

SILVERCREST®



www.lidl-service.com



PÈSE-PERSONNE IMPÉDANCEMÈTRE SBF 75

FR

PÈSE-PERSONNE IMPÉDANCEMÈTRE

Instructions d'utilisation et consignes de sécurité

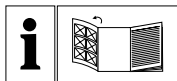
DE AT CH

DIAGNOSEWAAGE

Bedienungs- und Sicherheitshinweise

IAN 290987

FR



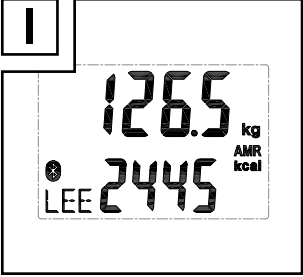
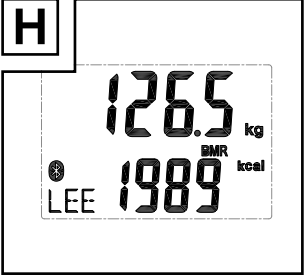
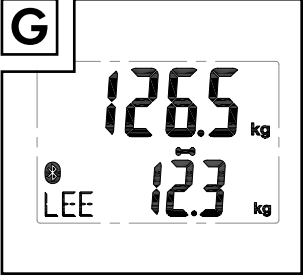
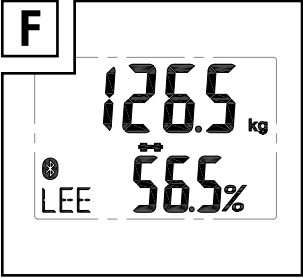
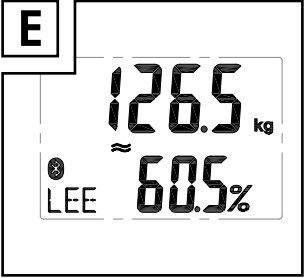
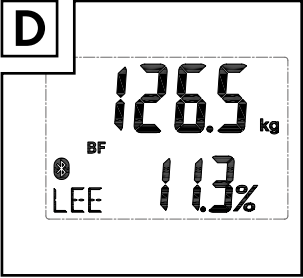
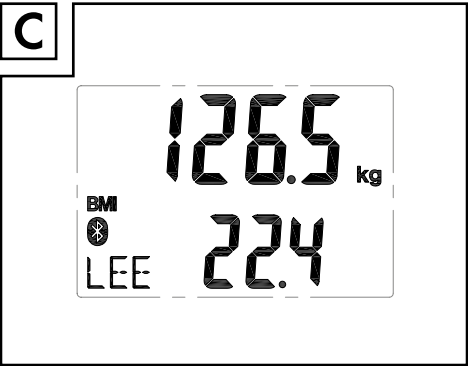
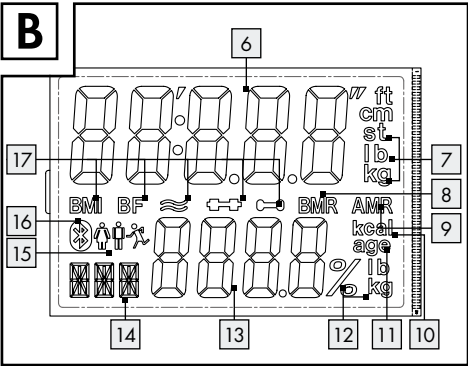
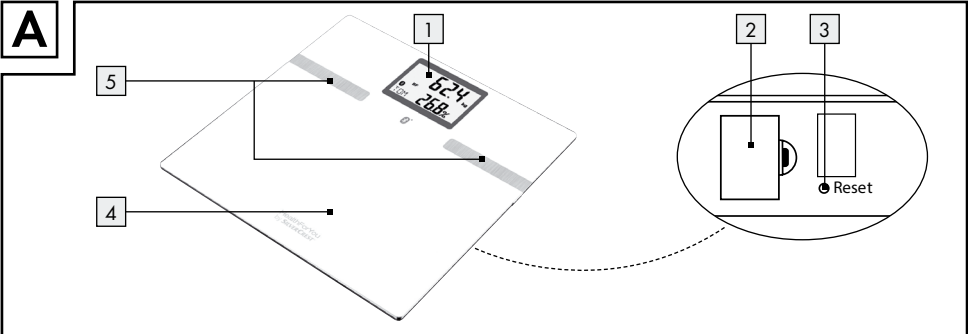
FR

Avant de lire le mode d'emploi, ouvrez la page contenant les illustrations et familiarisez-vous ensuite avec toutes les fonctions de l'appareil.

DE AT CH

Klappen Sie vor dem Lesen die Seite mit den Abbildungen aus und machen Sie sich anschließend mit allen Funktionen des Gerätes vertraut.

FR	Instructions d'utilisation et consignes de sécurité	Page	5
DE/AT/CH	Bedienungs- und Sicherheitshinweise	Seite	21



Légende des pictogrammes utilisés	Page 6
Introduction	
Utilisation conforme.....	Page 6
Descriptif des pièces.....	Page 7
Contenu de la livraison.....	Page 7
Caractéristiques techniques.....	Page 7
Instructions de sécurité importantes	Page 8
Principe de mesure	Page 11
Mise en service	Page 11
Installation / Remplacement des piles	Page 11
Installation de la balance impédancemètre	Page 11
Installation et préparation de l'application / la version web «HealthForYou»	Page 12
Utilisation	Page 12
Effectuer une mesure.....	Page 13
Mesurer uniquement le poids.....	Page 13
Arrêter la balance impédancemètre.....	Page 13
Affectation d'utilisateur.....	Page 13
Mesures inconnues.....	Page 13
Enregistrer les mesures attribuées.....	Page 13
Supprimer les données de la balance.....	Page 14
Évaluation des résultats	
Indice de Masse Corporelle.....	Page 14
Pourcentage de masse grasseuse.....	Page 14
Pourcentage de masse hydrique.....	Page 15
Pourcentage de masse musculaire.....	Page 15
Masse osseuse.....	Page 15
BMR.....	Page 16
AMR.....	Page 16
Corrélation des résultats dans le temps.....	Page 16
Problèmes et solutions	Page 17
Nettoyage et entretien	Page 17
Mise au rebut	Page 18
Garantie / Service client	Page 18
Déclaration de conformité	Page 19

Légende des pictogrammes utilisés			
	Lire le mode d'emploi !		Risque de basculement : installez-vous au centre de la surface de pesée.
	Volt (tension continue)		Posez la balance sur une surface plane.
	Respecter les avertissements et consignes de sécurité !		Risque de glissade : ne montez pas sur la balance les pieds mouillés.
	Consignes de sécurité		3 ans de garantie
	Instructions de manipulation		Mettez au rebut l'emballage et la balance dans le respect de l'environnement !
	Tenir les enfants à l'écart de la balance !		Ne pas jeter les piles dans les ordures ménagères !
	Attention ! Risque d'explosion !		Le produit répond aux directives européennes appliquées spécifiquement pour ce type de produit
	Porter des gants de protection !		Ne pas utiliser en cas d'implants médicaux (par ex. un stimulateur cardiaque)
	Ne pas soumettre la balance à une charge supérieure à 180 kg / 396 lb / 28 st.		

Pèse-personne impédancemètre SBF 75

remettez-leur également la totalité des documents s'y rapportant.

● Introduction



Nous vous félicitons de l'achat de votre nouvel appareil. Vous avez opté pour un produit de grande qualité. Avant la mise en service et la première utilisation, veuillez vous familiariser avec la balance. À cet effet, lisez attentivement le mode d'emploi ci-dessous et les consignes de sécurité. Cette balance doit être uniquement utilisée de manière conforme aux instructions et dans les domaines d'application spécifiés. Veuillez conserver soigneusement ce mode d'emploi. Si vous remettez la balance à des tiers,

● Utilisation conforme

La balance est conçue pour la détermination du poids, des masses grasseuse, hydrique, musculaire et osseuse de personnes et pour le calcul des taux métaboliques de base et actif.

La balance ne doit pas être utilisée par des femmes enceintes, des personnes dialysées, avec un œdème, un stimulateur cardiaque ou autres implants médicaux. La balance est uniquement destinée à un usage domestique, et non à un usage commercial. Toute autre utilisation que celle décrite précédemment ou toute modification du produit est interdite et peut

occasionner des blessures et/ou un endommagement du produit. Le fabricant décline toute responsabilité en cas de dégâts causés par un usage non conforme. La balance n'est pas conçue pour un usage professionnel.

Remarque : les mesures et recommandations n'ont aucune pertinence médicale. Si vos masses graisseuse et hydrique restent au-dessus ou en-dessous de la plage normale, veuillez consulter votre médecin.

● Descriptif des pièces

- 1 Écran à cristaux liquides (LCD)
- 2 Compartiment à pile
- 3 Bouton Reset
- 4 Surface de pesée
- 5 Électrodes

Écran à cristaux liquides

- 6 Poids mesuré
- 7 Unité de poids configurée (st, lb ou kg)
- 8 Taux métabolique de base (BMR)
- 9 Taux métabolique actif (AMR)
- 10 Métabolisme énergétique en kcal
- 11 Âge
- 12 Affichage des données corporelles en % ou en fonction poids en lb ou en kg
- 13 Données corporelles mesurées
- 14 Initiales de l'utilisateur, valeur inconnue «- -»
- 15 Sexe
- 16 Symbole Bluetooth® pour connecter la balance impédancemètre à un smartphone
- 17 Mode données corporelles IMC (Indice de Masse Corporelle) / BF (masse graisseuse) /  (masse hydrique) /  (masse musculaire) /  (masse osseuse)

● Contenu de la livraison

Immédiatement après le déballage du produit, veuillez toujours contrôler la présence de tous les éléments livrés, et que le produit se trouve en parfait état.

1 pèse-personne impédancemètre
3 piles 1,5V type AAA

1 mode d'emploi
1 guide rapide

● Caractéristiques techniques

Dimensions de la surface de pesée :	env. 30 x 30 x 2,3 cm (l x p x h)
Piles :	3 x piles 1,5V (type AAA)
Poids supporté maximal :	180 kg / 396 lb / 28 st
Échelle de mesure (poids, masse osseuse) :	0,1 kg / 0,2 lb / 0,2 lb
Échelle de mesure (masses graisseuse, hydrique, musculaire) :	0,1 %
Échelle de mesure (calories) :	1 kcal
Matériaux :	verre de sécurité, plastique, métal

Transmission de données par Bluetooth® wireless technology

Le produit utilise la Bluetooth® low energy technology, bande de fréquence 2,402 – 2,480 GHz, Puissance de transmission max. 0 dBm, compatible Bluetooth® 4.0 pour smartphones / tablettes.



Vous pouvez trouver la liste des smartphones compatibles, des informations sur l'application et le logiciel «HealthForYou» ainsi que d'autres informations sur l'appareil à l'adresse suivante : www.healthforyou.lidl

Configurations système pour la version web «HealthForYou»	MS Internet Explorer MS Edge Mozilla Firefox Google Chrome Apple Safari (respectivement dans leur version actuelle)
Configurations pour l'application «HealthForYou»	iOS à partir de la version 9.0, Android™ à partir de la version 5.0, Bluetooth® 4.0.

Sous réserve de modification sans préavis des données techniques pour des raisons d'actualisation.

INSTRUCTIONS IMPORTANTES – À CONSERVER POUR UN USAGE ULTÉRIEUR !



Instructions de sécurité importantes



AVERTISSEMENT ! Le

non-respect des consignes suivantes peut provoquer des dommages corporels ou matériels. Les instructions de sécurité et les avis suivants relatifs aux risques ont pour but non seulement de protéger votre santé et celle de tiers, mais aussi de protéger la balance. Respectez donc ces instructions de sécurité et remettez le présent mode d'emploi aux personnes auxquelles vous transmettez la balance.



AVERTISSEMENT !
DANGER DE MORT ET D'ACCIDENT POUR LES ENFANTS EN BAS ÂGE ET LES ENFANTS ! Ne laissez jamais

les enfants avec le matériel d'emballage et l'appareil sans surveillance. Sous peine de risque de danger mortel par étouffement. Toujours tenir l'appareil à l'écart des enfants. Le produit n'est pas un jouet.

- Ce produit peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus ainsi que par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou manquant d'expérience ou de connaissances, s'ils sont surveillés ou s'ils ont été informés de l'utilisation sûre du produit et comprennent les risques liés à son utilisation. Les enfants ne doivent pas jouer avec ce produit. Le nettoyage et l'entretien du produit ne doivent pas être effectués

par des enfants laissés sans surveillance.



⚠ AVERTISSEMENT ! Ce produit n'est pas adapté aux personnes portant des implants médicaux (par ex. un stimulateur cardiaque). La tension de mesure de la bio-impédance de la balance peut nuire au bon fonctionnement de tels implants.

- Ne pas utiliser pendant la grossesse.
- Le produit n'est pas adapté aux catégories de personnes suivantes, car des résultats divergents et non plausibles peuvent apparaître lors de la détermination de la masse grasseuse et des autres valeurs :
 - Enfants de moins de 10 ans environ,
 - Athlètes professionnels et body-builders,
 - Personnes atteintes de fièvre, traitées par dialyse, symptômes d'œdème ou ostéoporose,
 - Personnes suivant un traitement pour le système cardio-vasculaire (pour le cœur et le système vasculaire),

- Personnes suivant un traitement vasodilatateur ou vasoconstricteur,
- Personnes ayant des anomalies anatomiques importantes aux jambes par rapport à la taille de l'ensemble du corps (longueur des jambes significativement réduite ou accrue).



ATTENTION ! RISQUE DE BLESSURE !

Ne pas soumettre la balance à une charge supérieure à 180 kg / 396 lb / 28 st. Vous risqueriez de l'endommager.



ATTENTION ! RISQUE DE BLESSURE !

Ne montez pas sur la balance les pieds mouillés, n'utilisez pas la balance si le plateau est mouillé. Au risque de glisser.



Ne montez pas sur un seul côté de la balance impédancemètre : risque de basculement !

- Protégez la balance contre les chocs, l'humidité, les produits chimiques, les fortes variations de température et la proximité directe de sources de chaleur (four, radiateur).
- Ne soumettez pas l'appareil
 - à de fortes sollicitations mécaniques,

- aux rayons directs du soleil,
- à des champs électromagnétiques puissants (par ex. téléphone mobile).

Autrement, vous risquez d'endommager l'appareil.

- Avant chaque utilisation, vérifiez le bon état de l'appareil. Ne faites jamais fonctionner un appareil endommagé.
- En cas de dysfonctionnement ou si l'appareil est défectueux, retirez les piles. Risque d'écoulement élevé dans le cas contraire.

AVERTISSEMENT !

N'ouvrez jamais le boîtier de l'appareil. Vous risqueriez de vous blesser et d'endommager l'appareil. Confiez exclusivement les réparations au S.A.V. ou à un électricien qualifié.

- **ATTENTION !** Rangez la balance en dehors des voies de passage. Au risque de trébucher dessus.

Dangers liés à la manipulation des piles

-  **ATTENTION ! RISQUE D'EXPLOSION !**

Ne jamais recharger les piles, les court-circuiter ou les démonter. Autrement, vous risquez de

provoquer une surchauffe, un incendie ou une explosion. Ne jetez jamais les piles dans le feu ou dans l'eau. Les piles risquent d'exploser.

- Évitez d'exposer les piles à des conditions et températures extrêmes susceptibles de les endommager, par ex. aux radiateurs. Risque d'écoulement élevé dans le cas contraire.
-  Les piles qui fuient ou sont endommagées peuvent causer des irritations en cas de contact avec la peau. Il faut donc impérativement porter des gants adéquats pour les manipuler !
- Lors de la mise en place des piles, veillez à respecter la polarité !
- Ne pas jeter les piles dans les ordures ménagères !
- Chaque consommateur est tenu par la loi de mettre les piles au rebut en respectant la réglementation applicable !
- Tenir les piles hors de la portée des enfants, ne pas les jeter dans le feu, les court-circuiter ou les démonter.
- Si du liquide s'est échappé de la pile, évitez tout contact de ce liquide avec la peau, les yeux et les muqueuses. Si vous entrez en contact avec l'acide des piles,

rincez les parties touchées immédiatement et abondamment à l'eau claire et consultez un médecin le plus rapidement possible.

- Si les piles n'ont pas été utilisées pendant une durée prolongée, retirez-les de l'appareil.
- Retirez immédiatement les piles usées de l'appareil. Le risque d'écoulement des piles est élevé !
- En cas de non respect de ces instructions, les piles peuvent décharger au-delà de leur tension finale. Il y a alors un risque d'écoulement de la batterie. Si les piles coulent dans votre appareil, il faut immédiatement les retirer pour prévenir toute détérioration du produit !

● Principe de mesure

Cette balance impédancemètre fonctionne avec le principe d'analyse d'impédance bioélectrique (A.I.B.). Cela permet la détermination des taux de masses corporelles en quelques secondes par le moyen d'un courant électrique imperceptible, totalement inoffensif et sans danger.

Avec cette mesure de la résistance électrique (impédance) et en tenant compte des constantes et valeurs individuelles (âge, taille, sexe, degré d'activité), le taux de masse grasseuse et autres grandeurs du corps peuvent être déterminées. Le tissu musculaire et l'eau ont une bonne conductivité électrique, et donc une résistance moindre. Au contraire, les os et le tissu adipeux ont une mauvaise conductivité électrique, car les cellules adipeuses et les os ont une résistance élevée et conduisent très mal l'électricité.

Veuillez noter que les valeurs obtenues par la balance impédancemètre ne représentent que des valeurs se rapprochant des valeurs d'analyses médicales réelles. Le médecin spécialiste est le seul à pouvoir réaliser une détermination des masses grasseuse, hydrique, musculaire et osseuse avec exactitude à l'aide de techniques médicales (par ex. tomographie par ordinateur).

Veuillez noter que des écarts de mesure sont possibles, dans la mesure où la balance impédancemètre n'est pas calibrée pour un usage médical et professionnel.

● Mise en service

- Vérifiez que toutes les pièces indiquées dans le volume de livraison sont présentes.
- Veuillez retirer l'ensemble des matériaux composant l'emballage.

● Installation / Remplacement des piles

Remarque : les piles doivent être insérées avant la première mise en service.

Remarque : si le produit ne fonctionne pas, enlevez les piles et remettez-les en place.

- Ouvrez le couvercle du compartiment à piles [2] (voir ill. A).
- Insérez les trois piles fournies (en respectant la polarité) dans le compartiment à piles [2]. Prenez attention au marquage dans le compartiment à piles [2].
- Refermez le couvercle du compartiment à piles [2] jusqu'à entendre un « clic ».

● Installation de la balance impédancemètre

-  Placez le produit sur une surface stable et plane. Un revêtement de sol stable est une condition essentielle pour obtenir une mesure correcte.

● Installation et préparation de l'application / la version web «HealthForYou»

L'application «HealthForYou» est disponible gratuitement dans l'App Store d'Apple et sur Google Play.

- Activez le *Bluetooth®* dans les réglages du smartphone.
- Afin d'assurer la connexion *Bluetooth®*, veuillez rester à portée du *Bluetooth®* du produit avec votre smartphone / tablette.
- Installez l'application «HealthForYou» à partir de l'App Store d'Apple / Google Play.
- Démarrez l'application et suivez les instructions. Sélectionnez la balance impédancemètre dans l'application, afin de l'enregistrer dans la liste des appareils.
- Les données suivantes doivent être configurées dans l'application «HealthForYou» :

Données de l'utilisateur	Données réglables
Initiales / diminutif	3 lettres ou chiffres maximum (jusqu'à 8 utilisateurs)
Taille	100 à 220 cm (3' 3,5" à 7' 2,5")
Âge	10 à 100 ans
Sexe	Masculin (♂), féminin (♀)
Degré d'activité	1 à 5 La considération à moyen et long terme est déterminante lors de la sélection du degré d'activité.

Degré d'activité	Activité physique
1	Aucune.
2	Moindre : efforts physiques rares et légers (par ex. marche à pieds, légers travaux de jardinage, exercices de gymnastique).
3	Moyenne : efforts physiques au moins 2 à 4 fois par semaine, pendant 30 minutes.
4	Forte : efforts physiques au moins 4 à 6 fois par semaine, pendant 30 minutes.
5	Très forte : efforts physiques intensifs, entraînement intensif ou gros effort physique, quotidiennement, pendant au moins 1 heure.

Exécuter l'affectation de l'utilisateur à la demande de l'application.

- Pour l'identification automatique, la première mesure de vos données personnelles d'utilisateur doivent être attribuées. Pour cela, suivez les instructions de l'application. Pour ce faire, montez pieds nus sur la balance impédancemètre au niveau des électrodes et veillez à être immobile et à ce que votre poids soit réparti équitablement sur vos deux jambes.

● Utilisation

- Afin d'obtenir des résultats comparables, pesez-vous si possible à la même heure (de préférence le matin), après avoir été aux toilettes, à jeun et nu.
- Patientez quelques heures après un effort physique inhabituel.
- Patientez au moins 15 minutes après vous être levé, afin que l'eau qui se trouve dans votre corps puisse se répartir.
- Important lors de la mesure : la détermination de la masse grasseuse ne peut se faire que pieds nus, et le cas échéant, fonctionne également si la plante du pied est légèrement humide.

Remarque : si la plante du pied est complètement sèche ou très cornée, cela peut mener à des résultats insatisfaisants, car cela entraîne une conductivité électrique trop basse.

Remarque : il ne doit y avoir aucun contact entre la peau des deux pieds, jambes, mollets ou cuisses. Dans le cas contraire, la mesure peut être faussée.

Remarque : le fait de porter des chaussettes conduit à des résultats erronés.

- Pendant le processus de mesure, restez droit et immobile, et répartissez bien le poids sur les deux jambes.
- Il est important de noter que seule la tendance à long terme est pertinente. En règle générale, les variations de poids à court terme (en l'espace de quelques jours) résultent de la perte de fluides ; l'eau se trouvant dans le corps joue néanmoins un rôle important pour le bien-être.

Remarque : les unités de la balance seront changées dans les réglages de l'appareil via l'application (kg/lb/st).

● Effectuer une mesure

- Montez pieds nus sur la balance impédancemètre au niveau des électrodes [5] et veillez à être immobile et à ce que votre poids soit réparti équitablement sur vos deux jambes.

La balance impédancemètre commence immédiatement la mesure. Le poids [6] s'affiche en premier. Pendant la mesure des autres paramètres, «oooo» s'affiche.

Peu après, le résultat de la mesure s'affiche.

Si un utilisateur est sélectionné (les initiales de l'utilisateur [14] s'affichent, par ex. LEE), IMC, BF, eau, muscle, os, BMR et AMR s'affichent.

Les indications suivantes s'affichent :

- Poids [6] en kg avec IMC (ill. C)
- Masse grasseuse [13] en % (BF) (ill. D)
- Masse hydrique [13] en % (ill. E)
- Masse musculaire [13] en % (ill. F)
- Masse osseuse [13] en kg (ill. G)
- Taux métabolique de base [8] en kcal (BMR) (ill. H)
- Taux métabolique actif [9] en kcal (AMR) (ill. I)

Si aucun utilisateur n'est reconnu, seul le poids et «- -» s'affichent.

● Mesurer uniquement le poids

- Montez sur la balance impédancemètre avec des chaussures. Restez immobile sur la balance impédancemètre et répartissez bien le poids sur les deux jambes.

La balance impédancemètre commence immédiatement la mesure. Le poids et «- -» s'affichent à l'écran [1].

Si un utilisateur est sélectionné (les initiales de l'utilisateur [14] s'affichent, par ex. LEE), IMC, BF, eau, muscle, os, BMR et AMR s'affichent.

Si aucun utilisateur n'est reconnu, seul le poids et «- -» s'affichent.

● Arrêter la balance impédancemètre

La balance impédancemètre dispose d'une fonction d'arrêt automatique et s'éteint automatiquement après avoir affiché le résultat des mesures.

● Affectation d'utilisateur

Cette balance dispose d'une mémoire utilisateur utilisable jusqu'à 8 personnes. Lors d'une nouvelle mesure, la balance impédancemètre attribue automatiquement la mesure à l'utilisateur défini :

- lors d'une mesure du poids nette (avec les chaussures) : la dernière valeur de mesure enregistrée à l'intérieur du corridor est de +/- 2 kg
 - lors d'une mesure diagnostique (pieds nus) : la dernière valeur de mesure enregistrée à l'intérieur du corridor est de +/- 2 kg ainsi que +/- 2% BF
- Si plusieurs personnes doivent se trouver dans le même corridor, la mesure est enregistrée comme une mesure inconnue.

● Mesures inconnues

Si la mesure ne peut être attribuée à aucun des utilisateurs, la balance impédancemètre l'enregistre dans les mesures inconnues. L'écran [1] affiche «- -» à la place des initiales [14]. Un maximum de 20 mesures inconnues peuvent être enregistrées dans la balance impédancemètre.

Remarque : vous pouvez attribuer les mesures inconnues à vos utilisateurs ou les supprimer directement via l'application.

● Enregistrer les mesures attribuées

Les nouvelles mesures attribuées sont envoyées directement à l'application «HealthForYou» à condition qu'elle soit ouverte et qu'une connexion Bluetooth® avec la balance impédancemètre existe (visible grâce au symbole Bluetooth® [16] affiché sur l'écran [1]). Dans ce cas, les résultats ne sont pas enregistrés dans la balance impédancemètre.

Si l'application n'est pas ouverte, les nouvelles mesures attribuées sont enregistrées dans la balance impédancemètre. Un maximum de 30 mesures par utilisateur peuvent être enregistrées dans la balance impédancemètre. Lorsque vous ouvrez l'application à portée de connexion *Bluetooth®*, les valeurs de mesure enregistrées sont automatiquement transférées vers l'application. Un transfert automatique est possible lorsque la balance impédancemètre est éteinte à condition qu'elle soit à portée de connexion *Bluetooth®*.

● **Supprimer les données de la balance**

Afin de supprimer les utilisateurs inactifs ou incorrects, opérez comme ceci :

- Afin d'effacer complètement toutes les mesures et les anciennes données d'utilisateur, allumez la balance impédancemètre et appuyez sur le bouton Reset **3** pendant environ 3 secondes. «del» s'affiche alors sur l'écran **1** pendant quelques secondes.
- Cela est nécessaire lorsque vous désirez par ex. supprimer un utilisateur incorrect ou inactif.

● **Évaluation des résultats**

● **Indice de Masse Corporelle**

L'indice de masse corporelle (IMC) est un nombre souvent utilisé pour évaluer le poids du corps. Ce nombre est calculé à partir des valeurs du poids et de la taille, la formule est la suivante : Indice de Masse Corporelle = poids ÷ taille². L'unité de l'IMC est par conséquent le [kg/m²]. La classification du poids au moyen de l'IMC s'effectue chez les adultes (à partir de 20 ans) avec les valeurs suivantes :

Catégorie		IMC
Sous-poids	Sous-poids important	<16
	Sous-poids modéré	16-16,9
	Sous-poids léger	17-18,4
Poids normal		18,5-25
Surpoids	Pré-obésité	25,1-29,9
Obésité (surpoids)	Obésité classe I	30-34,9
	Obésité classe II	35-39,9
	Obésité classe III	≥ 40

● **Pourcentage de masse grasseuse**

- Les valeurs suivantes en % de masse grasseuse vous donnent une ligne directrice.
- Pour toute information complémentaire, veuillez vous adresser à votre médecin.

Homme

Âge	peu	normal	élevé	très élevé
10-14	<11%	11-16%	16,1-21%	>21,1%
15-19	<12%	12-17%	17,1-22%	>22,1%
20-29	<13%	13-18%	18,1-23%	>23,1%
30-39	<14%	14-19%	19,1-24%	>24,1%
40-49	<15%	15-20%	20,1-25%	>25,1%
50-59	<16%	16-21%	21,1-26%	>26,1%
60-69	<17%	17-22%	22,1-27%	>27,1%
70-100	<18%	18-23%	23,1-28%	>28,1%

Femme

Âge	peu	normal	élevé	très élevé
10-14	<16%	16-21%	21,1-26%	>26,1%
15-19	<17%	17-22%	22,1-27%	>27,1%
20-29	<18%	18-23%	23,1-28%	>28,1%
30-39	<19%	19-24%	24,1-29%	>29,1%
40-49	<20%	20-25%	25,1-30%	>30,1%
50-59	<21%	21-26%	26,1-31%	>31,1%
60-69	<22%	22-27%	27,1-32%	>32,1%

Âge	peu	normal	élevé	très élevé
70-100	<23%	23-28%	28,1-33%	>33,1%

Chez les sportifs, des valeurs inférieures sont souvent constatées. En fonction du sport pratiqué, de l'intensité de l'entraînement et de la constitution physique, certaines valeurs obtenues peuvent se trouver en-dessous des valeurs indicatives. Toutefois, veuillez noter qu'il existe un risque pour la santé en cas de valeurs extrêmement basses.

● Pourcentage de masse hydrique

Le pourcentage de masse hydrique en % se situe normalement dans ces zones :

Homme

Âge	mauvais	bien	très bien
10-100	<50%	50-65%	>65%

Femme

Âge	mauvais	bien	très bien
10-100	<45%	45-60%	>60%

La graisse corporelle contient relativement peu d'eau. C'est pourquoi des personnes ayant une masse grasse importante peuvent avoir une masse hydrique en-dessous des valeurs indicatives. Au contraire, les sportifs endurants peuvent dépasser les valeurs indicatives en raison d'une masse grasseuse moindre et d'une masse musculaire importante. La détermination de la masse hydrique du corps par cette balance impédancemètre ne permet pas de tirer des conclusions médicales sur par ex. la rétention d'eau liée à l'âge. Au besoin, renseignez-vous auprès de votre médecin. Il convient de viser une masse hydrique importante.

● Pourcentage de masse musculaire

La masse musculaire en % se situe normalement dans les zones suivantes :

Homme

Âge	peu	normal	élevé
10-14	<44%	44-57%	>57%
15-19	<43%	43-56%	>56%
20-29	<42%	42-54%	>54%
30-39	<41%	41-52%	>52%
40-49	<40%	40-50%	>50%
50-59	<39%	39-48%	>48%
60-69	<38%	38-47%	>47%
70-100	<37%	37-46%	>46%

Femme

Âge	peu	normal	élevé
10-14	<36%	36-43%	>43%
15-19	<35%	35-41%	>41%
20-29	<34%	34-39%	>39%
30-39	<33%	33-38%	>38%
40-49	<31%	31-36%	>36%
50-59	<29%	29-34%	>34%
60-69	<28%	28-33%	>33%
70-100	<27%	27-32%	>32%

● Masse osseuse

Notre squelette, tout comme le reste du corps, est soumis à des phases naturelles de croissance, de dégradation et de vieillissement. La masse osseuse augmente rapidement pendant l'enfance et atteint son maximum entre 30 et 40 ans. Ensuite, la masse osseuse diminue légèrement avec l'âge. Vous pouvez agir en partie contre cette diminution grâce à une alimentation saine (particulièrement avec du calcium et de la vitamine D) et une activité physique régulière. Grâce à un développement musculaire ciblé, vous pouvez renforcer encore plus la stabilité de votre ossature.

Remarque : notez que cette balance n'identifie pas la teneur en calcium des os, mais détermine le poids de tous leurs composants (matières organiques, inorganiques et eau).

La masse osseuse est très peu influençable, mais elle peut légèrement varier en fonction de facteurs

influent (poids, taille, âge, sexe). Il n'existe aucune ligne directrice connue à ce jour.

Remarque : ne pas confondre masse osseuse et densité osseuse.

La densité osseuse ne peut être déterminée que par des examens médicaux (par ex. tomographie assistée par ordinateur, ultrason). C'est pourquoi cette balance ne permet pas de tirer de conclusions sur les modifications et la dureté des os (par ex. ostéoporose).

● BMR

Le taux métabolique de base (BMR = Basal Metabolic Rate) est l'énergie journalière nécessaire au corps à l'état de repos pour maintenir des fonctions de base (par ex. lorsqu'on reste au lit pendant 24 heures). Cette valeur dépend essentiellement du poids, de la taille et de l'âge.

Elle sera affichée par la balance impédancemètre avec l'unité kcal/jour et calculée au moyen de la méthode Harris et Benedict, reconnue scientifiquement.

Votre corps a besoin de cette énergie dans tous les cas et doit être apportée au corps sous forme de nourriture. Le fait de consommer moins d'énergie sur une longue période peut s'avérer dangereux pour la santé.

● AMR

Taux métabolique actif (AMR = Active Metabolic Rate) est l'énergie journalière nécessaire au corps à l'état actif. La consommation d'énergie d'un homme augmente en même temps que son activité physique et est déterminée par la balance impédancemètre en fonction du degré d'activité saisi (1-5).

Afin de conserver le poids actuel, l'énergie nécessaire au corps doit être apportée au corps sous forme de nourriture et d'eau.

Si moins d'énergie que nécessaire est apportée au corps pendant une longue période de temps, le corps va essentiellement chercher la différence dans les stocks de graisse, et le poids diminue. Au contraire,

si plus d'énergie que nécessaire pour le taux métabolique actif (AMR) calculé est apportée au corps pendant une longue période de temps, le corps ne peut pas brûler l'excédent énergétique, et cet excédent sera stocké sous forme de graisse, ce qui aura pour effet d'augmenter le poids.

● Corrélation des résultats dans le temps

Veuillez noter que seule la tendance à long terme est pertinente. En règle générale, les variations de poids à court terme enregistrées en l'espace de quelques jours résultent de la perte de fluides. L'interprétation des résultats dépend des variations du poids global et du pourcentage de graisse corporelle, de masse hydrique et de masse musculaire ainsi que de la période de temps sur laquelle ces variations ont lieu. Une évolution rapide en l'espace de quelques jours est à distinguer des changements à moyen (en l'espace de plusieurs semaines) et à long terme (mois).

On peut prendre comme règle de base que les variations de poids à court terme représentent presque exclusivement une modification de la teneur en eau, tandis que les variations à moyen et long terme peuvent également concerner les masses graisseuse et musculaire.

- Si le poids diminue à court terme, mais que la masse graisseuse augmente ou reste identique, vous avez uniquement perdu de l'eau – par ex. après un entraînement, une séance de sauna ou un régime destiné à une perte de poids rapide.
- Si le poids augmente à moyen terme et la masse graisseuse diminue ou reste identique, vous pourriez à l'inverse avoir développé votre masse musculaire.
- Si le poids et la graisse corporelle diminuent simultanément, votre régime fonctionne - vous perdez de la masse graisseuse.
- Dans l'idéal, complétez votre régime par une activité physique, du fitness ou de la musculation. Vous pourrez ainsi développer votre masse musculaire à moyen terme.

- Les masses grasseuse, hydrique et musculaire ne doivent pas être additionnées (le tissu musculaire contient aussi de l'eau).

● Problèmes et solutions

- = Erreur / Affichage sur l'écran
- ⊙ = Cause
- = Réparation
- = L'écran  affiche «- -».
- ⊙ = Mesure inconnue, car valeur en dehors de la limite d'attribution à l'un des utilisateurs ou aucune attribution possible.
- = Attribuer la mesure inconnue via l'application ou répéter l'assignation à l'utilisateur.
- = «- - -» s'affiche à l'écran .
- ⊙ = La masse grasseuse se situe en dehors des valeurs mesurables (plus bas que 3 % ou plus haut que 65 %).
- = Refaire la mesure pieds nus et éventuellement avec la plante des pieds légèrement humidifiée.
- = L'écran  affiche «Err».
- ⊙ = La capacité maximale de 180kg/396lb/28st a été dépassée.
- = Ne pas charger plus de 180 kg.
- = «Err» ou un poids erroné s'affiche.
- ⊙ = La surface n'est pas stable et plane.
- = Posez la balance sur une surface stable et plane.
- ⊙ = Posture instable.
- = Restez le plus immobile possible.
- = Un poids erroné s'affiche.
- ⊙ = La balance impédancemètre a un mauvais point de référence.
- = Patienter jusqu'à ce que la balance impédancemètre s'éteigne toute seule. Activer la balance impédancemètre, attendre «0.0 kg», puis répéter la mesure.
- = Aucune connexion Bluetooth® ( ) ne s'affiche pas).
- ⊙ = L'appareil se trouve hors de portée.
- = La portée minimale en espace ouvert est d'env. 10 m. Les murs et les plafonds réduisent la portée. Les ondes radio peuvent perturber

la transmission. Par conséquent, ne placez pas la balance impédancemètre à proximité d'appareils comme par ex. routeur Wi-Fi, micro-ondes, plaque à induction.

- = Aucune connexion Bluetooth® (symbole ) manquant).
- ⊙ = La balance n'est pas connectée à l'application.
- = Fermez complètement l'application (également en arrière-plan).
Éteignez et rallumez le Bluetooth®.
Éteignez et rallumez le smartphone.
Retirez les piles de la balance pendant un court instant et remettez-les.
- = L'écran  affiche «Full».
- ⊙ = L'espace de stockage de l'utilisateur est plein. Les mesures ne sont plus sauvegardées.
- = Ouvrez l'application à portée du Bluetooth®. Les données sont transmises automatiquement. Cela peut prendre jusqu'à une minute.
- = L'écran  affiche «Lo».
- ⊙ = Les piles de la balance impédancemètre sont vides.
- = Changez les piles.

● Nettoyage et entretien

- Pour le nettoyage, n'utilisez aucun produit chimique ni abrasif.
- Nettoyez le produit avec un chiffon légèrement humidifié. Si la balance est très sale, vous pouvez aussi imbiber le chiffon d'eau savonneuse.
- Ne plongez jamais le produit dans l'eau ni dans d'autres liquides. Ceci pourrait endommager les appareils.
- Évitez toute infiltration d'eau dans le produit. Si cependant ceci se produit, ne réutilisez les appareils qu'une fois qu'ils sont parfaitement secs.

● Mise au rebut



L'emballage se compose de matières recyclables pouvant être mises au rebut dans les déchetteries locales. Le «point vert» n'est pas valable en Allemagne.



Veuillez respecter l'identification des matériaux d'emballage pour le tri sélectif, ils sont identifiés avec des abréviations (a) et des chiffres (b) ayant la signification suivante : 1-7 : plastiques / 20-22 : papiers et cartons / 80-98 : matériaux composite.



Le produit et les matériaux d'emballage sont recyclables, mettez-les au rebut séparément pour un meilleur traitement des déchets. Le logo Triman n'est valable qu'en France.



Votre mairie ou votre municipalité vous renseigneront sur les possibilités de mise au rebut des produits usagés.



Afin de contribuer à la protection de l'environnement, veuillez ne pas jeter votre produit usagé dans les ordures ménagères, mais éliminez-le de manière appropriée. Pour obtenir des renseignements concernant les points de collecte et leurs horaires d'ouverture, vous pouvez contacter votre municipalité.

Les piles défectueuses ou usagées doivent être recyclées conformément à la directive 2006/66/CE et ses modifications. Les piles et/ou l'appareil doivent être retournés dans les centres de collecte proposés.



Une mise au rebut inappropriée des piles provoque des dommages écologiques !

Les piles ne doivent pas être mises au rebut dans les ordures ménagères. Elles peuvent contenir des métaux lourds toxiques et doivent être considérées comme des déchets spéciaux. Les symboles chimiques des métaux lourds sont les suivants : Cd = cadmium,

Hg = mercure, Pb = plomb. Pour cette raison, veuillez toujours déposer les piles usagées dans les conteneurs de recyclage de votre commune.

● Garantie / Service client

Article L217-16 du Code de la consommation

Lorsque l'acheteur demande au vendeur, pendant le cours de la garantie commerciale qui lui a été consentie lors de l'acquisition ou de la réparation d'un bien meuble, une remise en état couverte par la garantie, toute période d'immobilisation d'au moins sept jours vient s'ajouter à la durée de la garantie qui restait à courir. Cette période court à compter de la demande d'intervention de l'acheteur ou de la mise à disposition pour réparation du bien en cause, si cette mise à disposition est postérieure à la demande d'intervention.

Indépendamment de la garantie commerciale souscrite, le vendeur reste tenu des défauts de conformité du bien et des vices rédhibitoires dans les conditions prévues aux articles L217-4 à L217-13 du Code de la consommation et aux articles 1641 à 1648 et 2232 du Code Civil.

Article L217-4 du Code de la consommation

Le vendeur livre un bien conforme au contrat et répond des défauts de conformité existant lors de la délivrance.

Il répond également des défauts de conformité résultant de l'emballage, des instructions de montage ou de l'installation lorsque celle-ci a été mise à sa charge par le contrat ou a été réalisée sous sa responsabilité.

Article L217-5 du Code de la consommation

Le bien est conforme au contrat :

- 1° S'il est propre à l'usage habituellement attendu d'un bien semblable et, le cas échéant :
 - s'il correspond à la description donnée par le vendeur et possède les qualités que celui-ci a présentées à l'acheteur sous forme d'échantillon ou de modèle ;

- s'il présente les qualités qu'un acheteur peut légitimement attendre eu égard aux déclarations publiques faites par le vendeur, par le producteur ou par son représentant, notamment dans la publicité ou l'étiquetage ;

2° Ou s'il présente les caractéristiques définies d'un commun accord par les parties ou être propre à tout usage spécial recherché par l'acheteur, porté à la connaissance du vendeur et que ce dernier a accepté.

Article L217-12 du Code de la consommation

L'action résultant du défaut de conformité se prescrit par deux ans à compter de la délivrance du bien.

Article 1641 du Code civil

Le vendeur est tenu de la garantie à raison des défauts cachés de la chose vendue qui la rendent impropre à l'usage auquel on la destine, ou qui diminuent tellement cet usage que l'acheteur ne l'aurait pas acquise, ou n'en aurait donné qu'un moindre prix, s'il les avait connus.

Article 1648 1er alinéa du Code civil

L'action résultant des vices rédhibitoires doit être intentée par l'acquéreur dans un délai de deux ans à compter de la découverte du vice.

Ce produit dispose d'une garantie de 3 ans à partir de la date d'achat pour tout vice matériel et de fabrication. La garantie ne s'applique pas :

- Dans le cas de dommages provenant d'une utilisation non conforme.
- Aux pièces d'usure.
- En cas de faute propre du client.
- Dès lors que l'appareil a été ouvert par un atelier non agréé.

La présente garantie n'altère aucunement les droits de garantie légaux. Afin d'invoquer le droit à la garantie pendant la période de garantie, le client est tenu de fournir une preuve d'achat. La garantie est valable pour une durée de 3 ans, à compter de la date d'achat du produit, et est à faire valoir auprès de la société Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, Allemagne.

En cas de réclamations, veuillez contacter notre service client :

Service d'assistance téléphonique (gratuit) :



☎ **080 53 400 06 (lu. – ve.: 8–18 horloge)**

✉ **service-fr@sanitas-online.de**

Si nous vous prions de renvoyer la balance impédancemètre défectueuse, cette dernière est à expédier à l'adresse suivante :

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
DE-89231 Neu-Ulm
ALLEMAGNE

IAN 290987

● Déclaration de conformité CE

Par la présente, nous garantissons que ce produit répond à la directive européenne RED 2014/53/UE.

Veuillez contacter le service après-vente mentionné, afin d'obtenir des données plus détaillées – comme par exemple la déclaration de conformité européenne.

Le Bluetooth® et le logo relatif sont des marques déposées de la société Bluetooth® SIG, Inc. L'utilisation de ces marques par la société Hans Dinslage GmbH fait l'objet d'une licence.

Les autres marques et noms commerciaux sont la propriété de leur détenteur respectif.

Legende der verwendeten Piktogramme	Seite 22
Einleitung	Seite 22
Bestimmungsgemäßer Gebrauch.....	Seite 22
Teilebeschreibung.....	Seite 23
Lieferumfang.....	Seite 23
Technische Daten.....	Seite 23
Wichtige Sicherheitshinweise	Seite 24
Messprinzip	Seite 27
Inbetriebnahme	Seite 27
Batterien einsetzen / auswechseln	Seite 27
Diagnosewaage aufstellen	Seite 27
App / Web-Version „HealthForYou“ bereitstellen und vorbereiten	Seite 27
Bedienung	Seite 28
Messung durchführen.....	Seite 28
Nur Gewicht messen.....	Seite 29
Diagnosewaage ausschalten.....	Seite 29
Benutzerzuweisung.....	Seite 29
Unbekannte Messungen.....	Seite 29
Zugewiesene Messwerte speichern.....	Seite 29
Waagendaten löschen.....	Seite 29
Ergebnisse bewerten	Seite 30
Body-Maß-Index (Körpermassenzahl).....	Seite 30
Körperfettanteil.....	Seite 30
Körperwasseranteil.....	Seite 30
Muskelanteil.....	Seite 31
Knochenmasse.....	Seite 31
BMR.....	Seite 31
AMR.....	Seite 31
Zeitlicher Zusammenhang der Ergebnisse.....	Seite 32
Fehler beheben	Seite 32
Reinigung und Pflege	Seite 33
Entsorgung	Seite 33
Garantie / Service	Seite 34
Konformitätserklärung	Seite 34

Legende der verwendeten Piktogramme			
	Bedienungsanleitung lesen!		Kippgefahr: Stellen Sie sich mittig auf die Wiegefläche.
	Volt (Gleichspannung)		Stellen Sie die Waage auf einen ebenen Untergrund.
	Warn- und Sicherheitshinweise beachten!		Rutschgefahr: Betreten Sie die Waage nicht mit nassen Füßen.
	Sicherheitshinweise		3 Jahre Garantie
	Handlungsanweisungen		Verpackung und Waage umweltgerecht entsorgen!
	Kinder von der Waage fernhalten!		Batterien gehören nicht in den Hausmüll!
	Vorsicht! Explosionsgefahr!		Produkt entspricht den produktspezifisch geltenden europäischen Richtlinien
	Schutzhandschuhe tragen!		Nicht geeignet für Personen mit medizinischen Implantaten (z. B. Herzschrittmacher)
	Belasten Sie die Waage nicht über 180 kg / 396 lb / 28 st.		

Diagnosewaage SBF 75

● **Einleitung**

 Wir beglückwünschen Sie zum Kauf Ihres neuen Gerätes. Sie haben sich damit für ein hochwertiges Produkt entschieden. Machen Sie sich vor der Inbetriebnahme und dem ersten Gebrauch mit der Waage vertraut. Lesen Sie hierzu aufmerksam die nachfolgende Bedienungsanleitung und die wichtigen Sicherheitshinweise. Benutzen Sie die Waage nur wie beschrieben und für die angegebenen Einsatzbereiche. Bewahren Sie diese Anleitung gut auf. Händigen Sie alle Unterlagen bei Weitergabe der Waage an Dritte ebenfalls mit aus.

● **Bestimmungsgemäßer Gebrauch**

Die Waage dient zur Ermittlung des Gewichts, Körperfetts und -wassers sowie des Muskelanteils und der Knochenmasse von Menschen und zur Berechnung des Grund- und Aktivitätsumsatzes. Die Waage darf nicht von Schwangeren, Dialysepatienten, Menschen mit Ödemen sowie Trägern von Herzschrittmacher oder anderen medizinischen Implantaten verwendet werden. Die Waage ist nur zur Eigenanwendung und nicht für den kommerziellen Gebrauch vorgesehen. Eine andere Verwendung als zuvor beschrieben oder eine Veränderung der Waage ist nicht zulässig und kann zu Verletzungen und/oder Beschädigungen der Waage führen. Für Schäden, deren Ursachen in bestimmungswidriger Anwendung liegen, übernimmt der Hersteller keine

Haftung. Die Waage ist nicht für den gewerblichen Einsatz bestimmt.

Hinweis: Die Messungen und Empfehlungen besitzen keine medizinische Relevanz. Falls sich Ihr Körperfett- und -wasseranteil dauerhaft über oder unter dem Normalbereich befindet, suchen Sie bitte einen Arzt auf.

● Teilebeschreibung

- 1 LC-Display
- 2 Batteriefach
- 3 Reset-Taste
- 4 Wiegefläche
- 5 Elektrode

LC-Display

- 6 Messwert Gewicht
- 7 Eingestellte Gewichtseinheit (st, lb oder kg)
- 8 BMR Grundumsatz
- 9 AMR Aktivumsatz
- 10 Energieumsatz in kcal
- 11 Alter
- 12 Körperdatenanzeige in % oder nach Gewicht in lb oder kg
- 13 Messwerte Körperdaten
- 14 Initialen des Benutzers, unbekannte Messung „--“
- 15 Geschlecht
- 16 Bluetooth®-Symbol für Verbindung zwischen Diagnosewaage und Smartphone
- 17 Körperdaten-Modus BMI (Body-Maß-Index) / BF (Körperfettanteil) /  (Körperwasseranteil) /  (Knochenmasse)

● Lieferumfang

Überprüfen Sie unmittelbar nach dem Auspacken immer den Lieferumfang auf Vollständigkeit sowie den einwandfreien Zustand des Produkts.

- 1 Diagnosewaage
- 3 Batterien 1,5V Typ AAA
- 1 Bedienungsanleitung
- 1 Kurzanleitung

● Technische Daten

Maße Wiegefläche:	ca. 30 x 30 x 2,3 cm (B x T x H)
Batterie:	3 x 1,5V Batterie (Typ AAA)
Maximale Tragkraft:	180 kg / 396 lb / 28 st
Messeinteilung (Gewicht,	
Knochenmasse):	0,1 kg / 0,2 lb / 0,2 lb
Messeinteilung (Körperfett,	
Körperwasser,	
Muskelanteil):	0,1 %
Messeinteilung (Kalorien):	1 kcal
Material:	Sicherheitsglas, Kunststoff, Metall

Datenübertragung
per Bluetooth®
wireless technology

Das Produkt verwendet Bluetooth® low energy technology, Frequenzband 2,402 – 2,480 GHz, Sendeleistung max. 0 dBm, kompatibel mit Bluetooth® 4.0 Smartphones / Tablets



Die Liste der kompatiblen Smartphones, Informationen zur „HealthForYou App“ und Software sowie Näheres zu den Geräten, finden Sie unter folgendem Link:
www.healthforyou.lidl

Systemvoraussetzungen für die „HealthForYou“-Web-Version	MS Internet Explorer MS Edge Mozilla Firefox Google Chrome Apple Safari (in jeweils aktueller Version)
Systemvoraussetzungen für die „HealthForYou“ App	iOS ab Version 9.0, Android™ ab Version 5.0, Bluetooth® 4.0.

Änderungen der technischen Angaben ohne Benachrichtigung sind aus Aktualisierungsgründen vorbehalten.

WICHTIGE ANWEISUNGEN – FÜR SPÄTEREN GEBRAUCH AUFBEWAHREN!



Wichtige Sicherheitshinweise



WARNUNG! Ein Nichtbeachten der nachfolgenden Hinweise kann Personen- oder Sachschäden verursachen. Die folgenden Sicherheits- und Gefahrenhinweise dienen nicht nur zum Schutz Ihrer Gesundheit bzw. der Gesundheit Dritter, sondern auch zum Schutz der Waage. Beachten Sie daher diese Sicherheitshinweise und übergeben Sie diese Anleitung bei Weitergabe der Waage.



! WARNUNG! **LEBENS- UND UNFALLGEFAHR FÜR KLEINKINDER UND KINDER!**

Lassen Sie Kinder niemals unbeaufsichtigt mit Verpackungsmaterial und Gerät. Andernfalls besteht Lebensgefahr durch Erstickung. Halten Sie Kinder stets vom Gerät fern. Das Produkt ist kein Spielzeug.

■ Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.



! WARNUNG! Das Produkt ist nicht geeignet für Personen mit medizinischen Implantaten (z.B. Herzschrittmacher). Die Messspannung der bioelektrischen Impedanzanalyse der Waage kann die Funktion solcher Implantate beeinträchtigen.

■ Nicht während der Schwangerschaft benutzen.

- Das Produkt ist nicht für folgenden Personenkreis geeignet, da bei der Ermittlung des Körperfetts und der weiteren Werte abweichende und nicht plausible Ergebnisse auftreten können:

- Kindern unter ca. 10 Jahren,
- Leistungssportlern und Bodybuildern,
- Personen mit Fieber, in Dialysebehandlung, Ödem-Symptomen oder Osteoporose,
- Personen, die kardiovaskuläre Medizin einnehmen (Herz und Gefäßsystem betreffend),
- Personen, die gefäßerweiternde oder gefäßverengende Medikamente einnehmen,
- Personen mit erheblichen anatomischen Abweichungen an den Beinen bezüglich der Gesamtkörpergröße (Beinlänge erheblich verkürzt oder verlängert).



VORSICHT! VERLETZUNGSGEFAHR!

Belasten Sie die Waage nicht über 180 kg / 396 lb / 28 st. Sie könnte sonst beschädigt werden.



VORSICHT! VERLETZUNGSGEFAHR!

Betreten Sie die Waage nicht mit nassen Füßen und nutzen Sie die Waage nicht, wenn die

Trittfläche feucht ist. Andernfalls können Sie ausrutschen.



Steigen Sie nicht einseitig auf den äußersten Rand der Diagnosewaage: Kippgefahr!

- Schützen Sie die Waage vor Stößen, Feuchtigkeit, Staub, Chemikalien, starken Temperaturschwankungen und zu nahen Wärmequellen (Öfen, Heizkörper).

- Setzen Sie das Gerät
 - keinen starken mechanischen Beanspruchungen,
 - keiner direkten Sonneneinstrahlung,
 - keinen starken elektromagnetischen Feldern (z. B. Mobiltelefone) aus.

Andernfalls droht Beschädigung des Gerätes.

- Kontrollieren Sie das Gerät vor der Inbetriebnahme auf Beschädigungen. Nehmen Sie ein beschädigtes Gerät nicht in Betrieb.

- Entfernen Sie bei Störungen oder defektem Gerät die Batterien. Andernfalls besteht erhöhte Auslaufgefahr.



WARNUNG! Öffnen Sie niemals das Gehäuse des Gerätes. Verletzungen und Beschädigungen am Gerät können die Folge sein. Lassen Sie Reparaturen nur

von der Servicestelle oder einer Elektrofachkraft durchführen.

- **VORSICHT!** Lagern Sie die Waage außerhalb von Durchgängen. Andernfalls können Sie darüber stolpern.



Gefahren im Umgang mit Batterien

-  **VORSICHT! EXPLOSIONSGEFAHR!**
Batterien niemals wieder aufladen, kurzschließen oder öffnen. Überhitzung, Brandgefahr oder Platzen können die Folge sein. Werfen Sie Batterien niemals in Feuer oder Wasser. Die Batterien können explodieren.
- Vermeiden Sie extreme Bedingungen und Temperaturen, die auf Batterien einwirken können, z. B. auf Heizkörpern. Andernfalls besteht erhöhte Auslaufgefahr.
-  Ausgelaufene oder beschädigte Batterien können bei Berührung mit der Haut Verätzungen verursachen. Tragen Sie deshalb in diesem Fall unbedingt geeignete Schutzhandschuhe!
- Achten Sie beim Einsetzen auf die richtige Polarität!
- Batterien gehören nicht in den Hausmüll!
- Jeder Verbraucher ist gesetzlich verpflichtet, Batterien ordnungsgemäß zu entsorgen!
- Halten Sie Batterien von Kindern fern, werfen Sie Batterien nicht ins Feuer, schließen Sie Batterien nicht kurz und nehmen Sie sie nicht auseinander.
- Vermeiden Sie Kontakt mit Haut, Augen und Schleimhäuten, falls Flüssigkeit aus den Batterien ausgetreten ist. Spülen Sie bei Kontakt mit Batteriesäure die betroffenen Stellen sofort mit reichlich klarem Wasser und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.
- Entfernen Sie die Batterien, wenn sie längere Zeit nicht verwendet wurden, aus dem Gerät.
- Entfernen Sie erschöpfte Batterien umgehend aus dem Gerät. Es besteht erhöhte Auslaufgefahr!
- Bei Nichtbeachtung der Hinweise können die Batterien über ihre Endspannung hinaus entladen werden. Es besteht dann die Gefahr des Auslaufens. Falls die Batterien in Ihrem Gerät ausgelaufen sein sollten, entnehmen Sie diese sofort, um Schäden am Gerät vorzubeugen!

● Messprinzip

Diese Diagnosewaage arbeitet mit dem Prinzip der Bioelektrischen-Impedanz-Analyse (B. I. A.). Dabei wird innerhalb von Sekunden durch einen nicht spürbaren, völlig unbedenklichen und ungefährlichen Strom eine Bestimmung von Körperanteilen ermöglicht. Mit dieser Messung des elektrischen Widerstandes (Impedanz) und der Einberechnung von Konstanten bzw. individuellen Werten (Alter, Größe, Geschlecht, Aktivitätsgrad) können der Körperfettanteil und weitere Größen im Körper bestimmt werden. Muskelgewebe und Wasser haben eine gute elektrische Leitfähigkeit und daher einen geringeren Widerstand. Knochen und Fettgewebe hingegen haben eine geringe Leitfähigkeit, da die Fettzellen und Knochen durch sehr hohen Widerstand den Strom kaum leiten.

Beachten Sie, dass die von der Diagnosewaage ermittelten Werte nur eine Annäherung an die medizinischen, realen Analysewerte des Körpers darstellen. Nur der Facharzt kann mit medizinischen Methoden (z. B. Computertomografie) eine exakte Ermittlung von Körperfett, Körperwasser, Muskelanteil und Knochenbau durchführen.

Beachten Sie, dass technisch bedingt Messtoleranzen möglich sind, da es sich um keine geeichte Diagnosewaage für den professionellen, medizinischen Gebrauch handelt.

● Inbetriebnahme

- Überprüfen Sie, ob alle im Lieferumfang angegebenen Teile enthalten sind.
- Entfernen Sie sämtliches Verpackungsmaterial.

● Batterien einsetzen / auswechseln

Hinweis: Vor der ersten Inbetriebnahme müssen die Batterien eingelegt werden.

Hinweis: Zeigt das Produkt keine Funktion, entfernen Sie die Batterien und setzen Sie sie erneut ein.

- Öffnen Sie die Abdeckung des Batteriefachs [2] (siehe Abb. A).

- Legen Sie die drei mitgelieferten Batterien (mit der korrekten Polung) in das Batteriefach [2]. Achten Sie auf die Markierungen im Batteriefach [2].
- Schließen Sie die Abdeckung des Batteriefachs [2] wieder, bis sie hörbar einrastet.

● Diagnosewaage aufstellen

-  Stellen Sie das Produkt auf einen festen, ebenen Untergrund. Ein fester Bodenbelag ist Voraussetzung für eine korrekte Messung.

● App / Web-Version „HealthForYou“ bereitstellen und vorbereiten

Die App „HealthForYou“ ist im Apple App Store und bei Google Play kostenlos verfügbar.

- Aktivieren Sie Bluetooth® in den Einstellungen des Smartphones.
- Um eine Bluetooth®-Verbindung zu gewährleisten, bleiben Sie mit dem Smartphone / Tablet in Bluetooth®-Reichweite des Produkts.
- Installieren Sie „HealthForYou“ aus dem Apple App Store / Google Play.
- Starten Sie die App und folgen Sie den Anweisungen. Wählen Sie die Diagnosewaage in der App aus, um sie in der Geräteliste mit aufzunehmen.
- Folgende Einstellungen müssen in der „HealthForYou“-App eingegeben werden:

Initialen / Namenskürzel	maximal 3 Buchstaben oder Zahlen (für bis zu 8 Benutzer)
Körpergröße	100 bis 220 cm (3' 3,5" bis 7' 2,5")
Alter	10 bis 100 Jahre
Geschlecht	Männlich (♂), weiblich (♀)
Aktivitätsgrad	1 bis 5 Bei der Auswahl des Aktivitätsgrades ist die mittel- und langfristige Betrachtung entscheidend.
1	Keine.

Aktivitätsgrad	Körperliche Aktivität
2	Geringe: Wenige und leichte körperliche Anstrengungen (z. B. Spazierengehen, leichte Gartenarbeit, gymnastische Übungen).
3	Mittlere: Körperliche Anstrengungen, mindestens 2 bis 4 mal pro Woche, jeweils 30 Minuten.
4	Hohe: Körperliche Anstrengungen, mindestens 4 bis 6 mal pro Woche, jeweils 30 Minuten.
5	Sehr hohe: Intensive körperliche Anstrengungen, intensives Training oder harte körperliche Arbeit, täglich, jeweils mindestens 1 Stunde.

Nach Aufforderung der App die Benutzerzuordnung durchführen.

- Für die automatische Personenerkennung muss die erste Messung Ihren persönlichen Benutzerdaten zugewiesen werden. Folgen Sie dazu den Anweisungen der App. Steigen Sie hierzu barfuß auf die Diagnosewaage und achten Sie darauf, dass Sie ruhig und mit gleichmäßiger Gewichtsverteilung mit beiden Beinen auf den Elektroden stehen.

● Bedienung

- Wiegen Sie sich möglichst zur selben Tageszeit (am besten morgens), nach dem Toilettengang, nüchtern und ohne Bekleidung, um vergleichbare Ergebnisse zu erzielen.
- Warten Sie einige Stunden nach ungewohnter körperlicher Anstrengung.
- Warten Sie ca. 15 Minuten nach dem Aufstehen, damit sich das im Körper befindliche Wasser verteilen kann.
- Wichtig bei der Messung: Die Ermittlung des Körperfettes kann nur barfuß und falls nötig, mit schwach befeuchteten Fußsohlen vorgenommen werden.

Hinweis: Völlig trockene oder stark verhornte Fußsohlen können zu unbefriedigenden Ergebnissen führen, da diese eine zu geringe Leitfähigkeit aufweisen.

Hinweis: Es darf kein Hautkontakt zwischen beiden Füßen, Beinen, Waden und Oberschenkeln

bestehen. Andernfalls kann die Messung nicht korrekt ausgeführt werden.

Hinweis: Eine Messung mit Socken führt zu falschen Messergebnissen.

- Stehen Sie während des Messvorgangs aufrecht und still, mit gleichmäßiger Gewichtsverteilung auf beiden Beinen.
- Wichtig ist, dass nur der langfristige Trend zählt. In der Regel sind kurzfristige Gewichtsabweichungen innerhalb von wenigen Tagen durch Flüssigkeitsverlust bedingt; Körperwasser spielt jedoch für das Wohlbefinden eine wichtige Rolle.

Hinweis: Die Einheiten der Waage werden in den Geräteeinstellungen der App umgestellt (kg/lb/st).

● Messung durchführen

- Steigen Sie barfuß auf die Diagnosewaage und achten Sie darauf, dass Sie ruhig und mit gleichmäßiger Gewichtsverteilung mit beiden Beinen auf den Elektroden [5] stehen.

Die Diagnosewaage beginnt sofort mit der Messung. Zuerst wird das Gewicht [6] angezeigt. Während der Messung der weiteren Parameter wird „oooo“ angezeigt.

Kurz darauf wird das Messergebnis angezeigt.

Wurde ein Benutzer zugewiesen (die Initialen des Benutzers [14] werden angezeigt, z. B. LEE), werden BMI, BF, Wasser, Muskel, Knochen, BMR und AMR angezeigt.

Folgende Anzeigen werden angezeigt:

- Gewicht [6] in kg mit BMI (Abb. C)
- Körperfett [13] in % (BF) (Abb. D)
- Körperwasser [13] in % (Abb. E)
- Muskelanteil [13] in % (Abb. F)
- Knochenmasse [13] in kg (Abb. G)
- Grundumsatz [8] in kcal (BMR) (Abb. H)
- Aktivitätsumsatz [9] in kcal (AMR) (Abb. I)

Wenn kein Benutzer erkannt wird, wird nur das Gewicht und „- -“ angezeigt.

● Nur Gewicht messen

- Stellen Sie sich mit Schuhen auf die Diagnosewaage. Stehen Sie ruhig auf der Diagnosewaage mit gleichmäßiger Gewichtsverteilung auf beiden Beinen.

Die Diagnosewaage beginnt sofort mit der Messung. Das Gewicht wird angezeigt und im LC-Display [1] läuft „- - -“ durch.

Falls ein Benutzer zugewiesen wurde (die Initialen des Benutzers [14] werden angezeigt), werden BMI, BMR und AMR angezeigt.

Wenn kein Benutzer erkannt wird, wird nur das Gewicht und „- - -“ angezeigt.

● Diagnosewaage ausschalten

Die Diagnosewaage verfügt über eine automatische Abschaltfunktion und schaltet sich nach der Anzeige des Messergebnisses automatisch ab.

● Benutzerzuweisung

Die Waage verfügt über einen Benutzerspeicher von bis zu 8 Personen. Bei einer neuen Messung weist die Diagnosewaage die Messung automatisch dem angelegten Benutzer zu:

- bei einer reinen Gewichtsmessung (mit Schuhen): der letzte gespeicherte Messwert liegt innerhalb des Korridors von ± 2 kg
- bei einer Diagnosemessung (barfuß): der letzte gespeicherte Messwert liegt innerhalb des Korridors von ± 2 kg sowie $\pm 2\%$ BF

Sollten mehrere Benutzer im selben Korridor liegen, so wird die Messung als unbekannte Messung gespeichert.

● Unbekannte Messungen

Falls Messungen keinem Benutzer zugewiesen werden können, speichert die Diagnosewaage diese Messwerte als unbekannte Messungen. Das LC-Display [1] zeigt bei den Initialen [14] „- - -“ an.

Maximal 20 unbekannte Messungen werden auf der Diagnosewaage gespeichert.

Hinweis: Mit der App können Sie unbekannte Messungen Ihrem Benutzer direkt zuweisen oder löschen.

● Zugewiesene Messwerte speichern

Sofern die „HealthForYou“-App geöffnet ist und eine aktive Bluetooth®-Verbindung zur Diagnosewaage besteht (ersichtlich am Bluetooth®-Symbol [16] im LC-Display [1]), werden neu zugewiesene Messungen sofort an die App geschickt. Die Werte werden in diesem Fall nicht auf der Diagnosewaage gespeichert. Ist die App nicht geöffnet, werden neu zugewiesene Messungen in der Diagnosewaage gespeichert. Maximal 30 Messungen pro Benutzer können in der Diagnosewaage gespeichert werden. Die gespeicherten Messwerte werden automatisch zur App übertragen, wenn Sie die App innerhalb der Bluetooth®-Reichweite öffnen. Eine automatische Übertragung im ausgeschalteten Zustand der Diagnosewaage ist innerhalb der Reichweite von Bluetooth® möglich.

● Waagendaten löschen

Um nicht mehr aktuelle oder falsch angelegte Waagenbenutzer zu löschen, gehen Sie wie folgt vor:

- Um alle Messungen und alte Benutzerdaten auf der Diagnosewaage vollständig zu löschen, schalten Sie die Diagnosewaage an und drücken Sie für ca. 3 Sekunden die Reset-Taste [3]. Auf dem LC-Display [1] wird für einige Sekunden „del“ angezeigt. Dies ist notwendig, wenn Sie z. B. falsch angelegte Waagenbenutzer löschen wollen oder Waagenbenutzer, die nicht mehr gebraucht werden.

● Ergebnisse bewerten

● Body-Maß-Index (Körpermassenzahl)

Der Body-Maß-Index (BMI) ist eine Zahl, die häufig zur Bewertung des Körpergewichts herangezogen wird. Die Zahl wird aus den Werten Körpergewicht und Körpergröße berechnet, die Formel hierzu lautet: $\text{Body-Maß-Index} = \text{Körpergewicht} \div \text{Körpergröße}^2$. Die Einheit für den BMI lautet demzufolge $[\text{kg}/\text{m}^2]$. Die Gewichtseinteilung anhand des BMI erfolgt bei Erwachsenen (ab 20 Jahren) mit folgenden Werten:

Untergewicht	Starkes Untergewicht Mäßiges Untergewicht Leichtes Untergewicht	<16 16-16,9 17-18,4
Normalgewicht		18,5-25
Übergewicht	Präadipositas	25,1-29,9
Adipositas (Übergewicht)	Adipositas Grad I Adipositas Grad II Adipositas Grad III	30-34,9 35-39,9 ≥ 40

● Körperfettanteil

Nachfolgende Körperfettwerte in % geben Ihnen eine Richtlinie.

- Wenden Sie sich für nähere Informationen an Ihren Arzt.

Mann

Alter	wenig	normal	viel	sehr viel
10-14	<11%	11-16%	16,1-21%	>21,1%
15-19	<12%	12-17%	17,1-22%	>22,1%
20-29	<13%	13-18%	18,1-23%	>23,1%
30-39	<14%	14-19%	19,1-24%	>24,1%
40-49	<15%	15-20%	20,1-25%	>25,1%
50-59	<16%	16-21%	21,1-26%	>26,1%
60-69	<17%	17-22%	22,1-27%	>27,1%
70-100	<18%	18-23%	23,1-28%	>28,1%

Frau

Alter	wenig	normal	viel	sehr viel
10-14	<16%	16-21%	21,1-26%	>26,1%
15-19	<17%	17-22%	22,1-27%	>27,1%
20-29	<18%	18-23%	23,1-28%	>28,1%
30-39	<19%	19-24%	24,1-29%	>29,1%
40-49	<20%	20-25%	25,1-30%	>30,1%
50-59	<21%	21-26%	26,1-31%	>31,1%
60-69	<22%	22-27%	27,1-32%	>32,1%
70-100	<23%	23-28%	28,1-33%	>33,1%

Bei Sportlern ist oft ein niedrigerer Wert festzustellen. Je nach betriebener Sportart, Trainingsintensität und körperlicher Konstitution können Werte erreicht werden, die noch unterhalb der angegebenen Richtwerte liegen. Bitte beachten Sie jedoch, dass bei extrem niedrigen Werten Gesundheitsgefahren bestehen können.

● Körperwasseranteil

Der Anteil des Körperwassers in % liegt normalerweise in folgenden Bereichen:

Mann

Alter	schlecht	gut	sehr gut
10-100	<50%	50-65%	>65%

Frau

Alter	schlecht	gut	sehr gut
10-100	<45%	45-60%	>60%

Körperfett beinhaltet relativ wenig Wasser. Deshalb kann bei Personen mit einem hohen Körperfettanteil der Körperwasseranteil unter den Richtwerten liegen. Bei Ausdauer-Sportlern hingegen können die Richtwerte aufgrund geringer Fettanteile und hohem Muskelanteil überschritten werden. Die Körperwasserermittlung mit dieser Diagnosewaage ist nicht dazu geeignet, medizinische Rückschlüsse auf z. B. altersbedingte Wassereinlagerungen zu ziehen. Fragen sie gegebenenfalls Ihren Arzt.

Grundsätzlich gilt es, einen hohen Körperwasseranteil anzustreben.

● Muskelanteil

Der Muskelanteil in % liegt normalerweise in folgenden Bereichen:

Mann

Alter	wenig	normal	viel
10-14	<44 %	44-57 %	>57 %
15-19	<43 %	43-56 %	>56 %
20-29	<42 %	42-54 %	>54 %
30-39	<41 %	41-52 %	>52 %
40-49	<40 %	40-50 %	>50 %
50-59	<39 %	39-48 %	>48 %
60-69	<38 %	38-47 %	>47 %
70-100	<37 %	37-46 %	>46 %

Frau

Alter	wenig	normal	viel
10-14	<36 %	36-43 %	>43 %
15-19	<35 %	35-41 %	>41 %
20-29	<34 %	34-39 %	>39 %
30-39	<33 %	33-38 %	>38 %
40-49	<31 %	31-36 %	>36 %
50-59	<29 %	29-34 %	>34 %
60-69	<28 %	28-33 %	>33 %
70-100	<27 %	27-32 %	>32 %

● Knochenmasse

Unsere Knochen sind wie der Rest unseres Körpers natürlichen Aufbau-, Abbau- und Alterungsprozessen unterworfen. Die Knochenmasse nimmt im Kindesalter rasch zu und erreicht mit 30 bis 40 Jahren das Maximum. Mit zunehmendem Alter nimmt die Knochenmasse dann wieder etwas ab. Mit gesunder Ernährung (insbesondere Kalzium und Vitamin D) und regelmäßiger körperlicher Bewegung können Sie diesem Abbau ein Stück weit entgegen wirken.

Mit gezieltem Muskelaufbau können Sie die Stabilität Ihres Knochengerüsts zusätzlich verstärken.

Hinweis: Beachten Sie, dass diese Diagnosewaage nicht den Kalziumgehalt der Knochen ausweist, sondern sie ermittelt das Gewicht aller Bestandteile der Knochen (organische Stoffe, anorganische Stoffe und Wasser).

Die Knochenmasse lässt sich kaum beeinflussen, schwankt aber geringfügig innerhalb der beeinflussenden Faktoren (Gewicht, Größe, Alter, Geschlecht). Es sind keine anerkannten Richtlinien und Empfehlungen vorhanden.

Hinweis: Verwechseln Sie nicht die Knochenmasse mit der Knochendichte.

Die Knochendichte kann nur bei medizinischer Untersuchung (z. B. Computertomographie, Ultraschall) ermittelt werden. Deshalb sind Rückschlüsse auf Veränderungen der Knochen und der Knochenhärte (z. B. Osteoporose) mit dieser Diagnosewaage nicht möglich.

● BMR

Der Grundumsatz (BMR = Basal Metabolic Rate) ist die Energiemenge, die der Körper bei völliger Ruhe zur Aufrechterhaltung seiner Grundfunktionen benötigt (z. B. wenn man 24 Stunden im Bett liegt). Dieser Wert ist im wesentlichen vom Gewicht, Körpergröße und dem Alter abhängig.

Er wird bei der Diagnosewaage in der Einheit kcal/Tag angezeigt und anhand der wissenschaftlich anerkannten Harris-Benedict-Formel berechnet. Diese Energiemenge benötigt Ihr Körper auf jeden Fall und muss in Form von Nahrung dem Körper wieder zugeführt werden. Wenn Sie längerfristig weniger Energie zu sich nehmen, kann sich dies gesundheitsschädlich auswirken.

● AMR

Der Aktivitätsumsatz (AMR = Active Metabolic Rate) ist die Energiemenge, die der Körper im aktiven Zustand pro Tag verbraucht. Der Energieverbrauch eines Menschen steigt mit zunehmender körperlicher

Aktivität an und wird bei der Diagnosewaage über den eingegebenen Aktivitätsgrad (1–5) ermittelt. Um das aktuelle Gewicht zu halten, muss die verbrauchte Energie dem Körper in Form von Essen und Trinken wieder zugeführt werden.

Wird über einen längeren Zeitraum hinweg weniger Energie zugeführt als verbraucht, holt sich der Körper die Differenz im Wesentlichen aus den angelegten Fett-Speichern, das Gewicht nimmt ab. Wird hingegen über einen längeren Zeitraum hinweg mehr Energie zugeführt als der berechnete Aktivitätsumsatz (AMR) kann der Körper den Energieüberschuss nicht verbrennen, der Überschuss wird als Fett im Körper eingelagert, das Gewicht nimmt zu.

● Zeitlicher Zusammenhang der Ergebnisse

Beachten Sie, dass nur der langfristige Trend von Bedeutung ist. Kurzfristige Gewichtsabweichungen innerhalb von wenigen Tagen sind in der Regel durch Flüssigkeitsverlust bedingt.

Die Deutung der Ergebnisse richtet sich nach den Veränderungen des Gesamtgewichts und der prozentualen Körperfett-, Körperwasser- und Muskelanteile sowie nach der Zeitdauer, mit welcher diese Änderungen erfolgen. Rasche Veränderungen im Bereich von Tagen sind von mittelfristigen Änderungen (im Bereich von Wochen) und langfristigen Änderungen (Monaten) zu unterscheiden.

Als Grundregel kann gelten, dass kurzfristige Veränderungen des Gewichts fast ausschließlich Änderungen des Wassergehalts darstellen, während mittel- und langfristige Veränderungen auch den Fett- und Muskelanteil betreffen können.

- Wenn kurzfristig das Gewicht sinkt, jedoch der Körperfettanteil steigt oder gleich bleibt, haben Sie lediglich Wasser verloren – z. B. nach einem Training, Saunagang oder einer nur auf schnellen Gewichtsverlust beschränkten Diät.
- Wenn das Gewicht mittelfristig steigt, der Körperfettanteil sinkt oder gleich bleibt, könnten Sie hingegen wertvolle Muskelmasse aufgebaut haben.

- Wenn Gewicht und Körperfettanteil gleichzeitig sinken, funktioniert Ihre Diät – Sie verlieren Fettmasse.
- Idealerweise unterstützen Sie Ihre Diät mit körperlicher Aktivität, Fitness- oder Krafttraining. Damit können Sie mittelfristig Ihren Muskelanteil erhöhen.
- Körperfett, Körperwasser oder Muskelanteile dürfen nicht addiert werden (Muskelgewebe enthält auch Bestandteile aus Körperwasser).

● Fehler beheben

- = Fehler / Displayanzeige
- ⊙ = Ursache
- = Behebung

- = Das LD-Display **1** zeigt „- - -“.
- ⊙ = Unbekannte Messung, da außerhalb Grenze Benutzerzuordnung oder keine eindeutige Zuordnung möglich ist.
- = Unbekannte Messung in App zuweisen oder Benutzerzuweisung wiederholen.

- = Auf dem LD-Display **1** läuft „- - -“ durch.
- ⊙ = Der Fettanteil liegt außerhalb des messbaren Bereichs (kleiner 3 % oder größer 65 %).
- = Die Messung barfuß und ggf. mit leicht angefeuchteten Fußsohlen wiederholen.
- = Das LD-Display **1** zeigt „Err“.
- ⊙ = Die maximale Tragkraft von 180 kg / 396 lb / 28 st wurde überschritten.
- = Nur bis 180 kg belasten.

- = „Err“ oder falsches Gewicht wird angezeigt.
- ⊙ = Kein ebener, fester Untergrund.
- = Stellen Sie die Waage auf einen ebenen, festen Untergrund.
- ⊙ = Unruhiges Stehen.
- = Stehen Sie möglichst still.

- = Falsches Gewicht wird angezeigt.
- ⊙ = Diagnosewaage hat falschen Nullpunkt.
- = Abwarten bis Diagnosewaage selbst wieder ausschaltet. Diagnosewaage aktivieren, „0.0 kg“ abwarten, dann Messung wiederholen.

- = Keine Bluetooth®-Verbindung (📶 16 wird nicht angezeigt).
- ⊙ = Gerät außerhalb der Reichweite.
- = Mindestreichweite im freien Feld sind ca. 10 m. Wände und Decken verringern die Reichweite. Andere Funkwellen können die Übertragung stören. Stellen Sie die Diagnosewaage deshalb nicht in der Nähe von Geräten wie z. B. WLAN-Router, Mikrowelle, Induktionskochfeld auf.
- = Keine Bluetooth®-Verbindung (📶 Symbol fehlt).
- ⊙ = Keine Verbindung zur App.
- = Schließen Sie die App komplett (auch im Hintergrund).
Schalten Sie Bluetooth® aus und wieder an.
Schalten Sie das Smartphone aus und wieder an.
Batterien in der Waage kurz entfernen und wieder einsetzen.
- = Das LD-Display 1 zeigt „Full“.
- ⊙ = Benutzerspeicherplatz ist voll. Es werden keine Messungen mehr gespeichert.
- = Öffnen Sie die App innerhalb der Reichweite von Bluetooth®.
Die Daten werden automatisch übermittelt.
Dies kann bis zu einer Minute dauern.
- = Das LD-Display 1 zeigt „Lo“.
- ⊙ = Die Batterien der Diagnosewaage sind leer.
- = Wechseln Sie die Batterien aus.

● Reinigung und Pflege

- Verwenden Sie zur Reinigung keine chemischen Reiniger oder Scheuermittel.
- Reinigen Sie das Produkt mit einem leicht angefeuchteten Tuch. Bei stärkerer Verschmutzung können Sie das Tuch auch mit einer leichten Seifenlauge befeuchten.
- Tauchen Sie das Produkt niemals in Wasser oder in andere Flüssigkeiten. Andernfalls können die Geräte beschädigt werden.
- Stellen Sie sicher, dass kein Wasser in das Produkt eindringt. Falls dies doch einmal der Fall sein sollte, dann verwenden Sie die Geräte erst wieder, wenn sie völlig trocken sind.

● Entsorgung



Die Verpackung besteht aus umweltfreundlichen Materialien, die Sie über die örtlichen Recyclingstellen entsorgen können.



Beachten Sie die Kennzeichnung der Verpackungsmaterialien bei der Abfalltrennung, diese sind gekennzeichnet mit Abkürzungen (a) und Nummern (b) mit folgender Bedeutung: 1–7: Kunststoffe / 20–22: Papier und Pappe / 80–98: Verbundstoffe.



Gemäß Europäischer Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte und Umsetzung in nationales Recht, müssen verbrauchte Elektrogeräte getrennt gesammelt und einer umweltgerechten Wiederverwertung zugeführt werden.



Möglichkeiten zur Entsorgung des ausgedienten Produkts erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung.

Defekte oder verbrauchte Batterien müssen gemäß Richtlinie 2006/66/EG und deren Änderungen recycelt werden. Geben Sie Batterien und/oder das Gerät über die angebotenen Sammeleinrichtungen zurück.



Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien!

Batterien dürfen nicht über den Hausmüll entsorgt werden. Sie können giftige Schwermetalle enthalten und unterliegen der Sondermüllbehandlung. Die chemischen Symbole der Schwermetalle sind wie folgt: Cd = Cadmium, Hg = Quecksilber, Pb = Blei. Geben Sie deshalb verbrauchte Batterien bei einer kommunalen Sammelstelle ab.

● Garantie / Service

Wir leisten 3 Jahre Garantie ab Kaufdatum für Material- und Fabrikationsfehler der Waage. Die Garantie gilt nicht:

- Im Falle von Schäden, die auf unsachgemäßer Bedienung beruhen.
- Für Verschleißteile.
- Bei Eigenverschulden des Kunden.
- Sobald das Gerät durch eine nicht autorisierte Werkstatt geöffnet wurde.

Die gesetzlichen Gewährleistungen des Kunden bleiben durch die Garantie unberührt. Für Geltendmachung eines Garantiefalles innerhalb der Garantiezeit ist durch den Kunden der Nachweis des Kaufes zu führen. Die Garantie ist innerhalb eines Zeitraumes von 3 Jahren ab Kaufdatum gegenüber der Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, Deutschland geltend zu machen.

Bitte wenden Sie sich im Falle von Reklamationen an unseren Service unter folgendem Kontakt:

Service-Hotline (kostenfrei):

DE

☎ **0800 72 42 355 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-de@sanitas-online.de**

AT

☎ **0800 21 22 88 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-at@sanitas-online.de**

CH

☎ **0800 200 510 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-ch@sanitas-online.de**

Fordern wir Sie zur Übersendung der defekten Diagnosewaage auf, ist das Produkt an folgende Adresse zu senden:

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
DE-89231 Neu-Ulm
DEUTSCHLAND

IAN 290987

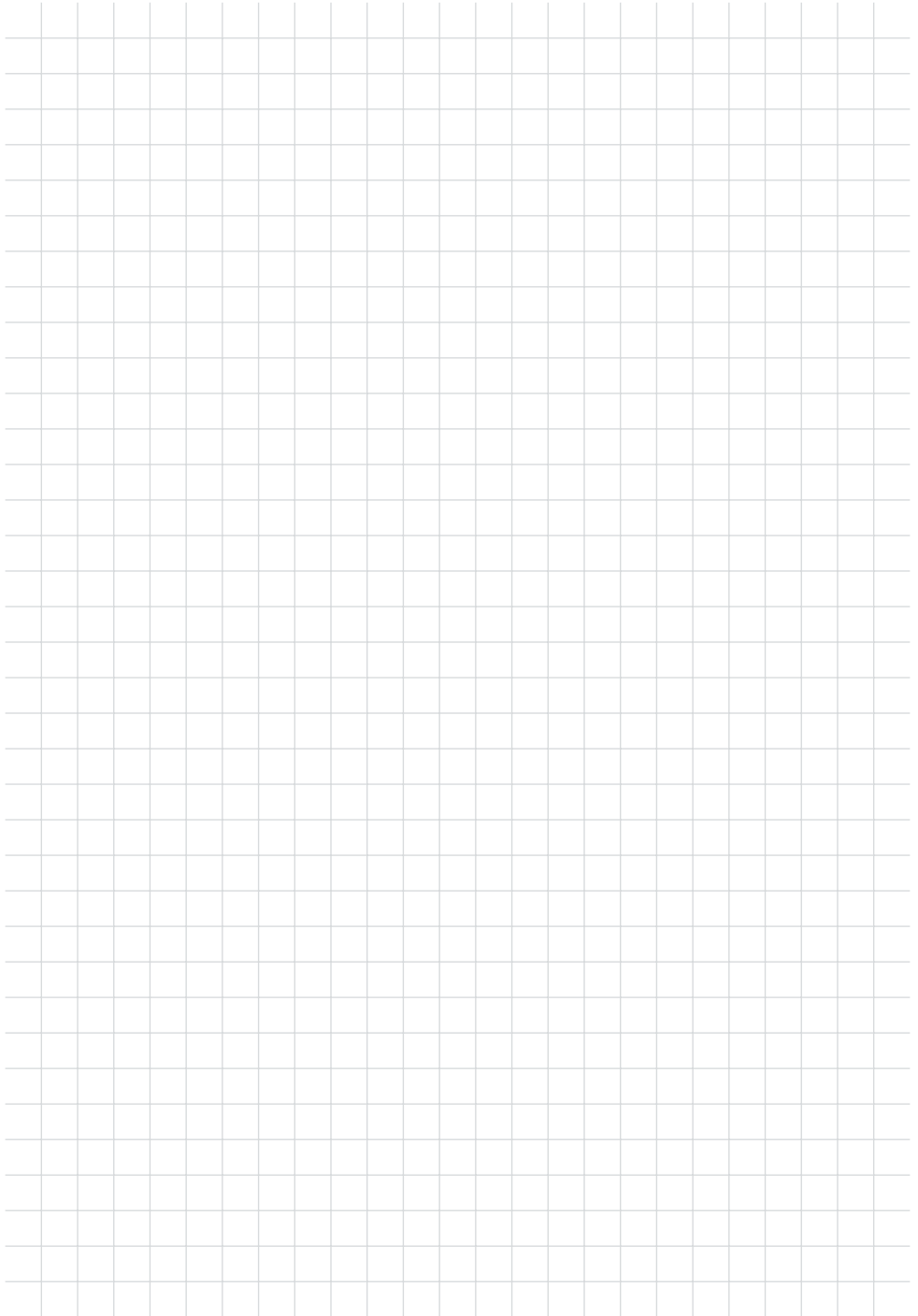
● Konformitätserklärung CE

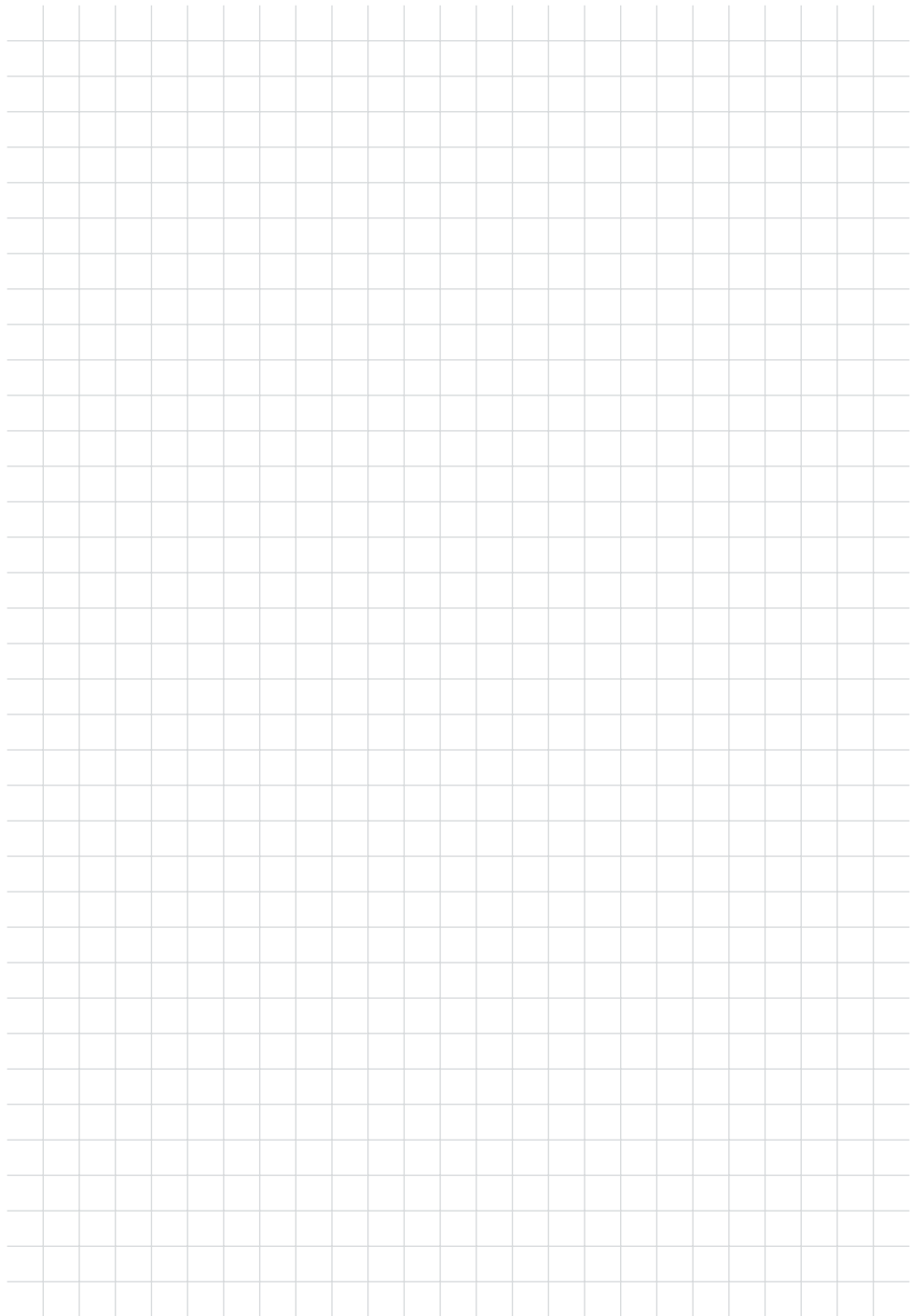
Wir garantieren hiermit, dass dieses Produkt der europäischen RED Richtlinie 2014/53/EU entspricht.

Kontaktieren Sie bitte die genannte Serviceadresse, um detailliertere Angaben – wie zum Beispiel die CE-Konformitätserklärung – zu erhalten.

Bluetooth® und das dazugehörige Logo sind eingetragene Warenzeichen von Bluetooth® SIG, Inc. Die Nutzung dieser Marken durch die Hans Dinslage GmbH erfolgt unter Lizenz.

Andere Marken und Handelsnamen sind Eigentum des jeweiligen Inhabers.







Hans Dinslage GmbH

Riedlinger Str. 28
DE-88524 Uttenweiler
GERMANY

Versione delle informazioni · Stand
der Informationen: 06/2017
Ident.-No.: 758.769-062017-2

IAN 290987