

Körperanalysewaage Nova

Nova body analyser scales | Balanza de análisis corporal Nova
| Balance d'analyse corporelle Nova | Bilancia con analisi cor-
porea Nova | Waga z funkcją analizy składu ciała Nova | Весы с
анализатором тела



Deutsch

English

Español

Français

Italiano

Polski

Русский

Bedienungsanleitung

BA 2103-1 | BA 2103-2

Operating instructions | Instrucciones de operación | Mode d'emploi
Istruzioni per l'uso | Instrukcja obsługi | Инструкция



Liebe Kundin, lieber Kunde !

Sie haben sich für den Kauf eines qualitativ hochwertigen Produkts der Marke ADE entschieden, das intelligente Funktionen mit einem außergewöhnlichen Design vereint.

Diese Körperanalysewaage ermöglicht es Ihnen, sich selbst und Ihren Körper besser kennenzulernen und zu messen.

Die langjährige Erfahrung der Marke ADE stellt eine technisch hohen Standard und bewährte Qualität sicher.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Wiegen und entdecken Ihrer Werte!

Ihr ADE Team

Allgemeines

Über diese Anleitung



Diese Bedienungsanleitung beschreibt den sicheren Umgang und die Pflege des Artikels. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung auf, falls Sie später etwas nachlesen möchten. Wenn Sie den Artikel an jemand anderen weitergeben, geben Sie auch diese Anleitung mit.

Die Nichtbeachtung dieser Bedienungsanleitung kann zu Verletzungen oder Schäden am Artikel führen.

Zeichenerklärung



Dieses Symbol in Verbindung mit dem Wort **GEFAHR** warnt vor schweren Verletzungen.



Dieses Symbol in Verbindung mit dem Wort **WARNUNG** warnt vor Verletzungen mittleren und leichten Grades.



Dieses Symbol in Verbindung mit dem Wort **HINWEIS** warnt vor Sachschäden.



Dieses Symbol kennzeichnet zusätzliche Informationen und allgemeine Hinweise.

Inhaltsverzeichnis

Allgemeines.....	2
Sicherheit.....	4
Bestimmungsgemäßer Gebrauch	5
Auf einen Blick.....	6
Lieferumfang.....	6
Inbetriebnahme	7
So funktioniert Ihre neue Körperanalysewaage.....	8
Gewicht messen.....	8
Persönliche Daten eingeben	9
Körperanalyse.....	9
Body-Mass-Index (BMI).....	12
Automatische Personenerkennung	12
Reinigen	13
Störung / Abhilfe	13
Technischen Daten.....	14
Konformitätserklärung	14
Garantie.....	15
Entsorgen	15

Sicherheit

- Dieser Artikel 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 Artikels unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.
- Kinder dürfen nicht mit dem Artikel spielen.
- Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern vorgenommen werden, es sei denn, sie sind 8 Jahre oder älter und werden beaufsichtigt.
- Batterien können lebensgefährlich sein. Bewahren Sie deshalb Batterien für Kleinkinder unerreichbar auf. Wurde eine Batterie verschluckt oder ist auf andere Art in den Körper gelangt, muss sofort ärztliche Hilfe in Anspruch genommen werden. Anderenfalls kann es innerhalb von 2 Stunden zu schweren inneren Verätzungen kommen, die zum Tode führen können

GEFAHR für Kinder

- Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern. Bei Verschlucken besteht Erstickungsgefahr. Achten Sie auch darauf, dass der Verpackungsbeutel nicht über den Kopf gestülpt wird.

GEFAHR von Brand/Verbrennung und/oder Explosion

- Explosionsgefahr bei unsachgemäßem Auswechseln der Batterie. Ersetzen Sie Batterie nur durch denselben oder einen gleichwertigen Batterietyp. Beachten Sie die „Technischen Daten“.
- Batterien dürfen nicht geladen, mit anderen Mitteln reaktiviert, auseinander genommen, ins Feuer geworfen oder kurzgeschlossen werden.
- Vermeiden Sie Kontakt mit Haut, Augen und Schleimhäuten. Bei Kontakt mit Batterieflüssigkeit spülen Sie die betroffenen Stellen sofort mit reichlich klarem Wasser und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.

WARNUNG vor Verletzungsgefahr

- Steigen Sie nicht einseitig auf den äußersten Rand der Waage. Kippgefahr!
- Steigen Sie nicht mit nassen Füßen auf die Waage und betreten Sie die Waage nicht, wenn deren Oberfläche feucht ist. Rutschgefahr!
- Die Wiegefläche ist aus Glas. Beim Herunterfallen besteht Glasbruchgefahr und dadurch Verletzungsgefahr durch Glassplitter.

VORSICHT vor Sachschäden

- Stellen Sie die Waage auf einen stabilen, ebenen Untergrund.
- Überlasten Sie die Waage nicht. Beachten Sie die „Technischen Daten“. Stellen Sie sich ausschließlich zum Wiegen auf die Waage.

- Schützen Sie die Waage vor starken Stößen und Erschütterungen.
- Nehmen Sie die Batterie aus dem Artikel heraus, wenn diese verbraucht ist oder wenn Sie die Waage länger nicht benutzen. So vermeiden Sie Schäden, die durch Auslaufen entstehen können.
- Achten Sie beim Einsetzen und Wechseln der Batterie auf die richtige Polarität (+/-).
- Setzen Sie die Batterie keinen extremen Bedingungen aus, indem Sie diese z. B. auf Heizkörpern oder unter direkter Sonneneinstrahlung lagern. Erhöhte Auslaufgefahr!
- Reinigen Sie Batterie- und Gerätekontakte bei Bedarf vor dem Einlegen.
- Nehmen Sie keine Veränderungen an dem Artikel vor. Lassen Sie Reparaturen nur von einer Fachwerkstatt durchführen. Unsachgemäß durchgeführte Reparaturen können erhebliche Gefährdungen für den Benutzer verursachen.
- Stellen Sie die Waage nicht in die Nähe von Geräten, von denen eine elektromagnetische Strahlung ausgehen kann, wie z. B. Mobiltelefone, Funkgeräte o. ä. Dieses kann zu falschen Display-Anzeigen oder Fehlfunktionen führen.
- An der Unterseite der Waage befinden sich Gerätefüße. Da Bodenoberflächen aus den verschiedensten Materialien bestehen und mit den unterschiedlichsten Pflegemitteln behandelt werden, kann es nicht völlig ausgeschlossen werden, dass manche dieser Stoffe Bestandteile enthalten, die die Gerätefüße angreifen und aufweichen. Legen Sie ggf. eine rutschfeste Unterlage unter die Waage.

Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Die Personenwaage dient zum Wiegen von Personen im privaten Umfeld. Für den Einsatz in Kliniken, Arztpraxen etc. ist sie nicht geeignet. Auch die Körperanalysefunktion ist nur für den Privatgebrauch konzipiert.

Für den Einsatz im professionellen Sportumfeld ist die Waage nicht geeignet.

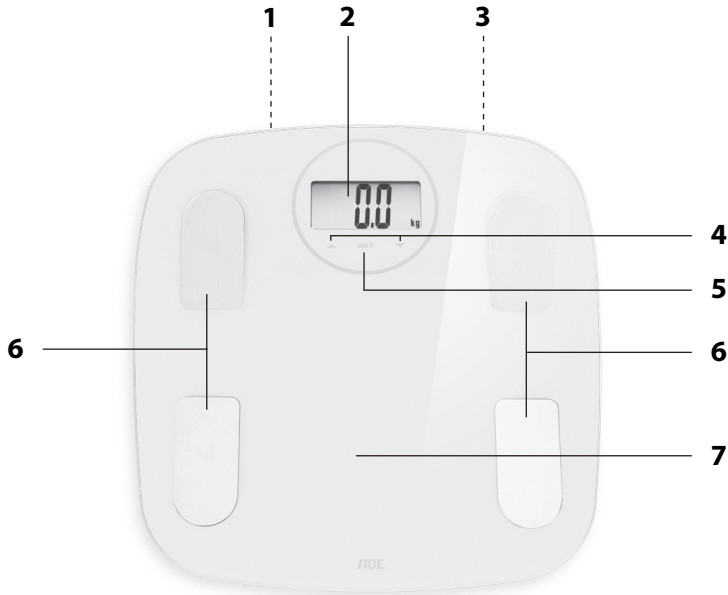
Die maximale Tragkraft von 180 kg darf nicht überschritten werden.

Benutzen Sie diese Waage nicht, wenn Sie ...

- ... schwanger sind,
- ... einen Herzschrittmacher tragen,
- ... Dialyse-Patient sind,
- ... unter Ödemen leiden,
- ... Implantate tragen, z. B. künstliche Gliedmaßen, Metallplatten etc.


Wenden Sie sich im Zweifelsfall an Ihren Hausarzt.

Auf einen Blick



- 1 Taste **UNIT** (Rückseite): Maßeinheit wechseln
- 2 Display
- 3 Batteriefach (Rückseite)
- 4 Tasten **▲▼**: Speicherplatz auswählen, Daten verringern, Daten erhöhen
- 5 Taste **SET**: Einstellmodus aufrufen, Eingaben speichern, Gespeicherte Messdaten aufrufen
- 6 Sensoren
- 7 Wiegefläche

Lieferumfang

- Personenwaage
- 2x Batterie LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
- Bedienungsanleitung

Symbole auf der Waage

Auto-on



Die Waage schaltet sich automatisch ein, wenn Sie mit etwas Kraft auf die Wiegefläche treten.

CAUTION:

Slippery when wet !



WARNUNG: Wenn die Wiegefläche feucht ist, besteht Rutschgefahr.

Inbetriebnahme

Batterien einlegen/wechseln

Für den Gebrauch benötigen Sie 2 Batterien des Typs LR03/R03 (AAA), 1,5 V (im Lieferumfang enthalten). Das Batteriefach befindet sich auf der Geräte-Rückseite.

1. Drücken Sie die Verschlusslasche des Batteriefachdeckels in Richtung Batteriefach und nehmen Sie den Deckel ab.
2. Setzen Sie die Batterien so ein, wie auf dem Boden des Batteriefachs angezeigt. Beachten Sie die richtige Polarität (+/-).
3. Setzen Sie den Batteriefachdeckel wieder.
Die Verschlusslasche muss hörbar einrasten.



Hinweise zum Batteriewechsel:

- Ein Batteriewechsel wird notwendig, wenn im Display „Lo“ oder gar nichts mehr angezeigt wird.
- Verwenden Sie nur den Batterietyp, der in den „Technischen Daten“ angegeben ist.
- Wechseln Sie immer alle Batterien aus.
- Entsorgen Sie alte Batterien umweltgerecht, siehe „Entsorgen“.
- Kalibrieren Sie die Waage, siehe „Waage aufstellen“.

Maßeinheit wählen

Bei Auslieferung ist als Maßeinheit standardmäßig „kg“ eingestellt. Das Mess-Ergebnis kann jedoch auch in den englischen Maßeinheiten „lb“ (pound) oder „st:lb“ (stone:pound) angezeigt werden.

- Drücken Sie wiederholt die Taste UNIT neben dem Batteriefach auf der Waagen-Rückseite. Beachten Sie die Display-Anzeige.

Waage aufstellen

1. Stellen Sie die Waage auf eine ebene, feste und trockene Fläche. Stellen Sie die Waage nicht auf einen Teppich.

2. Treten Sie einmal kurz mittig auf die Wiegefläche, um die Waage zu kalibrieren. Sobald im Display „0.0“ angezeigt wird, ist die Kalibrierung abgeschlossen. Diese Kalibrierung muss nach jedem Batteriewechsel erfolgen.

So funktioniert Ihre neue Körperanalysewaage

Ihre neue Körperanalysewaage arbeitet mit der sogenannten BIA-Technik (Bioelektrische-Impedanz-Analyse). Hierbei fließt ein nicht-spürbarer, völlig unbedenklicher und schwacher Strom durch Ihren Körper. Die Messung erfolgt über die Sensoren, die auf der Wiegefläche angebracht sind.

- Der Strom fließt relativ ungehindert durch die Flüssigkeit, die sich in der Muskelmasse befindet.
- Bei Fettmasse ist der Widerstand größer. Dieser Widerstand wird gemessen.

Zusammen mit Ihren persönlichen Daten (Geschlecht, Gewicht, Alter und Körpergröße), errechnet die Waage folgende Informationen zu Ihrer Körperzusammensetzung:

- Gewicht
- Körperfettanteil in %
- Körperwasser in %
- Muskelmasse %
- Knochenmasse %
- täglicher Grundumsatz in Kcal (Energiebedarf)
- Body-Mass-Index (BMI)

Die Waage verfügt über insgesamt 12 Speicherplätze.

Messfehler

Bei folgenden Personengruppen kann es zu Mess- bzw. Berechnungsfehlern bei der Körperanalyse kommen. Personen, die....

... 10 Stunden oder mehr in der Woche Sport treiben,

... Berufsathleten, Bodybuildern oder Ausdauersportler sind,

... über 70 Jahre alt sind,

... jünger als 10 Jahre alt sind.

Die „normale“ Wiegefunktion, siehe nächstes Kapitel, ist hiervon nicht betroffen.

Gewicht messen



Für das normale Wiegen – ohne Körperanalyse – müssen Sie keine Daten eingeben.

1. Treten Sie mit etwas Kraft 1x kurz auf die Wiegefläche.

Im Display wird „0.0“ und die eingestellte Maßeinheit angezeigt, z. B. „kg“.

2. Stellen Sie sich auf die Waage. Bleiben Sie ruhig stehen und halten Sie sich nirgendwo fest.

Kurz darauf wird das gemessene Gewicht angezeigt.

Wenige Sekunden, nachdem Sie die Wiegefläche verlassen haben, schaltet sich die Waage automatisch aus.

Persönliche Daten eingeben



Gehen Sie bei der Eingabe zügig vor. Ansonsten schaltet sich die Waage nach kurzer Zeit aus, um Energie zu sparen.

1. Treten Sie mit etwas Kraft 1x kurz auf die Wiegefläche..
Im Display wird eine Speicherplatznummer (1-12) blinkend angezeigt.
2. Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ den gewünschten Speicherplatz aus
3. Drücken Sie SET.
Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihr Geschlecht aus: ♀ für Mann oder ♂ für Frau.
4. Drücken Sie SET.
Im Display blinkt der voreingestellte Wert für die Körpergröße (z. B. „165“ bei cm).
5. Geben Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihre Körpergröße ein.
6. Drücken Sie SET.
Im Display blinkt AGE und der voreingestellte Wert für das Alter (Voreinstellung: 25).
7. Geben Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihr Alter ein.
8. Drücken Sie abschließend SET. Damit haben Sie benötigten Daten eingegeben.
Im Display blinkt jetzt wieder eine Speicherplatznummer und Sie können fortfahren, wie vorstehend beschrieben, und die Daten einer weiteren Person eingeben.
Oder Sie warten einige Sekunden, bis im Display „0.0“ angezeigt wird und Sie Ihre Körperanalyse vornehmen lassen.
Wenn Sie nichts weiter machen, schaltet sich die Waage nach einigen Sekunden automatisch aus.



- Wenn Sie die Taste ▲ oder ▼ gedrückt halten, erfolgt der Vor- oder Rücklauf der angezeigten Daten schneller.
- Eingegebene Daten lassen sich durch Neueingabe überschreiben.

Körperanalyse



- Die Körperanalyse ist nur möglich, wenn Sie Ihre Daten eingegeben haben, siehe vorstehendes Kapitel.
- Beachten Sie die Kapitel „Wiegetipps“ und „Automatische Personen-erkennung“.

1. Treten Sie mit etwas Kraft 1x kurz auf die Wiegefläche.

2. Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ den Speicherplatz aus, auf dem Sie Ihre persönlichen Körperdaten hinterlegt haben.

Die Speicherplatznummer blinkt einige Male, anschließend wird „0.0“ und die gewählte Maßeinheit angezeigt, z. B. „kg“.

3. Stellen Sie sich barfuß auf die Waage. Bleiben Sie ruhig stehen und halten Sie sich nirgendwo fest.

- Achten Sie darauf, dass jeder Fuß auf einem Sensor steht.
- Es darf kein Kontakt zwischen den Füßen, den Beinen, den Waden und den Oberschenkel bestehen. Ansonsten wird die Messung ungenau.

Kurz darauf wird das gemessene Gewicht angezeigt. Anschließend läuft im Display die Anzeige „o“, die Körperanalyse wird durchgeführt. Bleiben Sie weiter ruhig stehen.

Danach werden Ihnen im Display die gemessenen Werte mehrfach wiederholt angezeigt:

Symbol	Bedeutung
1. kg / lb / lb:st	Ihr Körpergewicht in der eingestellten Maßeinheit
2. •••	Ihr Körperfettanteil in % mit gleichzeitiger Bewertungsanzeige. i-- (zu wenig Körperfett) i- (schlank) i (normal) i+ (zu viel Körperfett) i++ (fettleibig)
3. ≡	Ihr Körperwasser in %
4. 🏋️	Ihre Muskelmasse in %
5. 🦴	Ihre Knochenmasse in %
6. KCAL	Ihr Grundumsatz in kcal
7. BMI	Ihr Body Mass Index

Gespeicherte Werte aufrufen

Nach einem Analysevorgang können Sie sich jederzeit die Werte Ihrer jeweils letzten Messung anzeigen lassen.

1. Drücken Sie SET und wählen Sie Ihren Speicherplatz aus.

Die Speicherplatzanzeige hört nach wenigen Sekunden auf zu blinken und im Display erscheint die Anzeige „0.0“ sowie die eingestellte Maßeinheit, z. B. „kg“.

2. Wählen Sie durch 1x Drücken von ▲ oder ▼ die automatische Anzeige oder durch wiederholtes Drücken von ▲ oder ▼ die manuelle Anzeige der letzten Messung auf.

- Halten Sie SET einige Sekunden gedrückt, um die Waage wieder in den Analysemodus zu schalten oder warten Sie bis die Anzeigen einige Male durchgelaufen sind und die Waage sich danach automatisch ausschaltet.

Wiegetipps

- Das Wiegen für die Körperanalyse kann nur barfuß durchgeführt werden. Dabei sollten die Füße nur schwach befeuchtet sein. Völlig trockene Füße können zu falschen Ergebnissen führen, da die elektrische Leitfähigkeit dann schlecht ist.
- Stehen Sie während des Messvorgangs still und halten Sie sich nirgendwo fest.
- Wiegen Sie sich nicht direkt nach ungewohnter körperlicher Anstrengung.
- Wiegen Sie sich nicht unmittelbar nach dem Aufstehen. Warten Sie etwa eine Viertelstunde. In dieser Zeit kann sich das Wasser im Körper verteilen.
- Versuchen Sie das Wiegen immer zur gleichen Zeit durchzuführen, um vergleichbare Werte zu erhalten.

Hinweise zu den ermittelten Werten

Der Körperfettanteil gibt den prozentualen Anteil des Fettes vom Gesamtgewicht eines Körpers an. Eine pauschale Empfehlung für diesen Wert gibt es nicht, da dies signifikant von Geschlecht (aufgrund des unterschiedlichen Körperbaus) und Alter abhängt.

Körperfett ist lebenswichtig für die täglichen Körperfunktionen. Es schützt Organe, polstert Gelenke, regelt die Körpertemperatur, speichert Vitamine und dient dem Körper als Energiespeicher.

Als lebensnotwendig gilt für Frauen ein Körperfettanteil zwischen 10% und 13%, bei Männern zwischen 2% und 5% mit Ausnahme von Leistungssportlern.

Der Körperfettanteil ist kein eindeutiger Indikator für die Gesundheit. Zu großes Körpergewicht und ein zu hoher Körperfettanteil werden mit dem Auftreten von vielen Zivilisationskrankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, usw. in Verbindung gebracht.



Bewegungsmangel und falsche Ernährung sind häufig Auslöser für diese Krankheiten. Es gibt einen deutlichen ursächlichen Zusammenhang zwischen Übergewicht und Bewegungsmangel.

Ein wesentlicher Teil des menschlichen Körpers besteht aus Wasser. Dieses Körperwasser ist unterschiedlich im ganzen Körper verteilt. Mageres Muskelgewebe enthält ungefähr 75% Wasser, Blut ca. 83% Wasser, Körperfett ca. 25% Wasser und die Knochen haben einen Wasseranteil von etwa 22%.

- Bei Männern bestehen ca. 60% der Körpermasse aus Wasser.
- Bei Frauen liegt dieser Wert bei ungefähr 55% (bedingt durch einen höheren Körperfettanteil).

Von diesem Gesamtkörperwasser werden ca. zwei Drittel in den Zellen gelagert und deshalb intrazelluläres Wasser genannt. Das andere Drittel ist extrazelluläres Wasser.

Körperfett in %						
Alter	Geschlecht	dünn i--	schlank i--	normal i	Übergewicht i+	Fettleibigkeit i++
≤ 30	Mann	≤ 11	11,1~15,5	15,6~20,0	20,1~24,5	> 24,5
	Frau	≤ 16	16,1~20,5	20,6~25,0	25,1~30,5	> 30,5
> 30	Mann	≤ 15	15,1~19,5	19,6~24,0	24,1~28,5	> 28,5
	Frau	≤ 20	20,1~25,0	25,1~30,0	30,1~35,5	> 35,0

Körperwasser in %				
Geschlecht	Alter	Gering	Normal	Hoch
Mann 	< 40	< 50	50~65	> 65
	40~60	< 48,5	48,5~63,5	> 63,5
	> 60	< 47	47~62	> 62
Frau 	< 40	< 45	45~60	> 60
	40~60	< 43,5	43,5~58,5	> 58,5
	> 60	< 42	42~57	> 57

Für Muskelmasse gibt es keine allgemeinen Richtwerte.

Body-Mass-Index (BMI)

Der BMI gibt das Verhältnis zwischen Größe und Gewicht an und ist lediglich ein grober Richtwert. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist ein Index von 18,6 bis 25 optimal.

Da Männer in der Regel einen höheren Anteil von Muskelmasse an der Gesamtkörpermasse als Frauen haben, spielen Alter und Geschlecht spielen bei der Interpretation des BMI eine wichtige Rolle.

BMI (kg/m ²)	Körpergewicht
< 18,5	Untergewicht
18,6 - 25	Normalgewicht
25,1 - 30	Übergewicht
30,1 und darüber	Fettleibigkeit

Automatische Personenerkennung

Die Waage ist mit einer automatischen Personenerkennung ausgestattet. Damit diese funktioniert, müssen Sie Ihre persönlichen Daten hinterlegt haben, siehe „Persönliche Daten eingeben“ und mindestens eine Körperanalyse durchgeführt haben.

Sobald Sie die Waage betreten, schaltet diese sich automatisch ein und zeigt Ihnen innerhalb weniger Sekunden das ermittelte Gewicht. Wird ein ähnlicher Wägewert (Differenz weniger als 2 kg) bei den in der Waage gespeicherten Daten gefunden, blinkt die LCD-Anzeige einmal und zeigt den entsprechenden Speicherplatz an. Kurz darauf startet die Körperanalyse.

Bei einem Gewichtsunterschied von weniger als 2 kg zwischen **zwei gespeicherten Personen** funktioniert die automatische Personenerkennung jedoch nicht. Wählen Sie in diesem Fall Ihren Speicherplatz manuell aus.

Reinigen



HINWEIS vor Sachschaden


- Tauchen Sie die Waage nicht in Wasser oder andere Flüssigkeiten.
- Verwenden Sie keinesfalls harte, kratzende oder scheuernde Reinigungsmittel o. Ä., um die Waage zu reinigen. Hierbei könnte die Oberfläche zerkratzen.
- Wischen Sie die Waage bei Bedarf mit einem leicht angefeuchteten weichen Tuch ab.
- Desinfizieren Sie die Wiegefläche und die Sensoren von Zeit zu Zeit mit einem geeigneten Desinfektionsmittel (im Fachhandel und im Drogeriemarkt erhältlich).

Störung/Abhilfe

Störung	Mögliche Ursache
Keine Funktion	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Batterien leer oder falsch herum eingelegt?
Die Waage zeigt offensichtlich falsche Wiegeergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Steht die Waage auf einem festen, ebenen Untergrund? ▪ Befindet sich in der Nähe der Waage ein Gerät, das elektromagnetische Störungen auslösen kann? ▪ Nehmen Sie die Batterie aus der Waage und warten Sie einen Moment. Setzen Sie die Batterie wieder ein. Die bis dahin gespeicherten Daten bleiben hierbei erhalten.
Im Display wird „Err“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Die maximale Kapazität der Waage von 180 kg wurde überschritten.
Im Display wird „Lo“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Die Batterie ist leer, siehe „Batterie wechseln“.
Im Display wird „ErrL“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Der Fettanteil % ist zu niedrig: Unter 4 % kann nichts angezeigt werden

Störung	Mögliche Ursache
Im Display wird „Errh“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> Der Fettanteil % ist zu hoch: Über 60 % kann nichts angezeigt werden.
Im Display wird „C“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> Der Wiege- / Messvorgang war fehlerhaft: Die Waage steht nicht stabil oder Sie stehen während des Wiegens nicht still auf der Wiegefläche.

Technischen Daten

Modell:	Körperanalysewaage BA 2103-1 (schwarz), BA 2103-2 (silber)
Batterie:	2x Batterie LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
Bemessungsstrom:	≤30mA
Messbereich:	max. 180 kg
Abweichung:	2% +/- 100g
Anzeigeteilung	
Gewicht:	100 g
Körperwasser, Muskelmasse, Knochenmasse und Körperfett:	0,1 %
Speicherplätze:	12
Alterseingabe:	10-100 Jahre
Körpergröße:	100-250 cm
Abmessungen Waage:	ca. 300 x 310 x 21 mm
Inverkehrbringer: (keine Service-Adresse)	GRENDS GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburg, Germany

Unsere Produkte werden ständig weiterentwickelt und verbessert.
Aus diesem Grund sind Design- und technische Änderungen jederzeit möglich.

Konformitätserklärung

Hiermit erklärt die GRENDS GmbH, dass die Körperanalysewaage BA 2103-x den Richtlinien 2014/30/EU und 2011/65/EU entspricht.

Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: www.ade-germany.de/doc

Die Erklärung verliert ihre Gültigkeit, falls an der Waage eine nicht mit uns abgestimmte Änderung vorgenommen wurde.

Garantie

Die Firma GRENDS GmbH garantiert für 2 Jahre ab Kaufdatum die kostenfreie Behebung von Mängeln aufgrund von Material- oder Fabrikationsfehlern durch Reparatur oder Austausch. Bitte geben Sie den Artikel im Garantiefall mit dem Kaufbeleg (unter Angabe des Reklamationsgrundes) an Ihren Händler zurück.

Entsorgen

Verpackung entsorgen



Entsorgen Sie die Verpackung sortenrein. Geben Sie Pappe und Karton zum Altpapier, Folien in die Wertstoff-Sammlung.

Entsorgen Sie den Artikel entsprechend der Vorschriften, die in Ihrem Land gelten.



Dieses Symbol besagt, dass dieses Elektro- bzw. Elektronikgerät am Ende seiner Lebensdauer nicht im Hausmüll entsorgt werden darf, sondern vom Endnutzer einer getrennten Sammlung zugeführt werden muss. Zur Rückgabe stehen in Ihrer Nähe kostenfreie Sammelstellen für Elektroaltgeräte sowie ggf. weitere Annahmestellen für die Wiederverwendung der Geräte zur Verfügung. Die Adressen können Sie von Ihrer Stadt- bzw. Kommunalverwaltung erhalten.

Auch (Online-)Vertreiber von Elektro- und Elektronikgeräten, sind verpflichtet alte Elektro- und Elektronikgeräte zurückzunehmen. Bei Kauf eines Neugerätes muss der Vertreiber auf Verlangen des Endnutzers eine unentgeltliche 1:1-Rücknahme eines Altgerätes durchführen. Ohne Neuerwerb sind die o.a. Vertreiber verpflichtet, auf Verlangen des Endnutzers bis zu drei Altgeräte (max. Kantenlänge von 25 cm) unentgeltlich zurückzunehmen. Die Batterien sind vor dem Entsorgen aus dem Grundgerät zu entnehmen! Die Batterien müssen getrennt von den anderen Geräteteilen entsorgt werden.



Dieses Symbol besagt, dass Batterien und Akkus nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden dürfen. Sie sind gesetzlich verpflichtet, alle Batterien bei einer Sammelstelle ihrer Gemeinde/ihrer Stadtteils oder im Handel abzugeben. Die Inhaltsstoffe sind giftig und gefährden bei unsachgemäßer Entsorgung die Umwelt und können gesundheitsschädigende Wirkungen auf Menschen, Tiere und Pflanzen haben.

- Vor dem Entsorgen müssen die Batterien vollständig entladen werden. Lassen Sie hierfür das Gerät so lange eingeschaltet, bis im Display keine Anzeige mehr sichtbar ist.
- Nehmen Sie danach die Batterien aus dem Gerät wie im Abschnitt „Batterien einlegen/wechseln“ beschrieben.

Dear Customer!

You have chosen to purchase a high-quality ADE brand product, which combines intelligent functions with an exceptional design. This set of body analyser scales enables you to measure and get to know yourself and your body better.

The wealth of experience of the ADE brand ensures a high technical standard and proven quality.

We wish you much enjoyment while weighing yourself and discovering your values!

Your ADE Team

General information

About this operating manual



This operating manual describes how to operate and maintain your product safely. Keep this operating manual in a safe place for future reference. If you pass this product on to someone else, pass on this operating manual as well.

Failure to observe this operating manual may result in injuries or damage to your product.

Explanation of symbols



This symbol combined with the word DANGER warns of serious injuries.



This symbol combined with the word WARNING warns of moderate and mild injuries.



This symbol combined with the word NOTE warns of material damage.



This symbol indicates additional information and general notes.

Table of Contents

General information	16
Safety	18
Intended use	19
Overview	20
Scope of delivery	20
Start-up	21
This is how your body analyser scales work.....	22
Measuring your weight	22
Entering personal data	23
Body analysis.....	23
Body mass index (BMI).....	26
Automatic user recognition	26
Cleaning.....	27
Fault/Remedy.....	27
Technical data.....	28
Declaration of conformity	28
Warranty	29
Disposal.....	29

Safety

- This product may be used by children aged 8 and above, as well as by persons with reduced physical, sensory, or mental capacities or lacking experience and knowledge if they are supervised or have been instructed in the safe use of the product and understand the risks that may arise.
- Children must not play with the product.
- Cleaning and user maintenance must not be carried out by children, unless they are 8 years of age or older and are being supervised.
- Batteries can be life-threatening. Therefore, keep batteries out of reach of small children. If a battery has been swallowed or has entered the body in any other way, seek medical help immediately. Failure to do so within 2 hours may result in severe internal burns that could cause death

DANGER for children

- Keep packaging material away from children. There is a risk of choking if swallowed. Also pay attention that children do not pull the packaging material over their heads.

RISK of fire/burning and/or explosion

- There is a risk of explosion if the battery is replaced improperly. Replace the battery using only the same or an equivalent type of battery. Pay attention to the “Technical data”.
- Batteries must not be recharged, reactivated by other means, dismantled, thrown into fire, or short-circuited.
- Avoid contact with skin, eyes, and mucosa. If contact is made with the battery fluid, rinse the affected areas immediately with plenty of clean water and see a doctor straight away.

WARNING of risk of injury

- Do not step onto the outer edge of any one side of the scale. Risk of tipping!
- Do not step onto the scale with wet feet or when its surface is damp. Risk of slipping!
- The weighing surface is made of glass. If you fall down, there is a risk of the glass breaking and thus a risk of injury from glass splinters.

BEWARE of material damage

- Place the scale on a stable, even surface.
- Do not overload the scale. Pay attention to the “Technical data”. Place yourself on the scale exclusively for weighing purposes.
- Protect the scale from strong shocks and vibrations.

- Remove the battery from the scale when it is depleted or when you are no longer using the scale. You will thus avoid damage that may result from leakage of battery acid.
- When inserting and changing the battery, pay attention to the correct polarity (+/-).
- Do not expose the battery to any extreme conditions, for example, by storing it on radiators or under direct sunlight. Increased risk of leakage!
- Clean the battery and device contacts, as needed, before inserting the battery.
- Do not make any modifications to the product. Only allow repairs to be carried out by a specialist workshop. Repairs carried out improperly can considerably endanger the user.
- Do not place the scale in the vicinity of devices that may emit electromagnetic radiation, such as mobile phones, wireless devices, or the like. Doing so may lead to incorrect display indications or malfunctions.
- There are feet on the underside of the scale. Since floor surfaces are made from various materials and are treated with diverse care products, it cannot be completely excluded that some of these substances contain ingredients that may adversely affect and soften the feet of the device. If necessary, place a non-slip pad under the scale.

Intended use

The bathroom scale is designed for the weighing of people in the home. It is not suitable for use in clinics, medical practices, etc. Likewise, the body analysis function is designed only for private use.

The scales are not suitable for use in the professional sporting sphere.

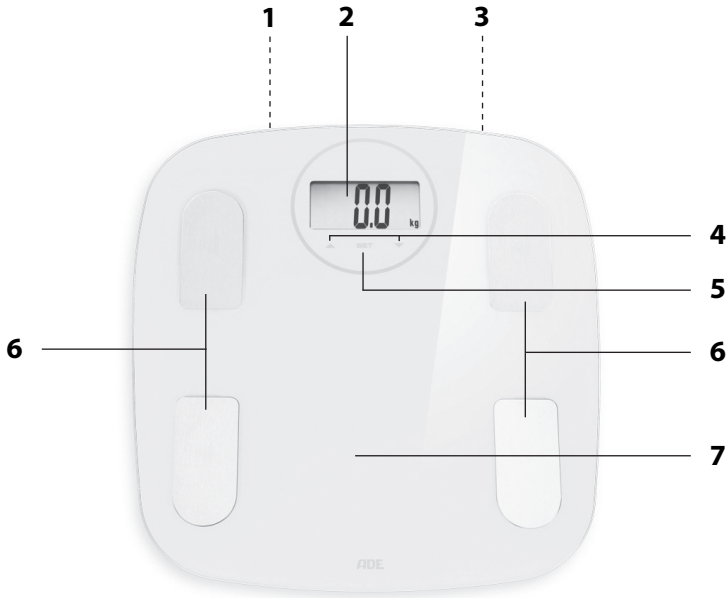
The maximum carrying capacity of 180 kg must not be exceeded.

Do not use these scales if you ...

- ... are pregnant,
- ... have a cardiac pacemaker,
- ... are a dialysis patient,
- ... suffer from oedemas,
- ... have implants, e.g. artificial limbs, metal plates, etc.


If in doubt, consult your GP.

Overview



- 1 **UNIT** button (back): Changing the unit of measurement
- 2 Display
- 3 Battery compartment (reverse side)
- 4 ▲▼ buttons: Select memory cell, reduce data, increase data
- 5 **SET** button: Call up setting mode, store entries, call up stored measurement data
- 6 Sensors
- 7 Weighing surface

Scope of delivery

- Bathroom scale
- 2x 1.5 V LR03/R03 (AAA) batteries 
- Operating Manual

Symbols on the scales

Auto-on



The scales automatically switch on when you step onto the weighing surface with a little force.

CAUTION:

Slippery when wet !



WARNING: When the weighing surface is damp, there is a risk of slipping.

Start-up

Inserting/changing batteries

For use, you need 2 batteries of type LR03/R03 (AAA), 1.5 V (included). The battery compartment is located on the rear of the device.

1. Push the locking tab of the battery compartment cover towards the battery compartment and remove the cover.
2. Insert the batteries as indicated at the bottom of the battery compartment. Pay attention to the correct polarity (+/-).
3. Replace the battery compartment cover.
The locking tab must snap audibly into place.



Suggestions for changing the battery:

- A change of batteries becomes necessary when “Lo” appears on the display, or when nothing at all is displayed.
- Only use the type of battery that is specified in the “Technical data”.
- Always change all batteries at the same time.
- Dispose of old batteries in an environmentally appropriate way (see “Disposal”).
- Calibrate the scale, see “Setting up the scale”.

Choosing the unit of measurement

When the scales are delivered, the unit of measurement is set to “kg” as standard. However, the measurement result can also be displayed in the English units of measurement, “lb” (pound) or “st:lb” (stone:pound).

- Press the UNIT button next to the battery compartment on the rear-side of the scales repeatedly. Note the display.

Setting up the scale

1. Place the scale on an even, firm and dry surface. Do not place the scale on a carpet.
2. First, briefly step onto the middle of the weighing surface to calibrate the scale. As soon as the display shows "0.0", calibration is complete. This calibration must be performed after each battery change.

This is how your body analyser scales work

Your new body analyser scales work using so-called BIA-technology (Bioelectric Impedance Analysis). This involves an undetectable, completely harmless and weak current flowing through your body. The measurement takes place via sensors that are mounted on the weighing surface.

- The current flows relatively unhindered through the fluid contained in muscle mass.
- In fat mass, the resistance is greater. This resistance is measured.

Together with your personal data (sex, weight, age, and height), the scales calculate the following information about your body composition:

- Weight
- Body fat proportion in %
- Body water in %
- Muscle mass %
- Bone mass %
- Daily basal metabolic rate in kcal (energy requirement)
- Body mass index (BMI)

The scales are equipped with 12 memory cells in total.

Measurement errors

Measurement or calculation errors may arise for the following groups of people during the body analysis. People who

... spend 10 hours or more per week playing sport,

... are professional athletes, bodybuilders or endurance athletes,

... are over 70 years old,

... are less than 10 years old.

The "normal weighing function" (see next chapter) is not affected by these considerations.

Measuring your weight



For normal weighing – without body analysis – you do not have to input any data.

1. With a little force, step once briefly onto the weighing surface.
"0.0" and the set unit of measurement, e.g. "kg", will be shown on the display.
2. Position yourself on the scale. Stand still and do not hold on to anything.
The measured weight will be displayed shortly thereafter.
A few seconds after you step off the weighing surface, the scale will switch off automatically.

Entering personal data



Proceed uninterrupted when entering data. Otherwise, the scale will turn off after a short time to save energy.

1. Briefly step onto the weighing surface once, using a little force.
On the display, a flashing memory cell number (1-12) will be shown.
2. Using the ▲ or the ▼ button, select the desired memory cell
3. Press SET.
Use the ▲ or ▼ button to select your gender: ♀ for male, or ♂ for female.
4. Press SET.
On the display, the preset value for height (e.g. "165" for cm) will flash.
5. Use the ▲ or ▼ button to enter your height.
6. Press SET.
The display shows flashing AGE and preset age value (preset: 25) will flash.
7. Use the ▲ or ▼ button to enter your age.
8. Finally, press SET. You have thus entered the required data.
On the display, a memory cell number will flash again and you can proceed, as previously described, and enter the data of another person.
Or wait a few seconds until "0.0" is shown on the display and you can undertake your body analysis.
If you do nothing else, the scales will automatically switch off after a few seconds.



- Keeping the ▲ or ▼ button pressed displays the data faster in forward and reverse direction, respectively.
- Entered data can only be overwritten by making a new entry.

Body analysis



- Body analysis is only possible if your data has been entered (see previous chapter).
- See chapters "Weighing tips" and "Automatic user recognition".




1. Briefly step onto the weighing surface once, using a little force.
2. Use the ▲ or ▼ button to select the memory cell where your personal body data are stored.

The memory cell number flashes a few times, then “0.0” and the selected unit of measurement are displayed, e.g. “kg”.

3. Position yourself barefoot on the scales. Stand still and do not hold on to anything.
 - Make sure that both feet are on a sensor.
 - There must be no contact between your feet, your legs, your calves, or your thighs. Otherwise, the measurement will be imprecise.

The measured weight will be displayed shortly thereafter. The display then shows “o” and the body analysis is carried out. Remain standing still.

Your measured values will then be shown to you repeatedly on the display:

Symbol	Meaning
1. kg / lb / lb:st	Your body weight in the set unit of measurement
2. ∴	Your body fat proportion in % with simultaneous evaluation indicator. i-- (too little body fat) i- (slim) i (normal) i+ (too much body fat) i++ (obese)
3. 	Your body water in %
4. 	Your muscle mass in %
5. 	Your bone mass in %
6. KCAL	Your basal metabolism in kcal
7. BMI	Your body mass index

Calling up stored values

After an analysis has been performed, you can display the values of your last measurements at any time.

1. Press SET and select your memory cell.
The memory cell indicator stops flashing after a few seconds and the indicator “0.0” appears on the display, as well as the unit of measurement, e.g. “kg”.
2. By pressing ▲ or ▼ once, select the automatic display or, by repeatedly pressing ▲ or ▼, select the manual display of the last set of measurements.

3. Press and hold SET for a few seconds to switch the scales back to analysis mode or wait until the displays have run through a few times and the scales then switch off automatically.

Weighing tips

- Weighing for the body analysis can only be carried out barefoot. In doing so, your feet should only be lightly moistened. Completely dry feet can lead to false results, since the electrical conductivity will then be poor.
- During the measuring process, stand still and do not hold onto anything.
- Do not weigh yourself directly after unusual physical exertion.
- Do not weigh yourself immediately after standing up. Wait approximately fifteen minutes. In this time, the water is able to distribute through your body.
- Always attempt to weigh yourself at the same time, in order to obtain comparable values.

Notes on the ascertained values

The proportion of body fat gives the amount of fat as a percentage of the total weight of the body. A blanket recommendation for this value does not exist, since this depends significantly on sex (because of different physiques) and age.

Body fat is vital for day-to-day body function. It protects organs, cushions joints, regulates body temperature, stores vitamins, and serves the body as an energy store.

For women, a body fat proportion between 10% and 13% is essential; for men, between 2% and 5% with the exception of competitive sportsmen.

The proportion of body fat is not an unambiguous indicator of health. Excessive body weight and a too-high proportion of body fat are being linked with the appearance of many diseases of affluence such as diabetes, cardiovascular illnesses, etc.



Physical inactivity and poor diet are often triggers for these diseases. There is a clear causal connection between excess weight and physical inactivity.

A considerable part of the human body consists of water. This body water is variably distributed throughout the whole body. Lean muscle tissue contains about 75% water, blood around 83% water, body fat approx. 25% water and bones have a water proportion of about 22%.

- In men approx. 60% of body mass consists of water.
- In women, that value lies around 55% (determined by a higher proportion of body fat).

Approx. two thirds of this total body water are stored in the cells and therefore called intracellular water. The other third is extracellular water.

Body fat in %						
Age	Sex	thin i--	slim i-	normal i	Overweight i+	Obesity i++
≤ 30	Male	≤ 11	11.1~15.5	15.6~20.0	20.1~24.5	> 24.5
	Female	≤ 16	16.1~20.5	20.6~25.0	25.1~30.5	> 30.5
> 30	Male	≤ 15	15.1~19.5	19.6~24.0	24.1~28.5	> 28.5
	Female	≤ 20	20.1~25.0	25.1~30.0	30.1~35.5	> 35.0

Body water in %				
Sex	Age	Low	Normal	High
Male 	< 40	< 50	50~65	> 65
	40~60	< 48.5	48.5~63.5	> 63.5
	> 60	< 47	47~62	> 62
Female 	< 40	< 45	45~60	> 60
	40~60	< 43.5	43.5~58.5	> 58.5
	> 60	< 42	42~57	> 57

For muscle mass there are no universal standard values.

Body mass index (BMI)

The BMI indicates the ratio of height to weight and is only an approximate standard value. According to the World Health Organization (WHO), an index of 18.6 to 25 is optimal.

Since men typically have a higher percentage of muscle mass in the total body mass than women do, the age and gender play an important role in interpreting the BMI.

BMI (kg/m ²)	Body weight
< 18.5	Underweight
18.6 - 25	Normal weight
25.1 - 30	Overweight
30.1 and above	Obesity

Automatic user recognition

The scales are equipped with automatic user recognition. This function can be enabled if you have saved your personal data as described in "Entering personal data" and carried out at least one body analysis.

As soon as you step on the scales, they switch on automatically and show you the weight result within a few seconds. When a similar weight value (difference less than

2 kg) is found in the data stored in the scales, the LCD display flashes once and shows the corresponding memory cell.

The body analysis will start shortly after.

However, automatic user recognition will not work if there is a weight difference of less than 2 kg between **two saved users**. In this case, manual memory cell selection is required.

Cleaning



NOTE on material damage

- Do not immerse the scale in water or other liquids.
- Never use harsh, scouring or abrasive cleaning agents or the like to clean the scale. Otherwise, the surface could be scratched.


- Wipe the scale as needed with a slightly damp soft cloth.
- Disinfect the weighing surface and the sensors from time to time using a suitable disinfecting agent (available at specialist retailers and pharmacies).

Fault/Remedy

Fault	Possible cause
No function	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Are the batteries empty or inserted the wrong way around?
The scale appears to be displaying wrong weighing results	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Is the scale located on a firm, even surface? ▪ Is a device that can cause electromagnetic disturbances located in the vicinity of the scale? ▪ Remove the battery from the scale and wait a moment. Reinsert the battery. The data stored up to this point will be retained.
"Err" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> ▪ The maximum capacity of the scale (180 kg) has been exceeded.
"Lo" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> ▪ The battery is empty (see "Changing the battery").
"ErrL" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> ▪ The fat proportion % is too low: Below 4% nothing can be displayed
The display shows "Errh".	<ul style="list-style-type: none"> ▪ The fat proportion % is too high: Above 60% nothing can be displayed.

Fault	Possible cause
"C" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> The weighing/measurement process was faulty: The scale is not stable or you are not standing still on the weighing surface during weighing.

Technical data

Model:	BA 2103-1 (black) / BA 2103-2 (silver) body analyser scales
Battery:	2x 1.5 V LR03/R03 (AAA) batteries 
Rated current:	≤ 30 mA
Measuring range:	max. 180 kg
Variance:	2% +/- 100g
Indicator division	
Weight:	100 g
Body water, muscle mass, bone mass and body fat:	0.1%
Memory cells:	12
Age input:	10-100 years
Height:	100-250 cm
Scale dimensions:	approx. 300 x 310 x 21 mm
Distributor: (no service address)	GRENDS GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburg, Germany

Our products are constantly being developed and improved. For this reason, design and technical modifications are possible at any time.

Declaration of conformity

GRENDS GmbH hereby declares that the BA 2103-x body analyser scales comply with Directives 2014/30/EU and 2011/65/EU.

The full text of the EU declaration of conformity is available at the following Internet address: www.ade-germany.de/doc

This declaration will lose its validity if any modification is made to the scale without our consent.

Hamburg, October 2022
GRENDS GmbH



Warranty

GRENDS GmbH warrants for 2 years from the purchase date the cost-free rectification of defects in material and workmanship through repair or exchange.

In the event of a warranty claim, please return the product with the proof of purchase (specifying the reason for claim) to your dealer.

Disposal

Disposing of the packaging



Dispose of the packaging according to type. Dispose of cardboard with waste paper and of films with recyclable materials.

Disposing of the product

Dispose of the product in accordance with the regulations that apply in your country.



Devices must not be disposed of in normal household waste

At the end of its life, the product must be disposed of in an appropriate way. In this way, valuable materials contained in the device will be recycled and the burden on the environment avoided. Bring the old device to a collection point for electronic waste or to a recycling depot.

For more information, contact your local waste disposal firm or your local administrative body.



Standard and rechargeable batteries should not be disposed of along with household waste

All batteries and rechargeable batteries must be brought to a local or district collection point or to the retailer. Such batteries and rechargeable batteries can thus be disposed of in an environmentally friendly way.

¡Estimada/o clienta/e!

Se ha decidido por la compra de un producto de gran calidad de la marca ADE, que aúna unas funciones inteligentes con un diseño extraordinario.

Esta báscula de análisis corporal hace posible que conozca y mida mejor su cuerpo.

La larga experiencia de la marca ADE le asegura unos elevados estándares técnicos y es garantía de calidad.

¡Le deseamos que disfrute utilizando esta báscula y conociendo sus valores!

El equipo de ADE

Información general

Acerca de estas instrucciones



Este manual de instrucciones describe el manejo seguro y el cuidado del artículo. Conserve este manual de instrucciones por si necesita volver a consultarlo. Si le entrega el artículo a otra persona, acompáñelo también de estas instrucciones.

Si no se tienen en cuenta las recomendaciones de este manual de instrucciones, pueden producirse lesiones o daños en el artículo.

Explicación de símbolos



Este símbolo unido a la palabra PELIGRO advierte de heridas graves.



Este símbolo unido a la palabra ADVERTENCIA advierte de heridas de grado medio o leve.



Este símbolo unido a la palabra INDICACIÓN advierte de daños materiales.



Este símbolo significa información adicional e indicaciones generales.

Índice

Información general	30
Seguridad	32
Uso adecuado	33
De un vistazo.....	34
Material suministrado	34
Puesta en marcha	35
Así funciona su nueva báscula de análisis corporal.....	36
Medición del peso.....	36
Introducir información personal	37
Análisis corporal.....	37
Índice de masa corporal (IMC)	40
Reconocimiento automático de personas.....	40
Limpieza	41
Problema/Solución	41
Datos técnicos.....	42
Declaración de conformidad.....	42
Garantía.....	43
Eliminación	43

Seguridad

- Este artículo puede ser utilizado por niños mayores de 8 años y por personas con discapacidad física, sensorial o mental o con falta de experiencia o conocimientos, siempre que estén supervisados o se les instruya sobre el uso seguro del artículo y comprendan los riesgos que pueden producirse.
- Los niños no deben jugar con el artículo.
- La limpieza y el mantenimiento por parte del usuario no deben ser realizados por niños, salvo que sean mayores de 8 años y estén supervisados.
- Las pilas pueden resultar peligrosas. Por tanto, manténgalas fuera del alcance de los niños. Si se ingiere una pila o se introduce en el cuerpo de cualquier otro modo, debe acudir inmediatamente al médico. De lo contrario, en el plazo de 2 horas pueden producirse graves quemaduras químicas internas, que podrían provocar la muerte.

RIESGOS para los niños

- Mantenga a los niños alejados del material de embalaje. Este puede suponer un riesgo de asfixia si se ingiere. Tenga cuidado de que no introduzcan la cabeza en la bolsa del embalaje.

RIESGO de incendio/combustión y/o explosión

- Riesgo de explosión por la sustitución inadecuada de las pilas. Sustituya las pilas por otras iguales o por otras equivalentes. Tenga en cuenta los "Datos técnicos".
- Las pilas no deben cargarse, reactivarse con otros medios, desmontarse, arrojarse al fuego o cortocircuitarse.
- Evite el contacto con la piel, ojos y mucosas. En caso de contacto con el líquido de las pilas, enjuague inmediatamente las áreas afectadas con abundante agua limpia y consulte de inmediato a un médico.

ADVERTENCIA por riesgo de lesiones

- No suba en el borde exterior en un solo lado de la báscula. ¡Riesgo de vuelco!
- No se suba a la báscula con los pies mojados ni cuando la superficie de la báscula esté húmeda. ¡Riesgo de resbalón!
- La superficie de la báscula es de cristal. En caso de caída, existe peligro de rotura del cristal y riesgo de cortes causados por los fragmentos de vidrio.

PRECAUCIÓN por daños materiales

- Coloque la báscula sobre una base estable y plana.
- No sobrecargue la báscula. Tenga en cuenta los "Datos técnicos". Colóquese sobre la báscula exclusivamente para pesarse.
- Proteja la báscula de golpes y sacudidas fuertes.

- Saque la pila del artículo cuando esté gastada o cuando no vaya a utilizar la báscula durante un periodo largo de tiempo. De este modo evitará los daños que pudieran producirse por una fuga del líquido de las pilas.
- Cuando coloque y cambie las pilas, preste atención a la polaridad correcta (+/-).
- No exponga las pilas a condiciones extremas, poniéndolas, por ejemplo, sobre radiadores o expuestas directamente al sol. ¡Riesgo elevado de fugas!
- Cuando sea necesario, limpie los contactos del aparato y de las pilas antes de colocarlas.
- No realice ninguna modificación en el artículo. Llévelo a reparar únicamente a un taller especializado. Las reparaciones realizadas de forma inadecuada pueden suponer un riesgo elevado para el usuario.
- No coloque la báscula cerca de aparatos que puedan generar una radiación electromagnética, como, por ejemplo, teléfonos móviles o aparatos de radio, ya que podrían provocar una lectura errónea de la pantalla o un mal funcionamiento.
- En la parte inferior de la báscula se encuentran las patas. Dado que las superficies de apoyo están hechas de materiales diferentes y se tratan con diferentes productos de limpieza, no puede excluirse totalmente que alguna de estas sustancias contenga componentes que afecten o ablanden las patas de la báscula. En caso necesario, coloque una base antideslizante bajo la báscula.

Uso adecuado

La báscula personal sirve para pesar personas en el ámbito privado. No es adecuada para su empleo en clínicas, consultas médicas, etc. La función de análisis corporal está concebida también únicamente para uso en el ámbito privado.

La báscula no es apta para su uso en ámbitos profesionales del deporte.

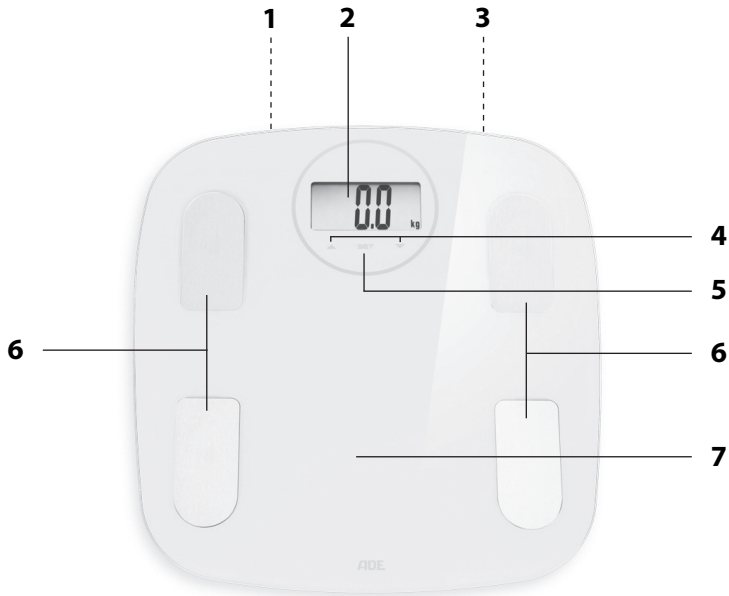
No debe sobrepasarse la capacidad máxima de peso de 180 kg.

No utilice esta báscula en caso de que...

- ... esté embarazada,
- ... lleve un marcapasos,
- ... realice tratamiento de diálisis,
- ... sufra de edema,
- ... lleve implantes como extremidades artificiales, placas de metal, etc.

En caso de duda, consulte con su médico.

De un vistazo



- 1 Botón **UNIT** (parte posterior): Cambiar unidad de medida
- 2 Pantalla
- 3 Compartimento de la pila (parte posterior)
- 4 Botones ▲▼: Seleccionar memoria, disminuir datos, aumentar datos
- 5 Botón **SET**: Acceso al modo de ajuste, almacenamiento de las entradas, acceso a los datos de medición guardados
- 6 Sensores
- 7 Superficie de pesaje

Material suministrado

- Báscula personal
- 2 pilas LR03/R03 (AAA), 1,5 V ---
- Manual de instrucciones

Símbolos en la báscula

Auto-on



La báscula se conecta automáticamente si presiona con algo de fuerza sobre la superficie de pesaje.

CAUTION:
Slippery when wet !



ADVERTENCIA: Si la superficie de pesaje está húmeda, existe el riesgo de resbalarse.

Puesta en marcha

Colocación/sustitución de las pilas

Para su uso son necesarias 2 pilas del tipo LR03/R03, (AAA), 1,5 V (incluidas en el material suministrado). El compartimento para las pilas se encuentra en la parte posterior del aparato.

1. Pulse la pestaña de bloqueo de la tapa del compartimento de la batería hacia el compartimento y retire la tapa.
2. Coloque las pilas del modo que se indica en la base del compartimento de las pilas. Preste atención a la polaridad correcta (+/-).
3. Vuelva a colocar la tapa del compartimento de las pilas. La pestaña de bloqueo debe encajar de forma audible.



Indicaciones para la sustitución de las pilas:

- Será necesario sustituir las pilas cuando en la pantalla aparezca "Lo" o no aparezca nada.
- Utilice únicamente el tipo de pilas especificado en los "Datos técnicos".
- Sustituya siempre todas las pilas.
- Elimine las pilas usadas siguiendo la normativa medioambiental, consulte "Eliminación".
- Para calibrar la báscula, consulte "Colocación de la báscula".

Seleccionar la unidad de medida

Originalmente, la unidad de medida está ajustada en "kg". No obstante, el resultado puede mostrarse también en unidades de medida del sistema anglosajón: "lb" (libras) o "st:lb" (stone:libra).

- Presione repetidamente el botón UNIT, que se encuentra junto al compartimento de las pilas en la parte de atrás de la báscula. Observe la indicación de la pantalla.

Colocación de la báscula

1. Coloque la báscula sobre una superficie plana, estable y seca. No coloque la báscula sobre una alfombra.

2. Súbase brevemente en el centro de la superficie de pesaje para calibrar la báscula. La calibración habrá finalizado cuando en la pantalla aparezca "0.0". Debe realizarse esta calibración cada vez que se cambien las pilas.

Así funciona su nueva báscula de análisis corporal

Su nueva báscula de análisis corporal funciona con la llamada tecnología BIA (análisis de impedancia bioeléctrica). Una corriente imperceptible, inofensiva y débil fluye por su cuerpo. La medición se realiza mediante los sensores distribuidos sobre la superficie de pesaje.

- La corriente fluye relativamente bien a través de los líquidos que se encuentran en la masa muscular.
- En el caso de la masa de grasa, la resistencia es mayor. Lo que se mide es esa resistencia.

Además de su información personal (género, peso, edad y altura), la báscula calcula la siguiente información sobre su composición corporal:

- Peso
- Porcentaje de grasa corporal
- Porcentaje de agua corporal
- Porcentaje de masa muscular
- Porcentaje de masa ósea
- Metabolismo basal diario en Kcal (necesidades energéticas)
- Índice de masa corporal (IMC)

La báscula dispone de un total de 12 memorias de almacenamiento.

Errores de medida

Durante el análisis corporal pueden producirse errores de medida o de cálculo con los siguientes grupos de personas. Personas que...

... hagan ejercicio 10 horas o más por semana,

... son atletas profesionales, culturistas o practican deportes de resistencia,

... mayores de 70 años.

... sean menores de 10 años.

Esto no sucede con la "función de pesaje normal", véase la siguiente sección.

Medición del peso



Para pesarse normalmente - sin análisis corporal - no tiene que introducir ningún dato.

1. Toque brevemente una vez la báscula con un poco de fuerza.

En la pantalla se muestra "0.0" y la unidad de medida definida, por ejemplo "kg".

2. Colóquese sobre la báscula. Permanezca sobre ella sin moverse y no se sujete a nada.

Poco después se mostrará el peso medido.

La báscula se desconecta automáticamente pocos segundos después de que abandone la superficie de pesaje.

Introducir información personal



Introduzca la información con rapidez. De lo contrario, la báscula se apaga después de un breve tiempo para ahorrar energía.

1. Con un poco de fuerza, súbase brevemente sobre la superficie de pesaje. La pantalla mostrará un número de memoria (1-12) parpadeando.
 2. Seleccione con la tecla ▲ o ▼ la memoria deseada
 3. Presione SET.
Seleccione con la tecla ▲ o ▼ su género: ♀ para hombre o ♂ para mujer.
 4. Presione SET.
En la pantalla parpadea el valor preestablecido para la altura (por ejemplo "165" en cm).
 5. Con la tecla ▲ o ▼ introduzca su altura.
 6. Presione SET.
En la pantalla parpadea AGE y el valor preconfigurado para la edad (ajuste predeterminado: 25).
 7. Con la tecla ▲ o ▼ introduzca su edad.
 8. Vuelva a presionar SET. De este modo, los datos necesarios quedan registrados. A continuación vuelve a parpadear un número de memoria en la pantalla y puede continuar como se ha descrito anteriormente e introducir los datos de otra persona. O bien, espere unos segundos hasta que en la pantalla aparezca "0.0" y realice su análisis corporal.
Si no se detecta actividad, se apaga automáticamente al cabo de unos segundos.
- Si mantiene pulsada la tecla ▲ o ▼, el avance o retroceso de los datos mostrados es más rápido.
 - Los datos introducidos se pueden sobrescribir con una nueva entrada.



Análisis corporal







- Solo es posible realizar el análisis corporal si ha introducido sus datos, véase el capítulo anterior.
- Tenga en cuenta los capítulos "Consejos de pesaje" y "Reconocimiento automático de personas".

1. Con un poco de fuerza, súbase brevemente sobre la superficie de pesaje.
2. Utilice la tecla ▲ o ▼ para seleccionar el espacio de memoria en el que ha almacenado sus datos corporales personales.
El número de la memoria parpadea varias veces, a continuación aparece "0.0" y la unidad de medida seleccionada, por ejemplo "kg".
3. Colóquese sobre la báscula con los pies descalzos. Permanezca sobre ella sin moverse y no se sujete a nada.
 - Asegúrese de que cada pie esté colocado en un sensor.
 - No debe haber contacto entre los pies, las piernas, las pantorrillas y los muslos. De lo contrario, el cálculo no sería preciso.

Poco después se mostrará el peso medido. A continuación, en la pantalla se mueve la indicación "0" y se realiza el análisis corporal. No se mueva.

A continuación se le mostrarán en la pantalla los valores medidos repetidos varias veces:

Símbolo	Significado
1. kg/lb/lb:st	Su peso corporal en la unidad de medida seleccionada
2. 	Su porcentaje de grasa corporal con indicación de valoración. i-- (grasa corporal demasiado baja) i- (delgadez) i (normal) i+ (demasiada grasa corporal) i++ (obesidad)
3. 	Su porcentaje de agua corporal
4. 	Su porcentaje de masa muscular
5. 	Su masa ósea en %
6. KCAL	Su metabolismo basal en Kcal
7. BMI	Su índice de masa corporal

Acceso a los valores guardados

Después de la medición, podrá visualizar los valores de su última medición en cualquier momento.

1. Pulse SET y seleccione el número de su memoria.
Pasados unos segundos deja de parpadear el indicador de la memoria y en la pantalla aparece "0,0" y la unidad de medida establecida, por ejemplo "kg".
2. Seleccione el indicador automático pulsando una vez ▲ o ▼ o el indicador manual de la última medición pulsando repetidamente ▲ o ▼.

- Mantenga pulsado SET durante varios segundos para volver a poner la báscula en modo de análisis o espere a que los indicadores hayan pasado varias veces y, a continuación, la báscula se apague automáticamente.

Consejos de pesaje

- Utilizar la báscula para el análisis corporal solo puede hacerse descalzo. Al hacerlo, los pies deben estar solo un poco humedecidos. Los pies totalmente secos pueden producir resultados erróneos porque la conductividad eléctrica es menor.
- Manténgase quieto mientras se pesa y no se agarre a nada.
- No se pese inmediatamente después de un esfuerzo físico inusual.
- No se pese inmediatamente después de levantarse. Espere aproximadamente un cuarto de hora. Durante ese tiempo, el agua puede repartirse por el cuerpo.
- Intente pesarse siempre a la misma hora, para poder obtener unos valores comparables.

Información sobre los datos obtenidos

El porcentaje de grasa corporal proporciona el porcentaje de grasa del peso total del cuerpo. No existe una recomendación general para este valor, ya que esto depende significativamente del género (debido a los diferentes tipos de constitución) y de la edad.

La grasa corporal es vital para las funciones diarias del cuerpo. Protege los órganos, amortigua las articulaciones, regula la temperatura corporal, almacena vitaminas y actúa como un acumulador de energía para el cuerpo.

El porcentaje de grasa corporal vital para las mujeres se encuentra entre el 10 y el 13 %, y entre el 2 y el 5 % para los hombres, exceptuando a deportistas de competición.

El porcentaje de grasa corporal no es un claro indicador de salud. Un peso corporal excesivo y un porcentaje demasiado alto de grasa corporal se asocia con la aparición de muchas enfermedades relacionadas con el estilo de vida, tales como la diabetes, enfermedades cardiovasculares, etc.



La falta de ejercicio y la mala alimentación son, a menudo, las causantes de estas enfermedades. Existe una clara relación causal entre la obesidad y la falta de ejercicio.

Una parte esencial del cuerpo humano se compone de agua. Esta masa de agua se distribuye de manera desigual por todo el cuerpo. El tejido muscular magro contiene aproximadamente un 75 % de agua, la sangre contiene un 83 % de agua, la grasa corporal un 25 % de agua y los huesos tienen un contenido de agua de aproximadamente el 22 %.

- La masa corporal en los hombres se compone de aprox. un 60 % de agua.
- En las mujeres, este valor es aprox. del 55 % (debido a un mayor porcentaje de grasa corporal).

De la cantidad total de agua corporal, aproximadamente dos tercios se almacenan en las células, por lo que se le denomina agua intracelular. El tercio restante es agua extracelular.

Grasa corporal en %						
Edad	Sexo	muy delgado/a i--	delgado/a i--	normal i	sobrepeso i+	obesidad i++
≤ 30	Hombre	≤ 11	11,1 - 15,5	15,6 - 20,0	20,1 - 24,5	> 24,5
	Mujer	≤ 16	16,1 - 20,5	20,6 - 25,0	25,1 - 30,5	> 30,5
> 30	Hombre	≤ 15	15,1 - 19,5	19,6 - 24,0	24,1 - 28,5	> 28,5
	Mujer	≤ 20	20,1 - 25,0	25,1 - 30,0	30,1 - 35,5	> 35,0

Porcentaje de agua corporal				
Sexo	Edad	Bajo	Normal	Alto
Hombre 	< 40	< 50	50 - 65	> 65
	40 - 60	< 48,5	48,5 - 63,5	> 63,5
	> 60	< 47	47 - 62	> 62
Mujer 	< 40	< 45	45 - 60	> 60
	40 - 60	< 43,5	43,5 - 58,5	> 58,5
	> 60	< 42	42 - 57	> 57

Para la masa muscular no existen valores de referencia.

Índice de masa corporal (IMC)

El IMC proporciona la relación entre la altura y el peso y es únicamente un valor orientativo aproximado. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el índice óptimo se sitúa entre 18,6 y 25.

Los hombre tienen normalmente una proporción mayor de masa muscular en el cuerpo que las mujeres; la edad y el sexo tienen un papel importante en la interpretación del IMC.

IMC (kg/m ²)	Peso
< 18,5	falta de peso
18,6 - 25	peso normal
25,1 - 30	sobrepeso
por encima de 30,1	obesidad

Reconocimiento automático de personas

La báscula dispone de un reconocimiento de personas automático. Para que funcione, debe haber introducido su información personal; consulte "introducir información personal" y haber realizado al menos un análisis corporal.

Una vez que se suba en la báscula, ésta se conecta automáticamente y le muestra en unos segundos el peso obtenido. Si se encuentra un valor de pesaje similar (diferencia inferior a 2 kg) en los datos almacenados en la báscula, el indicador LCD parpadea una vez y muestra el número de memoria correspondiente.

Inmediatamente después se inicia el análisis corporal.

Sin embargo, si hay una diferencia de peso inferior a 2 kg entre **dos personas guardadas en la memoria**, el reconocimiento automático de personas no funcionará. En este caso, seleccione manualmente la memoria.

Limpeza



ADVERTENCIA de daños materiales


- No sumerja la báscula en agua ni en ningún otro líquido.
- No utilice nunca productos o medios de limpieza duros, ásperos o abrasivos para limpiar la báscula. Podría arañar la superficie.
- Cuando sea necesario, limpie la báscula con un paño suave ligeramente humedecido.
- Desinfecte la superficie de pesaje y los sensores de vez en cuando con un desinfectante adecuado (disponibles en droguerías y establecimientos especializados).

Problema/Solución

Problema	Causa posible
No funciona nada	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Se han gastado las pilas o están mal colocadas?
La báscula muestra valores claramente erróneos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Está colocada la báscula sobre una base estable y plana? ▪ ¿Hay algún aparato cerca de la báscula que pueda producir interferencias electromagnéticas? ▪ Saque la pila de la báscula y espere un momento. Vuelva a colocar la pila. Los datos almacenados se mantienen como hasta ahora.
En la pantalla se muestra "Err"	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se sobrepasó la capacidad máxima de la báscula de 180 kg.
En la pantalla se muestra "Lo"	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se ha gastado las pila, consulte "Cambio de la pila".
En la pantalla se muestra "ErrL"	<ul style="list-style-type: none"> ▪ El porcentaje de grasa es demasiado bajo: no se muestra nada por debajo del 4 %.

Problema	Causa posible
En la pantalla se muestra "Errh"	<ul style="list-style-type: none"> El porcentaje de grasa es demasiado alto: No se pueden mostrar valores superiores al 60 %.
En la pantalla se muestra "C"	<ul style="list-style-type: none"> El proceso de pesaje o de medida resultó defectuoso: La báscula no está estable o no se estuvo quieto sobre la superficie durante el proceso de pesaje.

Datos técnicos

Modelo:	Balanza de análisis corporal BA 2103-1 (negra), BA 2103-2 (plata)
Pilas:	2 pilas LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
Intensidad de corriente:	≤30mA
Rango de pesaje:	máx. 180 kg
Margen de error:	2% +/- 100g
Subdivisiones	
Peso:	100 g
Agua corporal, masa muscular, masa ósea y grasa corporal:	0,1 %
Memorias:	12
Introducción de la edad:	10 - 100 años
Altura:	100 - 250 cm
Dimensiones de la báscula:	aprox. 300 x 310 x 21 mm
Distribuidor:	GRENDS GmbH
(no hay dirección de servicio técnico)	Stahlwiete 23 22761 Hamburgo, Alemania

Nuestros productos se están desarrollando y mejorando continuamente. Por este motivo, cabe la posibilidad de que en cualquier momento pudiera haber cambios en el diseño o modificaciones técnicas.

Declaración de conformidad

Wagen-Schmitt GmbH declara que la balanza de análisis corporal BA 2103-x cumple las Directivas 2014/30/UE y 2011/65/UE.

El texto completo de la declaración de conformidad CE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.ade-germany.de/doc

Esta declaración perderá su validez si en la báscula se realizan modificaciones no autorizadas por el fabricante.

Hamburgo, octubre de 2022
GRENDS GmbH



Garantía

La empresa GRENDS GmbH garantiza durante 2 años a partir de la fecha de compra la subsanación gratuita de los defectos debidos a fallos de material o fabricación, mediante reparación o cambio del equipo.

En caso de solicitar la aplicación de la garantía, lleve el artículo a su distribuidor con el justificante de compra (explicando el motivo de la reclamación).

Eliminación

Eliminación del embalaje



Deseche el envoltorio adecuadamente. Lleve el papel y cartón al contenedor de cartón y las láminas al de plásticos.

Eliminación del artículo

Elimine el artículo conforme a la normativa correspondiente aplicable en su país.



Los aparatos no deben eliminarse con la basura doméstica normal

El artículo debe ser eliminado de forma adecuada al final de su vida útil. Para ello, se deben reciclar las piezas del aparato y así evitar un daño al medio ambiente. Deposite el aparato antiguo en un punto de recogida de restos electrónicos o desechos reciclables.

Para más información, diríjase a su empresa de recogida de residuos o administración local.



Las pilas y baterías no son residuos domésticos

Todas las pilas y baterías deben depositarse en los puntos de recogida del ayuntamiento, del distrito o en los comercios. De este modo, puede realizarse la eliminación de pilas y baterías de una forma respetuosa con el medio ambiente.

Chère cliente, cher client !

Nous sommes ravis que vous ayez choisi un appareil de haute qualité de la marque ADE, qui allie des fonctions intelligentes à un design exceptionnel.

Cette balance d'analyse corporelle vous permet de mieux vous connaître vous et votre corps.

Les années d'expérience de la marque ADE garantissent une haute technicité et une qualité éprouvée.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir à l'utilisation de votre nouvelle balance !

L'équipe ADE

Généralités

À propos de ce mode d'emploi



Ce mode d'emploi décrit l'utilisation conforme ainsi que les procédures d'entretien de l'article. Conservez ce manuel pour toute référence ultérieure. Si vous cédez l'article à une tierce personne, transmettez-lui également ce mode d'emploi.

Le non-respect de ce mode d'emploi peut entraîner des blessures ou endommager l'article.

Légende



Ce symbole, associé au mot DANGER, prévient de blessures graves.



Ce symbole, associé au mot ATTENTION, prévient de blessures moyennes et légères.



Ce symbole, associé au mot AVERTISSEMENT, prévient de dommages matériels.



Ce symbole désigne des informations supplémentaires ainsi que des indications d'ordre général.

Table des matières

Généralités	44
Sécurité	46
Utilisation conforme	47
Aperçu	48
Contenu de l'emballage	48
Mise en marche	49
Principe de fonctionnement de votre nouvelle balance	50
Mesure du poids	50
Saisie des données personnelles	51
Analyse corporelle.....	51
Indice de masse corporelle (IMC)	54
Reconnaissance automatique de personnes.....	54
Nettoyage	55
Problèmes/solutions.....	55
Caractéristiques techniques	56
Déclaration de conformité	56
Garantie.....	57
Mise au rebut	57

Sécurité

- Cet article peut être utilisé par des enfants dès l'âge de 8 ans ainsi que par des personnes aux capacités physiques, sensorielles ou mentales limitées ou de peu d'expérience et de connaissances si ceux-ci sont sous surveillance ou ont été instruits de l'utilisation conforme de l'article et comprennent les risques qui en découlent.
- Les enfants ne doivent pas jouer avec cet article.
- Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être réalisés par des enfants, à moins qu'ils aient 8 ans révolus et soient sous surveillance.
- Les piles peuvent présenter un danger mortel. Gardez toujours les piles/batteries hors de la portée des enfants. Si une pile a été avalée ou introduite d'une quelconque autre manière dans le corps, consultez immédiatement un médecin. Elles peuvent en effet entraîner, en moins de 2 heures, de graves brûlures caustiques internes potentiellement mortelles.

DANGER pour les enfants

- Ne pas laisser les enfants jouer avec les matériaux d'emballage. Risque d'étouffement en cas d'ingestion. Veillez également à ce que le sac d'emballage ne soit pas glissé sur la tête.

DANGER d'incendie/brûlure et/ou d'explosion

- Risque d'explosion en cas de remplacement non conforme de la pile. Ne remplacez la pile que par un type de pile identique ou équivalent. Respectez les indications des « Caractéristiques techniques ».
- Les piles ne doivent pas être chargées, réactivées avec d'autres moyens, démontées, jetées au feu ou court-circuitées.
- Évitez le contact avec la peau, les yeux et les muqueuses. En cas de contact avec le liquide présent dans les piles, rincez immédiatement les endroits du corps concernés abondamment à l'eau claire et consultez sans tarder un médecin.

ATTENTION Risque de blessure

- Ne montez pas unilatéralement sur le bord extérieur de la balance. Risque de basculement !
- Ne montez pas sur la balance avec les pieds mouillés ou si la surface est humide. Risque de chute !
- La surface de pesée est en verre. En cas de chute, il existe un risque de bris de glace et par là même, un risque de blessure par le biais des éclats de verre.

ATTENTION Risque de dommages matériels

- Posez la balance sur une surface stable et plane.
- Ne surchargez pas la balance. Respectez les indications des « Caractéristiques techniques ». Ne montez sur la balance que pour vous peser.

- Protégez la balance contre les coups et les chocs importants.
- Retirez la pile de l'article lorsque celle-ci est usée ou lorsque vous n'utilisez pas la balance pendant une période prolongée. Vous éviterez ainsi les dommages qui pourraient résulter d'une fuite des piles.
- Lorsque vous insérez et remplacez la pile, veillez à respecter la polarité (+/-).
- Ne soumettez pas les piles à des conditions extrêmes en les conservant sur des radiateurs ou en les exposant au rayonnement direct du soleil. Risque accru de fuite pour les piles !
- Si nécessaire, nettoyez les bornes des piles et les contacteurs de l'appareil avant l'insertion.
- N'essayez pas de modifier l'article. Ne faites réaliser les réparations que par un atelier spécialisé. Toute réparation incorrecte peut entraîner de graves dangers pour l'utilisateur.
- Ne disposez pas la balance à proximité d'appareils pouvant émettre un rayonnement électromagnétique, comme p. ex. des téléphones mobiles, radios et autres. Cela peut entraîner un mauvais affichage ou un dysfonctionnement.
- La balance dispose de pieds sur le dessous. Les surfaces étant composées des matériaux les plus divers et étant nettoyées avec les produits les plus variés, il n'est pas entièrement exclu que certains de ces matériaux contiennent des éléments qui peuvent attaquer et ramollir les pieds de l'appareil. Le cas échéant, disposez un support antidérapant sous la balance.

Utilisation conforme

Cette balance est destinée à peser des personnes dans le cadre privé. Elle n'est pas adaptée à une utilisation dans des cliniques, des cabinets médicaux, etc. La fonction d'analyse corporelle est elle aussi réservée à un usage privé.

La balance n'est pas destinée à un usage dans le domaine du sport professionnel.

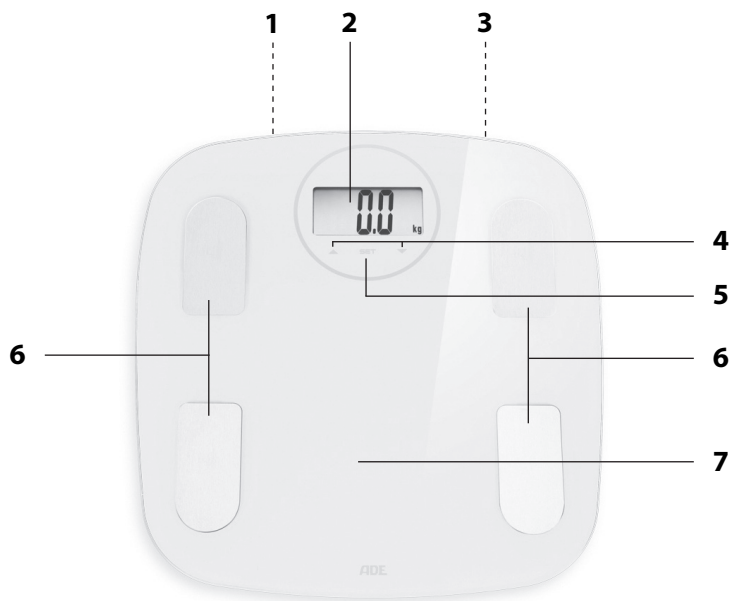
Sa capacité de charge maximale de 180 kg ne doit pas être excédée.

N'utilisez pas la balance si vous...

- ... êtes enceinte,
- ... portez un pacemaker,
- ... êtes un patient dialysé,
- ... souffrez d'œdèmes,
- ... portez des implants, par exemple un membre artificiel, une plaque de métal, etc.


En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant.

Aperçu



- 1 Touche **UNIT** (à l'arrière) : pour changer l'unité de mesure
- 2 Écran
- 3 Compartiment à piles (arrière)
- 4 Touches ▲▼ : pour sélectionner la mémoire, réduire et augmenter les données affichées
- 5 Touche **SET** : pour accéder aux paramètres, enregistrer les données et accéder aux données enregistrées
- 6 Capteurs
- 7 Surface de pesée

Contenu de l'emballage

- Balance
- 2 piles de type LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
- Mode d'emploi

Symboles présents sur la balance

Auto-on



La balance s'allume automatiquement lorsqu'une légère pression est exercée sur la surface de pesée.

CAUTION:
Slippery when wet !



AVERTISSEMENT : si la surface de pesée est humide, il y a un risque de dérapage.

Mise en marche

Insérer/changer les piles

L'appareil fonctionne avec 2 piles de type LR03/R03 (AAA) de 1,5 V (fournies). Le compartiment à piles se situe à l'arrière de l'appareil.

1. Pour retirer le couvercle, repoussez la languette de fermeture du couvercle du compartiment à piles vers le compartiment à piles.
2. Placez les piles comme indiqué sur le fond du compartiment à piles. Veillez à respecter la polarité (+/-).
3. Repositionnez le couvercle du compartiment à piles.
La languette de fermeture du couvercle doit produire un son audible.



Consignes de remplacement des piles :

- Les piles devront être changées lorsque l'écran affiche « Lo » ou ne s'allume plus.
- N'utilisez que le type de pile indiqué dans les « Caractéristiques techniques ».
- Remplacez toujours toutes les piles à la fois.
- Éliminez les piles usagées dans le respect de l'environnement, voir « Mise au rebut ».
- Ajustez la balance, voir « Installation de la balance ».

Sélection de l'unité de mesure

L'unité de mesure réglée par défaut sur la balance est le kilogramme « kg ». Mais il est également possible d'afficher le résultat de la mesure selon les unités anglo-saxonnes « lb » (pound) et « st:lb » (stone:pound).

- Appuyez sur la touche UNIT à côté du compartiment à piles à l'arrière de la balance. Observez l'affichage sur l'écran.

Installation de la balance

1. Posez la balance sur une surface plane, dure et sèche. Ne posez pas la balance sur un tapis ou de la moquette.

2. Placez-vous brièvement sur la surface de pesée pour ajuster la balance. L'ajustage est terminé dès que l'écran affiche « 0.0 ». Cet ajustage doit être effectué après chaque changement de piles.

Principe de fonctionnement de votre nouvelle balance

Votre nouvelle balance d'analyse corporelle repose sur la technologie BIA (Analyse de l'Impédance Bioélectrique). De l'électricité à faible intensité, imperceptible et totalement inoffensive, parcourt votre corps. Les mesures s'effectuent au moyen des capteurs installés sur la surface de pesée.

- L'électricité circule de manière relativement libre à travers le liquide que renferme votre masse musculaire.
- En cas de présence de masse grasseuse, la résistance est plus forte. Cette résistance est mesurée.

En tenant compte de vos données personnelles (sexe, poids, âge et taille), la balance calcule les informations suivantes relatives à votre composition corporelle :

- Poids
- Taux de graisse corporelle en %
- Teneur en eau du corps en %
- masse musculaire %
- Masse osseuse en %
- dépense énergétique quotidienne en Kcal (besoin en énergie)
- Indice de masse corporelle (IMC)

La balance dispose au total de 12 mémoires.

Erreurs de mesure

Lors de l'analyse corporelle, des erreurs de mesure ou de calcul peuvent se produire chez les groupes de personne suivants. Les personnes qui...

... font 10 heures de sport ou plus par semaine,

... font de l'athlétisme au niveau professionnel, du culturisme ou des sports d'endurance,

... sont âgées de plus de 70 ans,

... sont âgées de moins de 10 ans.

Cela ne concerne pas la fonction de pesée « normale », voir le chapitre suivant.

Mesure du poids



Pour la pesée « normale » (sans analyse corporelle), il n'est pas nécessaire de saisir de données.

1. Exercez une pression avec un peu de force sur la surface de pesée.
L'écran affiche alors « 0.0 » et l'unité de masse sélectionnée, par exemple « kg ».
2. Montez sur la balance. Restez immobile sans vous tenir à quoi que ce soit.
Le poids mesuré s'affiche sous peu.
La balance s'éteint automatiquement, en quelques secondes, une fois que vous en êtes descendu.

Saisie des données personnelles



Procédez assez rapidement lors de la saisie des données, sinon la balance s'éteindra en cas d'inactivité, afin d'économiser l'énergie.

1. En exerçant un peu de force, montez une fois brièvement sur la surface de pesée.
Un numéro d'emplacement en mémoire (1-12) clignote à l'écran.
2. Sélectionnez l'emplacement de mémoire souhaité avec la touche ▲ ou ▼
3. Appuyez sur SET.
Sélectionnez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ votre sexe : ♀ pour homme ou ♂ pour femme.
4. Appuyez sur SET.
La valeur pré-réglée relative à votre taille, en centimètres, clignote à l'écran (par exemple « 165 »).
5. Entrez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ votre taille.
6. Appuyez sur SET.
AGE et la valeur prédéfinie pour l'âge clignent à l'écran (valeur par défaut : 25).
7. Entrez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ votre âge.
8. Pour finir, appuyez sur SET. Vous avez ainsi entré les données nécessaires.
Un numéro d'emplacement en mémoire clignote à nouveau à l'écran. Vous pouvez continuer tel que décrit ci-dessus et saisir les données d'une autre personne.
Vous pouvez également attendre quelques secondes, jusqu'à ce que « 0.0 » s'affiche à l'écran et laisser l'analyse corporelle s'effectuer.
Si vous ne faites rien de plus, la balance s'éteint automatiquement après quelques secondes.



- Maintenez la touche ▲ ou ▼ enfoncée pour faire avancer ou reculer plus rapidement les données indiquées.
- Les données enregistrées peuvent être remplacées par de nouvelles.

Analyse corporelle






- L'analyse corporelle n'est possible que si vous avez saisi vos données, voir chapitre précédent.
- Consultez les chapitres « Conseils de pesée » et « Reconnaissance automatique de personnes ».

1. En exerçant un peu de force, montez une fois brièvement sur la surface de pesée.
2. Sélectionnez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ la mémoire sur laquelle vous avez enregistré vos données corporelles personnelles.
Le numéro d'emplacement en mémoire clignote plusieurs fois, puis « 0.0 » ainsi que l'unité de mesure sélectionnée, par exemple « kg », s'affichent.
3. Montez pieds nus sur la balance. Restez immobile sans vous tenir à quoi que ce soit.
 - Veillez à ce que chaque pied soit sur un capteur.
 - Il ne doit y avoir aucun contact entre les pieds, les jambes, les mollets et les cuisses, au risque de produire une mesure inexacte.

Le poids mesuré s'affiche sous peu. « 0 » s'affiche alors à l'écran, l'analyse corporelle est effectuée. Restez immobile.

Les valeurs mesurées sont ensuite affichées de manière répétée à l'écran :

Symbole	Signification
1. kg / lb / lb:st	Votre poids dans l'unité de mesure définie
2. ∴	Votre taux de graisse corporelle en % avec affichage d'évaluation simultanée. i-- (trop peu de graisse corporelle) i- (minceur) i (normal) i+ (trop de graisse corporelle) i++ (obésité)
3. 	La teneur en eau de votre corps en %
4. 	Votre masse musculaire en %
5. 	Votre masse osseuse en %
6. KCAL	Votre métabolisme basal en kcal
7. BMI	Votre indice de masse corporelle

Accéder aux valeurs enregistrées

Après un processus d'analyse, vous pouvez afficher à tout moment les valeurs de votre dernière mesure.

1. Appuyez sur SET et choisissez votre emplacement en mémoire.
L'indication de la mémoire arrête de clignoter après quelques secondes et l'indication « 0.0 » ainsi que l'unité de mesure, par ex. « kg », s'affichent à l'écran.
2. Sélectionnez l'affichage automatique en appuyant une fois sur ▲ ou ▼, ou l'affichage manuel de la dernière mesure en appuyant plusieurs fois sur ▲ ou ▼.

3. Maintenez SET enfoncé pendant quelques secondes pour remettre la balance en mode analyse, ou attendez que les affichages aient défilé plusieurs fois et que la balance s'éteigne automatiquement.

Conseils de pesée

- Pour l'analyse corporelle, la pesée ne peut s'effectuer que pieds nus. Pendant la pesée, les pieds doivent être légèrement humides. Des pieds parfaitement secs peuvent donner de mauvais résultats, car la conductivité électrique est alors mauvaise.
- Restez totalement immobile pendant la procédure de mesure et ne vous tenez à aucun objet.
- Ne vous pesez pas immédiatement après un effort physique inhabituel.
- Ne vous pesez pas immédiatement après le réveil. Attendez au moins un quart d'heure. Pendant ce temps, l'eau se répand dans le corps.
- Essayez d'effectuer la pesée toujours au même moment de la journée pour obtenir des valeurs comparables.

Indications concernant les valeurs calculées

Le taux de graisse corporelle indique le pourcentage de graisse par rapport au poids total du corps. Il n'y a pas de recommandation générale pour cette valeur, car la signification de celle-ci dépend du sexe (en raison de la constitution différente des corps) et de l'âge.

La graisse corporelle est vitale aux fonctions quotidiennes du corps. Elle protège les organes, renforce les articulations, régule la température du corps, stocke les vitamines et sert de réserve énergétique au corps.

Il est indispensable pour les femmes d'avoir un taux de graisse corporelle compris entre 10 % et 13 %, et entre 2 % et 5 % chez les hommes, à l'exception des sportifs de compétition.

Le taux de graisse corporelle n'est pas un indicateur manifeste de bonne santé. L'apparition de nombreuses maladies liées au mode de vie, comme le diabète, les maladies cardiovasculaires, etc. est attribuée à une prise de poids et à une augmentation du taux de graisse corporelle.



Le manque d'exercice physique et une mauvaise alimentation sont souvent tenus pour responsables de ces maladies. Il existe un lien de causalité évident entre surpoids et manque d'exercice physique.

Une grande partie du corps humain est composée d'eau. Cette eau est répartie différemment dans tout le corps. Le tissu musculaire contient à peu près 75 % d'eau, le sang environ 83 % d'eau, la graisse corporelle environ 25 % d'eau et les os ont une teneur en eau d'à peu près 22 %.

- Chez les hommes, la masse corporelle est constituée d'environ 60 % d'eau.
- Chez les femmes, cette valeur est d'à peu près 55 % (en raison d'un taux de graisse corporelle plus élevé).

Près des deux tiers de cette eau corporelle totale sont stockés dans les cellules et sont donc appelés eau intracellulaire. L'autre tiers est de l'eau extracellulaire.

Graisse corporelle en %						
Âge	Sexe	Maigre i--	Minceur i--	Normal i	Surpoids i+	Obésité i++
≤ 30	Homme	≤ 11	11,1~15,5	15,6~20,0	20,1~24,5	> 24,5
	Femme	≤ 16	16,1~20,5	20,6~25,0	25,1~30,5	> 30,5
> 30	Homme	≤ 15	15,1~19,5	19,6~24,0	24,1~28,5	> 28,5
	Femme	≤ 20	20,1~25,0	25,1~30,0	30,1~35,5	> 35,0

Teneur en eau du corps en %				
Sexe	Âge	Faible	Normale	Élevée
Homme 	< 40	< 50	50~65	> 65
	40~60	< 48,5	48,5~63,5	> 63,5
	> 60	< 47	47~62	> 62
Femme 	< 40	< 45	45~60	> 60
	40~60	< 43,5	43,5~58,5	> 58,5
	> 60	< 42	42~57	> 57

Il n'existe pas de valeur de référence générale pour la masse musculaire.

Indice de masse corporelle (IMC)

L'IMC indique le rapport entre la taille et le poids et ne constitue qu'une valeur indicative et approximative. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), l'indice optimal se situe entre 18,6 et 25.

Les hommes disposant généralement d'une proportion de masse musculaire supérieure à celle des femmes dans l'ensemble de la masse corporelle, l'âge et le sexe jouent un rôle important lors de l'interprétation de l'IMC.

IMC (kg/m ²)	Poids du corps
< 18,5	Insuffisance pondérale
18,6 - 25	Poids normal
25,1 - 30	surpoids
30,1 et plus	Obésité

Reconnaissance automatique de personnes

La balance est équipée d'une reconnaissance automatique de personnes. Pour que cette dernière fonctionne, vous devez avoir enregistré vos données personnelles, voir « Saisie des données personnelles », et avoir effectué au moins une analyse corporelle.

Dès que vous montez sur la balance, cette dernière s'allume automatiquement et vous indique en quelques secondes le poids mesuré. Si une valeur de pesée similaire (moins de 2 kg de différence) est trouvée dans les données enregistrées dans la balance, l'écran LCD clignote une fois et affiche l'emplacement en mémoire correspondant.

L'analyse corporelle commence peu après.

Cependant, la reconnaissance automatique de personnes ne fonctionne pas lorsqu'il existe une différence de poids de moins de 2 kg entre **deux personnes enregistrées**. Dans ce cas, sélectionnez manuellement votre emplacement en mémoire.

Nettoyage



AVERTISSEMENT Risque de dommages matériels


- Ne plongez jamais la balance dans de l'eau ou tout autre liquide.
- N'utilisez en aucun cas de détergents corrosifs, abrasifs, agressifs ou autres pour nettoyer la balance. Cela pourrait rayer la surface.
- Si nécessaire, essuyez la balance avec un chiffon doux légèrement humide.
- Désinfectez de temps à autre la surface de pesée et les capteurs avec un produit désinfectant adapté (disponible dans les magasins spécialisés et les drogueries).

Problèmes/solutions

Dysfonctionnement	Cause possible
Le produit ne fonctionne pas	<ul style="list-style-type: none">▪ Piles déchargées ou insérées à l'envers ?
La balance affiche clairement des résultats erronés	<ul style="list-style-type: none">▪ La balance se trouve-t-elle sur une surface dure et plane ?▪ Y a-t-il un appareil pouvant générer des perturbations électromagnétiques à proximité de la balance ?▪ Retirez la pile de la balance et attendez un instant. Remettez la pile. Les données jusqu'ici enregistrées sont conservées.
L'écran indique « Err »	<ul style="list-style-type: none">▪ La capacité maximale de la balance de 180 kg a été dépassée.
L'écran affiche l'indication « Lo »	<ul style="list-style-type: none">▪ La pile est usée, voir la section « Mise en marche initiale ».
L'écran indique « ErrL »	<ul style="list-style-type: none">▪ Le pourcentage de graisse est trop faible : en dessous de 4 %, aucune indication ne peut être fournie

Dysfonctionnement	Cause possible
L'écran indique « Errh »	<ul style="list-style-type: none"> Le pourcentage de graisse est trop élevé : Rien ne peut s'afficher au-dessus de 60 %.
L'écran affiche l'indication « C »	<ul style="list-style-type: none"> Des erreurs sont survenues au cours du processus de pesée/mesure : votre position sur la surface de pesée ou celle de la balance est instable pendant le processus.

Caractéristiques techniques

Modèle :	Balance d'analyse corporelle BA 2103-1 (noir), BA 2103-2 (argent)
Pile :	2 piles de type LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
Intensité nominale :	≤ 30 mA
Plage de mesure :	max. 180 kg
Erreur de mesure :	2 % +/- 100 g
Paliers	
Poids :	100 g
Masse corporelle, masse musculaire, masse osseuse et graisse corporelle :	0,1 %
Mémoires :	12
Indication de l'âge :	10-100 ans
Taille :	100-250 cm
Dimensions de la balance :	environ 300 x 310 x 21 mm
Distributeur : (aucune adresse de service)	GREND'S GmbH Stahlwiete 23 22761 Hambourg, Allemagne



SÉPARER LES ÉLÉMENTS DE L'EMBALLAGE ET LES PLACER DANS LE BAC DE TRI.

Nos produits font l'objet de développements et d'améliorations continuels. Pour cette raison, des modifications de design et des modifications techniques peuvent survenir à tout moment.

Déclaration de conformité

Par la présente, Waagen-Schmitt GmbH déclare que la balance d'analyse corporelle BA 2103-x est conforme aux directives 2014/30/UE et 2011/65/UE.

Le texte intégral de la Déclaration de conformité européenne est disponible à l'adresse www.ade-germany.de/doc.

La déclaration perd sa validité dans le cas où le produit subirait une modification dont nous n'aurons pas convenu.

Hambourg, Octobre 2022
GRENDS GmbH



Garantie

La société GRENDS GmbH garantit la prise en charge gratuite, par des réparations ou par un échange, de tout dysfonctionnement résultant d'un défaut matériel ou de fabrication pendant 2 ans à compter de la date d'achat.

Dans le cas où vous souhaitez faire usage de cette garantie, veuillez remettre l'article ainsi que la preuve d'achat (en indiquant les raisons de votre réclamation) à votre revendeur.

Mise au rebut

Élimination de l'emballage



Éliminer l'emballage selon son type. Jetez le papier et le carton avec les papiers de récupération, les plastiques dans les collecteurs de matières recyclables.

Mise au rebut de l'article

Veuillez éliminer l'article selon les prescriptions en vigueur dans votre pays en matière de traitement des déchets.



Les appareils électriques ne doivent pas être éliminés avec les déchets ménagers classiques

À la fin de sa durée de vie, l'article doit être soumis à une élimination contrôlée. Ainsi, les matières utiles contenues dans l'appareil pourront être recyclées, avec un moindre impact sur l'environnement. Déposez l'appareil usagé dans un point de collecte pour les déchets électroniques ou dans un centre de recyclage.

Pour plus d'informations, adressez-vous à votre service de collecte local ou à votre municipalité.



Les piles et batteries ne doivent pas être éliminées avec les déchets ménagers

Toutes les piles et batteries doivent être déposées dans un point de collecte de votre localité ou rapportées à leur point d'achat. Les piles et batteries seront ainsi traitées dans le respect de l'environnement.

Gentile cliente!

La ringraziamo per aver scelto un prodotto di alta qualità della ADE che unisce funzioni intelligenti e un design fuori dal comune.

Questa bilancia di analisi corporea consente di conoscere meglio e misurare da soli il proprio corpo.

La lunga esperienza della ADE garantisce standard tecnici elevati e qualità consolidata.

Le auguriamo buon divertimento nel pesare e scoprire i suoi valori!

Il Suo team ADE

Informazioni generali

Informazioni sulle presenti istruzioni



Queste istruzioni per l'uso descrivono l'utilizzo sicuro e la cura del prodotto. Conservarle per eventuali consultazioni future. In caso di cessione del prodotto a terzi, consegnare anche le presenti istruzioni per l'uso. La mancata osservanza delle istruzioni per l'uso può causare lesioni alle persone o danni al prodotto.

Descrizione dei simboli



Questo simbolo accompagnato dalla parola **PERICOLO** mette in guardia contro il rischio di gravi lesioni.



Questo simbolo accompagnato dalla parola **AVVERTENZA** indica il rischio di lesioni di lieve o media entità.



Questo simbolo accompagnato dalla parola **ATTENZIONE** indica il rischio di danni alle cose.



Questo simbolo indica ulteriori informazioni o indicazioni generali.

Indice dei contenuti

Informazioni generali.....	58
Sicurezza.....	60
Destinazione d'uso.....	61
Descrizione	62
Ambito della fornitura	62
Messa in funzione.....	63
Funzionamento della bilancia con analisi corporea.....	64
Misurazione del peso	64
Inserire i dati personali	65
Analisi corporea	65
Indice di massa corporea (BMI).....	68
Riconoscimento automatico della persona.....	68
Pulizia.....	69
Risoluzione dei problemi.....	69
Dati tecnici	70
Dichiarazione di conformità	70
Garanzia	71
Smaltimento.....	71

Sicurezza

- Il dispositivo può essere utilizzato da bambini con un'età superiore a 8 anni e da persone che hanno capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte, oppure con mancanza di esperienza o di conoscenza, solo sotto la supervisione di una persona responsabile o se hanno ricevuto e compreso le istruzioni e i pericoli che potrebbero manifestarsi durante l'uso del dispositivo.
- I bambini non devono giocare con questo articolo.
- I bambini possono eseguire le operazioni di pulizia e manutenzione solo se di età superiore agli 8 anni e sotto la supervisione di una persona adulta.
- Le batterie possono essere letali. Tenere le batterie fuori dalla portata dei bambini piccoli. Se una batteria viene ingerita o entra nel corpo in qualsiasi altro modo, consultare immediatamente un medico. In caso contrario, si possono verificare gravi ustioni interne entro 2 ore, che possono provocare la morte

PERICOLO per i bambini

- Tenere lontano dalla portata dei bambini il materiale di imballaggio. Rischio di soffocamento in caso di ingestione. Prestare attenzione affinché i bambini non infilino la testa nel sacchetto di plastica.

PERICOLO di incendio, ustioni e/o esplosione

- In caso di sostituzione non corretta delle batterie, potrebbe sussistere un pericolo di esplosione. Sostituire le batterie solo con altre uguali o di tipo equivalente. Osservare quanto indicato nei "Dati tecnici".
- Le batterie non devono essere ricaricate, riattivate con altri mezzi, smontate, buttate nel fuoco o messe in cortocircuito.
- Evitare il contatto con la pelle, gli occhi e le mucose. In caso di contatto con il liquido della batteria, sciacquare immediatamente con abbondante acqua la parte interessata e rivolgersi al più presto a un medico.

AVVERTENZE di pericolo di lesioni

- Non salire su un lato né sul bordo della bilancia. Pericolo di ribaltamento!
- Non salire con i piedi bagnati sulla bilancia o se la superficie della pedana è bagnata. Pericolo di scivolamento!
- La pedana è in vetro. In caso di caduta, le schegge possono costituire un rischio di lesioni.

ATTENZIONE a danni materiali

- Porre la bilancia su una superficie piana e stabile.
- Non sovraccaricare la bilancia. Osservare quanto indicato nei "Dati tecnici". Salire sulla bilancia solo per pesarsi.
- Proteggere la bilancia da forti urti e vibrazioni.

- Estrarre la batteria dal dispositivo se è scarica o se la bilancia non viene utilizzata per un lungo periodo. In tal modo si eviteranno danni causati da eventuali perdite di liquido dalle batterie.
- Durante l'inserimento e la sostituzione delle batterie, prestare attenzione alla corretta polarità (+/-).
- Non sottoporre la batteria a temperature estreme, ad esempio conservandole vicino a termosifoni o alla luce diretta del sole. Serio rischio di fuoriuscita di liquido!
- Se necessario, pulire i contatti del dispositivo e le batterie prima di inserirle.
- Non apportare nessuna modifica al dispositivo. Rivolgersi esclusivamente ad un tecnico specializzato per la riparazione del prodotto. Riparazioni non eseguite correttamente possono essere causa di seri pericoli per l'utente.
- Non posizionare la bilancia in prossimità di dispositivi che emettono radiazioni elettromagnetiche, ad esempio telefoni cellulari, apparecchi trasmettenti, ecc., in quanto possono causare errori di lettura sul display o un funzionamento non corretto.
- La bilancia è dotata di piedini sul lato inferiore. Dal momento che le superfici dei pavimenti possono essere di materiali differenti e trattate con una vasta gamma di prodotti per la pulizia, non è possibile escludere completamente la possibilità che tali materiali o prodotti contengano componenti in grado di danneggiare o ammorbidire i piedini della bilancia. Se necessario, mettere un tappetino antiscivolo sotto la bilancia.

Destinazione d'uso

La presente bilancia è stata progettata per rilevare il peso delle persone ed è destinata all'uso domestico. Non è adatta all'uso in cliniche, ambulatori, ecc. Anche la funzione di analisi corporea è concepita solo per uso privato.

La bilancia non è adatta per l'uso sportivo professionale.

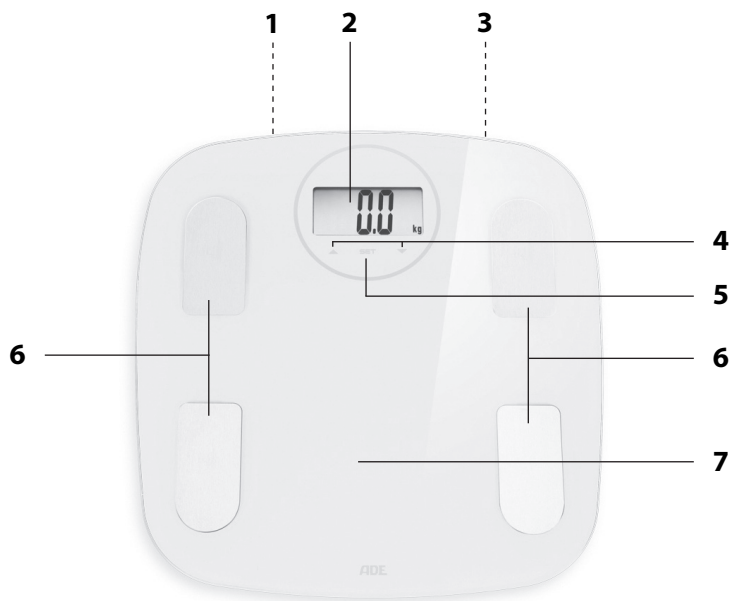
Non superare la portata massima di 180 kg.

Non utilizzare questa bilancia...

- ... in caso di gravidanza,
- ... se siete portatori di pacemaker,
- ... se siete pazienti dializzati,
- ... in caso di edema,
- ... se siete stati sottoposti a un trapianto, siete portatori di arti artificiali, placche metalliche, ecc.

Se avete dei dubbi, rivolgetevi al vostro medico di fiducia.

Descrizione



- 1 Tasto **UNIT** (lato posteriore): Modifica dell'unità di peso
- 2 Display
- 3 Vano batteria (lato posteriore)
- 4 Tasti ▲▼: selezione dello spazio di memoria, diminuzione dei dati, aumento dei dati
- 5 Tasto **SET**: accesso alla modalità di impostazione, memorizzazione dei dati, richiamo dei dati memorizzati
- 6 Sensori
- 7 Piano di pesatura

Ambito della fornitura

- Bilancia pesapersone
- 2 batterie LR03/R03 (AAA), 1,5 V ---
- Istruzioni per l'uso

Simboli sulla bilancia

Auto-on



La bilancia si accende automaticamente, applicando una leggera pressione sulla superficie di pesatura.

CAUTION:
Slippery when wet !



AVVERTENZA: rischio di scivolamento quando la superficie della bilancia è umida.

Messa in funzione

Inserimento e sostituzione delle batterie

Per alimentare il dispositivo sono necessarie 2 batterie di tipo LR03/R03 (AAA) da 1,5 V (in dotazione). Il vano batterie si trova sul retro del dispositivo.

1. Spingere la linguetta di chiusura del coperchio del vano batterie verso quest'ultimo e rimuovere il coperchio.
2. Inserire le batterie come indicato sul fondo del vano batterie. Fare attenzione alla corretta polarità (+/-).
3. Riposizionare il coperchio del vano batteria.
Fino a quando la linguetta scatta in posizione.



Avvertenze sulla corretta sostituzione delle batterie:

- La sostituzione delle batterie è necessaria quando sul display appare "LO" oppure quando non è visibile nessuna indicazione.
- Utilizzare solo il tipo di batterie indicato nella scheda dei "Dati tecnici".
- Sostituire sempre tutte le batterie.
- Provvedere allo smaltimento corretto delle batterie, vedi "Smaltimento".
- Per tarare la bilancia, fare riferimento alla sezione "Posizionamento della bilancia".

Selezione dell'unità di misura

Al momento della consegna, l'unità di misura predefinita è "kg". Tuttavia, le misurazioni possono essere visualizzate anche nelle unità di misura inglesi „lb“ (pound) o „st:lb“ (stone:pound).

- Premere ripetutamente il pulsante UNIT che si trova sul retro della bilancia, accanto al vano batterie. Prestare attenzione alle indicazioni sul display.

Posizionamento della bilancia

1. Porre la bilancia su una superficie piana, stabile e asciutta. Non metterla su un tappeto.
2. Salire al centro della pedana per tarare la bilancia. La taratura termina quando sul display appare "0.0". Eseguire la taratura ogni volta che si sostituiscono le batterie.

Funzionamento della bilancia con analisi corporea

La bilancia con funzione di analisi corporea utilizza l'analisi dell'impedenza bioelettrica (BIA). Una corrente debole, totalmente sicura e non tangibile fluisce attraverso il corpo. La misurazione avviene tramite sensori, che sono posti sulla superficie di pesatura.

- La corrente fluisce in modo relativamente libero attraverso il liquido che si trova nella massa muscolare.
- Con la massa grassa la resistenza è maggiore. Questa resistenza è misurata.

La bilancia utilizza i dati personali (sesso, peso, età e statura) per calcolare le seguenti informazioni sulla composizione corporea:

- Peso
- Grasso corporeo in %
- Massa d'acqua in %
- Massa muscolare in %
- Massa ossea in %
- Metabolismo basale giornaliero in Kcal (fabbisogno energetico)
- Indice di massa corporea (BMI)

La bilancia dispone complessivamente di 12 unità di memoria.

Errore di misurazione

Per i seguenti gruppi di persone possono esserci errori di misurazione o di calcolo nell'analisi del corpo. Persone, che...

... fanno sport per 10 o più ore alla settimana,

... sono atleti professionisti, culturisti o atleti di resistenza,

... hanno più di 70 anni.

... hanno meno di 10 anni.

La "normale funzione di pesatura" (cfr. il prossimo capitolo) dei suddetti gruppi di persone non è pregiudicata.

Misurazione del peso



Per la pesatura normale, senza analisi corporea, non è necessario immettere dati.

1. Applicare con il piede una leggera pressione alla pedana per attivare la bilancia.
Sul display apparirà "0.0" e l'unità di misura impostata, ad es. "kg".
2. Salire sulla bilancia. Restare fermi e non sostenersi né appoggiarsi da nessuna parte.
Dopo qualche istante apparirà il peso rilevato.
La bilancia si spegnerà automaticamente alcuni secondi dopo essere scesi dalla pedana.

Inserire i dati personali



Procedere rapidamente con l'immissione dei dati. Altrimenti la bilancia si spegnerà in breve tempo per risparmiare energia.

1. Salire brevemente sulla superficie di pesata, applicandovi una leggera forza.
Sul display lampeggia un numero di spazio di memoria (1-12).
2. Con il pulsante ▲ o ▼ selezionare lo spazio di memoria desiderato
3. Premere SET.
Selezionare il proprio sesso con il tasto ▲ oppure ▼: ♀ per uomo o ♂ per donna.
4. Premere SET.
Sul display lampeggerà la statura preimpostata (ad 165 cm).
5. Selezionare la propria altezza con il tasto ▲ oppure ▼.
6. Premere SET.
Sul display lampeggiano AGE e il valore preimpostato per l'età (predefinito: 25).
7. Inserire la propria età con il tasto ▲ o ▼.
8. Infine, premere il pulsante SET. L'immissione dei dati richiesti è così completata.
Ora nel display lampeggia di nuovo un numero di posizione di memoria ed è possibile continuare come descritto sopra e inserire i dati di un'altra persona.
Oppure è possibile aspettare qualche secondo finché il display mostra "0.0" e permette di eseguire l'analisi corporea.
Se non vengono eseguite altre operazioni, la bilancia si spegnerà automaticamente dopo alcuni secondi di inattività.



- Se si tiene premuto il tasto ▲ oppure ▼, i valori visualizzati si spostano più velocemente in avanti o indietro.
- I dati immessi possono essere sovrascritti.

Analisi corporea







- L'analisi corporea è possibile solo dopo avere immesso i relativi dati (cfr. capitolo precedente).
- Osservare i capitoli "Consigli per la pesatura" e "Riconoscimento automatico della persona".

1. Salire brevemente sulla superficie di pesata, applicandovi una leggera forza.
2. Utilizzare il tasto ▲ o ▼ per selezionare la posizione di memoria dove sono stati memorizzati i dati corporei personali.
Il numero della posizione di memoria lampeggia alcune volte, poi viene visualizzato "0.0" e l'unità di misura selezionata, ad esempio "kg".
3. Salire sulla bilancia a piedi nudi. Restare fermi e non sostenersi né appoggiarsi da nessuna parte.
 - Assicurarsi che i piedi si trovino sui sensori.
 - Non deve esserci nessun contatto tra piedi, gambe, polpacci e cosce. Altrimenti la misurazione non sarà accurata.

Dopo qualche istante apparirà il peso rilevato. Il display mostra quindi "0" e viene eseguita l'analisi corporea. Continuare a stare fermi.

In seguito sul display verranno mostrati ripetutamente più volte i valori misurati:

Simbolo	Significato
1. kg / lb / lb:st	Il peso nell'unità di misura impostata
2. 	La percentuale di grasso corporeo con indicazione della sua valutazione. i-- (troppo poco grasso corporeo) i- (magro) i (normale) i+ (troppo grasso corporeo) i++ (obeso)
3. 	Massa d'acqua in %
4. 	Massa muscolare in %
5. 	Massa ossea in %
6. KCAL	Metabolismo basale in kcal
7. BMI	Indice di massa corporea

Richiamo dei valori memorizzati

Dopo il completamento dell'analisi corporea, è possibile in ogni momento visualizzare i valori dell'ultima misurazione effettuata.

1. Premere SET e selezionare la posizione di memoria.
La visualizzazione della spazio di memoria smette di lampeggiare dopo alcuni secondi e sul display apparirà "0.0" e l'unità di misura impostata, ad es. "kg".
2. Selezionare la visualizzazione automatica premendo ▲ o ▼ una volta o la visualizzazione manuale dell'ultima misurazione premendo ripetutamente ▲ o ▼.

3. Tenere premuto SET per alcuni secondi per riportare la bilancia in modalità analisi o attendere che i display scorrano per alcune volte e che la bilancia si spenga automaticamente.

Consigli per la pesatura

- Le pesature per l'analisi del corpo possono essere eseguite solo a piedi nudi. I piedi dovrebbero essere solo leggermente inumiditi. Piedi completamente asciutti possono condurre a risultati non corretti, poiché la conduttività elettrica è negativa.
- Durante il processo di misurazione restare fermi.
- Non pesarsi direttamente dopo l'esercizio fisico.
- Non pesarsi immediatamente dopo il risveglio. Attendere circa un quarto d'ora. Durante questo tempo, l'acqua può diffondersi nel corpo.
- Pesarsi possibilmente sempre alla stessa ora al fine di ottenere valori comparabili.

Informazioni sui valori misurati

La massa grassa è la parte grassa in percentuale del peso complessivo del corpo. Non esiste una raccomandazione precisa per questo valore, in quanto esso varia significativamente in base al sesso (a causa della diversa corporatura) e all'età.

Il grasso corporeo è fondamentale per le funzioni quotidiane del nostro corpo. Protegge gli organi, funge da cuscinetto per le articolazioni, regola la temperatura corporea, immagazzina vitamine ed è fonte di energia.

I valori vitali della massa grassa per le donne sono compresi tra 10% - 13%, per gli uomini tra 2% - 5%, ad eccezione degli atleti ad alte prestazioni.

La massa grassa non costituisce un chiaro indicatore dello stato di salute. Il peso eccessivo e l'elevata percentuale di grasso corporeo sono spesso associati all'insorgenza di molte "malattie del benessere", quali diabete, malattie cardiovascolari, ecc.



La mancanza di esercizio fisico e un'alimentazione sbagliata sono spesso all'origine di queste malattie. Esiste un chiaro nesso causale tra l'obesità e la mancanza di esercizio fisico.

Una parte essenziale del corpo umano è composta da acqua. L'acqua corporea è distribuita in modo diverso in tutto il corpo. Il tessuto muscolare magro contiene circa il 75% di acqua, il sangue circa l'83%, il grasso corporeo circa il 25% e le ossa circa il 22%.

- La massa corporea degli uomini è composta per circa il 60% da acqua.
- Nelle donne, invece, questo valore ammonta a circa il 55% (a causa della maggiore percentuale di grasso corporeo).

Circa due terzi della massa d'acqua corporea sono accumulati nelle cellule e pertanto si parla di acqua intracellulare. L'altro terzo è acqua extracellulare.

Grasso corporeo in %						
Età	Genere	molto magro i--	magro i--	normale i	sovrappeso i+	obeso i++
≤ 30	Uomo	≤ 11	11,1~15,5	15,6~20,0	20,1~24,5	> 24,5
	Donna	≤ 16	16,1~20,5	20,6~25,0	25,1~30,5	> 30,5
> 30	Uomo	≤ 15	15,1~19,5	19,6~24,0	24,1~28,5	> 28,5
	Donna	≤ 20	20,1~25,0	25,1~30,0	30,1~35,5	> 35,0

Massa d'acqua in %				
Genere	Età	Basso	Normale	Alto
Uomo 	< 40	< 50	50~65	> 65
	40~60	< 48,5	48,5~63,5	> 63,5
	> 60	< 47	47~62	> 62
Donna 	< 40	< 45	45~60	> 60
	40~60	< 43,5	43,5~58,5	> 58,5
	> 60	< 42	42~57	> 57

Per la massa muscolare non esistono linee guida generali.

Indice di massa corporea (BMI)

Il BMI indica il rapporto tra l'altezza e il peso ed è solamente a titolo indicativo. Secondo l'organizzazione mondiale della sanità (OMS) è ottimale un indice compreso tra 18,6 e 25.

Gli uomini solitamente hanno una percentuale di massa muscolare maggiore rispetto alla massa corporea totale delle donne, l'età e il peso giocano un ruolo importante nella lettura del BMI.

BMI (kg/m ²)	Peso corporeo
< 18,5	Sottopeso
18,6 - 25	Peso normale
25,1 - 30	Sovrappeso
30,1 e al di sopra	Obesità

Riconoscimento automatico della persona

La bilancia è dotata di una funzione di riconoscimento automatico delle persone. Affinché questo funzioni, bisogna aver inserito i propri dati personali, vedi "Inserire i dati personali" e aver eseguito almeno un'analisi corporea.

Non appena si sale sulla bilancia, questa si accende automaticamente e mostra il peso determinato in pochi secondi. Se nei dati memorizzati nella bilancia viene trovato un valore di peso simile (differenza inferiore a 2 kg), il display LCD lampeggia una volta e indica la posizione di memoria corrispondente.

Poco dopo, inizia l'analisi corporea.

Tuttavia, se esiste una differenza di peso inferiore a 2 kg tra **due persone memorizzate**, il rilevamento automatico della persona non funziona. In questo caso, selezionare manualmente la posizione di memoria.

Pulizia



ATTENZIONE a eventuali danni al prodotto


- Non immergere la bilancia in acqua o altri liquidi.
- Non pulire la bilancia con prodotti aggressivi o abrasivi che potrebbero graffiarne la superficie.
- Se necessario, strofinare la bilancia con un panno morbido leggermente inumidito.
- Disinfettare ogni tanto la pedana e i sensori con un disinfettante appropriato (acquistabile nei negozi specializzati o in drogheria).

Risoluzione dei problemi

Problema	Possibile causa
La bilancia non funziona	<ul style="list-style-type: none">▪ Le batterie sono scariche o sono state installate in modo errato?
La bilancia indica valori chiaramente errati	<ul style="list-style-type: none">▪ La bilancia si trova su una superficie stabile e piana?▪ Vicino alla bilancia è presente un dispositivo che può causare interferenze elettromagnetiche?▪ Estrarre la batteria dalla bilancia, attendere qualche istante. Poi inserirla di nuovo. I dati archiviati non andranno persi.
Sul display appare la scritta "Err"	<ul style="list-style-type: none">▪ La capacità massima della bilancia di 180 kg è stata superata.
Sul display appare "Lo"	<ul style="list-style-type: none">▪ La batteria è scarica, vedere la sezione "Sostituzione della batteria".
"ErrL" appare sul display	<ul style="list-style-type: none">▪ La percentuale di grasso % è troppo bassa: Al di sotto del 4% non è possibile visualizzare alcun dato

Problema	Possibile causa
Sul display appare "Errh"	<ul style="list-style-type: none"> La % di grasso è troppo elevata: Valori superiori al 60% non possono essere visualizzati.
Sul display appare "C"	<ul style="list-style-type: none"> La procedura di pesatura o misurazione è risultata errata: la bilancia non poggia in modo stabile oppure la persona non è rimasta ferma sulla pedana durante la pesatura.

Dati tecnici

Modello:	Bilancia con analisi corporea BA 2103-1 (nero), BA 2103-2 (argento)
Batterie:	2 batterie LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
Corrente nominale:	≤30 mA
Portata:	max. 180 kg
Tolleranza:	2% +/- 100g
Incrementi	
Peso:	100 g
Acqua corporea, massa muscolare, massa ossea e grasso corporeo:	0,1 %
Spazi di memoria:	12
Età:	10-100 anni
Statura:	100-250 cm
Dimensioni della bilancia:	ca. 300 x 310 x 21 mm
Distributore: (nessun indirizzo di assistenza)	GRENDS GmbH Stahlthiete 23 22761 Hamburg, Germania

I nostri prodotti sono costantemente sviluppati e perfezionati. Pertanto, modifiche tecniche e nel design sono possibili in qualsiasi momento.

Dichiarazione di conformità

Con la presente, GRENDS GmbH dichiara che la bilancia con analisi corporea BA 2103 -x è conforme alle direttive 2014/30/UE e 2011/65/UE.

Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: www.ade-germany.de/doc

La presente dichiarazione perde ogni sua validità qualora alla bilancia vengano apportate modifiche senza la nostra autorizzazione.

Amburgo, ottobre 2022
GRENDS GmbH



Garanzia

La ditta GRENDS GmbH garantisce la riparazione o la sostituzione gratuita dell'unità per un periodo di 2 anni a partire dalla data di acquisto, nel caso di difetti di materiale o fabbricazione del prodotto.

A tale scopo, consegnare al rivenditore il prodotto e la prova di acquisto (citando i motivi del reclamo).

Smaltimento

Smaltimento dell'imballaggio



Provvedere allo smaltimento dell'imballaggio in base al tipo. Conferire il cartone nella raccolta della carta e la pellicola in quella del materiale riciclabile.

Smaltimento del prodotto

Smaltire il prodotto secondo le norme vigenti nel proprio paese.



Il dispositivo non deve essere smaltito con i normali rifiuti domestici

Al termine della sua vita utile, l'apparecchio deve essere smaltito in modo appropriato. In tal modo si rende possibile il riutilizzo del materiale riciclabile contenuto nell'apparecchio limitando l'impatto sull'ambiente. Smaltire l'apparecchio usato presso un centro di raccolta per rifiuti elettrici o un centro di riciclaggio.

Per ulteriori informazioni rivolgersi alla ditta di smaltimento locale o alla propria amministrazione comunale.



Le batterie e gli accumulatori non devono essere smaltiti con i rifiuti domestici

Le batterie e gli accumulatori devono essere consegnati presso un centro di raccolta comunale o di quartiere, oppure presso il proprio rivenditore, al fine di garantire il loro smaltimento in modo rispettoso dell'ambiente.

Szanowny Kliencie!

Zakupiony wysokiej jakości produkt marki ADE łączy w sobie inteligentne funkcje z wyjątkową stylistyką.

Niniejsza waga z funkcją analizy składu ciała umożliwia samodzielne poznanie i pomiar własnego ciała.

Wieloletnie doświadczenie marki ADE gwarantuje wysoki standard techniczny oraz sprawdzoną jakość.

Życzymy Państwu wiele radości podczas ważenia i odkrywania wskazywanych wartości!

Zespół ADE

Informacje ogólne

O niniejszej instrukcji



Niniejsza instrukcja obsługi zawiera opis bezpiecznej obsługi i pielęgnacji artykułu. Instrukcję obsługi należy przechowywać w celu jej późniejszego wykorzystania. Jeżeli produkt będzie przekazywany innej osobie, należy przekazać również tę instrukcję.

Nieprzestrzeganie instrukcji obsługi może spowodować obrażenia ciała lub uszkodzenie produktu.

Objaśnienie znaków



Ten symbol w połączeniu ze słowem **NIEBEZPIECZEŃSTWO** ostrzega przed poważnymi obrażeniami ciała.



Ten symbol w połączeniu ze słowem **OSTRZEŻENIE** ostrzega przed obrażeniami ciała średniego i lekkiego stopnia.



Ten symbol w połączeniu ze słowem **WSKAZÓWKA** ostrzega przed stratami materialnymi.



Ten symbol oznacza dodatkowe informacje i ogólne wskazówki.

Spis treści

Informacje ogólne	72
Bezpieczeństwo	74
Użycie zgodne z przeznaczeniem	75
W skrócie	76
Zakres dostawy	76
Uruchomienie	77
Sposób działania nowej wagi do analizy ciała	78
Pomiar masy ciała	78
Wprowadzanie danych osobowych	79
Analiza ciała	79
Body-Mass-Index (BMI)	82
Automatyczne rozpoznawanie osób	82
Czyszczenie	83
Usterka/środek zaradczy	83
Dane techniczne	84
Deklaracja zgodności	84
Gwarancja	85
Utylizacja	85

Bezpieczeństwo

- Ten produkt może być używany przez dzieci od 8. roku życia oraz przez osoby z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi, sensorycznymi lub umysłowymi bądź takie, którym brakuje doświadczenia i wiedzy, tylko wtedy, gdy są nadzorowane lub przeszły przeszkolenie z zakresu bezpiecznego użytkowania produktu i rozumieją wynikające z tego niebezpieczeństwa.
- Dzieci nie mogą bawić się produktem.
- Dzieci nie mogą czyścić ani serwisować urządzenia, chyba że mają co najmniej 8 lat i są nadzorowane.
- Baterie mogą stanowić śmiertelne zagrożenie. Dlatego należy trzymać baterie poza zasięgiem małych dzieci. W przypadku połknięcia baterii lub gdy trafi ona do organizmu w inny sposób, należy natychmiast skontaktować się z lekarzem. W przeciwnym razie w ciągu 2 godzin może dojść do ciężkich obrażeń wewnętrznych, które mogą prowadzić do śmierci.

NIEBEZPIECZEŃSTWO dla dzieci

- Materiały opakowaniowe należy przechowywać z dala od dzieci. W przypadku połknięcia istnieje niebezpieczeństwo uduszenia się. Zwracać uwagę na to, aby torby opakowaniowej nie nakładano na głowę.

NIEBEZPIECZEŃSTWO pożaru/obrażeń i/lub wybuchu

- Niebezpieczeństwo wybuchu w przypadku niewłaściwej wymiany baterii. Baterie należy wymieniać tylko na baterie tego samego typu lub o równorzędnych parametrach. Przestrzegać punktu „Dane techniczne”.
- Baterii nie wolno ładować, reaktywować w inny sposób, rozkładać na części, wrzucać w ogień lub powodować ich zwarcia.
- Unikać kontaktu ze skórą, oczami i słuszówką. W przypadku kontaktu z elektrolitem z akumulatora, należy natychmiast przepłukać miejsce kontaktu dużą ilością czystej wody i natychmiast skontaktować się z lekarzem.

OSTRZEŻENIE przed niebezpieczeństwem obrażeń ciała

- Nie stawać z jednej strony na zewnętrzną krawędź wagi. Niebezpieczeństwo przewrócenia!
- Nie stawać mokrymi stopami na wagę i nie wchodzić na nią, jeżeli powierzchnia jest mokra. Niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!
- Powierzchnie ważenia wykonane są ze szkła. W razie upadku istnieje niebezpieczeństwa rozbicia szkła, a powstałe odłamki szkła mogą prowadzić do obrażeń ciała.

OSTROŻNIE — straty materialne

- Ustawiać wagę na stabilnym, równym podłożu.
- Nie przeciążać wagi. Przestrzegać punktu „Dane techniczne”. Na wadze stawać tylko w celu ważenia.
- Chronić wagę przed silnymi uderzeniami i wstrząsami.
- Wyjąć baterię z artykułu po jej zużyciu lub kiedy waga już nie będzie używana. W ten sposób unika się uszkodzeń, jakie mogą powstać na skutek wycieku.
- Podczas wkładania i wymiany baterii należy zwrócić uwagę na prawidłową biegunowość (+/-).
- Nie narażać baterii na oddziaływanie skrajnych warunków poprzez np. umieszczanie jej na grzejnikach lub bezpośrednio w miejscach nasłonecznionych. Podwyższone niebezpieczeństwo wycieku!
- W razie potrzeby przed włożeniem należy wyczyścić styki baterii i urządzenia.
- Nie modyfikować produktu. Naprawy zlecać tylko specjalistom. Nieprawidłowo wykonane naprawy mogą spowodować poważne zagrożenia dla użytkownika.
- Nie ustawiać wagi w pobliżu urządzeń, które mogą emitować promieniowanie elektromagnetyczne, np. telefonów komórkowych, urządzeń radiowych itp. Może to spowodować nieprawidłowe wskazania na wyświetlaczu lub niewłaściwe działanie.
- Na spodzie wagi znajdują się nóżki. Ponieważ powierzchnie podłóg wykonane są z najróżniejszych materiałów i można je czyścić różnymi środkami pielęgnacyjnymi, nie da się całkowicie wykluczyć ryzyka, że niektóre z tych materiałów będą zawierać substancje, które niszczą i rozmiękczają nóżki. W razie potrzeby pod wagę należy położyć podkładkę antypoślizgową.

Użycie zgodne z przeznaczeniem

Waga osobowa służy do ważenia ludzi i przeznaczona jest do prywatnego użytku. Nie jest przeznaczona do stosowania w klinikach, praktykach lekarskich itd. Również funkcja analizy organizmu jest przeznaczona tylko do użytku prywatnego.

Waga nie nadaje się do profesjonalnego zastosowania sportowego.

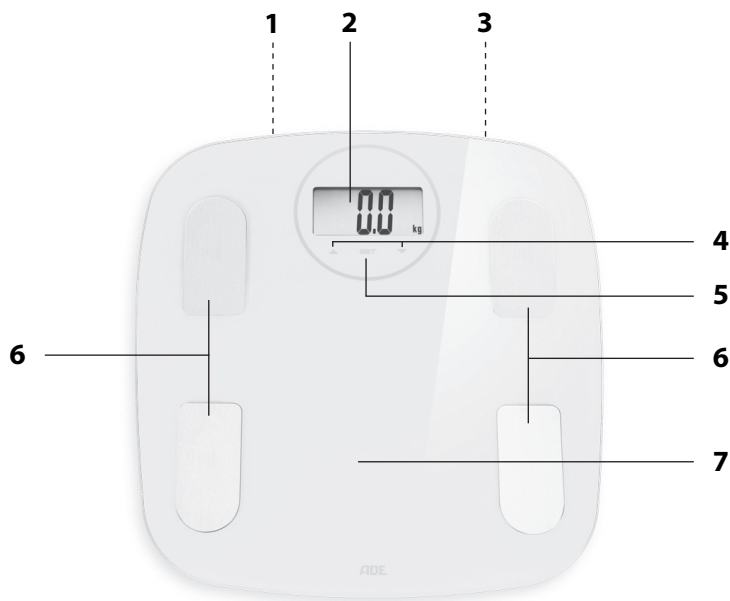
Nie wolno przekraczać maksymalnego obciążenia 180 kg.

Z wagi nie mogą korzystać...

- ... kobiety w ciąży,
- ... osoby z wszczepionym rozrusznikiem serca,
- ... pacjenci dializowani,
- ... osoby cierpiące na obrzęki,
- ... osoby z wszczepionymi implantami, np. z protezami kończyn, płytkami metalowymi itp.

W razie wątpliwości skontaktować się z lekarzem rodzinnym.

W skrócie



- 1 Przycisk **UNIT** (tył): Zmiana jednostki miary
- 2 Wyświetlacz
- 3 Komora baterii (tył)
- 4 Przyciski ▲▼: Wybór miejsca pamięci, zmniejszanie danych, zwiększanie danych
- 5 Przycisk **SET**: Wywoływanie trybu ustawiania, zapisywanie danych, wywoływanie zapisanych danych pomiarowych
- 6 Czujniki
- 7 Powierzchnia ważenia

Zakres dostawy

- Waga osobowa
- 2x bateria LR03/R03 (AAA), 1,5 V ---
- Instrukcja obsługi

Symbole na wadze

Auto-on



Waga włącza się automatycznie po wejściu z niewielką siłą na powierzchnię ważenia.

CAUTION:

Slippery when wet !



OSTRZEŻENIE: Jeżeli powierzchnia ważenia jest wilgotna, istnieje niebezpieczeństwo poślizgnięcia się.

Uruchomienie

Wkładanie/wymiana baterii

Do użytkowania potrzebne są 2 baterie typu LR03/R03 (AAA), 1,5 V (znajdują się w zakresie dostawy). Komora baterii znajduje się na tylnej stronie urządzenia.

1. Przesunąć zatrzask blokujący pokrywy komory baterii w kierunku komory baterii i zdjąć pokrywę.
2. Włożyć baterie tak, jak pokazano na spodzie komory baterii. Zwrócić uwagę na prawidłową biegunowość (+/-).
3. Ponownie założyć pokrywę komory na baterie.
Zacpek zamykający musi zatrzaskać się w słyszalny sposób.



Informacje dotyczące wymiany baterii:

- Wymiana baterii jest konieczna, jeżeli na wyświetlaczu pojawi się komunikat „Lo” lub nie będzie się nic wyświetlać.
- Używać tylko typu baterii podanego w rozdziale „Dane techniczne”.
- Zawsze należy wymieniać wszystkie baterie.
- Utylizować stare baterie w sposób ekologiczny, patrz „Utylizacja”.
- Skalibrować wagę, patrz „Ustawienia wagi”.

Wybór jednostki miary

W momencie dostawy jednostka miary jest standardowo ustawiona na „kg”. Wynik pomiaru można jednak wyświetlić w angielskich jednostkach miary „lb” (funty) lub „st:lb” (kamień:funct).

- Nacisnąć przycisk UNIT obok komory baterii z tyłu wagi. Obserwować wskazania na wyświetlaczu.

Ustawienia wagi

1. Ustawić wagę na równej, stabilnej i suchej powierzchni. Nie ustawiać wagi na dywanie.

2. Jednorazowo wejść na chwilę na wagę, aby przeprowadzić kalibrację. Pojawienie się na wyświetlaczu „0.0” wskazuje na zakończenie kalibracji. Kalibracja musi nastąpić po każdej wymianie baterii.

Sposób działania nowej wagi do analizy ciała

Ta nowa waga do analizy ciała pracuje z wykorzystaniem tzw. technologii BIA (analiza impedancji bioelektrycznej). Polega ona na przepływananiu przez organizm niewyczuwalnego, całkowicie niegroźnego i słabego prądu. Pomiar odbywa się za pomocą czujników zamocowanych na powierzchni ważenia.

- Prąd przepływa względnie bez przeszkód przez płyn znajdujący się w masie mięśniowej.
- W przypadku masy tłuszczowej opór jest większy. Ten opór jest mierzony.

Na podstawie danych osobistych (płeć, masa ciała, wiek i wzrost) waga oblicza następujące informacje o składzie ciała:

- Masa
- Zawartość tkanki tłuszczowej w %
- Zawartość wody w %
- Zawartość masy mięśniowej w %
- Masa kości%
- Codzienna podstawowa przemiana materii w kcal (zapotrzebowanie energetyczne)
- Body-Mass-Index (BMI)

Waga posiada łącznie 12 miejsc zapisu w pamięci.

Błąd pomiarowy

Podczas analizy organizmu błędy pomiaru lub obliczeń mogą wystąpić u poniższych grup osób: Osoby, które....

... uprawiają sport przez 10 godzin lub więcej w tygodniu,

... są atletami zawodowymi, kulturystami lub sportowcami wytrzymałościowymi,

... są starsze niż 70 lat.

... są młodsze niż 10 lat.

Nie dotyczy to „zwykłej funkcji ważenia”, patrz następny rozdział.

Pomiar masy ciała



W przypadku zwykłego ważenia – bez analizy organizmu – nie trzeba wprowadzać danych.

1. Nadepnąć z niewielką siłą krótko 1 raz na powierzchnię ważenia.
Na wyświetlaczu pojawi się „0.0” oraz ustawiona jednostka miary, np. „kg”.
2. Stanąć na wadze. Stać spokojnie i nie przytrzymywać się.
Po chwili pojawi się zmierzona waga.
Kilka sekund po zejściu z powierzchni wagi wyłączy się ona automatycznie.

Wprowadzanie danych osobowych



Należy szybko wprowadzić dane. W przeciwnym razie, w celu zaoszczędzenia energii, waga wyłączy się po krótkim czasie.

1. Wystarczy stanąć z użyciem niewielkiej siły na powierzchnię służącą do ważenia.
Na wyświetlaczu będzie migać numer miejsca w pamięci (1–12).
2. Przyciskiem ▲ lub ▼ wybrać wymagane miejsce w pamięci
3. Nacisnąć SET.
Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wybrać swoją płeć: ♀ dla mężczyzny i ♂ dla kobiety.
4. Nacisnąć SET.
Na wyświetlaczu miga wcześniej ustawiona wartość wzrostu (np. „165” przy cm).
5. Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wprowadzić swój wzrost.
6. Nacisnąć SET.
Na wyświetlaczu miga AGE i ustawiona domyślnie wartość dla wieku (fabrycznie: 25).
7. Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wprowadzić swój wiek.
8. Na zakończenie nacisnąć SET. W ten sposób wprowadzono niezbędne dane.
Na wyświetlaczu miga teraz ponownie numer miejsca w pamięci – można kontynuować, jak opisano powyżej, i wprowadzić dane kolejnej osoby.
Lub odczekać kilka sekund, aż na wyświetlaczu pojawi się „0.0” i waga dokona analizy Twojego ciała.

W razie braku dalszych działań waga wyłączy się automatycznie po kilku sekundach.



- Po naciśnięciu i przytrzymaniu przycisku ▲ lub ▼ wyświetlane dane będą szybciej przesuwane do przodu lub do tyłu.
- Wprowadzane dane można nadpisać nowymi informacjami.

Analiza ciała






- Analiza ciała jest możliwa tylko po wprowadzeniu osobistych danych, patrz poprzedni rozdział.
- Należy zwrócić uwagę na rozdziały „Porady dotyczące ważenia” i „Automatyczne rozpoznawanie osób”.

1. Wystarczy stanąć z użyciem niewielkiej siły na powierzchnię służącą do ważenia.
2. Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wybrać miejsce w pamięci, w którym mają zostać zapisane własne dane dotyczące ciała.
Numer miejsca w pamięci zamiga kilka razy, po czym na wyświetlaczu pojawi się „0.0” i wybrana jednostka miary, np. „kg”.
3. Stać bez obuwia na wadze. Stać spokojnie i nie przytrzymywać się.
 - Upewnić się, że każda stopa znajduje się na czujniku.
 - Stopy, nogi, łydki i uda nie mogą się ze sobą stykać. W przeciwnym razie pomiar nie będzie dokładny.

Po chwili pojawi się zmierzona waga. Następnie na wyświetlaczu pojawi się wskazanie „o” i rozpocznie się analiza ciała. W dalszym ciągu stać spokojnie.

Następnie na wyświetlaczu pojawiają się wielokrotnie zmierzone wartości:

Symbol	Znaczenie
1. kg / lb / lb:st	Masa ciała w ustawionych jednostkach miary
2. ∴	Zawartość tkanki tłuszczowej w % z równoczesnym wskazaniem analizy. i-- (zbyt mało tkanki tłuszczowej) i- (szczyły(-a)) i (w normie) i+ (zbyt dużo tkanki tłuszczowe) i++ (otyły(-a))
3. 	Zawartość wody w %
4. 	Zawartość masy mięśniowej %
5. 	Zawartość masy kostnej w %
6. KCAL	Podstawowa przemiana materii w kcal
7. BMI	Twój wskaźnik masy ciała (BMI)

Wywoływanie zapisanych wartości

Po każdej analizie można w każdej chwili wyświetlić swoje ostatnie pomiary.

1. Nacisnąć SET i wybrać miejsce w pamięci.
Wskaźnik pamięci przestaje migać po kilku sekundach i na wyświetlaczu pojawia się wskaźnik „0.0” oraz ustawiona jednostka miary, np. „kg”.
2. Wybrać wyświetlanie automatyczne, naciskając jednokrotnie ▲ lub ▼, albo poprzez ponowne naciśnięcie ▲ lub ▼ wyświetlanie ręczne ostatniego pomiaru.

3. Nacisnąć i przytrzymać SET przez kilka sekund, aby przełączyć wagę z powrotem w tryb analizy, lub poczekać, aż wskazania przewiną się kilka razy i waga wyłączy się automatycznie.

Porady dotyczące ważenia

- Ważenie związane z analizą organizmu należy wykonywać na bosaka. Stopy powinny być tylko lekko mokre. Całkowicie suche stopy mogą powodować nieprawidłowe wyniki, ponieważ słaba jest przewodność elektryczna.
- Podczas pomiaru należy stać nieruchomo i niczego się nie trzymać.
- Nie należy ważyć się bezpośrednio po nietypowym wysiłku fizycznym.
- Nie ważyć się bezpośrednio po wstaniu. Odczekać około kwadransa. W tym czasie woda może zostać rozproszona w organizmie.
- Próbować wykonywać ważenie zawsze o tej samej porze, aby uzyskać porównywalne wartości.

Wskazówki dotyczące ustalonych parametrów

Zawartość tkanki tłuszczowej to procentowy udział tłuszczu w całkowitej masie ciała. Nie ma jednolitego zalecenia dla tej wartości, ponieważ w znacznym stopniu zależy ona od płci (ze względu na różną budowę) i wieku.

Tkanka tłuszczowa jest ważna dla życia i codziennych funkcji organizmu. Chroni organy, stawy, reguluje temperaturę ciała, gromadzi witaminy i służy jako akumulator energii.

Warunkiem niezbędnym do życia jest udział tkanki tłuszczowej w zakresie 10% do 13% u kobiet i 2% do 5% u mężczyzn – za wyjątkiem sportowców wyczynowych.

Zawartość tkanki tłuszczowej nie jest jednoznacznym wskaźnikiem zdrowia. Nadwaga i za duży udział tkanki tłuszczowej są powiązane z występowaniem wielu chorób cywilizacyjnych, np. cukrzycy, chorób serca i układu krążenia itp.



Brak ruchu oraz nieprawidłowe odżywianie są często przyczyną tych chorób. Istnieje wyraźny związek przyczynowo-skutkowy między nadwagą a brakiem aktywności fizycznej.

Znaczna część ludzkiego organizmu składa się z wody. Woda różnorodnie rozkłada się w całym ciele. Uboga tkanka mięśniowa zawiera około 75% wody, a jej udział w krwi wynosi ok. 83%, w tkance tłuszczowej ok. 25%, a w tkance kostnej około 22%.

- W przypadku mężczyzn udział wody wynosi ok. 60% masy ciała.
- U kobiet wartość ta wynosi około 55% (w zależności od wyższej zawartości tkanki tłuszczowej).

Z tej łącznej ilości wody około dwie trzecie jest magazynowane w komórkach i dlatego nosi ona nazwę wody wewnątrzkomórkowej. Jedna trzecia to płyny zewnątrzkomórkowe.

Tkanka tłuszczowa w %						
wiek	Płeć	chudy(-a) i--	szcuple(-a) i--	w normie i	nadwaga i+	otyłość i++
≤ 30	mężczyzna	≤ 11	11,1~15,5	15,6~20,0	20,1~24,5	> 24,5
	kobieta	≤ 16	16,1~20,5	20,6~25,0	25,1~30,5	> 30,5
> 30	mężczyzna	≤ 15	15,1~19,5	19,6~24,0	24,1~28,5	> 28,5
	kobieta	≤ 20	20,1~25,0	25,1~30,0	30,1~35,5	> 35,0

Zawartość wody w %				
Płeć	wiek	Mało	Normalna	Dużo
mężczyzna 	< 40	< 50	50~65	> 65
	40~60	< 48,5	48,5~63,5	> 63,5
	> 60	< 47	47~62	> 62
kobieta 	< 40	< 45	45~60	> 60
	40~60	< 43,5	43,5~58,5	> 58,5
	> 60	< 42	42~57	> 57

Nie ma ogólnych wartości orientacyjnych dla masy mięśniowej.

Body-Mass-Index (BMI)

Wskaźnik BMI podaje stosunek wysokości do wagi i stanowi jedynie przybliżoną wartość orientacyjną. Zgodnie z wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) optymalnym wskaźnikiem jest zakres od 18,6 do 25.

Ponieważ mężczyźni – w porównaniu z kobietami – mają z reguły większą zawartość masy mięśniowej w całkowitej masie ciała, w interpretacji wskaźnika BMI ważną rolę odgrywiają wiek i płeć.

BMI (kg/m ²)	Masa ciała
< 18,5	Niedowaga
18,6–25	Normalna waga
25,1 - 30	Nadwaga
30,1 i powyżej	Otyłość

Automatyczne rozpoznawanie osób

Waga jest wyposażona w funkcję automatycznego rozpoznawania osób. Aby funkcja ta działała, należy zapisać swoje dane osobowe, patrz „Wprowadzanie danych osobowych”, i przeprowadzić co najmniej jedną analizę ciała.

Po wejściu na wagę włączy się ona automatycznie i w ciągu kilku sekund pokaże zmierzoną wagę. Jeżeli w danych zapisanych w wadze zostanie znaleziona podobna wartość ważenia (różnica mniejsza niż 2 kg), wyświetlacz LCD zamiga jeden raz i pokaże odpowiednie miejsce w pamięci.

Zaraz potem rozpocznie się analiza ciała.

W przypadku różnicy wagowej poniżej 2 kg między **dwoma zapisanymi w pamięci osobami** automatyczne rozpoznawanie osób nie działa. W takim wypadku należy wybrać swoje miejsce w pamięci ręcznie.

Czyszczenie



WSKAZÓWKA dotycząca strat materialnych


- Nie zanurzać wagi w wodzie ani w innych płynach.
- Do czyszczenia wagi nigdy nie używać twardych, zarysowujących lub trących środków czyszczących itp. Może dojść bowiem do zarysowań powierzchni.
- W razie potrzeby przetrzeć wagę lekko zwilżoną miękką ściereczką.
- Sporadycznie należy zdezynfekować powierzchnię ważenia i czujniki za pomocą odpowiedniego środka dezynfekującego (dostępne w handlu specjalistycznym i w drogeriach).

Usterka/środek zaradczy

Usterka	Możliwa przyczyna
Brak działania	<ul style="list-style-type: none">▪ Baterie wyczerpane lub włożone nieprawidłowo?
Waga wskazuje ewidentnie nieprawidłowe wyniki ważenia	<ul style="list-style-type: none">▪ Czy waga jest ustawiona na stabilnym, równym podłożu?▪ Czy w pobliżu wagi znajduje się urządzenie, które może emitować zakłócenia elektromagnetyczne?▪ Wyjąć baterię z wagi i odczekać chwilę. Ponownie włożyć baterię. Zapisane dane pozostają zachowane.
Na wyświetlaczu pojawi się „Err”	<ul style="list-style-type: none">▪ Przekroczono maksymalne obciążenie wagi 180 kg.
Na wyświetlaczu pojawi się „Lo”	<ul style="list-style-type: none">▪ Bateria jest pusta, patrz „Wymiana baterii”.
Na wyświetlaczu pojawia się „ErrL”	<ul style="list-style-type: none">▪ Zawartość tłuszczu w % jest zbyt niska: Nie może zostać wyświetlona wartość poniżej 4%.

Usterka	Możliwa przyczyna
Na wyświetlaczu pojawia się „Errh”	<ul style="list-style-type: none"> Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej % jest zbyt wysoka: Powyżej 60% nie wyświetla się nic.
Na wyświetlaczu ukazuje się komunikat „C”	<ul style="list-style-type: none"> Dokonano błędnego przebiegu ważenia/pomiaru: Waga nie stoi stabilnie albo użytkownik nie stoi nieruchomo na jej powierzchni podczas ważenia.

Dane techniczne

Model:	Waga z funkcją analizy składu ciała BA 2103-1 (czarna), BA 2103-2 (srebrna)
Bateria:	2x bateria LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
Prąd znamionowy:	≤ 30 mA
Zakres pomiarowy:	Maks. 180 kg
Odchyłka:	2% +/- 100g
Podziałka wyświetlania	
Waga:	100 g
Woda w ciele, masa mięśniowa, masa kostna i tkanka tłuszczowa:	0,1%
Miejsca zapisu w pamięci:	12
Wiek:	10-100 lat
Wzrost:	100-250 cm
Wymiary wagi:	ok. 300 x 310 x 21 mm
Dystrybutor: (nie adres serwisu)	GRENDS GmbH Stahltwiete 23 22761 Hamburg, Niemcy

Nasze produkty są stale rozwijane i usprawniane. Z tego powodu zawsze możliwe są zmiany w wyglądzie i zmiany techniczne.

Deklaracja zgodności

GRENDS GmbH oświadcza niniejszym, że waga z funkcją analizy składu ciała BA 2103-x jest zgodna x z dyrektywami 2014/30/UE i 2011/65/UE.

Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny na poniższej stronie internetowej:
www.ade-germany.de/doc

Deklaracja traci swą ważność, jeśli w wadze zostaną wykonane jakikolwiek zmiany, które nie zostały z nami omówione.

Hamburg, październik 2022
GRENDS GmbH



Gwarancja

Firma GRENDS GmbH udziela 2-letniej gwarancji od daty zakupu na bezpłatne usuwanie usterek spowodowanych błędami materiałowymi lub produkcyjnymi poprzez naprawę lub wymianę.

W przypadku korzystania z gwarancji prosimy o zwrócenie sprzedawcy artykułu wraz z dowodem zakupu (podając również powód reklamacji).

Utylizacja

Utylizacja opakowania



Opakowanie należy utylizować zgodnie z jego rodzajem. Tektura i karton powinny trafić do pojemnika na papier, folia do pojemnika na surowce wtórne.

Utylizacja produktu

Produkt należy utylizować zgodnie z przepisami obowiązującymi w danym kraju.



Urządzeń nie wolno wyrzucać razem ze zwykłymi odpadami domowymi

Po zakończeniu okresu użytkowania produkt należy przekazać do odpowiedniej utylizacji. Surowce wtórne znajdujące się w urządzeniu zostaną przekazane do recyklingu, co zmniejszy zanieczyszczenie środowiska. Zużyte urządzenie należy oddać do punktu zbiórki odpadów elektrycznych lub do punktu zbiórki surowców wtórnych.

Więcej informacji można uzyskać od lokalnego zakładu utylizacji lub administracji gminy.



Baterii i akumulatorów nie wolno wyrzucać razem z odpadami domowymi

Wszystkie baterie i akumulatory należy oddawać do punktu zbiórki w gminie, dzielnicy lub sklepie. W ten sposób baterie i akumulatory mogą trafić do ekologicznej utylizacji.

Уважаемый клиент!

Вы решили приобрести высококачественный и фирменный продукт, который сочетает в себе интеллектуальные функции с исключительным дизайном. Эти весы с анализатором тела позволят вам измерить вес и лучше узнать себя и свое тело.

Богатый опыт бренда ADE обеспечивает высокий технический стандарт и проверенное качество.

Ваша команда ADE

Основная информация

Об этом руководстве по эксплуатации



В данном руководстве по эксплуатации описано, как безопасно эксплуатировать и обслуживать устройство. Храните данное руководство по эксплуатации в надежном месте для дальнейшего использования. Если вы передадите этот продукт кому-то другому, передайте также это руководство по эксплуатации.

Несоблюдение данного руководства по эксплуатации может привести к травмам или повреждению изделия.

Объяснение символов



Этот символ предупреждает о серьезных травмах.



Этот символ предупреждает о травмах средней и легкой степени тяжести.



Этот символ предупреждает о материальном ущербе.



Этот символ указывает на дополнительную информацию и общие примечания.

Содержание

Основная информация	86
Безопасность	88
Использование по назначению.....	89
Внешний вид.....	90
Комплектация	90
Начало работы.....	91
Принцип работы весов с анализатором	92
Измерение вашего веса	92
Ввод персональных данных.....	93
Анализ тела	94
Индекс массы тела (BMI)	96
Автоматическое распознавание пользователей	97
Очистка	97
Ошибки/Рекомендации	97
Технические данные	98
Декларация соответствия	98
Гарантия	99
Утилизация	99

Безопасность

- Этот продукт может использоваться детьми в возрасте от 8 лет и старше, а также лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или не имеющими опыта и знаний, если они находятся под наблюдением или были проинструктированы о безопасном использовании продукта и понимают риски, которые могут возникнуть.
- Дети не должны играть с продуктом.
- Очистка и техническое обслуживание не должны выполняться детьми, если им исполнилось 8 лет и они не находятся под присмотром.
- Батарейки могут быть опасны для жизни. Поэтому храните батарейки в недоступном для маленьких детей месте. Если батарейка была проглочена или попала в организм каким-либо другим способом, немедленно обратитесь за медицинской помощью. Невыполнение этого требования в течение 2 часов может привести к серьезным внутренним ожогам, которые могут привести к смерти.

ОПАСНОСТЬ для детей

- Храните упаковочный материал подальше от детей. Существует риск удушья при проглатывании. Также обратите внимание, чтобы дети не натягивали упаковочный материал на голову.

ОПАСНОСТЬ пожара/горения и/или взрыва

- При неправильной замене батареек существует риск взрыва. Замените батарейку, используя только тот же или эквивалентный тип батареек. Обратите внимание на "Технические данные".
- Батарейки не должны перезаряжаться, повторно активироваться другими способами, демонтироваться, бросаться в огонь или подвергаться короткому замыканию.
- Избегайте контакта аккумуляторной жидкости с кожей, глазами и слизистыми оболочками. При ее попадании немедленно промойте пораженные участки большим количеством чистой воды и немедленно обратитесь к врачу.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ о риске получения травмы

- Не наступайте на внешний край какой-либо одной стороны весов. Риск опрокинуться!
- Не ступайте на весы мокрыми ногами или когда их поверхность влажная. Риск поскользнуться!
- Поверхность для взвешивания изготовлена из стекла. Если вы упадете, есть риск разбить стекло и, следовательно, риск получить травму от осколков стекла.

Примечание о материальном ущербе

- Поместите весы на устойчивую ровную поверхность.
- Не перегружайте весы. Обратите внимание на “Технические данные”. Вставляйте на весы исключительно для целей взвешивания.
- Защитите весы от сильных ударов и вибраций.
- Извлеките батарейки из весов, когда они разряжены или когда вы больше не используете весы. Таким образом, вы избежите повреждений, которые могут возникнуть в результате утечки аккумуляторной кислоты.
- При установке и замене батареек обратите внимание на правильную полярность (+/-).
- Не подвергайте батарейки воздействию каких-либо экстремальных условий, например, храните ее на радиаторах или под прямыми солнечными лучами. Повышенный риск утечки!
- При необходимости очистите батарейки и контакты устройства, прежде чем вставлять батарейки.
- Не вносите никаких изменений в продукт. Ремонт разрешается проводить только в специализированной мастерской. Ремонт, выполненный ненадлежащим образом, может значительно угрожать пользователю.
- Не размещайте весы вблизи устройств, которые могут излучать электромагнитное излучение, таких как мобильные телефоны, беспроводные устройства и тому подобное. Это может привести к неправильным показаниям дисплея или неисправностям.

Использование по назначению

Весы предназначены для взвешивания людей в домашних условиях. Они не подходят для использования в клиниках, медицинской практике и т.д.

Аналогично, функция анализа тела предназначена только для частного использования.

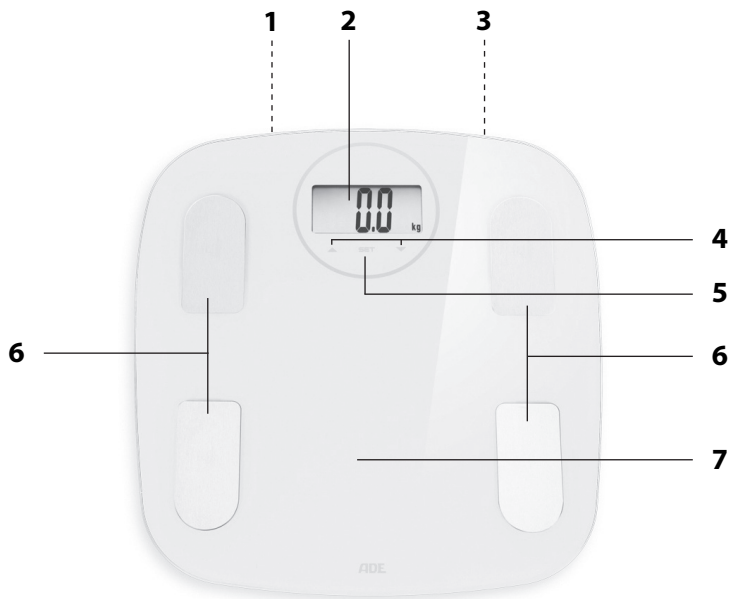
Весы не подходят для использования в профессиональной спортивной сфере. Максимальный вес не должен превышать 180 кг.

Не используйте эти весы, если вы ...

- ... беременны,
- ... имеете кардиостимулятор,
- ... находитесь на диализе,
- ... страдаете от отеков,
- ... имеете имплантаты, например, протезы, металлические пластины и т. д.


Если вы сомневаетесь, обратитесь к своему врачу.

Внешний вид



- 1 **UNIT** кнопка (сзади): Изменение единицы измерения
- 2 Дисплей
- 3 Батарейный отсек (с обратной стороны)
- 4 ▲▼ : кнопки: Выберите ячейку памяти, уменьшите данные, увеличьте данные
- 5 **SET**: кнопка: Вызов режима настройки, сохранение записей, вызов сохраненных данных измерений
- 6 Сенсоры
- 7 Поверхность для взвешивания

Комплектация

- Весы
- 2x LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
- Инструкция

Символы на весах

Auto-on



Весы автоматически включаются, когда вы с небольшим усилием ступаете на весовую поверхность.

CAUTION:

Slippery when wet !



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Если поверхность для взвешивания влажная, существует риск поскользнуться.

Начало работы

Установка/замена батареек

Для использования вам понадобятся 2 батарейки типа LR03/R03 (AAA), 1,5 В (в комплекте). Батарейный отсек расположен на задней панели устройства.

1. Нажмите на фиксирующий язычок крышки батарейного отсека в направлении батарейного отсека и снимите крышку.
2. Вставьте батарейки, как указано в нижней части батарейного отсека. Обратите внимание на правильную полярность (+/-).
3. Установите на место крышку батарейного отсека.



Предложения по замене батареи:

- Замена батареек становится необходимой, когда на дисплее появляется "Lo" или когда вообще ничего не отображается.
- Используйте только тот тип батареи, который указан в разделе "Технические данные".
- Всегда меняйте все батарейки одновременно.
- Утилизируйте старые батарейки экологическим способом (смотрите раздел "Утилизация").
- Откалибруйте весы, смотрите раздел "Настройка весов".

Выбор единицы измерения

При поставке весов единица измерения в стандартной комплектации устанавливается на "кг". Однако результат измерения также может быть отображен в английских единицах измерения "lb" (фунт) или "st:lb" (камень:фунт).

- Несколько раз нажмите кнопку UNIT рядом с батарейным отсеком на задней стороне весов. Обратите внимание на дисплей.

Настройка весов

1. Поместите весы на ровную, твердую и сухую поверхность. Не ставьте весы на ковер.

2. Сначала ненадолго встаньте на середину весовой поверхности, чтобы откалибровать весы. Как только на дисплее появится “0.0”, калибровка будет завершена. Эта калибровка должна выполняться после каждой замены батареи.

Принцип работы весов с анализатором

Ваши новые весы с анализатором тела работают с использованием так называемой BIA-технологии (Биоэлектрический анализ импеданса). Это включает в себя незаметный, совершенно безвредный и слабый ток, протекающий через ваше тело. Измерение производится с помощью датчиков, установленных на поверхности взвешивания.

- Ток протекает относительно беспрепятственно через жидкость, содержащуюся в мышечной массе.
- В жировой массе сопротивление больше. Это сопротивление измеряется.

Вместе с вашими личными данными (пол, вес, возраст и рост) весы рассчитывают следующую информацию о составе вашего тела:

- Вес
- Доля жировых отложений в %
- Вода в теле в %
- Мышечная масса %
- Костная масса %
- Суточная базальная скорость метаболизма в ккал (потребность в энергии)
- Индекс массы тела (BMI)

Весы оснащены в общей сложности 12 ячейками памяти.

Погрешности измерений

Ошибки измерения или расчета могут возникнуть у следующих групп людей во время анализа тела. Люди, которые....

... проводят 10 и более часов в неделю, занимаясь спортом,

... являются профессиональными спортсменами, культуристами или спортсменами на выносливость,

... старше 70 лет,

... младше 10 лет.

Эти соображения не влияют на “обычную функцию взвешивания” (смотрите следующую главу).

Измерение вашего веса



Для нормального взвешивания – без анализа тела – вам не нужно вводить никаких данных.

1. С небольшим усилием сделайте один короткий шаг на поверхность для взвешивания.
На дисплее отобразится "0.0" и установленная единица измерения, например "кг".
2. Встаньте на весы. Стойте спокойно и ни за что не держитесь.
Измеренный вес будет показан вскоре после этого.
Через несколько секунд после того, как вы сойдете с весовой поверхности, весы автоматически выключатся.

Ввод персональных данных



Продолжайте непрерывно вводить данные. В противном случае весы отключатся через короткое время для экономии энергии.

1. Наступите на поверхность для взвешивания один раз с небольшим усилием.
На дисплее появится мигающий номер ячейки памяти (1-12).
2. С помощью кнопки ▲ или ▼ выберите нужную ячейку памяти.
3. Нажмите SET.
Кнопкой ▲ или ▼ выберите свой пол: ♀ мужской или ♀ женский.
4. Нажмите SET.
На дисплее будет мигать заданное значение роста (например, "165" для см).
5. Используйте кнопку ▲ или ▼, чтобы ввести свой рост.
6. Нажмите SET.
На дисплее отображается текущее значение возраста (предустановленное: 25) будет мигать.
7. Используйте кнопку ▲ или ▼, чтобы ввести свой возраст.
8. Наконец, нажмите кнопку SET. Таким образом, вы ввели необходимые данные. На дисплее снова вспыхнет номер ячейки памяти, и вы сможете продолжить, как описано ранее, и ввести данные другого человека. Или подождите несколько секунд, пока на дисплее не появится "0.0", и вы сможете провести анализ своего тела.
Если вы больше ничего не сделаете, весы автоматически выключатся через несколько секунд.



- При нажатии кнопки ▲ или ▼ данные отображаются прямо и обратном направлениях соответственно.
- Введенные данные могут быть перезаписаны только путем внесения новой записи.

Анализ тела



- Анализ тела возможен только в том случае, если ваши данные были введены (смотрите предыдущую главу).
- Смотрите главы “Советы по взвешиванию” и “Автоматическое распознавание пользователей”.

1. Наступите на поверхность для взвешивания один раз с небольшим усилием.
2. Используйте кнопку ▲ или ▼, чтобы выбрать ячейку памяти, в которой хранятся ваши данные.

Номер ячейки памяти мигает несколько раз, затем отображается “0.0” и выбранная единица измерения, например “кг”.

3. Встаньте босиком на весы. Стойте спокойно и ни за что не держитесь.
 - Убедитесь, что обе ноги находятся на датчике.
 - Не должно быть никакого контакта между вашими ступнями, ногами, икрами или бедрами. В противном случае измерение будет неточным.

Измеренный вес будет показан вскоре после этого. Затем на дисплее появляется “о”, и проводится анализ тела. Оставайтесь на месте.

Затем ваши измеренные значения будут неоднократно отображаться на дисплее:

	Символ	Значение
1.	kg / lb / lb:st	Ваш вес тела в установленной единице измерения
2.	•••	Доля жира в вашем теле в % с одновременной оценкой показателя. i-- (слишком мало жира в организме) i- (стройный) i (нормальный) i+ (слишком много жира в организме) i++ (страдающий ожирением)
3.	≡	Вода в теле %
4.		Ваша мышечная масса в %
5.		Ваша костная масса в %
6.	KCAL	Ваш базальный метаболизм в ккал
7.	BMI	Ваш индекс массы тела

Просмотр сохраненных значений

После выполнения анализа вы можете в любое время отобразить значения ваших последних измерений.

1. Нажмите кнопку SET и выберите ячейку памяти.

Индикатор ячейки памяти перестает мигать через несколько секунд, и на дисплее появляется индикатор “0.0”, а также единица измерения, например “кг”.

2. Нажав ▲ или ▼ один раз, выберите автоматическое отображение или, повторно нажав ▲ или ▼, выберите ручное отображение последнего набора измерений.
3. Нажмите и удерживайте кнопку SET в течение нескольких секунд, чтобы переключить весы обратно в режим анализа, или подождите, пока дисплеи не прогонятся несколько раз, а затем весы автоматически выключатся.

Советы по взвешиванию

- Взвешивание для анализа тела можно проводить только босиком. При этом ваши ноги должны быть только слегка увлажнены. Полностью сухие ноги могут привести к ложным результатам, так как электропроводность тогда будет плохой.
- Во время процесса измерения стойте неподвижно и ни за что не держитесь.
- Не взвешивайтесь непосредственно после необычных физических нагрузок.
- Не взвешивайтесь сразу после того, как проснетесь. Подождите примерно пятнадцать минут. За это время вода способна распределиться по вашему телу.
- Всегда старайтесь взвешивать себя в одно и то же время, чтобы получить сопоставимые значения.

Примечания к установленным значениям

Доля жира в организме дает количество жира в процентах от общей массы тела. Общей рекомендации для этого значения не существует, так как это в значительной степени зависит от пола (из-за разного телосложения) и возраста.

Жировые отложения жизненно важны для повседневной работы организма. Он защищает органы, смягчает суставы, регулирует температуру тела, накапливает витамины и служит организму в качестве запаса энергии.

Для женщин доля жира в организме составляет от 10% до 13%, для мужчин — от 2% до 5%, за исключением спортсменов. Доля жира в организме не является однозначным показателем здоровья.

Избыточная масса тела и слишком высокая доля жира в организме связаны с появлением многих заболеваний, связанных с недостатком, таких как диабет, сердечно-сосудистые заболевания и т.д.



Физическая активность и плохое питание часто являются триггерами этих заболеваний. Существует четкая причинно-следственная связь между избыточным весом и физической активностью.

Значительная часть человеческого тела состоит из воды. Эта вода в организме равномерно распределяется по всему телу. Мышечная ткань содержит около 75% воды, кровь около 83% воды, жировые отложения около 25% воды и костей имеют долю воды около 22%.

- У мужчин около 60% массы тела состоит из воды.
- У женщин это значение составляет около 55% (определяется более высокой долей жира в организме).

Приблизительно две трети этой общей воды в организме хранятся в клетках и поэтому называются внутриклеточной водой. Другая треть-внеклеточная вода.

Жировые отложения в %						
Возраст	Пол	худой i--	стройный i--	нормальный i	полный i+	ожирение i++
≤ 30	Мужской	≤ 11	11,1~15,5	15,6~20,0	20,1~24,5	> 24,5
	Женский	≤ 16	16,1~20,5	20,6~25,0	25,1~30,5	> 30,5
> 30	Мужской	≤ 15	15,1~19,5	19,6~24,0	24,1~28,5	> 28,5
	Женский	≤ 20	20,1~25,0	25,1~30,0	30,1~35,5	> 35,0

Вода в теле %				
Пол	Возраст	Мало	Нормальный	Нормальный
Мужской 	< 40	< 50	50~65	> 65
	40~60	< 48,5	48,5~63,5	> 63,5
	> 60	< 47	47~62	> 62
Женский 	< 40	< 45	45~60	> 60
	40~60	< 43,5	43,5~58,5	> 58,5
	> 60	< 42	42~57	> 57

Для мышечной массы не существует универсальных стандартных значений.

Индекс массы тела (BMI)

BMI указывает на отношение роста к весу и является лишь приблизительным стандартным значением. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), оптимальным является показатель от 18,6 до 25.

Поскольку мужчины, как правило, имеют более высокий процент мышечной массы в общей массе тела, чем женщины, возраст и пол играют важную роль в интерпретации BMI.

BMI (kg/m ²)	Масса тела
< 18,5	Недостаточный вес
18,6 - 25	Нормальный вес
25,1 - 30	Избыточный вес
30,1 и выше	Ожирение

Автоматическое распознавание пользователей

Весы оснащены автоматическим распознаванием пользователя. Эта функция может быть включена, если вы сохранили свои персональные данные, как описано в разделе “Ввод персональных данных”, и провели хотя бы один анализ тела.

Как только вы ступаете на весы, они автоматически включаются и показывают вам результат веса в течение нескольких секунд. При обнаружении аналогичного значения веса (разница менее 2 кг) в данных, хранящихся в весах, жидкокристаллический дисплей мигает один раз и показывает соответствующую ячейку памяти. Анализ тела начнется вскоре после этого.

Однако автоматическое распознавание пользователей не будет работать, если разница в весе между двумя сохраненными пользователями составляет менее 2 кг. В этом случае требуется ручной выбор ячейки памяти.

Очистка



ПРИМЕЧАНИЕ о материальном ущербе


- Не погружайте весы в воду или другие жидкости.
- Никогда не используйте для очистки жесткие чистящие или абразивные чистящие средства и тому подобное. В противном случае поверхность может быть поцарапана.
- При необходимости протрите весы слегка влажной мягкой тканью.
- Время от времени дезинфицируйте поверхность взвешивания и датчики с помощью подходящего дезинфицирующего средства (доступно в специализированных розничных магазинах и аптеках).

Ошибки/Рекомендации

Ошибка	Возможная причина
Не включаются	<ul style="list-style-type: none">▪ Батарейки разряжены или вставлены неправильно?
Весы, по-видимому, отображают неправильные результаты взвешивания	<ul style="list-style-type: none">▪ Расположена ли весы на твердой, ровной поверхности?▪ Есть ли устройство, которое может вызывать электромагнитные помехи, расположенное в непосредственной близости от шкалы?▪ Выньте батарейку из весов и подождите немного. Вставьте аккумулятор обратно. Данные, сохраненные до этого момента, будут сохранены.

Ошибка	Возможная причина
“Err” отображается на дисплее	▪ Превышен максимальный вес (180 кг)
“Lo” отображается на дисплее	▪ Батарейка разряжена
“ErrL” отображается на дисплее	▪ Процентное соотношение жира слишком низкое: ниже 4% ничего не может быть отображено
На дисплее высвечивается “Errh”.	▪ Доля жира % слишком высока: выше 60% ничего не может быть отображено.
“C” отображается на дисплее	▪ Процесс взвешивания/измерения был неисправен: весы не стабильны или вы не стоите неподвижно на поверхности взвешивания во время взвешивания.

Технические данные

Модель:	BA 2103-1 (черные), BA 2103-2 (серебристые)
Батарейки:	2x LR03/R03 (AAA), 1,5 V 
Номинальный ток:	≤30mA
Диапазон измерения:	максимально 180 кг
Погрешность:	2% +/- 100g
Шаг показателей	
Вес:	100 г
Вода в организме, мышечная масса, костная масса и жировые отложения:	0,1 %
Ячейки памяти:	12
Значения возраста:	10-100 лет
Рост:	100-250 см
Размеры весов:	300 x 310 x 21 мм
Дистрибьютор:	GREND S GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburg, Germany

Наши продукты постоянно развиваются и совершенствуются. По этой причине конструктивные и технические изменения возможны в любое время.

Декларация соответствия

Компания GREND S GmbH настоящим заявляет, что весы BA 2103-х соответствуют Директивам 2014/30/EU и 2011/65/EU. Полный текст декларации соответствия ЕС доступен по следующему адресу в Интернете: www.adegermany.de/doc Это

заявление утратит свою силу, если в шкалу будут внесены какие-либо изменения без нашего согласия.

Hamburg, Октябрь 2022
GREND S GmbH



Гарантия

Компания GREND S GmbH гарантирует в течение 2 лет с момента покупки бесплатное исправление дефектов путем ремонта или обмена. В случае возникновения претензии по гарантии, пожалуйста, верните продукт с доказательством покупки (чек) вашему дилеру (с указанием причины претензии).

Эксклюзивный дистрибьютор в РФ ООО «Премиум Кофе Солюшнз»
+7 (499)341-19-95.

Официальный сервисный центр ООО «ДС-Сервис» +7 (495) 971-75-32
<https://dsservice.ru/>

Утилизация

Утилизация упаковки



Утилизируйте картон с макулатурой и пленки с материалами, пригодными для вторичной переработки.

Утилизация продукта

Утилизируйте изделие в соответствии с правилами, действующими в вашей стране.



Устройства не должны выбрасываться в обычные бытовые отходы

По истечении срока службы изделие должно быть утилизировано соответствующим образом. Таким образом, ценные материалы, содержащиеся в устройстве, будут переработаны и исключена нагрузка на окружающую среду. Принесите старое устройство в пункт сбора электронных отходов или на склад вторичной переработки. Для получения дополнительной информации обратитесь в местную фирму по удалению отходов или в местный административный орган.



Стандартные и перезаряжаемые батареи не следует выбрасывать вместе с бытовыми отходами

Все аккумуляторы и батарейки должны быть доставлены в местный или районный пункт сбора или в розничный магазин. Таким образом, такие батареи и аккумуляторы могут быть утилизированы экологическим способом.

