

Körperanalysewaage Barbara

Body analysis scale Barbara | Báscula de análisis corporal Barbara | Balance d'analyse corporelle Barbara | Bilancia pesapersone elettronica con analisi corporea Barbara | Waga z funkcją analizy składu ciała Barbara



Deutsch

English

Español

Français

Italiano

Polski

Bedienungsanleitung

BA 914

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
Sicherheit.....	4
Bestimmungsgemäßer Gebrauch	5
Auf einen Blick.....	6
Lieferumfang.....	6
Inbetriebnahme	7
So funktioniert Ihre neue Körperanalysewaage.....	7
Gewicht messen.....	8
Persönliche Daten eingeben	8
Körperanalyse	9
Batterien wechseln	12
Reinigen	12
Störung / Abhilfe	12
Technischen Daten.....	13
Konformitätserklärung	14
Garantie.....	14
Entsorgen	14



Bambus ist ein natürliches Material das lebt und sich mit der Zeit verändert. Daher können mit der Zeit leichte Risse in der Oberfläche entstehen.

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.
- Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern. Bei Verschlucken besteht Erstickungsgefahr. Achten Sie auch darauf, dass der Verpackungsbeutel nicht über den Kopf gestülpt wird
- Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern vorgenommen werden, es sei denn, sie sind 8 Jahre oder älter und werden beaufsichtigt.



Batterien können lebensgefährlich sein. Bewahren Sie deshalb Batterien für Kleinkinder unerreichbar auf. Wurde eine Batterie verschluckt oder ist auf andere Art in den Körper gelangt, muss sofort ärztliche Hilfe in Anspruch genommen werden. Anderenfalls kann es innerhalb von 2 Stunden zu schweren inneren Verätzungen kommen, die zum Tode führen können

GEFAHR von Brand/Verbrennung und/oder Explosion

- Explosionsgefahr bei unsachgemäßem Auswechseln der Batterien. 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!

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 Batterien aus dem Artikel heraus, wenn diese verbraucht sind oder wenn Sie die Waage länger nicht benutzen. So vermeiden Sie Schäden, die durch Auslaufen entstehen können.
- Achten Sie beim Batterientausch auf die richtige Polarität (+/-).
- Setzen Sie die Batterien 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.

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.

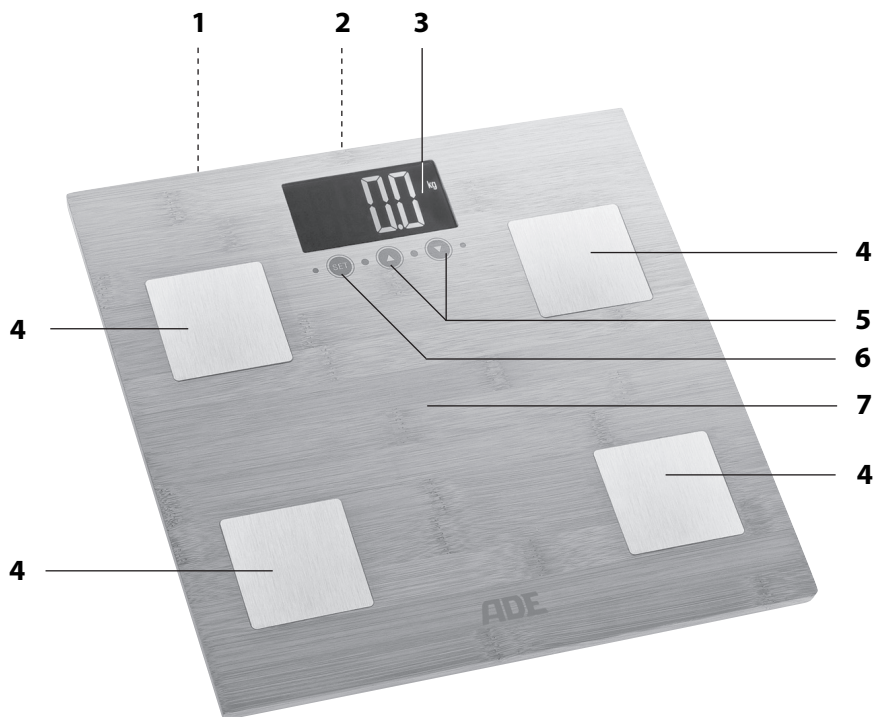
Die maximale Tragkraft von 150 kg darf nicht überschritten werden.

Benutzen Sie diese Waage nicht, wenn Sie ...

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


Wenden Sie sich im Zweifelsfall an Ihren Hausarzt.

Auf einen Blick



- 1 Taste UNIT (Rückseite): Maßeinheit wechseln
- 2 Batteriefach (Rückseite)
- 3 Display
- 4 Sensor
- 5 Tasten ▲▼: Speicherplatz auswählen, Daten verringern, Daten erhöhen
- 6 Taste SET: Einstellmodus aufrufen, Eingaben speichern, Waage in den Körperanalyse-Modus schalten
- 7 Wiegefläche

Lieferumfang

- Körperanalysewaage
- 2x Batterie Typ CR2032, 3 V  (bereits eingelegt)
- Bedienungsanleitung

Inbetriebnahme

Iso-Streifen entfernen

Bei Auslieferung sind die Batterien 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 die Verschlusslasche in Richtung Batteriefachdeckel und nehmen Sie den Batteriefachdeckel ab.
2. Ziehen Sie den Iso-Streifen heraus.
3. Setzen Sie den Batteriefachdeckel wieder auf.

Maßeinheit wählen

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

1. Drücken Sie mit etwas Kraft auf die Wiegefläche, um die Waage einzuschalten.
2. Drücken Sie wiederholt die Taste UNIT auf der Waagen-Rückseite, um die gewünschte Maßeinheit auszuwählen. 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 in %
- Knochenmasse in %

Die Waage verfügt über insgesamt 10 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, Bodybuilder 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 direkt 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 oder drücken Sie mit etwas Kraft 1x kurz auf die Wiegefläche, um die Waage einzuschalten.

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

2. Drücken Sie SET.

Im Display wird „P1“ (P1-P10) 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 das Alter (Voreinstellung: 30).
6. Geben Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihr Alter ein.
7. Drücken Sie SET.
Im Display blinkt der voreingestellte Wert für die Körpergröße (z. B. „170“ bei cm).
8. Geben Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihre Körpergröße ein.
9. Drücken Sie abschließend SET. Damit haben Sie die benötigten Daten eingegeben.
Alle eingegebenen Daten werden danach in einem Durchlauf nochmal im Display angezeigt.
Anschließend wird „0.0“ angezeigt und Sie können 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.
- Wenn zwischen zwei Tastendrücken mehr als 10 Sekunden liegen, schaltet sich die Waage aus und Sie müssen den Vorgang wiederholen.




Körperanalyse



- Die Körperanalyse ist nur möglich, wenn Sie Ihre Daten eingegeben haben, siehe vorstehendes Kapitel.
- Beachten Sie das Kapitel „Wiegetipps“.

1. Drücken Sie SET, um die Waage einzuschalten.
2. Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ den Speicherplatz aus, auf dem Sie Ihre persönlichen Körperdaten hinterlegt haben.
3. Drücken Sie wiederholt SET, um nacheinander Ihre angezeigten Daten zu bestätigen.
Anschließend werden die Daten nacheinander kurz angezeigt. Danach wird im Display „0.0“ und die gewählte Maßeinheit, z. B. „kg“ angezeigt.
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.

Nacheinander werden Ihnen im Display mehrfach folgende Werte angezeigt:

	Anzeige	Bedeutung
1.		Ihr Körpergewicht in der eingestellten Maßeinheit
2.	Overfat fat	Ihr Körperfettanteil in %
3.	TBW	Ihr Körperwasser in %
4.		Ihre Muskelmasse in %
5.		Ihre Knochenmasse in der gewählten Maßeinheit, z. B. „kg“

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 wird 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 die Muskelmasse gibt es keine allgemeinen Richtwerte.

Batterien wechseln

Ein Batterienwechsel 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.


1. Wischen Sie die Waage bei Bedarf mit einem leicht angefeuchteten weichen Tuch ab.
2. Desinfizieren Sie die Wiegefläche und die Sensoren von Zeit zu Zeit mit einem geeigneten Desinfektionsmittel (im Fachhandel und im Drogeriemarkt erhältlich).

Störung / Abhilfe

Störung	Mögliche Ursache
Keine Funktion	<ul style="list-style-type: none">▪ Batterien leer oder falsch herum eingelegt?
Die Waage zeigt offensichtlich falsche Wiegeergebnisse	<ul style="list-style-type: none">▪ Steht die Waage auf einem festen, ebenen Untergrund?▪ Befindet sich in der Nähe der Waage ein Gerät, das elektromagnetische Störungen auslösen kann?▪ Nehmen Sie die Batterien aus der Waage und warten Sie einen Moment. Setzen Sie die Batterien wieder ein. Die bis dahin gespeicherten Daten bleiben erhalten.
Im Display wird „Lo“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none">▪ Die Batterien sind leer, siehe „Batterien wechseln“.

Störung	Mögliche Ursache
Im Display wird „Err“ angezeigt	<ul style="list-style-type: none"> Die maximale Kapazität der Waage von 150 kg wurde überschritten.
Im Display wird „Err2“ angezeigt	<ol style="list-style-type: none"> Prüfen Sie, ob die Waage korrekt steht. Lassen Sie den Wiegevorgang idealerweise von einer zweiten Person wiederholen. Falls wieder „Err2“ angezeigt wird, sind die Wiegesensoren defekt. Wenden Sie sich an den Händler, bei dem Sie die Waage gekauft haben.

Technischen Daten

Modell:	Körperanalysewaage BA 914 „Barbara“
Batterie:	2x CR2032 / 3 V 
Bemessungsstrom:	30 mA
Messbereich:	max. 150 kg
Abweichung:	2% +/- 100g
Anzeigeteilung	
Gewicht und Knochenmasse:	100 g
Körperwasser, Muskelmasse, Körperfett:	0,1 %
Speicherplätze:	10
Alterseingabe:	10-80 Jahre
Körpergröße:	100-240 cm
Abmessungen Waage:	ca. 300 x 300 x 34 mm
Gewicht Waage:	ca. 1 kg
Inverkehrbringer: (keine Service-Adresse)	GREND'S GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburg, Germany

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

Konformitätserklärung

Hiermit erklärt die GRENDS GmbH, dass die Körperanalysewaage BA 914 den EU-Richtlinien 2014/30/EU und 2011/65/EU entspricht.

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

Hamburg, Juli 2023
GRENDS GmbH



Garantie

Die Firma GRENDS GmbH garantiert für 2 Jahre ab Kaufdatum die kostenfreie Behebung von Mängeln aufgrund von Material- oder Fabrikationsfehlern durch Reparatur oder Austausch.

Bitte geben Sie den Artikel im Garantiefall mit dem Kaufbeleg (unter Angabe des Reklamationsgrundes) an Ihren Händler zurück.

Entsorgen

Verpackung entsorgen



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

Artikel entsorgen

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



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

Auch (Online-)Vertreiber von Elektro- und Elektronikgeräte, sind verpflichtet alte Elektro- und Elektronikgeräte zurückzunehmen. Bei Kauf eines Neugerätes muss der Vertreiber auf Verlangen des Endnutzers eine unentgeltliche 1:1-Rücknahme eines Altgerätes durchführen. Ohne Neuerwerb sind die o.a. Vertreiber verpflichtet, auf Verlangen des Endnutzers bis zu drei Altgeräte (max. Kantenlänge von 25 cm) unentgeltlich zurückzunehmen.

Die Batterien sind vor dem Entsorgen aus dem Grundgerät zu entnehmen!
Die Batterien müssen getrennt von den anderen Geräteteilen entsorgt werden.



Dieses Symbol besagt, dass Batterien und Akkus nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden dürfen. Sie sind gesetzlich verpflichtet, alle Batterien bei einer Sammelstelle ihrer Gemeinde/ihres Stadtteils oder im Handel abzugeben.

Die Inhaltsstoffe sind giftig und gefährden bei unsachgemäßer Entsorgung die Umwelt und können gesundheitsschädigende Wirkungen auf Menschen, Tiere und Pflanzen haben.

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

Dear Customer!

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

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

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

Your ADE Team

General information

About this operating manual



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

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

Explanation of symbols



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



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



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



This symbol indicates additional information and general notes.


Table of Contents

General information	16
Safety	18
Intended use	19
Overview	20
Scope of delivery	20
Start-up	21
This is how your body analyser scales work.....	21
Measuring your weight	22
Entering personal data	22
Body analysis.....	23
Changing the battery.....	26
Cleaning	26
Fault/Remedy.....	26
Technical data.....	27
Declaration of conformity	28
Warranty	28
Disposal.....	28



Bamboo is a natural material that is alive and changes over time. Therefore, slight surface cracking can occur over time.

Safety

- This product may be used by children aged 8 and above, as well as by persons with reduced physical, sensory, or mental capacities or lacking experience and knowledge if they are supervised or have been instructed in the safe use of the product and understand the risks that may arise.
- Children must not play with the product.
- Keep packaging material away from children. There is a risk of choking if swallowed. Also pay attention that children do not pull the packaging material over their heads.
- 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.

RISK of fire/burning and/or explosion

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

WARNING of risk of injury

- Do not step onto the outer edge of any one side of the scale. Risk of tipping!
- Do not step onto the scale with wet feet or when its surface is damp. Risk of slipping!

BEWARE of material damage

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

- Remove the batteries from the scales if they have been used up or if you are not going to use the scales for a long time. You will thus avoid damage that may result from leakage of battery acid.
- When replacing the batteries, pay attention to the correct polarity (+/-).
- Do not subject the batteries to any extreme conditions, by – for example – storing them on radiators or under direct sunlight. Increased risk of leakage!
- Clean the battery and device contacts, as needed, before inserting the battery.
- Do not make any modifications to the product. Only allow repairs to be carried out by a specialist workshop. Repairs carried out improperly can considerably endanger the user.
- There are feet on the underside of the scale. Since floor surfaces are made from various materials and are treated with diverse care products, it cannot be completely excluded that some of these substances contain ingredients that may adversely affect and soften the feet of the device. If necessary, place a non-slip pad under the scale.

Intended use

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

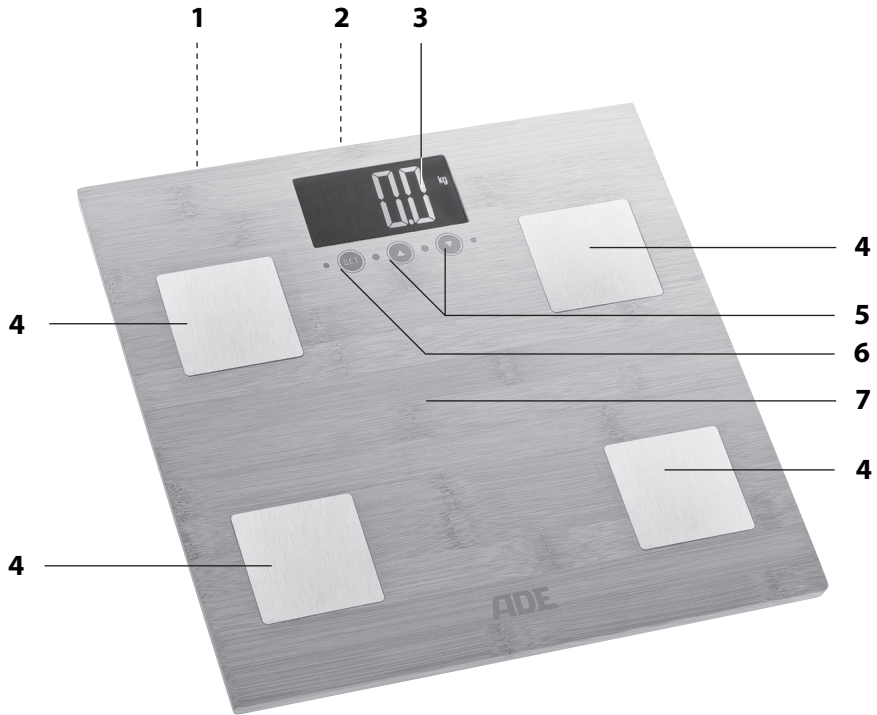
The maximum carrying capacity of 150 kg must not be exceeded.

Do not use these scales 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.

Overview



- 1 UNIT button (back): Changing the unit of measurement
- 2 Battery compartment (reverse side)
- 3 Display
- 4 Sensor
- 5 ▲▼ buttons: Select memory cell, reduce data, increase data
- 6 SET button: Call up setting mode, save inputs, switch scale to body analysis mode
- 7 Weighing surface

Scope of delivery

- Body Analysis Scales
- 2x CR2032 batteries, 3 V --- (pre-inserted)
- Operating Manual

Start-up

Removing iso-strips

The batteries are already inserted on delivery and, for protection against premature discharge, are provided with an iso-strip. In order to start up the scale, you must remove the iso-strip.

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

1. Push the locking tab towards the battery compartment cover and remove the battery compartment cover.
2. Pull out the iso-strip.
3. Replace the battery compartment cover.

Choosing the unit of measurement

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

1. To switch on the scale, exert a little force on the weighing surface.
2. To select the desired unit of measurement, press repeatedly the UNIT button on the back of the scale. Note the display.

Setting up the scale

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

This is how your body analyser scales work

Your new body analyser scales work using so-called BIA-technology (Bioelectric Impedance Analysis). This involves an undetectable, completely harmless and weak current flowing through your body.

The measurement takes place via sensors that are mounted on the weighing surface.

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

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

- Weight
- Body fat proportion in %
- Body water in %
- Muscle mass in %
- Bone mass in %

The scale has a total of 10 memory cells.

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 input any data.



- Stand still on the scale. Stand still and do not hold on to anything.

The measured weight will be displayed shortly thereafter.

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

Entering personal data

1. To switch on the scale, step on or briefly press once down firmly on the weighing surface.
“0.0” and the set unit of measurement, e.g. “kg”, will be shown on the display.
2. Press SET.
“P1” (P1-P10) flashes on the display.
3. Use the ▲ or ▼ button to select the desired memory cell.

4. Press SET.
Use the ▲ or ▼ button to select your gender:  for male, or  for female.
5. Press SET.
On the display, the preset value for age (preset: 30).
6. Use the ▲ or ▼ button to enter your age.
7. Press SET.
The preset body height value (e.g. "170" for cm) flashes on the display.
8. Use the ▲ or ▼ button to enter your height.
9. Finally, press SET. You have thus input the necessary data. All inputs are then displayed all together once more.
The display then shows "0.0" and you can proceed with your body analysis.
If you do nothing else, the scales will automatically switch off after a few seconds.



- Keeping the ▲ or ▼ button pressed displays the data faster in forward and reverse direction, respectively.
- Entered data can only be overwritten by making a new entry.
- If the time interval between two pushes of a button is more than 10 seconds, the scale will switch off and you should repeat the procedure.




Body analysis



- Body analysis is only possible if your data has been entered (see previous chapter).
- See the chapter "Weighing Tips".

1. Press SET to switch on the scale.
2. Use the ▲ or ▼ button to select the memory cell where your personal body data are stored.
3. Press SET repeatedly to confirm your displayed data successively.
The data are then briefly displayed in succession. The display then shows "0.0" and the selected unit of measurement, e.g. "kg".
4. Position yourself barefoot on the scales. Stand 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 following values are displayed one after another:

	Indicator	Meaning
1.		Your body weight in the set unit of measurement
2.	Overfat fat	Your proportion of body fat in %
3.	TBW	Your body water in %
4.		Your muscle mass in %
5.		Your bone mass in the selected unit of measurement, e.g. "kg"

Weighing tips

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

Notes on the ascertained values

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

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

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

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

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

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

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

Of this total body water approx. two thirds are stored in the cells and is 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%

There are no general reference values for muscle mass.

Changing the battery

A change of batteries becomes necessary when “Lo” appears on the display, or when nothing at all is displayed.

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 scales.
- 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.
- Never use harsh, scouring or abrasive cleaning agents or the like to clean the scale. Otherwise, the surface could be scratched.

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

Fault/Remedy

Fault	Possible cause
No function	<ul style="list-style-type: none">▪ Are the batteries empty or inserted the wrong way around?
The scale appears to be displaying wrong weighing results	<ul style="list-style-type: none">▪ Is the scale located on a firm, even surface?▪ Is a device that can cause electromagnetic disturbances located in the vicinity of the scale?▪ Remove the batteries from the scale and wait a moment. Reinsert the batteries. The data stored until then are retained.
“Lo” is shown on the display	<ul style="list-style-type: none">▪ The batteries are empty, see “Changing the battery”.
“Err” is shown on the display	<ul style="list-style-type: none">▪ The maximum capacity of the scale (150 kg) has been exceeded.

Fault	Possible cause
"Err2" is displayed	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check whether the scale is correctly positioned. 2. Ideally, have an assistant carry out the weighing process once again. If "Err2" is displayed again, the weighing sensors are defective. In this case, contact the dealer where you bought the scale.

Technical data

Model:	BA 914 body analysis scale "Barbara"
Battery:	2x CR2032 / 3 V ---
Rated current:	30 mA
Measuring range:	max. 150 kg
Variance:	2% +/-100 g
Indicator division	
Weight and bone mass:	100 g
Body water, muscle mass, body fat:	0.1%
Memory cells:	10
Age input:	10-80 years
Height:	100-240 cm
Scale dimensions:	approx. 300 x 300 x 34 mm
Scale weight:	approx. 1 kg
Distributor: (no service address)	GREINDS GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburg, Germany

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

Declaration of conformity

GRENDS GmbH hereby declares that BA 914 body analysis scale complies with EU directives 2014/30/EU and 2011/65/EU.

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

Hamburg, July 2023
GRENDS GmbH



Warranty

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

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

Disposal

Disposing of the packaging



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

Disposing of the product

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



Devices must not be disposed of in normal household waste

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

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



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

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

¡Estimada/o clienta/e!

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

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

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

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

El equipo de ADE

Información general

Acerca de estas instrucciones



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

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

Explicación de símbolos



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



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



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



Este símbolo significa información adicional e indicaciones generales.

Índice

Información general	30
Seguridad	32
Uso previsto	33
De un vistazo	34
Alcance del suministro	34
Puesta en funcionamiento	35
Así funciona su nueva báscula de análisis corporal	35
Medición del peso	36
Introducción de la información personal	36
Análisis corporal	37
Cambio de la pila	40
Limpieza	40
Problema/Solución	40
Datos técnicos	41
Declaración de conformidad	42
Garantía	42
Eliminación	42



El bambú es un material natural que vive y cambia con el tiempo. Por lo tanto, pueden aparecer leves grietas en la superficie con el tiempo.

Seguridad

- Este artículo puede ser utilizado por niños mayores de 8 años y por personas con discapacidad física, sensorial o mental o con falta de experiencia o conocimientos, siempre que estén supervisados o se les instruya sobre el uso seguro del artículo y comprendan los riesgos que pueden producirse.
- Los niños no deben jugar con el artículo.
- Mantenga a los niños alejados del material de embalaje. Este puede suponer un riesgo de asfixia si se ingiere. Tenga cuidado de que no introduzcan la cabeza en la bolsa del embalaje.
- La limpieza y el mantenimiento por parte del usuario no deben ser realizados por niños, salvo que sean mayores de 8 años y estén supervisados.



Las pilas pueden resultar peligrosas. Por tanto, manténgalas fuera del alcance de los niños. Si se ingiere una pila o se introduce en el cuerpo de cualquier otro modo, debe acudir inmediatamente al médico. De lo contrario, pueden producirse quemaduras internas graves en 2 horas, lo que podría provocar la muerte.

RIESGO de incendio/combustión y/o explosión

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

ADVERTENCIA por riesgo de lesiones

- No suba en el borde exterior en un solo lado de la báscula. ¡Riesgo de vuelco!
- No se suba a la báscula con los pies mojados ni cuando la superficie de la báscula esté húmeda. ¡Riesgo de resbalón!

PRECAUCIÓN por daños materiales

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

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

Uso previsto

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

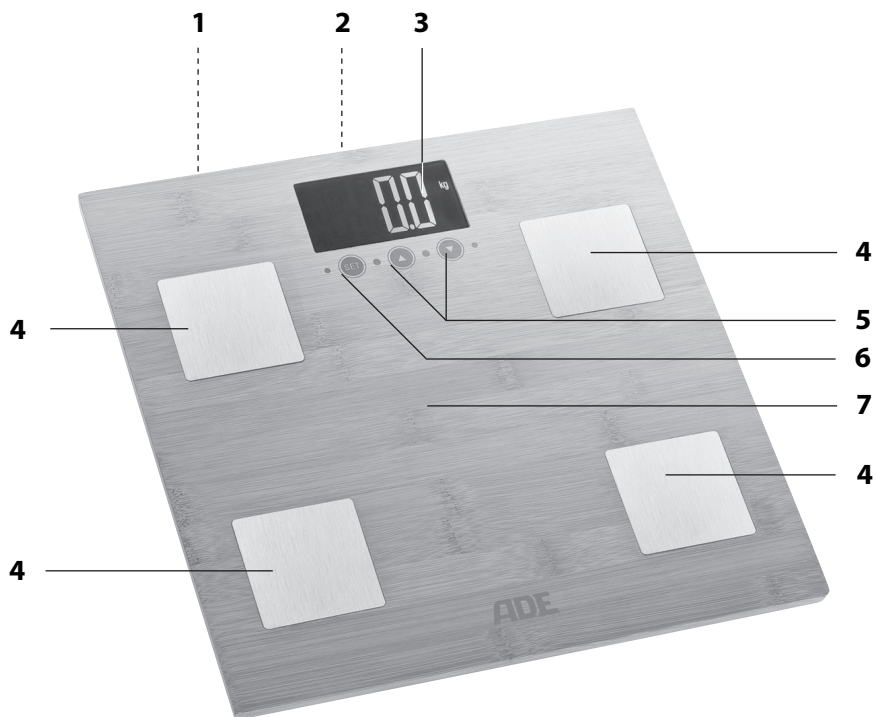
No debe sobrepasarse la capacidad máxima de peso de 150 kg.

No utilice esta báscula en caso de que...

- ... esté embarazada,
- ... lleve un marcapasos,
- ... esté en diálisis,
- ... tenga un edema,
- ... lleve implantes como extremidades artificiales, placas de metal, etc.


En caso de duda, consulte con su médico.

De un vistazo



- 1 Tecla UNIT (parte posterior): Cambiar unidad de medida
- 2 Compartimento de la pila (parte posterior)
- 3 Pantalla
- 4 Sensor
- 5 Botones ▲▼: Seleccionar memoria, disminuir datos, aumentar datos
- 6 Botón SET: Seleccionar el modo de configuración, guardar entradas, cambiar la báscula al modo de análisis corporal
- 7 Superficie de pesaje

Alcance del suministro

- Báscula de análisis corporal
- 2 pilas tipo CR2032, 3 V  (incluidas)
- Manual de instrucciones

Puesta en funcionamiento

Retirar la banda Iso

Cuando se entrega, las pilas ya están colocadas y provistas de una banda Iso para evitar que se descarguen. Para poner en funcionamiento la báscula, hay que retirar la banda Iso.

El compartimento de las pilas se encuentra en la parte posterior del aparato.

1. Presione la lengüeta de cierre hacia la tapa del compartimento de la pila y retírela.
2. Saque la banda Iso.
3. Vuelva a colocar la tapa del compartimento de las pilas.

Seleccionar la unidad de medida

Originalmente, la unidad de medida está ajustada en "kg". Sin embargo, el resultado de la medición también se puede mostrar en las unidades de medida inglesas "lb" (libra) y "st:lb" (stone).

1. Presione la superficie de pesaje con un poco de fuerza para encender la báscula.
2. Pulse repetidamente el botón UNIT de la parte posterior de la báscula para seleccionar la unidad de medida deseada. Observe la indicación de la pantalla.

Colocación de la báscula

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

Así funciona su nueva báscula de análisis corporal

Su nueva báscula de análisis corporal funciona con la llamada tecnología BIA (análisis de impedancia bioeléctrica). Una corriente imperceptible, inofensiva y débil fluye por su cuerpo.

La medición se realiza mediante los sensores distribuidos sobre la superficie de pesaje.

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

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

- Peso
- Porcentaje de grasa corporal
- Porcentaje de agua corporal
- Masa muscular en %
- Masa ósea en %

La báscula dispone de un total de 10 memorias de almacenamiento.

Errores de medida

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

Personas que...

- ... hagan ejercicio 10 horas o más por semana,
- ... sean atletas profesionales, culturistas o atletas de resistencia,
- ... mayores de 70 años.
- ... sean menores de 10 años.

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

Medición del peso



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



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

Poco después se mostrará el peso medido.

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

Introducción de la información personal

1. Para conectar la báscula, súbase o presione brevemente una vez con algo de fuerza la superficie de pesaje.
En la pantalla se muestra "0.0" y la unidad de medida definida, por ejemplo "kg".
2. Presione SET.
"P1" (P1-P10) parpadea en la pantalla.
3. Seleccione con la tecla ▲ o ▼ el espacio de memoria deseado

4. Presione SET.
Seleccione con la tecla ▲ o ▼ su género:  para hombre o  para mujer.
5. Presione SET.
El valor preestablecido para la edad parpadea en la pantalla (preestablecido: 30).
6. Con la tecla ▲ o ▼ introduzca su edad.
7. Presione SET.
El valor preestablecido para la altura parpadea en la pantalla (por ejemplo, "170" para cm).
8. Con la tecla ▲ o ▼ introduzca su altura.
9. Vuelva a presionar SET. De este modo, los datos necesarios quedan registrados. Todos los datos introducidos se muestran nuevamente en la pantalla de una vez. A continuación, aparecerá "0.0" y podrá realizar su análisis corporal. Si no se detecta actividad, se apaga automáticamente al cabo de unos segundos.



- Si mantiene pulsada la tecla ▲ o ▼, el avance o retroceso de los datos mostrados es más rápido.
- Los datos introducidos se pueden sobrescribir con una nueva entrada.
- Si transcurren más de 10 segundos entre las pulsaciones de dos teclas, la báscula se apagará y habrá que repetir el proceso.




Análisis corporal



- Solo es posible realizar el análisis corporal si ha introducido sus datos, véase el capítulo anterior.
- Por favor, lea el capítulo "Consejos para pesarse".

1. Pulse el botón SET para conectar la báscula.
2. Utilice la tecla ▲ o ▼ para seleccionar el espacio de memoria en el que ha almacenado sus datos corporales personales.
3. Pulse SET repetidamente para confirmar los datos mostrados uno tras otro.
A continuación, los datos se muestran brevemente uno tras otro. A continuación, se muestra "0.0" y la unidad de medida seleccionada, por ejemplo "kg".
4. Colóquese sobre la báscula con los pies descalzos. Permanezca sobre ella sin moverse y no se sujete a nada.
 - Asegúrese de que cada pie está colocado sobre un sensor.
 - No debe haber contacto entre los pies, las piernas, las pantorrillas y los muslos. De lo contrario, el cálculo no sería preciso.

Los siguientes valores se muestran uno tras otro en la pantalla:

Indicación	Significado
1. 	Su peso corporal en la unidad de medida seleccionada
2. Overfat fat	Su porcentaje de grasa corporal
3. TBW	Su porcentaje de agua corporal
4. 	Su porcentaje de masa muscular
5. 	Su masa ósea en la unidad de medida seleccionada, por ejemplo "kg"

Consejos para pesarse

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

Información sobre los datos obtenidos

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

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

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


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


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

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

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

De esta agua corporal total, alrededor de dos tercios se almacenan en las células y por ello se le conoce como agua intracelular. El tercio restante es agua extracelular.

Mujeres 					
Edad	Grasa corporal				Agua corporal
	delgadez	normal	ligero 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
	delgadez	normal	ligero 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 %

No existen pautas generales para la masa muscular.

Cambio de la pila

Será necesario sustituir las pilas cuando en la pantalla aparezca "Lo" o no aparezca nada.

Cuando cambie la pila, tenga en cuenta lo siguiente:

- Los datos calculados e introducidos con anterioridad permanecen guardados.
- Utilice únicamente el tipo de pilas especificado en los "Datos técnicos".
- Al colocar la pila, preste atención a la polaridad correcta (+/-). El polo positivo (+) debe señalar hacia arriba.
- Elimine las pilas usadas siguiendo la normativa medioambiental, consulte "Eliminación".

Limpeza



ADVERTENCIA de daños materiales

- No sumerja la báscula en agua ni en ningún otro líquido.
- No utilice nunca productos o medios de limpieza duros, ásperos o abrasivos para limpiar la báscula. Podría arañar la superficie.


1. Cuando sea necesario, limpie la báscula con un paño suave ligeramente humedecido.
2. Desinfecte la superficie de pesaje y los sensores de vez en cuando con un desinfectante adecuado (disponibles en droguerías y establecimientos especializados).

Problema/Solución

Problema	Causa posible
No funciona nada	<ul style="list-style-type: none">▪ ¿Se han gastado las pilas o están mal colocadas?
La báscula muestra valores claramente erróneos	<ul style="list-style-type: none">▪ ¿Está colocada la báscula sobre una base estable y plana?▪ ¿Hay algún aparato cerca de la báscula que pueda producir interferencias electromagnéticas?▪ Saque las pilas de la báscula y espere un momento. Vuelva a colocar las pilas. Se conservan los datos guardados con anterioridad.

Problema	Causa posible
En la pantalla se muestra "Lo"	<ul style="list-style-type: none"> Las pilas están agotadas, consulte "Cambio de la pila".
En la pantalla se muestra "Err"	<ul style="list-style-type: none"> Se sobrepasó la capacidad máxima de la báscula de 150 kg.
Aparece "Err2" en la pantalla	<ol style="list-style-type: none"> Compruebe si la báscula está colocada correctamente. Lo ideal es que una segunda persona repita el proceso de pesaje. Si vuelve a aparecer "Err2", significa que los sensores de pesaje están defectuosos. Póngase en contacto con el distribuidor al que le compró la báscula.

Datos técnicos

Modelo:	Básculas de análisis corporal BA 914 "Barbara"
Pilas:	2 x CR2032 / 3 V 
Intensidad de corriente:	30 mA
Rango de pesaje:	máx. 150 kg
Margen de error:	2% +/- 100g
Subdivisiones	
Peso y masa ósea:	100 g
Agua corporal, masa muscular, grasa corporal:	0,1 %
Memorias:	10
Introducción de la edad:	10-80 años
Altura:	100-240 cm
Dimensiones de la báscula:	300 x 300 x 34 mm
Peso de la báscula:	aprox. 1 kg
Distribuidor: (no hay dirección de servicio técnico)	GRENDS GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburgo, Alemania

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

Declaración de conformidad

GREENDS GmbH declara por la presente que la báscula de análisis corporal BA 914 cumple con las directivas de la UE 2014/30/UE y 2011/65/UE.

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, julio de 2023
GREENDS GmbH



Garantía

GREENDS GmbH garantiza la eliminación gratuita de los fallos debidos a defectos de material o de fabricación mediante reparación o sustitución durante 2 años a partir de la fecha de compra.

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

Eliminación

Eliminación del embalaje



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

Eliminación del artículo

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



Los aparatos no deben eliminarse con la basura doméstica normal

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

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



Las pilas y baterías no son residuos domésticos

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

Chère cliente, cher client !

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

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

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

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

L'équipe ADE

Généralités

À propos de ce mode d'emploi



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

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

Légende



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



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



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



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


Table des matières

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



Le bambou est un matériau naturel vivant, qui change avec le temps. Par conséquent, de légères fissures peuvent se produire à la surface avec le temps.

Sécurité

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

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

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

ATTENTION Risque de blessure

- Ne montez pas unilatéralement sur le bord extérieur de la balance. Risque de basculement !
- Ne montez pas sur la balance avec les pieds mouillés ou si la surface est humide. Risque de chute !

ATTENTION Risque de dommages matériels

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

- Protégez la balance contre les coups et les chocs importants.
- Enlevez les piles de l'article lorsque celles-ci sont déchargées ou si vous n'utilisez pas la balance pendant une durée prolongée. Vous éviterez ainsi les dommages qui pourraient résulter d'une fuite des piles.
- Lors du remplacement des piles, veillez à respecter la polarité (+/-).
- Ne soumettez pas les piles à des conditions extrêmes en les conservant sur des radiateurs ou en les exposant au rayonnement direct du soleil. Risque accru de fuite pour les piles !
- Si nécessaire, nettoyez les bornes des piles et les contacteurs de l'appareil avant l'insertion.
- N'essayez pas de modifier l'article. Ne faites réaliser les réparations que par un atelier spécialisé. Toute réparation incorrecte peut entraîner de graves dangers pour l'utilisateur.
- La balance dispose de pieds sur le dessous. Les surfaces étant composées des matériaux les plus divers et étant nettoyées avec les produits les plus variés, il n'est pas entièrement exclu que certains de ces matériaux contiennent des éléments qui peuvent attaquer et ramollir les pieds de l'appareil. Le cas échéant, disposez un support antidérapant sous la balance.

Utilisation conforme

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

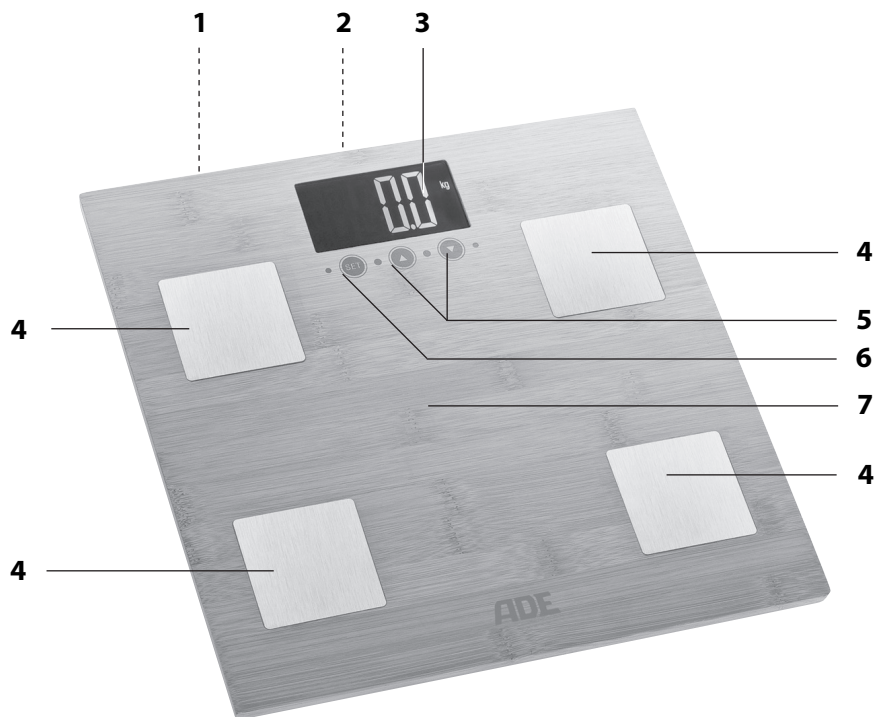
Sa capacité de charge maximale de 150 kg ne doit pas être excédée.

N'utilisez pas la balance si vous...

- ... êtes enceinte,
- ... portez un pacemaker,
- ... êtes sous dialyse,
- ... souffrez d'œdème,
- ... portez des implants, par exemple un membre artificiel, une plaque de métal, etc.


En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant.

Aperçu



- 1 Touche UNIT (face arrière) : pour changer l'unité de mesure
- 2 Compartiment à piles (arrière)
- 3 Écran
- 4 Capteur
- 5 Touches ▲▼ : pour sélectionner la mémoire, réduire et augmenter les données affichées
- 6 Touche SET : pour passer en mode réglage, enregistrer les saisies, mettre la balance en mode d'analyse corporelle
- 7 Surface de pesée

Contenu de l'emballage

- Balance d'analyse corporelle
- 2 piles de type CR2032, 3 V  (déjà installées)
- Mode d'emploi

Mise en marche initiale

Enlever la bande isolante

Lors de la livraison, les piles sont déjà insérées et sont munies d'une bande isolante pour prévenir une décharge prématurée. Pour mettre la balance en service, il est nécessaire de retirer cette bande isolante.

Le compartiment à piles se trouve sur le dessous de l'appareil.

1. Poussez la languette de fermeture vers le couvercle du compartiment à piles et retirez le couvercle.
2. Retirez la bande isolante.
3. Réinstallez le couvercle du compartiment à pile.

Sélection de l'unité de mesure

L'unité de mesure réglée par défaut sur la balance est le kilogramme « kg ». Le résultat de la mesure peut également être indiqué dans les unités de mesure anglaises « lb » (livre) et « st:lb » (stone et livre).

1. Appuyez sur la surface de pesée en exerçant une légère pression pour mettre la balance en marche.
2. Appuyez à nouveau sur la touche UNIT à l'arrière de la balance pour sélectionner l'unité de mesure souhaitée. Observez l'affichage sur l'écran.

Installation de la balance

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

Principe de fonctionnement de votre nouvelle balance

Votre nouvelle balance d'analyse corporelle repose sur la technologie BIA (Analyse de l'Impédance Bioélectrique). De l'électricité à faible intensité, imperceptible et totalement inoffensive, parcourt votre corps.

Les mesures s'effectuent au moyen des capteurs installés sur la surface de pesée.

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

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

- Poids
- Taux de graisse corporelle en %
- Teneur en eau du corps en %
- Masse musculaire en %
- Masse osseuse en %

La balance dispose de 10 mémoires au total.

Erreurs de mesure

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

Personnes qui ...

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

... sont des athlètes professionnels, des culturistes ou des adeptes de sports d'endurance,

... sont âgées de plus de 70 ans,

... sont âgées de moins de 10 ans.

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

Mesure du poids



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



- Montez simplement sur la balance. Restez immobile sans vous tenir à quoi que ce soit.

Le poids mesuré s'affiche sous peu.

La balance s'éteint automatiquement quelques secondes après que vous avez quitté la surface de pesée.

Saisie des données personnelles

1. Placez-vous brièvement ou exercez une légère pression 1 fois sur la surface de pesée pour mettre la balance sous tension.
L'écran affiche alors « 0.0 » et l'unité de masse sélectionnée, par exemple « kg ».
2. Appuyez sur SET.
« P1 » (P1-P10) s'affiche en clignotant sur l'écran.
3. Sélectionnez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ la mémoire souhaitée

4. Appuyez sur SET.
Sélectionnez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ votre sexe :  pour homme ou  pour femme.
5. Appuyez sur SET.
La valeur préréglée pour l'âge s'affiche sur l'écran (préréglage : 30).
6. Entrez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ votre âge.
7. Appuyez sur SET.
La valeur préréglée pour la taille s'affiche sur l'écran par ex. (« 170 » en cm).
8. Entrez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ votre taille.
9. Pour finir, appuyez sur SET. Vous aurez ainsi saisi les données nécessaires. Toutes les données saisies s'afficheront ensuite successivement encore une fois sur l'écran.
L'écran indiquera ensuite « 0.0 » et vous pourrez entreprendre votre analyse corporelle.
Si vous ne faites rien de plus, la balance s'éteint automatiquement après quelques secondes.



- Maintenez la touche ▲ ou ▼ enfoncée pour faire avancer ou reculer plus rapidement les données indiquées.
- Les données enregistrées peuvent être remplacées par de nouvelles.
- La balance s'éteint lorsque plus de 10 secondes se sont écoulées entre deux pressions sur une touche. Vous devrez alors répéter la procédure.




Analyse corporelle



- L'analyse corporelle n'est possible que si vous avez saisi vos données, voir chapitre précédent.
- Veuillez consulter le chapitre « Conseils de pesée ».

1. Appuyez sur SET pour mettre la balance en marche.
2. Sélectionnez à l'aide de la touche ▲ ou ▼ la mémoire sur laquelle vous avez enregistré vos données corporelles personnelles.
3. Appuyez une nouvelle fois sur SET pour confirmer les unes après les autres les données indiquées.
Les données s'afficheront ensuite les unes après les autres un bref instant. L'écran affichera « 0.0 » ainsi que l'unité de mesure sélectionnée, par ex. « kg ».
4. Montez pieds nus sur la balance. Restez immobile sans vous tenir à quoi que ce soit.
 - Veillez à ce que chaque pied soit sur un capteur.
 - Il ne doit y avoir aucun contact entre les pieds, les jambes, les mollets et les cuisses, au risque de produire une mesure inexacte.

L'écran vous indique à plusieurs reprises les valeurs suivantes les unes après les autres :

Indication	Signification
1. 	Votre poids dans l'unité de mesure définie
2. Overfat fat	Votre taux de graisse corporelle en %
3. TBW	La teneur en eau de votre corps en %
4. 	Votre masse musculaire en %
5. 	Votre masse osseuse dans l'unité de mesure sélectionnée, par ex. « kg »

Conseils de pesée

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

Indications concernant les valeurs calculées

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

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

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

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


augmentation du taux de graisse corporelle.


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

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

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

De cette masse d'eau, environ deux tiers sont stockés dans les cellules, c'est pourquoi on l'appelle eau intracellulaire. L'autre tiers est de l'eau extracellulaire.

Femmes 					
Âge	Graisse corporelle				Teneur en eau
	mince	normal	léger surpoids	surpoids	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 %

Hommes 					
Âge	Graisse corporelle				Teneur en eau
	mince	normal	léger surpoids	surpoids	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 %

Il n'existe pas de valeurs de référence générales pour la masse musculaire.

Changement des piles

Les piles devront être changées lorsque l'écran affiche « Lo » ou ne s'allume plus.

Remarques concernant le changement de pile :

- Les données obtenues et saisies jusqu'alors ne seront pas effacées.
- N'utilisez que le type de pile indiqué dans les « Caractéristiques techniques ».
- Veillez au respect de la polarité (+/-) en insérant la pile.
La borne plus (+) doit être orientée vers le haut.
- Éliminez les piles usagées dans le respect de l'environnement, voir « Mise au rebut ».

Nettoyage



AVERTISSEMENT Risque de dommages matériels

- Ne plongez jamais la balance dans de l'eau ou tout autre liquide.
- N'utilisez en aucun cas de détergents corrosifs, abrasifs, agressifs ou autres pour nettoyer la balance. Cela pourrait rayer la surface.


1. Si nécessaire, essuyez la balance avec un chiffon doux légèrement humide.
2. Désinfectez de temps à autre la surface de pesée et les capteurs avec un produit désinfectant adapté (disponible dans les magasins spécialisés et les drogueries).

Problèmes/solutions

Dysfonctionnement	Cause possible
Le produit ne fonctionne pas	<ul style="list-style-type: none">▪ Piles déchargées ou insérées à l'envers ?
La balance affiche clairement des résultats erronés	<ul style="list-style-type: none">▪ La balance se trouve-t-elle sur une surface dure et plane ?▪ Y a-t-il un appareil pouvant générer des perturbations électromagnétiques à proximité de la balance ?▪ Retirez les piles de la balance et attendez un instant. Remettez les piles. Les données enregistrées jusque-là sont conservées.
L'écran affiche l'indication « Lo »	<ul style="list-style-type: none">▪ Les piles sont vides, voir « Changement des piles ».

Dysfonctionnement	Cause possible
L'écran indique « Err »	<ul style="list-style-type: none"> La capacité maximale de la balance de 150 kg a été dépassée.
L'écran affiche « Err2 ».	<ol style="list-style-type: none"> Vérifiez que la balance est placée correctement. Dans la mesure du possible, faites réaliser le processus de pesée par une deuxième personne. Si « Err2 » s'affiche de nouveau, cela signifie que les capteurs de pesée sont défectueux. Adressez-vous au distributeur chez qui vous vous êtes procuré la balance.

Caractéristiques techniques

Modèle :	Balance d'analyse corporelle BA 914 « Barbara »
Pile :	2 x CR2032 / 3 V 
Intensité nominale :	30 mA
Plage de mesure :	max. 150 kg
Erreur de mesure :	2 % +/- 100 g
Paliers	
Poids et masse osseuse :	100 g
Eau corporelle, masse musculaire, graisse corporelle :	0,1 %
Mémoires :	10
Indication de l'âge :	10-80 ans
Taille :	100-240 cm
Dimensions de la balance :	env. 300 x 300 x 34 mm
Poids de la balance :	env. 1 kg
Distributeur : (n'effectue pas les réparations)	GRENDS GmbH Stahlwiete 23 22761 Hambourg, Allemagne

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

Déclaration de conformité

La société GRENDS GmbH déclare par la présente que la balance d'analyse corporelle BA 914 est conforme aux directives 2014/30/UE et 2011/65/UE.

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

Hambourg, juillet 2023
GRENDS GmbH



Garantie

La société GRENDS GmbH garantit pendant une durée de 2 ans à compter de la date d'achat l'élimination gratuite des défauts dus à des anomalies de matériau ou de fabrication par réparation ou remplacement.

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

Mise au rebut

Élimination de l'emballage



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

Mise au rebut de l'article

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



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

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

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



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

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



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

Gentile cliente!

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

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

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

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

Il Suo team ADE

Informazioni generali

Informazioni sulle presenti istruzioni



Queste istruzioni per l'uso descrivono l'utilizzo sicuro e la cura del prodotto. Conservarle per eventuali consultazioni future. In caso di cessione del prodotto a terzi, consegnare anche le presenti istruzioni per l'uso.

La mancata osservanza delle istruzioni per l'uso può causare lesioni alle persone o danni al prodotto.

Descrizione dei simboli



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



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



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



Questo simbolo indica ulteriori informazioni o indicazioni generali.


Indice dei contenuti

Informazioni generali	58
Sicurezza.....	60
Uso Previsto	61
Descrizione	62
Contenuto della confezione	62
Messa in funzione.....	63
Funzionamento della bilancia con analisi corporea	63
Misurazione del peso	64
Immissione dei dati personali	64
Analisi corporea	65
Sostituzione della batteria	68
Pulizia.....	68
Risoluzione dei problemi	68
Dati tecnici	69
Dichiarazione di conformità	70
Garanzia	70
Smaltimento.....	70



Il bambù è un materiale naturale che vive e cambia con il tempo. Pertanto, con il tempo possono apparire leggere crepe nella superficie.

Sicurezza

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

PERICOLO di incendio, ustioni e/o esplosione

- La sostituzione non corretta delle batterie può costituire un pericolo di esplosione. Sostituire le batterie solo con altre uguali o di tipo equivalente. Osservare quanto indicato nei "Dati tecnici".
- Le batterie non devono essere ricaricate, riattivate con altri mezzi, smontate, buttate nel fuoco o messe in cortocircuito.
- Evitare il contatto con la pelle, gli occhi e le mucose. In caso di contatto con liquido della batteria, sciacquare immediatamente l'area interessata con abbondante acqua pulita e consultare immediatamente un medico.

AVVERTENZE di pericolo di lesioni

- Non salire su un lato né sul bordo della bilancia. Pericolo di ribaltamento!
- Non salire con i piedi bagnati sulla bilancia o se la superficie della pedana è bagnata. Pericolo di scivolamento!

ATTENZIONE a danni materiali

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

- Estrarre le batterie dal dispositivo se sono scariche o se la bilancia non viene utilizzata per un lungo periodo. In tal modo si eviteranno danni causati da eventuali perdite di liquido dalle batterie.
- Quando si sostituiscono le batterie, assicurarsi che la polarità (+/-) sia corretta.
- Non sottoporre le batterie a temperature estreme, ad esempio conservandole vicino a termosifoni o alla luce diretta del sole. Serio rischio di fuoriuscita di liquido!
- Se necessario, pulire i contatti del dispositivo e le batterie prima di inserirle.
- Non apportare nessuna modifica al dispositivo. Rivolgersi esclusivamente ad un tecnico specializzato per la riparazione del prodotto. Riparazioni non eseguite correttamente possono essere causa di seri pericoli per l'utente.
- La bilancia è dotata di piedini sul lato inferiore. Dal momento che le superfici dei pavimenti possono essere di materiali differenti e trattate con una vasta gamma di prodotti per la pulizia, non è possibile escludere completamente la possibilità che tali materiali o prodotti contengano componenti in grado di danneggiare o ammorbidire i piedini della bilancia. Se necessario, mettere un tappetino antiscivolo sotto la bilancia.

Uso Previsto

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

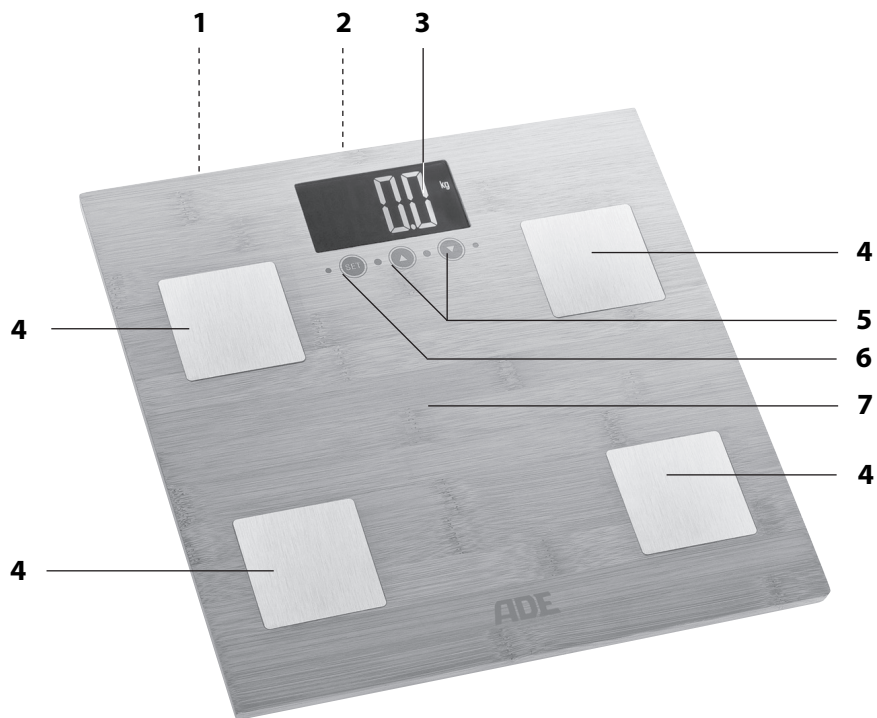
Non superare la portata massima di 150 kg.

Non utilizzare questa bilancia...

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


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

Descrizione



- 1 Tasto UNIT (retro): Modifica dell'unità di peso
- 2 Vano batteria (lato posteriore)
- 3 Display
- 4 Sensore
- 5 Tasti ▲▼: selezione dello spazio di memoria, diminuzione dei dati, aumento dei dati
- 6 Pulsante SET: Richiamare la modalità di impostazione, salvare le voci, passare alla modalità di analisi corporea
- 7 Piano di pesatura

Contenuto della confezione

- Bilancia con analisi corporea
- 2 batterie tipo CR2032, 3 V  (già inserite)
- Istruzioni per l'uso

Messa in funzione

Rimozione della striscia isolante

Il prodotto viene fornito con le batterie già inserite e protette da una striscia isolante che ne impedisce lo scaricamento precoce. Per mettere in funzione la bilancia, rimuovere la striscia isolante.

Il vano batterie si trova sul lato inferiore del dispositivo.

1. Spingere la linguetta di bloccaggio verso il coperchio del vano batteria e rimuovere quest'ultimo.
2. Estrarre la striscia isolante.
3. Fissare nuovamente il coperchio del vano batterie.

Selezione dell'unità di misura

Al momento della consegna, l'unità di misura predefinita è "kg". Tuttavia, il risultato della misurazione può essere visualizzato anche nelle unità di misura inglesi "lb" (libbra) e "st:lb" (libbra pietra).

1. Per accendere la bilancia premere sulla superficie di pesatura con una certa forza.
2. Premere più volte il tasto Unità sul lato posteriore della bilancia per selezionare l'unità di misura desiderata. Prestare attenzione alle indicazioni sul display.

Posizionamento della bilancia

- Porre la bilancia su una superficie piana, stabile e asciutta. Non metterla su un tappeto.

Funzionamento della bilancia con analisi corporea

La bilancia con funzione di analisi corporea utilizza l'analisi dell'impedenza bioelettrica (BIA). Una corrente debole, totalmente sicura e non tangibile fluisce attraverso il corpo.

La misurazione avviene tramite sensori, che sono posti sulla superficie di pesatura.

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

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

- Peso
- Grasso corporeo in %
- Massa d'acqua in %
- Massa muscolare in %
- Massa ossea in %

La bilancia è dotata complessivamente di 10 spazi di memoria.

Errore di misurazione

Per i seguenti gruppi di persone possono esserci errori di misurazione o di calcolo nell'analisi del corpo:

Persone che ...

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

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

... hanno più di 70 anni.

... hanno meno di 10 anni.

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

Misurazione del peso



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



- Posizionarsi direttamente sulla bilancia. Restare fermi e non sostenersi né appoggiarsi da nessuna parte.

Dopo qualche istante apparirà il peso rilevato.

La bilancia si spegnerà automaticamente alcuni secondi dopo essere scesi dalla pedana.

Immissione dei dati personali

1. Per accendere la bilancia, salire o premere una volta con un po' di forza sul piano di pesatura.
Sul display apparirà "0.0" e l'unità di misura impostata, ad es. "kg".
2. Premere SET.
"P1" (P1-P10) lampeggia sul display.
3. Premere il tasto ▲ o ▼ per selezionare la posizione di memoria desiderata

4. Premere SET.
Selezionare il proprio sesso con il tasto ▲ oppure ▼:  per uomo o  per donna.
5. Premere SET.
Sul display lampeggerà il valore preimpostato per l'età (impostazione predefinita: 30).
6. Inserire la propria età con il tasto ▲ o ▼.
7. Premere SET.
Il valore preimpostato per l'altezza del corpo lampeggia sul display (ad esempio "170" nel caso dei cm).
8. Selezionare la propria altezza con il tasto ▲ oppure ▼.
9. Infine, premere il pulsante SET. L'immissione dei dati richiesti è così completata. Tutti i dati inseriti vengono poi visualizzati nuovamente sul display in successione.
Dopodiché viene visualizzato "0.0" e si può eseguire l'analisi corporea.
Se non vengono eseguite altre operazioni, la bilancia si spegnerà automaticamente dopo alcuni secondi di inattività.



- Se si tiene premuto il tasto ▲ oppure ▼, i valori visualizzati si spostano più velocemente in avanti o indietro.
- I dati immessi possono essere sovrascritti.
- Se tra una pressione del tasto e l'altra passano più di 10 secondi, la bilancia si spegne ed è necessario ripetere il processo.




Analisi corporea



- L'analisi corporea è possibile solo dopo avere immesso i relativi dati (cfr. capitolo precedente).
- Osservare quanto indicato nel capitolo "Suggerimenti per la pesatura".

1. Premere SET per accendere la bilancia.
2. Utilizzare il tasto ▲ o ▼ per selezionare la posizione di memoria dove sono stati memorizzati i dati corporei personali.
3. Premere ripetutamente SET per confermare i dati visualizzati uno ad uno.
Successivamente i dati vengono visualizzati brevemente in successione. Il display mostra quindi "0.0" e l'unità di misura selezionata, ad esempio "kg".
4. Salire sulla bilancia a piedi nudi. Restare fermi e non sostenersi né appoggiarsi da nessuna parte.
 - Accertarsi che i piedi si trovino sui sensori.
 - Non deve esserci nessun contatto tra piedi, gambe, polpacci e cosce. Altrimenti la misurazione non sarà accurata.

I seguenti valori vengono mostrati più volte in successione sul display:

Indicazione	Significato
1. 	Il peso nell'unità di misura impostata
2. Overfat	Massa grassa in %
3. fat	Massa grassa in %
4. TBW	Massa d'acqua in %
5. 	Massa muscolare in %
6. 	La massa ossea nell'unità di misura selezionata, ad esempio "kg"

Suggerimenti per la pesatura

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

Informazioni sui valori misurati

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

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

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

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

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

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

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

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

Donne ♀					
Età	Grasso corporeo				Massa acquosa
	magro	normale	leggero 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				Massa acquosa
	magro	normale	leggero 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%

Non esistono linee guida generali per la massa muscolare.

Sostituzione della batteria

La sostituzione delle batterie è necessaria quando sul display appare "Lo" oppure quando non è visibile nessuna indicazione.

Per la sostituzione della batteria osservare le seguenti istruzioni:

- I dati rilevati o inseriti fino a quel momento rimangono memorizzati.
- Utilizzare solo il tipo di batterie indicato nella scheda dei "Dati tecnici".
- Osservare la polarità corretta (+/-) quando si inserisce la batteria. Il polo positivo (+) deve essere rivolto verso l'alto.
- Provvedere allo smaltimento corretto delle batterie, vedi "Smaltimento".

Pulizia



ATTENZIONE a eventuali danni al prodotto

- Non immergere la bilancia in acqua o altri liquidi.
- Non pulire la bilancia con prodotti aggressivi o abrasivi che potrebbero graffiarne la superficie.


1. Se necessario, strofinare la bilancia con un panno morbido leggermente inumidito.
2. Disinfettare ogni tanto la pedana e i sensori con un disinfettante appropriato (acquistabile nei negozi specializzati o in drogheria).

Risoluzione dei problemi

Problema	Possibile causa
La bilancia non funziona	<ul style="list-style-type: none">▪ Le batterie sono scariche o sono state installate in modo errato?
La bilancia indica valori chiaramente errati	<ul style="list-style-type: none">▪ La bilancia si trova su una superficie stabile e piana?▪ Vicino alla bilancia è presente un dispositivo che può causare interferenze elettromagnetiche?▪ Estrarre le batterie dalla bilancia e attendere qualche istante. Inserire di nuovo le batterie. I dati memorizzati fino a quel momento vengono conservati.

Problema	Possibile causa
Sul display appare "Lo"	<ul style="list-style-type: none"> Le batterie sono scariche, consultare la sezione "Sostituzione della batteria".
Sul display appare la scritta "Err"	<ul style="list-style-type: none"> La capacità massima della bilancia di 150 kg è stata superata.
"Err2" viene visualizzato sul display	<ol style="list-style-type: none"> Verificare che la bilancia sia posizionata correttamente. L'ideale sarebbe che una seconda persona ripeta l'operazione di pesatura. Se viene visualizzato nuovamente "Err2", i sensori di pesatura sono difettosi. Rivolgersi al rivenditore presso il quale è stata acquistata la bilancia.

Dati tecnici

Modello:	Bilancia pesapersona elettronica con analisi corporea BA 914 "Barbara"
Batterie:	2x CR2032 / 3 V 
Corrente nominale:	30 mA
Portata:	max. 150 kg
Tolleranza:	2% +/- 100g
Incrementi	
Peso e massa ossea:	100 g
Acqua corporea, massa muscolare, grasso corporeo:	0,1 %
Spazi di memoria:	10
Età:	10-80 anni
Statura:	100-240 cm
Dimensioni della bilancia:	circa 300 x 300 x 34 mm
Peso della bilancia:	circa 1 kg
Distributore: (nessun indirizzo di assistenza)	GREND S GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburg, Germania

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

Dichiarazione di conformità

Con la presente GRENDS GmbH dichiara che la pesapersona elettronica con analisi corporea BA914 è conforme alle direttive 2014/30/UE e 2011/65/UE.

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

Amburgo, luglio 2023
GRENDS GmbH



Garanzia

La ditta GRENDS GmbH garantisce per 2 anni dalla data di acquisto che i difetti dovuti a materiale o difetti di fabbricazione saranno eliminati gratuitamente mediante riparazione o sostituzione.

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

Smaltimento

Smaltimento dell'imballaggio



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

Smaltimento del prodotto

Smaltire il prodotto secondo le norme vigenti nel proprio paese.



Il dispositivo non deve essere smaltito con i normali rifiuti domestici

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

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



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

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

Szanowny Kliencie!

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

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

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

Życzymy Państwu wiele radości podczas ważenia i odkrywania wskazywanych wartości!

Zespół ADE

Informacje ogólne

O niniejszej instrukcji



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

Nieprzestrzeganie instrukcji obsługi może spowodować obrażenia ciała lub uszkodzenie produktu.

Objaśnienie znaków



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



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



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



Ten symbol oznacza dodatkowe informacje i ogólne wskazówki.

Spis treści

Informacje ogólne.....	72
Bezpieczeństwo	74
Użytkowanie zgodne z przeznaczeniem	75
W skrócie	76
Zakres dostawy	76
Uruchomienie	77
Sposób działania nowej wagi do analizy ciała	77
Pomiar masy ciała	78
Wprowadzanie danych osobistych	78
Analiza ciała	79
Wymiana baterii	82
Czyszczenie	82
Usterka/środek zaradczy	82
Dane techniczne	83
Deklaracja zgodności	84
Gwarancja.....	84
Utylizacja	84



Bambus to naturalny materiał, który żyje i zmienia się wraz z upływem czasu. Dlatego z czasem na powierzchni mogą pojawić się drobne pęknięcia.

Bezpieczeństwo

- Ten produkt może być używany przez dzieci od 8. roku życia oraz przez osoby z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi, sensorycznymi lub umysłowymi bądź takie, którym brakuje doświadczenia i wiedzy, tylko wtedy, gdy są nadzorowane lub przeszły przeszkolenie z zakresu bezpiecznego użytkowania produktu i rozumieją wynikające z tego niebezpieczeństwa.
- Dzieci nie mogą bawić się produktem.
- Materiały opakowaniowe należy przechowywać z dala od dzieci. W przypadku połamania istnieje niebezpieczeństwo uduszenia się. Zwracać uwagę na to, aby torby opakowaniowej nie nakładano na głowę.
- Dzieci nie mogą czyścić ani serwisować urządzenia, chyba że mają co najmniej 8 lat i są nadzorowane.



Baterie mogą stanowić śmiertelne zagrożenie. Dlatego należy trzymać baterie poza zasięgiem małych dzieci. W przypadku połamania baterii lub gdy trafi ona do organizmu w inny sposób, należy natychmiast skontaktować się z lekarzem. W przeciwnym razie w ciągu 2 godzin mogą wystąpić poważne oparzenia wewnętrzne prowadzące do śmierci.

NIEBEZPIECZEŃSTWO pożaru/obrażeń i/lub wybuchu

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

OSTRZEŻENIE przed niebezpieczeństwem obrażeń ciała

- Nie stawać z jednej strony na zewnętrzną krawędź wagi. Niebezpieczeństwo przewrócenia!
- Nie stawać mokrymi stopami na wagę i nie wchodzić na nią, jeżeli powierzchnia jest mokra. Niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!

OSTROŻNIE — straty materialne

- Ustawiać wagę na stabilnym, równym podłożu.
- Nie przeciążać wagi. Przestrzegać punktu „Dane techniczne”. Na wadze stawać tylko w celu ważenia.

- Chronić wagę przed silnymi uderzeniami i wstrząsami.
- Wyjmować baterie z produktu, jeżeli wyczerpią się i jeżeli waga nie będzie używana przez dłuższy czas. W ten sposób unika się uszkodzeń, jakie mogą powstać na skutek wycieku.
- Przy wymianie baterii należy upewnić się, że polaryzacja (+/-) jest prawidłowa.
- Nie narażać baterii na oddziaływanie skrajnych warunków poprzez np. układanie ich na grzejnikach lub bezpośrednio w miejscach nasłonecznionych. Podwyższone niebezpieczeństwo wycieku!
- W razie potrzeby przed włożeniem należy wyczyścić styki baterii i urządzenia.
- Nie modyfikować produktu. Naprawy zlecać tylko specjalistom. Nieprawidłowo wykonane naprawy mogą spowodować poważne zagrożenia dla użytkownika.
- Na spodzie wagi znajdują się nóżki. Ponieważ powierzchnie podłóg wykonane są z najróżniejszych materiałów i można je czyścić różnymi środkami pielęgnacyjnymi, nie da się całkowicie wykluczyć ryzyka, że niektóre z tych materiałów będą zawierać substancje, które niszczą i rozmiękczają nóżki. W razie potrzeby pod wagę należy położyć podkładkę antypoślizgową.

Użytkowanie zgodne z przeznaczeniem

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

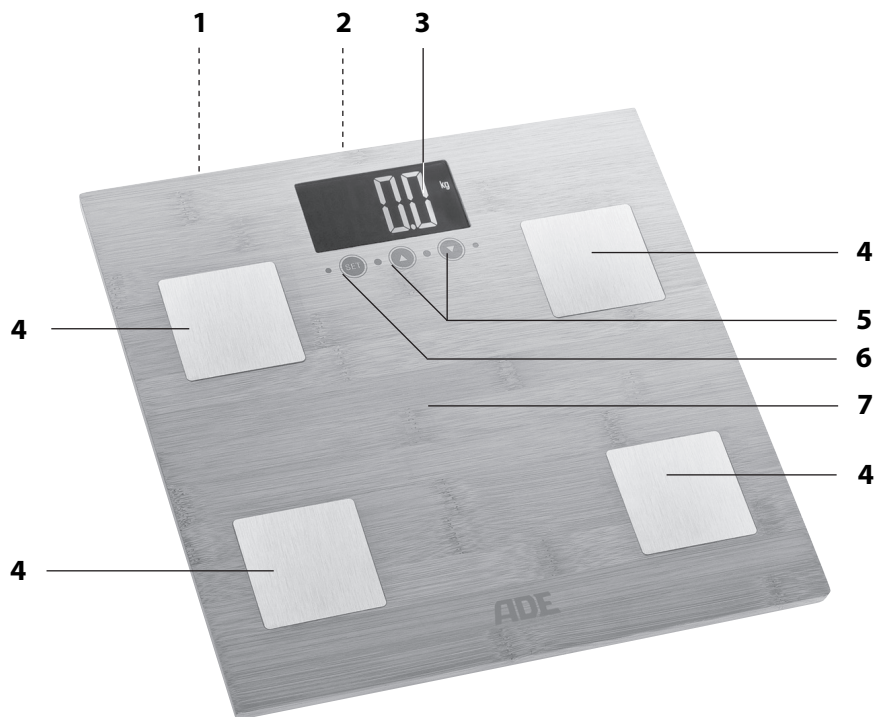
Nie wolno przekraczać maksymalnego obciążenia 150 kg.

Z wagi nie mogą korzystać...

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


W razie wątpliwości skontaktować się z lekarzem rodzinnym.

W skrócie



- 1 Przycisk UNIT (tył): Zmiana jednostki miary
- 2 Komora baterii (tył)
- 3 Wyświetlacz
- 4 Czujnik
- 5 Przyciski ▲▼: Wybór miejsca pamięci, zmniejszanie danych, zwiększanie danych
- 6 Przycisk SET: Wywołanie trybu ustawień, zapisywanie wpisów, przełączanie wagi na tryb analizy składu ciała
- 7 Powierzchnia ważenia

Zakres dostawy

- Waga z funkcją analizy składu ciała
- 2x bateria typu CR2032, 3 V  (już włożone)
- Instrukcja obsługi

Uruchomienie

Zdejmowanie paska izolacyjnego

Podczas dostawy baterie znajdują się już w urządzeniu. W celu ochrony przed przedwczesnym rozładowaniem są zabezpieczone paskiem izolacyjnym. Aby uruchomić wagę, należy zdjąć pasek izolacyjny.

Komora baterii znajduje się na spodzie urządzenia.

1. Wcisnąć zatrzask zamykający w kierunku pokrywy komory baterii i zdjąć pokrywę komory baterii.
2. Wyciągnąć pasek izolacyjny.
3. Ponownie założyć pokrywę komory na baterie.

Wybór jednostki miary

W momencie dostawy jednostka miary jest standardowo ustawiona na „kg”. Wynik pomiaru może być jednak wyświetlany również w imperialnych jednostkach miary „lb” (funt) i „st:lb” (kamień).

1. Nacisnąć powierzchnię ważenia z niewielką siłą, aby włączyć wagę.
2. Nacisnąć wielokrotnie przycisk UNIT z tyłu wagi, aby wybrać żadaną jednostkę miary. Obserwować wskazania na wyświetlaczu.

Ustawianie wagi

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

Sposób działania nowej wagi do analizy ciała

Ta nowa waga do analizy ciała pracuje z wykorzystaniem tzw. technologii BIA (analiza impedancji bioelektrycznej). Polega ona na przepływanym przez organizm niewyczuwalnego, całkowicie niegroźnego i słabego prądu.

Pomiar odbywa się za pomocą czujników zamocowanych na powierzchni ważenia.

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

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

- Masa
- Zawartość tkanki tłuszczowej w %
- Zawartość wody w %
- Masa mięśniowa w %
- Masa kostna w %

Waga posiada w sumie 10 miejsc w pamięci.

Błąd pomiarowy

Podczas analizy organizmu błędy pomiaru lub obliczeń mogą wystąpić u poniższych grup ludzi:

osoby, które...

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

... są zawodowymi sportowcami, kulturystami lub uprawiają sporty wytrzymałościowe,

... są starsze niż 70 lat.

... są młodsze niż 10 lat.

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

Pomiar masy ciała



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

- Stańć bezpośrednio na wadze. Stać spokojnie i nie przytrzymywać się.
Po chwili pojawi się zmierzona waga.
Kilka sekund po zejściu z powierzchni wagi wyłączy się ona automatycznie.

Wprowadzanie danych osobistych

1. Stańć lub nacisnąć z niewielką siłą 1x na powierzchnię wagi, aby ją włączyć.
Na wyświetlaczu pojawi się „0.0” oraz ustawiona jednostka miary, np. „kg”.
2. Nacisnąć SET.
Na wyświetlaczu miga „P1” (P1–P10).
3. Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wybrać żądane miejsce w pamięci
4. Nacisnąć SET.
Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wybrać swoją płeć: ♀ dla mężczyzny i ♀ dla kobiety.

5. Nacisnąć SET.

Na wyświetlaczu miga ustawiona wstępnie wartość dla wieku (domyślnie: 30).

6. Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wprowadzić swój wiek.

7. Nacisnąć SET.

Na wyświetlaczu miga ustawiona wstępnie wartość dla wzrostu (np. „170” w cm).

8. Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wprowadzić swój wzrost.

9. Na zakończenie nacisnąć SET. W ten sposób wprowadzono niezbędne dane.

Wszystkie wprowadzone dane są następnie ponownie wyświetlane na wyświetlaczu w jednym ciągu.

Następnie na wyświetlaczu pojawi się „0.0” i można przystąpić do analizy składu ciała.

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



- Po naciśnięciu i przytrzymaniu przycisku ▲ lub ▼ wyświetlane dane będą szybciej przesuwać się do przodu lub do tyłu.
- Wprowadzane dane można nadpisać nowymi informacjami.
- Jeśli między dwoma naciśnięciami przycisku upłynie więcej niż 10 sekund, waga wyłączy się i trzeba będzie powtórzyć procedurę.

Analiza ciała



- Analiza ciała jest możliwa tylko po wprowadzeniu osobistych danych, patrz poprzedni rozdział.
- Przestrzegać wskazówek z rozdziału „Porady dotyczące ważenia”.

1. Nacisnąć przycisk SET, aby włączyć wagę.

2. Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wybrać miejsce w pamięci, w którym mają zostać zapisane własne dane dotyczące ciała.




3. Nacisnąć kilkakrotnie SET, aby potwierdzić kolejno wyświetlane dane.

Dane są następnie krótko wyświetlane jedna po drugiej. Następnie na wyświetlaczu pojawi się „0.0” i wybrana jednostka miary, np. „kg”.

4. Stać bez obuwia na wadze. Stać spokojnie i nie przytrzymywać się.

- Pamiętać, aby każda stopa stała na jednym czujniku.
- Stopy, nogi, łydki i uda nie mogą się ze sobą stykać. W przeciwnym razie pomiar nie będzie dokładny.

Następujące wartości są wyświetlane na wyświetlaczu jedna po drugiej:

Wskazanie	Znaczenie
1. 	Masa ciała w ustawionych jednostkach miary
2. Overfat fat	Zawartość tkanki tłuszczowej w %
3. TBW	Zawartość wody w %
4. 	Zawartość masy mięśniowej %
5. 	Twoja masa kostna w wybranej jednostce miary, np. „kg”

Porady dotyczące ważenia

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

Wskazówki dotyczące ustalonych parametrów

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

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

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

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

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

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

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

Z całkowitej zawartości wody w organizmie około dwie trzecie składowane są w komórkach i dlatego noszą nazwę płynów wewnątrzkomórkowych. Jedna trzecia to płyny zewnątrzkomórkowe.

Kobiety ♀					
wiek	tłuszcz w organizmie				woda w organizmie
	szczerpła	w normie	lekka nadwaga	Nadwaga	w normie
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%

Mężczyźni ♂					
wiek	tłuszcz w organizmie				woda w organizmie
	szczerpła	w normie	lekka nadwaga	Nadwaga	w normie
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 ogólnych wytycznych dotyczących masy mięśniowej.

Wymiana baterii

Wymiana baterii jest konieczna, jeżeli na wyświetlaczu pojawi się komunikat „Lo” lub nie będzie się nic wyświetlać.

Podczas wymiany baterii należy pamiętać o następującej kwestii:

- uzyskane i wprowadzone dotąd dane pozostają zapisane w pamięci.
- Używać tylko typu baterii podanego w rozdziale „Dane techniczne”.
- Podczas wkładania baterii należy przestrzegać odpowiedniej biegunowości (+/-). Biegun dodatni (+) powinien być skierowany do góry.
- Utylizować stare baterie w sposób ekologiczny, patrz „Utylizacja”.

Czyszczenie



WSKAZÓWKA dotycząca strat materialnych

- Nie zanurzać wagi w wodzie ani w innych płynach.
- Do czyszczenia wagi nigdy nie używać twardych, zarysowujących lub trących środków czyszczących itp. Może dojść bowiem do zarysowań powierzchni.


1. W razie potrzeby przetrzeć wagę lekko zwilżoną miękką ściereczką.
2. Sporadycznie należy zdezynfekować powierzchnię ważenia i czujniki za pomocą odpowiedniego środka dezynfekującego (dostępne w handlu specjalistycznym i w drogeriach).

Usterka/środek zaradczy

Usterka	Możliwa przyczyna
Brak działania	<ul style="list-style-type: none">▪ Baterie wyczerpane lub włożone nieprawidłowo?
Waga wskazuje ewidentnie nieprawidłowe wyniki ważenia	<ul style="list-style-type: none">▪ Czy waga jest ustawiona na stabilnym, równym podłożu?▪ Czy w pobliżu wagi znajduje się urządzenie, które może emitować zakłócenia elektromagnetyczne?▪ Wyjąć baterie z wagi i odczekać chwilę. Ponownie włożyć baterie. Zapisane dotąd dane pozostają w pamięci.

Usterka	Możliwa przyczyna
Na wyświetlaczu pojawi się „Lo”	▪ Baterie są wyczerpane, patrz „Wymiana baterii”.
Na wyświetlaczu pojawi się „Err”	▪ Przekroczone maksymalne obciążenie wagi 150 kg.
Na wyświetlaczu pojawi się „Err2”	1. Sprawdzić, czy waga jest prawidłowo ustawiona. 2. Idealnie byłoby, gdyby druga osoba powtórzyła proces ważenia. Jeśli komunikat „Err2” zostanie wyświetlony ponownie, czujniki wagowe są uszkodzone. Prosimy zwrócić się do sprzedawcy, od którego waga została zakupiona.

Dane techniczne

Model:	Waga z funkcją analizy składu ciała BA 914 „Barbara”
Bateria:	2x CR2032 / 3 V 
Prąd znamionowy:	30 mA
Zakres pomiarowy:	maks. 150 kg
Odchyłka:	2% +/- 100g
Podziałka wyświetlania	
Waga i masa kostna:	100 g
Zawartość wody, masa mięśniowa, tkanka tłuszczowa:	0,1%
Miejsca zapisu w pamięci:	10
Wiek:	10–80 lat
Wzrost:	100–240 cm
Wymiary wagi:	ok. 300 x 300 x 34 mm
Ciężar wagi:	ok. 1 kg
Dystrybutor: (brak adresu serwisowego)	GRENDS GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburg, Niemcy

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

Deklaracja zgodności

Firma GRENDS GmbH niniejszym oświadcza, że waga z funkcją analizy składu ciała BA 914 jest zgodna z dyrektywami UE 2014/30/EU i 2011/65/EU.

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

Hamburg, lipiec 2023
GRENDS GmbH



Gwarancja

Firma GRENDS GmbH udziela gwarancji, że przez 2 lata od daty zakupu wady wynikające z wad materiałowych lub produkcyjnych zostaną bezpłatnie usunięte poprzez naprawę lub wymianę.

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

Utylizacja

Utylizacja opakowania



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

Utylizacja produktu

Produkt należy utylizować zgodnie z przepisami obowiązującymi w danym kraju.



Urządzeń nie wolno wyrzucać razem ze zwykłymi odpadami domowymi

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

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



Baterii i akumulatorów nie wolno wyrzucać razem z odpadami domowymi

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

