

BILANCIA PESAPERSONA ELETTRONICA

Istruzione per l'uso

INTRODUZIONE E AVVERTENZE

- Complimenti per l'acquisto di questa bilancia per la misurazione del grasso corporeo che è in grado di monitorare sia la percentuale di grasso sia la percentuale di liquidi corporei. Il principio su cui si basa questo apparecchio è quello della misurazione dell'impedenza elettrica del corpo, nota anche come BIA (analisi dell'impedenza bioelettrica), che dipende dalla percentuale di grasso e di liquidi del corpo e da altri fattori fisici (età, sesso, altezza).
- Le misurazioni delle percentuali di grasso e di liquidi corporei effettuate con questa bilancia hanno un valore puramente indicativo e non devono essere utilizzate per scopi medici. Consultate sempre un medico se volete raggiungere il Vostro peso forma con l'ausilio di farmaci o diete.
- Si sconsiglia l'uso di questa bilancia ai portatori di pacemaker o di altri apparecchi elettronici impiantati perché il loro funzionamento potrebbe essere compromesso. L'eccesso di alcool, di cibo, di attività fisica e mestruazioni possono condizionare il risultato di pesatura.
- Per evitare interferenze, si sconsiglia di usare la bilancia nelle vicinanze di apparecchi che generano un forte campo elettromagnetico. E' bene mantenere un'adeguata distanza da queste apparecchiature oppure spegnerle quando si intende utilizzare la bilancia.

TABELLA DI RIFERIMENTO

A. Percentuale di grasso corporeo

Femmina					Maschio				
Età	Troppo magro	Normale	Grasso	Troppo grasso	Età	Troppo magro	Normale	Grasso	Troppo grasso
6-12	≤ 7	7-19	19-25	≥ 7	6-12	≤ 7	7-18	18-25	≥ 25
13-19	≤ 20	20-31	31-37	≥ 20	13-19	≤ 8	8-19	19-25	≥ 25
20-39	≤ 21	21-32	32-38	≥ 21	20-39	≤ 9	9-20	20-26	≥ 26
40-59	≤ 23	23-34	34-40	≥ 23	40-59	≤ 11	11-22	22-28	≥ 28
60-79	≤ 25	25-36	36-42	≥ 25	60-79	≤ 13	13-24	24-30	≥ 30
Atleta		12-25			Atleta		3-15		

B. Percentuale di acqua corporea

	Femmina	Maschio
Bimbo	58-70	60-73
Adulto	42-61	46-66
Atleta	56-71	60-73

Nota:

Il corpo degli atleti ha una elevata massa muscolare e tende ad essere maggiormente deidratato rispetto al corpo di un adulto per questo motivo gli atleti dovranno fare riferimento ai valori riportati in tabella alla voce atleti. Viene definito atleta colui che pratica un'attività sportiva di ca. 12 ore alla settimana e con una frequenza cardiaca di 60 battiti al minuto o inferiore.

I dati riportati in tabella sono puramente indicativi e non devono essere utilizzati per scopi medici.

INSERIMENTO DEI DATI PERSONALI

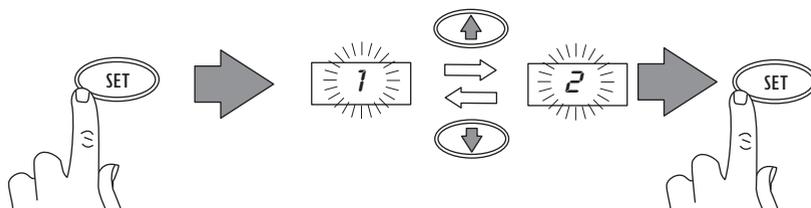
Per verificare le percentuali di acqua/grasso corporeo, è necessario memorizzare i dati personali: (età/altezza/sexo/ unità di misura). In questa modalità è possibile spegnere l'apparecchio in qualsiasi momento premendo il pulsante **ON/OFF**. L'apparecchio può memorizzare fino a 12 profili personalizzati. Per memorizzare i dati personali procedere nel seguente modo:

1. Premere il pulsante **ON/OFF**, per accendere l'apparecchio. Sul display appare "HI", seguito dalle cifre 1-12 lampeggianti.

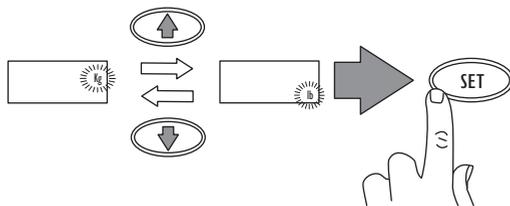


2. Premere il pulsante **SET**, mentre le cifre lampeggiano. Premere il pulsante  per selezionare la memoria desiderata.

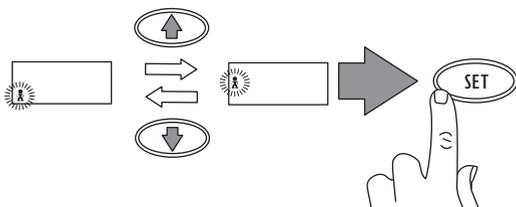
Tutte le selezioni effettuate vanno confermate premendo il pulsante SET.



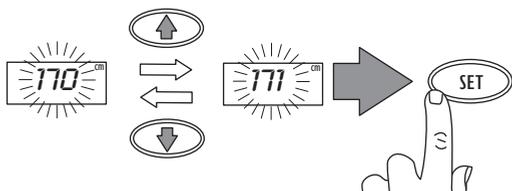
3. Selezionare l'unità di misura (Kg, Lb) premendo il pulsante .



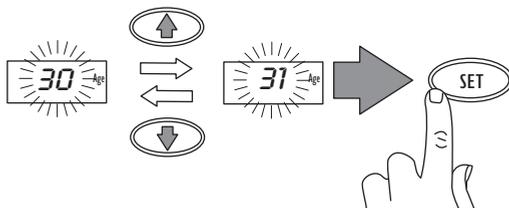
4. Selezionare il sesso (maschio, femmina)



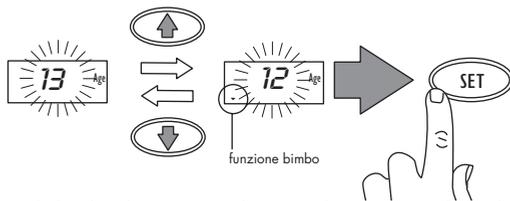
5. Selezionare l'altezza



6. Selezionare l'età



7. Quando l'età è 12 anni o inferiore a 12 anni, la bilancia si imposta nel "modo bambino".



Dopo aver confermato l'età il display lampeggia alcune volte, ciò significa che i dati sono salvati nella memoria selezionata e la bilancia è pronta per pesare.

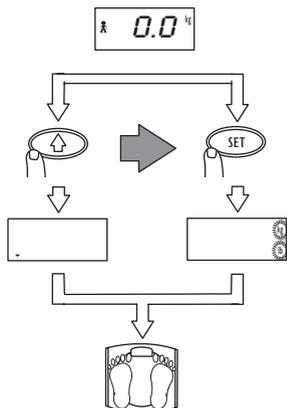


7. Per impostare le altre memorie ripetere i punti 1-7.

8. I dati preimpostati dall'azienda sono: uomo, altezza 170, peso 30, unità di misura cm, Kg, (le impostazioni di default possono talvolta essere diverse).

9. Durante l'immissione dei dati personali, l'apparecchio si spegne automaticamente dopo 20 secondi se non viene premuto alcun tasto.

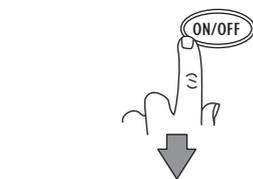
FUNZIONE SPECIALE



1. Premere il pulsante  e tenerlo premuto per un secondo per selezionare la modalità atleta (l'età deve essere tra 15-50).
2. Premere il tasto **SET** e tenerlo premuto per 1 secondo per cambiare l'unità di misura.

VERIFICA E MISURAZIONE DELLA PERCENTUALE DI GRASSO/ACQUA CORPOREA

Per accendere l'apparecchio, premere il pulsante ON/OFF



-HI-

1-12



Selezionare il numero di memoria preprogrammato.
Se ciò non avviene il display visualizza gli ultimi dati impostati.

3

Il display lampeggia.

170

Il display visualizza i dati impostati.

0.0

E' ora possibile cambiare i dati immessi (vedi "funzione speciale")



Salire sulla bilancia e rimanete per alcuni istanti.
Nota: Dopo che il display visualizza "00", se non salite sulla bilancia entro 10 secondi, l'apparecchio si spegne automaticamente

70.0

Il display visualizza il vostro peso.

L'apparecchio calcola la percentuale di grasso e di acqua

20.0%

Il display visualizza la percentuale di grasso

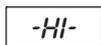
56.8%

Il display visualizza la percentuale di acqua
L'apparecchio si spegne automaticamente.

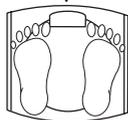
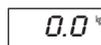
SEMPLICE OPERAZIONE DI PESO



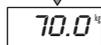
Premere il pulsante ON/OFF, per accendere l'apparecchio.



Quando sul display appare "1-12" premere il pulsante ON/OFF,



Salire sulla bilancia e rimanere fermi.



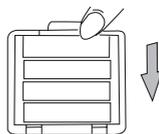
Dopo alcuni secondi il display visualizza il vostro peso.
La bilancia si spegne automaticamente

SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE

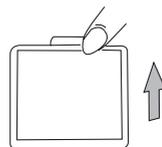
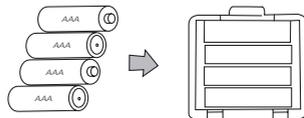
Quando il display visualizza "LO" è necessario procedere alla sostituzione immediata delle batterie.

Modello SBG13

Aprire il coperchio che si trova sulla parte posteriore della bilancia e rimuovere le batterie.

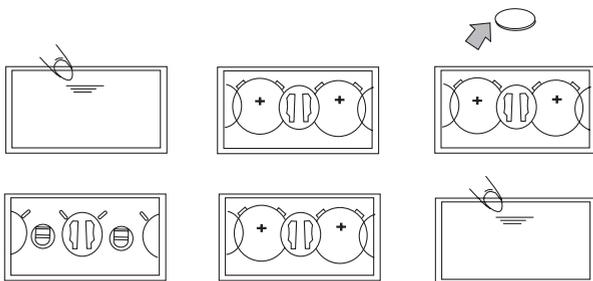


Inserire 4 batterie AAA quindi richiudere il coperchio.



Modello SBW54

Aprire il coperchio che si trova sulla parte posteriore della bilancia e rimuovere le batterie.
Inserire 2 nuove batterie CR2032 quindi richiudere il coperchio.



Note:

1. Rimuovere le batterie ogniqualvolta la bilancia non viene utilizzata per un lungo tempo.
2. Gettare le batterie secondo le disposizioni di legge in vigore nel Vostro paese.
Normalmente è possibile gettare le batterie presso i centri di raccolta municipali.
3. Se le batterie perdono, sostituirle immediatamente in caso contrario potrebbero danneggiare l'apparecchio.

INDICATORE DI AVVISO



Sovrappeso



Sostituire le batterie



Errore nella misurazione

AVVERTENZE DI SICUREZZA

Mantenere l'apparecchio fuori dall'acqua.

Maneggiare l'apparecchio con cura.

Non posizionare l'apparecchio su superfici sconesse.

Non salire su un angolo della bilancia.

Non salire sulla bilancia con i piedi bagnati.

Non salire sulla bilancia con i calzini quando dovete rilevare la percentuale di grasso corporeo.

IMPORTANTE: LE DONNE INCINTE E PORTATORI DI PACE-MAKER NON DEVONO UTILIZZARE L'APPARECCHIO.

