



Gebruiksaanwijzing – Digitale lichaamsanalyse- weegschalen verbonden met Fitdays

Versie 3 – 11-2022



8353 Connect – 4 Classic



8414 Connect – 4 USB



8359 Bambou Connect – 4 USB



8464 Cardio Connect – 4 Classic
S'utilise aussi sans smartphone
Kan ook zonder smartphone gebruikt worden



8415 Cardio Connect – 4 USB
S'utilise aussi sans smartphone
Kan ook zonder smartphone gebruikt worden

Gamma zonder batterijen - USB-R oplaadbaar

Modellen 8359, 8414, 8415, 8651, 8661

Gamma met klassieke batterijen

Modellen 8353, 8464

BELANGRIJK

Lees deze instructies zorgvuldig voordat u het apparaat gebruikt.
Het niet opvolgen van de instructies in de handleiding of het gebruiken van deze lichaamsanalyse-weegschaal op een andere manier dan die welke in deze handleiding wordt aanbevolen, kan leiden tot letsel aan uzelf en/of storingen van uw weegschaal.

We hebben geprobeerd een gebruikershandleiding uit te werken die zowel eenvoudig als compleet is, en we hebben deze rijkelijk geïllustreerd om bediening van het apparaat te vergemakkelijken. We hopen dat u er tevreden mee zal zijn. Als u meer uitleg wenst, kan u ons bereiken op ons adres voor consumentenservice: balancy@littlebalance.fr

Inhoudstafel

Hoofdstuk 1 : Waarschuwingen lichaamsanalyse	blz. 3
Hoofdstuk 2 : Technologie van de 4 contacten – meetgegevens	blz. 3
Hoofdstuk 3 : Voorzorgsmaatregelen	blz. 4
Hoofdstuk 4 : Specificaties en limieten	blz. 4
Hoofdstuk 5 : Functies en beschikbare modi	blz. 5
Hoofdstuk 6 : Standaard - Atleet Lichaamsanalyse modus	blz. 5
Hoofdstuk 7 : In te geven data in de app	blz. 6
Hoofdstuk 8 : Berekende data door de app	blz. 6
Hoofdstuk 9 : Voorbereiding van het apparaat / voeding-batterijen / keuze van eenheden	blz. 7
Hoofdstuk 10 : Installatie en gebruik van de Fitdays app	blz. 7
Hoofdstuk 11 : Modus baby wegen	blz. 12
Hoofdstuk 12 : Problemen oplossen	blz. 13
Hoofdstuk 13 : Raadgevingen ivm de batterijen (modellen 8353 & 8464)	blz. 14
Hoofdstuk 14 : Verwijdering en recycling	blz. 14

Hoofdstuk 1: waarschuwing lichaamsmeting

- DEZE WEEGSCHAAL MAG NIET WORDEN GEBRUIKT DOOR MENSEN DIE EEN PACEMAKER OF EEN ANDER MECHANISCH OF ELEKTRISCH IMPLANTAAT DRAGEN: de lichaamsanalyse weegschaal stuurt een extreem lage elektrische stroom door uw lichaam die interferentie met medische implantaten kan veroorzaken en ervoor kan zorgen dat ze defect raken.
- NIET aanbevolen voor zwangere vrouwen.
- NIET configureerbaar voor kinderen jonger dan 16/18 jaar omdat de groei moet voltooid zijn opdat het metabolisme de metingen mogelijk maakt (maar wegen = OK).
- Elke meting die met dit hulpmiddel wordt verkregen, is uitsluitend bedoeld als referentie en mag niet worden beschouwd als medisch advies.
- Raadpleeg uw arts voordat u wijzigingen aanbrengt in uw dieet, trainingsplan of fysieke activiteiten.



Hoofdstuk 2: Technologie 4 contacten: meetprecisie

Definitie van bio-impedantie:

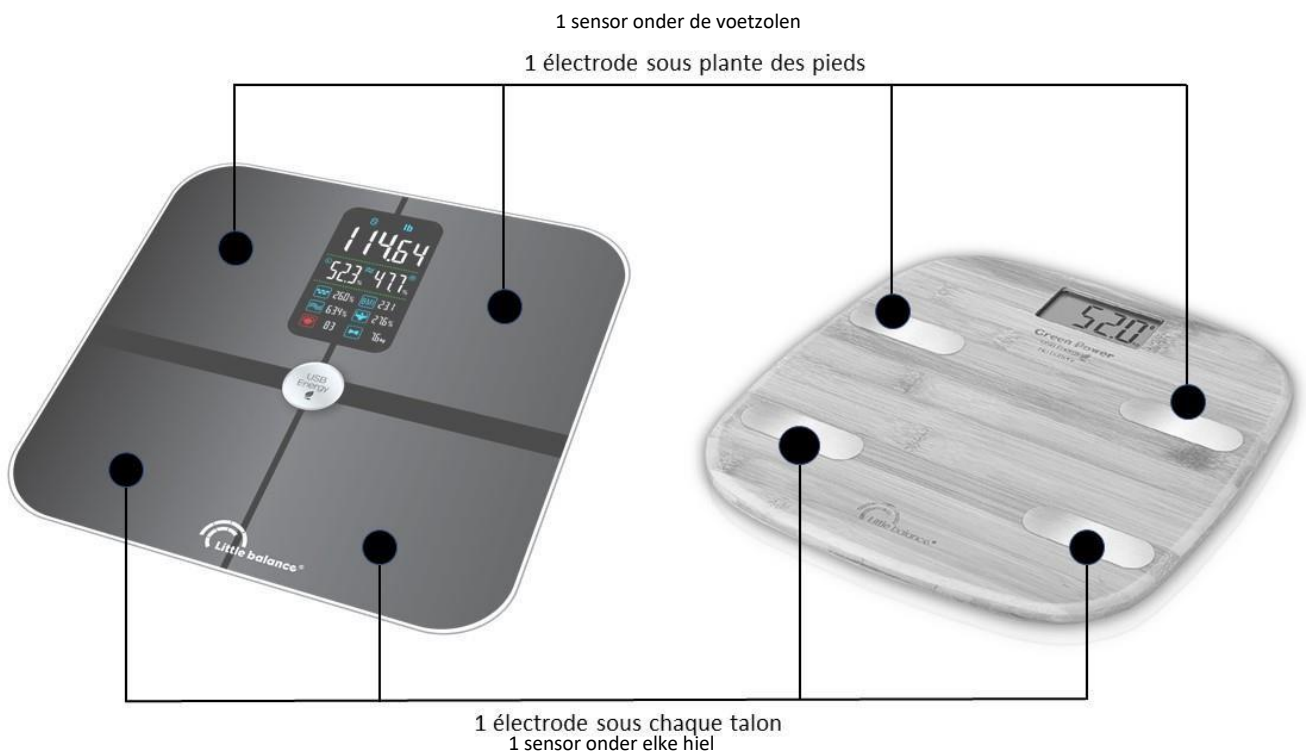
Bio-elektrische impedantieanalyse wordt beschouwd als een van de meest betrouwbare en toegankelijke methoden voor screening op lichaamsvet.

Afhankelijk van leeftijd, lengte, geslacht, gewicht en andere fysieke kenmerken, zoals het niveau van fysieke activiteit, meet het de weerstand die een elektrische stroom met lage intensiteit tegenkomt wanneer deze door het lichaam gaat via het water in biologische weefsels.

- ⇒ Hoe meer spieren een persoon heeft, hoe meer gehydrateerd het lichaam is. Het is daardoor makkelijker voor de stroom om door het lichaam te gaan.
- ⇒ Hoe meer vet er is, hoe meer weerstand er is om de stroom door het lichaam te laten gaan

4-contact technologie

Alle Little Balance digitale lichaamsanalyse weegschalen zijn uitgerust met 4 zichtbare of onzichtbare elektroden; Deze elektroden zijn alle 4 in contact met de huid: dit is de **technologie van de 4 contacten** (of quadrupoolapparaten).



Dankzij deze unieke technologie meten onze lichaamsanalyse weegschalen 2 keer de bio-impedantie:

- De bio-impedantie van het lichaam
- De bio-impedantie van de huid

Door de bio-impedantie van de huid te meten, corrigeert de technologie van de 4 contacten de bioimpedantiewaarden; Immers, het minimaliseert het impedantie-effect van de huid, om alleen rekening te houden met de bio-impedantie van het lichaam.

Hoofdstuk 3: Voorzorgsmaatregelen

- Ga NIET met vochtige voeten op de weegschaal staan: risico op uitglijden.
- Ga NIET op de rand van de weegschaal staan of spring er NIET op.
- Overbelast de weegschaal NIET (max. 180kg / 396lb) (150kg voor model 8359).
- Laat de weegschaal NIET vallen of laat geen objecten vallen om beschadiging van de sensoren te voorkomen.

- Dompel de weegschaal NIET onder en gebruik geen chemische reinigingsmiddelen. Maak de weegschaal schoon met een licht vochtige doek.

Hoofdstuk 4: Specificaties en limieten

- LCD-scherm
- Gewichteenheden: kg/lb
- Gewichtlimiet: 10kg - 180 kg (150 kg voor model 8359)
- Leeftijd: 10 jaar – 99 jaar
- Aantal gebruikers: 10 personen
- Verbinding met mobiele telefoons uitgerust met Bluetooth 4.0 / IOS 8.0 / Android 6.0
- Berekening van vetmassa: 4% > < 60%
- Berekening van BMI: minimumindex = 12

Hoofdstuk 5: Functies en beschikbare modi

Functie waarvoor de mobiele applicatie Fitdays niet vereist is:

- Eenvoudig wegen (gewicht): alle modellen geven het gewicht op het scherm weer, gebruik van de app is dus niet nodig voor deze functie.
- 3 modellen (8415, 8464 en 8661) zijn uitgerust met een reuze scherm met complexe weergavetechnologie waarmee bepaalde gegevens op het toestel zichtbaar zijn zonder dat u uw telefoon bij de hand moet hebben (deze gegevens zijn uiteraard ook beschikbaar op de telefoon die een completere weergave toont met bijkomende gegevens). Zorg dat deze persoonlijke gegevens wel op voorhand ingegeven zijn in de app via de telefoon, zodat de berekeningen kunnen worden uitgevoerd, ongeacht de gekozen weergavemodus (scherm van de weegschaal of telefoon). De gegevens op het scherm van de weegschaal zijn: BMI / lichaamsvetpercentage / spiermassapercentage / lichaamswater / hartslag.

Functies waarvoor de mobiele applicatie Fitdays vereist is:

Alle andere modellen met een klassiek scherm vereisen de app voor de weergave van de resultaten van de lichaamsanalyse (zie lijst op volgende pagina).

- Lichaamsvet (vet) in % (modellen 8353 – 8414 – 8359)
- Spiermassa in % (modellen 8353 – 8414 – 8359)
- Botmassa in kg
- Lichaamswater (lichaamsvocht) in % (modellen 8353 – 8414 – 8359)
- Onderhuids vet in %
- Visceraal vet in %
- Skeletspierniveau in %
- TMB: basis metabolisme
- Metabolische leeftijd
- BMI (body mass index)
- Baby modus / baby gewicht in kg

Hoofdstuk 6: Lichaamsanalyse modus

- Standaardmodus: mensen met een standaard fysieke constitutie, zittend of matig actief
- Atletmodus: mensen, ouder dan 18 jaar, met een fysieke activiteit van meer dan 12 uur / week, of die intensief een sport beoefenen.



Hoofdstuk 7: In te geven data (app)

- Geslacht
- Leeftijd
- Tailleomtrek
- Atleet of standaard
- Gewichtsdoelstelling

Hoofdstuk 8: Berekende gegevens

Op het weegscherm bovenop de smartphone

- Gewicht (alle modellen)
- BMI (Modellen 8464, 8415, 8661)
- Lichaamsvetpercentage (Modellen 8464, 8415, 8661)
- Spiermassapercentage (Modellen 8464, 8415, 8661)
- Lichaamswater (Modellen 8464, 8415, 8661)

Op uw smartphone

- Gewicht
- Lichaamsvetpercentage (vetmassa) in %
- Spiermassapercentage in %
- Botmassa in kg
- Water in het lichaam (lichaamsvocht) in %
- Onderhuids vet in %
- Visceraal vet in %
- Skeletspierniveau in %
- TMB: basis metabolisme
- Metabolische leeftijd
- BMI (body mass index)
- Baby modus / baby gewicht in kg
- Hartslag (modellen 8464 & 8415)
- Hartindex (modellen 8464 & 8415)

Hoofdstuk 9: Voorbereiding van het apparaat

- **Voeding:** er bestaan modellen met klassieke batterijen (8353 en 8464) of zonder batterijen- USB meegeleverd (8359, 8414, 8651, 8661)
- **Modellen met klassieke batterijen**
plaats de 2 AAA 1.5V batterijen in het batterijenvak achteraan het toestel met inachtneming van de polen
- Modellen zonder batterijen – USB opladen (8359, 8414, 8415, 8661)



Eerste ingebruikname :

Deactiveer de transportveiligheid (dit moet één keer gebeuren, en moet later niet herhaald worden).

- Modellen 8359 en 8651: schuifschakelaar aan de zijkant – naast de USB aansluiting



- Andere modellen: drukschakelaar aan de zijkant – naast de USB aansluiting



Opladen met de USB kabel (meegeleverd – kabelvak onder de basis)

- Laad het apparaat (ongeveer 3 uur) voor ongeveer 500 keer gebruik of 6 maanden
- De lijnen op het scherm geven het laadniveau aan (4 streepjes = volledig opgeladen)

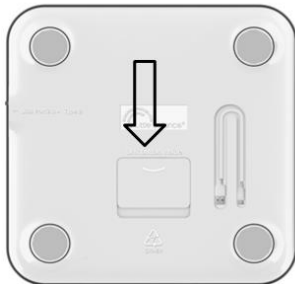
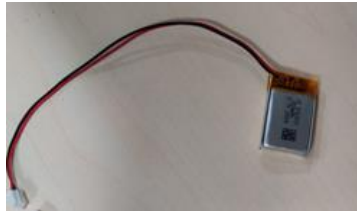


Eenheden aanpassen:

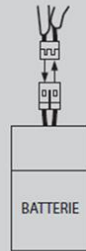
Uw toestel is geprogrammeerd met de metrische versie (kg, cm, enz), hetgeen kan aangepast worden in de parameter sectie in de Fitdays app.

Vervangen van de lithium-ionbatterij (modellen zonder batterijen):

In het zeer zeldzame geval dat het laadvermogen verzwakt met de jaren, biedt Littlebalance de mogelijkheid om de batterij zelf te vervangen – neem contact op met de dienst na verkoop balancy@littlebalance.fr.

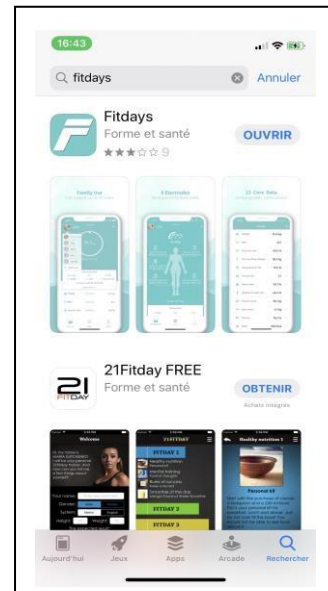


- ouvrir le capot
- sortir délicatement la batterie de son logement
- déclipser la batterie par une légère pression sur le connecteur
- Reclipser la nouvelle batterie
- Refermer le capot

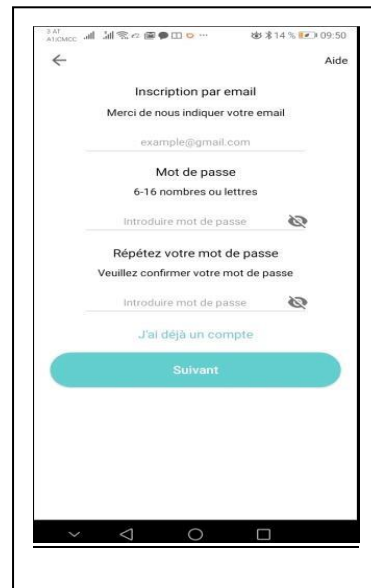
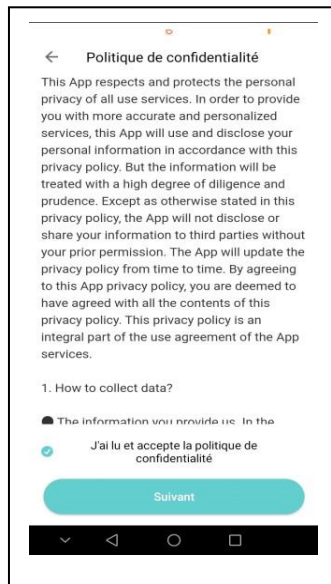
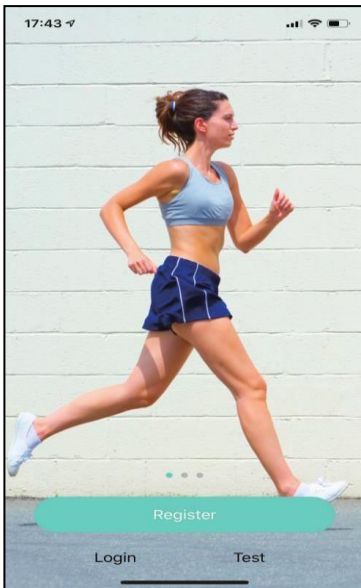


Hoofdstuk 10: Fitdays app installeren en gebruiken

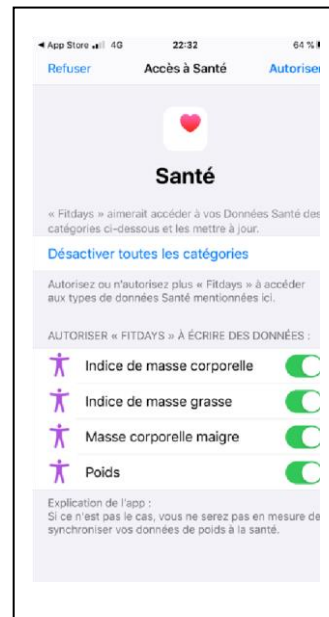
1. Download "Fitdays" van Apple Store of Google Play



2. Maak uw account aan door uw e-mailadres in te voeren en een wachtwoord in te geven



3. Voer uw persoonlijke gegevens in: geslacht, leeftijd, lengte, gewicht, atleet of standaard (het invoeren van onjuiste gegevens kan leiden tot onjuiste berekeningen) en kies de gegevens die u berekend / weergegeven wilt zien

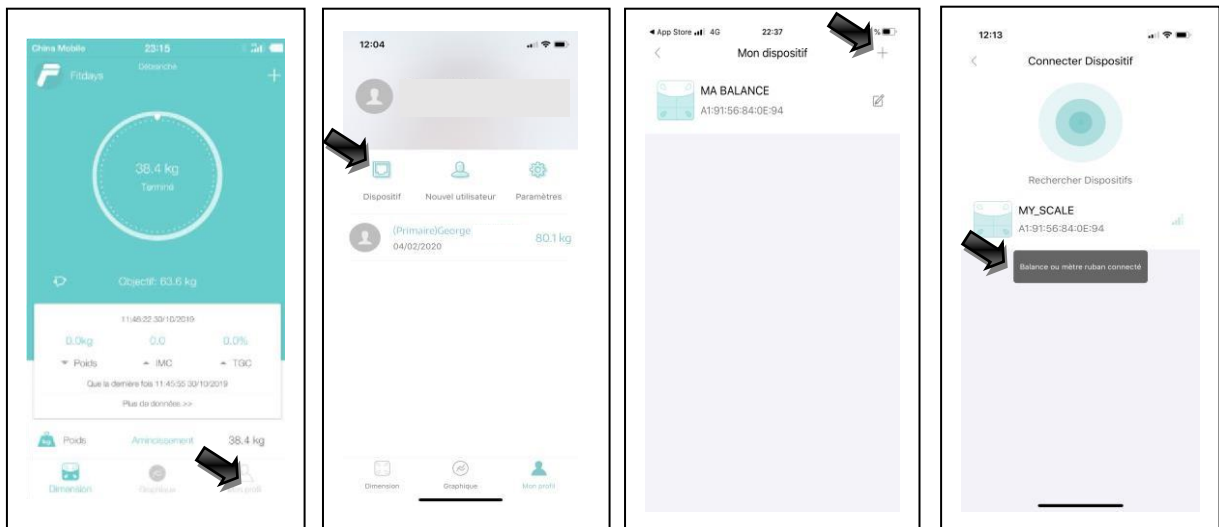


4. Koppel het apparaat aan uw smartphone: zorg ervoor dat de lichaamsanalyse-weegschaal is ingeschakeld (een voetdruk is voldoende) en dat de Bluetooth-functie van uw telefoon actief is, ga dan naar:

- Mijn profiel
- Apparaat
- Selecteer: +
- Apparaat verbinden
- Selecteer: Mijn weegschaal / My scale



- Optioneel: verander de naam van je lichaamsanalyse-weegschaal door naar het potlood te gaan (rechtsboven) / verander de naam van het apparaat / bevestig / keer terug met de linkerpil



5. Om uzelf te wegen en de lichaamsanalyse te starten:

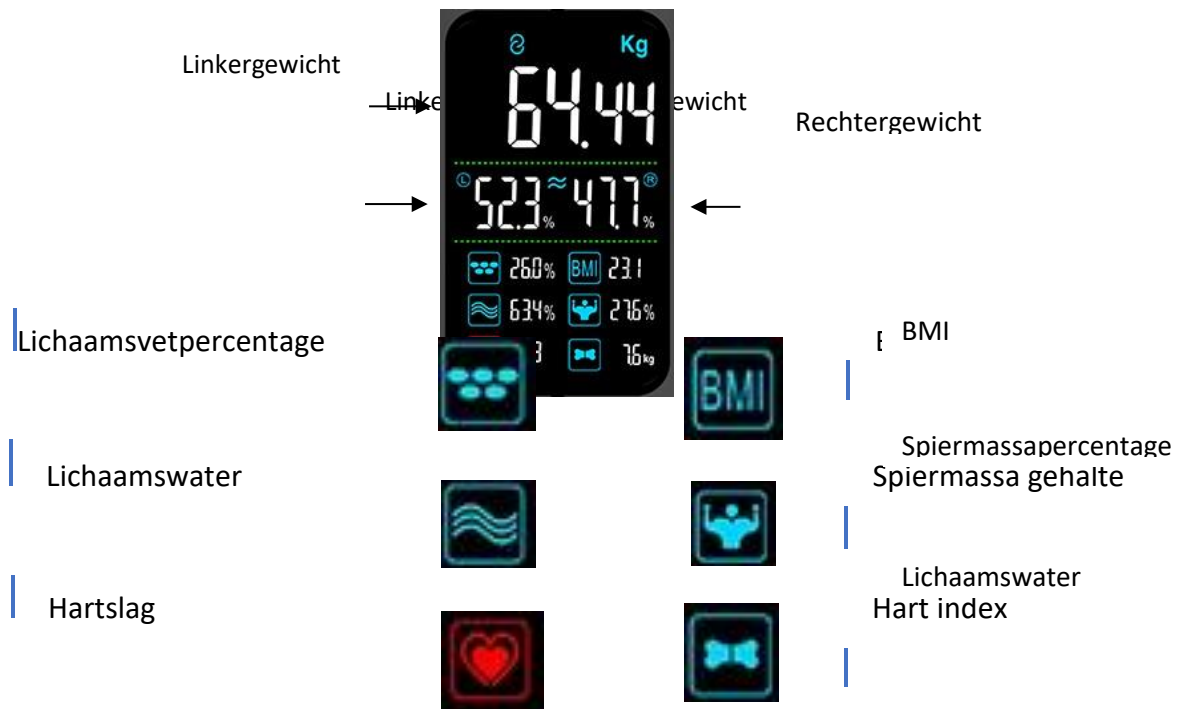
- Installeer de weegschaal op een vlakke en harde vloer
- Op uw smartphone: kies de gebruiker en bevestig
- Stap op blote voeten op de weegschaal om de lichaamsmeetfuncties te gebruiken (als u met sokken erop staat, kunnen alleen het gewicht en de BMI worden berekend)
- Het weegschaalscherm knippert wanneer het analyseert, de cirkel die op het scherm van de telefoon wordt weergegeven draait, vervolgens geeft de applicatie het analyserapport weer
- De telefoon geeft een geluid weer dat aangeeft dat de applicatie de analyse heeft voltooid
- U ziet de gegevens die dagelijks zijn opgeslagen en grafisch worden weergegeven



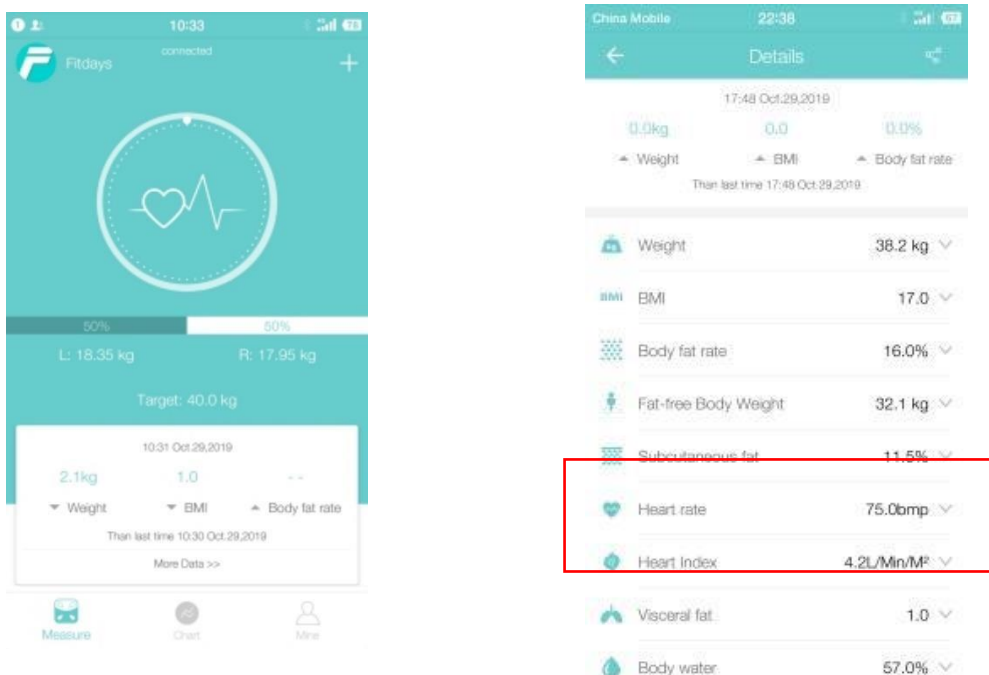
Voor Cardio modellen referentie 8464 & 8415

Het scherm toont eerst het gewicht door te knipperen, dan het linkergewicht en het rechtergewicht. U heeft dan 5 tot 10 seconden om het linker- en rechtergewicht weer in balans te brengen.

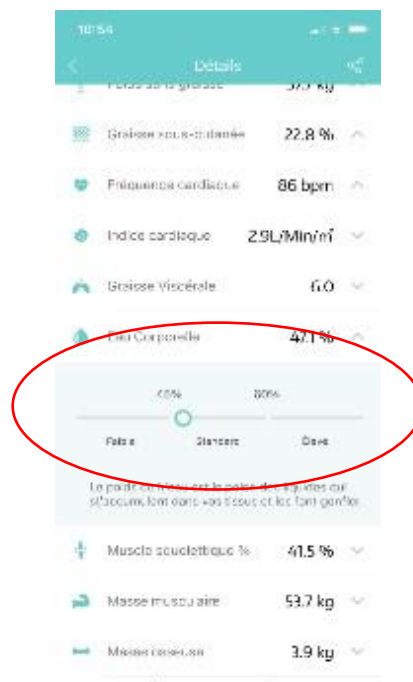
- Het scherm toont dan de 2 hartgegevens: hartslag en index
- Sta volledig stil
- Vervolgens geeft het scherm van uw weegschaal de andere 4 gegevens weer: Lichaamsvetpercentage
- BMI - Lichaamswater - Spiermassa



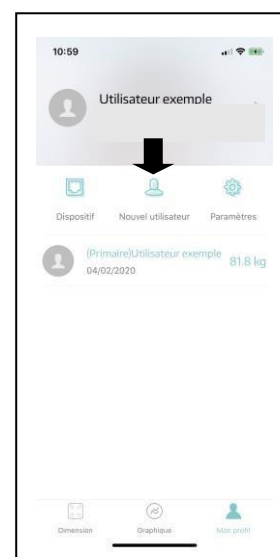
U vindt ook de hartgegevens die in de applicatie zijn opgeslagen en grafisch en in een tabel worden weergegeven.



6. Klik op de knop "Meer gegevens" om de 15 berekende gegevens te vinden, met hun definitie en uw positionering op een schaal van referentiegegevens. In de verticale versie, visualiseert u uw tracking, per gegevens, per week, of zelfs per jaar, in groot formaat.

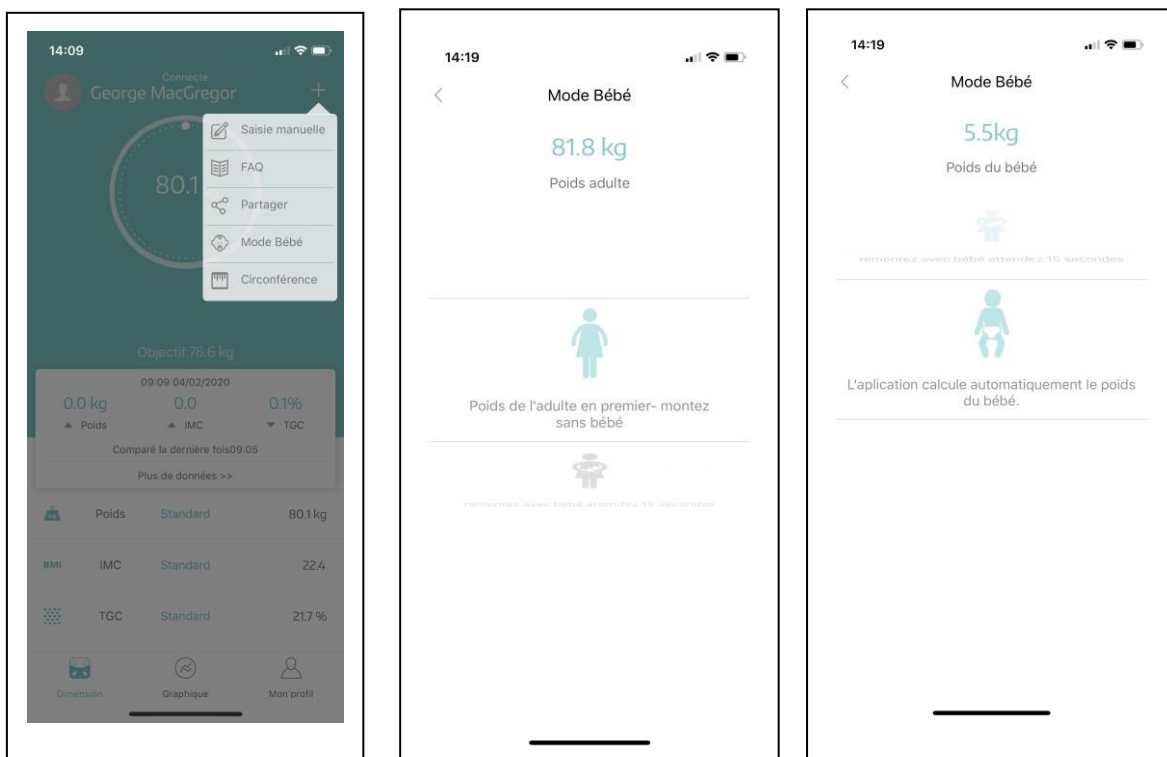


7. Gebruiker toevoegen of wijzigen
- Ga naar het beheerscherf
 - Klik op "nieuwe gebruiker"
 - Het is mogelijk om 10 gebruikers met één account te beheren
 - De weegschaal herkent automatisch elke gebruiker



Hoofdstuk 11: Modus Baby wegen

- Klik op "+" in de rechterbovenhoek van de app
- Een vervolgkeuzevenster wordt geopend
- Kies de "Baby Modus"
- Ga alleen op de weegschaal staan totdat het gewicht wordt weergegeven
- Stap van de weegschaal af om de baby in de armen te nemen en ga dan opnieuw op de weegschaal
- Het scherm toont het gewicht van de baby alleen



Hoofdstuk 12: Hulp bij het oplossen van problemen

Geen Bluetooth-verbinding

- De Bluetooth-functie moet op de telefoon zijn geactiveerd en de weegschaal moet ingeschakeld zijn
- Klik op "mijn profiel" - "apparaat" - "mijn weegschaal" om de verbinding te garanderen

Geen lichaamsanalyse maatregelen

- De gebruiker moet blootsvoets zijn
- De weegschaal en de voeten van de gebruiker moeten droog zijn
- Onderbreek het wegen niet terwijl het scherm knippert (ca. 10 seconden)
- De Bluetooth-functie moet worden geactiveerd
- De telefoon is gekoppeld aan een andere weegschaal

Weegschaal geeft inconsistente gewichten aan

- Kijk na of de weegschaal op een harde en vlakke ondergrond staat
- Haal de batterijen eruit en vervang ze vervolgens om de balans opnieuw op te starten (modellen 8353 - 8464)

De app geeft een onjuiste spier-vetverhouding weer

- Onjuiste instelling van lichaamsparameters
- Controleer of u het juiste geslacht, lengte en leeftijd hebt ingevoerd.

Kalibreer de weegschaal opnieuw na het verplaatsen of vervangen van de batterijen

- Stap op de weegschaal staan om ze in te schakelen
- Stap van de weegschaal af
- De weegschaal kalibreert zichzelf dan automatisch op 0,0 kg.

Foutsymbolen op het weegschaalscherm

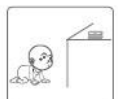
- Lo: lege batterijen – vervang de batterijen (modellen 8353 – 8464) of laad het apparaat op (modellen 8414 – 8359 - 8415)
- Err : overgewicht
- C: Berekeningsfout: stap van het apparaat af en start het proces opnieuw

De weegschaal gaat niet aan

- Haal de batterijen uit en plaats ze vervolgens terug (modellen 8353 – 8464) of laad de weegschaal op door de USB-kabel aan te sluiten op een stopcontact (modellen 8414 – 8359 – 8415)
- Zorg ervoor dat u de batterijen plaatst met inachtneming van de polen

Hoofdstuk 13: Raadgevingen ivm batterijen (niet van toepassing op apparaten zonder batterijen)

- Als de weegschaal lange tijd niet wordt gebruikt, wordt aanbevolen om de batterijen te verwijderen om elk risico op lekkage te voorkomen die de apparatuur kan beschadigen
- Houd batterijen buiten het bereik van kinderen
- Meng geen oude batterijen met nieuwe, verschillende samenstellingen, verschillende merken om mogelijke lekken of ontploffingen te voorkomen
- Verwarm of vervorm de batterijen niet of stel ze niet bloot aan een vlam



Hoofdstuk 14: Weggoien en recyclen

- Als uw apparaat batterijen heeft, mogen deze niet worden weggegooid met huishoudelijk afval: laat ze recyclen door ze in het juiste sorteercircuit te deponeren
- Ga naar uw lokale administratie of verkooppunt om informatie te verkrijgen over recyclingcircuits
- De verpakking is recycleerbaar. Gooi deze weg op een manier die het milieu beschermt door erop te zorgen dat deze via een recyclingkanaal gaat.
- Op het einde van de levensduur van dit apparaat, zorg voor een milieuvriendelijk verwijderingsproces door het naar een recyclingketen te brengen.





Dit apparaat, de accessoires, het elektriciteits snoer en de batterijen worden gerecycleerd
Naar de winkel brengen
of
Naar het containerpark brengen
Inzamelpunten op www.quefairedemesdechets.fr
Geef de voorkeur aan herstellen of weggeven van uw apparaat!

Verpakkingselementen + gebruiksaanwijzing



Wij hebben plastic zakken gebannen uit onze verpakkingen



Little Balance SAS - Z.A. des Petites Ruelles - 28130 Saint-Piat - Frankrijk
balancy@littlebalance.fr – www.littlebalance.net