

# PW 4923

## Bedienungsanleitung/Garantie

Gebruiksaanwijzing • Mode d'emploi • Instrucciones de servicio  
Manual de instruções • Istruzioni per l'uso • Instruction Manual  
Instrukcja obsługi/Gwarancja • Használati utasítás  
Інструкція з експлуатації

## Multi-Analyse-Waage

Personenweegschaal met Meervoudige Analyse • Balance à plusieurs analyses  
Báscula personal de análisis múltiple • Balança Digital • Bilancia corpo multi analisi  
Multi Analysis Body Scale • Wielofunkcyjna waga analityczna  
Többfunkciós személyi mérleg • Ваги з різноманітними функціями аналізу



PERFECT IN FORM AND FUNCTION **AEG**

## 2 Inhalt

### DEUTSCH

---

#### Inhalt

Übersicht der Bedienelemente .....	Seite	3
Bedienungsanleitung .....	Seite	4
Technische Daten .....	Seite	8
Garantiebedingungen .....	Seite	8

### NEDERLANDS

---

#### Inhoud

Locatie van bedieningselementen .....	blz	3
Gebruiksaanwijzing .....	blz	10
Technische specificaties .....	blz	14

### FRANÇAIS

---

#### Table des matières

Situation des commandes .....	page	3
Manuel .....	page	15
Caractéristiques techniques .....	page	19

### ESPAÑOL

---

#### Contenidos

Ubicación de los controles .....	página	3
Manual del usuario .....	página	20
Especificaciones técnicas .....	página	24

### PORTUGUÊS

---

#### Índice

Localização dos controles .....	página	3
Manual do utilizador .....	página	25
Especificações técnicas .....	página	28

### ITALIANO

---

#### Contenuto

Posizione dei comandi .....	pagina	3
Manuale dell'utente .....	pagina	30
Specifiche tecniche .....	pagina	33

### ENGLISH

---

#### Contents

Location of Controls .....	page	3
User manual .....	page	35
Technical Specifications .....	page	38

### JĘZYK POLSKI

---

#### Spis treści

Lokalizacja kontroltek .....	strona	3
Instrukcja użytkownika .....	strona	40
Techniczne specyfikacje .....	strona	44
Ogólne warunki gwarancji .....	strona	44

### MAGYARUL

---

#### Tartalom

A kezelőszervek elhelyezkedése .....	oldal	3
Használati útmutató .....	oldal	45
Műszaki adatok .....	oldal	48

### УКРАЇНСЬКА

---

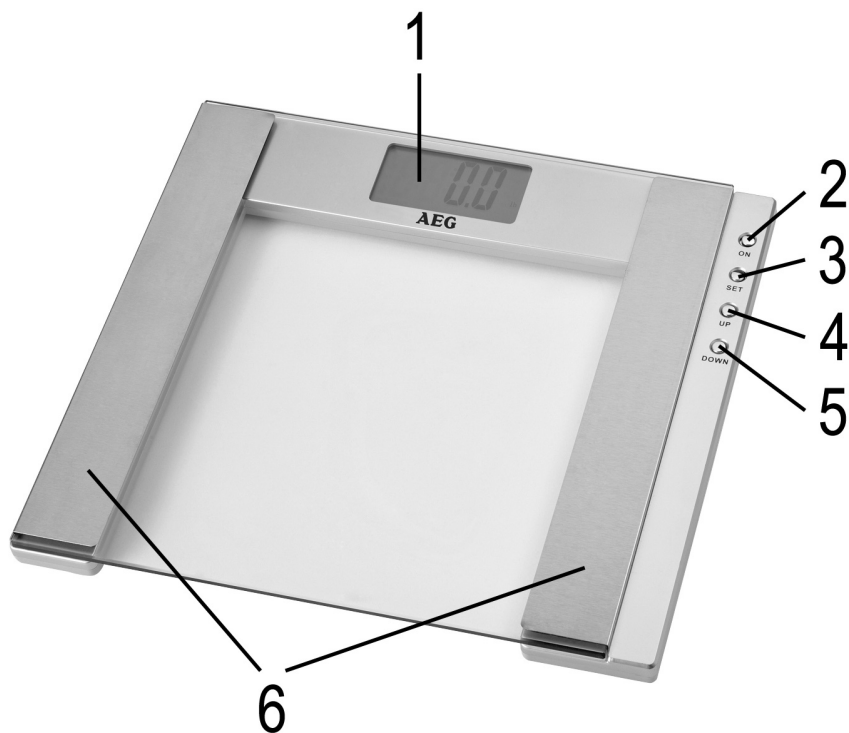
#### Зміст

Розташування органів керування .....	стор	3
Посібник користувача .....	стор	50
Технічні характеристики .....	стор	54

### 3 Übersicht der Bedienelemente

Locatie van bedieningselementen  
Situation des commandes  
Ubicación de los controles  
Localização dos controlos  
Posizione dei comandi

Location of Controls  
Lokalizacja kontrolek  
A kezelőszervek elhelyezkedése  
Розташування органів керування



## Allgemeine Sicherheitshinweise

Lesen Sie vor Inbetriebnahme dieses Gerätes die Bedienungsanleitung sehr sorgfältig durch und bewahren Sie diese inkl. Garantieschein, Kassenbon und nach Möglichkeit den Karton mit Innenverpackung gut auf. Falls Sie das Gerät an Dritte weitergeben, geben Sie auch die Bedienungsanleitung mit.

- Benutzen Sie das Gerät ausschließlich für den privaten und den dafür vorgesehenen Zweck. Dieses Gerät ist nicht für den gewerblichen Gebrauch bestimmt. Benutzen Sie das Gerät nicht im Freien. Halten Sie es vor Hitze, direkter Sonneneinstrahlung, Feuchtigkeit (auf keinen Fall in Flüssigkeiten tauchen) und scharfen Kanten fern.
- Reparieren Sie das Gerät nicht selbst, sondern suchen Sie einen autorisierten Fachmann auf.
- Beachten Sie die nachfolgenden „Speziellen Sicherheitshinweise“.

### Kinder

- Zur Sicherheit Ihrer Kinder lassen Sie keine Verpackungsteile (Plastikbeutel, Karton, Styropor, etc.) erreichbar liegen.

#### **Warnung!**

Lassen Sie kleine Kinder nicht mit Folie spielen. Es besteht **Erstickungsgefahr!**

- Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.

### Symbole in dieser Bedienungsanleitung

Wichtige Hinweise für Ihre Sicherheit sind besonders gekennzeichnet. Beachten Sie diese Hinweise unbedingt, um Unfälle und Schäden am Gerät zu vermeiden:

#### **Warnung:**

Warnt vor Gefahren für Ihre Gesundheit und zeigt mögliche Verletzungsrisiken auf.

#### **Achtung:**

Weist auf mögliche Gefährdungen für das Gerät oder andere Gegenstände hin.

#### **Hinweis:**

Hebt Tipps und Informationen für Sie hervor.

## Spezielle Sicherheitshinweise für dieses Gerät

#### **Warnung:**

Ist die Glasfläche feucht oder sind Wassertropfen darauf, wischen Sie diese erst trocken bzw. ab, es besteht **Rutschgefahr**.







#### **Achtung:**

- ▶ Behandeln Sie die Waage mit Vorsicht, denn sie ist ein Messinstrument. Lassen Sie sie nicht fallen und springen Sie nicht darauf.
- ▶ Belasten Sie das Gerät nicht mit mehr als 150 kg (330,7 lb), um Schäden am Gerät zu vermeiden.

- Wird die Waage getragen oder nicht benutzt, lagern Sie diese bitte nur in horizontaler Position.
- Die Körperfett-Analysewaage ist für folgenden Personenkreis nicht geeignet:
  - Kinder unter 10 Jahren und Erwachsene über 80 Jahren
  - Personen mit Symptomen von Fieber, Ödemen oder Osteoporose
  - Personen in Dialysebehandlung
  - Personen mit einem Herzschrittmacher
  - Personen, die kardiovaskuläre Medikamente einnehmen
  - Schwangere
  - Sportler, die mehr als 5 Stunden intensive sportliche Betätigung ausüben
  - Personen mit einer Herzfrequenz von unter 60 Schlägen/Minute

## Übersicht der Bedienelemente

- 1 Display
- 2 Einschalttaste ON
- 3 SET-Taste
- 4 UP-Taste
- 5 DOWN-Taste
- 6 Kontaktflächen

Anzeige im Display	Bedeutung
kg (lb)	Körpergewicht
USER	Speicherplatz des Benutzers
	Männlich
	Weiblich
Age	Alter
cm (Ft:in)	Körpergröße
	Anzeige Körperfett
	Anzeige Körperwasser
	Anzeige Muskelmasse
	Anzeige Knochengewicht
%	Prozentanteil – Körperfett / Körperwasser / Muskelmasse / Knochengewicht

## Information zur Körperfettmessung

### ⚠ Achtung:

Personen, die einen Herzschrittmacher oder ein anderes medizinisches Implantat mit elektronischen Bauteilen verwenden, ist vom Gebrauch dieser Waage abzuraten. Die Leistung des Implantats kann dadurch gefährdet bzw. beeinträchtigt werden.

### 📌 Hinweis:

Das Gerät kann nur korrekt funktionieren, wenn Sie barfuß und mit trockenen Füßen auf den Kontaktflächen stehen!

Das Grundprinzip dieses Geräts basiert auf der Messung der elektrischen Impedanz des Körpers. Dazu lässt das Gerät ein schwaches, nicht spürbares, elektrisches Signal durch Ihren Körper fließen, um so die aktuellen Werte des Körpers zu ermitteln.

Das Signal ist im Allgemeinen völlig ungefährlich! Betrachten Sie hierzu trotzdem unsere speziellen Sicherheitshinweise!

Die Messung ist unter dem Begriff der „Bioelektrischen Impedanzanalyse“ (BIA) bekannt, einem Faktor, der mit Körperfett- und Körperwasseranteil zusammenhängt und mit anderen biologischen Daten (Alter, Geschlecht, Körpergröße) in Beziehung steht.

Es gibt schwere Menschen, die ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Fett- und Muskelmasse haben und es gibt scheinbar schlanke Menschen mit deutlich erhöhten Körperfettwerten. Fett ist ein Faktor, der erheblich zur Belastung des Organismus, insbesondere des Herz-Kreislauf-Systems, beiträgt. Die Kontrolle beider Werte (Fett und Gewicht) sind deshalb Grundvoraussetzung für Gesundheit und Fitness.

### Körperfett

Körperfett ist ein wichtiger Bestandteil des Organismus. Vom Schutz der Gelenke über Vitaminspeicher bis hin zur Regelung der Körpertemperatur übernimmt Fett eine wichtige Aufgabe im Körper. Ziel ist also nicht den Körperfettanteil radikal zu reduzieren, sondern ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Muskelmasse und Fettmasse zu erreichen und es zu halten.

### Die Bedeutung des Wassers für unsere Gesundheit

Der menschliche Organismus besteht zu etwa 55-60% aus Wasser, je nach Alter und Geschlecht in unterschiedlicher Menge.

Wasser hat eine Reihe von Aufgaben im Körper zu erfüllen:

- Es ist Baustein unserer Zellen. Das bedeutet, dass alle Zellen des Körpers, ob Haut-, Drüsen-, Muskel-, Gehirnzellen oder andere, nur dann funktionstüchtig sind, wenn Sie genügend Wasser enthalten.
- Es ist Lösungsmittel für wichtige Substanzen in unserem Organismus.
- Es ist Transportmittel für Nährstoffe, körpereigene Substanzen und Stoffwechselprodukte.

Anhaltswerte für Ihr Fitnessprofil entnehmen Sie der Richtwerttabelle. Sie zeigt die Abhängigkeit der Körperfettwerte vom Alter und vom Geschlecht. Beachten Sie dabei immer, dass wie beim Wasserhaushalt im Körper, auch der Fettanteil innerhalb des Tages starken Schwankungen unterliegt. Messen Sie deshalb immer zur selben Tageszeit um einen vergleichbaren Wert zu erhalten.

Die errechneten Messergebnisse des Körperfett- und Körperwasseranteils sind nur Referenzwerte. Sie sind nicht zum Gebrauch für medizinische Zwecke zu empfehlen. Bitte lassen Sie sich immer von Ihrem Arzt beraten, wenn Sie Fragen zu einer medizinischen Behandlung oder einer Diät zur Erreichung des Normalgewichts haben.

### Technische Merkmale

Speicherplätze:	10
Größeneinstellung:	von 100 bis 220 cm (3'03" – 7'03" Ft:in)
Alter:	von 10 bis 80 Jahren
Mindestgewicht:	ab 2,5 kg (5,5 lb)
Höchstgewicht:	150 kg (330,7 lb)
Auflösung bei Gewichtsmessung:	100 g Schritte
Körperfett-Einteilung:	0,1 %
Körperfett-Messbereich:	5,0 % - 50,0 %
Körperwasser-Messbereich:	35,0 % - 85,0 %
Muskelmasse-Messbereich:	10,0 % - 50,0 %

### Richtlinie des Körperfett-Anteils in Prozente (ca.-Angaben)

Alter AGE (Jahre)	Frauen				Männer			
	Untergewicht UNDER FAT	Normal HEALTHY	Über-Gewicht OVER FAT	Fettleibig OBESE	Untergewicht UNDER FAT	Normal HEALTHY	Übergewicht OVER FAT	Fettleibig OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**Hinweis:**

Aufgrund von großen Schwankungen des Körperfettanteils ist es schwierig, einen Richtwert zu bekommen. Im Durchschnitt liegt bei einem Erwachsenen Menschen die optimale Messzeit zwischen 18 und 20 Uhr, da in diesem Zeitraum der Fettanteil sehr gleichmäßig bleibt.

## Inbetriebnahme

### Batteriefach (Rückseite der Waage)

**Hinweis:**

Die Batterie im Batteriefach wurde für den Transport mit einer Folie gesichert. Dies verlängert die Lebensdauer der Batterie.

Vor der ersten Anwendung entfernen Sie bitte diese Folie, um die Waage betriebsbereit zu machen.

## Anwendung

### Reine Wiegefunktion

- Stellen Sie die Personenwaage auf einen harten, flachen Untergrund (vermeiden Sie Teppichboden). Unebener Boden führt zu Ungenauigkeiten.
- Auf der Rückseite der Waage neben dem Batteriefach befindet sich ein Schalter. Wählen Sie zwischen den Einstellungen „kg“ und „lb“ (pound).
- Schalten Sie die Waage mit der Taste ON ein.
- Die Waage und das Display führen einen Selbsttest durch (8888), kurz darauf erscheint der Wert „0,0“ (kg) (0,0 lb).
- Stellen Sie sich mit beiden Füßen auf die Kontaktflächen (6) des Gerätes. Verteilen Sie Ihr Gewicht gleichmäßig und warten Sie, während die Waage Ihr Gewicht ermittelt.
- Die Anzeige im Display blinkt zunächst und dann wird Ihr genaues Gewicht angezeigt.
- Beim Verlassen der Waage schaltet sich diese nach ca. 10 Sekunden automatisch ab, das verlängert die Batterie-Lebensdauer.

### Programmieren der persönlichen Daten

**Hinweis:**

- ▶ Die Waage verfügt über voreingestellte Werte, die Sie wie nachfolgend beschrieben ändern können.
- ▶ Sie sollten die folgenden Schritte aufeinanderfolgend und innerhalb einiger Sekunden durchführen, da ansonsten das Gerät den Programmiermodus automatisch abbricht!
- Schalten Sie die Waage mit der Taste ON ein.
- Warten Sie immer, bis die Anzeige 0,0 kg (0,0 lb) im Display erscheint.
- Drücken Sie die Taste SET. Im Display blinkt der Speicherplatz. Bestätigen Sie die Einstellung mit SET oder wählen

Sie mit der UP- / DOWN-Taste einen anderen Speicherplatz. Danach drücken Sie SET, um zur nächsten Einstellung zu gelangen.

- Das Symbol für „männlich“ oder „weiblich“ blinkt. Bestätigen Sie die Einstellung mit SET oder wählen Sie mit der DOWN-Taste das Symbol für Ihr Geschlecht. Danach drücken Sie SET, um zur nächsten Einstellung zu gelangen.
- Die Voreinstellung AGE (Alter) blinkt. Wählen Sie mit der UP- oder DOWN-Taste Ihr Alter. Wenn Sie eine der Tasten gedrückt halten, setzt ein Schnellauf ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe mit SET.
- Die voreingestellte Größe blinkt. Wählen Sie mit der UP- oder DOWN-Taste Ihre Größe. Wenn Sie eine der Tasten gedrückt halten, setzt ein Schnellauf ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe mit SET.

Zur Kontrolle werden Ihnen noch einmal alle eingestellten Werte des Speicherplatzes angezeigt.

Erscheint die Anzeige 0,0 kg (0,0 lb) im Display haben Sie folgende Möglichkeiten:

- Mit der SET-Taste können Sie sich die Einstellungen des gewählten Speicherplatzes noch einmal ansehen.
- Sie können weitere Speicherplätze belegen. Insgesamt stehen Ihnen 10 Speicherplätze zur Verfügung. Drücken Sie SET und wechseln Sie den Speicherplatz mit der UP- oder DOWN-Taste. Gehen Sie weiter vor wie oben beschrieben.
- Möchten Sie Änderungen vornehmen, wählen Sie mit SET den jeweiligen Speicherplatz aus (Anzeige blinkt). Gehen Sie weiter vor wie oben beschrieben.
- Sie können sofort mit den Messungen beginnen.






### Bestimmung des Gewichts, des Körperfett- und des Körperwasseranteils

Speichern Sie zuvor Ihre persönlichen Daten auf einen Speicherplatz.

**Hinweis:**

- ▶ Das Gerät kann nur korrekt funktionieren, wenn Sie barfuß und mit trockenen Füßen auf den Kontaktflächen stehen!
- ▶ Wischen Sie nötigenfalls die Kontaktflächen einmal ab, um die Leitwirkung zu verbessern.

- Schalten Sie die Waage mit der Taste ON ein.
- Warten Sie immer, bis die Anzeige 0,0 kg (0,0 lb) im Display erscheint.
- Drücken Sie die Taste SET. Im Display blinkt der Speicherplatz. Wählen Sie mit der UP- / DOWN-Taste den Speicherplatz, auf dem Ihre Daten gespeichert sind. Warten Sie, bis der Speicherplatz nicht mehr blinkt. Es werden die gespeicherten Daten nacheinander angezeigt.
- Kommt die Anzeige 0,0 kg (0,0 lb) zum Stillstand, stellen Sie sich mit beiden Füßen auf die Kontaktflächen (6) der Waage.

- Zuerst wird Ihr Gewicht im Display angezeigt. Anschließend beginnt die Analyse. Bleiben Sie währenddessen auf der Waage stehen.
- Nach wenigen Sekunden sehen Sie im Display
  - Ihren Körperfett-Anteil in % (Symbol )
  - Ihren Körperwasser-Anteil in % (Symbol )
  - Ihren Muskelmasse-Anteil in % (Symbol )
  - Ihren Knochengewicht-Anteil in % (Symbol )
- Während der prozentualen Körperfett-Anzeige  erscheint im Display unten eine Bewertung. Daran erkennen Sie auf einem Blick, in welchem Bereich Sie liegen.
  - UNDERFAT (Untergewicht)
  - HEALTHY (gesund)
  - OVERFAT (Übergewicht)
  - OBESE (fettleibig)
- Nachfolgend werden die ermittelten Werte wiederholt, dann schaltet sich die Waage automatisch ab.

**Tipps zur Anwendung**

- Wiegen Sie sich ohne Kleider und Schuhe vor einer Mahlzeit und immer zur gleichen Zeit an einem Tag.
- Wenn Sie sich zweimal wiegen und zwei verschiedene Angaben erhalten, dann liegt Ihr Gewicht zwischen den beiden Werten.

**Displayanzeigen und Fehlermeldungen**

**Hinweis:**

Erscheint auf dem Display eine Fehlermeldung, warten Sie, bis sich das Gerät ausschaltet. Schalten Sie dann wieder ein, um den Betrieb erneut aufzunehmen. Wird die Fehleranzeige nicht gelöscht, entnehmen Sie die Batterie für ca. 10 Sekunden aus dem Batteriefach.

Anzeige im Display	Bedeutung
8888	Selbstkontrolle (beim Einschalten) für die einwandfreie Funktion der Ziffern-Anzeige
oooo	Die Messung wird analysiert.
---	- Die Waage steht schlecht. - Sie stehen nicht barfuß auf den Kontaktflächen der Waage.
LO	Batteriemangel
ErrH	Der errechnete Körperfett-%-Anteil liegt über dem oberen Grenzwert des Messbereiches.
Errl	Der errechnete Körperfett-%-Anteil liegt unter dem unteren Grenzwert des Messbereiches.
EEEE	Das Gewicht liegt über dem zulässigen Höchstgewicht.

**Batteriewechsel**

Bei der Batterie handelt es sich um eine langlebige Lithium-Zelle. Sollte im Laufe der Anwendung im Display die Meldung „LO“ für Batteriemangel erscheinen, gehen Sie bitte wie folgt vor:

- Öffnen Sie das Batteriefach auf der Rückseite der Waage.
- Ersetzen Sie die Batterie durch eine Zelle der gleichen Bauart „CR 2032“. Achten Sie auf die richtige Polarität (Hinweise dazu finden Sie am Batteriefach).
- Schließen Sie das Batteriefach.
- Entfernen Sie die Batterie, wenn die Waage für einen längeren Zeitraum nicht benutzt wird.

**Achtung:**

Batterien gehören nicht in den Hausmüll. Bitte geben Sie verbrauchte Batterien bei zuständigen Sammelstellen oder beim Händler ab.

**Warnung:**

- Setzen Sie Batterien keiner hohen Wärme oder dem direkten Sonnenlicht aus. Werfen Sie Batterien niemals ins Feuer. Es besteht **Explosionsgefahr!**
- Halten Sie Batterien von Kindern fern. Sie sind **kein** Spielzeug.
- Öffnen Sie Batterien nicht gewaltsam.
- Vermeiden Sie den Kontakt zu metallischen Gegenständen. (Ringe, Nägel, Schrauben usw.) Es besteht **Kurzschlussgefahr!**
- Durch einen Kurzschluss können sich Batterien stark erhitzen oder evtl. sogar entzünden. Verbrennungen können die Folge sein.
- Zu Ihrer Sicherheit sollten die Batteriepole beim Transport mit Klebestreifen überdeckt werden.
- Falls eine Batterie ausläuft, die Flüssigkeit nicht in die Augen oder Schleimhäute reiben. Bei Berührung die Hände waschen, die Augen mit klarem Wasser spülen, und bei anhaltenden Beschwerden einen Arzt aufsuchen.

**Reinigung**

**Achtung:**

- ▶ Die Waage nicht ins Wasser tauchen, dies könnte die Elektronik zerstören.
- ▶ Benutzen Sie keine Drahtbürste oder andere scheuernde Gegenstände.
- ▶ Benutzen Sie keine scharfen oder scheuernden Reinigungsmittel.

- Reinigen Sie das Gerät mit einem leicht feuchten, nicht nassen, Tuch. Achten Sie darauf, dass keine Feuchtigkeit, bzw. Flüssigkeit ins Gerät eindringt!
- Als Zusatzmittel können Sie ein handelsübliches Spülmittel oder eine einfache Seife verwenden.

- Trocknen Sie das Gerät nach der Reinigung mit einem trockenen, weichen Tuch gut ab.

## Technische Daten

Modell:.....PW 4923  
 Spannungsversorgung:.....3V CR 2032  
 Min/Max. Gewichtsbelastung:..2,5 kg (5,5 lb) / 150 kg (330,7 lb)  
 Nettogewicht: ..... 1,8 kg

Technische Änderungen vorbehalten!

### Konformitätserklärung

Hiermit erklärt die Firma Elektro-technische Vertriebsgesellschaft mbH, dass sich das Gerät PW 4923 in Übereinstimmung mit den grundlegenden Anforderungen, der europäischen Richtlinie für elektromagnetische Verträglichkeit (2004/108/EG) befindet.

## Garantiebedingungen

1. Gegenüber Verbrauchern gewähren wir bei privater Nutzung des Geräts eine Garantie von 24 Monaten ab Kaufdatum.

Ist das Gerät zur gewerblichen Nutzung geeignet, gewähren wir beim Kauf durch Unternehmer für das Gerät eine Garantie von 12 Monaten.

Die Garantiezeit für Verbraucher reduziert sich auf 12 Monate, sofern sie ein zur gewerblichen Nutzung geeignetes Gerät – auch teilweise – gewerblich nutzen.

2. Voraussetzung für unsere Garantieleistungen sind der Kauf des Geräts in Deutschland bei einem unserer Vertragshändler sowie die Übersendung einer Kopie des Kaufbeleges und dieses Garantiescheins an uns.

Befindet sich das Gerät zum Zeitpunkt des Garantiefalls im Ausland, muss es auf Kosten des Käufers uns zur Erbringung der Garantieleistungen zur Verfügung gestellt werden.

3. Mängel müssen innerhalb von 14 Tagen nach Erkennbarkeit uns gegenüber schriftlich angezeigt werden. Besteht der Garantieanspruch zu Recht, entscheiden wir, auf welche Art der Schaden/Mangel behoben werden soll, ob durch Reparatur oder durch Austausch eines gleichwertigen Geräts.
4. Garantieleistungen werden nicht für Mängel erbracht, die auf der Nichtbeachtung der Gebrauchsanweisung, unsachgemäßer Behandlung oder normaler Abnutzung des Geräts beruhen. Garantieansprüche sind ferner ausgeschlossen für leicht zerbrechliche Teile, wie zum Beispiel Glas oder Kunststoff. Schließlich sind Garantieansprüche ausgeschlossen, wenn nicht von uns autorisierte Stellen Arbeiten an dem Gerät vornehmen.

5. Durch Garantieleistungen wird die Garantiezeit nicht verlängert. Es besteht auch kein Anspruch auf neue Garantieleistungen. Diese Garantieerklärung ist eine freiwillige Leistung von uns als Hersteller des Geräts. Die gesetzlichen Gewährleistungsrechte (Nacherfüllung, Rücktritt, Schadensersatz und Minderung) werden durch diese Garantie nicht berührt.

Stand 03 2008

## Garantieabwicklung

Sollte Ihr Gerät innerhalb der Garantiezeit einen Mangel aufweisen, bitten wir Sie, uns Ihren Garantieanspruch mitzuteilen.

Die schnellste und komfortabelste Möglichkeit ist die Anmeldung über unser **SLI (Service Logistik International)** Internet-Serviceportal.

[www.sli24.de](http://www.sli24.de)

Sie können sich dort direkt anmelden und erhalten alle Informationen zur weiteren Vorgehensweise Ihrer Reklamation.

Über einen persönlichen Zugangscode, der Ihnen direkt nach Ihrer Anmeldung per E-Mail übermittelt wird, können Sie den Bearbeitungsablauf Ihrer Reklamation auf unserem Serviceportal online verfolgen.

Alternativ können Sie uns den Servicefall per E-Mail

[hotline@etv.de](mailto:hotline@etv.de)

oder per Fax

0 21 52 – 20 06 15 97

mitteilen.

Bitte teilen Sie uns Ihren **Namen, Vornamen, Straße, Hausnummer, PLZ** und **Wohnort, Telefon-Nummer**, soweit vorhanden, **Fax-Nummer** und **E-Mail-Adresse** mit. Im Weiteren benötigen wir die **Typenbezeichnung** des reklamierten Gerätes, eine kurze **Fehlerbeschreibung**, das **Kaufdatum** und den **Händler**, bei dem Sie das Neugerät erworben haben.

Nach Prüfung Ihres Garantieanspruches erhalten Sie von uns einen fertig ausgefüllten Versandaufkleber. Sie brauchen diesen Aufkleber nur noch auf die Verpackung Ihres gut verpackten Gerätes zu kleben und das Paket bei der nächsten Annahmestelle der Deutschen Post / DHL abzugeben. Der Versand erfolgt für Sie kostenlos an unser Servicecenter bzw. Servicepartner.

Bitte fügen Sie dem Paket eine Kopie Ihres Kaufbeleges (Kassenbon, Rechnung, Lieferschein) sowie eine kurze Fehlerbeschreibung bei.

**Ohne den Garantienachweis (Kaufbeleg) kann Ihre Reklamation nicht kostenfrei bearbeitet werden.**



Bitte nehmen Sie in keinem Fall eine unfreie Einsendung Ihres Gerätes vor. Bei unfreien Lieferungen entfällt Ihr Anspruch auf Garantieleistungen.

### ETV

Elektro-technische Vertriebsgesellschaft mbH  
Industriering Ost 40  
D-47906 Kempen



### Bedeutung des Symbols „Mülltonne“

Schonen Sie unsere Umwelt, Elektrogeräte gehören nicht in den Hausmüll.

Nutzen Sie die für die Entsorgung von Elektrogeräten vorgesehenen Sammelstellen und geben dort Ihre Elektrogeräte ab, die Sie nicht mehr benutzen werden.

Sie helfen damit die potenziellen Auswirkungen, durch falsche Entsorgung, auf die Umwelt und die menschliche Gesundheit zu vermeiden.

Sie leisten damit Ihren Beitrag zur Wiederverwertung, zum Recycling und zu anderen Formen der Verwertung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten.

Informationen, wo die Geräte zu entsorgen sind, erhalten Sie über Ihre Kommunen oder die Gemeindeverwaltungen.

## Algemene veiligheidsinstructies

Lees vóór de ingebruikname van dit apparaat de handleiding uiterst zorgvuldig door en bewaar deze goed, samen met het garantiebewijs, de kassabon en zo mogelijk de doos met de binnerverpakking. Geef ook de handleiding mee wanneer u de machine aan derden doorgeeft.

- Gebruik het apparaat uitsluitend privé en uitsluitend voor de voorgeschreven toepassing. Dit apparaat is niet geschikt voor commercieel gebruik. Gebruik het apparaat niet buiten. Bescherm het tegen hitte, directe zonnestralen, vocht (in geen geval in vloeistoffen dompelen) en scherpe randen.
- Repareer het apparaat nooit zelf, maar breng het naar een geautoriseerde vakman.
- Neem de onderstaande "Speciale veiligheidsinstructies" in acht.

### Kinderen

- Laat om veiligheidsredenen geen verpakkingsdelen (plasticzak, doos, piepschuim, enz.) binnen het bereik van uw kinderen liggen.

#### Waarschuwing!

Laat kleine kinderen niet met de folie spelen. Er bestaat gevaar voor verstikking!

- Houd toezicht op kinderen om te waarborgen dat ze niet met het apparaat spelen.

### Symbolen in deze bedieningshandleiding

Belangrijke aanwijzingen voor uw veiligheid zijn speciaal gekenmerkt. Neem deze aanwijzingen strikt in acht om ongelukken en schade aan het apparaat te vermijden:

#### Waarschuwing:

Waarschuwt voor gevaren voor uw gezondheid en toont mogelijk letselrisico's.

#### Let op:

Wijst op mogelijke gevaren voor het apparaat of andere voorwerpen.

#### Opmerking:

Kenmerkt tips en informatie voor u.

## Speciale veiligheidsinstructies voor dit apparaat

#### Waarschuwing:







Wanneer het glazen oppervlak vochtig of nat is, dient u het eerst droog te vegen. Hier bestaat **slipgevaar**.

#### Let op:

- ▶ Behandel de weegschaal voorzichtig want het is een meetinstrument. Laat hem niet vallen en spring er niet op.
  - ▶ Belast het apparaat niet met een gewicht van meer dan 150 kg (330,7 lb). Zo voorkomt u dat het apparaat beschadigd wordt.
- Transporteer en bewaar de weegschaal alléén in horizontale positie.
  - De weegschaal met lichaamsvetanalyse is niet geschikt voor de volgende personen:
    - Kinderen onder 10 jaar en volwassenen ouder dan 80 jaar
    - Personen met symptomen van koorts, oedeem, of osteoporose
    - Personen die dialyse ondergaan
    - Personen met een pacemaker
    - Personen die cardiovasculaire medicijnen gebruiken
    - Zwangere vrouwen
    - Atleten die meer dan 5 uur per week intensief atletisch trainen
    - Personen met een hartslag die lager is dan 60 slagen/minuut

## Locatie van bedieningselementen

- 1 Scherm
- 2 ON-toets
- 3 SET-toets
- 4 UP-toets
- 5 DOWN-toets
- 6 Contactoppervlakken

Scherm-symbool	Betekening
kg (lb)	Lichaamsgewicht
USER	Geheugenruimte gebruiker
	Man
	Vrouw
Age	Leeftijd
cm (Ft:in)	Lichaamslengte
	Lichaamsvet scherm
	Lichaamsvocht scherm
	Spiermassa scherm
	Botgewicht scherm
%	Percentage – lichaamsvet / lichaamsvocht / spiernmassa / botgewicht

## Informatie over het meten van Lichaamsvet

### ⚠ Let op:

Het wordt niet aangeraden om deze weegschaal te laten gebruiken door personen die een pacemaker of andere medisch implantaten gebruiken die voorzien zijn van elektronische componenten. Het uitgangsvermogen of het implantaat kunnen in gevaar gebracht worden, waardoor ze kunnen beschadigen.

### ⓘ Opmerking:

Het apparaat werkt alleen goed als u met droge blote voeten op de contactoppervlakken staat!

De werking van dit apparaat is hoofdzakelijk gebaseerd op het principe van meten van de elektrische impedantie van het menselijk lichaam. Voor het vaststellen van de feitelijke lichaamsgegevens stuurt het apparaat een zwak, onmerkbaar elektronisch signaal door het lichaam.

In het algemeen is dit signaal veilig! Lees echter onze bijzondere aanwijzingen voor de veiligheid!

Deze meetmethode wordt aangeduid als "bio-elektrische impedantie-analyse" (BIA), en is gebaseerd op de verhouding tussen lichaamsgewicht en het hieraan gerelateerde percentage lichaamsvocht en op andere biologische gegevens (leeftijd, geslacht, lichaamsgewicht).

Er zijn zware personen met een goede balans tussen vet en spiermassa, en er zijn ogenschijnlijk slanke personen met substantiële waarden voor lichaamsvet. Vet is een factor die een ernstige belasting vormt voor het lichaam, in het bijzonder voor het cardiovasculaire systeem. Daarom is het beheersen van beide waarden (vet en gewicht) een eerste vereiste voor gezondheid en fitheid.

### Lichaamsvet

Lichaamsvet is een belangrijke component van het lichaam. Vet speelt een essentiële rol in het lichaam, van het beschermen van de gewrichten als opslag voor vitamines, tot het regelen van de lichaamstemperatuur. Daarom is het doel dus niet om het aandeel lichaamsvet drastisch te verminderen, maar meer om een gezonde balans tussen spieren en vet tot stand te brengen en te behouden.

### Het Belang van Water voor onze Gezondheid

Ongeveer vijfenvijftig tot zestig procent van het menselijk lichaam bestaat uit water, afhankelijk van leeftijd en geslacht.

Water vervult verschillende taken in het lichaam:

- Het is een bouw materiaal voor onze cellen. Dat betekent dat alle cellen in ons lichaam, of het huid-, klier-, spier- of hersencellen zijn, ze kunnen alleen maar functioneren als ze genoeg water bevatten.
- Het functioneert als oplosmiddel voor belangrijke stoffen in ons lichaam.
- Het functioneert als transportmiddel voor voedingsstoffen, de lichaamseigen stoffen en metabolische producten.

In de referentietabel zijn referentiewaarden opgenomen voor uw fitheidsprofiel. De tabel toont de afhankelijkheid tussen lichaamsvet en leeftijd en geslacht. Schenk altijd aandacht aan de vochtbalans van uw lichaam, die, net als het vetniveau, gedurende de dag sterke wisselingen ondergaat. Meet daarom altijd op hetzelfde moment van de dag om consistente gegevens te verkrijgen.

De berekende resultaten voor de niveaus van lichaamsvet en vocht dienen uitsluitend als referentiewaarden te worden aangemerkt. Het wordt niet aanbevolen om ze te gebruiken voor medische toepassingen. Raadpleeg altijd een arts als u vragen hebt over medische behandelingen of diëten voor het verkrijgen van een normaal lichaamsgewicht.

### Technische Eigenschappen

Geheugencapaciteit:	10
Massa-instelling:	van 100 tot 220 cm (3'03" – 7'03" Voet:inch)
Leeftijd:	van 10 tot 80 jaar
Minimum gewicht:	vanaf 2,5 kg (5,5 pond)
Maximum gewicht:	150 kg (330,7 pond)
Meeteenheid gewicht:	toename per 100 g
Meeteenheid lichaamsvet:	0,1 %
Meetbereik lichaamsvet:	5,0 % - 50,0 %
Meetbereik lichaamsvocht:	35,0 % - 85,0 %
Meetbereik spiermassa:	10,0 % - 50,0 %

### Richtlijn voor het Percentage Lichaamsvet (benaderde waarden)

Leeftijd AGE (jaar)	Vrouw				Men			
	Te weinig vet UNDER FAT	Gezond HEALTHY	Teveel vet OVER FAT	Corpulent OBESE	Te weinig vet UNDER FAT	Gezond HEALTHY	Teveel vet OVER FAT	Corpulent OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**Opmerking:**

Als gevolg van aanzienlijke schommelingen in de hoeveelheid lichaamsvet, is het moeilijk om standaard waarden te verkrijgen. In het algemeen is de beste tijd om te testen tussen 6 en 8 uur 's avonds, omdat het lichaamsvet gedurende deze periode zeer constant blijft.

## Ingebruikname

---

### Batterijvakje (achterzijde van de weegschaal)

**Opmerking:**

De batterij in het batterijvakje is voor het transport met een folie beveiligd. Dit verlengt de levensduur van de batterij.

Vóór de eerste ingebruikname dient u de folie te verwijderen om de weegschaal gebruiksklaar te maken.

## Gebruik

---

### Weegfunctie

- Zet de weegschaal op een harde, vlakke ondergrond. (vermijd vloerkleden). Een ongelijke vloer draagt bij aan onnauwkeurige metingen.
- Er bevindt zich een schakelaar aan de achterkant van de weegschaal, naast het batterijvak. Deze is voor het instellen van de maataanduiding in "kg" of "lb" (pond).
- Schakel de weegschaal in door het drukken van de ON toets.
- De weegschaal en het scherm voeren en zelftest uit (8888). Kort daarna verschijnen de cijfers "0,0" (kg) (0,0 lb).
- Ga met beide voeten op de contactoppervlakken (6) van het apparaat staan. Verdeel uw gewicht gelijkmatig en wacht totdat de weegschaal uw gewicht heeft vastgesteld.
- De cijfers op het scherm knipperen voordat uw exacte gewicht wordt weergegeven.
- Ter verlenging van de levensduur van de batterijen zal het apparaat 10 seconden nadat u van de weegschaal stap automatisch uitschakelen.

### Het programmeren van uw Persoonlijke Gegevens

**Opmerking:**

- ▶ De weegschaal is voorzien van standaard waarden die u kunt wijzigen zoals hieronder is beschreven.
- ▶ U dient de volgende stappen in de juiste volgorde en binnen enkele seconden uit te voeren, omdat anders het programmeren automatisch wordt beëindigd!

- Schakel de weegschaal in door het drukken van de ON toets.
- Wacht altijd totdat het scherm de cijfers 0,0 kg (0,0 lb) weergeeft.

- Druk de toets SET. De geheugenplaats knippert op het scherm. Bevestig de instelling door het drukken van SET of kies een andere geheugenplaats door het drukken van de UP / DOWN toets. Druk dan SET om naar de volgende instelling te gaan.
- Het symbool voor "man" of "vrouw" knippert. Bevestig de instelling door het drukken van SET of gebruik de DOWN toets om het symbool voor uw geslacht te kiezen. Druk dan SET om naar de volgende instelling te gaan.
- De instelling AGE knippert. Kies uw leeftijd door het drukken van de UP of DOWN toets. Het vasthouden van één van de toetsen versnelt het proces. Bevestig uw invoer door het drukken van SET.
- De lengte-instelling knippert. Kies uw lengte door het drukken van de UP of DOWN toets. Het vasthouden van één van de toetsen versnelt het proces. Bevestig uw invoer door het drukken van SET.

Ter bevestiging ziet u opnieuw alle ingevoerde instellingen in de geheugenplaats.

Wanneer de cijfers 0,0 kg (0,0 lb) op het scherm verschijnen kunt u:

- De SET toets drukken om de gekozen instellingen opnieuw te bekijken.
- Andere geheugenplaatsen toewijzen. Er zijn in totaal 10 plaatsen beschikbaar. Druk SET en wijzig de ruimte door het drukken van de UP of DOWN toets. Vervolg zoals hiervoor beschreven.
- Breng wijzigingen aan door het kiezen van de bepaalde geheugenplaats door het drukken van SET (het scherm knippert). Vervolg zoals hiervoor beschreven.
- U kunt gelijk beginnen met wegen.






### Vaststellen Gewicht, Lichaamsvet- en Lichaamsvochtpercentage

Leg uw persoonlijke gegevens vast in het geheugen.

**Opmerking:**

- ▶ De weegschaal werkt alleen goed als u er op staat met droge, blote voeten!
- ▶ Veeg indien nodig de contactoppervlakken af voor betere resultaten.

- Schakel de weegschaal in door het drukken van de ON toets.
- Wacht altijd totdat het scherm de cijfers 0,0 kg (0,0 lb) weergeeft.
- Druk de toets SET. De geheugenplaats knippert op het scherm. Kies de geheugenplaats waar uw gegevens zijn opgeslagen, door het drukken van de UP / DOWN toets. Wacht totdat de geheugenplaats stopt met knipperen. De opgeslagen waarden worden één voor één weergegeven.
- Als het scherm stopt bij 0,0 kg (0,0 lb), ga dan met beide voeten op de contactoppervlakken (6) van de weegschaal staan.

- Uw gewicht verschijnt eerst op het scherm. Daarna wordt de analyse gestart. Blijf tijdens dit proces op de weegschaal staan.
- Na enkele seconden ziet u de volgende informatie op het scherm
  - Uw lichaamsvetpercentage (Symbool )
  - Uw lichaamsvochtpercentage (Symbool )
  - Uw spiermassapercentage (Symbool )
  - Uw botgewichtpercentage (Symbool )
- Terwijl het percentage lichaamsvet  wordt weergegeven, verschijnt eronder een geschatte waarde op het scherm. Deze informeert u in een oogopslag over het bereik/de categorie waarin u zich bevindt.
  - UNDERFAT (Te weinig vet)
  - HEALTHY (Gezond)
  - OVERFAT (Teveel vet)
  - OBESE (Corpulent)
- Daarna worden de vastgestelde waarden herhaaldelijk weergegeven. Vervolgens schakelt de weegschaal automatisch uit.

**Tips voor het gebruik**

- Weeg uzelf voor het eten zonder kleding of schoenen en altijd op dezelfde tijd van de dag.
- Als u zichzelf tweemaal weegt en u krijgt twee verschillende resultaten, dan licht uw gewicht tussen de twee gemeten waarden.

**Foutmeldingen op het Scherm**

**Opmerking:**

Als er een foutmelding op het scherm verschijnt, wacht dan totdat het apparaat is uitgeschakeld. Schakel het weer in en begin opnieuw te wegen. Als de foutmelding niet verdwijnt, haal dan de batterijen gedurende 10 seconden uit het batterijvak.

Scherm-symbool	Betekenis
8888	Zelfbediening (met aan-/uitschakelaar) voor de juiste functie van het digitale scherm.
oooo	De meting wordt geanalyseerd.
----	- De weegschaal is niet goed geplaatst. - U staat niet met blote voeten op de weegschaal.
LO	Batterij bijna leeg
ErrH	Het berekende percentage lichaamsvet overschrijdt de bovengrens van het meetbereik.
Errl	Het berekende percentage lichaamsvet is minder dan de ondergrens van het meetbereik.
EEEE	Het gewicht overschrijdt het toegestane maximum.

**Vervangen van de batterijen**

De batterij is een duurzame lithiumcel. Wanneer tijdens het gebruik op het display de melding "LO" voor gebrek aan batterijvermogen verschijnt, gaat u als volgt te werk:

- Open het batterijvak aan de achterzijde van de weegschaal.
- Vervang de batterij door een cel van hetzelfde type "CR 2032". Let op de juiste polariteit (Zie het batterijvakje voor dienovereenkomstige informatie).
- Sluit het deksel van het batterijvakje.
- Verwijder de batterij wanneer u de weegschaal gedurende een langere periode niet gebruikt.

**Let op:**

Batterijen horen niet in het huisafval. Geef verbruikte batterijen af bij het gemeentelijke milieupark of bij de handelaar.

**Waarschuwing:**

- Stel batterijen niet bloot aan hoge temperaturen of direct zonlicht. Gooi batterijen nooit in het vuur. Daardoor bestaat **explosiegevaar!**
- Houd batterijen verwijderd van kinderen. Ze zijn **géén** speelgoed.
- Open batterijen niet met geweld.
- Vermijd het contact met metalen voorwerpen (ringen, spijkers, schroeven enz.). Er bestaat **gevaar voor kortsluiting!**
- Door een kortsluiting kunnen batterijen zeer heet worden of eventueel zelfs in brand raken. Verbrandingen kunnen het gevolg zijn.
- Voor uw eigen veiligheid dient u de batterijpolen tijdens het transport met plakband af te dekken.
- Wanneer een batterij lekt, dient u op te letten dat de vloeistof niet in contact komt met uw ogen of slijmvliezen. Bij contact met de vloeistof dient u de handen te wassen, de ogen uit te spoelen met schoon water en bij aanhoudende klachten een arts te raadplegen.

**Reiniging**

**Let op:**

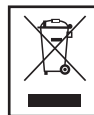
- ▶ Dompel de weegschaal niet onder water. Hierdoor kan het elektronische component vernield worden.
- ▶ Gebruik géén draadborstel of andere schurende voorwerpen.
- ▶ Gebruik geen scherpe of schurende reinigingsmiddelen.
- Reinig het apparaat met een vochtige, niet natte doek. Let op dat geen vocht in het apparaat kan dringen!
- U kunt eventueel een gewoon afwasmiddel of gewone zeep gebruiken.
- Droog het apparaat na de reiniging zorgvuldig af met een droge, zachte doek.

## Technische Specificaties

Model: .....PW 4923  
 Spanningstoevoer: .....3V CR 2032  
 Min. / max. gewichtsbelasting: ..... 2,5 kg (5,5 pond) /  
 150 kg (330,7 pond)  
 Nettogewicht: ..... 1,8 kg

Technische wijzigingen voorbehouden!

Dit apparaat is gekeurd conform de op dit moment van toepassing zijnde CE-richtlijnen zoals bijvoorbeeld elektromagnetische compatibiliteit en laagspanningsvoorschriften en is geconstrueerd volgens de nieuwste veiligheidstechnische voorschriften.



## Betekenis van het symbool 'vuilnisemmer'

Bescherm ons milieu, elektrische apparaten horen niet in het huisafval.

Maak voor het afvoeren van elektrische apparaten gebruik van de voorgeschreven verzamelpunten en geef daar de elektrische apparaten af die u niet meer gebruikt.

Daardoor helpt u de potentiële effecten te voorkomen die een verkeerde afvoer op het milieu en de menselijke gezondheid kunnen hebben.

Op deze wijze levert u uw bijdrage aan het hergebruik, de recycling en andere verwerkingsvormen voor oude elektronische en elektrische apparaten.

Voor informatie over verzamelpunten voor uw apparaten kunt u contact opnemen met uw gemeente of gemeenteadministratie.

## Conseils généraux de sécurité

Lisez attentivement ce mode d'emploi avant de mettre l'appareil en marche pour la première fois. Conservez le mode d'emploi ainsi que le bon de garantie, votre ticket de caisse et si possible, le carton avec l'emballage se trouvant à l'intérieur. Si vous remettez l'appareil à des tiers, veuillez-le remettre avec son mode d'emploi.

- N'utilisez cet appareil que pour un usage privé et pour les tâches auxquelles il est destiné. Cet appareil n'est pas prévu pour une utilisation professionnelle. Ne l'utilisez pas en plein air. Protégez-le de la chaleur, des rayons directs du soleil, de l'humidité (ne le plongez en aucun cas dans l'eau) et des objets tranchants.
- Ne réparez pas l'appareil vous-même. Contactez plutôt un technicien qualifié.
- Respectez les "Conseils de sécurité spécifiques" ci-dessous.

### Enfants

- Par mesure de sécurité vis-à-vis des enfants, ne laissez pas les emballages (sac en plastique, carton, polystyrène) à leur portée.

#### **Avertissement!**

Ne pas laisser les jeunes enfants jouer avec le film. Il y a **risque d'étouffement!**

- Les enfants doivent être surveillés afin de garantir qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

### Symboles de ce mode d'emploi

Les informations importantes pour votre sécurité sont particulièrement indiquées. Veuillez à bien respecter ces indications afin d'éviter tout risque d'accident ou d'endommagement de l'appareil:

#### **Avertissement:**

Prévient des risques pour votre santé et des risques éventuels de blessure.

#### **Attention:**

Indique les risques pour l'appareil ou tout autre appareil.

#### **Note:**

Attire votre attention sur des conseils et informations.

## Conseils de sécurité spécifiques à cet appareil

#### **Avertissement:**

Si la surface en verre est humide ou s'ils s'y trouvent des gouttes d'eau, essuyez-la jusqu'à ce qu'elle soit complètement sèche. **Risque de glissade.**







#### **Attention:**

- ▶ Manipulez la balance avec précaution car c'est un instrument de mesure. Ne la laissez pas tomber. Ne sautez pas dessus.
- ▶ N'utilisez pas l'appareil pour un poids supérieur à 150 kg (330,7 lb). Cela risque sinon d'endommager votre appareil.

- Si vous portez le pèse-personne ou ne l'utilisez pas, veillez à le maintenir seulement en position horizontale.
- Cette balance qui permet d'analyser les graisses corporelles ne convient pas aux personnes suivantes:
  - Enfants de moins de 10 ans et adultes de plus de 80 ans
  - Personnes souffrant de fièvre, d'œdème ou d'ostéoporose
  - Personnes suivant un traitement par dialyse
  - Personnes porteuses d'un stimulateur cardiaque
  - Personnes sous médicaments cardiovasculaires
  - Femmes enceintes
  - Athlètes pratiquant plus de 5 heures d'exercices intensifs
  - Personnes ayant un rythme cardiaque inférieur à 60 battements/minute

## Situation des commandes

- 1 Affichage
- 2 Bouton d'alimentation ON
- 3 Bouton SET
- 4 Bouton UP
- 5 Bouton DOWN
- 6 Surfaces de contact

Symbole affiché	Signification
kg (lb)	Poids corporel
USER	Espace de mémoire d'utilisation
	Homme
	Femme
Age	Âge
cm (Ft:in)	Hauteur du corps
	Affichage des graisses corporelles
	Affichage de la masse d'eau corporelle
	Affichage de la masse musculaire
	Affichage de la masse osseuse
%	Pourcentage – graisses corporelles / masse d'eau corporelle / masse musculaire / masse osseuse

## Informations sur les mesures des graisses corporelles

### ⚠ Attention:

Les personnes porteuses d'un stimulateur cardiaque ou de tout autre implant médical constitué de pièces électroniques ne doivent pas utiliser cette balance. La puissance de sortie de l'implant peut être menacée conduisant à sa détérioration.

### 📌 Note:

L'appareil ne fonctionne correctement que si vous restez debout sur les surfaces de contact avec les pieds nus et secs!

Le principe majeur de cet appareil est de mesurer l'impédance électrique dans le corps humain. Pour déterminer les données corporelles actuelles, l'appareil fait circuler un signal électrique discret et faible dans votre corps.

En général, le signal n'est pas dangereux! Cependant, veuillez lire nos consignes spéciales en matière de sécurité!

La méthode de mesure porte le nom d'"analyse d'impédance bioélectrique" (BIA): c'est un facteur fondé sur la relation entre le poids corporel et les pourcentages de masse d'eau corporelle associés et sur diverses données biologiques (âge, sexe, poids corporel).

Il existe des personnes corpulentes ayant un pourcentage équilibré entre la masse grasseuse et la masse musculaire, et des personnes apparemment minces ayant une masse grasseuse très élevée. La graisse est un facteur qui pèse beaucoup sur le corps, en particulier sur le système cardiovasculaire. Par conséquent, le contrôle de ces deux valeurs (graisse et poids) est une priorité en matière de santé et de forme physique.

### Graisses corporelles

Les graisses corporelles représentent un élément important du corps. Elles jouent un rôle vital dans le corps en tant que vitamines de référence pour protéger les articulations et en tant qu'élément régulateur de la température corporelle. Ainsi, le but n'est pas de réduire radicalement la proportion des graisses corporelles, mais plutôt de mettre en place et de maintenir un équilibre sain entre le muscle et les graisses.

### L'importance de l'eau pour notre santé

Près de cinquante-cinq à soixante pour cent du corps humain est composé d'eau en fonction de l'âge et du sexe en quantité variable.

L'eau accomplit plusieurs tâches dans le corps:

- C'est la pierre angulaire de nos cellules. Toutes les cellules de notre corps, à savoir les cellules de la peau, les cellules des glandes, les fibres musculaires, les cellules cérébrales ou toute autre cellule, ne fonctionnent que si elles contiennent une quantité suffisante d'eau.
- Elle agit comme un solvant pour les substances importantes de notre corps.
- Elle sert à transporter les nutriments, les propres substances du corps et les produits métaboliques.

Vous pouvez consulter les valeurs de référence du profil de votre forme physique dans le tableau de référence. Il indique l'impact des données de graisses corporelles sur l'âge et le sexe. Faites toujours attention à l'équilibre de la masse d'eau corporelle, qui, avec le niveau des graisses corporelles, subit de fortes fluctuations tout au long de la journée. Ainsi, pour obtenir des données cohérentes, pesez-vous toujours à la même heure de la journée.

Considérez uniquement les résultats calculés des graisses corporelles et du niveau de masse d'eau corporelle comme des valeurs de référence. Ils ne doivent pas être utilisés pour satisfaire un objectif médical. Consultez toujours un médecin si vous avez des questions sur un traitement médical ou sur un régime pour atteindre un poids normal.

### Caractéristiques techniques

Capacité de mémoire:	10
Équilibrage de la masse:	de 100 à 220 cm (3'03" – 7'03" Ft/in)
Âge:	de 10 à 80 ans
Poids minimal:	2,5 kg (5,5 lb)
Poids maximal:	150 kg (330,7 lb)
Unité de mesure du poids:	100 g incréments
Unité de mesure des graisses corporelles:	0,1 %
Etendue de mesure des graisses corporelles:	5,0 % - 50,0 %
Etendue de mesure de la masse d'eau corporelle:	35,0 % - 85,0 %
Etendue de mesure de la masse musculaire:	10,0 % - 50,0 %

### Indications sur la quantité des graisses corporelles en pourcentage (valeurs approximatives)

Âge AGE (ans)	Femmes				Hommes			
	Quantité De Graisses Corporelles Trop Faible UNDER FAT	Sain HEALTHY	Quantité De Graisses Corporelles Trop Grande OVER FAT	OBESE	Quantité De Graisses Corporelles Trop Faible UNDER FAT	Sain HEALTHY	Quantité De Graisses Corporelles Trop Grande OVER FAT	OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%



Âge AGE (ans)	Femmes				Hommes			
	Quantité De Graisses Corporelles Trop Faible UNDER FAT	Sain HEALTHY	Quantité De Graisses Corporelles Trop Grande OVER FAT	OBESE	Quantité De Graisses Corporelles Trop Faible UNDER FAT	Sain HEALTHY	Quantité De Graisses Corporelles Trop Grande OVER FAT	OBESE
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**Note:**

En raison de l'importante fluctuation des graisses corporelles, il est difficile d'atteindre une valeur standard. En moyenne, la durée d'essai va de 18h à 20h, car, à ce moment-là, les graisses corporelles sont très fiables.

## Avant la première utilisation

### Compartiment à piles (au dos du pese-personne)

**Note:**

Les piles se trouvant dans leur compartiment ont été recouvertes d'un film pour le transport. Cela prolonge la durée de vie des piles.

Retirez ce film plastique avant la première utilisation, de façon à pouvoir utiliser le pese-personne.

## Utilisation

### La pesée

- Placez la balance sur une surface plate et dure (évitée les tapis). Un sol irrégulier contribue à donner des mesures inexactes.
- À l'arrière de la balance, à côté du compartiment à piles, vous trouverez un bouton. Sélectionnez entre les unités de mesure "kg" et "lb" (pound).
- Allumez la balance en appuyant sur le bouton ON.
- La balance et l'affichage effectuent un autotest (8888). Peu de temps après, les chiffres "0,0" (kg) (0,0 lb) apparaîtront.
- Mettez-vous debout, les deux pieds sur les surfaces de contact (6) de l'appareil. Répartissez tout votre poids et attendez que la balance détermine votre poids.
- Les chiffres sur l'affichage clignoteront avant d'indiquer votre poids exact.
- Pour prolonger la durée de vie des piles, l'appareil s'éteindra automatiquement 10 secondes après avoir retiré vos pieds de la balance.

### Programmer vos données personnelles

**Note:**

- La balance dispose de valeurs par défaut que vous pouvez modifier, comme décrit ci-dessous.
- Vous devez effectuer les étapes suivantes dans l'ordre et en quelques secondes; sinon, l'appareil abandonnera automatiquement le mode de programmation!

- Allumez la balance en appuyant sur le bouton ON.
- Attendez toujours jusqu'à ce que l'affichage indique les chiffres 0,0 kg (0,0 lb).
- Appuyez sur le bouton SET. L'espace de mémoire clignotera sur l'écran. Confirmez le paramètre en appuyant sur SET ou sélectionnez un autre espace de mémoire en appuyant sur les boutons UP / DOWN. Puis, appuyez sur SET pour passer au paramètre suivant.
- Le symbole "homme" ou "femme" clignotera. Confirmez le paramètre en appuyant sur SET ou utilisez le bouton DOWN pour sélectionner le symbole de votre sexe. Puis, appuyez sur SET pour passer au paramètre suivant.
- Le paramètre AGE clignotera. Sélectionnez votre âge en appuyant sur les boutons UP ou DOWN. En maintenant l'un des boutons enfoncé, vous accélérez le processus. Confirmez votre entrée en appuyant sur SET.
- Le paramètre de la hauteur clignotera. Sélectionnez votre hauteur en appuyant sur les boutons UP ou DOWN. En maintenant l'un des boutons enfoncé, vous accélérez le processus. Confirmez votre entrée en appuyant sur SET.

Comme confirmation, vous verrez une nouvelle fois tous les paramètres saisis dans l'espace de mémoire.

Lorsque les chiffres 0,0 kg (0,0 lb) s'affichent à l'écran, vous pouvez:






- Appuyer sur le bouton SET pour revoir les paramètres sélectionnés.
- Attribuer d'autres espaces de mémoire. Vous disposez d'un total de 10 espaces. Appuyez sur SET et modifiez l'espace en appuyant sur les boutons UP ou DOWN. Poursuivez comme décrit ci-dessus.

- Modifier en sélectionnant un espace de mémoire précis en appuyant sur SET (l'écran clignotera). Poursuivez comme décrit ci-dessus.
- Vous pouvez immédiatement commencer à mesurer.

### Déterminer le pourcentage de vos poids, graisses corporelles et masse d'eau corporelle

Enregistrez vos données personnelles dans la mémoire.

#### Note:

- ▶ L'appareil ne fonctionne correctement que si vous restez debout sur l'appareil avec les pieds nus et secs!
- ▶ Si besoin est, essuyez les surfaces de contact pour améliorer les résultats.
- Allumez la balance en appuyant sur le bouton ON.
- Attendez toujours jusqu'à ce que les chiffres 0,0 kg (0,0 lb) s'affichent à l'écran.
- Appuyez sur le bouton SET. L'espace de mémoire clignotera à l'écran. Sélectionnez l'espace de mémoire où vos données ont été enregistrées en appuyant sur les boutons UP / DOWN. Attendez jusqu'à ce que l'espace de mémoire arrête de clignoter. L'écran indiquera les valeurs enregistrées les unes après les autres.
- Si l'écran s'arrête à 0,0 kg (0,0 lb), mettez vos deux pieds sur les surfaces de contact (6) de la balance.
- Votre poids apparaîtra d'abord sur l'écran. Puis, l'analyse commencera. Restez debout sur la balance pendant la procédure.
- Au bout de quelques secondes, vous verrez les informations suivantes sur l'écran
  - Votre pourcentage des graisses corporelles (Symbole )
  - Votre pourcentage de masse d'eau corporelle (Symbole )
  - Votre pourcentage de masse musculaire (Symbole )
  - Votre pourcentage de masse osseuse (Symbole )
- Lorsque le pourcentage des graisses corporelles  apparaît, une valeur approximative s'affiche sur l'écran ci-dessous. Cela vous donne un aperçu de l'étendue/la section qui vous concernent.
  - UNDERFAT (Quantité De Graisses Corporelles Trop Faible)
  - HEALTHY (Sain)
  - OVERFAT (Quantité De Graisses Corporelles Trop Grande)
  - OBESE
- Puis, les données fixées seront plusieurs fois indiquées. La balance s'éteindra automatiquement.

### Conseils d'utilisation

- Pesez-vous sans vêtements ni chaussures avant de manger et toujours à la même heure de la journée.
- Si vous vous pesez deux fois et que vous obtenez deux résultats différents, votre poids se situera entre ces deux valeurs.

## Messages d'erreur à l'écran

#### Note:

En cas de message d'erreur à l'écran, attendez jusqu'à ce que l'appareil soit éteint. Allumez-le une nouvelle fois pour redémarrer. Si le message d'erreur persiste, retirez les piles de leur compartiment pendant 10 secondes.

Symbole affiché	Signification
8888	Auto-contrôle (avec bouton d'alimentation) de la bonne fonction de l'écran numérique.
oooo	La mesure est en cours d'analyse.
---	- La balance n'est pas bien placée. - Vous n'êtes pas debout, pieds nus sur la balance.
LO	Les piles sont épuisées
ErrH	Le pourcentage des graisses corporelles calculé dépasse la limite maximale de l'étendue de la mesure.
Errl	Le pourcentage des graisses corporelles calculé dépasse la limite minimale de l'étendue de la mesure.
EEEE	Le poids dépasse le maximum autorisé.

## Changement des piles

La pile livrée est une pile au lithium longue durée. Si, au cours d'utilisation, le symbole "LO" (pour piles faibles) apparaît sur l'écran, procédez de la façon suivante:

- Ouvrez le compartiment à piles situé au dos du pèse-personne.
- Remplacez la pile par une autre pile de la même référence "CR 2032". Veillez à respecter la polarité (Vous en trouverez les instructions sur le compartiment à piles).
- Fermez le couvercle du compartiment.
- Retirez la pile de l'appareil en cas de non utilisation prolongée.

#### Attention:

Ne jetez pas vos piles dans les ordures ménagères. Nous vous prions de les ramener à un centre de recyclage approprié ou chez le fabricant.

#### Avertissement:

- Ne pas exposer les piles à une grande chaleur ou directement aux rayons du soleil. Ne jetez jamais les piles dans le feu. **Risque d'explosion!**
- Maintenez les piles hors de portée des enfants. Les piles ne **sont pas** des jouets!
- N'essayez jamais d'ouvrir des piles avec force.
- Evitez tout contact avec d'autres objets métalliques (bagues, aiguilles, vis, etc.). Risque de **court-circuit!**

**⚠ Avertissement:**

- Un court-circuit peut provoquer la surchauffe voir même l'inflammation des piles. Risque de brûlures.
- Par mesure de sécurité, il est conseillé pour le transport de couvrir les pôles des piles d'un ruban adhésif.
- Au cas où une pile se mettrait à couler, ne laissez pas ce liquide entrer en contact avec les yeux ou les muqueuses. En cas de salissure, lavez-vous les mains, rincez-vous les yeux à l'eau fraîche et consultez un médecin en cas de douleurs persistantes.

**Nettoyage****⚠ Attention:**

- ▶ Ne plongez jamais votre pèse-personne dans l'eau.
  - ▶ Ne pas utiliser de brosse en fil de fer ou autres objets abrasifs.
  - ▶ Ne pas utiliser de détergents agressifs ou abrasifs.
- Nettoyez l'appareil à l'aide d'un chiffon légèrement humide, mais pas mouillé. Prenez garde à ne pas laisser pénétrer d'humidité ou de liquide dans l'appareil!
  - Comme additif vous pouvez utiliser un produit de vaisselle qu'on trouve habituellement dans le commerce ou un simple savon.
  - Après le nettoyage séchez bien l'appareil avec un chiffon doux.

**Caractéristiques techniques**

Modèle: .....PW 4923  
 Alimentation: .....3V CR 2032  
 Charge min. / max. ....2,5 kg (5,5 lb) / 150 kg (330,7 lb)  
 Poids net: ..... 1,8 kg

Sous réserve de modifications techniques.

Cet appareil a été contrôlé d'après toutes les directives européennes actuelles applicables, comme par exemple concernant la compatibilité électromagnétique et la basse tension. Cet ap-pareil a été fabriqué en respect des réglementations techniques de sécurité les plus récentes.

**Signification du symbole "Élimination"**

Protégez votre environnement, ne jetez pas vos appareils électriques avec les ordures ménagères.

Utilisez, pour l'élimination de vos appareils électriques, les bornes de collecte prévues à cet effet où vous pouvez vous débarrasser des appareils que vous n'utilisez plus.

Vous contribuez ainsi à éviter les impacts potentiels dans l'environnement et sur la santé de chacun, causés par une mauvaise élimination de ces déchets.

Vous contribuez aussi au recyclage sous toutes ses formes des appareils électriques et électroniques usagés.

Vous trouverez toutes les informations sur les bornes d'élimination des appareils auprès de votre commune ou de l'administration de votre communauté.

## Indicaciones generales de seguridad

Antes de la puesta en servicio de este aparato lea detenidamente el manual de instrucciones y guarde éste bien incluido la garantía, el recibo de pago y si es posible también el cartón de embalaje con el embalaje interior. En caso de dejar el aparato a terceros, también entregue el manual de instrucciones.

- Solamente utilice el aparato para el uso privado y para el fin previsto. Este aparato no está destinado para el uso profesional. No lo utilice al aire libre. No lo exponga al calor, a la entrada directa de rayos de sol, a la humedad (en ningún caso sumerja el aparato en agua) y a los cantos agudos.
- No repare el aparato por su cuenta, sino vaya a un establecimiento autorizado.
- Por favor tenga atención a las "Indicaciones especiales de seguridad..." indicadas a continuación.

### Niños

- Para la seguridad de sus niños no deje material de embalaje (Bolsas de plástico, cartón, poliestireno etc.) a su alcance.

#### ¡Aviso!

No deje jugar a los niños con la lámina. ¡Existe peligro de asfixia!

- Los infantiles deberían ser vigilados, para asegurar que no jueguen con el aparato.

### Símbolos en este manual de instrucciones

Advertencias importantes para su seguridad están señaladas en especial. Siga estas advertencias incondicionalmente, para evitar accidentes y daños en el aparato:

#### Aviso:

Advierte ante los peligros para su salud y demuestra posibles riesgos de herida.

#### Atención:

Indica los posibles riesgos para el aparato u otros objetos.

#### Nota:

Pone en relieve consejos e informaciones para usted.

## Indicaciones especiales de seguridad para este aparato

#### Aviso:

Si la superficie de vidrio está húmeda o si hay gotas de agua sobre ella, seque éstas primero, existe **peligro de deslizamiento**.

#### Atención:

- ▶ Cuide la báscula, se trata de un instrumento de medida. Por favor no se tire o salte encima de la báscula.
- ▶ Para evitar defectos en el aparato, no sobrecargue el aparato con más de 150 kg (330,7 lb).

- Al transportar la báscula o al no utilizarla, almacene ésta por favor en posición horizontal.
- La báscula de análisis de grasa corporal no es apta para su uso por parte de:
  - Niños menores de 10 años o adultos mayores de 80 años
  - Personas con síntomas de fiebre, edema u osteoporosis
  - Personas sometidas a tratamiento mediante diálisis
  - Personas con marcapasos
  - Personas que toman medicación cardiovascular
  - Mujeres embarazadas
  - Atletas que realizan más de 5 horas de ejercicio atlético intensivo
  - Personas con un pulso inferior a 60 pulsaciones por minuto

## Ubicación de los controles

- 1 Pantalla
- 2 Botón de encendido ON
- 3 Botón SET
- 4 Botón UP
- 5 Botón DOWN
- 6 Superficies de contacto

Símbolo en pantalla	Significado
kg (lb)	Peso corporal
USER	Espacio de memoria del usuario
	Hombre
	Mujer
Age	Edad
cm (Ft:in)	Estatura
	Grasa corporal
	Agua corporal
	Masa muscular
	Peso óseo
%	Porcentaje (grasa corporal / agua corporal / masa muscular / peso óseo)

## Información sobre el cálculo de grasa corporal

### ⚠ Atención:

Se recomienda a las personas con marcapasos u otros implantes médicos con piezas electrónicas que no utilicen esta báscula. Podría comprometer el rendimiento de dicho implante, e incluso impedir su funcionamiento.

### 📌 Nota:

El dispositivo solo funcionará correctamente si se sitúa sobre las superficies de contacto con los pies descalzos y secos.

El principio esencial de este dispositivo se basa en el cálculo de la impedancia eléctrica en el cuerpo humano. Para determinar los datos corporales exactos, el dispositivo lanza una señal eléctrica débil e inapreciable a través del cuerpo.

En general, esta señal es segura. Lea atentamente las instrucciones especiales de seguridad para obtener más información.

El método de cálculo se conoce como "análisis de impedancia bioeléctrica" (BIA, por sus siglas en inglés), un factor que se basa en la relación entre el peso corporal y los porcentajes asociados de agua corporal, así como otros datos biológicos (edad, sexo y peso corporal).

Existen personas pesadas con una relación equilibrada entre los porcentajes de grasa y masa muscular, de la misma forma que existen personas aparentemente delgadas con valores de grasa corporal considerablemente altos. La grasa es un factor que provoca serios problemas en el cuerpo, en especial en el sistema cardiovascular. Por ello, el control de ambos valores (grasa y peso) es un requisito indispensable para gozar de una buena salud y una buena forma física.

### Grasa corporal

La grasa corporal es un componente importante del cuerpo. Juega un papel esencial en el mismo, desde la protección de las articulaciones como depósito de vitaminas hasta la regulación de la temperatura corporal. Por tanto, el objetivo no será la reducción radical de la proporción de grasa corporal, sino alcanzar un sano equilibrio entre músculo y grasa.

### Importancia del agua para la salud

Aproximadamente entre el 55-60% del cuerpo humano es agua. La cantidad varía en función de la edad y el sexo.

El agua cumple una serie de funciones en el cuerpo:

- Es el elemento esencial de nuestras células. Es decir, todas las células del cuerpo, ya sean dérmicas, glandulares, cerebrales o de otro tipo, requieren una cierta cantidad de agua para cumplir su función.
- Actúa como importante disolvente de ciertas sustancias en el cuerpo.
- Es un medio de transporte de nutrientes, sustancias propias del cuerpo y productos resultantes de los procesos metabólicos.

Puede consultar la tabla de referencia para obtener valores aproximados para su perfil de forma física. Esta tabla muestra la relación de dependencia de los índices de grasa corporal con la edad y el sexo del individuo. Preste atención siempre al nivel de agua corporal que, al igual que el nivel de grasa, sufre fuertes fluctuaciones a lo largo del día. Para obtener datos consistentes, mida los valores siempre a la misma hora del día.

Los resultados obtenidos para la grasa corporal y el nivel de agua se deben tomar únicamente como referencia. No se recomienda su uso para fines médicos. Consulte siempre a su médico si tiene dudas sobre la adecuación de un tratamiento médico o una dieta para alcanzar el peso corporal ideal.

### Especificaciones técnicas

Capacidad de memoria:	10
Estatura:	de 100 a 220 cm (3'03" – 7'03" Ft.in)
Edad:	de 10 a 80 años
Peso mínimo:	2,5 kg (5,5 lb)
Peso máximo:	150 kg (330,7 lb)
Unidad de medida de peso:	incrementos de 100 g
Unidad de medida de grasa corporal:	0,1 %
Rango de medida de grasa corporal:	5,0 % - 50,0 %
Rango de medida de agua corporal:	35,0 % - 85,0 %
Rango de medida de masa muscular:	10,0 % - 50,0 %

### Guía de cantidad de grasa corporal en porcentajes (valores aproximados)

Edad AGE (años)	Mujer				Hombre			
	Inferior al peso ideal UNDER FAT	Peso ideal HEALTHY	Sobrepeso OVER FAT	Obesidad OBESE	Inferior al peso ideal UNDER FAT	Peso ideal HEALTHY	Sobrepeso OVER FAT	Obesidad OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**Nota:**

Debido a las fluctuaciones significativas de la grasa corporal, resulta difícil obtener un valor estándar. En general, la mejor hora para medirla es entre las 18:00 y las 20:00, dado que el índice de grasa corporal permanece bastante estable durante este periodo de tiempo.

## Primera puesta en marcha

### Cámara para filas (Parte posterior de la báscula)

**Nota:**

La pila en la cámara para pilas ha sido protegida para el transporte con una lámina. Esto prolonga la duración de la pila.

Antes del primer uso retire por favor la lámina para poder poner la báscula en funcionamiento.

## Uso

### Función de peso

- Coloque la báscula sobre una superficie plana y dura (evite las alfombras). Una superficie irregular podría contribuir a la obtención de resultados incorrectos.
- En la parte trasera de la báscula, junto al compartimento de la batería, encontrará un interruptor. Seleccione la unidad de medida entre "kg" y "lb" (libra).
- Para encender la báscula, pulse el botón ON.
- La báscula y la pantalla llevarán a cabo una prueba de funcionamiento (8888). Poco después, aparecerán en pantalla los dígitos "0,0" (kg) (0,0 lb).
- Sitúese con ambos pies sobre las superficies de contacto (6) del dispositivo. Distribuya el peso por igual y espere a que la báscula calcule su peso.
- Los dígitos de la pantalla parpadearán antes de mostrar su peso exacto.
- El dispositivo se apagará automáticamente para ahorrar batería 10 segundos después de que se haya retirado de la báscula.

### Programación de los datos personales

**Nota:**

- ▶ La báscula contiene una serie de valores predeterminados, que puede modificar como se describe a continuación.
- ▶ Los pasos descritos deben realizarse en orden y en un intervalo de unos segundos. De lo contrario, el dispositivo abortará el proceso de programación automáticamente.
- Para encender la báscula, pulse el botón ON.
- Espere siempre a que la pantalla muestre los dígitos 0,0 kg (0,0 lb).

- Pulse el botón SET. El espacio de memoria parpadeará en pantalla. Pulse SET para confirmar el ajuste o seleccione otro espacio de memoria mediante los botones UP / DOWN. A continuación, pulse SET para pasar al siguiente ajuste.
- Los símbolos para "hombre" o "mujer" parpadearán en pantalla. Pulse SET para confirmar el ajuste o seleccione el símbolo correspondiente a su sexo mediante el botón DOWN. A continuación, pulse SET para pasar al siguiente ajuste.
- El ajuste AGE (edad) parpadeará en pantalla. Seleccione su edad mediante los botones UP o DOWN. Para acelerar el proceso, mantenga pulsado uno de los dos botones. Pulse SET para confirmar el dato introducido.
- El ajuste de estatura parpadeará en pantalla. Seleccione su estatura mediante los botones UP o DOWN. Para acelerar el proceso, mantenga pulsado uno de los dos botones. Pulse SET para confirmar el dato introducido.

Como método de confirmación, volverán a aparecer de nuevo los ajustes realizados en el espacio de memoria.

Cuando aparezcan en pantalla los dígitos 0,0 kg (0,0 lb), puede:

- Pulsar el botón SET para volver a ver los ajustes seleccionados.
- Asignar más espacios de memoria. Hay 10 espacios disponibles en total. Pulse SET y modifique el espacio seleccionado mediante los botones UP o DOWN. Para continuar, siga el procedimiento descrito anteriormente.
- Realizar cambios seleccionando el espacio de memoria correspondiente mediante el botón SET (la pantalla parpadeará). Para continuar, siga el procedimiento descrito anteriormente.
- Comenzar de inmediato el análisis.






### Cálculo del peso y los porcentajes de grasa corporal y agua corporal

Guarde sus datos personales en la memoria.

**Nota:**

- ▶ El dispositivo solo funcionará correctamente si se sitúa sobre las superficies de contacto con los pies descalzos y secos.
- ▶ Si es necesario, limpie las superficies de contacto para un mejor rendimiento.

- Para encender la báscula, pulse el botón ON.
- Espere siempre a que la pantalla muestre los dígitos 0,0 kg (0,0 lb).
- Pulse el botón SET. El espacio de memoria parpadeará en pantalla. Seleccione el espacio de memoria en los que ha guardado sus datos mediante los botones UP / DOWN. Espere a que el espacio de memoria deje de parpadear. Los valores guardados se mostrarán de forma secuencial.

- Si la pantalla se detiene en 0,0 kg (0,0 lb), sitúese con ambos pies sobre las superficies de contacto (6) de la báscula.
- En primer lugar, aparecerá en pantalla el peso. A continuación, comenzará el análisis. Permanezca sobre la báscula durante este proceso.
- Transcurridos unos segundos, podrá ver en pantalla la siguiente información
  - Su porcentaje de grasa corporal (símbolo )
  - Su porcentaje de agua corporal (símbolo )
  - Su porcentaje de masa muscular (símbolo )
  - Su porcentaje de peso óseo (símbolo )
- Cuando se indique el porcentaje de grasa corporal (), aparecerá un valor estimado en la parte inferior de la pantalla. Este valor le indica de forma general en qué rango o clasificación se encuentra:
  - UNDERFAT (inferior al peso ideal)
  - HEALTHY (peso ideal)
  - OVERFAT (sobrepeso)
  - OBESE (obesidad)
- Después de mostrarán los datos determinados repetidamente. A continuación, la báscula se apagará automáticamente.

**Consejos de uso**

- Mida su peso sin ropa ni zapatos, antes de una comida y siempre a la misma hora del día.
- Si se pesa dos veces y obtiene dos resultados diferentes, esto indica que su peso oscila entre los dos valores obtenidos.

**Mensajes de error en pantalla**

**Nota:**

Si aparece en pantalla un mensaje de error, espere a que el aparato esté apagado y, a continuación, vuelva a encenderlo. Si el mensaje de error no ha desaparecido, extraiga las baterías del compartimento correspondiente durante 10 segundos.

Símbolo en pantalla	Significado
8888	Se está realizando la prueba de funcionamiento (con el interruptor de encendido) de la pantalla digital.
oooo	Se está analizando el resultado.
---	- La posición de la báscula no es la adecuada. - No se ha situado en la báscula con los pies descalzos.
LO	El nivel de la batería es bajo.
ErrH	El porcentaje de grasa corporal calculado supera el límite máximo del rango de medida.

Símbolo en pantalla	Significado
ErrI	El porcentaje de grasa corporal calculado no alcanza el límite mínimo del rango de medida.
EEEE	El peso supera el máximo permitido.

**Cambio de pilas**

En respecto a la pila se trata de una celda de litio con larga duración. Si durante el uso apareciera en el display la notificación "LO" para escasez de batería, proceda de siguiente manera:

- Abra la cámara para pilas en la parte posterior de la báscula.
- Reemplace la pila por una celda del mismo tipo "CR 2032". Tenga atención con la polaridad correcta (Avisos al respecto se encuentran en la cámara para pilas).
- Cierre la tapadera de las pilas.
- Quite la pila en el caso de que no utilice la balanza durante un período de tiempo más largo.

**Atención:**

Las baterías no se deben tirar a la basura doméstica. Por favor lleve las baterías usadas a sitios especiales de recogida o a su concesionario.

**Aviso:**

- No exponga las pilas al alto calor o a la luz solar directa. Nunca tire las baterías al fuego. ¡Existe peligro de explosión!
- Mantenga las baterías fuera del alcance de los niños. No son juguetes.
- No intente abrir las baterías a la fuerza.
- Evite el contacto con objetos metálicos (anillos, clavos, tornillos, etc.) ¡Peligro de cortocircuito!
- En caso de un cortocircuito, las baterías pueden calentarse mucho e incluso encenderse. A consecuencia de ello pueden producirse quemaduras.
- Para su seguridad durante el transporte de las baterías los polos deben cubrirse con cinta adhesiva.
- En caso de derramarse el líquido de la batería, éste no debe llegar a los ojos o mucosas. En caso de un contacto con el líquido, lavarse las manos, enjuagarse los ojos con agua limpia, de continuar las molestias consultar a un médico.

**Limpieza**

**Atención:**

- ▶ No sumerja la báscula en agua, esto podría dañar la electrónica de ella.
- ▶ No utilice un cepillo de alambre u objetos abrasivos.
- ▶ No utilice detergentes agresivos o abrasivos.

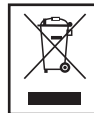
- Limpie el aparato con un paño levemente humedecido, pero no mojado. ¡Tenga atención que no entre humedad es decir líquido en el aparato!
- Como aditivo puede utilizar un agente de lavado ordinario o jabón.
- Después de la limpieza seque bien el aparato con un paño seco.

## Especificaciones técnicas

Modelo: .....PW 4923  
 Suministro de tensión: .....3V CR 2032  
 Min. / Máx. Carga de peso: .....2,5 kg (5,5 lb) / 150 kg (330,7 lb)  
 Peso neto: ..... 1,8 kg

No reservamos el derecho de efectuar modificaciones técnicas.

Este aparato se ha examinado según las normativas actuales y vigentes de la Comunidad Europea, como p.ej. compatibilidad electromagnética y directiva de baja tensión y se ha construido según las más nuevas especificaciones en razón de la seguridad.



## Significado del símbolo “Cubo de basura”

Proteja nuestro medio ambiente, aparatos eléctricos no forman parte de la basura doméstica.

Haga uso de los centros de recogida previstos para la eliminación de aparatos eléctricos y entregue allí sus aparatos eléctricos que no vaya a utilizar más.

Ayudará en evitar las potenciales consecuencias, a causa de una errónea eliminación de desechos, para el medio ambiente y la salud humana.

Con ello, contribuirá a la recuperación, al reciclado y a otras formas de reutilización de los aparatos viejos eléctricos y electrónicos.

La información cómo se debe eliminar los aparatos, se obtiene en su ayuntamiento o su administración municipal.



## Instruções gerais de segurança

Antes de pôr este aparelho a funcionar, leia muito atentamente as instruções de emprego e guarde-as muito bem, juntamente com o talão de garantia, o talão de compra e, tanto quanto possível, a embalagem com os elementos interiores. Se puser o aparelho à disposição de terceiros, entregue-lhes também as Instruções de Utilização.

- Utilize o aparelho exclusivamente para fins privados e para a finalidade para a qual o mesmo foi concebido. Este aparelho não se destina a fins comerciais. Não o utilize ao ar livre. Mantenha-o protegido do calor, de irradiação solar directa, da humidade (não o imergir de forma alguma em quaisquer líquidos) e de arestas aguçadas.
- Não tente reparar o aparelho, dirija-se a um técnico da especialidade, devidamente autorizado.
- É favor observar as seguintes "Instruções especiais de segurança".

### Crianças

- Para a segurança dos seus filhos, não deixe partes da embalagem (sacos plásticos, papelão, esferovite, etc.) ao alcance dos mesmos.

#### **Aviso!**

Não deixe crianças pequenas brincarem com folhas de plástico. **Perigo de asfixia!**

- Crianças devem ser vigiadas para evitar que brinquem com o aparelho.

### Símbolos nestas Instruções de uso

Indicações importantes para a sua segurança estão marcadas de forma especial. Preste incondicionalmente atenção a estas indicações, para evitar acidentes e estragos no aparelho:

#### **Aviso:**

Chama a atenção para perigos existentes para a sua saúde e para possíveis riscos de ferimento.

#### **Atenção:**

Chama a atenção para possíveis perigos existentes para o aparelho ou para outros objectos.

#### **Indicação:**

Realça sugestões e informações para si.

## Instruções especiais de segurança para este aparelho

#### **Aviso:**

Se a superfície de vidro se encontrar húmida ou tiver gotas de água, enxugue-a e seque-a primeiro, caso contrário existe o **perigo de escorregar**.


#### **Atenção:**

- ▶ Tratar a balança com cuidado, pois é um instrumento de medição. Não a deixar cair, nem saltar para cima da mesma.
- ▶ Não carregar a balança com um peso superior a 150 kg (330,7 lb), para se evitarem danos.

- Se a balança for transportada ou não for usada, conservá-la por favor apenas na posição horizontal.
- A balança de medição da gordura corporal não é adequada para as seguintes pessoas:
  - Crianças com menos de 10 anos e adultos com mais de 80
  - Pessoas com sintomas febris, edema ou osteoporose
  - Pessoas que estejam a fazer tratamentos de diálise
  - Pessoas com pacemaker
  - Pessoas que tomem medicamentos cardiovasculares
  - Grávidas
  - Atletas que pratiquem mais de 5 horas de exercício intensivo
  - Pessoas com pulsação inferior a 60 pulsações/minuto

## Localização dos controlos

- 1 Visor
- 2 Botão ON
- 3 Botão SET
- 4 Botão UP
- 5 Botão DOWN
- 6 Superfícies de contacto

Símbolo exibido	Significado
kg (lb)	Peso corporal
USER	Espaço de memória do utilizador
	Masculino
	Feminino
Age	Idade
cm (Ft:in)	Peso corporal
	Exibição de gordura corporal
	Exibição da água
	Exibição da massa muscular
	Exibição da massa óssea
%	Porcentagem – gordura corporal / água / massa muscular / massa óssea

## Informação sobre a medição da Gordura Corporal

### ⚠️ Atenção:

Pessoas com pacemaker ou outro implante médico com peças electrónicas não devem utilizar esta balança. A potência de saída do implante pode ser colocada em causa, resultando em danos.

### 📏 Indicação:

O aparelho funciona correctamente apenas se se puser em cima das superfícies de contacto com os pés descalços e secos!

O princípio principal deste aparelho baseia-se na medição da impedância eléctrica dentro do corpo humano. Para determinar os dados reais do corpo, o aparelho emite um sinal eléctrico fraco e que não se sente por todo o seu corpo.

Em geral, o sinal é seguro! No entanto, leia as nossas instruções de segurança especiais!

O método de medição é referido como "análise de impedância bioeléctrica" (BIA), um factor que se baseia na relação entre o peso corporal e as percentagens de água do corpo associadas, bem como noutros dados biológicos (idade, sexo, peso corporal).

Há pessoas pesadas com uma percentagem bem equilibrada de massa gorda e massa muscular e há pessoas que parecem magras com valores de gordura corporal bastante elevados. A gordura é um factor que esforça muito o corpo, especialmente o sistema cardiovascular. Assim, controlar ambos os valores (gordura e peso) é um pré-requisito para saúde e boa forma.

### Gordura corporal

A gordura corporal é um componente importante do corpo. Desde proteger as articulações como um depósito de vitaminas a regular a temperatura do corpo, a gordura desempenha um papel vital no corpo. Por isso, o objectivo não é reduzir radicalmente a proporção de gordura corporal, mas sim atingir e manter um equilíbrio saudável entre músculo e gordura.

### Tabela de IMC em Percentagem (valores aproximados)

Idade AGE (anos)	Mulheres				Homens			
	Abaixo do peso UNDER FAT	Peso normal HEALTHY	Acima do peso OVER FAT	Obesidade OBESE	Abaixo do peso UNDER FAT	Peso normal HEALTHY	Acima do peso OVER FAT	Obesidade OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

### A Importância da Água para a nossa Saúde

Aproximadamente de cinquenta e cinco a sessenta por cento do corpo humano é consistido por água, dependendo da idade e do sexo em valores diferentes.

A água tem de desempenhar várias tarefas dentro do corpo:

- É o bloco de construção das nossas células. Isso significa que todas as células no nosso corpo, quer sejam células da pele, glandulares, cerebrais ou outras, são funcionais apenas se tiverem água suficiente.
- É um solvente para substâncias importantes no nosso corpo.
- É um meio de transporte para nutrientes, para as próprias substâncias do corpo e para os produtos metabólicos.

Os valores de referências para o seu perfil de boa forma podem ser visualizados na tabela de referência. Mostra a dependência dos dados da gordura corporal na idade e no sexo. Preste sempre atenção ao equilíbrio de água do seu corpo que, tal como o nível de gordura, provocam grandes variações durante o dia. Por isso, para obter dados consistentes, meça sempre à mesma hora do dia.

Os resultados calculados da gordura corporal e do nível de água devem ser considerados apenas valores de referência. Não se recomenda a sua utilização para fins médicos. Se tiver dúvidas sobre um tratamento médico ou uma dieta para atingir um peso corporal normal, consulte sempre um médico.

### Características Técnicas

Capacidade de memória:	10
Alinhamento da massa:	de 100 a 220 cm (3'03" – 7'03" pés:pol)
Idade:	de 10 a 80 anos
Peso mínimo:	de 2,5 kg (5,5 lb)
Peso máximo:	150 kg (330,7 lb)
Unidade de medida de peso:	de 100 em 100 g
Unidade de medida da gordura corporal:	0,1 %
Intervalo de medida da gordura corporal:	5,0 % - 50,0 %
Intervalo de medida da água:	35,0 % - 85,0 %
Intervalo de medida da massa muscular:	10,0 % - 50,0 %

**Indicação:**

Devido à variação significativa de gordura corporal, é difícil atingir um valor padrão. Em média, a hora ótima para medir é entre as 6 e as 8 da tarde, uma vez que a gordura corporal permanece muito consistente durante este período de tempo.

## Primeira utilização

### Compartimento de pilhas (parte traseira da balança)

**Indicação:**

A bateria no compartimento da mesma foi embalada para o transporte numa folha. Isto prolonga a longevidade da bateria.

Retire o plástico para que a balança possa começar a funcionar.

## Utilização

### Função de Pesagem

- Coloque a balança sobre uma superfície dura e plana (evitar alcatifas). Uma superfície irregular provocará imprecisões.
- Na parte de trás da balança, ao lado do compartimento das pilhas, encontra-se um botão. Escolha entre as unidades de medida "kg" e "lb" (libras).
- Ligue a balança premindo o botão ON.
- A balança e o visor realizam um teste automático (8888). Pouco tempo depois aparecem os números "0,0" (kg) (0,0 lb).
- Coloque ambos os pés nas superfícies de contacto (6) do aparelho. Distribua o peso de forma igual e espere até que a balança calcule o peso.
- Os números no visor começarão a piscar antes de ser exibido o seu peso exacto.
- Para prolongar a vida útil da bateria, o aparelho desligar-se-á automaticamente 10 segundos após ter saído da balança.

### Programar os Seus Dados Pessoais

**Indicação:**

- ▶ A balança tem valores predefinidos que pode alterar, como descrito abaixo.
- ▶ Deve realizar os seguintes passos por ordem e em poucos segundos, caso contrário o aparelho cancela o modo de programação automaticamente!
- Ligue a balança premindo o botão ON.
- Espere sempre até que o visor mostre os números 0,0 kg (0,0 lb).
- Prima o botão SET. O espaço de memória começará a piscar no visor. Confirme a definição premindo SET ou seleccione outro espaço de memória premindo o botão UP / DOWN. Prima depois SET para passar para a definição seguinte.

- O símbolo para "masculino" ou "feminino" começará a piscar. Confirme a definição premindo SET ou utilize o botão DOWN para escolher o símbolo para o seu sexo. Prima depois SET para passar para a definição seguinte.
- A definição AGE começará a piscar. Seleccione a sua idade premindo o botão UP ou DOWN. Manter premido um dos botões irá acelerar o processo. Confirme a sua introdução premindo SET.
- A definição de altura começará a piscar. Seleccione a sua altura premindo o botão UP ou DOWN. Manter premido um dos botões irá acelerar o processo. Confirme a sua introdução premindo SET.

Como confirmação, verá mais uma vez todas as definições introduzidas no espaço de memória.

Quando os número 0,0 kg (0,0 lb) aparecerem no visor, pode fazer o seguinte:



- Premir o botão SET para ver novamente as definições seleccionadas.
- Introduzir mais espaços de memória. No total, há 10 espaços disponíveis. Prima SET e mude de espaço premindo o botão UP ou DOWN. Continue como descrito acima.
- Faça alterações seleccionando o espaço de memória específico premindo SET (o visor começará a piscar). Continue como descrito acima.
- Pode começar a medir imediatamente.




### Determinar o Peso, a percentagem de Gordura Corporal e de Água

Registe os seus dados pessoais na memória.

**Indicação:**

- ▶ O aparelho funciona correctamente apenas se se puser em cima das superfícies de contacto com os pés descalços e secos!
- ▶ Se necessário, limpe as superfícies de contacto para melhorar os resultados.

- Ligue a balança premindo o botão ON.
- Espere sempre até que o visor mostre os números 0,0 kg (0,0 lb).
- Prima o botão SET. O espaço de memória começará a piscar no visor. Seleccione o espaço de memória onde foram guardados os seus dados premindo o botão UP / DOWN. Espere até que o espaço de memória pare de piscar. Mostrará os valores guardados um a seguir ao outro.
- Se o visor parar em 0,0 kg (0,0 lb), coloque-se com ambos os pés nas superfícies de contacto (6) da balança.
- Primeiro aparecerá no visor o seu peso. Depois começa a análise. Permaneça de pé na balança durante este processo.
- Após alguns segundos, verá as seguintes informações no visor
  - A sua percentagem de gordura corporal (Símbolo )
  - A sua percentagem de água (Símbolo )

- A sua percentagem de massa muscular (Símbolo )
- A sua percentagem de massa óssea (Símbolo )
- Quando a percentagem de gordura corporal  aparecer, aparece abaixo um valor estimado no visor. Isto informa-o de relance sobre a divisão/o intervalo em que se encontra.
  - UNDERFAT (Abaixo do peso)
  - HEALTHY (Peso normal)
  - OVERFAT (Acima do peso)
  - OBESE (Obesidade)
- Posteriormente, serão mostrados os dados determinados repetidamente. Em seguida, a balança desligar-se-á automaticamente.

### Conselhos para a utilização

- Pese-se sem vestuário e sem sapatos, antes de ter comido e sempre às mesmas horas.
- Se se pesar duas vezes seguidas e obtiver dois valores diferentes, então o seu peso estará entre os dois valores.

### Mensagem de Erro do Visor

#### Indicação:

Se aparecer uma mensagem de erro no visor, espere até que o aparelho se desligue. Volte a ligá-lo para reiniciar a operação. Se o visor de erro não desaparecer, retire as pilhas do compartimento das pilhas durante 10 segundos.

Símbolo do Visor	Significado
8888	Controlo automático (botão de ligar/desligar) para a função adequada do visor digital.
oooo	A medição está a ser analisada.
----	- A balança está mal posicionada. - Não está descalço em cima da balança.
LO	Pilha fraca
ErrH	A percentagem de gordura corporal ultrapassa o limite máximo do intervalo de medição.
Errl	A percentagem de gordura corporal ultrapassa o limite mínimo do intervalo de medição.
EEEE	O peso ultrapassa o máximo permitido.

### Mudança de baterias

A bateria é composta por uma célula de lítio de longa duração. Quando surgir no visor a indicação "LO", revelando que as pilhas estão gastas, proceda da forma seguinte:

- Abra o compartimento das pilhas que se encontra na parte traseira da balança.
- Substitua a bateria por uma célula de fabricação idêntica "CR 2032". Atente na polaridade correcta (Encontra no compartimento das baterias indicações para tal).
- Feche a tampa do compartimento.

- Se a balança não for utilizada durante um período de tempo prolongado, retire as pilhas do respectivo compartimento.

#### Atenção:

As pilhas não devem ser deitadas no lixo doméstico. Entregue as pilhas gastas nos locais próprios ou na loja onde as comprou.

#### Aviso:

- Não exponha as baterias a temperaturas elevadas ou à luz solar directa. Nunca atire as baterias para o lume, pois há **perigo de explosão!**
- Mantenha as pilhas afastadas das crianças. Elas **não** são brinquedo.
- Não abra as pilhas com o uso de força.
- Evite o contacto com objectos metálicos. (Anéis, pregos, parafusos, etc..) Existe o **perigo de curto-circuito!**
- As pilhas podem aquecer com um curto-circuito e eventualmente mesmo incendiar-se. A consequência podem ser queimaduras.
- Ao transportar pilhas, os pólos das pilhas devem ser, para sua segurança, tapados com fita isoladora.
- Se uma pilha não está estanque e escorre, não aproximar o líquido dos olhos ou de mucosas. Em caso de contacto lavar as mãos, enxaguar os olhos com água limpa, e, se houver problemas, que não se deixam solucionar, consultar um médico.

### Limpeza

#### Atenção:

- ▶ Não imergir a balança em água, pois o sistema electrónico poderá ser destruído.
- ▶ Não utilize uma escova de arame ou outros objectos abrasivos.
- ▶ Não utilize produtos de limpeza agressivos ou abrasivos.

- Limpar o aparelho com um pano ligeiramente húmido, não molhado. Tomar cuidado para que não entrem nem humidade nem líquidos no aparelho!
- Poderá utilizar-se um detergente suave, como o que se usa para lavar a louça.
- Enxugar seguidamente o aparelho muito bem, usando um pano seco e macio.

### Especificações técnicas

Modelo: .....PW 4923  
 Alimentação da corrente: .....3V CR 2032  
 Carga de peso min. / max.: .....2,5 kg (5,5 lb) / 150 kg (330,7 lb)  
 Peso líquido: .....1,8 kg

Reserva-se o direito de alterações!

Este aparelho foi controlado nos termos das actuais directivas da CEE aplicáveis, tais como inocuidade electromagnética e directiva sobre baixa tensão, e fabricado de acordo com as mais novas prescrições da segurança técnica.



### **Significado do símbolo “contentor do lixo”**

Poupe o nosso meio ambiente, não deite aparelhos eléctricos para o lixo doméstico.

Dirija-se ao locais destinados à recolha especial de aparelhos eléctricos e entregue aí os aparelhos que não pretende continuar a utilizar.

Desta forma, contribuirá para ajudar a evitar os potenciais efeitos perniciosos que um falso depósito de objectos usados terão, tanto no que diz respeito ao ambiente, como à saúde humana.

Dará igualmente a sua contribuição para o reaproveitamento de materiais, para a reciclagem e outras formas de aproveitamento de aparelhos eléctricos e electrónicos usados.

Receberá, nas autarquias e juntas de freguesia, informações sobre os locais onde poderá entregar tais aparelhos.

## Norme di sicurezza generali

Prima di mettere in funzione questo apparecchio, leggere molto attentamente le istruzioni per l'uso e conservarle con cura unitamente al certificato di garanzia, allo scontrino e, se possibile, alla scatola di cartone con la confezione interna. Se passate l'apparecchio a terzi, consegnate anche le istruzioni per l'uso.

- Utilizzare l'apparecchio esclusivamente per scopi privati e conformemente al tipo di applicazione previsto. Questo prodotto non è stato concepito ai fini di un impiego in ambito industriale. Non utilizzarlo all'aperto. Proteggerlo dal calore, nonché dall'esposizione diretta ai raggi solari e dall'umidità (non immergerlo mai in sostanze liquide) e tenerlo a distanza da oggetti con spigoli affilati.
- Non tentare di riparare l'apparecchio, bensì rivolgersi a un tecnico autorizzato.
- Rispettare le seguenti "Speciali norme di sicurezza".

### Bambini

- Per sicurezza tenere l'imballaggio (sacchetto di plastica, scatola, polistirolo, ecc.) fuori dalla portata dei bambini.

#### **Avviso!**

Non lasciar giocare i bambini piccoli con la pellicola. **Pericolo di soffocamento!**

- Evitare che i bambini giochino con l'apparecchio.

### Simboli per questo manuale di istruzioni per l'uso

Le indicazioni importanti per la propria sicurezza sono indicati appropriatamente. Osservare assolutamente queste indicazioni, per evitare incidenti e danni all'apparecchio:

#### **Avviso:**

Previene i rischi della propria salute ed indica possibili rischi di ferite.

#### **Attenzione:**

Indica possibili pericoli per l'apparecchio o altri oggetti.

#### **Nota:**

Mette in risalto consigli ed informazioni.

## Speciali norme di sicurezza relative a questo apparecchio

#### **Avviso:**

Se la superficie di vetro dovesse essere umida oppure coperta di gocce d'acqua, è necessario asciugarla, altrimenti esiste **pericolo di scivolare**.





#### **Attenzione:**

- ▶ Trattate la bilancia con cautela perché è un meccanismo di misurazione. Non fatela cadere e non saltateci sopra.
- ▶ L'apparecchio non tollera più di 150 kg (330,7 lb). Non superate questo peso per evitare danni alla bilancia.

- Se la bilancia viene portata oppure non è in uso, appoggiarla orizzontalmente.
- La bilancia di analisi del grasso corporeo non è idonea alle seguenti persone:
  - Bambini al di sotto dei 10 anni e adulti sopra gli 80
  - Persone con sintomi di febbre, edema o osteoporosi
  - Persone soggette a trattamento per dialisi
  - Persone che usano un pacemaker
  - Persone che prendono medicine cardiovascolari
  - Donne incinte
  - Atleti impegnati in più di 5 ore di esercizio fisico intenso
  - Persone con battito cardiaco di più di 60 battiti/minuto

## Posizione dei comandi

- 1 Display
- 2 Tasto di alimentazione ON
- 3 Tasto SET
- 4 Tasto UP
- 5 Tasto DOWN
- 6 Superfici di contatto

Simboli del display	Significato
kg (lb)	Peso del corpo
USER	Spazio memoria utente
	Uomo
	Donna
Age	Età
cm (Ft:in)	Altezza del corpo
	Display del grasso corporeo
	Display dell'acqua corporea
	Display della massa muscolare
	Display del peso ossa
%	Percentuale – grasso corporeo / acqua corporea / massa muscolare / peso ossa

## Informazioni sulla misurazione del grasso corporeo

### ⚠ Attenzione:

Le persone che usano un pacemaker o altri dispositivi medici con elementi elettronici non devono usare questa bilancia. L'uscita di alimentazione dell'impianto può essere messa in pericolo e causare un problema.

### 📌 Nota:

Il dispositivo può funzionare solo correttamente se si sta sulle superfici di contatto con piedi nudi e asciutti!

Il principio principale di questo dispositivo è basato sulla misurazione di impedenza elettronica all'interno del corpo umano. Per determinare i dati reali del corpo, il dispositivo emette un segnale debole, impercettibile attraverso il corpo.

Il segnale è generalmente sicuro! Tuttavia, leggere le particolari istruzioni di sicurezza!

Il metodo di misurazione si riferisce all' "analisi dell'impedenza bioelettrica" (BIA), un fattore che si basa sulla relazione tra il peso del corpo e percentuali dell'acqua corporea associata, nonché su altri dati biologici (età, genere, peso corporeo).

Ci sono persone pesanti con una percentuale ben bilanciata tra la massa di grasso e la massa muscolare e ci sono persone magre con valori di grasso corporeo significativamente elevati. Il grasso è un fattore che aumenta lo sforzo fisico, in particolare del sistema cardiovascolare. Quindi, il controllo di entrambi i valori (grasso e peso) è un prerequisito per la salute e il benessere.

### Grasso corporeo

Il grasso corporeo è una componente importante del corpo. Dalla protezione delle giunture come depositario di una vitamina alla regolazione della temperatura corporea, il grasso gioca un ruolo vitale nel corpo. Quindi l'obiettivo non è ridurre radicalmente la proporzione del grasso corporeo, bensì raggiungere e mantenere un bilanciamento salutare tra muscoli e grasso.

### L'importanza dell'acqua per la nostra salute

Circa il cinquantacinque/sessanta per cento del corpo umano è formato da acqua, in base all'età e al sesso in diversi quantitativi.

L'acqua deve svolgere diversi compiti nel corpo:

- È il blocco fondamentale delle nostre cellule. Questo significa che tutte le cellule del nostro corpo, sia le cellule della pelle, delle ghiandole, dei muscoli, del cervello o altre, sono funzionali solo se contengono abbastanza acqua.
- È un solvente per importanti sostanze del nostro corpo.
- È un mezzo di trasporto per i nutrienti, le sostanze proprie del corpo e i prodotti metabolici.

I valori di riferimento per il profilo di benessere possono essere visionati nella tabella di riferimento. Mostra la dipendenza dei dati del grasso corporeo dall'età e dal genere. Fare sempre attenzione al bilanciamento dell'acqua nel corpo, che, come il livello di grasso, attraversa forti fluttuazioni durante il giorno. Quindi, per ottenere dati consistenti, effettuare le misurazioni sempre alla stessa ora del giorno.

I risultati calcolati del grasso corporeo e del livello dell'acqua devono essere considerati valori di riferimento. Non si consiglia di usarli per scopi medici. Consultare sempre un medico se avete domande sul trattamento medico o su una dieta al fine di raggiungere un normale peso corporeo.

### Caratteristiche tecniche

Capacità memoria:	10
Allineamento massa:	da 100 a 220 cm (3'03" – 7'03" Ft/in)
Età:	da 10 a 80 anni
Peso minimo:	da 2,5 kg
Peso massimo:	150 kg
Unità di misura del peso:	incrementi di 100 g
Unità di misura del grasso corporeo:	0,1 %
Intervallo di misurazione del grasso corporeo:	5,0 % - 50,0 %
Intervallo di misurazione dell'acqua corporea:	35,0 % - 85,0 %
Intervallo di misurazione della massa muscolare:	10,0 % - 50,0 %

### Linee guida per la quantità di grasso corporeo in percentuale (valori approssimativi)

Età AGE (anni)	Donne				Uomini			
	Sotto peso UNDER FAT	Normale HEALTHY	Sovrapeso OVER FAT	Obeso OBESE	Sottopeso UNDER FAT	Normale HEALTHY	Sovrappeso OVER FAT	Obeso OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**Nota:**

A causa della significativa fluttuazione del grasso corporeo, è difficile raggiungere un valore standard. In media il tempo di test ottimale è tra le 18:00 e le 20:00, in quanto il grasso corporeo resta molto consistente durante questo periodo di tempo.

## Messa in funzione

### Vano batterie (retro della bilancia)

**Nota:**

Le batterie nel vano sono state ricoperte di uno sacchetto a causa del trasporto. Questo prolunga la durata di vita delle batterie.

Avanti il primo utilizzo togliere questa pellicola in modo che la bilancia sia pronta per l'uso.

## Impiego

### Funzione di pesatura

- Disporre la bilancia su una superficie dura e piana (evitare tappeti). Un pavimento irregolare contribuisce a determinare misurazioni non precise.
- Sul lato posteriore della bilancia dietro al vano batteria c'è un interruttore. Selezionare l'unità di misura "kg" e "lb" (libbra).
- Accendere la bilancia premendo il tasto ON.
- La bilancia e il display eseguono un auto test (8888). Dubito dopo le cifre "0,0" (kg) (0,0 lb) compariranno.
- Stare con i piedi sulla superficie di contatto (6) del dispositivo. Distribuire regolarmente il peso e attendere che la bilancia determini il peso.
- Le cifre sul display lampeggeranno prima che il peso esatto viene visualizzato.
- Per prolungare la durata della batteria, il dispositivo si spegne automaticamente 10 secondi dopo che si è scesi dalla bilancia.

### Programmazione dei dati personali

**Nota:**

- ▶ La bilancia presenta valori predefiniti che possono essere modificati come descritto di seguito.
- ▶ È necessario eseguire i seguenti passaggi in ordine entro pochi secondi; altrimenti il dispositivo interrompe automaticamente la modalità di programmazione!

- Accendere la bilancia premendo il tasto ON.
- Attendere sempre che il display mostri le cifre 0,0 kg (0,0 lb).
- Premere il tasto SET. Lo spazio memoria lampeggerà sul display. Confermare l'impostazione premendo SET o selezionando un altro spazio memoria premendo il tasto

UP / DOWN. Poi premere SET per accedere all'impostazione successiva.

- Il simbolo per "uomo" o "donna" lampeggerà. Confermare l'impostazione premendo SET o usare il tasto DOWN per scegliere il simbolo del genere. Poi premere SET per accedere all'impostazione successiva.
- L'impostazione AGE lampeggerà. Selezionare l'età premendo il tasto UP o DOWN. Tenendo premuto uno dei tasti è possibile accelerare il processo. Confermare l'inserimento premendo SET.
- L'impostazione dell'altezza lampeggerà. Selezionare l'altezza premendo il tasto UP o DOWN. Tenendo premuto uno dei tasti è possibile accelerare il processo. Confermare l'inserimento premendo SET.

Come conferma si vedrà nuovamente tutte le impostazioni inserite nello spazio memoria.

Quando le cifre 0,0 kg (0,0 lb) compaiono sul display, è possibile:



- Premere il tasto SET per vedere nuovamente le impostazioni selezionate.
- Individuare nuovi spazi memoria. Ci sono 10 spazi disponibili in totale. Premere SET e cambiare lo spazio premendo il tasto UP o DOWN. Procedere come descritto sopra.
- Segnare le modifiche selezionando lo spazio memoria particolare premendo SET (il display lampeggerà). Procedere come descritto sopra.
- È possibile iniziare subito la misurazione.

### Determinazione del peso, della percentuale del grasso corporeo e dell'acqua corporea




Registrare i dati personali in memoria.

**Nota:**

- ▶ Il dispositivo può funzionare solo correttamente se si sta sul dispositivo con piedi nudi e asciutti!
- ▶ Se necessario pulire le superfici di contatto per migliorare i risultati.

- Accendere la bilancia premendo il tasto ON.
- Attendere sempre che il display mostri le cifre 0,0 kg (0,0 lb).
- Premere il tasto SET. Lo spazio memoria lampeggerà sul display. Selezionare lo spazio memoria in cui i dati sono stati salvati premendo il tasto UP / DOWN. Attendere che lo spazio memoria smetta di lampeggiare. Visualizzerà i valori salvati uno dopo l'altro.
- Se il display si ferma a 0,0 kg (0,0 lb), stare con i piedi sulle superfici di contatto (6) della bilancia.
- Comparirà sul display il peso. Poi avrà inizio l'analisi. Restare in piedi sulla bilancia durante questo processo.
- Dopo pochi secondi si vedranno le seguenti informazioni sul display
  - La percentuale del grasso corporeo (Simbolo )
  - La percentuale dell'acqua corporea (Simbolo )



- La percentuale della massa muscolare (Simbolo )
- La percentuale del peso delle ossa (Simbolo )
- Mentre viene visualizzata la percentuale  di grasso, un valore stimato compare sul display di seguito. Questo informa subito in quale intervallo/divisione si è.
  - UNDERFAT (Sottopeso)
  - HEALTHY (sano)
  - OVERFAT (sovrappeso)
  - OBESE (obeso)
- Dopo i dati determinati saranno mostrati di continuo. Poi la bilancia si spegne automaticamente.

**Consigli d'uso**

- Pesarsi senza vestiti o scarpe prima di un pasto e sempre alla stessa ora del giorno.
- Se ci si pesa due volte e si hanno due risultati diversi, il peso resta tra i due valori.

**Messaggi di errore del display**

**Nota:**

Se compare un messaggio di errore sul display, attendere che il dispositivo si spenga. Riaccenderlo e riavviare il funzionamento. Se il messaggio di errore compare ancora, rimuovere le batterie dal vano batteria per 10 secondi.

Simboli del display	Significato
8888	Auto controllo (con interruttore di alimentazione) per il corretto funzionamento del display digitale.
oooo	La misurazione viene analizzata.
----	- La bilancia non è posizionata correttamente. - Non si è a piedi nudi sulla bilancia.
LO	Batteria esaurita
ErrH	La percentuale di grasso corporeo calcolata eccede il limite massimo dell'intervallo di misurazione.
Errl	La percentuale di grasso corporeo calcolata eccede il limite minimo dell'intervallo di misurazione.
EEEE	Il peso eccede il massimo consentito.

**Sostituzione delle batterie**

Si tratta di una batteria cellulare di litio a lunga durata. Se durante l'uso nel display appare il messaggio "LO" per mancanza di batterie, procedere come qui di seguito descritto:

- Aprire il vano batterie sul retro della bilancia.
- Sostituirla con una cellulare dello stesso tipo "CR 2032". Fare attenzione che i poli vengano inseriti correttamente (Vi troverete consigli sul vano batterie).

- Chiudere il coperchio del vano batterie.
- Estrarre la batteria se la bilancia non viene usata per un periodo prolungato.

**Attenzione:**

Non gettare le batterie nei rifiuti domestici. Buttare le batterie usate negli appositi contenitori o restituirle al negoziante.

**Avviso:**

- Non esporre le batterie a calore oppure a raggi di sole. Non buttare mai le batterie nel fuoco. **Pericolo di esplosi-one!**
- Tenere le batterie fuori della portata dei bambini. **Non** sono un giocattolo.
- Non aprire mai le batterie con la forza.
- Evitare il contatto con oggetti metallici. (anelli, chiodi, viti ecc.). **Pericolo di corto circuito!**
- Un corto circuito può provocare un surriscaldamento o eventualmente addirittura la combustione delle batterie. Ne possono conseguire ustioni.
- Per la vostra sicurezza i poli della batteria durante il trasporto devono essere coperti con strisce adesive.
- In caso di ossidazione di una batteria evitare il contatto del liquido con occhi o mucose. In caso di contatto lavare le mani, sciacquare gli occhi con acqua corrente e in presenza di disturbi permanenti consultare un medico.

**Pulizia**

**Attenzione:**

- ▶ Non immergere la bilancia in acqua, si potrebbe distruggere l'elettronica.
- ▶ Non usare pagliette o altri oggetti abrasivi.
- ▶ Per la pulizia non usare detersivi forti o abrasivi.

- Pulire l'apparecchio con un panno leggermente inumidito, non bagnato. Fare attenzione che non penetrino liquidi né umidità nell'apparecchio!
- In aggiunta all'acqua si può usare un comune detergente per stoviglie o sapone.
- Dopo la pulizia asciugare bene l'apparecchio con un panno morbido e asciutto.

**Specifiche tecniche**

Modello: .....PW 4923  
 Alimentazione rete:.....3V CR 2032  
 Min. / mass..rapporto spinta-peso: .....2,5 kg (5,5 lb) /  
 150 kg (330,7 lb)  
 Peso netto:..... 1,8 kg

Con riserva di apportare modifiche tecniche!

Questo apparecchio è stato controllato sulla base di tutte le direttive CE attuali in vigore in questo settore, quali per esempio la normativa in materia di compatibilità elettromagnetica e la direttiva in materia di bassa tensione, ed è stato costruito conformemente alle norme di sicurezza più moderne.



### **Significato del simbolo “Eliminazione”**

---

Salvaguardare l'ambiente, gli elettrodomestici non vanno eliminati come rifiuti domestici.

Per l'eliminazione degli elettrodomestici, fare uso dei posti di raccolta previsti per questo tipo e porre quegli elettrodomestici che non sono più in uso.

Si contribuisce così ad evitare un effetto potenziale sull'ambiente e sulla salute, dovuto magari ad una eliminazione sbagliata.

Questo significa un contributo personale alla riutilizzazione, al riciclaggio e altre forme di utilizzazione di elettrodomestici ed apparecchi elettronici usati.

Si possono trovare le corrispondenti informazioni sugli appositi luoghi di raccolta, nelle amministrazioni dei comuni.

## General Safety Instructions

Read the operating instructions carefully before putting the appliance into operation and keep the instructions including the warranty, the receipt and, if possible, the box with the internal packing. If you give this device to other people, please also pass on the operating instructions.

- The appliance is designed exclusively for private use and for the envisaged purpose. This appliance is not fit for commercial use. Do not use it outdoors. Keep it away from sources of heat, direct sunlight, humidity (never dip it into any liquid) and sharp edges.
- Do not try to repair the appliance on your own. Always contact an authorized technician.
- Pay careful attention to the following "Special Safety Instructions".

### Children

- In order to ensure your children's safety, please keep all packaging (plastic bags, boxes, polystyrene etc.) out of their reach.

#### Warning!

**Caution!** Do not allow small children to play with the foil as there is a **danger of suffocation!**

- Children should be supervised at all times in order to ensure that they do not play with the device.

### Symbols in these Instructions for Use

Important information for your safety is specially marked. It is essential to comply with these instructions in order to avoid accidents and prevent damage to the machine:

#### Warning:

This warns you of dangers to your health and indicates possible injury risks.

#### Caution:

This refers to possible hazards to the machine or other objects.

#### Note:

This highlights tips and information.

## Special Safety Instructions for this Machine

#### Warning:

If the glass surface is moist or covered with water droplets, please wipe the surface dry as there is a **danger of slipping**.







#### Caution:

- ▶ Handle the balance with care, as it is a precise measuring instrument. Do not drop it or jump on it.
- ▶ Do not load the appliance with more than 150 kg (330.7 lb) to avoid damaging the device.

- If the scales are carried or not going to be used, please store them only in a horizontal position.
- The body fat analysis scale is not suitable for the following persons:
  - Children under 10 years and adults over 80 years
  - Persons with symptoms of fever, oedema, or osteoporosis
  - Persons undergoing treatment for dialysis
  - Persons who use a pacemaker
  - Persons who take cardiovascular medication
  - Pregnant women
  - Athletes who engage in more than 5 hours of intensive athletic exercise
  - Persons with a heartbeat lower than 60 beats/minute

## Location of Controls

- 1 Display
- 2 Power button ON
- 3 SET-button
- 4 UP-button
- 5 DOWN-button
- 6 Contact Surfaces

Display Symbol	Meaning
kg (lb)	Body weight
USER	User memory space
	Male
	Female
Age	Age
cm (Ft:in)	Body height
	Body fat display
	Body water display
	Muscle mass display
	Bone weight display
%	Percentage – body fat / body water / muscle mass / bone weight

## Information on Body Fat measurement

### ⚠ Caution:

Persons using a pacemaker or other medical implant with electronic parts are not advised to use this scale. The power output of the implant can be jeopardized, resulting in its impairment.

### ℹ Note:

The device can only function correctly if you stand on the contact surfaces with bare, dry feet!

The main principle of this device is based on the measurement of the electric impedance within the human body. In order to determine the actual body data, the device leads a weak, unnoticeable electric signal through your body.

The signal is generally safe! However, please read our special safety instructions!

The method of measurement is referred to as "bioelectric impedance analysis" (BIA), a factor which is based on the relationship between body weight and associated body water percentages as well as on other biological data (age, gender, body weight).

There are heavy persons with a well-balanced percentage between fat and muscle mass, and there are seemingly slim persons with significantly high body fat values. Fat is a factor that puts serious strain on the body, in particular the cardiovascular system. Therefore, controlling both values (fat and weight) is a prerequisite for health and fitness.

### Body Fat

Body fat is an important component of the body. From protecting the joints as a vitamin repository to regulating the body temperature, fat plays a vital role in the body. Thus the goal is not to radically reduce the proportion of body fat, but rather to achieve and maintain a healthy balance between muscle and fat.

### The Importance of Water for our Health

Approximately fifty-five to sixty percent of the human body consist of water, depending on age and gender in varying amounts.

Water has to fulfill several tasks within the body:

- It is the building block of our cells. That means that all the cells in our body, whether skin cells, gland cells, muscle cells, brain cells or others, are functional only if they contain enough water.
- It is a solvent for important substances in our body.
- It is a means of conveyance for nutrients, the body's own substances and metabolic products.

Reference values for your fitness profile can be seen in the benchmark table. It shows the dependency of body fat data on age and gender. Always pay attention to your body's water balance, which, as well as the fat level, undergoes strong fluctuations throughout the day. Therefore, to obtain consistent data, always measure at the same time of day.

The calculated results of the body fat and water level should only be considered as reference values. They are not recommended to be used for medical purposes. Please always consult a doctor if you have questions about a medical treatment or a diet in order to achieve a normal body weight.

### Technical Features

Memory capacity:	10
Mass alignment:	from 100 to 220 cm (3'03" – 7'03" Ft:in)
Age:	from 10 to 80 years
Minimum weight:	from 2.5 kg (5.5 lb)
Maximum weight:	150 kg (330.7 lb)
Weight measurement unit:	100 g increments
Body fat measurement unit:	0.1 %
Body fat measuring range:	5.0 % - 50.0 %
Body water measuring range:	35.0 % - 85.0 %
Muscle mass measuring range:	10.0 % - 50.0 %

### Guideline for Body Fat Amount in Percentage (approximate values)

AGE (years)	Women				Men			
	UNDER FAT	HEALTHY	OVER FAT	OBESE	UNDER FAT	HEALTHY	OVER FAT	OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**Note:**

Due to the significant fluctuation of body fat, it is difficult to attain a standard value. On average the optimal testing time is between 6 p.m. and 8 p.m., since the body fat remains very consistent during this period of time.

## First Use of the Machine

### Battery Compartment (on the back of the scales)

**Note:**

The battery in the battery compartment has been secured for transport with a foil. This prolongs the life of the battery.

Please remove this foil to prepare the scales for initial use.

## Use

### Weighing Function

- Place the scale on a hard, flat surface (avoid carpets). An uneven floor contributes to inaccurate measurements.
- On the back side of the scale beside the battery compartment a switch can be found. Choose between the measuring units "kg" and "lb" (pound).
- Turn on the scale by pressing the ON button.
- The scale and the display conduct a self-test (8888). Shortly afterward the digits "0.0" (kg) (0.0 lb) will appear.
- Stand with both feet on the contact surfaces (6) of the device. Distribute your weight equally and wait for the scale to determine your weight.
- The digits on the display will flash before your exact weight will be shown.
- In order to extend the battery life, the device will automatically turn off 10 seconds after you have stepped off the scale.

### Programming Your Personal Data

**Note:**

- The scale has default values that you can change, as described below.
- You should perform the following steps in order and within a few seconds; otherwise the device aborts the programming mode automatically!
- Turn the scale on by pressing the ON button.
- Always wait until the display shows the digits 0.0 kg (0.0 lb).
- Press the button SET. The memory space will flash on the display. Confirm the setting by pressing SET or select another memory space by pressing the UP / DOWN button. Then press SET to go to the next setting.
- The symbol for "male" or "female" will flash. Confirm the setting by pressing SET or use the DOWN button to choose

the symbol for your gender. Then press SET to go to the next setting.

- The setting AGE will flash. Select your age by pressing UP or DOWN button. Holding down one of the buttons will accelerate the process. Confirm your entry by pressing SET.
- The height setting will flash. Select your height by pressing UP or DOWN button. Holding down one of the buttons will accelerate the process. Confirm your entry by pressing SET.

As a confirmation you will once again see all the entered settings in the memory space.

When the digits 0.0 kg (0.0 lb) appears on the display, you can:






- Press the SET button to see the selected settings again.
- Allocate further memory spaces. There are 10 spaces available in total. Press SET and change the space by pressing the UP or DOWN button. Proceed further as described above.
- Make changes by selecting the particular memory space by pressing SET (the display will flash). Proceed further as described above.
- You can immediately start measuring.

### Determining Weight, Body Fat and Body Water Percentage

Record your personal data in the memory.

**Note:**

- The device can only function correctly if you stand on the device with bare, dry feet!
- If necessary wipe the contact surfaces to improve results.

- Turn on the scale by pressing the ON button.
- Always wait until the digits 0.0 kg (0.0 lb) appears on the display.
- Press the button SET. The memory space will flash on the display. Select the memory space where your data has been saved by pressing the UP / DOWN button. Wait until the memory space stops flashing. It will display the saved values one after another.
- If the display stops at 0.0 kg (0.0 lb), stand with both feet on the contact surfaces (6) of the scale.
- First your weight will appear on the display. Afterwards the analysis will begin. Remain standing on the scale during this process.
- After a few seconds you will see the following information on the display
  - Your body fat percentage (Symbol )
  - Your body water percentage (Symbol )
  - Your muscle mass percentage (Symbol )
  - Your bone weight percentage (Symbol )
- Whilst the percentage of body fat  will be displayed, an estimated value appears on the display below. This informs you in a glance of which range/division you are in.

- UNDERFAT
- HEALTHY
- OVERFAT
- OBESE
- Afterwards the determined data will be shown repeatedly. Then the scale will automatically turn off.

**Usage Tips**

- Weigh yourself without clothes or shoes before a meal and always at the same time of day.
- If you weigh yourself twice and receive two different results, your weight lies between the two values.

**Display Error Messages**

**Note:**

If an error message appears on the display, wait until the device is turned off. Turn it on again to restart the operation. If the error display has not disappeared, take the batteries out of the battery compartment for 10 seconds.

Display Symbol	Meaning
8888	Self control (with power switch) for the proper function of the digital display.
oooo	The measurement is being analyzed.
----	- The scale is positioned poorly. - You are not standing barefoot on the scale.
LO	Battery shortage
ErrH	The calculated body fat percentage exceeds the maximum limit of the measuring range.
Errl	The calculated body fat percentage exceeds the minimum limit of the measuring range.
EEEE	The weight exceeds the allowable maximum.

**Battery change**

The battery is a long-life lithium cell. If the letters "LO" appear on the display this means that the batteries need replacing as follows:

- Open the battery compartment on the back of the scales.
- Replace the battery with a cell of the same type "CR 2032". Please ensure the correct polarity (You will find notes about this on the battery compartment).
- Close the lid of the battery compartment.
- Remove the batterie if the scales are not going to be used for a prolonged period.

**Caution:**

Batteries are not to be disposed of together with domestic wastes. Dispose of the used batteries at the relevant collection bin or at your dealer's.

**Warning:**

- Do not expose the batteries to high temperatures or direct sunlight. Never throw batteries into the fire. There is a **danger of explosion!**
- Keep batteries away from children. They are **not** a toy.
- Do not open the batteries by force.
- Avoid contact with metallic objects. (Rings, nails, screws et cetera.) There is a **danger of short-circuiting!**
- As a result of a short-circuit, batteries may heat up considerably or even catch fire. This may result in burns.
- For your own safety, the battery poles should be covered with adhesive strips during transport.
- If a battery leaks, do not rub the liquid into your eyes or mucous membranes. If hands come into contact with the liquid, they should be washed thoroughly and eyes rinsed out with clear water; if symptoms persist, please consult a doctor.

**Cleaning**

**Caution:**

- ▶ Do not immerse the balance in water: the electronic components can be damaged.
- ▶ Do not use a wire brush or any abrasive items.
- ▶ Do not use any acidic or abrasive detergents.

- Clean the device with a slightly moist cloth. Make sure that no humidity or waters seeps into the device!
- Use a commercially sold detergent or soap for cleaning.
- Dry the device well after cleaning with a dry and soft cloth.

**Technical Specifications**

Model: .....PW 4923  
 Power supply: .....3V CR 2032  
 Min. / max. weight load: .....2.5 kg (5.5 lb) /  
 .....150 kg (330.7 lb)  
 Net weight: .....1.8 kg

Subject to technical changes without prior notice!

This device has been tested according to all relevant current CE guidelines, such as electromagnetic compatibility and low voltage directives, and has been constructed in accordance with the latest safety regulations.



## Meaning of the “Dustbin” Symbol

---

Protect our environment: do not dispose of electrical equipment in the domestic waste.

Please return any electrical equipment that you will no longer use to the collection points provided for their disposal.

This helps avoid the potential effects of incorrect disposal on the environment and human health.

This will contribute to the recycling and other forms of reutilisation of electrical and electronic equipment.

Information concerning where the equipment can be disposed of can be obtained from your local authority.

## OGÓLNE WSKAZÓWKI BEZPIECZEŃSTWA

Przed uruchomieniem urządzenia proszę bardzo dokładnie przeczytać instrukcję obsługi. Proszę zachować ją wraz z kartą gwarancyjną, paragonem i w miarę możliwości również kartonem z opakowaniem wewnętrznym. Przekazując urządzenie innej osobie, oddaj jej także instrukcję obsługi.

- Proszę wykorzystywać urządzenie jedynie dla prywatnego celu, jaki został przewidziany dla urządzenia. Urządzenie to nie zostało przewidziane do użytku w ramach działalności gospodarczej. Proszę nie korzystać z urządzenia na zewnątrz. Proszę trzymać urządzenie z daleka od ciepła, bezpośredniego promieniowania słonecznego, wilgoci (w żadnym wypadku nie zanurzać w substancjach płynnych) oraz ostrych krawędzi.
- W razie awarii proszę nie naprawiać urządzenia samemu lecz skorzystać z pomocy autoryzowanego specjalisty.
- Prosimy pamiętać o podanych dalej „Specjalnych wskazówkach dotyczących bezpiecznego użytkowania”.

### Dzieci

- Dla bezpieczeństwa dzieci proszę nie zostawiać swobodnie dostępnych części opakowania (torby plastikowe, kartony, styropian itp.).

#### Ostrzeżenie!

Nie pozwalaj dzieciom bawić się folią. **Niebezpieczeństwo uduszenia!**

- Nie pozwalaj dzieciom bawić się urządzeniem.

### Symbolne użyte w tej instrukcji obsługi

Ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa użytkownika są specjalnie wyróżnione. Koniecznie stosuj się do tych wskazówek, aby uniknąć wypadków i uszkodzenia urządzenia.

#### Ostrzeżenie:

Ostrzega przed zagrożeniami dla zdrowia i wskazuje na potencjalne ryzyko obrażeń.

#### Uwaga:

Wskazuje na potencjalne zagrożenia dla urządzenia lub innych przedmiotów.

#### Wskazówka:

Wyróżnia porady i informacje ważne dla użytkownika.

## Specjalne wskazówki dotyczące bezpiecznego użytkowania urządzenia

#### Ostrzeżenie:

Gdy powierzchnia szkła jest wilgotna lub znajdują się na niej krople wody, najpierw ją dobrze osusz – **niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!**







#### Uwaga:

- ▶ Proszę ostrożnie obchodzić się z wagą, ponieważ jest to instrument pomiarowy. Proszę nie upuścić jej i nie wskakiwać na nią.
- ▶ Proszę nie obciążać wagi więcej niż do 150 kg (330,7 lb), w przeciwnym razie mogą Państwo spowodować uszkodzenie urządzenia.

- W czasie przenoszenia lub gdy nie jest używana, waga powinna zawsze znajdować się w pozycji poziomej.
- Z wagi do pomiaru ilości tkanki tłuszczowej nie powinny korzystać:
  - dzieci poniżej 10 roku życia oraz osoby dorosłe powyżej 80 roku życia
  - osoby, u których występuje gorączka, obrzęk lub chore na osteoporozę
  - osoby przechodzące leczenie dializami
  - osoby z wszczepionym stymulatorem serca
  - osoby przechodzące farmakologiczne leczenie układu krążenia
  - ciężarne kobiety
  - sportowcy, którzy intensywnie trenują przez więcej niż 5 godzin dziennie
  - osoby, u których tętno wynosi mniej niż 60 uderzeń na minutę

## Lokalizacja kontroltek

- 1 Wyświetlacz
- 2 Przycisk włączenia „ON”
- 3 Przycisk „SET”
- 4 Przycisk „UP” (w górę)
- 5 Przycisk „DOWN” (w dół)
- 6 Płytki kontaktowe

Symbol na wyświetlaczu	Znaczenie
kg (lb)	Masa ciała
USER	Pamięć danych
	Mężczyzna
	Kobieta
Age	Wiek
cm (Ft:in)	Wzrost
	Odczyt zawartości tłuszczu
	Odczyt zawartości wody
	Odczyt masy mięśni
	Odczyt masy kości
%	Wartość procentowa – tłuszcz / woda / masa mięśni / masa kości



## Informacje na temat pomiaru ilości tkanki tłuszczowej w organizmie

### ⚠ Uwaga:

Z tej wagi nie powinny korzystać osoby, które mają wszczepiony rozrusznik serca lub innego rodzaju implanty medyczne zawierające elementy elektroniczne. Moc użyteczna implantu może ulec zmianie, co może doprowadzić do jego uszkodzenia.

### 📌 Wskazówka:

Waga działa poprawnie tylko wtedy, gdy stanie się na płytkach kontaktowych bosymi, suchymi stopami!

Zasada działania tego urządzenia opiera się na pomiarze oporności elektrycznej ludzkiego ciała. Celem dokonania pomiarów urządzenie przesyła przez ciało słaby, niezauważalny dla człowieka sygnał elektryczny.

Przesyłany sygnał jest ogólnie biorąc bezpieczny! Prosimy jednak zapoznać się ze szczególnymi zaleceniami na temat bezpieczeństwa!

Metoda pomiaru zwana jest „analizą bioimpedancji elektrycznej” (BIA), a opiera się na pomiarze stosunku masy ciała do masy wody zawartej w organizmie, przy uwzględnieniu innych danych biologicznych (wiek, płeć, waga ciała).

Wiele osób o dużej masie ciała ma odpowiedni stosunek tkanki tłuszczowej do masy mięśni, natomiast wiele pozornie szczupłych osób może wykazywać znacznie podwyższone ilości tkanki tłuszczowej. Tłuszcz stanowi poważne obciążenie dla organizmu, szczególnie dla układu sercowo-naczyniowego. Kontrola obydwu wartości (ilości tkanki tłuszczowej i masy ciała) jest zatem zasadniczym warunkiem utrzymania zdrowia i sprawności.

### Tkanka tłuszczowa

Tkanka tłuszczowa jest istotnym elementem składowym ciała. Odgrywa ona bardzo ważną rolę w organizmie, czy to jako magazyn witamin koniecznych do ochrony stawów, czy też regulator temperatury ciała. Celem nie jest zatem radykalna redukcja ilości tkanki tłuszczowej, lecz uzyskanie i utrzymanie równowagi pomiędzy ilością tkanki mięśniowej a ilością tkanki tłuszczowej.

### Znaczenie wody dla naszego zdrowia

Woda stanowi około 55% do 60% ludzkiego ciała, zależnie od wieku i płci.

Woda odgrywa szereg funkcji w organizmie:

- Jest budulcem komórek. Oznacza to, że wszystkie komórki organizmu, czy to komórki skóry, gruczołów, mięśni, mózgu czy też inne, spełniają swoje funkcje tylko wtedy, gdy zawierają odpowiednią ilość wody.
- Jest rozpuszczalnikiem dla ważnych substancji w naszym ciele.
- Jest środkiem transportu dla składników odżywczych, substancji produkowanych przez organizm oraz produktów metabolizmu.

W poniższej tabeli przedstawiono wartości określające zależność ilości tkanki tłuszczowej od wieku i płci. Zawsze należy zwracać uwagę na równowagę hydrologiczną organizmu. Ilość wody w organizmie, podobnie jak ilość tłuszczu, ulega dużym zmianom w ciągu dnia. Chcąc zatem uzyskać miarodajne dane, pomiarów zawsze należy dokonywać o tej samej porze dnia.

Uzyskane wyniki pomiarów ilości tkanki tłuszczowej i wody należy traktować wyłącznie jako wartości orientacyjne. Nie należy z nich korzystać do stawiania diagnozy lekarskiej. Chcąc poznać odpowiedzi na pytania dotyczące leczenia lub diety prowadzącej do uzyskania normalnej wagi ciała należy zasięgnąć porady lekarskiej.

### Dane techniczne

Pojemność pamięci:	10
Wzrost:	od 100 do 220 cm (3'03" – 7'03" Ft:in)
Wiek:	od 10 do 80 lat
Minimalna waga:	od 2,5 kg (5,5 lb)
Maksymalna waga:	150 kg (330,7 lb)
Jednostka miary wagi:	przyrost co 100 g
Jednostka miary tkanki tłuszczowej:	0,1 %
Zakres pomiaru masy tkanki tłuszczowej:	5,0 % - 50,0 %
Zakres pomiaru wody w organizmie:	35,0 % - 85,0 %
Zakres pomiaru masy tkanki mięśniowej:	10,0 % - 50,0 %

### Informacje na temat ilości tkanki tłuszczowej w procentach (wartości przybliżone)

Wiek AGE (lata)	Kobiety				Mężczyźni			
	Niedowaga UNDER FAT	W Normie HEALTHY	Nadwaga OVER FAT	Otyłość OBESE	Niedowaga UNDER FAT	W Normie HEALTHY	Nadwaga OVER FAT	Otyłość OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**Wskazówka:**

Z uwagi na znaczne wahania ilości tłuszczu w organizmie trudno jest uzyskać wartość standardową. Pomiar najlepiej przeprowadzać pomiędzy godziną 18:00 a 20:00, gdyż o tej porze ilość tkanki tłuszczowej zwykle pozostaje na stałym poziomie.

**Uruchomienie****Kieszeń na baterie (z tyłu wagi)****Wskazówka:**

Bateria włożona do kieszeni jest na czas transportu zabezpieczona folią. Przedłuża to trwałość baterii.

Przed pierwszym użyciem zdejmij folię, aby umożliwić zasilanie wagi z baterii.

**Zastosowanie****Ważenie**

- Wagę położyć na twardej, płaskiej powierzchni (unikając dywanów i wykładzin). Nierówne podłoże jest przyczyną niedokładności pomiarów.
- Na tylnej ściance wagi, obok komory na baterie znajduje się przełącznik, który umożliwi wybór odpowiedniej jednostki pomiaru ciężaru: kilogramy („kg”) lub funty („lb”).
- Włączyć wagę naciskając przycisk „ON”.
- Waga przeprowadzi auto-test, przy czym na wyświetlaczu pojawią się cyfry (8888). Po krótkiej chwili pojawią się cyfry „0,0(kg)” lub „(0,0 lb)”.
- Stanąc obydwojma stopami na płytkach kontaktowych wagi (6). Równomiernie rozłożyć ciężar ciała i poczekać, aż waga dokona pomiaru.
- Przed pokazaniem dokładnej wagi cyfry na wyświetlaczu będą migać.
- Celem wydłużenia okresu żywotności baterii, urządzenie samoczynnie się wyłączy po 10 sekundach od chwili zejścia z wagi.

**Wprowadzanie do pamięci danych na swój temat****Wskazówka:**

- ▶ Do pamięci wagi wprowadzono wartości domyślne, które można zmieniać w sposób opisany poniżej.
- ▶ Poniższe czynności należy przeprowadzić w ciągu kilku sekund w opisanej poniżej kolejności, w innym przypadku urządzenie samoczynnie przerwie pracę w trybie programowania!

- Włączyć wagę naciskając przycisk „ON”.
- Zawsze należy poczekać, aż na wyświetlaczu pojawią się cyfry „0,0 kg” („0,0 lb”).
- Nacisnąć przycisk „SET”. Na ekranie wyświetlacza błyskać będzie numer miejsca w pamięci. Potwierdzić wybór naciskając przycisk „SET” albo wybrać inne miejsce w pamięci

naciskając przycisk „UP” lub „DOWN”. Z kolei ponownie nacisnąć przycisk „SET” i przejść tym samym do kolejnego kroku programowania.

- Na wyświetlaczu błyskać będzie symbol oznaczający „mężczyzna” lub „kobieta”. Potwierdzić wybór naciskając przycisk „SET” lub za pomocą przycisku „DOWN” wybrać symbol swojej płci. Z kolei ponownie nacisnąć przycisk „SET” i przejść tym samym do kolejnego kroku programowania.
- Na wyświetlaczu błyskać będzie komunikat „AGE” (wiek). Korzystając z przycisków „UP” lub „DOWN” wprowadzić swój wiek. Przytrzymanie jednego z przycisków spowoduje przyspieszenie tej operacji. Potwierdzić wybór naciskając przycisk „SET”.
- Na wyświetlaczu błyskać będzie komunikat oznaczający wzrost. Korzystając z przycisków „UP” lub „DOWN” wprowadzić swój wzrost. Przytrzymanie jednego z przycisków spowoduje przyspieszenie tej operacji. Potwierdzić wybór naciskając przycisk „SET”.

Wszystkie wprowadzone wartości pojawią się jeszcze raz w okienku pamięci, co umożliwi sprawdzenie poprawności wprowadzonych informacji.

Kiedy na ekranie wyświetlacza pojawią się cyfry 0,0 kg (0,0 lb), można:

- Nacisnąć przycisk „SET” i ponownie przeglądnąć wybrane ustawienia.
- Wydzielić kolejne miejsca w pamięci - ogólnie dostępnych jest ich 10. Nacisnąć przycisk „SET” i zmienić miejsce w pamięci naciskając przycisk „UP” lub „DOWN”. Następnie postępować zgodnie z opisem powyżej.
- Zmian dokonać po wyborze danego miejsca w pamięci naciskając przycisk „SET” (ekran wyświetlacza będzie błyskać). Następnie postępować zgodnie z opisem powyżej.
- Można od razu rozpocząć pomiary.






**Określenie wagi, ilości tkanki tłuszczowej oraz zawartości wody w organizmie.**

Dane na swój temat można zapisać w pamięci.

**Wskazówka:**

- ▶ Urządzenie będzie działać poprawnie jeśli na wadze stanie się bosymi, suchymi stopami!
- ▶ Jeśli to konieczne, płytki kontaktowe należy wytrzeć do sucha. Dzięki temu odczyty będą dokładniejsze.

- Włączyć wagę naciskając przycisk „ON”.
- Zawsze należy poczekać, aż na wyświetlaczu pojawią się cyfry „0,0 kg” („0,0 lb”).
- Nacisnąć przycisk „SET”. Na wyświetlaczu będzie błyskać oznaczenie numeru miejsca w pamięci. Naciskając przycisk „UP” lub „DOWN” wybrać miejsce w pamięci, gdzie zostały zapisane informacje na temat danego użytkownika. Poczekać, aż okienko pamięci przestanie błyskać. Na wyświetlaczu będą się kolejno pojawiać wcześniej zapisane wartości.

- Gdy na ekranie wyświetlacza pojawiają się cyfry „0,0 kg” („0,0 lb”) obydwojma stopami staną na płytkach kontaktowych (6) wagi.
- Na ekranie wyświetlacza najpierw pojawi się odczyt wagi ciała. Następnie rozpocznie się analiza. Należy pozostać na wadze przez cały czas prowadzenia obliczeń.
- Po kilku sekundach na ekranie wyświetlacza pojawią się następujące informacje
  - Ilość tkanki tłuszczowej wyrażona w procentach (Symbol )
  - Ilość wody w organizmie wyrażona w procentach (Symbol )
  - Ilość tkanki mięśniowej wyrażona w procentach (Symbol )
  - Masa tkanki kostnej wyrażona w procentach (Symbol )
- Gdy na wyświetlaczu pojawi się symbol pomiaru ilości tkanki tłuszczowej , poniżej widoczny będzie komunikat określający grupę, do której należy ważąca się osoba.
  - UNDERFAT (Niedowaga)
  - HEALTHY (Norma)
  - OVERFAT (Nadwaga)
  - OBESE (Otyłość)
- Następnie na wyświetlaczu kilkakrotnie pojawi się odczyt, po czym waga samoczynnie się wyłączy.

### Sugestie

- Ważyć się należy bez ubrania i bez obuwia, przed posiłkiem i zawsze o tej samej porze dnia.
- Jeśli dwa pomiary dadzą dwa różne wyniki, należy przyjąć wartość średnią.

### Komunikaty o błędach

#### Wskazówka:

Jeśli na ekranie wyświetlacza pojawi się komunikat o błędzie, należy poczekać do chwili automatycznego wyłączenia urządzenia i ponownie włączyć wagę. Jeśli komunikat o błędzie nadal będzie widoczny na ekranie należy wyjąć baterie z komory na 10 sekund.

Symbol na wyświetlaczu	Znaczenie
8888	Auto-test (po włączeniu) zapewniający prawidłowe działanie wyświetlacza cyfrowego.
0000	Trwa analiza wyników pomiaru.
----	- Waga jest nieodpowiednio ustawiona. - Ważąca się osoba nie stoi na wadze boso.
LO	Rozładowana bateria
ErrH	Obliczona ilość tkanki tłuszczowej przekracza maksymalną wartość zakresu pomiaru.

Symbol na wyświetlaczu	Znaczenie
ErrI	Obliczona ilość tkanki tłuszczowej przekracza minimalną wartość zakresu pomiaru.
EEEE	Waga ciała przekracza dopuszczalne maksimum.

### Wymiana baterii

Bateria stanowi ogniwo litowe o długiej trwałości. Jeżeli w trakcie użytkowania na wyświetlaczu ukaże się komunikat „LO” oznaczający brak baterii, wykonaj następujące czynności:

- Otwórz kieszeń na baterie na tylnej ściance wagi.
- Wymień baterię na nową baterię tego samego typu „CR 2032”. Zwróć uwagę na prawidłową biegunowość (Odnosne wskazówki znajdziesz na kieszeni).
- Zamknij pokrywkę kieszeni na baterie.
- Jeżeli waga nie będzie przez dłuższy czas używana, wyjmij z niej baterie.

#### Uwaga:

Baterii nie należy wrzucać do zwykłych domowych śmieci. Zużyte baterie proszę oddać do punktu zbiórki odpadów specjalnych lub do punktu sprzedaży.

#### Ostrzeżenie:

- Nie narażaj baterii na bezpośrednie działanie ciepła lub promieniowania słonecznego. Nigdy nie wrzucaj baterii do ognia. **Niebezpieczeństwo wybuchu!**
- Trzymaj baterie w miejscu niedostępnym dla dzieci. Bateria **nie mogą być** używane do zabawy.
- Nie otwieraj baterii siłą.
- Unikaj kontaktu z metalowymi przedmiotami (pierścienie, gwoździe, śruby itd.). Grozi to **zwarciami!**
- Zwarcie może spowodować silne nagrzewanie się baterii a nawet zapalenie się. W konsekwencji może dojść do oparzeń.
- Ze względu na bezpieczeństwo pod czas transportu bieguny powinny być osłonięte taśmą samoprzylepną.
- W razie wycieku elektrolitu z baterii, nie wetrzaj go w oczy ani śluzówki. W razie kontaktu umyć ręce wodą, oczy przepłukać czystą wodą, a w razie utrzymujących się dolegliwości skontaktować się z lekarzem.

### Czyszczenie

#### Uwaga:

- ▶ Proszę nie zanurzać wagi w wodzie, mogłoby to spowodować uszkodzenia elektroniki.
- ▶ Nie używaj szczotki drucianej ani innych podobnych przedmiotów.
- ▶ Nie używaj ostrych lub ściemych środków czyszczących.

- Urządzenie proszę czyścić przy pomocy lekko wilgotnej nie mokrej ściereczki. Proszę uważać, aby do środka urządzenia nie dostała się wilgoć, ewent. woda!
- Najlepszym środkiem czyszczącym jest dostępny w handlu płyn do zmywania naczyń lub delikatne mydło.
- Po zakończeniu czyszczenia proszę osuszyć urządzenie suchą, miękką ściereczką.

## Techniczne specyfikacje

Model: .....PW 4923  
 Napięcie zasilające: .....3V CR 2032  
 Min. / maks. ciężar wsadu: .....2,5 kg (5,5 lb) / 150 kg (330,7 lb)  
 Masa netto: ..... 1,8 kg

Zastrzega się prawo do zmian technicznych!

Niniejsze urządzenie odpowiada wymaganiom normy bezpieczeństwa użytkowania oraz spełnia wymagania dyrektywy niskonapięciowej i kompatybilności elektromagnetycznej.

## OGÓLNE WARUNKI GWARANCJI

Producent / Dystrybutor udziela 24 miesięcy gwarancji na zakupione urządzenie. Okres gwarancji liczony jest od daty zakupu urządzenia.

W tym okresie uszkodzone urządzenie będzie bezpłatnie wymienione na wolne od wad. W przypadku, gdy wymiana będzie niemożliwa do zrealizowania, Nabywca otrzyma zwrot ceny zakupu urządzenia.

Za uszkodzone urządzenie uważa się takie, które nie spełnia funkcji określonych w instrukcji obsługi, a przyczyną takiego stanu jest wewnętrzna wada fabryczna lub materiałowa.

Gwarancją nie są objęte uszkodzenia mechaniczne, chemiczne, termiczne, powstałe w wyniku działania sił zewnętrznych (np. przepięcie w sieci energetycznej czy wylądowania atmosferyczne), jak również wady powstałe w wyniku obsługi niezgodnej z instrukcją obsługi urządzenia.

Nabywcy przysługuje prawo do wymiany urządzenia na wolne od wad lub, jeśli wymiana jest niemożliwa, zwrotu gotówki tylko po dostarczeniu do punktu zakupu kompletnego urządzenia z oryginalnymi akcesoriami, instrukcją obsługi i w oryginalnym opakowaniu wraz z dowodem zakupu i prawidłowo wypełnioną kartą gwarancyjną (pieczętka sklepu, data sprzedaży urządzenia).

Gwarancja oraz zawarte w niej warunki obowiązują na terenie Rzeczypospolitej Polskiej.

Niniejsza gwarancja nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawieszają uprawnień Nabywcy wynikających z przepisów Ustawy z dnia 27 lipca 2002 r. o szczególnych warunkach sprzedaży konsumenckiej oraz o zmianie kodeksu cywilnego (Dz. U. z 2002 r. Nr 141, poz. 1176).



## Znaczenie symbolu „Pojemnik na śmieci“

Proszę oszczędzać nasze środowisko, sprzęt elektryczny nie należy do śmieci domowych.

Proszę korzystać z punktów zbiorczych, przewidzianych do zdawania sprzętu elektrycznego, i tam proszę oddawać sprzęt elektryczny, którego już nie będą Państwo używać.

Tym sposobem pomagają Państwo unikać potencjalnych następstw niewłaściwego usuwania odpadów, mających wpływ na środowisko i zdrowie ludzi.

Tą drogą przyczyniają się Państwo do ponownego użycia, do recyklingu i do innych form wykorzystania starego sprzętu elektrycznego i elektronicznego.

Informacje, gdzie można zdać sprzęt, otrzymają Państwo w swoich urzędach komunalnych lub w administracji gminy.

## Általános biztonsági rendszabályok

A készülék használatba vétele előtt gondosan olvassa végig a használati utasítást, és őrizze meg a garancialevéllel, a pénztári nyugtával és lehetőleg a csomagolókartonnal, ill. az abban lévő beléslanyaggal együtt! Amennyiben a készüléket harmadik személynek adja tovább, a használati útmutatót is adja a készülékhez.

- Kizárólag személyi célra használja a készüléket, és csupán arra, amire való! A készülék nem ipari jellegű használatra készült. Ne használja a szabadban! Ne tegye ki erős hőhatásnak, közvetlen napsugárzásnak és nedvességnek (semmi esetre se mártsa folyadékba), és óvja az éles széléktől!
- A kockázatok elkerülése végett ne maga javítsa a készüléket, hanem keressen fel egy erre kiképzett szakembert!
- Tartsa be az itt következő „Speciális biztonsági rendszabályokat”.

### Gyerekek

- Gyermekai biztonsága érdekében ne hagyja általuk elérhető helyen a csomagolóelemeket (műanyag zacskó, karton, sztiropor stb.)!

#### Figyelmeztetés!

Kisgyermekeket ne engedjen a fóliával játszani. **Fulladás veszélye állhat fenn!**

- Gyermekeket nem szabad felügyelet nélkül hagyni, nehogy játszanak a készülékkel.

### A használati útmutatóban található szimbólumok

Az Ön biztonságára vonatkozó utasítások kifejezetten meg vannak különböztetve. Kérjük, mindenképpen ügyeljen ezekre annak érdekében, hogy elkerülje a baleseteket és a készülék károsodását:

#### Figyelmeztetés:

Egészségét károsító veszélyforrásokra figyelmeztet és rámutat a lehetséges sérülési lehetőségekre.

#### Vigyázat:

Lehetőséges veszélyre utal, mely a készülékben vagy más tárgyokban kárt tehet.

#### Megjegyzés:

Tippeket és információkat emel ki.

## Speciális biztonsági útmutatások a készülék számára

#### Figyelmeztetés:

Ha az üvegfelület nedves vagy vízcseppek vannak rajta, először törölje le vagy törölje szárazra, mert **csúszásveszély áll fenn.**







#### Vigyázat:

- ▶ Óvatosan használja a mérleget, hiszen mérőműszer. Ne ejtse le, és ne ugorjon rá.
- ▶ 150 kg-nál (330,7 lb) nagyobb súlyal ne terhelje a készüléket a károsodás elkerülése végett.

- Ha a mérleget átteszi valahova, vagy nem használja, csak vízszintes helyzetben tárolja.
- A testsírelemző mérleg nem megfelelő a következő személyeknek:
  - 10 év alatti gyerekek és 80 év feletti felnőttek
  - Lázal, ödémával vagy oszteoporózissal küzdő személyek
  - Dialízis alatt álló személyek
  - Szívritmus-szabályozót viselő személyek
  - Szív- és érrendszeri gyógyszereket szedő személyek
  - Terhes nők
  - Atléták, akik 5 óránál hosszabb intenzív atlétikai edzést végeznek
  - A 60 szívverés/perc alatti pulzussal rendelkező személyek

## A kezelőszervek elhelyezkedése

- 1 Kijelző
- 2 Bekapcsológomb ON
- 3 SET gomb
- 4 UP gomb
- 5 DOWN gomb
- 6 Érintkezési felületek

Kijelzett szimbólum	Jelentés
kg (lb)	Testsúly
USER	Felhasználó memóriahelye
	Férfi
	Nő
Age	Életkor
cm (Ft:in)	Testmagasság
	Testsúly kijelzés
	Testvíz kijelzés
	Izomtömeg kijelzés
	Csonttömeg kijelzés
%	Százalékarány – testsúly / testvíz / izomtömeg / csonttömeg

## Információk a testzsírmérésről

### ⚠ Vigyázat!

Szívritmus-szabályozót vagy más elektromos részeket tartalmazó orvosi implantátumot viselő személyeknek nem javasolt a mérleg használata. Az implantátum áramforrásának kimenete károsodhat, ami meghibásodást eredményezhet.

### 📌 Megjegyzés:

A készülék csak akkor működik megfelelően, ha csupasz, száraz lábbal áll az érintkezési felületekre!

A készülék működési elve a test elektromos ellenállásának mérésén alapul. Az aktuális testadatok meghatározásához a készülék egy gyenge, érzékelhetetlen elektromos jelet küld át a testen.

A jel általában biztonságos! Ugyanakkor olvassa el a speciális biztonsági utasításokat!

A mérési módszer összefoglaló neve a „bioelektromos ellenálláselemzés” (BIA), egy olyan mennyiség, ami a testsúly és a hozzá tartozó testvíz arányán alapul, valamint a más biológiai adatokkal (életkor, nem, testsúly) is összefügg.

Vannak olyan nehéz személyek, akiknél kiegyensúlyozott a zsír és az izomtömeg aránya, és vannak láthatóan sovány személyek is szignifikáns testzsír értékekkel. A zsír egy olyan faktor, ami nagy terhet jelent a szervezetnek, különösen a szív- és érrendszernek. Ezért a két mennyiség (zsír és súly) kontrollálása előfeltétele az egészséges és fitt szervezetnek.

### Testzsír

A testzsír egy fontos összetevője a testnek. A zsír az ízületek védelmétől kezdve a vitamintároló funkcion át a testhőmérséklet szabályozásáig létfontosságú szerepet játszik a testben. Ezért nem az a cél, hogy radikálisan csökkenjen a testzsír mennyisége, hanem az egészséges egyensúly elérése és fenntartása az izom és a zsír között.

### A víz fontossága az egészség szempontjából

Az emberi test körülbelül ötvenöt-hatvan százalékáa víz, a kortól és a nemtől függően.

A víz számos feladatot lát el a testben:

- A sejtek építőanyaga. Ez azt jelenti, hogy a test összes sejtje, legyen az bőrsejt, mirigysejt, izomsejt, idegsejt vagy más sejt, csak akkor működnek megfelelően, ha elegendő vizet tartalmaznak.
- Fontos anyagok oldószere a testben.
- Ez azt jelenti, hogy szerepet játszik a tápanyagok, a test anyagai és a metabolikus termékek szállításában a testben.

A fittségi profil referenciaértékei az értékelési táblázatban láthatók. Ez a testzsír-adatokat mutatja az életkor és a nem függvényében. Mindig ügyeljen teste vízegyensúlyára, ami – a zsírszinthez hasonlóan –, erősen ingadozik a nap folyamán. Ezért az adatok összevethetősége érdekében naponta mindig ugyanabban az időben mérje meg az értékeket.

A testzsír és víz kiszámított értékei csak tájékoztató jellegűnek tekinthetők. Azok használata orvosi célokra nem javasolt. Mindig konzultáljon orvosával, ha valamilyen kérdése van a normális testsúly elérését célzó orvosi kezeléssel vagy diétával kapcsolatban.

### Műszaki jellemzők

Memória kapacitása:	10
Súlybeállítás:	100 - 220 cm (3'03" – 7'03" Ft.in)
Életkor:	10 - 80 év
Minimális súly:	2,5 kg-tól (5,5 lb)
Maximális súly:	150 kg (330,7 lb)
Súlymérési egység:	100 g-os lépésközökkel
Testzsír mérési egység:	0,1 %
Testzsír mérési tartomány:	5,0 % - 50,0 %
Testvíz mérési tartomány:	35,0 % - 85,0 %
Izomtömeg mérési tartomány:	10,0 % - 50,0 %

### Testzsír-mennyiség százalékos útmutató (közelítő értékek)

Kor AGE (évek)	Nők				Férfiak			
	Sovány UNDER FAT	Egészséges HEALTHY	Túlsúlyos OVER FAT	Elhízott OBESE	Sovány UNDER FAT	Egészséges HEALTHY	Túlsúlyos OVER FAT	Elhízott OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**i Megjegyzés:**

A testszír jelentős változásai miatt nehéz standard értéket megadni. Általában az optimális mérési idő este 6 és 8 óra között van, mert ebben az időszakban a testszír alig változik.

## Üzembehelyezés

### Elemtartó rekesz (a mérleg hátlapja)

**i Megjegyzés:**

Az elemrekeszben található elemek a szállítás idejére fóliába lettek csomagolva. Ez meghosszabbítja az elemek élettartamát.

Az első használat előtt ezt a fóliát el kell távolítani, hogy a mérleg üzemkész állapotba kerüljön.

## Használat

### Mérési funkció

- Helyezze a mérleget egy szilárd, lapos felületre (kerülje a szőnyeget). Az egyenetlen felület helytelen mérést eredményez.
- A mérleg hátulján, az elemtartó mellett egy kapcsoló található. Válassza ki a mérési egységeket a „kg” és a „lb” (font) között.
- Kapcsolja be a mérleget az ON gomb megnyomásával.
- A mérleg és a kijelző egy öntesztelést (8888) végez. Röviddel ezután a „0,0” (kg) (0,0 lb) számok jelennek meg.
- Álljon mindkét lábával a készülék érintkezési felületeire (6). Ossa el egyformán a súlyát, és várjon, amíg a mérleg meghatározza a súlyát.
- A kijelzőn a számok villogni fognak, mielőtt megjelenne a pontos súly.
- Az elemek élettartamának meghosszabbítása érdekében a készülék 10 másodperc elteltével automatikusan kikapcsol, amint lelép a mérlegről.

### A személyes adatok megadása

**i Megjegyzés:**

- ▶ A mérleg alapértelmezett értékekkel rendelkezik, amelyeket a lent bemutatott módon változtathat meg.
- ▶ A következő lépéseket egymás után, néhány másodpercen belül el kell végeznie; máskülönben a készülék automatikusan megszakítja a programozási módot!

- Kapcsolja be a mérleget az ON gomb megnyomásával.
- Mindig várja meg, amíg a kijelzőn megjelennek a 0,0 kg (0,0 lb) számok.
- Nyomja meg a SET gombot. A memóriahely villogni kezd a kijelzőn. Erősítse meg a beállítást a SET gomb megnyomásával, vagy válasszon más memóriahelyet az UP / DOWN

gombokkal. Ezután nyomja meg a SET gombot a következő beállításra ugráshoz.

- A „férfi” vagy a „női” szimbólum kezd villogni. Erősítse meg a beállítást a SET gomb megnyomásával, vagy használja a DOWN gombot a nemének megfelelő szimbólum kiválasztásához. Ezután nyomja meg a SET gombot a következő beállításra ugráshoz.
- Az AGE beállítás kezd villogni. Válassza ki az életkorát az UP vagy DOWN gombokkal. Az egyik gombot lenyomva tartva felgyorsíthatja a műveletet. Erősítse meg a bevittelt a SET gomb megnyomásával.
- A magasság-beállítás kezd villogni. Válassza ki a magasságát az UP vagy DOWN gombokkal. Az egyik gombot lenyomva tartva felgyorsíthatja a műveletet. Erősítse meg a bevittelt a SET gomb megnyomásával.

Megerősítésként újra látni fogja a memóriahelyhez megadott összes beállítást.

Amikor a 0,0 kg (0,0 lb) számok megjelennek a kijelzőn, akkor a következőket teheti:

- Nyomja meg a SET gombot a kiválasztott beállítások újbóli megtekintéséhez.
- Jelöljön ki további memóriahelyeket. Összesen 10 memóriahely érhető el. Nyomja meg a SET gombot, és változtassa meg a helyet az UP vagy DOWN gomb megnyomásával. A fent leírtak szerint haladjon tovább.
- Végezze el a módosításokat az adott memóriahely kiválasztásával a SET gomb megnyomva (a kijelző villogni fog). A fent leírtak szerint haladjon tovább.
- Azonnal elkezdheti a mérést.

### A súly, testszír és testvíz százalékarányának meghatározása

Rögzítse a személyes adatait a memóriába.

**i Megjegyzés:**

- ▶ A készülék csak akkor működik megfelelően, ha csupasz, száraz lábbal áll a készülékre!
- ▶ Szükség esetén az eredmények javításához törölje le az érintkezési felületeket.

- Kapcsolja be a mérleget az ON gomb megnyomásával.
- Mindig várja meg, amíg a kijelzőn megjelennek a 0,0 kg (0,0 lb) számok.
- Nyomja meg a SET gombot. A memóriahely villogni fog a kijelzőn. Az UP / DOWN gomb megnyomásával válassza ki a memóriahelyet, ahová az adatait elmentette. Várjon, amíg a memóriahely villogása abbamarad. A mentett értékek egymás után megjelennek.
- Ha a kijelző megáll a 0,0 kg (0,0 lb) értéken, álljon mindkét lábával a mérleg érintkezési felületeire (6).
- Először a súly fog megjelenni a kijelzőn. Ezután elkezdődik az elemzés. Maradjon a mérlegen állva a folyamat során.



- Néhány másodperc elteltével a következő információt fogja látni a kijelzőn
  - A testszír százalékát (☹ szimbólum)
  - A testvíz százalékát (👤 szimbólum)
  - Az izomtömeg százalékát (👤 szimbólum)
  - A csonttömeg százalékát (👤 szimbólum).
- Miközben a testszírszázalék (☹) látható a kijelzőn, az alábbi becült érték egyike is megjelenik. Ez arról tájékoztatja, hogy melyik tartományban/divízióban van Ön.
  - UNDERFAT (Sovány)
  - HEALTHY (Egészséges)
  - OVERFAT (Túlsúlyos)
  - OBESE (Elhízott)
- Ezután egymás után, ismétlődve megjelennek a meghatározott adatok. Ezután a mérleg automatikusan kikapcsol.

### Használati tippek

- Ruha vagy cipő nélkül mérje magát, étkezés előtt és naponta mindig ugyanakkor.
- Ha kétszer méri meg magát és két különböző eredményt kap, a súlya a két érték között van.

### A kijelző hibaüzenetei

#### **Megjegyzés:**

Ha hibaüzenet jelenik meg a kijelzőn, várjon, amíg a készülék kikapcsol. Kapcsolja be újra a művelet újraindításához. Ha a hibakijelzés nem szűnik meg, akkor 10 másodpercre vegye ki az elemeket az elemtartóból.

Kijelzett szimbólum	Jelentés
8888	Önellenőrzés (bekapcsolással), a digitális kijelző megfelelő működéséhez.
oooo	A mérés elemzése folyik.
----	- A mérleg rosszul van elhelyezve. - Nem meztől áll a mérlegen.
LO	Lemerült az elem
ErrH	A kiszámított testszír százalék meghaladja a mérési tartomány maximális határértékét.
Errl	A kiszámított testszír százalék nem éri el a mérési tartomány minimális határértékét.
EEEE	A súly meghaladja a megengedett maximumot.

### Elemcsere

Az elem tartós lítiumelem. Ha a használat során a gyenge elemfeszültséget jelző „LO” jelentés jelenik meg a display-n, a következőképpen járjon el:

- Nyissa ki a mérleg hátlapján található elemtartó rekeszt!

- Azonos típusú CR 2032-os elemekre cserélje a kimerült elemeket. Ügyeljen a helyes polarításra (Tudnivalók erre vonatkozólag az elemtartón).
- Csukja vissza a rekesz fedelét!
- Vegye ki az elemeket, ha hosszabb ideig nem használja a mérleget.

#### **Vigyázat:**

A használt elem nem a háztartási szemétkébe való! Adja le a használt elemeket az illetékes gyűjtőhelyen vagy a kereskedőnél!

#### **Figyelmeztetés:**

- Ne tegye ki az elemeket nagy hőnek vagy közvetlen napsugárzásnak. Soha ne dobjon elemeket a tűzbe!
- Robbanásveszélyes!**
- Tartsa távol a gyerekeket az elemtől. Az elem **nem** játékszer!
- Ne próbáljon erőszakkal elemet felnyitni.
- Kerülje a fémtartalmú tárgyakkal való érintkezést. (gyűrű, szeg, csavar, stb.) **Rövidzárlat veszélye** állhat fenn!
- Az elem rövidzárlat következtében erősen felhevülhet vagy esetleg még meg is gyulladhat. Égési sérüléseket okozhat.
- Saját biztonsága érdekében szállításkor az elem pólusait ragasztócsikkal kellene letakarni.
- Ha kifolyik az elem, a folyadékot ne dörzsölje szembe vagy nyálkahártyára. Ha hozzáért, mossa meg a kezét, szemét öblítse le hideg vízzel és forduljon orvoshoz, ha panaszai nem múlnak el.

### Tisztítás

#### **Vigyázat:**

- Ne tegye a mérleget vízbe, ezzel tönkretelheti a benne lévő elektronikát.
- Ne használjon drótkéfé vagy más súroló hatású tárgyat.
- Ne használjon agresszív vagy súroló hatású tisztítószert.
- A mérleget enyhén nedves, de nem vizes ruhával tisztítsa! Ügyeljen rá, hogy ne jusson bele nedvesség, ill. folyadék!
- Adalékként használhat a kereskedelemben kapható mosogatószeret vagy egyszerű szappant.
- Tisztítás után gondosan törölje meg a készüléket száraz, puha ruhával!

### Műszaki adatok

Modell: .....PW 4923  
Feszültségellátás zasilajáca: .....3V CR 2032  
Min. / Max. súlyterhelhetőség: .....2,5 kg (5,5 lb) / 150 kg (330,7 lb)  
Nettó súly: .....1,8 kg

Megjegyezzük az esetleges műszaki változásokat!



Ezt a készüléket az Európa Tanács minden vonatkozó aktuális irányelve szerint (pl. elektromágnesesség-elviselő képesség vagy kifeszültség-elviselő képesség) ellenőriztük, és a legújabb biztonságtechnikai előírások szerint készült.



## A „kuka“ piktogram jelentése

---

Kímélje környezetünket, az elektromos készülékek nem a háztartási szemétbe valók!

Használja az elektromos készülékek ártalmatlanítására kijelölt gyűjtőhelyeket, ott adja le azokat az elektromos készülékeit, amelyeket többé már nem kíván használni!

Ezzel segítséget nyújt ahhoz, hogy elkerülhetők legyenek azok a hatások, amelyeket a helytelen „szemétre“ dobás gyakorolhat a környezetre és az emberi egészségre.

Ezzel hozzájárul az újrahasznosításhoz, a recyclinghoz és a kiöregedett elektromos és elektronikus készülékek értékesítésének egyéb formáihoz.

Az önkormányzatoknál vagy a polgármesteri hivatalokban tájékoztatást kaphat arról, hogy hova viheti a kiselejtezett készülékeket.

## Загальні вказівки щодо безпеки

Перед прийняттям в експлуатацію цього приладу дуже уважно читайте інструкцію з експлуатації та зберігайте її разом з гарантійним талоном, касовим чеком та, по мірі можливості, з картонною коробкою і внутрішньою упаковкою. У разі, що прилад буде передано третім особам, слід передавати його разом з цією інструкцією з експлуатації.

- Використайте прилад виключно в приватних цілях та за передбаченим призначенням. Прилад не призначено для промислового використання. Не використовуйте його на вулиці. Обережіть його від спеки, прямого сонячного опромінювання, вологи (в жодному разі не опускайте у рідину) та гострих кутів.
- Не ремонтуйте прилад самі, але зверніться до авторизованого фахівця.
- Зверніть увагу на наступні "Спеціальні вказівки щодо безпеки".

### Діти

- Для безпеки своїх дітей не залишайте доступними пакувальні матеріали (пластикові пакети, картонні коробки, пенопласт тощо).

#### **Попередження!**

Не дозволяйте малим дітям гратись із пливковою. Існує загроза **задухи!**

- Дітям не дозволено гратись з цим приладом. Потрібен догляд за ними.

### Символи в цій інструкції з експлуатації

Важливі вказівки для Вашої безпеки спеціально відмічені. Для запобігання нещасних випадків та пошкоджень приладу обов'язково притримуйтесь цих вказівок.

#### **Попередження:**

Попереджує про загрози для Вашого здоров'я та вказує на можливі ризики травм.

#### **Увага:**

Вказує на можливі загрози для приладу або інших предметів.

#### **Примітка:**

Виділяє підказки та інформацію для Вас.

## Спеціальна інструкція з техніки безпеки для цього приладу

#### **Попередження:**

Якщо поверхня скла є вологою або на ній є краплі води, то спочатку слід витерти її досуха, щоб уникнути **небезпечу підсковзання**.






#### **Увага:**

- ▶ Просимо Вас поводитися з вагами обережно, тому що вони є інструментом для вимірювання. Ваги не мають падати з висоти, Вам не слід плигати на їх поверхню.
- ▶ Не навантажуйте ваги більш ніж 150 кг (330,7 фунтів), щоб уникнути пошкоджень на приладі.

- Якщо ваги переносяться на інше місце або вони не використовуються тривалий час, їх слід тримати в горизонтальному положенні.
- Функція аналізу жиру не підходить для:
  - дітей, віком до 10 років, і дорослих, старших 80 років
  - осіб із симптомами гарячки, набряків або остеопорозу
  - осіб, які лікуються діалізом
  - осіб, які використовують кардіостимулятор
  - осіб, які приймають ліки для серцево-судинної системи
  - вагітних жінок
  - спортсменів, які інтенсивно тренуються понад 5 годин на день
  - осіб, у яких пульс становить нижче 60 ударів на хвилину

## Розташування органів керування

- 1 Дисплей
- 2 Кнопка живлення ON
- 3 Кнопка SET
- 4 Кнопка UP
- 5 Кнопка DOWN
- 6 Контактна поверхня

Відображувані символи	Значення
<b>kg (lb)</b>	Вага тіла
<b>USER</b>	Пам'ять користувача
	Чоловік
	Жінка
<b>Age</b>	Вік
<b>cm (Ft.in)</b>	Зріст
	Відображення вмісту жиру в тілі
	Відображення вмісту води в тілі
	Відображення м'язової маси
	Відображення кісткової маси
<b>%</b>	Відсоток вмісту жиру в тілі / води в тілі / м'язової маси / кісткової маси

## Інформація щодо вимірювання вмісту жиру в тілі

### ⚠ Увага:

Не рекомендуємо використовувати ці ваги особам, які користуються кардіостимулятором або іншими медичними імплантатами. Адже ваги можуть створювати перешкоди для вихідної потужності пристрою і, таким чином, пошкодити імплантат.

### 📌 Примітка:

Прилад буде працювати належним чином тільки тоді, якщо на контактну поверхню стати босими сухими ногами!

Основний принцип роботи цього приладу полягає у вимірюванні електричного опору тіла людини. Для того, щоб отримати фактичні дані про тіло, прилад проводить слабкі, непомітні електричні сигнали крізь нього.

Сигнал загалом безпечний! Однак прочитайте спеціальні інструкції з техніки безпеки для нього!

Вищенаведений метод вимірювання називається "аналізом біоелектричного опору" (BIA – Bioelectric Impedance Analysis), це фактор, що базується на відношенні ваги тіла і пов'язаному відсотку води, а також інших біологічних даних (віку, статі, ваги тіла).

Існують важкі люди з добре збалансованим співвідношенням вмісту жиру і м'язової маси, та особи, на вигляд стрункі, зі значним вмістом жиру в тілі. Жир це фактор, що є серйозною проблемою для тіла, особливо для серцево-судинної системи. Тому, контроль двох значень (вмісту жиру і ваги) є передумовою для здоров'я і доброго фізичного стану.

### Вміст жиру в тілі

Жир – це важливий компонент тіла. Жир відіграє життєво необхідну роль для тіла від захисту суглобів, як місце зберігання вітамінів, до регулювання температури тіла. Таким чином, метою є не радикальне зменшення пропорції жиру в тілі, а досягнення і підтримання здорового балансу між м'язами і жиром.

### Важливість води для здоров'я

Приблизно на п'ятдесят п'ять-шістдесят відсотків людське тіло складається з води, величина варіюється залежно від віку і статі людини.

Вода повинна виконувати кілька завдань для тіла:

- це будівельні блоки ваших клітин; це означає, що всі клітини тіла, незалежно від того, чи це клітини шкіри, залоз, м'язів, мозку чи інші, функціонують тільки тоді, якщо містять достатньо води;
- це розчинник для важливих речовин у тілі;
- вода слугує транспортним засобом для поживних речовин, власних речовин тіла і продуктів обміну речовин.

Довідкові значення нормального фізичного стану наведені в контрольній таблиці. У ній відображено співвідношення даних про вміст жиру в тілі, віку і статі. Завжди звертайте увагу на баланс води в тілі, оскільки він, так само як і рівень жиру, суттєво змінюється протягом дня. Тому, для отримання належного результату завжди проводьте вимірювання в один і той самий час дня.

Виміряні результати вмісту жиру і рівня води слід використовувати виключно як довідкову інформацію. Їх не рекомендовано використовувати в медичних цілях. Якщо у вас виникли запитання щодо медичного лікування або дієти для досягнення нормальної ваги тіла, завжди консьлтуйтеся з лікарем.

### Технічні характеристики

Об'єм пам'яті:	10
Вимірюваний зріст:	від 100 до 220 см (3,03 – 7,03 фути; дюйми)
Вік:	від 10 до 80 років
Мінімальна вага:	від 2,5 кг (5,5 фунта)
Максимальна вага:	150 кг (330,7 фунта)
Вимірювання ваги:	крок 100 г
Вимірювання вмісту жиру в тілі:	0,1 %
Діапазон вимірювання вмісту жиру в тілі:	5,0 % - 50,0 %
Діапазон вимірювання вмісту води в тілі:	35,0 % - 85,0 %
Діапазон вимірювання м'язової маси:	10,0 % - 50,0 %

### Рекомендований вміст жиру в тілі у відсотках (приблизні значення)

Змінна AGE (років)	Жінки				Чоловіки			
	Низька вага UNDER FAT	Нормальна HEALTHY	Надмірна вага OVER FAT	Ожиріння OBESE	Низька вага UNDER FAT	Нормальна HEALTHY	Надмірна вага OVER FAT	Ожиріння OBESE
10-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-23%	23-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
61-80	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

**Примітка:**

Через значне коливання вмісту жиру в тілі важко досягти стандартного значення. Середній оптимальний час для перевірки: від 6 до 8 вечора; оскільки в цей час вміст жиру в тілі залишається досить стабільним.

## Ввід в експлуатацію

### Відділок для батарейок (Зворотна сторона)

**Примітка:**

Батарейка у відділку для батарейок була захищена плівкою для безпечного транспортування. Цей захід продовжує термін експлуатації батарейки.

Перед першим застосуванням видаліть цю плівку, щоб привести ваги в готовність для експлуатації.

## Використання приладу

### Функція зважування

- Встановіть ваги на твердій рівній поверхні (не ставте на килим). Нерівна поверхня може призвести до неточного вимірювання.
- На задній панелі ваг, поблизу відсіку для батарей є перемикач. Виберіть систему вимірювання "kg" (кг) або "lb" (фунти).
- За допомогою кнопки ON увімкніть ваги.
- Ваги і дисплей виконують перевірку (8888). Через деякий час з'являться цифри "0,0" (kg) (0,0 lb).
- Станьте обома ногами на контактну поверхню (6) приладу. Рівномірно розподіліть вагу і зачекайте, допоки ваги не її визначать.
- Цифри на дисплеї будуть блимати до того часу, поки не відобразиться точна вага.
- Для заощадження ресурсу батарей прилад вимкнеться через 10 секунд після того, як ви зійдете з ваг.

### Програмування ваших особистих даних

**Примітка:**

- ▶ На вагах встановлено значення за замовчуванням, які можна змінити у наведений нижче спосіб.
- ▶ Викладені далі кроки слід виконати по порядку і протягом кількох секунд; інакше прилад автоматично скасує режим програмування!

- За допомогою кнопки ON увімкніть ваги.
- Завжди чекайте, поки на дисплеї не з'являться цифри 0,0 kg (0,0 lb).
- Натисніть кнопку SET. На дисплеї буде блимати налаштування пам'яті. Щоб підтвердити налаштування, натисніть кнопку SET, або виберіть інше налаштування за допомогою кнопки UP / DOWN. Щоб перейти до іншого параметра, натисніть кнопку SET.

- Буде блимати символ налаштування "чоловік" або "жінка". Натисніть кнопку SET, щоб вибрати налаштування, або за допомогою кнопки DOWN виберіть символ своєї статі. Щоб перейти до іншого параметра, натисніть кнопку SET.
- Буде блимати налаштування AGE. Виберіть свій вік за допомогою кнопок UP або DOWN. Якщо одну із кнопок натиснути та утримувати, це прискорить процес. Для підтвердження введеного натисніть кнопку SET.
- Почне блимати налаштування вашого зросту. Виберіть свій зріст за допомогою кнопок UP або DOWN. Якщо одну із кнопок натиснути та утримувати, це прискорить процес. Для підтвердження введеного натисніть кнопку SET.

На підтвердження ви можете знову переглянути введені налаштування в пам'яті.

Коли цифри 0,0 kg (0,0 lb) відобразяться на дисплеї, можна виконати такі дії.

- Натиснути кнопку SET для повторного відображення вибраних налаштувань.
- Далі розподілити пам'ять. Загалом доступно 10 пунктів пам'яті. Натиснути кнопку SET і змінити введене в пам'ять за допомогою кнопок UP або DOWN. Додатково виконати описане вище.
- Внести зміни, вибравши певний пункт пам'яті, і натиснути кнопку SET (дисплей почне блимати). Додатково виконати описане вище.
- Відразу розпочати процес вимірювання.






### Визначення ваги, вмісту жиру і води в тілі

Збереження ваших даних у пам'яті.

**Примітка:**

- ▶ Прилад буде працювати належним чином тільки тоді, якщо на нього стати босими сухими ногами!
- ▶ Якщо потрібно, для кращого результату протріть контактну поверхню.

- За допомогою кнопки ON увімкніть ваги.
- Завжди чекайте, поки на дисплеї не з'являться цифри 0,0 kg (0,0 lb).
- Натисніть кнопку SET. На дисплеї буде блимати налаштування пам'яті. За допомогою кнопок UP / DOWN виберіть налаштування пам'яті, куди потрібно зберегти дані. Зачекайте, допоки налаштування пам'яті не перестане блимати. Збережені значення будуть відображатися одне за одним.
- Коли на дисплеї зупиняться цифри 0,0 kg (0,0 lb), станьте обома ногами на контактну поверхню (6) ваг.
- Спершу на дисплеї відобразиться ваша вага. Після цього розпочнеться аналіз. Під час цього процесу продовжуйте залишатися на вагах.
- Через кілька секунд на дисплеї з'явиться подана далі інформація

- Відсоток вмісту жиру в тілі (символ )
- Відсоток вмісту води в тілі (символ )
- Відсоток м'язової маси (символ )
- Відсоток кісткової маси (символ )
- Поки відобразатиметься відсоток вмісту жиру в тілі,  на дисплеї внизу відобразиться значення бажаного вмісту жиру. Це миттєво проінформує вас в яких межах / пропорціях ви перебуваєте.
  - UNDERFAT (недостатня вага)
  - HEALTHY (здорові)
  - OVERFAT (надмірна вага)
  - OBESE (ожиріння)
- Після цього встановлені дані буде відображено повторно. Тоді ваги вимкнуться автоматично.

**Поради щодо використання**

- Важтесь без одягу і взуття перед їжею, завжди в один і той самий час дня.
- Якщо ви важитесь двічі і отримуєте два різні результати, значення вашої ваги знаходиться між цими двома значеннями.

**Відображення повідомлень про помилку**

**Примітка:**

Якщо на дисплеї з'явиться повідомлення про помилку, зачекайте доки прилад не вимкнеться. Увімкніть його знову і ще раз повторіть операцію. Якщо повідомлення про помилку не зникне, вийміть батареї з відсіку для батарей на 10 секунд.

Відображувані символи	Значення
8888	Самоконтроль (перемикання живлення) для перевірки належної роботи дисплея.
0000	Виконується аналіз.
----	- Ваги встановлені не належним чином. - Ви не стоїте босоніж на вагах.
LO	Слабкий заряд батарей
ErrH	Вимірний відсоток жиру в тілі перевищує максимально можливе значення.
Errl	Вимірний відсоток жиру в тілі є меншим за мінімальне можливе значення.
EEEE	Вага перевищує дозволений максимум.

**Заміна батарейки**

У приладі використовується літєва батарейка, що має дуже довгий строк експлуатації. Якщо у ході експлуатації на дисплеї появиться індикація "LO" для низького рівню міцності батарейки, зробіть наступні кроки:

- Відкрийте відділок для батарейок на зворотній стороні ваг.
- Замініть батарейку на таку, що відповідає типу "CR 2032". Коли Ви ставите батарейку на місце, зверніть увагу на правильну полярність (вказівки для цього є на поверхні відділку для батарейки).
- Закрийте кришку відділку для батарейки.
- Видаліть батарейку із відділку, якщо Ви не користуватиметесь вагами довгий строк.

**Увага:**

Батарейки не слід викидати в звичайне домашнє сміття. Просимо Вас здавати батарейки на спеціальних пунктах збору або повертати них у той магазин, де Ви купили прилад.

**Попередження:**

- Не піддавайте батарейки впливу високої температури або прямим сонячним промінням. Ніколи не викидайте батарейку в огонь. Існує небезпека **випуху!**
- Не давайте батарейки дітям. Батарейки **не є іграшками!**
- Не відкривайте батарейки за допомогою сили.
- Не кладіть батарейки поряд із металевими предметами (кільцями, цвяхами, гвинтами та іншим) Може трапитися **коротке замикання!**
- Внаслідок короткого замикання батарейки можуть сильно розігрітись або загорітись. Наслідком цього можуть стати опіки і пожежа.
- Для забезпечення Вашої безпеки слід заклеювати полуси батарейки плівкою під час транспортування.
- Якщо із батарейки витік її зміст, то ця рідина дуже небезпечна для очей і слизових оболонок – уникайте контакту для їх захисту. Якщо контакту уникнути не вдалося, то слід ретельно вимити руки, промити очі великою кількістю чистої води, а якщо проблеми залишаються тривалий час, то слід звернутися за допомогою до лікаря.

**Очищення**

**Увага:**

- ▶ Не зануряйте ваги у воду, це може пошкодити електроніку.
- ▶ Не використовуйте для очищення дротяні щітки або інші абразивні прилади.
- ▶ Не застосовуйте їдкі або абразивні засоби для очищення.

- Очищуйте прилад злегка вологою, не мокрою ганчіркою. Звертайте увагу на те, щоб в прилад не потрапила волога або рідина!
- Для очищення можна застосовувати засоби для миття посуду або звичайне мило.
- Протріть прилад після очищення сухою і м'якою ганчіркою.

## Технічні характеристики

---

Модель: .....PW 4923

Подання живлення: .....3 В CR 2032

мін. /макс. навантаження: .....2,5 кг (5,5 фунта) /  
150 кг (330,7 фунта)

Вага нетто: ..... 1,8 кг

Залишасмо за собою право на технічні зміни!

Цей прилад було перевірено згідно всіх відповідних, актуальних директив СЕ, наприклад щодо електромагнітної сумісності та низьковольтної директиви, та збудовано з новітніми положеннями техніки безпеки.









## GARANTIE-KARTE

Garantiebewijs • Carte de garantie  
Certificato di garanzia • Tarjeta de garantía  
Cartão de garantia • Guarantee card  
Karta gwarancyjna • Záruční list • Garancia lap  
Гарантийный талон • Гарантийная карточка

PW 4923

24 Monate Garantie gemäß Garantie-Erklärung • 24 maanden garantie overeenkomstig schriftelijke garantie • 24 mois de garantie conformément à la déclaration de garantie • 24 meses de garantía según la declaración de garantía • 24 meses de garantia, conforme a declaração de garantia • 24 mesi di garanzia a seconda della spiegazione della garanzia • 24 months guarantee according to guarantee declaration • 24 måneders garanti i henhold til garantierklæring • 24 miesiące gwarancji na podstawie karty gwarancyjnej • Záruka 24 měsíců podle prohlášení o záruce • A garanciát lásd a használati utasításban • Гарантийные обязательства – смотри руководство пользователя

Kaufdatum, Händlerstempel, Unterschrift • Koopdatum, Stempel van de leverancier, Handtekening • Date d'achat, cachet du revendeur, signature  
Fecha de compra, Sello del vendedor, Firma • Data de compra, Carimbo do vendedor, Assinatura • Data dell'acquisto, timbro del commerciante, firma  
Purchase date, Dealer stamp, Signature • Kjøpsdato, stempel fra forhandler, underskrift • Data kupna, Pieczęćka sklepu, Podpis • Datum koupě, Razítko prodejce, Podpis • A vásárlási dátum, a vásárlási hely bélyegzője, aláírás  
Дата покупки, печать торговца, подпись

**ETV**

Elektro-technische  
Vertriebsgesellschaft mbH  
Industriering Ost 40  
47906 Kempen

**ETV**

Elektro-technische Vertriebsges. mbH  
Industriering Ost 40 • 47906 Kempen  
Telefon 02152/2006-888  
Hotline@etv.de

PERFECT IN FORM AND FUNCTION **AEG**