

# SOEHNLE

## Body Balance Shape F3



BEDIENUNGSANLEITUNG  
OPERATING INSTRUCTIONS  
MODE D'EMPLOI  
ISTRUZIONI PER L'USO  
GEBRUIKSAANWIJZING  
INSTRUCCIONES DE MANEJO  
MANUAL DE INSTRUCOES  
BRUKSANVISNING  
BRUGSANVISNING  
KÄYTTÖOHJEET  
KEZELESI UMUTATO  
INSTRUKCJA OBSŁUGI  
NÁVOD K POUŽITÍ  
ИНСТРУКЦИИ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ  
KULLAMA KILAVUZU  
Οδηγίες λειτουργίας  
NAVODILA ZA UPORABO  
UPUTA ZA UPORABU



Deutsch	3
English	14
Français	25
Italiano	36
Nederlands	47
Español	58
Poertuguês	69
Dansk	80
Svenska	91
Suomi	102
Magyar	113
Polsku	124
Česky	135
по русском языку	146
Türkçe	157
Ελληνικά	168
Slovensko	179
Hrvatski	190

Vielen Dank, dass Sie sich zum Kauf dieser Soehnle Körperanalysewaage entschieden haben. Dieses Markenprodukt wird Sie bei der Beurteilung Ihres Körperstatus unterstützen. Bitte lesen Sie vor der ersten Inbetriebnahme diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch und machen Sie sich mit dem Gerät vertraut. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung gut auf, damit Ihnen die Informationen jederzeit zur Verfügung stehen.



## Wichtige Hinweise

Wenn es darum geht, das Körpergewicht bei Übergewicht zu verringern oder bei Untergewicht zu erhöhen, sollte vorher ein Arzt konsultiert werden, um mit seiner Hilfe ein optimales Programm zu erarbeiten. Jede Behandlung und Diät bitte nur nach Rücksprache mit einem Arzt. Empfehlungen für Gymnastikprogramme oder Schlankheitskuren auf Basis der ermittelten Werte sollten von einem Arzt oder einer anderen qualifizierten Person gegeben werden.

SOEHNLE übernimmt keine Haftung für Schäden oder Verluste, die durch die Body Balance verursacht werden, noch für Forderungen Dritter. Dieses Produkt ist ausschließlich zur Heimanwendung durch Verbraucher bestimmt. Es ist nicht für den professionellen Betrieb in Krankenhäusern oder medizinischen Einrichtungen ausgelegt. Nicht geeignet für Personen mit elektronischen Implantaten (Herzschrittmacher, etc.)

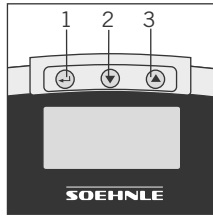
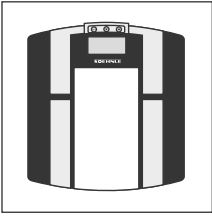
Verwenden Sie diese Körperanalysewaage nur auf festen, ebenen Untergründen (Fliesen, Parkett, usw.). **Auf Teppichböden können Fehlmessungen auftreten.**

Mit der Body Balance leisten Sie einen entscheidenden Beitrag zu Ihrer Gesundheit. Diese elektronische Körperanalyse-Waage hat folgende Funktionen:

Die Body Balance ermittelt anhand Ihrer persönlichen Daten und der Empfehlung von Gesundheits- und Body Composition Experten, Ihren Zustand hinsichtlich Körperfett-, Körperwasser-Anteil und Gewicht.

Es erfolgt eine individuelle Auswertung des Analyseergebnisses mit persönlicher Empfehlung.

8-facher Personenspeicher mit automatischer Personenerkennung.



## Bedienelemente

1. Bestätigen (←)
2. Minus (▼)
3. Plus (▲)

## Vorbereitung

1. Batterien einsetzen.

### Hinweis:

Die Körperanalysewaage – nach Einsetzen der Batterien – sofort (solange noch 0.0 angezeigt wird) auf eine ebene Fläche stellen und abwarten bis Waage selbstständig ausschaltet.

Erst dann die Dateneingabe starten.

Ansonsten wäre es möglich, dass das Waagengewicht in die erstmalige Wägung fälschlicher Weise mit einfließt.

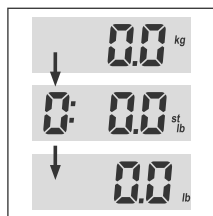
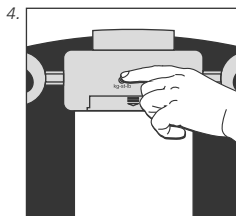
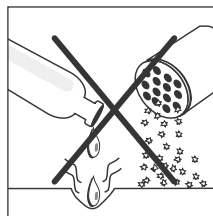
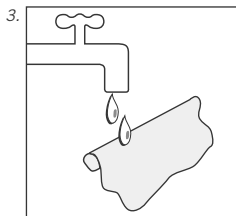
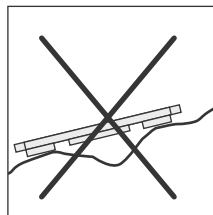
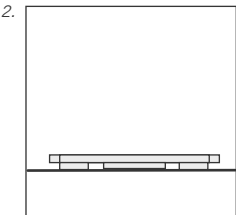
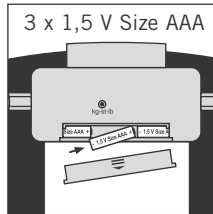
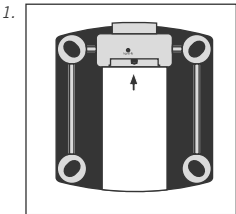
Dasselbe kann auch im normalen Betrieb passieren, wenn die Waage vor der Wägung in die Hand genommen wird.

2. Für alle Messungen Waage eben und auf festem Untergrund aufstellen (nicht auf Teppichboden).

3. Reinigung und Pflege: Nur mit leicht feuchtem Tuch reinigen. Keine Lösungs- oder Scheuermittel verwenden. Waage nicht in Wasser tauchen.

4. Möglichkeit der länderspezifischen Umstellung von kg/cm auf st/in oder lb/in durch Umschalten mit der Bedientaste auf der Rückseite der Waage.

Achtung! Rutschgefahr bei nasser Oberfläche.



## Dateneingabe

Für die richtige Funktion der Körperanalysewaage ist es notwendig, dass die persönlichen Daten der jeweiligen Personen eingegeben werden und die Waage anschließend sofort barfuß betreten wird.

1. Waage zum Einstellen auf einen Tisch stellen.
2. Dateneingabe starten (←-Taste 1 Sekunde drücken).
3. Speicherplatz (P1 ... P8) auswählen (▼ = minus, ▲ = plus) und bestätigen (←).
4. Körpergröße einstellen (▼ = minus, ▲ = plus) und bestätigen (←).
5. Alter einstellen (▼ = minus, ▲ = plus) und bestätigen (←).
6. Geschlecht mit ▼/▲ auswählen (♂ = männlich, ♀ = weiblich).



←-Taste drücken und **3 Sekunden** halten bis 0.0 in der Anzeige erscheint.

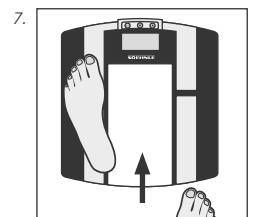
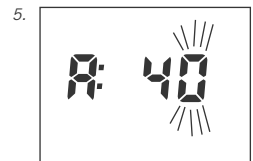
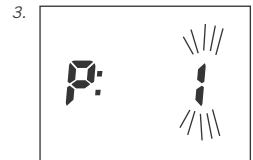
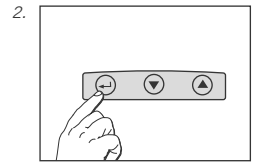
7. Dann sofort Körperanalysewaage auf Boden stellen, 0.0-Anzeige abwarten und barfuß betreten.

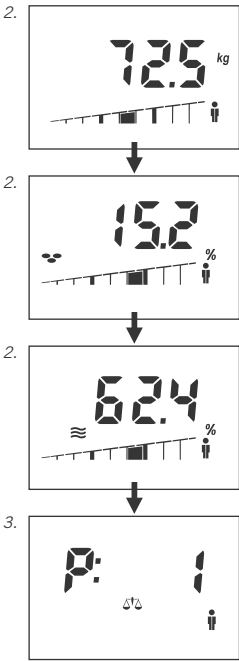
Die erste Messung ist zur Speicherung der Daten für die spätere automatische Personenerkennung unerlässlich. Wird die Waage nicht betreten, muss die Dateneingabe wiederholt werden.

Nach Betreten der Waage erfolgt die erste Körperanalyse.

Die Waage verfügt über einen Time out-Modus. Sie schaltet nach ca. 40 Sekunden ohne Tastenbedienung wieder aus.

Nach einem Batteriewechsel müssen die Daten erneut eingegeben werden.





## Körperanalyse

Für eindeutige Ergebnisse die Waage unbedeckt betreten.

1. Waage betreten. Es folgt die Anzeige des Gewichts und – so lange die Analyse andauert (5-10 Sek.) – eine laufende Balkenanzeige. Ruhig stehen bleiben bis zum Ende der Analyse.

2. Nach automatischer Personenerkennung erfolgt erneut die Anzeige des Körpergewichts, des Körperfettanteils (☹) und des Körperwasseranteils (≡) zusammen mit dem jeweiligen Statusbalken.

Der Normalbereich der jeweiligen Person liegt in den mittleren 3 Segmenten der Balkenanzeige. Interpretation der Messwerte Seite 8.

3. Die darauf folgende Anzeige ist Ihre persönliche Handlungsempfehlung.

Bedeutung der Symbole:

- + ≡ Sie sollten mehr trinken
- + 🏋️ Muskelaufbautraining wird empfohlen!
- + 🍌 Ernährungsumstellung wird empfohlen!
- ⚖️ Ihre Analysewerte sind in Ordnung!

4. Waage verlassen. Nach Anzeige des Speicherplatzes schaltet die Waage automatisch ab.

In seltenen Fällen ist eine automatische Zuordnung des Analyseergebnisses nicht möglich. Dann zeigt die Waage wechselnd die Speicherplätze der Personen an, welche dem Analyseergebnis am nächsten kommen. Da die Messung bereits abgeschlossen ist, können Sie die Waage verlassen und Ihren persönlichen Speicherplatz mit der ▲ - oder ▼ -Taste bestätigen (▼-Taste für den ersten angezeigten Speicherplatz, ▲ -Taste für den zweiten angezeigten Speicherplatz). Dann werden Körpergewicht, Körperfett- und Körperwasseranteil angezeigt.

Bei Gewichtsschwankungen zur letzten Messung von mehr als +/-3kg wird der Benutzer nicht erkannt, so dass die Dateneingabe wiederholt werden muss.

Bitte beachten Sie, dass beim Betreten der Waage mit Schuhen oder Strümpfen nur eine Gewichtsermittlung und keine oder eine falsche Körperanalyse durchgeführt wird!

Kontinuierlich exakte Ergebnisse erzielen Sie, wenn Sie sich möglichst immer auf die gleiche Position auf der Waage stellen.

## Auswertung der Messergebnisse

Die Körperanalysewaage ermittelt, anhand Ihrer persönlichen Daten und der Empfehlung von Gesundheitsexperten, Ihren individuellen Idealzustand hinsicht-

lich Gewicht und Körperfettanteil. Darüberhinaus den Gesamtkörperwasseranteil und den Muskelanteil. Bitte beachten Sie, dass in den Muskeln ebenfalls Körperwas-

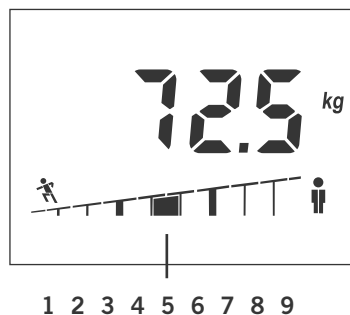
ser enthalten ist, das bereits in der Körperwasseranalyse mit berücksichtigt ist. Deshalb ergibt die Gesamtrechnung immer einen Wert über 100 %.

### Körpergewicht

Während im Display das Körpergewicht in kg angezeigt wird, erscheint in der Balken grafik darunter eines der 9 Segmente. Dabei bezeichnet die Lage des angezeigten Segmentes die Beurteilung des gemessenen Körpergewichtes auf der Basis des BMI-Wertes.

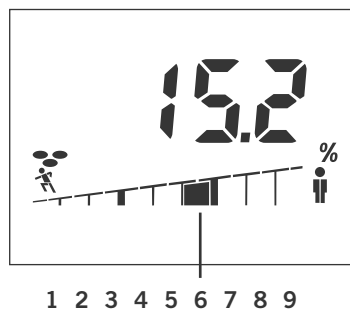
#### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



### Körperfettanteil

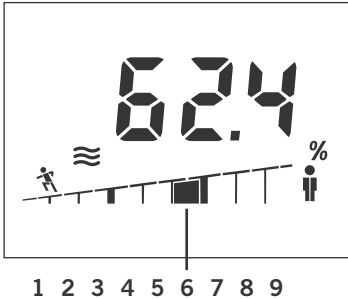
1	< - 12 %	sehr niedriger Fettanteil
2	- 12 %	niedriger Fettanteil
3	- 7 %	
4	- 3 %	normaler Fettanteil
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	hoher Fettanteil
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	sehr hoher Fettanteil



#### Beispiel:

Gemessener Körperfettanteil = 15,2 % vom Gesamtgewicht

Dieser Wert liegt ca. 3 % über dem errechneten persönlichen Normalwert



## Körperwasseranteil

1	< - 6 %	sehr niedriger Wasseranteil
2	- 6 %	niedriger Wasseranteil
3	- 4 %	
4	- 2 %	normaler Wasseranteil
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	hoher Wasseranteil
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Beispiel:

Gemessener Körperwasseranteil = 62,4 % vom Gesamtgewicht

Dieser Wert liegt ca. 2 % über dem errechneten persönlichen Normalwert.

## Faktoren, die das Messergebnis beeinflussen

Die Analyse basiert auf der Messung des elektrischen Körperwiderstands. Ess- und Trinkgewohnheiten während des Tagesablaufs und der individuelle Lebensstil haben einen Einfluss auf den Wasserhaushalt. Dies macht sich durch Schwankungen in der Anzeige bemerkbar.

Um ein möglichst exaktes und wiederholbares Analyse-Ergebnis zu erhalten, sorgen Sie für gleichbleibende Messvoraussetzungen, denn nur so können Sie Veränderungen über einen längeren Zeitraum exakt beobachten.

Zudem können weitere Faktoren den Wasserhaushalt beeinflussen:

Nach einem Bad kann ein zu niedriger Körperfettanteil und ein zu hoher Körperwasseranteil angezeigt werden.

Nach einer Mahlzeit kann die Anzeige höher sein.

Bei Frauen treten zyklusbedingte Schwankungen auf.

Verlust von Körperwasser bedingt durch eine Erkrankung oder nach körperlicher Anstrengung.

Nach einer sportlichen Betätigung sollte bis zur nächsten Messung 6 bis 8 Stunden gewartet werden.

Abweichende oder nicht plausible Ergebnisse können auftreten bei:

Personen mit Fieber, Ödem-Symptomen oder Osteoporose

Personen in Dialysebehandlung

Personen, die herz- und/oder gefäßbeeinflussende Medikamente einnehmen

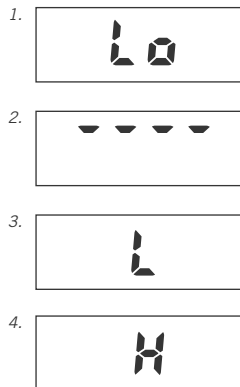
Frauen in der Schwangerschaft

Wenn die Analyse mit feuchten Socken an den Füßen durchgeführt wird.



## Meldungen

1. Batterien verbraucht.  
Neue Batterien einlegen.
2. Überlast: Ab 150 kg.
3. Unplausibles Analyseergebnis – persönliche Programmierung überprüfen.
4. Schlechter Fußkontakt:  
Waage oder Füße reinigen oder auf ausreichende Hautfeuchtigkeit achten.  
Bei zu trockener Haut – Füße befeuchten oder die Messung vorzugsweise nach Bad oder Dusche vornehmen.



## Technische Daten

Tragkraft x Teilung = Max 150 kg x 100 g

Anzeigeauflösung:

Körperfettanteil: 0,1%

Körperwasseranteil: 0,1%

Körpergröße: 100-250 cm

Alter: 10-99 Jahre

8 personenspezifische Speicherplätze

Große LCD Anzeige

Batteriebedarf: 3 x 1,5 V AAA

Batterien im Lieferumfang enthalten.

## Allgemeine Hinweise

### Garantie

Soehnle garantiert für 3 Jahre ab Kaufdatum die kostenfreie Behebung von Mängeln aufgrund Material- oder Fabrikationsfehlern durch Reparatur oder Austausch. Bitte bei Kauf Garantieabschnitt (auf Seite 23) vom Händler ausfüllen und stempeln lassen. Im Garantiefall bitte Waage mit Garantieabschnitt an Ihren Händler zurückgeben.

### Konformitätserklärung

Dieses Gerät ist funktentstört entsprechend der geltenden EG-Richtlinie 2004/108/EC ([www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)).



Obwohl das Gerät getestet wurde und seine Emissionen die zulässigen Radiofrequenz-Emissionsgrenzwerte nicht überschreiten, die in den obengenannten Richtlinien festgelegt sind, gibt es jedoch keine Garantie dafür, dass Interferenzen in bestimmten Situationen nicht dennoch auftreten. Mögliche Interferenzen lassen sich feststellen, indem Sie das Gerät ein- und ausschalten und dabei den Radio- oder Fernsehempfang überwachen. Sie können versuchen, Interferenzen zu beseitigen, indem Sie einen oder gegebenenfalls mehrere der folgenden Schritte durchführen:

- Richten Sie das betroffene Gerät oder dessen Empfangsantenne neu aus.
- Vergrößern Sie den Abstand zwischen dem betroffenen Gerät und der Waage.
- Wenden Sie sich gegebenenfalls an einen erfahrenen Radio-/Fernsehtechniker.

WICHTIG! Veränderungen an der Elektronik oder dem Gehäuse dieses Produkts bedürfen der ausdrücklichen Zustimmung durch Soehnle; bei Nichteinhaltung dieser Bestimmung kann dem Benutzer unter Umständen die Betriebserlaubnis für dieses Gerät entzogen werden.

### Elektromagnetische Einflüsse

Unter extremen elektromagnetischen Einflüssen, z.B. bei Betreiben eines Funkgerätes in unmittelbarer Nähe des Gerätes, kann eine Beeinflussung des Anzeigewertes verursacht werden. Nach Ende des Störeinflusses ist das Produkt wieder bestimmungsgemäß benutzbar, ggf. ist ein Wiedereinschalten oder kurzzeitige Batterie-Entnahme erforderlich.

### Gesetzliche Hinweispflicht zur Batterie-Entsorgung

Information: Alle unsere werkseitig mitgelieferten Batterien sind schadstoffarm! Batterien gehören nicht in den Hausmüll. Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Gemeinde oder überall dort abgeben, wo Batterien der betreffenden Art verkauft werden.

Hinweis: Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen Batterien:



Pb = Batterie enthält Blei  
Cd = Batterie enthält Cadmium  
Hg = Batterie enthält Quecksilber

### Entsorgung von gebrauchten elektrischen und elektronischen Geräten



Das Symbol auf dem Produkt oder seiner Verpackung weist darauf hin, dass dieses Produkt nicht als normaler Haushaltsabfall zu behandeln ist, sondern an einer Annahmestelle für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden muss. Weitere Informationen erhalten Sie über Ihre Gemeinde, die kommunalen Entsorgungsbetriebe oder das Geschäft, in dem Sie das Produkt gekauft haben.

### Verbraucher-Service

Deutschland  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

Sie finden auf der SOEHNLE-Homepage [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) unter dem Menüpunkt "Service / Internationale Kontakte" den Ansprechpartner Ihres Landes.



## Garantieabschnitt

Im Garantiefall bitte die Waage mit diesem Garantieabschnitt und Kaufbeleg an Ihren Händler zurückgeben.

Absender \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Reklamationsgrund \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Thank you for purchasing the Soehnle Body Analysis Scale.

This brand-name product will aid you in the evaluation of your body condition.

Please read this user manual prior to operating your body analysis scale and familiarize yourself with the device.

Please retain these user instructions so as to have this information on hand whenever it is needed.



## Important information

Whether you would like to reduce your body weight because you are overweight or increase it if you are underweight, please contact a physician. Every treatment and diet programs require the advice of a physician.

Recommendations for fitness programs or diets based on calculated values should be obtained from a physician or other qualified person.

SOEHNLE is not liable for any damages or losses caused by the use of Body Balance or for Third Party claims.

This product is intended only for private use by the consumer. It is not suitable for professional operation in hospitals or medical institutions.

It is not suitable for persons with electronic implants (pace maker, etc.)

Only operate this body analysis scale on sturdy, level surfaces (tile, hardwood floor, etc.).

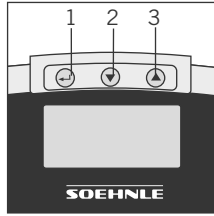
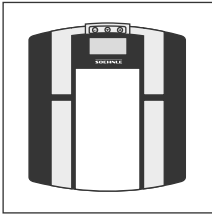
**Carpets could cause erroneous measurements.**

The Body Balance will be a decisive contribution to your health. This electronic body analysis scale features the following functions:

The Body Balance will determine your condition in regard to body fat and body water content and weight based on your personal data and the recommendations of health and body composition experts.

An individual evaluation of the analysis results with personal recommendations will be performed.

Memory slots for 8 persons and automatic recognition of persons.



## Operating Elements

1. Confirm (←)
2. Minus (▼)
3. Plus (▲)

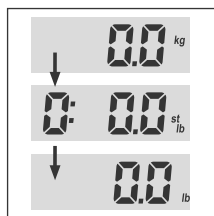
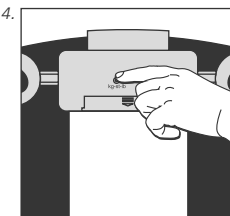
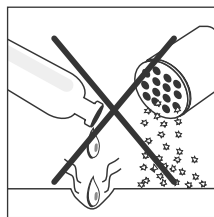
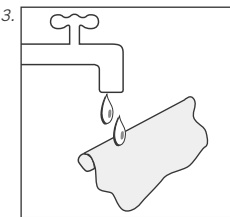
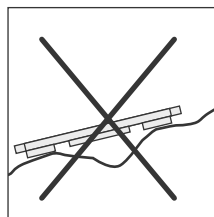
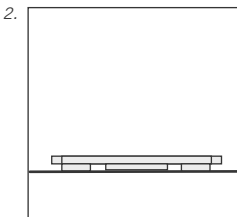
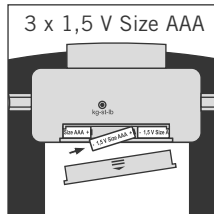
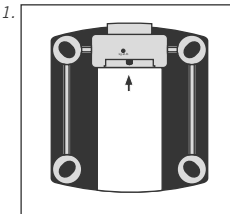
## Preparation

1. Insert batteries.

Note: Immediately after inserting the batteries (while "0.0" is still being displayed), place the body analysis scale on a level surface and wait until the scale powers down automatically. Then begin with data entry. Otherwise, it might be possible that the weight of the scale would erroneously be added to the initial weighting process. The same might occur if the scale is held in the hand prior to the weighting process.















2. For all measurements: place scale level on a hard surface (not carpet).
3. Cleaning and care: clean only using slightly damp cloth. Do not use solvents or abrasives. Never submerge scale in water.
4. A country-specific option to switch from kg/cm to st/in or lb/in is possible by pushing the key on the bottom of the scale.

Attention! Slipping hazard if surface is wet.




## Entry of personal data

It is necessary to enter personal data for each corresponding person and to step on the scale with bare feet immediately after data entry to ensure correct functionality of this body analysis scale.

1. Place scale on a table for programming.
2. Start data entry (push  key for 1 second).
3. Memory location (P1 ... P8) select ( = minus,  = plus) and confirm ().
4. Enter your height ( = minus,  = plus) and confirm ().
5. Enter your age ( = minus,  = plus) and confirm ().
6. Select sex using / ( = male,  = female)



Push  key and hold for **3 seconds** until "0.0" appears on the screen.

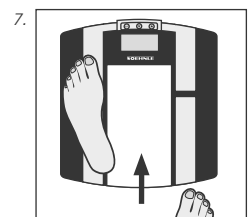
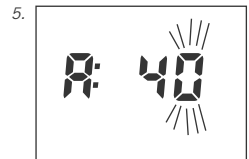
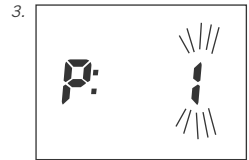
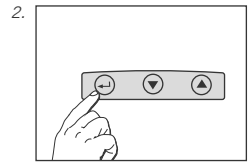
7. Following this, immediately place the body analysis scale on the floor, wait until the screen displays "0.0" and then step on the scale with bare feet.

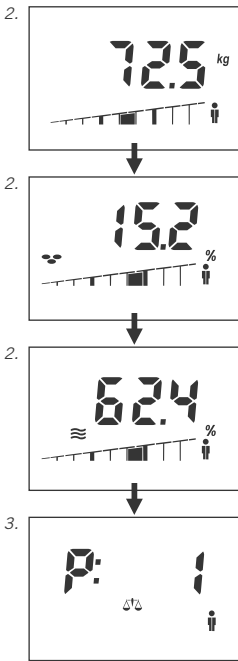
The initial measurement is indispensable and serves to store the data and to automatically recognize persons at a later time. If no person steps on the scale, data entry must be repeated.

The first body analysis is performed after a person steps on the scale.

This scale is equipped with a Time-Out mode. It will automatically switch off after approx. 40 seconds if no keys are pressed.

Data must be entered again after battery change.





## Body Analysis

For most precise results, please step on the scale while unclothed.

1. Step on scale. The weight and – for the duration of the analysis (5 to 10 seconds) - a moving bar indicator will be displayed. Please stand still until the analysis is complete.

2. After automatic recognition of persons, the body weight, body fat content (☹) and body water content (≡) is displayed along with the corresponding status bar. The respective person's average range of values is located in the median 3 segments of the bar indicator. Interpretation of measurement values: see page 19.

3. Next, your personal action recommendations are displayed.

Meaning of symbols:

- + ≡ You should drink more fluids
- + ☹ Muscle growth training is recommended!
- + ☹ Change of diet is recommended!
- ⚖️ Your analysis values are ok!

4. Step away from the scale. After display of your memory slot, the scale will switch off automatically.

In rare cases it is not possible to automatically allocate the analysis results. If this occurs, the scale will alternately display the memory slots of persons coming closest to the analysis result. Since weight measurement is already completed, you may now step off the scale and use the key "▼" (for the first memory slot displayed) or "▲" (for the second memory slot displayed) to select your individual memory slot. Following this, body weight, body fat and body water content is displayed.

In the event of a difference in body weight of more than +/- 3 kg compared to the last measurement, the user is not recognized and data entry must be repeated.

Please note that when stepping on the scale while wearing footwear or socks, only the weight is being determined; a body analysis is not performed or performed incorrectly!

You will achieve continuously accurate results if you always stand at the same spot on the scale, if possible.

## Individual Recommendation

This body analysis scale determines your individual ideal condition in regards to weight and body fat content, based on your personal data and recommendations by health experts.

It also determined your total body water content and muscle mass.

Please remember that muscles also contain body water, which is already calculated in the body water analysis.

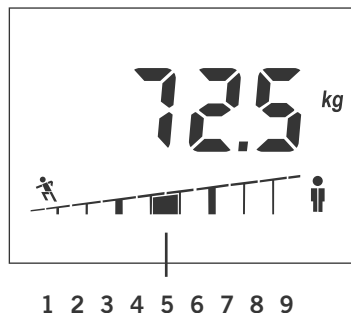
Therefore, the total result will always exceed 100%.

## Body Weight

Whilst the body weight is shown in the display in kg, one of the 9 segments is shown in the bar below it. Here the position of the active segment indicates the assessment of the body weight mentioned on the basis of the BMI figure.

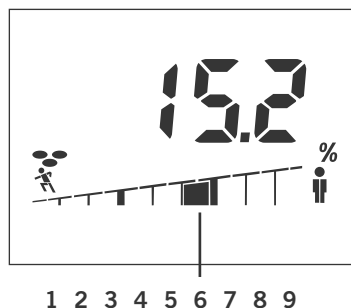
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Proportion of Body Fat

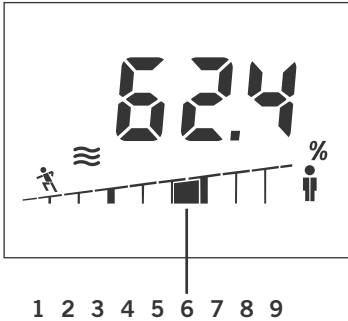
1	< - 12 %	very low proportion of fat
2	- 12 %	low proportion of fat
3	- 7 %	
4	- 3 %	normal proportion of fat
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	high proportion of fat
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	very high proportion of fat



### Example:

Measured body fat content = 15.2 % of total weight

This value is approx. 3 % above the calculated personal normal value.



## Proportion of Body Water

1	< -	6 %	very low proportion of water
2	-	6 %	low proportion of water
3	-	4 %	
4	-	2 %	normal proportion of water
5		0 %	
6	+	2 %	
7	+	4 %	high proportion of water
8	+	6 %	
9	> +	6 %	

### Example:

Measured body water content = 62.4 % of total weight

This value is approx. 2 % above the calculated personal normal value.

## Factors Influencing Measurement Readings

Analysis is based on the measurement of the body's electrical resistance. Eating and drinking habits during the course of the day and individual lifestyle affect the water balance. This is noticeable by the fluctuations in the display.

In order to ensure that the results of analysis are accurate and consistent as possible, keep the measurement conditions constant, as only in this way will you be able to observe changes over an extended period.

Other factors can affect water balance:

After a bath, the body fat reading may be too low and the body water reading too high.

After a meal, readings can be higher.

Women may experience fluctuations due to the menstrual cycle.

Due to loss of water caused by illness or after physical activity (sport). After taking exercise, wait for 6 to 8 hours before carrying out the next measurement.

Varying or implausible results can occur in the case of:

Persons with a high temperature, symptoms of oedema or osteoporosis.

Persons undergoing dialysis treatment.

Persons taking cardiovascular medicine.

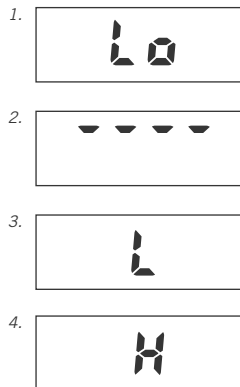
Pregnant women.

If the analysis is performed while wearing wet socks.



## Messages

1. Batteries spent.  
Insert new battery.
2. Overload: From 150 kg.
3. Implausible analysis result – check individual programming.
4. Bad foot-contact:  
Clean scale or feet or check for sufficient skin moisture.  
If skin is too dry – moisten feet or carry out measurement after taking a bath or shower.



## Technical Specifications

Load capacity x graduation = max. 150 kg x 100 g

Display resolution:

Body fat content: 0.1%

Body water content: 0.1%

Body height: 100-250 cm

Age: 10-99 years

8 memory slots for individual persons

Large LCD screen

Batteries requirements: 3 x 1.5 V AAA

Batteries included.

**General information**

**Guarantee**

Soehnle guarantees to rectify defects caused by material or production faults for 3 years from date of purchase free of charge, by means of repair or exchange. Please ask retailer to fill in and stamp guarantee slip (on page 23) at time of purchase. When making a claim under guarantee, please return scale to your retailer with guarantee slip.

**Conformity**

This appliance is radio interference-free in accordance with the applicable EC directive 2004/108/EC. You will find the EU compliance declaration on [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Although the appliance has been tested and its emissions do not exceed the permitted radio frequency emission levels as laid down in the above directives, there is no guarantee that interference will not occur in certain situations. Possible interference can be detected by switching the appliance on and off at the same time as checking the radio or TV reception. You can try to remove interference by carrying out one or more of the following steps:

- Point the appliance in question or its antenna in a different direction.
- Increase the distance between the appliance in question and the scale.
- If necessary, call in an experienced radio/TV engineer.

**IMPORTANT!** Making modifications to this product's electronics or housing requires express consent from Soehnle; ignoring this regulation may result in the user's permission to operate the appliance being withdrawn.

**Electromagnetic influences**

Under extreme electromagnetic influences, e.g. operating a radio-controlled appliance in the immediate proximity of the appliance, this may cause a detrimental effect to the display value. When the cause of the disturbance ceases, the appliance can be used again as intended, or it may be necessary to switch it off and on or temporarily remove the batteries.

**Statutory notice for disposing batteries**

Information: all batteries originally included with the product are non-hazardous! Batteries should not be disposed of with household waste. You have a legal duty as a consumer to return used batteries. You can hand in your old batteries at public collection points in your community or at any place selling batteries of the type in question.

Note: You will find these symbols on batteries containing hazardous materials:



- Pb = battery contains lead
- Cd = battery contains cadmium
- Hg = battery contains mercury

**Disposal of used electrical and electronic appliances**



This symbol on a product or its packaging means that this product should not be treated as normal household waste, but must be handed in at a recycling collection point for electrical and electronic appliances. You can find out more information from your local council, the municipal waste companies or the shop where you purchased the product.

**Consumer service**

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

**Mo - Fr**  
09:00 - 12:00 MEZ  
and 13:00 to 15:00.

Please visit the SOEHNLE homepage [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) and see the menu item "Service / International Contacts" to find a contact person in your country.



**GARANTEE CARD**

If you have any complaints, please return the scale to your dealer with the guarantee card and your receipt.

Sender

---



---



---

Reason for complaint

---



---



---

Merci d'avoir acheter cette balance-impédancemètre Soehnle

Ce produit de marque vous permettra d'effectuer un bilan de votre corps.

Merci de lire attentivement ce mode d'emploi avant toute première utilisation afin de vous familiariser avec l'appareil.

Conservez soigneusement ce mode d'emploi afin de toujours avoir ces informations sous la main.

## Recommandations importantes

Il est conseillé aux personnes obèses qui veulent perdre du poids ou aux personnes maigres qui veulent grossir de consulter un médecin. Tout traitement ou régime doit faire l'objet d'un suivi médical.

Les recommandations concernant les programmes de gymnastique ou les régimes d'amaigrissement sur la base des valeurs déterminées à l'aide de la balance doivent être faites par un médecin ou par toute autre personne qualifiée.

SOEHNLE décline toute responsabilité pour les dommages ou pertes pouvant être causés par la Body Balance ainsi que pour toutes prétentions de la part de tiers.

Ce produit est destiné exclusivement à l'usage personnel des consommateurs. Il n'est pas conçu pour une utilisation professionnelle dans les hôpitaux ou dans des établissements médicaux.

Les personnes qui portent des implants médicaux (p. ex. un stimulateur cardiaque etc.) ne doivent pas utiliser cet appareil.

Utilisez cette balance-impédancemètre uniquement sur un sol stable et plat (carrelage, parquet etc.).

**Une utilisation sur de la moquette peut entraîner des erreurs de mesure.**

Avec un entraînement sportif qui développe en même temps les muscles, vous parviendrez à équilibrer le poids, les graisses du corps et la masse musculaire.

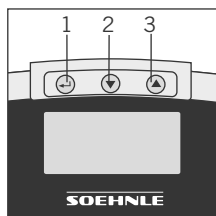
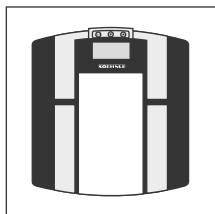
Grâce à la « Body Balance », vous participez de façon déterminante à votre état de santé. Cette balance électronique d'analyse corporelle comporte les fonctions suivantes :

Sur base de vos données personnelles et de la recommandation d'experts en matière de santé et de structure corporelle, la « Body Balance » calcule votre état relatif à la teneur corporelle en graisse et en eau ainsi que votre poids.

Elle fournit une évaluation personnalisée du résultat d'analyse accompagnée d'une recommandation personnelle.

Possibilité de sauvegarder les données de 8 personnes avec identification automatique de la personne.

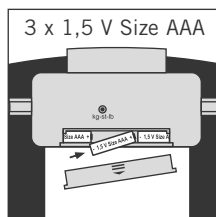
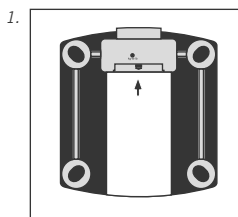




## Éléments de commande

1. Confirmer (←→)
2. Moins (▼)
3. Plus (▲)

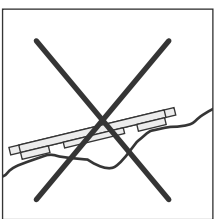
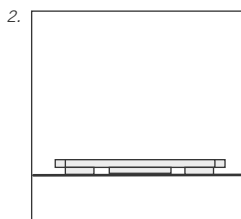
## Préparation



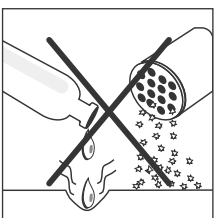
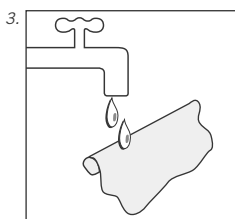
1. Insérer les piles.

Remarque :

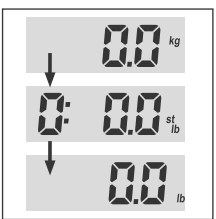
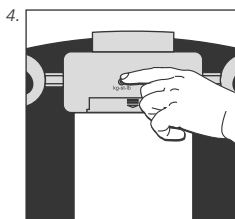
Après avoir inséré les piles poser la balance d'analyse corporelle directement (tant que « 0.0 » est encore affiché) sur une surface plane et attendre que la balance se mette automatiquement hors tension. Procéder alors seulement à la saisie de données, sans quoi, il se peut que la tare de la balance soit incluse erronément dans la première pesée. Le même scénario peut se produire également en fonctionnement normal, si la balance est prise en main avant d'effectuer une pesée.



2. Pour toutes les pesées, placer la balance sur un support plat et ferme (par sur une moquette).



3. Nettoyage et entretien : nettoyer uniquement à l'aide d'un chiffon légèrement humide. Ne pas utiliser de produits solvants ou abrasifs. Ne pas plonger la balance dans l'eau.



4. Possibilité de transposer selon le pays des kg/cm en st/in ou lb/in à l'aide de la touche de commande située sur la face arrière de la balance.

Attention ! Risque de glissement en cas de surface humide.



## Saisie de données

Pour garantir le fonctionnement correct de l'impédancemètre, il est nécessaire de saisir les données personnelles de chaque personne et de monter ensuite pieds nus sur la balance.

1. Mettez la balance sur une table pour procéder au réglage.
2. Démarrer la saisie de données (appuyer une seconde sur la touche (←)).
3. Sélectionnez l'emplacement de mémoire (P1...P8) (▼= moins, ▲= plus) et validez (←).
4. Réglez la taille (▼= moins, ▲= plus) et validez (←).
5. Réglez l'âge (▼= moins, ▲= plus) et validez (←).
6. Sélectionner le sexe de la personne à l'aide de ▼/▲ (♂ =masculin, ♀ =féminin).



Appuyer sur la touche ← et la maintenir enfoncée pendant 3 secondes jusqu'à ce que 0.0 apparaisse à l'affichage.

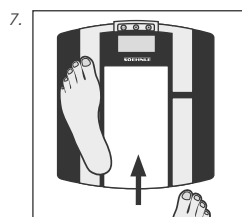
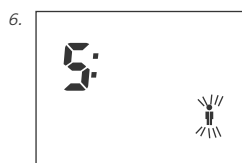
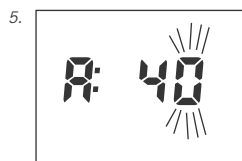
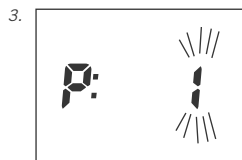
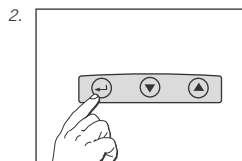
7. Ensuite poser immédiatement la balance d'analyse corporelle sur le sol, attendre que l'affichage « 0.0 » apparaisse et monter sur la balance à pieds nus. La première pesée est indispensable pour sauvegarder les données en vue de l'identification automatique ultérieure de la personne.

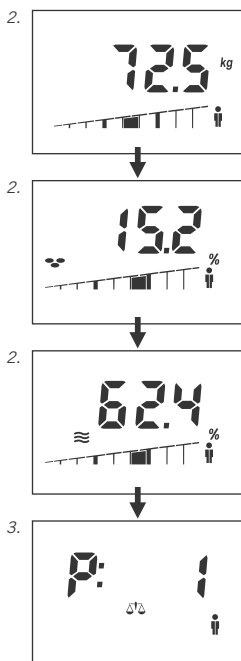
Si personne ne monte sur la balance, les données devront être ressaisies.

La première analyse corporelle est effectuée après être monté sur la balance.

La balance dispose d'un mode Time out. Elle se met à nouveau hors circuit après env. 40 secondes si aucune touche n'a été actionnée.

Après un remplacement de pile, les données doivent être à nouveau saisies.





## Analyse corporelle

Pour obtenir un résultat univoque, monter sur la balance non habillé.

1. Monter sur la balance. Le poids s'affiche ainsi qu'un barre-graphe pendant toute la durée de l'analyse (5-10 sec.). Rester immobile jusqu'à la fin de l'analyse.

2. Après identification automatique de la personne, l'afficheur indique à nouveau le poids corporel, la teneur en graisse (☼) et la teneur en eau (≡) parallèlement avec la barre respective de statut.

La zone normale de la personne correspondante se situe dans les 3 segments moyens du barre graphe. Interprétation des valeurs de pesée Page 30.

3. L'affichage qui suit vous fournit une recommandation personnelle d'action.

Signification des symboles :

- + ≡ Vous devez boire davantage
- + ☼ Un entraînement pour le développement musculaire est recommandé !
- + ☼ Un changement d'alimentation est recommandé !
- ☼☼ Vos valeurs d'analyse sont normales !

4. Descendre de la balance. Après affichage de l'emplacement mémoire, la balance se met automatiquement hors circuit.

Dans de rares cas, une affectation automatique du résultat d'analyse n'est pas possible. La balance affiche alors alternative-ment les emplacements mémoire des personnes qui se rapprochent le plus du résultat d'analyse. Etant donné que la pesée est terminée, vous pouvez descendre de la balance et confirmer votre emplacement mémoire personnel à l'aide des touches «▲» ou «▼» (touche «▼» pour le premier emplacement mémoire affiché, touche «▲» pour le deuxième emplacement mémoire affiché). Ensuite, le poids corporel, la teneur en graisse et en eau s'affichent ainsi que le besoin en calories.

En cas de fluctuation du poids de +/- 3 kg depuis la dernière mesure, l'utilisateur n'est pas reconnu et doit recommencer la saisie de données.

À noter que si vous montez sur la balance avec des chaussettes ou des chaussures, vous ne pourrez déterminer le poids, mais pas effectuer une analyse corporelle, ou alors une analyse qui risque d'être erronée. Pour obtenir des résultats tout le temps exacts, montez sur la balance en adoptant toujours, autant que possible, la même position.

## Recommandation individuelle

L'appareil Body Balance indique, sur la base de vos données personnelles et de recommandations d'experts en matière de santé, votre masse corporelle idéale en fonction de votre poids et de votre

masse grasseuse.

Il communique également la masse hydrique totale et la masse musculaire. Nous vous rappelons que les muscles contiennent également de l'eau et cet élément a été pris

en compte dans l'analyse de la masse hydrique corporelle. Par conséquent, le total donne toujours une valeur supérieure à 100 %.

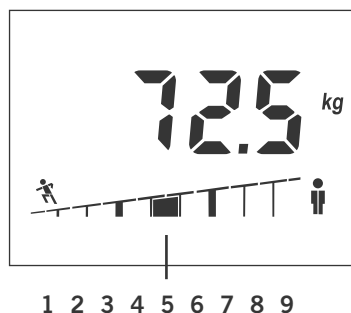
## Poids

Lorsque le poids en kg s'affiche sur l'écran, un des 9 segments apparaît dans le graphique en barres.

La position du segment actif décrit l'évaluation du poids mesuré sur la base de la

### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



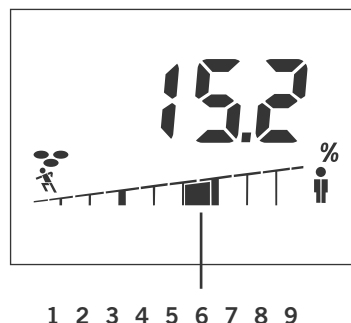
## Pourcentage de graisses du corps

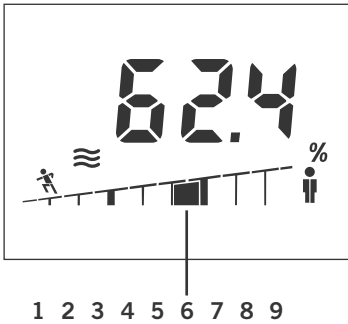
1	< - 12 %	Pourcentage de graisses très faible
2	- 12 %	Pourcentage de graisses faible
3	- 7 %	
4	- 3 %	Pourcentage de graisses normal
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	Pourcentage de graisses élevé
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	Pourcentage de graisses très élevé

### Exemple:

Mesure du pourcentage en graisses du corps = 15,2 % du poids total.

Cette valeur est environ 3 % supérieure à la valeur normale individuelle calculée.





## Pourcentage d'eau du corps

1	< -	6 %	Pourcentage d'eau très faible
2	-	6 %	Pourcentage d'eau faible
3	-	4 %	
4	-	2 %	Pourcentage d'eau normal
5		0 %	
6	+	2 %	
7	+	4 %	Pourcentage d'eau élevé
8	+	6 %	
9	> +	6 %	

### Exemple:

Mesure du pourcentage d'eau du corps = 62,4 % du poids total.

Cette valeur est environ 2 % supérieure à la valeur normale individuelle calculée.

## Facteurs qui influencent les résultats de mesure

L'analyse est basée sur la mesure de la résistance électrique du corps. Les habitudes alimentaires et le fait de boire plus ou moins tout au long de la journée ainsi que le style de vie personnel influent sur le bilan d'eau du corps. Cela se manifeste par des fluctuations à l'affichage.

Afin d'obtenir un résultat d'analyse le plus exact possible et reproductible, effectuez les mesures dans des conditions les plus similaires possibles, car c'est uniquement ainsi que vous pouvez surveiller les changements sur une longue période.

En outre, d'autres facteurs peuvent influencer le bilan d'eau du corps :

Un pourcentage de graisses du corps trop bas et un pourcentage d'eau du corps trop élevé sont possibles après un bain.

La valeur affichée peut être plus élevée après un repas. Chez la femme, il peut y avoir des fluctuations dues au cycle menstruel.

La perte d'eau pendant une maladie ou à la suite d'un effort physique (sport) risque d'influencer la mesure.

Il est conseillé d'attendre 6 à 8 heures après une activité sportive avant de mesurer le pourcentage de graisses du corps.

Des résultats pouvant varier sensiblement ou peu plausibles sont possibles dans les cas suivants :

Personnes qui ont de la fièvre ou qui souffrent d'œdèmes ou d'ostéoporose.

Personnes en dialyse.

Personnes qui prennent des médicaments contre les maladies cardiovasculaires.

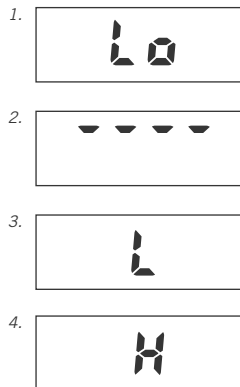
Femmes enceintes

Si l'analyse est effectuée sur une personne portant des chaussettes humides.



## Messages

1. Piles usées.
2. Surcharge : à partir de 150 kg.
3. Résultats d'analyse non plausibles – contrôler la programmation personnelle.
4. Mauvais contact avec les pieds :  
nettoyer la balance ou les pieds ou veillez à ce que la peau présente une humidité suffisante.  
Si la peau est trop sèche – humidifier les pieds ou effectuer de préférence la mesure après un bain ou une douche.



## Caractéristiques techniques

Capacité de charge x répartition = Max 150 kg x 100 g

Résolution d'affichage :

Teneur corporelle en graisse : 0,1%

Teneur corporelle en eau : 0,1%

Taille corporelle : 100-250 cm

Age : 10-99 ans

8 emplacements de sauvegarde réservés aux personnes

Grand affichage LCD

Piles : 3 x 1,5 V AAA

La fourniture comprend les piles.

## Généralités

### Garantie

Soehnle offre une garantie de 3 ans à partir de la date d'achat comprenant la réparation ou l'échange gratuit des défauts résultant de défauts de matériel ou de fabrication. À l'achat, veuillez faire remplir le paragraphe relatif à la garantie (à la page 23) par le commerçant et lui faire apposer un tampon. Si vous faites marcher la garantie, veuillez rendre la balance à votre commerçant avec le paragraphe de la garantie.

### Conformité

Cet appareil est antiparasité conformément à la directive CE en vigueur 2004/108/EC. Vous trouverez la déclaration de conformité CE sur [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)



Bien que l'appareil ait subi des tests et que ses émissions ne dépassent pas le niveau limite légal d'émission de fréquence radio mentionnés dans les directives précitées, il n'existe aucune garantie que de telles interférences ne surissent dans des situations particulières. Les éventuelles interférences peuvent être détectées en surveillant la mise en marche et l'arrêt de l'appareil et donc la réception radio ou télévisuelle. Le cas échéant, vous pouvez tenter d'éviter les interférences en suivant plusieurs des consignes suivantes :

- Réajustez l'appareil en question ou son antenne de réception.
- Mettez plus de distance entre l'appareil en question et la balance.
- Le cas échéant, faites appel à un radio-ou télé-technicien compétent.

**IMPORTANT!** Toute modification des composants électroniques ou du boîtier de ce produit autorise Soehnle à conclure les accords formels qui, en cas de non-respect de ces dispositions, provoqueraient le retrait de l'autorisation de fonctionnement que possède l'utilisateur pour cet appareil.

### Effets électromagnétiques

Le résultat de l'affichage peut être influencé par d'effets électromagnétique intenses, dus par ex. au fonctionnement d'un poste émetteur-récepteur dans l'environnement immédiat de l'appareil. Une fois le dérangement passé, le produit est à nouveau en état de marche conformément au règlement. Si ce n'est pas le cas, il est alors nécessaire de remettre en marche la balance ou d'ôter brièvement les batteries.

### Obligations légales pour l'élimination de la batterie

Informations: Toutes nos piles en provenance de l'usine et livrées avec l'appareil sont pauvres en produits polluants! Les piles ne doivent pas être jetées dans la poubelle. En tant que consommateur, vous êtes également obligés de recycler les piles usagées. Vous pouvez conduire vos piles usagées aux centres de collecte publique de votre commune ou dans les commerces où l'on vend des piles de ce type.

Indication: Ce dessin est présent sur les piles contenant des produits polluants:



Pb = la pile contient du plomb  
Cd = la pile contient du cadmium  
Hg = la pile contient du mercure

### Élimination des appareils électriques et électroniques usagés.



Le symbole affiché sur le produit ou sur son emballage indique que ce produit ne doit pas être traité comme un déchet domestique normal, mais il doit plutôt être conduit aux centres de collecte pour le recyclage des appareils électriques et électroniques. Vous obtiendrez de plus amples informations auprès de votre administration communale, auprès du service communal chargé de l'élimination des déchets ou dans le magasin où vous avez acheté le produit.

### Service Consommateurs

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

Vous trouverez sur le site Internet SOEHNLE [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) l'interlocuteur pour votre pays sous «Service/Internationale Kontakte».



## Coupon de garantie

En cas de garantie, retournez la balance à votre revendeur avec ce coupon de garantie et la facture.

Expéditeur

---



---



---

Raison de la réclamation

---



---



---

Tante grazie per l'acquisto di questa bilancia per l'analisi corporea Soehnle.

Questo prodotto di marca vi sarà di aiuto nel valutare lo stato del vostro corpo.

Per favore, leggete attentamente queste Istruzioni per l'uso già prima della prima messa in funzione ed acquistate familiarità con l'apparecchio.

Conservate bene queste Istruzioni per l'uso, per poterle avere a vostra disposizione in qualsiasi momento.



## Avvertenze importanti

Quando si tratta di ridurre il peso del corpo in caso di soprappeso oppure di aumentarlo in caso di sottopeso, si dovrebbe consultare un medico. Qualsiasi terapia e dieta, per favore, solo su consiglio di un medico.

I consigli per programmi di ginnastica oppure per cure dimagranti sulla base dei valori determinati dovrebbero essere dati solo da un medico oppure da un'altra persona qualificata.

SOEHNLE non si assume nessuna responsabilità per danni o perdite, causate dalla Body Balance. né per le rivendicazioni di terzi.

Questo prodotto è destinato solo all'uso nell'ambiente domestico da parte di consumatori. Esso non è progettato per l'impiego professionale in ospedali oppure in istituzioni medicali.

Non è adatto per persone con impianti elettronici (pacemaker, ecc.)

Fate funzionare questa bilancia solo su un fondo solido e piano (piastrelle, parquet).

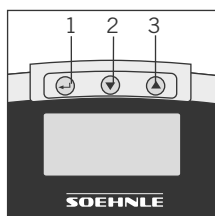
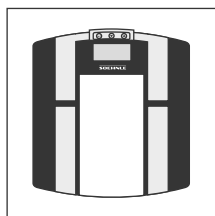
**Su una moquette potrebbero verificarsi degli errori di misura.**

Con la Body Balance apportate un contributo decisivo alla vostra salute. Questa bilancia elettronica per l'analisi corporea presenta le funzioni qui di seguito:

Sulla base dei vostri dati personali e delle raccomandazioni degli esperti in campo sanitario e nel campo della composizione corporea, la Body Balance rileva il vostro stato per quanto riguarda il peso e la percentuale di grasso nel corpo e di acqua nel corpo.

Avviene un'interpretazione individuale dei risultati dell'analisi con suggerimenti personali.

8 memorie personali con riconoscimento automatico delle persone.



## Elementi di comando

1. Confermare (←)
2. Meno (▼)
3. Più (▲)

## Preparativi

1. Inserire le batterie.

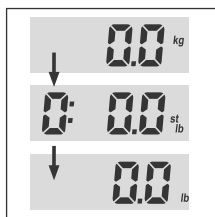
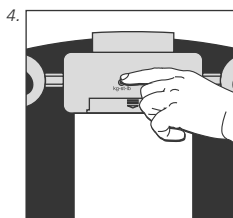
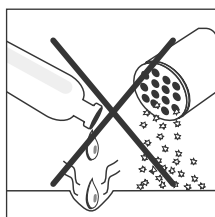
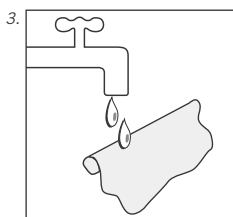
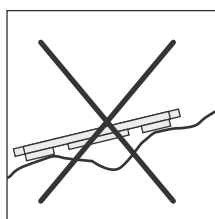
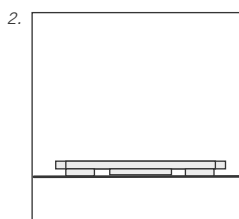
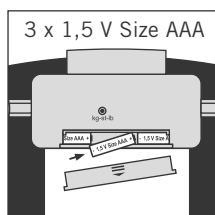
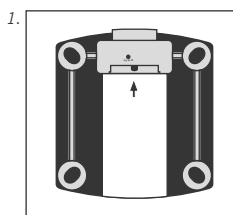
Nota: Dopo l'inserimento delle batterie posizionare immediatamente la bilancia di analisi corporea su una superficie piana (fin quando viene visualizzato 0.0) e attendere fino a quando essa non si spegne automaticamente.

Solamente dopo è possibile iniziare l'immissione dei dati. Altrimenti è possibile che durante la prima pesatura il peso della bilancia possa causare delle misurazioni errate.

La stessa cosa può accadere durante il funzionamento normale, se la bilancia viene presa in mano prima della pesatura.















2. Per tutte le misurazioni collocare la bilancia su una superficie piana e resistente (non sulla moquette).
3. Pulizia e manutenzione: pulire solamente con un panno umido. Non usare solventi o detergenti abrasivi. Non immergere la bilancia nell'acqua.
4. Possibilità di conversione delle unità specifiche al Paese da kg/cm a st/in o lb/in grazie al tasto presente sul retro della bilancia.

Attenzione! Pericolo di scivolare in caso di superficie bagnata.




## Immissione dati

Per il funzionamento corretto della bilancia per l'analisi corporea occorre immettere i rispettivi dati personali di ciascuna persona e salire immediatamente dopo a piedi nudi sulla bilancia.

1. Per impostare la bilancia, collocare questa su un tavolo.
2. Iniziare l'immissione dei dati (premere per 1 secondo il tasto )
3. Selezionare lo spazio di memoria (P1 ... P8) ( = meno,  = più) e confermare ().
4. Introdurre l'altezza ( = meno,  = più) e confermare ().
5. Introdurre l'età ( = meno,  = più) e confermare ().
6. Selezionare il sesso con  /  (  = maschio,  = donna).



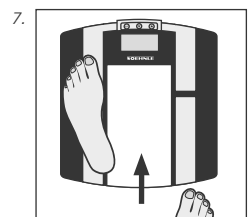
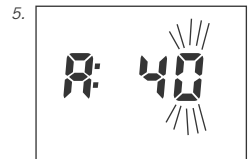
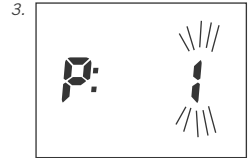
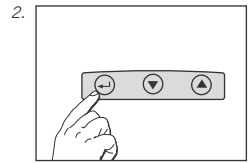
Premere il tasto  e tenerlo premuto per 3 secondi fino a quando sul display non compare 0.0.

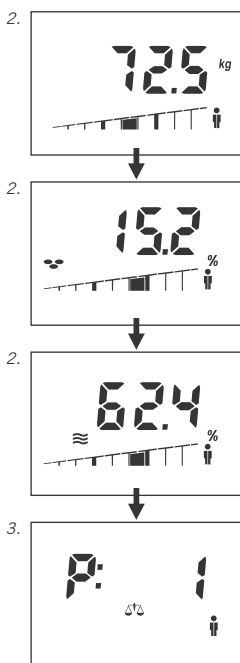
7. Poi, collocare immediatamente la bilancia di analisi corporea sul pavimento, attendere la visualizzazione 0.0 e salirci sopra a piedi nudi.

La prima misurazione è indispensabile per la memorizzazione dei dati per il futuro riconoscimento automatico delle persone. L'immissione dei dati deve essere ripetuta se non si sale sulla bilancia. La prima analisi corporea avviene dopo essere saliti sulla bilancia.

La bilancia dispone di una modalità Time out. Dopo circa 40 secondi essa si spegne automaticamente senza dover premere alcun tasto.

Dopo la sostituzione delle batterie i dati devono essere immessi di nuovo.





## Analisi corporea

Per dei risultati chiari salire sulla bilancia svestiti.

1. Salire sulla bilancia. Vengono visualizzati il peso e, per tutta la durata dell'analisi (5-10 sec), una visualizzazione a barre continua. Stare fermi fino alla termine dell'analisi.

2. Dopo il riconoscimento automatico della persona avviene nuovamente la visualizzazione del peso corporeo, della percentuale di grasso nel corpo (☼) e della percentuale di acqua nel corpo (≡) insieme alle rispettive barre di stato. L'intervallo normale delle rispettive persone si trova nei 3 segmenti centrali della visualizzazione a barre. Interpretazione dei valori di misurazione a pagina 41.

3. La visualizzazione che segue è il consiglio individuale.

Significato dei simboli:

- + ≡ Bere di più!
- + ☼ Allenamento per sviluppare i muscoli!
- + ☼ Cambiare abitudini alimentari!
- ☼ I valori dell'analisi sono in ordine!

4. Scendere dalla bilancia. La bilancia si spegne automaticamente dopo la visualizzazione del posto di memoria.

In casi rari non è possibile un assegnamento automatico dei risultati dell'analisi.

Successivamente, la bilancia visualizza alternativamente i posti di memoria delle persone, che seguono immediatamente il risultato dell'analisi. Poiché la misurazione è già terminata, è possibile scendere dalla bilancia e confermare il proprio posto di memoria mediante il tasto "▲" o il tasto "▼" (tasto "▼" per il primo posto di memoria visualizzato, tasto "▲" per il secondo posto di memoria visualizzato). Successivamente vengono visualizzati il peso corporeo, la percentuale di grasso corporeo e di acqua nel corpo, nonché il fabbisogno di calorie.

In caso di variazioni del peso rispetto all'ultima misurazione superiori a +/-3kg l'utilizzatore non viene riconosciuto ed occorre ripetere l'immissione dei dati.

Tenere presente che se si sale sulla bilancia con scarpe o calzini sarà possibile solamente una determinazione del peso e l'analisi del corpo sarà errata o non avverrà per nulla!

È possibile ottenere dei risultati costantemente esatti se ci si colloca sulla bilancia il più possibilmente nella stessa posizione.

## Consiglienza individuale

La bilancia per l'analisi corporea determina, in base ai vostri dati personali ed ai consigli di esperti sanitari il vostro stato personale ideale dal punto di vista del peso e

dell'aliquota di grassi del corpo. Inoltre l'aliquota complessiva dell'acqua e dei muscoli nel corpo. Per favore tenete conto del fatto, che anche i muscoli

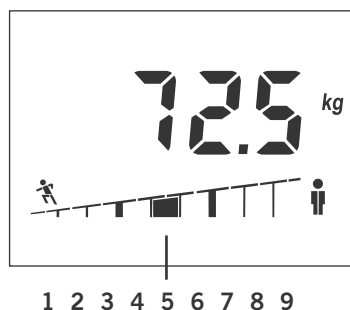
contengono dell'acqua del corpo, di cui si è già tenuto conto nell'analisi dell'acqua del corpo. Perciò nel calcolo complessivo risulta sempre un valore superiore a 100 %.

## Peso corporeo

Mentre sul display viene indicato il peso corporeo in kg, compare nel grafico a segmenti di sotto uno dei 9 segmenti. Sulla base dei valori IMC, la posizione del segmento attivo indica la valutazione del peso corporeo misurato.

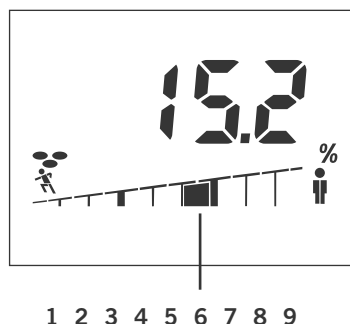
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Percentuale di grasso nel corpo

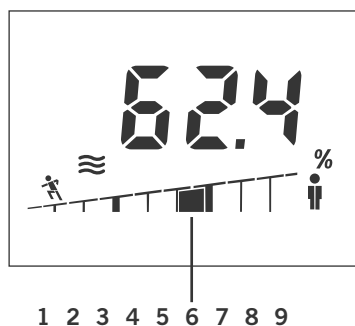
1	< - 12 %	Percentuale di grasso molto bassa
2	- 12 %	Percentuale di grasso bassa
3	- 7 %	
4	- 3 %	Percentuale di grasso normale
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	Percentuale di grasso elevata
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	Percentuale di grasso molto elevata



### ESEMPIO:

Aliquota (contenuto) di grasso corporeo misurata = 15,2 % del peso complessivo.

Questo valore supera di circa il 3 % il valore personale normale calcolato.



## Percentuale di acqua nel corpo

1	< -	6 %	Percentuale di acqua molto bassa
2	-	6 %	Percentuale di acqua bassa
3	-	4 %	
4	-	2 %	Percentuale di acqua normale
5		0 %	
6	+	2 %	
7	+	4 %	Percentuale di acqua elevata
8	+	6 %	
9	> +	6 %	

### ESEMPIO:

Aliquota di acqua nel corpo misurata = 62,4 % del peso complessivo.

Questo valore supera di circa il 2 % il valore personale normale calcolato.

## Fattori che influenzano il risultato dell' analisi

L'analisi si basa sulla misurazione della resistenza elettrica del corpo umano. Le abitudini alimentari nel corso della giornata e lo stile di vita individuale influiscono sul bilancio idrico del corpo. Questo viene visualizzato mediante oscillazioni sul display.

Per ottenere dall'analisi un risultato ripetibile e il più esatto possibile, dovete garantire dei presupposti di analisi costanti, poichè solo in questo modo potete osservare con precisione, nel lungo periodo, dei cambiamenti. Esistono, inoltre, altri fattori che possono influire sul bilancio idrico del corpo:

Dopo un bagno può essere visualizzata una percentuale di grasso nel corpo più bassa e una percentuale di acqua nel corpo più alta.

Dopo un pasto il valore visualizzato può essere maggiore.

Per quanto riguarda le donne, a causa del ciclo mestruale si possono registrare delle oscillazioni.

In caso di perdita di liquidi da parte del corpo in seguito ad una malattia o a sforzi fisici (sport).

Dopo un'attività sportiva, prima di effettuare la successiva misurazione della percentuale di grasso nel corpo, è necessario attendere dalle 6 alle 8 ore.

Risultati divergenti o non plausibili possono verificarsi in:

Persone in stato febbrile, con sintomi di edema o osteoporosi.

Persone sottoposte a dialisi.

Persone che assumono medicinali cardiovascolari.

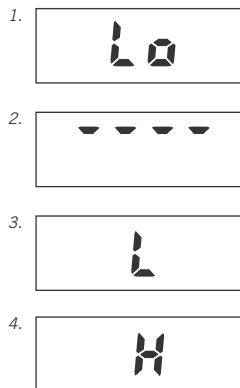
Donne in stato di gravidanza.

Quando l'analisi viene eseguita con calze umide sui piedi.



## Avvisi

1. Batterie esaurite.
2. Sovraccarico: a partire da 150 kg.
3. Risultato dell'analisi non plausibile controllare la programmazione personale.
4. Contatto piedi insufficiente: pulire la bilancia o i piedi o garantire una sufficiente umidità della pelle.  
In caso di pelle troppo asciutta inumidire i piedi o preferibilmente effettuare l'analisi dopo un bagno o una doccia.



## Dati tecnici

Portata x ripartizione = max 150 kg x 100 g

Risoluzione visualizzazione:

Percentuale di grasso corporeo: 0,1%

Percentuale di acqua nel corpo: 0,1%

Statura: 100 -250 cm

Età: 10-99 anni

8 posti di memoria personali

Grande display LCD

Batterie: 3 x 1,5 V AAA

Batterie comprese nella fornitura.

## Note di carattere generale

### Garanzia

Soehnle garantisce per 3 anni dalla data d'acquisto il ripristino gratuito tramite riparazione o sostituzione dell'apparecchiatura per difformità dovute a difetti del materiale o di fabbricazione. Vi invitiamo pertanto a farvi riempire e timbrare dal rivenditore il tagliando di garanzia (a pag. 23) per comprovare l'acquisto. In caso di reclami coperti da garanzia, ritornare al rivenditore la bilancia con il tagliando di garanzia.

### Dichiarazione di conformità

La presente apparecchiatura è immune ai disturbi in conformità alla Direttiva 2004/108/EC. La dichiarazione di conformità UE è disponibile alla pagina [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Sebbene l'apparecchiatura sia stata testata e trovata in regola con i valori limiti ammessi per le emissioni in radiofrequenza, fissati dalle norme su menzionate, non esiste garanzia che queste interferenze non possano ugualmente insorgere in determinate situazioni. Per diagnosticare eventuali interferenze occorre accendere e spegnere nuovamente l'apparecchiatura, controllando la ricezione radio e televisiva. Le interferenze accertate possono essere eliminate eseguendo uno o anche più tra i passi al seguito descritti:

- riaggiustare la posizione dell'apparecchiatura colpita o della relativa antenna ricevente;
- aumentare la distanza tra l'apparecchiatura colpita e la bilancia;
- rivolgersi eventualmente ad un tecnico esperto in materia di radio/televisione

**IMPORTANTE!** Eventuali modifiche alla parte elettronica o all'hardware del presente prodotto richiedono l'esplicito consenso di Soehnle; in caso di trasgressione l'utilizzatore può in determinati casi essere privato dell'autorizzazione all'impiego dell'apparecchiatura.

### Influssi elettromagnetici

Estremi influssi elettromagnetici, ad es. quando un'apparecchiatura radio è funzionante in prossimità della bilancia, possono ripercuotersi sul valore visualizzato. Una volta cessato il disturbo, il prodotto è nuovamente utilizzabile ai fini previsti, sarà forse necessario soltanto riaccendere o estrarre brevemente le pile.

### Obbligo giuridico d'informazione sullo smaltimento delle pile esauste

Informazioni utili: tutte le pile in prima dotazione sono a basso impatto ambientale. Non gettare pile o batterie esauste nei rifiuti domestici. I consumatori sono obbligati per legge a riconsegnare le pile e batterie esauste o ad un centro di raccolta del proprio comune, o ad un punto di vendita di pile e batterie dello stesso tipo.

Nota: questo simbolo è riportato sulle pile/batterie ad effetto nocivo per l'ambiente:



Pb = contiene piombo  
Cd = contiene cadmio  
Hg = contiene mercurio

### Smaltimento dei rifiuti da apparecchiature elettriche ed elettroniche



Il simbolo riportato sul prodotto o sulla confezione indica che al momento di disfarsene il prodotto non andrà trattato come comune rifiuto domestico, bensì conferito ad un centro di raccolta per il riciclaggio dei rifiuti derivanti da apparecchiature elettriche ed elettroniche. Ulteriori informazioni sono reperibili presso l'amministrazione comunale, le aziende di smaltimento comunali o il punto di vendita del bene.

### Servizio Consumatori

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

Sulla home page di SOEHNLE [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) alla voce "Service/Internationale Kontakte" è possibile trovare la persona di contatto per il proprio Paese.



## Tagliando di garanzia

Nel caso si faccia valere la garanzia, si prega di restituire la bilancia al proprio rivenditore insieme al tagliando di garanzia e allo scontrino.

Mittente \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Motivo del reclamo \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Wij danken u voor de aankoop van deze Soehnle lichaamsanalyse-weegschaal. Dit merkproduct zal u helpen bij de evaluatie van uw lichaamstoestand.

Wij raden aan om deze handleiding zorgvuldig door te lezen voor het eerste gebruik, zodat u langzaam aan het apparaat gaat wennen. Deze handleiding goed bewaren zodat u ten allen tijde de nodige informatie kunt raadplegen.



## Balanrijke aanwijzingen

Wanneer het gaat om verbetering van het lichaamsgewicht in geval van overgewicht of ondergewicht, dient een arts te worden geraadpleegd.

Over een behandeling of dieet mag slechts beslist worden na overleg met een arts.

Aanbevelingen voor gymprogramma's of vermageringskuren op basis van de berekende resultaten moeten gegeven worden door een arts of een ander gekwalificeerd persoon.

SOEHNLE stelt zich niet aansprakelijk voor schade of verlies veroorzaakt door de Body Balance, noch voor aanspraken van derden. Dit product is enkel en alleen bestemd voor thuisgebruik door consumenten. Het is niet voorzien voor een professioneel gebruik in ziekenhuizen of medische instellingen. Niet geschikt voor personen met elektronische implantaten (pacemaker, enz.).

De lichaamsanalyse-weegschaal enkel op een vaste, effen ondergrond gebruiken (vloertegels, parket, enz.)

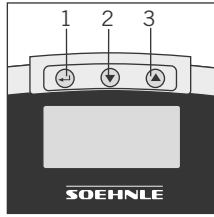
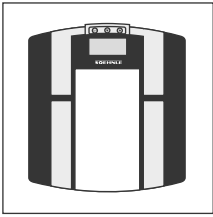
**Op een vast tapijt kunnen de metingen foutief zijn.**

Met de Body Balance levert u een doorslaggevende bijdrage tot uw gezondheid. Deze elektronische lichaamsanalyse-weegschaal heeft de volgende functies:

De Body Balance berekent op basis van uw persoonlijke gegevens en de aanbeveling van gezondheids- en Body Composition deskundigen, uw toestand met betrekking tot lichaamsvet-, lichaamswater-aandeel en gewicht.

Er vindt een individuele evaluatie van het resultaat van de analyse met een persoonlijke aanbeveling plaats.

8-voudige personengeheugen met automatische personenherkenning.



## Bedieningselementen

1. Bevestigen (←)
2. Min (▼)
3. Plus (▲)

## Vorbereitung

1. De batterijen aanbrengen.

Opmerking:

De lichaamsanalyseweegschaal – na het aanbrengen van de batterijen – onmiddellijk (zolang 0.0 in het display verschijnt) op een effen oppervlak plaatsen en wachten tot de weegschaal zelfstandig uitschakelt.

Pas dan kan de data-invoer starten.

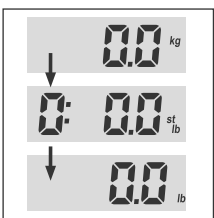
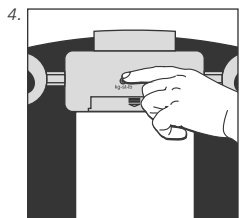
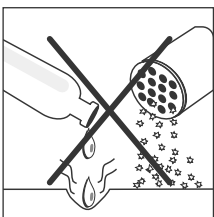
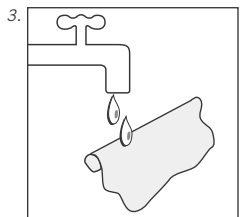
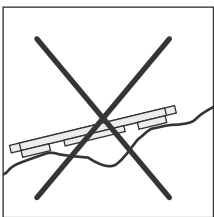
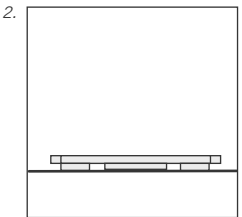
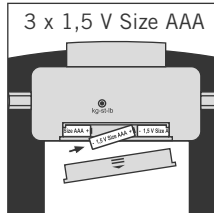
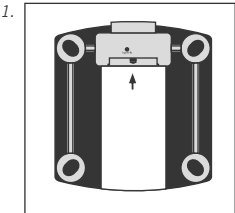
Anders zou het mogelijk zijn dat het gewicht van de weegschaal bij de eerste weging per vergissing meegerekend wordt. Hetzelfde kan ook in het normale bedrijf gebeuren wanneer de weegschaal voor het wegen in de hand genomen wordt.

2. Voor alle metingen de weegschaal op een effen en vaste ondergrond plaatsen (niet op een tapijt).

3. Reiniging en onderhoud: enkel met een lichtjes vochtige doek reinigen. Geen oplos- of schuurmiddelen gebruiken. De weegschaal niet in water onderdompelen.



4. Mogelijkheid van de landenspecifieke verandering van kg/cm naar st/in of lb/in door omschakeling met de bedienings-toets aan de achterkant van de weeg-schaal.

Pas op! Slipgevaar bij een nat oppervlak.



## Gegevensinvoer

Voor een juiste werking van de lichaamsanalyse-weegschaal is het noodzakelijk dat de persoonlijke gegevens van de desbetreffende persoon worden ingevoerd en dat de weegschaal vervolgens onmiddellijk blootsvoets wordt betreden.

1. De weegschaal t.b.v. het instellen op een tafel zetten.
2. Gegevensinvoer starten ( ← -toets 1 seconde indrukken).
3. Geheugenplaats (P1 ... P8) kiezen ( ▼ = min, ▲ = plus) en bevestigen ( ← ).
4. Lichaams grootte instellen ( ▼ = min, ▲ = plus) en bevestigen ( ← ).
5. Lichaams grootte instellen ( ▼ = min, ▲ = plus) en bevestigen ( ← ).
6. Het geslacht met ▼/▲ selecteren (  = mannelijk,  = vrouwelijk).



De ← -toets indrukken en **3 seconden** ingedrukt houden tot 0.0 in het display verschijnt.

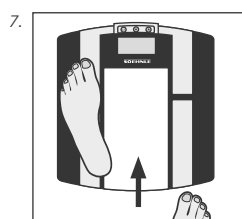
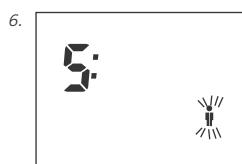
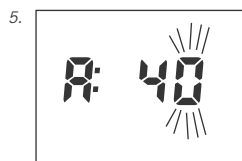
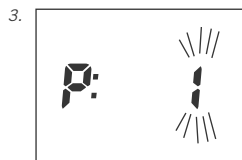
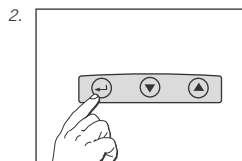
7. Dan de lichaamsanalyse-weegschaal onmiddellijk op de grond zetten, de 0.0-indicatie afwachten en de weegschaal blootsvoet betreden.

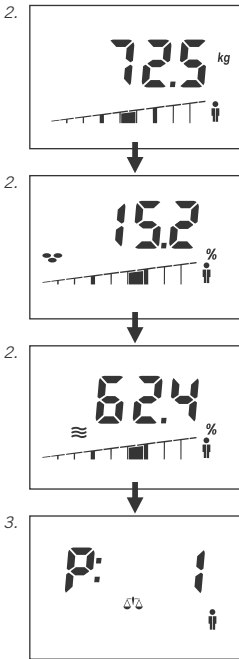
De eerste meting is onontbeerlijk voor het opslaan van de gegevens voor de latere automatische personenherkenning. Indien de weegschaal niet betreden wordt moet de gegevensinvoer herhaald worden.

Na het betreden van de weegschaal vindt de eerste lichaamsanalyse plaats.

De weegschaal beschikt over een time-out modus. De weegschaal schakelt na ca. 40 seconden zonder ingedrukt toets weer uit.

Na vervanging van een batterij moeten de gegevens opnieuw ingevoerd worden.





## Lichaamsanalyse

Voor duidelijke resultaten de weegschaal naakt betreden.

1. De weegschaal betreden. Het gewicht wordt weergegeven en – zolang de analyse duurt (5-10 sec.) – verschijnt een lopende balk. Rustig blijven staan tot het einde van de analyse.
2. Na de automatische personenherkenning gebeurt weer de weergave van het lichaamsgewicht, het lichaamsvetaandeel (☹) en het lichaamswateraandeel (≡), samen met de bijhorende statusbalk. De normale waarden van de persoon in kwestie liggen in de middels-te 3 segmenten van de balk. Voor de interpretatie van de meetwaarden, zie pagina 52.
3. De volgende weergave is uw persoonlijke aanbeveling.

Betekenis van de symbolen:

- + ≡ U moet meer drinken
  - + 🏋 Spierenopbouwtraining aanbevolen!
  - + 🍴 Verandering voedingsgewoonten aanbevolen!
  - ⚖️ Uw analysewaarden zijn in orde!
4. De weegschaal verlaten. Na indicatie van de geheugenplaats schakelt de weegschaal automatisch uit.

Zelden is een automatische toewijzing van het resultaat van de analyse niet mogelijk. Dan geeft de weegschaal afwisselend de geheugenplaatsen van de personen aan die het resultaat van de analyse het meest benaderen. Omdat de meting al beëindigd is, kunt u de weegschaal verlaten en uw persoonlijke geheugenplaats met de ▲- of ▼-toets bevestigen (▼-toets voor de eerste aangegeven geheugenplaats, ▲-toets voor de tweede aangegeven geheugenplaats). Daarna worden lichaamsgewicht, lichaamsvet- en lichaamswateraandeel evenals de vereiste calorieën aangegeven.

Bij gewichtsschommelingen van meer dan +/-3kg m.b.t. de laatste meting, wordt de gebruiker niet meer herkend en dient hij zijn gegevens opnieuw in te voeren.

Vergeet niet dat bij het betreden van de weegschaal met schoenen of kousen alleen maar een gewichtsberekening, en geen of een foutieve lichaamsanalyse uitgevoerd wordt!

U bereikt constant exacte resultaten wanneer u in de mate van het mogelijke altijd op dezelfde positie op de weegschaal gaat staan.

## Individuele aanbeveling

De lichaamsanalyse-weegschaal bepaalt, aan de hand van uw persoonlijke gegevens en de aanbevelingen van gezondheidsexperten, uw ideale individuele toestand met

betrekking tot uw gewicht en de percentages lichaamsvet, lichaamsvocht en spieren. Houd er rekening mee dat in de spieren ook lichaamsvocht aanwezig is, waarmee reeds

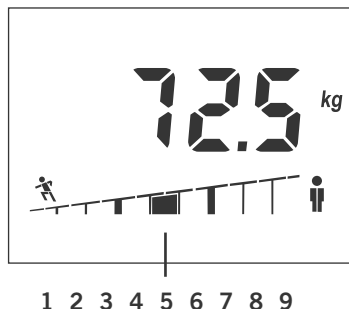
rekening werd gehouden in de lichaamsvochtanalyse. Daarom ontstaat er in de algemene berekening steeds een waarde boven de 100 %.

## Lichaamsgewicht

Terwijl op de display het lichaamsgewicht in kg wordt weergegeven, verschijnt in de balkgrafiek daaronder één van de 9 segmenten. Daarbij betekent de plaats van het actieve segment de beoordeling van het gemeten lichaamsgewicht op basis van de BMIwaarde.

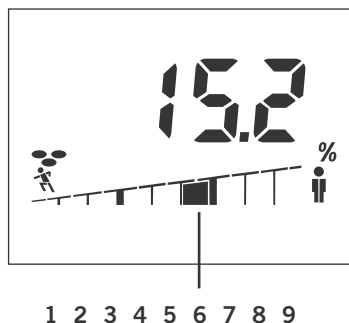
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Aandeel van het lichaamsvet

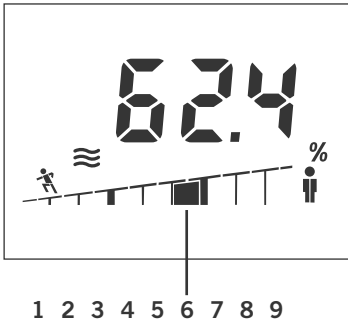
1	< - 12 %	zeer laag vetpercentage
2	- 12 %	laag vetpercentage
3	- 7 %	
4	- 3 %	normaal vetpercentage
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	hoog vetpercentage
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	zeer hoog vetpercentage



### Voorbeeld :

Gemeten percentage lichaamsvet = 15,2 % van het totale gewicht.

Deze waarde ligt ongeveer 3 % boven de berekende persoonlijke normale waarde.



## Lichaamsvochtaandiel

1	< - 6 %	zeer laag waterpercentage
2	- 6 %	laag waterpercentage
3	- 4 %	
4	- 2 %	normal waterpercentage
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	hoog waterpercentage
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Voorbeeld :

Gemeten percentage lichaamsvocht = 62,4 % van het totale gewicht.

Deze waarde ligt ongeveer 2 % boven de berekende persoonlijke normale waarde.

## Factoren die het meetresultaat beïnvloeden

De analyse is gebaseerd op de meting van de elektrische lichaamsweerstand. Eet- en drinkgewoonten tijdens de dagelijkse gang van zaken en de individuele levensstijl hebben een invloed op de waterhuishouding. Dit uit zich door fluctuaties bij de afgelezen waarden.

Om een zo exact en herhaalbaar mogelijk analysesresultaat te krijgen moet u voor gelijkblijvende meetvoorwaarden zorgen, want alleen zo kunt u veranderingen over een langere periode exact observeren.

Bovendien kunnen andere factoren de waterhuishouding beïnvloeden:

Na een bad kan een te laag lichaamsvetpercentage en een te hoog lichaamswaterpercentage aangegeven worden.

Na een maaltijd kan de afgelezen waarde hoger zijn.

Bij de vrouwen treden door de cyclus veroorzaakte fluctuaties op.

Bij verlies van lichaamswater ten gevolge van een ziekte of na lichamelijke inspanning (sport).

Na een sportieve bezigheid dient men tot de volgende

meting 6 tot 8 uur te wachten.

Afwijkende of onwaarschijnlijke resultaten kunnen optreden bij:

Personen met koorts, oedeem-symptomen of osteoporose  
Personen in dialysebehandeling

Personen, die cardiovasculaire geneesmiddelen innemen

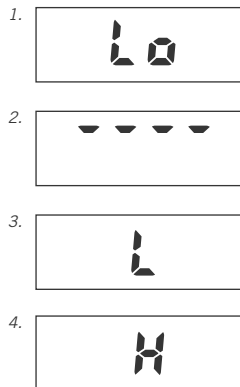
Zwangere vrouwen

Wanneer de analyse gebeurt met vochtige sokken aan de voeten.



## Meldingen

1. Batterijen leeg.
2. Overbelasting: vanaf 150 kg.
3. Onwaarschijnlijk resultaat van de analyse persoonlijke programmering controleren.
4. Slecht voetcontact: Weegschaal of voeten reinigen of op voldoende vochtigheid van de huid letten.  
Bij een te droge huid de voeten bevochtigen of de meting bij voorkeur na een bad of douche uitvoeren.



## Technische gegevens

Draagvermogen x deling = Max 150 kg x 100 g

Resolutie display:

Lichaamsvetaandeel: 0,1%

Lichaamswateraandeel: 0,1%

Lichaamsgrootte: 100-250 cm

Leeftijd: 10-99 jaar

8 persoonspecifieke geheugenplaatsen

Groot LCD display

Batterij: 3 x 1,5 V AAA

Batterijen worden meegeleverd.

**Algemene instructies**

**Garantie**

Soehnle garandeert gedurende 3 jaar vanaf de datum van aankoop het gratis verhelpen van defecten die te wijten zijn aan materiaal of productiefouten, door reparatie of door vervanging. Wanneer u ons product koopt vraagt u aan de verkoper of hij de garantiebon (op pagina 23) even invult en afstempelt. In geval van een garantieclaim, gelieve de weegschaal te brengen naar de winkel waar u ze gekocht hebt.

**Conformiteit**

Voor dit apparaat werden de radiostoringen geëlimineerd in overeenstemming met de richtlijn 2004/108/EC. De EG-verklaring van overeenstemming is beschikbaar onder [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Hoewel het apparaat in onze fabriek getest is en haar emissies de limieten voor radiofrequentie-emissies, in de hierboven richtlijnen vastgelegd, niet overschrijden, kunnen wij niet waarborgen dat in bepaalde situaties geen radiostoringen ontstaan. Mogelijke storingen worden ontdekt door het apparaat in en uit te schakelen, en gelijktijdig de radio- en televisieontvangst te controleren. Het is mogelijk om storingen te elimineren door een van de volgende stappen te volgen:

- Het apparaat of zijn ontvangstantenne opnieuw uitlijnen.
- De afstand tussen het apparaat in kwestie en de weegschaal vergroten.
- Indien nodig, contact opnemen met een ervaren radio-/televisietechnicus.

**BELANGRIJK!** Veranderingen in de elektronica of in de behuizing van dit product vereisen de uitdrukkelijke toestemming van Soehnle; wanneer deze bepalingen niet nageleefd worden kan de gebruiker de gebruiksvergunning onttrokken worden.

**Elektromagnetische invloeden**

In geval van extreme elektromagnetische invloeden, bijvoorbeeld wanneer een radio in de buurt van het apparaat gebruikt wordt, kan de weergegeven waarde beïnvloed worden. Na de storting kan het apparaat opnieuw gebruikt worden in overeenstemming met de instructies, en/of kan het nodig zijn om het apparaat opnieuw in te schakelen of de batterijen even uit te nemen.

**Wettelijke verplichting voor het verwijderen van batterijen**

Informatie: De uit de fabriek geleverde batterijen bevatten geen schadelijke stoffen! Lege batterijen nooit bij het huisvuil doen. U als consument bent wettelijk verplicht om lege batterijen terug te geven, hetzij in officiële afname-instanties, hetzij in uw gemeente of in eender welke vestiging waar dit soort batterijen verkocht worden.

Opmerking: U vindt de volgende symbolen op batterijen met schadelijke stoffen:

- Pb = de batterij bevat lood
- Cd = de batterij bevat cadmium
- Hg = de batterij bevat kwik

**Vernietiging van gebruikte elektrische en elektronische apparaten**

Het symbool op het product of op diens verpakking geeft aan dat het product niet als huisvuil verwerkt mag worden, maar aan een afname-instantie voor de recyclage van elektrische en elektronische apparaten moet overhandigd worden. Meer informatie via uw gemeente, de gespecialiseerde gemeentelijke ondernemingen of de winkel waar u het product gekocht hebt.

**Consumentenservice**

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

U vindt op de SOEHNLE-homepage [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) bij het menupunt "Service / Internationale Kontakte" de contactpersoon van uw land.



**GARANTIEBEWIJS**

In geval van garantie aub de weegschaal met garantiebewijs en kwitantie aan uw handelaar teruggeven.

Afzender \_\_\_\_\_

Reden van de klacht \_\_\_\_\_

Muchas gracias por haber comprado esta balanza Soehnle con análisis corporal. Este producto de marca le ayudará a evaluar el estado de su cuerpo.

Le rogamos lea cuidadosamente estas instrucciones antes de la primera puesta en marcha y se familiarice con el aparato.

Conserve bien estas instrucciones para que las informaciones estén en todo momento a su disposición.



## Indicaciones importantes

Si se trata de disminuir el peso corporal en caso de exceso de peso o de peso insuficiente, se debe consultar un médico. Por favor, antes de cada tratamiento o dieta, consulte a un médico.

Las recomendaciones para programas de gimnasia o curas para adelgazar en función de los resultados indicados tienen que venir de un médico o de otra persona cualificada. SOEHNLE no se hace responsable de los daños o pérdidas causadas por Body Balance, ni de reivindicaciones de terceros.

Este producto está destinado únicamente a consumidores para una utilización doméstica. No está diseñado para un funcionamiento profesional en hospitales o en instituciones médicas. No está adecuado para personas con injertos de aparatos electrónicos (marcapasos, etc.)

Utilice esta balanza con análisis corporal sólo encima de una base fija y llana (baldozas, parqué, etc.).

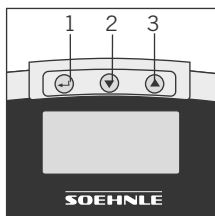
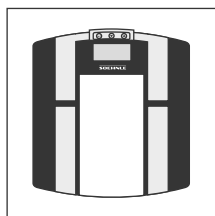
**Encima de una moqueta las mediciones pueden ser erróneas.**

Con el peso Body Balance usted contribuye de forma decisiva a su salud. Este peso electrónico de análisis corporal tiene las siguientes funciones:

En base a sus datos personales y la recomendación de expertos de la salud y de la composición del cuerpo, el peso Body Balance calcula su estado con respecto al porcentaje de la grasa corporal, el porcentaje del agua corporal y el peso.

Se produce una evaluación individual del resultado del análisis con recomendación personal.

8 posiciones de memoria con reconocimiento automático de la persona en cuestión.



## Elementos de operación

1. Confirmar (←)
2. Menos (▼)
3. Más (▲)

## Preparación

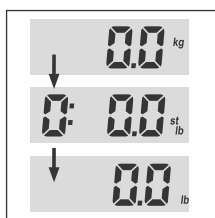
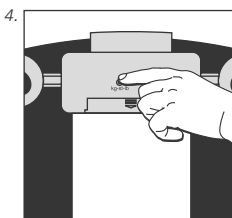
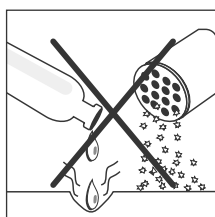
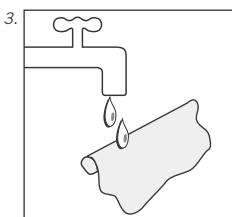
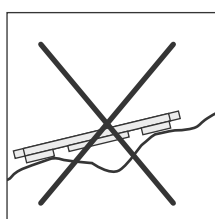
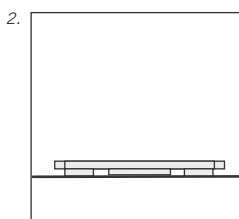
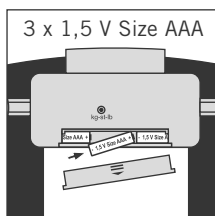
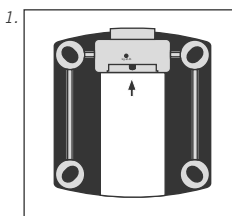
1. Introducir las baterías.

### Observación:

Colocar el peso de análisis corporal – después de insertar las baterías - enseguida (mientras que aparezca 0.0) en una superficie plana y esperar hasta que el peso se desconecte automáticamente. Ahora iniciar la introducción de datos. Si no espera es posible que el peso da unos valores incorrectos con motivo de la primera vez que usted se pesa. Eso también es posible durante el modo normal cuando se toma el peso con la mano antes de pesarse.















2. Para todas las mediciones colocar el peso en una base plana y fija (no en una alfombra).
3. Limpieza y mantenimiento: solamente limpiar con un trapo ligeramente húmedo. No utilizar disolventes o productos agresivos. No introducir el peso en agua.
4. Posibilidad del cambio de kg/cm a st/in o lb/in con la ayuda de la tecla en la parte trasera del peso.

Atención! Peligro de deslizamiento en caso de una superficie mojada.




## Entrada de datos

Para un funcionamiento correcto de la balanza con análisis corporal, es necesario entrar los datos personales de las personas respectivas y subirse descalzo inmediatamente después encima de la balanza.

1. Para realizar ajustes en la báscula, colocarla sobre un mesa
2. Iniciar entrada de datos (pulsar 1 segundo la tecla .
3. Espacio de almacenamiento (P1 ... P8) elegir (  = menos,  = más) y confirmar ( .
4. Ajustar el tamaño del cuerpo (  = menos,  = más) y confirmar ( .
5. Ajustar la edad (  = menos,  = más) y confirmar ( .
6. Seleccionar sexo con / (  = hombre ,  = mujer).



Mantener 3 segundos pulsada la tecla  hasta que aparezca 0.0 en el display.

7. Luego colocar el peso enseguida en el suelo, esperar hasta que aparezca 0.0 y pisar el peso con los pies desnudos.

La primera medición es imprescindible para el almacenamiento de los datos para el posterior reconocimiento personal de la persona.

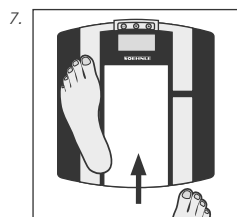
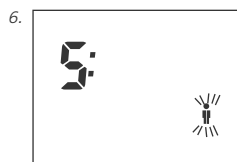
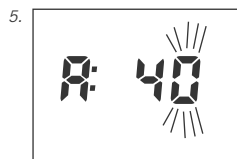
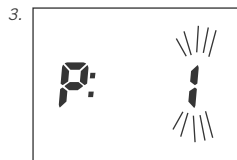
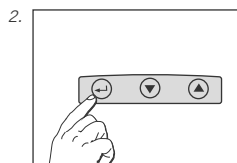
Si no se sube a la báscula, deberá repetir la entrada de datos.

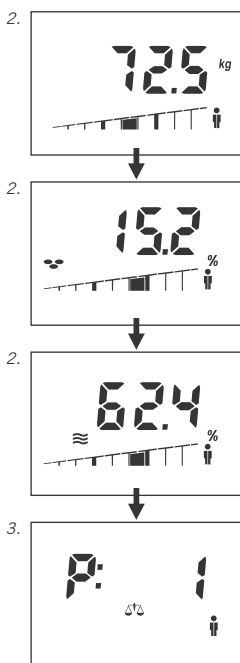
Después de haber pisado el peso, se produce el primer análisis corporal.

El peso dispone de un modo de time-out.

Al no apretar ninguna tecla durante aproximadamente 40 segundos se desconecta.

Tras el cambio de baterías deben volverse a introducir los datos.





## Análisis corporal

Para unos resultados claros, pisar el peso sin ropa.

1. Pisar el peso. Aparece la indicación del peso y - mientras que siga el análisis (5-10 seg.) - una indicación de una barra. Quedarse tranquilo hasta el final del análisis.

2. Después del reconocimiento personal automático aparece otra vez el peso corporal, el porcentaje de la grasa corporal (☹) y el porcentaje del agua corporal (≡), junto con la barra de status correspondiente.

El valor normal de la persona en cuestión está situado en los 3 segmentos centrales de la barra.

Para la interpretación de los valores de medición, véase página 63.

3. Los valores que aparecen a continuación constituyen su recomendación personal.

Significado de los símbolos:

- + ≡ Tiene que beber más
- + 🏃 Recomendamos ejercicios para fortalecer la masa muscular!
- + 🍴 Recomendamos un cambio en sus hábitos nutritivos!
- ⚖️ Valores de su análisis correctos!

4. Salir del peso. Después de la indicación de la posición de memoria, el peso de desconecta automáticamente.

En muy raras veces una adjudicación automática del resultado del análisis no es posible.

En este caso el peso indica alternativamente las posiciones de memoria de las personas que más se aproximan al resultado. Puesto que la medición ya ha terminado, se puede salir del peso y confirmar su posición de memoria personal con la tecla ▲ o ▼ (tecla ▼ para la primera posición de memoria indicada, tecla ▲ para la segunda posición de memoria indicada).

A continuación se indican el peso corporal, el porcentaje de la grasa corporal y el porcentaje del agua corporal, al igual que las calorías necesarias.

Cuando la diferencia de peso es de +/-3kg con respecto a la última medición, el usuario no es reconocido y tiene que volver a entrar sus datos.

¡Por favor tenga presente que al subirse a la báscula con zapatos o calcetines sólo se obtendrá el peso, pero no se podrá realizar un análisis corporal, o este será incorrecto!

Para obtener siempre un resultado exacto, colóquese siempre en la misma posición en la báscula.

## Recomendación individual

La balanza con análisis corporal calcula, mediante sus datos personales y la recomendación de los expertos de la salud, su estado individual ideal en cuanto a su peso y a

sus proporciones de grasa corporal. Así como las proporciones de agua corporal y de músculos. Tenga en cuenta que los músculos también contienen

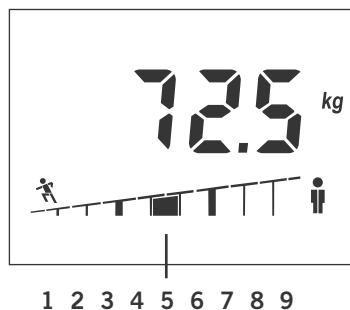
agua corporal, que ya ha sido tomada en consideración en el análisis de agua corporal. Por eso, siempre resulta en el cálculo total un valor superior a 100 %.

### Peso corporal

Mientras que en la visualización de pantalla se muestran los kg, en el gráfico de columnas de debajo aparece uno de los 9 segmentos. Con ello la posición del segmento activo indica la valoración del peso corporal medido sobre la base del índice de masa corporal (BMI).

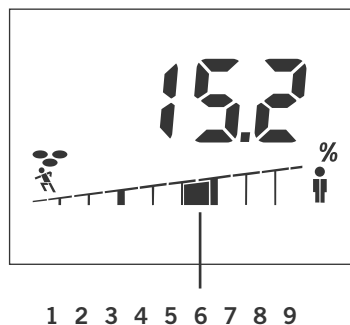
#### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



### Porción de grasa corporal

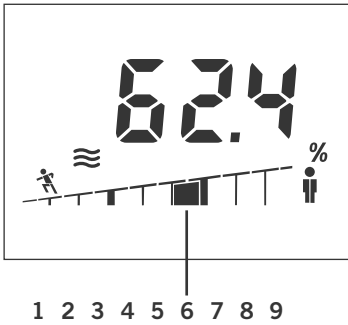
1	< - 12 %	Porción de grasa muy baja
2	- 12 %	Porción de grasa baja
3	- 7 %	
4	- 3 %	Porción de grasa normal
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	Porción de grasa alta
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	Porción de grasa muy alta



#### Ejemplo:

Proporción de grasa corporal medida = 15,2 % del peso total.

Este valor se encuentra un 3 % por encima del valor normal personal calculado.



## Porción de agua corporal

1	< - 6 %	Porción de agua muy baja
2	- 6 %	Porción de agua baja
3	- 4 %	
4	- 2 %	Porción de agua normal
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	Porción de agua alta
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Ejemplo:

Proporción de agua corporal medida = 62,4 % del peso total.

Este valor se encuentra un 2 % por encima del valor normal personal calculado.

## Factores que influyen en el resultado de la medición

Los análisis se basan en la medición de la resistencia eléctrica del cuerpo. Los hábitos de comida y bebida durante el transcurso del día y el estilo individual de vida tienen influencia en el contenido de agua. Esto se hace notar mediante oscilaciones en la pantalla.

Para obtener un resultado de análisis lo más exacto y constante posible, trate de mantener unas condiciones de medición constantes, pues sólo así podrá observar con exactitud los cambios en un lapso de tiempo largo.

Además, hay otros factores que pueden influir en el régimen de agua:

Tras un baño se puede mostrar una porción de grasa muy baja y una porción de agua muy alta.

Tras una comida la muestra puede ser mayor.

En las mujeres puede haber oscilaciones relacionadas con el periodo.

Ante la pérdida de agua corporal motivada por una enfermedad o por cansancio corporal (deporte) Tras una actividad deportiva deben esperarse desde 6 hasta 8 horas hasta la siguiente medición.

Pueden surgir resultados diferentes o no posibles con:

Personas con fiebre, síntomas de edema u osteoporosis.

Personas en tratamiento de diálisis.

Personas que ingieren medicinas cardiovasculares.

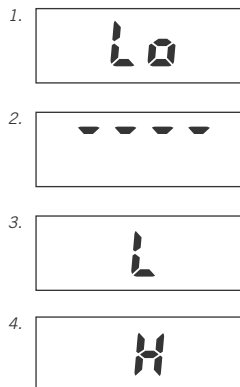
Mujeres embarazadas.

Cuando el análisis se ha efectuado con calcetines húmedos en los pies.



## Avisos

1. Baterías usadas
2. Sobrecarga: Desde 150 kg.
3. Resultado de análisis no posible-revisar laprogramación personal
4. Mal contacto de los piest:  
Limpiar la balanza o los pies o tener cuidado de tener suficiente humedad dérmica.  
Piel demasiado seca – humedecer los pies o realizar la medición preferentemente después de un baño o ducha.



## Datos técnicos

Poder portador x paso = Max 150 kg x 100 g

Resolución display:

Porcentaje de la grasa corporal: 0,1%

Porcentaje del agua corporal: 0,1%

Altura: 100-250 cm

Edad: 10-99 años

8 posiciones de memoria específicas

Gran display LCD

Batería: 3 x 1,5 V AAA

Baterías incluidas en el suministro.

**Instrucciones generales**

**Garantía**

Soehnle garantiza durante 3 años a partir de la fecha de compra la eliminación gratuita de defectos debidos a errores de material o de fabricación, a través de la reparación o la sustitución. Al comprar nuestro producto, pida al vendedor que rellene y selle el documento de garantía (en página 23). En caso de que requiera nuestra garantía le rogamos devuelva el peso y a la tienda donde lo ha comprado.

**Conformidad**

Para este aparato se han eliminado las interferencias de radio conforme a la directiva 2004/108/EC. La declaración de conformidad CE se puede ver en [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Aunque el aparato ha sido sometido a pruebas y sus emisiones no sobrepasan los límites de la emisión de radiofrecuencias, fijadas en las directivas arriba mencionadas, no podemos garantizar que no se produzca ninguna interferencia en determinadas situaciones. Posibles interferencias se observan conectando y desconectando el aparato, controlando la recepción de la radio y de la televisión. Se puede intentar eliminar interferencias siguiendo uno o varios de los pasos siguientes:

- Volver a alinear el aparato o su antena de recepción
- Aumentar la distancia entre el aparato en cuestión y el peso.
- Si es necesario, contactar un técnico de radio/televisión experimentado.

¡IMPORTANTE! Cambios en la electrónica o en el alojamiento de este producto requieren la autorización expresa de Soehnle; en caso de no observar estas estipulaciones se puede anular el permiso de utilización al usuario.

**Influencias electromagnéticas**

En caso de influencias electromagnéticas extremas, por ejemplo al utilizar una radio cerca del aparato, se puede afectar el valor visualizado. Después de la interferencia se puede volver a utilizar el aparato conforme a las instrucciones, y/o puede resultar necesario volver a encender el aparato o quitar las pilas brevemente.

**Obligación legal referente a la eliminación de baterías**

Información: ¡Todas las pilas suministradas desde la fábrica con el aparato no tienen sustancias nocivas! No tirar las baterías a la basura doméstica. Usted como consumidor está legalmente obligado a devolver baterías vacías, sea en instancias de recogida oficiales sea en su municipio o en cualquier establecimiento donde se venden baterías de esta naturaleza.

Observación: Los siguientes símbolos encontrarán en baterías que contienen sustancias nocivas:



- Pb = la batería contiene lodo
- Cd = la batería contiene cadmio
- Hg = la batería contiene mercurio

**Eliminación de aparatos eléctricos y electrónicos utilizados**



El símbolo en el producto o en su embalaje indica que este producto no puede ser tratado como basura doméstica, sino tiene que ser entregado en una instancia de recogida para el reciclaje de aparatos eléctricos y electrónicos. Más información a través de su municipio, las empresas municipales especializadas o la tienda donde ha comprado el producto.

**Servicio al consumidor**

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

En la página web de SOEHNLE, [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com), bajo el punto del menú "Service / Internationale Kontakte" encontrará a la persona de contacto en su país



**DOCUMENTO DE GARANTIA**

En caso contemplado por la garantía, por favor, devuelva el documento de la garantía y el recibo de compra a su vendedor.

Remitente

---



---



---

Motivo de reclamación

---



---



---

Muito obrigado por ter adquirido esta balança de análise corporal da Soehnle.

Este produto de marca irá auxiliá-lo na avaliação do seu estado físico.

Leia este manual de instruções atentamente antes da primeira colocação em funcionamento e familiarize-se com o aparelho.

Guarde este manual de instruções cuidadosamente para poder consultá-lo sempre que seja necessário.



## Avisos importante

Quando se trata de reduzir o peso corporal, em caso de excesso de peso, ou de aumentar, em caso de peso a menos, deve consultar um médico. Todos os tratamentos e dietas devem ser acompanhados por um médico. Recomendações para programas de exercícios ou curas de emagrecimento com base nos valores apurados devem apenas ser indicados por um médico ou por outras pessoas qualificadas.

A SOEHNLE não assume nenhuma responsabilidade por danos ou perdas provocadas pela Body Balance nem por reclamações de terceiros. Este produto destina-se apenas à utilização doméstica pelo utilizador. Não está preparado para a utilização profissional em hospitais ou instalações médicas. Não é adequado para pessoas com implantes electrónicos (pacemakers, etc.)

Utilize a balança de análise corporal apenas em superfícies estáveis, planas (azulejo, parquet, etc.).

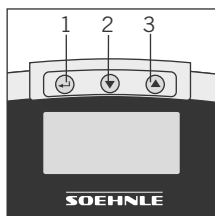
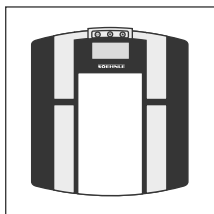
**Sobre alcatifas é possível ocorrerem leituras incorrectas.**

Com a Body Balance presta uma contribuição decisiva para a sua saúde. Esta balança electrónica de análise corporal possui as seguintes funções:

A Body Balance determina, com base nos seus dados pessoais e no aconselhamento de especialistas de saúde e de composição corporal, o seu estado relativamente à percentagem de gordura corporal, de água corporal e ao peso.

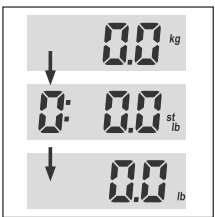
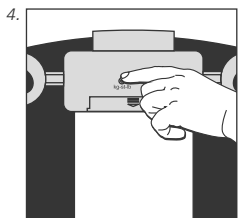
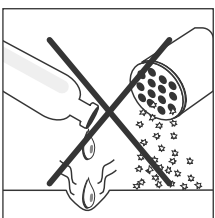
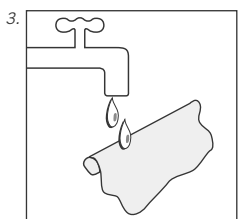
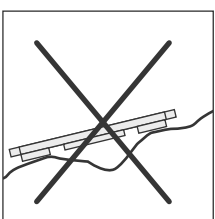
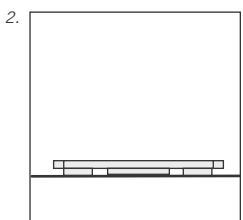
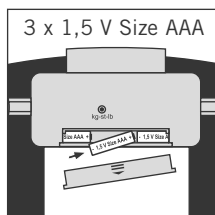
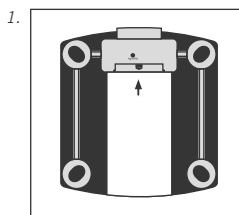
É efectuada uma avaliação individual do resultado da análise com aconselhamento pessoal.

Memória de utilizador com capacidade para 8 registos com identificação automática do utilizador.



## Elementos de comando

1. Confirmar (←)
2. Menos (▼)
3. Mais (▲)



## Preparação

1. Colocar pilhas.

### Aviso:

Colocar a balança de análise corporal – após a colocação das pilhas - imediatamente (enquanto ainda é indicado 0.0) sobre uma superfície plana e aguardar que a balança se desligue por si.

Iniciar a introdução de dados apenas agora. Caso contrário seria possível que o peso da balança fosse incluído erradamente na primeira pesagem. O mesmo pode também acontecer na operação normal se a balança for pegada na mão antes da pesagem.















2. Para todas as medições colocar a balança sobre uma superfície plana e estável (não sobre tapetes).
3. Limpeza e conservação: Limpar apenas com um pano ligeiramente húmido. Não utilizar produtos solventes ou abrasivos. Não mergulhar a balança em água.
4. Possibilidade de alteração específica nacional de kg/cm para st/in ou lb/in accionando a tecla na parte de trás da balança.

Atenção! Perigo de escorregar em superfícies molhadas.




## Introdução de dados

Para o funcionamento correcto da balança de análise corporal é necessário que os dados pessoais do respectivo utilizador sejam introduzidos e que este se coloque imediatamente sobre a balança, descalço.

1. Para ajustar a balança coloque-a sobre uma mesa.
2. Iniciar a introdução de dados (premir a tecla  durante 1 segundo).
3. Local de gravação (P1 ... P8) seleccionar ( = menos,  = mais) e confirmar ().
4. Introduzir a altura corporal ( = menos,  = mais) e confirmar ().
5. Introduzir a idade ( = menos,  = mais) e confirmar ().
6. Seleccionar o sexo com / (  = masculino ,  = feminino).



Premir continuamente a tecla  durante 3 segundos até aparecer 0.0 no visor.

7. De seguida colocar a balança de análise corporal imediatamente no chão, aguardar a indicação 0.0 e colocar-se sobre a balança descalço.

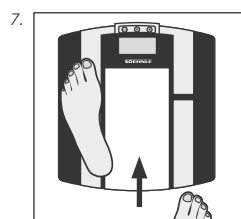
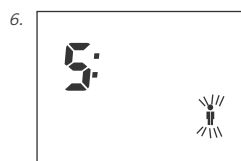
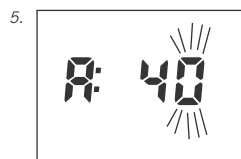
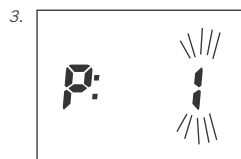
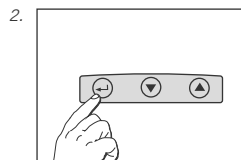
A primeira medição é indispensável para a posterior identificação automática do utilizador.

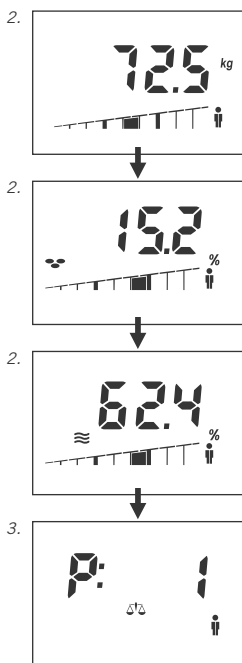
Se não se colocar sobre a balança é necessário repetir a introdução dos dados.

Depois de se colocar sobre a balança dá-se início à primeira análise corporal.

A balança dispõe de um modo Time out. A balança desliga-se após ca. 40 segundos sem qualquer activação de teclas.

Após a substituição das pilhas é necessário introduzir os dados novamente.





## Análise corporal

Para obter resultados claros colocar-se sempre descalço sobre a balança.

1. Colocar-se sobre a balança. Efectua-se a indicação do peso e, durante a duração da análise (5-10 seg.) – uma indicação de barra constante. Manter-se imóvel até a análise estar concluída.

2. Após a identificação automática do utilizador tem lugar a indicação do peso corporal, da percentagem de gordura corporal (☹) e da percentagem de água corporal (≈) juntamente com a respectiva barra de estado.

A zona normal do respectivo utilizador encontra-se nos 3 segmentos centrais da indicação de barras.

Interpretação dos valores de medição na página 74.

3. A indicação seguinte é a sua recomendação pessoal de procedimento.

Significado dos símbolos:

- + ≈ Deveria beber mais
- + ☹ Recomenda-se treino de preparação muscular!
- + ☹ Recomenda-se mudança de regime alimentar!
- ⚖ Os seus valores de análise estão em ordem!

4. Sair da balança.

Após a indicação do local de memorização a balança desliga-se automaticamente.

Em casos raros não é possível a atribuição automática do resultado da análise. De seguida a balança indica alternadamente os locais de memorização dos utilizadores que mais se aproximam ao resultado da análise. Como a medição já está concluída, pode sair da balança e confirmar o seu local de memorização pessoal com a tecla ▲ ou ▼ (tecla ▼ para o primeiro local de memorização indicado, tecla ▲ para o segundo local de memorização indicado). De seguida são indicados o peso corporal, a percentagem de gordura corporal e de água corporal, assim como a necessidade calórica.

No caso de oscilação de peso superior a +/-3kg, em relação à última medição, o utilizador não é identificado e terá que repetir a introdução de dados.

Note que ao colocar-se sobre a balança calçado ou com meias se irá realizar apenas uma medição do peso, uma análise corporal incorrecta ou mesmo nenhuma análise corporal!

Obterá resultados correctos constantes se se colocar preferencialmente sempre na mesma posição sobre a balança.

## Aconselhamento individual

A balança de análise corporal determina, com base nos seus dados pessoais e na recomendação de especialistas de saúde, o seu estado ideal individual relativamente ao

peso e percentagem de gordura corporal. É ainda a percentagem total de água corporal e a percentagem de músculo. Tenha em atenção que os músculos

também contêm água, que já se encontra incluída na análise de água corporal. Por isso o resultado total soma sempre 100 %.

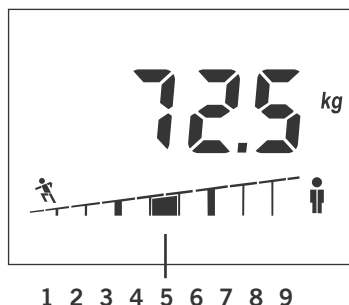
## Peso corporal

Enquanto no visor é indicado o peso corporal em kg, aparece no gráfico de barras por baixo um dos 9 segmentos.

A situação do segmento activo representa a avaliação do peso corporal medido baseado no valor do BMI (Índice de massa corporal).

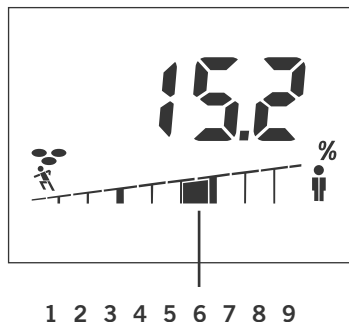
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Desvios do seu valor normal pessoal

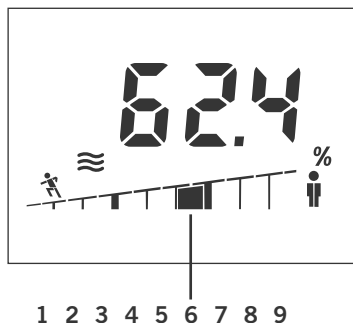
1	< - 12 %	percentagem de gordura corporal muito baixa
2	- 12 %	percentagem de gordura corporal baixa
3	- 7 %	
4	- 3 %	percentagem de gordura corporal normal
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	percentagem de gordura corporal elevada
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	percentagem de gordura corporal muito elevada



### Exemplo:

Percentagem de gordura corporal medida = 15,2 % do peso total.

Este valor encontra-se ca. 3 % acima do valor normal pessoal calculado.



## Percentagem de água corporal

1	< - 6 %	percentagem de água muito baixa
2	- 6 %	percentagem de água baixa
3	- 4 %	
4	- 2 %	percentagem de água normal
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	percentagem de água elevada
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Exemplo:

Percentagem de água corporal medida = 62,4 % do peso total.

Este valor encontra-se ca. 2 % acima do valor normal pessoal calculado.

## Factores que influenciam os resultados

A análise baseia-se na medição da resistência eléctrica do corpo. Hábito de alimentação e ingestão de líquidos durante o dia e o estilo de vida individual têm influência sobre o nível de água. Isto torna-se visível através de variações na indicação.

Para obter um resultado de análise exacto e regular, crie condições de medição estáveis, porque apenas assim poderá observar com precisão alterações ao longo de um período maior de tempo.

Podem ainda influenciar o nível de água:

Após um banho pode ser indicada uma percentagem reduzida de gordura corporal e uma percentagem elevada de água corporal.

Após uma refeição a indicação pode ser mais elevada.

Nas mulheres registam-se variações devido ao seu ciclo.

Na perda de água devido a doença ou após esforços físicos (desporto). Após uma actividade desportiva deverá aguardar entre 6 a 8 horas antes da próxima medição.

Resultados desviantes ou pouco plausíveis podem surgir nos seguintes casos:

Pessoas com febre, sintomas de Ödem ou osteoporose

Pessoas sujeitas a hemodiálise

Pessoas que tomam medicação cardiovascular

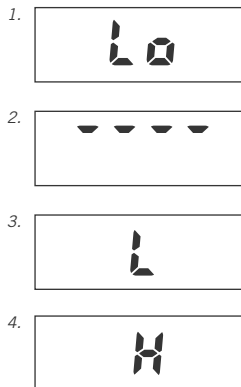
Mulheres grávidas

Quando a análise é efectuada com meias húmidas calçadas.



## Avisos

1. Pilhas gastas.
2. Excesso de carga: Desde 150 kg.
3. Resultado de análise pouco plausível - verificar programação pessoal.
4. Mau contacto dos pés: Limpar a balança ou os pés ou ter em atenção se existe humidade da pele suficiente.  
No caso de pele demasiado seca – humedecer os pés ou efectuar a medição após o banho.



## Dados técnicos

Capacidade x Divisão = Máx 150 kg x 100 g

Resolução do visor:

Percentagem de gordura corporal: 0,1%

Percentagem de água corporal: 0,1%

Altura: 100-250 cm

Idade: 10-99 anos

8 locais de memorização personalizados

Visor LCD grande

Pilhas: 3 x 1,5 V AAA

As pilhas estão incluídas.

## Avisos gerais

### Garantia

A Soehnle garante a eliminação gratuita de deficiências devido a falhas de material ou de fabrico através da reparação ou substituição durante 3 anos a partir da data de compra. No acto de compra pedir ao vendedor para preencher e carimbar o talão de garantia (na página 23). Em caso de reclamação da garantia entregar a balança e o talão da garantia no seu vendedor.

### Conformidade

Este aparelho possui supressão de interferências conforme a directiva 2004/108/EC. Poderá encontrar a declaração de conformidade CE em [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Apesar de o aparelho ter sido testado e as suas emissões não ultrapassarem os valores limite de emissão de radiofrequências autorizados, que estão estabelecidos nas directivas acima mencionadas não existe, no entanto, a garantia que não irão surgir interferências em determinadas situações. É possível verificar possíveis interferências ligando e desligando o aparelho e observar a recepção rádio ou de televisão. Pode tentar eliminar as interferências executando um ou eventualmente vários dos passos seguintes:

- Mudar o aparelho afectado ou a sua antena de recepção de local.
- Aumentar a distância entre o aparelho afectado e a balança.
- Se for necessário contactar um técnico de rádio / televisão experiente.

**IMPORTANTE!** Alterações na parte electrónica ou na caixa deste produto carecem da autorização expressa da Soehnle; em caso de não observância destas determinações é possível, em determinadas circunstâncias, retirar o direito de utilização deste aparelho ao utilizador.

### Interferências electromagnéticas

Sob interferências electromagnéticas extremas, por ex., operar um rádio na proximidade do aparelho, é possível influenciar o valor indicado. Depois de terminada a interferência o aparelho está de novo operacional, eventualmente é necessário ligá-lo novamente ou remover brevemente as pilhas.

### Dever de aviso legal para a eliminação de pilhas

Informação: Todas as pilhas fornecidas de fábrica são pouco poluentes! As pilhas não devem ser colocadas no lixo doméstico. Como consumidor possui a obrigação legal de devolver as pilhas gastas. Pode entregar as pilhas gastas em pontos de recolha públicos no seu município ou em qualquer estabelecimento que venda pilhas deste tipo.

Aviso: Encontra estes símbolos em pilhas poluentes:



Pb = Pilha contém chumbo

Cd = Pilha contém cádmio

Hg = Pilha contém mercúrio

### Eliminação de aparelhos eléctricos e electrónicos



O símbolo no produto ou na sua embalagem alerta para o facto de que este produto não pode ser tratado como lixo doméstico, mas que tem que ser entregue num ponto de recolha de reciclagem de aparelhos eléctricos e electrónicos. É possível obter mais informações junto à sua Junta de Freguesia, empresas de eliminação camarárias ou na loja na qual adquiriu o aparelho.

### Serviço ao consumidor

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

Na página da SOEHNLE, [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com), encontra no ponto de menu "Service / Internationale Kontakte" o contacto do seu país.



## TALAO DA GARANTIA

No caso de reclamar a garantia entregue a balança e o talão da garantia ao seu vendedor.

Remetente

---



---



---

Motivo da reclamação

---



---



---

Vi takker for, at du har valgt at købe denne kropanalysevægt fra Soehnle. Dette mærkevareprodukt vil hjælpe dig, når du skal vurdere din krops status. Du bedes læse denne betjeningsvejledning omhyggeligt igennem og sætte dig ind i, hvordan vægten fungerer. Gem denne betjeningsvejledning, så du altid kan slå op i den, når du har brug for bestemte oplysninger.



## Vigtige oplysninger

Hvis det drejer sig om at reducere kropsvægten ved overvægt eller øge den ved undervægt, bør læge konsulteres. Enhver behandling og diæt kun efter aftale med en læge. Anbefalinger vedrørende gymnastikprogrammer eller slankekure på grundlag af de beregnede værdier bør gives af en læge eller anden kvalificeret person. SOEHNLE påtager sig ikke noget ansvar over for krav fra tredjemand eller for skader eller tab, som skyldes Body Balance vægten. Dette produkt er kun beregnet til privat brug. Vægten er ikke dimensioneret til professionel brug på sygehuse eller i klinikker. Ikke egnet til personer med elektroniske implantater (pacemakere etc.)

Brug kun kropanalysevægten på et fast og plant underlag (fliser, parketgulv osv.).

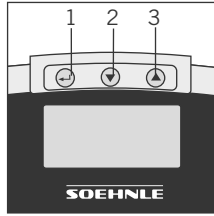
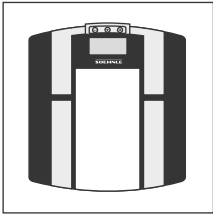
**På gulvtæpper kan der forekomme fejlmålinger.**

Body Balance vil yde et afgørende bidrag til din sundhed. Denne elektroniske kropanalysevægt har følgende funktioner:

Body Balance formidler din sundhedstilstand ud fra dine personlige data og anbefalinger fra sundheds- og kropstrimningseksperter hensyn til forekomsten af kropsfedt samt vægt.

Der foretages en individuel vurdering af analyseresultatet og en personlig anbefaling.

8-dobbelt personhukommelse med automatisk personregistrering.



## Betjeningslementer

1. Bekræfte (←)
2. Minus (▼)
3. Plus (▲)

## Forberedelse

1. Isætning af batteri.

### NB:

Når batterierne er sat i skal kropsanalysevægten straks (så længe, der står 0.0) stilles på en jævn flade. Vent til vægten selv slukker.

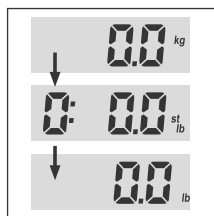
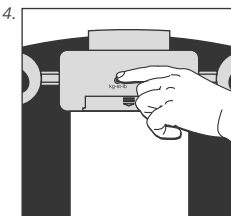
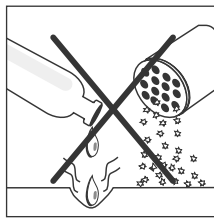
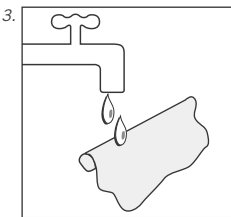
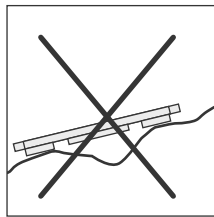
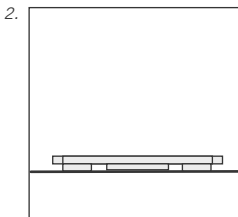
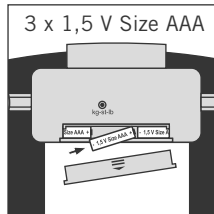
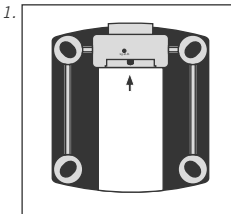
Først da, kan dataindtastningen begynde. Ellers vil vægten selv muligvis utilsigtet blive medtaget i den første vejning. Det samme kan også ske i normal drift, hvis vægten tages i hånden før vejningen.

2. Ved samtlige målinger stilles vægten lige på et fast underlag (ikke på gulv med tæppe).

3. Rengøring og pleje: Rengør kun med en fugtig klud. Ibrugt ingen opløsnings- eller rengøringsmidler. Undgå at dyppe vægten i vand.















4. Mulighed for landsspecifik omstilling fra kg/cm til st/in eller lb/in ved hjælp af betjeningsstasten på bagsiden af vægten.

Advarsel! Fare for at glide, når overfladen er våd.



## Dataindlæsning

For at få kropsanalysevægten til at fungere korrekt, er det nødvendigt at indlæse de personlige data for den eller de pågældende personer og derefter træde barfodet op på vægten.

1. Stil vægten på et bord for at indstille den.
2. Start indtastning af data (tryk på -tasten i 1 sekund).
3. Vælg (P1 ... P8) lageradresse ( = minus,  = plus) og bekræft (.
4. Indstil kropsstørrelse ( = minus,  = plus) og bekræft (.
5. Indstil alder ( = minus,  = plus) og bekræft (.
6. Vælg køn med / (  = mand ,  = kvinde).



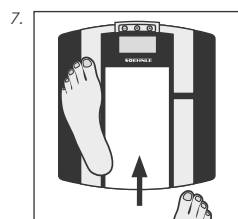
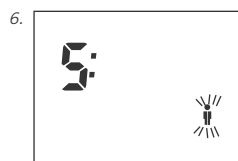
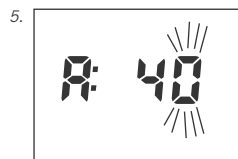
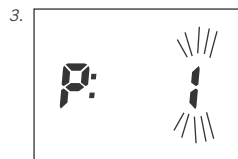
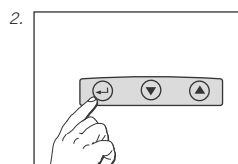
Tryk på x-tasten, og hold den inde i 3 sekunder, indtil 0.0 vises på displayet.

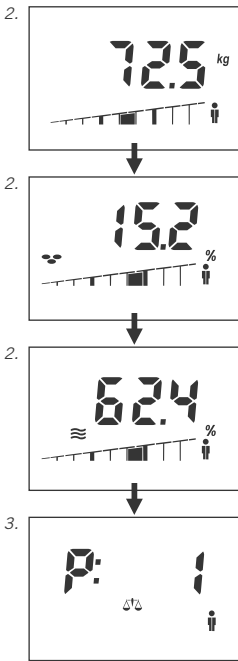
7. Stil derefter straks kropsanalysevægten på gulvet, vent til der vises 0.0, og betræd med bare fødder. Den første vejning er nødvendig for at gemme dataene til senere automatisk personregistrering. Hvis du ikke træder op på vægten, skal dataene indtastes igen.

Når der er trådt på vægten, følger den første kropsanalyse.

Vægten har en timeout-indstilling til rådighed. Vægten slukkes igen, når der er gået ca. 40 sekunder uden tastbetjening.

Efter batteriskift skal dataene indtastes igen.





## Kropsanalyse

For at opnå entydige resultater skal man klæde sig af, før vægten betrædes.

1. Træd op på vægten.  
Vægten vises, og - så længe analysen varer (5-10 sek.) - vises der en løbende bjælke. Bliv stående roligt, til analysen er slut.

2. Efter automatisk personregistrering vises kropsvægten, kroppens fedtandel (☹) og væskeandel (≡) sammen med den aktuelle statusbjælke. Normalområdet for den aktuelle person ligger i de 3 midterste segmenter af bjælkevisningen. Fortolkning af målte værdier side 85.

3. Den derpå følgende visning angiver din personlige anbefalede handling.

Symbolernes betydning:

- + ≡ Du skal drikke mere
- + 🏋 Muskelopbyggende træning anbefales!
- + 🍌 Kostændring anbefales!
- ⚖️ Δ Dine analyseværdier er i orden!

4. Forlad vægten.  
Efter visning af vægtens hukommelsesplads, slår vægten automatisk fra.

I sjældne tilfælde er en automatisk tilknytning af alalyseresultatet ikke mulig. Så vises hukommelsespladserne på vægten vekselvist for de personer, som analyseresultatet passer bedst til.

Da målingen allerede er afsluttet, kan du forlade vægten og bekræfte din personlige hukommelsesplads med ▲- eller ▼-tasten (▼-tast for den først viste hukommelsesplads, ▲-tasten for den anden viste hukommelsesplads). Så vises kropsvægten, andelen af fedt og kropsvæske samt kaloriebehovet.

Ved vægtsvingninger i forhold til sidste måling på mere end +/-3kg identificeres brugeren ikke og dataindlæsningen skal gentages.

Bemærk, at der kun udføres vejning og ikke kropsanalyse eller en forkert kropsanalyse, hvis du træder op på vægten med sko eller strømper!

Du opnår kontinuerligt nøjagtige resultater, hvis du så vidt muligt altid stiller dig i samme position på vægten.

## Individuel anbefaling

Kropsvægtsanalysen beregner, ud fra dine personlige data og anbefalingen fra sundhedseksperter, din individuelle idealtilstand med hensyn til vægt

og andel kropsfedt. Derudover beregnes hele kropsvæskeprocent og muskelprocenten. Vær opmærksom på, at musklerne indeholder

kropsvæske, som der allerede er taget hensyn til i kropsvæskeanalysen. Derfor fører det samlede regnestykke altid til en værdi over 100 %.

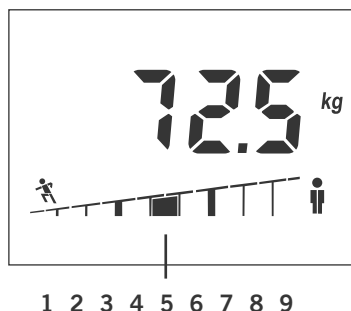
## Kropsvægt

Mens kropsvægten vises på displayet i kg, fremkommer et af de 9 segmenter i søjlegrafikken nedenunder.

Det aktive segments position angiver i denne forbindelse vurderingen af den målte kropsvægt på basis af BMI-værdien.

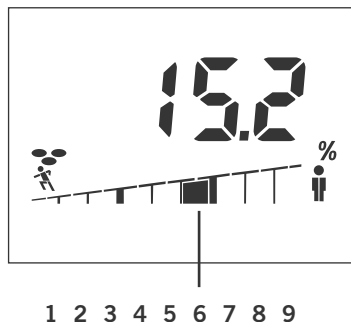
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Fedtprocent

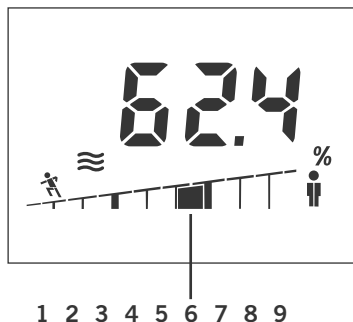
1	< - 12 %	Meget lav fedtprocent
2	- 12 %	Lav fedtprocent
3	- 7 %	
4	- 3 %	Normal fedtprocent
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	Høj fedtprocent
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	Meget høj fedtprocent



### Eksempel:

Målt kropsfedtprocent = 15,2 % af totalvægten.

Denne værdi ligger ca. 3 % over den beregnede personlige nominelle værdi.



## Kropsvandandel

1	< -	6 %	Meget lav vandandel
2	-	6 %	Lav vandandel
3	-	4 %	
4	-	2 %	Normal vandandel
5		0 %	
6	+	2 %	
7	+	4 %	Høj vandandel
8	+	6 %	
9	> +	6 %	

### Eksempel:

Målt kropsvæskeprocent = 62,4 % af totalvægten.

Denne værdi ligger ca. 2 % over den beregnede personlige nominelle værdi.

## Faktorer, som påvirker måleresultatet

Analysen er baseret på måling af den elektriske kropsmodstand. Spise- og drikkevaner fordelt over dagen og den enkeltes livsstil har indflydelse på kroppens vandprocent. Dette ses ved udsving i visningen.

For at opnå et analysresultat, som er så nøjagtigt som muligt, og som kan indgå i en reel sammenligning med tidligere og kommende resultater, skal forudsætningerne for målingen være ens fra gang til gang.

Desuden kan følgende faktorer have indflydelse på vandprocenten:

Efter et bad kan der vises en for lav fedtprocent og en for høj vandprocent.

Efter et måltid kan måleværdien være højere.

Ved kvinder optræder der cyklusbetingede udsving.

Tab af kropsvand som følge af sygdom eller efter fysisk udfoldelse (sport). Efter sportslige aktiviteter bør man vente mellem 6 og 8 timer, inden næste måling foretages.

Afvigende eller usandsynlige resultater kan forekomme ved:

Personer med feber, symptomer på væskeansamlinger eller knogleskørhed

Personer i dialysebehandling

Personen, som indtager medicin, som vedrører hjerte og blodkar

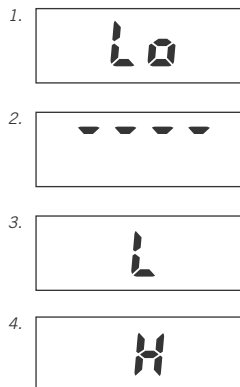
Gravide.

Hvis analysen gennemføres med fugtige sokker på fødderne.



## Meddelelser

1. Batterier flade.
2. Overbelastning: Fra og med 150 kg.
3. Usandsynligt måleresultat – kontroller den personlige programmering.
4. Dårlig fodkontakt: Vask vægten eller fødderne, eller sørg for, at huden er tilstrækkelig fugtig.  
Er huden for tør – fugt fødderne, eller foretag målingen, efter at du har været i bad.



## Tekniske data

Bæreevne x deling = Maks. 150 kg x 100 g

Visningsopløsning:

Fedtandel: 0,1%

Væskeandel: 0,1%

Kropsstørrelse: 100-250 cm

Alder: 10-99 Jahre

8 personspecifikke hukommelsespladser

Størrelse LCD-skærm

Batteri: 3 x 1,5 V AAA

Batterier indeholdt i leverancen.

## Generelle anvisninger

### Garanti

Soehnle garanterer i 3 år fra købsdatoen omkostningsfri afhjælpning af mangler, som skyldes materiale- eller fabriktionsfejl, ved reparation eller ombytning. Når du køber, skal du få forhandleren til at udfylde garanti-afsnittet (på side 23) og stemple det. I tilfælde af en garantisag bedes du aflevere vægten sammen med garanti-afsnittet til din forhandler.

### Overensstemmelse

Dette apparat er radiostøjdæmpet i overensstemmelse med gældende EU-direktiv 2004/108/EC. EU-overensstemmelseserklæringen finder du på adressen [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Selv om apparatet er testet og dets emissioner ikke overskrider de tilladte radiofrekvens-emissionsgrænseværdier, der er fastlagt i i ovennævnte direktiver, er det dog ikke nogen garanti for, at der ikke kan opstå interferens i bestemte situationer. Eventuel interferens kan konstateres ved at du tænder og slukker for apparatet, mens du holder øje med radio- eller fjernsynsmodtagelsen. Du kan forsøge at fjerne interferens ved at foretage en eller flere af nedenstående handlinger:

- Justér det pågældende apparat, eller dets modtagerantenne igen.
- Øg afstanden mellem det pågældende apparat og vægten.
- Henvend dig om nødvendigt til en erfaren radio-/fjernsynstekniker.

**VIGTIGT!** Ændringer i elektronikken eller kabinettet på dette produkt kræver udtrykkelig tilladelse fra Soehnle; hvis denne bestemmelse ikke følges, kan brugeren under visse omstændigheder få frataget brugstilladelsen til dette apparat.

### Elektromagnetisk påvirkning

Under ekstreme, elektromagnetiske påvirkninger, f.eks. ved brug af et radioapparat i umiddelbar nærhed af vægten, kan der ske en påvirkning af den viste værdi. Når radiostøjpåvirkningen ophører, kan produktet igen bruges bestemmelsesmæssigt. Eventuelt kan det være nødvendigt at tænde vægten igen eller kortvarigt at tage batterierne ud.

### Lovfastlagt henvisningspligt vedr. bortscaffelse af batterier

Information: Alle de batterier, der medleveres fra fabrikken er miljøvenlige! Batterier må ikke komme i husholdningsaffaldet. Som forbruger er du ved lov forpligtet til, at tilbagelevere brugte batterier. Du kan aflevere dine gamle batterier på de kommunale opsamlingssteder, eller der, hvor der sælges batterier af den pågældende type.

Bemærk: Du finder disse tegn på batterier, der indeholder skadelige stoffer:



Pb = Batteri indeholder bly  
Cd = Batteri indeh. cadmium  
Hg = Batteriet indeh. kviksølv

### Bortscaffelse af brugte elektriske og elektroniske apparater



Symbolet på produktet eller dets emballage henviser til, at dette produkt ikke skal behandles som normalt husholdnings-affald, men skal afleveres på en genbrugsplads som elektrisk og elektronisk affald. Du kan få flere oplysninger hos kommunen, de kommunale genbrugspladser eller den forretning, hvor du har købt produktet.

### Kundeservice

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

På SOEHNLES hjemmeside [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) finder du under menu-punktet "Service / Internationale Kontakte" kontaktpersonen for dit land.



## Oplysninger om garanti

I tilfælde af, at der stottes krav på garantien, bedes du indlevere vægten hos din forhandler, inklusiv disse garantioplysninger og købskvittering.

Afsender \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Reklamation \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tack för att du valde den här kroppsanalysvågen från Soehnle.

Denna märkesprodukt kommer att hjälpa dig att bedöma din kroppsstatus.

Läs bruksanvisningen noga innan vågen tas i bruk och gör dig förtrogen med den.

Förvara bruksanvisningen väl så att du alltid har tillgång till den om du behöver kolla något senare.

## Viktiga upplysningar

Om det gäller att minska kroppsvikten vid övervikt eller öka den vid för låg vikt, bör man ha kontakt med läkare.

Varje behandling och diet bör alltid följas upp av en läkare.

Rekommendationer för gymnastikprogram eller bantningskurer på basis av de uträknade värdena bör ges av läkare eller någon annan med lämplig utbildning.

SOEHNLE ansvarar inte för skador eller förluster som orsakas av Body Balance eller för fordringar från tredje man.

Denna produkt är endast avsedd för personligt bruk i hemmet. Den är inte konstruerad för professionell användning på sjukhus eller vårdinrättningar.

Ej lämplig för personer med elektroniska implantat (Pacemaker etc).

Kroppsanalysvågen ska stå på fast, jämnt underlag (plattor, parkett eller liknande).

**På heltäckningsmattor kan mätningen bli fel.**

Body Balance är ett avgörande bidrag till Din hälsa.

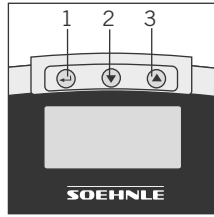
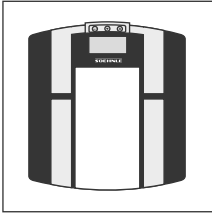
Denna elektroniska kroppsanalysvågen har den följande funktionen:

Baserad på Din personliga data och rekommendationerna från hälso- och Body Compositions-experterna tar Body Balance fram tillstånd beträffande kropps fett-, kropps vattenandel och vikt.

Du får en individuell utvärdering av analysresultatet med personliga tips.

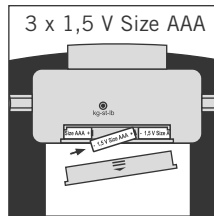
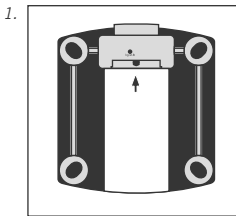
8-faldig personminne med automatisk personidentifikation.





## Manöverelement

1. Bekräfta (↵)
2. Minus (▼)
3. Plus (▲)



## Förberedelse

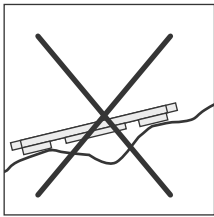
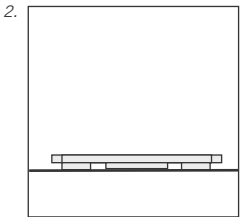
1. Sätt in batterierna.

### Tips:

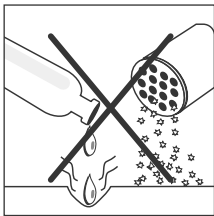
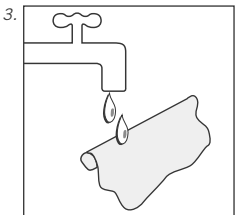
Placera kroppsanalysvågen - när batterierna har sätts in (medan 0.0 fortfarande visas) på en plan yta och vänta tills vågen stänger av sig själv.

Först därefter kan datainmatningen påbörjas. I annat fall är det möjligt att vågens vikt av misstag ingår i den första vägningen.

Det samma kan hända under normal drift om vågen lyfts upp före vägningen.

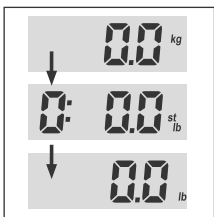
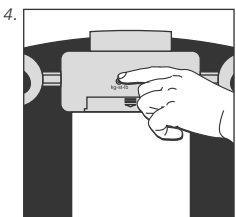


2. För mätningar skall vågen alltid placeras på ett plant och fast underlag (ingen matta).s



3. Rengöring och skötsel:

Får bara rengöras med en fuktig duk. Lösnings- eller skurmedel får inte användas. Vågen får inte doppas i vatten.



4. Möjlighet för landsspecifik omkoppling mellan kg/cm till st/in eller lb/in genom omkoppling av manöverknappen på baksidan.















Observera!

Glidrisk med vått yta.




## Inskrivning av data

För att kroppsanalysvågen ska fungera riktigt, måste de olika personerna som ska använda vågen skriva in sina personliga data och sedan genast gå upp på vågen. Barfota

1. Ställ vågen på ett bord för att ställa in den.
2. Starta datainmatningen (Tryck på -knappen 1 sekund).
3. Välj minne (P1 ... P8) ( = minus,  = plus) och bekräfta (.
4. Ställ in kroppslängd ( = minus,  = plus) och bekräfta (.
5. Ställ in ålder ( = minus,  = plus) och bekräfta (.
6. Välj kön med / (  = man,  = kvinna).



Tryck på -knappen och håll den intryckt 3 sekunder tills displayen visar 0,00.

7. Placera därefter kroppsanalysvågen direkt på golvet, invänta 0.0-indikeringen och ställ Dig på den barfota.

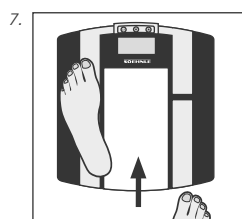
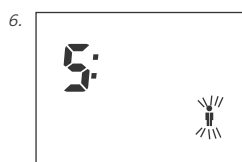
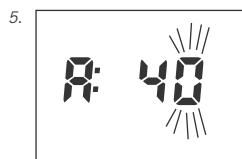
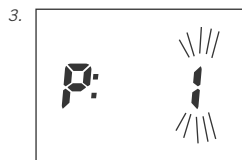
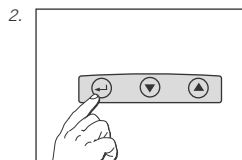
Den första mätningen krävs för att registrera data för den senare automatiska personidentifikation. Om man inte stiger upp på vågen, måste datainmatningen upprepas.

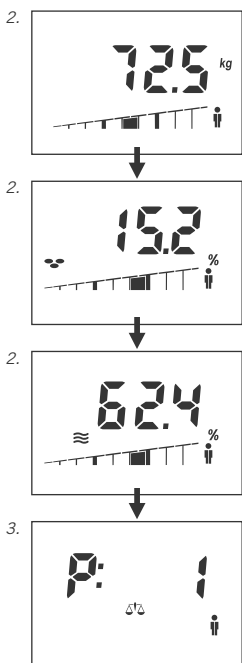
När Du har ställt dig på vågen, genomförs den första kroppsanalysen.

Vågen har en timeout-modus.

Den stänger av sig igen efter ca 40 sekunder utan knapptryckning.

Efter batteribyte måste data matas in igen.





## Kroppsanalys

För entydiga resultat skall Du ställa Dig på vågen utan kläder.

1. Ställ Dig på vågen. Vikten indikeras och - medan analysen pågår (5-10 sek) - en löpande balk. Stå stilla tills analysen är klar.

2. Efter den automatiska personidentifikationen sker ännu en indikering av kroppsvikten, kroppsfettandelen (☹) och kroppsvattenandelen (≡) tillsammans med respektive statusbalk.

Varje persons normalområde ligger inom de mittersta tre segmenten på balkindikeringen.

Tolkning av mätvärden på sida 96.

3. Den därefter följande indikeringen är Din personliga rekommendation.

Symbolernas betydelse:

- + ≡ Du bör dricka mera
- + ☹ Muskeluppbyggnadsträning rekommenderas!
- + ☹ Näringsjustering rekommenderas!
- ☹ Dina analysvärden är OK!

4. Lämna vågen. Efter indikering av minnesplatsen stängs vågen av automatiskt.

I vissa, sällsynta fall fungerar den automatiska tilldelningen av analysresultaten inte. Då indikerar vågen omväxlande minnesplatserna för de personer som ligger närmast analysresultaten. Eftersom mätningen redan är klar kan Du lämna vågen och bekräfta Din personliga minnesplats med ▲- eller ▼-knappen (▼-knappen för den första indikerade minnesplatsen, ▲-knappen för den andra indikerade minnesplatsen).

Därefter indikeras kroppsvikt och kroppsfettandel samt kaloribehovet.

Om vikten avviker med mer än +/- 3 kg från föregående vägning känner vågen inte igen dig och du måste skriva in dina data igen.

Observera att om man ställer sig på vågen med skor eller strumpor, kan bara vikten anges och ingen eller en felaktig kroppsanalys genomförs!

Du uppnår kontinuerligt exakta resultat om du alltid ställer dig på vågen på samma sätt.

## Individuell rekommendation

Kroppsanalysvågen räknar ut ditt individuella idealtillstånd när det gäller vikt och andelen kroppsfett enligt rekommendation från hälsoexperter och

med utgångspunkt från dina personliga uppgifter. Dessutom andelarna vatten och muskler i kroppen. Observera då att det finns vat-

ten även i musklerna och att detta redan ingår i analysen av vattenandelen. Därför blir summan alltid över 100 %.

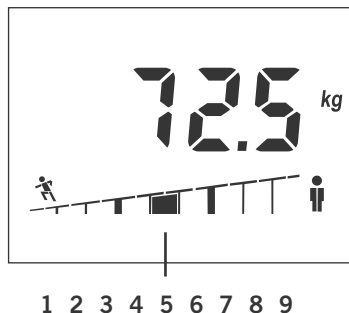
## Kroppsvikt

Medan kroppsvikten i kilo visas på displayen, visas ett av de 9 segmenten i stapeldiagrammet nedanför.

Det aktiva segmentets läge visar hur din vikt förhåller sig till BMI-normen.

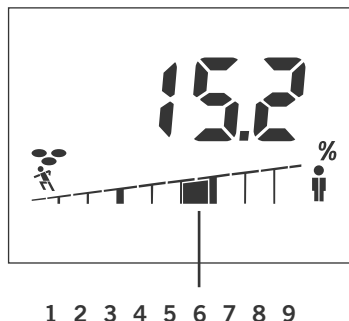
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Andelen fett i kroppen

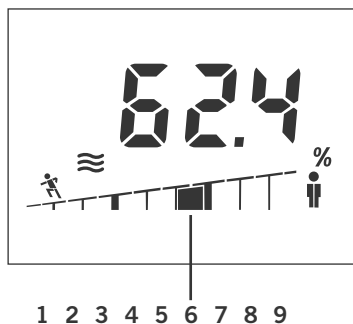
1	< - 12 %	mycket låg fettandel
2	- 12 %	låg fettandel
3	- 7 %	
4	- 3 %	normal fettandel
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	hög fettandel
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	mycket hög fettandel



### Exempel:

Uppmätt andel kroppsfett = 15,2 % av den totala vikten.

Detta värde ligger cirka 3 % över det beräknade personliga normalvärdet.



## Andelen vatten i kroppen

1	< - 6 %	mycket låg vattenandel
2	- 6 %	låg vattenandel
3	- 4 %	
4	- 2 %	normal vattenandel
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	hög vattenandel
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Exempel:

Uppmätt andel kroppsvatten = 62,4 % av den totala vikten.

Detta värde ligger cirka 2 % över det beräknade personliga normalvärdet.

## Faktorer som påverkar mätresultatet

Analysen baserar sig på mätning av kroppens elektriska motstånd. Mat- och dryckesvanor under dagen, liksom den individuella livsstilen inverkar på kroppens vattenhushållning. Detta märks genom variationer av mätresultatet.

För att få ett så exakt och upprepningsbart analysresultat som möjligt, bör man se till att mätningen genomförs under liknande förutsättningar varje gång. Endast så kan man se förändringar som sker över en längre tid.

Dessutom kan även andra faktorer påverka vattenhushållningen:

Efter ett bad kan det visas för låg fettandel och för hög vattenandel.

Efter en måltid kan den visa för höga värden.

Hos kvinnor uppträder variationer som beror på menscykeln.

Vid vätskeförlust som beror på sjukdom eller kroppsansträngning (idrott) till exempel efter ett träningspass bör man vänta 6 till 8 timmar innan nästa mätning genomförs.

Avvikande eller osannolika mätresultat kan uppträda hos:

Personer med feber, ödem-symptom eller osteoporos (benskörhet).

Personer som genomgår dialysbehandling.

Personer som tar medicin mot kardiovaskulära sjukdomar.

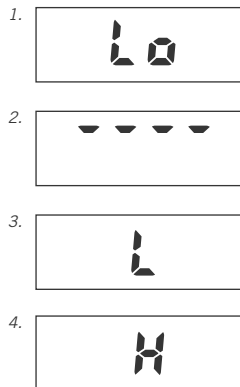
Gravida kvinnor.

Om analysen genomförs med fuktiga sockar på fötterna.



## Meddelanden

1. Batterierna slut.
2. Överbelastning: Från 150 kg.
3. Osannolikt mätresultat – kontrollera din personliga programmering.
4. Dålig fotkontakt:  
Rengör vågen eller fötterna. Du kan ha för torr hud. Vid för torr hud, – fukta fötterna eller utför mätningen efter bad eller dusch.



## Teknisk data

Bärkraft x delning = max 150 kg x 100 g

Indikeringsupplösning:

Kroppsfettandel: 0,1%

Kroppsvattenandel: 0,1%

Kroppsstorlek: 100-250 cm:

Ålder: 10-99 år

8 personspecifika minnesplatser

Stor LCD display

Batteribehov: 3 x 1,5 V AAA

Batterier ingår i leveransen.

## Allmänna anvisningar

### Garanti

SOEHNLE garanterar under 3 år från inköpsdatum kostnadsfritt åtgärdande i form av byte eller reparation av brister som beror på material- eller tillverkningsfel. Var vänlig och låt försäljaren fylla i och stämpla garantikupongen (på sid. 23). I garantifall ska vägen tillsammans med garantikupongen lämnas tillbaka till inköpsstället.

### Konformitet

Denna apparat är radioavstörd enligt gällande EG-direktiv 2004/108/EC. EU-konformitetsdeklarationen finns på [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Trots att apparaten har testats och den inte överskrider gränsvärdena för emission av radiofrekvenser som fastställdes i ovannämnda direktiv, kan det inte garanteras, att sådana interferenser ändå inte kan uppträda i vissa situationer. Man kan kontrollera sådana möjliga referenser genom att slå på och av vägen medan man övervakar radio- eller TV-mottagningen. Eventuella interferenser kan förhindras med en eller flera av följande åtgärder:

- Gör om antenninställningen för den apparat som störs.
- Öka avståndet mellan den störda apparaten och datorn.
- Eventuellt måste man få hjälp av en erfaren radio- och TV-tekniker.

**VIKTIGT !** Ändringar av elektroniken eller höljat på denna apparat kräver uttryckligt tillstånd av Soehnle. Om dessa bestämmelser inte följs kan användaren i vissa fall frångå rätten att använda apparaten.

### Elektromagnetiska störningar

Under extrema elektromagnetiska betingelser exempelvis om en radio används i omedelbar närhet av vägen kan mätvärdena påverkas. När störningen upphört kan vägen åter användas normalt, eventuellt kan den behöva stängas av och slås på igen eller också kan man behöva ta ur och sätta i batterierna.

### Lagens krav om upplysning om avfallshantering av batterier.

Information: Alla våra medlevererade batterier innehåller mycket lite skadliga ämnen. Batterier får inte slängas i hushållsoporna. Du är såsom konsument enligt lag skyldig att lämna in förbrukade batterier till återvinning. Batterier kan lämnas vid återvinningsstationer på alla bostadsorter eller där batterier av respektive typ säljs

Observera: Dessa symboler finns på batterier som innehåller skadliga ämnen:



- Pb = Batteriet innehåller bly
- Cd = Batteriet innehåller kadmium
- Hg = Batteriet innehåller kvicksilver

### Avfallshantering av begagnade elektriska och elektroniska apparater



Symbolen på produkten eller förpackningen betyder att denna produkt inte får behandlas som vanliga hushållsopor, utan måste lämnas till ett mottagningsställe för återvinning av elektriska och elektroniska apparater. Utförligare informationer lämnas av kommunen, de kommunala avfallshanteringsföretagen eller företaget som sålt produkten.

### Kundservice

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

På SOEHNLE:s hemsida [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) finns ditt lands kontaktperson under punkten "Service / internationale Kontakte".



## GARANTISEDEL

I garantifall ska vägen tillsammans med denna garantisedel och köpehandlingen lämnas till inköpsstället.

Avsändare \_\_\_\_\_

Orsak till reklamationen \_\_\_\_\_

Kiitämme Sinua Soehnlän kehonanalyysivaa'an ostosta. Tämä merkkituote auttaa Sinua arvioimaan kehosi kunnon.

Lue tämä käyttöohje huolellisesti ennen laitteen ensimmäistä käyttöönottoa ja tutustu laitteeseen.

Säilytä tämä käyttöohje huolellisesti, jotta tiedot ovat aina Sinun käytettävissäsi.

## Tärkeät ohjet

Jos kyse on kehonpainon vähentämisestä ylipainon vuoksi tai painon lisäämisestä alipainon vuoksi, tulee kysyä lääkärin neuvoa. Kaikki hoidot ja dieetit vain lääkärin neuvoteltun yhteydessä.

Lääkärin tai toisen pätevän henkilön tulisi antaa suositukset liikuntaohjelmista tai laihdutushoidoista mitattujen arvojen perusteella.

SOEHNLE ei ota vastuuta vahingoista tai häviöistä, jotka aiheutuvat Body Balance -vaa'an käytöstä, eikä kolmansien henkilöiden vaatimuksista.

Tämä tuote on tarkoitettu ainoastaan kuluttajien kotikäyttöön. Tuotetta ei ole suunniteltu ammattimaiseen käyttöön sairaaloissa tai hoitolaitoksissa.

Tuote ei sovellu henkilöille, joilla on elektronisia istutteita (sydämen tahdistin tms.)

Käytä tätä kehonanalyysivaa'kaa vain kiinteällä, tasaisella lattialla (kaakelit, parketti jne.).

**Maton päällä voi sattua virheellisiä mittauksia.**

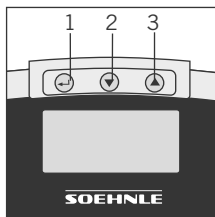
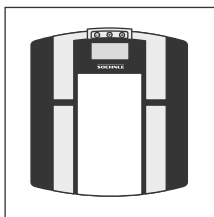
Body Balance -vaa'alla huolehdit itse ratkaisevasti terveydestäsi. Tässä elektronisessa kehonanalyysivaa'assa on seuraavat toiminnot:

Body Balance selvittää henkilökohtaisten tietojesi ja terveysalan ja Body Composition -asiantuntijoiden suosituksen perusteella tilanteesi koskien kehon rasvapitoisuutta, kehon nestepitoisuutta, a ja painoa.

Analyysitulokset arvioidaan yksilöllisesti henkilökohtaisine suosituksineen.

8-kertainen henkilömuisti, jossa on henkilön automaattinen tunnistus.





## Hallintaelementit

1. Vahvistus (←)
2. Miinus (▼)
3. Plus (▲)

## Valmistelu

1. Aseta paristot paikoilleen.

### Ohje:

Aseta kehonanalyysivaaka - paristojen paikoilleen asettamisen - heti (niin kauan kuin vielä näytetään 0.0) tasaiselle lattialle ja odota, kunnes vaaka kytkeytyy automaattisesti pois päältä.

Käynnistä vasta sen jälkeen tietosyöttö. Muussa tapauksessa on mahdollista, että vaa'an paino lisätään vahingossa ensimmäisessä punnituksessa.

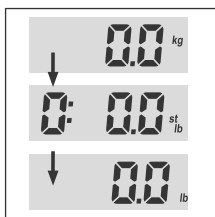
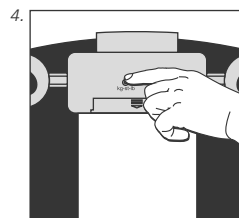
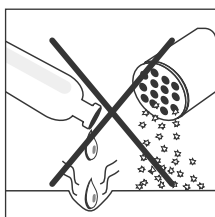
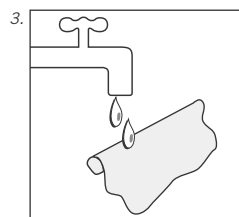
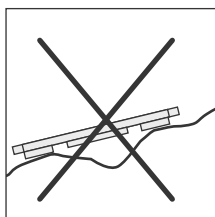
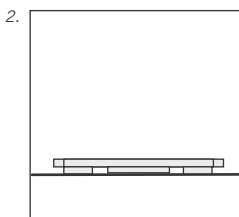
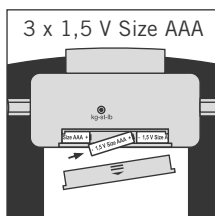
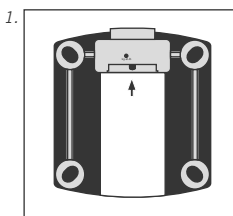
Sama voi tapahtua myös normaalikäytössä, kun vaaka otetaan käteen ennen punnitusta.

2. Aseta vaaka kaikkia mittauksia varten tasaiselle ja kiinteälle alustalle (ei maton päälle).

3. Puhdistus ja hoito: Puhdista tuote vain kevyesti kostealla liinalla. Älä käytä liuotimia tai hankausaineita. Älä upota vaakaa veteen.















4. Mahdollisuus muuttaa yksiköt maakohtaisten arvojen mukaan yksiköstä kg/cm yksikköön st/in tai lb/ in vaa'an takasivulla sijaitsevan painikkeen avulla.

Huomio! Märällä pinnalla liukastumisvaara.




## Tiedonsyöttö

Kehonanalyysivaan asianmu-  
kaista toimintaa varten kysei-  
sten henkilöiden henkilökoh-  
taiset tiedot syötetään ja seu-  
raavaksi astutaan heti vaa'an  
päälle paljain jaloin.

1. Aseta vaaka säätämistä  
varten pöydälle.
2. Käynnistä tietosyöttö  
(paina -painiketta 1  
sekunti).
3. Valitse muistipaikka  
(P1 ... P8) ( = miinus,  
 = plus) ja vahvista  
().
4. Valitse kehonkoko  
( = miinus,  = plus) ja  
vahvista ().
5. Valitse ikä ( = miinus,  
 = plus) ja vahvista  
().
6. Valitse sukupuoli / pai-  
nikkeella ( = mies,  =  
nainen).



Paina -painiketta  
ja pidä painiketta 3  
sekuntia painettuna,  
kunnes näyttöön  
ilmestyy 0.0.

7. Aseta kehonanalyysivaaka  
heti sen jälkeen lattialle,  
odota kunnes näyttössä on  
0.0 ja astu vaa'alle paljain  
jaloin.

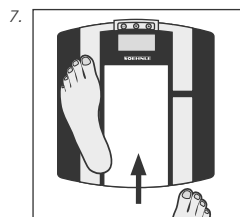
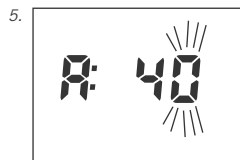
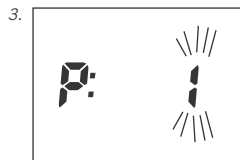
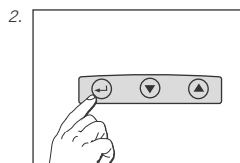
Tarvitaan ehdottomasti  
ensimmäinen mittaus tieto-  
jen tallentamiseksi myö-  
hempää henkilön auto-  
maattista tunnistamista  
varten.

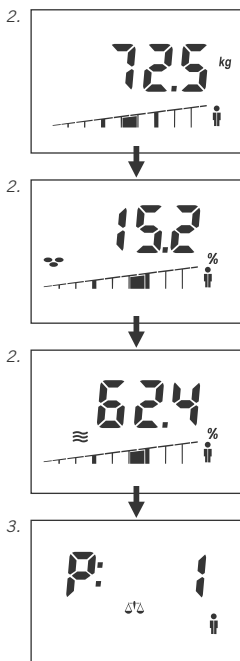
Jos vaa'alle ei astuta, on  
toistettava tietosyöttö.

Vaa'alle astumisen jälkeen  
tapahtuu ensimmäinen  
kehonanalyysi.

Vaaka on varustettu tauko-  
muodolla. Ilman painikkei-  
den käyttöä vaaka kytke-  
tyy taas pois päältä n. 40  
sekunnin kuluttua.

Vaihdettaessa paristo on  
syötettävä tiedot uudelleen.





## Kehonanalyysi

Selkeiden tulosten saamiseksi on noudettava vaa'alle ilman vaatteita.

1. Astu vaa'alle. Seuraavaksi näytetään paino ja - niin kauan kuin analyysi kestää (5-10 s) - liikkuva palkki. Seiso rauhallisesti analyysin loppuun asti.

2. Henkilön automaattisen tunnistamisen jälkeen seuraa uudelleen kehonpainon, kehon rasvapitoisuuden (☹️) ja kehon nestepitoisuuden (≡) näyttämisen yhdessä kyseisen tilapalkin kanssa. Kulloisenkin henkilön normaali-alue sijaitsee palkkinäytön 3 keskisegmentissä. Mittausarvojen tulkinta sivu 107.

3. Sen mukainen näyttö on henkilökohtainen toimintasuosituksesi.

Symbolien merkitys:

- + ≡ Sinun tulisi juoda enemmän
- + ☹️ Suositellaan lihasten kehittämisharjoittelua!
- + ☹️ Suositellaan muuttamaan ravitsemusta!
- ⚖️ Analyysiarvosivat kunnossa!

4. Astu pois vaa'alta.

Muistipaikan näyttämisen jälkeen vaaka kytkeytyy automaattisesti pois päältä.

Harvoissa tapauksissa analyysituloksen automaattinen kohdentaminen ei ole mahdollista. Silloin vaaka näyttää vuorotellen niiden henkilöiden muistipaikat, jotka ovat lähellä analyysitulosta.

Koska mittaus on jo päättynyt, voit astua pois vaa'alta ja vahvistaa henkilökohtaisen muistipaikkasi ▲- tai ▼-painikkeella (▼-painike ensimmäistä näytettyä muistipaikkaa varten, ▲-painike toista näytettyä muistipaikkaa varten). Silloin näytetään kehonpainon, kehon rasvapitoisuuden ja kehon nestepitoisuuden sekä kaloriantarve.

Jos paino vaihtelee viimeiseen mittaukseen verrattuna yli +/- 3 kg, käyttäjää ei tunnisteta ja tiedonsyöttö on toistettava.

Huomaa, että jos astut vaa'alle kengillä tai sukilla, tapahtuu vain painon mittaus, mutta ei lainkaan eikä väärää kehonanalyysiä!

Tulos pysyy jatkuvasti tarkkana, kun astut vaa'alle mahdollisuuksien mukaan aina samalle kohdalle.

## Yksilöllinen suositus

Kehonanalyysivaaka selvittää henkilökohtaisten tietojesi ja terveysalan asiantuntijoiden suosituksen perusteella yksilöllisen ihannetilanteesi pai-

noon ja kehon rasvapitoisuuden nähden. Sen lisäksi myös kehon kokonaisnestepitoisuuden ja lihasten osuus. Huomioi, että myös lihakset

sisältävät kehon nestettä, joka on jo huomioitu mukana kehon nesteanalyysissa. Tästä syystä kokonaislaskelmassa arvo on aina yli 100 %.

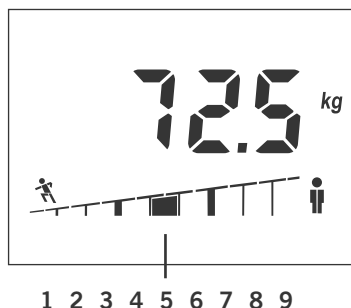
## Kehonpalno

Kun näytössä näytetään kehon paino kg:na, ilmestyy näytön alapuolella sijaitsevaan pylväsgrafiikkaan yksi 9 segmentistä.

Tällöin kuvaa aktiivisen segmentin sijainti mitatun kehonpainon arvioinnin BMI-arvon pohjalta.

### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



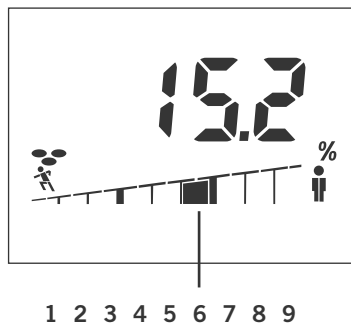
## Kehon rasvapitoisuus

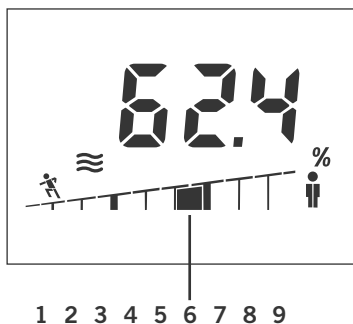
1	< - 12 %	hyvin alhainen rasvapitoisuus
2	- 12 %	alhainen rasvapitoisuus
3	- 7 %	
4	- 3 %	normaali rasvapitoisuus
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	korkea rasvapitoisuus
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	erittäin korkea rasvapitoisuus

### Esimerkki:

Mitattu kehon rasvapitoisuus = 15,2 % kokonaispainosta.

Tämä arvo on n. 3 % lasketun henkilökohtaisen normaaliarvon yläpuolella.





## Kehon nestepitoisuus

1	< - 6 %	erittäin alhainen nestepitoisuus
2	- 6 %	alhainen nestepitoisuus
3	- 4 %	
4	- 2 %	normaali nestepitoisuus
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	korkea vesipitoisuus
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Esimerkki:

Mitattu kehon nestepitoisuus = 62,4 % kokonaispainosta.

Tämä arvo on n. 2 % lasketun henkilökohtaisen normaali-arvon yläpuolella.

## Tekijät jotka vaikuttavat mittaustulokseen

Analyysi perustuu sähköisen kehonvastuksen mittaukseen. Syömis- ja juomistottumukset päivänkulun aikana ja yksilöllinen elämäntyyli vaikuttavat nestetalouteen. Tämä käy ilmi näytön vaihteluista.

Jotta saadaan mahdollisimman tarkka ja toistettava analyysitulokset, on huolehdittava tasaisesti pysyvistä mittausedellytyksistä, sillä vain tällä tavalla voit tarkkailla muutoksia tarkasti pidemmällä ajanjaksolla.

Lisäksi muut tekijät voivat vaikuttaa nestetalouteen:

Kylvyn jälkeen on mahdollista, että näytetään liian alhaista kehonrasvapitoisuutta ja liian korkea kehonestepitoisuutta.

Ruokailun jälkeen voi luku olla suurempi.

Naisilla esiintyy kuukautiskierrosta johtuvia vaihteluja.

Kehonnesteen häviössä sairastumisen vuoksi tai ruumiillisen ponnistuksen (urheilu/liikunta) jälkeen.

Liikuntasuorituksen jälkeen tulisi odottaa 6–8 tuntia ennen seuraavaa mittausta.

Poikkeavia tai selittämättömiä tuloksia voi esiintyä:

henkilöillä, joilla on kuume, turvotusoireita tai osteoporoosi.

henkilöillä, jotka saavat dialyysihoitoa.

henkilöillä, jotka käyttävät diovaskulaarisia lääkkeitä.

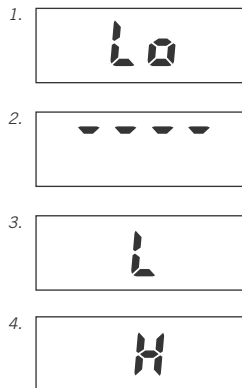
raskaina olevilla naisilla.

Jos analyysi suoritetaan kosteat sukat jaloissa.



## Ilmoitukset

1. Paristot kuluneet.
2. Ylikuormitus: Alkaen 150 kg.
3. Selittämätön analyysitulokset – tarkasta henkilökohtainen ohjelmointi.
4. Huono jalankosketus:  
Puhdista vaaka tai jalat tai huolehdi riittävästä ihonkosketuksesta.  
Liian kuiva iho – kostuta jalat tai suorita mittaus ensisijaisesti kylvyn, saunan tai suihkun jälkeen.



## Tekniset tiedot

Kantavuus x jako = maks. 150 kg x 100 g

Näytön erotelutarkkuus:

Kehon rasvapitoisuus: 0,1 %

Kehon nestepitoisuus: 0,1 %

Kehonkoko: 100-250 cm

Ikä: 10-99 vuotta

8 henkilökohtaista muistipaikkaa

Suuri LCD-näyttö

Paristot: 3 x 1,5 V AAA

Paristot kuuluvat toimitukseen.

## Yleisohteet

### Takuu

Soehnlén takuu kattaa 3 vuotta ostopäivä- määrästä lukien materiaali- tai valmistusvir- heistä johtuvien puutteiden korjaamisen tai ilmaiseksi vaihtamisen. Anna myyjän täyttää ja leimata takuutodistus (sivulla 23) ostok- sen yhteydessä.

Palauta vaaka takuutapauksen sattuessa yhdessä takuulipukkeen kanssa myyjälle.

### Standardinmukaisuus

Tämä laite on häiriövaimennet- tu voimassa olevan EU-direktii- vin 2004/108/EC. EU-standar- dinmukaisuustodistus löytyy nettisivulta [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Vaikka laite on testattu, eivätkä sen päästöt ylitä sallittuja radiotaajuuden emissioraja- arvoja, jotka on määritetty yllä mainituissa ohjesäännöissä, ei ole kuitenkaan takuita, etteikö siitä huolimatta voisi esiintyä interfe- rensejä tietyissä tilanteissa.

Mahdolliset interferenssit voidaan havaita kytkemällä laite päälle ja pois päältä ja valvomalla samalla radion tai television vastaanottoa. Voit yrittää poistaa interferens- sejä suorittamalla yhden tai tarvittaessa use- ampia seuraavista vaiheista:

- Kohdista kyseinen laite tai sen vastaanot- toantenni uudelleen.
- Suurena kyseisen laitteen ja vaa'an etäi- syyttä toisiinsa.
- Käänny tarvittaessa kokeneen radio/televiisioteknikon puoleen.

**TÄRKEÄÄ!** Tämän tuotteen elektroniikan tai kotolon muutoksiin on haettava Soehnlén nimenomainen lupa; tämän määräyksen huomioimatta jättämisen seurauksena voi- daan mahdollisesti peruuttaa käyttäjältä tämän laitteen käyttö lupa.

### Sähkömagneettiset vaikutukset

Äärimmäisten sähkömagneettisten olosuhteiden vallitessa, esim. käytettäessä radiolähetintä laitteen välittömässä läheisyy- dessä, näytönarvo saattaa muuttua. Häiriön päättyessä tuote on jälleen käytettävissä tar- koituksenmukaisesti, tarvittaessa tuote on kytkettävä uudelleen päälle tai paristo on poistettava hetkeksi.

### Lainmukainen huomautus koskien paristojen hävittämistä

Info: Kaikki tehtaaltamme mukaan toimitet- tut paristot kuormittavat vain vähän ympäri- stöä! Paristot eivät kuulu kotitalousjättee- seen. Kuluttajana olet velvoitettu toimittama- aan käytetyt paristot lainsäädännön mukaan asianomaiseen keräyspaikkaan. Voit toimittaa vanhat paristot paikkakuntasi julkisiin keräyspaikkoihin tai kaikkialle, missä kyseisiä paristoja myydään.

Ohje: Nämä merkit löytyvät ympäristölle haitallisista paristoista:



Pb = paristo sisältää lyijyä  
Cd = paristo sisältää kadmiumia  
Hg = paristo sisältää elohopeaa

### Käytettyjen sähkö- ja elektronisten laitteiden hävittäminen



Tuotteen päällä oleva symboli oso- ittaa, ettei tätä tuotetta saa käsi- tellä tavallisena talousjätteenä, vaan on toimitettava sähköjä

elektronisten laitteiden kierrätys- pisteeseen. Lisätiedot saat kunnastasi, kun- nallisista hävitysyriyksistä tai liikkeestä, josta olet ostanut tuotteen.

### Kuluttajapalvelu

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

Maasi yhteyshenkilön löydät SOHNLE-kotisi- vulta osoitteesta [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) valikko- kohdasta "Huolto/kansainväliset yhteydet".



## Tkuutodistus

Tarvitessasi takuuta toimita vaaka yhdessä takuutodistuksen ja ostokuitin kanssa myyjällesi.

Lähetäjä

---



---

Reklamaation syy

---



---



---



---

Nagyon köszönjük, hogy megvásárolta a Soehnle testösszetétel elemző mérlegét.

Ez a márkás termék segíteni fogja teste állapotának felmérésében.

Mielőtt első alkalommal üzembe helyezné a készüléket, olvassa el gondosan a kezelési útmutatót és ismerkedjen meg a készülékkel.

Őrizze meg jól a kezelési útmutatót, hogy bármikor utánajárhasson annak, amit keres.

## Fontos útmutatások

Ha túlsúly miatt csökkenteni vagy alacsony testsúly miatt növelni kell a testsúlyt, célszerű kikérni orvos tanácsát. A kezelést és diétázást csak az orvos tanácsa alapján kezdje el.

Jó, ha a meghatározott értékek alapján orvos vagy más szakember írja elő az ajánlott tornagyakorlatokat vagy fogyókúrát.

A SOEHNLE nem felel a Body Balance használata következtében keletkezett károkért vagy veszteségekért, illetve harmadik fél által támasztott követelésekért.

A terméket kizárólag a vásárlójának otthonában történő használatára szántuk.

Kórházakban vagy gyógyászati intézményekben üzemszerűen történő használatra nem alkalmas.

Nem használhatják azok, akiknek szervezetébe elektronikus készülékeket (szívritmusadót stb.) ültettek be.

Csak szilárd, sima alapon (kőlapon, parkettán stb.) használja a testösszetétel elemző mérleget.

**Szőnyegpadlón téves mérési eredmények fordulhatnak elő.**

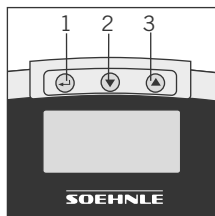
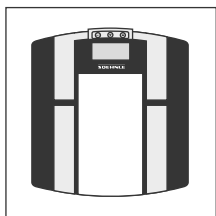
A Body Balance használata döntően hozzájárul az egészség fenntartásához. Az emberi test összetételét elektronikus úton kiértékelő mérleg az alábbi műveletek végzésére képes:

A személyes adatok és az egészségkutatók ajánlása alapján a Body Balance meghatározza az emberi test zsírszín és víztartalmát és súlyát.

Az elemzés eredményét személyre szabottan kiértékeli és személyre szabott ajánlást ad.

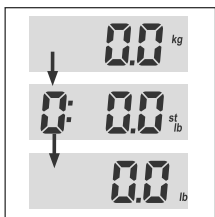
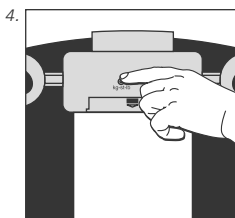
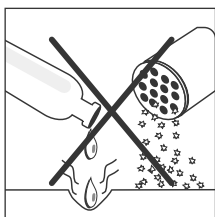
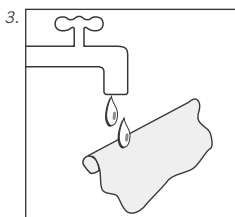
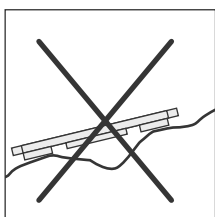
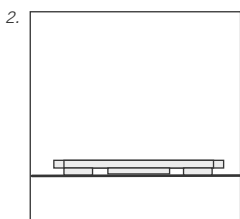
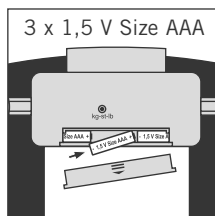
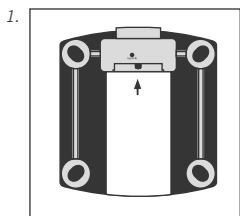
A memória 8 személy adatait tudja tárolni és önműködően fel tudja ismerni a személyeket.





## Kezelőelemek

1. Megerősítés ( ← )
2. Mínusz ( ▼ )
3. Plusz ( ▲ )



## Előkészítés

1. Az elemeket rakja be.

### Útmutatás:

Rögtön az elemek berakása (illetve amíg a 0.0 kijelzés látható) tegye sima felületre a testelemző mérleget és várja meg, amíg a mérleg magától kikapcsol.

Csak ezután kezdje el az adatok bevitelét. Különböztetve megtörténhet, hogy a mérleg súlya helytelenül bele fog játszani az első mérlegelés eredményébe.

Ugyanez történhet normál üzemben is, ha a mérlegelés előtt kézbe veszi a mérleget.















2. Minden mérésnél sima és szilárd felületre állítsa a mérleget (szőnyegpadlón ne használja).
3. Tisztítás és ápolás: Csak enyhén nedves kendővel tisztítsa a készüléket. Oldó- vagy sűrűlőszert ne alkalmazzon. A mérleget ne tegye vízbe.
4. A mérleg hátulján lévő kezelógomb átkapcsolásával át lehet állítani a mérleget kg/cm-ről st/hüvelykre ill. font/hüvelykre aszerint, hogy melyik mértékegységet használják az Ön országában.

Figyelem! Vizes felület esetén csúszásveszély áll fenn.




## Adatok bevitele

A testösszetétel elemző mérleg helyes működéséhez be kell vinni az illető egyén személyes adatait és utána rögtön rá kell lépni a mérlegre meztláb.

1. Beállítás előtt a mérleget helyezze egy asztalra.
2. Kezdje beadni az adatokat (az  gombot nyomja meg 1 másodpercig).
3. Memóriahegy (P1 ... P8) kiválasztása ( = mínusz,  = plusz) és megerősítése ().
4. Testmagasság beállítása ( = mínusz,  = plusz) és megerősítése ().
5. Életkor beállítása ( = mínusz,  = plusz) és megerősítése ().
6. A  / -el válassza ki a nemét ( = férfi,  = nő).



Az  gombot nyomja meg és tartsa nyomva 3 másodpercig, amíg a kijelzőn 0.0 nem jelenik meg.

7. Utána rögtön tegye a földre a testelemző mérleget, várja meg a 0.0 kijelzést és lépjen rá meztláb.

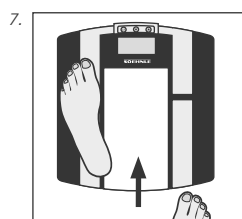
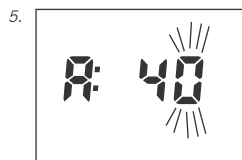
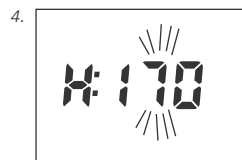
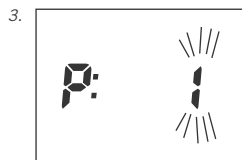
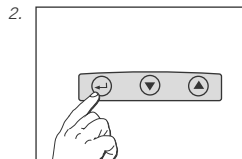
Az első mérés elengedhetetlen feltétele annak, hogy a készülék eltárolja a későbbi önműködő személyazonosításhoz szükséges adatokat.

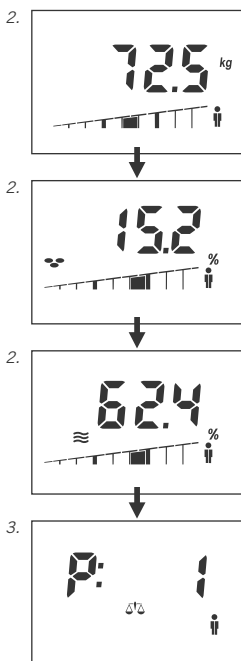
Ha nem lép rá a mérlegre, meg kell ismételnie az adatok bevitelét.

Rálépés után a mérleg elvégzi az első testelemzést.

A mérleg időzítő móddal rendelkezik. Kb. 40 másodperc múlva kikapcsol, ha egyik gombot sem nyomja meg.

Elemcsere után újra be kell vinnie az adatokat.





## Testelemzés

Egyértelmű eredmények eléréséhez meztelenül álljon rá a mérlegre.

1. Álljon rá a mérlegre. A kijelzőn megjelenik a testsúlya és az elemzés időtartama (5-10 mp) alatt a folyamatjelző mozog. Az elemzés végéig álljon mozdulatlanul.
2. Az önműködő személyfelmérés után újra megjelenik a testsúly, a zsírtartalom (☹) és a víztartalom (≈) a mindenkori folyamatjelzővel együtt. Egészséges személynél a normál tartomány a folyamatjelző középső 3 szegmensében van. A mért értékek értelmezése (118. oldal).
3. Ezt követi az Ön személyére szabott cselekvési ajánlás kijelzése.

A jelképek jelentése:

- + ≈ Többet kell innia
- + ☹ Ajánlatos izomépítő edzést végeznie!
- + ☹ Ajánlatos átállnia más táplálkozásra!
- ⚖ Az Ön elemzési adatai rendben vannak!

4. Szálljon le a mérlegről. A memóriahely kijelzése után önműködően kikapcsol a mérleg.

Ritkán előfordulhat, hogy a készülék önmagától nem tudja hozzárendelni az elemzési eredményeket valamelyik konkrét személyhez. Ilyenkor felváltva kijelzi azoknak a személyeknek a memóriahelyeit, akikre leginkább ráillik az elemzés eredménye. Mivel a mérés már lezárult, le lehet lépni a mérlegről és meg lehet erősíteni a személyes memóriahelyet az ▲- vagy ▼ gomb megnyomásával (a ▼ gombbal az elsőnek kijelzett memóriahelyet, az ▲ gombbal pedig a másodiknak kijelzett memóriahelyet). Ekkor megjelenik a kijelzőn az Ön testének súlya, zsír- és víztartalma, valamint a kalória felhasználás.

Ha +/-3 kg-nál jobban eltér a testsúly az utolsónak mért értéktől, a készülék nem ismeri fel a mérendzkedőt, ezért meg kell ismételni az adatok bevitelét.

Ne feledje, ha cipővel vagy zokniban lép a mérlegre, csak a testsúlyát tudja meghatározni, testelemzést azonban nem végezhet illetve ha mégis, hamis eredményeket fog kapni!

Tartósan pontos eredményeket akkor érhet el, ha a mérlegnek lehetőleg mindig ugyanarra a helyre lép.

## Egyéni ajánlás

A testösszetétel elemző mérleg a személyes adatok és az egészségügyi szakemberek ajánlása alapján megállapítja az illető személy testsúly és testzsír hányad szempontjából

ideális állapotát. Továbbá kideríti az egész test víz- és izom hányadát is. Vegye figyelembe, hogy az izmokban is van testvíz, amely már benne szerepel a testvíz

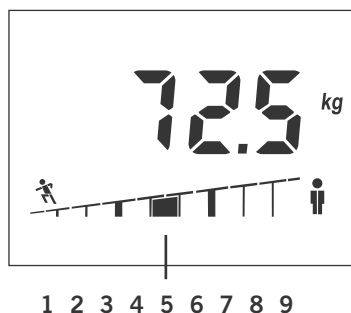
elemzési értékében. Ezért van, hogy 100 % feletti érték szerepel az összesítő elszámolásban.

### Testsúly

A kijelző kg egységben jelzi ki a testsúlyt, alatta pedig a 9 közül egyetlen szegmens látható az oszlopgrafikán. Az éppen élő szegmens helyzete jelzi, hogy a BMI érték alapján hogyan ítéltető meg a mért testsúly.

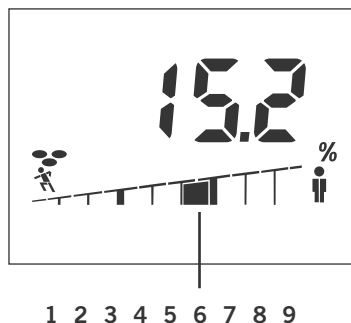
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5



### Testzsír arány

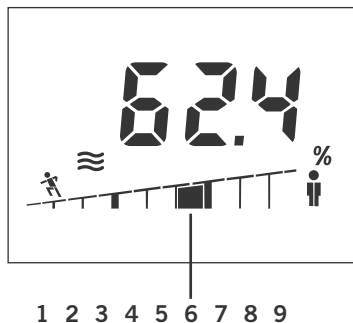
1	< - 12 %	igen alacsony zsírárány
2	- 12 %	alacsony zsírárány
3	- 7 %	
4	- 3 %	normális zsírárány
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	magas zsírárány
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	igen magas zsírárány



### Példa:

A test mért zsírhányada = az összsúly 15,2 %-a.

Ez az érték kb. 3 %-al meghaladja az illető személyre kiszámított normál értéket.



## Testvíz arány

1	< - 6 %	igen alacsony vízarány
2	- 6 %	alacsony vízarány
3	- 4 %	
4	- 2 %	normális vízarány
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	magas vízarány
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Példa:

A test mért vízhányada = az összsúly 62,4 %-a.

Ez az érték kb. 2 %-al meghaladja az illető személyre kiszámított normál értéket.

## A mérések eredményét befolyásoló tényezők

Az elemzés az emberi test elektromos ellenállásának mérésén alapul. Az étkezési szokások és az egyéni életvitel befolyásolja a vízháztartást. Ezt mutatják a kijelzőn észlelhető ingadozások.

Az elemzési eredmények pontos és megismételhető tárolásához gondokodjon azonos mérési feltételekről, mert csak így tudja a változásokat hosszabb időn keresztül figyelemmel kísérni.

Ezen felül a vízháztartást a következő tényezők befolyásolhatják:

Fürdés után túl alacsony testsírtomeget és túl.

Magas testvíztomeget mutat.

Étkezés után az érték magasabb lehet.

Nőknél a menstruációs ciklustól függően eltérések jelentkezhetnek.

A testvíz mennyiségének csökkenése jelentkezhet

betegség vagy fizikai igénybevétel (sportolás) következtében. Sporttevékenység után a következő mérésig 6-8 órát kell várni.

Eltérő vagy valószínűtlen eredmény léphetnek fel a következő esetekben:

Lázás, ödémás vagy csontritkulásos személyeknél.

Műveskezelésben részesülőknél.

Szívgyógyszereket szedő személyeknél.

Terhes nőknél.

Ha az elemzés végzésekor nedves zokni van a mért személy lábán.



## Jelzések

1. Az elem lemerült.
2. Túlterhelés: 150 kg felett.
3. Valószínűtlen elemzési eredmény — ellenőrizze a személyes programozást.
4. Rossz lábkontaktus:  
Tisztítsa meg a mérleget vagy mosson lábat, illetve ügyeljen a megfelelő bőrnedvességre.  
Ha a bőre túl száraz – nedvesítse be a lábát, vagy a mérést végezze zuhanyozás/fürdés után.



## Műszaki adatok

teherbírás x osztás = max 150 kg x 100 g

Kijelző felbontása:

Zsírtartalom: 0,1%

Víztartalom: 0,1%

Testmagasság: 100 - 250 cm

Életkor: 10-99 év

Memóriahely 8 személyre

Nagy LCD kijelző

Kívánt elem: 3 x 1,5 V AAA

Az elemek benne vannak a csomagolásban.

## Általános útmutatások

### Garancia

A Soehnle a megvétel időpontjától számított 3 éves időszakra szavatolja, hogy javítással vagy cserével megszünteti az esetleges működési- vagy gyártási hibákat. Kérje meg a kereskedőt, hogy vásárláskor töltsse ki és pecsételje le a garanciaszelvényt (lásd 23. oldalon).

Jótállási igény esetén kérjük, hogy a mérleget a garanciaszelvényt együtt vigye vissza a kereskedőjéhez.

### Az előírások teljesítése

A készülék megfelel az EK 2004/108/EK jelű hatályos irányelvnek. Az EU szabványok teljesítéséről szóló nyilatkozat a [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) honlapon olvasható.



Bár a készüléket kipróbáltuk a gyárban és megállapítottuk, hogy a készülék kibocsátott jelei nem lépik túl a fenti műszaki irányelvek szerint megengedett rádiófrekvenciás határértékeket, mégse garantálható, hogy bizonyos helyzetekben ne zavarjon más készülékeket. A lehetséges zavarás meglétét ellenőrizheti a készülék bekapcsolásával és ugyanakkor a rádió- vagy TV-készülék megfigyelésével. A káros hatás megszüntetését megkísérelheti az alábbi egy, vagy több lépés végrehajtásával.

- Fordítsa más irányba az érintett készüléket vagy annak vevőantennáját.
- Növelje a zavar hatása alá került vevőkészülék és a mérleg közötti távolságot.
- Szükség esetén forduljon tapasztalt rádió- vagy TV szerelőhöz.

**FONTOS!** A termék elektronikáját vagy házát nem szabad megváltoztatni, ha ehhez nem járult hozzá a Soehnle előzetesen; ha nem tartja be ezt a rendelkezést, bizonyos esetekben visszavonhatják a készülék üzemeltetési engedélyét.

### Elektromágneses hatások

Rendkívül erős elektromágneses hatás, például a közelben működtetett rádió-adó-készülék megzavarhatja a kijelzőt. A zavaró hatás megszűnése után a mérleg ismét normálisan működik, de előfordulhat, hogy az elemeket ilyenkor rövid időre ki kell venni, majd vissza kell helyezni.

### Törvényes tájékoztatási kötelezettség az elhasznált elemek ártalmatlanításához

Információ: A gyár által adott elemek környezetkárosító anyagot nem tartalmaznak! Elemek nem valók a háztartási szemét közé. A felhasználót a törvény kötelezi, hogy begyűjtőhelyen adja le az elhasznált elemet. A régi elemet leadhatja valamelyik kijelölt begyűjtőhelyen vagy bármelyik, elemet árusító kereskedésben is.

Útmutatás: környezetkárosító anyagot tartalmazó elemeken az alábbi jelek találhatók:

- Pb = az elem ólmot tartalmaz
- Pb = az elem kadmiumot tartalmaz
- Hg = az elem higanyt tartalmaz



### Elhasznált elektromos és elektronikus készülék ártalmatlanítása



A termékben vagy csomagolásán látható jelkép arra figyelmeztet, hogy a terméket nem szabad háztartási hulladékként kezelni, hanem elektromos ill. elektronikus készülékek begyűjtésére kijelölt helyen kell leadni. Erre vonatkozóan a lakóhely szerint illetékes hulladékgyűjtő helyen vagy attól a kereskedőtől kaphat további tájékoztatást, ahol a terméket vásárolta.

### Fogyasztói Szolgálat

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

Az Ön országában működő ügyfélszolgálati munkatárs nevét és elérhetőségét a SOEHNLE [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) honlapján, a "Szerviz / Nemzetközi kapcsolatok" menüpont alatt találja.



## Garanciaszelvény

Garanciális esetben a mérleget ezzel a garancialevéllel és a számlával együtt vigye vissza a vásárlás helyére.

Feladó \_\_\_\_\_

A reklamáció oka \_\_\_\_\_

Serdecznie dziękujemy za zakup wagi Soehnle do analizy ciężaru ciała.

Ten markowy produkt pomoże Ci ocenić stan Twojego organizmu.

Przed pierwszym użyciem należy dokładnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi i zapoznać się z urządzeniem. Instrukcję obsługi należy zachować, aby w każdym czasie mieć dostęp do zawartych w niej informacji.



## Ważne wskazówki

Chcąc zmniejszyć wagę ciała w przypadku nadwagi lub zmniejszyć ją w przypadku niedowagi, należy skonsultować się z lekarzem. W przypadku każdej terapii lub diety należy skonsultować się z lekarzem.

Zalecenia dotyczące programów gimnastycznych lub kuracji odchudzających bazujące na uzyskanych za pomocą wagi pomiarach winny pochodzić od lekarza lub innej wykwalifikowanej osoby.

SOEHNLE nie ponosi odpowiedzialności za szkody lub straty spowodowane przez Body Balance, ani za roszczenia osób trzecich.

Niniejszy produkt jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Nie jest przystosowany do profesjonalnego użytku szpitalnego lub w innych placówkach medycznych. Produkt nie jest przeznaczony dla osób z elektronicznymi implantami (rozrusznikiem serca itp.)

Wagę należy użytkować tylko na twardym, równym podłożu (podłoga ceramiczna, parkiet itp.).

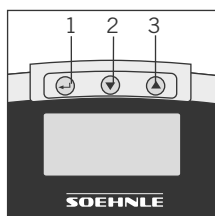
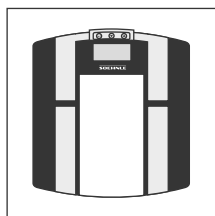
**Ustawienie wagi na dywanie może spowodować błędy w pomiarach.**

Body Balance pomoże Ci zachować dobre zdrowie. Ta elektroniczna waga do analizy składu organizmu posiada następujące funkcje:

W oparciu o Twoje indywidualne dane i zalecenia ekspertów do spraw zdrowia i składu organizmu waga Body Balance określi zawartość tłuszczu i wody w Twoim ciele oraz jego ciężar.

Po indywidualnej ocenie wyników analizy otrzymasz informację odnośnie dalszego postępowania.

Waga posiada pamięć umożliwiającą zapis danych dla 8 różnych osób oraz automatyczną identyfikację osoby korzystającej z wagi.



## Elementy sterujące

1. Zatwierdź ( ← )
2. Minus ( ▼ )
3. Plus ( ▲ )

## Przygotowanie

1. Włóż baterie.

### Wskazówka:

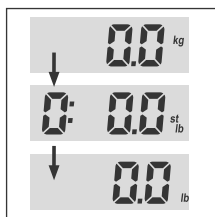
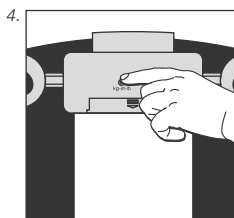
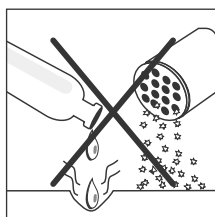
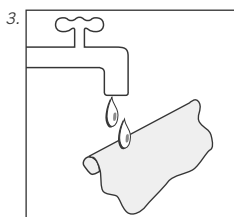
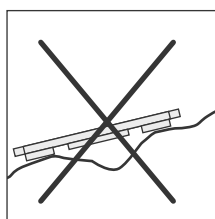
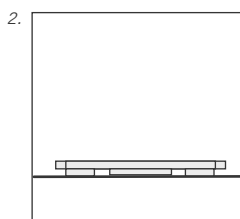
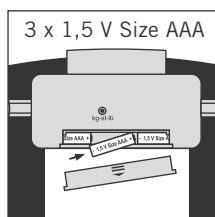
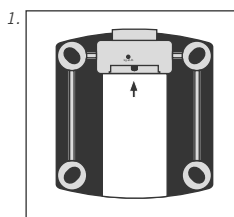
Po włożeniu baterii wagę należy od razu (dopóki wyświetlana jest wartość 0.0) postawić na równej powierzchni i poczekać, aż sama się wyłączy.

Dopiero wtedy można rozpocząć edycję danych. W przeciwnym razie ciężar własny wagi mógłby zostać doliczony do pierwszego ważenia.

To samo może się zdarzyć podczas normalnego użytkowania wagi, jeżeli przed ważeniem weźmie się ją do ręki.

2. Przed każdym pomiarem wagę należy ustawić na równym, stabilnym podłożu (nie na dywanie).
3. Czyszczenie i pielęgnacja: Czyścić lekko zwilżoną szmatką. Nie stosować rozpuszczalników ani środków do szorowania. Nie zanurzać wagi w wodzie.
4. Przycisk z tyłu wagi umożliwia zmianę jednostki z kg/cm na st/in lub lb/in.


Uwaga! Ryzyko poślizgnięcia na mokrej powierzchni.




















## Wprowadzanie danych

Dla prawidłowego działania wagi należy wprowadzić osobiste dane poszczególnych osób, a następnie dana osoba musi bezzwłocznie stanąć na wadze bez obuwia.



Naciśnij i przytrzymaj przycisk  przez 3 sekundy, aż na wyświetlaczu pojawi się 0.0.

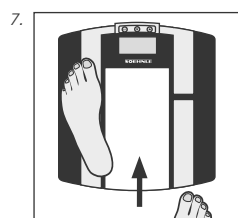
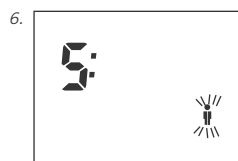
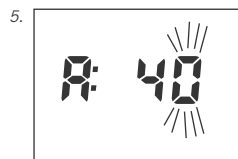
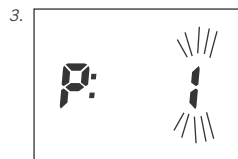
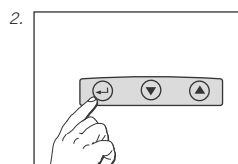
1. Przy dokonywaniu ustawień wagę umieścić na stole.
2. Rozpocznij wprowadzanie danych (naciskaj przycisk  przez 1 sekundę).
3. Wybrać miejsce w pamięci (P1 ... P8) ( = minus,  = plus) i potwierdzić (.
4. Ustawić wzrost ( = minus,  = plus) i potwierdzić (.
5. Ustawić wiek ( = minus,  = plus) i potwierdzić (.
6. Wybierz płeć przyciskiem  /  (  = mężczyzna,  = kobieta) i potwierdź (.
7. Wprowadź wartość osobistego stopnia aktywności zgodnie z tabelą na następnej stronie ( = minus,  = plus).

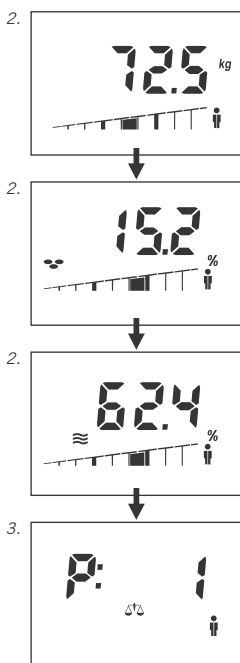
8. Następnie szybko postawić wagę na podłodze, poczekać, aż pojawi się 0.0 i boso wejść na wagę. Pierwszy pomiar jest niezbędny ze względu na zapis danych potrzebnych do późniejszej, automatycznej identyfikacji osób korzystających z wagi. Jeżeli nie wejdiesz na wagę, konieczne będzie ponowne wprowadzenie danych.

Po wejściu na wagę rozpocznie się pierwsza analiza składu organizmu.

Waga posiada tryb Timeout. Nieużywana wyłącza się automatycznie po upływie ok. 40 sekund.

Po wymianie baterii należy ponownie wprowadzić wszystkie dane.





## Analiza składu organizmu

Aby wyniki były miarodajne, na wagę powinno się wchodzić bez ubrania.

1. Wejdź na wagę. Pokaże się ciężar i – do chwili zakończenia analizy (5-10 sek.) – bieżący wykres słupkowy. Nie schodzić z wagi aż do końca analizy
2. Po automatycznej identyfikacji osoby ponownie pojawi się ciężar oraz ilość tłuszczu (🔥) i wody (💧) w organizmie wraz z odpowiednim wykresem słupkowym. Zakres normy dla danej osoby obejmuje 3 środkowe segmenty wykresu słupkowego. Interpretacja wyników znajduje się na stronie 129.
3. Kolejną informacją jest indywidualne zalecenie odnośnie dalszego postępowania.

Znaczenie symboli:

- + 💧 Zalecana większa ilość płynów.
- + 🏋️ Zalecany trening mający na celu zwiększenie masy mięśniowej!
- + 🔥 Zalecana zmiana diety!
- ⚖️ Wyniki analizy w porządku!

4. Zejdź z wagi. Po wyświetleniu numeru miejsca w pamięci waga automatycznie się wyłączy.

Czasem, choć rzadko, zdarza się, że automatyczne przyporządkowanie wyniku analizy nie jest możliwe. Waga wyświetla wówczas na zmianę numery miejsc w pamięci tych osób, które są najbliższe wyniku analizy. Pomiar został zakończony i można zejść z wagi, zatwierdzając swoje indywidualne miejsce w pamięci odpowiednim przyciskiem ▲ lub ▼ (przycisk ▼ dla pierwszego, a przycisk ▲ dla drugiego wyświetlanego miejsca w pamięci). Następnie wyświetla się ciężar ciała oraz ilość tłuszczu i wody w organizmie, a także zapotrzebowanie energetyczne.

W przypadku zmiany wagi ciała o więcej niż +/- 3 kg w stosunku do ostatniego pomiaru użytkownik nie jest rozpoznawany i musi powtórnie wprowadzić swoje dane.

Należy pamiętać, że po wejściu na wagę w butach lub skarpetkach albo pończochach nastąpi tylko oznaczenie wagi ciała, natomiast nie pojawią się wyniki analizy wagi ciała lub będą one błędne!

Ciągle dokładne wyniki można uzyskać, stawając na wadze możliwie zawsze w tym samym miejscu.

## Zalecenia indywidualne

Na podstawie wprowadzonych danych oraz zaleceń ekspertów medycznych waga ustala Twój idealny stan odnośnie ciężaru ciała i zawartości tłuszczu. Ponadto określa

zawartość wody oraz masy mięśniowej w organizmie. Należy pamiętać, że w mięśniach znajdują się również cząsteczki wody, które zostały już uwzględnione w analizie

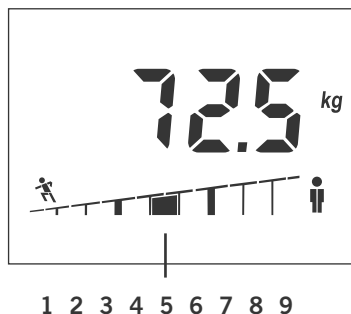
zawartości wody w organizmie. Dlatego zsumowanie wszystkich wartości daje zawsze wynik przekraczający 100%

### Ciężar ciała

Na display'u widoczny jest ciężar ciała wyrażony w kg, a pod nim na pasku jeden z 9 segmentów, przy czym położenie aktywnego segmentu stanowi ocenę zmierzonego ciężaru ciała, dokonaną na podstawie wartości BMI.

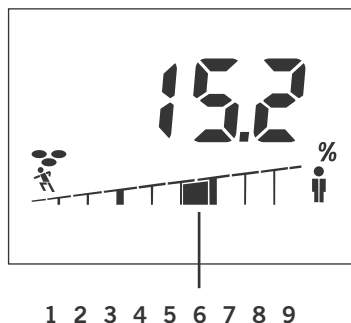
#### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



### Ilość tłuszczu ustrojowego

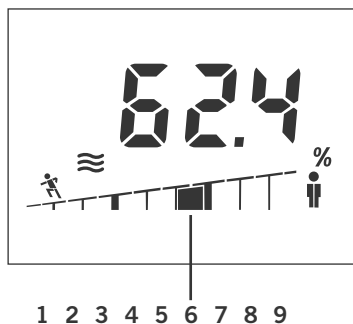
1	< - 12 %	bardzo niska ilość tłuszczu
2	- 12 %	niska ilość tłuszczu
3	- 7 %	
4	- 3 %	prawidłowa ilość tłuszczu
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	wysoka ilość tłuszczu
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	bardzo wysoka ilość tłuszczu



#### Przykład:

Zmierzona zawartość tłuszczu w organizmie = 15,2% całkowitej masy ciała.

Wartość ta przewyższa o ok. 3% normę obliczoną dla tej osoby.



## Ilość wody ustrojowej

1	< - 6 %	bardzo niska ilość wody
2	- 6 %	niska ilość wody
3	- 4 %	
4	- 2 %	prawidłowa ilość wody
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	wysoka ilość wody
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Przykład:

Zmierzona zawartość wody w organizmie = 62,4% całkowitej masy ciała.

Wartość ta przewyższa o ok. 2% normę obliczoną dla tej osoby.

## Czynniki wpływające na wynik pomiaru

Analiza opiera się na pomiarze oporności elektrycznej ciała. Zwyczaje żywieniowe w ciągu dnia i indywidualny sposób życia mają wpływ na gospodarkę wodną. Uwidacznia się w wahaniach wskazań.

Aby otrzymany wynik analizy był możliwie dokładny i powtarzalny, należy zadbać o stałe warunki pomiarów, ponieważ tylko w ten sposób można przez dłuższy czas dokładnie obserwować zmiany.

W dodatku jeszcze inne czynniki mogą wpływać na gospodarkę wodną:

Po kąpeli może być pokazywany za mały udział tłuszczu i za duży udział wody w wadze ciała.

Po posiłku wskazanie może być wyższe.

U kobiet występują wahania uwarunkowane cyklem miesięcznym.

W przypadku utraty wody zawartej w ciele na skutek choroby lub po wysiłku fizycznym (sport). Po wysiłku związanym ze sportem należy przed pomiarem zaczekać 6 do 8 godzin.

Rozbieżne lub niezrozumiałe wyniki mogą pojawiać się u:

Osób z gorączką, obrzękami lub z osteoporozą.

Osób poddawanych dializie.

Osób, które przyjmują leki nasercowe i naczyniowe.

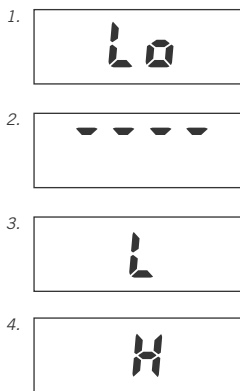
Kobiet w ciąży.

Jeśli analiza jest przeprowadzana z wilgotnymi skarpetkami na stopach.



## Komunikaty

1. Baterie rozładowane.
2. Przeciężenie: Od 150 kg.
3. Niezrozumiały wynik analizy — sprawdzić zaprogramowanie danych osobowych.
4. Zły kontakt stóp:  
Oczyścić wagę lub stopy lub zadbać o wystarczającą wilgotność skóry.  
Przy zbyt suchej skórze — nawilżyć stopy lub pomiar przeprowadzić po kąpieli lub prysznicu.



## Dane techniczne

Udźwig x podziałka = maks. 150 kg x 100 g

Dokładność wskazań:

Ilość tłuszczu w organizmie: 0,1%

Ilość wody w organizmie: 0,1%

Wzrost: 100-250 cm

Wiek: 10-99 lat

8 indywidualnych miejsc w pamięci

Duży wyświetlacz LCD

Baterie: 3 x 1,5 V AAA

Baterie znajdują się w zestawie.

## Ogólne wskazówki

### Gwarancja

Firma Soehnle gwarantuje bezpłatne usuwanie usterek powstałych w wyniku wad materiałowych bądź produkcyjnych w drodze naprawy lub wymiany przez okres 3 lat od daty zakupu urządzenia. Przy zakupie prosimy zadbać o wypełnienie i podstępowanie przez sprzedawcę odcinka gwarancyjnego (strona 23). W przypadku wystąpienia usterek w okresie gwarancji prosimy o przesłanie wagi wraz z odcinkiem gwarancyjnym do punktu sprzedaży, w którym została nabyta.

### Zgodność z normami UE

Niniejsze urządzenie jest zgodne z obowiązującą dyrektywą WE 2004/108/WE. Deklarację zgodności UE znaleźć można na stronie [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Urządzenie zostało poddane testom a emitowane promieniowanie nie przekracza dopuszczalnych wartości emisji częstotliwości radiowej określonych w wyżej wymienionych dyrektywach, nie można jednak zagwarantować nie występowania w określonych sytuacjach interferencji.

Ewentualne interferencje można sprawdzić poprzez włączenie i wyłączenie urządzenia przy jednoczesnej kontroli odbioru radiowo-telewizyjnego. Istnieje możliwość wyeliminowania interferencji poprzez wykonanie jednej lub kilku następujących czynności:

- nowe ustawienie zakłócanego urządzenia lub jego anteny odbiorczej,
- powiększenie odstępów między zakłócanym urządzeniem a wagą,
- w trudnych przypadkach należy zwrócić się do doświadczanego technika radiowo-telewizyjnego.

**WAŻNE!** Zmiany w elektronice lub obudowie urządzenia wymagają wyraźnej zgody firmy Soehnle; w przypadku nieprzebrzeżenia tego warunku użytkownikowi może zostać w określonych okolicznościach cofnięte świadectwo homologacyjne urządzenia.

### Wpływy elektromagnetyczne

W przypadku ekstremalnych wpływów elektromagnetycznych, np. podczas użytkowania radiostacji w bezpośrednim otoczeniu urządzenia może dojść do zakłócenia wyświetlanych wartości. Po zakończeniu zakłóceń produkt jest ponownie gotowy do wykorzystania zgodnie z przeznaczeniem, ew. konieczne jest ponowne włączenie lub chwilowe wyjęcie baterii.

### Ustawowy obowiązek informowania o sposobach usuwania zużytych baterii

Informacja: Wszystkie dostarczane przez nas fabrycznie baterie są ubogie w substancje szkodliwe! Baterii nie należy wyrzucać z odpadami domowymi. Użytkownik baterii jest prawnie zobowiązany do ich zwrotu. Zużyte baterie można zwracać w publicznych gminnych punktach zbiórki lub wszędzie tam, gdzie prowadzona jest sprzedaż baterii danego rodzaju.

Wskazówka: Na bateriach zawierających substancje szkodliwe znajdują się następujące oznakowania:



- Pb = bateria zawiera ołów
- Cd = bateria zawiera kadm
- Hg = bateria zawiera rtęć

### Usuwanie zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych



Symbol na produkcie lub jego opakowaniu wskazuje na to, że produktu tego nie można wyrzucać ze zwykłymi odpadami domowymi. Produkt należy zwrócić w punkcie odbioru urządzeń elektrycznych i elektronicznych w celu recyklingu. Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy, komunalnym zakładzie oczyszczania miasta lub w sklepie, w którym produkt został zakupiony.

### Dział obsługi klienta

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

W punkcie menu "Serwis / kontakty międzynarodowe" witryny internetowej firmy SOEHNLE ([www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)) znajdziesz adres kontaktowy swojego kraju.



## Karta gwarancyjna

W przypadku skorzystania z gwarancji proszę wagę zwrócić do Państwa sprzedawcy wraz z tą kartą gwarancyjną i z dowodem zakupu.

Nadawca

---



---



---

Powód reklamacji

---



---



---



---

Děkujeme vám za zakoupení této váhy s tělesnou analýzou značky Soehnle.

Tento značkový výrobek vás podpoří při hodnocení vašeho tělesného stavu.

Před prvním uvedením do provozu si prosím pečlivě přečtěte tento návod k obsluze a seznámte se s přístrojem.

Tento návod k obsluze si dobře uschovejte, aby vám byly tyto informace vždy k dispozici.

## Důležitý tip

Jakékoli jednání či dietu podstoupíte pouze po konzultaci s lékařem.

Jakékoli jednání či dietu podstoupíte pouze po konzultaci s lékařem.

Doporučení v oblasti cvičebních programů či odtučňovacích kúr na základě zjištěných hodnot by měl podat lékař nebo jiná kvalifikovaná osoba.

Společnost SOEHNLE nepřebírá odpovědnost za škody nebo ztráty způsobené prostřednictvím Body Balance, ani požadavky třetích osob.

Tento výrobek je určen pouze k domácímu použití spotřebitelem. Není určen pro profesionální provoz v nemocnicích či zdravotnických zařízeních.

Tento přístroj není vhodný pro osoby s elektronickými implantáty (kardiostimulátor atd.)

Tuto váhu s tělesnou analýzou používejte pouze na pevném, rovném podkladu (dlaždičky, parkety atd.).

**Na podlaze s kobercem může být měření chybné.**

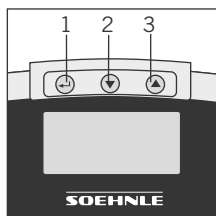
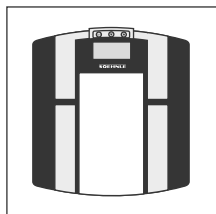
S přístrojem Body Balance přispíváte výraznou měrou ke svému zdraví. Tato elektronická váha k tělesné analýze má následující funkce:

Body Balance na základě vašich osobních údajů a doporučení zdravotních expertů a odborníků na skladbu těla určí Váš stav z pohledu podílu tělesného tuku, vody v organizmu a hmotnosti.

Individuální vyhodnocení výsledku analýzy s osobním doporučením.

8 osobních pamětí s automatickou identifikací osob.





## Ovládací prvky

1. Potvrdit ( ← )
2. Minus ( ▼ )
3. Plus ( ▲ )

## Příprava

1. Vložte baterie.

### Upozornění:

Po vložení baterií ihned (dokud je ještě zobrazeno 0.0) postavte na rovnou plochu a počkejte, až se váha sama vypne.

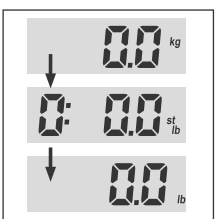
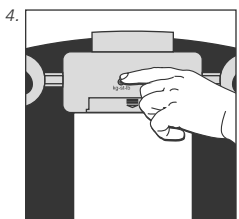
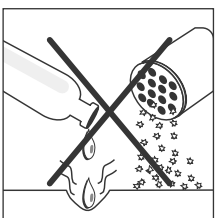
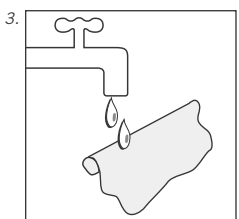
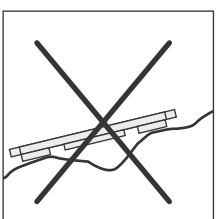
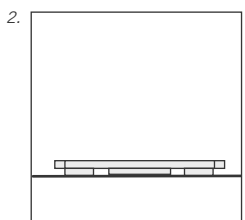
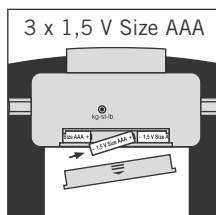
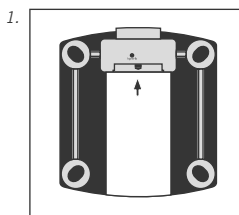
Teprve potom začněte se zadáváním

Údajů. Jinak by se mohlo stát, že by se hmotnost váhy nesprávně započítala do prvního vážení.

Totéž se může stát i v normálním režimu, jestliže se váha před vážením vezme do ruky.





2. Při každém měření váhu postavte na rovnou a pevnou podložku (ne na koberec).
3. Čištění a údržba: Čistěte pouze lehce navlhčeným hadříkem. Nepoužívejte rozpouštědla nebo prostředky na drhnutí. Nenamácejte váhu do vody.
4. Možnost změny podle země použití z kg/cm na st/in nebo lb/in přepnutím pomocí ovládacího tlačítka na zadní straně váhy.

Pozor! Nebezpečí uklouznutí na mokřém povrchu.




## Zadávání údajů

Pro správnou funkci váhy s tělesnou analýzou je potřeba zadat osobní údaje říšlusných osob a poté ihned bosky vstoupit na váhu.

1. Pro nastavení si váhu položte na stůl.
2. Spouštění zadávání dat (Klávesu  stlačte po dobu 1 sekundy).
3. Paměť (P1 ... P8) zvolit (▼ = mínus, ▲ = plus) a potvrdit (.
4. Nastavení tělesné výšky (▼ = mínus, ▲ = plus) a potvrdit (.
5. Nastavení stáří (▼ = mínus, ▲ = plus) a potvrdit (.
6. Pohlaví vyberte pomocí ▼/▲ (♂ = mužské, ♀ = ženské).



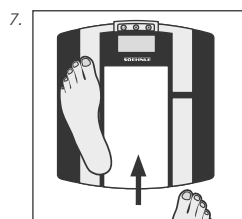
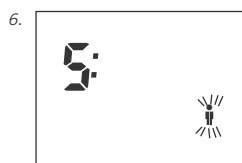
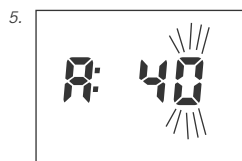
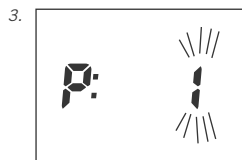
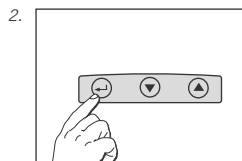
Stlačte klávesu  a podržte ji po dobu 3 sekund, až se na indikátoru zobrazí 0.0.

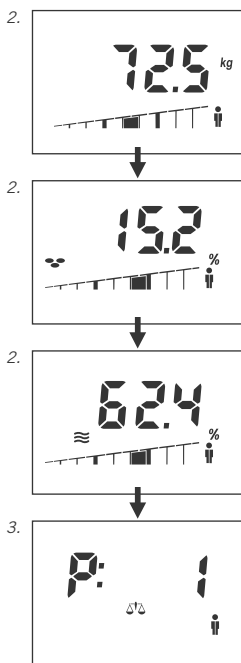
7. Hned potom postavte váhu na podlahu, počkejte na zobrazení 0.0 a postavte se na váhu bosýma nohama. První měření je nezbytné k uložení údajů pro pozdější automatickou identifikaci osob. Když na váhu nestoupíte, musíte zadávaní dat zopakovat.

Po vstoupení na váhu dochází k první tělesné analýze.

Váha disponuje režimem time out. Po cca 40 vteřinách bez ovládání tlačítek se opět vypne.

Po výměně baterií musíte data zadat opakovaně.





## Tělesná analýza

Aby byly výsledky jednoznačné, vstupujte na váhu bez oblečení.

1. Vstupte na váhu. Následuje zobrazení hmotnosti a – dokud trvá analýza (5-10 sekund) – běžící sloupcové zobrazení. Zůstaňte stát klidně až do ukončení analýzy.

2. Po automatické identifikaci osob se znovu zobrazí tělesná hmotnost, podíl tělesného tuku (☹) a podíl vody v organismu (☺) společně s příslušným stavovým grafem. Normální rozmezí příslušné osoby leží v prostředních 3 segmentech sloupcového zobrazení.

Interpretace naměřených hodnot na straně 140.

3. Zobrazení, které následuje, je Vaše osobní doporučení co učinit.

Význam symbolů:

- + ☺ Měli byste více pít
- + ☹ Doporučuje se cvičení k vypracování svalstva!
- + ☹☺ Doporučuje se změna stravy!
- ☹☺ Hodnoty Vaší analýzy jsou v pořádku!

4. Opusťte váhu. Po zobrazení paměťového místa se váha automaticky vypne.

Ve vzácných případech není automatické přiřazení výsledku analýzy možné. Váha potom střídavě zobrazuje paměťová místa osob, která se nejvíce blíží výsledku analýzy. Protože je měření již ukončeno, můžete váhu opustit a potvrdit své osobní paměťové místo tlačítkem ▲ nebo ▼ (tlačítko ▼ pro první zobrazené paměťové místo, tlačítko ▲ pro druhé zobrazené paměťové místo). Potom se zobrazí tělesná hmotnost, podíl tělesného tuku, vody v organismu a potřeba kalorií.

V případě kolísání váhy oproti poslednímu měření o více než +/-3 kg nebude uživatel rozpoznán a údaje je nutné zadat znovu.

Respektujte prosím, že při stoupenutí na váhu s botami nebo ponožkami dojde jenom ke stanovení hmotnosti a nedojde k provedení žádné nebo dojde k stanovení chybné tělesné analýzy!

Vždycky přesné výsledky dosáhnete tehdy, když se postavíte dle možnosti vždycky na stejnou pozici na váze.

## Individuální doporučení

Váha s tělesnou analýzou stanoví na základě Vašich osobních údajů a doporučení odborníků z oblasti zdraví Váš individuální ideální stav týkající

se váhy a podílu tělesného tuku.

Kromě toho celkový podíl tělesné vody a podíl svaloviny. Uvědomte si, že i ve svalech je

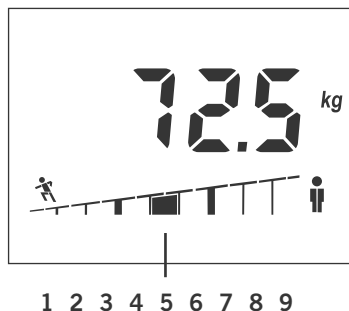
obsažena voda, která je již v tělesné analýze zohledněna. Proto se v celkovém výpočtu vždy zobrazí hodnota vyšší než 100 %.

## Tělesná hmotnost

Zatímco na displeji se zobrazuje tělesná hmotnost v kg, pod ním se ve sloupcové grafice objeví jeden z 9 segmentů. Stav aktivního segmentu přitom značí posouzení naměřené tělesné hmotnosti na bázi hodnoty BMI.

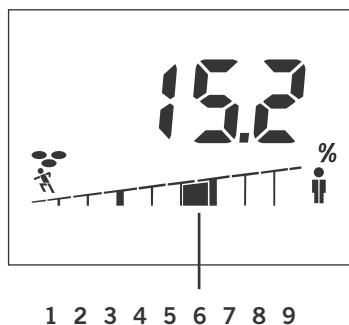
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Kpodíl tělesného tuku

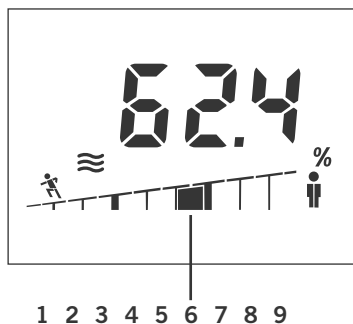
1	< - 12 %	velmi nízký podíl tuku
2	- 12 %	nízký podíl tuku
3	- 7 %	
4	- 3 %	normální podíl tuku
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	vysoký podíl tuku
8	+ 12 %	
9	>+ 12 %	velmi vysoký podíl tuku



### Příklad:

Naměřený podíl tělesného tuku = 15,2 % celkové váhy.

Tato hodnota se nachází cca 3 % nad vypočtenou normální osobní hodnotou.



## Podíl vody v organismu

1	< - 6 %	velmi nízký podíl vody
2	- 6 %	nízký podíl vody
3	- 4 %	
4	- 2 %	normální podíl vody
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	vysoký podíl vody
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Příklad:

Naměřený podíl tělesné vody = 62,4 % celkové váhy.

Tato hodnota se nachází cca 2 % nad vypočtenou normální osobní hodnotou.

## Faktory, které ovlivňují výsledky měření

Analýza je založena na měření elektrického odporu těla. Stravovací a pitní zvyklosti během dne a individuální životní styl ovlivňují vodní režim. Toto je zjevné v kolísání naměřených hodnot.

Aby bylo možné získat co nepřesnější a opakovatelné výsledky analýzy, pečujte o neměnné podmínky měření, protože jenom vy můžete přesně sledovat změny během delší doby.

Kromě toho ještě jiné faktory mohou ovlivňovat vodní režim:

Po koupeli může být indikováno příliš málo podílu tělesného tuku a vysoký podíl vody.

Po jídle může být zjištěna vyšší hodnota.

Během menstruačního cyklu mohou být zaznamenány kolísání.

Při ztrátě tělesné vody v důsledku nemoci nebo po fyzické námaze (sportování). Po sportovní činnosti se doporučuje počkat s dalším měřením 6 až 8 hodin.

Odlíšné nebo nechtěné výsledky mohou vzniknout pro:

Osoby s horečkou, s otoky nebo osteoporosou.

Osoby, které podléhají léčbě dialýzou.

Osoby, které pobírají kardiovaskulární léky.

Ženy v těhotenství.

Provádíte-li analýzu s vlhkými ponožkami na nohou.



## Hlášení

1. Opotřebované baterie.
2. Přetížení: nad 150 kg.
3. Nechtěné výsledky analýzy – zkontrolovat osobní naprogramování.
4. Špatný kontakt nohou:
  - Vyčistit váhu nebo nohy nebo dát pozor na dostatečnou vlhkost pokožky.
  - Při příliš suché pokožce – nohy navlhčit nebo vykonajte měření raději po koupeli nebo sprše.



## Technické údaje

Nosnost x dělení = max 150 kg x 100 g

Rozlišení displeje:

Podíl tělesného tuku: 0,1%

Podíl vody v organismu: 0,1%

Tělesná velikost : 100-250 cm

Věk: 10-99 let

8 osobních paměťových míst

Velký LCD displej

Baterie: 3 x 1,5 V AAA

Baterie jsou součástí balení.

## Všeobecné pokyny

### Záruka

Soehnle ručí po dobu 3 let od data zakoupení za bezplatné odstranění nedostatků z titulu vady materiálu nebo výrobní závady opravou nebo výměnou. Dejte si prosím při nákupu prodejcem potvrdit a orazítkovat záruční list (na straně 23). V případě použití záruky vraťte váhu se záručním listem svému prodejci.

### Shoda

Toto zařízení odpovídá příslušné platné směrnici ES 2004/108/EC. Prohlášení o shodě EU naleznete na [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Ačkoliv byl přístroj testován a jeho emise nepřekračují přípustné emisní hraniční hodnoty radiových frekvencí stanovené ve výše uvedených směrnících, přesto neexistuje žádná záruka toho, že se za určitých situací nevyskytne rušení. Možné rušení lze zjistit tak, že zařízení zapnete a vypnete a přitom sledujete rádiový nebo televizní příjem. Můžete se pokusit odstranit rušení tak, že provedete jeden nebo v konkrétní situaci i několik z následujících kroků:

- Nově upravte polohu dotčeného zařízení nebo jeho přijímací antény.
- Zvětšete vzdálenost mezi dotčeným přístrojem a váhou.
- V případě potřeby se obraťte na zkušeného radiového nebo televizního technika.

**DŮLEŽITÉ!** Změny v elektronice nebo na obalu tohoto výrobku musejí být výslovně odsouhlaseny firmou Soehnle; při nedodržení tohoto ustanovení lze učivateli za určitých okolností odebrat povolení provozovat tento přístroj.

### Elektromagnetické vlivy

Při extrémních elektromagnetických vlivech např. při provozování radiového přístroje v bezprostřední blízkosti zařízení může dojít k ovlivnění zobrazené hodnoty. Po ukončení rušivého vlivu je výrobek znovu použitelný v souladu se svým určením, případně může být nutné opakovaně zapnutí přístroje nebo krátkodobé vyjmutí baterie.

### Zákonná povinnost upozornit na způsob likvidace baterií

Informace: Veškeré naše baterie dodávané od výrobce mají nízký obsah škodlivých látek! Baterie nepatří do domovního odpadu. Jako spotřebitelé máte zákonnou povinnost vrátit použité baterie. Své staré baterie můžete odevzdávat ve veřejných sběrnách ve své obci nebo všude tam, kde se baterie příslušného druhu prodávají.

Upozornění: Tyto značky najdete na bateriích obsahujících škodlivé látky:



Pb = baterie obsahuje olovo

Cd = baterie obsahuje kadmium

Hg = baterie obsahuje rtuť

### Likvidace použitých elektrických a elektronických přístrojů



Symbol na výrobku nebo jeho obalu upozorňuje na to, že se s tímto výrobkem nemá zacházet jako s obyčejným domácím odpadem, ale že je třeba jej odevzdat ve sběrně zabezpečující recyklaci elektrických a elektronických přístrojů. Další informace obdržíte prostřednictvím obce, komunálního podniku pro likvidaci odpadu nebo prodejny, ve které jste výrobek zakoupili.

### Servis pro spotřebitele

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

Na domovské stránce SOEHNLE [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) naleznete pod bodem menu "Service / Internationale Kontakte" obchodního partnera Vaší krajiny.



## Garanční list

IV případě uplatnění garance vraťte, prosíme, váhu společně s dokladem o zakoupení a garančním listem vašemu prodejci.

Odesílatel

---



---



---

Důvod reklamace

---



---



---

Благодарим Вас за приобретение весов для анализа состояния веса тела фирмы Soehnle.

Этот продукт поможет вам при оценке состояния Вашего тела.

Пожалуйста, перед первым использованием прибора тщательно изучите настоящую инструкцию и хорошо ознакомьтесь с прибором.

Храните настоящую инструкцию в удобном и доступном месте, чтобы всегда иметь возможность извлечь необходимую Вам информацию.



## Важные рекомендации

Если речь идет о том, чтобы уменьшить вес при чрезмерном или увеличить его при недостаточном весе, то необходимо проконсультироваться с врачом. Любое лечение или диета проводится только после консультации с врачом. Рекомендации по гимнастическим программам или лечению от ожирения на основе определенных данных должны даваться врачом или другим квалифицированным лицом. Фирма SOEHNLE не несет ответственности ни за вред и потери, обусловленные балансом тела, ни за претензии третьих лиц. Данный продукт предназначен только для домашнего применения пользователем. Он не предназначается для профессионального применения в больницах или других медицинских учреждениях. Весы не пригодны для лиц с электронными имплантатами (кардиостимуляторами, и т.д.) Использовать эти весы только на надежных, ровных поверхностях (плиточный пол, паркет, и т.п.). **При использовании на ковровом покрытии возможно получение ошибочных результатов измерений.**

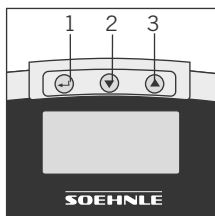
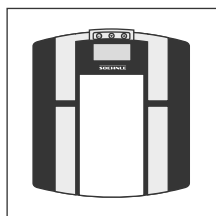
При одновременной тренировке мускулов и фитнес-тренировке Вы создаете правильный баланс веса, жира тела и мускульной массы.

При помощи весов Body Balance Вы внесёте решающий вклад в поддержание Вашего здоровья. Эти электронные весы для анализа состояния тела имеют следующие функции:

Весы Body Balance на основании Ваших персональных данных и рекомендаций экспертов по здоровью и составу тела определяют Ваше состояние относительно доли внутреннего жира, тканевой жидкости и веса.

Затем проводится индивидуальный анализ результатов с последующей персональной рекомендацией.

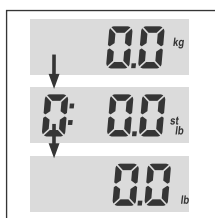
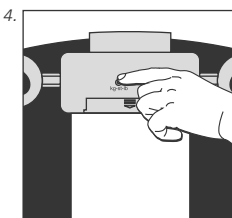
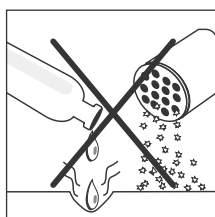
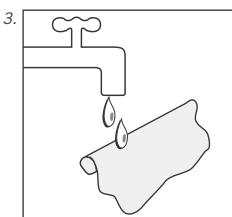
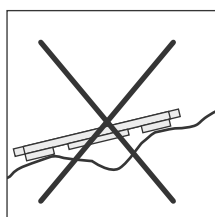
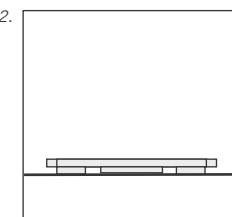
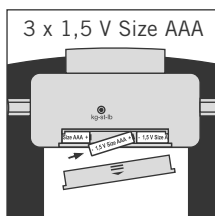
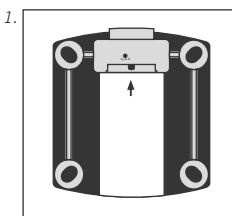
8-кратная персональная память с автоматическим распознаванием пользователя.



## Элементы управления

1. подтверждение (↵)
2. минус (▼)
3. плюс (▲)

## Подготовка к работе



1. Установить элементы питания.  
Указание: Весы для анализа состояния тела - после установки элементов питания - сразу же (пока на индикации ещё отображается 0.0) установить на ровной поверхности и дождаться автоматического отключения весов. Только после этого начинать ввод данных. В противном случае, возможно, что вес весов ошибочным образом будет прибавлен при первом взвешивании. То же самое может произойти в стандартном режиме, если перед взвешиванием взять весы в руки.
2. Для всех взвешиваний необходимо размещать весы на ровной и устойчивой поверхности (не на ковровом покрытии).
3. Чистка и уход: чистить только слегка влажной тряпкой. Не применять растворяющих и чистящих средств. Не опускать весы в воду.
4. Возможность переключения на различные единицы измерения (с кг/см на унции/дюймы или фунты/дюймы) при помощи кнопки управления на обратной стороне весов.

Внимание! При мокрой поверхности весов существует опасность поскользнуться.



## Ввод данных

Для правильной работы весов необходимо, чтобы были введены индивидуальные данные соответствующего пользователя, и пользователь сразу встал на весы босыми ногами.

1. Поставьте весы для установки на стол.
2. Начать ввод данных (на 1 секунду нажать кнопку (↵)).
3. Выберите ячейку памяти (P1 ... P8), (▼= меньше, ▲= больше) и подтвердите выбор (↵).
4. Установите рост (▼= меньше, ▲= больше) и подтвердите выбор (↵).
5. Установите возраст (▼= меньше, ▲= больше) и подтвердите выбор (↵).
6. При помощи ▼/▲ выбрать пол (♂ = мужской, ♀ = женский).



Нажать кнопку ↵ и удерживать в течение 3 секунд, пока на индикаторе не появится 0.0 дюймов.

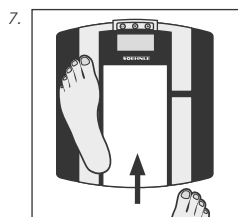
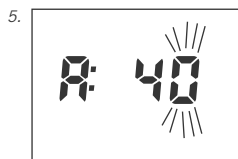
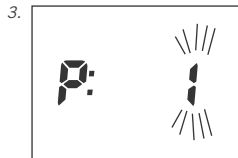
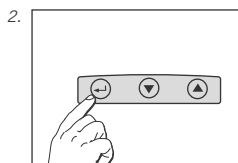
7. Затем немедленно поставить весы на пол, подождать высветивания на индикаторе значения 0.0 и босыми ногами встать на весы.

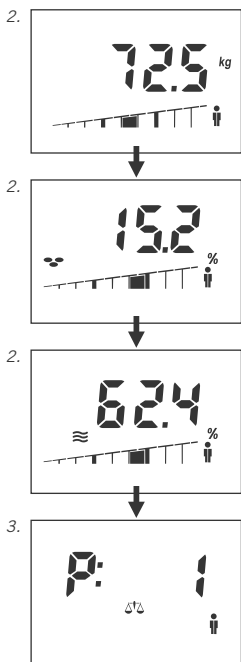
Первое измерение является необходимым для сохранения данных в памяти и для последующего автоматического распознавания пользователя. Если на весы никто не встал, то ввод данных необходимо повторить.

После вставания на весы происходит первый анализ состояния веса тела.

Весы имеют режим отключения (тайм-аут). Они отключаются примерно через 40 секунд бездействия (кнопки не нажимаются).

После замены элементов питания данные должны вводиться снова.





## Анализ параметров веса тела

Для достоверности результатов рекомендуется вставлять на весы не одетым.

1. Встать на весы. Происходит отображение на индикаторе веса тела и - пока идёт анализ (5-10 сек.) - бегущая полоска индикации. Необходимо стоять спокойно до окончания анализа.

2. После автоматического распознавания пользователя вновь происходит анализ веса тела, доли внутреннего жира (☹) и доли тканевой жидкости (≡) вместе с соответствующим отображением полоски состояния. Нормальный диапазон соответствующего пользователя находится в трёх средних сегментах полоски индикации. Интерпретация результатов измерения - страница 151.

3. Высвечиваемая затем информация является Вашей персональной рекомендацией по программе действий.

Значение символов:

- + ≡ Вам следует пить больше жидкости!
- + ☹ Рекомендуется тренировка мускулатуры!
- + ☹ Рекомендуется смена характера питания!
- ☹ Результаты Вашего анализа в норме!

4. Сойти с весов. После отображения ячейки памяти весы автоматически отключаются.

В редких случаях бывает невозможно автоматическое соотнесение результатов анализа с пользователем. Тогда весы поочерёдно отображают ячейки памяти пользователей, которые более всего подходят под результаты анализа. Поскольку измерения уже закончены, Вы можете сойти с весов и при помощи кнопок ▲ или ▼ подтвердить Вашу персональную ячейку (▼ - для первой отображаемой ячейки памяти, ▲ - для второй отображаемой ячейки памяти). Затем происходит отображение веса тела, доли внутреннего жира и тканевой жидкости, а также потребность в энергии. При колебаниях массы тела по отношению к последнему измерению более +/-3 кг пользователь не распознается и ввод данных необходимо провести вновь.

Следует учитывать, что если стать на весы в обуви или в носках, то будет проведено только измерение веса; анализ веса тела произведён не будет или будет произведён неправильно!

Постоянно точные результаты измерения достигаются в том случае, если Вы всегда будете вставать на весах на как можно более одну и ту же позицию.

## Индивидуальная рекомендация

На основании ваших индивидуальных данных и рекомендации специалиста по оздоровлению веса определяют ваше индивидуальное идеальное

состояние относительно веса и доли жировой ткани. Исходя из этого - долю тканевой жидкости и мускульной ткани. Пожалуйста, учтите, что в мускулах также

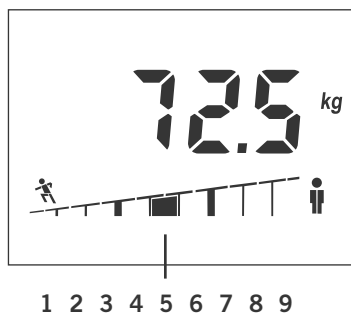
содержится тканевая жидкость, что уже учтено при анализе доли тканевой жидкости. Поэтому при полном расчете значение всегда превышает 100 %.

### Масса тела

В то время как на дисплее масса тела указывается в кг, то на столбиковой диаграмме под ним появляется один из 9 сегментов. При этом положение активных сегментов характеризует оценку измеренного веса тела на основе значения индекса массы тела (BMI).

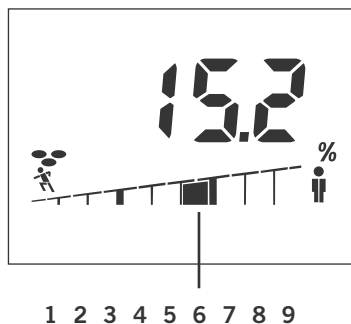
#### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



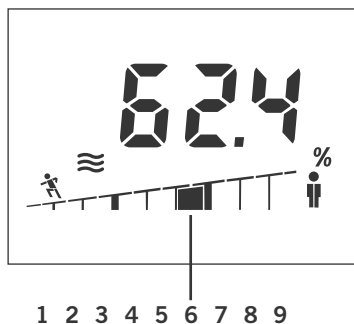
### Доля жировых отложений в организме

1	< - 12 %	очень низкая доля жировых отложений
2	- 12 %	низкая доля жировых отложений
3	- 7 %	
4	- 3 %	доля жировых отложений в норме
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	высокая доля жировых отложений
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	очень высокая доля жировых отложений



#### Пример:

Измеренное количество доли жировой ткани = 15,2 % от общего веса тела. это значение находится примерно на 3 % выше рассчитанного персонального нормального значения.



### Доля воды в массе тела

1	< - 6 %	очень низкая доля воды
2	- 6 %	низкая доля воды
3	- 4 %	
4	- 2 %	доля воды в норме
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	высокая доля воды
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

#### Пример:

Измеренное количество тканевой жидкости = 62,4 % от общего веса тела. это значение находится примерно на 2 % выше рассчитанного персонального нормального значения.

### Факторы, влияющие на результаты измерений

Анализ основывается на измерении электрического сопротивления тела. Привычки еды и питья в течение дня и индивидуальный образ жизни влияют на содержание воды. Это можно заметить по колебаниям результатов. Чтобы получить наиболее точные и воспроизводимые значения результатов анализа, обеспечьте одинаковые условия измерений, только так Вы сможете точно наблюдать изменения на протяжении длительного времени.

Кроме этого на содержание воды могут влиять и другие факторы:

После ванны может показываться слишком низкое содержание жира и слишком высокое содержание воды.

После еды эта величина может быть выше.

У женщин имеются колебания, обусловленные циклами.

При потере воды в организме, обусловленной заболеванием или после физической нагрузки (спорт). После спортивных упражнений следующее

измерение должно производиться не ранее чем через 6-8 часов.

Отклоняющиеся или недостоверные результаты могут иметь место у:

людей с повышенной температурой, отеками симптомами или остеопорозом

лиц, подвергающихся лечению диализом

лиц, принимающих сердечно-сосудистые средства

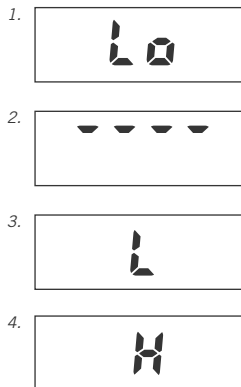
беременных женщин

Если оценка проводится с надетыми на ноги мокрыми носками.



## Сообщения

1. Батареи израсходованы.
2. Превышение допустимой нагрузки: от 150 кг.
3. Недостоверные результаты анализа — проверить личные настройки.
4. Плохой контакт с ногами:  
 Очистить весы или носки или обеспечить достаточную влажность кожи.  
 При слишком сухой коже — увлажнить ноги или проводить измерения по возможности после ванны или душа.



## Технические данные

Грузоподъёмность x цена деления = макс. 150 кг x 100 г

Разрешение индикатора:

Доля внутреннего жира: 0,1%

Доля тканевой жидкости: 0,1%

Рост: 100-250 см

Возраст: 10-99 лет

8 персональных ячеек памяти

Размер ЖК-дисплея

Питание от элементов питания: 3 x 1,5 В ААА

Элементы питания входят в комплект поставки.

**Общие указания**

**Гарантия**

В течение 3 лет от даты продажи фирма Soehnle гарантирует бесплатное устранение недостатков вследствие брака материала или производства посредством ремонта или замены изделия. При покупке просим Вас требовать заполнения и оттиска печати Продавца в гарантийном талоне (с. 23). При повреждении, наступила прежде изначан на гаранционния срок, моля да върнът взната на подавача задно с гаранционната карта.

**Соответствие требованиям стандартов**

Этот прибор соответствует действующей директиве 2004/108/ЕС. Декларация соответствия нормам ЕС приведена в интернете по адресу [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Хотя прибор прошел необходимые испытания и его радиочастотная эмиссия не превышает допустимых пределов, установленных названными директивами, нет полной гарантии того, что в определенных ситуациях такие помехи не возникнут. Возможные помехи могут быть обнаружены при включении и выключении прибора и наличии при этом телевизионной или радиотрансляции. Вы можете попытаться устранить помехи, проведя одну или несколько из перечисленных ниже операций:

- По-другому установить соответствующий прибор или его принимающую антенну.
- Увеличить расстояние между соответствующим прибором и весами.
- При необходимости обратиться за рекомендациями к специалистам по радио- и телеаппаратуре.

**ВАЖНО!** Внесение изменений в электронику или другие элементы настоящих приборов требуют ясного и недвусмысленного согласия фирмы Soehnle; при несоблюдении этого требования Пользователю может быть отказано в праве эксплуатации данного прибора.

**Электромагнитные воздействия**

При наличии внешних электромагнитных воздействий, например, при эксплуатации радиоаппаратуры в непосредственной близости прибора, возможно их влияние на показания прибора. После окончания таких воздействий прибор может быть снова использован по назначению, в случае необходимости его следует выключить и включить вновь или на короткое время извлечь и снова вставить батарейки. Настоящие весы оснащены системой интеллектуальной установки на ноль.

**Предписываемые законом указания по утилизации батареек**

Информация: Все поставляемые нами вместе с приборами батарейки содержат малое количество вредных веществ! Батарейки нельзя выбрасывать вместе с бытовым мусором. Как пользователь Вы в соответствии с законом обязаны вернуть использованные батарейки назад. Вы можете сдать ваши старые батарейки в специальных местах приема Вашего района, где принимаются батарейки соответствующего Вашего типа.

Указание: На батарейках, содержащих малое количество вредных веществ, Вы можете видеть следующие знаки:



Pb = Батарейка содержит свинец  
Cd = Батарейка содержит кадмий  
Hg = Батарейка содержит ртуть

**Утилизация использованных приборов электрических и электронных приборов**



Символ на изделии или его упаковке указывает на то, что это изделие нельзя утилизировать вместе с обычными бытовыми отходами, а должно быть доставлено в специальное место приема во вторичную переработку электрических и электронных приборов. Дополнительную информацию вы можете получить у администрации вашего района, в соответствующих коммунальных предприятиях или в организации, где Вы приобрели настоящий прибор.

**Служба работы с клиентами:**

Тел.: +49 2604 9770

**Понедельник-Пятница**

С 09:00 до 12:00

Данные контактного лица в Вашей стране Вы можете найти на странице фирмы SOEHNLE в Интернете: [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) в пункте меню "Service / Internationale Kontakte" (международные контакты / сервис).



**Гарантийный талон**

В случае необходимости воспользоваться гарантией верните весы с гарантийным талоном и чеком Вашему продавцу.

Отправитель \_\_\_\_\_

Причина \_\_\_\_\_

рекламации \_\_\_\_\_

Bu Soehnle vücut analiz tartéséné seçtiđiniz için teşekkürler! Bu marka ürün, size vücudunuzun durumuna ilişkin bir yarıđıya varmanızda destek olacaktır.

Lütfen cihazé ilk kez kullanmadan önce bu kullanma talimaténé dikkatlice okuyunuz ve cihazé iyice tanémaya çalıřsénéz.

İstedięiniz zaman bakabilmek için bu kullanma talimaténé muhafaza ediniz.



## Önemli bilgiler

Ařéré řiřmanlık halinde kilo verme ya da ařéré zayıflık halinde kilo alma söz konusu olduđunda, bir doktora görünülmesinde fayda vardır. Lütfen her müdahale ve diyeti sadece doktor kontrolünde yapénéz.

Tarténen tespit ettiđi deđerler dođrultusunda jimnastik programlaré veya zayıflama kürleri bir doktor ya da uzman bir řahés tarafından tavsiye edilmiştir.

SOEHNLE, Body Balance'tan kaynaklanan hasar ya da kayéplar ile üçüncü taraflarén taleplerinden sorumluluk kabul etmez.

Bu ürün, sadece bireysel tüketicilerin evde kullanémına yöneliktir. Hastaneler ya da diđer tébbi kurumlarda profesyonel kullanéma uygun deđildir. Elektronik implant (kalp pili, v.b.) taşıyanlarén kullanémına uygun deđildir.

Vücut analiz tartéséné, sadece sađlam ve düz zeminlerde (fayans, parke, v.b.) kullanénéz.

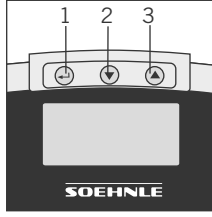
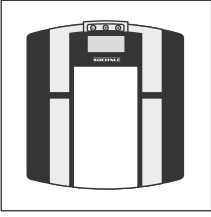
**Duvarдан duvara halé kaplama zeminlerde yanlış ölçüm ihtimali ortaya çékar.**

Body Balance ile sađlığınıza önemli katkıda bulunursunuz. Bu elektronik vücut analiz terapisinin ařađıda belirtilen işlevleri vardır:

Body Balance, kişisel verilerinizden ve sađlık ile Body Composition uzmanlarının önerilerinden yola çıkarak vücuttaki yağ oranı, vücuttaki su oranı ve ađırlık konularında kişisel durumunuzu belirler.

Özel tavsiye ile analiz sonuçları kişisel olarak deđerlendirilmektedir.

Otomatik kişi tanımalı kişilerle özđü 8 bellek.



## Kullanım elemanları

1. Onaylamak (↵)
2. Eksi (▼)
3. Artı (▲)

## Hazırlık

1. Pilleri yerleştirin.

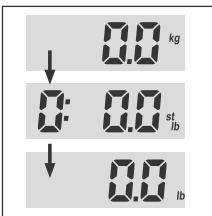
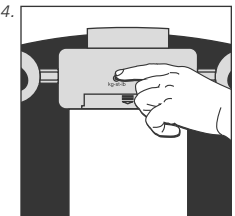
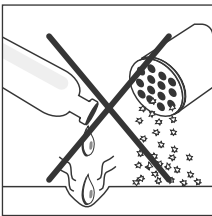
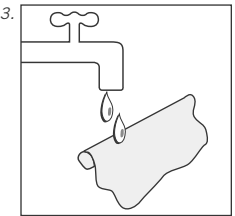
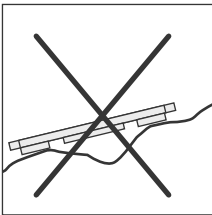
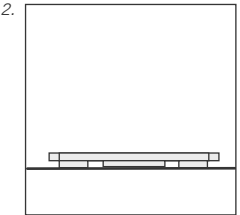
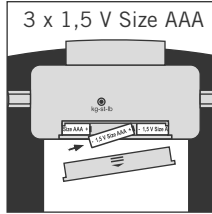
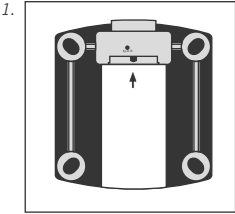
### Uyarı:

Pilleri yerleştirdikten sonra vücut analizi terazisini, hemen (0.0 gösterildiği süreç) düz bir zemine oturtunuz ve terazi kendiliğinden kapanıncaya kadar bekleyiniz.

Ancak bu işlemi yaptıktan sonra veri girişini başlatınız. Aksi takdirde, terazinin kendi ağırlığının ilk tartma işleminde ölçülen değerlere dahil olması söz konusu olabilir. Aynı husus, ölçme işleminden önce teraziyi elle tutularak kaldırıldığında da söz konusu olabilir.

2. Tüm ölçümler için teraziyi düz ve sağlam bir yüzeye koyunuz (halıfleksli zeminler uygun değil).
3. Temizlik ve bakım: Yalnızca nemli bir bez ile temizleyiniz. Çözelti maddesi ve aşındırıcı madde kullanmayınız. Teraziyi suya daldırmayınız.
4. Terazinin arka yüzündeki kullanım düğmelerini kullanarak kg/cm biriminden st/in veya lb/in (yalnızca İngilizce konuşulan yerlerdeki terazilerde) gibi ülkeye özgü birimlere değiştirme olanağı bulunur.

Dikkat! Islak üst yüzey durumunda kayma tehlikesi.



## Veri giriři

Vücut analiz tartésénén dođru biçimde çalıřabilmesi için tek tek kiřilere ait bilgilerin girilmesi ve hemen ardından yalénayak tarténén üzerine çékelmasé gereklidir.

1. Teraziyi ayarlamak için masanın üzerine koyunuz.
2. Veri giriřini bařlatın (← tuřunu 1 saniye basılı tutun).
3. Belleđi (P1 ... P8) seçiniz (▼ = eksi, ▲ = artı) ve seçimi onaylayınız (←).)
4. Boyunuzu ayarlayınız (▼ = eksi, ▲ = artı) ve ayarınız (←).
5. Yařınızı ayarlayınız (▼ = eksi, ▲ = artı) ve ayarı onaylayınız (←).
6. Cinsiyeti ▼/▲ ile seçin (♂ = Erkek , ♀ = Kadın).



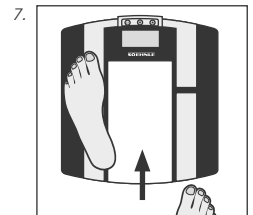
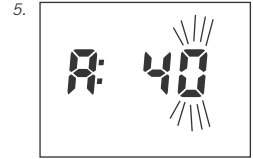
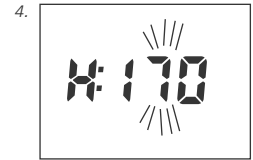
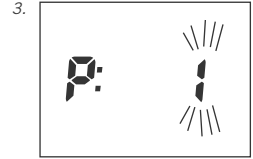
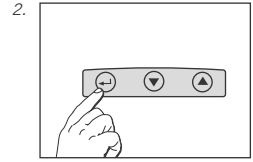
← tuřuna basın ve göstergede 0.0 belirinceye kadar tuřu 3 saniye basılı tutun.

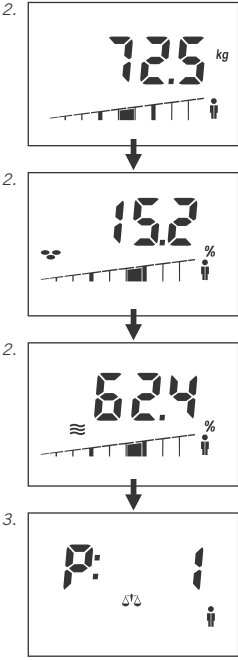
7. Ardından vücut analizi terazisini hemen zemine koyunuz, 0-0 göstergesinin belirmesini bekleyiniz ve yalınayak terazinin üzerine çıkınız. Birinci ölçüm verilerin kaydedilmesi ve sonraki otomatik kiři tanıma için önemlidir. Terazinin üzerine çıkılmadıđı takdirde, veri giriři tekrarlanmalıdır.

Terazinin üzerine çıkıldıktan sonra ilk vücut analizi gerçékleřir.

Terazi Time out (Zaman ařımı) moduna sahiptir. Yaklařık 40 saniye süreyle herhangi bir tuřa basılmadıđında otomatik olarak kapanmaktadır.

Pil deđiřtirildikten sonra verileri yeniden girmelidir.





## Vücut analizi

Sağlıklı sonuçlar elde etmek için terazinin üzerine kıyafet giymeden çıkınız.

1. Terazinin üzerine çıkınız. Ağırlığınız gösterilir ve analiz devam ettiği sürece (5-10 saniye) değişen bir sütun gösterge belirir. Analiz sona erinceye kadar kılmıdamadan durunuz.

2. Otomatik kişi tanınmasından sonra ilgili durum sütunu ile yeniden ağırlık, vücuttaki yağ oranı (👤) ve vücuttaki su oranı (💧) göstergesi gösterilir. İlgili kişinin normal aralığı, sütun göstergenin ortasındaki 3 bölüt arasında yer almaktadır. Ölçülen değerlerin yorumlanması Sayfa 162.

3. Bunu takip eden göstergede kişisel uygulama tavsiyeleri gösterilir.

Simgelerin anlamı:

- + 💧 Daha fazla sıvı içmelisiniz
- + 👤 Kas geliştirme idmanı tavsiye edilir!
- + 🍌 Beslenmenizi değiştirmeniz tavsiye edilir!
- ⚖️ Analiz değerleriniz normal!

4. Teraziden ininiz. Bellek gösterildikten sonra terazi otomatik olarak kapanır.

Nadir durumlarda analiz sonuçlarının otomatik olarak düzenlenmesi mümkün olmayabilir. Bu durumlarda terazi değışerek analiz sonuçları en yakın olan kişinin belleğini gösterir. Ölçüm işlemi sona erdiğinden dolayı teraziden inebilir ve kişisel belleğinizi ▲ veya ▼ tuşu (gösterilen ilk bellek için ▼ tuşu, gösterilen ikinci bellek için ▲ tuşu) ile onaylayabilirsiniz Bu durumda ağırlık, vücuttaki yağ oranı, su oranı ve kalori ihtiyacı gösterilir.

Son ölçüme göre +/-3 kg kilo oynamasénda, tartéya çékan kişi cihaz tarafından algılanmaz ve yeniden veri girişı yapmak zorundadır.

Terazinin üzerine ayakkabılar veya çoraplar ile çıkıldığında, sadece ağırlığınızın belirleneceğini ve vücut analizinin yanlış gerçekleşeceği veya hiç gerçekleşmeyeceğini lütfen dikkate alınız!

Sürekli doğru sonuçları, mümkün olduğunca terazinin üzerine aynı pozisyonda durduğunuzda elde edersiniz.

## Özel tavsiye

Vücut analiz tartésé, kişisel verilerinize ve sađlık uzmanların tavsiyelerine dayanarak, kilo ve vücut yağ orané açéséndan en ideal bireysel deđerleri-

nizi saptar. Bunun deđerında tüm vücuttaki su ve kas oranénéné da tespit eder. Lütfen, kasların da, vücut suyu analizinde dikkate alénan su

içerdiđini unutmayénez. Bu nedenle toplu neticede deđer her zaman % 100'ün üzerinde çékar.

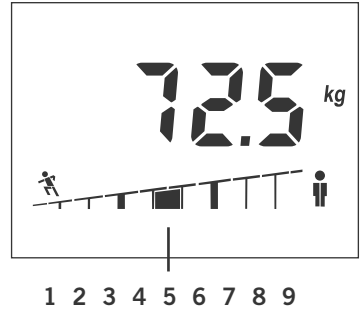
## Ađırlık

Ekranında kg cinsinden ađırlığınız gösterildiđi sırada, sütun grafiđi altında 9 göstergeden biri belirir.

Bu sırada etkin göstergenin durumu, ölçülen vücut ađırlığının, BMI deđerleri esas alınarak deđerlendirilmesini tanımlamaktadır.

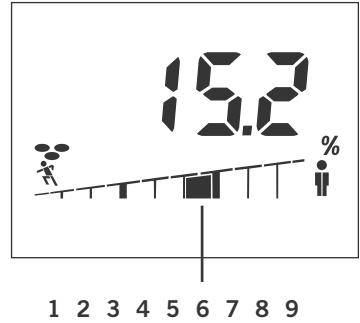
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Vücuttaki yağ oranı

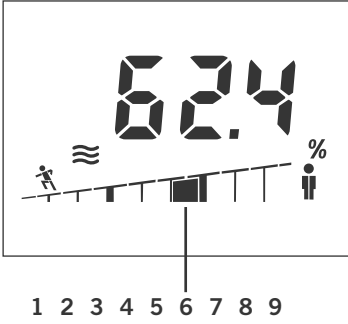
1	< - 12 %	Çok düşük yağ oranı
2	- 12 %	Düşük yağ oranı
3	- 7 %	
4	- 3 %	Normal yağ oranı
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	Yüksek yağ oranı
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	Çok yüksek yağ oranı



### Ömek:

Ölçülen vücut yağ orané = Toplam ađerlégén % 15,2'si.

Bu deđer, hesaplanan normal bireysel deđerin yaklařık % 3 üzerindedir.



## Vücuttaki su oranı

1	< - 6 %	Çok düşük su oranı
2	- 6 %	Düşük su oranı
3	- 4 %	
4	- 2 %	Normal su oranı
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	Yüksek su oranı
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Örnek:

Ölçülen vücut su oranı = Toplam ağırlığı % 62,4'ü.

Bu değer, hesaplanan normal bireysel değeri yaklaşık % 2 üzerindedir.

## Ölçüm sonucunu etkileyen etkenler

İlgili analiz, elektrikli vücut direncinin ölçümünü esas alır. Günlük akış içerisindeki yemek yeme ve içme alışkanlıkları ile kişisel yaşam tarzı, vücuttaki su oranına etki eder. Bu etkiler göstergedeki değişimler ile kendisini gösterir.

Kesin ve tekrarlanan analiz sonuçları elde etmek için ölçüm koşullarının aynı kalmasını sağlayınız. Yalnızca bu şekilde uzun süre dilimindeki değişiklikleri kesin ve doğru olarak gözlemleyebilirsiniz.

Aşağıda belirtilen etkenler de vücuttaki su oranını etkiler:

Duş alındıktan sonra çok düşük bir vücut yağ oranı ve çok yüksek vücut su oranı gösterilebilir.

Bir yemek öğününden sonra gösterge daha yüksek olabilir.

Kadınlarda döneme bağlı değişiklikler meydana gelir.

Hastalıktan veya fiziksel zorlanmadan (spor) dolayı vücuttaki su kaybı. Sportif bir faaliyetten sonraki vücut yağ oranının ölçümüne kadar 6 – 8 saat beklenmesi gerekmektedir.

Aşağıda belirtilen durumlarda sapma gösteren veya makul olmayan sonuçlar meydana gelebilir:

Ateşi, ödem semptomları veya kemik erimesi olan insanlar.

Diyaliz tedavisi gören insanlar.

Kardiyovasküler ilaç alan insanlar.

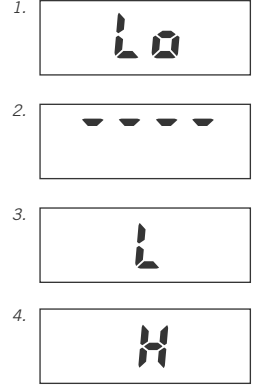
Hamile kadınlar.

Analiz ayakta nemli çorap varken yapılırsa.



## Mesajlar

1. Piller bitti.
2. Aşırı yük: 150 kg'dan itibaren.
3. Makul olmayan analiz sonucu – Kişisel rogramlamanızı kontrol ediniz.
4. Kötü ayak teması:  
Teraziye veya ayaklarınızı temizleyiniz veya yeterli cilt nemine dikkat ediniz.  
Çok kuru ciltte – Ayaklarınızı nemlendiriniz veya ölçümü yıkan-  
dıktan veya duş aldıktan sonra gerçekleştiriniz.



## Teknik Özellikler

Taşıma kuvveti x Taksim = Maks. 150 kg x 100 g

Gösterge çözünürlüğü:

Vücuttaki yağ oranı: %0,1

Vücuttaki su oranı: %0,1

Boy: 100-250 cm

Yaş: 10-99

Kişilere özgü 8 bellek

Büyük LCD gösterge

Pil gereksinimi: 3 x 1,5 V AAA

Piller teslimat kapsamında yer alır.

## Genel bilgiler

### Garanti

Soehnle, malin tüketiciye satış tarihinden itibaren başlayan 3 yıllık bir garanti sunmaktadır. Malın garanti süresi içerisinde malzeme veya üretim hatalarından kaynaklanan arızalar, ücret talep edilmeksizin onarılabılır veya değiştirilecektir. Malın satın alınması sırasında, satıcının garanti belgesini (Sayfa 23) doldurmasını ve belgeye kaşe vurmalarını sağlayın.

### Uygunluk

Bu cihaz, geçerli 2004/108/EC sayılı AT Yönetmeliği'ne uygundur. AT Uygunluk Beyanı, [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) Internet adresinde sunulmaktadır.



Cihaz, test edildiği ve emisyonu yukarıda belirtilen yönetmeliklerle belirlenmiş müsaade edilen radyo frekans emisyon sınır değerlerini aşmadığı halde, bazı durumlarda enterferansların oluşmayacağı garanti edilemez. Muhtemel enterferanslar, cihazın açılıp kapatılması esnasında radyo ve televizyon alımı kontrol edilerek tespit edilebilmektedir. Aşağıda belirtilen bir veya gerektiğinde birçok işlemi uygulayarak, enterferansları gidermeyi deneyebilirsiniz:

- Etkilenen cihazı veya bu cihazın alıcı antenini yeniden ayarlayınız.
- Etkilenen cihaz ile terazi arasındaki mesafeyi arttırınız.
- Gerektiğinde, deneyimli radyo ve televizyon uzmanına başvurunuz.

**ÖNEMLİ!** Bu ürünün elektronik donanımında ve gövdesinde deşiflikliklerin yapılabilmesi için, Soehnle firmasının kesin onayı gereklidir. Bu hususun dikkate alınmaması durumunda, gerektiğinde, kullanıcının cihazı işletme onayı iptal edebilir.

### Elektromanyetik etkiler

Farklı sebeplerden kaynaklanan (örneğin, cihazın hemen yakınında telsiz kullanımı) aşırı elektromanyetik etkiler, gösterge değerine tesir edebilir. Elektromanyetik etkilerin sona ermesinden sonra, ürün, tekrar kuralara uygun olarak kullanılabilir (cihaz gerektiğinde kapatılıp açılmalıdır veya piller kısa süreliğine çıkartılmalıdır).

### Pillerin bertaraf edilmesine ilişkin yasal yükümlülük uyarısı

Bilgi: Fabrikamız tarafından teslim edilen piller, çok düşük miktarda zararlı madde içermektedir! Piller, evsel atıklarla birlikte bertaraf edilemez. Tüketici olarak, kullanılmış pilleri iade etmek sorumluluğuna sahipsiniz. Eski pilleri, belediyenizin tesis ettiği kamusal toplama yerlerine veya aynı türden pillerin satıldığı yerlere teslim edebilirsiniz.

Bilgi: Bu işaretler, zararlı madde içeren pillerde yer alır:



Pb = Kurşun içeriyor  
Cd = Kadmiyum içeriyor  
Hg = Cıva içeriyor

### Eski elektrikli ve elektronik cihazların bertaraf edilmesi



Ürün veya ambalaj üzerindeki bu simge, bu ürünün normal evsel atıklar ile atılmaması ve elektrikli veya elektronik cihazların geri dönüşümü ile ilgili toplama

yerlerine verilmesi gerektiğine işaret etmektedir. Daha fazla bilgi için belediyenize, belediyeye ait çöp imha kuruluşlarına veya ürünü satın aldığınız yere başvurun.

### Tüketici servisi

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

SOEHNLE firmasının [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) Internet sayfasında, "Servis / Uluslararası Yetkililer" menü noktası altında ülkenizdeki muhatap kişinin bilgilerinin bulursunuz.



## Garanti belgesi

Garanti durumunda teraziyi işbu garanti belgesi ve fatura ile birlikte satıcıya teslim ediniz.

Gönderen

---



---

Şikayet nedeni

---



---



---



---

Ευχαριστούμε πολύ για την αγορά αυτής της ζυγαριάς λιπομέτρησης της Soehnle.

Αυτό το επώνυμο προϊόν θα σας βοηθήσει στην αξιολόγηση της σωματικής σας κατάστασης. Παρακαλούμε, πριν την πρώτη χρήση διαβάστε προσεκτικά τις παρούσες οδηγίες χρήσης και εξοικειωθείτε με τη συσκευή. Φυλάξτε καλά τις οδηγίες χρήσης, ώστε να έχετε στη διάθεσή σας τις πληροφορίες ανά πάσα στιγμή.



## Σημαντικές οδηγίες

Εάν το ζητούμενο είναι η μείωση ή η αύξηση του σωματικού βάρους, ανάλογα, θα πρέπει να συμβουλευθείτε ιατρό. Κάθε μέθοδος και δίαιτα πρέπει να ακολουθείται μόνο κατόπιν συνεννόησης με ιατρό.

Συστάσεις για προγράμματα γυμναστικής ή μεθόδους αδυνατίσματος βάσει των υπολογισθεισών τιμών θα πρέπει να γίνονται από ιατρό ή άλλο καταρτισμένο άτομο.

Η SOEHNLE δεν φέρει καμία ευθύνη για ζημιές ή απώλειες που προκαλούνται από τη ζυγαριά Body Balance, ούτε για αξιώσεις τρίτων. Το προϊόν αυτό προορίζεται μόνο για οικιακή χρήση. Δεν προορίζεται για επαγγελματική χρήση σε νοσοκομεία ή κλινικές.

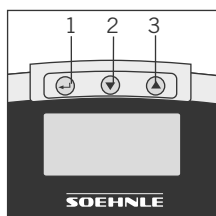
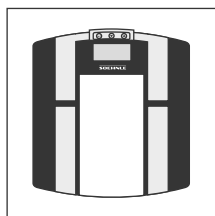
Δεν είναι κατάλληλο για άτομα με ηλεκτρονικά εμφυτεύματα (βηματοδότες, κ.λπ.)

Χρησιμοποιείτε πάντα αυτή τη ζυγαριά λιπομέτρησης μόνο σε σταθερό, επίπεδο δάπεδο (πλακάκια, παρκέ, κ.λπ.).

**Τοποθετώντας την πάνω σε χαλί ενδεχομένως οι μετρήσεις να είναι εσφαλμένες.**

Με ταυτόχρονη μυϊκή προπόνηση μπορεί να επιτευχθεί η σωστή ισορροπία μεταξύ του βάρους, του σωματικού λίπους και της μυϊκής μάζας. Με τη ζυγαριά Body Balance κάνετε ένα σημαντικό δώρο στην υγεία σας. Αυτή η ηλεκτρονική ζυγαριά σωματικής ανάλυσης διαθέτει τις παρακάτω λειτουργίες: Η ζυγαριά Body Balance υπολογίζει βάσει των προσωπικών σας στοιχείων και της σύστασης του ιατρού και των ειδικών επί της σωματικής σύνθεσης, την κατάστασή σας όσον αφορά το ποσοστό λίπους και νερού του σώματός σας και βάρους σας.

Γίνεται μια ατομική αξιολόγηση των αποτελεσμάτων ανάλυσης με προσωπική σύσταση. 8πλη μνήμη ατόμων με αυτόματη αναγνώριση.



## Στοιχεία χειρισμού

1. Επιβεβαίωση (↵)
2. Μείον (▼)
3. Συν (▲)

## Προετοιμασία

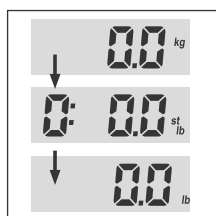
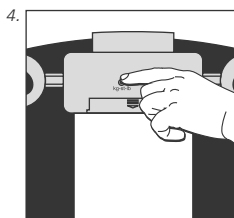
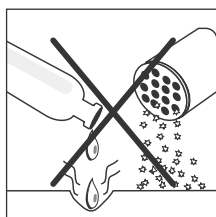
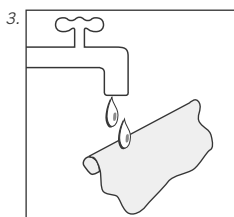
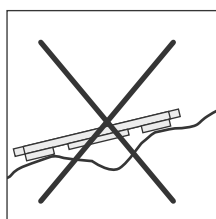
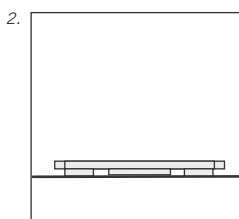
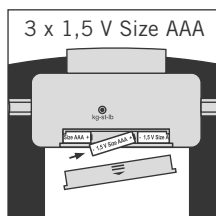
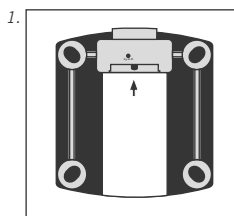
1. Τοποθετήστε τις μπαταρίες.  
Υπόδειξη:  
Αφού τοποθετήσετε τις μπαταρίες, τοποθετήστε αμέσως τη ζυγαριά (όσο εμφανίζεται ακόμη η ένδειξη 0.0) σε μια επίπεδη επιφάνεια και περιμένετε έως ότου απενεργοποιηθεί μόνη της. Τότε μόνο ξεκινήστε την εισαγωγή στοιχείων. Διαφορετικά υπάρχει η πιθανότητα να συνυπολογιστεί το βάρος της ζυγαριάς στην πρώτη ζύγιση. Το ίδιο μπορεί να συμβεί και κατά την κανονική λειτουργία, εάν πάρετε τη ζυγαριά στα χέρια σας πριν ζυγιστείτε.

2. Για όλες τις μετρήσεις, τοποθετείτε τη ζυγαριά σε ευθεία και στερεή επιφάνεια (όχι πάνω σε χαλί).

3. Καθαρισμός και φροντίδα: Καθαρίζετε μόνο με ένα ελαφρώς βρεγμένο πανί. Μην χρησιμοποιείτε διαλυτικά ή λειαντικά μέσα. Μην βυθίζετε τη ζυγαριά στο νερό.















4. Δυνατότητα αλλαγής ανάλογα με την εκάστοτε χώρα από kg/cm σε st/in ή lb/in μέσω εναλλαγής με το πλήκτρο χειρισμού στην πίσω πλευρά της ζυγαριάς.

Προσοχή! Κίνδυνος ολίσθησης σε υγρές επιφάνειες.




## Εισαγωγή δεδομένων

Για τη σωστή λειτουργία της ζυγαριάς λιπομέτρησης είναι απαραίτητο να εισαχθούν τα προσωπικά στοιχεία του εκάστοτε ατόμου και στη συνέχεια να ανεβαίνει αμέσως στη ζυγαριά χωρίς παπούτσια.

1. Τοποθετήστε τη ζυγαριά πάνω σε ένα τραπέζι για να την ρυθμίσετε.
2. Ξεκινήστε την εισαγωγή δεδομένων (πατήστε το πλήκτρο  για 1 δευτερόλεπτο).
3. Επιλέξτε θέση μνήμης (P1 ... P8) ( = μείον,  = συν) και επιβεβαιώστε ().
4. Εισαγάγετε το ύψος ( = μείον,  = συν) και επιβεβαιώστε ().
5. Εισαγάγετε ηλικία ( = μείον,  = συν) και επιβεβαιώστε ().
6. Επιλέξτε φύλλο με το / ( = άνδρας,  = γυναίκα).



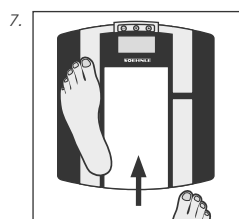
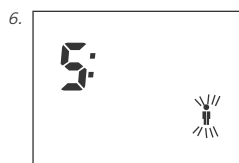
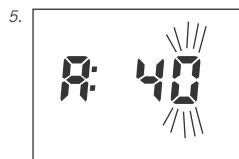
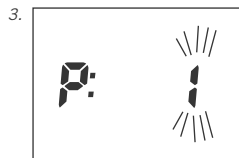
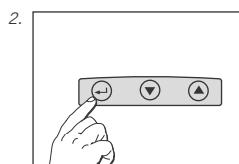
Πατήστε το πλήκτρο  και κρατήστε το πατημένο για 3 δευτερόλεπτα έως ότου εμφανιστεί η ένδειξη 0.0 στην οθόνη.

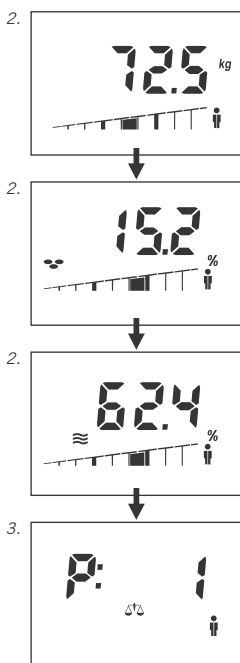
7. Στη συνέχεια τοποθετήστε αμέσως τη ζυγαριά λιπομέτρησης στο δάπεδο, περιμένετε να εμφανιστεί η ένδειξη 0.0 και ανεβείτε επάνω με γυμνά πέλματα. Η πρώτη ζύγιση είναι απαραίτητη για την αποθήκευση των δεδομένων για τη μετέπειτα αυτόματη αναγνώριση. Αν δεν ανεβείτε στη ζυγαριά, θα πρέπει να επαναλάβετε την εισαγωγή δεδομένων.

πρέπει να επαναληφθεί. Μόλις ανεβείτε στη ζυγαριά γίνεται η πρώτη λιπομέτρηση.

Η ζυγαριά διαθέτει έναν τρόπο λειτουργίας λήξης χρόνου. Μετά από περ. 40 δευτερόλεπτα χωρίς να πατηθεί κανένα πλήκτρο απενεργοποιείται.

Μετά την αλλαγή της μπαταρίας θα πρέπει να εισαγάγετε εκ νέου τις τιμές.





## Λιπομέτρηση

Για ακριβέστερα αποτελέσματα, αναβαίνετε στη ζυγαριά γυμνοί.

1. Ανεβείτε στη ζυγαριά. Εμφανίζεται το βάρος και - για όσο διαρκεί η ανάλυση (5-10 δευτ.) - μια ένδειξη προόδου. Παραμείνετε ακίνητοι μέχρι το τέλος της ανάλυσης.

2. Μετά την αυτόματη αναγνώριση εμφανίζεται ξανά μια ένδειξη του σωματικού βάρους, του ποσοστού λίπους (☹) και του ποσοστού νερού (≈) μαζί με την εκάστοτε γραμμή προόδου.

Η φυσιολογική περιοχή του εκάστοτε ατόμου βρίσκεται στα μεσαία 3 τμήματα της ένδειξης προόδου. Ερμηνεία των τιμών μέτρησης σελίδα 173.

3. Η παρακάτω ένδειξη είναι η προσωπική σας σύσταση για τις ενέργειες που πρέπει να ακολουθήσετε.

Σημασία των συμβόλων:

- + ≈ Πίνετε περισσότερα υγρά
- + ☹ Συνιστώνται ασκήσεις για την τόνωση των μυών!
- + ☹ Συνιστάται αλλαγή διατροφής!
- ☹ Οι τιμές της ανάλυσής σας είναι εντάξει!

4. Κατεβείτε από τη ζυγαριά. Μετά την εμφάνιση της

θέσης της μνήμης η ζυγαριά απενεργοποιείται αυτόματα.

Σε σπάνιες περιπτώσεις δεν είναι δυνατή η αυτόματη αντιστοίχιση του αποτελέσματος της ανάλυσης. Έπειτα η ζυγαριά εμφανίζει εναλλάξ τις θέσεις της μνήμης των ατόμων, οι οποίες προσεγγίζουν περισσότερο το αποτέλεσμα της ανάλυσης.

Εφόσον η μέτρηση έχει ήδη ολοκληρωθεί, μπορείτε να κατεβείτε από τη ζυγαριά και να επιβεβαιώσετε την προσωπική θέση μνήμης σας πατώντας το πλήκτρο ▲ ή ▼ (πλήκτρο ▼ για τη θέση μνήμης που εμφανίζεται πρώτη, πλήκτρο ▲ για τη θέση μνήμης που εμφανίζεται δεύτερη).

Στη συνέχεια εμφανίζεται το σωματικό βάρος, το ποσοστό λίπους, νερού και μυών και η θερμοδική ανάγκη.

Σε περίπτωση απόκλισης βάρους άνω των +/-3kg από την τελευταία μέτρηση ο χρήστης δεν αναγνωρίζεται και πρέπει να επαναλάβει την εισαγωγή στοιχείων. Παρακαλούμε, προσέξτε ότι αν ανεβείτε στη ζυγαριά με παπούτσια ή κάλτσες θα γίνει μόνο ζύγιση ή η λιπομέτρηση θα είναι εσφαλμένη! Για συνεχώς ακριβή αποτελέσματα, θα πρέπει να στέκεστε πάντα κατά το δυνατόν στην ίδια θέση στη ζυγαριά.

## Ατομική σύσταση

Η ζυγαριά λιπομέτρησης υπολογίζει, βάσει των προσωπικών σας στοιχείων και συστάσεων από γιατρούς, την προσωπική σας ιδανική κατάσταση

όσον αφορά το βάρος και το ποσοστό λίπους σας. Επιπλέον μετράει το συνολικό ποσοστό νερού στο σώμα και το ποσοστό των μυών. Σημειωτέον

ότι και οι μυς περιέχουν νερό, το οποίο υπολογίζεται ήδη στη λιπομέτρηση. Έτσι το συνολικό αποτέλεσμα δίνει πάντα την τιμή 100 %.

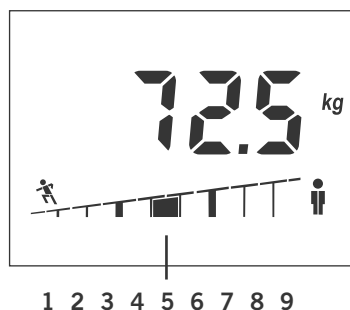
## Σωματικό βάρος

Ενώ στην οθόνη εμφανίζεται το σωματικό βάρος σε κιλά, στο ραβδόγραμμα από κάτω εμφανίζεται ένα από τα 9 τμήματα.

Σε αυτό, η θέση του ενεργού τμήματος δείχνει την αξιολόγηση του μετρημένου σωματικού βάρους βάσει της τιμής BMI.

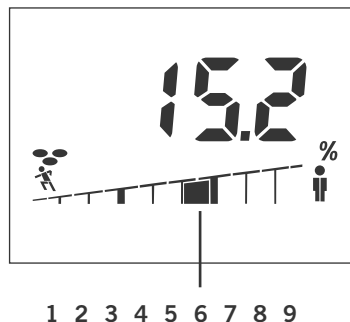
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Ποσοστό λίπους

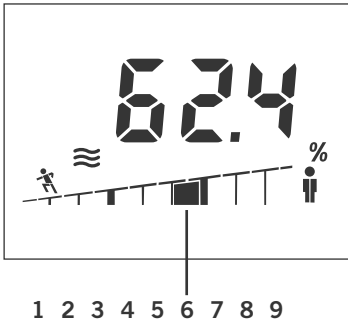
1	< - 12 %	πολύ χαμηλό ποσοστό λίπους
2	- 12 %	χαμηλό ποσοστό λίπους
3	- 7 %	
4	- 3 %	κανονικό ποσοστό λίπους
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	υψηλό ποσοστό λίπους
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	πολύ υψηλό ποσοστό λίπους



### Παράδειγμα:

Μετρημένο ποσοστό σωματικού λίπους = 15,2 % επί του συνολικού βάρους.

η τιμή αυτή είναι περ. 3 % κάτω από την υπολογισμένη προσωπική κανονική τιμή.



## Ποσοστό νερού

1	< - 6 %	πολύ χαμηλό ποσοστό νερού
2	- 6 %	χαμηλό ποσοστό νερού
3	- 4 %	
4	- 2 %	κανονικό ποσοστό νερού
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	υψηλό ποσοστό νερού
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Παράδειγμα:

Μετρημένο ποσοστό νερού = 62,4 % επί του συνολικού βάρους.  
η τιμή αυτή είναι περ. 2 % κάτω από την υπολογισμένη προσωπική κανονική τιμή.

## Συντελεστές που επηρεάζουν το αποτέλεσμα της μέτρησης

Η ανάλυση βασίζεται στη μέτρηση της ηλεκτρικής αντίστασης του σώματος. Οι διατροφικές συνήθειες κατά τη διάρκεια της ημέρας και ο τρόπος ζωής του καθενός είναι αράγοντες που επηρεάζουν το απόθεμα νερού. Αυτό καθίσταται εμφανές με διακυμάνσεις στην ένδειξη. Για τη λήψη ενός όσο το δυνατόν πιο ακριβούς και επαναλήψιμου αποτελέσματος, φροντίστε για σταθερές συνθήκες μέτρησης, καθώς μόνο έτσι μπορείτε να παρατηρήσετε επακριβώς τις αλλαγές στη διάρκεια ενός μεγάλου χρονικού διαστήματος.

Επιπλέον, ενδέχεται το απόθεμα νερού να επηρεάζεται και από άλλους παράγοντες:

Μετά το μπάνιο μπορεί να εμφανίζεται χαμηλό ποσοστό λίπους και υψηλό ποσοστό νερού.

Μετά από ένα γεύμα μπορεί η ένδειξη να είναι υψηλότερη.

Στις γυναίκες παρατηρούνται αποκλίσεις που εξαρτώνται από τον κύκλο τους.

Η απώλεια νερού που οφείλεται σε ασθένεια ή σε σωματική καταπόνηση (άθληση). Μετά από μια αθλητική δραστηριότητα θα πρέπει να περιμένετε

6 έως 8 ώρες μέχρι την επόμενη μέτρηση.

Αποτελέσματα που αποκλίνουν ή δεν είναι αληθοφανή ενδέχεται να εμφανιστούν στις παρακάτω περιπτώσεις:

Άτομα με πυρετό, συμπτώματα οιδήματος ή οστεοπόρωση.

Άτομα σε θεραπεία αιμοκάθαρσης.

Άτομα που ακολουθούν καρδιαγγειακή αγωγή.

Γυναίκες σε κατάσταση εγκυμοσύνης.

Αν η ανάλυση γίνει με υγρές κάλτσες στα πόδια.



## Μηνύματα

1. Ξάντληση μπαταριών.
2. Υπερφόρτωση: Από 150 kg.
3. Μη αληθοφανές αποτέλεσμα ανάλυσης - έλεγχος προσωπικών ρυθμίσεων.
4. Κακή επαφή ποδιών:  
Καθαρίστε τη ζυγαριά ή τα πόδια ή ελέγξτε για επαρκή υγρασία δέρματος. Αν το δέρμα είναι πολύ ξηρό - Βρέξτε τα πόδια ή κατά προτίμηση εκτελέστε τη μέτρηση μετά από μπάνιο ή ντους.



## Τεχνικά στοιχεία

Αντοχή x κατανομή = το πολύ 150 kg x 100 g

Ανάλυση οθόνης:

Ποσοστό λίπους σώματος: 0,1%

Ποσοστό νερού σώματος: 0,1%

Υψος: 100-250 cm

Ηλικία: 10 -99 ετών

8 προσωπικές θέσεις μνήμης

Μεγάλη οθόνη LCD

Μπαταρίες: 3 x 1,5 V AAA

Οι μπαταρίες περιλαμβάνονται στη συσκευασία.

## Γενικές υποδείξεις

### Εγγύηση

Η Soehnle παρέχει εγγύηση 3 ετών από την ημερομηνία αγοράς για δωρεάν αποκατάσταση βλαβών που οφείλονται σε σφάλματα υλικού ή κατασκευής μέσω επισκευής ή αντικατάστασης. Παρακαλούμε κατά την αγορά, ζητήστε από τον έμπορο να συμπληρώσει και να σφραγίσει το απόκομμα εγγύησης (στη σελίδα 23). Σε περίπτωση προβλήματος που καλύπτεται από την εγγύηση μαζί με το απόκομμα της εγγύησης στον έμπορο από τον οποίο την αγοράσατε.

### Συμμόρφωση

Η συσκευή αυτή συμμορφώνεται με την ισχύουσα Κοινοτική Οδηγία 2004/108/ΕΚ. Τη δήλωση συμμόρφωσης ΕΕ θα τη βρείτε στη διεύθυνση [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Παρόλο που η συσκευή δοκιμάστηκε και οι εκπομπές της δεν υπερβαίνουν τις επιτρεπόμενες τιμές εκπομπών ραδιοσυχνότητας, οι οποίες καθορίζονται στις ως άνω αναφερόμενες οδηγίες, δεν υπάρχει εγγύηση ότι παρόλα αυτά δεν θα προκύψουν παρεμβολές υπό ορισμένες συνθήκες. Πιθανές παρεμβολές διαπιστώνονται ενδεδειγμένως και απενεργοποιώντας τη συσκευή και προσέχοντας ταυτόχρονα τη ραδιοφωνική ή τηλεοπτική λήψη. Μπορείτε να επιχειρήσετε να καταστείλετε τις παρεμβολές, εκτελώντας ένα ή ενδεχομένως περισσότερα από τα παρακάτω βήματα:

- Προσανατολίστε εν νέου την εν λόγω συσκευή ή την κεραία λήψης της.
- Αυξήστε την απόσταση μεταξύ της συσκευής και της ζυγαριάς.
- Αν χρειάζεται, απευθυνθείτε σε έναν έμπειρο τεχνικό ραδιοφώνων/ τηλεόρασεων.

**ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ!** Για αλλαγές στο ηλεκτρονικό σύστημα ή στο περίβλημα αυτού του προϊόντος απαιτείται ρητή έγκριση από την Soehnle. Σε περίπτωση μη τήρησης αυτού του όρου μπορεί υπό ορισμένες συνθήκες να αφαιρεθεί η άδεια λειτουργίας για τη συσκευή αυτή.

### Ηλεκτρομαγνητικές επιδράσεις

Υπό ισχυρές ηλεκτρομαγνητικές επιδράσεις, π.χ. σε περίπτωση λειτουργίας ενός ασυρμάτου κοντά στη συσκευή, ενδέχεται να επηρεαστεί η τιμή ένδειξης. Μετά το τέλος της επίδρασης, το προϊόν μπορεί να χρησιμοποιηθεί πάλι κανονικά ενδεχομένως κατόπιν επανενεργοποίησης ή συντομής αφαίρεσης της μπαταρίας.

### Νομική σημείωση για την απόρριψη μπαταριών

Πληροφορίες: Όλες οι εργοστασιακά παρεχόμενες μπαταρίες μας δεν περιέχουν επιβλαβείς ουσίες! Οι μπαταρίες δεν πρέπει να απορρίπτονται μαζί με τα οικιακά απορρίμματα. Ως καταναλωτής είστε νομικά υποχρεωμένος να επιστρέψετε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες. Μπορείτε να παραδώσετε τις παλιές μπαταρίες σε δημόσιους χώρους που εξυπηρετούν το σκοπό αυτό ή σε σημεία όπου πωλούνται μπαταρίες αντίστοιχου τύπου.

Σημείωση: Σε μπαταρίες που περιέχουν ρυπαρόνες ουσίες θα βρείτε τα παρακάτω σύμβολα:



Pb = η μπαταρία περιέχει μόλυβδο  
Cd = η μπαταρία περιέχει κάδμιο  
Hg = η μπαταρία περιέχει υδράργυρο

### Διαχείριση αποβλήτων ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών



Το σύμβολο πάνω στο προϊόν ή στη συσκευασία του υποδεικνύει ότι αυτό το προϊόν δεν πρέπει να απορριφθεί μαζί με τα κοινά οικιακά απορρίμματα, αλλά να μεταφερθεί σε ένα κέντρο συγκέντρωσης για την ανακύκλωση ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών. Περισσότερες πληροφορίες θα λάβετε από το δήμο σας, τις κοινοτικές αρχές διαχείρισης απορριμμάτων ή το κατάστημα από όπου αγοράσατε το προϊόν.

### Κέντρο εξυπηρέτησης πελατών

Τηλ.: +49 2604 9770

### Δευτέρα έως Παρασκευές

09:00 έως 12:00

Στον ιστότοπο της SOEHNLE στη διεύθυνση [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) στο μενού "Service / Internationale Kontakte" (Σέρβις / Διεθνείς επαφές) θα βρείτε τον αντιπρόσωπο της χώρας σας.



## Απόκομμα εγγύησης

Σε ανάγκη χρήσης της εγγύησης, επιστρέψτε τη ζυγαριά μαζί με το παρόν απόκομμα εγγύησης και την απόδειξη στον έμπορο λιανικής.

Αποστολέας

---



---

Αιτία

παραπόνου

---



---



---

Zahvaljujemo se vam za nakup tehtnice z analizo telesa

Soehnle.

Izdelek te znamke vam bo pomagal pri ocenjevanju stanja vašega telesa.

Prosimo, pred prvo uporabo temeljito preberite to navodilo za uporabo in se seznanite z upravljanem naprave.

Navodilo za uporabo skrbno shranite, tako da vam bodo potrebne informacije kadarkoli na voljo.

## Pomembni napotki

Če nameravate zmanjšati preveliko telesno težo ali povečati premajhno telesno težo, se prej posvetujte z zdravnikom. Vse postopke in dieto izvajajte samo po predhodnem razgovoru z zdravnikom.

Priporočila za gimnastične programe ali diet za hujšanje na podlagi izmerjenih vrednosti vam mora predložiti zdravnik ali druga ustrezno kvalificirana oseba.

Družba SOEHNLE ne prevzema nobene odgovornosti za poškodbe ali izgube, ki bi bile povzročene zaradi neuravnesja telesa, kakor tudi zaradi zahtev tretjih oseb.

Izdelek je namenjen za domačo uporabo, za osebno uporabo. Ni primeren za profesionalno uporabo v bolnišnicah ali medicinskih ustanovah. Ni primeren za osebe z elektronskimi vsadki (srčni spodbujevalnik itd.)

Tehtnico z analizo telesa uporabljajte samo na trdni, ravni podlagi (ploščice, parket itd.)

**Na mehki podlagi, ko je preproga, lahko pride do napačnih meritev.**

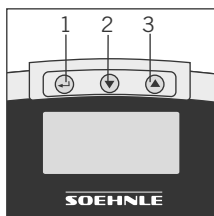
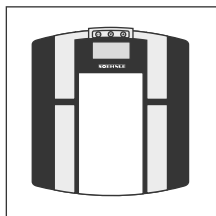
Z tehtnico Body Balance boste občutno prispevali k vašemu zdravju. Elektronska tehtnica za analizo telesa ima sledeče funkcije:

Tehtnica Body Balance določa, na podlagi vaših osebnih podatkov in priporočil strokovnjakov za zdravje in zgradbo telesa, vaše stanje, ki zadeva delež maščobe v telesu, delež vode in težo.

Izvede individualno ovrednotenje rezultatov analize, z osebnim priporočilom.

8-pomnilniškimi mesti, s samodejnim prepoznavanjem osebe.





## Upravljeni elementi

1. Potrditev (↵)
2. Minus (▼)
3. Plus (▲)

## Priprava

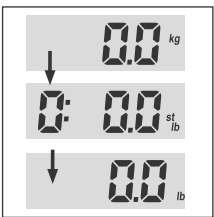
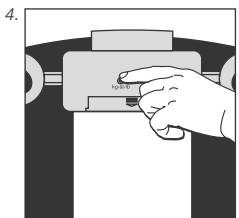
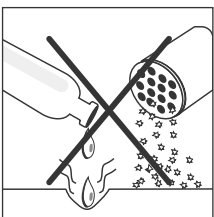
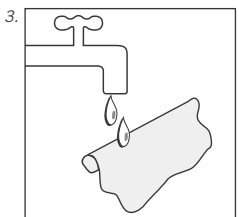
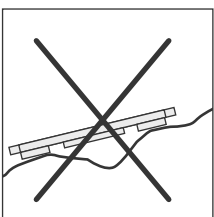
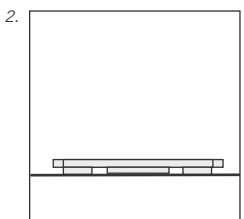
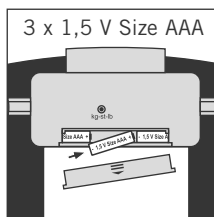
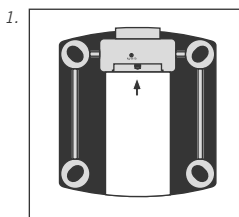
1. Vstavite baterije.

### Opozorilo:

Tehtnico za analizo telesa – takoj po namestitvi baterije (dokler se prikazuje 0.0) postavite na ravno površino in počakajte, da se tehtnica samodejno izklopi. Šele potem začnite z vpisom podatkov. V nasprotnem primeru lahko pride do tega, da bo tehtnica pri prvem tehtanju, nepravilno shranila podatke. To se lahko zgodi tudi pri običajni uporabi, če dvignete tehtnico pred tehtanjem.















2. Pri vseh meritvah postavite tehtnico na trdno podlago (ne na preprogo).
3. Čiščenje in nega: Čistite samo z rahlo navlaženo krpo. Ne uporabljajte topil ali grobih čistilnih sredstev. Tehtnice ne potaplajte v vodo.
4. Specifične merilne enote lahko premaknete s kg/cm na st/in ali lb/in; to lahko storite s tipko na zadnji strani tehtnice.

Pozor! Nevarnost zdrsa na vlažni površini.




## Vpis podatkov

Za pravilno delovanje tehtnice z analizo telesa je nujno potrebno vpisati osebne podatke konkretne osebe, ki naj takoj potem stopi z bosimi nogami na tehtnico.

1. Zaradi lažjih nastavitve postavite tehtnico na mizo!
2. Rozpocznij wprowadzanie danych (naciskaj przycisk  przez 1 sekundę).
3. Pomnilnik (P1 ... P8) izberite ( = minus,  = plus) in potrdite ().
4. Nastavite velikost telesa ( = minus,  = plus) in potrdite ().
5. Nastavite starost ( = minus,  = plus) in potrdite ().
6. Wybierz płeć przyciskiem / ( = mężczyzna,  = kobieta).



Naciśnij i przytrzymaj przycisk  przez 3 sekundy, aż na wyświetlaczu pojawi się 0.0.

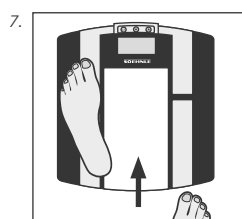
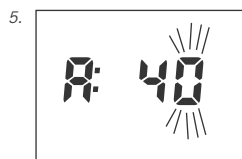
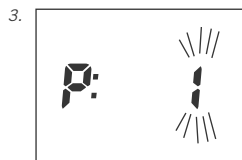
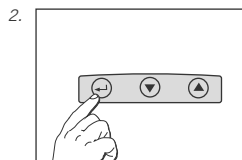
7. Potem takoj postavite tehtnico za analizo telesa na tla, počakajte, da se prikaže vrednost 0.0 in bosí stopite na tehtnico.

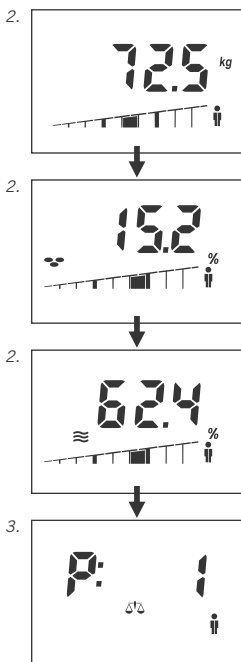
Prvo merjenje je neobhodno potrebno za shranjevanje podatkov in kasnejše samodejno prepoznavanje osebe. Ježeli nie wejdiesz na wagę, konieczne będzie ponowne wprowadzenie danych.

Ko stopite na tehtnico se izvede prva analiza telesa.

Tehtnica je opremljena z modulom "Time out". Ta izklopi tehtnico, če 40 sekund niste pritisnili na nobeno tipko.

Po wymianie baterii należy ponownie wprowadzić wszystkie dane.





## Analiza telesa

Zaradi natančnejšega rezultata, stopite na tehtnico brez obleke.

1. Stopite na tehtnico. Izvedel se bo prikaz teže - in dokler bo trajala analiza (5-10 sek.), se bo prikazoval stolpični diagram. Ostanite mirni do zaključka analize.
2. Po avtomatskem prepoznavanju osebe se ponovno izvede prikaz telesne teže, deleža telesne maščobe (☹) in deleža telesne vode (≈), skupaj s konkretnimi statusnimi stolpci. V normalnem območju konkretne osebe se v sredini nahajajo 3-segmenti stolpičnih diagramov. Pojasnitev izmerjenih vrednosti (stran 184) .
3. Sledeči prikaz je osebno priporočilo ukrepov, ki je namenjeno osebno vam.

Pomen simbolov:

- + ≈ Morali bi več piti!
- + ☹ Priporoča se trening za pridobivanje mišic!
- + ☹ Priporoča se sprememba prehranjevanja!
- ☹ ☹ Vaše vrednosti analize so dobre!

4. Stopite s tehtnice.

Po prikazu pomnilniškega mesta, se tehtnica samodejno izključi.

V redkih primerih ni možna samodejna dodelitev rezultata analize. V tem primeru tehtnica izmenično prikazuje pomnilniška mesta oseb, ki so najbližje rezultatom analize. Ko je meritev končana, lahko zapustite tehtnico in potrdite vaše osebno pomnilniško mesto s tipko - ▲ ali - ▼ (▼-tipka za prvo prikazano pomnilniško mesto, ▲-tipka za drugo prikazano pomnilniško mesto). Potem se prikažejo vrednosti deležev telesne teže, telesne maščobe, telesne vode in potrebe po kalorijah.

Pri razliki telesne teže, glede na zadnje merjenje, ki je večje +/-3 kg, tehtnica ne prepozna uporabnika in je potrebno ponoviti vpis podatkov.

Należy pamiętać, że po wejściu na wagę w butach lub skarpetkach albo pończochach nastąpi tylko oznaczenie wagi ciała, natomiast nie pojawią się wyniki analizy wagi ciała lub będą one błędne!

Ciągłe dokładne wyniki można uzyskać, stawając na wadze możliwie zawsze w tym samym miejscu.

## Individualno priporočilo

Tehtnica z analizo telesa določi, glede na vaše osebne podatke in priporočila strokovnjakov za zdravje, vaše individualno idealno stanje, glede na težo in delež telesne maščobe.

Iz tega potem določi celotni delež telesne vode in delež mišic.

Prosimo, upoštevajte, da se v mišicah nahaja tudi telesna voda, ki pa ni upoštevana v analizi vode v telesu. Zaradi

tega se v skupnem izračunu dobi vedno vrednost preko 100%.

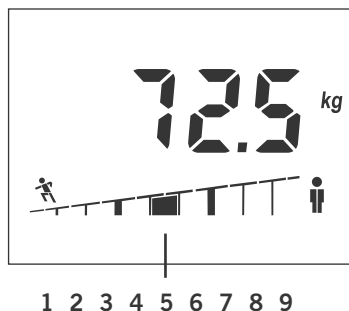
## Telesna teža

Medtem, ko je na prikazovalniku izpisana vaša telesna teža v kilogramih, se v stolpcih grafa prikaže eden od devetih segmentov.

Pri tem položaj aktivnega segmenta prikaže vrednost izmerjene telesne teže na osnovi vrednosti BMI.

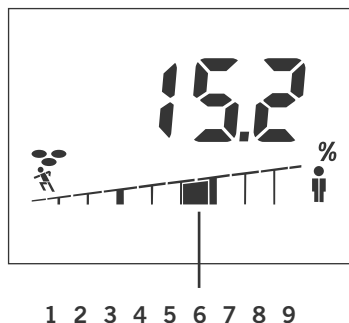
### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



## Delež telesne maščobe

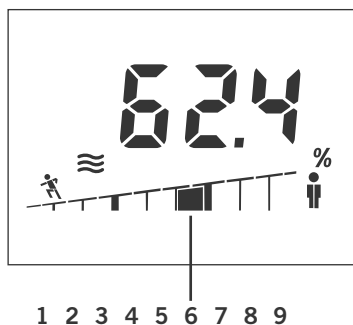
1	< - 12 %	zelo nizek delež maščob
2	- 12 %	nizek delež maščob
3	- 7 %	
4	- 3 %	normalni delež maščob
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	visok delež maščob
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	zelo visok delež maščob



### Primer :

Izmerjeni delež telesne maščobe = 15,2 % od skupne teže.

Ta vrednost se nahaja ca. 3 % nad izračunano osebno normo vrednostjo.



## Delež vode v telesu

1	< - 6 %	zelo nizek delež vode
2	- 6 %	nizek delež vode
3	- 4 %	
4	- 2 %	normalen delež vode
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	visok delež vode
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Primer:

Izmerjeni delež telesne vode = 62,4 % od skupne teže.

Ta vrednost se nahaja ca. 2 % nad izračunano osebno normno vrednostjo.

## Faktorji, ki vplivajo na izmerjene vrednosti

Analiza se nanaša na meritve električnega odpora telesa. Navade pitja in hranjenja med potekom dneva in individualni življenjski stil vplivajo na razmerje vode. To se opazi z nihanjem v prikazovanju podatkov.

Da bi obdržali eksakten in ponovljiv rezultat analize, poskrbite za enake pogoje merjenja, kajti le na ta način boste lahko na daljši rok eksaktno opazovali spremembe.

Poleg tega lahko še drugi faktorji vplivajo na razmerje vode:

Po kopanju se lahko prikaže znižanje deleža telesne.

Maščobe in povečanje deleža telesne vode.

Po obedu, pa je lahko vrednost prikaza višja.

Pri ženskah prihaja do cikličnih nihanj.

Izguba telesne vode je pogojena tudi z morebitno

Bolezni ali telesnimi napori (šport). Po športnih dejavnostih bi morali počakati 6 do 8 ur do naslednjega merjenja deleža telesne maščobe.

Odklonski ali impulzivni podatki lahko nastanejo pri:

Osebah z vročico, oteklinami-simptomi ali osteoporozni.

Osebah, ki so na dializnem postopku.

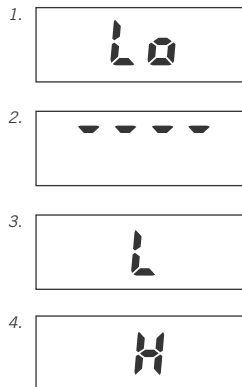
Osebah, ki jemljejo kardiovaskularna zdravila, ženske v nosečnosti.

Če izvajate analizo z mokrimi nogavicami na nogah.



## Javljanje

1. Izrabljene baterije.
2. Preobremenitev: Od 150 kg.
3. Impulzivni rezultati analize – preverite osebno programiranje.
4. Slab stik z nogami:
  - Očistite tehniko ali noge in bodite pozorni na zadostno stično površino.
  - Pri presuhi koži – navlažite noge, ali meritev izvedite takoj po kopanju ali tuširanju.



## Tehnični podatki

Nosilnost x delitev = Maks. 150 kg x 100 g

Osvežitev prikaza:

Delež telesne maščobe: 0,1%

Delež telesne vode: 0,1%

Višina telesa: 100-250 cm

Starost: 10-99 let

8 osebno-specifičnih pomnilnikov

Velik LCD-prikaz

Vrste baterij: 3 x 1,5 V AAA

Baterije so v obsegu pošiljke.

## Splošni napotki

### Garancija

Soehnle garantira v času 3 let od datuma nakupa za brezplačno odpravo pomanjkljivosti na podlagi napake v materialu ali tovarniške napake in bo izdelek popravljen ali zamenjan. Prosimo, pri nakupu naj prodajalec izpolni garancijski list (na strani 23) in ga tudi podpiše in žigosca. V primeru garancijskih zahtev, prosimo, da tehtnico in garancijskim listom predate vašemu prodajalcu- zastopniku.

### Izjava o skladnosti

Ta naprava ne moti radijskih valov in je

izdelana v skladu EG-smernicami 82004/108/EC. Prehlásenie o zhode EU je k dispozícii na [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Čeprav je naprava atestirana in emisije naprave ne presegajo dovoljenih emisij radijskih frekvenc, ki so določene v zgornjih smernicah, kljub temu ni garancije za to, da ne bi prišlo do takšnih interferenc v določenih situacijah. Možne interference se lahko ugotovijo tako, da napravo vklopite in izklopite in pri tem nadzorujete sprejme radia in televizije. Možne interference lahko preprečite tako, da izvedete enega ali več spodaj opisanih postopkov:

- Konkretno napravo ponovno umerite ali preusmerite anteno naprave.
- Povečajte razdaljo med konkretno napravo in tehtnico.
- Obrnite se za pomoč k izkušenemu strokovnjaku za radijsko/televizijsko tehniko.

**POMEMBNO!** Spremembe na elektroniki, ali ohišju izdelka so dovoljeni samo s pisnim dovoljenjem družbe Soehnle; pri neupoštevanju teh določil se lahko, pod temi pogoji preključno obratovanje dovoljenje za to napravo.

### Elektromagnetni vplivi

Pod ekstremnimi elektromagnetnimi vplivi, npr. pri delovanju radijske naprave v neposredni bližini, lahko to vpliva na vrednost prikaza podatkov. Ko se te motnje odpravijo, je izdelek ponovno popolnoma uporaben v skladu z določili; eventualno se priporoča ponoven vklop ali odstranitev in ponovno vstavljanje baterij.

### Zakonske obveze pri odstranjevanju baterij

Informacije: Vse naše tovarniško priložene baterije so vrste z malo škodljivimi snovmi! Baterije ne sodijo v kuhinjske odpadke. Kot uporabnik ste zakonsko zadoženi, da vrnete izrabljen baterije na zbirno mesto. Vaše izrabljene baterije lahko odložite na javnih zbirnih mestih v vašem kraju ali pa na vseh mestih, kjer prodajajo te vrste baterij.

Opozorilo: Ta znak se nahaja na baterijah, ki vsebujejo škodljive snovi:



- Pb = baterija vsebuje svinec
- Cd = baterija vsebuje kadmij
- Hg = Baterija vsebuje živo srebro

### Odstranitev izrabljenih električnih in elektronskih naprav



Simbol na izdelku oz. na embalaži tega izdelka nakazuje na to, da ta izdelek ni namenjen za odstranitev v običajne gospodinjne odpadke, ampak ga je potrebno oddati na zakonsko določeno sprejemno mesto, kjer se reciklirajo električne in elektronske naprave. Nadaljnje informacije so na voljo na vaši občini, komunalni službi ali zastopniki in prodajalci, kjer ste kupili ta izdelek.

### Služba za uporabnike

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

W punkcie menu "Serwis / kontakty między-narodowe" witrny internetowej firmy SOEHNLE ([www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)) znajdziesz adres kontaktowy swojego kraju.



## Garancijski izsedelek

V primeru garancijskih zahtev, prosimo da tehtnico z računom in garancijskim listom predate vašemu prodajalcu- zastopniku.

Odpošiljatelj

---



---



---

Vzrok reklamacije

---



---



---

Puno se zahvaljujemo na kupnji ove vage za tjelesnu analizu Soehnle.

Ovaj će Vam proizvod pomoći kod procjene Vašeg tjelesnog statusa.

Molimo da prije prvog puštanja u rad pažljivo pročitate ovu uputu za uporabu i da se upoznate s uredajem.

Dobro pohranite ovu uputu za uporabu da bi Vam informacije uvijek stajale na raspolaganju.



## Važne napomene

Kad se radi o smanjivanju tjelesne težine kod gojaznosti, ili povećanju premale težine, trebate se posavjetovati s liječnikom. Obavezno se savjetujete s liječnikom kod svake terapije i dijete.

Savjete u pogledu programa gimnastičkih vježbi ili mršavljenja, na osnovu ustanovljenih vrijednosti treba dati liječnik ili neka druga osposobljena osoba.

SOEHNLE ne preuzima odgovornost za štete ili gubitke prouzrokovane Body Balance-om, niti za potraživanja trećih osoba.

Ovaj je proizvod namijenjen samo za kućnu upotrebu od strane potrošača. Nije pogodan za profesionalnu upotrebu u bolnicama ili u medicinskim ustanovama.

**Nije pogodan sa upotrebu kod osoba s elektronskim implantatima (pace-makerima, itd.)**

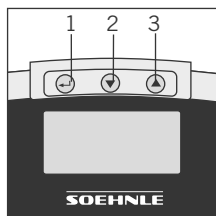
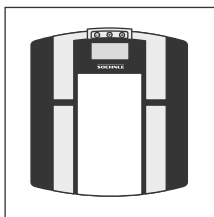
Ovu vagu za tjelesnu analizu koristite samo na čvrstim, ravnim podlogama (pločicama, parketu, itd.). **Na tepihu može doći do iskrivljenih rezultata mjerenja.**

Body Balance daje odlučujući doprinos Vašem zdravlju. Ova elektronska vaga za tjelesnu analizu ima slijedeće funkcije:

Body Balance na osnovu Vaših osobnih podataka i preporuka stručnjaka za zdravlje i Body Composition utvrđuje Vaše stanje u pogledu tjelesnih masnoća, tjelesne tekućine, i težine.

Usljedit će individualna ocjena rezultata analize s osobnom preporukom.

8 osobnih memorijskih mjesta s automatskim prepoznavanjem osobe.



## Elementi za rukovanje

1. Potvrđivanje ( ← )
2. Minus ( ▼ )
3. Plus ( ▲ )

## Priprema

1. Umetnite baterije.

### Napomena:

Nakon umetanja baterija, vagu za tjesnucnu analizu odmah stavite (još dok je prikazano 0.0) na ravnu podlogu, i pričekajte dok se vaga sama ne isključi.

Tek nakon toga započnite s unošenjem podataka. Inače se može dogoditi da teži na same vage kod prvog vaganja greškom bude uzeta u obzir.

Isto to se može dogoditi i kod normalnog rada, ako se vaga prije vaganja uzme u ruke.

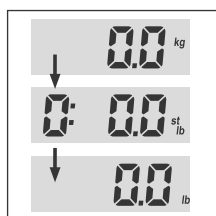
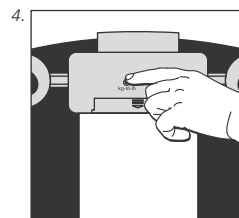
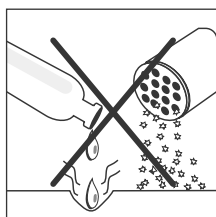
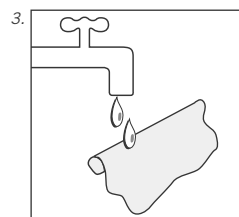
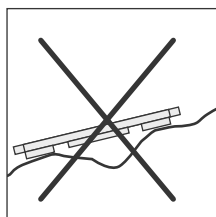
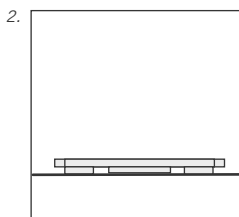
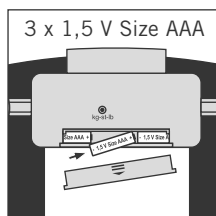
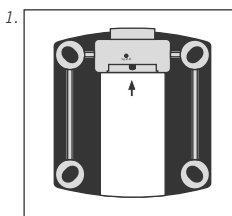
2. Kod svih mjerenja vaga mora stajati na ravnoj i čvrstoj podlozi (ne na tepihu).

3. Čišćenje i održavanje:

Čistite samo s malo navlaženom krpom. Nemojte upotrebljavati otapala ili ribajuća sredstva. Vagu nemojte uranjati u vodu.















4. Mogućnost prilagodbe pojedinim zemljama sa kg/cm na st/in ili lb/in pritiskom na tipku na poledini vage.

Pozor! Opasnost od sklizanja na mokroj podlozi.




## Unos podakata

Za pravilno funkcioniranje vage za tjelesnu analizu neophodno je unošenje osobnih podataka za pojedine osobe, i nakon toga odmah treba stati na vagu neobuven.

1. Vagu postavite na stol prije podešavanja.
2. Započeti s unosom podataka (pritisnite na 1 sekundu tipku ).
3. Odaberite pretinac za podatke (P1 ... P8) ( = minus,  = plus) i potvrdite (.
4. Unesite tjelesnu visinu ( = minus,  = plus) i potvrdite (.
5. Unesite starosnu dob ( = minus,  = plus) i potvrdite (.
6. Pomoću  /  odaberite spol (  = muški,  = ženski).



Pritisnite tipku  i držite ju **3 sekunde** stisnutom, sve dok se na prikazu ne pojavi 0.0.

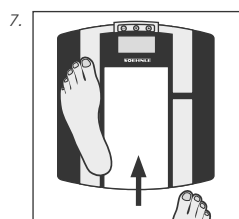
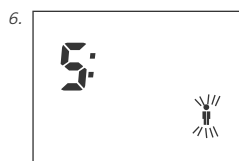
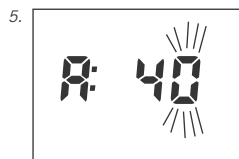
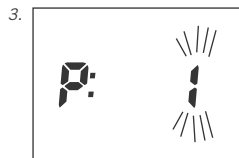
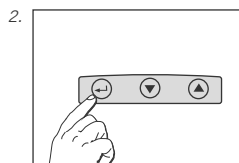
7. Nakon toga vagu za tjelesnu analizu odmah stavite na pod, pričekajte da se prikaže 0.0 i bosi stanite na nju.

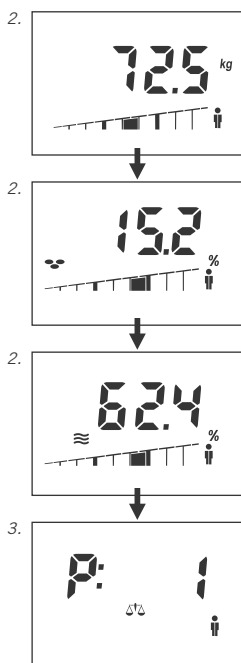
Prvo mjerenje je neophodno za pohranjivanje podataka za kasnije automatsko prepoznavanje osobe. Ako ne stanete na vagu, unos podataka treba ponoviti.

Nakon što stanete na vagu, uslijedit će prva tjelesna analiza.

Vaga raspolaže s režimom rada time-out. Nakon ca. 40 sekundi ona se, ako se ne pritisne nijedna tipka, ponovno isključuje.

Nakon zamjene baterija podatke treba unijeti ponovo.





## Tjelesna analiza

Za jednoznačne rezultate na vagu trebate stati neodjeveni.

1. Stanite na vagu. Prikazat će se težina i - dok traje analiza (5-10 sek.) - pokretni letvičasti segmenti. Ostanite mirno stajati sve dok se analiza ne završi.

2. Nakon automatskog prepoznavanja osobe, ponovno će se prikazati tjelesna težina, udio tjelesne masnoće (☹️) i udio tjelesne tekućine (≈), zajedno s pripadajućim letvičastim segmentima statusa. Normalno područje za pojedinu osobu nalazi se u srednja 3 segmenta letvičastog segmenta. Interpretacija izmjerenih vrijednosti na stranici 195.

3. Prikaz koji se nakon toga pojavljuje predstavlja Vašu osobnu preporuku postupanja.

Značenje simbola:

- + ≈ Trebali biste više piti
- + ☹️ Preporučuju se vježbe za stvaranje mišića!
- + 🍴 Preporučuje se promjena prehrambenih navika!
- ⚖️ Vrijednosti vaše analize su u redu!

4. Napustite vagu. Nakon prikaza memorijskog mjesta vaga će se automatski isključiti.

U rijetkim slučajevima automatsko pridruživanje rezultata analize određenoj osobi nije moguće. U tom slučaju vaga naizmjenično prikazuje memorijska mjesta osoba koja analiziranim vrijednostima najviše dolaze u obzir. Pošto je mjerenje već izvršeno, vagu možete napustiti i potvrditi Vaše memorijsko mjesto tipkama ▲ ili ▼ (tipka ▼ za prvo prikazano memorijsko mjesto, tipka ▲ za drugo prikazano memorijsko mjesto). Nakon toga će se prikazati tjelesna težina, tjelesne masnoće i tjelesna tekućina, te potražnja za kalorijama.

Kod oscilacija težine u odnosu na zadnje mjerenje od preko +/-3kg korisnik neće biti prepoznat i podaci se moraju unižeti ponovno.

Obratite pažnju da ako na vagu stanete sa cipelama ili čarapama, izvršit će se samo do utvrđivanje težine, dok se tjelesna analiza neće izvršiti ili će biti pogrešna!

Postojano precizne rezultate postići ćete, ako na vagu stanete uvijek što je moguće točnije na isto mjesto.

## Individualna preporuka

Vaga za tjelesnu analizu utvrđuje, na osnovu Vaših osobnih podataka, Vaše idealno stanje u pogledu težine i udjela tjelesnih masnoća. Osim toga i

udjel ukupne tekućine u tijelu i udjel mišićne mase. Obratite pažnju na to da se i u mišićima nalazi tjelesna tekućina koja je već uzeta u obzir kod

analize tjelesne tekućine. Stoga se kod ukupnog proračuna uvijek prikazuje vrijednost preko 100 %.

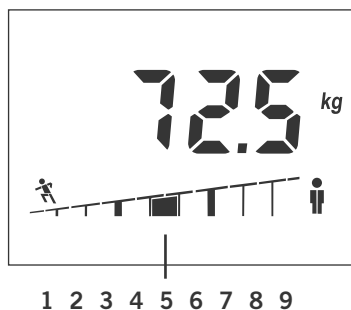
### Tjelesna težina

Dok se na displeju prikaže tjelesna težina u kg, u dijagramu dolje niže prikazat će se jedan od 9 segmenata.

Pritom položaj aktivnog segmenta prikazat će ocjenu mjerenja tjelesne težine na bazi vrijednosti BMI.

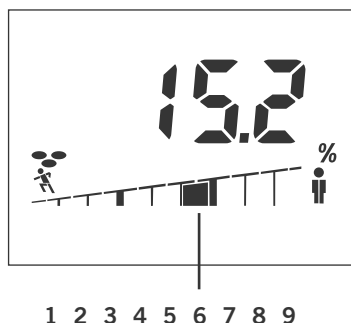
#### BMI

- 1 < - 7,5
- 2 - 7,5
- 3 - 5,0
- 4 - 2,5
- 5 0,0
- 6 + 2,5
- 7 + 5,0
- 8 + 7,5
- 9 > + 7,5



### Udjel tjelesnih masti

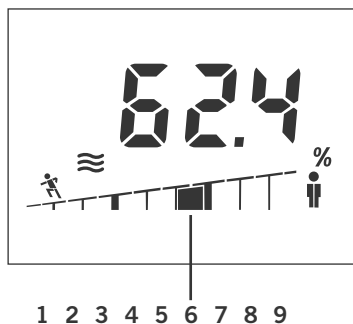
1	< - 12 %	vrlo nizak udjel masnog tkiva
2	- 12 %	nizak udjel masnog tkiva
3	- 7 %	
4	- 3 %	normalan udjel masnog tkiva
5	0 %	
6	+ 3 %	
7	+ 7 %	visok udjel masnog tkiva
8	+ 12 %	
9	> + 12 %	vrlo visok udjel masnog tkiva



#### Primjer:

Izmjereni udjel tjelesne masnoće = 15,2 % ukupne tjelesne težine.

Ta je vrijednost oko 3 % viša od izračunate osobne normalne vrijednosti.



## Udjel vode u tluelu

1	< - 6 %	vrlo nizak udjel vode
2	- 6 %	nizak udjel vode
3	- 4 %	
4	- 2 %	normalan udjel vode
5	0 %	
6	+ 2 %	
7	+ 4 %	visok udjel vode
8	+ 6 %	
9	> + 6 %	

### Primjer:

Izmjereni udjel tjelesne tekućine = 62,4 % ukupne tjelesne težine.

Ta je vrijednost oko 2 % viša od izračunate osobne normalne vrijednosti.

## Aktori koji utjeću na rezultate mjerenja

Analiza se temelji na mjerenju električnog otpora tijela.

Dnevne navike uzimanja jela i tekućina te životni stil pojedinca utjeću na udio vode. Taj udio primjećuje se kroz kolebanja u prikazu.

Da bi se dobili što vjerodostojniji i ujednačeniji rezultati analiza, utvrdite uvjete u kojima ćete provoditi mjerenja, jer samo tako možete promatrati promjene kroz dulji vremenski period.

Na udio vode mogu utjecati i drugi faktori:

Nakon kupanja može pasti udio masti i povećati se udio vode.

Nakon jela vrijednosti mogu biti povišene.

Kod žena se mogu uočiti kolebanja vezana uz mjesečni ciklus.

Do gubitka vode dolazi uslijed oboljenja ili tjelesnih napora (sport). Nakon sportskih aktivnosti potrebno je pričekati 6 do 8 sati prije sljedećeg mjerenja.

Odstupanja ili nerealni rezultati mogući su kod:

Osoba s povišenom tjelesnom temperaturom, simptomima edema ili osteoporoze.

Osoba koje su na dijalizi.

Osoba koje uzimaju preparate za kardiovaskularni sustav.

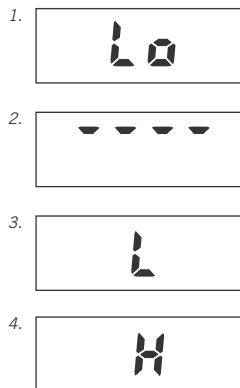
Trudnica

Kad se analiza vrši s vlažnim čarapama na nogama.



## Poruke

1. Baterija istrošena.
2. Prevelika težina: preko 150 kg.
3. Nerealni rezultati analize – provjerite programiranje osobnih podataka.
4. Loš kontakt nogama:  
Operite vagu ili noge ili pripazite na dovoljnu vlažnost kože.  
Ako vam je koža presuha – navlažite noge ili mjerenje obavite nakon tuširanja ili kupanja.



## Tehnički podaci

Nosivost x podjela = Max 150 kg x 100 g

Rezolucija prikaza:

Udio tjelesne masnoće: 0,1%

Udio tjelesne tekućine: 0,1%

Tjelesna visina: 100-250 cm

Starost: 10-99 godina

8 memorijskih mjesta specifične osobe

Veliki LCD ekran

Potrebne baterije: 3 x 1,5 V AAA

Baterije se isporučuju zajedno s proizvodom.

## Opće napomene

### Jamstvo

Soehnle 3 godina od datuma kupnje jamči besplatno otklanjanje nedostataka nastalih zbog grešaka u materijalu ili u proizvodnji, i to popravkom ili zamjenom. Zamolite prodavača da kod kupnje ispuni i stavi žig na jamstveni list (str. 23). U slučaju kvara za vrijeme jamstvenog roka molimo da vagu s jamstvenim listom vratite prodavaču.

### Podudarnost

Ovaj uređaj odgovara važećoj smjernici EZ-a 2004/108/EC. EU-izjavu o sukladnosti pronaći ćete na adresi unter [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).



Iako je aparat ispitan i njegove emisije ne prekoračuju granične vrijednosti zračenja radio frekvencija propisane gore navedenim smjernicama, ipak ne postoji garancija da u određenim situacijama neće doći do interferencije. Moguće interferencije mogu se ustanoviti uključivanjem ili isključivanjem aparata uz slušanje radio ili TV prijema. Interferencije možete pokušati otkloniti ako provedete jedan ili, ako je potrebno, više od slijedećih koraka:

- Preumjerite dotični aparat ili njegovu prijemnu antenu.
- Povećajte razmak između dotičnog aparata i vage.
- Po potrebi se obratite iskusnom tehničaru za radio ili TV.

VAŽNO! Izmjene u elektronici ili kućištu aparata zahtijevaju izričitu suglasnost od strane Soehnle: Kod nepridržavanja tih propisa korisniku se može pod izvjesnim okolnostima oduzeti dozvola uporabe tog aparata.

### Elektromagnetski utjecaji

Pod ekstremnim elektromagnetskim utjecajima, na pr. kod rada radio aparata u neposrednoj blizini vage, na daljinskom displeju može doći do prikazivanja pogrešnih vrijednosti. Nakon prestanka djelovanja utjecaja koji su izazivali smetnje vaga je ponovno upotrebljiva, eventualno će biti potrebno ponovno uključivanje ili kratkotrajno vađenje baterija.

Zakonski propisana napomena o odstranjenju baterija

Informacija: Sve baterije koje tvornički isporučujemo sadrže u sebi malo štetnih tvari! Baterije ne spadaju u otpad za kućno smeće. Kao potrošač zakonski ste obavezni da vratite istrošene baterije. Svoje stare baterije možete predati na javnim sakupljalištima u vašoj općini, ili svuda gdje se prodaju baterije te vrste.

Upozorenje: Ovu oznaku naći ćete na baterijama koje sadrže štetne tvari:



Pb = baterija sadrži olovo  
Cd = baterija sadrži kadmij  
Hg = baterija sadrži živu

### Odstranjivanje istrošenih električnih i elektroničkih aparata



Ovaj simbol na proizvodu ili na njegovom pakovanju upozorava na to da se s tim proizvodom ne postupa kao s normalnim kućnim otpadom, nego da ga se mora predati na sakupljalište za recikliranje električnih i elektroničkih aparata. Ostale informacije ćete dobiti kod vaše općine, kod komunalnog poduzeća koje odstranjuje takav otpad, ili u trgovini u kojoj ste kupili taj proizvod.

### Servis za potrošače

Germany  
Tel: 0800 5 34 34 34

International  
Ph: +49 2604 9770

Mo - Fr  
09:00 - 12:00 MEZ

Na početnoj internet stranici firme SOEHNLE [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com) pod izbornikom "Service / Internationale Kontakte" pronaći ćete kontakt partnera u Vašoj zemlji.



## Jamstveni list

Molimo da u slučaju reklamacije vagu i ovaj jamstveni list te dokaz o kupnji vratite prodavaču.

Pošiljatelj

---



---



---

Razlog reklamacije

---



---



---



---

**SOEHNLE**

Quality & Design by  
LEIFHEIT AG  
leifheitstrasse  
56377 Nassau/Germany

[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)