



OPERATING INSTRUCTIONS

NOTICE D'UTILISATION

GEBRAUCHSANLEITUNG

ISTRUZIONI D'USO

INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO

INSTRUÇÕES DE FUNCIONAMENTO

使用指南

ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

GEBRUIKSAANWIJZING

UK

Thank you for choosing Brabantia. We hope that you will enjoy using the scales for many years and it will help you to monitor your personal fitness. Please read these instructions carefully and keep them for later use. Be sure all users read this booklet before using the scales.

Safety notes:

Important: these scales must not be used by persons with a medical implant (like a pacemaker)!



- The scales are suitable for indoors domestic use only – the scales are not calibrated for medical use – only a medical specialist can make accurate determinations!
- The scales can be slippery when wet – be careful! Never step onto the outer edge of the scales with one foot as this could cause the scales to tip!
- Batteries are dangerous if swallowed – keep scales and batteries out of reach of children.

Use and maintenance

- Do not use during pregnancy – measurements will not be correct due to the amniotic fluid.
- Clean with a lightly dampened cloth without allowing any water to get into the device. Do not use solvents or immerse the product in water or any other liquid. The scales are not watertight.
- Protect the scales against knocks, damp, dust, chemicals, drastic changes in temperature, electromagnetic fields and sources of heat.
- This product is a sensitive electronic instrument and as such may temporarily be affected by Radio Transmitting Devices being used in close proximity to it.
- Scales tested according to CE and FCC norms.
- Please dispose of used batteries in a responsible manner by recycling.
- Remove the batteries if the product is not in use for an extended period. The scales are not suitable for rechargeable batteries.
- Place the scales on a hard, flat surface – accurate weighing is not possible on soft surfaces like carpet, rugs etc.

How does it work?

These Brabantia scales measure the percentage of your body fat, water, muscles and BMI (Body Mass Index). According to the Bio-electrical Impedance Analysis (BIA), (a quick, easy, and safe method). When you step onto the scales with bare feet the scales send a completely harmless and undetectable electrical current and measures the electrical impedance of your body. Muscle tissue and water have good conductivity, and therefore lower resistance. Fatty tissue and bones, on the other hand, have low conductivity as they hold a lower water content than muscles. Low conductivity (= high impedance) points to the presence of more body fat.

The body fat percentage etc. is determined by measuring the electrical resistance in combination with information about your gender, age, height and whether you are sportive or not.

Analysed results may not be accurate for:

- Children under 10 years.
- Competitive athletes and body-builders.
- Pregnant women.
- Persons with fever, dialysis treatment or with symptoms of edema or osteoporosis.
- Persons taking cardiovascular, vascular dilating or vascular constricting medication.
- Persons with anatomic deviations of the legs in relation to total body size.

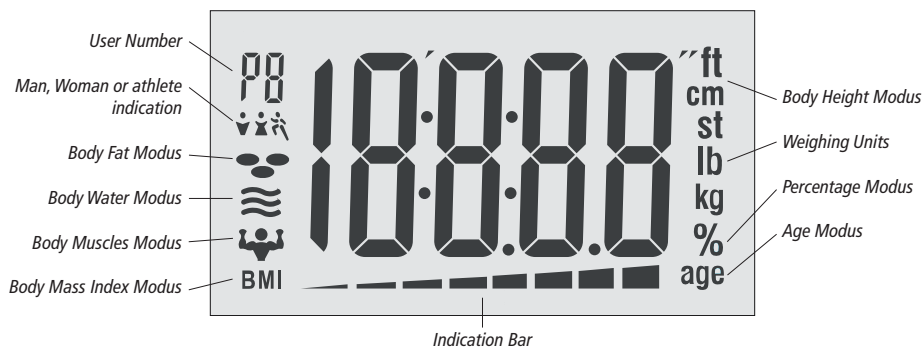
Please note that the measurements of these scales are only an indication – only a medical specialist can make accurate determinations!

General tips for accurate weighing

- To get the most accurate measurements of your body, always weigh yourself at the same time – preferably in the morning, unclothed and with an empty stomach.
- You can only measure your body fat percentage etc. when you stand bare footed on the scales and your soles are not completely dry.
- Step onto the scales and stand still until the correct weight is shown in the display.
- Wait a few hours after unaccustomed strenuous activity.
- Wait ± 15 minutes after getting up in the morning.
- There may be no contact between feet, legs, calves and thighs. Otherwise the measurement will not be performed correctly.

Features

- Max capacity 160 kg/350 lb/25 St – 0.1 kg/0.2 lb/0.02 st. graduations.
- Weight unit kg/lb/st.
- Minimal weight 5 kg.
- Batteries: 4 x AAA/1.5 V.
- Suitable for 8 different users from 10 ~ 99 years old and with a body height from 100 ~ 220 cm/3.2 ~ 7.2 feet.
- Athlete measuring mode.
- Automatic user identification according to the last measured weight.
- Body fat, water and muscle measuring function.
- Fat grade and BMI grade indication.
- Auto-on function.
- Auto-off function to save battery life.



Function keys below the display

- < Touch to decrease the value in the setting mode.
- Touch to confirm the value in the setting mode.
- > Touch to increase the value in the setting mode.



What do you want to do?

Preparing for first use

Open the battery housing in the base of the scales and fit the batteries, making sure the + and – signs on the batteries match the equivalent signs. Close the battery door. If the display shows 0.0 the scales are ready for use.



Change the weighing units

You can change the measuring units from metric to imperial or vice versa (i.e. KG/ST/LB) by simply pressing the button located on the underside of the scales.



Input personal information before use (in this example the unit kg is selected)

After confirming a step, the display will automatically show the next step. Up to 8 users can store their personal information in the scales memory.

1. Touch • to switch on the scales – the user number (e.g. P1) will flash.
2. Touch < or > to select the desired user number and touch • to confirm.
3. Touch < or > to select the gender and/or athlete mode and touch • to confirm.

Please note: if you have a lot of exercise or train at least 5 hours a week, you can choose the athlete mode.

4. Touch < or > to select the value for your body height and touch • to confirm.
5. Touch < or > to select the value for your age and touch • to confirm.

All data will be stored automatically and you can step on the scales if 0.0 is shown on the LCD display. Data must be entered again after battery change.

Measuring (select user manually)

1. Touch • to switch on the scales and touch < or > to select your personal user number. Wait until the LCD display shows 0.0.
2. Stand on the middle of the platform with bare feet.
3. Stand still – the weight data will be locked automatically when stable.
4. The measuring will start automatically with the indication bar moving from left to right.
5. After measuring, the results will be shown three times and then the scales will turn off automatically.
6. Put your measurements in the diary.

Measuring (select user automatically)

1. If your personal information is stored in the memory, the scales will determine your user number by the last measurement of your weight.
2. Step onto the scales with bare feet to switch on the scales.
3. Stand still – the weight data will be locked automatically when stable.
4. If your weight is already stored in the scales memory, your user number will be selected automatically and the measurements will be shown in cycles of three times and the scales will be turned off.
5. If there are other users of the scales whose weight data comes close to your weight, the display will show both user numbers after calculation. You can select your user number by using < and > and touch • to confirm. If there are more users with approximately the same weight, you have to select your personal user number manually.

LCD messages

Lo When Lo is shown, the scales will turn off after a few seconds - time to change the batteries (4 x AAA/1.5 V).

--- Overload indication. Please remove the weight from the scales to protect the scales electronics.

ERR Measuring error indication. The weight is shown only and the scales will turn off after a few seconds. Please step on the scales with bare feet again and stand still until the weighing data is stored. If the problem persists, try to slightly moisten your feet.

ERR Failed identification indication. The weight is shown only and the scales will turn off after a few seconds. Please select your Personal Number (e.g. P1) again and measure once again.

FR

Merci d'avoir choisi Brabantia. Nous espérons que vous apprécierez l'utilisation de votre pèse-personne pendant plusieurs années et qu'il vous permettra de suivre votre forme physique. Nous vous invitons à lire attentivement la notice d'utilisation et à la conserver pour une prochaine utilisation. Assurez-vous que l'ensemble des utilisateurs lisent la notice avant utilisation du pèse-personne.

Consignes de sécurité :

Important : le pèse-personne ne doit pas être utilisé par des personnes portant un implant médical tel qu'un pacemaker !



- Ce pèse-personne convient pour un usage domestique – il n'est pas calibré pour une utilisation médicale – seul un spécialiste médical peut réaliser des déterminations précises !
- Le pèse-personne peut être glissant avec l'humidité – soyez prudents ! Ne vous tenez jamais sur le bord extérieur du pèse-personne il pourrait basculer !
- Les piles sont dangereuses si elles sont avalées – conservez le pèse-personne et les piles hors de portée des enfants.

Utilisation et entretien

- Ne pas utiliser pendant la grossesse – les mesures seront incorrectes dues au liquide amniotique.
- Nettoyez avec un tissu légèrement humide sans laisser pénétrer l'eau dans le dispositif. N'utilisez pas de solvants ou n'immergez pas le produit dans l'eau ou un autre liquide. Le pèse-personne n'est pas résistant à l'eau.
- Protégez le pèse-personne contre les coups, l'humidité, la poussière, les produits chimiques, les fortes variations de température, les champs électromagnétiques et les sources de chaleur trop proches.
- Ce produit est un instrument électronique sensible et peut être temporairement affecté par des dispositifs de transmission radio utilisés à proximité.
- Les pèse-personnes sont testés en accord avec les normes européennes en vigueur et FCC.
- Pensez à recycler vos piles usagées.
- Enlevez les piles si vous n'utilisez pas le produit pendant une période prolongée. Le pèse-personne ne peut être utilisé avec des piles rechargeables.
- Placez le pèse-personne sur une surface dure et plane – une mesure précise n'est pas réalisable sur une surface molle comme de la moquette ou un tapis.

Comment ça fonctionne ?

Ce pèse-personne Brabantia mesure la masse grasseuse, hydrique et musculaire ainsi que l'IMC (Indice de Masse Corporelle) selon l'analyse d'impédance bioélectrique (BIA). Une méthode rapide, facile et sûre. Lorsque vous montez sur le pèse-personne pieds nus, celui-ci envoie un courant électrique inoffensif et indétectable dans votre corps et mesure votre impédance électrique. Les tissus musculaires et l'eau ont une bonne conductivité avec peu de résistance. Les tissus gras et les os, d'un autre côté, ont une faible conductivité car la part d'eau est moins importante que dans les muscles. Une faible conductivité (= haute impédance) indique la présence de plus de masse grasseuse. Le pourcentage de masse grasseuse etc. est déterminé en mesurant la résistance électrique en combinaison avec votre genre, votre âge, votre taille et votre condition physique.

Les résultats peuvent ne pas être précis pour :

- Les enfants de moins de 10 ans.
- Les athlètes de compétition et les body-builders.
- Les femmes enceintes.
- Les personnes fiévreuses, traitées en dialyse, ou sujettes au oedèmes et à l'ostéoporose.
- Les personnes traitées pour des problèmes cardiovasculaire, de dilatation vasculaire et de constriction vasculaire.
- Les personnes sujettes à des déviations anatomiques des jambes en relation avec la taille totale du corps.

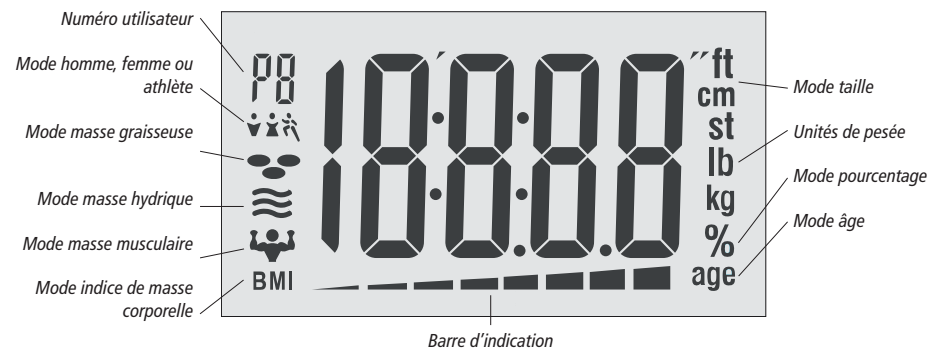
Veillez noter que les mesures du pèse-personne ne sont que des indications – seul un spécialiste médical peut réaliser des déterminations précises !

Conseils généraux pour une mesure précise

- Pour obtenir les meilleures mesures précises pour votre corps, pesez-vous toujours au même moment – de préférence le matin, déshabillé(e) et à jeun.
- Vous pouvez mesurer uniquement le pourcentage de masse grasseuse etc. lorsque vous vous tenez pieds nus sur le pèse-personne et que vos plantes de pieds ne sont pas totalement sèches.
- Montez sur le pèse-personne et ne bougez plus jusqu'à ce que le poids correct s'affiche à l'écran.
- Après une activité intense inhabituelle attendez quelques heures avant la mesure.
- Attendez ± 15 minutes après vous être levé(e) le matin avant la mesure.
- Il ne doit pas y avoir de contact entre les pieds, les jambes, les mollets et les cuisses. Sans quoi, les mesures ne seront pas réalisées correctement.

Caractéristiques

- Capacité maximum 160 kg – graduations à 0.1 kg.
- Unité de mesure kg/lb/st.
- Poids minimum 5 kg.
- Piles : 4 x AAA/1.5 kg.
- Convient pour 8 utilisateurs de 10 à 99 ans et mesurant de 100 à 220 cm.
- Mode athlète.
- Identification de l'utilisateur automatique en fonction de la dernière pesée.
- Fonction mesure masse grasseuse, hydrique et musculaire.
- Indication de masse grasseuse et IMC.
- Fonction allumage.
- Fonction arrêt automatique pour économiser les piles.



Que voulez-vous faire ?

Première mise en service

Ouvrez le compartiment des piles à la base du pèse-personne et placez les piles, en vous assurant que les signes + et – sur les piles correspondent aux signes équivalents. Fermez le compartiment à piles.

Modifier les kg en lb ou st

Vous pouvez changer les unités de mesure du métrique à l'impérial ou vice versa (c'est-à-dire KG/ST/LIB) en appuyant simplement sur le bouton situé sous le pèse-personne.

Enregistrer des informations personnelles avant utilisation (dans cette exemple l'unité kg est sélectionnée)

Après avoir confirmé une étape, l'écran affiche automatiquement l'étape suivante. Jusqu'à 8 utilisateurs peuvent stocker leurs informations personnelles dans la mémoire du pèse-personne.

1. Pressez • pour allumer le pèse-personne – le numéro utilisateur (ex. P1) s'affichera.
2. Pressez < ou > pour sélectionner le numéro utilisateur souhaité et pressez • pour confirmer.
3. Pressez < ou > pour sélectionner le genre et/ou le mode athlète et pressez • pour confirmer.
Notez : si vous pratiquez beaucoup d'exercices ou vous entraînez au moins 5 heures par semaine vous pouvez sélectionner le mode athlète.
4. Pressez < ou > pour sélectionner la valeur pour votre taille et pressez • pour confirmer.
5. Pressez < ou > pour sélectionner la valeur pour votre âge et pressez • pour confirmer.

Toutes les données seront stockées automatiquement, vous pouvez monter sur le pèse-personne une fois que l'écran affichera 0.0. Les données doivent être ré-enregistrées après un changement de piles.



Mesure (sélectionner l'utilisateur manuellement)

1. Pressez **•** pour allumer le pèse-personne et pressez < ou > pour sélectionner votre numéro utilisateur. Attendez jusqu'à ce que l'écran affiche 0.0.
2. Placez-vous au milieu du plateau les pieds nus.
3. Ne bougez pas – les données de pesée seront verrouillées automatiquement une fois stabilisées.
4. La mesure débutera automatiquement, la barre d'indication augmentant de gauche à droite.
5. Après la mesure, les résultats seront affichés 3 fois et le pèse-personne s'arrêtera automatiquement.
6. Inscrivez vos mesures dans le journal.

Mesure (sélectionner l'utilisateur automatiquement)

1. Si vos données personnelles sont stockées dans la mémoire, le pèse-personne déterminera votre numéro utilisateur en fonction de votre dernière pesée.
2. Montez sur le pèse-personne pieds nus pour allumer le pèse-personne.
3. Ne bougez pas – les données de pesée seront verrouillées automatiquement une fois stabilisées.
4. Si votre poids est déjà stocké dans la mémoire du pèse-personne, votre numéro utilisateur sera sélectionné automatiquement.
5. Si un autre utilisateur a un poids se rapprochant du vôtre, l'écran affichera les deux numéros utilisateur après calcul. Vous pouvez sélectionner votre numéro utilisateur en utilisant < ou > et pressez **•** pour confirmer. Si il y a plusieurs utilisateur ayant approximativement le même poids vous devrez sélectionner votre numéro utilisateur manuellement.

Message écran LCD

Lo Une fois la mention Lo affichée, le pèse-personne s'arrête après quelques secondes – il est temps de remplacer les piles (4 x AAA/1.5 V).

---- Indication de surcharge. Veuillez ôter la charge du pèse-personne afin de protéger le système électronique.

ERR Indication d'erreur de mesure. Le poids est uniquement affiché, le pèse-personne s'arrête après quelques secondes. Remontez sur le pèse-personne pieds nus de nouveau et ne bougez plus jusqu'à ce que la pesée soit stockée. Si le problème persiste, humidifiez légèrement vos plantes de pieds.

ERR Indication d'erreur d'identification. Le poids est uniquement affiché et le pèse-personne s'arrête après quelques secondes. Sélectionnez votre numéro personnel (ex. P1) de nouveau et réessayez.

DE

Danke, dass Sie Brabantia gewählt haben. Wir hoffen, dass Sie viel Freude an dieser Waage haben werden und sie Ihnen bei der Kontrolle Ihrer persönlichen Fitness unterstützt. Bitte lesen Sie sorgfältig die Gebrauchsanleitung und bewahren sie diese gut auf. Stellen Sie sicher, dass alle Benutzer der Waage diese Anleitung vor der Verwendung gelesen haben.

Sicherheitshinweise:

Wichtig: Waage darf nicht von Personen mit einem medizinischen Implantat (beispielsweise Herzschrittmacher) verwendet werden!



- Diese Waage ist nur für den häuslichen Gebrauch bestimmt – die Waage ist nicht für den medizinischen Gebrauch bestimmt – nur ein Facharzt kann genaue Messungen vornehmen!
- Die Waage kann bei Nässe rutschig sein – Vorsicht! Nie auf die äußere Kante der Waage treten, da dies zum Kippen der Waage führen kann.
- Gefahr durch Verschlucken von Batterien – lagern Sie Waagen und Batterien außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

Verwendung und Pflegehinweise

- Nicht während der Schwangerschaft verwenden – Messungen sind aufgrund des Fruchtwassers nicht korrekt.
- Reinigen Sie mit einem leicht angefeuchteten Tuch, ohne dass Wasser in das Gerät eindringen kann.
- Verwenden Sie keine Lösungsmittel oder tauchen das Produkt in Wasser oder andere Flüssigkeiten. Die Waage ist nicht wasserdicht.
- Überschreiten Sie nicht die Kapazität der Waage.
- Schützen Sie die Waage vor Stößen, Feuchtigkeit, Staub, Chemikalien, starken Temperaturschwankungen, elektromagnetischen Feldern und Wärmequellen.
- Dieses Produkt ist ein elektronisch empfindliches Instrument und kann als solches vorübergehend durch Funksignale gestört werden.
- Bitte entsorgen Sie verbrauchte Batterien an den dafür vorgesehenen Entsorgungsstellen.
- Entnehmen Sie die Batterien, falls die Waage für einen längeren Zeitraum nicht verwendet wird. Obwohl die Waage auch für wiederaufladbare Batterien geeignet ist, empfehlen wir die Verwendung von normalen Batterien.
- Die Waage wurde entsprechend der CE Normen getestet.
- Stellen Sie die Waage auf einer festen, ebenen Fläche – genaues Wiegen ist auf weichen Untergründen wie Teppich etc. nicht möglich.

Wie funktioniert es?

Diese Brabantia Waage misst den Prozentanteil Ihres Körperfetts, des Wasser- und Muskelanteils sowie den BMI (Body Mass Index) nach der Bio-elektro Impedanz Analyse (BIA). Eine schnelle, einfache und sichere Methode. Wenn Sie barfuß auf die Waage steigen, leitet die Waage einen völlig harmlosen und nicht nachweisbaren Strom und misst so die elektrische Impedanz des Körpers. Muskelgewebe und Wasser haben eine gute Leitfähigkeit und daher einen geringen Widerstand. Fettgewebe und Knochen haben dementsprechend eine geringe Leitfähigkeit, da sie einen geringeren Wasseranteil als Muskeln haben. Niedrige Leitfähigkeit (=hohe Impedanz) deutet daher auf mehr Körperfett hin. Der Körperfettanteil usw. wird durch die Messung des elektrischen Widerstandes in Kombination mit den Daten des Geschlechts, Alter, Größe und, ob Sie Sport treiben oder nicht, errechnet.

In folgenden Fällen sind die Messungen evt. nicht genau:

- Kinder unter 10 Jahren.
- Leistungssportler und Bodybuilder.
- Schwangerschaft.
- Personen mit Fieber, Dialysebehandlung, Symptome auf Ödeme oder Osteoporose.
- Personen, die kardiovaskuläre, gefäßerweiternde oder -verengende Medikamente nehmen.
- Personen mit anatomischen Abweichungen der Beine im Verhältnis zur Körpergröße.

Bitte beachten Sie, dass Messungen der Waage nur einen Indiz darstellen – nur ein Facharzt kann genaue Messungen vornehmen!

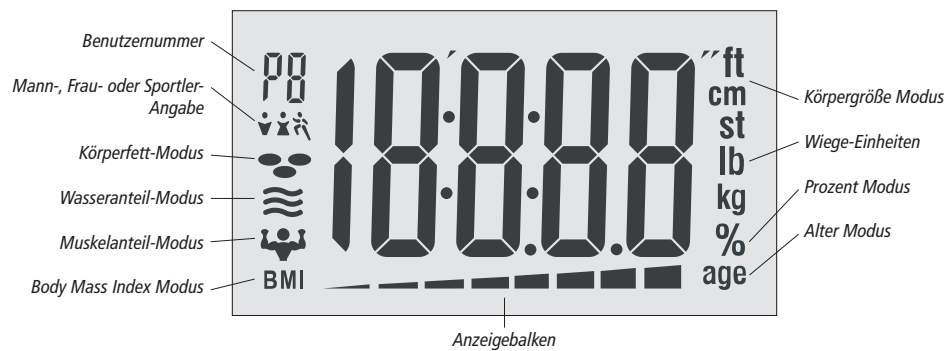
Allgemeine Tipps zum genauen Wiegen:

- Um die genauesten Messungen Ihres Körpers zu erhalten, wiegen Sie sich immer zur gleichen Zeit – vorzugsweise morgens, unbedeutend und mit leeren Magen.
- Sie können nur Messungen vornehmen, wenn Sie barfuß die Waage betreten und die Fußsohlen nicht ganz trocken sind.
- Betreten Sie die Waage und bleiben still stehen, bis das richtige Gewicht im Display angezeigt wird.
- Warten Sie ein paar Stunden nach ungewohnter körperlicher Anstrengung.
- Warten Sie ± 15 Minuten nach dem Aufstehen am Morgen.
- Es soll kein Kontakt zwischen den Füßen, Beinen, Waden und Oberschenkeln sein. Ansonsten kann die Messung nicht korrekt vorgenommen werden.

Merkmale

- Max Kapazität 160 kg – 0.1 kg Abstufungen.
- Wiege-Einheit kg/lb/st.
- Min Gewicht 5 kg.
- Batterien: 4 x AAA/1.5 V.
- Geeignet für bis zu 8 unterschiedliche Benutzer im Alter von 10 – 99 Jahren und mit einer Körpergröße von 100 – 220 cm.
- Sportler-Messmodus.
- Automatische Benutzer-Identifikation nach letztem Messgewicht.
- Körperfett, Wasser- und Muskelanteil Messfunktion.
- Fettanteil und BMI Angaben.
- Auto-on Funktion.
- Auto-off Funktion zum Sparen von Batterien.





Funktionstasten unter dem Display

- < Drücken Sie, um den Wert im Einstellmodus zu verringern.
- Drücken Sie, um den Wert im Einstellmodus zu bestätigen.
- > Drücken Sie, um den Wert im Einstellmodus zu erhöhen.



Was möchten Sie machen?

Vorbereitung der Waage vor dem ersten Gebrauch

Öffnen Sie das Batteriefach der Waage und legen Sie Batterien so ein, dass die + und – Zeichen übereinstimmen. Sobald das Display 0.0 anzeigt, ist die Waage einsatzbereit.



Wechseln der Wiegeeinheit

Sie können die Maßeinheit von metrisch auf imperial oder umgekehrt (d.h. kg/st/lb) ändern, indem Sie einfach die units/up-Taste auf der Unterseite der Waage drücken.



Eingabe der persönlichen Daten vor der Benutzung (in diesem Beispiel wurde die Einheit kg ausgewählt).

Nach Bestätigung einer Eingabe, wechselt das Display automatisch zur nächsten Eingabe. Bis zu 8 Personen können Ihre persönlichen Daten speichern lassen.

1. Drücken Sie • zum Einschalten der Waage – Die Benutzernummer (zum Beispiel P1) blinkt.
2. Drücken Sie < oder > zur Auswahl der gewünschten Benutzernummer und drücken • zur Bestätigung.
3. Drücken Sie < oder > zur Auswahl des Geschlechts und/oder des Sportlermodus und drücken • zur Bestätigung. Bitte beachten Sie: Wenn Sie mindestens 5 Stunden pro Woche trainieren, können Sie den Sportlermodus wählen.
4. Drücken Sie < oder > zur Auswahl ihrer Körpergröße und drücken • zur Bestätigung.
5. Drücken Sie < oder > zur Auswahl ihres Alters und drücken • zur Bestätigung.

Die gesamten Daten werden automatisch gespeichert und Sie können die Waage betreten, sobald 0.0 im Display angezeigt wird. Die Daten müssen nach einem Batteriewechsel erneut eingegeben werden.

Wiegen (Manuelle Auswahl des Benutzers)

1. Drücken Sie • zum Einschalten der Waage und drücken < oder > zur Auswahl Ihrer persönlichen Benutzernummer. Warten Sie bis im Display 0.0 angezeigt wird.
2. Stellen Sie sich barfuß auf die Mitte der Waage.
3. Stehen Sie still – die Gewichtsdaten werden dann automatisch gespeichert.
4. Die Messung startet automatisch mit dem Start des Anzeigebalkens von links nach rechts.
5. Nach der Messung wird das Ergebnis dreimal angezeigt, bevor sich die Waage automatisch abschaltet.
6. Tragen Sie Ihre Daten in das Tragebuch.

Wiegen (Automatische Auswahl des Benutzers)

Falls ihre persönlichen Daten gespeichert wurden, wählt die Waage automatisch basierend auf ihren letzten Gewichtsangaben die Benutzernummer aus.

1. Betreten Sie barfuß die Waage, um diese einzuschalten.
2. Stehen Sie still – die Gewichtsangaben werden dann automatisch gespeichert.
3. Wenn Ihr Gewicht schon in der Waage gespeichert ist, wird Ihre Benutzernummer automatisch gewählt und die Messungen dreimal angezeigt bevor die Waage sich automatisch ausschaltet.

Wenn das Gewicht eines anderen Benutzers Ihrem Gewicht ähnelt, erscheinen auf dem Display beide Benutzernummern. Sie können Ihre Benutzernummer mit < und > auswählen und zur Bestätigung • drücken. Wenn es mehrere Benutzer mit einem ähnlichen Gewicht gibt, müssen Sie Ihre Benutzernummer manuell auswählen.

LCD messages

Lo Sobald lo angezeigt wird, schaltet sich die Waage automatisch nach einigen Sekunden aus - Batterien auswechseln (4 x AAA/1.5 V).

----- Überlastung. Bitte verlassen Sie zum Schutz der Elektronik die Waage.

ERR Wiegefehler. Das Gewicht wird nur angezeigt und die Waage schaltet sich nach einigen Sekunden aus. Bitte betreten Sie die Waage erneut barfuß und bleiben still stehen, bis das Gewichtsdatum gespeichert wurde. Wenn das Problem weiterhin besteht, feuchten Sie Ihre Füße etwas an.

ERR Fehlgeschlagene Identifizierung. Das Gewicht wird nur angezeigt und die Waage schaltet sich nach einigen Sekunden aus. Bitte wählen Sie erneut ihre Benutzernummer (beispielweise P1) aus und wiegen sich erneut.

IT

Grazie per avere scelto Brabantia. Ci auguriamo che possa utilizzare questo prodotto per molti anni tenendo sotto controllo la forma fisica. Per cortesia legga attentamente le istruzioni del manuale mantenendolo al sicuro per future consultazioni.

Norme di sicurezza:

Importante: La bilancia non deve essere utilizzata da portatori di dispositivi medici (come pacemaker)!

- La bilancia è adatta solo per uso domestico – non è impostata per uso medico – solo uno specialista può effettuare diagnosi precise!

- Se la bilancia è umida diventa scivolosa - fate attenzione! Non salite mai solo dal bordo: la bilancia può capovolgersi!

- Le batterie se ingerite sono pericolose – tenete bilancia e batterie fuori dalla portata dei bambini.



Uso e manutenzione

- Non usare in caso di gravidanza – il liquido amniotico non permette misurazioni corrette.

- Pulire con panno leggermente inumidito evitando che l'acqua entri nel dispositivo. Non usare solventi o immergere il prodotto in acqua o altri liquidi. La bilancia non è a tenuta stagna.

- Proteggere la bilancia da urti, umidità, polvere, prodotti chimici, forti sbalzi di temperatura, campi elettromagnetici e fonti di calore troppo vicine.

- Come tutti gli strumenti elettronici è sensibile alle onde elettromagnetiche causate da altri dispositivi utilizzati nelle vicinanze.

- Bilancia testata come da normative CE.

- Si prega di smaltire le batterie scariche negli appositi contenitori per la raccolta differenziata.

- Rimuovere le batterie se il prodotto non viene utilizzato per un tempo prolungato. La bilancia non è adatta per utilizzo con batterie ricaricabili.

- Collocare la bilancia su superficie dura e piatta – non è possibile pesarsi correttamente su basi morbide come moquette, tappeti ecc.

Come funziona?

La bilancia Brabantia misura la percentuale di grasso corporeo e acqua, la massa muscolare e BMI (Indice di Massa Corporea) in base all'analisi bio-impedenziometrica (BIA). Un metodo veloce, facile e sicuro. Salendo scalzi sulla bilancia, viene inviato un impulso elettrico innocuo e non percettibile, che misura l'impedenza elettrica del vostro corpo. La massa muscolare e l'acqua hanno una buona conducibilità, quindi una resistenza inferiore. Il tessuto adiposo e l'ossatura, al contrario, hanno una bassa conducibilità e contenuto di acqua inferiore rispetto ai muscoli. Bassa conducibilità (impedenza = alto) indica la presenza di grasso corporeo.

La percentuale di massa grassa ecc. è determinata misurando la resistenza elettrica abbinata ad informazioni quali il sesso, l'età, l'altezza ed il grado di attività fisica.

Analisi del corpo non idonea per:

- Bambini di età inferiore ai 10 anni.

- Atleti professionisti e body-builders.

- Donne in gravidanza.

- Persone con febbre, dializzati o con edemi oppure osteoporosi.

- Persone che seguono trattamenti con farmaci per motivi cardiovascolari, dilatazioni vascolari.

Tener presente che le misure rilevate sono indicative – solo uno specialista può effettuare diagnosi precise!

Consigli generali per pesarsi correttamente

- Per maggior precisione, pesarsi sempre alla stessa ora –

preferibilmente il mattino, senza indumenti ed a stomaco vuoto.

- Si può misurare la percentuale di grasso corporeo ecc., solo a piedi scalzi e completamente asciutti.

- Salire sulla bilancia ed attendere che appaia il peso sul display.

- Dopo aver effettuato attività fisica, attendere alcune ore prima di pesarsi.

- Attendere ± 15 minuti dopo essersi alzati il mattino.

- Per una corretta misurazione, nessun'altra parte del corpo deve venire a contatto col piano della bilancia.

Caratteristiche

- Capacità massima 160 kg – divisione 0.1 kg.

- Unità di pesatura kg/lb/st.

- Pesata minima 5 kg.

- Batterie: 4 x AAA/1.5 V.

- Disponibile per 8 differenti utenti con età compresa fra 10 ~ 99 anni e con altezza da 100 ~ 220 cm.

- Modalità di misurazione per atleti.

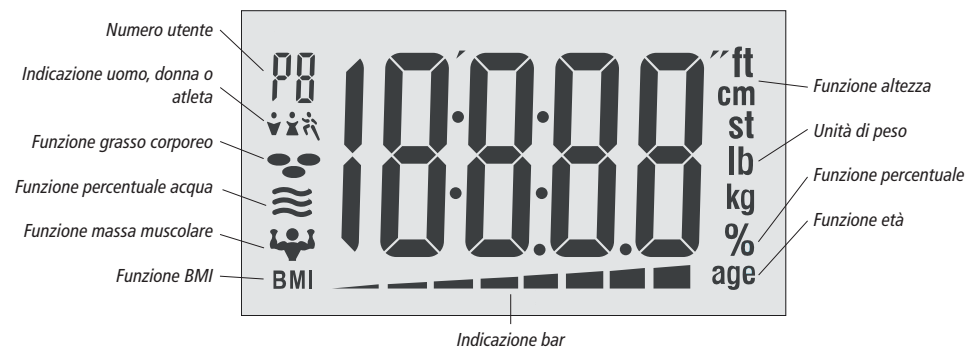
- Riconoscimento automatico utente in base all'ultima pesatura.

- Funzione per misurare percentuale di grasso corporeo ed acqua e massa muscolare.

- Rilevazione grasso corporeo ed indicazione BMI.

- Funzione autoaccensione.

- Funzione spegnimento automatico per maggior durata delle batterie.



Tasti funzione sotto il display

• Premere per diminuire il valore nelle impostazioni.

• Premere per confermare il valore nelle impostazioni.

> Premere per aumentare il valore nelle impostazioni.

Cosa devi fare?

Istruzioni per il primo utilizzo

Inserire le batterie nell'alloggio sul fondo della bilancia, facendo attenzione che i segni + e – corrispondano. Chiudere lo sportello.



Conversione da kg a lb o st

È possibile modificare le unità di misura da sistema metrico a imperiale o viceversa (cioè KG/ST/LB) semplicemente premendo il pulsante nella parte inferiore della bilancia.



Inserimento informazioni personali prima dell'uso

Dopo la conferma di un passaggio, il display mostra automaticamente il passaggio successivo. 8 utenti diversi possono inserire le informazioni personali nella memoria.

1. Premere • per accendere la bilancia – il numero utente (esempio P1) si illumina.

2. Premere < 0 > per selezionare il numero a voi corrispondente e premere • per conferma.

3. Premere < 0 > per selezionare sesso e/o modalità atleta e premere • per conferma.

Attenzione: se vi esercitate almeno 5 ore a settimana, potete scegliere la modalità atleta.

4. Premere < 0 > per inserire la vostra altezza e premere • per conferma.

5. Premere < 0 > per inserire la vostra età e premere • per conferma.

Tutti i dati sono ora memorizzati e potete salire sulla bilancia se il display mostra 0.0. I dati devono essere nuovamente inseriti dopo aver cambiato le batterie.

Misurazione (selezione utente manuale)

1. Premere **•** per accendere la bilancia e **< o >** per selezionare il proprio numero utente. Attendere finché il display mostra 0.0.
2. Appoggiare i piedi al centro del piatto.
3. Rimanere in posizione - il peso verrà evidenziato.
4. Se iniziará la media automáticamente con un movimiento de izquierda a derecha de la barra indicadora.
5. Dopo la misurazione, il risultato appare 3 volte e la bilancia si spegne automaticamente.
6. Inserire le misure nell'agenda.

Misurazione (selezione utente automatica)

Se le vostre informazioni personali sono memorizzate, la bilancia riconosce il numero utente a voi abbinato in base all'ultima pesatura.

1. Salire al centro del piatto scaldi per accendere la bilancia.
2. Rimanere in posizione - il peso verrà evidenziato.
3. Se il vostro peso è già memorizzato, si selezionerà automaticamente il vostro numero utente ed i dati appariranno 3 volte dopodiché la bilancia si spegne automaticamente.

Se altri utenti hanno un peso simile al vostro, il display visualizzerà entrambi i numeri. È possibile selezionare il numero di utente utilizzando **<e>** e selezionare **•** per confermare. Se ci sono più utenti con stesso peso, è necessario selezionare il proprio numero utente manualmente.

Messaggi LCD

Lo Quando Lo appare, la bilancia si spegne dopo pochi secondi – necessario cambiare le batterie (4 x AAA/1.5 V).

---- Sovraccarico. Scendere dalla bilancia per non danneggiare la parte elettronica.

ERR Indicatore errore misurazione. Appare solo il peso e la bilancia si spegne dopo pochi secondi. Salire nuovamente e rimanere fermi finché il peso viene memorizzato. Se il problema persiste, inumidire leggermente i piedi.

ERR Identificazione fallita. Appare solo il peso e la bilancia si spegne dopo pochi secondi. Selezionare il proprio numero utente (esempio P1) di nuovo e pesarsi.

ES

Gracias por haber escogido Brabantia. Esperamos que disfrute utilizando la báscula durante muchos años y que le ayude a controlar su forma física. Lea atentamente las instrucciones y guárdelas para futuras referencias. Asegúrese de que todos los usuarios hayan leído estas instrucciones antes de utilizar la báscula.

Notas de seguridad:

Importante: báscula no apta para personas con un implante médico (tipo marcapasos).

-Apta para uso doméstico en interiores. No está calibrada para uso médico, tan sólo un especialista médico podrá sacar conclusiones exactas.

-La báscula puede ser resbaladiza cuando está mojada: ¡tenga cuidado! Nunca suba por un solo lado sobre el borde exterior de la báscula porque puede volcarse.

-Es peligroso tragarse las pilas – mantenga la báscula y las pilas fuera del alcance de los niños.



Uso y mantenimiento

-No utilice la báscula si está embarazada - las medidas no serán correctas debido al líquido amniótico.

-Limpieza con un paño ligeramente humedecido sin dejar que penetre agua en el interior del aparato. No utilice disolventes ni sumerja la báscula en agua ni en ningún otro líquido: no es impermeable.

-Proteja la báscula de golpes, humedad, polvo, sustancias químicas, grandes cambios de temperatura, campos electromagnéticos y de la cercanía de fuentes de calor.

-Este producto es un instrumento electrónico sensible y como tal puede resultar temporalmente afectado por dispositivos radiotransmisores utilizados en su proximidad.

-La báscula ha sido probada conforme a las normas CE.

-Deseche las pilas agotadas a través de las vías de reciclaje adecuadas.

-Retire las pilas si no va a utilizar el producto durante un largo periodo de tiempo. La báscula no es apta para pilas recargables.

-Coloque la báscula en una superficie lisa y resistente - no se obtendrá un peso exacto si se usa en superficies blandas, como alfombras.

¿Cómo funciona?

Esta báscula de Brabantia mide el porcentaje de agua, musculatura y grasa corporales, así como el IMC (índice de masa corporal) conforme al Análisis de impedancia bioeléctrica (BIA), un método rápido, sencillo y seguro. Cuando se sube descalzo, la báscula envía una corriente completamente inocua e indetectable que mide la impedancia eléctrica corporal. El tejido muscular y el agua son buenos conductores, por lo que ofrecen menor resistencia. El tejido grasa y los huesos, al contrario, son malos conductores, dado que presentan un contenido en agua más bajo que los músculos. Una conductividad baja (= alta impedancia) indica una presencia mayor de grasa corporal. El porcentaje de grasa corporal, entre otros, se determina midiendo la resistencia eléctrica en combinación con información sobre el sexo, la edad, la altura y el hecho de si se hace deporte o no.

Puede que los resultados no sean exactos en:

- Niños menores de 10 años.
- Atletas y culturistas de competición.
- Mujeres embarazadas.
- Personas con fiebre, en tratamiento para diálisis o con síntomas de edema u osteoporosis.
- Personas con medicación cardiovascular, con acción dilatadora o constrictora vascular.
- Personas con desviaciones anatómicas en las piernas en relación con el tamaño total del cuerpo.

Tenga en cuenta que las medidas obtenidas son puramente indicativas y que tan sólo un especialista médico puede sacar conclusiones exactas.

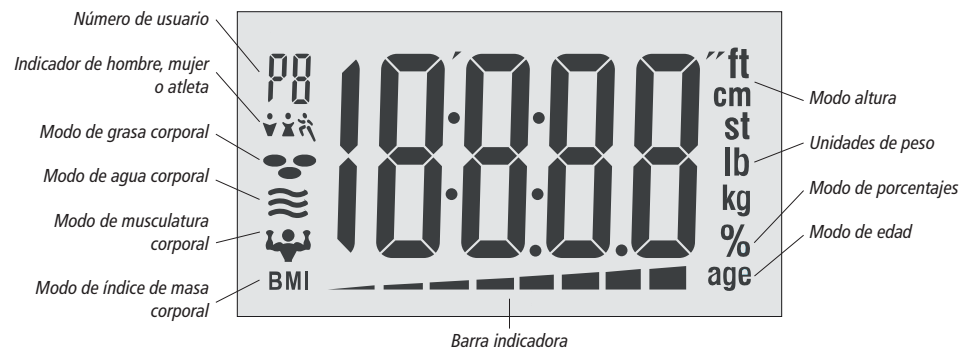
Consejos generales para obtener resultados exactos

- Para obtener resultados con exactitud óptima, deberá pesarse siempre a la misma hora, preferentemente por la mañana, desnudo y antes de ingerir alimentos.
- Solamente puede medir el porcentaje de grasa corporal si se sube descalzo a la báscula, sin que las plantas de los pies estén completamente secas.
- Suba a la báscula y permanezca quieto hasta que se muestre el peso correcto en la pantalla.
- Espere unas horas si ha realizado una actividad agotadora inusual.
- Espere ± 15 minutos después de levantarse por la mañana.
- No junte los pies, las piernas, las pantorrillas ni los muslos, de lo contrario las medidas obtenidas no serán correctas.

Características

- Capacidad máxima de 160 kg. – graduaciones de 0.1 kg.
- Unidades de peso en kg/lb/st.
- Peso mínimo de 5 kg.
- Pilas: 4 x AAA/1.5 V.
- Apta para 8 usuarios distintos de 10 a 99 años de edad con una altura de 100 a 220 cm.
- Modo de peso de atleta.
- Identificación de usuario automática que muestra los últimos resultados.
- Función de medida de agua, musculatura y grasa corporales.
- Indicador del nivel de grasa y de IMC.
- Función de auto-inicio.
- Función de auto-apagado para ahorrar pilas.





Teclas debajo de la pantalla

- < Pulse aquí para disminuir el valor del modo de configuración.
- Pulse aquí para confirmar el valor del modo de configuración.
- > Pulse aquí para aumentar el valor del modo de configuración.



¿Qué desea hacer?

Preparar la báscula para utilizarla por primera vez

Abra el compartimento para pilas situado en la base de la báscula y coloque las pilas. Asegúrese de colocar los signos + y - de las pilas en la posición correcta. Cierre la tapa del compartimento.



Cambiar las unidades de medida

La unidad de medida puede cambiarse de métrica a imperial y viceversa (es decir KG/ST/LB) pulsando el botón situado en la parte inferior de la báscula.



Introducir información personal antes de usar la báscula (en este ejemplo se ha seleccionado la unidad kg.)

Tras confirmar un paso, la pantalla mostrará automáticamente el siguiente. La memoria de la báscula puede almacenar información personal de hasta 8 usuarios.

1. Pulse • para encender la báscula – el número de usuario (e.g. P1) parpadeará.
2. Pulse < o > para seleccionar el número de usuario deseado y pulse • para confirmar.
3. Pulse < o > para seleccionar el sexo y/o el modo atleta y pulse • para confirmar.
Nota: si realiza mucho ejercicio o si entrena al menos 5 horas a la semana, puede escoger el modo atleta.
4. Pulse < o > para seleccionar la altura y pulse • para confirmar.
5. Pulse < o > para seleccionar la edad y pulse • para confirmar.

Se almacenarán automáticamente todos los datos y puede subirse cuando aparezca 0,0 en la pantalla LCD. Cuando se cambien las pilas hay que introducir los datos de nuevo.

Medidas (selección manual del usuario)

1. Pulse • para encender la báscula y pulse < o > para seleccionar el número personal de usuario. Espere hasta que figure 0.0 en la pantalla LCD.
2. Colóquese descalzo en el centro de la báscula.
3. Permanezca quieto - los datos de peso se registrarán automáticamente cuando esté estable.
4. Se iniciará la medida automáticamente con un movimiento de izquierda a derecha de la barra indicadora.
5. Una vez realizadas las medidas, se mostrarán los resultados 3 veces y la báscula se apagará automáticamente.
6. Anote los resultados en el diario.

Medidas (selección automática del usuario)

Si su información personal está grabada en la memoria, la báscula determinará su número de usuario en base a los resultados de la última vez que se pesó.

1. Colóquese descalzo en la báscula para encenderla.
2. Permanezca quieto - los datos de peso se registrarán automáticamente cuando esté estable.
3. Si ya está grabado su peso en la memoria de la báscula, se seleccionará automáticamente su número de usuario y se mostrarán los resultados en series de tres veces. Luego se apagará.

En el caso de que algún otro usuario tenga un peso similar al suyo aparecerán en la pantalla ambos números de usuario. Podrá seleccionar el número de usuario correcto pulsando < and > y luego • para confirmar. En el caso de que haya más usuarios con el mismo peso aproximado tendrá que seleccionar su número de usuario manualmente.

Mensajes en la pantalla LCD

Lo Cuando aparezca "lo" en la pantalla, la báscula se apagará transcurridos unos segundos - hay que cambiar las pilas (4 x AAA/1.5 V).

--- Indicador de sobrecarga. Retire el peso de la báscula para proteger la electrónica del aparato.

ERR Indicador de error de medida. Solamente aparecerá el peso y la báscula se apagará tras unos segundos. Colóquese de nuevo descalzo sobre la báscula y permanezca quieto hasta que se graben los datos. Si el problema persiste, humedezca ligeramente los pies.

ERR Indicador de identificación fallida. Solamente aparecerá el peso y la báscula se apagará tras unos segundos. Seleccione su Número Personal (ej. P1) de nuevo y vuelva a pesarse.

PT

Obrigado por escolher Brabantia. Esperamos que goste de utilizar a balança por muitos anos e que o ajude a monitorizar a sua condição física. Por favor leia com cuidado as instruções de uso e guarde-as para uso posterior. Certifique-se que todos os utilizadores podem ler este folheto antes de utilizar a balança.

Notas de segurança

Importante: esta balança não deve ser utilizada por pessoas com implantes médicos (como pacemaker)!



- A balança é adequada ao uso doméstico – a balança não está calibrada para uso médico – só um médico especialista pode fazer determinações precisas!
- A balança pode ser escorregadia se estiver molhada: tenha cuidado! Nunca suba apenas por um dos lados exterior da balança: perigo de tombar!
- As baterias são perigosas se engolidas – mantenha a balança e as baterias fora do alcance das crianças.

Uso e manutenção

- Não usar durante a gravidez – as medidas não serão corretas devido ao líquido amniótico.
- Limpe com um pano ligeiramente humedecido sem deixar que entre água no aparelho. Não utilize solventes nem mergulhe a balança na água ou qualquer outro líquido. A balança não é à prova de água.
- Proteja a balança de danos, humidade, pó, substância químicas, grandes diferenças de temperatura, campos electromagnéticos e próximos de fontes de calor.
- Este produto é um instrumento eletrónico sensível e por isso pode ser afetado temporariamente por dispositivos radiotransmissores.
- A balança foi testada de acordo com as normas CE.
- Por favor recicle as pilhas usadas.
- Retire as pilhas caso o produto não seja utilizado por um longo período. A balança não está preparada para pilhas recarregáveis.
- Coloque a balança sobre uma superfície dura e plana – pesagem precisa não é possível em superfícies macias como carpetes, tapetes etc.

Como funciona?

Corporal) de acordo com Bio-electrical Impedance Analysis (BIA). Um método rápido, fácil e seguro. Quando sobe para a balança com os pés descalços a balança envia uma corrente elétrica completamente inofensiva e indetectável e mede a tensão elétrica do seu corpo. Tecido muscular e água têm boa condutividade, portanto menor resistência. Tecido adiposo e ossos, por outro lado, têm condutividade baixa, pois eles mantêm um conteúdo de água mais baixo que os músculos. Baixa condutividade (= alta tensão) aponta para a presença de maior gordura corporal. A gordura corporal etc. é determinada medindo a resistência elétrica, em combinação com a informação sobre o seu sexo, idade, altura e se é desportista ou não.

Análise de resultados podem não ser precisos para:

- Crianças com menos de 10 anos.
- Atletas de alta competição e musculação.
- Mulheres grávidas.
- Pessoas com febre, tratamento de diálise ou com sintomas de edema ou osteoporos.
- Pessoas tomando medicação cardiovascular, dilatação vascular ou constrição vascular.
- Pessoas com desvios anatómicos das pernas em relação ao tamanho total do corp.

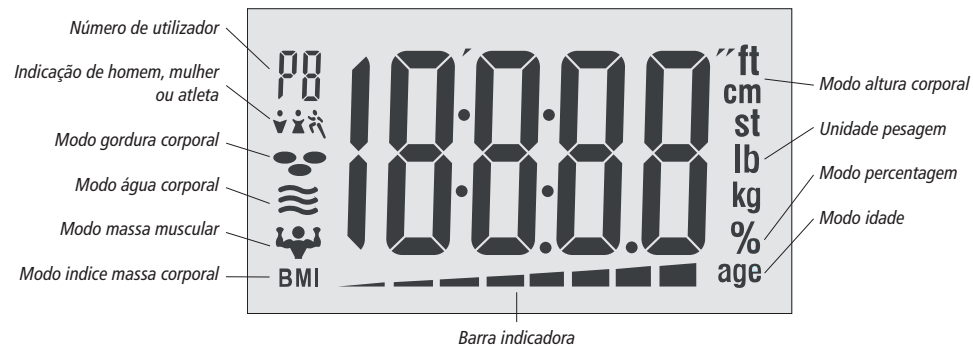
Por favor note que a medição desta balança é meramente indicativa - só um médico especialista pode fazer determinações precisas!

Dicas para pesagem de precisão:

- Para conseguir medições precisas do seu corpo, pese-se sempre na mesma altura – preferivelmente de manhã, sem roupa e de estômago vazio.
- Só pode medir a percentagem de gordura corporal etc. quando estiver de pés descalços em cima da balança, e sem as solas completamente secas.
- Suba para a balança e fique imóvel até que o peso correto surja no visor.
- Aguarde algumas horas após uma atividade extenuante a que não está acostumado.
- Aguarde ± 15 minutos depois de levantar-se de manhã.
- Não deve haver contato entre pés, pernas e coxas. Caso contrário a medida não será executada corretamente.

Características

- Capacidade máxima 160 kg – 0.1 kg graduações.
- Unidade de peso kg/lb/st.
- Peso mínimo 5 kg.
- Baterias: 4 x AAA/1.5 V.
- Capacidade para 8 utilizadores diferentes entre os 10 – 99 anos de idade e com altura entre 100 – 220 cm.
- Modo de medição atleta.
- Identificação automática do utilizador de acordo com a última medição de peso.
- Função medição de gordura corporal, água e músculo.
- Indicação de gordura e IMC.
- Função Auto-on
- Função Auto-off para poupar baterias.



Teclas de função em baixo do visor

- < Carregue para diminuir o valor no modo de ajuste.
- Carregue para confirmar o valor no modo de ajuste.
- > Carregue para aumentar o valor no modo de ajuste.

O que pretende fazer?

Primeira utilização

Abra na base da balança o local das pilhas e coloque-as correctamente, certifique-se que os sinais + e – nas pilhas estão na posição correcta. Feche a tampa das pilhas.



Alterar de kg para lb ou st

Você pode alterar as unidades de medição de métricas para imperial ou vice-versa KG (IE/ST/LB) simplesmente pressionando as botão localizado na parte inferior da escala.



Introduza a informação pessoal antes de usar (neste exemplo a unidade kg está seleccionada)

Após confirmação deste passo, o visor mostrará automaticamente o próximo passo. Pode armazenar até 8 utilizadores a informação pessoal na memória da balança.

1. Pressione • para mudar na balança – o número de utilizador aparecerá.
2. Pressione < ou > para seleccionar o utilizador desejado e pressione • para confirmar.
3. Pressione < ou > para seleccionar o sexo e/ou modo atleta e pressione • para confirmar. Note por favor: se pratica muito exercício ou treino de pelo menos 5 horas por semana, pode seleccionar o modo atleta.
4. Pressione < ou > para seleccionar o valor da sua altura e pressione • para confirmar.
5. Pressione < ou > para seleccionar o valor da sua idade e pressione • para confirmar.

Toda a informação será armazenada automaticamente e pode subir para a balança se o visor LCD mostrar 0.0. A informação deve ser novamente colocada se mudar as baterias.

Medição (selecionar utilizador manualmente)

1. Pressione **•** para mudar na balança e pressione **< ou >** para selecionar o seu número de utilizador. Aguarde até o visor LCD mostrar 0.0.
2. Posicione-se no meio da plataforma da balança com os pés descalços.
3. Mantenha-se imóvel – o peso será memorizado automaticamente.
4. A medição iniciará automaticamente com a barra indicadora a mover-se da esquerda para a direita.
5. Após a medição, os resultados aparecerão 3 vezes e a balança desliga-se automaticamente.
6. Coloque as medições no diário.

Medição (selecione utilizador automaticamente.)

Se a sua informação pessoal estiver gravada na memória, a balança irá determinar o seu número de utilizador através da medida do seu peso.

1. Suba para a balança com os pés descalços para ligar a balança.
2. Mantenha-se imóvel - o peso será memorizado automaticamente.
3. Se o seu peso estiver memorizado na balança, o seu número de utilizador será selecionado automaticamente e as medições serão mostradas em ciclos de três vezes e a balança desligará.

Se existe outro utilizador da balança cujo peso é próximo do seu, o visor mostrará ambos os números de utilizador. Pode selecionar o seu número de utilizador usando **< e >** e pressionando **•** para confirmar. Se existirem mais utilizadores com o mesmo peso aproximado terá que selecionar o seu número de utilizador manualmente.

Mensagens LCD

LO Quando LO é mostrado, a balança desliga-se após alguns segundos – de mudar as baterias (4 x AAA/1.5 V).

----- Indicação de sobregarga. Por favor retire o peso da balança para proteger a parte eletrónica da balança.

ERR Indicação de erro na medição. Só o peso será mostrado e a balança desliga-se após alguns segundos. Por favor suba para a balança com os pés descalços novamente e mantenha-se imóvel até o peso ser memorizado. Se o problema persistir, tente humedecer ligeiramente os pés.

ERR Falha na identificação. Só o peso será mostrado e a balança desliga-se após alguns segundos. Por favor selecione o seu número de utilizador (e.g. P1) novamente e meça mais uma vez.

CN

谢谢您选择Brabantia的产品。愿您在未来的许多年可以享受我们的产品。请仔细阅读操作指南，并且妥善保存以备未来使用。确保所有使用者在使用前阅读指南。

安全贴士：

重要：不适合带有医学植入体的人群使用（例如心脏起搏器）！

-人体分析秤只适合室内家庭使用。不具医疗用途- 只有专业的医疗专家能精确测定分析！

-受潮后底部将变得很滑- 请小心！切勿一只脚站上秤的边缘，可能会造成秤滑动！

-如果误吞电池将造成危险- 请将秤和电池远离儿童。



使用和维护

-怀孕期间请勿使用- 羊水导致测量结果不精确。

-清洁时请用稍微沾湿的抹布，切勿使水进入内部。请勿使用任何溶剂或浸泡在清洁剂、水或其他液体中。无防水功能。

-远离敲击、潮湿、污染、化学剂、剧烈温差、电子干扰或热源。

-此产品是敏感的电子仪器，无线电发射设备接近时将导致其短暂失灵。

-根据CE规范进行测试。

-请将废弃电池放入环保分类卫生桶。

-长期不使用产品时请卸下电池。不适合使用可再充电的电池。

-将秤安放在坚固、平稳的表面- 在柔软的表面无法精确测量，如地毯上。

如何使用？

人体分析秤可测量人体的脂肪、水份、肌肉和体质指数。根据生物电阻抗分析法（一种快速、简单和安全的方法）。当光脚站立上去时，秤会发出对身体毫无伤害且无法察觉的电流，同时测量您身体的电阻反应。肌肉组织和人体水分有良好的导电性，因此电阻很低。脂肪和骨骼由于没有足够的水分含量，则反之不具有好的导电性。低导电性（=高阻性）很大程度上表明身体脂肪含量高。人体脂肪指数取决于电阻抗分析测量，同时合并您的年龄、性别、身高和您平时是否运动。

以下几种情况将导致测量结果不精准：

- 10岁以下儿童。

- 运动员和健美运动员。

- 孕妇。

- 患有发烧、透析治疗或水肿或骨质疏松症的人群。

- 服用治疗心血管、血管扩张或血管收缩药物的人群。

- 对比全身比例而言，腿部有解剖学上偏差的人群。

测量结果只明示了一种迹象-只有专业的医疗专家能精确测定分析！

精确测量小贴士

- 为了测试出最精确的结果，请保持每天在相同时间测量- 最佳测试时间是在早晨，空腹，赤膊测量。

- 测试人体脂肪含量等只能赤脚站立在秤上，且脚底不完全干燥。

- 站上秤，并且站立不动至显示屏上体现出正确的重量。

- 剧烈运动后请过几小时后再测试。

- 起床15分钟后测试。

- 双脚双腿不可接触。否则测试结果将不精准。

特性

- 最大承重160公斤/350磅/25英石- 精确至0.1公斤/0.2磅/0.02英石。

- 重量单位为公斤/磅/英石。

- 最小测量至5公斤。

- 电池：4 x AAA/1.5 V。

- 适用于8个用户，年龄在10-99岁，身高在100-220公分/3.2-7.2英尺。

- 运动员测量模式。

- 自动对应到上一个测试的使用者。

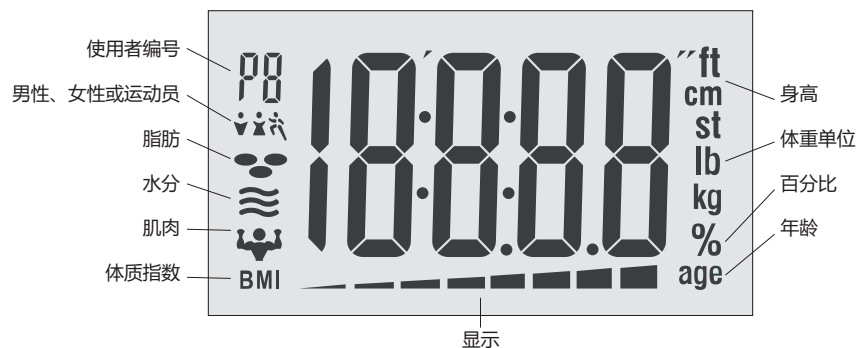
- 人体脂肪、水份和肌肉分析功能。

- 脂肪指数和BMI指数显示。

- 自动开启功能。

- 节电自动关闭功能。





屏幕下方的功能键

- > 减少
- 确认
- < 增加

您想进行以下哪种操作？

初次使用的准备工作

打开秤底部的电池盒，装入电池，确保+/-极安装正确。安装完成后关闭电池盖。



转换重量单位

您可以互相转换重量单位，公制与英制（公斤/英石/磅）。只需按下浴室秤背部的转换按钮。



使用前输入个人资料（此示例中称重单位为公斤）

在确认后，屏幕将自动显示下一步。内部可储存最多8个使用者的资料。

1. 触摸 • 开启 挑选使用者序号模式（例如P1）
2. 触摸 < 或 > 进行选择使用者序号，触摸 • 确认。
3. 触摸 < 或 > 选择性别和是否为运动员，触摸 • 确认。请注意：如果您一周至少有5个小时在锻炼身体，请选择运动员模式。
4. 触摸 < 或 > 选择身高，触摸 • 确认。
5. 触摸 < 或 > 选择年龄，触摸 • 确认。

所有数据将自动保存，LCD屏幕显示0.0时您即可开始测量。更换电池后数据将重新输入。

测量（手动选择使用者）

1. 触摸 • 开启人体分析秤，触摸 < 或 > 选择使用者序号。等待LCD屏幕显示0.0。
2. 光脚站立在秤面中间。
3. 保持站立不动- 保持不动时数据将自动锁定。
4. 显示面从左移至右时测量将自动开始。
5. 测量后，测试结果将显示三次，随后秤将自动关闭。
6. 将您的测试结果记入记录。

测量（自动选择使用者）

如果您的个人资料已储入记忆系统中，秤将会自动将使用者序号与最后一次测量结果匹配。

1. 光脚站立在秤面中间以开启秤。
 2. 保持站立不动- 保持不动时数据将自动锁定。
 3. 如果您的体重已记入到记忆系统中，您的使用者序号将自动选择并且测试结果将在屏幕上显示三次后自动关闭。
- 如果记忆系统中有其他与您体重相近的使用者，那么屏幕将显示所有使用者的序号。您可以触摸 < 或 > 进行挑选，触摸 • 确认。如果需要选择的人数太多，您必须手动挑选序号。

LCD显示注解

Lo 当屏幕显示lo,秤将在几秒后关闭- 请更换新的电池（4 x AAA/1.5 V）。

----- 若显示超重，请移去重量以保护电子秤。

ERR 显示错误。只显示重量，秤将在几秒钟后关闭。请赤脚再次站立上秤并保持不动知道重量数据自动存储。如果问题始终存在，请稍稍沾湿双脚。

ERR 个人资料显示错误。只显示重量，秤将在几秒钟后关闭。请再次选择使用者序号并重新测量。

RU

Благодарим Вас за выбор изделия Brabantia. Надеемся, что Вы будете с удовольствием пользоваться им в течение долгого времени и желаем Вам всегда оставаться в превосходной форме, контролируя свои физические показатели с помощью этого точного высококачественного прибора. Перед началом использования изделия внимательно ознакомьтесь с данной инструкцией и сохраните ее.

Инструкции по технике безопасности

Внимание: Прибор нельзя использовать лицам, имеющим медицинские имплантаты (например, кардиостимуляторы)!



- Данное изделие предназначено для бытового использования внутри помещений. Весы не откалиброваны для использования в медицинских целях. Процедуры точных измерений должны проводиться медицинским персоналом с использованием специализированных устройств.

- Влажная поверхность изделия может быть скользкой. Соблюдайте осторожность! Не наступайте на внешний край весов одной ногой, т.к. изделие может опрокинуться!

- Батареи могут представлять опасность при проглатывании. Храните изделие и батареи в недоступном для детей месте.

Использование и уход

- Не используйте прибор во время беременности, т.к. показания будут недостоверными по причине наличия околоплодной жидкости.

- Очистку изделия следует производить влажной салфеткой, не допуская попадания воды внутрь изделия. Не используйте растворители и не погружайте прибор в воду и другие жидкости. Изделие не является водостойким.

- Не подвергайте изделие ударами, воздействию сырости, пыли, химикатов, а также воздействию существенных перепадов температур, электромагнитных полей и источников тепла.

- Данное изделие является чувствительным электронным измерительным прибором, в связи с чем на его работу могут кратковременно влиять используемые поблизости радиопередающие устройства.

- Изделие протестировано в соответствии с нормами ЕС по безопасности продукции.

- Утилизацию использованных батарей осуществляйте без ущерба для окружающей среды, по возможности через организации переработки отходов для вторичного использования.

- Если изделие не используется в течение длительного времени, достаньте батареи. Весы не предназначены для использования с аккумуляторами.

- Устанавливайте весы на ровную жесткую поверхность. При установке на мягкой поверхности (ковры, подстилки и т.п.) результаты измерений могут быть неточными.

Принцип работы

С помощью этих весов Brabantia можно измерять процентное содержание телесного жира, воды и мышечную массу с калькуляцией индекса массы тела на основе биоимпедансного анализа (БИА), являющегося простым и безопасным методом диагностики состава тела человека. После того, как Вы встанете на весы босыми ногами, прибор посылает абсолютно безопасный и неощутимый электрический ток через Ваше тело и измеряет импеданс - электрическое сопротивление участков тела человека. Мышечная ткань и вода имеют хорошую проводимость и, следовательно, более низкий импеданс.

Жировые ткани и кости, наоборот, имеют низкую проводимость, поскольку в них содержится меньше воды, чем в мышцах. Низкая проводимость (= высокий импеданс) указывает на наличие повышенного содержания телесного жира.

Содержание телесного жира и др. показатели определяются путем измерения электрического сопротивления с учетом информации о Вашем поле, возрасте, весе и спортивности.

Анализируемые показатели могут быть неточными при использовании следующими лицами:

- Дети в возрасте до 10 лет.
- Профессиональные спортсмены и культуристы.
- Беременные женщины.
- Лица с повышенной температурой тела, а также лица, получающие лечение диализом или имеющие симптомы водянки или остеопороза.
- Лица, принимающие сосудорасширяющие или сосудосуживающие препараты.
- Лица, имеющие отклонения в анатомии ног относительно общих размеров тела.
- Следует учитывать, что результаты измерений данным прибором являются индикативными. Процедуры точных измерений должны проводиться медицинским персоналом с использованием специализированных устройств!

Общие рекомендации для точного определения массы тела

- Для получения максимально точной информации о своих физических показателях производите взвешивание в одно и то же время (предпочтительно в утренние часы) на пустой желудок и без одежды.
- Для определения содержания телесного жира необходимо встать на весы босыми ногами, при этом подошвы не должны быть абсолютно сухими.
- Встаньте на весы и, сохраняя неподвижность, дождитесь отображения на дисплее значения массы тела.
- Не производите измерения в течение нескольких часов после усиленной физической нагрузки.
- После утреннего пробуждения и вставания с постели рекомендуется производить взвешивание не ранее чем через ± 15 минут.
- Для точности измерений ступни, ноги, голени и бедра должны быть разведены в стороны (левые не должны соприкасаться с правыми).

Технические характеристики

- Предел взвешивания 160 кг/350 фл/25 ст; дискретность шкалы 0,1 кг/0,2 фл/0,02 ст.
- Единицы измерения кг/фунты/стоуны.
- Минимальный распознаваемый вес 5 кг.
- Источник питания: 4 батареи AAA/1.5 В.
- Одновременно может использоваться 8 пользователями в возрасте от 10 до 99 лет ростом от 100 до 220 см.
- Режим взвешивания лиц, занимающихся спортом.
- Автоматическое определение пользователя по последнему измеренному значению массы тела.
- Функция измерения содержания телесного жира, воды и мышечной массы.
- Индикация индекса массы тела и категории по классификации массы тела.
- Функция автоматического включения.
- Функция автоматического выключения для экономии ресурсов батарей.



Функциональные клавиши (расположены под дисплеем)

- Нажать в режиме настроек для уменьшения значения параметра
- Нажать в режиме настроек для подтверждения установленного значения
- > Нажать в режиме настроек для увеличения значения параметра

Выполняемые операции

Подготовка к первому использованию

Откройте отсек батарей, расположенный на нижней панели весов и установите батареи, соблюдая полярность (знаки '+' и '-' на батареях должны быть совмещены с соответствующими знаками в устройстве). Закройте отсек батарей. При появлении на дисплее значения 0.0 прибор готов к работе.



Изменение единиц измерения

Предусмотрена возможность перехода из неметрической системы в метрическую и наоборот (выбор единиц измерения: кг/стоуны/фунты). Для изменения системы измерения нажмите кнопку, расположенную на нижней панели весов.



Ввод персональных данных перед использованием (в приведенном примере в качестве единиц измерения выбраны кг)

После пошагового подтверждения пользователем введенного значения на дисплее выводится информация для следующего шага ввода данных. Объем памяти устройства рассчитан на хранение данных 8 пользователей.

1. Для включения прибора нажмите клавишу • — начнет мигать индикатор номера пользователя (напр. P1).
2. Установите персональный номер пользователя нажатием клавиш < или >, после чего нажмите клавишу • для подтверждения установленного значения.
3. "Выберите пол и/или режим для спортсмена с помощью клавиш < или >, после чего нажмите клавишу • для подтверждения. Примечание: Режим спортсмена можно выбрать в том случае, если Вы занимаетесь спортом минимум 5 часов в неделю."
4. Установите параметры своего роста с помощью клавиш < или >, после чего нажмите клавишу • для подтверждения установленного значения.
5. Установите параметры возраста с помощью клавиш < или >, после чего нажмите клавишу • для подтверждения установленного значения.

Все данные автоматически сохраняются в памяти прибора. При отображении на ЖК дисплее значения 0.0 можно встать на платформу для определения массы тела. После замены батарей потребуются новый ввод данных.

Измерение (выбор пользователя в ручном режиме)

1. Включите прибор нажатием на клавишу **•**, после чего выберите свой персональный номер с помощью клавиш **<** или **>**. Дождитесь индикации на дисплее значения 0.0.
2. Встаньте на платформу весов по центру босыми ногами.
3. Сохраняйте неподвижность в течение нескольких секунд. Значение массы тела зафиксируется автоматически.
4. Измерение начнется автоматически, при этом шкала индикации процесса будет подсвечиваться слева направо.
5. По окончании измерения результат выводится на дисплей три раза, после чего прибор автоматически выключается.
6. Запишите свои данные в журнал мониторинга своего физического состояния.

Измерение (автоматический выбор пользователя)

Если Ваши данные введены в память, прибор автоматически определит Ваш персональный номер по последнему измеренному значению массы тела.

1. Для включения прибора встаньте на платформу босыми ногами.
2. Сохраняйте неподвижность в течение нескольких секунд. Значение массы тела зафиксируется автоматически.
3. Если значение Вашей массы тела уже хранится в памяти прибора, Ваш персональный номер выбирается автоматически, прибор определяет Ваш вес, поученное значение выводится на дисплей три раза, после чего прибор автоматически выключается.

При наличии других пользователей с массой тела, близкой по значению к Вашему весу, на дисплей выводятся оба персональных номера. Для выбора своего персонального номера используйте клавиши **<** и **>**, после чего нажмите клавишу **•** для подтверждения. При наличии большого количества пользователей, имеющих приблизительно одинаковый вес, персональный номер необходимо выбрать вручную.

Выводимые сообщения

LO После вывода на дисплей сообщения LO (предупреждение о низком уровне заряда батареи) прибор автоматически выключится через несколько секунд. Замените батареи (4 батареи AAA/1,5 В).

— — — — Перегрузка. Исключите нагрузку на весы сверх установленного предела взвешивания во избежание вывода из строя электронной системы устройства.

ERR Ошибка при взвешивании. На дисплей выводится только значение массы тела, после чего через несколько секунд прибор автоматически выключается. Попробуйте встать на весы еще раз босыми ногами и сохраняйте неподвижность до тех пор, пока данные не будут внесены в память устройства. Если это не поможет в решении проблемы, попробуйте слегка намочить ступни ног.

ERR Ошибка идентификации пользователя. На дисплей выводится только значение массы тела, после чего через несколько секунд прибор автоматически выключается. Выберите свой персональный номер еще раз (напр., P1) и повторите взвешивание.

NL

Bedankt voor het kiezen van Brabantia. Wij zijn ervan overtuigd dat u nog vele jaren zult genieten van dit product. Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door en bewaar het boekje voor toekomstig gebruik. Zorg er voor dat elke gebruiker dit boekje voor het wegen goed door neemt.

Veiligheid

Belangrijk: deze weegschaal mag niet gebruikt worden door personen met medische implantaten (bijvoorbeeld een pacemaker).



- De weegschaal is uitsluitend geschikt voor huishoudelijk gebruik binnenshuis – de weegschaal is niet gekalibreerd voor medisch gebruik – alleen een medisch specialist of dokter kan accurate metingen doen!
- Wees voorzichtig - een natte weegschaal kan glad zijn! Stap nooit op één zijde op de buitenste rand van de weegschaal: de weegschaal zou kunnen kantelen.
- Batterijen zijn gevaarlijk als ze ingeslikt worden – hou de weegschaal en batterijen buiten bereik van kinderen.

Gebruik en onderhoud

- Gebruik de weegschaal niet tijdens de zwangerschap – de metingen zullen niet correct zijn door het vruchtwater.
- Met een vochtige doek reinigen; zorg ervoor dat er geen water in het product komt. Geen oplosmiddelen gebruiken en het product niet in een vloeistof onderdompelen. De weegschaal is niet waterdicht.
- Stel het apparaat niet bloot aan schokken, vochtigheid, stof, chemische stoffen, sterke temperatuurschommelingen, elektromagnetische velden en warmtebronnen (ovens, verwarmingselementen).
- Dit product is een gevoelig elektronisch apparaat en kan tijdelijk worden gestoord door zendontvangapparaten in de directe omgeving.
- De weegschaal is conform de CE-normen getest.
- Gebruikte batterijen bij een inzamelpunt inleveren, zodat ze gerecycled kunnen worden.
- Wanneer het product gedurende lange tijd niet gebruikt wordt, dienen de batterijen verwijderd te worden. De weegschaal is niet geschikt voor oplaadbare batterijen.
- Gebruik de weegschaal alleen op een harde, vlakke ondergrond – accuraat wegen is niet mogelijk op zachte ondergronden zoals tapijt, badkamermat etc.

Hoe functioneert de weegschaal?

Deze weegschaal werkt volgens het zogenaamde BIA principe: de Bio-elektrische Impedantie Analyse. Een gemakkelijke, snelle en veilige methode. Wanneer u op de weegschaal stapt met blote voeten, stuurt de weegschaal een volledig veilige, onmerkbaar stroom door uw lichaam en meet vervolgens de elektrische weerstand van uw lichaam. Spiermassa en lichaamsvocht geven een goede elektrische geleiding en hebben een lage weerstand. Vetweefsel en beenderen geleiden de elektriciteit slecht en hebben daarom een hoge weerstand omdat ze minder water bevatten. Het lichaamsvetpercentage en andere waarden worden vastgesteld door het meten van uw lichaamsweerstand in combinatie met de door u ingegeven waarden voor uw leeftijd, geslacht, lichaamslengte en of u sportief bent of niet.

Meetresultaten kunnen afwijken voor:

- Kinderen onder de 10 jaar.
 - Actieve atleten en body-builders.
 - Zwangere vrouwen.
 - Personen met koorts, oedeemsymptomen of osteoporose of personen die nierdialyse ondergaan.
 - Personen die cardiovasculaire, vaatverwijdende of -vernauwende geneesmiddelen gebruiken.
 - Personen met afwijkende lichaamsbouw (bijvoorbeeld extra lange of korte benen).
- Hou er rekening mee dat deze weegschaal alleen een indicatie geeft – alleen een medisch specialist of dokter kan accurate metingen doen!**

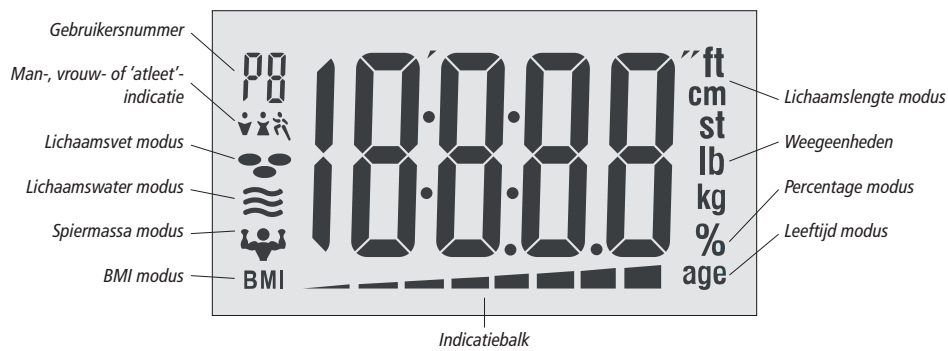
Tips voor een accurate meting

- Weeg, voor de meest accurate meting, uzelf altijd op hetzelfde tijdstip (bij voorkeur in de morgen) zonder kleren en met een lege maag.
- De weegschaal werkt alleen als u met blote voeten op de weegschaal gaat staan en uw voetzolen moeten licht vochtig zijn (droge voetzolen geleiden de stroom onvoldoende).
- Stap op de weegschaal en sta stil totdat het correcte gewicht in de display wordt getoond.
- Wacht na een ongewone, zware inspanning een paar uur.
- Wacht een kwartiertje nadat u bent opgestaan.
- Tijdens het wegen, mag er geen contact zijn tussen de voeten, kuit, armen en benen. De metingen zullen niet of niet correct uitgevoerd worden.

Kenmerken

- Max. capaciteit 160 kg – 0,1. kg indelingen.
- Weegeenheden kg/lb/st.
- Minimaal te wegen gewicht 5 kg.
- Batterijen: 4 x AAA/1,5 V.
- Geschikt voor maximaal 8 verschillende gebruikers – leeftijd van 10 tot 99 jaar en een lichaamslengte van 100 tot 220 cm.
- Atletenmodus.
- Automatische selectie van de gebruiker aan de hand van het laatst gemeten gewicht.
- Lichaamsvet, – vocht en – spiermassapercentage meting.
- Vetpercentage en BMI door middel van indicatiebalk.
- Auto-on functie.
- Auto-off functie om batterijen te sparen.





Funcietoetsen onder het display

- < Aanraken om de ingegeven waarde in het display te verlagen in de 'setting' modus.
- Aanraken om de ingegeven waarde in het display vast te leggen in de 'setting' modus.
- > Aanraken om de ingegeven waarde in het display te verhogen in de 'setting' modus.



Wat wilt u doen?

De weegschaal gebruiksklaar maken

De batterijopening aan de onderzijde van de weegschaal openen en de batterijen plaatsen. Zorg ervoor dat de plus- en minpolen correct geplaatst worden. Sluit het batterijcompartiment.



Wisselen van kg naar lb of St

U kunt de gewichtseenheid van metrisch naar Engels en vice versa (bijv. KG/ST/LB) omschakelen door de knop aan de onderzijde van de weegschaal in te drukken.



Uw persoonlijke gegevens ingeven vóór eerste gebruik (in dit voorbeeld is de eenheid kg gebruikt)

Nadat u een waarde heeft vastgelegd door op de • toets te drukken, verschijnt automatisch de volgende stap in het display. Maximaal 8 gebruikers kunnen hun persoonlijke gegevens vastleggen in het geheugen van de weegschaal.

1. Druk op • om de weegschaal aan te zetten – het gebruikersnummer (bijvoorbeeld P1) gaat knipperen.
2. Druk op < of > voor het gewenste gebruikersnummer en druk op • om uw keuze te bevestigen.
3. Druk op < of > om uw geslacht en/of 'atleet'-modus te selecteren en druk op • om te bevestigen. Let op: selecteer de 'atleet'-modus alleen als u minstens 5 uur in de week aan fitness doet.
4. Druk op < of > om de waarde van uw lichaamslengte in te voeren en druk op • om te bevestigen.
5. Druk op < of > om de waarde van uw leeftijd in te voeren en druk op • om te bevestigen.

Alle gegevens worden nu automatisch opgeslagen en als het display 0.0 laat zien, is de weegschaal klaar voor gebruik.

Let op: na het wisselen van de batterijen moeten alle gebruikersgegevens opnieuw worden ingegeven.

Accuraat wegen (gebruiker handmatig selecteren)

1. Druk op • en selecteer uw gebruikersnummer door op < en > te drukken. Wacht met wegen tot het display 0,0 laat zien.
2. Stap op het midden van de weegschaal met blote voeten.
3. Sta stil totdat het weegresultaat in het display verschijnt – dit wordt opgeslagen in het geheugen.
4. De berekening van lichaamsvet, – water, -spiermassa en BMI begint – in het display is een indicatiebalk zichtbaar.
5. Na de berekening verschijnt het resultaat 3 keer na elkaar in het scherm en de weegschaal schakelt uit.
6. Leg de resultaten vast in het bijgeleverde dagboek.

Accuraat wegen (gebruiker automatisch selecteren)

Als uw persoonlijke informatie al in het geheugen van de weegschaal is opgeslagen, kan de weegschaal aan de hand van uw eerder gemeten gewicht, uw persoonlijke gebruikersnummer automatisch selecteren.

1. Stap met blote voeten op de weegschaal om de weegschaal aan te zetten.
2. Sta stil totdat het weegresultaat in het display verschijnt.
3. Als uw gewicht al in het geheugen van de weegschaal is opgeslagen, wordt het bijbehorende gebruikersnummer automatisch geselecteerd en verschijnt het in het display en wordt de berekening van lichaamsvet-, water, spiermassa- en BMI 3 keer achter elkaar in het display getoond. Daarna schakelt de weegschaal automatisch uit.

Als er een andere gebruiker van de weegschaal is, wiens gegevens in het geheugen zijn opgeslagen en waarvan het gewicht bijna hetzelfde is als uw gewicht, verschijnen beide persoonlijke gebruikersnummers in het display. U kunt uw nummer selecteren door op < of > te drukken en te bevestigen door op • te drukken. Als er meer gebruikers zijn met ongeveer hetzelfde gewicht, moet u altijd uw persoonlijke gebruikersnummer handmatig selecteren.

Foutmeldingen display

Lo Als Lo in het display verschijnt, zijn de batterijen leeg - de weegschaal zal na een paar seconden uitschakelen. Plaats nieuwe batterijen (4 x AAA 1,5V).

----- Maximale weegcapaciteit overschreden. Van de weegschaal afstappen om de elektronica te beschermen.

ERR Meetfout. Alleen het gewicht wordt getoond en de weegschaal zal na een paar seconden uitschakelen. Stap opnieuw op de weegschaal en start een nieuwe meting. Als het probleem zich voor blijft doen, maak uw voetzolen een beetje vochtig om de geleiding te verbeteren.

ERR Geen automatische identificatie. Alleen het gewicht wordt getoond en de weegschaal zal na een paar seconden uitschakelen. Selecteer uw persoonlijke gebruikersnummer handmatig en start een nieuwe meting.

