

FR BE

## **BALANCE IMPÉDANCEMÈTRE**

Instructions d'utilisation et consignes de sécurité

NL BE

## **LICHAAMSVET-WEEGSCHAAL**

Bedienings- en veiligheidsinstructies

DE AT CH

## **KÖRPERFETTWAAGE**

Bedienungs- und Sicherheitshinweise

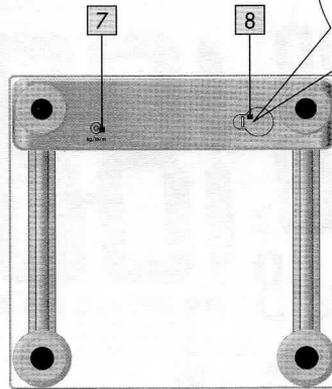
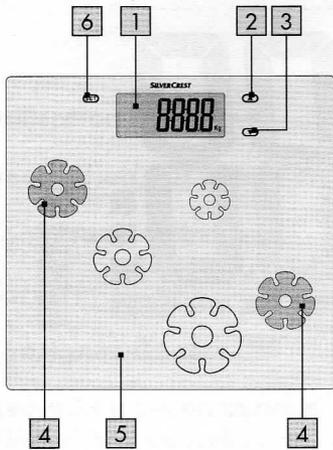
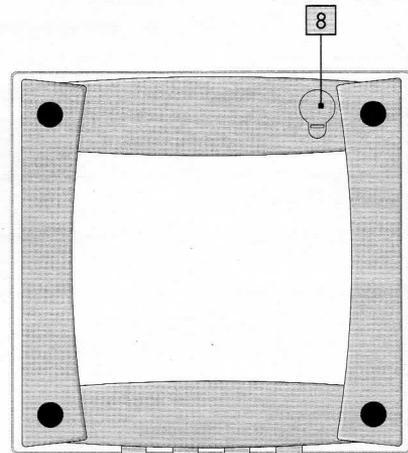
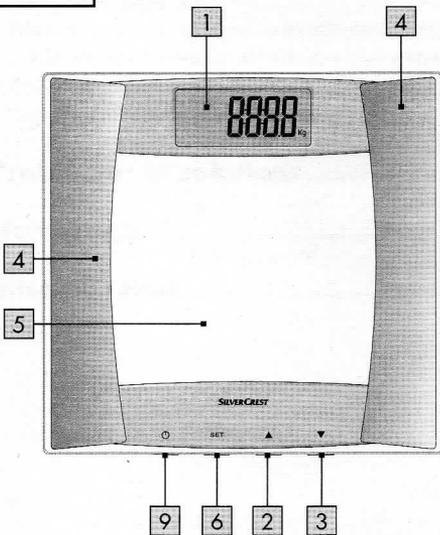
2 ○

Z31332A

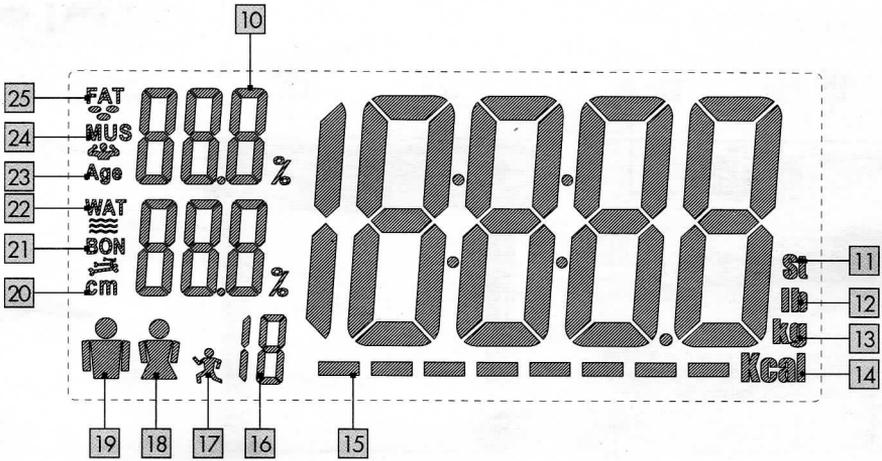
Z31332B

**SILVERCREST®**



**A****Z31332A****B****Z31332B**

C



<b>Utilisation conforme</b> .....	Page 6
<b>Description des pièces et éléments</b> .....	Page 6
<b>Contenu de la livraison</b> .....	Page 6
<b>Caractéristiques techniques</b> .....	Page 6
<b>Consignes de sécurité</b> .....	Page 6
<b>Avant la mise en service</b>	
Insérer / remplacer la pile.....	Page 8
<b>Mise en service</b>	
Saisir les données personnelles.....	Page 8
<b>Utilisation</b>	
Mesurer le poids corporel.....	Page 8
Mesurer le poids corporel, le besoin en calories, la masse grasse, l'eau, la masse osseuse et la masse musculaire.....	Page 9
Étalonner la balance.....	Page 9
Signification des valeurs de mesures indiquées.....	Page 9
<b>Problèmes et solutions</b> .....	Page 10
<b>Nettoyage</b> .....	Page 10
<b>Mise au rebut</b> .....	Page 10

## Balance impédancemètre

### ● Utilisation conforme

Cette balance sert à mesurer le poids d'une personne. Cette balance a une portée maximale de 180 kg. Cette balance permet en outre de mesurer les taux de graisse et d'eau ainsi que la masse osseuse et musculaire du corps. En outre, il est possible de déterminer les besoins journaliers en calories en indiquant le sexe, l'âge, la taille et le poids. Cet appareil n'est pas conçu pour une utilisation commerciale.

### ● Description des pièces et éléments

#### Pèse-personne

- 1 Ecran à cristaux liquides
- 2 Touche UP (haut)
- 3 Touche DOWN (bas)
- 4 Electrodes
- 5 Plateau
- 6 Touche SET (« Réglage »)
- 7 Touche kg/lb/st (unité de mesures)
- 8 Compartiment à piles
- 9 Touche ON/OFF (allumé/éteint)

#### Icônes sur écran LC

- 10  Taux proportionnels (graisse, muscles, eau, masse osseuse)
- 11  Unité de mesure en Stone
- 12  Unité de mesure en livre
- 13  Unité de mesure en kilogramme
- 14  Besoins journaliers en calories recommandés
- 15  Indice de masse grasse
- 16  ID Utilisateur (1-12)
- 17  Mode athlète
- 18  Utilisatrice
- 19  Utilisateur
- 20  Taille en cm
- 21  Masse osseuse
- 22  Pourcentage d'eau
- 23  Âge



MUS Masse musculaire  
FAT Pourcentage de masse grasse

### ● Contenu de la livraison

Dés ouverture de l'emballage, veuillez vérifier que le contenu de la livraison est complet et que l'appareil est en parfait état.

- 1 Pèse-personne
- 1 Pile
- 1 Mode d'emploi

### ● Caractéristiques techniques

- Pile: 1 pile lithium 3V ---  
(pile bouton CR2032)
- Plateau: modèle Z31332A/  
Z31332B: 31 cm x 30 cm,  
verre de sécurité
- Charge: max. 180kg (396 lbs)
- Graduation poids: 100g (0,2 lb)
- Graduation calories: 1 kcal
- Mémoire: 12
- Sexe: masculin / féminin
- Tranche d'âge: 6-100 ans
- Plage de mesures  
de la taille: 80-220 cm
- Température de service: 10-40 °C

#### Plage de mesures:

- Graisse corporelle: 3-50 %
- Eau: 25-75 %
- Muscles: 25-75 %
- Masse osseuse: 1-15 %



### Consignes de sécurité

Les consignes de sécurité sont un élément fondamental de ce mode d'emploi et doivent absolument être respectées lors de l'utilisation d'appareils électriques. Ces consignes visent à la prévention de tout danger mortel, d'accident et dommage. Veuillez

donc lire attentivement les informations suivantes relatives à la sécurité et à l'utilisation conforme.

■  **AVERTISSEMENT !**  
**DANGERS DE MORT ET**  
**D'ACCIDENTS POUR LES**

**ENFANTS ET LES ENFANTS EN BAS ÂGE !**

Ne jamais laisser les enfants manipuler sans surveillance le matériel d'emballage et l'appareil. Sous peine de risque de danger mortel par étouffement. Tenez toujours les enfants éloignés de l'appareil.

- Il est interdit aux enfants ou personnes manquant de connaissances ou d'expérience quant à la manipulation de l'appareil, ou aux facultés physiques, sensorielles ou mentales limitées, d'utiliser l'appareil sans surveillance ou sans les instructions d'une personne responsable de leur sécurité. Les enfants doivent être surveillés pour qu'ils ne jouent pas avec l'appareil. Ce produit n'est pas un jouet.

**AVERTISSEMENT ! DANGER DE MORT !**

N'utilisez pas ce produit si vous portez un stimulateur cardiaque. N'utilisez jamais ce produit à proximité de personnes portant un stimulateur cardiaque ou autres appareils médicaux.

**ATTENTION ! RISQUE DE BLESSURE !**

Ne pas soumettre la balance à une charge supérieure à 180 kg. Le verre de sécurité pourrait se briser et provoquer des coupures.

**ATTENTION ! RISQUE DE BLESSURE !**

Ne montez pas sur la balance avec des pieds humides, n'utilisez pas la balance si le plateau est humide. Au risque de glisser.

- Protégez la balance contre les chocs, l'humidité, les produits chimiques, les fortes variations de température et la proximité directe de sources de chaleur (four, radiateur).
- Avant chaque utilisation, vérifiez le bon état de l'appareil. Ne faites jamais fonctionner un appareil endommagé.
- Retirez la pile en cas de panne ou de défaut de l'appareil. Sinon, il existe un risque élevé d'écoulement.
- N'ouvrez jamais le boîtier de l'appareil. Vous pourriez vous blesser ou endommager

l'appareil. Confiez exclusivement les réparations au S.A.V. ou à un électricien qualifié.

- Ce produit n'est pas adapté aux femmes enceintes



**Avvertissement ! Dangers liés à la manipulation des piles**

**AVERTISSEMENT ! DANGER DE MORT !**

Les piles ne doivent pas être manipulées par des enfants. Ne laissez pas traîner les piles. Les enfants ou les animaux domestiques risqueraient de les avaler. Dans un tel cas, vous devez immédiatement consulter un médecin.

■ **ATTENTION ! RISQUE D'EXPLOSION !**



Les piles ne devront en aucun cas être rechargées, court-circuitées ni démontées. Ce qui pourrait provoquer une surchauffe, un incendie ou un éclatement. Ne jetez jamais des piles au feu ou dans l'eau. Les piles risquent d'exploser.

- Évitez d'exposer les piles à des conditions et températures extrêmes susceptibles de les endommager, par ex. des radiateurs. Sinon, il existe un risque élevé d'écoulement. Les piles endommagées ou avec des fuites peuvent provoquer des brûlures au contact de la peau. Il faut donc impérativement porter des gants adéquats pour les manipuler !
- Si du liquide s'écoule d'une pile, il faut éviter tout contact avec la peau, les yeux et les muqueuses. En cas de contact avec l'acide des piles, rincez immédiatement la zone à l'eau claire et consultez immédiatement un médecin.
- En cas de légères salissures nettoyez la pile et les contacts de l'appareil à l'aide d'un chiffon sec et sans peluche, avant de l'insérer.
- Enlevez les piles de l'appareil si ce dernier est resté longtemps inutilisé.
- Veiller à insérer la pile en respectant la polarité correcte! La polarité est indiquée dans le boîtier à piles.
- Retirez sans délai la pile de l'appareil si elle est usée. Il existe un risque élevé d'écoulement des piles!

- Ne jetez pas les piles dans les ordures ménagères!
- Chaque consommateur est tenu par la loi de mettre les piles au rebut en respectant la réglementation applicable !
- Tenez les piles hors de portée des enfants, ne les jetez pas dans le feu, ne les court-circuitiez pas et ne les désassemblez pas.
- En cas de non-respect de ces instructions, la pile peut se décharger au-delà de sa tension finale. Elles risquent alors de couler. Si les piles coulent dans votre appareil, retirez-les immédiatement pour prévenir tout endommagement du produit!

## ● Avant la mise en service

**Remarque:** Maintenez enfoncée la touche UP [2] ou la touche DOWN [3]. Ceci permet de régler les valeurs plus rapidement.

## ● Insérer / remplacer la pile

- Le produit est déjà équipé d'une pile à sa livraison. Avant première utilisation, retirez les bandes isolantes de la pile et du compartiment à pile [8].

Si la balance n'indique aucune fonction, vérifiez si la pile est correctement placée et le cas échéant replacez-la.

**Remarque:** la balance est équipée d'un « témoin de remplacement de pile ». Si lors de l'utilisation de la balance la pile est trop faible, l'écran LC [1] affichera «Lo» et la balance s'éteindra automatiquement. Remplacez dans ce cas la pile usagée par une nouvelle pile du même type. Veuillez faire attention en insérant la pile à ne pas tordre les contacts.

## ● Mise en service

### ● Saisir les données personnelles

1. Sur le modèle A: Appuyez sur la touche SET [6] pour allumer l'appareil. Appuyez de nouveau

sur la touche SET pour pouvoir régler vos données personnelles

Sur modèle B: Appuyez sur la touche ON/OFF [9] pour allumer l'appareil. Appuyez ensuite sur la touche SET [6] pour pouvoir régler vos données personnelles.

**Remarque:** L'utilisateur ID [16] clignotera sur l'écran LC [1]. Le numéro représente les données de profil d'une personne parmi le groupe des utilisateurs.

2. Appuyez sur la touche UP [2] ou la touche DOWN [3] pour sélectionner les données de profil (1-12)
3. Appuyez sur la touche SET pour confirmer la sélection du profil et définir le choix du sexe [18]/[19] et le mode athlète [17].
4. Appuyez sur la touche UP [2] ou DOWN [3] pour sélectionner votre sexe et le mode athlète.
 

**Remarque:** le mode athlète est une option pour les personnes sportives très entraînées voire musclées.
5. Appuyez sur la touche SET [6] pour confirmer les réglages.
6. Procédez maintenant à d'autres réglages. Répétez les étapes 4 et 5 pour définir âge [23], taille [20] et unité de mesure [11]/[12]/[13].

Une fois ces paramètres réglés l'affichage retourne automatiquement à la sélection de l'utilisateur ID.

Vous pouvez alors soit entreprendre d'autres réglages pour un autre utilisateur ou alors mesurer votre poids.

**Remarque:** L'appareil s'éteindra dans les 10 secondes s'il n'est pas utilisé.

## ● Utilisation

### ● Mesurer le poids corporel

**Conseil:** afin d'obtenir des résultats comparables, pesez-vous si possible à la même heure (de préférence le matin), après avoir été aux toilettes, à jeun et nu.

- Placez la balance sur une surface stable, horizontale et plane.

- Montez sur le plateau [5] et maintenez-vous droit. Tout mouvement lors de la pesée peut fausser le résultat.

La balance commence aussitôt à peser. L'affichage du poids ayant clignoté 2 fois, le résultat de la mesure est affiché.

**Remarque:** la balance est en surcharge si elle affiche «Err». Tenez compte de la capacité maximale de 180 kg / 396 lbs / 28 st.

- Descendez du plateau. La balance s'éteint au bout d'environ 20 secondes. Le résultat de la pesée reste affiché jusqu'à l'extinction.

**Remarque:** l'unité de poids standard est le kilogramme (kg). À la livraison, la balance est réglé sur l'unité « kg ». Pour modifier les unités de mesure kg/lb/st lb, appuyez pour le modèle A sur la touche kg/lb/st [7]. Pour le modèle B appuyez sur la touche SET [6].

### ● Mesurer le poids corporel, le besoin en calories, la masse grasse, l'eau, la masse osseuse et la masse musculaire

- Sur le modèle A: Si la balance est éteinte, appuyez sur la touche SET pour l'allumer.
- Sur le modèle B: Si la balance est éteinte appuyez sur la touche ON/OFF [9] pour l'allumer.
- Appuyez sur la touche UP [2] ou la touche DOWN [3] pour accéder à votre profil.

**Remarque:** Dès que vous avez accédé à votre profil, toutes vos données personnelles sont affichées sur l'écran LC [1].

**Remarque:** Appuyez sur la touche SET pour ajuster vos données personnelles.

- Montez pieds nus sur le plateau [5] et ne bougez plus. Veillez à bien vous positionner sur les deux électrodes [4].

La mesure du poids commence, restez debout sur les deux électrodes. La mesure dure quelques secondes (affichage à l'écran ---). L'écran LC affiche par la suite les valeurs trois fois en alternance dans deux groupes.

**Groupe 1:** taux de la masse grasse [25] et taux d'eau [22], poids (kg/lb/st lb) [11], [12], [13] et indice de la masse grasse [15]

**Groupe 2:** Taux de la masse musculaire [24], masse osseuse [21] et besoin en calories [14]

**Remarque:** Le message Err2 est affiché si vos pieds ne sont pas placés sur les deux électrodes ou si le poids mesuré est supérieur à la plage de mesures tolérée.

Après l'affichage de ces valeurs, la balance s'éteint automatiquement.

### ● Étalonner la balance

**Remarque:** Après tout changement d'endroit de l'appareil ou tout remplacement de pile, l'appareil devra être ré étalonné. Procédez comme suit:

- Montez sur la balance La balance vous indique un résultat de mesure erroné.
- Descendez à nouveau du plateau [5] l'appareil effectue l'étalonnage automatiquement. Attendez que l'appareil s'éteigne automatiquement.
- Montez de nouveau sur la balance. La balance vous indique à présent un résultat de mesure correct.

### ● Signification des valeurs de mesures indiquées

Affichage LCD	---	----	-----	-----
Signification	fin	normal	en surpoids	obèse

## ● Problèmes et solutions

L'appareil contient des composants électroniques sensibles. Son fonctionnement peut donc être perturbé par la proximité d'appareils électromagnétiques. En cas de problèmes d'affichage à l'écran, éloignez ces appareils de la proximité de l'appareil. Les décharges électrostatiques peuvent occasionner des dysfonctionnements. En cas de dysfonctionnements de ce type, retirez la pile pendant quelques instants et remettez-la en place.

## ● Nettoyage

- N'utilisez pour le nettoyage aucun produit chimique ni abrasif.
- N'immergez jamais l'appareil dans de l'eau ou d'autres liquides. Sinon, vous risquez d'endommager l'appareil.
- Essuyez l'appareil avec un chiffon légèrement humidifié. En cas de salissures plus importantes, vous pouvez humidifier le chiffon avec un peu de lessive.

## ● Mise au rebut



L'emballage est fait à partir de matériaux écologiques, que vous pourrez éliminer dans les points de recyclage.

Les possibilités de recyclage des produits usés sont à demander auprès de votre municipalité.



Afin de contribuer à la protection de l'environnement, veuillez ne pas jeter votre appareil usagé dans les ordures ménagères, mais le mettre au rebut de manière adéquate. Pour obtenir des renseignements et les horaires d'ouverture concernant les points de collecte, vous pouvez contacter votre municipalité.

Les piles défectueuses ou usagées doivent être recyclées conformément à la directive

2006/66/CE. Les piles et/ou l'appareil doivent être retournés dans les centres de collecte.



## **Pollution de l'environnement par mise au rebut incorrecte des piles!**

Les piles ne doivent pas être mises au rebut dans les ordures ménagères. Elles peuvent contenir des métaux lourds toxiques et doivent être considérés comme des déchets spéciaux. Les symboles chimiques des métaux lourds sont les suivants : Cd = cadmium, Hg = mercure, Pb = plomb. Pour cette raison, veuillez toujours déposer les piles usagées dans les conteneurs de recyclage communaux.

# EMC CE