

## Körperanalysewaage Tabea/Feline

Body Analyser Scale | Báscula de análisis corporal

Balance d'analyse corporelle | Bilancia con analisi corporea

Waga z analizą organizmu



Deutsch

English

Español

Français

Italiano

Polski

### Bedienungsanleitung

BA 1300 | BA 1301 | BA 1302 | BA 1303 | BA 1304

Operating instructions | Instrucciones de operación | Mode d'emploi

Istruzioni per l'uso | Instrukcja obsługi



# 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
Bestimmungsgemäßer Gebrauch .....	4
Sicherheit.....	4
Auf einen Blick.....	6
Lieferumfang.....	6
Inbetriebnahme .....	7
So funktioniert Ihre neue Körperanalysewaage.....	7
Gewicht messen.....	8
Persönliche Daten eingeben .....	8
Körperanalyse.....	9
Batterie wechseln .....	12
Reinigen .....	12
Störung / Abhilfe .....	13
Technischen Daten.....	14
Konformitätserklärung .....	14
Garantie.....	15
Entsorgen .....	15

# 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.**

## 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. Andernfalls 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

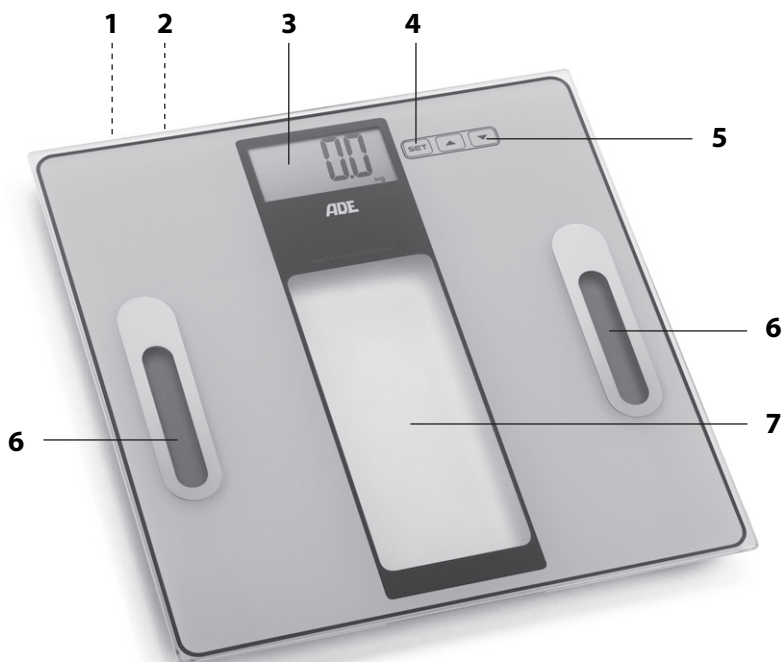
- Steigen Sie nicht einseitig auf den äußersten Rand der Waage. Kippgefahr!
- Steigen Sie nicht mit nassen Füßen auf die Waage und betreten Sie die Waage nicht, wenn deren Oberfläche feucht ist. Rutschgefahr!
- Die Wiegefläche ist aus Glas. Beim Herunterfallen besteht Glasbruchgefahr und dadurch Verletzungsgefahr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

# Auf einen Blick


---



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

## Lieferumfang

---

- Personenwaage
- Batterie Typ CR2032, 3 V  (bereits eingelegt)
- 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

### Iso-Streifen entfernen

Bei Auslieferung ist die Batterie bereits eingelegt und zum Schutz vor vorzeitiger Entladung mit einem Iso-Streifen versehen. Um die Waage in Betrieb zu nehmen, müssen Sie den Iso-Streifen entfernen.

Das Batteriefach befindet sich auf der Geräte-Unterseite.

1. Drücken Sie mit etwas Kraft auf den Pfeil des Batteriefachdeckels und schieben Sie ihn nach oben hin ab.
2. Ziehen Sie den Iso-Streifen heraus.
3. Schieben Sie den Batteriefachdeckel wieder ein.

### 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 **kg lb st** neben dem Batteriefach auf der Waagen-Rückseite. Beachten Sie die Display-Anzeige.

### Waage aufstellen

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

## 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 % und Ihren täglichen
- Grundumsatz in Kcal (Energiebedarf)

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,

... Berufssportler, 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.

- 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

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. Drücken Sie SET.  
Im Display wird eine Speicherplatznummer (1-12) blinkend angezeigt.
3. Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ den gewünschten Speicherplatz aus



4. Drücken Sie SET.  
Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihr Geschlecht aus: ♀ für Mann oder ♂ für Frau.
5. Drücken Sie SET.  
Im Display blinkt der voreingestellte Wert für die Körpergröße (z. B. „165“ bei cm).
6. Geben Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihre Körpergröße ein.
7. Drücken Sie SET.  
Im Display blinkt der voreingestellte Wert für das Alter (Voreinstellung: 25).
8. Geben Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihr Alter ein.
9. 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 das Kapitel „Wiegetipps“.

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. Drücken Sie kurz SET.
3. Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ den Speicherplatz aus, auf dem Sie Ihre persönlichen Körperdaten hinterlegt haben.  
Die Daten werden kurz angezeigt, anschließend „0.0“ und die gewählte Maßeinheit, z. B. „kg“.
4. 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.	Ihr Körpergewicht in der eingestellten Maßeinheit
2.	Ihr Körperfettanteil in % mit gleichzeitiger Bewertungsanzeige:  = zu wenig Körperfett  = schlank  = normal  = zu viel Körperfett  = fettleibig
3.	 Ihr Körperwasser in %
4.	 Ihre Muskelmasse in %
5.	 Ihre Knochenmasse in %
6.	 Ihr Grundumsatz in kcal

## Gespeicherte Werte aufrufen

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

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. 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“.
3. Wählen Sie durch 1x Drücken von ▲ oder ▼ die automatische Anzeige oder durch wiederholtes Drücken von ▲ oder ▼ die manuelle Anzeige der letzten Messung auf.
4. Drücken Sie SET, um die Waage wieder in den Analysemodus zu schalten.

## 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.

Frauen 					
Alter	Körperfett				Körperwasser
	schlank	normal	leichtes Übergewicht	Übergewicht	normal
10-16	< 18 %	18-28 %	29-35 %	> 35 %	57-67 %
17-39	< 20 %	20-32 %	33-38 %	> 38 %	47-57 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	>41 %	42-52 %
56-85	< 24 %	24-36 %	37-42 %	>42 %	37-47 %

## Männer

Alter	Körperfett				Körperwasser
	schlank	normal	leichtes Übergewicht	Übergewicht	normal
10-16	< 10 %	10-18 %	19-23 %	> 23 %	58-72 %
17-39	< 12 %	12-20 %	21-25 %	> 25 %	53-67 %
40-55	< 13 %	13-21 %	22-26 %	>26 %	47-61 %
56-85	< 14 %	14-22 %	23-27 %	>27 %	42-56 %

Für Muskelmasse gibt es keine allgemeinen Richtwerte.

## Batterie wechseln

Ein Batteriewechsel wird notwendig, wenn im Display „Lo“ oder gar nichts mehr angezeigt wird.

Beachten Sie bei einem Batteriewechsel Folgendes:

- Die bis dahin ermittelten und eingegebenen Daten bleiben gespeichert.
- Verwenden Sie nur den Batterietyp, der in den „Technischen Daten“ angegeben ist.
- Beachten Sie die richtige Polarität (+/-) beim Einlegen der Batterie.  
Der Plus-Pol (+) muss nach oben zeigen.
- Entsorgen Sie die alte Batterie umweltgerecht, siehe „Entsorgen“.

## 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"> <li>▪ Batterie leer oder falsch herum eingelegt?</li> </ul>
Die Waage zeigt offensichtlich falsche Wiegeergebnisse	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Steht die Waage auf einem festen, ebenen Untergrund?</li> <li>▪ Befindet sich in der Nähe der Waage ein Gerät, das elektromagnetische Störungen auslösen kann?</li> <li>▪ 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.</li> </ul>
Im Display wird „Err“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Die maximale Kapazität der Waage von 180 kg wurde überschritten.</li> </ul>
Im Display wird „Lo“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Die Batterie ist leer, siehe „Batterie wechseln“.</li> </ul>
Im Display wird „ErrL“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Der Fettanteil % ist zu niedrig: Unter 4% kann nichts angezeigt werden</li> </ul>
Im Display wird „ErrH“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Der Fettanteil % ist zu hoch: Über 60% kann nichts angezeigt werden.</li> </ul>
Im Display wird „C“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Der Wiege- / Messvorgang war fehlerhaft: Die Waage steht nicht stabil oder Sie stehen während des Wiegens nicht still auf der Wiegefläche.</li> </ul>

# Technischen Daten

---

Modell:	Körperanalysewaage BA 1300-1304
Batterie:	1x CR2032 / 3 V 
Bemessungsstrom:	< 3 mA
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. 302 x 302 x 17 mm
Inverkehrbringer: (keine Service-Adresse)	Waagen-Schmitt GmbH Neuer Höltigbaum 15 22143 Hamburg, Germany

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

## Konformitätserklärung

---

Hiermit erklärt die Waagen-Schmitt GmbH, dass die Körperanalysewaage BA 1300-1304 den Richtlinien 2014/53/EU und 2011/65/EU entspricht.

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

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

Hamburg, März 2021  
Waagen-Schmitt GmbH



## Garantie

Die Firma Waagen-Schmitt 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.

### Artikel entsorgen

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



#### **Geräte dürfen nicht im normalen Hausmüll entsorgt werden**

Am Ende seiner Lebensdauer ist der Artikel einer geordneten Entsorgung zuzuführen. Dabei werden im Gerät enthaltene Wertstoffe der Wiederverwertung zugeführt und die Belastung der Umwelt vermieden. Geben Sie das Altgerät an einer Sammelstelle für Elektroschrott oder einem Wertstoffhof ab.

Wenden Sie sich für nähere Auskünfte an Ihr örtliches Entsorgungsunternehmen oder Ihre kommunale Verwaltung.



#### **Batterien und Akkus gehören nicht in den Hausmüll**

Alle Batterien und Akkus müssen bei einer Sammelstelle der Gemeinde, des Stadtteils oder im Handel abgegeben werden. Dadurch können Batterien und Akkus einer umweltschonenden Entsorgung zugeführt werden.

# Dear Customer!

You have chosen to purchase a high-quality product from the brand ADE, 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 many years of experience of the brand ADE 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 manual



This operating manual describes how to safely use and care for your scale. Keep this operating manual in a safe place in case you would like to refer to it later. If you pass these scale on to someone else, pass on this manual as well.

Failure to observe the recommendations in this operating manual can lead to injuries or damage to your scale.

### Explanation of symbols



This symbol, combined with the word DANGER, warns against serious injury.



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



This symbol, combined with the word NOTE, warns against material damage.



This symbol signifies additional information and general advice.



# Table of Contents

---

General Information.....	16
Table of Contents .....	17
Intended Use.....	18
Safety .....	18
Overview .....	20
Scope of delivery .....	20
Start-up .....	21
This is how your body analyser scale work .....	21
Measuring your weight .....	22
Entering personal data.....	23
Body analysis.....	23
Changing the battery .....	26
Cleaning.....	26
Fault/Remedy.....	27
Technical Data .....	28
Declaration of Conformity .....	28
Guarantee .....	29
Disposal .....	29

## 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 scale is not suitable for use in the professional sporting sphere.

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

Do not use the scale if you ...

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

**If in doubt, consult your GP.**

## Safety

---

- This item can be used by children 8 years of age 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 item and understand the dangers that may arise.
- Children must not play with the item.
- 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 children away from packaging material. Risk of choking if swallowed. Also make sure 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 batteries are replaced incorrectly. 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 you come into contact with battery acid, flush the affected site immediately with plenty of clean water and see a doctor promptly.

## **WARNING against risk of injury**

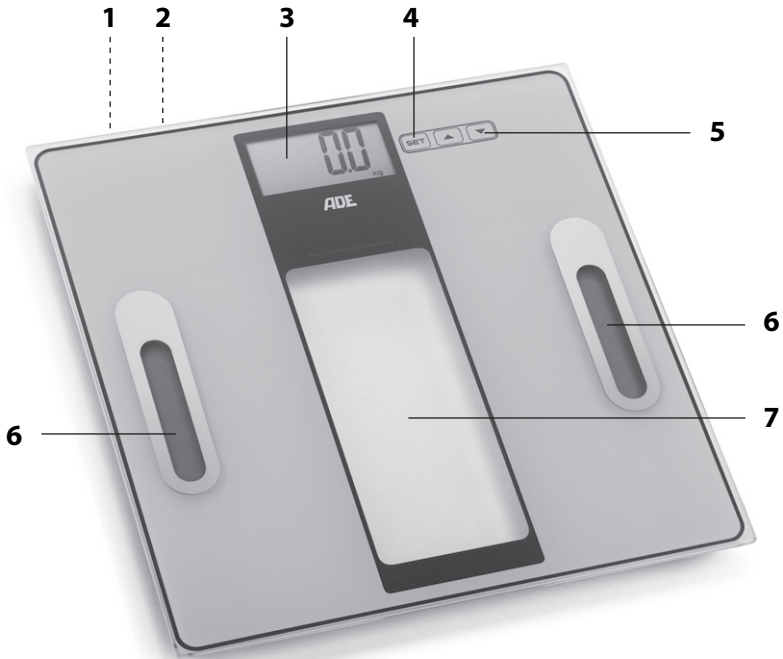
- Do not step onto the outer edge of any one side of the scale. Risk of tipping!
- Do not step onto the scale with wet feet or when its surface is damp. Risk of slipping!
- The weighing surface is made of glass. If you fall down, there is a risk of the glass breaking and thus a risk of injury from glass 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 sharp jolts and vibrations.
- Remove the battery from the scale once it has been used or when you are no longer using the scale. You will thus avoid damage that may result from the leakage of battery acid.
- Pay attention to the correct polarity (+/-) when exchanging the battery.
- Do not subject the battery to any extreme conditions, by – for example – 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 scale. Only allow repairs to be carried out at a specialist workshop. Repairs carried out incorrectly can considerably endanger the user.
- There are feet on the underside of the scale. Since floor surfaces are made from various materials and are treated with diverse care products, the possibility cannot be completely excluded that some of these substances contain constituents that attack and soften the feet of the device. If necessary, place an anti-slip underlay beneath the scale.

# Overview


---



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

## Scope of delivery

---

- Scale
- Battery Type CR2032, 3 V  (already inserted)
- Operating instructions

## Symbols on the scale

Auto-on



The scale 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

### Removing the iso-strips

When the scale is delivered, the battery is already inserted and fitted with iso-strips to prevent it from discharging ahead of time. In order to start up the scale, you must remove the iso-strips.

The battery compartment is located on the underside of the device.

1. With a little force, press on the arrow on the battery compartment cover and push it upwards and off.
2. Pull out the iso-strips.
3. Push the battery compartment cover back into place.

### Choosing the unit of measurement

When the scale is 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 **kg lb st** button next to the battery compartment on the reverse side of the scale repeatedly. Pay attention to the display indicator.

### Positioning the scale

- Place the scale on an even, firm, and dry surface. Do not place the scale on carpet.

## This is how your body analyser scale work

Your new body analyser scale works 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.
- The resistance of fat mass is stronger. This resistance is measured.

Using your personal data (sex, weight, age, and height), the scale calculates the following information about your body composition:

- Weight
- Body fat proportion in %
- Body water in %
- Muscle mass in %
- Bone mass (kg), and your daily
- Basal metabolism in Kcal (energy demand)

The scale has a total of 12 user slots.

## 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, body builders 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 enter any data.

- Position yourself on the scale. Remain standing still and do not hold on to anything.

The measured weight will be displayed shortly afterwards.

A few seconds after you step off the weighing surface, the scale will switch off automatically.

## Entering personal data

1. Briefly step onto the weighing surface once, using a little force.  
"0.0" and the set unit of measurement, e.g. "kg", will be shown on the display.
2. Press SET.  
On the display, a flashing memory user slot (1-12) will be shown.
3. Using the ▲ or the ▼ button, select the desired user slot.
4. Press SET.  
Using the ▲ or the ▼ button, choose your sex: ♀ for male, or ♂ for female.
5. Press SET.  
On the display, the preset value for height (e.g. "165" for cm) will flash.
6. Using the ▲ or the ▼ button, enter your height.
7. Press SET.  
On the display, the preset value for age (preset: 25) will flash.
8. Using the ▲ or the ▼ button, enter your age.
9. Finally, press SET. You have thus entered the required data.  
On the display, a user slot 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 scale will automatically switch off after a few seconds.



- If you hold down the ▲ or the ▼ button, the forward and backward flow of the displayed data will occur more quickly.
- 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 the chapter "Weighing Tips".
1. Briefly step onto the weighing surface once, using a little force.  
"0.0" and the set unit of measurement, e.g. "kg", will be shown on the display.
  2. Briefly press SET.
  3. Using the ▲ or the ▼ button, select the user slot in which you have recorded your personal body data.  
The data is briefly displayed, then "0.0" and the selected unit of measurement, e.g. "kg".

4. Position yourself barefoot on the scale. Remain standing still and do not hold on to anything.
  - In doing so, ensure each foot is placed 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 afterwards. The indicator “o” then runs across the display; the body analysis is being carried out. Remain standing still.

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

Symbol	Meaning
1.	Your body weight in the set unit of measurement
2. 	Your body fat proportion in % with simultaneous evaluation indicator:  = too little body fat  = slender  = normal  = too much body fat  = obese
3. 	Your body water in %
4. 	Your muscle mass in %
5. 	Your bone mass in kg
6. 	Your basal metabolism in kcal

## Calling up stored values

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

1. Briefly step onto the weighing surface once, using a little force.  
“0.0” and the set unit of measurement, e.g. “kg”, will be shown on the display.
2. 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”.
3. By pressing ▲ or ▼ once, select the automatic display or, by repeatedly pressing ▲ or ▼, select the manual display of the last set of measurements.
4. Press SET in order to switch the scale back into analysis mode.

## 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, as the electrical conductivity will be poor then.



- During the measuring process, stand still and do not hold on to 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 universal recommendation for this value does not exist, since it 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 linked with the appearance of many diseases of civilisation 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 is about 55% (determined by a higher proportion of body fat).

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

Women 					
Age	Body fat				Body water
	Slender	Normal	Slightly overweight	Overweight	Normal
10-16	< 18 %	18-28 %	29-35 %	> 35 %	57-67 %
17-39	< 20 %	20-32 %	33-38 %	> 38 %	47-57 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	>41 %	42-52 %
56-85	< 24 %	24-36 %	37-42 %	>42 %	37-47 %

Men 					
Age	Body fat				Body water
	Slender	Normal	Slightly overweight	Overweight	Normal
10-16	< 10 %	10-18 %	19-23 %	> 23 %	58-72 %
17-39	< 12 %	12-20 %	21-25 %	> 25 %	53-67 %
40-55	< 13 %	13-21 %	22-26 %	>26 %	47-61 %
56-85	< 14 %	14-22 %	23-27 %	>27 %	42-56 %

For muscle mass there are no universal standard values.

## Changing the battery

A battery change is necessary when “Lo” or nothing at all is shown on the display.

When changing the battery, bear the following in mind:

- The data that has been ascertained and entered up to that point remains stored on the scale.
- Only use the type of battery that is specified in the “Technical Data”.
- Pay attention to the correct polarity (+/-) when inserting the battery. The plus pole (+) must point upwards.
- Dispose of the old battery in an environmentally responsible way (see “Disposal”).

## Cleaning



### NOTE on material damage


- Do not immerse the scale in water or other liquids.
- Do not under any circumstances use harsh, scraping, or abrasive cleaning agents or the like to clean the scale. If you do, the surface could be scratched.
- Wipe down the scale as needed using a lightly dampened, 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"> <li>▪ Battery empty or inserted the wrong way around?</li> </ul>
The scale appear to be displaying false weighing results	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Is the scale standing on a firm, even surface?</li> <li>▪ Is a device that can cause electromagnetic disturbances located in the vicinity of the scale?</li> <li>▪ Remove the battery from the scale and wait a moment. Reinsert the battery. The data stored up to this point will be retained.</li> </ul>
"Err" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ The maximum capacity of the scale (180 kg) has been exceeded.</li> </ul>
"Lo" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ The battery is empty (see "Changing the battery").</li> </ul>
"ErrL" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ The fat proportion % is too low: Below 4% nothing can be displayed</li> </ul>
"ErrH" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ The fat proportion % is too high: Above 60% nothing can be displayed.</li> </ul>
"C" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ The weighing/measurement process was faulty: The scale are not standing stably or you are not standing still on the weighing surface during weighing.</li> </ul>

## Technical Data

---

Model:	Body Analyser Scale BA 1300-1304
Battery:	1x CR2032/3 V 
Rated current:	< 3 mA
Measuring range:	max. 180 kg
Variance:	2% +/- 100 g
Indicator intervals	
Weight and bone mass:	100 g
Body water, muscle mass, and body fat:	0.1 %
Memory cells:	12
Age input:	10-100 years
Height:	100-250 cm
Dimensions of scale:	approx. 302 x 302 x 17 mm
Distributor: (no service address)	Waagen-Schmitt GmbH Neuer Höltigbaum 15 22143 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

---

Waagen-Schmitt GmbH hereby declares that the body analyser scale BA 1300-1304 complies with EU directives 2014/53/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](http://www.ade-germany.de/doc)

The declaration loses its validity if modifications have been made to the device without our approval.

Hamburg, March 2021  
Waagen-Schmitt GmbH



## Guarantee

---

The company Waagen-Schmitt GmbH guarantees for 2 years from the purchase date, the cost-free rectification of defects on the basis of material or fabrication errors through repair or exchange.

In the event of a guarantee claim, please return the scale with the proof of purchase (stipulating the reason for claim) to your dealer.

## Disposal

---

### Disposing of the packaging



Dispose of the packaging with similar materials. Put cardboard with waste paper, foil with recyclable materials.

### Disposing of the scale

Dispose of the scale 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 scale 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. Hand in the old device at a collection point for electronic waste or at a recycling depot.

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



#### **Recyclable and disposable batteries do not belong in household waste.**

All batteries must be handed in at a collection point in your community, suburb, or at the retailer. Such batteries can thus be disposed of in an environmentally friendly way.

# ¡Estimado cliente!

Ha elegido adquirir un producto de alta calidad de la marca ADE, el cual combina funciones inteligentes con un diseño excepcional. Este conjunto de báscula de análisis corporal le permite medir y conocerse mejor a sí mismo y su cuerpo.

Los muchos años de experiencia de la marca ADE garantizan un alto nivel técnico y calidad contrastada.

¡Le deseamos que disfrute mientras se pesa y descubre sus valores!

El equipo de ADE

## Información general

---

### Acerca de este manual



Este manual de instrucciones describe cómo utilizar y cuidar de sus básculas de forma segura. Guarde este manual de instrucciones en un lugar seguro en caso de que necesite consultarlo más adelante. Si trasfiere las básculas a una tercera parte, envíe también este manual de instrucciones.

El no seguir las recomendaciones de este manual de instrucciones puede provocar lesiones personales o daños en la báscula.

### Explicación de los símbolos



Este símbolo, en combinación con la palabra PELIGRO, advierte contra lesiones graves.



Este símbolo, en combinación con la palabra ADVERTENCIA, advierte contra las lesiones moderadas y leves.



Este símbolo, en combinación con la palabra NOTA, advierte contra daños materiales.



Este símbolo significa más información y asesoramiento general.

# Índice

---

Información general.....	30
Índice .....	31
Uso específico.....	32
Seguridad.....	32
De un vistazo.....	34
Contenido de la entrega.....	34
Inicio.....	35
Así es como funciona la báscula de análisis corporal.....	35
Medición del peso.....	36
Introducción de los datos personales.....	37
Análisis corporal.....	37
Cambio de la batería .....	40
Limpieza .....	41
Error/solución .....	41
Datos técnicos .....	42
Declaración de conformidad.....	42
Garantía .....	43
Eliminación del producto .....	43

## Uso específico

---

La báscula de baño está diseñada para el pesaje de las personas en el hogar. No es adecuada para su uso en clínicas, consultas médicas, etc. Del mismo modo, la función de análisis corporal está diseñada sólo para uso privado. Las escalas no son adecuadas para su uso en el ámbito deportivo profesional. No se debe superar la capacidad de carga máxima de 180 kg.

No utilice estas escalas si ...

- ... está embarazada,
- ... tiene un marcapasos cardíaco,
- ... sufre de diálisis,
- ... sufre de edema,
- ... tienen implantes, por ejemplo, miembros artificiales, placas de metal, etc.

**En caso de duda, consulte a su médico de cabecera.**

## Seguridad

---

- Esta báscula la puede utilizar niños de 8 años de edad y mayores, así como personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o que carecen de experiencia y conocimiento, si son supervisados o han sido instruidos en el uso seguro de las básculas y comprenden los peligros que puedan surgir.
- Los niños no deben jugar con la báscula.
- La limpieza y mantenimiento por parte del usuario no la debe realizar niños, a menos que tengan 8 años de edad o más y se les supervise.
- 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.

### **PELIGRO para niños**

- Mantenga a los niños alejados del material de embalaje. Riesgo de asfixia por ingestión. También tenga cuidado que los niños no tiran del material de embalaje por encima de sus cabezas.



## Riesgo de incendio/quemaduras y/o explosión

- Existe un riesgo de explosión si se sustituyen incorrectamente las baterías. Solamente reemplace la batería por una del mismo tipo o un tipo equivalente. Preste atención a los “Datos técnicos”.
- No se deben recargar ni reactivar las baterías por otros medios, desmantelar, arrojarlas fuego o realizar corto circuitos en ellas.
- Evite el contacto con la piel, los ojos y las fosas nasales. Si entra en contacto con el ácido de la batería, lave la zona afectada inmediatamente con abundante agua limpia y consulte a un médico lo antes posible.

## ADVERTENCIA contra el riesgo de lesiones

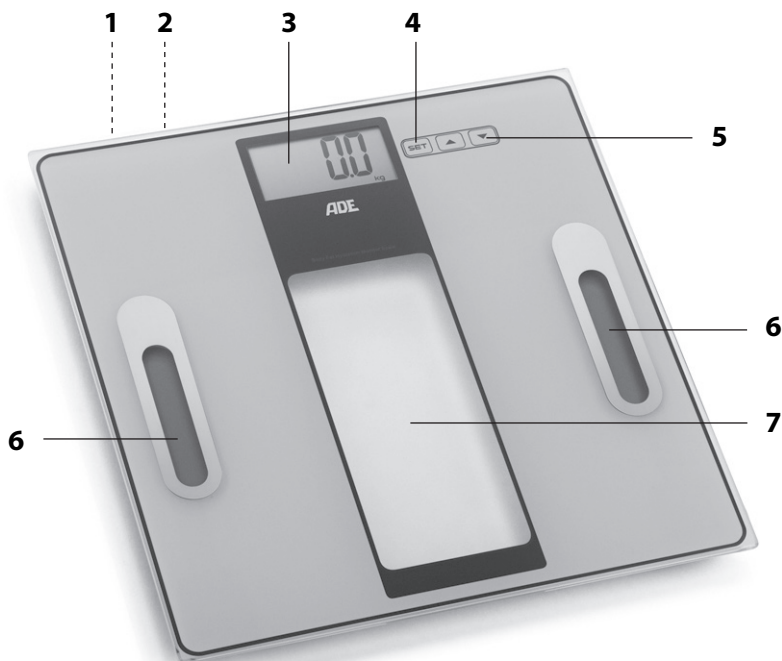
- No se suba sobre el borde exterior de cualquier lado de la báscula. ¡Peligro de vuelco!
- No se suba a la báscula con los pies mojados o cuando su superficie esté húmeda. ¡Riesgo de deslizamiento!
- La superficie de pesaje es de cristal. Si se cae, existe el riesgo de que se rompa el cristal y por lo tanto el peligro de lesiones causadas por los cristales rotos.

## TENGA CUIDADO con los daños materiales

- Coloque la báscula sobre una superficie estable.
- No sobrecargue las balanzas. Preste atención a los “Datos técnicos”. Súbase en la báscula solamente cuando quiera pesarse.
- Proteja las básculas de sacudidas y vibraciones fuertes.
- Retire las baterías de la báscula una vez que se las haya utilizado o cuando ya no vaya a utilizar la báscula. De este modo se evitará el riesgo de una fuga de ácido de la batería.
- Preste atención a la polaridad correcta (+/-) cuando cambie las baterías.
- No exponga la batería a condiciones extremas, por ejemplo, guardada en los radiadores o bajo la luz solar directa. ¡Aumento del riesgo de fuga!
- Limpie los contactos de la batería y del dispositivo, según sea necesario, antes de insertar la batería.
- No realice modificaciones en las básculas. Sólo se deben efectuar reparaciones en un taller especializado. Las reparaciones realizadas incorrectamente pueden poner en peligro al usuario.
- Existen patas en la parte inferior de las escalas. Debido a que las superficies de los suelos están hechas de diferentes materiales y son tratadas con diversos productos para su cuidado, existe la posibilidad de que no se excluyan por completo algunas de estas sustancias que contienen componentes que perjudiquen y suavicen las patas del dispositivo. Si es necesario, coloque una capa inferior antideslizante debajo de las básculas.

## De un vistazo


---



- 1 Compartimiento de la batería (lado posterior)
- 2 Botón **kg lb st** (lado posterior): Cambio de la unidad de medida
- 3 Pantalla
- 4 Botón **SET**: Solicitar modo de configuración, almacenar entradas, solicitar datos de medición almacenados
- 5 Botones **▲▼**: Seleccionar la célula de memoria, reducir los datos, aumentar los datos
- 6 Sensor
- 7 Superficie de pesaje

## Contenido de la entrega

---

- Básculas de baño
- Tipo de batería CR2032, 3 V  (ya insertada)
- Manual de usuario

## Símbolos en las básculas

Auto-on



Las básculas se encienden automáticamente cuando alguien se sube a la superficie de pesaje.

CAUTION:

Slippery when wet !



ADVERTENCIA: Cuando la superficie de pesaje está húmeda, existe riesgo de deslizamiento.

## Inicio

### Extracción de las iso-tiras

Cuando se entrega la báscula, la batería ya está insertada y equipada con iso-tiras para evitar que se descargue antes de tiempo. Para encender la báscula, debe quitar las iso-tiras.

El compartimiento de la batería se encuentra en la parte inferior del dispositivo.

1. Con un poco de fuerza, pulse sobre la flecha en la tapa del compartimento de la batería y empuje hacia arriba y hacia fuera.
2. Retire las iso-tiras.
3. Coloque la tapa del compartimento de la batería en su sitio.

### Selección de la unidad de medida

Cuando se entregan las escalas, la unidad de medida se establece en “kg” de serie. Sin embargo, el resultado de la medición también puede aparecer en unidades de medida inglesas, “lb” (libras) o “st:lb” (cálculo:libra).

- Pulse el botón **kg lb st** que se encuentra junto al compartimento de la batería en la parte posterior varias veces. Preste atención al indicador de pantalla.

### Colocación de las escalas

- Coloque la báscula sobre una superficie seca, plana y firme. No coloque la báscula sobre una alfombra.

## Así es como funciona la báscula de análisis corporal

Su nueva báscula de análisis corporal funciona utilizando la denominada tecnología BIA (análisis de impedancia bioeléctrica). Esto conlleva un flujo de corriente débil, indetectable, totalmente inofensivo a través de su cuerpo débil.

La medición se lleva a cabo a través de sensores que se montan en la superficie de pesaje.

- La corriente fluye relativamente sin obstáculos a través del fluido contenido en la masa muscular.
- En la masa grasa, la resistencia es mayor. Esta resistencia se mide.

Junto con sus datos personales (sexo, peso, edad y altura), la báscula calcula la siguiente información sobre su composición corporal:

- Peso
- Proporción de grasa corporal en %
- Agua corporal en %
- Masa muscular %
- Masa ósea (kg), y su diario
- Metabolismo basal en Kcal (demanda de energía)

Las básculas están equipadas con 12 celdas de memoria en total.

## Errores de medición

Los errores de medición o de cálculo pueden surgir para los siguientes grupos de personas durante el análisis del cuerpo:

Personas ....

... que pasan 10 horas o más por semana practicando deporte,

... son atletas profesionales, culturistas y atletas de resistencia,

... tienen más de 70 años de edad,

... tienen de menos de 10 años de edad.

La función de pesaje "normal" (consulte el capítulo siguiente) no se ve afectada por estas consideraciones.

## Medición del peso

---



Cuando solamente se pese, sin un análisis corporal, no es necesario que introduzca ningún dato.

- Colóquese sobre la báscula. Permanezca inmóvil y no sostenga a nada en las manos.

El peso medido aparecerá poco después.

Unos segundos después de que se baje de la superficie de pesaje, la báscula se apagará automáticamente.

## Introducción de los datos personales

1. Con un poco de fuerza, súbase brevemente sobre la superficie de pesaje.  
"0.0" y la unidad de medición establecida, por ejemplo, "kg", aparecerá en la pantalla.
2. Pulse SET.  
Aparecerá un número intermitente de célula de memoria en la pantalla (1-12).
3. Con el botón ▲ o ▼, seleccione la célula de memoria deseada.
4. Pulse SET.  
Con el botón ▲ o ▼, seleccione el sexo: ♀ para sexo masculino, o ♂ para sexo femenino.
5. Pulse SET.  
El valor preestablecido para la altura (por ejemplo, "165" para el cm) parpadeará en la pantalla.
6. Con el botón ▲ o ▼, introduzca su altura.
7. Pulse SET.  
El valor preestablecido para la edad (preestablecido: 25) parpadeará en la pantalla.
8. Con el botón ▲ o ▼, introduzca su edad.
9. Por último, pulse SET. Por tanto, ha introducido los datos necesarios.  
En la pantalla, un número de células de memoria parpadeará otra vez y se pueden introducir los datos de otra persona del mismo modo que se describe anteriormente.  
O espere unos segundos hasta que aparezca "0.0" en la pantalla y se pueda realizar el análisis corporal.  
Si no hace nada más, la báscula se apagará automáticamente después de unos segundos.



- Si se mantiene pulsado el botón ▲ o ▼ el flujo de datos hacia adelante y hacia atrás se producirá más rápidamente.
- Los datos introducidos sólo se pueden sobrescribir al efectuar una nueva entrada.











## Análisis corporal



- El análisis corporal sólo es posible si se han introducido los datos (consulte el capítulo anterior).
  - Consulte el capítulo "Consejos de pesaje".
1. Con un poco de fuerza, súbase brevemente sobre la superficie de pesaje.  
"0.0" y la unidad de medición establecida, por ejemplo, "kg", aparecerá en la pantalla.
  2. Pulse SET brevemente.
  3. Con el botón ▲ o ▼, seleccione la célula de memoria en la cual se han grabado sus datos corporales personales.  
Los datos aparecen brevemente, a continuación "0.0" y la unidad de medición seleccionada, por ejemplo, "kg".

4. Sitúese descalzo sobre la báscula. Permanezca inmóvil y no sostenga a nada en las manos.
  - De este modo, asegure que cada pie se coloca en un sensor.
  - No debe haber ningún contacto entre los pies, las piernas, las pantorrillas o los muslos. De lo contrario, la medición será imprecisa.

El peso medido aparecerá poco después. El indicador “o” corre entonces a través de la pantalla; el análisis del cuerpo se está llevando a cabo. Continúe firme sobre la báscula. Los valores medidos aparecerán en varias ocasiones en la pantalla:

Símbolo	Significado
1.	Su peso corporal en la unidad de conjunto de medición
2. 	Su porcentaje de grasa corporal en % con indicador de evaluación simultánea:  = muy poca grasa  = esbelto  = normal  = demasiada grasa  = obeso
3. 	El agua de su cuerpo en %
4. 	Su masa muscular en %
5. 	Su masa ósea en kg
6. 	Su metabolismo basal en kcal

## Solicitar valores almacenados

Una vez realizado un análisis, puede ver los valores de sus últimas mediciones en cualquier momento.

1. Con un poco de fuerza, súbase brevemente sobre la superficie de pesaje. “0.0” y la unidad de medición establecida, por ejemplo, “kg”, aparecerá en la pantalla.
2. Pulse SET y seleccione su célula de memoria. El indicador de célula de memoria deja de parpadear después de unos segundos y aparece el indicador “0.0” en la pantalla, así como la unidad de medición, por ejemplo, “kg”.
3. Al pulsar una vez ▲ o ▼, seleccione la pantalla automática o, pulse varias veces ▲ o ▼, seleccione la pantalla manual de la última serie de mediciones.
4. Pulse SET para cambiar la báscula de nuevo a modo de análisis.

## Consejos de pesaje

- El pesaje de análisis corporal sólo debe realizarse descalzo. Al hacerlo, los pies solo deben estar ligeramente humedecidos. Si los pies están completamente secos pueden conducir a resultados falsos, debido a una insuficiente conductividad eléctrica.
- Durante el proceso de medición, permanezca inmóvil y no sostenga nada en las manos.
- No se pese directamente después de un esfuerzo físico que no sea normal.
- No se pese inmediatamente después de subirse a la báscula. Espere aproximadamente quince minutos. Durante este tiempo, el agua puede distribuirse a través de su cuerpo.
- Intente pesarse siempre a la misma hora, con el fin de obtener valores comparables.

## Notas sobre los valores comprobados

La proporción de grasa corporal le ofrece la cantidad de grasa como un porcentaje del peso total del cuerpo. No existe una recomendación generalizada para este valor, ya que esto depende considerablemente del sexo (debido a las diferentes constituciones) y de la edad.

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

En las mujeres, es vital un porcentaje de grasa corporal entre el 10% y el 13%; en los hombres entre el 2% y el 5%, con la excepción de deportistas de competición.


El porcentaje de grasa corporal no es un indicador inequívoco de salud. Un peso corporal excesivo y una muy alta proporción de grasa corporal están vinculados con la aparición de muchas enfermedades de la prosperidad, como la diabetes, enfermedades cardiovasculares, etc.


La inactividad física y la mala alimentación a menudo provocan estas enfermedades. Existe una relación causal clara entre el exceso de peso y la inactividad física.

Una parte considerable del cuerpo humano se compone de agua. Esta agua corporal se distribuye de forma variable a lo largo de todo el cuerpo. El tejido muscular magro contiene aproximadamente un 75% de agua, la sangre alrededor del 83% de agua, la grasa corporal aproximadamente un 25% de agua y los huesos tienen una proporción de agua de aproximadamente el 22%.

- En los hombres aproximadamente el 60% de la masa corporal es agua.
- En las mujeres, ese valor se encuentra alrededor de 55% (determinado por una mayor proporción de grasa corporal).

De esta aproximación total de agua corporal, dos tercios se almacenan en las células y, por lo tanto se denomina agua intracelular. El otro tercio es el agua extracelular.

Mujeres 					
Edad	Grasa Corporal				Agua corporal
	Delgado	Normal	Algo de sobrepeso	Sobrepeso	Normal
10-16	< 18 %	18-28 %	29-35 %	> 35 %	57-67 %
17-39	< 20 %	20-32 %	33-38 %	> 38 %	47-57 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41 %	42-52 %
56-85	< 24 %	24-36 %	37-42 %	> 42 %	37-47 %

Hombres 					
Edad	Grasa Corporal				Agua corporal
	Delgado	Normal	Algo de sobrepeso	Sobrepeso	Normal
10-16	< 10 %	10-18 %	19-23 %	> 23 %	58-72 %
17-39	< 12 %	12-20 %	21-25 %	> 25 %	53-67 %
40-55	< 13 %	13-21 %	22-26 %	> 26 %	47-61 %
56-85	< 14 %	14-22 %	23-27 %	> 27 %	42-56 %

Para la masa muscular no existen valores universales estándar.

## Cambio de la batería

Es necesario cambiar la batería cuando aparece “Lo” o nada en absoluto en la pantalla.

Al cambiar la batería, tener en cuenta lo siguiente:

- Los datos que han sido comprobados e introducidos hasta ese momento permanecen guardados en la báscula.
- Utilice sólo el tipo de batería especificado en los “Datos técnicos”.
- Preste atención a la polaridad correcta (+/-) cuando inserte la batería. El polo positivo (+) debe apuntar hacia arriba.
- Deseche la batería usada de una forma respetuosa con el medio ambiente (consulte “Eliminación”).



# Limpieza



## NOTA sobre los daños materiales

- No sumerja la báscula en agua u otros líquidos.
- No utilice nunca productos de limpieza agresivos, abrasivos, que raspen o similares para limpiar la báscula. Si lo hace, se podría rayar la superficie.
- Limpie la báscula según sea necesario con un paño suave ligeramente humedecido.
- Desinfecte la superficie de pesaje y los sensores de vez en cuando con un agente desinfectante adecuado (disponible en farmacias y tiendas especializadas).

## Error/solución

Error	Causa posible
Sin función	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ¿Batería vacía o insertada al revés?</li></ul>
Aparecen resultados de pesaje falsos en la pantalla de la báscula	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ¿Está la báscula situada sobre una superficie firme y plana?</li><li>▪ ¿Hay algún dispositivo que pueda causar perturbaciones electromagnéticas cerca de la báscula?</li><li>▪ Retire la batería de la báscula y espere un momento. Vuelva a insertar la batería. Se conservarán los datos almacenados hasta este momento.</li></ul>
Aparece "Err" en la pantalla	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Se ha sobrepasado la capacidad máxima de la báscula (180 kg).</li></ul>
Aparece "Lo" en la pantalla	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La batería está vacía (consulte "Cambio de la batería").</li></ul>
Aparece "ErrL" en la pantalla	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La proporción de grasa % es demasiado baja: Por debajo del 4% no aparece nada</li></ul>
Aparece "ErrH" en la pantalla	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La proporción de grasa % es demasiado alta: Por encima del 60% no aparece nada.</li></ul>
Aparece "C" en la pantalla	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Se ha producido un error en el proceso de pesaje/medición: La báscula no está estable o usted no permanece inmóvil en la superficie de pesaje durante el pesaje.</li></ul>

## Datos técnicos

---

Modelo:	Básculas de análisis corporal BA 1300-1304
Batería:	1x CR2032/3 V ===
Corriente nominal:	< 3 mA
Rango de medida:	max. 180 kg
Variación:	2% +/- 100 g
Intervalos del indicador del peso y la masa osea:	100 g
Acqua corporea, massa muscolare e grasso corporeo:	0,1 %
Célula de memoria:	12
Edad de entrada:	10-100 años
Altura:	100-250 cm
Dimensiones de las básculas:	aprox. 302 x 302 x 17 mm
Distribuidor: (no hay dirección de servicio técnico)	Waagen-Schmitt GmbH Neuer Höltigbaum 15 22143 Hamburgo, Alemania

Nuestros productos se desarrollan y mejoran constantemente. Por esta razón, el diseño y las modificaciones técnicas son posibles en cualquier momento.

## Declaración de conformidad

---

Por la presente, Schmitt GmbH declara que la báscula de análisis corporal BA 1300-1304 cumple las directivas 2014/53/UE y 2011/65/UE.

Se encuentra disponible el texto completo de la declaración de conformidad de la UE en la siguiente dirección de Internet: [www.ade-germany.de/doc](http://www.ade-germany.de/doc)

La declaración perderá su validez en caso de se haya realizado una modificación en el aparato sin haber sido previamente aprobada por nuestra parte.

Hamburgo, marzo 2021  
Waagen-Schmitt GmbH



## Garantía

La empresa Waagen-Schmitt GmbH garantiza durante 2 años a partir de la fecha de compra, la rectificación de cualquier defecto sin ningún coste, en base a errores materiales o de fabricación a través de la reparación o cambio.

En el caso de una reclamación de garantía, devuelva las básculas con el comprobante de compra (estipulando el motivo de la reclamación) a su distribuidor.

## Eliminación del producto

### Eliminación del embalaje



Deseche el embalaje con materiales similares. Ponga cartón con papel usado, películas con materiales reciclables.

### Eliminación de la báscula

Deseche la báscula en conformidad con las regulaciones aplicables en su país.



**Los dispositivos no deben desecharse con la basura doméstica normal.**

Al final de su vida útil, se debe eliminar la báscula de una manera apropiada. De esta manera, los materiales valiosos que contiene el dispositivo serán reciclados y se evitará perjudicar el medio ambiente. Lleve el dispositivo antiguo a un punto de recogida de residuos electrónicos o un depósito de reciclaje.

Para obtener más información, póngase en contacto con su empresa de eliminación de residuos local o el organismo administrativo local.



**No se deben arrojar las baterías reciclables y desechables a la basura doméstica.**

Todas las baterías se deben entregar en un punto de recogida en su comunidad, vecindario, o minorista. Estas baterías por lo tanto se pueden desechar de un modo que no perjudique al medio ambiente.

# Chère cliente !

Vous avez choisi d'acheter un produit de haute qualité de la marque l'ADE, qui combine fonctions intelligentes et design exceptionnel.

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

Les nombreuses années d'expérience de la marque ADE garantissent un haut niveau technique et une qualité éprouvée.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir en vous pesant et en prenant connaissance de vos mesures !

Votre équipe ADE

## Informations générales

---

### À propos de ce manuel



Ce mode d'emploi vous explique comment utiliser et entretenir votre balance en toute sécurité. Conservez ce mode d'emploi dans un endroit sûr au cas où vous souhaiteriez le consulter à une date ultérieure. Si vous donnez cette balance à quelqu'un d'autre, remettez-lui également ce manuel.

Le non-respect des recommandations présentées dans ce mode d'emploi peut entraîner des blessures ou endommager votre balance.

### Explication des symboles



Ce symbole, accompagné du mot DANGER, met en garde contre la possibilité de blessures graves.



Ce symbole, accompagné du mot AVERTISSEMENT, met en garde contre la possibilité de blessures modérées ou légères.



Ce symbole, accompagné du mot NOTE, met en garde contre la possibilité de dommages matériels.



Ce symbole indique des informations supplémentaires et des conseils d'ordre général.

# Table des matières

---

Informations générales .....	44
Table des matières .....	45
Utilisation prévue .....	46
Sécurité .....	46
Aperçu .....	48
Contenu de la livraison.....	48
Mise en marche.....	49
Le principe de fonctionnement de votre balance d'analyse corporelle est expliqué ci-après .....	49
Mesurer votre poids .....	50
Saisie des données personnelles .....	51
Analyse corporelle .....	51
Changement de pile.....	54
Nettoyage .....	55
Erreur/Remède .....	55
Spécifications techniques .....	56
Déclaration de conformité.....	56
Garantie .....	57
Mise au rebut .....	57

## Utilisation prévue

---

Le pèse-personne est conçu pour peser les personnes à domicile. Il n'est pas approprié pour une utilisation en clinique, cabinet médical, etc. De même, la fonction d'analyse corporelle est conçue uniquement pour un usage privé. La balance n'est pas adaptée pour une utilisation dans le monde du sport professionnel.

La capacité de charge maximale de 180 kg ne doit pas être dépassée.

Ne vous servez pas de cette balance si vous...

- ... êtes enceinte,
- ... portez un stimulateur cardiaque,
- ... êtes un patient dialysé,
- ... souffrez d'un œdème,
- ... portez des implants, comme des membres artificiels, des plaques métalliques, etc.

**En cas de doute, consultez votre médecin généraliste.**

## Sécurité

---

- Cette balance peut être utilisée par des enfants de 8 ans et plus, ainsi que par des personnes ayant un handicap physique, sensoriel ou mental ou manquant d'expérience et de connaissances, si elles sont supervisées ou ont reçu des instructions concernant l'utilisation en toute sécurité de la balance et comprennent les dangers qui peuvent se présenter.
- Les enfants ne doivent pas jouer avec la balance.
- Le nettoyage et l'entretien de l'utilisateur ne doivent pas être effectués par les enfants, sauf si ceux-ci sont âgés de 8 ans ou plus et supervisés.
- Les piles/batteries 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

- Gardez les enfants à distance du matériau d'emballage. Il présente un risque d'étouffement en cas d'ingestion. Faites attention également à ce que les enfants ne se recouvrent pas la tête avec le matériau d'emballage.

## Risque d'incendie, de brûlure et/ou d'explosion

- Un risque d'explosion existe quand les piles sont remplacées de manière incorrecte. Remplacez la pile uniquement avec le même modèle ou un de type équivalent. Prêtez attention aux « données techniques ».
- Les piles ne doivent pas être rechargées, réactivées par d'autres moyens, démantelées, jetées dans le feu, ou court-circuitées.
- Évitez le contact avec la peau, les yeux et les muqueuses. Si vous entrez en contact avec de l'acide de pile, rincez immédiatement et abondamment l'endroit affecté avec de l'eau propre et consultez un médecin sans tarder.

## AVERTISSEMENT contre les risques de blessures

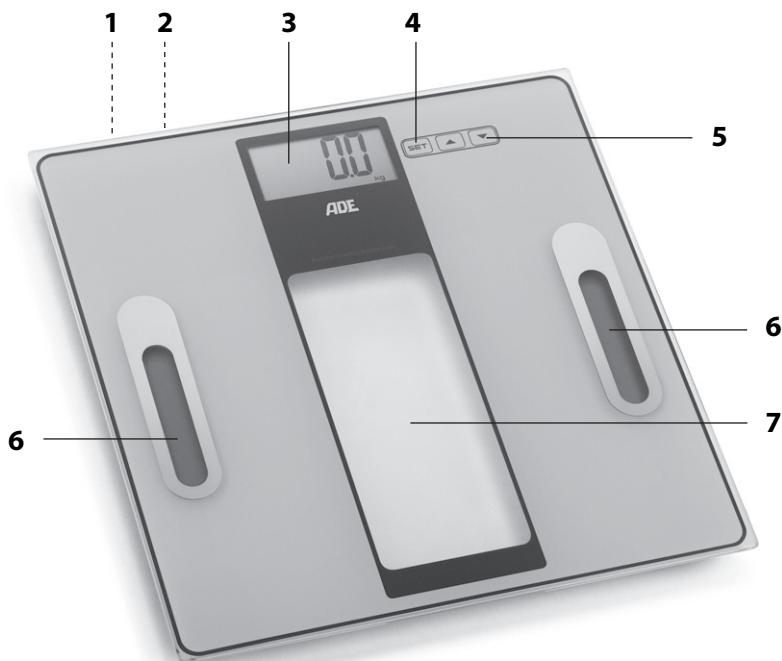
- Ne montez pas sur le rebord d'un côté quelconque de la balance. Risque de basculement !
- Ne montez pas sur la balance avec les pieds mouillés ou lorsque sa surface est humide. Risque de chute !
- La surface de pesée est en verre. Si vous tombez, il existe un risque que le verre se casse et donc un risque que vous vous blessiez avec les éclats de verre.

## PRENEZ GARDE à ne pas endommager le matériel

- Placez la balance sur une surface plane et solide.
- Ne surchargez pas la balance. Prêtez attention aux « données techniques ». Montez sur la balance exclusivement à des fins de pesée.
- Protégez la balance des vibrations et secousses brusques.
- Retirez la pile de la balance une fois que vous vous en êtes servie ou lorsque vous ne vous en servez plus. Vous éviterez ainsi les dommages qui pourraient résulter d'une fuite d'acide de pile.
- Faites attention à la polarité (+/-) lorsque vous changez pile.
- Ne soumettez pas la pile à des conditions extrêmes, par exemple, en la rangeant sur un radiateur ou en la mettant en plein soleil. Augmentation du risque de fuite !
- Nettoyez les contacts de la pile et de l'appareil, selon le nécessaire, avant d'insérer la pile.
- N'apportez aucune modification à la balance. N'autorisez que les ateliers spécialisés à effectuer les réparations. Les réparations effectuées de manière incorrecte peuvent mettre l'utilisateur en danger considérable.
- Il y a des pieds placés sur la face inférieure de la balance. Puisque les revêtements de sol sont fabriqués avec des matériaux variés et sont traités avec divers produits de nettoyage, la possibilité que certaines de ces substances contiennent des constituants capables d'attaquer et de ramollir les pieds de l'appareil ne peut être totalement exclue. Si nécessaire, placez une sous-couche antidérapante sous la balance.

# Aperçu


---



- 1 Compartiment à pile (face arrière)
- 2 Touche **kg lb st** (face arrière) : changement de l'unité de mesure
- 3 Écran
- 4 Touche **SET** : rappelle le mode de réglage, enregistre les saisies, rappelle les données de mesure enregistrées
- 5 Touches **▲▼** : sélectionnent la cellule de mémoire, réduisent les données, augmentent les données
- 6 Capteur
- 7 Surface de pesée

## Contenu de la livraison

---

- Pèse-personne
- Type de pile CR2032, 3 V  (déjà insérée)
- Mode d'emploi



## Symboles sur la balance

Auto-on



La balance s'allume automatiquement lorsque vous montez sur la surface de pesée avec un peu de force.

CAUTION:

Slippery when wet !



ATTENTION : Lorsque la surface de pesée est humide, le risque de chute existe.

## Mise en marche

### Retrait des bandes d'isolation

Lorsque la balance est livrée, la pile est déjà insérée et est équipée de bandes d'isolation pour l'empêcher de se décharger en avance. Pour être en mesure d'allumer la balance, vous devez enlever les bandes d'isolation.

Le compartiment à pile se trouve sur la face inférieure de l'appareil.

1. En exerçant un peu de force, appuyez sur la flèche placée sur le couvercle du compartiment à pile et poussez vers le haut pour enlever ce dernier.
2. Retirez les bandes d'isolation.
3. Enfoncez le couvercle du compartiment à pile pour le remettre en place.

### Sélection de l'unité de mesure

Lorsque la balance est livrée, l'unité de mesure est réglée sur « kg » par défaut. Toutefois, le résultat de la mesure peut également être affiché dans les unités de mesure anglaises : « lb » (livre) ou « st:lb » (stone:livre).

- Appuyez à plusieurs reprises sur la touche **kg lb st** située à côté du compartiment à pile à l'arrière de la balance. Prêtez attention au voyant de l'écran.

### Positionnement de la balance

- Placez la balance sur une surface plane et sèche. Ne placez pas la balance sur un tapis.

## Le principe de fonctionnement de votre balance d'analyse corporelle est expliqué ci-après

Votre nouvelle balance d'analyse corporelle fonctionne en utilisant ce qu'on appelle la technologie BIA-(analyse d'impédance bioélectrique). Cela implique qu'un courant faible, indétectable, complètement inoffensif passe dans votre corps.

La mesure se fait par l'intermédiaire de capteurs montés sur la surface de pesée.

- Le courant circule relativement librement à travers le fluide contenu dans la masse musculaire.
- Dans la masse adipeuse, la résistance est plus grande. Cette résistance est mesurée.

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

- Le poids
- La proportion de la graisse corporelle en %
- L'eau corporelle en %
- La masse musculaire en %
- La masse osseuse (kg), et votre métabolisme basal quotidien en kcal (demande d'énergie)

La balance est équipée avec un total de 12 cellules de mémoire.

## Erreurs de mesure

Les erreurs de mesure ou de calcul, au cours de l'analyse corporelle, peuvent se poser pour les groupes de personnes suivants :

Les personnes ....

... qui font 10 heures ou plus par semaine à pratiquer un sport,

... sont des athlètes professionnels, des culturistes et des sportifs d'endurance,

... ont plus de 70 ans,

... ont moins de 10 ans.

La fonction de pesée « normale » (voir le chapitre suivant) n'est pas concernée par ces considérations.

## Mesurer votre poids

---



Pour la pesée normale, sans analyse corporelle, vous n'avez pas à saisir de données.

- Placez-vous sur la balance. Restez immobile et ne vous retenez pas à rien.

Le poids mesuré sera affiché peu de temps après.

Quelques secondes après que vous soyez descendu(e) de la surface de pesée, la balance s'éteint automatiquement.

## Saisie des données personnelles

1. En exerçant un peu de force, montez une fois brièvement sur la surface de pesée. « 0.0 » et l'unité de mesure réglée, par exemple « kg », s'affiche à l'écran.
2. Appuyez sur SET.  
Un numéro de cellule de mémoire (1 à 12) s'affiche à l'écran.
3. En utilisant la touche ▲ ou ▼, sélectionnez la cellule de mémoire souhaitée.
4. Appuyez sur SET.  
En utilisant la touche ▲ ou ▼, sélectionnez votre sexe : ♀ pour masculin ou ♂ pour féminin.
5. Appuyez sur SET.  
La valeur prédéfinie pour la taille (par exemple « 165 » en cm) clignote sur l'écran.
6. En utilisant la touche ▲ ou ▼, saisissez votre taille.
7. Appuyez sur SET.  
La valeur prédéfinie pour l'âge (préréglage : 25) clignote à l'écran.
8. En utilisant la touche ▲ ou ▼, saisissez votre âge.
9. Appuyez sur SET pour terminer. Vous avez désormais saisi les données requises.  
Un numéro de cellule de mémoire clignote à nouveau sur l'écran et vous pouvez continuer, comme décrit précédemment, pour saisir les données d'une autre personne.  
Ou attendez quelques secondes jusqu'à ce que « 0.0 » s'affiche sur l'écran avant de pouvoir procéder à votre analyse corporelle.  
Si vous ne faites rien d'autre, la balance s'éteint automatiquement au bout de quelques secondes.



- Si vous maintenez enfoncée la touche ▲ ou ▼, le défilement vers l'avant ou vers l'arrière des données affichées se produira plus rapidement.
- Les données saisies ne peuvent être remplacées qu'en mettant une nouvelle entrée.

## Analyse corporelle













- L'analyse corporelle n'est possible que si vos données ont été saisies (voir le chapitre précédent).
  - Voir le chapitre « Conseils relatifs à la pesée ».
1. En exerçant un peu de force, montez une fois brièvement sur la surface de pesée. « 0.0 » et l'unité de mesure réglée, par exemple « kg », s'affiche à l'écran.
  2. Appuyez brièvement sur SET.
  3. En vous servant de la touche ▲ ou ▼, sélectionnez la cellule de mémoire dans laquelle vous avez enregistré vos données corporelles personnelles.  
Les données sont brièvement affichées puis « 0.0 » et l'unité de mesure sélectionnée, par exemple, « kg ».

4. Placez-vous pieds nus sur la balance. Restez immobile et ne vous retenez pas à rien.
  - Ce faisant, faites en sorte que chaque pied soit placé sur un capteur.
  - Il ne doit y avoir aucun contact entre vos pieds, vos jambes, vos mollets, ou vos cuisses. Sinon, la mesure sera imprécise.

Le poids mesuré sera affiché peu de temps après. L'indicateur « o » traverse alors l'écran pour signifier que l'analyse corporelle est en cours. Restez debout immobile.

Les valeurs mesurées vous seront ensuite présentées à plusieurs reprises sur l'écran :

Symbole	Signification
1.	Votre poids corporel dans l'unité de mesure réglée
2. 	La proportion de votre graisse corporelle en % simultanément avec un indicateur d'évaluation : <ul style="list-style-type: none"> <li> = trop peu de graisse corporelle</li> <li> = mince</li> <li> = normal</li> <li> = trop de graisse corporelle</li> <li> = obèse</li> </ul>
3. 	La proportion de liquide corporel en %
4. 	Votre masse musculaire en %
5. 	Votre masse osseuse en kg
6. 	Votre métabolisme basal en kcal

## Rappel des valeurs enregistrées

Après qu'une analyse a été effectuée, vous pouvez afficher à tout moment les valeurs de vos dernières mesures.

1. En exerçant un peu de force, montez une fois brièvement sur la surface de pesée. « 0.0 » et l'unité de mesure réglée, par exemple « kg », s'affiche à l'écran.
2. Appuyez sur SET et sélectionnez votre cellule de mémoire. L'indicateur de cellule de mémoire cesse de clignoter après quelques secondes et l'indicateur « 0.0 » apparaît sur l'écran, ainsi que l'unité de mesure, par exemple, « kg ».
3. En appuyant une fois sur ▲ ou ▼, sélectionnez l'affichage automatique ou, en appuyant à plusieurs reprises sur ▲ ou ▼, sélectionnez l'affichage manuel de la dernière série de mesures.
4. Appuyez sur SET afin de remettre la balance en mode d'analyse.

## Conseils relatifs à la pesée

- La pesée pour l'analyse corporelle ne peut être effectuée que pieds nus. Par conséquent, vos pieds ne devraient être que légèrement humides. Des pieds complètement secs peuvent donner lieu à des résultats faussés, puisque la conductivité électrique sera alors médiocre.
- Pendant le processus de mesure, restez immobile et ne vous retenez à rien.

- Ne vous pesez pas tout de suite après un effort physique inhabituel.
- Ne vous pesez pas immédiatement après vous être mis debout. Attendez environ quinze minutes. Pendant ce temps, l'eau est en mesure de se distribuer dans tout votre corps.
- Essayez toujours de vous peser à la même heure, afin d'obtenir des valeurs comparables.

## Remarques sur les valeurs déterminées

La proportion de graisse corporelle donne la quantité de matières grasses en tant que pourcentage du poids total du corps. Il n'existe pas de recommandation générale pour cette valeur, car cela dépend de manière significative du sexe (en raison des différentes morphologies) et l'âge.

La graisse corporelle est essentielle au fonctionnement quotidien du corps. Il protège les organes, les coussins d'articulations, régule la température du corps, emmagasine les vitamines et sert d'accumulateur d'énergie au corps.

Pour les femmes, une proportion de graisse corporelle entre 10 % et 13 % est indispensable ; pour les hommes entre 2 % et 5 %, à l'exception des sportifs de compétition.

La proportion de graisse du corps n'est pas un indicateur de la santé sans ambiguïté. Un surplus de poids et une proportion trop élevée de graisse corporelle sont liés à l'apparition de nombreuses maladies de la richesse, comme le diabète, les maladies cardio-vasculaires, etc.

L'inactivité physique et la mauvaise alimentation sont souvent les déclencheurs de ces maladies. Il existe un lien de causalité évident entre l'excès de poids et l'inactivité physique.

Une grande partie du corps humain est constituée d'eau. Cette eau du corps est distribuée de façon variable dans tout le corps. Le tissu musculaire contient environ 75 % d'eau, le sang autour de 83 % d'eau, la graisse corporelle env. 25 % d'eau et les os ont quant à eux une proportion d'eau d'environ 22 %.

- Chez les hommes env. 60 % de la masse corporelle est constituée d'eau.
- Chez les femmes, elle se situe autour de 55 % (cela est dû à la plus grande proportion de graisse corporelle).

De cette quantité totale d'eau dans le corps, deux tiers environ est stockée dans les cellules et est donc appelée eau intracellulaire. L'autre tiers est de l'eau extracellulaire.

## Femmes

Âge	Graisse corporelle				Eau corporelle
	Minces	Normale	Légèrement en surpoids	En surpoids	Normale
10-16	< 18 %	18-28 %	29-35 %	> 35 %	57-67 %
17-39	< 20 %	20-32 %	33-38 %	> 38 %	47-57 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41 %	42-52 %
56-85	< 24 %	24-36 %	37-42 %	> 42 %	37-47 %

## Hommes

Âge	Graisse corporelle				Eau corporelle
	Minces	Normale	Légèrement en surpoids	En surpoids	Normale
10-16	< 10 %	10-18 %	19-23 %	> 23 %	58-72 %
17-39	< 12 %	12-20 %	21-25 %	> 25 %	53-67 %
40-55	< 13 %	13-21 %	22-26 %	> 26 %	47-61 %
56-85	< 14 %	14-22 %	23-27 %	> 27 %	42-56 %

Pour la masse musculaire, il n'y a pas de valeurs standards universelles.

## Changement de pile

Un changement de pile est nécessaire lorsque « Lo » s'affiche sur l'écran ou rien du tout.

En changeant la pile, gardez à l'esprit ce qui suit :

- Les données qui ont été déterminées et saisies jusqu'à ce point restent mémorisées sur la balance.
- Utilisez uniquement le type de pile spécifié dans les « Données techniques ».
- Faites attention à la polarité (+/-) lorsque vous insérez pile. Le pôle plus (+) doit pointer vers le haut.
- Défaites-vous de la vieille pile d'une manière écologiquement responsable (voir « Mise au rebut »).

# Nettoyage



## NOTE sur les dommages matériels


- Ne plongez pas la balance dans de l'eau ou d'autres liquides.
- N'utilisez en aucun cas d'agents de nettoyage agressifs, grattants, ou abrasifs ou similaires pour nettoyer la balance. Ce faisant, vous pourriez rayer la surface.
- Essuyez la balance au besoin à l'aide d'un chiffon doux légèrement imbibé.
- Désinfectez la surface de pesée et les capteurs de temps à autre à l'aide d'un agent désinfectant approprié (disponible chez les détaillants spécialisés et les pharmacies).

## Erreur/Remède

Erreur	Cause possible
Ne fonctionne pas	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pile déchargée ou insérée à l'envers ?</li></ul>
La balance semble afficher des résultats de pesée faussés	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La balance repose-t-elle sur une surface plane et solide ?</li><li>▪ Un dispositif capable de provoquer des perturbations électromagnétiques est-il situé à proximité de la balance ?</li><li>▪ Retirez la pile de la balance et attendez un moment. Remettez la pile. Les données enregistrées jusqu'à ce point seront conservées.</li></ul>
« Err » s'affiche sur l'écran	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La capacité maximale de la balance (180 kg) a été dépassée.</li></ul>
« Lo » s'affiche sur l'écran	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La pile est déchargée (voir « Changement de pile »).</li></ul>
« ErrL » s'affiche sur l'écran	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La proportion de graisse en % est trop faible : En dessous de 4 %, rien ne peut s'afficher</li></ul>
« ERrH » s'affiche sur l'écran	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La proportion de graisse en % est trop élevée : Au-dessus de 60 % rien ne peut être affiché.</li></ul>
« C » s'affiche sur l'écran	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Le processus de mesure/de pesée a été faussé : La balance ne repose pas de manière stable ou vous ne vous tenez pas immobile sur la surface de pesée lorsque vous vous pesez.</li></ul>

# Spécifications techniques

---

Modèle :	Balance d'analyse corporelle BA 1300-1304
Pile :	1x CR2032/3 V 
Courant nominal :	< 3 mA
Plage de mesure :	max. 180 kg
Variance :	2 % +/- 100 g
Graduation des indicateurs	
Poids et masse osseuse :	100 g
Eau corporelle, masse musculaire et graisse corporelle :	0,1 %
Cellules de mémoire :	12
Saisie de l'âge :	10 à 100 ans
Taille :	100 à 250 cm
Dimensions de la balance :	302 x 302 x 17 mm environ
Distributeur :	Waagen-Schmitt GmbH
(pas d'adresse de service)	Neuer Höltigbaum 15 22143 Hambourg, Allemagne

Nos produits sont en amélioration et en développement constants.  
Pour cette raison, des modifications techniques et d'apparence sont possibles à tout moment.

## Déclaration de conformité

---

Waagen-Schmitt GmbH déclare par la présente que le balance d'analyse corporelle BA 1300-1304 est conforme aux directives 2014/53/UE et 2011/65/UE.

Le texte intégral de la déclaration de conformité UE est disponible à l'adresse Internet ci-dessous : [www.ade-germany.de/doc](http://www.ade-germany.de/doc)

La déclaration perd sa validité si l'appareil subit une modification sans notre accord.

Hambourg, mars 2021  
Waagen-Schmitt GmbH





# Garantie

---

La société Waagen-Schmitt GmbH garantit une correction gratuite de défauts provenant du matériel ou de la fabrication, soit en réparant soit en échangeant pendant 2 ans à compter de la date d'achat.

En cas de réclamation dans le cadre de la garantie, merci de retourner l'appareil avec la preuve d'achat de votre revendeur en précisant le motif de votre réclamation.

# Mise au rebut

---

## Mise au rebut de l'emballage



Jetez l'emballage avec des matériaux similaires. Mettez le carton avec les déchets de papier, les films avec les matériaux recyclables.

## Mise au rebut de la balance

Défaites-vous de la balance en conformité avec les réglementations en vigueur dans votre pays.



### **Les appareils ne doivent pas être jetés dans les ordures ménagères.**

En fin de vie, la balance doit être éliminée d'une manière appropriée. De cette manière, les matériaux précieux contenus dans l'appareil seront recyclés et l'impact sur l'environnement évité. Remettez le vieil appareil à un centre de collecte pour déchets électroniques ou à un centre de recyclage.

Pour plus d'informations, contactez votre société locale d'élimination de déchets ou votre organe administratif local.



### **Les piles recyclables et jetables ne font pas partie des 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!

Hai appena acquistato un prodotto di elevata qualità di marca ADE, che offre sofisticate funzioni in una struttura di straordinaria eleganza.

Questo modello di bilancia di analisi corporea ti permetterà di tenere sotto controllo e conoscere meglio te stesso e il tuo corpo.

La pluriennale esperienza del nostro marchio ADE garantisce elevati e comprovati standard di qualità tecnica nel settore.

Siamo convinti che riuscirai a trarre il massimo profitto dal controllo del tuo peso e dei tuoi dati corporei!

Il Team ADE

## Informazioni generali

---

### Informazioni sul presente manuale



Il presente manuale operativo descrive le procedure per un sicuro utilizzo e una corretta manutenzione della bilancia. Conservare questo manuale operativo in un posto sicuro e accessibile per future consultazioni. Se il presente prodotto è trasferito a un altro utente, includere anche questo manuale.

L'inosservanza delle raccomandazioni contenute nel presente manuale operativo potrebbe essere causa di lesioni agli utenti o danni alla bilancia stessa.

### Spiegazione dei simboli



Questo simbolo, insieme all'indicazione PERICOLO, mette in guardia contro il rischio di lesioni gravi.



Questo simbolo, insieme all'indicazione ATTENZIONE, mette in guardia contro il rischio di lesioni moderate o lievi.



Questo simbolo, insieme all'indicazione NOTA, mette in guardia contro il rischio di danni materiali.



Questo simbolo indica la presenza di informazioni aggiuntive e suggerimenti di carattere generale.

# Indice dei contenuti

---

Informazioni generali.....	58
Indice dei contenuti .....	59
Destinazione d'uso .....	60
Sicurezza.....	60
Descrizione .....	62
Ambito della fornitura .....	62
Per iniziare.....	63
Modalità di funzionamento della bilancia di analisi corporea.....	63
Misurazione del peso .....	64
Inserimento dati personali.....	65
Analisi corporea .....	65
Sostituzione delle batterie .....	68
Pulizia.....	69
Problemi/Soluzioni .....	69
Dati tecnici .....	70
Dichiarazioni di conformità .....	70
Garanzia .....	71
Smaltimento.....	71

## Destinazione d'uso

---

La presente bilancia pesapersona è destinata alle operazioni di peso corporeo dell'utente in ambiente domestico. Non è invece adatta all'utilizzo in ambulatori o per pratica clinica e usi simili. Allo stesso modo, le funzioni di analisi di composizione corporea sono destinate ad un uso esclusivamente privato. La presente bilancia non è neppure indicata all'utilizzo in contesti sportivi professionistici.

La portata massima della bilancia di 180 kg non deve mai essere superata.

L'uso della bilancia è sconsigliato a ...

- ... donne incinte,
- ... portatori di pacemaker cardiaco,
- ... pazienti soggetti a dialisi,
- ... pazienti affetti da edema,
- ... soggetti portatori di protesi, quali arti artificiali, placche metalliche ecc.

**In caso di dubbi, consultare il proprio medico.**

## Sicurezza

---

- La presente bilancia può essere utilizzata dai bambini dagli 8 anni in su, nonché da persone con menomazioni fisiche, mentali o sensoriali, o non dotate di adeguata conoscenza o esperienza, purché controllate o opportunamente informate sul corretto uso del dispositivo e sui rischi derivanti dal suo utilizzo.
- La bilancia non è un giocattolo per bambini.
- Pulizia e manutenzione del prodotto non devono essere affidate ai bambini, a meno che essi non abbiano più di 8 anni e siano opportunamente assistiti.
- 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 i bambini lontani dal materiale di imballaggio. Rischio di soffocamento in caso di ingestione. Fare anche attenzione che i bambini non accostino il materiale da imballaggio alla testa.

## **RISCHIO di fiamme/incendi e/o esplosioni**

- Una non corretta sostituzione delle batterie può essere causa di esplosioni. Sostituire le batterie esclusivamente con altre dello stesso tipo o di tipo equivalente. Prestare attenzione alla sezione "Dati tecnici".
- Le batterie non devono essere ricaricate o rigenerate con qualsiasi mezzo, né smontate, gettate nel fuoco o messe in corto circuito.
- Evitare ogni contatto con la pelle, gli occhi e le mucose. Se l'acido della batteria viene a contatto con qualsiasi parte del corpo, sciacquare immediatamente la parte infetta con abbondante acqua pulita e consultare prontamente un medico.

## **ATTENZIONE ai rischi di lesioni**

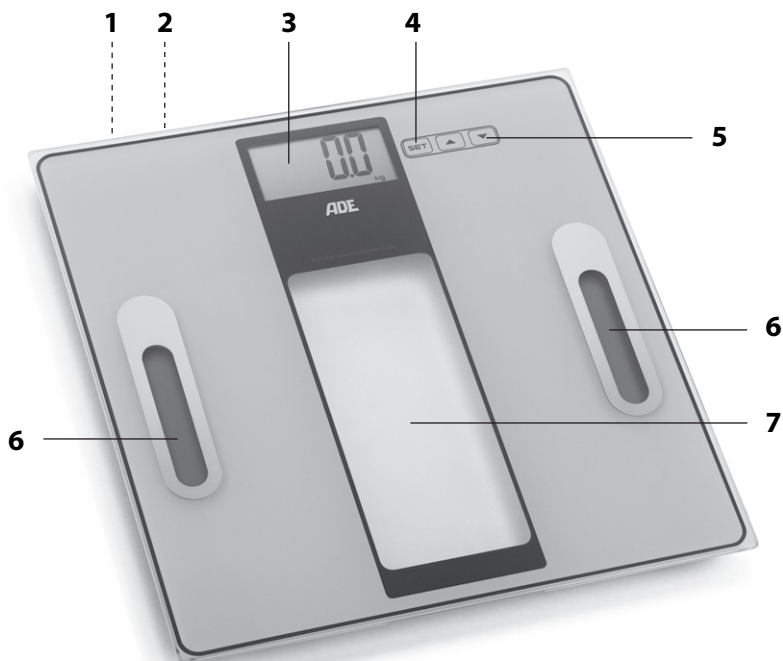
- Non appoggiarsi sul bordo esterno da ambo i lati della bilancia. Rischio di caduta!
- Non salire mai sulla bilancia se la sua superficie è umida o con i piedi bagnati. Rischio di scivolare!
- La superficie di pesata è in vetro. In caso di caduta, c'è il rischio di rompere il vetro e ferirsi con le relative schegge.

## **ATTENZIONE ai danni materiali**

- Collocare la bilancia su una superficie piana e stabile.
- Non sovraccaricare la bilancia. Prestare attenzione alla sezione "Dati tecnici". Salire sulla bilancia esclusivamente per pesarsi.
- Proteggere la bilancia da urti violenti o vibrazioni.
- Rimuovere le batterie dalla bilancia se non si usa per un periodo prolungato o non si usa più. In tal modo si eviteranno i danni derivanti da possibile perdite di acido dalle batterie.
- Fare anche attenzione alla corretta polarità (+/-) di inserimento delle batterie in caso di loro sostituzione.
- Non esporre le batterie a condizioni estreme, poggiandole, ad esempio, su caloriferi o esponendole alla luce solare. Rischio ulteriore di perdite!
- Pulire regolarmente le batterie e i relativi contatti nel dispositivo, prima di inserirvele.
- Non tentare di apportare modifiche alla bilancia. Consentire solo riparazioni ad opera di laboratori specializzati. Eventuali riparazioni apportate in modo scorretto possono esporre a seri pericoli l'utente.
- La parte inferiore della bilancia è dotata di piedini di appoggio. Poiché le superfici dei pavimenti sono fatti dei più svariati materiali e trattati con diversi tipi di prodotti per la loro cura, non si può del tutto escludere l'eventualità che le suddette sostanze contengano componenti in grado di attaccare e consumare i piedini della bilancia. In tal caso applicare una materassino antiscivolo al di sotto della bilancia.

# Descrizione

---



- 1 Vano porta-batterie (lato inferiore)
- 2 Pulsante **kg lb st** (lato inferiore): Modifica dell'unità di misura
- 3 Schermo
- 4 Pulsante **SET**: Visualizzazione modalità impostata, memorizzazione, richiamo dei dati di misurazione in memoria
- 5 Tasti **▲ ▼**: Scelta cella di memoria, riduzione e incremento dati
- 6 Sensore
- 7 Superficie di peso

## Ambito della fornitura

---

- Bilancia pesapersone
- Batteria di tipo CR2032, 3 V  $\text{---}$  (già inserita)
- Istruzioni per l'uso

## Simboli sulla bilancia

Auto-on



La bilancia si accende automaticamente, salendo sulla superficie di pesata e applicandovi una leggera forza.

CAUTION:

Slippery when wet !



ATTENZIONE: Se la superficie di pesata è umida, si corre il rischio di scivolare.

## Per iniziare

### Rimozione delle fasce isolanti

Alla consegna della bilancia, la batteria è già inserita nel dispositivo e protetta da apposite strisce isolanti, che impediscono che si scarichi in anticipo. Per avviare l'utilizzo della bilancia, è necessario rimuovere le strisce isolanti.

Il vano porta-batteria è collocato nella parte inferiore del dispositivo.

1. Applicare una leggera pressione sulla freccia riportata sul coperchio del vano porta-batteria, quindi spingerlo verso l'alto e rimuoverlo.
2. Estrarre le fasce isolanti.
3. Rimettere a posto il coperchio del vano porta-batteria.

### Scelta dell'unità di misura

Alla consegna della bilancia, l'unità di misura è pre-impostata al valore standard "kg". Tuttavia, è anche possibile visualizzare i risultati delle misurazioni in unità anglosassoni, cioè "lb" (libbre) o "st:lb" (stone:libbre).

- Premere ripetutamente il tasto **kg lb st** situato a fianco del vano porta-batteria nella parte inferiore della bilancia. Prestare attenzione all'indicatore sullo schermo.

### Collocazione della bilancia

- Collocare la bilancia su una superficie piana, solida e asciutta. Non collocare la bilancia su tappeti.

## Modalità di funzionamento della bilancia di analisi corporea

Questo nuovo modello di bilancia di analisi corporea funziona servendosi della cosiddetta tecnologia BIA (Bioelectrical Impedance Analysis - Analisi dell'impedenza bioelettrica). Tale tecnica si basa sull'uso di un impercettibile e del tutto innocuo flusso di debole corrente, che attraversa il corpo dell'utente.

Le misurazioni avvengono tramite appositi sensori disposti sulla superficie di pesata.

- La corrente fluisce in modo relativamente libero attraverso i fluidi contenuti nella massa muscolare.
- La massa grassa oppone alla corrente una maggiore resistenza. Tale resistenza è misurata dal dispositivo.

Grazie ai dati personali dell'utente (sesso, peso, età e altezza), la bilancia è in grado di calcolare le seguenti informazioni relative alla sua composizione corporea:

- Peso
- Frazione di grasso corporeo in %
- Acqua corporea in %
- Massa muscolare %
- Massa ossea (kg) e metabolismo
- Basale quotidiano in Kcal (fabbisogno energetico)

La bilancia è dotata di un totale di 12 celle di memoria.

## Errori di misurazione

Errori di calcolo o di misura possono presentarsi durante l'analisi di composizione corporea per i seguenti tipi di soggetti:

Persone ...

... che praticano sport 10 o più ore a settimana,

... sono atleti professionisti, praticano body building o sport di resistenza,

... hanno più di 70 anni,

... hanno meno di 10 anni.

La "normale" funzione di peso (descritta al capitolo seguente) non è influenzata da tali considerazioni.

## Misurazione del peso

---



Per le normali operazioni di peso, senza analisi di composizione corporea, non è necessario inserire alcun dato.

- Posizionasi sulla bilancia. Restare fermi in piedi senza appoggiarsi a nulla. Il peso registrato sarà mostrato subito dopo. Pochi secondi dopo essere scesi dalla bilancia, essa si spegnerà automaticamente.



## Inserimento dati personali

1. Salire brevemente sulla superficie di pesata, applicandovi una leggera forza.  
L'indicazione "0.0" e l'unità di misura selezionata, ad esempio "kg", appariranno sullo schermo.
2. Premere il tasto SET.  
Lo schermo presenta il numero di una cella di memoria (1-12) lampeggiante.
3. Usando i tasti ▲ o ▼, scegliere la cella di memoria preferita.
4. Premere il tasto SET.  
Usando i tasti ▲ o ▼, indicare il proprio sesso: ♀ per gli uomini, ♂ per le donne.
5. Premere il tasto SET.  
Sullo schermo lampeggia quindi il valore predefinito di altezza (ad es. "165" cm).
6. Usando i tasti ▲ o ▼, inserire la propria altezza.
7. Premere il tasto SET.  
Sullo schermo lampeggia quindi il valore predefinito di età (pre-impostato: 25).
8. Usando i tasti ▲ o ▼, inserire la propria età.
9. Infine, premere SET. Questo completa l'inserimento dei dati richiesti.  
A questo punto, sullo schermo inizia a lampeggiare un nuovo numero di cella di memoria, e sarà possibile procedere, come appena fatto, all'inserimento dei dati relativi a un'altra persona.  
Altrimenti, è possibile aspettare qualche secondo, finché l'indicazione "0.0" appare sullo schermo, per poi iniziare la propria analisi corporea.  
Se non si esegue alcuna azione, la bilancia si spegne automaticamente dopo pochi secondi.



- Tenendo premuti i tasti ▲ o ▼, lo scorrimento avanti e indietro dei dati visualizzati avverrà più rapidamente.
- I dati già inseriti possono essere sovrascritti solo facendo un nuovo inserimento dello stesso dato.

## Analisi corporea



- L'analisi corporea è possibile solo se i dati personali sono già stati inseriti (vedi il capitolo precedente).
  - Consultare il capitolo "Suggerimenti di pesata".
1. Salire brevemente sulla superficie di pesata, applicandovi una leggera forza.  
L'indicazione "0.0" e l'unità di misura selezionata, ad esempio "kg", appariranno sullo schermo.
  2. Premere brevemente il tasto SET.











3. Servendosi dei tasti ▲ o ▼, scegliere la cella di memoria in cui sono stati registrati i propri dati corporei.

Quindi lo schermo mostrerà brevemente i dati personali, seguiti da "0.0" e dall'unità di misura scelta, ad es. "kg".

4. Posizionarsi a piedi nudi sulla bilancia. Restare fermi in piedi senza appoggiarsi a nulla.
  - Così facendo, assicurarsi di posizionare ciascun piede sul rispettivo sensore.
  - Evitare qualsiasi contatto tra piedi, gambe, polpacci e cosce. In caso contrario, la precisione della misurazione potrebbe essere compromessa.

Il peso registrato sarà mostrato subito dopo. Il simbolo "o" inizia a scorrere attraverso lo schermo, ad indicare che l'analisi corporea è in corso. Rimanete fermi.

I valori misurati saranno indicati ripetutamente sullo schermo, come descritto di seguito:

Simbolo	Significato
1.	Peso corporeo espresso nell'unità di misura selezionata
2. 	Frazione di grasso corporeo in % con indicazione della sua valutazione: <ul style="list-style-type: none"><li> = grasso corporeo insufficiente</li><li> = magro</li><li> = normale</li><li> = grasso corporeo eccessivo</li><li> = obeso</li></ul>
3. 	L'acqua corporea in %
4. 	La massa muscolare in %
5. 	La massa ossea in kg
6. 	Metabolismo basale quotidiano in kcal

## Richiamo dei valori memorizzati

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

1. Salire brevemente sulla superficie di pesata, applicandovi una leggera forza.  
L'indicazione "0.0" e l'unità di misura selezionata, ad esempio "kg", appariranno sullo schermo.
2. Premere il tasto SET e scegliere la cella di memoria corrispondente al proprio profilo.  
L'indicatore della cella di memoria selezionata smette di lampeggiare dopo pochi secondi, quindi sullo schermo appare l'indicazione "0.0", assieme all'unità di misura impostata, ad es. "kg".
3. Premendo una volta i tasti ▲ o ▼, è possibile scegliere la visualizzazione automatica; premendo ripetutamente i tasti ▲ o ▼, è possibile scegliere la visualizzazione manuale dell'ultimo insieme di valori misurati.
4. Premere il tasto SET, per riportare la bilancia in modalità analitica.

## Suggerimenti di pesata

- Le pesate finalizzate all'analisi corporea devono essere sempre effettuate a piedi nudi. In tal caso, i piedi dovranno essere leggermente inumiditi. Dei piedi completamente asciutti potrebbero compromettere la validità della pesata, a causa della ridotta conduttività elettrica.
- Durante il processo di misurazione, restare fermi in piedi senza appoggiarsi a nulla.
- Non pesarsi subito dopo aver compiuto uno sforzo fisico.
- Non pesarsi subito dopo essersi alzati. Aspettare circa quindici minuti. In questo frattempo, l'acqua si sarà distribuita adeguatamente nel corpo.
- Cercare di pesarsi sempre alla stessa ora, in modo da avere risultati significativamente confrontabili.

## Note sui valori ottenuti

La percentuale di grasso corporeo dà la quantità di grasso in percentuale rispetto al peso totale del corpo. Non esiste una raccomandazione generale per questo valore dal momento che dipende in modo significativo dal sesso (a causa delle diverse costituzioni fisiche) e dall'età.

Il grasso corporeo è di vitale importanza per la funzione corporea giorno dopo giorno. Protegge gli organi e le articolazioni, regola la temperatura corporea, immagazzina vitamine e serve al corpo da accumulatore di energia.

Per le donne è fondamentale una percentuale di grasso corporeo compreso tra il 10% e il 13%; per gli uomini, invece, la percentuale consigliata si attesta tra il 2% e il 5% ad eccezione degli sportivi impegnati a livello agonistico.

La percentuale di grasso corporeo non è un indicatore inequivocabile della salute. L'eccesso di peso corporeo e un'elevata frazione di grasso corporeo sono di solito interpretati come fattori di rischio per l'insorgenza di svariate malattie tipiche delle società ricche, quali il diabete o le disfunzioni cardiovascolari...

La scarsa attività fisica e una dieta male bilanciata sono spesso causa di tali malattie. Di fatto, c'è un nesso evidente tra eccesso di peso e inattività fisica.

Una parte considerevole del corpo umano è formata da acqua. L'acqua corporea è distribuita in tutto il corpo in modo variabile. Il tessuto magro del muscolo contiene circa il 75% di acqua; il sangue presenta circa l'83% di acqua, il grasso corporeo circa il 25% e le ossa circa il 22%.

- Negli uomini circa il 60% di massa corporea è formata da acqua.
- Nelle donne questo valore corrisponde al 55% circa (valore determinato da una maggiore percentuale di grasso corporeo).

Del totale di acqua corporea due terzi vengono immagazzinati nelle cellule: ecco perché si parla di "acqua intracellulare". L'altro terzo è costituito, invece, dall'acqua extracellulare.

## Donne

Età	Grasso corporeo				Acqua corporea
	Magro	Normale	Leggermente in sovrappeso	Sovrappeso	Normale
10-16	< 18 %	18-28 %	29-35 %	> 35 %	57-67 %
17-39	< 20 %	20-32 %	33-38 %	> 38 %	47-57 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41 %	42-52 %
56-85	< 24 %	24-36 %	37-42 %	> 42 %	37-47 %

## Uomini

Età	Grasso corporeo				Acqua corporea
	Magro	Normale	Leggermente in sovrappeso	Sovrappeso	Normale
10-16	< 10 %	10-18 %	19-23 %	> 23 %	58-72 %
17-39	< 12 %	12-20 %	21-25 %	> 25 %	53-67 %
40-55	< 13 %	13-21 %	22-26 %	> 26 %	47-61 %
56-85	< 14 %	14-22 %	23-27 %	> 27 %	42-56 %

Per la massa muscolare non ci sono valori standard universali.

## Sostituzione delle batterie

Le batterie devono essere sostituite quando lo schermo rimane vuoto o appare l'indicazione "Lo".

Durante la sostituzione delle batterie, tenere presenti le indicazioni seguenti:

- I dati rilevati e inseriti fino a quel momento, restano memorizzati nella bilancia.
- Usare solo batterie del tipo indicato nella sezione "Dati tecnici".
- Fare attenzione alla corretta polarità (+/-) di inserimento delle batterie. Il polo positivo (+) deve essere rivolto verso l'alto.
- Smaltire le vecchie batterie in modo eco-compatibile (consultare la sezione "Smaltimento").

# Pulizia



## NOTA sui danni materiali

- Non immergere la bilancia direttamente in acqua o in altri liquidi.
- Non usare mai in nessun caso detergenti contenenti agenti forti, graffianti o abrasivi per la pulizia della bilancia. In caso contrario, la superficie della bilancia potrebbe essere graffiata.
- Pulire la bilancia periodicamente, servendosi di un panno morbido, leggermente inumidito.
- Disinfettare periodicamente la superficie di pesata e i sensori, servendosi di un disinfettante adatto allo scopo (reperibile in farmacia o dai rivenditori specializzati).

## Problemi/Soluzioni

Problema	Causa possibile
Non funziona	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Batterie scariche o inserite in modo errato?</li></ul>
La bilancia mostra valori di peso apparentemente inattendibili	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La bilancia è appoggiata su una superficie liscia e stabile?</li><li>▪ La bilancia è collocata in prossimità di dispositivi che potrebbero causare interferenza elettromagnetica?</li><li>▪ Rimuovere la batteria dalla bilancia e attendere un attimo. Reinserire la batteria. I dati memorizzati fino a questo punto saranno conservati.</li></ul>
Appare l'indicazione "Err" sullo schermo	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La capacità massima della bilancia (180 kg) è stata superata.</li></ul>
Appare l'indicazione "Lo" sullo schermo	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La batteria è scarica (consultare la sezione "Sostituzione della batteria").</li></ul>
Appare l'indicazione "ErrL" sullo schermo	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La frazione di massa grassa in % è troppo bassa: La bilancia non può mostrare valori inferiori al 4%</li></ul>
Appare l'indicazione "ErrH" sullo schermo	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La frazione di massa grassa in % è troppo alta: La bilancia non può mostrare valori superiori al 60%.</li></ul>

<b>Problema</b>	<b>Causa possibile</b>
Appare l'indicazione "C" sullo schermo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Il processo di pesata/misurazione non è andato a buon fine: La bilancia non è poggiata su una superficie stabile o l'utente non è fermo sulla superficie di pesata durante l'operazione.</li> </ul>

## Dati tecnici

Modello:	Bilancia di analisi corporea BA 1300-1304
Batterie:	1x CR2032/3 V $\equiv$
Corrente nominale:	< 3 mA
Intervallo di misurazione:	max. 180 kg
Varianza:	2% +/- 100 g
Intervalli di visualizzazione	
Peso e massa ossea:	100 g
Acqua corporea, massa muscolare e grasso corporeo:	0,1 %
Celle di memoria:	12
Inserimento età:	10-100 anni
Altezza:	100-250 cm
Dimensioni della bilancia:	circa 302 x 302 x 17 mm
Distributore: (non è l'indirizzo di assistenza)	Waagen-Schmitt GmbH Neuer Höltigbaum 15 22143 Amburgo, Germania

I nostri prodotti sono soggetti a continui sviluppi e miglioramenti. Pertanto, modifiche tecniche e di progettazione sono possibili in ogni momento.

## Dichiarazioni di conformità

Con la presente, Waagen-Schmitt GmbH dichiara che la bilancia con analisi corporea BA 1300-1304 è conforme alle direttive 2014/53/UE e 2011/65/UE.

Il testo completo della dichiarazione di conformità EU è disponibile al seguente indirizzo Internet: [www.ade-germany.de/doc](http://www.ade-germany.de/doc)

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

## Garanzia

---

La società Waagen-Schmitt GmbH garantisce per 2 anni a partire dalla data di acquisto la riparazione gratuita di difetti dovuti ai materiali adottati o a errori di fabbricazione, tramite riparazione o sostituzione del prodotto.

In caso di reclami relativi alla garanzia, restituire la bilancia, con scontrino di acquisto (e spiegando la ragione del reclamo) al proprio rivenditore.

## Smaltimento

---

### Smaltimento della confezione



Smaltire la confezione tra i materiali di simile natura. Sistemare il cartone tra i rifiuti di carta e i nastri tra i materiali riciclabili.

### Smaltimento della bilancia

Smaltire la bilancia in base alle norme vigenti nel proprio paese.



#### **Gli elettrodomestici non devono essere smaltiti tra i normali rifiuti domestici.**

Al termine del suo ciclo di vita, la bilancia deve essere smaltita in modo opportuno. In tal modo, i materiali riutilizzabili contenuti nel dispositivo saranno riciclati, evitando impatti ambientali. Smaltire i dispositivi vecchi non più in uso, presso un punto di raccolta di rifiuti elettronici o presso un deposito attrezzato per il riciclaggio.

Per altre informazioni, contattare l'azienda urbana responsabile dello smaltimento rifiuti o il relativo ente locale.



#### **Le batterie riciclabili non devono essere smaltite con i normali rifiuti domestici.**

Tutte le batterie devono essere depositate al proprio punto di raccolta locale o dal proprio rivenditore. In tal modo le batterie saranno riciclate in modo eco-compatibile.

# Drogi Kliencie!

Wybrałeś wysokiej jakości firmy ADE, który łączy inteligentne funkcje i wyjątkowy design.

Dzięki temu analizatorowi masy ciała zmierzysz swoje parametry oraz poznasz lepiej siebie i własne ciało.

Firma ADE ma wieloletnie doświadczenie w branży, co daje gwarancję najwyższych standardów technicznych i sprawdzonej jakości.

Życzymy przyjemnego ważenia się i poznawania własnej wartości!

Zespół ADE

## Informacje ogólne

---

### O instrukcji



Instrukcja opisuje, jak w sposób bezpieczny korzystać z wagi i konserwować ją. Zachowaj instrukcję obsługi w bezpiecznym miejscu, na wypadek, gdyby była przydatna w przyszłości. Jeśli przekażesz wagę komuś innemu, dołącz do niej instrukcję.

Niestosowanie się do zaleceń zawartych w instrukcji może prowadzić do obrażeń lub jej uszkodzenia.

### Opis symboli



Symbol ten, w połączeniu z napisem NIEBEZPIECZEŃSTWO, ostrzega przed poważnym urazem.



Symbol ten, w połączeniu z napisem OSTRZEŻENIE, ostrzega przed lekkim lub średnim urazem.



Symbol ten, w połączeniu z napisem UWAGA, ostrzega przed możliwością uszkodzenia.



Ten symbol oznacza dodatkowe informacje i porady ogólne.



# Spis treści

---

Informacje ogólne.....	72
Spis treści.....	73
Przeznaczenie .....	74
Zasady bezpieczeństwa .....	74
Paczka .....	76
Skład.....	76
Przygotowanie .....	77
Zasady działania wagi z analizatorem .....	77
Ważenie.....	78
Wprowadzenie danych.....	79
Analiza ciała.....	79
Wymiana baterii.....	82
Czyszczenie .....	82
Problem/Rozwiązanie.....	83
Dane techniczne .....	84
Deklaracja zgodności.....	84
Gwarancja .....	85
Utylizacja .....	85

## Przeznaczenie

---

Waga łazienkowa służy do ważenia osób w warunkach domowych. Nie nadaje się do stosowania w klinikach, ośrodkach medycznych itp.

Tak samo funkcja analizowania składu ciała przeznaczona jest na użytek prywatny. Wagi nie nadają się do stosowania w obszarze sportów zawodowych.

Nie wolno przekraczać maksymalnego obciążenia, które wynosi 180 kg.

Nie używaj wagi, jeśli ...

- ... jesteś w ciąży,
- ... masz zamontowany rozrusznik serca,
- ... jesteś osobą dializowaną,
- ... cierpisz z powodu obrzęków,
- ... masz implanty, np. protezy, metalowe implanty, itd.

**W razie wątpliwości, skontaktuj się z lekarzem.**

## Zasady bezpieczeństwa

---

- Z wagi mogą korzystać dzieci po ukończeniu ósmego roku życia oraz osoby o obniżonej sprawności fizycznej, sensorycznej lub psychicznej, lub nieposiadające doświadczenia lub wiedzy, o ile są pod nadzorem i zostały poinstruowane w zakresie bezpiecznego korzystania z wagi i rozumieją potencjalne niebezpieczeństwa, z jakimi może się to wiązać.
- Dzieci nie mogą bawić się wagą.
- Dzieci nie mogą czyścić wagi i wykonywać czynności konserwacyjnych, o ile nie ukończyły 8 lat i nie 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

- Dzieci nie mogą mieć dostępu do opakowania. W razie połknięcia grozi to zadławieniem. Uważaj, aby dziecko nie nałożyło opakowania na głowę.

## **RYZIKO zapalenia i/lub wybuchu**

- Nieprawidłowa wymiana baterii grozi wybuchem. Wymień baterie jedynie na identyczne lub tego samego rodzaju. Zwróć uwagę na "Dane techniczne".
- Nie należy ponownie ładować baterii, regenerować ich innymi metodami, rozbierać, wrzucać do ognia ani powodować spięć.
- Unikać kontaktu ze skórą, oczami i błoną śluzową. Jeśli dojdzie do kontaktu z kwasem z baterii, należy natychmiast przepłukać miejsce kontaktu dużą ilością czystej wody i skontaktować się z lekarzem.

## **OSTRZEŻENIE przed możliwością doznania urazu**

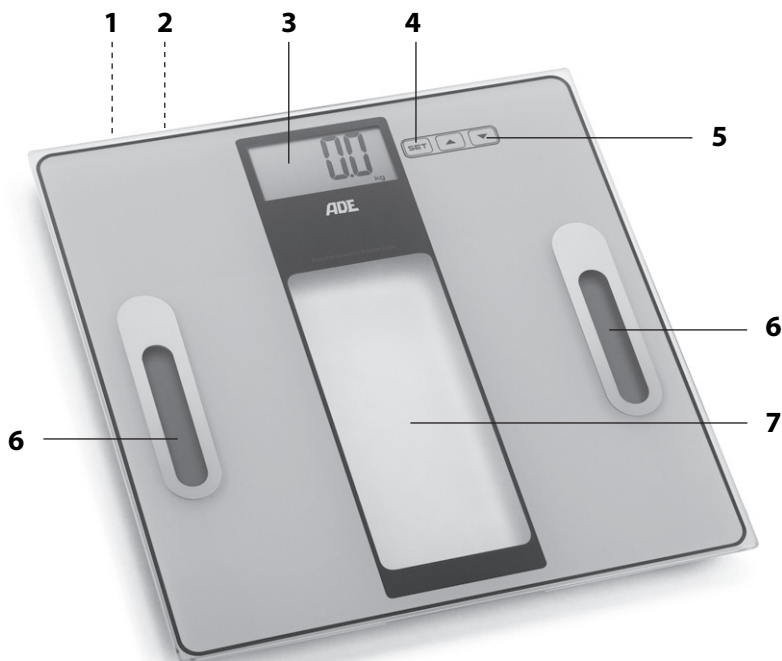
- Nie wolno stawać na krawędziach wagi. Grozi to przewróceniem!
- Nie stawaj na wadze z mokrymi stopami lub gdy jej powierzchnia jest wilgotna. Grozi to poślizgnięciem!
- Powierzchnia służąca do ważenia jest wykonana ze szkła. W razie upadku może się stłuc, co grozi pokaleczeniem odłamkami szkła.

## **UWAŻAJ na uszkodzenia**

- Ustaw wagę na stabilnej, płaskiej powierzchni.
- Nie przeciążaj jej. Zwróć uwagę na "Dane techniczne". Stawaj na wadze wyłącznie w celu zważenia się.
- Chroń wagę przed wstrząsami i drganiami.
- Usuń z wagi baterię, jeśli jest zużyta lub nie korzystasz już z urządzenia. Dzięki temu unikniesz uszkodzeń, które może spowodować wyciek kwasu.
- Przy wymianie baterii dopilnuj, aby odpowiednia polaryzacja (+/-) została zachowana.
- Nie narażaj baterii na działanie ekstremalnych warunków, np. przez przechowywanie ich na grzejniku lub w nasłonecznionym miejscu. Zwiększa to ryzyko wycieku!
- W razie potrzeby przed włożeniem baterii wyczyść je oraz styki.
- Nie wprowadzaj modyfikacji wagi. Naprawę mogą prowadzić wyłącznie specjalistyczne warsztaty. Nieprawidłowo wykonane naprawy mogą powodować zagrożenie dla użytkownika.
- Pod wagą znajdują się nóżki. Jako że podłogi wykonane są z różnych materiałów i konserwowane różnymi środkami, nie można wykluczyć, że niektóre z tych środków zawierają składniki, które uszkadzają i zmiękczają stópki urządzenia. W razie konieczności należy umieścić pod wagą warstwę antypoślizgową.

## Paczka


---



- 1 Wnęka na baterię (pod spodem)
- 2 Przycisk **kg lb st** (pod spodem): Zmiana jednostki
- 3 Wyświetlacz
- 4 Przycisk **SET**: Włącza tryb ustawień, zapisywania wpisów, podglądu zapisanych pomiarów
- 5 Przyciski **▲▼**: Wybór profilu, obniżenie wartości, zwiększenie wartości
- 6 Czujnik
- 7 Powierzchnia ważąca

## Skład

---

- Waga łazienkowa
- Bateria, typ CR2032, 3 V  (włożona)
- Instrukcja

## Oznaczenia na wadze

Auto-on



Waga włącza się automatycznie po wejściu na powierzchnię służącą do ważenia.

CAUTION:

Slippery when wet !



OSTRZEŻENIE: Jeśli powierzchnia służąca do ważenia jest wilgotna, istnieje ryzyko poślizgnięcia.

## Przygotowanie

### Usunięcie paseczków zabezpieczających

W dostarczonej wadze bateria jest już zamontowana i zabezpieczona paseczkami przed przedwczesnym rozładowaniem. Aby włączyć wagę, należy usunąć te paseczki.

Wnęka na baterie znajduje się na spodzie urządzenia.

1. Wciśnij strzałkę na klapce wnęki na baterię, pchnij ją i zdejmij.
2. Wyciągnij paseczki zabezpieczające.
3. Wciśnij klapkę z powrotem na miejsce.

### Wybór jednostki

Domyślną jednostką dostarczonej wagi są kilogramy (kg). Wyniki ważenia mogą być również wyświetlane w anglosaskim układzie jednostek: "lb" (funt) lub "st:lb" (kamień:funt).

- Naciśnij kilkakrotnie przycisk **kg lb st** znajdujący się na spodzie wagi obok wnęki na baterię. Zwróć uwagę na informacje na wyświetlaczu.

### Umieszczenie wagi

- Umieść wagę na stałym, płaskim i suchym podłożu. Nie umieszczaj jej na dywanie.

### Zasady działania wagi z analizatorem

Twoja nowa waga z analizatorem działa w oparciu o system BIA (Bioelectric Impedance Analysis - analiza impedancji bioelektrycznej) Oznacza to, że przez twoje ciało przepuszczany jest niewyczuwalne, nieszkodliwe ładunki elektryczne.

Pomiarów dokonują czujniki, które znajdują się na powierzchni służącej do ważenia.

- Prąd przebiega stosunkowo bez oporów przez płyny znajdujące się w tkance mięśniowej.
- W tkance tłuszczowej opór jest wyższy. To właśnie opór jest mierzony.

W połączeniu z informacjami o Tobie (płeć, waga, wiek i wzrost), waga oblicza następujące informacje na temat składu Twojego ciała:

- Waga
- Zawartość tłuszczu w %
- Zawartość wody w %
- Zawartość tkanki mięśniowej w %
- Masa kości (kg), i dziennie
- Minimalne zapotrzebowanie na energię (w Kcal)

Waga posiada 12 miejsc na zapisy profili.

## Błędy pomiarów

W przypadku poniższych osób mogą wystąpić błędy pomiarów lub obliczeń składu ciała:

Osoby, w przypadku których mogą wystąpić błędy ....

... tygodniowo uprawiają sport przez co najmniej 10 godzin,

... są zawodowymi sportowcami, kulturystami lub ćwiczą wyczynowo,

... mają więcej niż 70 lat,

... mają mniej niż 10 lat.

Na funkcję "zwyczajne" ważenie (patrz: następny rozdział) powyższe czynniki nie mają wpływu.

## Ważenie

---



Do zwyczajnego ważenia – bez analizy składu ciała – nie trzeba podawać żadnych danych.

– Stań na wadze. Nie ruszaj się i nie dotykaj niczego.

Wkrótce zostanie wyświetlona twoja waga.

Kilka sekund po zejściu z wagi urządzenie automatycznie wyłączy się.

# Wprowadzenie danych

---

1. Wystarczy stanąć z użyciem niewielkiej siły na powierzchnię służącą do ważenia.  
Na wyświetlaczu pojawi się wartość "0.0" i wybrana jednostka wagi np. "kg".
2. Naciśnij SET.  
Na wyświetlaczu pojawi się migający numer zapisu profilu (1-12).
3. Przyciskami ▲ i ▼ wybierz odpowiedni numer.
4. Naciśnij SET.  
Przyciskami ▲ i ▼ określ swoją płeć: ♀ mężczyzna lub ♂ kobieta.
5. Naciśnij SET.  
Na wyświetlaczu będzie migać domyślny wzrost (np. "165" dla cm).
6. Przyciskami ▲ i ▼ podaj swój wzrost.
7. Naciśnij SET.  
Na wyświetlaczu będzie migać domyślny wzrost (domyślnie: 25 lat).
8. Przyciskami ▲ i ▼ podaj swój wiek.
9. Zakończ, wciskając SET. Wymagane informacje zostały wprowadzone.  
Na wyświetlaczu ponownie będzie migać numer profilu, wprowadź dane kolejnej osoby, tak, jak poprzednio.  
Albo poczekaj kilka sekund, na wyświetlaczu pojawi się "0.0", po czym możesz przystąpić do analizy składu ciała.  
Jeśli nic nie zrobisz, waga automatycznie wyłączy się po kilku sekundach.



- Jeśli przytrzymasz przycisk ▲ lub ▼, dane na wyświetlaczu będą pojawiały się szybciej.
- Wprowadzone dane można zmienić jedynie zastępując je nowym wpisem.

## Analiza ciała

---












- Analiza ciała jest możliwa jedynie po wprowadzeniu swoich danych (patrz: poprzedni rozdział).
- Rozdział: "Porady dotyczące ważenia".

1. Wystarczy stanąć z użyciem niewielkiej siły na powierzchnię służącą do ważenia.  
Na wyświetlaczu pojawi się wartość "0.0" i wybrana jednostka wagi np. "kg".
2. Naciśnij krótko SET.
3. Przyciskami ▲ i ▼ wybierz profil, w którym znajdują się informacje o Tobie.  
Pojawią się te informacje, po czym na wyświetlaczu pojawi się "0.0" oraz wybrana jednostka wagi, np. "kg".

4. Stań boso na wadze. Nie ruszaj się i nie dotykaj niczego.
  - Upewnij się, że obie stopy znajdują się na czujnikach.
  - Stopy, nogi (łydki i uda) nie mogą się stykać. W przeciwnym razie pomiar będzie niedokładny.

Wkrótce zostanie wyświetlona twoja waga. Na wyświetlaczu pojawi się wskaźnik "o" - oznacza to, że trwa analiza składu ciała. Nie ruszaj się.

Na wyświetlaczu będą pojawiać się wartości:

Symbol	Znaczenie
1.	Waga w ustalonej jednostce
2.	Zawartość tłuszczu w % w organizmie z oceną: <ul style="list-style-type: none"> <li> = za mało tłuszczu</li> <li> = szczupła sylwetka</li> <li> = sylwetka normalna</li> <li> = za dużo tłuszczu</li> <li> = otyłość</li> </ul>
3.	 Zawartość wody w %
4.	 Masa mięśniowa w %
5.	 Waga kości w kg
6.	 Podstawowa przemiana materii w kcal

## Wyświetlanie zapisanych pomiarów

Po przeprowadzeniu analizy możesz w dowolnym momencie wyświetlić wyniki poprzedniego pomiaru.

1. Wystarczy stanąć z użyciem niewielkiej siły na powierzchnię służącą do ważenia. Na wyświetlaczu pojawi się wartość "0.0" i wybrana jednostka wagi np. "kg".
2. Wciśnij SET i wybierz swój profil.
 

Po kilku sekundach wskaźnik profilu przestanie migać i na wyświetlaczu pojawi się wartość "0.0" oraz wybrana jednostka wagi, np. "kg".
3. Jednorazowe naciśnięcie ▲ lub ▼ włączy automatyczne wyświetlanie, a naciśnięcie ▲ lub ▼ spowoduje manualne wyświetlenie kompletu danych z ostatniego pomiaru.
4. Naciśnij SET, aby ponownie przełączyć wagę w tryb pomiaru.

## Porady dotyczące ważenia

- Ważenie połączone z analizą składu ciała można wykonywać jedynie boso. Stopy powinny być lekko wilgotne. Zupełnie suche stopy mogą zniekształcić wyniki, ponieważ przewodnictwo elektryczne będzie osłabione.
- W czasie pomiarów nie ruszaj się i nie dotykaj niczego.



- Nie dokonuj pomiaru bezpośrednio po wysiłku fizycznym.
- Nie dokonuj pomiaru bezpośrednio po wstaniu. Oczekaj ok. 15 minut. W tym czasie woda rozprzestrzeni się równomiernie po całym ciele.
- Zawsze dokonuj pomiarów o zbliżonej porze, dzięki czemu będą one bardziej miarodajne.

## Uwagi dotyczące wartości

Wartość zawartości tłuszczu określa procentową wagę tłuszczu w stosunku do masy ciała. Nie ma ogólnego zalecenia dla tej wartości, ponieważ w dużej mierze zależy ona od płci (ze względu na różnice w budowie fizycznej) i wieku.

Tkanka tłuszczowa odgrywa ważną rolę w funkcjonowaniu organizmu. Chroni narządy wewnętrzne, osłania stawy, reguluje temperaturę organizmu, służy do magazynowania witamin i pełni funkcję magazynu energetycznego.

Kobiety powinny utrzymywać zawartość tłuszczu na poziomie 10% - 13%; mężczyźni na poziomie 2% - 5%, z wyjątkiem zawodowych sportowców.


Zawartość tłuszczu nie jest jednoznacznym wskaźnikiem stanu zdrowia. Nadmierna waga i zbyt wysoka zawartość tłuszczu w organizmie mają związek z wieloma chorobami cywilizacyjnymi, takimi jak cukrzyca, choroby układu krążenia itp.

Brak aktywności fizycznej i zła dieta są częstą przyczyną tych chorób. Istnieje widoczna korelacja między nadwagą i brakiem aktywności fizycznej.

Ludzkie ciało w znacznej mierze składa się z wody. Woda jest rozłożona w ciele w sposób nierównomierny. Szczupła tkanka mięśniowa zawiera ok. 75% wody, krew w ok. 83% składa się z wody, tkanka tłuszczowa zawiera ok. 25% wody, a kości zawierają jej ok. 22%.

- Ok. 60% masy ludzkiego ciała to woda.
- Dla kobiet zawartość wody to ok. 55% (ze względu na wyższą zawartość tkanki tłuszczowej).

Około dwóch trzecich całej wody zgromadzone jest w komórkach, jest to tak zwana woda wewnątrzkomórkowa. Pozostała jedna trzecia to woda zewnątrzkomórkowa.

Kobieta 					
Wiek	Zawartość tłuszczu				Zawartość wody
	Szczupła	Normalna	Lekka nadwaga	Nadwaga	Normalna
10-16	< 18 %	18-28 %	29-35 %	> 35 %	57-67 %
17-39	< 20 %	20-32 %	33-38 %	> 38 %	47-57 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41 %	42-52 %
56-85	< 24 %	24-36 %	37-42 %	> 42 %	37-47 %

## Mężczyzna

Wiek	Zawartość tłuszczu				Zawartość wody
	Szczupła	Normalna	Lekka nadwaga	Nadwaga	Normalna
10-16	< 10 %	10-18 %	19-23 %	> 23 %	58-72 %
17-39	< 12 %	12-20 %	21-25 %	> 25 %	53-67 %
40-55	< 13 %	13-21 %	22-26 %	> 26 %	47-61 %
56-85	< 14 %	14-22 %	23-27 %	> 27 %	42-56 %

Nie ma ustalonej wartości dla tkanki mięśniowej.

## Wymiana baterii

Jeśli wyświetlacz nie wyświetla niczego lub pokazuje komunikat "Lo", należy wymienić baterię.

W trakcie wymiany baterii pamiętaj o:

- Informacje wprowadzone i zapisane dotychczas zostaną zapamiętane przez urządzenie.
- Używaj wyłącznie rodzaju baterii wyszczególnionego w "Danych technicznych".
- Przy wkładaniu baterii dopilnuj, aby odpowiednia polaryzacja (+/-) została zachowana.  
Plus (+) musi być skierowany ku górze.
- Zużyta baterię zutylizuj w odpowiedzialny sposób (patrz: "Utylizacja").

## Czyszczenie



### UWAGA na możliwość uszkodzenia

- Nie zanurzaj wagi w wodzie ani innych cieczach.
- Pod żadnym pozorem nie używaj do czyszczenia wagi materiałów szorstkich, ostrych czy ściernych. Jej powierzchnia może ulec porysowaniu.
- W razie potrzeby przetrzyj wagę miękką, wilgotną ściereczką.
- Od czasu do czasu zdezynfekuj powierzchnię służącą do ważenia oraz czujniki odpowiednim środkiem dezynfekującym (dostępnym w aptekach i sklepach specjalistycznych).

## Problem/Rozwiązanie

Problem	Możliwa przyczyna
Nie działa	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Bateria jest rozładowana lub włożona na odwrot?</li></ul>
Waga wyświetla nieprawidłowe wartości	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Waga znajduje się na stabilnej, płaskiej powierzchni?</li><li>▪ Czy w pobliżu wagi znajduje się urządzenie mogące zakłócać pole elektromagnetyczne?</li><li>▪ Wyjmij baterię z wagi i odczekaj chwilę. Włóż baterię ponownie. Dane zapisane do tej pory zostaną zachowane.</li></ul>
Wyświetlacz pokazuje komunikat "Err"	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Przekroczono maksymalny udźwig wagi (180 kg).</li></ul>
Wyświetlacz pokazuje komunikat "Lo"	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Bateria jest rozładowana (Patrz: "Wymiana baterii").</li></ul>
Wyświetlacz pokazuje komunikat "ErrL"	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Zawartość tłuszczu w % jest zbyt niska: Nie są wyświetlane wskazania poniżej 4%</li></ul>
Wyświetlacz pokazuje komunikat "ErrH"	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Zawartość tłuszczu w % jest zbyt wysoka: Nie są wyświetlane wskazania powyżej 60%.</li></ul>
Wyświetlacz pokazuje komunikat "C"	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Proces ważenia/pomiarów nie powiódł się: Waga nie jest stabilna lub osoba nie stała na nieruchomo na powierzchni pomiarowej.</li></ul>

## Dane techniczne

---

Model:	Waga Body Analyser BA 1300-1304
Bateria:	1x CR2032/3 V ===
Napięcie znamionowe:	< 3 mA
Zakres pomiarów:	do 180 kg
Odchylenie:	2% +/- 100 g
Dokładność wskaźników Waga i waga kości:	100 g
Zawartość wody, masa mięśniowa, zawartość tłuszczu:	0,1 %
Profile:	12
Wiek:	10-100 lat
Wzrost:	100-250 cm
Wymiary wagi:	Ok. 302 x 302 x 17 mm
Dystrybutor: (brak adresu)	Waagen-Schmitt GmbH Neuer Höltigbaum 15 22143 Hamburg, Niemcy

Nasze produkty są nieustannie rozwijane i ulepszone.  
Dlatego w każdej chwili możemy wprowadzić zmiany w projekcie i techniczne.

## Deklaracja zgodności

---

Firma Waagen-Schmitt GmbH oświadcza niniejszym, iż waga z analizą organizmu BEA 1300-1304 jest zgodna z obowiązującymi przepisami dyrektyw 2014/53/UE oraz 2011/65/UE.

Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny pod poniższym adresem internetowym: [www.ade-germany.de/doc](http://www.ade-germany.de/doc)

Niniejsza deklaracja traci swoją ważność przy samowolnej zmianie wprowadzonej w urządzeniu bez uzgodnienia z producentem.

Hamburg, marzec 2021  
Waagen-Schmitt GmbH



# Gwarancja

Firma Waagen-Schmitt GmbH gwarantuje przez 2 lata od daty zakupu bezpłatne usuwanie braków z tytułu błędów materiałowych lub produkcyjnych w drodze naprawy lub wymiany.

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

# Utylizacja

## Utylizacja opakowania



Opakowanie należy zutylizować razem z podobnymi materiałami. Karton należy wyrzucić do makulatury, a folie do materiałów podlegających recyklingowi.

## Utylizacja wagi

Pozbądź się wagi zgodnie z przepisami obowiązującymi w twoim kraju.



### **Nie wolno wyrzucić urządzenia do śmieci.**

Po zakończeniu żywotności wagi należy zutylizować ją w odpowiedni sposób. Dzięki temu cenne materiały znajdujące się w urządzeniu zostaną poddane recyklingowi i nie przyczynią się do zanieczyszczenia środowiska. Oddaj stare urządzenie w punkcie zbiórki odpadów elektronicznych lub w punkcie zajmującym się recyklingiem.

Więcej informacji uzyskasz od lokalnej firmy zajmującej się gospodarowaniem odpadami lub lokalnej administracji.



### **Baterii przeznaczonych do recyklingu lub utylizacji nie wolno wyrzucać do śmieci.**

Wszystkie baterie należy przekazać do punktu zbiórki znajdującego się w okolicy lub do sprzedawcy. Wtedy można poddać je utylizacji przyjaznej dla środowiska.

