente de manhã, sem roupa e de estômago vazio.
- Só pode medir a percentagem de gordura corporal etc. quando estiver de pés descalços em cima da balança, e sem as solas completamente secas.
- Suba para a balança e fique imóvel até que o peso correto surja no visor.
- Aguarde algumas horas após uma atividade extenuante a que não está acostumado.
- Aguarde ± 15 minutos depois de levantar-se de manhã.
- Não deve haver contato entre pés, pernas e cochas. Caso contrário a medida não será executada corretamente.

Características

- Capacidade máxima 160 kg/350 lb/25 St – 0.1 kg/0.2 lb/0.02 st. gradações.
- Unidade de peso kg/lb/st.
- Peso mínimo 5 kg.
- Baterias: 4 x AAA/1.5 V.
- Capacidade para 8 utilizadores diferentes entre os 8 – 90 anos de idade e com altura entre 100 – 220 cm/3.2 – 7.2 pés.
- Modo de medição atleta.
- Identificação automática do utilizador de acordo com a última medição de peso.
- Função medição de gordura corporal, água e músculo.
- Indicação de gordura e IMC.
- Função Auto-on ao pressionar UNIT (parte de trás da balança) ou ao tocar •.
- Função Auto-off para poupar baterias.



Teclas de função em baixo do visor

- < Carregue para diminuir o valor no modo de ajuste.
- Carregue para confirmar o valor no modo de ajuste.
- > Carregue para aumentar o valor no modo de ajuste.

O que pretende fazer?

Prepare as escalas para o primeiro uso

Abra a caixa das baterias na base da balança e coloque as pilhas, certificando-se que os sinais + e – combinam com os sinais equivalentes da balança. Se o visor mostrar 0.0 a balança está pronta a usar.



Mudar a unidade de peso

Pode mudar a unidade de peso de métrica para imperial ou vice versa (i.e. KG/ST/LB) simplesmente pressionando o botão units/up localizado na parte inferior da balança.



Introduza a informação pessoal antes de usar

(neste exemplo a unidade kg está seleccionada)

Após confirmação deste passo, o visor mostrará automaticamente o próximo passo. Pode armazenar até 8 utilizadores a informação pessoal na memória da balança.

1. Pressione **•** para mudar na balança – o número de utilizador aparecerá.
2. Pressione < ou > para seleccionar o **utilizador desejado** e pressione **•** para confirmar.
3. Pressione < ou > para seleccionar o **sexo e/ou modo atleta** e pressione **•** para confirmar. Note por favor: se pratica muito exercício ou treino de pelo menos 5 horas por semana, pode seleccionar o modo atleta.
4. Pressione < ou > para seleccionar o valor da sua **altura** e pressione **•** para confirmar.
5. Pressione < ou > para seleccionar o valor da sua **idade** e pressione **•** para confirmar.
6. Toda a informação será armazenada automaticamente e pode subir para a balança se o visor LCD mostrar 0.0. A informação deve ser novamente colocada se mudar as baterias.

Medição (selecionar utilizador manualmente)

1. Pressione **•** para mudar na balança e pressione **< ou >** para seleccionar o seu número de utilizador. Aguarde até o visor LCD mostrar 0.0.
2. Posicione-se no meio da plataforma da balança com os pés descalços.
3. Mantenha-se imóvel – o peso será memorizado automaticamente.
4. A medição iniciará automaticamente com a barra indicadora a mover-se da esquerda para a direita.
5. Após a medição, os resultados aparecerão 3 vezes e a balança desliga-se automaticamente.
6. Coloque as medições no diário.

Medição (selecione utilizador automaticamente.)

Se a sua informação pessoal estiver gravada na memória, a balança irá determinar o seu número de utilizador através da medida do seu peso.

1. Suba para a balança com os pés descalços para ligar a balança.
2. Mantenha-se imóvel - o peso será memorizado automaticamente.
3. Se o seu peso estiver memorizado na balança, o seu número de utilizador será seleccionado automaticamente e as medições serão mostradas em ciclos de três vezes e a balança desligará.

Se existe outro utilizador da balança cujo peso é próximo do seu, o visor mostrará ambos os números de utilizador. Pode seleccionar o seu número de utilizador usando **<** e **>** e pressionando **•** para confirmar. Se existirem mais utilizadores com o mesmo peso aproximado terá que seleccionar o seu número de utilizador manualmente.

Mensagens LCD	Problema	Que fazer
LO	Indicação de bateria fraca	Quando LO é mostrado, a balança desliga-se após alguns segundos – de mudar as baterias (4 x AAA/1.5 V).
---	Indicação de sobrecarga	Por favor retire o peso da balança para proteger a parte eletrónica da balança.
ERR	Indicação de erro na medição	Só o peso será mostrado e a balança desliga-se após alguns segundos. Por favor suba para a balança com os pés descalços novamente e mantenha-se imóvel até o peso ser memorizado. Se o problema persistir, tente humedecer ligeiramente os pés.
ERR	Falha na identificação	Só o peso será mostrado e a balança desliga-se após alguns segundos. Por favor selecione o seu número de utilizador (e.g. P1) novamente e meça mais uma vez.

NL

Bedankt voor het kiezen van Brabantia. Wij zijn ervan overtuigd dat u nog vele jaren zult genieten van dit product. Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door en bewaar het boekje voor toekomstig gebruik. Zorg er voor dat elke gebruiker dit boekje voor het wegen goed door neemt.

Veiligheid

• Belangrijk: deze weegschaal mag niet gebruikt worden door personen met medische implantaten (bijvoorbeeld een pacemaker).

- De weegschaal is uitsluitend geschikt voor huishoudelijk gebruik binnenshuis – de weegschaal is niet gekalibreerd voor medisch gebruik – alleen een medisch specialist of dokter kan accurate metingen doen!
- Wees voorzichtig - een natte weegschaal kan glad zijn! Stap nooit op één zijde op de buitenste rand van de weegschaal: de weegschaal zou kunnen kantelen.
- Batterijen zijn gevaarlijk als ze ingeslikt worden – hou de weegschaal en batterijen buiten bereik van kinderen.



Gebruik en onderhoud

- Gebruik de weegschaal niet tijdens de zwangerschap – de metingen zullen niet correct zijn door het vruchtwater.
- Met een vochtige doek reinigen; zorg ervoor dat er geen water in het product komt.
- Geen oplosmiddelen gebruiken en het product niet in een vloeistof onderdompelen. De weegschaal is niet waterdicht.
- De capaciteit van de weegschaal niet overschrijden.
- Stel het apparaat niet bloot aan schokken, vochtigheid, stof, chemische stoffen, sterke temperatuurschommelingen, elektromagnetische velden en warmtebronnen (ovens, verwarmingselementen).
- Dit product is een gevoelig elektronisch apparaat en kan tijdelijk worden gestoord door zend- en ontvangers in de directe omgeving.
- Gebruikte batterijen bij een inzamelpunt inleveren, zodat ze gerecycled kunnen worden.
- Verwijder de batterijen als het product voor lange tijd niet gebruikt wordt. Hoewel de weegschaal geschikt is voor oplaadbare batterijen, adviseren we normale batterijen voor accurate metingen.
- De weegschaal is conform de CE-normen getest.
- Gebruik de weegschaal alleen op een harde, vlakke ondergrond – accuraat wegen is niet mogelijk op zachte ondergronden zoals tapijt, badkamermat etc.



Hoe functioneert de weegschaal?

Deze weegschaal werkt volgens het zogenaamde BIA principe: de Bio-electrische Impedantie Analyse. Een gemakkelijke, snelle en veilige methode. Wanneer u op de weegschaal stapt met blote voeten, stuurt de weegschaal een volledig veilige, onmerkbaar stroom door uw lichaam en meet vervolgens de elektrische weerstand van uw lichaam. Spiermassa en lichaamsvocht geven een goede elektrische geleiding en hebben een lage weerstand.

Vetweefsel en beenderen geleiden de elektriciteit slecht en hebben daarom een hoge weerstand omdat ze minder water bevatten. Het lichaamsvetpercentage en andere waarden worden vastgesteld door het meten van uw lichaamsweerstand in combinatie met de door u ingegeven waarden voor uw leeftijd, geslacht, lichaamslengte en of uw sportief bent of niet.

Meetresultaten kunnen afwijken voor:

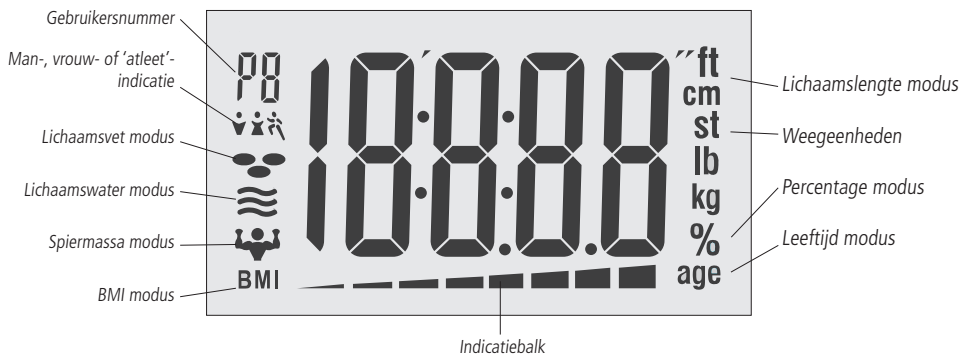
- Kinderen onder de 10 jaar.
- Actieve atleten en body-builders.
- Zwangere vrouwen.
- Personen met koorts, oedeemsymptomen of osteoporose of personen die nierdialyse ondergaan.
- Personen die cardiovasculaire geneesmiddelen gebruiken.
- Personen die vaatverwijdende of -vernauwende geneesmiddelen gebruiken.
- Personen met afwijkende lichaamsbouw (bijvoorbeeld extra lange of korte benen).
- Hou er rekening mee dat deze weegschaal alleen een indicatie geeft – alleen een medisch specialist of dokter kan accurate metingen doen!

Tips voor een accurate meting

- Weeg, voor de meest accurate meting, uzelf altijd op hetzelfde tijdstip (bij voorkeur in de morgen) zonder kleren en met een lege maag.
- De weegschaal werkt alleen als u met blote voeten op de weegschaal gaat staan en uw voetzolen moeten licht vochtig zijn (droge voetzolen geleiden de stroom onvoldoende).
- Stap op de weegschaal en sta stil totdat het correcte gewicht in de display wordt getoond.
- Wacht na een ongewone, zware inspanning een paar uur.
- Wacht een kwartiertje nadat u bent opgestaan.
- Tijdens het wegen, mag er geen contact zijn tussen de voeten, kuit, armen en benen. De metingen zullen niet of niet correct uitgevoerd worden.

Kenmerken

- Max. capaciteit 160 kg/350 lb/25 St – 0,1. kg/0,2 lb/0,02 st. indelingen.
- Weegeenheden kg/lb/st.
- Minimaal te wegen gewicht 5 kg.
- Batterijen: 4 x AAA/1,5 V.
- Geschikt voor maximaal 8 verschillende gebruikers – leeftijd van 9 ~ 99 jaar en een lichaamslengte van 100 ~ 220 cm/3,2 ~ 7,2 feet.
- Atletenmodus.
- Automatische selectie van de gebruiker aan de hand van het laatst gemeten gewicht (zie gebruiksaanwijzing).
- Lichaamsvet, – vocht en – spiermassapercentage meting.
- Vetpercentage en BMI door middel van indicatiebalk.
- Weegschaal start automatisch de meting als u op de weegschaal stapt (Auto-on).
- Auto-off functie om batterijen te sparen.



Funcietoetsen onder het display

- < Aanraken om de ingegeven waarde in het display te verlagen in de 'setting' modus.
- Aanraken om de ingegeven waarde in het display vast te leggen in de 'setting' modus.
- > Aanraken om de ingegeven waarde in het display te verhogen in de 'setting' modus.

Wat wilt u doen?

Weegschaal in gebruik nemen

Open het batterijklepje aan de onderkant van de weegschaal en plaats de batterijen (4 x AAA). Zorg ervoor dat de +/- op de batterijen overeen komen met de +/- tekens in het batterijcompartiment. Als de 0 in het scherm verschijnt, is de weegschaal klaar voor gebruik.

Wisselen van kg naar lb of St

U kunt de gewichtseenheid van metrisch naar Engels en vice versa (bijv. KG/ST/LB) omschakelen door de knop UNITS/UP aan de onderzijde van de weegschaal in te drukken.



Uw persoonlijke gegevens ingeven vóór eerste gebruik (in dit voorbeeld is de eenheid kg gebruikt)

Nadat u een waarde heeft vastgelegd door op de • toets te drukken, verschijnt automatisch de volgende stap in het display. Maximaal 8 gebruikers kunnen hun persoonlijke gegevens vastleggen in het geheugen van de weegschaal.

1. Druk op • om de weegschaal aan te zetten – het gebruikersnummer (bijvoorbeeld P1) gaat knipperen.
2. Druk op < of > voor het gewenste **gebruikersnummer** en druk op • om uw keuze te bevestigen.
3. Druk op < of > om uw **geslacht en/of 'atleet'-modus** te selecteren en druk op • om te bevestigen.
Let op: selecteer de 'atleet'-modus alleen als u minstens 5 uur in de week aan fitness doet.
4. Druk op < of > om de waarde van uw lichaamslengte in te voeren en druk op • om te bevestigen.
5. Druk op < of > om de waarde van uw **leeftijd** in te voeren en druk op • om te bevestigen.
6. Alle gegevens worden nu automatisch opgeslagen en als het display 0.0 laat zien, is de weegschaal klaar voor gebruik.
Let op: na het wisselen van de batterijen moeten alle gebruikersgegevens opnieuw worden ingegeven.

Accuraat wegen (gebruiker handmatig selecteren)
1. Druk op • en selecteer uw gebruikersnummer door op < en > te drukken. Wacht met wegen tot het display 0,0 laat zien.
2. Stap in het midden van de weegschaal met blote voeten.
3. Sta stil totdat het weegresultaat in het display verschijnt – dit wordt opgeslagen in het geheugen.
4. De berekening van lichaamsvet, – water, -spiermassa en BMI begint – in het display is een indicatie balk zichtbaar.
5. Na de berekening verschijnt het resultaat 3 keer na elkaar in het scherm en de weegschaal schakelt uit.
6. Leg de resultaten vast in het bijgeleverde dagboek.

Accuraat wegen (gebruiker automatisch selecteren)
Als uw persoonlijke informatie al in het geheugen van de weegschaal is opgeslagen, kan de weegschaal aan de hand van uw eerder gemeten gewicht, uw persoonlijke gebruikersnummer automatisch selecteren.
1. Stap met blote voeten op de weegschaal om de weegschaal aan te zetten.
2. Sta stil totdat het weegresultaat in het display verschijnt.
3. Als uw gewicht al in het geheugen van de weegschaal is opgeslagen, wordt het bijbehorende gebruikersnummer automatisch geselecteerd en verschijnt het in het display en wordt de berekening van lichaamsvet-, water, spiermassa- en BMI 3 keer achterelkaar in het display getoond. Daarna schakelt de weegschaal automatisch uit.

Als er een andere gebruiker van de weegschaal is, wiens gegevens in het geheugen zijn opgeslagen en waarvan het gewicht bijna hetzelfde is als uw gewicht, verschijnen beide persoonlijke gebruikersnummers in het display. U kunt uw nummer selecteren door op **<** of **>** te drukken en te bevestigen door op **•** te drukken.

Als er meer gebruikers zijn met ongeveer hetzelfde gewicht, moet u altijd uw persoonlijke gebruikersnummer handmatig selecteren.

Foutmeldingen	Probleem	Oplossing
LO	Batterijen bijna leeg	Als Lo in het display verschijnt, zijn de batterijen leeg - de weegschaal zal na een paar seconden uitschakelen. Plaats nieuwe batterijen (4 x AAA 1,5V).
---	Maximale weegcapaciteit overschreden	Verwijder het gewicht van de weegschaal om de elektronica te beschermen
ERR	Meetfout	Alleen het gewicht wordt getoond en de weegschaal zal na een paar seconden uitschakelen. Stap opnieuw op de weegschaal en start een nieuwe meting. Als het probleem zich voor blijft doen, maak uw voetzolen een beetje vochtig om de geleiding te verbeteren.
ERR	Geen automatische identificatie	Alleen het gewicht wordt getoond en de weegschaal zal na een paar seconden uitschakelen. Selecteer uw persoonlijke gebruikersnummer handmatig en start een nieuwe meting.

