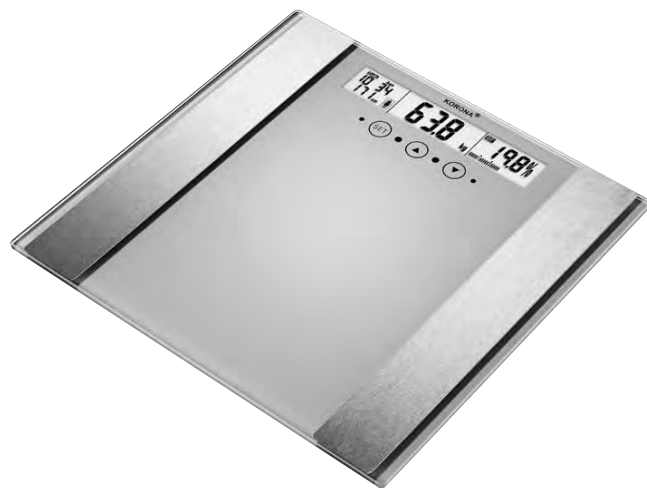


KORONA[®]

Diana, Delicia



- D** **DIAGNOSE-WAAGE** Gebrauchsanweisung
- GB** **DIAGNOSTIC SCALE** Instructions for use
- F** **PÈSE-PERSONNE IMPÉDANCEMÈTRE** Mode d'emploi
- E** **BÁSCULA PARA DIAGNÓSTICO** Instrucciones para el uso
- I** **BILANCIA DIAGNOSTICA** Istruzioni per l'uso
- GR** **ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΗ ΖΥΓΑΡΙΑ** Οδηγίες χρήσης
- RUS** **ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ВЕСЫ** Инструкция по применению
- PL** **WAGA DIAGNOSTYCZNA** Instrukcja obsługi
- NL** **DIAGNOSEWEEGSCHAAL** Gebruiksaanwijzing



 Hans Dinslage GmbH
Riedlinger Str. 28
88524 Uttenweiler, GERMANY
Tel.: +49 (0)7374/915766
www.korona-gmbh.de

Inhalt

1	Zum Kennenlernen	2	9	Bedienung	8
2	Zeichenerklärung	3	10	Ergebnisse bewerten	10
3	Sicherheitshinweise	3	11	Batteriewechsel	11
4	Gerätebeschreibung	4	12	Aufbewahrung und Pflege	12
5	Inbetriebnahme	4	13	Entsorgen	12
6	Informationen	5	14	Was tun bei Problemen?	13
7	Waage einschalten	6	15	Garantie und Service	14
8	Einstellung	6			

Lieferumfang

- Diagnose-Waage
- 2 x 3 V CR2032
- Diese Gebrauchsanweisung

Herzlichen Glückwunsch

Sie haben ein Qualitätsprodukt aus dem Hause Korona erworben. Bitte lesen Sie diese Gebrauchsanleitung aufmerksam durch, bewahren Sie sie für den späteren Gebrauch auf, machen Sie sie anderen Benutzern zugänglich und beachten Sie die Hinweise.

Mit dieser Diagnose-Waage leisten Sie einen entscheidenden Beitrag zu Ihrer Gesundheit.

Mit freundlicher Empfehlung
Ihr Korona-Team

1 Zum Kennenlernen

Funktionen des Gerätes

Diese digitale Diagnose-Waage dient zum Wiegen und zur Diagnose Ihrer persönlichen Körperwerte.

Die Waage ist für die Eigenanwendung im privaten Bereich bestimmt.

Die Waage verfügt über folgende Diagnose-Funktionen, die von bis zu 12 Personen benutzt werden können:

- Körpergewicht-Messung,
- Ermittlung von Körperfettanteil,
- Körperwasseranteil,
- Körpermuskelanteil

Die Speicherfunktion ermöglicht bis zu 12 Personen den Zugriff auf das zuletzt gemessene Gewicht und die dabei zusätzlich ermittelten Körperwerte.

Außerdem verfügt die Waage über folgende weitere Funktionen:

- Umschalten zwischen Kilogramm [kg], Pfund [lb] und Stone [st:lb].
- Automatische Abschaltfunktion
- Batteriewechsel-Anzeige bei schwachen Batterien.

2 Zeichenerklärung

Folgende Symbole werden in der Gebrauchsanleitung verwendet.



Warnung Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit.



Achtung Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden am Gerät/Zubehör.



Hinweis Hinweis auf wichtige Informationen.

3 Sicherheitshinweise

Sicherheitshinweise



Warnung:

- Die Waage darf nicht von Personen mit medizinischen Implantaten (z.B. Herzschrittmacher) verwendet werden. Andernfalls kann deren Funktion beeinträchtigt sein.
- Nicht während der Schwangerschaft benutzen.
- Steigen Sie nicht einseitig auf den äußersten Rand der Waage: Kippgefahr!
- Halten Sie Kinder vom Verpackungsmaterial fern (Erstickungsgefahr).
- Die Oberfläche der Waage ist in feuchtem oder nassem Zustand rutschig.



Hinweise zum Umgang mit Batterien



Warnung:

- Batterien können bei Verschlucken lebensgefährlich sein. Bewahren Sie Batterien und Waage für Kleinkinder unerreichbar auf. Wurde eine Batterie verschluckt, nehmen Sie sofort medizinische Hilfe in Anspruch.
- Batterien dürfen nicht geladen oder mit anderen Mitteln reaktiviert, nicht auseinander genommen, in Feuer geworfen oder kurzgeschlossen werden.
- Batterien können Giftstoffe enthalten, die die Gesundheit und die Umwelt schädigen. Entsorgen Sie die Batterien deshalb unbedingt entsprechend der geltenden gesetzlichen Bestimmungen. Werfen Sie die Batterien niemals in den normalen Hausmüll.



Achtung:

- Wechseln Sie schwächer werdende Batterien rechtzeitig aus.
- Wechseln Sie immer alle Batterien gleichzeitig aus und verwenden Sie Batterien des gleichen Typs.
- Auslaufende Batterien können Beschädigungen am Gerät verursachen. Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen, nehmen Sie die Batterien aus dem Batteriefach.
- Wenn eine Batterie ausgelaufen ist, ziehen Sie Schutzhandschuhe an und reinigen Sie das Batteriefach mit einem trockenen Tuch.

Allgemeine Hinweise

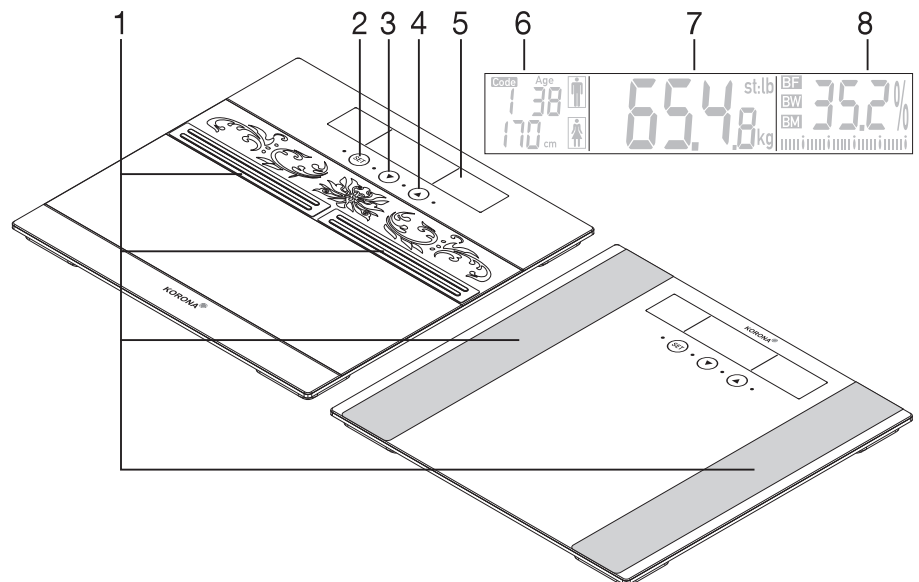


- Das Gerät ist nur zur Eigenanwendung, nicht für den medizinischen oder kommerziellen Gebrauch vorgesehen.
- Beachten Sie, dass technisch bedingt Messtoleranzen möglich sind, da es sich um keine geeichte Waage für den professionellen, medizinischen Gebrauch handelt.
- Die maximale Belastung der Waage beträgt 150 kg (330 lb/24 st).
- Prüfen Sie jedoch vor jeder Reklamation zuerst die Batterien und wechseln Sie diese gegebenenfalls aus.
- Reparaturen dürfen ausschließlich vom autorisierten Kundenservice durchgeführt werden.
- Sollten Sie noch Fragen zur Anwendung unserer Geräte haben, so wenden Sie sich bitte an Ihren Händler oder an den Kundenservice.
- Alle Waagen entsprechen der EG Richtlinie 2004/108/EC.

4 Gerätebeschreibung

Übersicht

- 1 Elektroden
- 2 (SET) Set-Taste
- 3 (▼) Ab-Taste
- 4 (▲) Auf-Taste
- 5 Anzeige, aufgeteilt in die Bereiche:
- 6 Persönliche Daten
- 7 Gewicht
- 8 Körperwerte



5 Inbetriebnahme

Batterien einlegen

Bitte entfernen Sie den Batterieschutzstreifen und / oder setzen Sie die Batterien gemäß der auf dem Batteriefach (als Symbol \oplus) dargestellten Polung ein. Zeigt die Waage keine Funktion, so entfernen Sie die Batterien komplett und setzen Sie sie erneut ein.

Gewichtseinheit ändern

Die Waage zeigt in der Grundeinstellung die Werte in kg an. Sie können die Einheit über die auf der Rückseite des Geräts befindliche Taste zwischen Kilogramm, Pfund „lb“ und Stone „st:lb“ einstellen.

Waage aufstellen

Stellen Sie die Waage auf einen ebenen und festen Untergrund. Eine feste Standfläche ist Voraussetzung für eine korrekte Messung.

6 Informationen

Das Messprinzip

Diese Waage arbeitet mit dem Prinzip der B.I.A., der Bioelektrischen-Impedanz-Analyse. Dabei wird innerhalb von Sekunden durch einen nicht spürbaren, völlig unbedenklichen und ungefährlichen Strom eine Bestimmung von Körperanteilen ermöglicht. Mit dieser Messung des elektrischen Widerstandes (Impedanz) und der Einberechnung von Konstanten bzw. individuellen Werten (Alter, Größe, Geschlecht) können der Körperfettanteil und weitere Größen im Körper bestimmt werden. Muskelgewebe und Wasser haben eine gute elektrische Leitfähigkeit und daher einen geringeren Widerstand. Knochen und Fettgewebe hingegen haben eine geringe Leitfähigkeit, da die Fettzellen und Knochen durch sehr hohen Widerstand den Strom kaum leiten. Beachten Sie, dass die von der Diagnosewaage ermittelten Werte nur eine Annäherung an die medizinischen, realen Analysewerte des Körpers darstellen. Nur der Facharzt kann mit medizinischen Methoden (z.B. Computertomografie) eine exakte Ermittlung von Körperfett, Körperwasser, Muskelanteil und Knochenbau durchführen.

Allgemeine Tipps

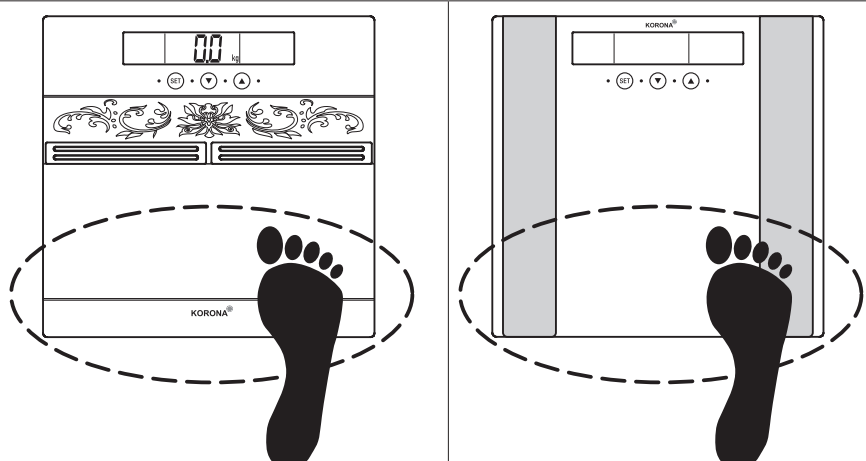
- Wiegen Sie sich möglichst zur selben Tageszeit (am besten morgens), nach dem Toilettengang, nüchtern und ohne Bekleidung, um vergleichbare Ergebnisse zu erzielen.
- Wichtig bei der Messung: Die Ermittlung des Körperfettes darf nur barfuß und kann zweckmäßig mit schwach befeuchteten Fußsohlen vorgenommen werden. Völlig trockene oder stark verhornte Fußsohlen können zu unbefriedigenden Ergebnissen führen, da diese eine zu geringe Leitfähigkeit aufweisen.
- Stehen Sie während des Messvorgangs aufrecht und still.
- Warten Sie einige Stunden nach ungewohnter körperlicher Anstrengung.
- Warten Sie ca. 15 Minuten nach dem Aufstehen, damit sich das im Körper befindliche Wasser verteilen kann.
- Wichtig ist, dass nur der langfristige Trend zählt. In der Regel sind kurzfristige Gewichtsabweichungen innerhalb von wenigen Tagen durch Flüssigkeitsverlust bedingt; Körperwasser spielt jedoch für das Wohlbefinden eine wichtige Rolle.

Einschränkungen

Bei der Ermittlung des Körperfettes und der weiteren Werte können abweichende und nicht plausible Ergebnisse auftreten bei:

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

7 Waage einschalten



Die Waage ist mit druckempfindlichen Schaltern in den vorderen Gehäusefüßen ausgestattet. Um die Waage einzuschalten:

Drücken Sie mit dem Fuß (oder einer Hand) leicht auf den vorderen Bereich der Waage.



Die Anzeige „0.0 kg“ erscheint.

8 Einstellung




Benutzerdaten einstellen

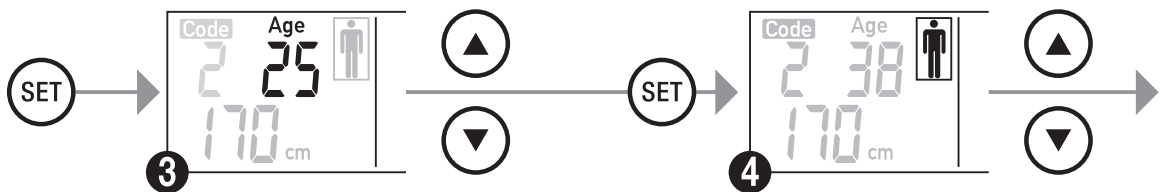
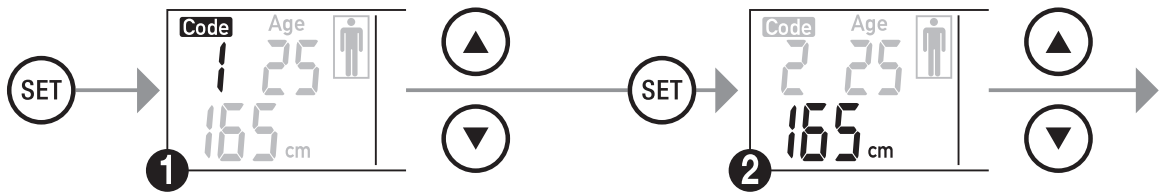
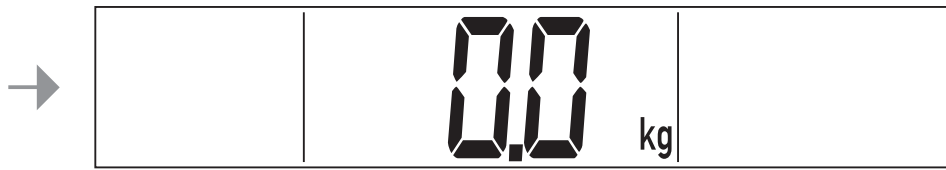
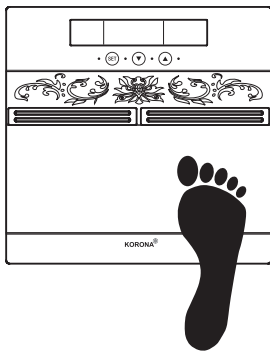
Um Ihren Körperfettanteil und weitere Körperwerte ermitteln zu können, müssen Sie die persönlichen Benutzerdaten einspeichern.

Die Waage verfügt über 12 Benutzerspeicherplätze, auf denen Sie und beispielsweise die Mitglieder Ihrer Familie die folgenden persönlichen Einstellungen abspeichern und wieder abrufen können:

Reihenfolge	Benutzerdaten	Einstellwerte
1	Speicherplatz	1 bis 12
2	Körpergröße	0 bis 255 cm (0' bis 8'-4")
3	Alter	10 bis 100 Jahre
4	Geschlecht	männlich  weiblich 

Die Einstellungen in allen Bereichen nehmen Sie immer in der gleichen Weise vor:

- Drücken Sie die Tasten  und , um eine Anzeige oder einen Wert zu ändern.
- Drücken Sie die Taste , um die Einstellung zu speichern und zum nächsten Einstellbereich zu gelangen, oder um die Einstellung abzuschließen.



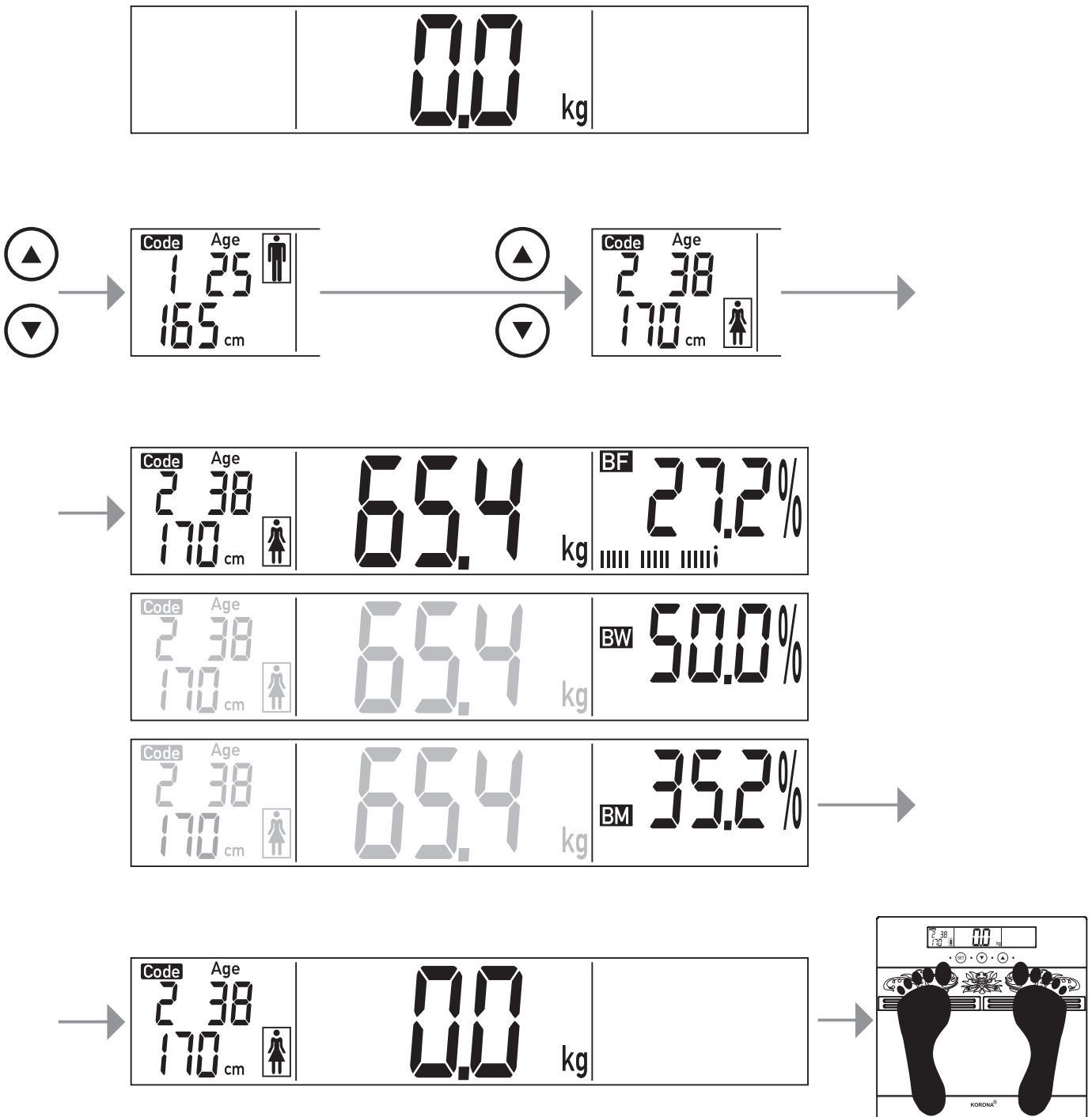
9 Bedienung

Wiegen und Messen weiterer Körperwerte (Benutzer-Modus)

Um sich zu wiegen und gleichzeitig die weiteren Körperwerte zu ermitteln:

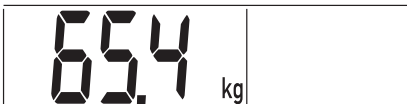


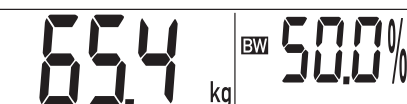
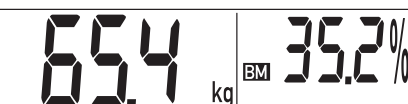
- Schalten Sie die Waage ein und warten Sie, bis die Anzeige „0.0 kg“ erscheint.
- Drücken Sie die Tasten (▼) oder (▲), um den gewünschten Speicherplatz mit Ihren gespeicherten Einstellungen auszuwählen. Warten Sie dann, bis die Anzeige **Code** nicht mehr blinkt.

In einer automatischen Anzeigesequenz werden Ihre Einstellungen und die zuletzt gespeicherten Werte angezeigt. Sobald die Anzeigesequenz abgeschlossen ist und wieder „0.0 kg“ angezeigt wird, können Sie die Waage zur Messung betreten.



Ergebnisanzeige

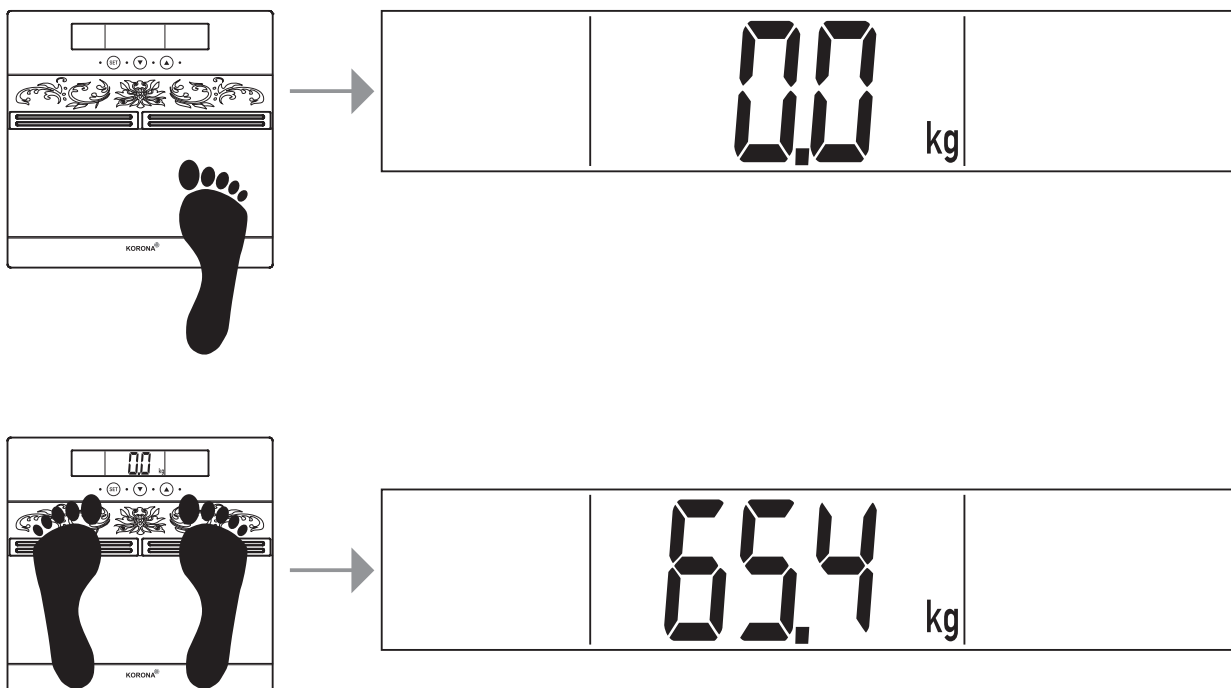
Die Ergebnisanzeige erfolgt automatisch in mehreren Schritten:

		
1. Aktuelles Gewicht	2. Berechnungsvorgang	3. Körperfettwert (BF %) mit Interpretation
		
4. Körperwasseranteil (BW %)	5. Körpermuskelanteil (BM %)	

Nach der Anzeige aller Werte schaltet die Waage automatisch ab. Hinweise zur Auswertung finden Sie auf Seite 10.

Nur Wiegen

Wenn Sie nur Ihr Körpergewicht bestimmen möchten, genügt es, die Waage einzuschalten. Warten Sie, bis die Anzeige „0.0 kg“ erscheint.



Nach der Anzeige des Gewichts schaltet die Waage automatisch ab.


10 Ergebnisse bewerten

Körperfettanteil

Die Körperfettwerte werden im Display dargestellt. Nachfolgende Körperfettwerte in % geben Ihnen eine Richtlinie (für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt!). Die ebenfalls in der Anzeige (am unteren Rand) dargestellte Skala für die Körperfettwerte **BF** dient nur der vereinfachten Orientierung.


Mann **BF** %

Alter	sehr niedrig	niedrig	mittel	hoch	sehr hoch
≤ 30	4,0-11,0	11,1-15,5	15,6-20,0	20,1-24,5	24,6-60,0
> 30	4,0-15,0	15,1-19,5	19,6-24,0	24,1-28,5	28,6-60,0



Frau **BF** %

Alter	sehr niedrig	niedrig	mittel	hoch	sehr hoch
≤ 30	4,0-16,0	16,1-20,5	20,6-25,0	25,1-30,5	30,6-60,0
> 30	4,0-20,0	20,1-25,0	25,1-30,0	30,1-35,0	35,1-60,0



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

Körperwasseranteil

Der Anteil des Körperwassers in % liegt normalerweise in folgenden Bereichen:

Mann **BW** %

Alter	schlecht	gut	sehr gut
10-100	< 50	50-65	> 65

Frau **BW** %

Alter	schlecht	gut	sehr gut
10-100	< 45	45-60	> 60

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

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

Zeitlicher Zusammenhang der Ergebnisse



Beachten Sie, dass nur der langfristige Trend von Bedeutung ist. Kurzfristige Gewichtsabweichungen innerhalb von wenigen Tagen sind in der Regel durch Flüssigkeitsverlust bedingt.

Die Deutung der Ergebnisse richtet sich nach den Veränderungen des Gesamtgewichts und der prozentualen Körperfett-, Körperwasseranteile und Muskelmasse, sowie nach der Zeitdauer mit welcher diese Änderungen erfolgen. Rasche Veränderungen im Bereich von Tagen sind von mittelfristigen Änderungen (im Bereich von Wochen) und langfristigen Änderungen (Monaten) zu unterscheiden.

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

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

11 Batteriewechsel

Bei der Waage müssen die Batterien ersetzt werden, wenn im Display der Hinweis „LO“, erscheint. Falls die Batterien zu schwach sind schaltet sich die Waage automatisch aus.



Hinweis:

- Verwenden Sie bei jedem Batteriewechsel Batterien gleichen Typs, gleicher Marke und gleicher Kapazität.
 - Wechseln Sie alle Batterien immer gleichzeitig.
 - Verwenden Sie keine wiederaufladbaren Akkus.
 - Verwenden Sie schwermetallfreie Batterien.
-

12 Aufbewahrung und Pflege

Die Genauigkeit der Messwerte und Lebensdauer des Gerätes hängt ab vom sorgfältigen Umgang:



Achtung:

- Von Zeit zu Zeit sollte das Gerät gereinigt werden. Benutzen Sie keine scharfen Reinigungsmittel und halten Sie das Gerät niemals unter Wasser.
- Stellen Sie sicher, dass keine Flüssigkeit auf die Waage gelangt. Tauchen Sie die Waage niemals in Wasser. Spülen Sie sie niemals unter fließendem Wasser ab.
- Stellen Sie keine Gegenstände auf die Waage, wenn sie nicht benutzt wird.
- Schützen Sie die Waage vor Stößen, Feuchtigkeit, Staub, Chemikalien, starken Temperaturschwankungen, elektromagnetischen Feldern und zu nahen Wärmequellen (Öfen, Heizungskörper). Drücken Sie nicht mit Gewalt oder mit spitzen Gegenständen auf die Tasten.
- Gerät nicht in der Spülmaschine reinigen!

13 Entsorgen

Batterien und Akkus gehören nicht in den Hausmüll. Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei den öffentlichen Sammelstellen 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.

Im Interesse des Umweltschutzes darf die Waage einschließlich der Batterien am Ende ihrer Lebensdauer nicht mit dem Hausmüll entfernt werden. Die Entsorgung kann über entsprechende Sammelstellen in Ihrem Land erfolgen.

Befolgen Sie die örtlichen Vorschriften bei der Entsorgung der Materialien.



Entsorgen Sie das Gerät gemäß der Elektro- und Elektronik Altgeräte EG-Richtlinie **2002/96/EC – WEEE** (Waste Electrical and Electronic Equipment).

Bei Rückfragen wenden Sie sich an die für die Entsorgung zuständige kommunale Behörde.

14 Was tun bei Problemen?

Stellt die Waage bei der Messung einen Fehler fest, wird folgendes angezeigt.

Displayanzeige	Ursache	Behebung
Err	Die maximale Tragkraft von 150 kg wurde überschritten.	Nur bis 150 kg belasten.
LO	Die Batterien sind fast leer.	Wechseln Sie die Batterien.
---	Der elektrische Widerstand zwischen den Elektroden und Fußsohle ist zu hoch (z.B. bei starker Hornhaut).	Die Messung bitte barfuß wiederholen. Feuchten Sie ggf. Ihre Fußsohlen leicht an. Entfernen Sie ggf. die Hornhaut an den Fußsohlen.
	Der Fettanteil liegt außerhalb des messbaren Bereichs (< 4% oder > 70%).	Die Messung bitte barfuß wiederholen oder feuchten Sie ggf. Ihre Fußsohlen leicht an.
	Die eingegebenen persönlichen Werte sind unplausibel. (z.B. Größe zu klein).	Prüfen und korrigieren Sie (falls nötig) die gespeicherten persönlichen Werte.

Keine Messung möglich

Mögliche Fehler	Behebung
Der Benutzer-Modus wurde nicht korrekt aktiviert. Wenn Sie sich zur Messung aller Körperwerte auf die Waage stellen, bevor im Display „0.0 kg“ angezeigt wird, funktioniert die Waage nicht korrekt.	Benutzer-Modus korrekt aktivieren (auf „0.0 kg“ warten) und Messung wiederholen.
Die Batterien in der Waage sind leer.	Wechseln Sie die Batterien.

Falsche Gewichtsmessung

Mögliche Fehler	Behebung
Waage steht auf Teppichboden.	Waage auf ebenen und festen Boden stellen.
Waage hat falschen Nullpunkt.	Waage aktivieren und warten, bis sich die Waage wieder abschaltet (Waage bis dahin nicht betreten). Danach Waage erneut aktivieren und Messung wiederholen.

15 Garantie und Service


Sie erhalten 5 Jahre Garantie ab Kaufdatum auf Material- und Fabrikationsfehler des Produktes.

Die Garantie gilt nicht:

- im Falle von Schäden, die auf unsachgemäßer Bedienung beruhen
- für Verschleißteile (z.B. Batterien)
- für Mängel, die dem Kunden bereits bei Kauf bekannt waren
- bei Eigenverschulden des Kunden

Die gesetzlichen Gewährleistungen des Kunden bleiben durch die Garantie unberührt. Für Geltendmachung eines Garantiefalles innerhalb der Garantiezeit ist durch den Kunden der Nachweis des Kaufes zu führen.

Die Garantie ist innerhalb eines Zeitraumes von 5 Jahren ab Kaufdatum gegenüber der

 Hans Dinslage GmbH
Riedlinger Straße 28
88524 Uttenweiler
Germany

geltend zu machen. Der Kunde hat im Garantiefall das Recht zur Reparatur der Ware bei unseren eigenen oder bei von uns autorisierten Werkstätten. Weitergehende Rechte werden dem Kunden (aufgrund der Garantie) nicht eingeräumt.

Contents

1	Getting to know your instrument.....	15	8	Settings	19
2	Signs and symbols	16	9	Operation.....	21
3	Safety notes	16	10	Evaluation of results	23
4	Unit description	17	11	Replacing batteries.....	24
5	Initial use	17	12	Storage and maintenance	25
6	Information	18	13	Disposal.....	25
7	Switch on the scales	19	14	What if there are problems?	26

Included in delivery

- Diagnostic scale
- 2 x 3 V CR2032
- These instructions for use

Dear Customer

You have chosen a quality product from Korona. Please read these instructions for use carefully and keep them for later use, be sure to make them accessible to other users and observe the information they contain.

This diagnostic scale is designed to make a significant contribution to your health.

With kind regards

Your Korona team

1 Getting to know your instrument

Function of the unit

This digital diagnostic scale is used to weigh you and to provide diagnostic data about your personal fitness.

The scale is intended for individual, household use.

The scale has the following diagnostic functions that can be used by up to 12 persons:

- Body weight measurement
- Measurement of body fat percentage
- Body water percentage
- Body muscle ratio.

The memory function lets up to 12 people access their last measured weight and the body values that are simultaneously determined.

This scale also has the following functions:

- Switch between kilograms [kg], pounds [lb] and stones [st:lb]
- Automatic shutoff function
- Battery change indicator for weak batteries

2 Signs and symbols

The following symbols appear in these instructions.



Warning Warning instruction indicating a risk of injury or damage to health.



Important Safety note indicating possible damage to the unit/accessory.



Note Note on important information.

3 Safety notes

Safety notes



Warning:

- The scales must not be used by persons with medical implants (e.g. heart pace-makers). Otherwise their function could be impaired.
- Do not use during pregnancy.
- Do not stand on the outer edge to one side of the scale otherwise it may tip!
- Keep children away from packaging materials (risk of suffocation).
- The surface of the scales is slippery when damp or wet.



Notes on handling batteries



Warning:

- Swallowing batteries can be extremely dangerous. Keep the batteries and scale out of the reach of small children. Should a child swallow a battery, seek medical assistance immediately.
- Batteries must not be recharged, taken apart, thrown into an open fire or short circuited.
- Batteries can contain toxins that are harmful to health and the environment. Always dispose of batteries in accordance with applicable legal regulations. Do not dispose of batteries with the normal household waste.



Warning:

- Replace weak batteries before they discharge completely.
- Always replace all batteries at the same time and use batteries of the same type.
- Leaking batteries may damage the device. If you do not intend to use the device for longer periods, remove the batteries from the battery compartment.
- If a battery has leaked, put on protective gloves and clean the battery compartment with a dry cloth.

General notes

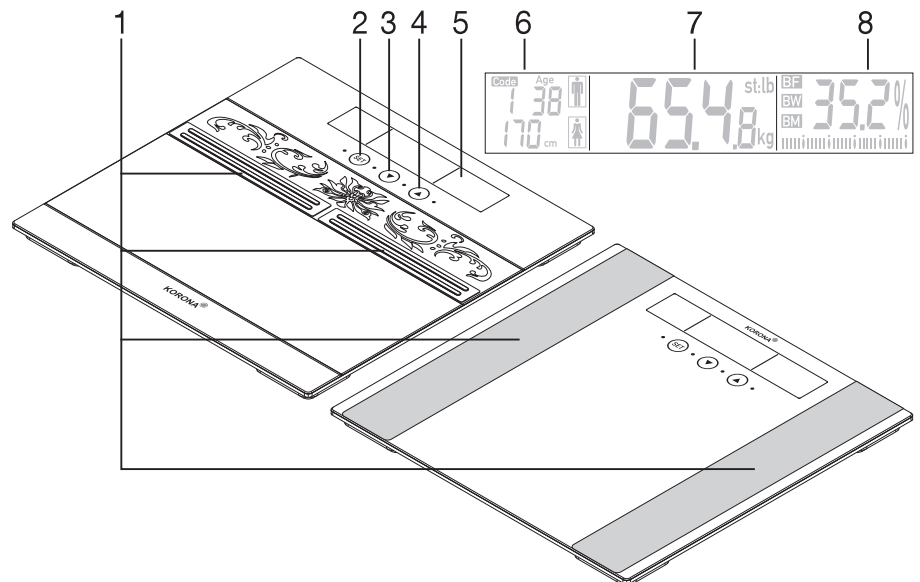


- The unit is for personal use only and is not intended for medical or commercial applications.
- Please note that technically related measuring tolerances are possible, as the scale is not calibrated for professional medical applications.
- The scales' maximum load is 150 kg (330 lb/24 st)
- Before submitting any complaint, first check the batteries and replace them if necessary.
- Repairs may only be performed by the authorised customer services team.
- Should you have any questions concerning the use of our devices, please contact your dealer or customer service.
- All scales comply with EC Directive 2004/108/EC.

4 Unit description


Overview

- 9 Electrodes
- 10 Set button
- 11 Down button
- 12 Up button
- 13 Display, split into the areas of:
 - 14 Personal information
 - 15 Weight
 - 16 Body values



5 Initial use

Inserting the batteries

Please remove the battery insulating strips and/or position the batteries correctly with regards to the polarity displayed in the battery compartment (as symbol ). If the scale fails to operate, remove the batteries completely and reinsert them.

Changing the weight unit

The scale shows the values in kg. You can adjust the device between kilograms, pounds - “lb” - and stones - “st:lb” - using the button located on the rear.

Setting up the scale

Set up the scale on a level and solid surface. A solid surface is a prerequisite for a correct measurement.

6 Information

The measuring principle

This scale operates according to the B.I.A. principle (bioelectric impedance analysis). This enables the measurement of physical relationships within seconds by means of an undetectable, completely harmless electric current. The body fat percentage and other physical relationships in the body can be determined by measuring the electrical resistance (impedance) and calculating constants and individual parameters such as age, height, gender and degree of activity.

Muscle tissue and water have good electrical conductivity, and therefore lower resistance. Bones and fatty tissue, on the other hand, have low conductivity as fat cells and bones conduct hardly any current as a result of their very high resistance.

Please be aware that values obtained from the diagnostic scale represent only an approximation of actual analytical medical data. Only a specialist physician can accurately determine body fat, body water, muscle percentage and bone structure using medical procedures (e.g. computed tomography).

General tips

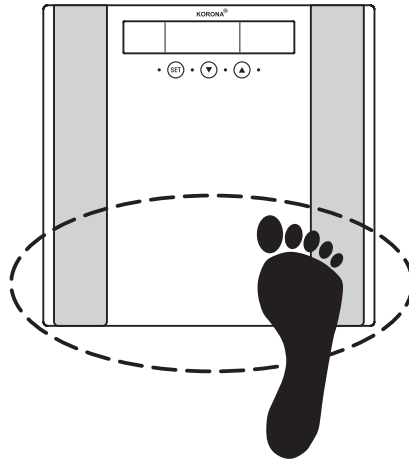
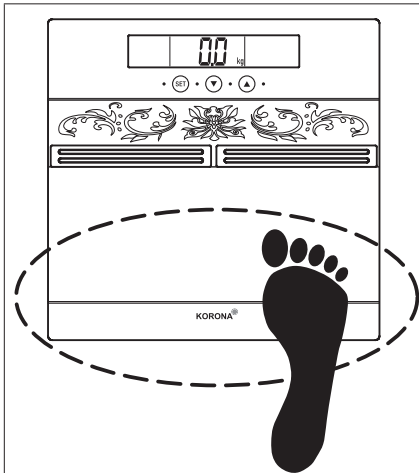
- If possible, always weigh yourself at the same time of day (preferably in the morning), after using the toilet, on an empty stomach and unclothed, in order to achieve comparable results.
- Important for the measurement: only measure body fat when barefoot and with the soles of the feet slightly moist. Completely dry soles can result in unsatisfactory measurements due to inadequate conductivity.
- Stand still and upright during the measurement.
- Wait a few hours after unaccustomed physical activity.
- Wait approx. 15 minutes after getting up in the morning to allow the water in the body to distribute.
- Remember that only long-term trends are important. Short-term changes in weight within a few days are usually caused by a loss of fluid. Body water plays an important role towards our general wellbeing.

Limitations

When measuring body fat and other values, deviating and implausible results may occur in:

- children under approx. 10 years,
- competitive athletes and body builders,
- pregnant women (due to the amniotic fluid),
- persons with fever, undergoing dialysis treatment or with symptoms of edema or osteoporosis,
- persons taking cardiovascular medication (affecting the heart and vascular system),
- persons taking vascular dilating or vascular constricting medication,
- persons with considerable anatomic deviations of the legs in relation to total body size (length of the legs considerably shortened or lengthened).

7 Switch on the scales



The scales have been fitted with pressure-sensitive switches in the front casing feet. To switch on the scales:

Press down lightly on the front area of the scales using your foot (or your hand).



The display will show "0.0 kg".

8 Settings




Setting user data

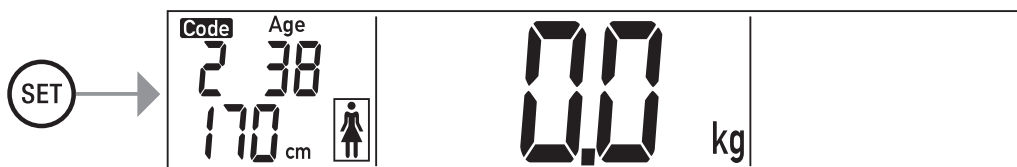
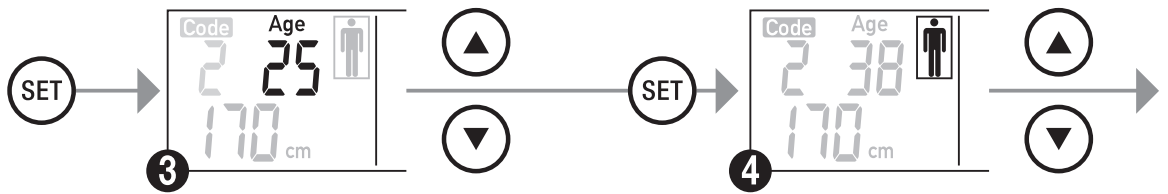
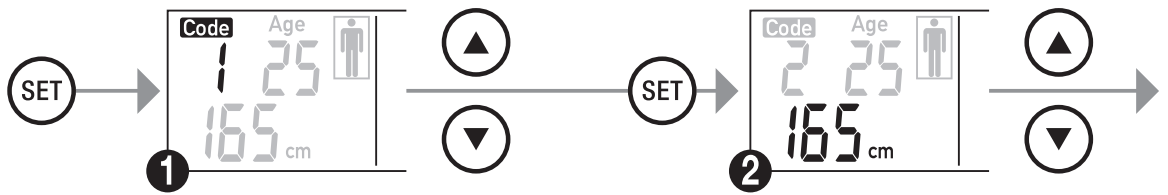
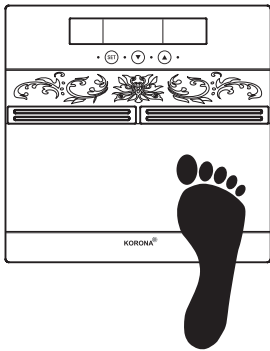
You must enter personal user parameters in order to measure your body fat percentage and other physical data.

The scale has 12 user memory locations which allows, for example, you and your family members to save personal settings and retrieve them later:

Sequence	User data	Parameters
①	Memory position	1 to 12
②	Body height	0 to 255 cm (0' to 8'-4")
③	Age	10 to 100 years
④	Sex	male  female 

Always adjust the settings in all areas as follows:



- Press the buttons  and , to change a display or a value.
- Press the button , to save the setting and go to the next range of settings, or to close the settings menu.



9 Operation

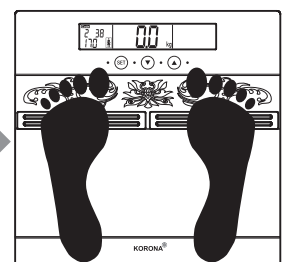
Weighing and measuring other body values

To simultaneously weigh yourself and determine other body values:

- Switch on the scales and wait until the display shows “0.0kg”.
- Press the buttons  or , to select the desired storage space with your saved settings.






Wait until the **Code** display stops blinking.

Your settings and saved values are displayed in an automatic display sequence. As soon as the display sequence has finished and “0.0 kg” is displayed again, you can step onto the scales to be weighed.



Display of results

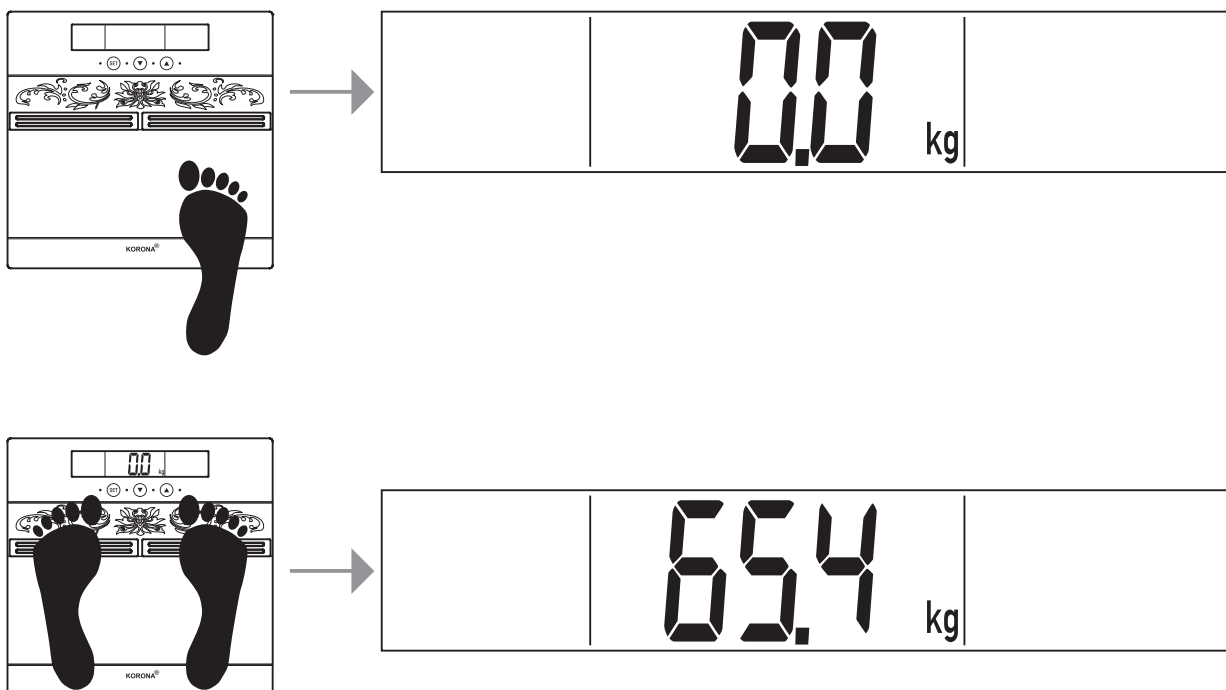
The results are automatically displayed in the following sequence:

		
1. Current weight	2. Calculation procedure	3. Body fat value (BF %) with interpretation
		
4. Body water percentage (BW %)	5. Body muscle ratio (BM %)	

After displaying all values, the scales automatically switch off. You will find information on analysis on page 23.

Weighing only

If you only want to calculate your bodyweight, you simply need to switch on the scales. Wait until “0.0 kg” is displayed.



After displaying the weight, the scales automatically switch off.


10 Evaluation of results

Body fat percentage

The body fat values are shown in the display. The following body fat percentages are guide values (contact your physician for further information). The body fat **BF** chart also shown on the display (at the bottom) serves only to simplify orientation.


Man **BF** %

Age	Very low	low	normal	high	very high
≤ 30	4.0-11.0	11.1-15.5	15.6-20.0	20.1-24.5	24.6-60.0
> 30	4.0-15.0	15.1-19.5	19.6-24.0	24.1-28.5	28.6-60.0



Woman **BF** %

Age	Very low	low	normal	high	very high
≤ 30	4.0-16.0	16.1-20.5	20.6-25.0	25.1-30.5	30.6-60.0
> 30	4.0-20.0	20.1-25.0	25.1-30.0	30.1-35.0	35.1-60.0



A lower value is often found in athletes. Depending on the type of sports, training intensity and physical constitution, values may result which are below the recommended values stated. It should, however, be noted that there could be a danger to health in the case of extremely low values.

Body water percentage

The body water percentage is normally within the following ranges:

Man **BW** %

Age	poor	good	very good
10-100	<50	50-65	>65

Woman **BW** %

Age	poor	good	very good
10-100	<45	45-60	>60

Body fat contains relatively little water. Therefore persons with a high body fat percentage have body water percentages below the recommended values. With endurance athletes, however, the recommended values could be exceeded due to low fat percentages and high muscle percentage.

This scale is unsuitable for measuring body water in order to draw medical conclusions concerning age-related water retention, for example. If necessary ask your physician. Basically, a high body water percentage should be the aim.

Results in relation to time



Remember that only long-term trends are important. Short-term fluctuations in weight over a few days are usually the result of a loss of fluid.

The interpretation of the results reflects changes in total body weight, percentage of body fat and body water as well as muscle density, and takes into account the length of time over which these changes take place. Sudden changes within days must be distinguished from medium term changes (over weeks) and long term changes (months).

A basic rule is that short term changes in weight almost exclusively represent changes in water content, whereas medium and long term changes may also involve the fat and muscle percentages.

- If your weight reduces over the short term, but your body fat percentage increases or remains the same, you have merely lost water – e.g. after a training session, sauna session or a diet restricted only to rapid weight loss.
- If your weight increases over the medium term and the body fat percentage falls or stays the same, then you could have built up valuable muscle mass.
- If your weight and body fat percentage fall simultaneously then your diet is working – you are losing fat mass.
- Ideally you should support your diet with physical activity, fitness or power training. This way you can increase your muscle percentage over the medium term.
- Body fat, body water or muscle percentages should not be added (certain elements of muscle tissue also contain body water).

11 Replacing batteries

The batteries in the scales must be replaced if the message “LO” appears in the display. If the batteries are too flat, then the scales will switch off automatically.



Note:

- When changing batteries, always use batteries of the same type, brand and capacity.
 - Always replace all batteries simultaneously.
 - Do not use rechargeable batteries.
 - Use batteries that are free of heavy metals.
-

12 Storage and maintenance

The precision of the measurements and service life of the device depends on its careful handling:



Important:

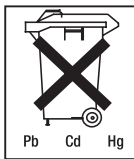
- The unit should be cleaned occasionally. Do not use abrasive detergents and never immerse the unit in water.
- Make sure that no liquids come into contact with the scales. Never submerge the scales in water. Never rinse them in running water.
- Do not stand any objects on the scales when not in use.
- Protect the scales from knocks, damp, dust, chemicals, drastic changes in temperature, electromagnetic fields and nearby sources of heat (ovens, heaters). Do not press the buttons violently or with pointed objects.
- Do not wash the unit in a dishwasher!

13 Disposal

Standard and rechargeable batteries should not be disposed of separately from the household waste. As a consumer, you are legally obliged to return used batteries for proper disposal. You can hand in your used batteries at public collection points in your district or sales outlets where batteries of this type are sold.



Note:



The codes below are printed on batteries containing harmful substances:

- Pb = Battery contains lead,
- Cd = Battery contains cadmium,
- Hg = Battery contains mercury.

For environmental reasons, do not dispose of the scale with the batteries in the household waste at the end of its useful life. Dispose of the unit at a suitable local collection or recycling point.

Observe the local regulations for material disposal.



Dispose of the unit in accordance with EC Directive **2002/96/EC – WEEE** (Waste Electrical and Electronic Equipment).

If you have any questions, please contact the local authorities responsible for waste disposal.

14 What if there are problems?

If the scale detects an error when measuring, the following is displayed.

Display	Cause	Remedy
Err	The maximum load capacity of 150 kg was exceeded.	Do not load the unit with over 150 kg.
LO	The batteries are almost empty.	Replace the batteries
- - - -	The electrical resistance between the electrodes and the sole of your foot is too high (e.g. if you have tough calluses).	Repeat the measurement barefoot. If necessary, moisten the soles of your feet slightly. If necessary, remove the calluses from the soles of your feet.
	The fat percentage is outside the measurable range (less than 4% or greater than 70%).	Repeat the measurement barefoot or, if necessary, moisten the soles of your feet slightly.
	The personal values entered are outside normal ranges (e.g. height is too small).	Check and if necessary correct the saved personal values.

No measurement possible

Possible errors	Remedy
The User mode has been incorrectly activated. If you stand on the scales to measure all body values before the display shows "0.0 kg", the scales will not function correctly.	Correctly activate User mode (wait for "0.0 kg" to be shown) and repeat the measurement.
The batteries in the scale are empty.	Replace the batteries.

Incorrect weight measurement

Possible errors	Remedy
Scale is on carpeting.	Place the scale on a level and solid surface.
Incorrect zero point of scale.	Activate the scale, wait approximately 4 seconds, repeat measurement.

Sommaire

1	Familiarisation avec l'appareil	27	8	Réglage	31
2	Symboles utilisés.....	28	9	Utilisation.....	33
3	Consignes de sécurité.....	28	10	Evaluation des résultats	35
4	Description de l'appareil.....	29	11	Remplacement des piles.....	36
5	Mise en service.....	29	12	Stockage et entretien	37
6	Informations	30	13	Elimination	37
7	Mise en marche de la balance.....	31	14	Que faire en cas de problèmes ?	38

Éléments fournis

- Pèse-personne impédancemètre
- 2 x 3 V type CR2032
- Mode d'emploi

Chère cliente, cher client,

Vous avez fait l'acquisition d'un produit de qualité de Korona. Lisez attentivement cette notice, conservez-la pour un usage ultérieur, mettez-la à la disposition des autres utilisateurs et suivez les consignes qui y figurent.

Ce pèse-personne impédancemètre se révélera être un allié de poids pour votre santé.

Sincères salutations,
Votre équipe Korona

15 Familiarisation avec l'appareil**Fonctions de l'appareil**

Ce pèse-personne impédancemètre numérique sert pour le pesage et pour le diagnostic de vos données physiques personnelles.

Le pèse-personne est conçu pour une utilisation propre dans le domaine privé.

Le pèse-personne dispose des fonctions de diagnostic suivantes, pouvant être utilisées par jusqu'à 12 personnes :

- mesure du poids du corps,
- détermination du taux de graisse corporelle,
- taux de masse hydrique,
- masse musculaire.

La fonction enregistrement permet d'avoir accès au dernier poids mesuré pour jusqu'à 12 personnes ainsi qu'aux valeurs corporelles complémentaires calculées.

Le pèse-personne dispose en outre des fonctions complémentaires suivantes :

- Conversion kilogramme [kg], livre [lb] et stone [st:lb].
- Fonction de désactivation automatique
- Affichage de remplacement de piles lorsque les piles faiblissent.

16 Symboles utilisés

Voici les symboles utilisés dans la notice d'utilisation :



Avertissement Ce symbole vous avertit des risques de blessures ou des dangers pour votre santé.



Attention Ce symbole vous avertit des éventuels dommages au niveau de l'appareil ou d'un accessoire.



Remarque Ce symbole indique des informations importantes.

17 Consignes de sécurité

Consignes de sécurité



Avertissement :

- Le pèse-personne ne doit pas être utilisé par des personnes portant des implants médicaux (par ex. stimulateur cardiaque). Ces appareils risqueraient alors de ne pas fonctionner correctement.
- L'appareil ne doit pas être utilisé par des femmes enceintes.
- Ne montez pas sur un seul côté ni sur le bord du pèse-personne : il risquerait de basculer et de vous faire tomber !
- Ne laissez pas l'emballage à la portée des enfants (risque d'étouffement).
- La surface de la balance est glissante lorsqu'elle est humide ou mouillée.



Remarques relatives aux piles



Avertissement :

- Les piles sont extrêmement dangereuses si elles sont avalées. Les piles et le pèse-personne doivent être tenus hors de portée des enfants. En cas d'accident, consultez immédiatement un médecin !
- Les piles ne doivent être ni rechargées, ni réactivées par d'autres méthodes, ni démontées, ni jetées au feu, ni court-circuitées.
- Les piles peuvent contenir des produits toxiques qui sont nuisibles pour la santé et l'environnement. Éliminez les piles conformément aux dispositions légales en vigueur. Ne jetez jamais les piles avec les ordures ménagères.



Attention :

- Remplacez à temps les piles usagées.
- Changez systématiquement les piles à temps et utilisez des piles de même type.
- Des piles qui fuient peuvent endommager l'appareil. Si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une période prolongée, retirez les piles du compartiment à piles.
- En cas de fuite, enfiler des gants protecteurs et nettoyez le compartiment à piles avec un chiffon sec.

Remarques générales

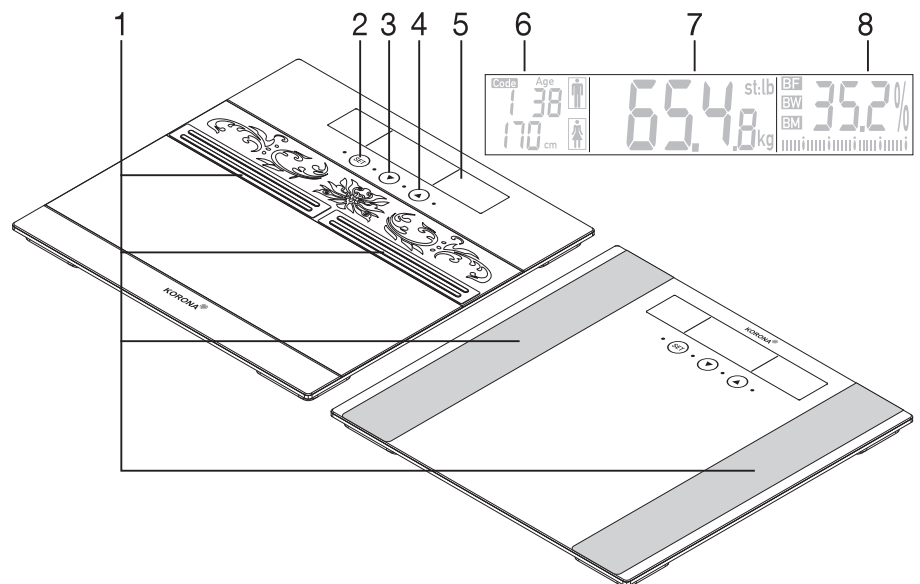


- L'appareil est prévu pour un usage exclusivement personnel. Il n'est en aucun cas destiné à des fins médicales ou commerciales.
- Des variations de mesure d'ordre technique sont possibles, ce pèse-personne n'étant pas étalonné en vue d'un usage médical professionnel.
- Le poids maximal supporté par la balance est de 150 kg (330 lb/24 st).
- Cependant, avant toute réclamation, vérifiez d'abord les piles et changez-les le cas échéant.
- Seul le personnel autorisé du service après-vente est habilité à procéder à des réparations.
- Pour toute question sur l'utilisation de nos appareils, adressez-vous à votre revendeur ou à notre service après-vente.
- Tous les pèse-personnes sont conformes à la directive CEM 2004/108/CEE.

18 Description de l'appareil

Aperçu

- 17 Electrodes
- 18 (SET) Touche de réglage
- 19 (▼) Touche vers le bas
- 20 (▲) Touche vers le haut
- 21 Affichage, divisé en parties :
- 22 Données personnelles
- 23 Poids
- 24 Valeurs corporelles



19 Mise en service

Installer les batteries

Veillez retirer la bande de protection des piles et/ou les insérer selon la polarisation indiquée dans le compartiment à piles (voir symbole (+)). Si le pèse-personne n'affiche aucune fonction, retirez entièrement les piles et remettez-les en place.

Modification de l'unité de poids

Le pèse-personne affiche les valeurs en kg. Vous pouvez régler l'unité entre kilogramme, livre « lb » et stone « st:lb » à l'aide de la touche située à l'arrière de l'appareil.

Installation du pèse-personne

Posez le pèse-personne sur un support stable et plan. Une surface d'assise solide constitue la condition préalable pour une mesure correcte.

Principe de mesure

Ce pèse-personne fonctionne selon le principe d'analyse d'impédance bioélectrique (B.I.A). A cet effet, un courant imperceptible, absolument sans risque et sans danger, permet de connaître en quelques secondes les taux des tissus corporels. La mesure de la résistance électrique (impédance) ainsi que la prise en compte de constantes ou de données individuelles (âge, taille, sexe, activité physique) permet de définir le taux de graisse corporelle et d'autres paramètres physiques.

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

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

Conseils généraux

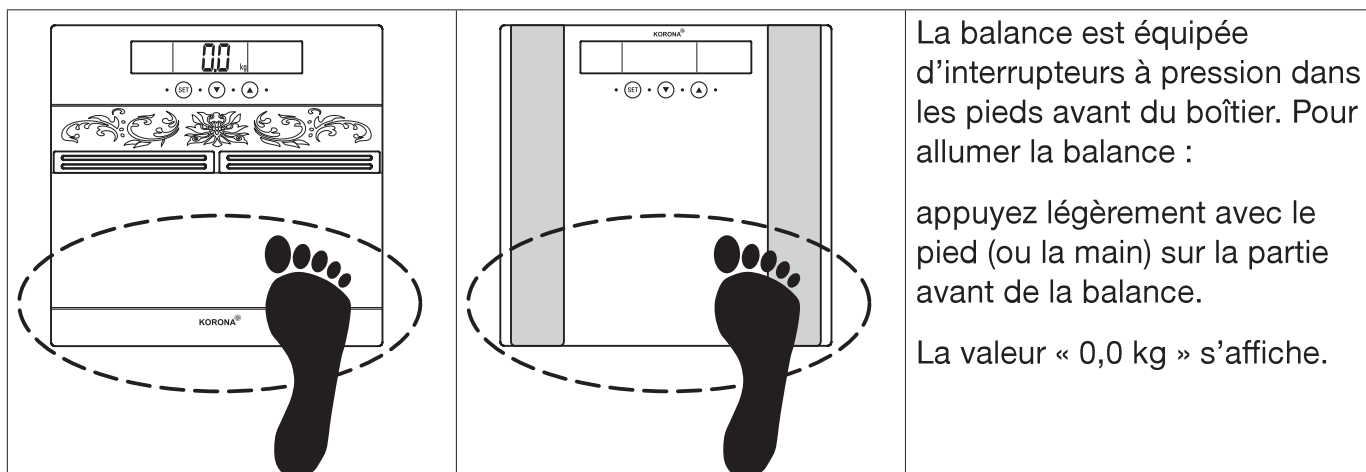
- Pesez-vous, si possible, à la même heure (de préférence le matin), après la selle, à jeun et nu(e) afin d'obtenir des résultats comparables.
- Important : la détermination de la graisse corporelle doit toujours être faite pieds nus ; si nécessaire, elle peut s'effectuer la plante des pieds légèrement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

Restrictions

Dans certains cas, la détermination de la graisse corporelle et d'autres données peut présenter des écarts et des résultats non plausibles :

- les enfants de moins de 10 ans environ,
- les sportifs de haut niveau et les personnes pratiquant le bodybuilding,
- les femmes enceintes (en raison du liquide amniotique),
- les personnes fiévreuses, en dialyse, présentant des symptômes d'œdèmes ou d'ostéoporose,
- les personnes sous traitement médical cardiovasculaire,
- les personnes prenant des médicaments vasodilatateurs ou vasoconstricteurs,
- les personnes présentant des écarts anatomiques sérieux des jambes par rapport à leur taille (jambes nettement courtes ou longues).

21 Mise en marche de la balance





22 Réglage




Réglage des données de l'utilisateur

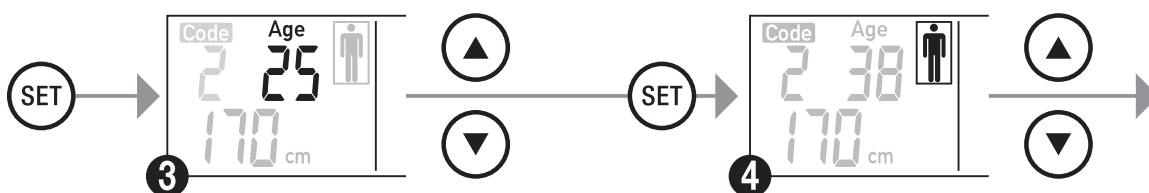
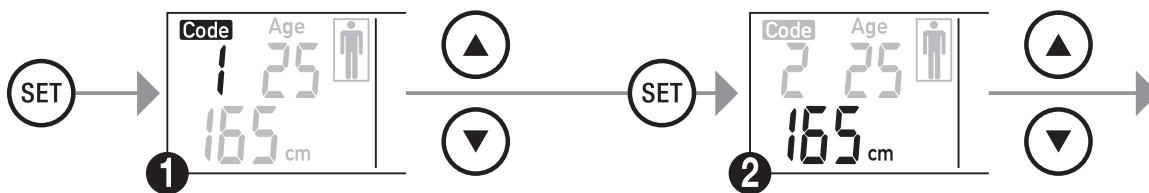
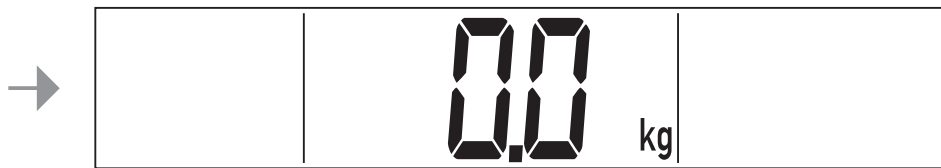
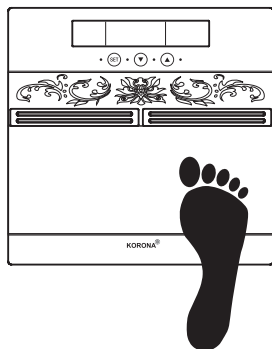
Pour déterminer votre taux de graisse corporelle ainsi que les autres paramètres, il vous faut enregistrer vos données personnelles.

Le pèse-personne dispose de 12 emplacements mémoire d'utilisateurs sur lesquels vous pouvez vous-même et par exemple les membres de votre famille mémoriser les réglages personnels et les rappeler ultérieurement.

Séquence	Données de l'utilisateur	Valeurs de réglage
①	Emplacement de mémoire	1 à 12
②	Taille	0 à 255 cm (0' à 8'-4")
③	Age	10 à 100 ans
④	Sexe	homme  femme 

Les réglages se font toujours de la même façon :

- Appuyez sur les touches  et , pour modifier un écran ou une valeur.
- Appuyez sur la touche , pour enregistrer le réglage et passer au réglage suivant ou pour quitter les réglages.



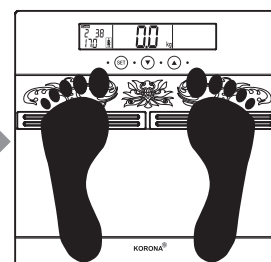
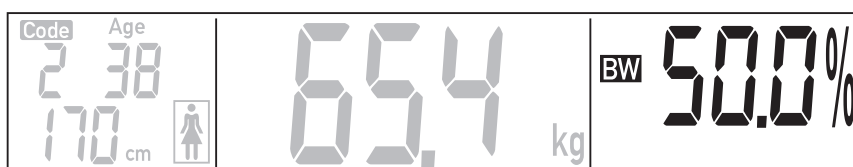
23 Utilisation

Se peser et mesurer d'autres valeurs corporelles

Pour se peser et afficher en même temps les valeurs corporelles suivantes :






- Mettez la balance en marche et attendez que l'affichage « 0.0 kg » apparaisse.
- Appuyez sur la touche ∇ ou \blacktriangle , pour choisir l'emplacement de mémoire qui vous convient pour vos réglages enregistrés. Attendez alors que l'affichage **Code** ne clignote plus.

Vos réglages ainsi que les dernières valeurs enregistrées s'affichent selon une séquence automatique. À la fin de la séquence d'affichage, lorsque « 0,0 kg » apparaît de nouveau, vous pouvez monter sur la balance pour vous peser.



Affichage du résultat

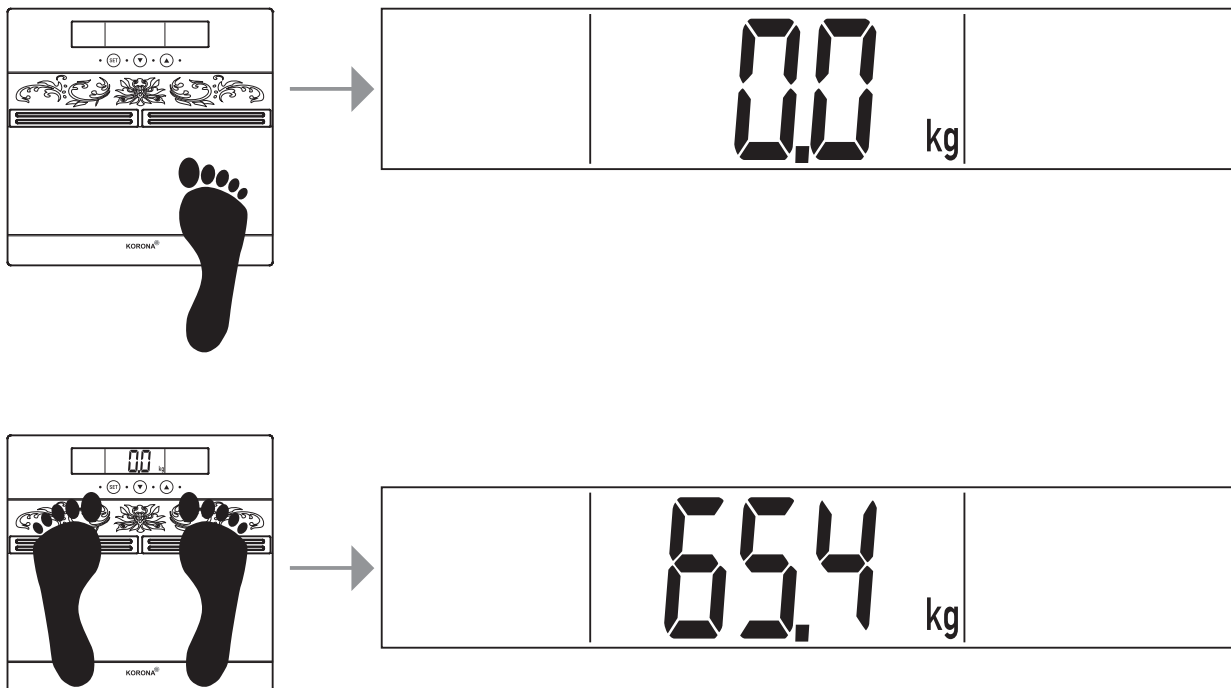
L'affichage du résultat se fait automatiquement, en plusieurs étapes :

		
1. Poids actuel	2. Calcul en cours	3. Taux de graisse corporelle (BF %) avec interprétation
		
4. Taux d'eau corporelle (BW %)	5. Masse musculaire (BM %)	

Après avoir affiché toutes les valeurs, la balance s'éteint automatiquement. Vous trouverez des conseils d'utilisation en page 35.

Se peser uniquement

Si vous souhaitez seulement déterminer votre poids corporel, il suffit d'allumer la balance. Attendez que « 0,0 kg » s'affiche.



Après avoir affiché le poids, la balance s'éteint automatiquement.

24 Evaluation des résultats

Taux de graisse corporelle

Les valeurs de taux de graisse corporelle sont affichées sur l'afficheur. Les taux de graisse corporelle suivants (en %) sont donnés à titre indicatif (consultez votre médecin pour de plus amples informations). L'échelle également affichée (en bas) indiquant les valeurs de graisse corporelle **BF** ne fait que donner une indication générale.

Homme **BF** %

Âge	Très bas	bas	moyen	élevé	très élevé
≤ 30	4,0-11,0	11,1-15,5	15,6-20,0	20,1-24,5	24,6-60,0
> 30	4,0-15,0	15,1-19,5	19,6-24,0	24,1-28,5	28,6-60,0



Femme **BF** %

Âge	Très bas	bas	moyen	élevé	très élevé
≤ 30	4,0-16,0	16,1-20,5	20,6-25,0	25,1-30,5	30,6-60,0
> 30	4,0-20,0	20,1-25,0	25,1-30,0	30,1-35,0	35,1-60,0



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

Taux de masse hydrique

Le taux de masse hydrique (en %) se situe normalement dans les plages suivantes :

Homme **BW** %

Age	Mauvais	Bon	Très bon
10-100	<50	50-65	>65

Femme **BW** %

Age	Mauvais	Bon	Très bon
10-100	<45	45-60	>60

La graisse corporelle contient relativement peu d'eau. Il est donc possible que chez les personnes dont le taux de graisse corporelle est élevé, le taux de masse hydrique soit inférieur aux données de référence. Par contre, chez les personnes pratiquant des sports d'endurance, le taux de masse hydrique peut être supérieur aux données de référence en raison d'un taux de graisse corporelle inférieur et d'un taux de masse musculaire supérieur.

Le taux de masse hydrique déterminé sur ce pèse-personne ne permet pas de tirer de conclusions d'ordre médical sur la rétention d'eau dans les tissus due à l'âge. Consultez le cas échéant votre médecin. De manière générale, il est préférable que le taux de masse hydrique soit élevé.

Corrélation des résultats dans le temps



Seule compte la tendance à long terme. Des écarts de poids de courte durée enregistrés en l'espace de quelques jours ne sont généralement dus qu'à une simple perte de liquides.

L'interprétation des résultats se fait en fonction des modifications du poids global et des pourcentages de graisse et d'eau corporelles et de la masse musculaire, ainsi qu'en fonction de la durée selon laquelle ces modifications se produisent. Il faut distinguer les modifications rapides (de l'ordre de quelques jours) des modifications à moyen terme (de l'ordre de quelques semaines) et à long terme (plusieurs mois).

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

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

25 Remplacement des piles

Les batteries de la balance doivent être remplacées lorsque l'indication « LO » s'affiche. Lorsque les batteries sont trop faibles, la balance s'éteint automatiquement.



Remarque :

- Utilisez pour chaque changement de piles, des piles de même type, de même marque et de même capacité.
 - Remplacez systématiquement toutes les piles en même temps.
 - N'utilisez pas d'accumulateurs rechargeables.
 - Utilisez des piles sans métal lourd.
-

26 Stockage et entretien

La précision des valeurs mesurées et la durée de vie de l'appareil dépend du maniement avec soin :



Attention :

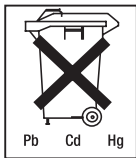
- Nettoyez de temps en temps l'appareil. N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs et n'immergez jamais l'appareil dans l'eau.
- Assurez-vous qu'aucun liquide ne parvienne sur le pèse-personne. Ne plongez en aucun cas le pèse-personne dans l'eau. Ne rincez en aucun cas le pèse-personne à l'eau courante.
- Ne posez pas d'objets sur le pèse-personne lorsqu'il n'est pas utilisé.
- Protégez la balance contre les coups, l'humidité, la poussière, les produits chimiques, les fortes variations de température, les champs électromagnétiques et les sources de chaleur trop proches (four, radiateur). N'appuyez pas violemment ou avec des objets pointus sur les touches.
- Ne nettoyez pas l'appareil dans le lave-vaisselle !

27 Elimination

Les piles usagées ne doivent pas être jetées avec les ordures ménagères. En tant que consommateur / consommatrice, la législation vous impose de restituer les piles usagées. Vous pouvez déposer les piles usagées dans les points de collecte locaux réservés à cet usage ou dans tout magasin vendant des piles de ce type.



Remarque :



Ce pictogramme se trouve sur les piles à substances nocives :
Pb = pile contenant du plomb,
Cd = pile contenant du cadmium,
Hg = pile contenant du mercure.

Afin de respecter l'environnement, ne jetez pas le pèse-personne ni les piles dans les ordures ménagères, une fois ceux-ci devenus inutilisables. L'élimination doit se faire par le biais des points de collecte compétents dans votre pays.

Respectez les réglementations locales en matière d'élimination de matériaux.



Éliminez l'appareil conformément à la directive européenne **2002/96/EC – WEEE** (Waste Electrical and Electronic Equipment) relative aux appareils électriques et électroniques usagés.

Pour toute question, adressez-vous aux collectivités locales responsables de l'élimination et du recyclage de ces produits.

28 Que faire en cas de problèmes ?

L'affichage suivant apparaît si le pèse-personne détecte une erreur lors de la mesure.

Affichage	Cause	Remède
Err	La force portante maximale de 150 kg a été dépassée.	Chargez uniquement jusqu'à 150 kg.
Lo	Les piles sont presque déchargées.	Remplacez les piles
- - - -	La résistance électrique entre les électrodes et la plante de pied est trop élevée (p. ex. en cas de forte callosité).	Recommencez la mesure pieds nus. Humidifiez si besoin légèrement la plante des pieds. Éliminez si besoin les callosités de la plante des pieds.
	Le taux de graisse corporelle se situe en dehors de la plage de mesure (inférieur à 4 % ou supérieur à 70 %).	Recommencez la mesure pieds nus ou humidifiez si besoin légèrement la plante des pieds.
	Les valeurs personnelles saisies sont suspectes. (par ex. taille trop petite)	Vérifiez et corrigez (si nécessaire) les valeurs personnelles enregistrées.

Pas de mesure possible

Causes possibles d'erreurs	Remède
Le mode utilisateur n'a pas été correctement activé. Si vous montez sur la balance pour la mesure de toutes les valeurs corporelles avant que « 0,0 kg » s'affiche sur l'écran, la balance ne fonctionnera pas correctement.	Activer correctement le mode utilisateur (attendre le « 0,0 kg » et répéter la mesure.
Les piles du pèse-personne sont déchargées.	Remplacez les piles.

Mesure de poids erronée

Causes possibles d'erreurs	Remède
Le pèse-personne repose sur une moquette.	Posez le pèse-personne sur un sol plan et stable.
La position 0 du pèse-personne est fautive.	Activez le pèse-personne Attendez environ 4 secondes. Répétez la mesure.

Índice

1	Introducción	39	8	Ajustes.....	43
2	Aclaración de las ilustraciones	40	9	Manejo.....	45
3	Indicaciones de seguridad	40	10	Evaluación de los resultados.....	47
4	Descripción del aparato	41	11	Cambio de pilas	48
5	Puesta en marcha.....	41	12	Limpieza y conservación.....	49
6	Información	42	13	Eliminación	49
7	Conectar la báscula.....	43	14	Resolución de problemas.....	50

Volumen de suministro

- Báscula para diagnóstico
- 2 x 3 V tipo CR2032
- Estas instrucciones para el uso

Felicitaciones

Usted ha adquirido un producto de calidad de la empresa Korona. Lea atentamente estas instrucciones para el uso, consérvelas para su posterior utilización, póngalas a disposición de otros usuarios y tenga en cuenta las indicaciones.

Con esta báscula para diagnóstico hace una contribución decisiva a su salud.

Atentamente,
Su equipo Korona

29 Introducción**Funciones del aparato**

Esta báscula digital para diagnóstico sirve para pesar y para realizar el diagnóstico de sus datos personales de fitness.

La báscula está diseñada para el uso doméstico.

La báscula dispone de las siguientes funciones de diagnóstico que pueden utilizarse por un máximo de hasta 12 personas:

- Medición del peso corporal
- Cálculo del porcentaje de grasa corporal
- Porcentaje de agua en el cuerpo
- Porcentaje de masa muscular

La función de almacenamiento permite hasta a 12 personas acceder al último peso medido y con esto adicionalmente a los valores corporales obtenidos.

Además, la báscula dispone también de las siguientes funciones:

- Conmutación entre kilogramo [Kg.], libra [lb.] y piedra [st:lb]
- Función de desconexión automática
- Indicación de cambio de pila en caso de carga baja

30 Aclaración de las ilustraciones

En estas instrucciones de uso se utilizan los símbolos siguientes.



Advertencia Nota de advertencia sobre peligro de lesiones o riesgo para su salud.



Atención Indicación de seguridad sobre posibles daños en el aparato/accesorios.



Aviso Aviso sobre informaciones importantes.

31 Indicaciones de seguridad

Indicaciones de seguridad



Advertencia:

- Las personas con implantes médicos (como marcapasos) no pueden utilizar la báscula. De lo contrario se puede ver dañado su funcionamiento.
- No utilizar durante el embarazo.
- No se coloque sobre el borde más exterior de la báscula: peligro de vuelco.
- Mantenga a los niños alejados del material de embalaje (peligro de asfixia).
- La superficie de la báscula puede resbalar si está mojada o húmeda.



Indicaciones para el manejo de pilas



Advertencia:

- Las pilas pueden representar un grave riesgo para la salud en caso de que se traguen. Mantenga las pilas y la báscula fuera del alcance de los niños pequeños. En caso de tragarse una pila, acuda de inmediato al médico.
- Las pilas no se pueden cargar o reactivar por otros medios, desmontar, echar al fuego o poner en cortocircuito.
- Las pilas pueden contener sustancias nocivas para la salud y el medio ambiente. Elimínelas según lo establecido en la normativa legal correspondiente. No tire nunca las pilas a la basura doméstica normal.



Atención:

- Cambie las pilas que tengan poca carga con la debida antelación.
- Cambie siempre todas las pilas al mismo tiempo y utilice pilas del mismo tipo.
- Las fugas en las pilas pueden ocasionar daños en el aparato. Si no va a utilizar el aparato durante un periodo prolongado, retire las pilas del compartimento.
- Si una pila se derrama, póngase guantes de protección y limpie el compartimento de las pilas con un paño seco.

Indicaciones generales

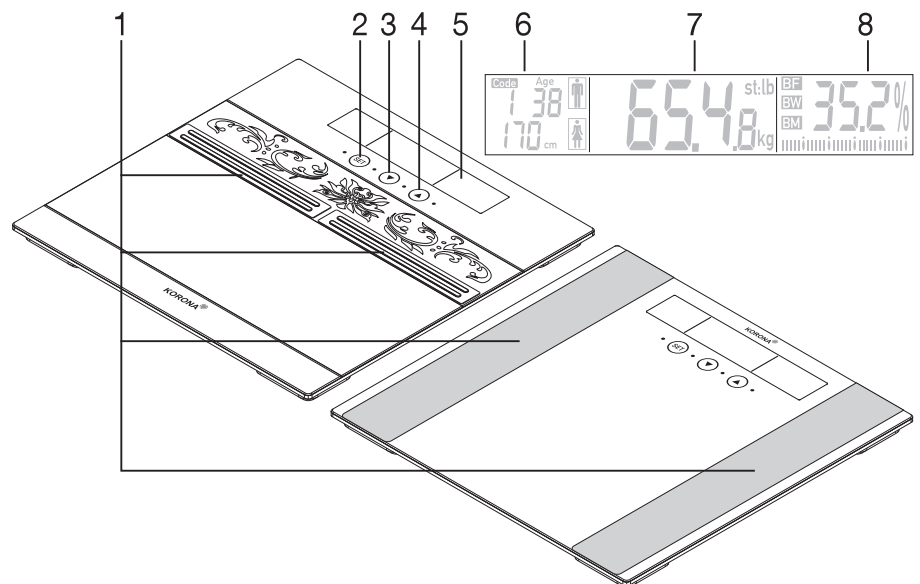


- El aparato es de uso únicamente privado, no se puede utilizar con fines médicos o comerciales.
- Tenga en cuenta que es posible que existan tolerancias de medición ya que no se trata de una báscula apropiada para el empleo médico profesional.
- La carga máxima de la báscula es de 150 Kg. (330 lb./24 st).
- Antes de una reclamación, compruebe primero las pilas y cámbielas si fuera necesario.
- Las reparaciones deben ser realizadas exclusivamente por el servicio al cliente autorizado.
- Si aún tiene preguntas sobre la utilización de nuestro aparato, póngase en contacto con el vendedor o el servicio de asistencia al cliente.
- Todas las básculas cumplen la Directiva CE 2004/108/EC.

32 Descripción del aparato

Vista general

- 25 Electrodo
- 26 (SET) Tecla Set
- 27 (▼) Tecla para bajar
- 28 (▲) Tecla para subir
- 29 Indicación, dividida en las siguientes áreas:
- 30 Datos personales
- 31 Peso
- 32 Valores corporales



33 Puesta en marcha

Colocar las pilas

Retire la cinta de seguridad de las pilas y/o inserte las pilas de acuerdo con su polaridad representada en el compartimento de pilas (como símbolo ⊕). Si la báscula no muestra ninguna función, retire las pilas por completo y colóquelas de nuevo.

Cambio de unidades

La báscula muestra los valores en kg. Utilizando la tecla que se encuentra en la parte posterior del aparato, puede ajustar la unidad de peso a kilogramo, libra “lb” y piedra “st:lb”.

Colocación de la báscula

Coloque la báscula sobre una superficie firme y plana para obtener una medición correcta.

El principio de medición

Esta báscula funciona de acuerdo con el principio del B.I.A., análisis de impedancia bioeléctrica, el cual permite calcular las proporciones corporales en cuestión de segundos y mediante una descarga eléctrica imperceptible, completamente inofensiva e inocua. Con esta medición de la resistencia eléctrica (impedancia) y el cálculo de constantes o valores individuales (edad, altura, sexo, grado de actividad), se pueden determinar la proporción de grasa corporal y otras magnitudes corporales.

El tejido muscular y el agua tienen una buena conductividad eléctrica y por ello poca resistencia. Los huesos y el tejido adiposo por el contrario poseen una conductividad limitada ya que las células adiposas y los huesos casi no conducen la electricidad debido a su gran resistencia. Tenga en cuenta que los valores determinados por la báscula para diagnóstico sólo suponen una aproximación a los valores analíticos médicos reales del cuerpo. Sólo un médico especialista puede determinar por medio de pruebas médicas (como la tomografía computerizada) los índices exactos de grasa y agua corporal así como de masa muscular y ósea.

Consejos generales

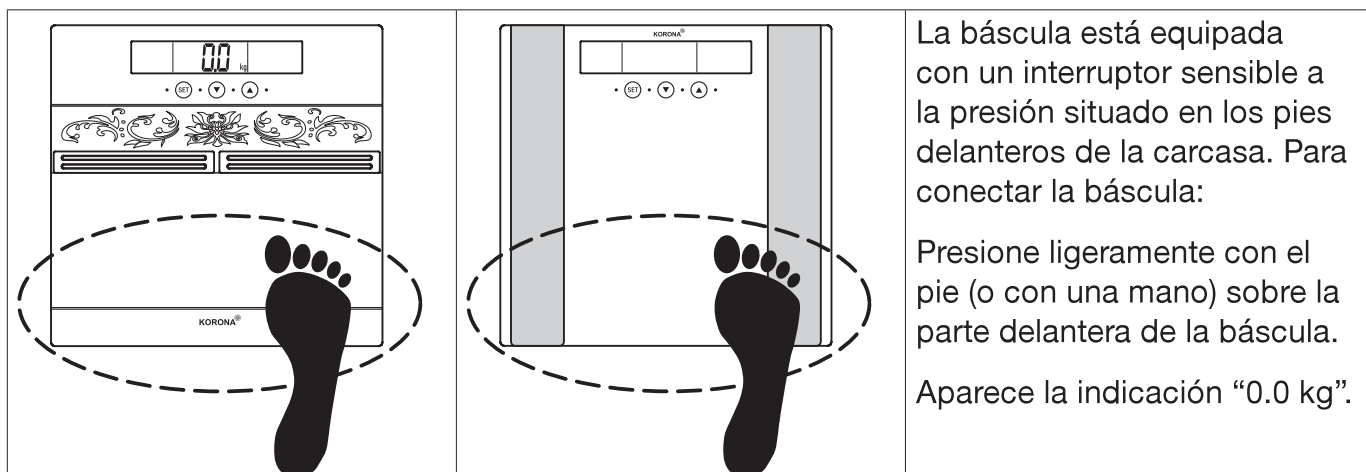
- Intente pesarse siempre a la misma hora (mejor por la mañana) tras haber estado en el servicio, en ayunas y sin ropa para obtener resultados comparables.
- Importante para la medición: La determinación de la grasa corporal sólo se puede llevar a cabo descalzo y preferentemente con las plantas de los pies ligeramente húmedas. Las plantas de los pies completamente secas o con muchas durezas pueden dar lugar a resultados poco satisfactorios ya que presentan una conductividad demasiado limitada.
- Manténgase durante el proceso de medición erguido y quieto.
- Espere algunas horas tras haber realizado un gran esfuerzo físico.
- Espere aprox. 15 minutos después de levantarse para que el agua corporal pueda distribuirse.
- Tenga en cuenta sólo la tendencia a largo plazo. Por lo general las diferencias de peso a corto plazo en el transcurso de pocos días pueden deberse a la pérdida de líquido; sin embargo, el agua corporal desempeña un papel importante en el bienestar.

Limitaciones

La determinación de la grasa corporal y el resto de valores puede dar resultados discordantes y poco fiables en:

- Niños menores de aprox. 10 años,
- Deportistas de competición y culturistas,
- Embarazadas (por razones de líquido amniótico),
- Personas con fiebre, en tratamiento de diálisis, con síntomas de edemas u osteoporosis,
- Personas bajo tratamiento cardiovascular,
- Personas que toman medicación vasoconstrictiva o vasodilatadora,
- Personas con grandes diferencias anatómicas en las piernas en relación con su estatura (piernas demasiado cortas o largas).

35 Conectar la báscula





36 Ajustes




Ajuste de los datos de usuario

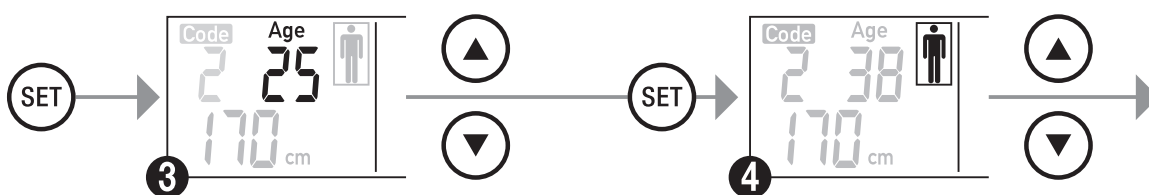
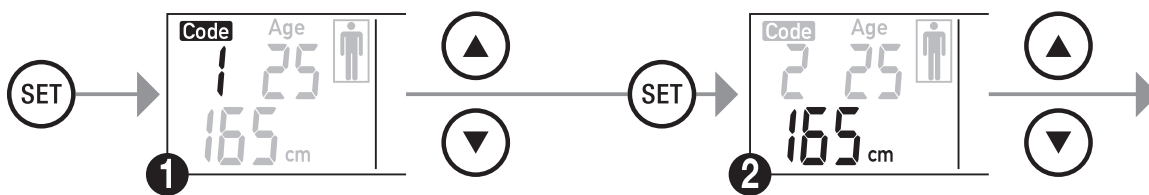
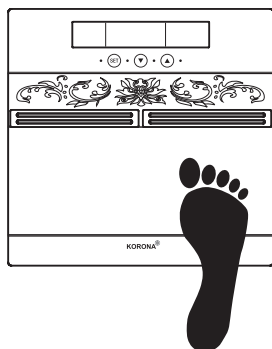
Para poder determinar su proporción de grasa corporal y otros valores corporales, es necesario que guarde los datos de usuario personales.

La báscula dispone de 10 posiciones de memoria de usuario en las que puede guardar sus datos y los de su familia, por ejemplo, y a los que podrá acceder con posterioridad:

Secuencia	Datos de usuario	Valores de ajuste
1	Posición de la memoria	de 1 a 10
2	Altura	de 0 a 255 cm (de 0' a 8'-4")
3	Edad	de 10 a 100 años
4	Sexo	hombre  mujer 

Realice siempre los ajustes en todas las áreas de la misma manera:

- Presione las teclas  y , para modificar una indicación o un valor.
- Presione la tecla , para almacenar un ajuste y acceder a la próxima área de ajuste, o para cerrar los ajustes.



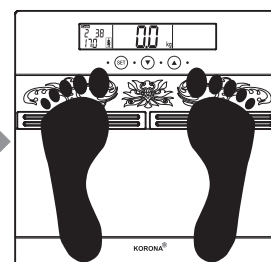
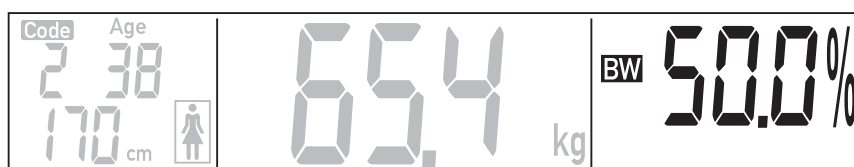
37 Manejo

Pesado y medición de otros valores corporales

Para pesarse y al mismo tiempo obtener otros valores corporales:

- Encienda la báscula y espere a que aparezca la indicación "0.0 kg".
- Presione las teclas ∇ o \blacktriangle , para elegir el lugar de la memoria deseada con sus ajustes almacenados. Espere hasta que la indicación **Code** deje de parpadear.

En una secuencia de indicación automática se visualizan sus ajustes y los valores que se almacenaron en último lugar. Tan pronto como finalice la secuencia de indicación y se visualice nuevamente "0.0 kg" usted puede subir a la báscula para efectuar la medición.



Visualización del resultado

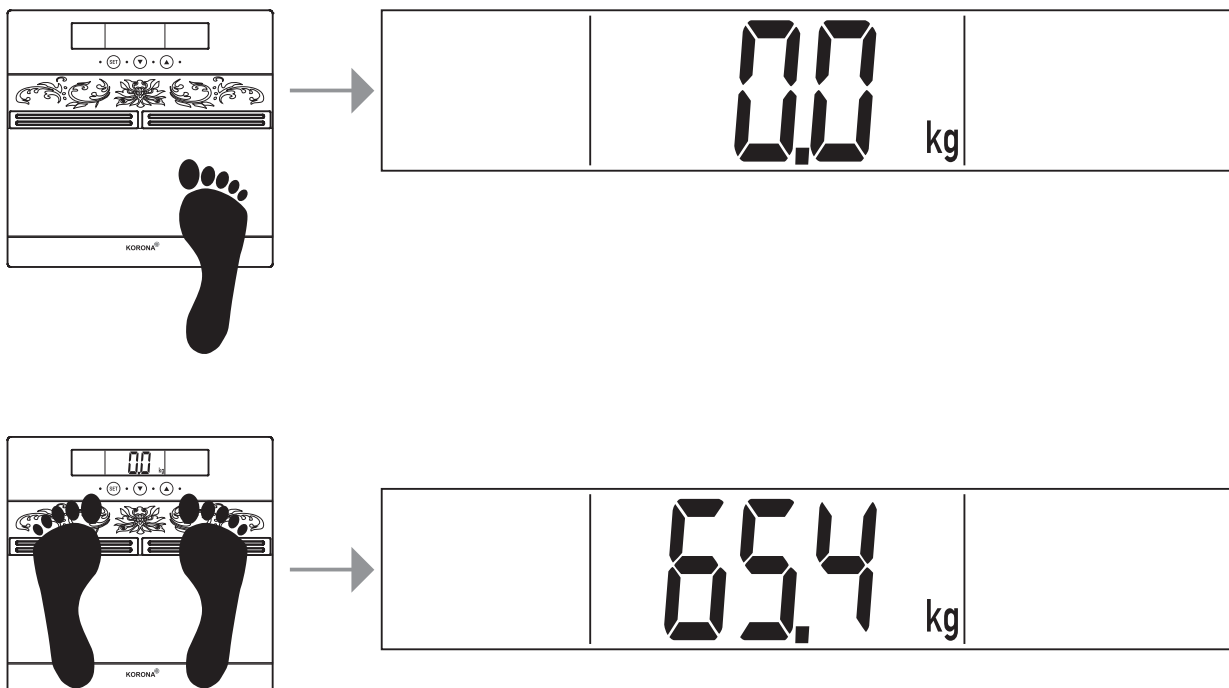
La visualización del resultado se realiza de manera automática en varios pasos:

		
1. Peso actual	2. Proceso de cálculo	3. Valor de grasa corporal (BF %) con interpretación
		
4. Porcentaje de agua corporal (BW %)	5. Porcentaje de masa muscular (BM %)	

Luego de la indicación de todos los valores la báscula se desconecta automáticamente. En la página 47 encontrará indicaciones para el análisis.

Sólo pesar

Si sólo desea comprobar su peso corporal, es suficiente con conectar la báscula. Espere hasta que aparezca la indicación “0.0 Kg.”



Luego de la indicación del peso la báscula se desconecta automáticamente.


38 Evaluación de los resultados

Proporción de grasa corporal

Los valores de grasa corporal se muestran en la pantalla. Los valores de grasa corporal (en %) que aparecen a continuación le ofrecen una pauta (si desea más información le rogamos que se ponga en contacto con su médico). La escala de valores de grasa corporal **BF** que también se visualiza en la indicación (en el borde inferior) sirve sólo a manera de orientación simplificada.

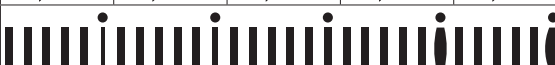
Hombre **BF** %

Edad	Muy baja	baja	media	alta	muy alta
≤ 30	4,0-11,0	11,1-15,5	15,6-20,0	20,1-24,5	24,6-60,0
> 30	4,0-15,0	15,1-19,5	19,6-24,0	24,1-28,5	28,6-60,0



Mujer **BF** %

Edad	Muy baja	baja	media	alta	muy alta
≤ 30	4,0-16,0	16,1-20,5	20,6-25,0	25,1-30,5	30,6-60,0
> 30	4,0-20,0	20,1-25,0	25,1-30,0	30,1-35,0	35,1-60,0



En el caso de deportistas, el valor de grasa corporal suele ser bajo. Dependiendo del tipo de deporte practicado, la intensidad del entrenamiento y la constitución corporal se pueden alcanzar valores que se encuentran por debajo de la pauta proporcionada. Sin embargo, tenga en cuenta que los valores extremadamente bajos pueden suponer un riesgo para la salud.

Proporción de agua corporal

La proporción de agua corporal (en %) se encuentra normalmente en los siguientes niveles:

Hombre **BW** %

Edad	Mala	Buena	Muy buena
10-100	<50	50-65	>65

Mujer **BW** %

Edad	Mala	Buena	Muy buena
10-100	<45	45-60	>60

La grasa corporal contiene relativamente poca agua. Por ese motivo, en personas con una gran proporción de grasa corporal, su parte de agua corporal puede encontrarse por debajo de los valores indicados. En deportistas que practican deportes de resistencia, por el contrario, los valores pueden sobrepasarse debido a la baja proporción de grasa y la alta cantidad de músculo.

La determinación del agua corporal realizada con esta báscula no es adecuada para mostrar conclusiones médicas como la retención de líquidos debida a la edad. Pregunte a su médico en caso necesario. Por regla general hay que intentar tener una alta proporción de agua corporal.

Relación temporal de los resultados



Tenga en cuenta que sólo posee importancia la tendencia a largo plazo. Las diferencias de peso en el espacio de pocos días suelen ser consecuencia de la pérdida de líquidos.

La interpretación de los resultados se ajusta a los cambios del peso total y a los del porcentaje de grasa corporal, agua corporal y masa muscular, como también al tiempo en que ocurren estos cambios. Es necesario distinguir los cambios rápidos que tienen lugar en cuestión de días de los que se producen a medio plazo (semanas) y largo plazo (meses).

Como regla básica puede considerarse que los cambios de peso a corto plazo representan de forma casi exclusiva alteraciones en el contenido de agua, mientras que los cambios a medio y largo plazo pueden afectar a la proporción de grasa y músculo.

- Si su peso disminuye a corto plazo, pero su proporción de grasa aumenta o permanece igual, sólo ha perdido agua; p.ej. después de un entrenamiento, la sauna o debido a una dieta limitada a la pérdida rápida de peso.
- Si su peso aumenta a medio plazo, la proporción de grasa corporal disminuye o permanece igual puede que haya creado una valiosa masa muscular.
- Si pierde peso y proporción de grasa corporal al mismo tiempo, su dieta funciona: está perdiendo masa adiposa.
- Lo ideal es que complete su dieta con ejercicio físico, gimnasio o entrenamiento muscular. De este modo puede aumentar su proporción muscular a medio plazo.
- No se puede sumar la grasa, el agua corporal y la proporción de músculo (el tejido muscular también contiene agua corporal como componente).

39 Cambio de pilas

Las pilas de la báscula deben reemplazarse cuando en la pantalla aparezca la indicación "LO". Si las pilas tienen poca carga, la báscula se apaga automáticamente.



Aviso:

- Al cambiar las pilas, utilice siempre pilas del mismo tipo, de la misma marca y con la misma capacidad.
 - Cambie siempre todas las pilas al mismo tiempo.
 - No utilice pilas recargables.
 - Emplee pilas sin metales pesados.
-

40 Limpieza y conservación

La precisión de la báscula, así como su vida útil, dependen de su correcta utilización.



Atención:

- El aparato debe limpiarse de vez en cuando. No utilice detergentes agresivos y no sumerja el aparato nunca en agua.
- Asegúrese de que no entre líquido en la báscula. No sumerja la báscula en agua. No la lave nunca con agua.
- No coloque ningún objeto encima de la báscula si no la está utilizando.
- Proteja la báscula de golpes, humedad, polvo, sustancias químicas, grandes cambios de temperatura, campos electromagnéticos y de la cercanía de fuentes de calor (hornos, radiadores). No ejerza presión sobre las teclas con violencia o con elementos afilados.
- No lave el aparato en el lavavajillas.

41 Eliminación

Las pilas y los acumuladores no deben tirarse a la basura doméstica. Como consumidor está obligado por ley a devolver las pilas usadas. Puede entregar las pilas usadas en los puntos limpios oficiales de su municipio o en cualquier sitio donde se vendan pilas de este tipo.



Aviso:



En las pilas que contienen sustancias nocivas aparecen los siguientes símbolos:

Pb = la pila contiene plomo,

Cd = la pila contiene cadmio,

Hg = la pila contiene mercurio.

Para proteger el medio ambiente, la báscula y las pilas no se pueden eliminar junto con la basura doméstica al final de su vida útil. La eliminación se puede efectuar a través del punto de recogida correspondiente en su país.

Siga las disposiciones locales referentes a la eliminación de materiales.



Elimine el aparato según la directiva CE sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos **2002/96/EC – WEEE** (Waste Electrical and Electronic Equipment).

Si tiene alguna duda o consulta le rogamos que se ponga en contacto con el organismo responsable de su municipio.

42 Resolución de problemas

Si la báscula encuentra un error en la medición, se muestra el siguiente mensaje:

Indicación en pantalla	Causa	Reparación
Err	Se ha excedido la capacidad de carga máxima de 150 kg.	Cargue la báscula únicamente hasta 150 kg.
LO	Las pilas están casi vacías.	Cambie las pilas
- - - -	La resistencia eléctrica entre los electrodos y la planta del pie es demasiado alta (p. ej. debido a un exceso de durezas).	Repetir la medición descalzo. En caso necesario, humedezca la planta de los pies ligeramente. En caso necesario, elimine las durezas de las plantas de los pies.
	La proporción de grasa se encuentra fuera del rango de medición (menor del 4% o mayor del 70%).	Repetir la medición descalzo o con las plantas de los pies ligeramente húmedas.
	Los valores personales introducidos no son admisibles. (p. ej. estatura demasiado baja).	Compruebe y corrija (en caso necesario) los valores personales memorizados.

No es posible realizar la medición

Posible fallo	Reparación
El modo de usuario no se activó correctamente. Si se sube a la báscula para medir todos los valores corporales antes de que en la pantalla aparezca la indicación "0.0 kg", la báscula no funcionará correctamente.	Activar correctamente el modo de usuario (esperar a que aparezca la indicación "0.0 kg") y repetir la medición.
Las pilas de la báscula están vacías.	Cambie las pilas.

Medición de peso incorrecta

Posible fallo	Reparación
La báscula se encuentra encima de una alfombra.	Coloque la báscula sobre una superficie lisa y sólida.
El punto cero de la báscula es incorrecto.	Activar la báscula. Esperar aprox. 4 segundos. Repetir la medición.