

## Körperanalysewaage Malou

Body Analyser Scale Malou | Báscula de análisis corporal Malou |  
Balance d'analyse corporelle Malou | Bilancia con analisi corporea  
Malou | Waga z analizą organizmu Malou



Deutsch

English

Español

Français

Italiano

Polski

### Bedienungsanleitung

BA 1807

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



# Liebe Kundin, lieber Kunde !

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

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

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

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

Ihr ADE Team

## Allgemeines

---

### Über diese Anleitung



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

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

### Zeichenerklärung



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



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



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



Dieses Symbol kennzeichnet zusätzliche Informationen und allgemeine Hinweise.

# Inhaltsverzeichnis

---

Allgemeines.....	2
Bestimmungsgemäßer Gebrauch .....	4
Sicherheit.....	4
Auf einen Blick.....	6
Lieferumfang.....	6
Inbetriebnahme .....	7
So funktioniert Ihre neue Körperanalysewaage.....	7
Gewicht messen.....	8
Persönliche Daten eingeben .....	9
Körperanalyse durchführen .....	9
Hinweise zu den ermittelten Werten.....	11
Body-Mass-Index (BMI).....	12
Batterie wechseln .....	12
Reinigen .....	13
Störung / Abhilfe .....	13
Technischen Daten.....	14
Konformitätserklärung .....	14
Garantie.....	15
Entsorgen .....	15

# Bestimmungsgemäßer Gebrauch

---

Die Personenwaage dient zum Wiegen von Personen im privaten Umfeld. Für den Einsatz in Kliniken, Arztpraxen etc. ist sie nicht geeignet. Auch die Körperanalysefunktion ist nur für den Privatgebrauch konzipiert. Für den Einsatz im professionellen Sportumfeld ist die Waage nicht geeignet. Die maximale Tragkraft von 180 kg darf nicht überschritten werden.

Benutzen Sie diese Waage nicht, wenn Sie ...

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

**Wenden Sie sich im Zweifelsfall an Ihren Hausarzt.**

## Sicherheit

---

- Dieser Artikel kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Artikels unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.
- Kinder dürfen nicht mit dem Artikel spielen.
- Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern vorgenommen werden, es sei denn, sie sind 8 Jahre oder älter und werden beaufsichtigt.
- Batterien können lebensgefährlich sein. Bewahren Sie deshalb Batterien für Kleinkinder unerreichbar auf. Wurde eine Batterie verschluckt oder ist auf andere Art in den Körper gelangt, muss sofort ärztliche Hilfe in Anspruch genommen werden. Andernfalls kann es innerhalb von 2 Stunden zu schweren inneren Verätzungen kommen, die zum Tode führen können

## GEFAHR für Kinder

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

## **GEFAHR von Brand/Verbrennung und/oder Explosion**

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

## **WARNUNG vor Verletzungsgefahr**

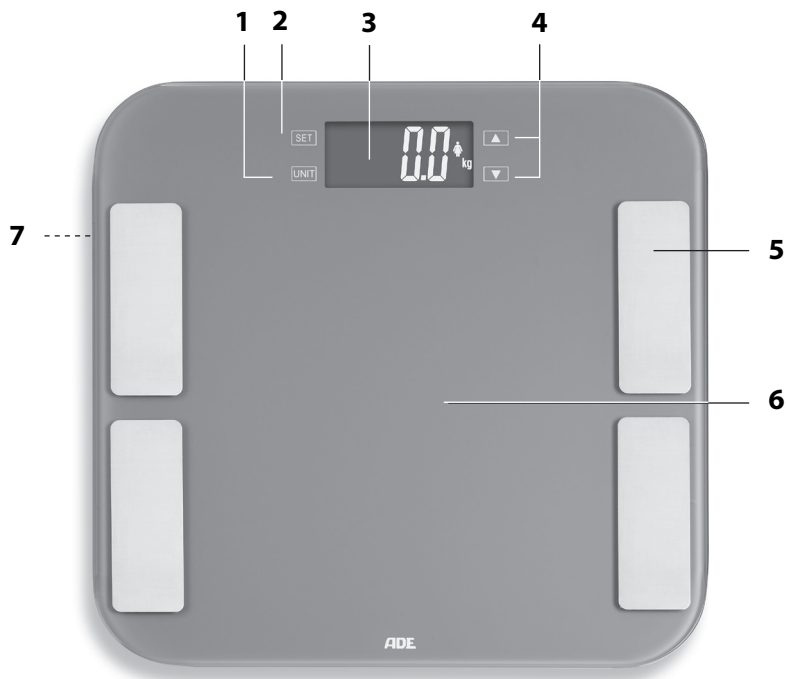
- Steigen Sie nicht einseitig auf den äußersten Rand der Waage. Kippgefahr!
- Steigen Sie nicht mit nassen Füßen auf die Waage und betreten Sie die Waage nicht, wenn deren Oberfläche feucht ist. Rutschgefahr!
- Die Wiegefläche ist aus Glas. Beim Herunterfallen besteht Glasbruchgefahr und dadurch Verletzungsgefahr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

## **VORSICHT vor Sachschäden**

- Stellen Sie die Waage auf einen stabilen, ebenen Untergrund.
- Überlasten Sie die Waage nicht. Beachten Sie die „Technischen Daten“. Stellen Sie sich ausschließlich zum Wiegen auf die Waage.
- Schützen Sie die Waage vor starken Stößen und Erschütterungen.
- Nehmen Sie die Batterie aus dem Artikel heraus, wenn diese verbraucht ist oder wenn Sie die Waage länger nicht benutzen. So vermeiden Sie Schäden, die durch Auslaufen entstehen können.
- Achten Sie beim Batterietausch auf die richtige Polarität (+/-).
- Setzen Sie die Batterie keinen extremen Bedingungen aus, indem Sie diese z. B. auf Heizkörpern oder unter direkter Sonneneinstrahlung lagern. Erhöhte Auslaufgefahr!
- Reinigen Sie Batterie- und Gerätekontakte bei Bedarf vor dem Einlegen.
- Nehmen Sie keine Veränderungen an dem Artikel vor. Lassen Sie Reparaturen nur von einer Fachwerkstatt durchführen. Unsachgemäß durchgeführte Reparaturen können erhebliche Gefährdungen für den Benutzer verursachen.
- An der Unterseite der Waage befinden sich Gerätefüße. Da Bodenoberflächen aus den verschiedensten Materialien bestehen und mit den unterschiedlichsten Pflegemitteln behandelt werden, kann es nicht völlig ausgeschlossen werden, dass manche dieser Stoffe Bestandteile enthalten, die die Gerätefüße angreifen und aufweichen. Legen Sie ggf. eine rutschfeste Unterlage unter die Waage.

# Auf einen Blick

---



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

## Lieferumfang

---

- Personenwaage
- Batterie Typ CR2032, 3 V  $\text{---}$  (bereits eingelegt)
- Bedienungsanleitung

## Symbole auf der Waage

Auto-on



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

CAUTION:

Slippery when wet !



WARNUNG: Wenn die Wiegefläche feucht ist, besteht Rutschgefahr.

## Inbetriebnahme

### Iso-Streifen entfernen

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

Das Batteriefach befindet sich auf der Geräte-Unterseite.

1. Drücken Sie die Verschlusslasche in Richtung Batteriefachdeckel und nehmen Sie ihn ab.
2. Ziehen Sie den Iso-Streifen heraus.
3. Schieben 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) oder „st“ (stonepound) angezeigt werden.

1. Treten Sie mit etwas Kraft 1x kurz auf **UNIT**, um die Waage einzuschalten.
2. Drücken Sie wiederholt die Taste **UNIT**. 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 %
- Grundumsatz in Kcal (Energiebedarf)
- Body-Mass-Index (BMI)

Die Waage verfügt über insgesamt 13 Speicherplätze.

## Messfehler

Bei folgenden Personengruppen kann es zu Mess- bzw. Berechnungsfehlern bei der Körperanalyse kommen:

Personen, die....

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

... Berufssportler, Bodybuildern oder Ausdauersportler sind,

... über 70 Jahre alt sind,

... jünger als 10 Jahre alt sind.

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

## Gewicht messen

---



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

- Stellen Sie sich auf die Waage. Bleiben Sie ruhig stehen und halten Sie sich irgendwo fest.

Kurz darauf wird das gemessene Gewicht angezeigt.

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



## Persönliche Daten eingeben

1. Treten Sie mit etwas Kraft 1x kurz auf die Wiegefläche.  
Im Display wird „0.0“ und die eingestellte Maßeinheit angezeigt, z. B. „kg“.
2. Drücken Sie **SET**.  
Im Display wird eine Speicherplatznummer 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: 25).
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. „165“ bei cm).
8. Geben Sie mit der Taste ▲ oder ▼ Ihre Körpergröße ein.
9. Drücken Sie abschließend **SET**. Damit haben Sie die benötigten Daten eingegeben.  
Im Display werden jetzt nacheinander alle eingegebenen Daten kurz angezeigt.  
Warten Sie einige Sekunden, bis im Display „0.0“ angezeigt wird, wenn Sie Ihre erste Körperanalyse vornehmen lassen möchten (siehe nächstes Kapitel).  
Wenn Sie nichts weiter machen, schaltet sich die Waage nach einigen Sekunden automatisch aus.



Eingegebene Daten lassen sich durch Neueingabe überschreiben.

## Körperanalyse durchführen





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

1. Treten Sie mit etwas Kraft 1x kurz auf die Wiegefläche.  
Im Display wird „0.0“ und die eingestellte Maßeinheit angezeigt, z. B. „kg“.
2. Drücken Sie kurz **SET**.
3. Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ den Speicherplatz aus, auf dem Sie Ihre persönlichen Körperdaten hinterlegt haben.  
Die Daten werden kurz angezeigt, anschließend „0.0“ und die gewählte Maßeinheit, z. B. „kg“.

4. Stellen Sie sich barfuß auf die Waage. Bleiben Sie ruhig stehen und halten Sie sich nirgendwo fest.
  - Achten Sie darauf, dass jeder Fuss auf zwei Sensoren steht.
  - Es darf kein Kontakt zwischen den Füßen, den Beinen, den Waden und den Oberschenkel bestehen. Ansonsten wird die Messung ungenau.

Kurz darauf wird das gemessene Gewicht angezeigt. Anschließend läuft im Display die Anzeige „o“, die Körperanalyse wird durchgeführt. Bleiben Sie weiter ruhig stehen. Danach werden Ihnen im Display die gemessenen Werte mehrfach wiederholt angezeigt:

	<b>Symbol/Anzeige</b>	<b>Bedeutung</b>
1.	<b>kg / lb / st</b>	Ihr Körpergewicht in der eingestellten Maßeinheit
2.	<b>FAT</b>	Ihr Körperfettanteil in %
3.	<b>TBW</b>	Ihr Körperwasser in %
4.		Ihre Muskelmasse in %
5.		Ihre Knochenmasse in %
6.	<b>KCAL</b>	Ihr Grundumsatz in kcal
7.	<b>BMI</b>	Ihr Body Mass Index

Bei den entsprechenden Anzeigen erhalten Sie außerdem noch eine Bewertungsanzeige in englischer Sprache angezeigt:

<b>Anzeige</b>	<b>Bedeutung</b>
<b>Underfat</b>	zu wenig Körperfett
<b>Healthy</b>	normal
<b>Overfat</b>	zu viel Körperfett
<b>Obese</b>	fettleibig

## Wiegetipps

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

- Versuchen Sie das Wiegen immer zur gleichen Zeit durchzuführen, um vergleichbare Werte zu erhalten.

## Hinweise zu den ermittelten Werten

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

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

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


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


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

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

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

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

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

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

Für Muskelmasse gibt es keine allgemeinen Richtwerte.

## Body-Mass-Index (BMI)

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

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

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

## Batterie wechseln

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

Beachten Sie bei einem Batteriewechsel Folgendes:

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

# Reinigen



## HINWEIS vor Sachschaden


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

## Störung/Abhilfe

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

# Technischen Daten

---

Modell:	Körperanalysewaage BA 1807 „Malou“
Batterie:	1x CR2032 / 3 V 
Bemessungsstrom:	15-16 mA
Messbereich:	max. 180 kg
Abweichung:	2% +/- 100g
Anzeigeteilung	
Gewicht:	100 g
Körperwasser, Muskelmasse, Knochenmasse und Körperfett:	0,1 %
Speicherplätze:	13
Alterseingabe:	10-99 Jahre
Körpergröße:	100-240 cm
Abmessungen Waage:	ca. 330 x 330 x 20 mm
Inverkehrbringer: (keine Service-Adresse)	Waagen-Schmitt GmbH Hammer Steindamm 27-29 22089 Hamburg, Germany

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

## Konformitätserklärung

---

Hiermit erklärt die Waagen-Schmitt GmbH, dass die Körperanalysewaage BA 1807 den Richtlinien 2014/53/EU und 2011/65/EU entspricht.

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

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

Hamburg, Dezember 2019  
Waagen-Schmitt GmbH



## Garantie

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

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

## Entsorgen

### Verpackung entsorgen



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

### Artikel entsorgen

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



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

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

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



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

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

# Dear Customer!

You have chosen to purchase a high-quality 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
Intended use .....	18
Safety .....	18
Overview .....	20
Scope of delivery .....	20
Starting up .....	21
This is how your body analyser scales work.....	21
Measuring your weight .....	22
Entering personal data .....	23
Performing body analysis.....	23
Notes on the ascertained values.....	25
Body mass index (BMI).....	26
Changing the battery.....	26
Cleaning.....	27
Fault/Remedy.....	27
Technical data .....	28
Declaration of Conformity.....	28
Warranty .....	29
Disposal.....	29

## Intended use

---

The bathroom scales are designed for the weighing of people in the home. It is not suitable for use in clinics, medical practices, etc. Likewise, the body analysis function is designed only for private use. The scales are not suitable for use in the professional sporting sphere. The maximum carrying capacity of 180 kg must not be exceeded.

Do not use these scales if you ...

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

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

## Safety

---

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

## **DANGER for children**

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

## **RISK of fire/burning and/or explosion**

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

## **WARNING of risk of injury**

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

## **BEWARE of material damage**

- Place the scale on a stable, even surface.
- Do not overload the scale. Pay attention to the "Technical data". Place yourself on the scales exclusively for weighing purposes.
- Protect the scale from strong shocks and vibrations.
- Remove the battery from the scale when it is depleted or when you are no longer using the scale. You will thus avoid damage that may result from leakage of battery acid.
- Pay attention to the correct polarity (+/-) when exchanging the battery.
- Do not expose the battery to any extreme conditions, for example, by storing it on radiators or under direct sunlight. Increased risk of leakage!
- Clean the battery and device contacts, as needed, before inserting the battery.
- Do not make any modifications to the product. Only allow repairs to be carried out by a specialist workshop. Repairs carried out improperly can considerably endanger the user.
- There are feet on the underside of the scale. Since surfaces are made from various materials and are treated with diverse care products, the possibility cannot be completely excluded that some of these substances contain constituents that attack and soften the feet of the device. If necessary, place a non-slip pad under the scale.

# Overview


---



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

## Scope of delivery

---

- Bathroom Scales
- Battery Type CR2032, 3 V  (already inserted)
- Operating Manual

## Symbols on the scales

Auto-on



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

CAUTION:  
Slippery when wet !



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

## Starting up

### Removing iso-strips

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

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-strips.
3. Slide the battery compartment cover back into place.

### Choosing the unit of measurement

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

1. To turn on the scale, briefly step on **UNIT** once with a little force.
2. Repeatedly press the **UNIT** button. Note the display.

### Positioning the scales

- Place the scale on an even, firm, and dry surface. Do not place the scales 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 %
- Basal metabolism in Kcal (energy demand)
- Body mass index (BMI)

The scales are equipped with 13 memory cells in total.

## Measurement errors

Measurement or calculation errors may arise for the following groups of people during the body analysis:

People who ....

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

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

... are over 70 years old,

... are less than 10 years old.

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

## Measuring your weight

---



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

- Position yourself on the scales. Remain standing 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 scales will switch off automatically.

## Entering personal data

---

1. Briefly step onto the weighing surface once, using a little force.  
"0.0" and the set unit of measurement, e.g. "kg", will be shown on the display.
2. Press **SET**.  
On the display, a flashing memory cell number will be shown.
3. Using the ▲ or the ▼ button, select the desired memory cell.
4. Press **SET**.  
Using the ▲ or the ▼ button, choose your sex: ♂ for male, or ♀ for female.
5. Press **SET**.  
On the display, the preset value for age (preset: 25) will flash.
6. Using the ▲ or the ▼ button, enter your age.
7. Press **SET**.  
On the display, the preset value for height (e.g. "165" for cm) will flash.
8. Using the ▲ or the ▼ button, enter your height.
9. Finally, press **SET**. You have thus input the necessary data.  
The display will now briefly show all input data in succession.  
If you would like to have your first body analysis done, wait a few seconds until "0.0" appears on the display (see next chapter).  
If you do nothing else, the scales will automatically switch off after a few seconds.



Entered data can only be overwritten by making a new entry.

## Performing body analysis

---





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

1. Briefly step onto the weighing surface once, using a little force.  
"0.0" and the set unit of measurement, e.g. "kg", will be shown on the display.
2. Briefly press **SET**.
3. Using the ▲ or the ▼ button, select the memory cell in which you have recorded your personal body data.  
The data is briefly displayed, then "0.0" and the selected unit of measurement, e.g. "kg".

4. Position yourself barefoot on the scales. Remain standing still and do not hold on to anything.
  - Make sure that each of your feet is on two sensors.
  - There must be no contact between your feet, your legs, your calves, or your thighs. Otherwise, the measurement will be imprecise.

The measured weight will be displayed shortly thereafter. The indicator “o” then runs across the display; the body analysis is being carried out. Remain standing still.

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

	<b>Symbol/Display</b>	<b>Meaning</b>
1.	<b>kg / lb / st</b>	Your body weight in the set unit of measurement
2.	<b>FAT</b>	Your proportion of body fat in %
3.	<b>TBW</b>	Your body water in %
4.		Your muscle mass in %
5.		Your bone mass in %
6.	<b>KCAL</b>	Your basal metabolism in kcal
7.	<b>BMI</b>	Your body mass index

You will also receive an evaluation result display in English for the corresponding displays:

<b>Indicator</b>	<b>Meaning</b>
<b>Underfat</b>	too little body fat
<b>Healthy</b>	Normal
<b>Overfat</b>	too much body fat
<b>Obese</b>	obese

## Weighing tips

- Weighing for the body analysis can only be carried out barefoot. In doing so, your feet should only be lightly moistened. Completely dry feet can lead to false results, since the electrical conductivity will then be poor.
- During the measuring process, stand still and do not hold onto anything.
- Do not weigh yourself directly after unusual physical exertion.



- Do not weigh yourself immediately after standing up. Wait approximately fifteen minutes. In this time, the water is able to distribute through your body.
- Always attempt to weigh yourself at the same time, in order to obtain comparable values.

## Notes on the ascertained values

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

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

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


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


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

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

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

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

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

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

For muscle mass there are no universal standard values.

## Body mass index (BMI)

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

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

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

## Changing the battery

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

When changing the battery, bear the following in mind:

- The data that has been ascertained and entered up to that point remains stored on the 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.
  - Do not under any circumstances use harsh, scouring or abrasive cleaning agents or the like to clean the scale. Otherwise, the surface could be scratched.
- 
- Wipe the scale as needed with a slightly damp soft cloth.
  - Disinfect the weighing surface and the sensors from time to time using a suitable disinfecting agent (available at specialist retailers and pharmacies).

## Fault/Remedy

Fault	Possible cause
No function	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Is the battery empty or inserted the wrong way around?</li> </ul>
The scale appears to be displaying wrong weighing results	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Is the scale located on a firm, even surface?</li> <li>▪ Is a device that can cause electromagnetic disturbances located in the vicinity of the scale?</li> <li>▪ Remove the battery from the scales and wait a moment. Reinsert the battery. The data stored up to this point will be retained.</li> </ul>
"Err" is shown on the display.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ The maximum capacity of the scale (180 kg) has been exceeded.</li> <li>▪ You have left the scale during the ongoing body analysis.</li> </ul>
The display shows "Er".	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ The proportion of fat in % is too low or too high and can therefore not be displayed.</li> </ul>
"Lo" is shown on the display	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ The battery is empty (see "Changing the battery").</li> </ul>

## Technical data

---

Model:	Body analysis scale BA 1807 "Malou"
Battery:	1x CR2032/3 V 
Rated current:	15-16 mA
Measuring range:	max. 180 kg
Variance:	2% +/- 100 g
Indicator division	
Weight:	100 g
Body water, muscle mass, bone mass and body fat:	0.1 %
Memory cells:	13
Age input:	10-99 years
Height:	100-240 cm
Scale dimensions:	approx. 330 x 330 x 20 mm
Distributor: (no service address)	Waagen-Schmitt GmbH Hammer Steindamm 27-29 22089 Hamburg, Germany

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

## Declaration of Conformity

---

Waagen-Schmitt GmbH hereby declares that the body analysis scale BA 1807 complies with EU directives 2014/53/EU and 2011/65/EU.

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

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

Hamburg, December 2019  
Waagen-Schmitt GmbH



# Warranty

---

Waagen-Schmitt 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 with similar materials. 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 standard and rechargeable batteries must be brought to a local or district collection point or to the retailer. Such standard and rechargeable batteries can thus be disposed of in an environmentally friendly way.

# ¡Estimada/o cliente!

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
Uso adecuado .....	32
Seguridad .....	32
De un vistazo.....	34
Material suministrado .....	34
Puesta en funcionamiento .....	35
Así funciona su nueva báscula de análisis corporal.....	35
Medición del peso.....	36
Introducción de la información personal.....	37
Realización del análisis corporal.....	37
Información sobre los datos obtenidos.....	39
Índice de masa corporal (IMC) .....	40
Cambio de la pila .....	40
Limpieza .....	41
Problema/Solución .....	41
Datos técnicos.....	42
Declaración de conformidad.....	42
Garantía.....	43
Eliminación .....	43

## Uso adecuado

---

La báscula personal sirve para pesar personas en el ámbito privado. No es adecuada para su empleo en clínicas, consultas médicas, etc. La función de análisis corporal está concebida también únicamente para uso en el ámbito privado. La báscula no es apta para su uso en ámbitos profesionales del deporte. No debe sobrepasarse la capacidad máxima de peso de 180 kg.

No utilice esta báscula en caso de que...

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

**En caso de duda, consulte con su médico.**

## Seguridad

---

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

## RIESGOS para los niños

- Mantenga a los niños alejados del material de embalaje. Existe riesgo de asfixia por ingestión. Tenga cuidado de que no introduzcan la cabeza en la bolsa del embalaje.



## RIESGO de incendio/combustión y/o explosión

- Riesgo de explosión por la sustitución inadecuada de las pilas. Sustituya las pilas por otras iguales o por otras equivalentes. Tenga en cuenta los “Datos técnicos”.
- Las pilas no deben cargarse, reactivarse con otros medios, desmontarse, arrojarse al fuego o cortocircuitarse.
- Evite el contacto con la piel, ojos y mucosas. En caso de contacto con el líquido de las pilas, enjuague el área afectada inmediatamente con abundante agua y busque atención médica rápidamente.

## ADVERTENCIA por riesgo de lesiones

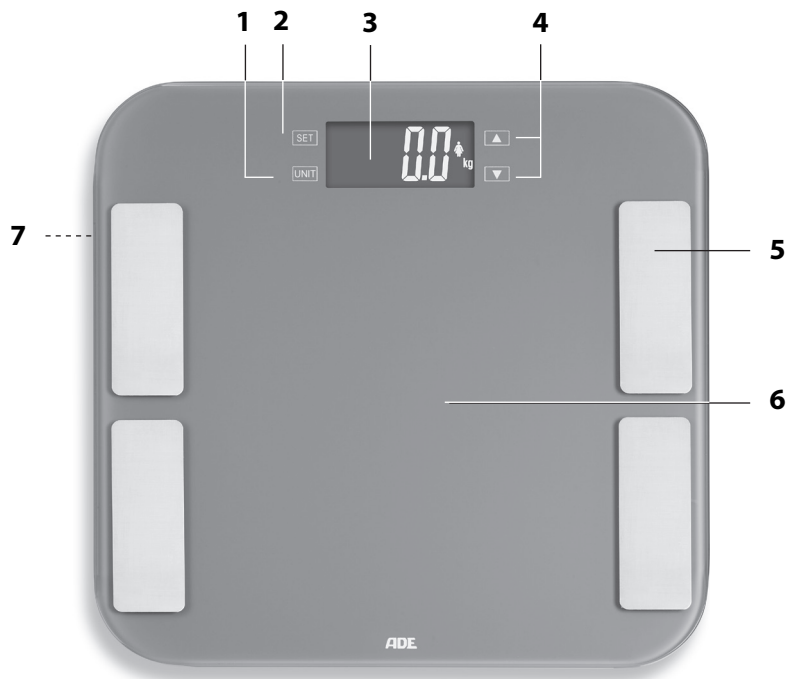
- No suba en el borde exterior en un solo lado de la báscula. ¡Riesgo de vuelco!
- No se suba a la báscula con los pies mojados ni cuando la superficie de la báscula esté húmeda. ¡Riesgo de deslizamiento!
- La superficie de la báscula es de cristal. En caso de caída, existe peligro de rotura del cristal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

## PRECAUCIÓN por daños materiales

- Coloque la báscula sobre una base estable y plana.
- No sobrecargue la báscula. Tenga en cuenta los “Datos técnicos”. Coloque al bebé sobre la báscula exclusivamente para pesarle.
- Proteja la báscula de golpes y sacudidas fuertes.
- Saque la pila del artículo cuando esté gastada o cuando no vaya a utilizar la báscula durante mucho tiempo. De este modo evitará los daños que pudieran producirse por una fuga del líquido de las pilas.
- Al cambiar las pilas, asegúrese de colocarlas con la polaridad correcta (+/-).
- No exponga las pilas a condiciones extremas, poniéndolas, por ejemplo, sobre radiadores o expuestas directamente al sol. ¡Riesgo elevado de fugas!
- Cuando sea necesario, limpie los contactos del aparato y de las pilas antes de colocarlas.
- No realice ninguna modificación en el artículo. Llévelo a reparar únicamente a un taller especializado. Las reparaciones realizadas de forma inadecuada pueden suponer un riesgo elevado para el usuario.
- 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.

## De un vistazo


---



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

## Material suministrado

---

- Báscula personal
- Pila tipo CR2032, 3 V  (colocada)
- Manual de instrucciones

## Símbolos en la báscula

Auto-on



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

CAUTION:  
Slippery when wet !



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

## Puesta en funcionamiento

### Retirar la banda Iso

Cuando se entrega, la pila ya está colocada y provista de una banda Iso para protegerla de descargarse. Para poner en funcionamiento la báscula, hay que retirar la tira Iso.

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

1. Empuje la solapa de cierre hacia la tapa del compartimento de las pilas y retírela.
2. Saque la tira 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". No obstante, el resultado puede mostrarse también en unidades de medida del sistema anglosajón: "lb" (libras) o "stlb" (stonelibra).

1. Pise brevemente y con algo de fuerza en **UNIT** para encender la báscula.
2. Pulse varias veces el botón **UNIT**. 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 %
- Metabolismo basal en kcal (necesidades energéticas)
- Índice de masa corporal (IMC)

La báscula dispone de un total de 13 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....

... practican deporte 10 más horas a la semana,

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

... mayores de 70 años.

... menores de 10 años.

Para 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 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. Con un poco de fuerza, súbase brevemente sobre la superficie de pesaje.  
"0.0" y la unidad de medición establecida, por ejemplo, "kg", aparecerá en la pantalla.
2. Pulse **SET**.  
La pantalla mostrará un número de memoria parpadeando.
3. Seleccione con la tecla ▲ o ▼ la memoria deseada
4. Pulse **SET**.  
Seleccione con la tecla ▲ o ▼ su género: ♂ para hombre o ♀ para mujer.
5. Pulse **SET**.  
En la pantalla parpadeará el valor predeterminado para la edad (valor predeterminado: 25).
6. Introduzca su edad con la tecla ▲ o ▼.
7. Pulse **SET**.  
En la pantalla parpadea el valor preestablecido para la altura (por ejemplo "165" en cm).
8. Introduzca su altura con la tecla ▲ o ▼.
9. Vuelva a presionar **SET**. De este modo, los datos necesarios quedan registrados.  
La pantalla mostrará brevemente todos los datos introducidos de forma consecutiva.  
Cuando desee llevar a cabo su primer análisis corporal, espere unos segundos hasta que aparezca "0.0" en la pantalla (consulte el siguiente capítulo).  
Si no se detecta actividad, se apaga automáticamente al cabo de unos segundos.



Los datos introducidos se pueden sobrescribir con una nueva entrada.

## Realización del análisis corporal





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

1. Con un poco de fuerza, súbase brevemente sobre la superficie de pesaje.  
"0.0" y la unidad de medición establecida, por ejemplo, "kg", aparecerá en la pantalla.
2. Pulse brevemente **SET**.
3. Con la tecla ▲ o ▼, seleccione la memoria en la que ha introducido sus datos corporales personales.  
Se muestran brevemente los datos y seguidamente aparece "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 colocar cada pie sobre dos de los sensores.
  - No debe haber contacto entre los pies, las piernas, las pantorrillas y los muslos. De lo contrario, el cálculo no sería preciso.

Poco después se mostrará el peso medido. El análisis corporal se realiza después de que aparezca la indicación "o" en la pantalla. No se mueva. A continuación se le mostrarán en la pantalla los valores medidos repetidos varias veces:

Símbolo/ Indicación	Significado
1. <b>kg/lb/st</b>	Su peso corporal en la unidad de medida seleccionada
2. <b>FAT</b>	Su porcentaje de grasa corporal
3. <b>TBW</b>	Su porcentaje de agua corporal
4. 	Su porcentaje de masa muscular
5. 	Su masa ósea en %
6. <b>KCAL</b>	Su metabolismo basal en Kcal
7. <b>BMI</b>	Su índice de masa corporal

Junto a la indicación correspondiente, aparecerá además otra indicación en inglés:

Indicación	Significado
<b>Underfat</b>	muy poca grasa corporal
<b>Healthy</b>	normal
<b>Overfat</b>	demasiada grasa corporal
<b>Obese</b>	obeso

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

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 %

Para la masa muscular no existen valores de referencia.

## Índice de masa corporal (IMC)

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

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

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

## 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".



# Limpieza



## ADVERTENCIA de daños materiales


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

## Problema/Solución

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

## Datos técnicos

---

Modelo:	Báscula de análisis corporal BA 1807 "Malou"
Pila:	1 x CR2032/3 V 
Intensidad de corriente:	15-16 mA
Rango de pesaje:	máx. 180 kg
Margen de error:	2% +/- 100 g
Subdivisiones	
Peso:	100 g
Agua corporal, masa muscular, masa ósea y grasa corporal:	0,1 %
Memorias:	13
Introducción de la edad:	10-99 años
Altura:	100-240 cm
Dimensiones de la báscula:	aprox. 330 x 330 x 20 mm
Distribuidor: (no hay dirección de servicio técnico)	Waagen-Schmitt GmbH Hammer Steindamm 27-29 22089 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

---

Por la presente, Waagen-Schmitt GmbH declara que la báscula de análisis corporal BA 1807 cumple con las directrices 2014/53/UE y 2011/65/UE.

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

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

Hamburgo, diciembre de 2019  
Waagen-Schmitt GmbH



## Garantía

La empresa Waagen-Schmitt GmbH garantiza durante 2 años a partir de la fecha de compra, la eliminación de los defectos debidos a fallos de material o fabricación, mediante reparación o cambio del equipo.

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

## Eliminación

### Eliminación del embalaje



Elimine el embalaje separando los materiales. 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
Utilisation conforme .....	46
Sécurité .....	46
Vue d'ensemble.....	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 .....	51
Réalisation d'une analyse corporelle .....	51
Indications concernant les valeurs calculées.....	53
Indice de masse corporelle (IMC).....	54
Changer la pile.....	54
Nettoyage .....	55
Problèmes/solutions.....	55
Caractéristiques techniques .....	56
Déclaration de conformité .....	56
Garantie.....	57
Mise au rebut .....	57

## Utilisation conforme

---

Le pèse-personne permet de peser des personnes dans le cadre privé. Il n'est pas adapté à une utilisation dans des cliniques, des cabinets médicaux, etc. La fonction d'analyse corporelle est elle aussi réservée à un usage privé. La balance n'est pas destinée à un usage dans le domaine du sport professionnel. Sa capacité de charge maximale de 180 kg ne doit pas être excédée.

N'utilisez pas la balance si vous...

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

**En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant.**

## Sécurité

---

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

## DANGER pour les enfants

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

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

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

## **ATTENTION Risque de blessure**

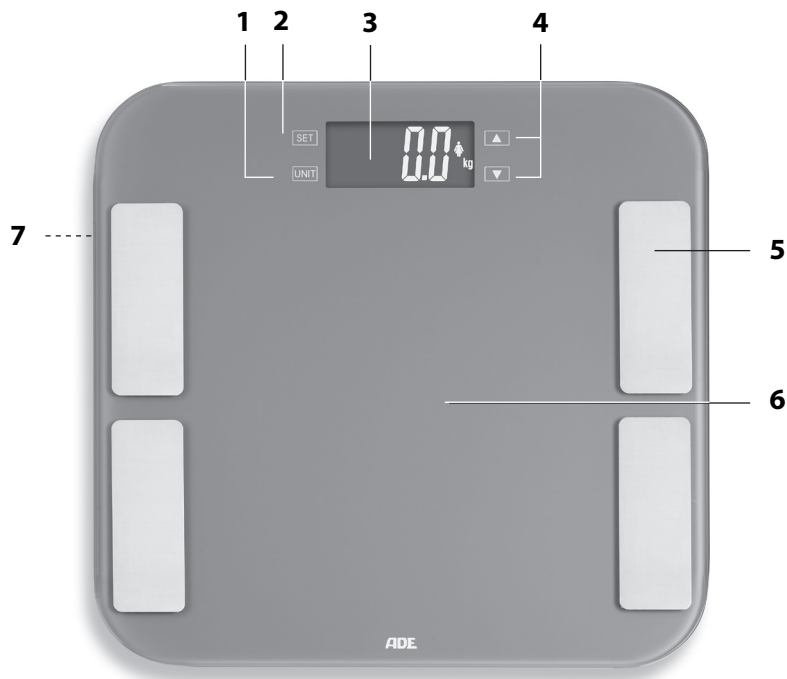
- Ne montez pas unilatéralement sur le bord extérieur de la balance. Risque de basculement !
- Ne montez pas sur la balance avec les pieds mouillés ou si la surface est humide. Risque de chute !
- La surface de pesée est en verre. En cas de chute, il existe un risque de bris de glace et par là même,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

## **ATTENTION Risque de dommages matériels**

- Posez la balance sur une surface stable et plane.
- Ne surchargez pas la balance. Respectez les indications des « Caractéristiques techniques ». Ne montez sur la balance que pour vous peser.
- Protégez la balance contre les coups et les chocs importants.
- Retirez la pile de l'article lorsque celle-ci est usée ou lorsque vous n'utilisez pas la balance pendant une période prolongée. Vous éviterez ainsi les dommages qui pourraient résulter d'une fuite des piles.
- Veillez à respecter la polarité (+/-) en changeant les piles.
- 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.

## Vue d'ensemble


---



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

## Contenu de l'emballage

---

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



## Symboles présents sur la balance

Auto-on



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

CAUTION:

Slippery when wet !



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

## Mise en marche initiale

### Enlever la bande isolante

Lors de la livraison, la pile est déjà insérée et munie 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. Resserrez la languette de fermeture vers le couvercle du compartiment à piles et retirez-le.
2. Retirez la bande isolante.
3. Remettez le couvercle du compartiment à piles en place.

### Sélection de l'unité de mesure

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

1. Appuyez brièvement et avec un peu de force sur **UNIT** pour mettre la balance en marche.
2. Appuyez de nouveau sur le bouton **UNIT**. 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.

## 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 %
- Métabolisme basal en kcal (besoin énergétique)
- Indice de masse corporelle (IMC)

La balance dispose au total de 13 mémoires.

## Erreurs de mesure

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

Les personnes qui...

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

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

... sont âgées de plus de 70 ans,

... sont âgées de moins de 10 ans.

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

## Mesure du poids

---



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

- Placez-vous sur la balance. Restez immobile sans vous tenir à quoi que ce soit. Le poids mesuré s'affiche sous peu. Quelques secondes après que vous soyez descendu de la balance, celle-ci s'éteint automatiquement.

## Saisie des données personnelles

1. En exerçant un peu de force, montez une fois brièvement sur la surface de pesée. « 0.0 » et l'unité de mesure réglée, par exemple « kg », s'affiche à l'écran.
2. Appuyez sur **SET**.  
Un numéro d'emplacement en mémoire clignote à l'écran.
3. Sélectionnez la mémoire souhaitée avec la touche ▲ ou ▼.
4. Appuyez sur **SET**.  
Sélectionnez votre sexe avec la touche ▲ ou ▼ : ♂ pour homme ou ♀ pour femme.
5. Appuyez sur **SET**.  
La valeur pré-réglée pour l'âge (pré-réglage : 25) clignote à l'écran.
6. Saisissez votre âge avec la touche ▲ ou ▼.
7. Appuyez sur **SET**.  
La valeur pré-réglée relative à votre taille, en centimètres, clignote à l'écran (par exemple « 165 »).
8. Saisissez votre taille réelle avec la touche ▲ ou ▼.
9. Terminez le processus en appuyant sur **SET**. Vous avez ainsi saisi les données nécessaires.  
Toutes les données saisies s'afficheront alors rapidement les unes après les autres sur l'écran.  
Si vous voulez effectuer votre première analyse corporelle (voir chapitre suivant), attendez quelques secondes jusqu'à ce que l'écran indique « 0.0 ».  
Si vous ne faites rien de plus, la balance s'éteint automatiquement après quelques secondes.



Les données enregistrées peuvent être remplacées par de nouvelles.

## Réalisation d'une 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. En exerçant un peu de force, montez une fois brièvement sur la surface de pesée. « 0.0 » et l'unité de mesure réglée, par exemple « kg », s'affiche à l'écran.
2. Appuyez brièvement sur **SET**.
3. Sélectionnez avec la touche ▲ ou ▼ la mémoire sur laquelle vous avez enregistré vos données corporelles personnelles.  
Les données s'afficheront brièvement, puis « 0.0 » et l'unité de masse sélectionnée, par exemple « kg ».

4. Montez pieds nus sur la balance. Restez immobile sans vous tenir à quoi que ce soit.
  - Assurez-vous que chaque pied repose sur deux capteurs.
  - Il ne doit y avoir aucun contact entre les pieds, les jambes, les mollets et les cuisses, au risque de produire une mesure inexacte.

Le poids mesuré s'affiche sous peu. L'écran affiche ensuite « 0 » quand l'analyse corporelle est en cours. Restez immobile.

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

	<b>Symbole/ Indication</b>	<b>Signification</b>
1.	<b>kg / lb / st</b>	Votre poids dans l'unité de masse définie
2.	<b>FAT</b>	Votre taux de graisse corporelle en %
3.	<b>TBW</b>	La teneur en eau de votre corps en %
4.		Votre masse musculaire en %
5.		Votre masse osseuse en %
6.	<b>KCAL</b>	Votre métabolisme basal en kcal
7.	<b>BMI</b>	Votre indice de masse corporelle

En plus de ces indications, vous obtiendrez également une indication en langue anglaise relative aux mesures :

<b>Indication</b>	<b>Signification</b>
<b>Underfat</b>	trop peu de graisse corporelle
<b>Healthy</b>	normal
<b>Overfat</b>	trop de graisse corporelle
<b>Obese</b>	obèse

## 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 de civilisation comme le diabète, les maladies cardiovasculaires, etc. est attribuée à une prise de poids et à une augmentation du taux de graisse corporelle.

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

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

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

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

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 valeur de référence générale pour la masse musculaire.

## Indice de masse corporelle (IMC)

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

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

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

## Changer la pile

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

## Problèmes/solutions

Dysfonctionnement	Cause possible
Le produit ne fonctionne pas	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pile déchargée ou insérée à l'envers ?</li></ul>
La balance affiche clairement des résultats erronés	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La balance se trouve-t-elle sur une surface dure et plane ?</li><li>▪ Y a-t-il un appareil pouvant générer des perturbations électromagnétiques à proximité de la balance ?</li><li>▪ Retirez la pile de la balance et attendez un instant. Remettez la pile. Les données jusqu'ici enregistrées sont conservées.</li></ul>
L'écran indique « Err »	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La capacité maximale de la balance de 180 kg a été dépassée.</li><li>▪ Vous avez quitté la balance pendant l'analyse corporelle en cours.</li></ul>
L'écran indique « Er »	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Le pourcentage de graisse est trop faible ou trop élevé et ne peut donc pas être affiché.</li></ul>
L'écran indique « Lo »	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La pile est usée, voir « Changer la pile ».</li></ul>

## Caractéristiques techniques

---

Modèle :	Balance d'analyse corporelle BA 1807 « Malou »
Pile :	1 x CR2032 / 3 V 
Intensité nominale :	15-16 mA
Plage de mesure :	max. 180 kg
Erreur de mesure :	2 % +/- 100 g
Paliers	
Poids :	100 g
Masse corporelle, masse musculaire, masse osseuse et graisse corporelle :	0,1 %
Mémoires :	13
Indication de l'âge :	10-99 ans
Taille :	100-240 cm
Dimensions de la balance :	env. 330 x 330 x 20 mm
Distributeur :	Waagen-Schmitt GmbH
(n'effectue pas les réparations)	Hammer Steindamm 27-29 22089 Hambourg - Allemagne

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

## Déclaration de conformité

---

La société Waagen-Schmitt GmbH déclare par la présente que la balance d'analyse corporelle BA 1807 est conforme aux directives 2014/53/UE et 2011/65/UE.

Le texte intégral de la Déclaration de conformité européenne est disponible à l'adresse [www.ade-germany.de/doc](http://www.ade-germany.de/doc).

La déclaration perd sa validité dans le cas où la balance subirait une modification n'ayant pas été convenue avec nous.

Hambourg, décembre 2019  
Waagen-Schmitt GmbH





## Garantie

---

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

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

## Mise au rebut

---

### Élimination de l'emballage



Éliminez les emballages de façon conforme. Jetez le papier et le carton avec les papiers de récupération, les plastiques dans les collecteurs de matières recyclables.

### Mise au rebut de l'article

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



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

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

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



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

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

# Gentile cliente,

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

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

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

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

Il Suo team ADE

## Informazioni generali

---

### Informazioni sulle presenti istruzioni per l'uso



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
Destinazione d'uso.....	60
Sicurezza.....	60
Descrizione .....	62
Ambito della fornitura .....	62
Messa in funzione.....	63
Funzionamento della bilancia con analisi corporea.....	63
Misurazione del peso .....	64
Immissione dei dati personali .....	65
Esecuzione dell'analisi corporea .....	65
Informazioni sui valori misurati .....	67
Indice di massa corporea (BMI).....	68
Sostituzione della batteria .....	68
Pulizia.....	69
Risoluzione dei problemi .....	69
Caratteristiche tecniche .....	70
Dichiarazione di conformità .....	70
Garanzia .....	71
Smaltimento.....	71

## Destinazione d'uso

---

La presente bilancia è stata progettata per rilevare il peso delle persone ed è destinata all'uso domestico. Non è adatta all'uso in cliniche, ambulatori, ecc. Anche la funzione di analisi corporea è concepita solo per uso privato. La bilancia non è adatta per l'uso sportivo professionale. Non superare la portata massima di 180 kg.

Non utilizzare questa bilancia...

- ... in caso di gravidanza,
- ... se siete portatori di pacemaker,
- ... se siete pazienti dializzati,
- ... 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.**

## Sicurezza

---

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

## PERICOLO per i bambini

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

## PERICOLO di incendio, ustioni e/o esplosione

- In caso di sostituzione non corretta delle batterie, potrebbe sussistere un pericolo di esplosione. Sostituire le batterie solo con altre uguali o di tipo equivalente. Osservare quanto indicato nei "Dati tecnici".
- Le batterie non devono essere ricaricate, riattivate con altri mezzi, smontate, buttate nel fuoco o messe in cortocircuito.
- Evitare il contatto con la pelle, gli occhi e le mucose. In caso di contatto con il liquido delle batterie, sciacquare subito la zona interessata con acqua abbondante 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!
- La pedana è in vetro. In caso di caduta, le schegge possono costituire un rischio di lesioni.

## ATTENZIONE a danni materiali

- Porre la bilancia su una superficie piana e stabile.
- Non sovraccaricare la bilancia. Osservare quanto indicato nei "Dati tecnici". Salire sulla bilancia solo per pesarsi.
- Proteggere la bilancia da forti urti e vibrazioni.
- Estrarre la batteria dal dispositivo se è scarica o se la bilancia non viene utilizzata per un lungo periodo. In tal modo si eviteranno danni causati da eventuali perdite di liquido dalle batterie.
- Durante la sostituzione delle batterie, prestare attenzione alla corretta polarità (+/-).
- Non sottoporre la batteria a temperature estreme, ad esempio conservandole vicino a termosifoni o alla luce diretta del sole. Serio rischio di fuoriuscita di liquido!
- Se necessario, pulire i contatti del dispositivo e le batterie prima di inserirle.
- Non apportare nessuna modifica al dispositivo. Rivolgersi esclusivamente ad un tecnico specializzato per la riparazione del prodotto. Riparazioni non eseguite correttamente possono essere causa di seri pericoli per l'utente.
- La bilancia è dotata di piedini sul lato inferiore. Dal momento che le superfici dei pavimenti possono essere di materiali differenti e trattate con i più diversi 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.

# Descrizione

---



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

## Ambito della fornitura

---

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

## Simboli sulla bilancia

Auto-on



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

CAUTION:

Slippery when wet !



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

## Messa in funzione

### Rimozione della striscia isolante

Il prodotto viene fornito con una batteria già inserita protetta 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 blocco verso il coperchio del vano batteria e rimuovere quest'ultimo.
2. Estrarre la striscia isolante.
3. Richiudere il coperchio del vano batterie.

### Selezione dell'unità di misura

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

1. Applicare con il piede una leggera pressione su **UNIT** per attivare la bilancia.
2. Premere ripetutamente il pulsante **UNIT**. Prestare attenzione alle indicazioni sul display.

### Sistemazione della bilancia

- Porre la bilancia su una superficie piana, stabile e asciutta. Non appoggiarla 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 %
- Metabolismo basale in Kcal (babbisogno energetico)
- Indice di massa corporea (BMI)

La bilancia è dotata di 13 slot 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.

- Posizionasi sulla bilancia. Restare fermi in piedi senza appoggiarsi a nulla.

Dopo qualche istante apparirà il peso rilevato.

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



## Immissione dei dati personali

1. Salire brevemente sulla superficie di pesata, applicandovi una leggera forza. L'indicazione "0.0" e l'unità di misura selezionata, ad esempio "kg", appariranno sullo schermo.
2. Premere **SET**.  
Sul display lampeggia un numero di spazio di memoria.
3. Con il pulsante ▲ o ▼ selezionare lo spazio di memoria desiderato.
4. Premere **SET**.  
Selezionare il sesso con il pulsante ▲ o ▼: ♂ per uomo o ♀ per donna.
5. Premere **SET**.  
Sul display lampeggerà il valore preimpostato per l'età (impostazione predefinita: 25).
6. Impostare la propria età con il pulsante ▲ o ▼.
7. Premere **SET**.  
Sul display lampeggerà la statura preimpostata (ad es. 165 cm).
8. Impostare la propria statura con il pulsante ▲ o ▼.
9. Infine, premere il pulsante **SET**. L'immissione dei dati richiesti è così completata.  
Sul display compaiono brevemente in sequenza i tutti i dati immessi.  
Attendere qualche secondo, fino a quando sul display non compare "0.0", quando si desidera eseguire la prima analisi corporea (fare riferimento al capitolo successivo).  
Se non vengono eseguite altre operazioni, la bilancia si spegnerà automaticamente dopo alcuni secondi di inattività.



I dati immessi possono essere sovrascritti.

## Esecuzione dell'analisi corporea





- L'analisi corporea è possibile solo dopo avere immesso i relativi dati (cfr. capitolo precedente).
- Osservare quanto indicato nel capitolo "Consigli su come pesarsi".

1. Salire brevemente sulla superficie di pesata, applicandovi una leggera forza. L'indicazione "0.0" e l'unità di misura selezionata, ad esempio "kg", appariranno sullo schermo.
2. Premere brevemente **SET**.
3. Selezionare con il pulsante ▲ o ▼ lo spazio di memoria nel quale sono stati memorizzati i propri dati.  
Sul display appariranno i propri dati, poi "0.0" e l'unità di misura selezionata, ad es. "kg".

4. Salire sulla bilancia a piedi nudi. Restare fermi e non sostenersi né appoggiarsi da nessuna parte.
  - Accertarsi che ciascun piede poggi su due sensori.
  - Non deve esserci nessun contatto tra piedi, gambe, polpacci e cosce. Altrimenti la misurazione non sarà accurata.

Dopo qualche istante apparirà il peso rilevato. Poi, sul display apparirà "o" per segnalare che viene eseguita l'analisi corporea. Continuare a stare fermi.

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

	<b>Simbolo/ Indicazione</b>	<b>Significato</b>
1.	<b>kg / lb / st</b>	Il peso nell'unità di misura impostata
2.	<b>FAT</b>	Massa grassa in %
3.	<b>TBW</b>	Massa d'acqua in %
4.		Massa muscolare in %
5.		Massa ossea in %
6.	<b>KCAL</b>	Metabolismo basale in kcal
7.	<b>BMI</b>	Indice di massa corporea

Inoltre, sul display compare anche una valutazione del valore corrispondente in lingua inglese:

<b>Indicazione</b>	<b>Significato</b>
<b>Underfat</b>	poca massa grassa
<b>Healthy</b>	normale
<b>Overfat</b>	troppa massa grassa
<b>Obese</b>	obeso

## 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 corporea 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	
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 %

Per la massa muscolare non esistono linee guida generali.

## Indice di massa corporea (BMI)

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

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

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

## 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, in quanto potrebbero graffiarne la superficie.
- 
- Se necessario, strofinare la bilancia con un panno morbido leggermente inumidito.
  - Disinfettare ogni tanto la pedana e i sensori con un disinfettante appropriato (acquistabile nei negozi specializzati o in drogheria).

## Risoluzione dei problemi

Problema	Possibile causa
L'orologio non funziona	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La batteria è scarica o è stata installata in modo errato?</li></ul>
La bilancia indica valori chiaramente errati	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La bilancia si trova su una superficie stabile e piana?</li><li>▪ Vicino alla bilancia è presente un dispositivo che può causare interferenze elettromagnetiche?</li><li>▪ Estrarre le batterie dalla bilancia, attendere qualche istante, e poi inserirle di nuovo. I dati archiviati non andranno persi.</li></ul>
Sul display appare "Err"	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La capacità massima della bilancia di 180 kg è stata superata.</li><li>▪ L'utente è sceso dalla bilancia durante l'analisi corporea.</li></ul>
Sul display compare "Er"	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La percentuale di massa grassa è troppo bassa o troppo alta e pertanto non può essere visualizzata.</li></ul>
Sul display appare "Lo"	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La batteria è scarica, vedere la sezione "Sostituzione della batteria".</li></ul>

## Caratteristiche tecniche

---

Modello:	Bilancia con analisi corporea BA 1807 "Malou" <sup>™</sup>
Batterie:	1x CR2032/3 V 
Corrente nominale:	15-16 mA
Portata:	max. 180 kg
Tolleranza:	2% +/- 100 g
Incrementi	
Peso:	100 g
Acqua corporea, massa muscolare, massa ossea e grasso corporeo:	0,1 %
Spazi di memoria:	13
Età:	10-99 anni
Statura:	100-240 cm
Dimensioni della bilancia:	ca. 330 x 330 x 20 mm
Distributore: (nessun servizio di assistenza)	Waagen-Schmitt GmbH Hammer Steindamm 27-29 22089 Amburgo, 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, Waagen-Schmitt GmbH dichiara che la bilancia con analisi corporea BA 1807 è conforme alle direttive 2014/53/UE e 2011/65/UE.

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

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

Hamburg, dicembre 2019  
Waagen-Schmitt GmbH



## Garanzia

---

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

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

## Smaltimento

---

### Smaltimento dell'imballaggio



Smaltire l'imballaggio nella raccolta differenziata. 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 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
Użycie zgodne z przeznaczeniem .....	74
Bezpieczeństwo .....	74
W skrócie .....	76
Zakres dostawy .....	76
Uruchomienie .....	77
Sposób działania nowej wagi do analizy ciała .....	77
Pomiar masy ciała .....	78
Wprowadzanie danych osobistych .....	79
Wykonywanie analizy składu ciała .....	79
Wskazówki dotyczące ustalonych parametrów .....	81
Body-Mass-Index (BMI) .....	82
Wymiana baterii .....	82
Czyszczenie .....	83
Usterka/środek zaradczy .....	83
Dane techniczne .....	84
Deklaracja zgodności .....	84
Gwarancja .....	85
Utylizacja .....	85

## Użycie zgodne z przeznaczeniem

---

Waga osobowa służy do ważenia ludzi i przeznaczona jest do prywatnego użytku. Nie jest przeznaczona do stosowania w klinikach, praktykach lekarskich itd. Również funkcja analizy organizmu jest przeznaczona tylko do użytku prywatnego. Waga nie nadaje się do profesjonalnego zastosowania sportowego. Nie wolno przekraczać maksymalnego obciążenia 180 kg.

Z wagi nie mogą korzystać...

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

**W razie wątpliwości skontaktować się z lekarzem rodzinnym.**

## Bezpieczeństwo

---

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

## NIEBEZPIECZEŃSTWO dla dzieci

- Materiały opakowaniowe należy przechowywać z dala od dzieci. Połknięcie grozi uduszeniem. Zwracać uwagę na to, aby torby opakowaniowej nie nakładano na głowę.

## **NIEBEZPIECZEŃSTWO pożaru/obrażeń i/lub wybuchu**

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

## **OSTRZEŻENIE przed niebezpieczeństwem obrażeń ciała**

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

## **OSTROŻNIE — straty materialne**

- Ustawiać wagę na stabilnym, równym podłożu.
- Nie przeciążać wagi. Przestrzegać punktu „Dane techniczne”. Na wadze stawać tylko w celu ważenia.
- Chronić wagę przed silnymi uderzeniami i wstrząsami.
- Wyjąć baterie z artykułu po ich zużyciu lub kiedy waga już nie będzie używana. W ten sposób unika się uszkodzeń, jakie mogą powstać na skutek wycieku.
- Podczas wymiany baterii pamiętać o właściwym dopasowaniu biegunów (+/-).
- 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 nożki. 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 nożki. W razie potrzeby pod wagę należy położyć podkładkę antypoślizgową.

## W skrócie


---



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

## Zakres dostawy

---

- Waga osobowa
- Typ baterii CR2032, 3 V  (znajduje się już w urządzeniu)
- Instrukcja obsługi

## Symbole na wadze

Auto-on



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

CAUTION:

Slippery when wet !



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

## Uruchomienie

### Zdejmowanie pasów izolacyjnych

Bateria przy dostawie jest już włożona i zabezpieczona paskami izolacyjnymi przed przedwczesnym rozładowaniem. Aby uruchomić wagę, należy zdjąć pasek izolacyjny.

Komora baterii znajduje się na spodzie urządzenia.

1. Nacisnąć kłapkę w kierunku pokrywy komory na baterie, a następnie zdjąć pokrywę.
2. Wyciągnąć pasy izolacyjne.
3. Ponownie nasunąć pokrywkę komory baterii.

### Wybór jednostki miary

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

1. Nadeprnąć z niewielką siłą krótko 1 raz na **UNIT**, aby włączyć wagę.
2. Nacisnąć ponownie przycisk **UNIT**. 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 przepływowaniu 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 %
- Podstawowa przemiana materii w kcal (zapotrzebowanie na energię)
- Body-Mass-Index (BMI)

Waga posiada łącznie 13 miejsca zapisu 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 atletami zawodowymi, kulturystami lub sportowcami wytrzymałościowymi,

... są starsze niż 70 lat.

... są młodsze niż 10 lat.

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

## Pomiar masy ciała

---



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

- Stań 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. Wystarczy stanąć z użyciem niewielkiej siły na powierzchnię służącą do ważenia. Na wyświetlaczu pojawi się wartość „0.0” i wybrana jednostka wagi np. „kg”.
2. Nacisnąć **SET**.  
Na wyświetlaczu będzie migać numer miejsca w pamięci.
3. Przyciskiem ▲ lub ▼ wybrać wymagane miejsce w pamięci.
4. Nacisnąć **SET**.  
Wybrać płeć przyciskiem ▲ lub ▼: ♀ dla mężczyzny i ♂ dla kobiety.
5. Nacisnąć **SET**.  
Na wyświetlaczu miga ustawiona domyślnie wartość wieku (ustawienie domyślne: 25).
6. Przyciskiem ▲ lub ▼ wprowadzić swój wiek.
7. Nacisnąć **SET**.  
Na wyświetlaczu miga wcześniej ustawiona wartość wzrostu (np. „165” przy cm).
8. Przyciskiem ▲ lub ▼ wprowadzić swój wzrost.
9. Na zakończenie nacisnąć **SET**. W ten sposób wprowadzono niezbędne dane.  
Na wyświetlaczu pojawią się teraz kolejno przez chwilę wszystkie wprowadzone dane.  
Odczekać kilka sekund, aż na wyświetlaczu pojawi się „0.0”, jeżeli chcesz dokonać pierwszej analizy składu ciała (patrz kolejny rozdział).  
W razie braku dalszych działań waga wyłączy się automatycznie po kilku sekundach.



Wprowadzane dane można nadpisać nowymi informacjami.

## Wykonywanie analizy składu ciała





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

1. Wystarczy stanąć z użyciem niewielkiej siły na powierzchnię służącą do ważenia. Na wyświetlaczu pojawi się wartość „0.0” i wybrana jednostka wagi np. „kg”.
2. Nacisnąć krótko przycisk **SET**.
3. Wybrać przyciskiem ▲ lub ▼ miejsce w pamięci, w którym zostały zapisane osobiste dane użytkownika.  
Dane zostaną przez chwilę wyświetlone, a następnie pojawi się „0.0” oraz wybrana jednostka miary, np. „kg”.

4. Stańć bez obuwia na wadze. Stać spokojnie i nie przytrzymywać się.
  - Zwrócić uwagę na to, aby każda stopa znajdowała się na dwóch czujnikach.
  - Stopy, nogi, łydki i uda nie mogą się ze sobą stykać. W przeciwnym razie pomiar nie będzie dokładny.

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

Następnie na wyświetlaczu pojawiają się wielokrotnie zmierzone wartości:

Symbol/ wskazanie	Znaczenie
1. <b>kg / lb / st</b>	Masa ciała w ustawionych jednostkach miary
2. <b>FAT</b>	Zawartość tkanki tłuszczowej w %
3. <b>TBW</b>	Zawartość wody w %
4. 	Zawartość masy mięśniowej %
5. 	Zawartość masy kostnej w %
6. <b>KCAL</b>	Podstawowa przemiana materii w kcal
7. <b>BMI</b>	Twój wskaźnik masy ciała (BMI)

Przy odpowiednich wskazaniach wyświetli się poza tym ocena tym w języku angielskim:

Wskazanie	Znaczenie
<b>Underfat</b>	zbyt mało tkanki tłuszczowej
<b>Healthy</b>	w normie
<b>Overfat</b>	zbyt dużo tkanki tłuszczowej
<b>Obese</b>	otyłość

## 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. cukrzycy, chorób serca i układu krążenia itp.

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

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

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

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

Kobiety 					
wiek	tłuszcz w organizmie				woda w organizmie
	szcuple	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
	szczuła	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 wartości orientacyjnych dla masy mięśniowej.

## Body-Mass-Index (BMI)

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

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

BMI (kg/m <sup>2</sup> )	Masa ciała
< 18,5	niedowaga
18,6 - 25	normalna waga
25,1 - 30	nadwaga
30,1 i powyżej	otyłość

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

## Usterka/środek zaradczy

Usterka	Możliwa przyczyna
Brak działania	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Baterie wyczerpane lub włożone nieprawidłowo?</li></ul>
Waga wskazuje ewidentnie nieprawidłowe wyniki ważenia	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Czy waga jest ustawiona na stabilnym, równym podłożu?</li><li>▪ Czy w pobliżu wagi znajduje się urządzenie, które może emitować zakłócenia elektromagnetyczne?</li><li>▪ Wyjąć baterie z wagi i odczekać chwilę. Ponownie włożyć baterie. Zapisane dane pozostają zachowane.</li></ul>
Na wyświetlaczu pojawia się „Err”	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Przekroczono maksymalne obciążenie wagi 180 kg.</li><li>▪ Nastąpiło zejście z wagi podczas bieżącej analizy składu ciała.</li></ul>
Na wyświetlaczu pojawi się „Er”	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej jest zbyt niska lub zbyt wysoka i dlatego nie może zostać wyświetlona.</li></ul>
Na wyświetlaczu pojawi się „Lo”	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Bateria jest pusta, patrz „Wymiana baterii”.</li></ul>

## Dane techniczne

---

Model:	Waga z funkcją analizy składu ciała BA 1807 „Malou”
Bateria:	1x CR2032/3 V $\text{---}$
Prąd znamionowy:	15-16 mA
Zakres pomiarowy:	maks. 180 kg
Odchyłka:	2% +/- 100 g
Podziałka wyświetlania	
Waga:	100 g
Woda w ciele, masa mięśniowa, masa kostna i tkanka tłuszczowa:	0,1 %
Miejsca zapisu w pamięci:	13
Wiek:	10-99 lat
Wzrost:	100-240 cm
Wymiary wagi:	ok. 330 x 330 x 20 mm
Dystrybutor: (nie adres serwisu)	Waagen-Schmitt GmbH Hammer Steindamm 27-29 22089 Hamburg, Niemcy

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

## Deklaracja zgodności

---

Waagen-Schmitt GmbH oświadcza niniejszym, że waga z funkcją analizy składu ciała BA 1807 jest zgodna z dyrektywami 2014/53/UE i 2011/65/UE.

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

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

Hamburg, grudzień 2019  
Waagen-Schmitt GmbH



# Gwarancja

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

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

# Utylizacja

## Utylizacja opakowania



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

## Utylizacja produktu

Produkt należy utylizować zgodnie z przepisami obowiązującymi w danym kraju.



### **Urządzeń nie wolno wyrzucać razem ze zwykłymi odpadami domowymi**

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

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



### **Baterii i akumulatorów nie wolno wyrzucać razem z odpadami domowymi**

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

