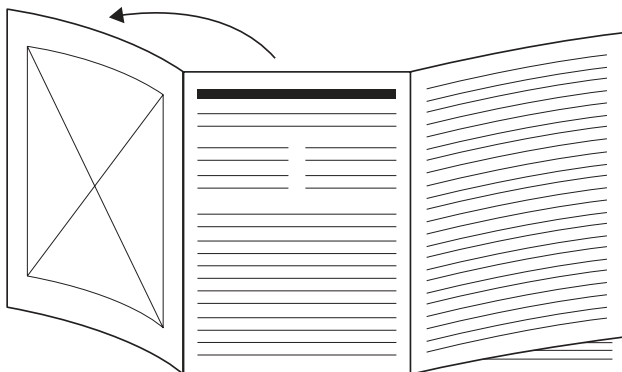
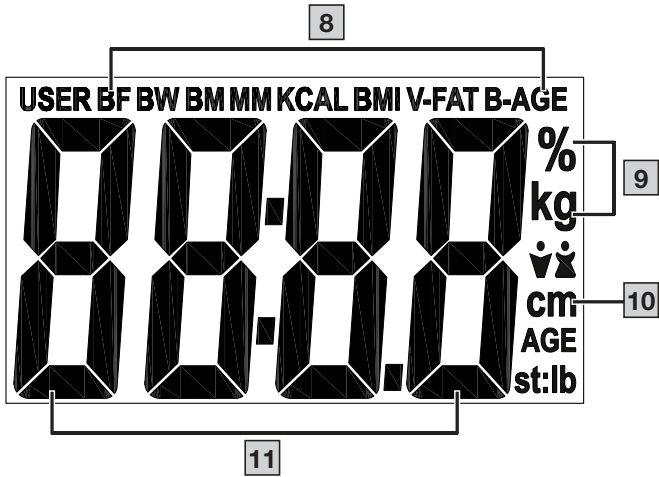
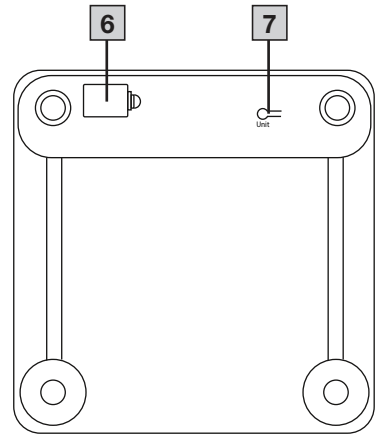
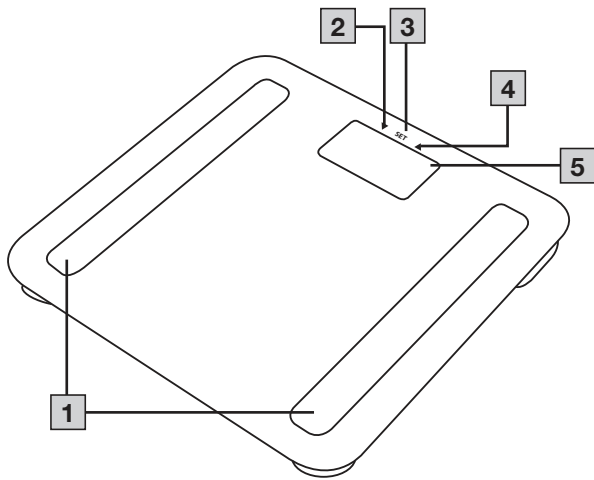




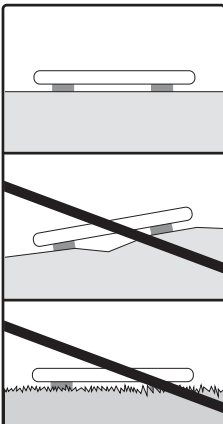
DE Diagnosewaage Gebrauchsanweisung.....	4	PL Waga diagnostyczna Instrukcja obsługi	41
EN Diagnostic bathroom scale Instructions for use.....	10	NL Diagnoseweegschaal Gebruiksaanwijzing	47
FR Pèse-personne impédancemètre Mode d'emploi.....	15	DA Kroppsanalysevægt Betjeningsvejledning.....	53
ES Báscula diagnóstica Instrucciones de uso	20	SV Diagnosvåg Bruksanvisning.....	58
IT Bilancia diagnostica Istruzioni per l'uso	25	NO Diagnosevekt Bruksanvisning.....	63
TR Diyagnoz terazisi Kullanım kılavuzu.....	30	FI Diañoosivaaka Käyttöohje.....	68
RU Диагностические весы Инструкция по применению.....	35		



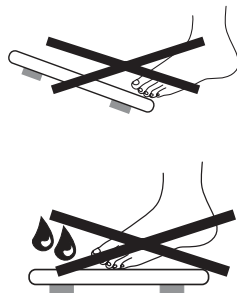
- DE** Klappen Sie vor dem Lesen der Gebrauchsanweisung die Seite 3 aus.
- EN** Unfold page 3 before reading the instructions for use.
- FR** Dépliez la page 3 avant de lire le mode d'emploi.
- ES** Despliegue la página 3 antes de leer las instrucciones de uso.
- IT** Prima di leggere le istruzioni per l'uso aprire la pagina 3.
- TR** Kullanım kılavuzunu okumadan önce 3. sayfayı açın.
- RU** Перед чтением инструкции по применению разложите страницу 3.
- PL** Przed przeczytaniem instrukcji obsługi otworzyć stronę 3.
- NL** Vouw pagina 3 uit om de gebruiksaanwijzing te kunnen lezen.
- DA** Fold side 3 ud, før du læser betjeningsvejledningen.
- SV** Vik ut sid. 3 innan du läser bruksanvisningen.
- NO** Åpne side 3 før du leser bruksanvisningen.
- FI** Käännä sivu 3 auki ennen käyttöohjeen lukemista.



A



B





Lisez attentivement l'intégralité de ce mode d'emploi. Veuillez prendre connaissance des consignes d'avertissement et de mise en garde. Conservez le mode d'emploi pour un usage ultérieur. Mettez le mode d'emploi à la disposition des autres utilisateurs. En cas de transmission de l'appareil à un tiers, remettez-lui également le mode d'emploi.

TABLE DES MATIÈRES

1. Inclus	15
2. Consignes de sécurité importantes.....	15
3. Symboles utilisés.....	16
4. Description de l'appareil.....	17
5. Mise en service.....	17
6. Saisie des données de l'utilisateur.....	17
7. Utilisation.....	17
8. Nettoyage et entretien.....	19
9. Que faire en cas de problèmes ?	19
10. Élimination.....	19
11. Caractéristiques techniques.....	19
12. Garantie/maintenance.....	19

FONCTIONS DE L'APPAREIL

Ce pèse-personne impédancemètre numérique sert à la fois à vous peser et à diagnostiquer vos données personnelles de fitness. Il est conçu pour être utilisé dans un cercle privé.

Le pèse-personne dispose des fonctions suivantes pouvant être utilisées par un maximum de 10 personnes :

- mesure du poids et de l'IMC,
- mesure du taux de graisse corporelle,
- taux d'eau corporelle,
- taux de masse musculaire,
- valeur de graisse viscérale et âge métabolique.

Le pèse-personne dispose en outre des fonctionnalités suivantes :

- conversion entre kilogramme « kg », livre « lb » et stone « st »,
- fonction d'arrêt automatique,
- affichage du changement de piles en cas de piles faibles,

1. INCLUS

Vérifiez si l'emballage extérieur de l'appareil est intact et si tous les éléments sont inclus. Avant l'utilisation, assurez-vous que l'appareil et les accessoires ne présentent aucun dommage visible et que la totalité de l'emballage a bien été retirée. En cas de doute, ne l'utilisez pas et adressez-vous à votre revendeur ou au service après-vente indiqué.

- Pèse-personne impédancemètre BF 183
- 1 pile 3 V au lithium CR2032
- Ce mode d'emploi
- 1 fiche de garantie

2. CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

⚠ AVERTISSEMENT

- Utilisation prévue : L'appareil est uniquement destiné à peser des personnes et à enregistrer vos données personnelles de fitness. L'appareil est prévu pour un usage strictement personnel et non pas pour une utilisation à des fins médicales ou commerciales. N'utilisez l'appareil qu'aux fins pour lesquelles il a été conçu et conformément aux indications données dans ce mode d'emploi.
- L'appareil ne doit pas être utilisé par des personnes portant des implants médicaux (par ex. stimulateur cardiaque). Sinon, leur fonctionnement pourrait être altéré.



- **N'utilisez pas l'appareil pendant une grossesse.**
- Risque de basculement ! Ne posez jamais le pèse-personne sur une surface non plane (voir figure [A]). Ne vous tenez pas sur le bord extérieur du pèse-personne (voir figure [B]).
- Risque de glissade ! Ne montez pas sur le pèse-personne les pieds mouillés (voir figure [B]). Ne montez pas sur le pèse-personne si la surface est humide. Ne montez pas sur le pèse-personne avec des chaussettes.
- Notez que des tolérances de mesure techniques sont possibles, car il ne s'agit pas d'un pèse-personne calibré destiné à un usage professionnel ou médical.
- Ce pèse-personne fonctionne selon le principe de la B.I.A., l'analyse bioélectrique de l'impédance. La mesure de la résistance électrique (impédance) ainsi que la prise en compte de constantes ou de données individuelles (âge, taille, sexe) permettent de définir le taux de graisse corporelle et d'autres paramètres physiques. Notez que les valeurs déterminées par le pèse-personne impédancemètre ne représentent que des approximations par rapport aux analyses physiques effectives d'ordre médical. Seul un spécialiste équipé de matériel médical (par exemple un tomodensitomètre) est en mesure de déterminer précisément la graisse corporelle, l'eau corporelle, la masse musculaire et d'autres paramètres corporels.
- Pour chaque régime ou traitement de surpoids ou de sous-poids, un conseil qualifié doit être prodigué par du personnel spécialisé (p. ex. un médecin). Les valeurs obtenues à l'aide du pèse-personne peuvent être consultées par le personnel qualifié.
- En ce qui concerne les enfants, les sportifs de haut niveau ou les personnes présentant des limitations médicales/corporelles (p. ex. symptômes d'œdème, ostéoporose, prise de médicaments pour le traitement des maladies cardio-vasculaires, personnes présentant des écarts anatomiques importants au niveau des jambes), des résultats imprécis ou non plausibles peuvent apparaître lors de la détermination de la graisse corporelle.
- En cas de circulation sanguine insuffisante dans les jambes, de stase veineuse trop élevée, de vasoconstriction ou d'œdème de jambe étendu, des résultats imprécis ou non plausibles peuvent apparaître lors de la détermination de la fréquence cardiaque.
- Seul le service client Beurer ou un opérateur autorisé peut procéder à une réparation. N'ouvrez jamais le pèse-personne vous-même.
- La résistance maximale du pèse-personne est de 180 kg / 396 lb / 28 st. Les résultats lors de la mesure du poids sont affichés par graduations de 100 g (0,2 lb, 1/4 st).
- Les résultats de mesure des parts de graisse corporelle, d'eau corporelle et de muscle s'affichent par graduations de 0,1 %. Les résultats de mesure de l'IMC et de la graisse viscérale s'affichent sans unité, l'âge métabolique en années.
- À la livraison du pèse-personne, le réglage des unités est en « cm » et « kg ». Au dos du pèse-personne, une touche vous permet de passer l'unité en « livres » (lb) ou en « stones » (st).

Consignes de sécurité relatives aux piles

- Insérez toujours les piles correctement, en tenant compte des polarités (+/-). Maintenir les piles propres et sèches et les maintenir à l'abri de l'eau. Toujours choisir le type de pile correct.
- Ne jamais court-circuiter les piles et les contacts du compartiment à piles.

- Ne jamais charger, décharger de force, chauffer, démonter, déformer, encapsuler ou modifier les piles.
- Ne jamais souder ni braser sur les piles.
- Ne jamais mélanger des piles de différentes fabrications, capacités (neuves et usagées), tailles et types au sein d'un même appareil.
- **Risque d'explosion !** Le non-respect de ces consignes peut entraîner des blessures, une surchauffe, une fuite, une évacuation, une rupture, une explosion ou un incendie.
- Si une pile a coulé, enfiler des gants de protection et nettoyer le compartiment à piles avec un chiffon sec.
- Si du liquide de la cellule de pile entre en contact avec la peau ou les yeux, rincer la zone touchée avec de l'eau et consulter un médecin.
- **Risque d'ingestion !** Conserver les piles hors de portée des enfants. En cas d'ingestion, consulter immédiatement un médecin.
- Ne laissez pas les enfants changer les piles sans la surveillance d'un adulte.
- Stocker les piles à l'écart d'objets métalliques, dans des locaux frais, secs et bien aérés.
- Ne pas exposer les piles à la lumière directe du soleil ou à la pluie.
- En cas de non-utilisation prolongée, retirer les piles de l'appareil.
- Jeter immédiatement et correctement les piles déchargées. Ne jamais jeter les piles dans le feu.
- Lors de la mise au rebut, les piles doivent être stockées séparément des différents systèmes électrochimiques.

Rangement et entretien

La précision des valeurs mesurées et la durée de vie de l'appareil dépendent d'un maniement soigné :



- De temps à autre, nettoyez l'appareil. N'utilisez pas de produit de nettoyage agressif et ne mettez jamais l'appareil sous l'eau.
- Assurez-vous qu'aucun liquide ne pénètre à l'intérieur du pèse-personne. N'immergez jamais le pèse-personne. Ne rincez jamais sous l'eau courante.
- Quand le pèse-personne est inutilisé, aucun objet ne doit être posé sur le plateau.
- Ne pas appuyer violemment ou avec des objets pointus sur les touches.
- N'exposez pas votre pèse-personne aux températures élevées ou à de forts champs électromagnétiques (comme ceux par exemple d'un téléphone mobile).
- Protégez l'appareil contre les coups, l'humidité, la poussière, les produits chimiques, les fortes variations de température et les sources de chaleur trop proches (four, radiateur).

Conseils généraux

- Pesez-vous, si possible, à la même heure (de préférence le matin), après être passé aux toilettes, à jeun et nu(e) afin d'obtenir des résultats comparables.
- Important lors de la mesure : La détermination de la graisse corporelle doit toujours être faite pieds nus ; si nécessaire, elle peut s'effectuer la plante des pieds légèrement humide. Il se peut que les mesures effectuées avec les pieds complètement secs ne conduisent pas à des résultats satisfaisants, car leur conductibilité est trop faible.
- Tenez-vous droit et ne bougez pas pendant la mesure.
- Attendez quelques heures après un effort physique inhabituel.
- Attendez 15 minutes environ après le lever avant de faire la mesure pour que l'eau puisse se répartir dans le corps.
- Notez que seule compte la tendance à long terme. Des écarts de poids de courte durée enregistrés en l'espace de quelques jours ne sont dus qu'à une simple perte de liquides dans la plupart des cas ; l'eau corporelle joue un rôle important dans le bien-être.

Limitations

Il se peut que la détermination de la graisse corporelle et d'autres données présente des écarts et des résultats non plausibles dans les cas suivants :

- les enfants de moins de 10 ans,
- les sportifs de haut niveau et les culturistes,
- les personnes fiévreuses, en dialyse, présentant des symptômes d'œdèmes ou d'ostéoporose,
- les personnes sous traitement médical cardiovasculaire (cœur et système vasculaire),
- les personnes prenant des médicaments vasodilatateurs ou vasoconstricteurs,
- les personnes présentant des écarts anatomiques sérieux des jambes par rapport à leur taille (jambes nettement courtes ou longues).



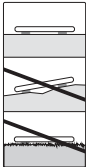
3. SYMBOLES UTILISÉS

Les symboles suivants sont utilisés sur le mode d'emploi, sur l'emballage et sur la plaque signalétique de l'appareil :

⚠ AVERTISSEMENT

Désigne un danger potentiel. S'il n'est pas évité, il peut entraîner la mort ou des blessures graves.

	Information sur le produit Indication d'informations importantes
	Respecter les consignes du mode d'emploi
	Les appareils (électriques) ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères
	Ne pas jeter les piles à substances nocives avec les déchets ménagers
	Étiquette d'identification du matériau d'emballage. A = Abréviation de matériau, B = Référence de matériau : 1 - 7 = plastique, 20 - 22 = papier et carton
	Signe CE Ce produit répond aux exigences des directives européennes et nationales en vigueur.
	Les produits sont complètement conformes aux exigences des règlements techniques de l'UEEA.
	Marquage de conformité UKCA
	L'appareil ne doit pas être utilisé par des personnes portant des implants médicaux (par ex. stimulateur cardiaque). Sinon, leur fonctionnement pourrait être altéré.
	Fabricant
	Séparer le produit et les composants d'emballage et les éliminer conformément aux prescriptions communales.
	Symbole de l'importateur
	Ne pesez pas des charges supérieures à 180 kg/396 lb/28 st.

	Risque de glissade : Ne montez pas sur le pèse-personne impédancemètre avec les pieds mouillés.
	Risque de basculement : Montez au centre du pèse-personne.
	Posez le pèse-personne sur une surface plate. Pas sur de la moquette ni sur un tapis.


- Allumez le pèse-personne en appuyant brièvement sur le plateau de pesée (env. 1 à 2 secondes) avec le pied. Attendez que « 0,0 kg » s'affiche.
- Commencez les réglages en appuyant sur la touche **SET**. Le premier emplacement de sauvegarde clignote à l'écran.
- À l'aide des touches ▲/▼ sélectionnez l'emplacement de mémoire souhaité et confirmez votre sélection en appuyant sur la touche **SET**.
- Vous pouvez alors effectuer les réglages suivants :

Données utilisateur	Valeurs de réglage
Utilisateurs/personnes	P-1 à P-10
Taille	100 à 220 cm (3-03" à 7-03")
Âge	10 à 100 ans
Sexe	homme (♂), femme (♀)

- Les valeurs réglées s'affichent encore une fois les unes après les autres. Le pèse-personne s'éteint alors automatiquement.

4. DESCRIPTION DE L'APPAREIL

Les schémas correspondants sont illustrés en page 3.

- | | | | |
|---|------------|---|---------------------|
|  | Électrodes |  | Compartment à piles |
|  | ▼-Touche |  | UNIT-Touche |
|  | Touche SET |  | Valeur de mesure |
|  | ▲-Touche |  | Unité de mesure |
|  | Écran |  | Données corporelles |

5. MISE EN SERVICE


Insérer les piles

Tirez éventuellement sur la languette isolante de la pile sur le couvercle du compartiment à piles ou retirez le film de protection de la pile et introduisez-la en respectant la polarité. Si la balance n'affiche aucune fonction, retirez complètement les piles et remettez-les en place. Votre balance est pourvue d'un « affichage de changement de piles ». En cas d'utilisation de la balance avec des piles faibles, le message « Lo » s'affiche et la balance s'arrête automatiquement. Dans ce cas, la pile doit être remplacée (1 pile 3 V au lithium CR2032).

Modifier l'unité de poids

À la livraison du pèse-personne, le réglage de l'unité est en « kg ». Allumez le pèse-personne en appuyant brièvement sur le plateau de pesée (env. 1 à 2 secondes) avec le pied. Attendez que « 0,0 kg » s'affiche. Au dos du pèse-personne, une touche vous permet de passer l'unité en « livres » ou en « stones » (lb, st).

Poser le pèse-personne

Posez le pèse-personne sur une surface plane et stable ; un support stable est une condition préalable à une mesure correcte. 

6. SAISIE DES DONNÉES DE L'UTILISATEUR

Pour déterminer le taux de graisse corporelle et les autres paramètres, vous devez enregistrer les données individuelles de l'utilisateur.

Le pèse-personne dispose de 10 emplacements de sauvegarde utilisateur permettant d'enregistrer et de consulter les réglages individuels pour vous et les membres de votre famille.

- Posez le pèse-personne sur une surface plane et stable ; un support stable est une condition préalable à une mesure correcte.

7. UTILISATION

6.1 Effectuer la mesure


Posez le pèse-personne sur une surface plane et stable ; un support stable est une condition préalable à une mesure correcte.

Pesée seule

Montez sur le pèse-personne. Restez immobile sur le pèse-personne en répartissant votre poids de manière égale entre les deux jambes. Le pèse-personne commence tout de suite la mesure. Quand l'indication reste affichée longtemps, la mesure est terminée. Lorsque vous quittez le plateau de pesée, le pèse-personne s'éteint au bout de 10 secondes environ.

Effectuer la mesure et le diagnostic

- Appuyez sur la touche **SET** puis éventuellement plusieurs fois sur les touches ▲/▼ pour choisir l'emplacement où sont sauvegardées vos données personnelles. Elles s'afficheront successivement jusqu'à ce que « 0,0 kg » ainsi que le sexe choisi s'affichent.
- Montez pieds nus sur la balance et tenez-vous immobile en répartissant bien votre poids, les deux pieds positionnés sur les électrodes en acier inoxydable.
- Restez immobile sur la balance, l'analyse de la graisse corporelle et de la masse d'eau est en cours. Ceci peut durer quelques secondes.

 Il ne faut en aucun cas qu'il y ait un contact entre les deux pieds, jambes, mollets et cuisses. Sinon, la mesure ne peut pas être faite de manière correcte.

Les données suivantes s'affichent:

- Poids en **kg**
- Taux de graisse corporelle **FAT** en %
- Taux de masse hydrique **BW** en %
- Taux de masse musculaire **MUS** en %
- **BMI**
- Valeur de graisse viscérale **V-FAT**
- Âge métabolique **AGE**
- Enfin toutes les mesures effectuées s'affichent à nouveau les unes après les autres et la balance s'arrête.

Éteindre le pèse-personne

Le pèse-personne s'éteint automatiquement.

7.1 Évaluer les résultats

Les valeurs sont interprétées directement à l'écran pour un classement plus facile et plus compréhensible.

Taux de graisse corporelle

Les valeurs de graisse corporelle suivantes en % vous donnent une ligne de conduite (pour de plus amples informations, veuillez consulter votre médecin).

Homme

Âge	faible	normal	moyen	élevé
10-14	<11 %	11-16 %	16,1-21 %	>21,1 %
15-19	<12 %	12-17 %	17,1-22 %	>22,1 %
20-29	<13 %	13-18 %	18,1-23 %	>23,1 %
30-39	<14 %	14-19 %	19,1-24 %	>24,1 %
40-49	<15 %	15-20 %	20,1-25 %	>25,1 %
50-59	<16 %	16-21 %	21,1-26 %	>26,1 %
60-69	<17 %	17-22 %	22,1-27 %	>27,1 %
70-100	<18 %	18-23 %	23,1-28 %	>28,1 %

Femme

Âge	faible	normal	moyen	élevé
10-14	<16 %	16-21 %	21,1-26 %	>26,1 %
15-19	<17 %	17-22 %	22,1-27 %	>27,1 %
20-29	<18 %	18-23 %	23,1-28 %	>28,1 %
30-39	<19 %	19-24 %	24,1-29 %	>29,1 %
40-49	<20 %	20-25 %	25,1-30 %	>30,1 %
50-59	<21 %	21-26 %	26,1-31 %	>31,1 %
60-69	<22 %	22-27 %	27,1-32 %	>32,1 %
70-100	<23 %	23-28 %	28,1-33 %	>33,1 %

Chez les sportifs, on constate souvent une valeur plus faible. Selon le type de sport pratiqué, l'intensité de l'entraînement et la constitution physique, il est possible d'atteindre des valeurs inférieures à la valeur de référence. Veuillez cependant noter que des valeurs extrêmement faibles peuvent entraîner des risques pour la santé.

Graisse viscérale (graisse abdominale/graisse du ventre)

La graisse viscérale est la graisse qui entoure les organes internes de la cavité abdominale. La graisse viscérale est suspectée de favoriser des maladies telles que l'hypertension ou le diabète.

La graisse viscérale s'affiche à l'écran avec un indice compris entre 1 et 59.

Indice de graisse viscérale	Évaluation
1-9	Votre taux de graisse viscérale se situe dans la plage normale.
10-14	Votre taux de graisse viscérale se situe dans la plage élevée.
15-59	Votre taux de graisse viscérale est trop élevé.

Taux d'eau corporelle

Le taux d'eau corporelle en % se situe normalement dans les plages suivantes :

Homme

Âge	mauvais	bon	excellent
10-100	< 50 %	50-65 %	> 65 %

Femme

Âge	mauvais	bon	excellent
10-100	< 45 %	45-60 %	> 60 %

La graisse corporelle contient relativement peu d'eau. C'est pour quoi, chez les personnes ayant un taux de graisse corporelle élevé, le taux d'eau corporelle peut être inférieur aux valeurs de référence. Pour les sportifs d'endurance, les valeurs de référence peuvent au contraire être dépassées en raison d'un taux de graisse faible et d'un taux de masse musculaire élevée.

La détermination du taux d'eau corporelle avec ce pèse-personne ne permet pas de tirer des conclusions médicales concernant par exemple les rétentions d'eau dues à l'âge. Le cas échéant, demandez conseil à votre médecin. En principe, il faut chercher à avoir une part d'eau élevée.

Taux de masse musculaire

Le taux de masse musculaire en % se situe normalement dans les plages suivantes :

Homme

Âge	faible	normal	élevé
10-14	<44 %	44-57 %	>57 %
15-19	<43 %	43-56 %	>56 %
20-29	<42 %	42-54 %	>54 %
30-39	<41 %	41-52 %	>52 %
40-49	<40 %	40-50 %	>50 %
50-59	<39 %	39-48 %	>48 %
60-69	<38 %	38-47 %	>47 %
70-100	<37 %	37-46 %	>46 %

Femme

Âge	faible	normal	élevé
10-14	<36 %	36-43 %	>43 %
15-19	<35 %	35-41 %	>41 %
20-29	<34 %	34-39 %	>39 %
30-39	<33 %	33-38 %	>38 %
40-49	<31 %	31-36 %	>36 %
50-59	<29 %	29-34 %	>34 %
60-69	<28 %	28-33 %	>33 %
70-100	<27 %	27-32 %	>32 %

Indice de masa corporal (nombre de masa corporal)

El índice de masa corporal (IMC) es un número que a menudo se utiliza para evaluar el peso del cuerpo. El número se calcula de los valores del peso corporal y la estatura, y la fórmula es la siguiente: Índice de masa corporal = peso del cuerpo : estatura². La unidad del IMC es por lo tanto [kg/m²]. La división del peso mediante el IMC se realiza en los adultos (a partir de los 20 años) con los siguientes valores:

Categoría	IMC	
Falta de peso	Delgadez severa	< 16
	Delgadez moderada	16-16,9
	Delgadez aceptable	17-18,4
Peso normal		18,5-25
Sobrepeso	Preobesidad	25,1-29,9
Obesidad (sobrepeso)	Obesidad tipo I	30-34,9
	Obesidad tipo II	35-39,9
	Obesidad tipo III	≥ 40

Âge métabolique

L'âge métabolique, également appelé âge biologique, peut différer de l'âge réel/calendaire. Il indique l'âge « interne » et donne des indications sur l'état de santé.

Les gènes jouent ici un rôle, mais aussi un mode de vie sain (alimentation équilibrée, activité, etc.). Le poids influence également l'âge biologique : plus l'indice de masse corporelle est élevé, moins il est bon pour la forme physique.

Corrélation des résultats dans le temps

- i** Notez que seule la tendance à long terme compte. Des écarts de poids de courte durée enregistrés en l'espace de quelques jours ne sont dus qu'à une simple perte de liquides dans la plupart des cas.

L'interprétation des résultats se fait en fonction des modifications du poids global et des taux de graisse et d'eau corporelles et de masse musculaire ainsi qu'en fonction de la durée selon laquelle ces modifications se produisent.

Il faut distinguer les modifications rapides (de l'ordre de quelques jours) des modifications à moyen terme (de l'ordre de quelques semaines) et à long terme (plusieurs mois).

La règle générale peut être la suivante : les modifications de poids à court terme représentent presque exclusivement des changements de la teneur en eau, alors que les modifications à moyen et à long terme peuvent aussi concerner le taux de graisse et de masse musculaire.

- Si votre poids diminue à court terme, alors que le taux de graisse corporelle augmente ou reste stable, vous n'avez perdu que de l'eau, par exemple suite à un entraînement, une séance de sauna ou un régime visant uniquement à une perte de poids rapide.
- Si votre poids augmente à moyen terme, alors que le taux de graisse corporelle diminue ou reste stable, il se pourrait au contraire que vous ayez augmenté la masse musculaire.
- Si votre poids et votre taux de graisse corporelle diminuent simultanément, cela signifie que votre régime fonctionne : vous perdez de la graisse.
- L'activité physique, les séances de mise en forme ou de musculation seront les compléments parfaits de votre régime. Ils vous permettent d'augmenter votre taux de masse musculaire à moyen terme.
- Il ne faut pas additionner la graisse corporelle, le taux d'eau corporelle et la masse musculaire (le tissu musculaire contient aussi des constituants de l'eau corporelle).

8. NETTOYAGE ET ENTRETIEN

De temps à autre, nettoyez l'appareil.

Pour le nettoyage, utilisez un chiffon humide sur lequel vous pouvez mettre, au besoin, un peu de produit vaisselle.

- i**
- N'utilisez pas de solvant ni de détergent agressif !
 - N'immergez jamais l'appareil !
 - Ne lavez pas l'appareil au lave-vaisselle !

9. QUE FAIRE EN CAS DE PROBLÈMES ?

Si la balance détecte une erreur au cours d'une mesure, « Err2 »/« Err » s'affiche.

Si vous montez sur la balance avant que « 0.0 » s'affiche, elle ne fonctionne pas correctement.

Causes possibles d'erreur	Remède
La portée maximale de 180 kg a été dépassée.	Peser uniquement le poids maximal autorisé.
Position non stable.	Si possible, ne bougez pas.
La résistance électrique entre les électrodes et la plante du pied est trop forte (callosités épaisses, par ex.).	Refaire la mesure pieds nus. Le cas échéant, humidifier légèrement la plante des pieds. Enlever les callosités de la plante des pieds, le cas échéant.

Causes possibles d'erreur	Remède
Le taux de graisse corporelle n'est pas compris dans la plage mesurable (inférieur à 5% ou supérieur à 80%).	Refaire la mesure pieds nus. Le cas échéant, humidifier légèrement la plante des pieds.
Le taux d'eau corporelle dépasse les limites de la plage mesurable (inférieur à 43 % ou supérieur à 75 %).	Recommencer la mesure pieds nus. Humidifier au besoin légèrement la plante des pieds.

10. ÉLIMINATION

Les piles usagées et complètement déchargées doivent être mises au rebut dans des conteneurs spéciaux ou aux points de collecte réservés à cet usage ou bien déposées chez un revendeur d'appareils électriques. L'élimination des batteries est une obligation légale qui vous incombe.

Ces pictogrammes se trouvent sur les piles à substances nocives :

Pb = pile contenant du plomb,
Cd = pile contenant du cadmium,
Hg = pile contenant du mercure.

Dans l'intérêt de la protection de l'environnement, l'appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères à la fin de sa durée de service. L'élimination doit se faire par le biais des points de collecte compétents dans votre pays.

Éliminez l'appareil conformément à la directive européenne-WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) relative aux appareils électriques et électroniques usagés. Pour toute question, adressez-vous aux collectivités locales responsables de l'élimination et du recyclage de ces produits.



11. CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Modèle :	BF 183
Dimensions :	30 x 30 x 1,8 cm
Poids :	1549 g
Plage de mesure :	5-180 kg
Affichage :	Les valeurs sont exprimées par graduations de 0,1 kg.
Précision de répétition :	La tolérance de mesure pour la précision de répétition est de +/- 0,4 kg (plusieurs mesures consécutives avec le même pèse-personne, la même position de l'appareil sur le sol et de la personne sur le pèse-personne).
Précision absolue :	La valeur mesurée par rapport à un même poids est de +/- (1% + 0,1kg). Par ex. pour 40 kg, cela correspond à +/- 0,5 kg, pour 100 kg, cela correspond à +/- 1,1 kg.

Sous réserve de modifications techniques.

12. GARANTIE/MAINTENANCE

Pour plus d'informations sur la garantie et les conditions de garantie, veuillez consulter la fiche de garantie fournie.