

**INVENTUM**  
veilig en vertrouwd

GEBRUIKSAANWIJZING  
GEBRAUCHSANLEITUNG  
MODE D'EMPLOI  
INSTRUCTION MANUAL



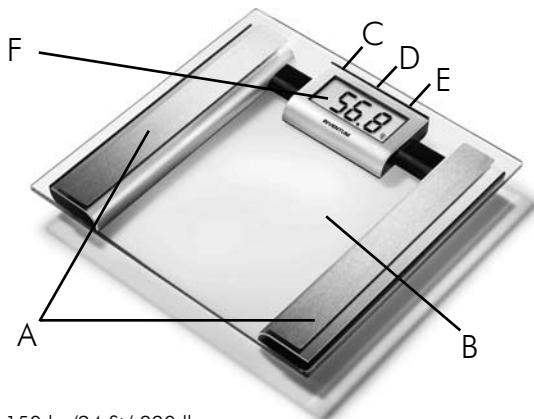
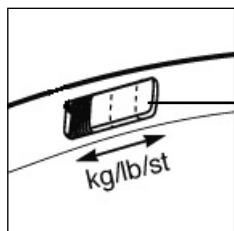
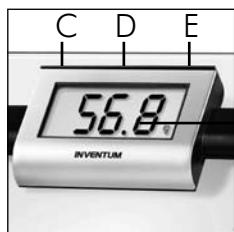
PERSONENWEEGSCHAAL  
PERSONENWAAGE  
PÈSE PERSONNE  
BATHROOM SCALE

**PW 821 BG**

# NEDERLANDS

Gebruiksaanwijzing Inventum personenweegschaal, PW821BG.

Lees eerst de gebruiksaanwijzing aandachtig en geheel door voordat u het apparaat gaat gebruiken en bewaar deze zorgvuldig voor latere raadpleging.



Maximum weegvermogen: 150 kg/24 St/ 330 lb

Minimum weegvermogen: 10 kg/1 St 6/ 20 lb

Aanduiding: per 100 gram/ ¼ St/ 0,2 lb

- A Elektroden
- B Weegplateau
- C Omlaag-knop
- D SET-knop (bevestigen)

- E Omhoog-knop
- F Display
- G Omschakelknop (Kg/Lb/St)

## UITLEG SYMBOLEN



Klein huishoudelijke apparaten horen niet in de vuilnisbak. Breng ze naar de betreffende afvalverwerkingsafdeling van uw gemeente.

## VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

### • Lees eerst de gebruiksaanwijzing aandachtig en geheel door voordat u de weegschaal gaat gebruiken en bewaar deze zorgvuldig voor latere raadpleging.

- Gebruik dit apparaat uitsluitend voor de in de gebruiksaanwijzing beschreven doeleinden.
- **Attentie:** Deze weegschaal mag niet gebruikt worden tijdens de zwangerschap voor vet-, vocht- en spiermeting, wel voor het wegen van gewicht. Door het vruchtwater kunnen onnauwkeurigheden in de meting komen.
- **Attentie: De weegschaal mag niet worden gebruikt door personen met medische implantaten, in het bijzonder een pacemaker! De weegschaal kan de werking van dergelijke implantaten nadelig beïnvloeden. Raadpleeg voor meer informatie uw behandelend arts.**
- U dient voorzichtig te zijn met natte voeten. Er zou een mogelijkheid kunnen bestaan tot uitglijden.
- De weegschaal bevat elektronische componenten die met zorg behandeld dienen te worden. Met name stoten, vochtigheid, stof, chemicaliën, toiletartikelen en sterke temperatuurwisselingen kunnen nadelige gevolgen hebben op de werking van uw weegschaal.
- Elke weging dient onder dezelfde omstandigheden plaats te vinden om zodoende de afzonderlijke wegingen met elkaar te kunnen vergelijken. Een ideaal moment is 's morgens, zonder kleding en voordat u heeft ontbeten.
- Geringe afwijkingen zijn normaal. Door bijvoorbeeld 1 glas water te drinken kan al een afwijking ontstaan van ca. 300 gram.
- Indien u de weegschaal voor langere tijd wilt opbergen adviseren wij u de originele verpakking te bewaren.
- Zorg er altijd voor dat het apparaat op een harde, vlakke ondergrond staat en gebruik het uitsluitend binnenshuis. Een harde, vlakke ondergrond is noodzakelijk voor een correcte meting.



- Reparates aan elektrische apparaten dienen uitsluitend door vakmensen uitgevoerd te worden. Verkeerd uitgevoerde reparaties kunnen aanzienlijke gevaren voor de gebruiker tot gevolg hebben.
- Het apparaat nooit gebruiken met onderdelen die niet door de fabrikant zijn aanbevolen of geleverd.
- Als u besluit het apparaat, vanwege een defect, niet langer te gebruiken, breng het apparaat dan naar de betreffende afvalverwerkingafdeling van uw gemeente.
- **Dompel de weegschaal nooit onder in water of andere vloeistoffen.**
- Deze weegschaal is uitsluitend geschikt voor huishoudelijk gebruik en niet voor medisch of commercieel gebruik. Wanneer het apparaat oneigenlijk gebruikt wordt, kan er bij eventuele defecten geen aanspraak op schadevergoeding worden gemaakt en vervalt het recht op garantie.
- Onthoud dat technisch beperkte meettolerances mogelijk zijn, het is geen speciale weegschaal voor professioneel, medisch gebruik.
- De draagkracht van de weegschaal is maximaal 150 kg (24 St/ 330 lb). Bij het meten van gewicht en vaststellen van de botmassa worden de resultaten weergegeven in stappen van 100 gr (¼ St/ 0,2 lb). De meetresultaten van het percentage lichaamsvet, lichaamsvocht en spieren worden weergegeven in stappen van 0,1 %.
- De fabrieksinstellingen van de weegschaal geven de eenheden "cm" en "kg" weer. Op de achterkant van de weegschaal zit een schakelaar waarmee u de weegschaal kunt stellen op "Stone" en "Engelse ponden" (lb). De lengte wordt dan aangegeven in "inches".
- Verwijder voor gebruik eventueel de beschermfolie van het display en het isolatiestrookje van de batterij.

## G E B R U I K S V O O R S C H R I F T E N



### **Wetenswaardigheden**

#### **Het meetprincipe van de lichaamsanalyse weegschaal**

Deze weegschaal werkt volgens het principe van de bio-elektrische impedantieanalyse (B.I.A.). Daarbij wordt in enkele seconden door een onmerkbare, verwarloosbaar kleine en ongevaarlijke hoeveelheid stroom een bepaling van lichaamsweefselaandelen mogelijk gemaakt. Met deze meting van de elektrische weerstand (impedantie) en de eindberekening van de constante waarden c.q. individuele waarden (leeftijd, lengte, geslacht, activiteitsniveau) is het mogelijk het percentage lichaamsvet en andere waarden in het lichaam te bepalen. Spierweefsel en water hebben een goede elektrische geleiding en dus een geringe weerstand.

Botten en vetweefsel daarentegen hebben een slechte geleiding omdat de vetcellen en botten vanwege hun zeer hoge weerstand nauwelijks stroom doorlaten.

Let op dat de door de diagnoseweegschaal berekende waarden slechts een benadering zijn van de medische, werkelijke analysewaarden van het lichaam. Alleen de medisch specialist kan met medische methoden (bijv. computertomografie) een precieze berekening maken van het lichaamsvet, lichaamsvocht, spierpercentage en botopbouw.



#### **Op de juiste manier wegen**

Weeg uzelf altijd op hetzelfde tijdstip van de dag (bij voorkeur 's ochtends) om vergelijkbare resultaten te krijgen. Elke weging dient onder dezelfde omstandigheden plaats te vinden om zodoende de afzonderlijke wegingen met elkaar te kunnen vergelijken. Een ideaal moment is 's morgens, zonder kleding en voordat u heeft ontbeten. Wacht na het opstaan ongeveer 15 minuten, het lichaam kan dan het lichaamsvocht verdelen. Belangrijk bij de meting: De berekening van het lichaamsvet mag uitsluitend op blote voeten en kan het beste met licht bevochtigde voetzolen worden uitgevoerd. Volledig droge voetzolen kunnen tot onbevredigende resultaten leiden, omdat deze over een te klein geleidingsvermogen beschikken.

Uw weegschaal is een nauwkeurig instrument. Het menselijk lichaam is vrijwel het moeilijkst te wegen, omdat het altijd in beweging is. Derhalve is een 99% nauwkeurigheid van het totale lichaamsgewicht het hoogst haalbaar.

Om tot de meest betrouwbare gegevens te komen dient u ervoor te zorgen dat u uw voeten altijd op dezelfde plaats op de weegschaal plaatst en dat u zo stil mogelijk staat. Onderschat het gewicht van kleding, ondergoed en kort tevoren opgenomen voedsel en drank niet. Alleen de lange termijnrend trend telt.

### **Ingebruikname**

Voordat u de weegschaal gaat gebruiken eerst de verpakking en eventueel de beschermfolie van het display en de batterijen verwijderen en dit buiten bereik van kinderen houden. Controleer de weegschaal op beschadigingen, mogelijk ontstaan tijdens het transport. Indien de weegschaal is beschadigd, gebruik hem dan niet, maar neem contact op met de winkelier of de technische dienst van Inventum. Plaats de weegschaal op een harde vlakke stabiele ondergrond.

### **Batterijen**

De weegschaal is voorzien van een verwisselbare lithium batterij. Als u de weegschaal gebruikt terwijl de batterij bijna leeg is, verschijnt "Lo" in het display en wordt de weegschaal automatisch uitgeschakeld. Verwissel dan de batterij (2 x lithiumbatterij CR2032, 3 Volt), gebruik uitsluitend nieuwe batterijen. De lege batterij in de speciale inzamelbakken gooien of inleveren bij een elektro-vakzaak.

**Aanwijzing:** De volgende symbolen vindt u op batterijen met schadelijke stoffen: Pb = Batterij bevat lood, Cd = Batterij bevat cadmium, Hg = Batterij bevat kwik.



## **Alleen gewicht wegen**

- Om alleen uw gewicht te wegen, drukt u met uw voet kort op het weegoppervlak van de weegschaal. Als zelftest verschijnt de volledige displayweergave (afb. 1) tot "0.0" wordt weergegeven (afb. 2).
- Nu is de weegschaal gereed voor het wegen van uw gewicht.
- Ga nu op de weegschaal staan. Blijf rustig op de weegschaal staan met een gelijke verdeling van uw gewicht over beide benen.
- De weegschaal begint meteen met de meting.
- De weergave "000" knippert zolang de weegschaal aan het wegen is.
- Kort daarna wordt het meetresultaat weergegeven (afb. 3). Wanneer u van het weegplateau afstapt, schakelt de weegschaal zichzelf na enkele seconden uit.



afb. 1



afb. 2



afb. 3



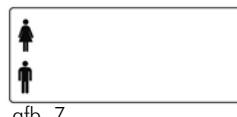
afb. 4



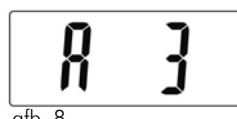
afb. 5



afb. 6



afb. 7



afb. 8

## **Uw persoonlijke gegevens instellen**

Om uw percentage lichaamsvet en andere lichaamswaarden te berekenen, moet u de persoonlijke gebruikersgegevens invoeren. De weegschaal beschikt over 10 geheugenposities voor de basisgegevens van elke gebruiker, zodat bijvoorbeeld elk familielid, de persoonlijke instellingen op kan slaan en weer op kan vragen.

- Schakel de weegschaal in door kort met uw voet op het weegplateau van de weegschaal te drukken en wacht tot het beeld met "0.0" verschijnt (afb. 2). Druk vervolgens op de knop "SET". Op het display verschijnt nu knipperend de eerste geheugenpositie - P - 01 (afb. 4). Door kort of lang op de toetsen "omhoog" ► en "omlaag" ◀ te drukken, kunt u de betreffende waarden instellen. Bevestig de waarden steeds met "SET".
- Nu verschijnt knipperend de lichaamslengte in "cm" (afb. 5). Stel de gewenste waarde in door kort of lang op de knoppen "omhoog" ► of "omlaag" ◀ te drukken en bevestig met "SET".
- Vervolgens verschijnt knipperend de leeftijd ("Age") in jaren (afb. 6). Stel de gewenste waarde in door kort of lang op de toetsen "omhoog" ► of "omlaag" ◀ te drukken en bevestig met "SET".
- Op het display verschijnt nu de instelling voor het geslacht "Vrouw" of "Man" (afb. 7). Kies het juiste geslacht door op de knoppen "omhoog" ► of "omlaag" ◀ te drukken en bevestig met "SET".
- Op het display verschijnt nu de instelling voor uw individuele activiteits- en fitnessniveau (afb. 8). Kies het gewenste fitnessniveau door op de knoppen "omhoog" ► of "omlaag" ◀ te drukken en bevestig het gewenste niveau met de "SET"-knop.

De nu ingestelde waarden worden nogmaals achter elkaar aan getoond. De weegschaal schakelt zichzelf daarop automatisch uit.

**TIP:** Om een geheugenplaats in te stellen voor een andere gebruiker volgt u dezelfde stappen als hierboven beschreven en kies de geheugenpositie die u wilt overschrijven. Alle geheugenplaatsen zijn vanuit de fabriek ingevuld met een aantal basisinstellingen.

## **Verklaring van de 5 activiteitsniveaus**

Bij het selecteren van het activiteitsniveau is de gemiddelde en langdurige benadering beslissend.

- **A 1:** Geen lichaamsbeweging.
- **A 2:** Geringe lichaamsbeweging.

Weinig en lichte lichamelijke inspanningen (bijv. wandelen, lichte werkzaamheden in de tuin, gymnastiekoeferingen). Bovendien wordt bij het begin van het trainings- of dieetprogramma deze modus gekozen. Na ongeveer 6 tot 10 weken kan worden overgeschakeld op het volgende fitnessniveau.

- **A 3:** Gemiddelde lichaamsbeweging.

Minimaal 2 tot 4 maal per week en telkens 30 minuten lichamelijke inspanning (bijv. joggen, fietsen, tennissen, enz.). Deze modus wordt gekozen zodra tijdens de training/het dieet een verbetering van het algemeen welbeinden/de algemene fitness vastgesteld kan worden. Na 8 tot 12 weken aanhoudend trainen/dieet kan naar het volgende fitnessniveau overgegaan worden.

- **A 4:** Grote lichamelijke activiteit.

Minimaal 4 tot 6 maal per week en telkens 30 minuten lichamelijke inspanning.

- **A 5:** Intensieve lichaamsbeweging.

Intensieve lichamelijke inspanning, intensieve training of zware lichamelijke arbeid, telkens minimaal 1 uur.

In totaal moet men voor dit niveau een hoge mate van beweeglijkheid, uithoudingsvermogen en kracht bezitten en dit niveau gedurende een langere periode aanhouden.

## Meting uitvoeren

Nadat u uw persoonlijke gegevens heeft ingevoerd, kunnen gewicht, lichaamsvet en de andere waarden worden berekend.

- Schakel de weegschaal in door kort met uw voet op het weegplateau van de weegschaal te drukken.
- Selecteer de gewenste geheugenpositie met de toetsen "omhoog" ► en "omlaag" ◀ waar uw persoonlijke gegevens opgeslagen zijn. Deze worden na elkaar weergegeven tot "0,0" (afb. 2) in het display verschijnt.
- Stap nu met blote voeten op de weegschaal en let op dat u rustig op de twee elektroden staat. Belangrijk: Er mag geen contact zijn tussen beide voeten, benen, kuiten en dijbenen. De meting kan dan niet correct worden uitgevoerd.

De volgende gegevens worden weergegeven:

- Lichaamsvetpercentage, in % (afb. 9)
- Lichaamsvochtpercentage, in % (afb. 10)
- Spierpercentage, in % (afb. 11)
- Alle gemeten waarden worden nogmaals achter elkaar aan weergegeven, vervolgens schakelt de weegschaal zichzelf uit.



afb. 9



afb. 10



afb. 11

## Lichaamsvetpercentage

De volgende lichaamsvetwaarden geven een richtlijn (neem voor aanvullende informatie contact op met uw arts!).

### Vrouw

### Man

Leeftijd	Zeer goed	Goed	Middelmatig	Slecht	Leeftijd	Zeer goed	Goed	Middelmatig	Slecht
< 19	< 17%	17-22%	22,1-27%	> 27,1%	< 19	< 12%	12-17%	17,1-22%	> 22,1%
20 - 29	< 18%	18-23%	23,1-28%	> 28,1%	20-29	< 13%	13-18%	18,1-23%	> 23,1%
30 - 39	< 19%	19-24%	24,1-29%	> 29,1%	30-39	< 14%	14-19%	19,1-24%	> 24,1%
40 - 49	< 20%	20-25%	25,1-30%	> 30,1%	40-49	< 15%	15-20%	20,1-25%	> 25,1%
> 50	< 21%	21-26%	26,1-31%	> 31,1%	> 50	< 16%	16-21%	21,1-26%	> 26,1%

Op basis van: "Principles + Labs for Physical Fitness and Wellness. 1e editie Copyright 1999"

Bij sporters wordt vaak een lage waarde vastgesteld. Afhankelijk van de tak van sport, trainingsintensiteit en lichaamsbouw kunnen waarden worden berekend die zelfs onder de aangegeven richtwaarden liggen. **Let op:** bij extreem lage waarden kunnen echter gezondheidsgevaren bestaan.

## Lichaamsvochtpercentage

Het percentage lichaamsvocht ligt normaal gesproken binnen het volgende bereik:

Vrouwen: 50 - 55%

Mannen: 60 - 65%

Kinderen: 65 - 75%

Lichaamsvet bevat relatief weinig vocht. Daarom kan bij personen met een hoog percentage lichaamsvet het percentage lichaamsvocht onder de richtwaarden liggen. Bij uithoudingssporters kunnen de richtwaarden echter overschreden worden als gevolg van een laag vetpercentage en hoog spierpercentage.

De berekening van het lichaamsvocht met deze weegschaal is niet geschikt voor het trekken van medische conclusies van bijvoorbeeld vochtopslag op basis van leeftijd. Raadpleeg indien nodig uw arts. In principe moet u een hoog percentage lichaamsvocht nastreven.

## Spierpercentage

Het spierpercentage ligt normaal gesproken binnen het volgende bereik:

### Vrouw

### Man

Leeftijd	weinig	normaal	veel	Leeftijd	weinig	normaal	veel
< 19	< 35%	35 - 41%	> 41%	< 19	< 43%	43 - 56%	> 56%
20-29	< 34%	34 - 39%	> 39%	20-29	< 42%	42 - 54%	> 54%
30-39	< 33%	33 - 38%	> 38%	30-39	< 41%	41 - 52%	> 52%
40-49	< 31%	31 - 36%	> 36%	40-49	< 40%	40 - 50%	> 50%
> 50	< 29%	29 - 34%	> 34%	> 50	< 39%	39 - 48%	> 48%

## Tijdelijke samenhang van de resultaten

Let op dat alleen de langdurige trend telt. Kort durende gewichtsafwijkingen binnen een paar dagen zijn meestal het gevolg van vochttekort.

De betekenis van de resultaten richt zich op de veranderingen van het:

Totaal gewicht en het percentage lichaamsvet en lichaamsvocht en het spierpercentage evenals op de tijdsduur waarin deze veranderingen plaatsvinden. Snelle veranderingen binnen enkele dagen zijn van gemiddelde veranderingen (binnen enkele weken) en langdurige veranderingen (maanden) te onderscheiden.

Als basisregel kan gelden dat kortstondige veranderingen in gewicht bijna alleen veranderingen van het vochtgehalte betekenen, terwijl gemiddelde en langdurige veranderingen ook het vet- en spierpercentage kunnen betekenen.

- Als het gewicht kortstondig daalt, maar het percentage lichaamsvet stijgt of gelijk blijft dan bent u slechts vocht verloren - bijv. na een training, sauna-bezoek of een crashdieet.
- Als het gewicht langzaam aan stijgt en het percentage lichaamsvet stijgt of gelijk blijft, kunt u echter waardevolle spiermassa hebben opgebouwd.
- Als het gewicht en het percentage lichaamsvet gelijktijdig dalen dan werkt uw dieet - u verliest vetmassa. Idealiter ondersteunt u uw dieet met lichaamelijke activiteit, fitness- of krachttraining. Daarmee kunt u bij een gemiddeld tempo uw spierpercentage vergroten.

Het percentage lichaamsvet en lichaamsvocht of het spierpercentage mogen niet worden opgeteld (spierweefsel bevat ook bestanddelen uit lichaamsvocht).

## Tips voor gebruik

Belangrijk bij de berekening van het lichaamsvet-/lichaamsvocht- en spiergehalte:

- De meting mag alleen op blote voeten worden gedaan met de zolen van de voet van te voren iets vochtig gemaakt. Volledig droge voetzolen kunnen tot onbevredigende resultaten leiden omdat deze een te geringe elektrische geleiding bezitten.
- Blijf tijdens de meting stilstaan.
- Wacht na ongewoon zware lichaamelijke inspanning een paar uur.
- Wacht nadat u 's ochtends bent opgestaan ongeveer 15 minuten, zodat het vocht in uw lichaam zich kan verdelen.

Bij het berekenen van het lichaamsvet en andere waarden kunnen afwijkende en niet aannemelijke resultaten optreden bij:

- Kinderen jonger dan ongeveer 10 jaar;
- Professionele sporters en bodybuilders;
- Zwangere vrouwen;
- Personen met koorts, onder dialysebehandeling, of bij wie oedeemsymptomen of osteoporose is vastgesteld;
- Personen die cardiovasculaire geneesmiddelen gebruiken. Personen die vaatverwijdende of -vernauwende geneesmiddelen gebruiken;
- Bij mensen met aanzienlijke anatomische afwijkingen aan de benen/de totale lichaamslengte (beenlengte verkort of verlengd).

## Foutmeting

Wanneer de weegschaal tijdens het meten een fout constateert, verschijnt «Err» in het display.

Mogelijke oorzaken van fouten:	Oplossing:
De weegschaal is vóór het opstappen niet geactiveerd. Als u op de weegschaal gaat staan vóór "0.0" in het display staat dan werkt de weegschaal niet goed.	De weegschaal op de juiste manier activeren en de meting herhalen.
De maximale draagcapaciteit van 150 kg. is overschreden.	Alleen tot het maximaal toegestane gewicht wegen.
De elektrische weerstand tussen elektroden en uw voetzolen is te hoog (bijv. bij veel eelt).	De meting blootsvoets herhalen. Bevochtig eventueel licht uw voetzolen. Verwijder eventueel het eelt van de voetzool.
U staat niet rustig op de weegschaal.	Blijf rustig staan.
Het vetpercentage ligt buiten het meetbare bereik (kleiner dan 5% of groter dan 50%).	De meting blootsvoets herhalen of bevochtig eventueel licht uw voetzolen.
Het vochtpartcentrage ligt buiten het meetbare bereik (kleiner dan 43% of groter dan 75%).	De meting blootsvoets herhalen of bevochtig eventueel licht uw voetzolen.
Het spierpercentage ligt buiten het meetbare bereik (afhankelijk van leeftijd en geslacht).	De meting blootsvoets herhalen of bevochtig eventueel licht uw voetzolen.

En vergeet niet: Lichaamsbeweging is de basis voor een gezond lichaam.

## **Omschakelen van Kg (kilogram)/ St (Stone)/ Lb (Engelse ponden)**

Deze weegschaal kan metingen weergeven in kilogrammen, Stone en Engelse ponden. Dit stelt u in door de schakelaar aan de onderkant van uw weegschaal op Kg (kilogrammen), St (Stone) of Lb (Engelse ponden) te zetten.

## **R E I N I G I N G & O N D E R H O U D**

De buitenkant van de weegschaal alleen reinigen met een licht vochtige doek en goed afdrogen. Geen schuurmiddelen of andere agressieve reinigingsmiddelen gebruiken. **Dompel de weegschaal nooit onder in water of andere vloeistoffen.**

## **G A R A N T I E & S E R V I C E**

- Uw garantietermijn bedraagt 24 maanden na aankoop van het product.
- De garantie is alleen van toepassing als de aankoopnota kan worden overlegd. Bewaar daarom uw aankoopnota zorgvuldig. De garantietermijn vangt aan op de aankoopdatum.
- De garantie geldt niet in geval van:
  - normale slijtage;
  - onoordeelkundig of oneigenlijk gebruik;
  - onvoldoende onderhoud;
  - het niet in acht nemen van bedienings- en onderhoudsvoorschriften;
  - ondeskundige montage of reparatie door uzelf of derden;
  - door de afnemer toegepaste niet originele onderdelen
- zulks ter beoordeling van onze technische dienst.
- De garantie geldt niet voor:
  - normale verbruiksartikelen;
  - externe verbindingenkabels;
  - (uitwisselbare) signaal- en verlichtingslampjes;
  - batterijen
- zulks ter beoordeling van onze technische dienst.

**Het apparaat, voorzien van aankoopbon en klachtomsschrijving, dient gefrankeerd teruggestuurd te worden aan:**

Inventum Holland BV  
Generatorstraat 17  
3903 LH VEENENDAAL  
NEDERLAND

of aan:  
new E.T.P. bvba  
Passtraat 121  
9100 Sint Niklaas  
BELGIË

Indien de garantie is komen te vervallen of indien de garantietermijn is verstreken, dienen wij de kosten welke verbonden zijn aan een beoordeling en/of reparatie in rekening te brengen.

Op verzoek zullen wij u eerst een prijsopgave verstrekken alvorens tot reparatie over te gaan. Zonder dit verzoek om prijsopgave gaan wij ervan uit dat u, met het opstellen van uw apparaat, automatisch een opdracht tot reparatie heeft verstrekt.

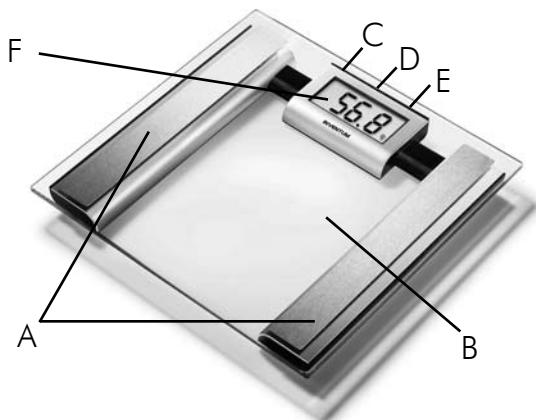
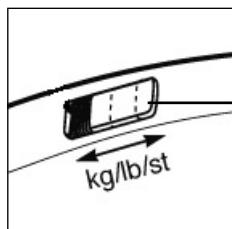
Wij verlenen twee maanden garantie op de door onze servicedienst uitgevoerde herstelwerkzaamheden en het daarbij nieuw aangebrachte materiaal, gerekend vanaf de hersteldatum. Indien zich binnen deze periode een storing voordoet welke het directe gevolg is van de uitgevoerde herstelwerkzaamheden of het daarbij nieuw aangebrachte materiaal, heeft de koper het recht op kosteloos herstel.

Wijzigingen en drukfouten voorbehouden.

# DEUTSCH

Gebrauchsanleitung Inventum Personenwaage, PW821BG.

Lesen Sie diese Gebrauchsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät in betrieb nehmen und für den späteren Gebrauch aufbewahren.



Maximale Gewichtsangabe: 150 Kilo/24 St/ 330 lb

Minimum Gewichtsangabe: 10 Kilo/1 St 6/ 20 lb

Angabe: pro 100 Gramm/ ¼ St/ 0,2 lb

- A Elektroden
- B Wiegefläche
- C Ab-Taste
- D SET-Taste

- E Auf-Taste
- F Display
- G Umschalt-Taste (Kg/Lb/St)

## ERKLÄRUNG DER ZEICHEN



Elektro Haushaltgeräte gehören nicht in den Hausmüll. Entsorgen Sie diese über Ihren Elektrofachhändler oder Ihre örtliche Wertstoffsammlstelle.

## SICHERHEITSHINWEISE

- **Lesen Sie diese Gebrauchsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät in betrieb nehmen und für späteren Gebrauch aufbewahren.**
- Benutzen Sie dieses Gerät nur zu dem in dieser Gebrauchsanleitung beschriebenen Zweck.
- **Achtung:** Nicht während der Schwangerschaft benutzen. Aufgrund des Fruchtwassers kann es zu Meßungenauigkeiten kommen.
- **Achtung: Die Waage darf nicht von Personen mit medizinischen Implantaten (z.B. Herzschrittmacher) verwendet werden. Andernfalls kann deren Funktion beeinträchtigt sein.**
- Achtung, steigen sie nicht mit nassen Füßen auf die Waage und betreten Sie die Waage nicht, wenn die Oberfläche feucht ist  
- Rutschgefahr!
- Stellen Sie die Waage so auf dass das Gerät auf einer ebenen und stabilen Fläche steht. Ein fester Bodenbelag ist Voraussetzung für eine korrekte Messung.
- Jede Wiegeung sollte unter den gleichen Bedingungen stattfinden, um eine Vergleichbarkeit zu gewährleisten, idealer Zeitpunkt ist am Morgen, ohne Bekleidung und Nahrungsaufnahme.
- Geringfügige Gewichtsabweichungen sind normal, z.B. durch Aufnahme von Flüssigkeit: 1 Glas Wasser hat ein Gewicht von ca. 300 g.
- Die Waagen bestehen aus empfindlichen Präzisions- bzw. Elektronikbauteilen und müssen wie hochempfindliche technische Geräte behandelt werden. Eine Waage ist vor Stößen, Feuchtigkeit, Staub, Chemikalien, Toilettenart flüssigen Kosmetika, starken Temperaturschwankungen und zu nahen Wärmequellen (Öfen, Heizungskörper) schützen.
- Verwenden Sie die Waage nur zum Wiegen Ihres Körpergewichtes. Vermeiden Sie unnötige Belastungen, um die Qualität des Produktes nicht zu gefährden.



- Alle Waagen sind ausschließlich für die Eigenanwendung vorgesehen und sind nicht für den medizinischen oder kommerziellen Gebrauch entwickelt.
- Beachten Sie, dass technisch bedingt Messtoleranzen möglich sind, da es sich um keine geeichte Waage für den professionellen, medizinischen Gebrauch handelt.
- Die Belastbarkeit der Waage beträgt max. 150 kg (24 St/ 330 lb). Bei der Gewichtsmessung und bei der Knochenmassebestimmung werden die Ergebnisse in 100 g-Schritten ( $\frac{1}{4}$  St/ 0,2 lb) angezeigt. Die Messergebnisse des Körperfett-, Körperwasser- und Muskelanteils werden in 0,1%-Schritten angezeigt.
- Im Auslieferungsstand ist die Waage auf die Einheiten "cm" und "kg" eingestellt. Auf der Rückseite der Waage befindet sich ein Schalter mit dem Sie auf "inch" - "Stone" und "Pfund" umstellen können.
- Für eine vorübergehende Aufbewahrung empfehlen wir, die Waage in der Originalverpackung aufzubewahren, um sie so vor äußeren Einflüssen zu schützen. Entnehmen Sie in diesem Fall die Batterien, ebenso bei längerem Nichtgebrauch.
- Reparaturen können nur vom Inventum Kundenservice oder autorisierten Händlern durchgeführt werden. Prüfen Sie jedoch vor jeder Reklamation zuerst die Batterien und tauschen Sie diese gegebenenfalls aus. Scheint jedoch eine Reparatur erforderlich, so entfernen Sie die Batterien und verpacken Sie die Waage für den Transport im Originalkarton.
- **Tauchen Sie das Gerät niemals im Wasser.**
- Dieses Gerät ist nur für den häuslichen Gebrauch bestimmt. Wird es nicht ordnungsgemäß, (halb)professionell oder entgegen den Anweisungen dieser Anleitung verwendet, erlischt die Garantie und Inventum übernimmt dann keine Haftung für irgendwelche eingetretenen Schäden.

## G E B R A U C H S H I N W E I S E

### Wissenswertes



#### Das Messprinzip der Diagnosewaage

Diese Waage arbeitet mit dem Prinzip der B.I.A., der Bioelektrischen-Impedanz-Analyse. Dabei wird innerhalb von Sekunden durch einen nicht spürbaren, völlig unbedenklichen und ungefährlichen Strom eine Bestimmung von Körperanteilen ermöglicht. Mit dieser Messung des elektrischen Widerandes (Impedanz) und der Einberechnung von Konstanten bzw. individuellen Werten (Alter, Grösse, Geschlecht, Aktivitätsgrade) kann der Körperfettanteil und weitere Größen im Körper bestimmt werden.

Muskelgewebe und Wasser haben eine gute elektrische Leitfähigkeit und daher einen geringeren Widerstand.

Knochen und Fettgewebe hingegen haben eine geringe Leitfähigkeit, da die Fettzellen und Knochen durch sehr hohen Widerstand den Strom kaum leiten. Beachten Sie, dass die von der Diagnosewaage ermittelten Werte nur ein Annäherung an die medizinische, realen Analysewerte des Körpers darstellen. Nur der Facharzt kann mit medizinischen Methoden (z.B. Computertomografie) eine exakte Ermittlung von Körperfett, Körperwasser, Muskelanteil und Knochenbau durchführen.



#### Richtig wiegen

Wiegen Sie sich möglichst zur selben Tageszeit (am besten morgens), nach dem Toilettengang, nüchtern und ohne Bekleidung, um vergleichbare Ergebnisse zu erzielen. Warten Sie ca. 15 Minuten nach dem Aufstehen, damit sich das im Körper befindliche Wasser verteilen kann. Wichtig bei der Messung: Die Ermittlung des Körperfettes darf nur barfuß und kann zweckmäßig mit schwach befeuchteten Fußsohlen vorgenommen werden. Völlig trockene Fußsohlen können zu unbefriedigenden Ergebnissen führen, da diese eine zu geringe Leitfähigkeit aufweisen.

Ihre Waage ist ein genauer Instrument. Der menschlicher Körper ist so ziemlich das schwierigste zu wiegen, weil sie dauernd in Bewegung ist. Deshalb ist eine 99% Genauigkeit des kompletten Körpergewichtes das höchst Erreichbare.

Stehen Sie deshalb immer still während des Messvorgangs, mit gleichmäiger Gewichtsverteilung auf beiden Beinen. Unterschätzen Sie der Gewicht von Kleidung, Unterwäsche und kurz zuvor aufgenommen Nahrung und Getränke nicht. Nur der langfristige Trend zählt.

### Inbetriebnahme

Entfernen Sie das Verpackungsmaterial und bewahren Sie es unzugänglich für Kinder auf. Kontrollieren Sie, ob alle Teile mitgeliefert und aus der Verpackung genommen wurden, und dass kein Schaden an dem Gerät, z. B. beim Transport verursacht, entstanden ist. Lesen Sie diese Gebrauchsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen und heben Sie sie für späteren Gebrauch auf. Stellen Sie die Waage auf einer ebenen und stabilen Fläche.

### Batterien

Falls vorhanden, ziehen Sie den Batterie-Isolierstreifen am Batteriefachdeckel beziehungsweise entfernen Sie die Schutzfolie der Batterie und setzen Sie die Batterie gemäß Polung ein. Zeigt die Waage keine Funktion, so entfernen Sie die Batterie komplett und setzen Sie sie erneut ein. Ihre Waage ist mit einer „Batteriewechselanzeige“ ausgestattet. Beim Betreiben der Waage mit zu schwacher Batterie erscheint auf dem Anzeigenfeld „Lo“, und die Waage schaltet sich automatisch aus. Die Batterie muss in diesem Fall ersetzt werden (2 x 3V Lithium-Batterie CR2032). Die verbrauchten, vollkommen entladenen Batterien und Akkus sind über die speziell gekennzeichneten Sammelbehälter, die Sondermüllannahmestellen oder über den Elektrohändler zu entsorgen.



**Hinweis:** Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen Batterien: Pb = Batterie enthält Blei, Cd = Batterie enthält Cadmium, Hg = Batterie enthält Quecksilber.

## Nur Gewicht messen

- Tippen Sie mit dem Fuß schnell und kräftig auf die Trittfäche Ihrer Waage. Es erscheint als Selbsttest die komplette Displayanzeige (Abb. 1) bis „0.0“ angezeigt wird (Abb. 2).
- Nun ist die Waage zum Messen Ihres Gewichtes bereit.
- Stellen Sie sich nun auf die Waage.
- Stehen Sie ruhig auf der Waage mit gleichmäßiger Gewichtsverteilung auf beiden Beinen.
- Die Waage beginnt sofort mit der Messung.
- Die Anzeige „000“ flackert solange der Messwert aufgenommen wird.
- Kurz darauf wird das Messergebnis angezeigt (Abb. 3). Wenn Sie die Trittfäche verlassen, schaltet sich die Waage nach einigen Sekunden ab.



Abb. 1



Abb. 2

## Benutzerdaten einstellen

Um Ihrer Körperperfektanteil und weitere Körperwerte ermitteln zu können, müssen Sie die persönlichen Benutzerdaten einspeichern. Die Waage verfügt über 10 Benutzerspeicherplätze, auf denen Sie und die Mitglieder Ihrer Familie die persönlichen Einstellungen abspeichern und wieder abrufen können.

- Treten Sie zuerst kurz auf die Trittfäche und warten Sie, bis in der Anzeige „0.0“ erscheint (Abb. 2). Drücken Sie dann „SET“. Im Display erscheint nun blinkend der erste Speicherplatz - P - 01 (Abb. 4). Wählen Sie den gewünschten Speicherplatz durch Betätigen der Tasten „auf“ ► oder „ab“ ◀ und bestätigen Sie den gewünschten Speicherplatz mit der Taste „SET“.
- Nun erscheint blinkend die Körpergröße in cm (inch) (Abb. 5). Stellen Sie durch kurzes oder langes Drücken der Tasten „auf“ ► oder „ab“ ◀ den gewünschten Wert ein und bestätigen Sie mit „SET“.
- Es erscheint blinkend das Alter (Age) in Jahren (Abb. 6). Stellen Sie durch kurzes oder langes Drücken der Tasten „auf“ ► oder „ab“ ◀ den gewünschten Wert ein und bestätigen Sie mit „SET“.
- Es erscheint auf dem Display die Einstellung für das Geschlecht „Frau“ oder „Mann“ (Abb. 7). Wählen Sie das Geschlecht durch Betätigen der Tasten „auf“ ► oder „ab“ ◀ und bestätigen Sie mit „SET“.
- Auf dem Display erscheint nun die Einstellung für Ihren individuellen Aktivitäts- und Fitnessgrad (Abb. 8). Wählen Sie den gewünschten Aktivitätsgrad durch Betätigen der Tasten „auf“ ► oder „ab“ ◀ und bestätigen Sie den gewünschten Aktivitätsgrad mit der Taste „SET“.

Die hiermit gespeicherten Werte werden nacheinander nochmals angezeigt. Die Waage schaltet sich daraufhin automatisch ab.

**TIPP:** Wenn Sie einen Speicherplatz wieder aufs neue oder für jemand anderes einstellen möchten, befolgen Sie die oben beschriebene Schritte und wählen Sie den Speicherplatz.

## Erklärung der 5 Aktivitätsgrade:

Bei der Auswahl des Aktivitätsgrades ist die mittel- und langfristige Betrachtung entscheidend.

- **A 1:** Keine körperliche Aktivität.
- **A 2:** Geringe körperliche Aktivität.  
Wenige und leichte körperliche Anstrengungen (z.B. Spazierengehen, leichte Gartenarbeit, gymnastische Übungen).
- **A 3:** Mittlere körperliche Aktivität.  
Körperliche Anstrengungen, mindestens 2 bis 4 mal pro Woche, jeweils 30 Minuten. Dieser Modus sollte ausgewählt werden, sobald während des Trainings/der Diät eine Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens/der allgemeinen Fitness festzustellen ist. Nach 8–12 Wochen anhaltenden Trainings/Diät kann zum nächsten Aktivitätsgrad übergegangen werden.
- **A 4:** Hohe körperliche Aktivität.  
Körperliche Anstrengung, mindestens 4 bis 6 mal pro Woche, jeweils 30 Minuten.
- **A 5:** Sehr hohe körperliche Aktivität.  
Tägliches intensives Training oder körperliche Arbeit, z.B. intensives Lauftraining, Bauarbeiten. Insgesamt sollten Sie für diesen Modus ein hohes Mass an Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft besitzen und dieses Niveau über einen längeren Zeitraum halten.



Abb. 3



Abb. 4



Abb. 5



Abb. 6



Abb. 7



Abb. 8

## Messung durchführen

Die Waage verfügt über 10 Grunddaten-Speicherplätze, auf denen der Anwender, z.B. jedes Familienmitglied, die persönlichen Einstellungen abspeichern und wieder abrufen kann. Nachdem alle Parameter eingegeben wurden, können nun Gewicht, Körperfett, und die weiteren Werte ermittelt werden.

- Treten Sie zuerst kurz auf die Trittfläche.
- Wählen Sie durch mehrfaches Drücken der Taste ► oder ◀ den Speicherplatz aus, auf dem Ihre persönliche Grunddaten gespeichert sind. Diese werden nacheinander angezeigt bis die Anzeige „0,0“ (Abb. 2) erscheint.
- Steigen Sie barfuß auf die Waage und achten Sie darauf, dass Sie ruhig auf den Elektroden stehen. Zunächst wird Ihr Körpergewicht ermittelt und angezeigt.
- Bleiben Sie ruhig auf der Waage stehen, jetzt wird die Körperfett- und Körperwasser-Analyse durchgeführt. Dies kann einige Sekunden dauern. Wichtig: Es darf kein Kontakt zwischen beiden Füßen, Beinen, Waden und Oberschenkeln bestehen. Andernfalls kann die Messung nicht korrekt ausgeführt werden.

Folgenden Daten werden angezeigt:

- Körperfettanteil, in % (Abb. 9)
- Wasseranteil, in % (Abb. 10)
- Muskelanteil, in % (Abb. 11)
- Es werden nun noch einmal nacheinander alle gemessenen Werte angezeigt, danach schaltet sich die Waage ab.



Abb. 9



Abb. 10



Abb. 11

## Körperfettanteil

Nachfolgende Körperfettwerte geben Ihnen eine Richtlinie (für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt).

### Weiblich

### Männlich

Alter	Sehr gut	Gut	Mittel	Schlecht	Alter	Sehr gut	Gut	Mittel	Schlecht
< 19	< 17%	17-22%	22,1-27%	> 27,1%	< 19	< 12%	12-17%	17,1-22%	> 22,1%
20 - 29	< 18%	18-23%	23,1-28%	> 28,1%	20-29	< 13%	13-18%	18,1-23%	> 23,1%
30 - 39	< 19%	19-24%	24,1-29%	> 29,1%	30-39	< 14%	14-19%	19,1-24%	> 24,1%
40 - 49	< 20%	20-25%	25,1-30%	> 30,1%	40-49	< 15%	15-20%	20,1-25%	> 25,1%
> 50	< 21%	21-26%	26,1-31%	> 31,1%	> 50	< 16%	16-21%	21,1-26%	> 26,1%

basiert auf: "Principles + Labs for Physical Fitness and Wellness. 1st edition by Copyright 1999"

Bei Sportlern ist oft ein niedrigerer Wert festzustellen. Je nach betriebener Sportart, Trainingsintensität und körperlicher Konstitution können Werte erreicht werden, die noch unterhalb der angegebenen Richtwerte liegen. Bitte beachten Sie jedoch, dass bei extrem niedrigen Werten Gesundheitsgefahren bestehen können.

## Körperwasser

Der Anteil des Körperwassers liegt normalerweise in folgenden Bereichen!

Frauen: 50 - 55%

Männer: 60 - 65%

Kinder: 65 - 75%

Körperfett beinhaltet relativ wenig Wasser. Deshalb können bei Personen mit einem hohen Körperfettanteil der Körperwasseranteil unten den Richtwerten liegen. Bei Ausdauer-Sportlern hingegen können die Richtwerte aufgrund geringer Fettanteile und hohem Muskelanteil überschritten werden.

Die Körperwasserermittlung mit dieser Waage sind nicht dazu geeignet, medizinische Rückschlüsse auf z.B. altersbedingte Wassereinlagerungen zu ziehen. Fragen Sie gegebenenfalls ihren Arzt. Grundsätzlich gilt es, einen hohen Körperwasseranteil anzustreben.

## Muskelanteil

Der Muskelanteil liegt normalerweise in folgenden Bereichen.

### Weiblich

### Männlich

Alter	wenig	normal	viel	Alter	wenig	normal	viel
< 19	< 35%	35 - 41%	> 41%	< 19	< 43%	43 - 56%	> 56%
20-29	< 34%	34 - 39%	> 39%	20-29	< 42%	42 - 54%	> 54%
30-39	< 33%	33 - 38%	> 38%	30-39	< 41%	41 - 52%	> 52%
40-49	< 31%	31 - 36%	> 36%	40-49	< 40%	40 - 50%	> 50%
> 50	< 29%	29 - 34%	> 34%	> 50	< 39%	39 - 48%	> 48%

## **Zeitlicher Zusammenhang der Ergebnisse**

Beachten Sie dass nur der langfristige Trend zählt. Kurzfristige Gewichtsabweichungen innerhalb von wenigen Tagen sind zumeist lediglich durch Flüssigkeitsverlust bedingt.

Die Deutung der Ergebnisse richtet sich nach den Veränderungen des:

Gesamtgewichts und der prozentualen Körperfett-, Körperwasser- und Muskelanteile, sowie nach der Zeitdauer mit welcher diese Änderungen erfolgen. Rasche Veränderungen im Bereich von Tagen sind von mittelfristigen Änderungen (im Bereich von Wochen) und langfristigen Änderungen (Monaten) zu unterscheiden.

Als Grundregel kann gelten, dass kurzfristige Veränderungen des Gewichts fast ausschließlich Änderungen des Wassergehalts darstellen, während mittel- und langfristige Veränderungen auch den Fett- und Muskelanteil betreffen können.

- Wenn kurzfristig das Gewicht sinkt, jedoch der Körperfettanteil steigt oder gleich bleibt, haben Sie lediglich Wasser verloren – z.B. nach einem Training, Saunagang oder einer nur auf schnellen Gewichtsverlust beschränkten Diät.
- Wenn das Gewicht mittelfristig steigt, der Körperfettanteil sinkt oder gleich bleibt, könnten Sie hingegen wertvolle Muskelmasse aufgebaut haben. Wenn Gewicht und Körperfettanteil gleichzeitig sinken, funktioniert Ihre Diät – Sie verlieren Fettmasse. Idealerweise unterstützen Sie Ihre Diät mit körperlicher Aktivität, Fitness- oder Krafttraining. Damit können Sie mittelfristig Ihren Muskelanteil erhöhen. Körperfett, Körperwasser oder Muskelanteile dürfen nicht addiert werden (Muskelgewebe enthält auch Bestandteile aus Körperwasser).

## **Tipps zur Anwendung**

Wichtig bei der Ermittlung des Körperfett-/Körperwasser-/Muskelanteils:

- Die Messung darf nur barfuß und kann zweckmäßig mit schwach befeuchteten Fußsohlen vorgenommen werden. Völlig trockene Fußsohlen können zu unbefriedigenden Ergebnissen führen, da diese eine geringe Leitfähigkeit aufweisen.
- Stehen Sie während des Messvorgangs still.
- Warten Sie einige Stunden nach ungewohnter körperlicher Anstrengung.
- Warten Sie ca. 15 Minuten nach dem Aufstehen, damit sich das im Körper befindliche Wasser verteilen kann.

Die Ermittlung ist nicht aussagekräftig bei:

- Kindern unter ca. 10 Jahren;
- Leistungssportlern und Bodybuildern;
- Schwangeren;
- Personen mit Fieber, in Dialysebehandlung, Ödem-Symptomen oder Osteoporose;
- Personen, die kardiovaskuläre Medizin einnehmen. Personen, die gefäßerweiternde oder gefäßverengende Medikamente einnehmen;
- Bei Personen mit erheblichen anatomischen Abweichungen an den Beinen bezüglich der Gesamtkörpergröße (Beinlänge erheblich verkürzt oder verlängert).

## **Fehlmessung**

Stellt die Waage bei der Messung einen Fehler fest, wird „Err“ angezeigt.

Mögliche Fehlerursachen:	Behebung:
Die Waage wurde vor dem Betreten nicht aktiviert. Wenn Sie sich auf die Waage stellen, bevor im Display „0.0“ angezeigt wird, funktioniert die Waage nicht korrekt.	Waage korrekt aktivieren und Messung wiederholen.
Die maximale Tragkraft von 150 kg wurde überschritten.	Nur maximal zulässiges Gewicht wiegen.
Der elektrische Widerstand zwischen Elektroden und Fußsohle ist zu hoch (z.B. bei starker Hornhaut)	Die Messung bitte barfuß wiederholen. Feuchten Sie ggf. Ihre Fußsohlen leicht an. Entfernen Sie ggf. die Hornhaut an den Fußsohlen.
Sie standen zu unruhig auf der Waage.	Bitte ruhig stehen.
Der Fettanteil liegt außerhalb des messbaren Bereichs (kleiner 5% oder größer 50%).	Die Messung bitte barfuß wiederholen, oder feuchten Sie ggf. Ihre Fußsohlen leicht an.
Der Wasseranteil liegt außerhalb des messbaren Bereichs (kleiner 43% oder größer 75%).	Die Messung bitte barfuß wiederholen, oder feuchten Sie ggf. Ihre Fußsohlen leicht an.
Der Muskelanteil liegt außerhalb des messbaren Bereichs (alters- und geschlechtsabhängig).	Die Messung bitte barfuß wiederholen, oder feuchten Sie ggf. Ihre Fußsohlen leicht an.

Und vergessen Sie nicht: Körperliche Aktivität ist die Basis für einen gesunden Körper.

## **Umstellung kg (Kilogramm)/ St (Stone)/ Ib (Pfunden)**

Dieser Waage kann messungen anzeigen in Kilogramm, Stone und Pfunden. Das stellen Sie ein mit die Schalter an die Untenseite des Geräts. Stellen Sie die Schalter auf Kg (Kilogramm), St (Stone) oder Lb (Pfunden).

## **R E I N I G U N G & P F L E G E**

Die Außenseite der Waage nur reinigen mit einem feuchten Tuch und gut abtrocknen. Niemals Scheuermittel oder aggressive Reinigungsmittel verwenden. **Tauchen Sie das Gerät niemals im Wasser oder andere Flüssigkeiten.**

## **G A R A N T I E U N D S E R V I C E**

- Die Garantie gilt für 24 Monate ab Kauf der Ware.
- Die Garantie gilt nur bei Vorlage der Rechnung des gekauften Gerätes. Bewahren Sie deshalb die Rechnung sorgfältig auf. Die Garantie gilt ab dem Kaufdatum.
- Die Garantie gilt nicht im Falle von:
  - normalem Verschleiß
  - mangelhafter Wartung
  - unsachgemäßem oder zweckenfremdeten Gebrauch
  - nichtbeachtung von Bedienungs- und Wartungsanleitung
  - unfachmännischer Reparatur durch den Käufer oder Dritten
  - nicht verwendeten Originalteilen, die vom Käufer oder durch Dritte montiert worden sind, welche erst von unserem Kundendienst zu begutachten sind.

Die Garantie gilt nicht für:

- normale Gebrauchsartikel;
- Externe Verbindungsleitung;
- Batterien, welche erst von unserem Kundendienst zu begutachten sind.

**Bitte senden Sie das Gerät zusammen mit der Rechnung und einer Fehlerbeschreibung frankiert an:**

Inventum Holland BV  
Generatorstraat 17  
3903 LH Veenendaal  
Niederlanden

oder an:  
new E.T.P. bvba  
Passtraat 121  
9100 Sint Niklaas  
BELGIË

Falls die Garantie entfallen oder die Garantiezeit abgelaufen ist, müssen wir Ihnen die Kosten, die durch eine Begutachtung und/oder einer Reparatur entstehen, in Rechnung stellen.

Wir erstellen Ihnen gerne auf Anfrage einen Kostenvoranschlag, bevor wir mit der Reparatur beginnen. Wenn wir zur Reparatur übergegangen sind, werden die Begutachtungs- bzw. Prüfungskosten von uns nicht in Rechnung gestellt.

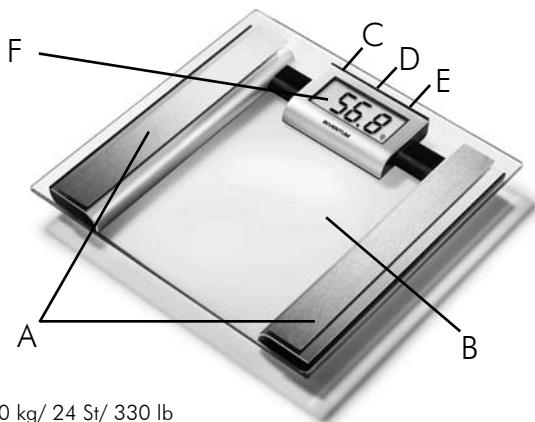
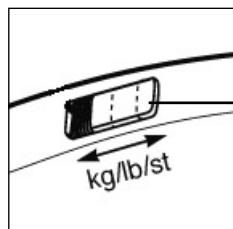
Wir gewähren auf die von unserem Kundendienst ausgeführten Reparaturen und auf das neu verarbeitete Material zwei Monate Garantie, wobei diese zweimonatige Frist ab dem Tag der Reparatur gilt. Sollte während dieses Zeitraum ein Defekt auftreten, welcher direkt auf die Reparatur oder das dabei verwendete Material zurückzuführen ist, kann der Kunde selbstverständlich sein Gerät kostenlos reparieren lassen.

Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

# F R A N Ç A I S

Mode d'emploi Inventum pèse-personne, PW821BG.

Lisez ce mode d'emploi très attentivement avant d'utiliser votre appareil et conservez-le précieusement pour le consulter éventuellement plus tard.



Capacité maximum: 150 kg/ 24 St/ 330 lb  
Capacité minimum: 10 kg/ 1 St 6/ 20 lb  
Indication: par 100 grammes/ ¼ St/ 0,2 lb

A Electrodes  
B Plateau en verre  
C Touche "bas"  
D Touche réglage

E Touche "haut"  
F Ecran  
G Bouton de passage (Kg/Lb/St)

## EXPLICATION DES SYMBOLES



Les petits appareils domestiques doivent être mis au rebut dans des conteneurs spéciaux ou aux points de collecte réservés à cet usage.

## CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- **Lisez ce mode d'emploi très attentivement avant d'utiliser votre appareil et conservez-le précieusement pour le consulter éventuellement plus tard.**
- Utilisez uniquement cet appareil pour les usages décrits dans ce mode d'emploi.
- **Attention!** Ne pas utiliser pendant la grossesse. En raison du liquide amniotique, les mesures risquent d'être imprécises.
- **Attention! Cette balance ne doit pas être utilisée par des personnes munies d'implants médicaux (stimulateurs cardiaques, par exemple). Sinon leur fonctionnement risque d'être entravé.**
- Faites attention avec les pieds mouillés. Cela pourrait risquer de vous faire glisser.
- Le pèse-personne comporte des composants électroniques qui doivent être traités avec beaucoup de précaution. Notamment les chocs, les coups, l'humidité, la poussière, les produits chimiques, les articles de toilette, les produits cosmétiques liquides et de forts écarts de température peuvent avoir des effets néfastes sur le fonctionnement de votre pèse-personne.
- Chaque pesage doit avoir lieu dans les mêmes conditions afin de pouvoir ainsi comparer les pesages les uns par rapport aux autres. Le moment idéal pour vous peser est le matin, sans vêtement et avant d'avoir pris votre petit déjeuner.
- Les tout petits écarts de poids sont inévitables. Si vous buvez par exemple un verre d'eau, il pourra alors y avoir un écart de 300 grammes environ.
- Veillez à toujours placer votre pèse-personne sur une surface dure et plane et ne l'utilisez qu'à l'intérieur de la maison.
- Si vous souhaitez ranger votre pèse-personne pendant une longue période, nous vous conseillons de garder l'emballage d'origine.
- Toute réparation sur des appareils électriques doit être effectuée uniquement par des techniciens spécialisés. Les réparations mal exécutées peuvent avoir de très graves conséquences pour l'utilisateur. Ne jamais utiliser l'appareil avec des pièces détachées qui n'ont pas été recommandées ou livrées par le fabricant.



- Si vous décidez de ne plus utiliser l'appareil en raison d'une panne ou d'un mauvais fonctionnement, apportez l'appareil au service correspondant de traitement des déchets de votre commune.
- **Ne plongez jamais votre pèse-personne dans l'eau ou tout autre liquide.**
- L'appareil est prévu strictement pour un usage personnel et non pas à des fins médicales ou commerciales.
- Notez que des variations de mesure d'ordre technique sont possibles, car cette balance n'est pas étalonnée en vue d'un usage médical professionnel.
- La portée maximale de la balance est de 150 kg (24 St/ 330 lb). Lors de la pesée et de la détermination de la masse osseuse, les résultats s'affichent par incrément de 100 g (¼ St/ 0,2 lb). Les résultats de mesure du taux de graisse corporelle, de masse hydrique et de masse musculaire s'affichent par incrément de 0,1 %.
- A la livraison de la balance, le réglage des unités est en "cm" et "kg". Au dos de la balance, un interrupteur vous permet de commuter sur "inch", "stone" et "livres" (lb).
- Cet appareil est conçu exclusivement pour un usage ménager. Si vous utilisez l'appareil d'une manière abusive, vous ne pourrez pas prétendre à des dommages et intérêts en cas d'éventuels dégâts et le droit à la garantie sera annulé.
- 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.

## U T I L I S A T I O N

### Quelques petites curiosités



#### Principe de mesure de la balance impédancemètre

Cette balance détermine le poids du corps, sa teneur en eau, en graisse et en muscle selon le principe d'analyse d'impédance bioélectrique (BIA). A cet effet, un courant imperceptible, absolument sans risque et sans danger permet de connaître en quelques secondes le taux des tissus corporels. La mesure de la résistance électrique (impédance) ainsi que la prise en compte de constantes et, le cas échéant, de données individuelles (âge, taille, sexe, activité physique) permet de définir le taux de graisse corporelle et d'autres paramètres physiques.

Le tissu musculaire et l'eau ont une bonne conductibilité électrique et donc une faible résistance. Par contre, les os et le tissu adipeux a une faible conductibilité, car les os et les cellules adipeuses sont très peu conducteurs en raison de leur résistance très élevée.

Notez que les valeurs déterminées par la balance impédancemètre ne représentent que des approximations par rapport aux analyses physiques effectives d'ordre médical. Seul un médecin spécialisé peut déterminer avec précision la graisse corporelle, la masse hydrique, le taux de masse musculaire et la masse osseuse par des méthodes médicales (tomographie, par ex.).



#### Pour bien se peser

Pesez-vous, si possible, à la même heure (de préférence le matin), après être allé aux toilettes, à jeun et nu(e) afin d'obtenir des résultats comparables. 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 des mesures effectuées avec les pieds complètement secs ne conduisent pas à des résultats satisfaisants, car leur conductibilité est trop faible. Attendez quelques heures après un effort physique inhabituel. Après votre lever, attendez 15 minutes environ avant de faire la mesure pour que l'eau puisse se répartir dans le corps.

Votre pèse-personne est un appareil très précis. Le corps humain est de très loin le plus difficile à peser, parce qu'il est toujours en mouvement. C'est pourquoi le plus haut pourcentage de précision que l'on puisse atteindre est de 99% du poids total du corps humain. Pour pouvoir obtenir la plus grande précision de votre poids, vous devez prendre bien soin de toujours mettre les pieds à la même place sur le pèse-personne et de rester le plus possible immobile. Seule compte la tendance à long terme.

#### Mise en service

Retirez tout le matériel d'emballage et gardez-le hors de portée des enfants. Après avoir retiré le pèse personne de son emballage, contrôler minutieusement s'il n'y a pas de dommages visibles ayant pu être causés pendant le transport. Lisez ce mode d'emploi très attentivement avant d'utiliser votre appareil et conservez-le précieusement pour le consulter éventuellement plus tard. Nettoyez le pèse personne avec un chiffon humide (sans produit d'entretien). Posez la balance sur un sol plan et stable; une surface ferme est la condition préalable à une mesure exacte.

#### Piles

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. Il est alors temps de remplacer les piles (2 piles 3 V au lithium CR2032). Les piles et les accus usagés et complètement déchargés doivent être mis au rebut dans des conteneurs spéciaux ou aux points de collecte réservés à cet usage ou déposés chez un revendeur d'appareils électriques.

**Remarque:** Ces marquages figurent sur les piles contenant des substances toxiques : Pb = pile contenant du plomb,

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



## Pesée seule

Du pied, donnez un petit coup énergique sur le plateau de votre balance. L'appareil effectuant un contrôle automatique, elle affiche la totalité de l'écran (III. 1) jusqu'à „0.0“ (III. 2).

La balance est prête à mesurer votre poids. Montez sur la balance. Tenez-vous debout immobile sur la balance en répartissant votre poids de manière égale sur les deux jambes. La balance commence la mesure immédiatement. Ensuite le résultat de la mesure s'affiche (III. 3). Quand vous quittez le plateau, la balance s'éteint automatiquement au bout de quelques secondes.



## Réglages des données de l'utilisateur

Pour déterminer le taux de graisse corporelle et les autres paramètres, il faut enregistrer les données individuelles de l'utilisateur. La balance est équipée de 10 positions de mémoire d'utilisateurs permettant d'enregistrer et d'afficher les réglages individuels pour vous et les membres de votre famille.

- Pour commencer, posez brièvement le pied sur le plateau de pesée et attendez que „0.0“ s'affiche (III. 2). Ensuite appuyez sur „REGLAGE“. La première position de mémoire clignote à l'écran - P - 01 (III. 4). Appuyez sur les touches „haut“ ▶ ou „bas“ ◀ pour sélectionner la position de mémoire voulue et validez cette position en appuyant sur „REGLAGE“.
- Le champ de saisie de la taille clignote en cm (inch) (III. 5). Appuyez brièvement ou longuement sur les touches „haut“ ▶ ou „bas“ ◀ pour entrer votre taille et validez cette donnée en appuyant sur „REGLAGE“.
- Le champ de saisie de l'âge clignote (Age) en années (III. 6). Appuyez brièvement ou longuement sur les touches „haut“ ▶ ou „bas“ ◀ pour entrer votre âge et validez cette donnée en appuyant sur „REGLAGE“.
- Le réglage du sexe, „femme“ ou „homme“, apparaît à l'écran (III. 7). Appuyez sur les touches „haut“ ▶ ou „bas“ ◀ pour sélectionner votre sexe et validez en appuyant sur „REGLAGE“.
- A l'écran apparaît le réglage du degré d'activité physique et de forme personnalisé (III. 8). Appuyez sur les touches „haut“ ▶ ou „bas“ ◀ pour sélectionner le degré d'activité physique voulu et validez en appuyant sur „REGLAGE“.

Après avoir été enregistrés, les réglages effectués s'affichent à nouveau les uns après les autres. Ensuite la balance s'arrête automatiquement.



## Explication des 5 degrés d'activité

Le niveau d'activité sera sélectionné en fonction des perspectives à moyen et à long terme.

- **Niveau d'activité A 1:** aucune activité physique.

- **Niveau d'activité A 2:** activité physique réduite.

Peu d'efforts physiques et efforts limités (promenade, jardinage faciel, exercices de gymnastique, par ex.).

En outre, ce mode doit être sélectionné au début de programmes d'entraînement ou de régimes. Au bout de 6 à 10 semaines environ, il est possible de passer au degré d'activité suivant.

- **Niveau d'activité A 3:** activité physique moyenne.

Efforts physiques de 2 à 4 fois par semaine de 30 minute chacun, par ex. jogging, cyclisme, tennis, ....

Ce mode sera sélectionné dès qu'une amélioration du bien-être général ou de la forme en général se fait sentir au cours de l'entraînement ou du régime. Au bout de 8 à 12 semaines d'entraînement suivi ou de régime continu, il est possible de passer au degré d'activité suivant.

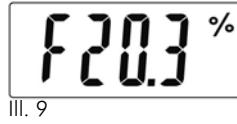
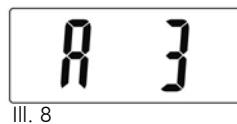
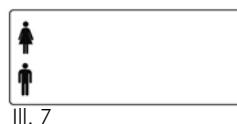
- **Niveau d'activité A 4:** activité physique intense.

Efforts physiques au moins 4 à 6 fois par semaine pendant 30 minutes.

- **Niveau d'activité A 5:** activité physique très intense.

Efforts physiques très prononcés, entraînement intense ou travail physique dur quotidiennement, 1 heure au moins.

Dans l'ensemble, il faut sélectionner ce mode si vous disposez de beaucoup de mobilité, d'endurance et de force et que vous restez à ce niveau pendant une assez longue période.



Les données suivantes s'affichent:

- Taux de graisse corporelle en % (III. 9)
- Taux de masse hydrique en % (III. 10)
- Taux de masse musculaire en % (III. 11)
- Enfin toutes les mesures effectuées s'affichent à nouveau les unes après autres et la balance s'arrête.



### Taux de graisse corporelle

Les taux de graisse corporelle suivants sont données à titre indicatif (pour avoir plus d'informations, adressez-vous à votre médecin!)

#### Femmes

#### Hommes

Age	très bien	bien	moyen	mal	Age	très bien	bien	moyen	mal
< 19	< 17%	17-22%	22,1-27%	> 27,1%	< 19	< 12%	12-17%	17,1-22%	> 22,1%
20 - 29	< 18%	18-23%	23,1-28%	> 28,1%	20-29	< 13%	13-18%	18,1-23%	> 23,1%
30 - 39	< 19%	19-24%	24,1-29%	> 29,1%	30-39	< 14%	14-19%	19,1-24%	> 24,1%
40 - 49	< 20%	20-25%	25,1-30%	> 30,1%	40-49	< 15%	15-20%	20,1-25%	> 25,1%
> 50	< 21%	21-26%	26,1-31%	> 31,1%	> 50	< 16%	16-21%	21,1-26%	> 26,1%

basé sur: "Principles + Labs for Physical Fitness and Wellness. 1st edition by Copyright 1999"

Chez les sportifs, les valeurs sont souvent plus basses. En fonction du type de sport pratiqué, de l'intensité de l'entraînement et de la constitution physique de la personne, il se peut que les taux obtenus soient encore inférieurs aux taux de référence. Notez cependant que des valeurs extrêmement basses peuvent représenter des risques pour la santé.

### Taux de masse hydrique

Le taux de masse hydrique se situe normalement dans les zones suivantes:

femmes: 50 - 55%

hommes: 60 - 65%

enfants: 65 - 75%

La graisse corporelle contient relativement peu d'eau. Il est donc possible que chez les personnes dont le taux de graisse corporelle est élevé, le taux de masse hydrique soit inférieur aux données de référence. Par contre, chez les personnes pratiquant des sports d'endurance, le taux de masse hydrique peut être supérieur aux données de référence en raison d'un taux de graisse corporelle inférieur et un taux de masse musculaire supérieur. Le taux de masse hydrique déterminé sur cette balance ne permet pas de tirer des conclusions d'ordre médical sur la rétention d'eau dans les tissus dûe à l'âge. Le cas échéant, demandez à votre médecin. De manière générale, un taux de masse hydrique élevé est souhaitable.

### Taux de masse musculaire

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

#### Femmes

#### Hommes

Age	faible	normal	élevé	Age	faible	normal	élevé
< 19	< 35%	35 - 41%	> 41%	< 19	< 43%	43 - 56%	> 56%
20-29	< 34%	34 - 39%	> 39%	20-29	< 42%	42 - 54%	> 54%
30-39	< 33%	33 - 38%	> 38%	30-39	< 41%	41 - 52%	> 52%
40-49	< 31%	31 - 36%	> 36%	40-49	< 40%	40 - 50%	> 50%
> 50	< 29%	29 - 34%	> 34%	> 50	< 39%	39 - 48%	> 48%

### Corrélation des résultats dans le temps

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'interprétation des résultats dépend des modifications du poids d'ensemble et des pourcentages de graisse corporelle, de masse hydrique et musculaire ainsi que de la durée de ces changements. 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, ce qui est précieux.
  - 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, la masse hydrique ou musculaire (le tissu musculaire contient aussi des constituants de la masse hydrique).

### **Conseils d'utilisation**

Informations importantes pour la mesure du taux de graisse/de la masse hydrique/de la masse musculaire:

- La mesure doit être faite pieds nus ; si besoin est, elle peut s'effectuer la plante des pieds légèrement humide. Il se peut que des mesures effectuées les pieds complètement secs ne conduisent pas à des résultats satisfaisants, car leur conductibilité est trop faible.
- Ne bougez pas pendant la mesure.
- Attendez quelques heures après un effort physique inhabituel.
- Après votre lever, attendez 15 minutes environ avant de faire la mesure pour que l'eau puisse se répartir dans le corps.

Le résultat n'est pas pertinent dans les cas suivants:

- les enfants de moins de 10 ans environ,
- les sportifs de haut niveau et les personnes pratiquant le bodybuilding,
- les femmes enceintes,
- les personnes fiévreuses, en dialyse, présentant des symptômes d'oedèmes ou de l'ostéoporose,
- les personnes sous traitement cardiovasculaire. 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).

### **Mesures erronées**

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

Causes possibles d'erreur:	Correction:
La balance n'a pas été activée avant son utilisation. Si vous montez sur la balance avant que «0.0» s'affiche, elle ne fonctionne pas correctement.	Activer la balance correctement et reprendre la mesure.
La portée maximale de 150 kg a été dépassée.	Peser uniquement le poids maximal autorisé.
La résistance électrique entre les électrodes et la plante du pied est trop forte (en cas de callosités épaisses, par ex.).	Refaire la mesure pieds nus. Si besoin, humidifier légèrement la plante des pieds. Le cas échéant, enlever les callosités de la plante des pieds.
Vous n'êtes pas resté immobile sur la balance.	Tenez-vous immobile.
Le taux de graisse corporelle se trouve au-delà de la plage de mesure (inférieur à 5% ou supérieur à 50%).	Répéter la mesure pieds nus ou le cas échéant, humidifier légèrement la plante des pieds.
Le taux de masse hydrique se trouve au-delà de la plage de mesure (inférieur à 43% ou supérieur à 75%).	Répéter la mesure pieds nus ou le cas échéant, humidifier légèrement la plante des pieds.
Le taux de masse musculaire n'est pas compris dans la plage de mesure (en fonction de l'âge et du sexe).	Répéter la mesure pieds nus ou le cas échéant, humidifier légèrement la plante des pieds.

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

En ce qui concerne l'insuffisance de poids ou l'excès de poids, il faut savoir que près d'un Néerlandais sur trois n'a pas son poids idéal. Les problèmes de poids et surtout l'excès de poids peuvent causer des problèmes de santé, voire même les activer. C'est pourquoi il est conseillé de contrôler régulièrement son poids. Inventum vous y aide en vous offrant sa gamme de pèse-personnes d'une grande précision.

Un microprocesseur digitalise le poids et l'indique sur un cadran d'affichage.

### **Passage de kg à st à lb**

Cette balance est indiqué votre poids en kilogrammes et livre. Activé l'indication correctement avec le bouton de passage dans le derrière du pèse personne, Kg (kilogrammes) ou st (stone) ou lb (livre).

Nettoyez le pèse personne avec un chiffon humide (sans produit d'entretien). Ne jamais utiliser de produit abrasif!

**Ne plongez jamais votre pèse-personne dans l'eau ou tout autre liquide.**

## GARANTIE & SERVICE

- La garantie est assurée pendant 24 mois à compter de la date d'achat de l'article.
- La garantie ne sera applicable que sur présentation du bon d'achat. C'est pourquoi vous devez conserver bien précieusement votre bon d'achat. Le délai de garantie commence à partir de la date d'achat.
- La garantie n'est pas assurée dans les cas suivants:
  - usure normale
  - emploi inadéquat ou utilisation abusive
  - entretien insuffisant
  - non-respect des consignes d'utilisation et d'entretien
  - réparation par l'acheteur non compétent
  - adaptation par l'acheteur de pièces détachées qui ne sont pas d'origine

ce qui sera jugé par notre service technique

La garantie n'est pas applicable pour:

- les articles de consommation normale
- les câbles de raccordement extérieurs
- les piles ce qui sera jugé par notre service technique

**L'appareil doit être renvoyé en port payé avec la facture ainsi que la description du problème à:**

Inventum Holland BV  
Generatorstraat 17  
3903 LH Veenendaal  
PAYS BAS

ou à:  
new E.T.P. bvba  
Passtraat 121  
9100 Sint Niklaas  
BELGIQUE

Si la garantie n'est pas applicable ou bien si le délai de garantie est dépassé, nous vous facturerons les frais liés à un devis et/ou à une réparation.

Sur simple demande de votre part, nous pouvons d'abord établir un devis avant de commencer toute réparation. Sans votre demande de devis, nous partons du principe que vous nous donnez automatiquement votre accord pour la réparation de votre appareil, dès l'instant où vous nous l'avez envoyé.

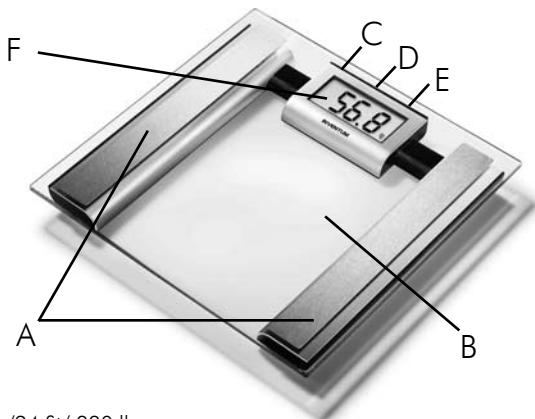
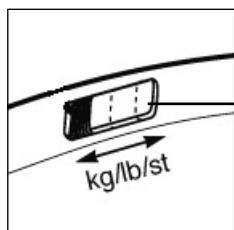
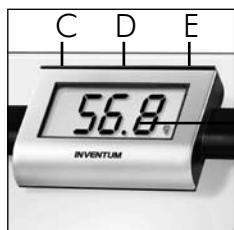
Nous assurons deux mois de garantie sur les réparations effectuées par notre service après-vente et sur le matériel qui aura été ajouté, et ce délai de deux mois est calculé à compter de la date de la réparation. Si pendant cette période, il y avait une défection de l'appareil due directement aux travaux de réparation qui ont été effectués ou due au matériel rajouté, il va de soi que l'acheteur pourra de plein droit faire réparer gratuitement son appareil.

Sous réserve de modification.

# ENGLISH

Instruction manual Inventum bathroom scale, PW821BG.

Please read these instructions carefully and completely before operating this appliance and retain for future use.



Maximum capacity: 150 kg/24 St/ 330 lb

Minimum capacity: 10 kg/1 St 6/ 20 lb

Division: per 100 gram/ ¼ St/ 0,2 lb

- A Electrodes
- B Platform
- C Down-key
- D SET-key (confirm)

- E Up-key
- F Display
- G Convert-switch (Kg/Lb/St)

## EXPLANATION OF SYMBOLS



Legislation requires that all electrical and electronic equipment must be collected for reuse and recycling. Electrical and electronic equipment marked with the symbol indicating separate collection of such equipment must be returned to a municipal waste collection point.

## SAFETY INSTRUCTIONS

### • Please read the instructions carefully and completely before operating this appliance and retain for future use.

- The appliance is intended solely for domestic use within the home.
- Always use batteries which corresponds with the voltage printed on the bottom of the appliance.
- **Attention:** Do not use during pregnancy. Inaccurate measurements may be caused by the amniotic fluid.
- **Attention: The scale may not be used by persons with medical implants (e.g. pacemakers). Otherwise their function may be impaired.**
- If possible, always weigh yourself at the same time of day (preferably in the morning), after using the toilet, on an empty stomach and unclothed, in order to achieve comparable results.
- Stand on the scale without moving and with equal weight distribution on both feet!
- Minor deviations are normal. When you drink 1 glass of water for example a difference of 300 grams can occur.
- Caution! Do not stand on the scale with wet feet and do not step on the scale when its surface is wet – danger of slipping!
- Protect the scale against hard knocks, moisture, dust, chemicals, major temperature fluctuations and heat sources which are too close (stove, heating radiators).
- When you want to store the scale for a longer period, we advise to keep it in the original carton.
- Always ensure that the scale is placed on a flat, stable surface and only use it indoors.



- Repairs may only be carried out by Inventum customer service or authorized dealers. Before submitting any complaint, first check the batteries and replace them if necessary.
- If you decide never to use the appliance again, we advise you to dispose of it in special containers or at a municipal waste collection point.
- **Never immerse the scale in water or other liquids.**
- The device is only for private use and is not intended for medical or commercial purposes.
- The scale can accept a maximum load of 150 kg (330 lb, 24St). The weight measurement is displayed in increments of 100 g (0.2lb, 1/4St). The measuring results for the body fat, body water and muscle percentages are displayed in 0.1% increments.
- On delivery the scale is set to the units "cm" and "kg". A switch located on the back of the scale enables you to change to "inch", "pound" and "stones" (lb, St).
- If the appliance is used for other purposes than intended, or is it not handled in accordance with the instruction manual, the full responsibility for any consequences will rest with the user. Any damages to the product or other things are not covered by the warranty.

## INSTRUCTIONS FOR USE

### **Interesting facts**



#### **The measuring principle of the diagnostic scale**

This scale determines the body weight, bodyfat, body water and the percentage of muscle according to the principle of Bioelectric Impedance Analysis (BIA). With this process, an imperceptible, completely safe and harmless current enables the determination of body tissue proportions within seconds. This measurement of electrical resistance (impedance) and the inclusion of constants and/or individual values (age, height, sex, activity levels) can be used to determine the percentage of fat, water and muscle in the body. Muscle tissue and water have good electrical conductivity, as the fat cells hardly conduct the current due to their very high resistance.



#### **Weighing correctly**

If possible, always weigh yourself at the same time of day (ideally in the morning), after going to the toilet, on an empty stomach and without clothes to achieve comparable results. Only the long-term trend counts.

Stand on the scale without moving and with equal weight distribution on both feet!

Minor deviations are normal. When you drink 1 glass of water for example a difference of 300 grams can occur.

Do not stand on the scale with wet feet and do not step on the scale when its surface is wet – danger of slipping! Place the scale on a firm, flat surface; a firm floor covering is a basic requirement for correct weight measurement.

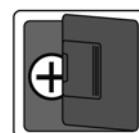
### **Before operation**

Before you use the appliance for the first time, please do as follows: carefully unpack the appliance and remove all the packaging material. Keep the material (plastic bags and cardboard) out of reach of children. Check the appliance after unpacking for any damage, possible from transportation. If present, pull the battery insulating strip off the battery compartment cover or remove the battery's protective film and insert the battery according to the polarity.

### **Batteries**

Your scale is equipped with a replace battery indicator. When the scale is operated with a battery which is too weak, "Lo" appears in the display field and the scale automatically switches off. The battery must be replaced in this case (2 x 3V lithium battery, CR2032).

If the scale fails to operate, remove the battery completely and insert it again. The used, completely drained standard and rechargeable batteries must be disposed of in specially marked collection containers, at toxic waste collection points or electrical product retailers. You are legally obligated to dispose of the batteries.



**Note:** Batteries containing pollutants are marked with the following symbols: Pb = Battery contains lead, Cd = Battery contains cadmium, Hg = Battery contains mercury.

### **Measuring weight only**

- Quickly and firmly tap the standing surface of your scale with your foot. The entire display (Fig. 1) appears up to "0.0" (Fig. 2) as a self-test (tap-on technology).
- Now the scale is ready to measure your weight.
- Stand on the scale without moving about and distribute your weight evenly on both legs.
- The scale immediately begins to measure your weight.
- Your measured weight is displayed shortly after this (Fig. 3). The scale switches off a few seconds after you step down from it.



Fig. 1



Fig. 2

## **Measuring weight, body fat, body water and muscle percentage**

To calculate your body fat and other values, you must enter your personal settings. The scale has 10 memory presets for basic data with which the users, e.g. each member of the family, can store and call up their personal settings at any time.

- First you personal settings must be stored.
- Briefly step onto the scale first and wait until the display "0.0" (Fig. 2) appears. Then press "SET". Now the first memory preset flashes in the display (Fig. 4). Select the desired preset by pressing the buttons "up" ► and "down" ◀ and confirm the desired preset with the "SET" button.
- Now height in cm (inch) flashes in the display (Fig. 5). Set the desired value by briefly pressing or holding the buttons "up" ► or "down" ◀ and confirm it by pressing "SET".
- "Age" in years then flashes in the display (Fig. 6). Set the desired value by briefly pressing or holding the buttons "up" ► or "down" ◀ and confirm it by pressing "SET".
- The sex setting "Woman" or "Man" appears on the display (Fig. 7). Select your sex by pressing the buttons "up" ► or "down" ◀ and confirm by pressing "SET".
- Now the setting for your individual level of activity or fitness appears on the display (Fig. 8). Select the desired level of activity by pressing the buttons (Fig. 8). Select the desired level of activity by pressing the buttons "up" ► or "down" ◀ and confirm the desired level of activity with the "SET" button.

The values you've just set are displayed again consecutively. After which the scale switches off automatically.

**Note:** To set a memory position for an other user follow the same steps as written previously and choose the position you wish to overwrite.



Fig. 3



Fig. 4



Fig. 5



Fig. 6



Fig. 7



Fig. 8

### **Explanation of the 5 levels of activity**

When selecting the level of activity the average and long-term counts.

- **A 1:** No physical activity.

- **A 2:** Little physical activity.

Little and light physical exercises (e.g. walking, light gardening and gymnastics). This mode should also be selected before the start of a training or dietary program. After approx. 6-10 weeks you can switch to the next level of activity.

- **A 3:** Moderate physical activity.

30 minutes of physical exercise 2 to 4 times a week (e.g. jogging, cycling, tennis, etc.). This mode should be selected as soon as you notice a general improvement in your well-being/fitness in the course of a training/dietary program. After 8-12 weeks of continuous training/diet, you can change to the next level of activity.

- **A 4:** Substantial physical activity.

30 minutes of physical exercise 4 to 6 times a week.

- **A 5:** Intensive physical activity.

Daily intensive training or physical work (e.g. intensive running, construction work, etc.). For this mode you should have an overall high level of mobility, endurance and power and maintain this level over a longer period of time.

### **To carry out a measurement**

After you've entered your personal setting, weight, body fat and other values can be calculated.

- Briefly step onto the scale first and wait until the display "0.0" appears.
- Select the memory preset where your basic personal data are stored by pressing the buttons "up" ► and "down" ◀ repeatedly. The data are displayed consecutively until "0.0" (Fig. 2) appears.
- Step onto the scale barefoot and make sure you're standing on both electrodes. First your body weight is determined and displayed.
- Remain standing on the scale; now the body fat and body water analysis is performed. This can take a few seconds.

**Important:** Your feet, legs, calves and thighs must not touch each other, as otherwise the measurement cannot be performed correctly.

The following data are displayed:

- Body fat percentage in % (Fig. 9)
- Water percentage in % (Fig. 10)
- Muscle percentage in % (Fig. 11)
- Now all measured values are displayed consecutively and the scale switches off.



Fig. 9



Fig. 10



Fig. 11

## **Body fat guide**

The following body fat levels provide you with a guideline (for further information, please consult your doctor!).

### **Women**

### **Men**

Age	Very good	Good	Average	Poor	Age	Very good	Good	Average	Poor
< 19	< 17%	17-22%	22,1-27%	> 27,1%	< 19	< 12%	12-17%	17,1-22%	> 22,1%
20 - 29	< 18%	18-23%	23,1-28%	> 28,1%	20-29	< 13%	13-18%	18,1-23%	> 23,1%
30 - 39	< 19%	19-24%	24,1-29%	> 29,1%	30-39	< 14%	14-19%	19,1-24%	> 24,1%
40 - 49	< 20%	20-25%	25,1-30%	> 30,1%	40-49	< 15%	15-20%	20,1-25%	> 25,1%
> 50	< 21%	21-26%	26,1-31%	> 31,1%	> 50	< 16%	16-21%	21,1-26%	> 26,1%

based on: "Principles + Labs for Physical Fitness and Wellness. 1st edition Copyright 1999"

A lower level is often found in athletes. Depending on the type of sports, the intensity of training and the person's physical constitution, levels can be achieved that are even lower than the specified guidelines.

## **Body water percentage**

According to the World Health Organization (WHO 2001), the percentage of body water should lie within the following ranges!

Women: 50 - 55%

Men: 60 - 65%

Children: 65 - 75%

In persons with a high percentage of body fat, the percentage of body water very frequently lies below the specified guidelines. As the percentage of muscle differs from individual to individual, there are no generally valid guidelines.

## **Muscle percentage**

The percentage of muscle differs from individual to individual, they should lie within the following ranges!

### **Women**

### **Men**

Age	little	normal	many	Age	little	normal	many
< 19	< 35%	35 - 41%	> 41%	< 19	< 43%	43 - 56%	> 56%
20-29	< 34%	34 - 39%	> 39%	20-29	< 42%	42 - 54%	> 54%
30-39	< 33%	33 - 38%	> 38%	30-39	< 41%	41 - 52%	> 52%
40-49	< 31%	31 - 36%	> 36%	40-49	< 40%	40 - 50%	> 50%
> 50	< 29%	29 - 34%	> 34%	> 50	< 39%	39 - 48%	> 48%

## **Temporary relation of the results**

Only the long-term trend counts. Short-term weight fluctuations within a few days are usually only due to a loss of liquid.

The interpretation of the results depends on the changes in the total weight, percentage of fat, percentage of water, percentage of muscle and on the length of time during which these changes take place. Rapid changes over several days should be distinguished from mid-term changes (over several weeks) and long-term changes (months).

As a basic rule, short-term weight changes almost exclusively represent changes in water content, while mid-term and long-term changes can also concern the percentage of fat and muscle.

- If you experience a short-term drop in weight, however the percentage of body fat increases or remains the same, you have only lost water, e.g. after a training session, going to the sauna or following a diet limited to rapid weight loss.
- If you experience a mid-term weight increase, while the percentage of body fat drops or remains the same, you might have built up your muscle mass or your body may have retained more water (e.g. as the result of taking medication or a weaker cardiac function in elderly people).
- If your weight and percentage of body fat drop simultaneously, your diet is working and you are losing fat mass. Ideally, you can support your diet with physical exercise, fitness or power training. This can result in a mid-term increase in the percentage of muscle in your body.

The percentage body fat and body water and the percentage of muscle can not be added (muscle tissue also contains body water).

## **Tips for using the scale**

Important when measuring body fat/body water/muscle percentage:

- The measurement may only be carried out while barefoot and it is helpful if the soles of your feet are slightly damp. Completely dry soles can result in unsatisfactory results, as they have insufficient conductivity.
- Stand still during the measurement.
- Wait several hours (6-8) after unusually strenuous activity.
- Wait approx. 15 minutes after getting out of bed so that the water in your body can be distributed.

The measurement is not reliable for:

- Children under approx. 10 years of age;
- Professional sporters and bodybuilders;
- Pregnant women;
- Persons with fever, undergoing dialysis, with symptoms of edema or osteoporosis;
- Persons taking cardiovascular medication. Persons taking vasodilating or vasoconstricting medications;
- Persons with substantial anatomical deviations in the legs relative to their total height (leg length considerably shorter or longer than usual).

## **Incorrect measurement**

If the scale detects an error during weighing, «Err» appears in the display.

Possible causes of errors:	Remedy:
The scale was not activated before stepping on. When you stand on the scale before "0.0" appeared in the display, it will not operate correctly.	Activate the scale the right way and repeat the measurement.
The maximum load-bearing capacity of 150 kg. (330 lbs) was exceeded.	Only weigh the maximum permissible weight.
The electrical resistance between the electrodes and the soles of your feed is too high (e.g. with heavily callused skin).	Repeat weighing barefoot. Slightly moisten the soles of your feet if necessary. Remove the calluses on the soles of your feet if necessary.
You were not standing still on the scale.	Stand still during the measurement.
Your body fat lies outside the measurable range (less than 5% or greater than 50%).	Repeat weighing barefoot and slightly moisten the soles of your feet if necessary.
Your body water lies outside the measurable range (less than 43% or greater than 75%).	Repeat weighing barefoot and slightly moisten the soles of your feet if necessary.
The percentage of muscle lies outside the measurable range (depending on age and sex).	Repeat weighing barefoot and slightly moisten the soles of your feet if necessary.

And remember: Physical exercise is the basis for a healthy body.

## **Convert from Kg (kilogram)/ St (Stone)/ Lb (Pounds)**

This scale can display measurements in kilograms, Stone and pounds. You can set this with the switch on the bottom of the scale.  
Kg (kilograms), St (Stone) or Lb (pounds).

## C L E A N I N G & M A I N T E N A N C E

Clean the scale occasionally with a damp cloth. Do not use aggressive cleaning agents and never submerge the scale. **Never submerge the scale in water or other liquids.**

## G U A R A N T E E & S E R V I C E

- This product is guaranteed for a period of 2 years from the date of purchase against mechanical and electrical defect.
- Guarantee can only be given if proof of purchase (e.g. till receipt) can be shown. Therefore keep it in a safe place. The guarantee period starts at date of purchase.
- Guarantee is not valid in case of:
  - normal wear;
  - damage through misuse use or when the instructions were not followed correctly;
  - lack of maintenance;
  - not following the operation- and safety instructions;
  - incompetent montage or repairs made by yourself or others;
  - using accessories and spare parts which are not suitable for the appliance;for assessment by our technical department.
- The guarantee is not valid for:
  - batteries;for assessment by our technical department.

Return the appliance, including proof of purchase and description of the complaint, stamped to:

Inventum Holland BV  
Generatorstraat 17  
3903 LH VEENENDAAL  
The Netherlands

or to:  
new E.T.P. bvba  
Passtraat 121  
9100 Sint Niklaas  
BELGIUM

- Pack it carefully (preferably in the original carton). Ensure unit is clean.
- Enclose your name and address and quote model number PW821G on all correspondence.

When the guarantee is no longer valid or when the period of guarantee has passed, we will charge any costs that flow out of an assessment and/or repairing.

On request we will supply a statement before repairing. Without requesting a statement, we assume that you, by sending the appliance, automatically order to repair the appliance.

A guarantee period of two months is valid for repairs done by our technical department and the used spare parts, counting from the repairdate. When a malfunction occurs within this period which directly flows out of the repairs and the used spare parts, the consumer has the right of repairs without any costs.

We reserve the right to change this product, packaging and documentation without notice.





Inventum Holland BV  
Generatorstraat 17, 3903 LH , Veenendaal, Nederland  
Tel.: 0318-542222, Fax.: 0318-542022, Mail: [helpdesk@inventum.eu](mailto:helpdesk@inventum.eu)

Inventum Belgium BVBA  
Xavier de Cocklaan 66 bus 8, 9830, Deurle, België  
Tel: 09 220 30 20, Fax.: 09 220 30 22, Mail: [info@inventumbelgium.be](mailto:info@inventumbelgium.be)

Website: [www.inventum.eu](http://www.inventum.eu)