

PESE PERSONNE DIGITAL MULTIMESURES

MESURE LE % DE GRAISSE, D'EAU, L'INDICE DE MASSE CORPORELLE & LE NOMBRE DE CALORIES

Manuel d'utilisation



Cher utilisateur, avant la première utilisation, Lire la présente notice d'utilisation en respectant les consignes de sécurité et les Conseils d'utilisation. Aviser les utilisateurs potentiels de ces consignes. Conservez là pour une utilisation ultérieure. Déballer l'appareil en conservant tous les emballages.

MISES EN GARDE IMPORTANTES

- Lire attentivement le manuel d'instructions avant de vous servir de cet appareil.
- Conserver le présent manuel d'instructions.
- Cet appareil est destiné, uniquement, à un usage ménager et utilisations semblables comme :
 - Les cuisines du personnel, dans les magasins, les bureaux et autres lieux de travail.
 - Les clients dans les hôtels, les motels et tout autre type d'environnement résidentiel.
 - Un environnement de type :
 - Maisons de ferme • Chambres d'hôtes.
- L'utiliser en suivant les indications de la notice.
- Ne jamais utiliser cet appareil à proximité des baignoires, des douches, des lavabos ou autres récipients contenant de l'eau.
- Ne jamais utiliser cet appareil à proximité de projections d'eau.
- Ne jamais utiliser cet appareil avec les mains mouillées ou humides.
- Aviser les utilisateurs potentiels de ces consignes.
- L'appareil doit être utilisé conformément à sa destination. Aucune responsabilité ne saurait être engagée pour tout dommage, éventuellement, causé par une utilisation incorrecte ou une mauvaise manipulation.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus, et par des adultes, ayant, des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou un manque d'expérience et de connaissances, s'ils ont été formés et encadrés pour son utilisation, en toute sécurité et en comprenant les risques encourus.
- Nettoyage et entretien ne doivent pas être faits par des enfants, sans surveillance.

- Cet appareil n'est pas un jouet, Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec.
- Afin de protéger les enfants, ne pas laisser traîner les emballages (sac en plastique, carton, polystyrène . . .) et ne jamais les laisser jouer avec les films en plastique :

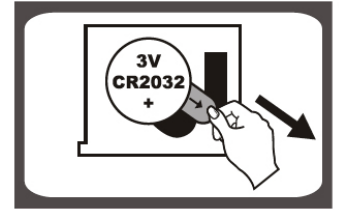
IL Y A RISQUE D'ETOUFFEMENT.

- Ne jamais plonger l'appareil dans l'eau ou dans un autre liquide, et ce, pour quelque raison que ce soit.
- Ne jamais mettre l'appareil dans un lave-vaisselle.
- Ne jamais installer l'appareil à proximité de surfaces chaudes.
- Installer toujours cet appareil dans un environnement sec. Ne pas utiliser ou laisser cet appareil, à l'extérieur quand il pleut.
- Ne jamais se servir d'accessoires non recommandés par le constructeur. Ceux-ci pourraient constituer un danger pour l'utilisateur et risqueraient d'endommager l'appareil.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé au moyen d'une minuterie externe ou d'un système de contrôle à distance.
- Veiller à toujours poser l'appareil sur une surface plate et stable.
- Veiller à ne pas couvrir l'appareil et à ne rien poser dessus.
- Un Mauvais fonctionnement et l'utilisation incorrecte peuvent endommager l'appareil et causer des blessures à l'utilisateur.
- Cet appareil est conforme aux normes en vigueur, relatives à ce type de produit.
- L'appareil ne doit pas être utilisé, s'il est tombé ou, s'il présente des signes visibles de dommages, ou s'il fuit.
- En ce qui concerne les instructions de nettoyage de l'appareil, se référer au paragraphe ci-après de la notice.

- Cet appareil est destiné exclusivement à un usage domestique.

Installation ou remplacement des piles

Une pile Lithium 3V continu CR-2032 est nécessaire, elle est fournie avec l'appareil. Enlever la protection avant la mise en place. Installer la pile + en haut.



- Ouvrir et Retirer le couvercle du boîtier.
- Retirer (s'il y a lieu) la pile usagée.
- Placer la pile neuve dans le compartiment. (+ au dessus)
- Refermer le couvercle.

CONVERSION DE L'UNITE DE POIDS

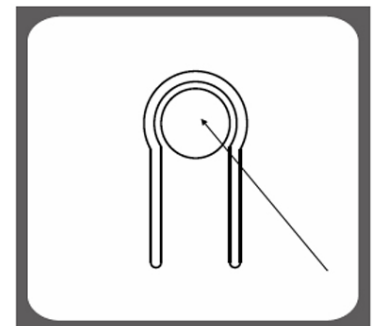
Avant de se peser, sélectionner l'unité désirée. L'affichage numérique est réglable et peut être exprimé en kg ou en livre.

Le sélecteur de conversion de poids est à l'arrière de la balance, en forme de bouton.

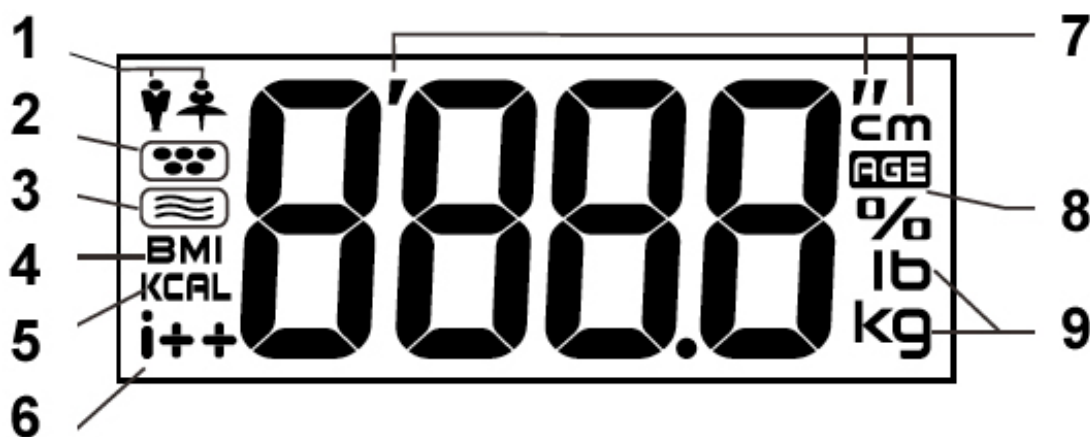
Repérer le bouton.

Appuyer sur le bouton pour choisir l'unité désirée : Kg / Lb / St.

Notes : la balance doit être allumée.
A chaque pression l'unité change



CONNAITRE SON APPAREIL



- | | |
|---|------------------------------|
| 1. Genre : Homme ou Femme | 5. Calories |
| 2. % de Graisse dans le corps | 6. Indication de surpoids |
| 3. % d'Eau | 7. Taille du sujet (Hauteur) |
| 4. IMC (BMI) Indice de Masse Corporelle | |

CONSEILS

- Garder la plateforme en verre, toujours sèche.
- Ne jamais se peser sur une plateforme mouillée.
- Ne jamais laisser tomber la balance ou lui faire subir un choc, elle risque d'être endommagée.
- La balance comporte des composants électroniques sensibles. Pour une longue durée de vie, ne pas soumettre la balance à de trop hautes températures ou à de l'humidité.
- N'utiliser la balance que sur une surface plate. Une moquette ou un tapis épais pourrait modifier la pesée.
- Retirer la pile si vous n'utilisez pas la balance pendant un très long moment.
- Cette balance doit être utilisée uniquement pour une pesée personnelle et non commerciale.

UTILISATION

- Placer la balance sur un sol dur et plat. Eviter moquette et tapis.
- Appuyer sur la plateforme en verre pour mettre en marche la balance ou monter doucement dessus.

Notes : L'arrêt est automatique. Après 5 à 10 secondes sans aucun poids : Si vous surchargez la balance, vous entendrez un "bip" constant. Ne le faites pas, cela pourrait endommager la balance.

- Ne pas bouger pendant quelques secondes. Le poids s'affichera sans discontinuer sur l'écran après avoir clignoté.
- Surcharge : lorsque la pesée excède 130 kg ou 300 livres, « Err » apparaît sur l'écran.
- Pesée négative : lorsque le poids est en dessous du minimum (6kg ou 12 livres), « 0.0 » apparaît sur l'écran.
- Lorsque « LO » apparaît sur l'écran, changer la pile.
- La Plateforme est en verre de sécurité trempée.

MISE EN ŒUVRE

Après avoir installé la pile, les paramètres par défaut sont les suivants :

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|----------|----------|---------------|----------|
| Memory | Gender | Height | Age |
| 1 | Female | 165cm/5'05.0" | 25 |

- | | |
|--|----------------------------------|
| 1. Numéro utilisé dans la mémoire (de 1 à 12) | N°1 est défini par défaut |
| 2. Genre de la personne Homme (Man) ou Femme (Female) | « Female » est défini par défaut |
| 3. Taille du sujet à peser | 165cm est défini par défaut |
| 4. Age du sujet à peser | 25 ans est défini par défaut |

Les modifications nécessaires s'effectuent dans le même ordre.

1 Choix du numéro de la mémoire

La balance en mode arrêt, Appuyer sur « Réglage » 1 pour allumer l'appareil. L'écran affiche P-01 par défaut.

Appuyer sur 2 les flèches Haut et Bas pour choisir le numéro de la mémoire (entre 1 et 12) que vous voulez utiliser. (ex. 03).

Appuyer sur « Réglage » 3 pour valider et passer à l'étape suivante.



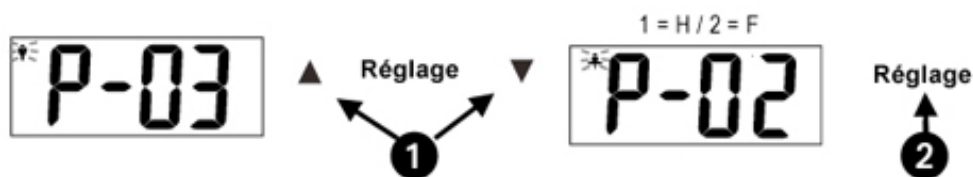
2 Choix du genre

L'écran affiche le numéro de mémoire choisi et mémorisé (03 dans notre exemple)

Appuyer sur les flèches 1 Haut et Bas pour choisir le genre :

Masculin 1 ou Féminin 2.

Appuyer sur 2 « Réglage » pour valider et passer à l'étape suivante.



3 Choix de la taille du sujet

L'écran affiche 165 cm

Appuyer sur les flèches 1 Haut et Bas pour choisir la taille de la personne.

Appuyer sur « Réglage » 2 pour valider et passer à l'étape suivante.



4 Choix de l'âge de la personne

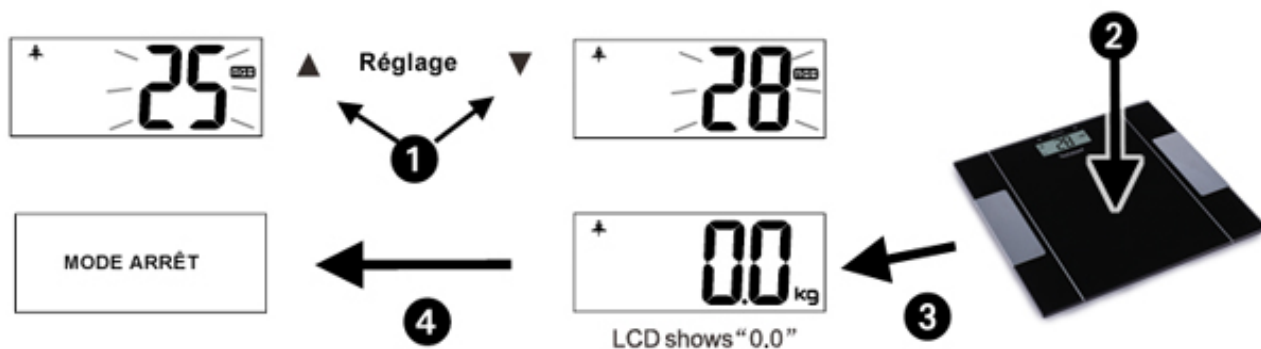
L'écran affiche 25 par défaut (AGE)

Appuyer 1 sur les flèches Haut et Bas pour choisir l'âge de la personne.

Appuyer 2 pendant 6 secondes sur la balance.

3 L'écran affiche maintenant, 0.0Kg.

Après quelques secondes, l'écran s'éteint 4 et la balance retourne au mode Arrêt.



Notes : Pendant le paramétrage, si le réglage est inactif pendant plus de 6 secondes, les paramètres déjà enregistrés seront conservés mais il faudra rentrer de nouveau ceux qui n'ont pas été validés. Il est possible que l'écran affiche « 0 » et que la mesure du pourcentage de graisse se fasse.

Dans ce cas, attendre la fin de la mesure.

Après la fin de la mesure ou, Si l'écran affiche « 0 » pendant le paramétrage, Appuyer sur « Réglage » pendant 3 secondes pour retourner au mode réglage.

Rentrer de nouveau tous les paramètres : N° Mémoire, Genre, Taille et Age.

PESÉE

Appuyer sur « Réglage » 1

Par défaut l'appareil montre la mémoire N°1 et le réglage effectué correspondant.

Si le sujet n'est pas le N°1, appuyer sur les flèches 2 pour sélectionner le bon numéro mémorisé.

Faire un appui avec le pied 3 sur la plateforme de la balance.

L'écran affiche 0.0Kg

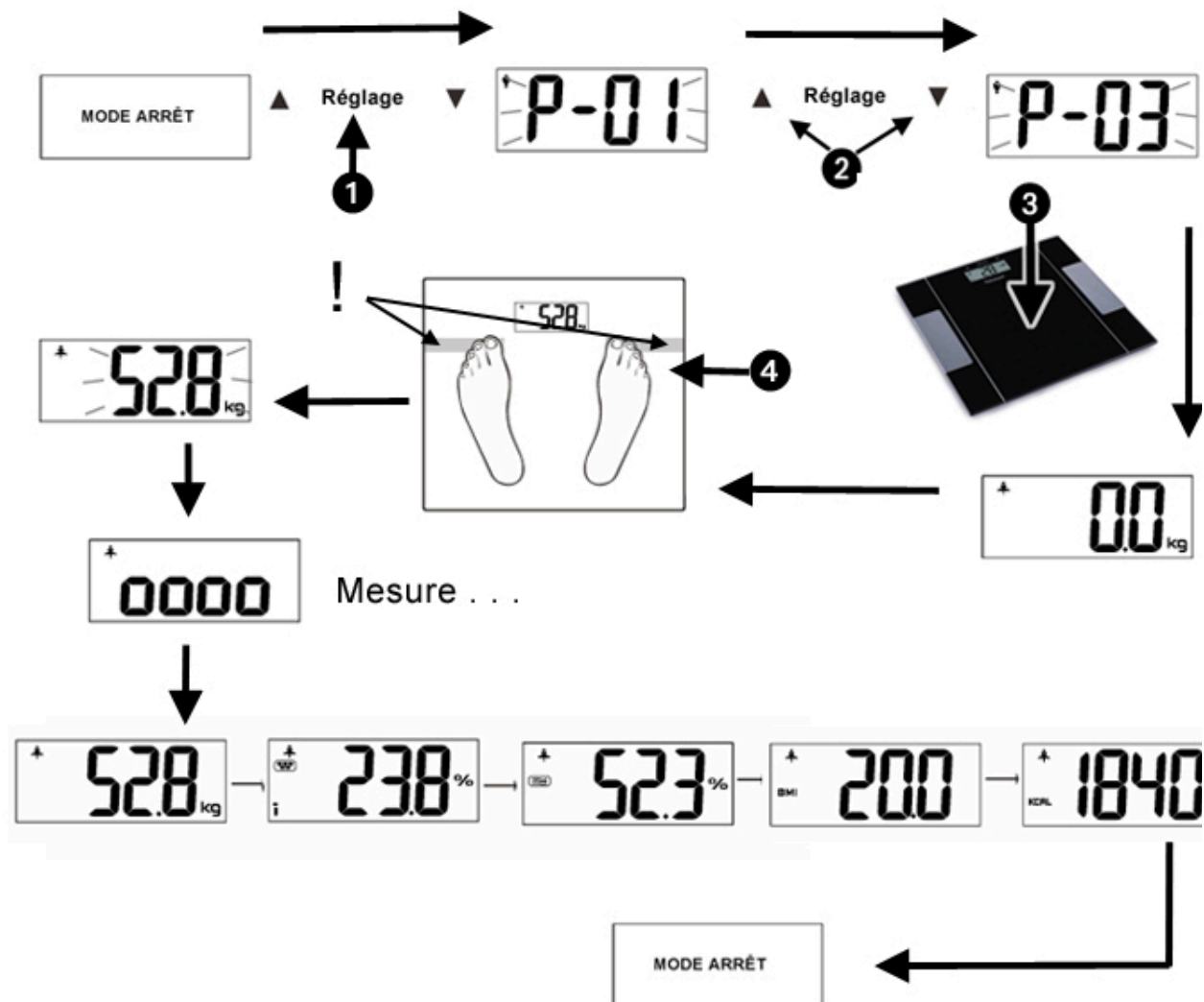
4 Monter pieds nus sur la balance et s'assurer de bien toucher les barres métalliques de la balance « ! » avec les pieds.

Rester immobile pour que la balance commence son travail.

Au bout de quelques secondes, le poids s'affiche puis clignote une fois.

La balance commence à mesurer les autres paramètres : La masse graisseuse, L'eau, L'indice masse corporelle, Les calories.

Après la mesure, l'écran affiche les données mesurées, successivement :
 Le poids, La masse graisseuse, L'eau, L'indice masse corporelle, Les calories.



Après 3 fois, l'appareil s'éteint et retourne automatiquement au mode Arrêt.

RECONNAISSANCE DE L'UTILISATEUR

La balance en mode attente ou éteinte, monter sur la balance.
 Si l'utilisateur est déjà référencé dans la mémoire de la balance, L'écran va se verrouiller en 1 seconde sur cet utilisateur.

NOTES : Si la balance recherche un utilisateur presque similaire, l'écran va clignoter jusqu'à ce que la balance affiche le code d'un utilisateur reconnu. En restant sur la balance, le choix sera validé et la balance commencera les mesures.

Si l'utilisateur n'est pas reconnu, la balance effectuera le mesure du poids, l'affichera puis retournera automatiquement au mode Arrêt.

REMARQUES : La balance ne peut entrer en mode « mesures complètes » si l'utilisateur ne touche pas correctement les électrodes métalliques situées sur la balance.

Lors de sa recherche pour trouver un utilisateur connu, si la balance trouve des paramètres similaires pour 2 ou plusieurs utilisateurs, elle affichera les paramètres les plus proches. Si elle trouve des paramètres égaux entre eux, elle affichera le premier numéro de sa mémoire.

RE-AFFICHAGE DE MESURES EFFECTUEES

La balance en mode : VEILLE ou ARRÊT, appuyer sur « Réglage » => la balance affichera les paramètres du dernier utilisateur ou sinon, les paramètres par défaut.

Si les mesures désirées ne sont pas celles du dernier utilisateur, Sélectionner le bon Numéro dans la mémoire de la balance en utilisant les flèches haut et bas.

Attendre 6 secondes ou taper légèrement sur la plateforme de la balance.

L'écran affichera 0.0Kg

Appuyer sur la flèche « haut » (pointe en haut) pour entrer dans le mode rappel.

Les résultats vont défiler.

Pour afficher plus rapidement les différents résultats, appuyer sur la touche « Bas » (pointe en bas) à chaque impulsion, la mesure changera pour la suivante.

Après 3 affichages des mesures, l'appareil s'éteindra et retournera en mode Arrêt.

MESSAGES D'ERREURS



PILE USÉE : Si ce message s'affiche, la pile est vide et il faut la remplacer. Voir remplacement de la pile.



SURCHARGE : Ce message s'affiche si le poids sur la balance est supérieur à sa capacité. Retirer rapidement le poids pour éviter d'endommager la balance.



% DE GRAISSE TROP BAS : Cela signifie que la personne pesée est en dessous des normes correctes. Prendre garde à sa santé !



% DE GRAISSE TROP ELEVE : Cela signifie que la personne pesée est au dessus des normes correctes. Prendre garde à sa santé et faire plus d'exercice.



TEST NON CONCLUANT : Erreur de test, refaire les mesures.

AU SUJET DE LA GRAISSE

MESURE DU % DE GRAISSE

Le pourcentage de graisse est l'indice en % de la graisse contenue dans le corps humain.

La graisse contenue dans le corps doit être d'un certain niveau. La Surabondance apporte de mauvais effets sur le métabolisme ainsi que maladies diverses.

Se rapporter à l'adage : L'OBESITE EST LE FOYER DE LA MALADIE.

PRINCIPE DE FONCTIONNEMENT DE LA MESURE

L'impédance de la graisse est plus forte que celle des muscles ou que les autres tissus du corps humain.

l'utilisation de l'analyse de résistance biologique, avec une fréquence de courant très basse tension à travers le corps humain, permet que le % de graisse soit repéré à cause de ces différences de résistance, lorsque le signal électrique traverse le corps humain.

AU SUJET DES CALORIES

CALORIE & ENERGIE CONSOMMEE

La calorie est l'unité de l'énergie.

Le nombre de calories nécessaires dépend du métabolisme et des activités de chacun, en fonction du poids, de l'âge et du sexe.

CALORIE & PERTE DE POIDS

Contrôler la quantité de calorie ingérées combiner avec ses propres exercices est une façon effective de perdre du poids.

Si l'apport en énergie est moindre que la consommation d'énergie du corps humain, Les glucides et les lipides stockés dans le corps vont se décomposer et produire de l'énergie en compensation. Cela aidera à perdre du poids.

Se rapporter à l'adage : LE NOMBRE DE CALORIES INGERE DOIT ETRE INFERIEUR A CELUI DEPENSE !

TABLEAU RECAPITULATIF DES NORMES

| Age | FEMME | | HOMME | | RESULTAT | INDICATION ECRAN |
|---------|--------------|------------|--------------|------------|-------------|------------------|
| | % DE GRAISSE | % D'EAU | % DE GRAISSE | % D'EAU | | |
| ≤30 ANS | 4.0-16.0% | 66.0-57.8% | 4.0-11.0% | 66.0-61.2% | TROP MAIGRE | i-- |
| | 16.1-20.5% | 57.7-54.7% | 11.1-15.5% | 61.1-58.1% | MAIGRE | i- |
| | 20.6-25.0% | 54.6-51.6% | 15.6-20.0% | 58.0-55.0% | NORMAL | i |
| | 25.1-30.5% | 51.5-47.8% | 20.1-24.5% | 54.9-51.9% | GROS | i+ |
| | 30.6-60.0% | 47.7-27.5% | 24.6-60.0% | 51.8-27.5% | TROP GROS | i++ |
| >30 ANS | 4.0-20.0% | 66.0-55.0% | 4.0-15.0% | 66.0-58.4% | TROP MAIGRE | i-- |
| | 20.1-25.0% | 54.9-51.6% | 15.1-19.5% | 58.3-55.3% | MAIGRE | i- |
| | 25.1-30.0% | 51.5-48.1% | 19.6-24.0% | 55.2-52.3% | NORMAL | i |
| | 30.1-35.0% | 48.0-44.7% | 24.1-28.5% | 52.2-49.2% | GROS | i+ |
| | 35.1-60.0% | 44.6-27.5% | 28.6-60.0% | 49.1-27.5% | TROP GROS | i++ |

Ces informations sont fournies à titre indicatif seulement.

NETTOYAGE & MAINTENANCE

Utiliser un chiffon humide pour nettoyer la balance. Ne jamais utiliser de produit abrasif.

GARANTIE

Avant d'être livrés, tous nos produits sont soumis à un contrôle rigoureux. Cet appareil est garanti 24 mois à partir de la date d'achat du consommateur. Les justificatifs de garantie sont :

- la facture et
- le bon de garantie (situé sur le coté ou le fond de la boîte) tamponné et rempli.

Sans ces justificatifs, aucun remplacement gratuit, ni aucune réparation gratuite, ne peut être effectué.

Pendant la durée de la garantie, nous prenons en charge, gratuitement, les défauts de l'appareil ou des accessoires, découlant d'un vice de matériaux ou de fabrication par réparation ou, remplacement.

Les prestations dans le cadre de la garantie n'entraînent aucune prorogation de la durée de garantie et ne donne pas droit à une nouvelle garantie !

En cas de recours à la garantie, rapporter l'appareil complet à votre revendeur,

dans son emballage d'origine, accompagné de la preuve d'achat.

La casse de pièces en verre ou en plastique est, dans tous les cas, à votre charge !

Les défauts sur les accessoires ou les pièces d'usure (par exemple : les charbons de

moteurs, crochets, courroies d'entraînement, télécommande de rechange, brosses

à dents de rechange, lames de scies etc.) ainsi que le nettoyage, l'entretien ou le

remplacement de pièces d'usure ne sont pas garantis et sont donc payants !

En cas d'intervention étrangère, la garantie devient caduque.

Après écoulement de la durée de garantie, les réparations peuvent être effectuées,

contre paiement, par le commerce spécialisé ou un service de réparation.

En cas d'intervention étrangère, la garantie devient caduque.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Capacité : 150kg/330 Livres
- Unités possibles : Kg / Livres
- Graduation : 0.1Kg/0.2L
- Echelle de pesée : 6Kg / 150Kg – 12Lb/330Lb
- Alimentation : 1 pile CR2032 (fournie)

Fabriqué en RPC

Les caractéristiques peuvent changer sans avis préalable

Cet appareil satisfait aux directives CE, il a été contrôlé d'après toutes les directives européennes, actuelles, applicables, comme : la compatibilité électromagnétique (EMC) et la basse tension (LVD).

Cet appareil a été conçu et fabriqué en respect des dernières réglementations et prescriptions techniques, en matière de sécurité.

PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

(Destruction des batteries)

Pour retirer la batterie :

- Désassembler l'appareil et récupérer les piles.
- LES PILES DOIVENT ÊTRE RETIREES DE L'APPAREIL AVANT QUE CELUI-CI NE SOIT REMIS AU REBUS.
- LES PILES DOIVENT ÊTRE ELIMINEES DE FACON SURE. NE PAS LES JETER DANS UNE POUBELLE, MAIS LES DONNER DANS UN CENTRE DE TRAITEMENT DES DECHETS.

**Produit importé par Sotech International
N°113-114-115 - PARC "LE PERIPOLE"
33, Avenue du Marechal de Lattre de Tassigny
94120 FONTENAY SOUS BOIS – France**