

Körperanalysewaage Tamina

Body Analyser Scale Tamina | Báscula de análisis corporal Tamina |
Balance d'analyse corporelle Tamina | Bilancia con analisi corporea
Tamina | Waga z analizą organizmu Tamina |
Lichaamsanalyseschaal Tamina | Телесен анализатор кантар Tamina



Bedienungsanleitung

BA 2003



Operating instructions | Instrucciones de operación | Mode d'emploi
Istruzioni per l'uso | Instrukcja obsługi | Gebruiksaanwijzing
ръководство за употреба

Liebe Kundin, lieber Kunde !

Sie haben sich für den Kauf eines qualitativ hochwertigen Produkts der Marke ADE entschieden, das intelligente Funktionen mit einem außergewöhnlichen Design vereint.

Diese Körperanalysewaage ermöglicht es Ihnen, sich selbst und Ihren Körper besser kennenzulernen und zu messen.

Die langjährige Erfahrung der Marke ADE stellt eine technisch hohen Standard und bewährte Qualität sicher.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Wiegen und entdecken Ihrer Werte!

Ihr ADE Team

Allgemeines

Über diese Anleitung



Diese Bedienungsanleitung beschreibt den sicheren Umgang und die Pflege des Artikels. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung auf, falls Sie später etwas nachlesen möchten. Wenn Sie den Artikel an jemand anderen weitergeben, geben Sie auch diese Anleitung mit.

Die Nichtbeachtung dieser Bedienungsanleitung kann zu Verletzungen oder Schäden am Artikel führen.

Zeichenerklärung



Dieses Symbol in Verbindung mit dem Wort **GEFAHR** warnt vor schweren Verletzungen.



Dieses Symbol in Verbindung mit dem Wort **WARNUNG** warnt vor Verletzungen mittleren und leichten Grades.



Dieses Symbol in Verbindung mit dem Wort **HINWEIS** warnt vor Sachschäden.



Dieses Symbol kennzeichnet zusätzliche Informationen und allgemeine Hinweise.

Inhaltsverzeichnis

Allgemeines.....	2
Sicherheit.....	4
Bestimmungsgemäßer Gebrauch	5
Auf einen Blick	6
Lieferumfang.....	6
Inbetriebnahme	7
So funktioniert Ihre neue Körperanalysewaage.....	7
Gewicht messen.....	8
Persönliche Daten eingeben	8
Körperanalyse.....	9
Body-Mass-Index (BMI).....	12
Reinigen	12
Störung / Abhilfe	13
Technischen Daten.....	13
Konformitätserklärung	14
Garantie.....	14
Entsorgen	15

Sicherheit

- Dieser Artikel kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Artikels unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.
- Kinder dürfen nicht mit dem Artikel spielen.
- Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern vorgenommen werden, es sei denn, sie sind 8 Jahre oder älter und werden beaufsichtigt.
- Batterien können bei Verschlucken lebensgefährlich sein. Bewahren Sie Waage und Batterien deshalb für Kleinkinder unerschbar auf. Wurde eine Batterie verschluckt, muss sofort medizinische Hilfe in Anspruch genommen werden.

GEFAHR für Kinder

- Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern. Bei Verschlucken besteht Erstickungsgefahr. Achten Sie auch darauf, dass der Verpackungsbeutel nicht über den Kopf gestülpt wird.

GEFAHR von Brand/Verbrennung und/oder Explosion

- Explosionsgefahr bei unsachgemäßem Auswechseln der Batterie. Ersetzen Sie Batterie nur durch denselben oder einen gleichwertigen Batterietyp. Beachten Sie die „Technischen Daten“.
- Batterien dürfen nicht geladen, mit anderen Mitteln reaktiviert, auseinander genommen, ins Feuer geworfen oder kurzgeschlossen werden.
- Vermeiden Sie Kontakt mit Haut, Augen und Schleimhäuten. Bei Kontakt mit Batterieflüssigkeit spülen Sie die betroffenen Stellen sofort mit reichlich klarem Wasser und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.

WARNUNG vor Verletzungsgefahr

- Steigen Sie nicht einseitig auf den äußersten Rand der Waage. Kippgefahr!
- Steigen Sie nicht mit nassen Füßen auf die Waage und betreten Sie die Waage nicht, wenn deren Oberfläche feucht ist. Rutschgefahr!
- Die Wiegefläche ist aus Glas. Beim Herunterfallen besteht Glasbruchgefahr und dadurch Verletzungsgefahr durch Glassplitter.

VORSICHT vor Sachschäden

- Stellen Sie die Waage auf einen stabilen, ebenen Untergrund.
- Überlasten Sie die Waage nicht. Beachten Sie die „Technischen Daten“. Stellen Sie sich ausschließlich zum Wiegen auf die Waage.
- Schützen Sie die Waage vor starken Stößen und Erschütterungen.
- Nehmen Sie die Batterien aus dem Artikel heraus, wenn diese verbraucht ist oder wenn Sie die Waage länger nicht benutzen. So vermeiden Sie Schäden, die durch Auslaufen entstehen können.
- Achten Sie beim Einsetzen und Wechseln der Batterien auf die richtige Polarität (+/-).
- Setzen Sie die Batterien keinen extremen Bedingungen aus, indem Sie diese z. B. auf Heizkörpern oder unter direkter Sonneneinstrahlung lagern. Erhöhte Auslaufgefahr!
- Reinigen Sie Batterie- und Gerätekontakte bei Bedarf vor dem Einlegen.
- Nehmen Sie keine Veränderungen an dem Artikel vor. Lassen Sie Reparaturen nur von einer Fachwerkstatt durchführen. Unsachgemäß durchgeführte Reparaturen können erhebliche Gefährdungen für den Benutzer verursachen.
- An der Unterseite der Waage befinden sich Gerätefüße. Da Bodenoberflächen aus den verschiedensten Materialien bestehen und mit den unterschiedlichsten Pflegemitteln behandelt werden, kann es nicht völlig ausgeschlossen werden, dass manche dieser Stoffe Bestandteile enthalten, die die Gerätefüße angreifen und aufweichen. Legen Sie ggf. eine rutschfeste Unterlage unter die Waage.

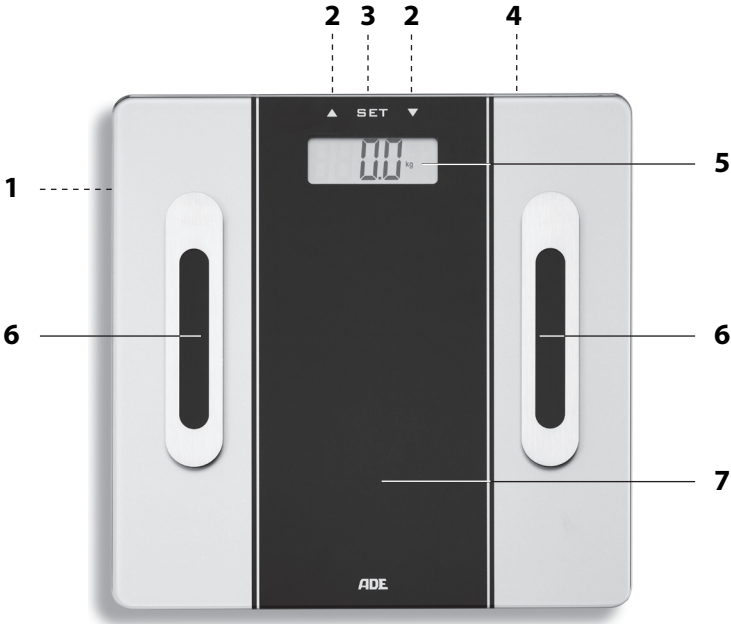
Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Die Personenwaage dient zum Wiegen von Personen im privaten Umfeld. Für den Einsatz in Kliniken, Arztpraxen etc. ist sie nicht geeignet. Auch die Körperanalysefunktion ist nur für den Privatgebrauch konzipiert. Für den Einsatz im professionellen Sportumfeld ist die Waage nicht geeignet. Die maximale Tragkraft von 180 kg darf nicht überschritten werden.

Benutzen Sie diese Waage nicht, wenn Sie ...

- ... schwanger sind,
- ... einen Herzschrittmacher tragen,
- ... Dialyse-Patient sind,
- ... unter Ödemen leiden,
- ... Implantate tragen, z. B. künstliche Gliedmaßen, Metallplatten etc.

Wenden Sie sich im Zweifelsfall an Ihren Hausarzt.



Die Tasten 2 und 3 befinden sich auf der Oberseite der Waage und werden etwas von der Wiegefläche überragt.

- 1 Unit-Taste (Rückseite): Maßeinheit wechseln
- 2 Tasten ▲▼: Speicherplatz auswählen, Daten verringern, Daten erhöhen
- 3 Taste **SET**: Waage einschalten, Einstellmodus aufrufen, Eingaben speichern, Gespeicherte Messdaten aufrufen
- 4 Batteriefach (Rückseite)
- 5 Display
- 6 Sensor
- 7 Wiegefläche

- Personenwaage
- Batterien 2x AAA, 1,5 V 
- Bedienungsanleitung

Inbetriebnahme

Für den Gebrauch benötigen Sie 2 Batterien des Typs AAA, 1,5 V (im Lieferumfang enthalten). Das Batteriefach befindet sich auf der Geräte-Unterseite.

1. Öffnen Sie das Batteriefach, indem Sie die Verschlusslasche in Richtung Waage drücken und den Batteriefachdeckel abnehmen.
2. Setzen Sie die Batterien so ein, wie auf dem Boden des Batteriefachs angezeigt. Beachten Sie die richtige Polarität (+/-).
3. Setzen Sie den Batteriefachdeckel wieder auf.
Die Verschlusslasche muss hörbar einrasten.



Hinweise zum Batteriewechsel:

- Ein Batteriewechsel wird notwendig, wenn im Display „Lo“ oder gar nichts mehr angezeigt wird.
- Verwenden Sie nur den Batterietyp, der in den „Technischen Daten“ angegeben ist.
- Wechseln Sie immer alle Batterien aus.
- Entsorgen Sie alte Batterien umweltgerecht, siehe „Entsorgen“.
- Kalibrieren Sie die Waage, siehe „Waage aufstellen“.

Maßeinheit wählen

Bei Auslieferung ist als Maßeinheit standardmäßig „kg“ eingestellt. Das Mess-Ergebnis kann jedoch auch in den englischen Maßeinheiten „lb“ (pound) oder „St:lb“ (stone:pound) angezeigt werden.

- Drücken Sie wiederholt die Unit-Taste auf der Waagen-Rückseite. Beachten Sie die Display-Anzeige.

Waage aufstellen

- Stellen Sie die Waage auf eine ebene, feste und trockene Fläche. Stellen Sie die Waage nicht auf einen Teppich.

So funktioniert Ihre neue Körperanalysewaage

Ihre neue Körperanalysewaage arbeitet mit der sogenannten BIA-Technik (Bioelektrische-Impedanz-Analyse). Hierbei fließt ein nicht-spürbarer, völlig unbedenklicher und schwacher Strom durch Ihren Körper.

Die Messung erfolgt über die Sensoren, die auf der Wiegefläche angebracht sind.

- Der Strom fließt relativ ungehindert durch die Flüssigkeit, die sich in der Muskelmasse befindet.
- Bei Fettmasse ist der Widerstand größer. Dieser Widerstand wird gemessen.

Zusammen mit Ihren persönlichen Daten (Geschlecht, Gewicht, Alter und Körpergröße), errechnet die Waage folgende Informationen zu Ihrer Körperzusammensetzung:

- Gewicht
- Körperfettanteil in %
- Körperwasser in %
- Muskelmasse in %
- Knochenmasse in %
- Täglicher Grundumsatz in Kcal (Energiebedarf)
- Body-Mass-Index (BMI)

Die Waage verfügt über insgesamt 12 Speicherplätze.

Messfehler

Bei folgenden Personengruppen kann es zu Mess- bzw. Berechnungsfehlern bei der Körperanalyse kommen:

Personen, die....

- ... 10 Stunden oder mehr in der Woche Sport treiben,
- ... Berufsathleten, Bodybuildern oder Ausdauersportler sind,
- ... über 85 Jahre alt sind,
- ... jünger als 10 Jahre alt sind.

Die „normale“ Wiegefunktion, siehe nächstes Kapitel, ist hiervon nicht betroffen.

Gewicht messen



Für das normale Wiegen – ohne Körperanalyse – müssen Sie keine Daten eingeben.

- Stellen Sie sich auf die Waage. Bleiben Sie ruhig stehen und halten Sie sich nirgendwo fest.

Kurz darauf wird das gemessene Gewicht in der gewählten Maßeinheit blinkend angezeigt. Wenige Sekunden, nachdem Sie die Wiegefläche verlassen haben, schaltet sich die Waage automatisch aus.

Persönliche Daten eingeben



Gehen Sie bei der Eingabe zügig vor. Ansonsten schaltet sich die Waage nach kurzer Zeit aus, um Energie zu sparen. Drücken Sie dann SET, um wieder in den Eingabemodus zu gelangen.

1. Drücken Sie SET.
Im Display blinkt z. B. „P00“.
2. Wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ den gewünschten Speicherplatz aus, z.B. „P01“.

3. Drücken Sie SET.
Im Display blinkt  oder .
4. Wählen Sie mit der Taste  oder  Ihr Geschlecht aus:  für Mann oder  für Frau.
5. Drücken Sie SET.
Im Display blinkt der voreingestellte Wert für das Alter.
6. Geben Sie mit der Taste  oder  Ihr Alter ein.
7. Drücken Sie SET.
Im Display blinkt der voreingestellte Wert für die Körpergröße.
8. Geben Sie mit der Taste  oder  Ihre Körpergröße ein.
9. Drücken Sie abschließend SET. Damit haben Sie die benötigten Daten eingegeben.
Im Display wird „0.0“, die Maßeinheit und das Geschlecht angezeigt.
Sie können jetzt:
 - Fortfahren, wie vorstehend beschrieben, und die Daten einer weiteren Person eingeben.
 - Sich auf die Waage stellen und Ihre Körperanalyse vornehmen lassen.
 - Warten, bis sich die Waage nach einigen Sekunden automatisch ausschaltet.



- Wenn Sie die Taste  oder  gedrückt halten, erfolgt der Vor- oder Rücklauf der angezeigten Daten schneller.
- Eingebene Daten lassen sich durch Neueingabe überschreiben.

Körperanalyse



- Die Körperanalyse ist nur möglich, wenn Sie Ihre Daten eingegeben haben, siehe vorstehendes Kapitel.
- Beachten Sie das Kapitel „Wiegetipps“.

1. Drücken Sie SET.
2. Wählen Sie mit der Taste  oder  den Speicherplatz aus, auf dem Sie Ihre persönlichen Körperdaten hinterlegt haben, z. B. „PO1“
Kurz darauf wird im Display „0.0“, die gewählte Maßeinheit und das Geschlecht angezeigt.
3. Stellen Sie sich barfuß auf die Waage. Bleiben Sie ruhig stehen und halten Sie sich nirgendwo fest.
 - Achten Sie darauf, dass jeder Fuss auf einem Sensor steht.
 - Es darf kein Kontakt zwischen den Füßen, den Beinen, den Waden und den Oberschenkel bestehen. Ansonsten wird die Messung ungenau.

Kurz darauf wird das gemessene Gewicht blinkend angezeigt. Bleiben Sie weiter ruhig stehen. Danach werden Ihnen im Display die gemessenen Werte mehrfach wiederholt angezeigt:

Anzeige		Bedeutung
1.		Ihr Körpergewicht in der eingestellten Maßeinheit
2.	FAT	Ihr Körperfettanteil in % mit gleichzeitiger Bewertungsanzeige am unteren Rand des Displays: Underfat = zu wenig Körperfett Healthy = normal / gesund Overfat = zu viel Körperfett Obese = fettleibig
3.	WATER	Ihr Körperwasser in %
4.	MUSCLE	Ihre Muskelmasse in %
5.	BONE	Ihre Knochenmasse in %
6.	KCAL	Ihr Grundumsatz in kcal
7.	BMI	Ihr Body Mass Index

Wiegetipps

- Das Wiegen für die Körperanalyse kann nur barfuß durchgeführt werden. Dabei sollten die Füße nur schwach befeuchtet sein. Völlig trockene Füße können zu falschen Ergebnissen führen, da die elektrische Leitfähigkeit dann schlecht ist.
- Stehen Sie während des Messvorgangs still und halten Sie sich nirgendwo fest.
- Wiegen Sie sich nicht direkt nach ungewohnter körperlicher Anstrengung.
- Wiegen Sie sich nicht unmittelbar nach dem Aufstehen. Warten Sie etwa eine Viertelstunde. In dieser Zeit kann sich das Wasser im Körper verteilen.
- Versuchen Sie das Wiegen immer zur gleichen Zeit durchzuführen, um vergleichbare Werte zu erhalten.

Hinweise zu den ermittelten Werten

Der Körperfettanteil gibt den prozentualen Anteil des Fettes vom Gesamtgewicht eines Körpers an. Eine pauschale Empfehlung für diesen Wert gibt es nicht, da dies signifikant von Geschlecht (aufgrund des unterschiedlichen Körperbaus) und Alter abhängt.

Körperfett ist lebenswichtig für die täglichen Körperfunktionen. Es schützt Organe, polstert Gelenke, regelt die Körpertemperatur, speichert Vitamine und dient dem Körper als Energiespeicher.

Als lebensnotwendig gilt für Frauen ein Körperfettanteil zwischen 10 % und 13 %, bei Männern zwischen 2 % und 5 % mit Ausnahme von Leistungssportlern.

Der Körperfettanteil ist kein eindeutiger Indikator für die Gesundheit. Zu großes Körpergewicht und ein zu hoher Körperfettanteil werden mit dem Auftreten von vielen Zivilisationskrankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, usw. in Verbindung gebracht.

Bewegungsmangel und falsche Ernährung sind häufig Auslöser für diese Krankheiten. Es gibt einen deutlichen ursächlichen Zusammenhang zwischen Übergewicht und Bewegungsmangel.

Ein wesentlicher Teil des menschlichen Körpers besteht aus Wasser. Dieses Körperwasser ist unterschiedlich im ganzen Körper verteilt. Mageres Muskelgewebe enthält ungefähr 75 % Wasser, Blut ca. 83 % Wasser, Körperfett ca. 25 % Wasser und die Knochen haben einen Wasseranteil von etwa 22 %.

- Bei Männern bestehen ca. 60 % der Körpermasse aus Wasser.
- Bei Frauen liegt dieser Wert bei ungefähr 55 % (bedingt durch einen höheren Körperfettanteil).

Von diesem Gesamtkörperwasser werden ca. zwei Drittel in den Zellen gelagert und deshalb intrazelluläres Wasser genannt. Das andere Drittel ist extrazelluläres Wasser.

Alter	Frauen		
	Fett %	Körperwasser %	Display-Anzeige
< 30	4,0-20,5 %	66,0-54,7 %	Underfat
	20,6-25,0 %	54,6-51,6 %	Healthy
	25,1-30,5 %	51,5-47,8 %	Overfat
	30,6-80,0 %	47,7-13,8 %	Obese
> 30	4,0-25,0 %	66,0-51,6 %	Underfat
	25,1-30,0 %	51,5-48,1 %	Healthy
	30,1-35 %	48,0-44,7 %	Overfat
	35,1-80,0 %	44,6-13,8 %	Obese

Alter	Männer		
	Fett %	Körperwasser %	Display-Anzeige
< 30	4,0-15,5 %	66,0-58,1 %	Underfat
	15,6-20,0 %	58,0-55,0 %	Healthy
	20,1-24,5 %	54,9-51,9 %	Overfat
	24,6-80,0 %	51,8-13,8 %	Obese
> 30	4,0-19,5 %	66,0-55,4 %	Underfat
	19,6-24,0 %	55,3-52,3 %	Healthy
	24,1-28,5 %	52,2-49,2 %	Overfat
	28,6-80,0 %	49,1-13,8 %	Obese

Für Muskelmasse gibt es keine allgemeinen Richtwerte.

Body-Mass-Index (BMI)

Der BMI gibt das Verhältnis zwischen Größe und Gewicht an und ist lediglich ein grober Richtwert. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist ein Index von 18,6 bis 25 optimal.

Da Männer in der Regel einen höheren Anteil von Muskelmasse an der Gesamtkörpermasse als Frauen haben, spielen Alter und Geschlecht spielen bei der Interpretation des BMI eine wichtige Rolle.

BMI (kg/m ²)	Körpergewicht
< 18,5	Untergewicht (Underfat)
18,6 - 25	Normalgewicht (Healthy)
25,1 - 30	Übergewicht (Overfat)
30,1 und darüber	Fettleibigkeit (Obese)

Reinigen



HINWEIS vor Sachschaden

- Tauchen Sie die Waage nicht in Wasser oder andere Flüssigkeiten.
- Verwenden Sie keinesfalls harte, kratzende oder scheuernde Reinigungsmittel o. Ä., um die Waage zu reinigen. Hierbei könnte die Oberfläche zerkratzen.
- Wischen Sie die Waage bei Bedarf mit einem leicht angefeuchteten weichen Tuch ab.
- Desinfizieren Sie die Wiegefläche und die Sensoren von Zeit zu Zeit mit einem geeigneten Desinfektionsmittel (im Fachhandel und im Drogeriemarkt erhältlich).

Störung / Abhilfe

Störung	Mögliche Ursache
Keine Funktion	▪ Batterien leer oder falsch herum eingelegt?
Die Waage zeigt offensichtlich falsche Wiegeergebnisse	▪ Steht die Waage auf einem festen, ebenen Untergrund? ▪ Befindet sich in der Nähe der Waage ein Gerät, das elektromagnetische Störungen auslösen kann? ▪ Nehmen Sie die Batterien aus der Waage und warten Sie einen Moment. Setzen Sie die Batterien wieder ein. Die bis dahin gespeicherten Daten bleiben hierbei erhalten.
Im Display wird „oL“ angezeigt	▪ Die maximale Kapazität der Waage von 180 kg wurde überschritten.
Im Display wird „C“ angezeigt	▪ Das gemessene Gewicht liegt unter 3 kg.
Im Display wird „Lo“ angezeigt	▪ Die Batterie ist leer.
Im Display wird „Err“ angezeigt	▪ Sie stehen nicht richtig auf der Waage. Beide Füße müssen die Sensoren berühren. Möglicherweise sind auch Ihre Fußsohlen zu trocken. ▪ Der Fettanteil in % ist zu niedrig: Unter 4 % kann nichts angezeigt werden. ▪ Allgemeiner Fehler (z. B. wenn offensichtlich falsche persönliche Daten eingegeben wurden).

Technischen Daten

Modell:	Körperanalysewaage BA 2003 „Tamina“
Batterie:	2x AAA / 1,5 V 
Bemessungsstrom:	3,7 - 3,9 mA
Messbereich:	max. 180 kg
Abweichung:	2% +/- 100g
Anzeigeteilung	
Gewicht:	100 g
Körperwasser, Muskelmasse, Knochenmasse und Körperfett:	0,1 %

Speicherplätze:	12
Alterseingabe:	10-85 Jahre
Körpergröße:	75-225 cm
Abmessungen Waage:	ca. 300 x 300 x 22 mm
Inverkehrbringer: (keine Service-Adresse)	GRENDS GmbH Stahlwiete 23 22761 Hamburg, Germany

Unsere Produkte werden ständig weiterentwickelt und verbessert.
Aus diesem Grund sind Design- und technische Änderungen jederzeit möglich.

Konformitätserklärung

Hiermit erklärt die GRENDS GmbH, dass die Körperanalysewaage BA 2003 den Richtlinien 2014/30/EU und 2011/65/EU entspricht.

Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: www.ade-germany.de/doc

Die Erklärung verliert ihre Gültigkeit, falls an der Waage eine nicht mit uns abgestimmte Änderung vorgenommen wurde.

Hamburg, März 2025
GRENDS GmbH



Garantie

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

die GRENDS GmbH gewährt für dieses Produkt eine Garantie von zwei Jahren ab dem Kaufdatum. Innerhalb dieses Zeitraums werden Mängel, die nachweislich auf Material- oder Fabrikationsfehler zurückzuführen sind, nach Wahl der GRENDS GmbH kostenfrei durch Reparatur oder Austausch des Produkts behoben. Bitte geben Sie den Artikel im Garantiefall mit dem Kaufbeleg (unter Angabe des Reklamationsgrundes) an Ihren Händler zurück.

Die Garantie gilt nicht für Schäden, die auf unsachgemäße Verwendung, äußere Einwirkungen, normalen Verschleiß oder Eingriffe durch nicht autorisierte Personen zurückzuführen sind.

Ihre gesetzlichen Rechte bei Mängeln (Gewährleistungsrechte) bleiben durch diese Garantie selbstverständlich unberührt und können von Ihnen unabhängig davon kostenlos in Anspruch genommen werden.

Entsorgen

Verpackung entsorgen



Entsorgen Sie die Verpackung sortenrein. Geben Sie Pappe und Karton zum Altpapier, Folien in die Wertstoff-Sammlung.

Artikel entsorgen

Entsorgen Sie den Artikel entsprechend der Vorschriften, die in Ihrem Land gelten.



Dieses Symbol besagt, dass dieses Elektro- bzw. Elektronikgerät am Ende seiner Lebensdauer nicht im Hausmüll entsorgt werden darf, sondern vom Endnutzer einer getrennten Sammlung zugeführt werden muss. Zur Rückgabe stehen in Ihrer Nähe kostenfreie Sammelstellen für die Verwertung der Geräte zur Verfügung. Die Adressen können Sie von Ihrer Stadt- bzw. Kommunalverwaltung erhalten.

Auch (Online-)Vertreiber von Elektro- und Elektronikgeräten, sind verpflichtet alte Elektro- und Elektronikgeräte zurückzunehmen. Bei Kauf eines Neugerätes muss der Vertreiber auf Verlangen des Endnutzers eine unentgeltliche 1:1-Rücknahme eines Altgerätes durchführen. Ohne Neuerwerb sind die o.a. Vertreiber verpflichtet, auf Verlangen des Endnutzers bis zu drei Altgeräte (max. Kantenlänge von 25 cm) unentgeltlich zurückzunehmen.

Die Batterien sind vor dem Entsorgen aus dem Grundgerät zu entnehmen! Die Batterien müssen getrennt von den anderen Geräteteilen entsorgt werden.



Dieses Symbol besagt, dass Batterien und Akkus nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden dürfen. Sie sind gesetzlich verpflichtet, alle Batterien bei einer Sammelstelle ihrer Gemeinde/ihrer Stadtteils oder im Handel abzugeben. Die Inhaltsstoffe sind giftig und gefährden bei unsachgemäßer Entsorgung die Umwelt und können gesundheits-schädigende Wirkungen auf Menschen, Tiere und Pflanzen haben.

- Vor dem Entsorgen müssen die Batterien vollständig entladen werden. Lassen Sie hierfür das Gerät so lange eingeschaltet, bis im Display keine Anzeige mehr sichtbar ist.
- Nehmen Sie danach die Batterien aus dem Gerät wie im Abschnitt „Inbetriebnahme“ beschrieben.

Dear Customer!

You have chosen to purchase a high-quality ADE brand product, which combines intelligent functions with an exceptional design. This set of body analyser scales enables you to measure and get to know yourself and your body better.

The wealth of experience of the ADE brand ensures a high technical standard and proven quality.

We wish you much enjoyment while weighing yourself and discovering your values!

Your ADE Team

General information

About this operating manual



This operating manual describes how to operate and maintain your product safely. Keep this operating manual in a safe place for future reference. If you pass this product on to someone else, pass on this operating manual as well.

Failure to observe this operating manual may result in injuries or damage to your product.

Explanation of symbols



This symbol combined with the word DANGER warns of serious injuries.



This symbol combined with the word WARNING warns of moderate and mild injuries.



This symbol combined with the word NOTE warns of material damage.



This symbol indicates additional information and general notes.

Table of Contents

General information	16
Safety	18
Intended use	19
Overview	20
Scope of delivery	20
Start-up	21
This is how your body analyser scales work.....	21
Measuring your weight	22
Entering personal data	22
Body analysis.....	23
Body mass index (BMI).....	26
Cleaning	26
Fault/Remedy.....	27
Technical data	27
Declaration of Conformity.....	28
Warranty	28
Disposal.....	29

Safety

- This product may be used by children aged 8 and above, as well as by persons with reduced physical, sensory, or mental capacities or lacking experience and knowledge if they are supervised or have been instructed in the safe use of the product and understand the risks that may arise.
- Children must not play with the product.
- Cleaning and user maintenance must not be carried out by children, unless they are 8 years of age or older and are being supervised.
- Batteries, when swallowed, can be life-threatening. You should therefore keep the batteries and scale out of reach of small children. If a battery has been swallowed, medical assistance must be sought immediately.

DANGER for children

- Keep packaging material away from children. There is a risk of choking if swallowed. Also pay attention that children do not pull the packaging material over their heads.

RISK of fire/burning and/or explosion

- There is a risk of explosion if the battery is replaced improperly. Replace the battery using only the same or an equivalent type of battery. Pay attention to the "Technical data".
- Batteries must not be recharged, reactivated by other means, dismantled, thrown into fire, or short-circuited.
- Avoid contact with skin, eyes, and mucosa. If contact is made with the battery fluid, rinse the affected areas immediately with plenty of clean water and see a doctor straight away.

WARNING of risk of injury

- Do not step onto the outer edge of any one side of the scale. Risk of tipping!
- Do not step onto the scale with wet feet or when its surface is damp. Risk of slipping!
- The weighing surface is made of glass. If you fall down, there is a risk of the glass breaking and thus a risk of injury from glass splinters.

BEWARE of material damage

- Place the scale on a stable, even surface.
- Do not overload the scale. Pay attention to the “Technical data”. Place yourself on the scale exclusively for weighing purposes.
- Protect the scale from strong shocks and vibrations.
- Remove the batteries from the scale when they are depleted or when you are no longer using the scale. You will thus avoid damage that may result from leakage of battery acid.
- When inserting and changing batteries, pay attention to the correct polarity (+/-).
- Do not subject the batteries to any extreme conditions, by – for example – storing them on radiators or under direct sunlight. Increased risk of leakage!
- Clean the battery and device contacts, as needed, before inserting the battery.
- Do not make any modifications to the product. Only allow repairs to be carried out by a specialist workshop. Repairs carried out improperly can considerably endanger the user.
- There are feet on the underside of the scale. Since floor surfaces are made from various materials and are treated with diverse care products, it cannot be completely excluded that some of these substances contain ingredients that may adversely affect and soften the feet of the device. If necessary, place a non-slip pad under the scale.

Intended use

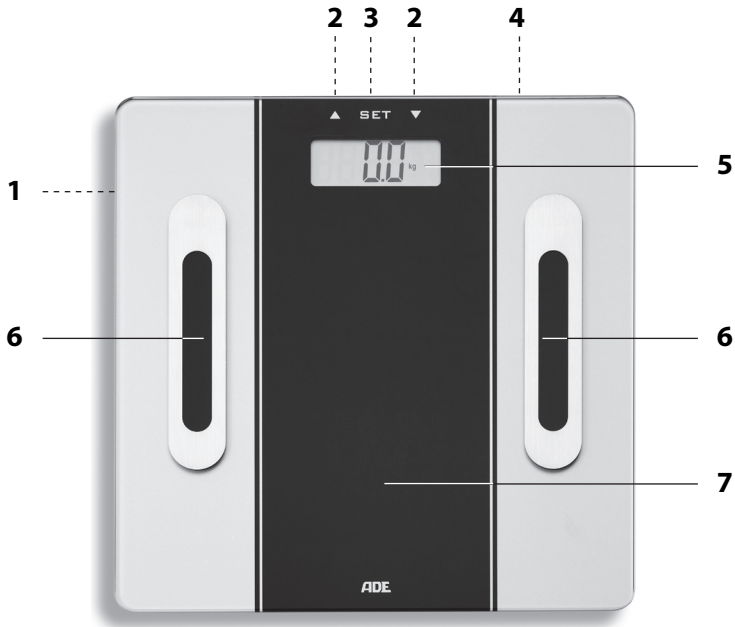
The bathroom scale is designed for the weighing of people in the home. It is not suitable for use in clinics, medical practices, etc. Likewise, the body analysis function is designed only for private use. The scales are not suitable for use in the professional sporting sphere. The maximum carrying capacity of 180 kg must not be exceeded.

Do not use these scales if you ...

- ... are pregnant,
- ... have a cardiac pacemaker,
- ... are a dialysis patient,
- ... suffer from oedema,
- ... have implants, e.g. artificial limbs, metal plates, etc.

If in doubt, consult your GP.

Overview



Buttons 2 and 3 are located on the top of the scale and slightly above the weighing surface.

- 1 Unit button (back): Changing the unit of measurement
- 2 ▲▼ buttons: Select memory cell, reduce data, increase data
- 3 **SET** button: Switch on the scale, call up setting mode, save inputs, call up saved measurement data
- 4 Battery compartment (reverse side)
- 5 Display
- 6 Sensor
- 7 Weighing surface

Scope of delivery

- Bathroom scale
- 2x AAA batteries, 1.5 V
- Operating Manual

Start-up

For use, you need 2 batteries of type AAA, 1.5 V (included). The battery compartment is located on the underside of the device.

1. Open the battery compartment by pushing the locking tab towards the scale and removing the battery compartment cover.
2. Insert the batteries as indicated at the bottom of the battery compartment. Pay attention to the correct polarity (+/-).
3. Replace the battery compartment cover.
The locking tab must snap audibly into place.



Suggestions for changing the battery:

- A change of batteries becomes necessary when "Lo" appears on the display, or when nothing at all is displayed.
- Only use the type of battery that is specified in the "Technical data".
- Always change all batteries at the same time.
- Dispose of old batteries in an environmentally appropriate way (see "Disposal").
- Calibrate the scale, see "Setting up the scale".

Choosing the unit of measurement

When the scales are delivered, the unit of measurement is set to "kg" as standard. However, the measurement result can also be displayed in the English units of measurement, "lb" (pound) or "St:lb" (stone:pound).

- Press repeatedly the Unit button on the back of the scale. Note the display.

Setting up the scale

- Place the scale on an even, firm and dry surface. Do not place the scale on a carpet

This is how your body analyser scales work

Your new body analyser scales work using so-called BIA-technology (Bioelectric Impedance Analysis). This involves an undetectable, completely harmless and weak current flowing through your body.

The measurement takes place via sensors that are mounted on the weighing surface.

- The current flows relatively unhindered through the fluid contained in muscle mass.
- In fat mass, the resistance is greater. This resistance is measured.

Together with your personal data (sex, weight, age, and height), the scales calculate the following information about your body composition:

- Weight
- Body fat proportion in %
- Body water in %
- Muscle mass in %
- Bone mass in %
- Daily basal metabolic rate in kcal (energy requirement)
- Body mass index (BMI)

The scales are equipped with 12 memory cells in total.

Measurement errors

Measurement or calculation errors may arise for the following groups of people during the body analysis:

People who

... spend 10 hours or more per week playing sport,

... are professional athletes, bodybuilders or endurance athletes,

... are over 85 years old,

... are less than 10 years old.

The “normal weighing function” (see next chapter) is not affected by these considerations.

Measuring your weight



For normal weighing – without body analysis – you do not have to input any data.

- Position yourself on the scale. Stand still and do not hold on to anything. Shortly thereafter the measured weight flashes on the display in the selected unit of measurement. A few seconds after you step off the weighing surface, the scale will switch off automatically.

Entering personal data



Proceed uninterruptedly when entering data. Otherwise, the scale will turn off after a short time to save energy. Then press SET to return to the input mode.

1. Press SET.
For example, “P00” flashes on the display.

2. Use the ▲ or ▼ button to select the desired memory cell, e.g. "P01".
3. Press SET.
♂ or ♀ flashes on the display.
4. Using the ▲ or the ▼ button, choose your sex: ♂ for male, or ♀ for female.
5. Press SET.
The preset value for that age blinks on the display.
6. Using the ▲ or the ▼ button, enter your age.
7. Press SET.
The preset value for body height flashes on the display.
8. Using the ▲ or the ▼ button, enter your height.
9. Finally, press SET. You have thus input the necessary data.
The display shows "0.0", the unit of measurement and the gender.
You can now:
 - Proceed as described above and enter the data of another person.
 - Stand on the scale and have your body analysis carried out.
 - Wait until the scale turns off automatically after a few seconds.



- If you hold down the ▲ or the ▼ button, the forward and backward flow of the displayed data will occur more quickly.
- Entered data can only be overwritten by making a new entry.

Body analysis



- Body analysis is only possible if your data has been entered (see previous chapter).
- See the chapter "Weighing Tips".

1. Press SET.
2. Use the ▲ or ▼ button to select the memory cell where you have saved your personal body data, e.g. "P01".
Shortly thereafter the display shows "0.0", the selected unit of measurement and the gender.
3. Position yourself barefoot on the scales. Stand still and do not hold on to anything.
 - In doing so, ensure each foot is placed on a sensor.
 - There must be no contact between your feet, your legs, your calves, or your thighs. Otherwise, the measurement will be imprecise.

Shortly afterwards, the measured weight is displayed flashing. Remain standing still. Your measured values will then be shown to you repeatedly on the display:

Indicator		Meaning
1.		Your body weight in the set unit of measurement
2.	FAT	Your body fat proportion in % with simultaneous evaluation display at the bottom of the display: Underfat = too little body fat Healthy = normal / healthy Overfat = too much body fat Obese = obese
3.	WATER	Your body water in %
4.	MUSCLE	Your muscle mass in %
5.	BONE	Your bone mass in %
6.	KCAL	Your basal metabolism in kcal
7.	BMI	Your body mass index

Weighing tips

- Weighing for the body analysis can only be carried out barefoot. In doing so, your feet should only be lightly moistened. Completely dry feet can lead to false results, since the electrical conductivity will then poor.
- During the measuring process, stand still and do not hold onto anything.
- Do not weigh yourself directly after unusual physical exertion.
- Do not weigh yourself immediately after standing up. Wait approximately fifteen minutes. In this time, the water is able to distribute through your body.
- Always attempt to weigh yourself at the same time, in order to obtain comparable values.

Notes on the ascertained values

The proportion of body fat gives the amount of fat as a percentage of the total weight of the body. A blanket recommendation for this value does not exist, since this depends significantly on sex (because of different physiques) and age.

Body fat is vital for day-to-day body function. It protects organs, cushions joints, regulates body temperature, stores vitamins, and serves the body as an energy store.

For women, a body fat proportion between 10% and 13% is essential; for men, between 2% and 5% with the exception of competitive sportsmen.

The proportion of body fat is not an unambiguous indicator of health. Excessive body weight and a too-high proportion of body fat are being linked with the appearance of many diseases of affluence such as diabetes, cardiovascular illnesses, etc.

Physical inactivity and poor diet are often triggers for these diseases. There is a clear causal connection between excess weight and physical inactivity.

A considerable part of the human body consists of water. This body water is variably distributed throughout the whole body. Lean muscle tissue contains about 75% water, blood around 83% water, body fat approx. 25% water and bones have a water proportion of about 22%.

- In men approx. 60% of body mass consists of water.
- In women, that value lies around 55% (determined by a higher proportion of body fat).

Approx. two thirds of this total body water are stored in the cells and therefore called intracellular water. The other third is extracellular water.

Age	<i>Women</i>		
	Fat %	Body water %	Display indication
< 30	4.0 – 20.5%	66.0 – 54.7%	Underfat
	20.6 – 25.0%	54.6 – 51.6%	Healthy
	25.1 – 30.5%	51.5 – 47.8%	Overfat
	30.6 – 80.0%	47.7 – 13.8%	Obese
> 30	4.0 – 25.0%	66.0 – 51.6%	Underfat
	25.1 – 30.0%	51.5 – 48.1%	Healthy
	30.1 – 35%	48.0 – 44.7%	Overfat
	35.1 – 80.0%	44.6 – 13.8%	Obese

Age	<i>Men</i>		
	Fat %	Body water %	Display indication
< 30	4.0 – 15.5%	66.0 – 58.1%	Underfat
	15.6 – 20.0%	58.0 – 55.0%	Healthy
	20.1 – 24.5%	54.9 – 51.9%	Overfat
	24.6 – 80.0%	51.8 – 13.8%	Obese
> 30	4.0 – 19.5%	66.0 – 55.4%	Underfat
	19.6 – 24.0%	55.3 – 52.3%	Healthy
	24.1 – 28.5%	52.2 – 49.2%	Overfat
	28.6 – 80.0%	49.1 – 13.8%	Obese

For muscle mass there are no universal standard values.

Body mass index (BMI)

The BMI indicates the ratio of height to weight and is only an approximate standard value. According to the World Health Organization (WHO), an index of 18.6 to 25 is optimal.

Since men typically have a higher percentage of muscle mass in the total body mass than women do, the age and gender play an important role in interpreting the BMI.

BMI (kg/m²)	Body weight
< 18.5	Underweight (Underfat)
18.6 - 25	Normal weight (Healthy)
25.1 - 30	Overweight (Overfat)
30.1 and above	Obesity (Obese)

Cleaning



NOTE on material damage

- Do not immerse the scale in water or other liquids.
- Never use harsh, scouring or abrasive cleaning agents or the like to clean the scale. Otherwise, the surface could be scratched.
- Wipe the scale as needed with a slightly damp soft cloth.
- Disinfect the weighing surface and the sensors from time to time using a suitable disinfecting agent (available at specialist retailers and pharmacies).

Fault/Remedy

Fault	Possible cause
No function	Are the batteries empty or inserted the wrong way around?
The scale appears to be displaying wrong weighing results	- Is the scale located on a firm, even surface? - Is a device that can cause electromagnetic disturbances located in the vicinity of the scale? - Remove the batteries from the scale and wait a moment. Reinsert the batteries. The data stored up to this point will be retained.
The display shows "oL".	The maximum capacity of the scale (180 kg) has been exceeded.
The display shows "C".	The measured weight is under 3 kg.
"Lo" is shown on the display	The battery is empty.
"Err" is shown on the display	- You are not standing on the scale correctly. Both feet must be touching the sensors.. It is also possible that the soles of your feet are too dry. - The fat proportion % is too low: Below 4% nothing can be displayed. - General error (e.g. if obviously incorrect personal data has been entered).

Technical data

Model:	BA 2003 body analysis scale "Tamina"
Battery:	2x AAA, 1.5 V 
Rated current:	3.7 - 3.9 mA
Measuring range:	max. 180 kg
Variance:	2% +/- 100g
Indicator division	
Weight:	100 g
Body water, muscle mass, bone mass and body fat:	0.1%
Memory cells:	12

Age input:	10 – 85 years
Height:	75 – 225 cm
Scale dimensions:	approx. 300 x 300 x 22 mm
Distributor: (no service address)	GRENDS GmbH Stahltwiete 23 22761 Hamburg, Germany

Our products are constantly being developed and improved. For this reason, design and technical modifications are possible at any time.

Declaration of Conformity

GRENDS GmbH hereby declares that the body analysis scale BA 2003 complies with EU directives 2014/30/EU and 2011/65/EU.

The full text of the EU declaration of conformity is available at the following Internet address: www.ade-germany.de/doc

This declaration will lose its validity if any modification is made to the scale without our consent.

Hamburg, March 2025
GRENDS GmbH



Warranty

Dear Customer,

GRENDS GmbH grants a warranty of two years from the date of purchase for this product. During this period, defects demonstrably caused by material or manufacturing faults will, at the discretion of GRENDS GmbH, be remedied free of charge either by repair or replacement of the product. In the event of a warranty claim, please return the item together with the proof of purchase (stating the reason for the complaint) to your retailer.

The warranty does not cover damage caused by improper use, external influences, normal wear and tear, or interventions by unauthorized persons.

Your statutory rights in the event of defects (statutory warranty rights) remain unaffected by this warranty and may be exercised by you free of charge independently thereof.

Disposal

Disposing of the packaging



Dispose of the packaging with similar materials. Dispose of cardboard with waste paper and of films with recyclable materials.

Disposing of the product

Dispose of the product in accordance with the regulations that apply in your country.



Devices must not be disposed of in normal household waste

At the end of its life, the product must be disposed of in an appropriate way. In this way, valuable materials contained in the device will be recycled and the burden on the environment avoided. Bring the old device to a collection point for electronic waste or to a recycling depot.

For more information, contact your local waste disposal firm or your local administrative body.



Standard and rechargeable batteries should not be disposed of along with household waste

All batteries and rechargeable batteries must be brought to a local or district collection point or to the retailer. Such batteries and rechargeable batteries can thus be disposed of in an environmentally friendly way.

¡Estimada/o clienta/e!

Se ha decidido por la compra de un producto de gran calidad de la marca ADE, que aúna unas funciones inteligentes con un diseño extraordinario.

Esta báscula de análisis corporal hace posible que conozca y mida mejor su cuerpo.

La larga experiencia de la marca ADE le asegura unos elevados estándares técnicos y es garantía de calidad.

¡Le deseamos que disfrute utilizando esta báscula y conociendo sus valores!

El equipo de ADE

Información general

Acerca de estas instrucciones



Este manual de instrucciones describe el manejo seguro y el cuidado del artículo. Conserve este manual de instrucciones por si necesita volver a consultarlo. Si le entrega el artículo a otra persona, acompáñelo también de estas instrucciones.

Si no se tienen en cuenta las recomendaciones de este manual de instrucciones, pueden producirse lesiones o daños en el artículo.

Explicación de símbolos



Este símbolo unido a la palabra PELIGRO advierte de heridas graves.



Este símbolo unido a la palabra ADVERTENCIA advierte de heridas de grado medio o leve.



Este símbolo unido a la palabra INDICACIÓN advierte de daños materiales.



Este símbolo significa información adicional e indicaciones generales.

Índice

Información general	30
Seguridad	32
Uso adecuado	33
De un vistazo.....	34
Material suministrado	34
Puesta en funcionamiento	35
Así funciona su nueva báscula de análisis corporal.....	35
Medición del peso.....	36
Introducción de la información personal.....	36
Análisis corporal	37
Índice de masa corporal (IMC)	40
Limpieza	40
Problema/Solución	41
Datos técnicos.....	41
Declaración de conformidad.....	42
Garantía.....	42
Eliminación	43

Seguridad

- Este artículo puede ser utilizado por niños mayores de 8 años y por personas con discapacidad física, sensorial o mental o con falta de experiencia o conocimientos, siempre que estén supervisados o se les instruya sobre el uso seguro del artículo y comprendan los riesgos que pueden producirse.
- Los niños no deben jugar con el artículo.
- La limpieza y el mantenimiento por parte del usuario no deben ser realizados por niños, salvo que sean mayores de 8 años y estén supervisados.
- Las pilas pueden suponer un peligro de muerte si se ingieren. Por tanto, mantenga la báscula y las pilas fuera del alcance de los niños. Si se ingiere una pila, debe acudir inmediatamente en busca de asistencia médica.

RIESGOS para los niños

- Mantenga a los niños alejados del material de embalaje. Existe riesgo de asfixia por ingestión. Tenga cuidado de que no introduzcan la cabeza en la bolsa del embalaje.

RIESGO de incendio/combustión y/o explosión

- Riesgo de explosión por la sustitución inadecuada de las pilas. Sustituya las pilas por otras iguales o por otras equivalentes. Tenga en cuenta los "Datos técnicos".
- Las pilas no deben cargarse, reactivarse con otros medios, desmontarse, arrojarse al fuego o cortocircuitarse.
- Evite el contacto con la piel, ojos y mucosas. En caso de contacto con el líquido de las pilas, enjuague el área afectada inmediatamente con abundante agua y busque atención médica rápidamente.

ADVERTENCIA por riesgo de lesiones

- No suba en el borde exterior en un solo lado de la báscula. ¡Riesgo de vuelco!
- No se suba a la báscula con los pies mojados ni cuando la superficie de la báscula esté húmeda. ¡Riesgo de resbalón!
- La superficie de la báscula es de cristal. En caso de caída, existe peligro de rotura del cristal y riesgo de cortes causados por los fragmentos de vidrio.

PRECAUCIÓN por daños materiales

- Coloque la báscula sobre una base estable y plana.
- No sobrecargue la báscula. Tenga en cuenta los "Datos técnicos". Colóquese sobre la báscula exclusivamente para pesarse.
- Proteja la báscula de golpes y sacudidas fuertes.
- Saque las pilas del artículo cuando estén gastadas o cuando no vaya a utilizar la báscula durante un periodo largo de tiempo. De este modo evitará los daños que pudieran producirse por una fuga del líquido de las pilas.
- Cuando coloque y cambie las pilas, preste atención a la polaridad correcta (+/-).
- No exponga las pilas a condiciones extremas, poniéndolas, por ejemplo, sobre radiadores o expuestas directamente al sol. ¡Riesgo elevado de fugas!
- Cuando sea necesario, limpie los contactos del aparato y de las pilas antes de colocarlas.
- No realice ninguna modificación en el artículo. Llévelo a reparar únicamente a un taller especializado. Las reparaciones realizadas de forma inadecuada pueden suponer un riesgo elevado para el usuario.
- En la parte inferior de la báscula se encuentran las patas. Dado que las superficies de apoyo están hechas de materiales diferentes y se tratan con diferentes productos de limpieza, no puede excluirse totalmente que alguna de estas sustancias contenga componentes que afecten o ablanden las patas de la báscula. En caso necesario, coloque una base antideslizante bajo la báscula.

Uso adecuado

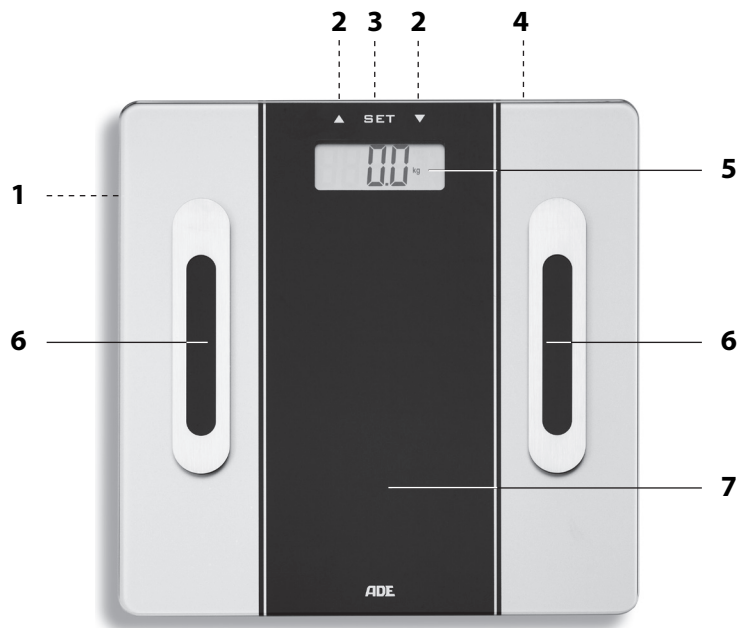
La báscula personal sirve para pesar personas en el ámbito privado. No es adecuada para su empleo en clínicas, consultas médicas, etc. La función de análisis corporal está concebida también únicamente para uso en el ámbito privado. La báscula no es apta para su uso en ámbitos profesionales del deporte. No debe sobrepasarse la capacidad máxima de peso de 180 kg.

No utilice esta báscula en caso de que...

- ... esté embarazada,
- ... lleve un marcapasos,
- ... esté sometido a diálisis,
- ... tenga un edema,
- ... lleve implantes como extremidades artificiales, placas de metal, etc.

En caso de duda, consulte con su médico.

De un vistazo



Los botones 2 y 3 se encuentran en la parte superior de la báscula y sobresalen ligeramente de la superficie de pesaje.

- 1 Botón Unit (parte posterior): Cambiar unidad de medida
- 2 Botones ▲▼: Seleccionar memoria, disminuir datos, aumentar datos
- 3 Botón **SET**: Encender la báscula, activar el modo de configuración, guardar los datos, recuperar los datos de medición guardados
- 4 Compartimento de la pila (parte posterior)
- 5 Pantalla
- 6 Sensor
- 7 Superficie de pesaje

Material suministrado

- Báscula personal
- 2 pilas AAA, 1,5 V
- Manual de instrucciones

Puesta en funcionamiento

Para su uso son necesarias 2 pilas del tipo AAA, 1,5 V (incluidas en el material suministrado). El compartimento de las pilas se encuentra en la parte posterior del aparato.

1. Abra el compartimento de las pilas empujando la pestaña de bloqueo hacia la báscula y retirando la tapa del compartimento de las pilas.
2. Coloque las pilas del modo que se indica en la base del compartimento de las pilas. Preste atención a la polaridad correcta (+/-).
3. Vuelva a colocar la tapa del compartimento de las pilas.
La pestaña de bloqueo debe encajar de forma audible.



Indicaciones para la sustitución de las pilas:

- Será necesario sustituir las pilas cuando en la pantalla aparezca "Lo" o no aparezca nada.
- Utilice únicamente el tipo de pilas especificado en los "Datos técnicos".
- Sustituya siempre todas las pilas.
- Elimine las pilas usadas siguiendo la normativa medioambiental, consulte "Eliminación".
- Para calibrar la báscula, consulte "Colocación de la báscula".

Seleccionar la unidad de medida

Originalmente, la unidad de medida está ajustada en "kg". No obstante, el resultado puede mostrarse también en unidades de medida del sistema anglosajón: "lb" (libras) o "St:lb" (stone:libra).

- Presione repetidamente el botón Unit en la parte posterior de la báscula. Observe la indicación de la pantalla.

Colocación de la báscula

- Coloque la báscula sobre una superficie plana, estable y seca. No coloque la báscula sobre una alfombra.

Así funciona su nueva báscula de análisis corporal

Su nueva báscula de análisis corporal funciona con la llamada tecnología BIA (análisis de impedancia bioeléctrica). Una corriente imperceptible, inofensiva y débil fluye por su cuerpo.

La medición se realiza mediante los sensores distribuidos sobre la superficie de pesaje.

- La corriente fluye relativamente bien a través de los líquidos que se encuentran en la masa muscular.
- En el caso de la masa de grasa, la resistencia es mayor. Lo que se mide es esa resistencia.

Además de su información personal (género, peso, edad y altura), la báscula calcula la siguiente información sobre su composición corporal:

- Peso
- Porcentaje de grasa corporal
- Porcentaje de agua corporal
- Masa muscular en %
- Masa ósea en %
- Metabolismo basal diario en Kcal (necesidades energéticas)
- Índice de masa corporal (IMC)

La báscula dispone de un total de 12 memorias de almacenamiento.

Errores de medida

Durante el análisis corporal pueden producirse errores de medida o de cálculo con los siguientes grupos de personas:

Personas que....

... practican deporte 10 más horas a la semana,

... son atletas profesionales, culturistas o practican deportes de resistencia,

... mayores de 85 años.

... menores de 10 años.

Para la "función de pesaje normal", véase la siguiente sección.

Medición del peso



Para pesarse normalmente - sin análisis corporal - no tiene que introducir ningún dato.

- Colóquese sobre la báscula. Permanezca sobre ella sin moverse y no se sujete a nada. Poco después, el peso medido parpadea en la unidad de medida seleccionada. La báscula se desconecta automáticamente pocos segundos después de que abandone la superficie de pesaje.

Introducción de la información personal



Introduzca la información con rapidez. De lo contrario, la báscula se apaga después de un breve tiempo para ahorrar energía. Luego presione SET para volver al modo de introducción.

1. Presione SET.

En la pantalla parpadea, por ejemplo, "P00".

2. Use los botones ▲ o ▼ para seleccionar la memoria deseada, por ejemplo, "P01".

3. Presione SET.

En la pantalla parpadea  o .

4. Seleccione con la tecla o su género: para hombre o para mujer.

5. Presione SET.

En la pantalla parpadea el valor preestablecido para la edad.

6. Introduzca su edad con la tecla o .

7. Presione SET.

En la pantalla parpadea el valor preestablecido para la altura.

8. Introduzca su altura con la tecla o .

9. Vuelva a presionar SET. De este modo, los datos necesarios quedan registrados.

La pantalla muestra "0.0", la unidad de medida y el género.

Ahora, puede:

- Proceder como se describe arriba e introducir la información de otra persona.
- Colocarse en la báscula y llevar a cabo el análisis corporal.
- Esperar hasta que la báscula se apague automáticamente al cabo de unos segundos.



- Si mantiene pulsada la tecla  o , el avance o retroceso de los datos mostrados se realiza con más rapidez.
- Los datos introducidos se pueden sobrescribir con una nueva entrada.

Análisis corporal



- Solo es posible realizar el análisis corporal si ha introducido sus datos, véase el capítulo anterior.
- Por favor, lea el capítulo "Consejos de pesaje".

1. Presione SET.

2. Use los botones o para seleccionar la memoria en la que ha guardado su información corporal personal, por ejemplo, "P01".

Poco después, la pantalla muestra "0.0", la unidad de medida seleccionada y el género.

3. Colóquese sobre la báscula con los pies descalzos. Permanezca sobre ella sin moverse y no se sujete a nada.

- Asegúrese de que cada pie está colocado sobre un sensor.
- No debe haber contacto entre los pies, las piernas, las pantorrillas y los muslos. De lo contrario, el cálculo no sería preciso.

Poco después se mostrará el peso medido parpadeando. No se mueva.

A continuación se le mostrarán en la pantalla los valores medidos repetidos varias veces:

Indicación		Significado
1.		Su peso corporal en la unidad de medida seleccionada
2.	FAT	Su porcentaje de grasa corporal en % con la valoración simultánea en la parte inferior de la pantalla: Underfat = muy poca grasa corporal Healthy = normal / sano Overfat = demasiada grasa corporal Obese = obeso
3.	WATER	Su porcentaje de agua corporal
4.	MUSCLE	Su porcentaje de masa muscular
5.	BONE	Su masa ósea en %
6.	KCAL	Su metabolismo basal en Kcal
7.	BMI	Su índice de masa corporal

Consejos para pesarse

- Utilizar la báscula para el análisis corporal solo puede hacerse descalzo. Al hacerlo, los pies deben estar solo un poco humedecidos. Los pies totalmente secos pueden producir resultados erróneos porque la conductividad eléctrica es menor.
- Manténgase quieto mientras se pesa y no se agarre a nada.
- No se pese inmediatamente después de un esfuerzo físico inusual.
- No se pese inmediatamente después de levantarse. Espere aproximadamente un cuarto de hora. Durante ese tiempo, el agua puede repartirse por el cuerpo.
- Intente pesarse siempre a la misma hora, para poder obtener unos valores comparables.

Información sobre los datos obtenidos

El porcentaje de grasa corporal proporciona el porcentaje de grasa del peso total del cuerpo. No existe una recomendación general para este valor, ya que esto depende significativamente del género (debido a los diferentes tipos de constitución) y de la edad.

La grasa corporal es vital para las funciones diarias del cuerpo. Protege los órganos, amortigua las articulaciones, regula la temperatura corporal, almacena vitaminas y actúa como un acumulador de energía para el cuerpo.

El porcentaje de grasa corporal vital para las mujeres se encuentra entre el 10 y el 13 %, y entre el 2 y el 5 % para los hombres, exceptuando a deportistas de competición.

El porcentaje de grasa corporal no es un claro indicador de salud. Un peso corporal excesivo y un porcentaje demasiado alto de grasa corporal se asocia con la aparición de muchas enfermedades relacionadas con el estilo de vida, tales como la diabetes, enfermedades cardiovasculares, etc.

La falta de ejercicio y la mala alimentación son, a menudo, las causantes de estas enfermedades. Existe una clara relación causal entre la obesidad y la falta de ejercicio.

Una parte esencial del cuerpo humano se compone de agua. Esta masa de agua se distribuye de manera desigual por todo el cuerpo. El tejido muscular magro contiene aproximadamente un 75 % de agua, la sangre contiene un 83 % de agua, la grasa corporal un 25 % de agua y los huesos tienen un contenido de agua de aproximadamente el 22 %.

- La masa corporal en los hombres se compone de aprox. un 60 % de agua.
- En las mujeres, este valor es aprox. del 55 % (debido a un mayor porcentaje de grasa corporal).

De la cantidad total de agua corporal, aproximadamente dos tercios se almacenan en las células, por lo que se le denomina agua intracelular. El tercio restante es agua extracelular.

Edad	Mujeres		
	% grasa	% agua corporal	Indicación en pantalla
< 30	4,0-20,5 %	66,0-54,7 %	Underfat
	20,6-25,0 %	54,6-51,6 %	Healthy
	25,1-30,5 %	51,5-47,8 %	Overfat
	30,6-80,0 %	47,7-13,8 %	Obese
> 30	4,0-25,0 %	66,0-51,6 %	Underfat
	25,1-30,0 %	51,5-48,1 %	Healthy
	30,1-35 %	48,0-44,7 %	Overfat
	35,1-80,0 %	44,6-13,8 %	Obese

Edad	Hombres		
	% grasa	% agua corporal	Indicación en pantalla
< 30	4,0-15,5 %	66,0-58,1 %	Underfat
	15,6-20,0 %	58,0-55,0 %	Healthy
	20,1-24,5 %	54,9-51,9 %	Overfat
	24,6-80,0 %	51,8-13,8 %	Obese
> 30	4,0-19,5 %	66,0-55,4 %	Underfat
	19,6-24,0 %	55,3-52,3 %	Healthy
	24,1-28,5 %	52,2-49,2 %	Overfat
	28,6-80,0 %	49,1-13,8 %	Obese

Para la masa muscular no existen valores de referencia.

Índice de masa corporal (IMC)

El IMC proporciona la relación entre la altura y el peso y es únicamente un valor orientativo aproximado. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el índice óptimo se sitúa entre 18,6 y 25.

Los hombre tienen normalmente una proporción mayor de masa muscular en el cuerpo que las mujeres; la edad y el sexo tienen un papel importante en la interpretación del IMC.

IMC (kg/m ²)	Peso
< 18,5	Poco peso (Underfat)
18,6 - 25	Peso normal (Healthy)
25,1 - 30	Sobrepeso (Overfat)
por encima de 30,1	Obesidad (Obese)

Limpieza



ADVERTENCIA de daños materiales

- No sumerja la báscula en agua ni en ningún otro líquido.
- No utilice nunca productos o medios de limpieza duros, ásperos o abrasivos para limpiar la báscula. Podría arañar la superficie.
- Cuando sea necesario, limpie la báscula con un paño suave ligeramente humedecido.
- Desinfecte la superficie de pesaje y los sensores de vez en cuando con un desinfectante adecuado (disponibles en droguerías y establecimientos especializados).

Problema/Solución

Problema	Causa posible
No funciona nada	¿Se han gastado las pilas o están mal colocadas?
La báscula muestra valores claramente erróneos	¿Está colocada la báscula sobre una base estable y plana? ¿Hay algún aparato cerca de la báscula que pueda producir interferencias electromagnéticas? - Saque las pilas de la báscula y espere un momento. Vuelva a colocar las pilas. Los datos almacenados se mantienen como hasta ahora.
En la pantalla se muestra "oL"	Se sobrepasó la capacidad máxima de la báscula de 180 kg.
En la pantalla se muestra "C"	El peso medido es inferior a 3 kg.
En la pantalla se muestra "Lo"	Se ha gastado las pila.
En la pantalla se muestra "Err"	- No está colocado correctamente sobre la báscula. Ambos pies deben tocar los sensores. También es posible que las plantas de los pies estén demasiado secas. - El porcentaje de grasa es demasiado bajo: no se muestra nada por debajo del 4 %. - Error general (por ejemplo, si se han ingresado datos personales obviamente incorrectos).

Datos técnicos

Modelo:	Báscula de análisis corporal BA 2003 "Tamina"
Pilas:	2 x AAA/1,5 V 
Intensidad de corriente:	3,7 - 3,9 mA
Rango de pesaje:	máx. 180 kg
Margen de error:	2% +/- 100g
Subdivisiones	
Peso:	100 g

Agua corporal, masa muscular, masa ósea y grasa corporal:	0,1 %
Memorias:	12
Introducción de la edad:	10-85 años
Altura:	75-225 cm
Dimensiones de la báscula:	aprox. 300 x 300 x 22 mm
Distribuidor: (no hay dirección de servicio técnico)	GREND S GmbH Stahltwiete 23 22761 Hamburgo, Alemania

Nuestros productos se están desarrollando y mejorando continuamente. Por este motivo, cabe la posibilidad de que en cualquier momento pudiera haber cambios en el diseño o modificaciones técnicas.

Declaración de conformidad

Por la presente, GREND S GmbH declara que la báscula de análisis corporal BA 2003 cumple con las directrices 2014/30/UE y 2011/65/UE.

El texto completo de la declaración de conformidad CE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.ade-germany.de/doc

Esta declaración perderá su validez si en la báscula se realizan modificaciones no autorizadas por el fabricante.

Hamburgo, marzo 2025
GREND S GmbH



Garantía

Estimado/a cliente:

GREND S GmbH concede para este producto una garantía de dos años a partir de la fecha de compra. Durante este período, los defectos demostrablemente atribuibles a fallos de material o de fabricación serán subsanados gratuitamente, a elección de GREND S GmbH, mediante la reparación o sustitución del producto. En caso de reclamación de garantía, devuelva el artículo junto con el comprobante de compra (indicando el motivo de la reclamación) a su distribuidor.

La garantía no cubre daños causados por un uso inadecuado, influencias externas, desgaste normal o intervenciones realizadas por personas no autorizadas.

Sus derechos legales en caso de defectos (derechos legales de garantía) no se ven afectados por esta garantía y pueden ejercerse gratuitamente de manera independiente.

Eliminación

Eliminación del embalaje



Elimine el embalaje separando los materiales. Lleve el papel y cartón al contenedor de cartón y las láminas al de plásticos.

Eliminación del artículo

Elimine el artículo conforme a la normativa correspondiente aplicable en su país.



Los aparatos no deben eliminarse con la basura doméstica normal

El artículo debe ser eliminado de forma adecuada al final de su vida útil. Para ello, se deben reciclar las piezas del aparato y así evitar un daño al medio ambiente. Deposite el aparato antiguo en un punto de recogida de restos electrónicos o desechos reciclables.

Para más información, diríjase a su empresa de recogida de residuos o administración local.



Las pilas y baterías no son residuos domésticos

Todas las pilas y baterías deben depositarse en los puntos de recogida del ayuntamiento, del distrito o en los comercios. De este modo, puede realizarse la eliminación de pilas y baterías de una forma respetuosa con el medio ambiente.

Chère cliente, cher client !

Nous sommes ravis que vous ayez choisi un appareil de haute qualité de la marque ADE, qui allie des fonctions intelligentes à un design exceptionnel.

Cette balance d'analyse corporelle vous permet de mieux vous connaître vous et votre corps.

Les années d'expérience de la marque ADE garantissent une haute technicité et une qualité éprouvée.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir à l'utilisation de votre nouvelle balance !

L'équipe ADE

Généralités

À propos de ce mode d'emploi



Ce mode d'emploi décrit l'utilisation conforme ainsi que les procédures d'entretien de l'article. Conservez ce manuel pour toute référence ultérieure. Si vous cédez l'article à une tierce personne, transmettez-lui également ce mode d'emploi.

Le non-respect de ce mode d'emploi peut entraîner des blessures ou endommager l'article.

Légende



Ce symbole, associé au mot DANGER, prévient de blessures graves.



Ce symbole, associé au mot ATTENTION, prévient de blessures moyennes et légères.



Ce symbole, associé au mot AVERTISSEMENT, prévient de dommages matériels.



Ce symbole désigne des informations supplémentaires ainsi que des indications d'ordre général.

Table des matières

Généralités	44
Sécurité	46
Utilisation conforme	47
Vue d'ensemble.....	48
Contenu de l'emballage	48
Mise en marche initiale.....	49
Principe de fonctionnement de votre nouvelle balance	50
Mesure du poids	50
Saisie des données personnelles	51
Analyse corporelle.....	51
Indice de masse corporelle (IMC)	54
Nettoyage	54
Problèmes/solutions.....	55
Caractéristiques techniques	55
Déclaration de conformité	56
Garantie.....	56
Mise au rebut	57

Sécurité

- Cet article peut être utilisé par des enfants dès l'âge de 8 ans ainsi que par des personnes aux capacités physiques, sensorielles ou mentales limitées ou de peu d'expérience et de connaissances si ceux-ci sont sous surveillance ou ont été instruits de l'utilisation conforme de l'article et comprennent les risques qui en découlent.
- Les enfants ne doivent pas jouer avec cet article.
- Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être réalisés par des enfants, à moins qu'ils aient 8 ans révolus et soient sous surveillance.
- Les piles peuvent être dangereuses pour la santé en cas d'ingestion. Il est ainsi impératif de conserver la balance ainsi que les piles hors de portée des jeunes enfants. En cas d'ingestion d'une pile, sollicitez immédiatement une aide médicale.

DANGER pour les enfants

- Ne pas laisser les enfants jouer avec les matériaux d'emballage. Il existe un risque d'étouffement en cas d'ingestion. Veillez également à ce que le sac d'emballage ne soit pas glissé sur la tête.

DANGER d'incendie/brûlure et/ou d'explosion

- Risque d'explosion en cas de remplacement non conforme de la pile. Ne remplacez la pile que par un type de pile identique ou équivalent. Respectez les indications des « Caractéristiques techniques ».
- Les piles ne doivent pas être chargées, réactivées avec d'autres moyens, démontées, jetées au feu ou court-circuitées.
- Évitez le contact avec la peau, les yeux et les muqueuses. En cas de contact avec le liquide des piles, rincez immédiatement et abondamment les parties du corps touchées à l'eau claire et consultez immédiatement un médecin.

ATTENTION Risque de blessure

- Ne montez pas unilatéralement sur le bord extérieur de la balance. Risque de basculement !
- Ne montez pas sur la balance avec les pieds mouillés ou si la surface est humide. Risque de chute !
- La surface de pesée est en verre. En cas de chute, il existe un risque de bris de glace et par là même, un risque de blessure par le biais des éclats de verre.

ATTENTION Risque de dommages matériels

- Posez la balance sur une surface stable et plane.
- Ne surchargez pas la balance. Respectez les indications des « Caractéristiques techniques ». Ne montez sur la balance que pour vous peser.
- Protégez la balance contre les coups et les chocs importants.
- Retirez les piles de l'article lorsque celles-ci sont usées ou lorsque vous n'utilisez pas la balance pendant une période prolongée. Vous éviterez ainsi les dommages qui pourraient résulter d'une fuite des piles.
- Lorsque vous insérez et remplacez les piles, veillez à respecter la polarité (+/-).
- Ne soumettez pas les piles à des conditions extrêmes en les conservant sur des radiateurs ou en les exposant au rayonnement direct du soleil. Risque accru de fuite pour les piles !
- Si nécessaire, nettoyez les bornes des piles et les contacteurs de l'appareil avant l'insertion.
- N'essayez pas de modifier l'article. Ne faites réaliser les réparations que par un atelier spécialisé. Toute réparation incorrecte peut entraîner de graves dangers pour l'utilisateur.
- La balance dispose de pieds sur le dessous. Les surfaces étant composées des matériaux les plus divers et étant nettoyées avec les produits les plus variés, il n'est pas entièrement exclu que certains de ces matériaux contiennent des éléments qui peuvent attaquer et ramollir les pieds de l'appareil. Le cas échéant, disposez un support antidérapant sous la balance.

Utilisation conforme

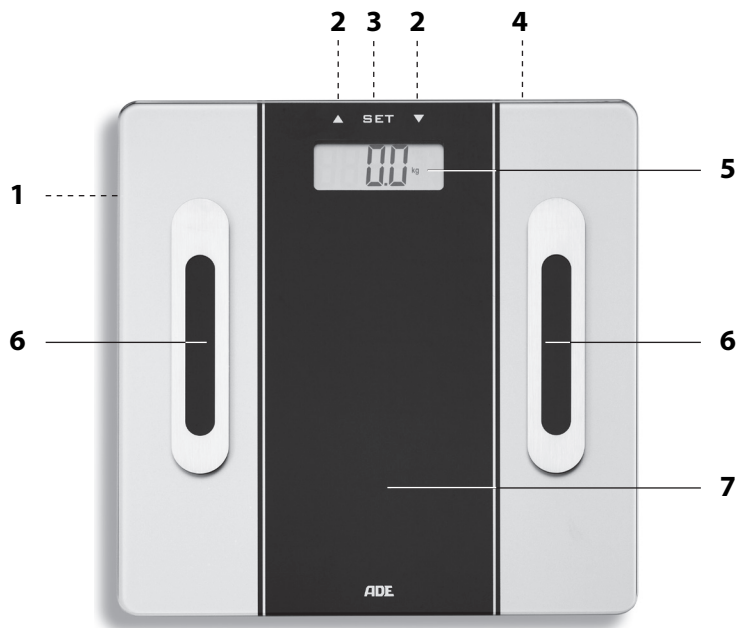
Cette balance est destinée à peser des personnes dans le cadre privé. Elle n'est pas adaptée à une utilisation dans des cliniques, des cabinets médicaux, etc. La fonction d'analyse corporelle est elle aussi réservée à un usage privé. La balance n'est pas destinée à un usage dans le domaine du sport professionnel. Sa capacité de charge maximale de 180 kg ne doit pas être excédée.

N'utilisez pas la balance si vous...

- ... êtes enceinte,
- ... portez un pacemaker,
- ... êtes un patient dialysé,
- ... souffrez d'œdème,
- ... portez des implants, par exemple un membre artificiel, une plaque de métal, etc.

En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant.

Vue d'ensemble



Les touches 2 et 3 se trouvent sur le haut de la balance et ressortent quelque peu de la surface de pesée.

- 1 Touche Unit (au dos) : pour changer l'unité de mesure
- 2 Touches ▲ ▼ : pour sélectionner la mémoire, réduire et augmenter les données affichées
- 3 Touche **SET** : pour mettre en marche, choisir le mode de réglage, enregistrer les données, consulter les données enregistrées
- 4 Compartiment à piles (arrière)
- 5 Écran
- 6 Capteur
- 7 Surface de pesée

Contenu de l'emballage

- Balance
- 2 piles AAA, 1,5 V 
- Mode d'emploi

Mise en marche initiale

L'appareil fonctionne avec 2 piles de type AAA de 1,5 V (fournies). Le compartiment à piles se trouve sur le dessous de l'appareil.

1. Ouvrez le compartiment à piles en repoussant la languette de fermeture vers la balance et en retirant le couvercle du compartiment.
2. Placez les piles comme indiqué sur le fond du compartiment à piles. Veillez à respecter la polarité (+/-).
3. Réinstallez le couvercle du compartiment à piles.
La languette de fermeture du couvercle doit produire un son audible.



Consignes de remplacement des piles :

- Les piles devront être changées lorsque l'écran affiche « Lo » ou ne s'allume plus.
- N'utilisez que le type de pile indiqué dans les « Caractéristiques techniques ».
- Remplacez toujours toutes les piles à la fois.
- Éliminez les piles usagées dans le respect de l'environnement, voir « Mise au rebut ».
- Ajustez la balance, voir « Installation de la balance ».

Sélection de l'unité de mesure

L'unité de mesure réglée par défaut sur la balance est le kilogramme « kg ». Mais il est également possible d'afficher le résultat de la mesure selon les unités anglo-saxonnes « lb » (pound) et « St:lb » (stone:pound).

- Appuyez plusieurs fois sur la touche Unit au dos de la balance. Observez l'affichage sur l'écran.

Installation de la balance

- Posez la balance sur une surface plane, dure et sèche. Ne posez pas la balance sur un tapis ou de la moquette.

Principe de fonctionnement de votre nouvelle balance

Votre nouvelle balance d'analyse corporelle repose sur la technologie BIA (Analyse de l'Impédance Bioélectrique). De l'électricité à faible intensité, imperceptible et totalement inoffensive, parcourt votre corps.

Les mesures s'effectuent au moyen des capteurs installés sur la surface de pesée.

- L'électricité circule de manière relativement libre à travers le liquide que renferme votre masse musculaire.
- En cas de présence de masse grasseuse, la résistance est plus forte. Cette résistance est mesurée.

En tenant compte de vos données personnelles (sexe, poids, âge et taille), la balance calcule les informations suivantes relatives à votre composition corporelle :

- Poids
- Taux de graisse corporelle en %
- Teneur en eau du corps en %
- Masse musculaire en %
- Masse osseuse en %
- Métabolisme basal en kcal (besoin énergétique)
- Indice de masse corporelle (IMC)

La balance dispose au total de 12 mémoires.

Erreurs de mesure

Lors de l'analyse corporelle, des erreurs de mesure ou de calcul peuvent se produire chez les groupes de personne suivants :

Les personnes qui...

... font 10 heures de sport ou plus par semaine,

... font de l'athlétisme au niveau professionnel, du culturisme ou des sports d'endurance,

... sont âgées de plus de 85 ans,

... sont âgées de moins de 10 ans.

Cela ne concerne pas la fonction de pesée « normale », voir le chapitre suivant.

Mesure du poids



Pour la pesée « normale » (sans analyse corporelle), il n'est pas nécessaire de saisir de données.

- Montez sur la balance. Restez immobile sans vous tenir à quoi que ce soit.

En quelques instants, le poids mesuré s'affiche, en clignotant, dans l'unité choisie. La balance s'éteint automatiquement, en quelques secondes, une fois que vous en êtes descendu.

Saisie des données personnelles



Procédez assez rapidement lors de la saisie des données, sinon la balance s'éteindra en cas d'inactivité, afin d'économiser l'énergie. Dans ce cas, vous devrez appuyer de nouveau sur SET pour revenir au mode d'entrée des données.

1. Appuyez sur SET.
Une indication, par exemple « P00 », clignote à l'écran.
2. À l'aide des touches ▲ et ▼, choisissez l'emplacement en mémoire souhaité, par exemple « P01 ».
3. Appuyez sur SET.
L'écran affiche les symboles clignotants ♂ et ♀.
4. Sélectionnez votre sexe avec la touche ▲ ou ▼ : ♂ pour homme ou ♀ pour femme.
5. Appuyez sur SET.
La valeur prééglée de l'âge clignote à l'écran.
6. Saisissez votre âge avec la touche ▲ ou ▼.
7. Appuyez sur SET.
La valeur prééglée de la taille clignote à l'écran.
8. Saisissez votre taille réelle avec la touche ▲ ou ▼.
9. Pour finir, appuyez sur SET. Vous aurez ainsi saisi les données nécessaires.
L'écran affiche « 0.0 », l'unité de mesure et l'indication du sexe.
Vous pouvez alors :
 - continuer de la manière précédemment décrite afin de saisir les données d'une autre personne,
 - monter sur la balance et procéder à votre analyse corporelle, ou
 - attendre quelques secondes que la balance s'éteigne automatiquement.



- Maintenez la touche ▲ ou ▼ enfoncée pour une avance ou un retour plus rapide des données affichées.
- Les données enregistrées peuvent être remplacées par de nouvelles.

Analyse corporelle



- L'analyse corporelle n'est possible que si vous avez saisi vos données, voir chapitre précédent.
- Veuillez consulter le chapitre « Conseils de pesée ».

1. Appuyez sur SET.

2. À l'aide des touches ▲ et ▼, sélectionnez l'emplacement en mémoire où sont conservées vos données personnelles, par ex. « P01 ».
En quelques secondes, l'écran affiche « 0.0 », l'unité de mesure choisie et l'indication du sexe.
3. Montez pieds nus sur la balance. Restez immobile sans vous tenir à quoi que ce soit.
 - Veillez à ce que chaque pied soit sur un capteur.
 - Il ne doit y avoir aucun contact entre les pieds, les jambes, les mollets et les cuisses, au risque de produire une mesure inexacte.

Peu de temps après, le poids mesuré s'affiche en clignotant. Restez immobile.

Les valeurs mesurées sont ensuite affichées de manière répétée à l'écran :

Indication		Signification
1.		Votre poids dans l'unité de mesure définie
2.	FAT	Votre taux de graisse corporelle en % accompagné, au bas de l'écran, d'une spécification parmi les suivantes : Underfat = manque de graisse corporelle Healthy = normal / sain Overfat = surcharge de graisse corporelle Obese = obèse
3.	WATER	La teneur en eau de votre corps en %
4.	MUSCLE	Votre masse musculaire en %
5.	BONE	Votre masse osseuse en %
6.	KCAL	Votre métabolisme basal en kcal
7.	BMI	Votre indice de masse corporelle

Conseils de pesée

- Pour l'analyse corporelle, la pesée ne peut s'effectuer que pieds nus. Pendant la pesée, les pieds doivent être légèrement humides. Des pieds parfaitement secs peuvent donner de mauvais résultats, car la conductivité électrique est alors mauvaise.
- Restez totalement immobile pendant la procédure de mesure et ne vous tenez à aucun objet.
- Ne vous pesez pas immédiatement après un effort physique inhabituel.
- Ne vous pesez pas immédiatement après le réveil. Attendez au moins un quart d'heure. Pendant ce temps, l'eau se répand dans le corps.
- Essayez d'effectuer la pesée toujours au même moment de la journée pour obtenir des valeurs comparables.

Indications concernant les valeurs calculées

Le taux de graisse corporelle indique le pourcentage de graisse par rapport au poids total du corps. Il n'y a pas de recommandation générale pour cette valeur, car la signification de celle-ci dépend du sexe (en raison de la constitution différente des corps) et de l'âge.

La graisse corporelle est vitale aux fonctions quotidiennes du corps. Elle protège les organes, renforce les articulations, régule la température du corps, stocke les vitamines et sert de réserve énergétique au corps.

Il est indispensable pour les femmes d'avoir un taux de graisse corporelle compris entre 10 % et 13 %, et entre 2 % et 5 % chez les hommes, à l'exception des sportifs de compétition.

Le taux de graisse corporelle n'est pas un indicateur manifeste de bonne santé. L'apparition de nombreuses maladies de civilisation comme le diabète, les maladies cardiovasculaires, etc. est attribuée à une prise de poids et à une augmentation du taux de graisse corporelle.

Le manque d'exercice physique et une mauvaise alimentation sont souvent tenus pour responsables de ces maladies. Il existe un lien de causalité évident entre surpoids et manque d'exercice physique.

Une grande partie du corps humain est composée d'eau. Cette eau est répartie différemment dans tout le corps. Le tissu musculaire contient à peu près 75 % d'eau, le sang environ 83 % d'eau, la graisse corporelle environ 25 % d'eau et les os ont une teneur en eau d'à peu près 22 %.

- Chez les hommes, la masse corporelle est constituée d'environ 60 % d'eau.
- Chez les femmes, cette valeur est d'à peu près 55 % (en raison d'un taux de graisse corporelle plus élevé).

Près des deux tiers de cette eau corporelle totale sont stockés dans les cellules et sont donc appelés eau intracellulaire. L'autre tiers est de l'eau extracellulaire.

Âge	<i>Femmes</i>		
	Graisse en %	Eau corporelle en %	Indication à l'écran
< 30	4,0-20,5 %	66,0-54,7 %	Underfat
	20,6-25,0 %	54,6-51,6 %	Healthy
	25,1-30,5 %	51,5-47,8 %	Overfat
	30,6-80,0 %	47,7-13,8 %	Obese
> 30	4,0-25,0 %	66,0-51,6 %	Underfat
	25,1-30,0 %	51,5-48,1 %	Healthy
	30,1-35 %	48,0-44,7 %	Overfat
	35,1-80,0 %	44,6-13,8 %	Obese

Âge	Hommes		
	Graisse en %	Eau corporelle en %	Indication à l'écran
< 30	4,0-15,5 %	66,0-58,1 %	Underfat
	15,6-20,0 %	58,0-55,0 %	Healthy
	20,1-24,5 %	54,9-51,9 %	Overfat
	24,6-80,0 %	51,8-13,8 %	Obese
> 30	4,0-19,5 %	66,0-55,4 %	Underfat
	19,6-24,0 %	55,3-52,3 %	Healthy
	24,1-28,5 %	52,2-49,2 %	Overfat
	28,6-80,0 %	49,1-13,8 %	Obese

Il n'existe pas de valeur de référence générale pour la masse musculaire.

Indice de masse corporelle (IMC)

L'IMC indique le rapport entre la taille et le poids et ne constitue qu'une valeur indicative et approximative. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), l'indice optimal se situe entre 18,6 et 25.

Les hommes disposant généralement d'une proportion de masse musculaire supérieure à celle des femmes dans l'ensemble de la masse corporelle, l'âge et le sexe jouent un rôle important lors de l'interprétation de l'IMC.

IMC (kg/m²)	Poids du corps
< 18,5	Insuffisance pondérale (Underfat)
18,6 - 25	Corpulence normale (Healthy)
25,1 - 30	Surpoids (Overfat)
30,1 et plus	Obésité (Obese)

Nettoyage



AVERTISSEMENT Risque de dommages matériels

- Ne plongez jamais la balance dans de l'eau ou tout autre liquide.
- N'utilisez en aucun cas de détergents corrosifs, abrasifs, agressifs ou autres pour nettoyer la balance. Cela pourrait rayer la surface.
- Si nécessaire, essuyez la balance avec un chiffon doux légèrement humide.
- Désinfectez de temps à autre la surface de pesée et les capteurs avec un produit désinfectant adapté (disponible dans les magasins spécialisés et les drogueries).

Problèmes/solutions

Dysfonctionnement	Cause possible
Le produit ne fonctionne pas	▪ Piles déchargées ou insérées à l'envers ?
La balance affiche clairement des résultats erronés	▪ La balance se trouve-t-elle sur une surface dure et plane ? ▪ Y a-t-il un appareil pouvant générer des perturbations électromagnétiques à proximité de la balance ? ▪ Retirez les piles de la balance et attendez un instant. Remettez les piles. Les données jusqu'ici enregistrées sont conservées.
L'écran affiche l'indication « oL »	▪ La capacité maximale de la balance de 180 kg a été dépassée.
L'écran affiche l'indication « C »	▪ Le poids mesuré est inférieur à 3 kg.
L'écran affiche l'indication « Lo »	▪ La pile est usée.
L'écran affiche l'indication « Err »	▪ Vous n'êtes pas correctement placé sur la balance. Les deux pieds doivent toucher les capteurs. Il est possible que la plante de vos pieds soit également trop sèche. ▪ Le pourcentage de graisse est trop faible : en dessous de 4 %, aucune indication ne peut être fournie. ▪ Erreur générale (par exemple, si des données personnelles manifestement incorrectes ont été entrées).

Caractéristiques techniques

Modèle :	Balance d'analyse corporelle BA 2003 « Tamina »
Piles :	2 piles AAA, 1,5 V 
Intensité nominale :	3,7 - 3,9 mA
Plage de mesure :	max. 180 kg
Erreur de mesure :	2 % +/- 100 g
Paliers	
Poids :	100 g

Masse corporelle, masse musculaire, masse osseuse et graisse corporelle :	0,1 %
Mémoires :	12
Indication de l'âge :	10-85 ans
Taille :	75-225 cm
Dimensions de la balance :	environ 300 x 300 x 22 mm
Distributeur : (n'effectue pas les réparations)	GREND'S GmbH Stahlwiete 23 22761 Hambourg, Allemagne

Nos produits font l'objet de développements et d'améliorations continus. Pour cette raison, des modifications de design et des modifications techniques peuvent survenir à tout moment.

Déclaration de conformité

La société GREND'S GmbH déclare par la présente que la balance d'analyse corporelle BA 2003 est conforme aux directives 2014/30/UE et 2011/65/UE.

Le texte intégral de la Déclaration de conformité européenne est disponible à l'adresse www.ade-germany.de/doc.

La déclaration perd sa validité dans le cas où le produit subirait une modification dont nous n'aurons pas convenu.

Hambourg, mars 2025
GREND'S GmbH



Garantie

Chère cliente, cher client,

GREND'S GmbH accorde une garantie de deux ans à compter de la date d'achat pour ce produit. Pendant cette période, les défauts résultant manifestement d'un vice de matériau ou de fabrication seront, au choix de GREND'S GmbH, réparés gratuitement ou le produit sera remplacé. En cas de recours à la garantie, veuillez retourner l'article à votre revendeur avec la preuve d'achat (en indiquant le motif de la réclamation).

La garantie ne couvre pas les dommages résultant d'une utilisation incorrecte, d'influences extérieures, de l'usure normale ou d'interventions effectuées par des personnes non autorisées.

Vos droits légaux en cas de défauts (droits de garantie légaux) restent naturellement inchangés par cette garantie et peuvent être exercés gratuitement indépendamment de celle-ci.

Mise au rebut

Élimination de l'emballage



Éliminez les emballages de façon conforme. Jetez le papier et le carton avec les papiers de récupération, les plastiques dans les collecteurs de matières recyclables.

Mise au rebut de l'article

Veuillez éliminer l'article selon les prescriptions en vigueur dans votre pays en matière de traitement des déchets.



Les appareils électriques ne doivent pas être éliminés avec les déchets ménagers classiques

À la fin de sa durée de vie, l'article doit être soumis à une élimination contrôlée. Ainsi, les matières utiles contenues dans l'appareil pourront être recyclées, avec un moindre impact sur l'environnement. Déposez l'appareil usagé dans un point de collecte pour les déchets électroniques ou dans un centre de recyclage.

Pour plus d'informations, adressez-vous à votre service de collecte local ou à votre municipalité.



Les piles et batteries ne doivent pas être éliminées avec les déchets ménagers

Toutes les piles et batteries doivent être déposées dans un point de collecte de votre localité ou rapportées à leur point d'achat. Les piles et batteries seront ainsi traitées dans le respect de l'environnement.



SÉPARER LES ÉLÉMENTS DE L'EMBALLAGE ET LES PLACER DANS LE BAC DE TRI.

Gentile cliente!

La ringraziamo per aver scelto un prodotto di alta qualità della ADE che unisce funzioni intelligenti e un design fuori dal comune.

Questa bilancia di analisi corporea consente di conoscere meglio e misurare da soli il proprio corpo.

La lunga esperienza della ADE garantisce standard tecnici elevati e qualità consolidata.

Le auguriamo buon divertimento nel pesare e scoprire i suoi valori!

Il Suo team ADE

Informazioni generali

Informazioni sulle presenti istruzioni per l'uso



Queste istruzioni per l'uso descrivono l'utilizzo sicuro e la cura del prodotto. Conservarle per eventuali consultazioni future. In caso di cessione del prodotto a terzi, consegnare anche le presenti istruzioni per l'uso.

La mancata osservanza delle istruzioni per l'uso può causare lesioni alle persone o danni al prodotto.

Descrizione dei simboli



Questo simbolo accompagnato dalla parola **PERICOLO** mette in guardia contro il rischio di gravi lesioni.



Questo simbolo accompagnato dalla parola **AVVERTENZA** indica il rischio di lesioni di lieve o media entità.



Questo simbolo accompagnato dalla parola **ATTENZIONE** indica il rischio di danni alle cose.



Questo simbolo indica ulteriori informazioni o indicazioni generali.

Indice dei contenuti

Informazioni generali	58
Sicurezza.....	60
Destinazione d'uso.....	61
Descrizione	62
Ambito della fornitura	62
Messa in funzione.....	63
Funzionamento della bilancia con analisi corporea.....	63
Misurazione del peso	64
Immissione dei dati personali	64
Analisi corporea	65
Indice di massa corporea (BMI).....	68
Pulizia.....	68
Risoluzione dei problemi	69
Dati tecnici	69
Dichiarazione di conformità	70
Garanzia	70
Smaltimento	71

Sicurezza

- Il dispositivo può essere utilizzato da bambini con un'età superiore a 8 anni e da persone che hanno capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte, oppure con mancanza di esperienza o di conoscenza, solo sotto la supervisione di una persona responsabile o se hanno ricevuto e compreso le istruzioni e i pericoli che potrebbero manifestarsi durante l'uso del dispositivo.
- I bambini non devono giocare con questo articolo.
- I bambini possono eseguire le operazioni di pulizia e manutenzione solo se di età superiore agli 8 anni e sotto la supervisione di una persona adulta.
- L'ingestione delle batterie può costituire un pericolo mortale. Pertanto, tenere la bilancia e le batterie lontano dalla portata dei bambini piccoli. In caso di ingestione di una batteria, consultare immediatamente un medico.

PERICOLO per i bambini

- Tenere lontano dalla portata dei bambini il materiale di imballaggio. In caso di ingestione sussiste il pericolo di soffocamento. Prestare attenzione affinché i bambini non infilino la testa nel sacchetto di plastica.

PERICOLO di incendio, ustioni e/o esplosione

- In caso di sostituzione non corretta delle batterie, potrebbe sussistere un pericolo di esplosione. Sostituire le batterie solo con altre uguali o di tipo equivalente. Osservare quanto indicato nei "Dati tecnici".
- Le batterie non devono essere ricaricate, riattivate con altri mezzi, smontate, buttate nel fuoco o messe in cortocircuito.
- Evitare il contatto con la pelle, gli occhi e le mucose. In caso di contatto con il liquido delle batterie, sciacquare subito la zona interessata con acqua abbondante e consultare immediatamente un medico.

AVVERTENZE di pericolo di lesioni

- Non salire su un lato né sul bordo della bilancia. Pericolo di ribaltamento!
- Non salire con i piedi bagnati sulla bilancia o se la superficie della pedana è bagnata. Pericolo di scivolamento!
- La pedana è in vetro. In caso di caduta, le schegge possono costituire un rischio di lesioni.

ATTENZIONE a danni materiali

- Porre la bilancia su una superficie piana e stabile.
- Non sovraccaricare la bilancia. Osservare quanto indicato nei "Dati tecnici". Salire sulla bilancia solo per pesarsi.
- Proteggere la bilancia da forti urti e vibrazioni.
- Estrarre le batterie dal dispositivo se sono scariche o se la bilancia non viene utilizzata per un lungo periodo. In tal modo si eviteranno danni causati da eventuali perdite di liquido dalle batterie.
- Durante l'inserimento e la sostituzione delle batterie, prestare attenzione alla corretta polarità (+/-).
- Non sottoporre le batterie a temperature estreme, ad esempio conservandole vicino a termosifoni o alla luce diretta del sole. Serio rischio di fuoriuscita di liquido!
- Se necessario, pulire i contatti del dispositivo e le batterie prima di inserirle.
- Non apportare nessuna modifica al dispositivo. Rivolgersi esclusivamente ad un tecnico specializzato per la riparazione del prodotto. Riparazioni non eseguite correttamente possono essere causa di seri pericoli per l'utente.
- La bilancia è dotata di piedini sul lato inferiore. Dal momento che le superfici dei pavimenti possono essere di materiali differenti e trattate con una vasta gamma di prodotti per la pulizia, non è possibile escludere completamente la possibilità che tali materiali o prodotti contengano componenti in grado di danneggiare o ammorbidire i piedini della bilancia. Se necessario, mettere un tappetino antiscivolo sotto la bilancia.

Destinazione d'uso

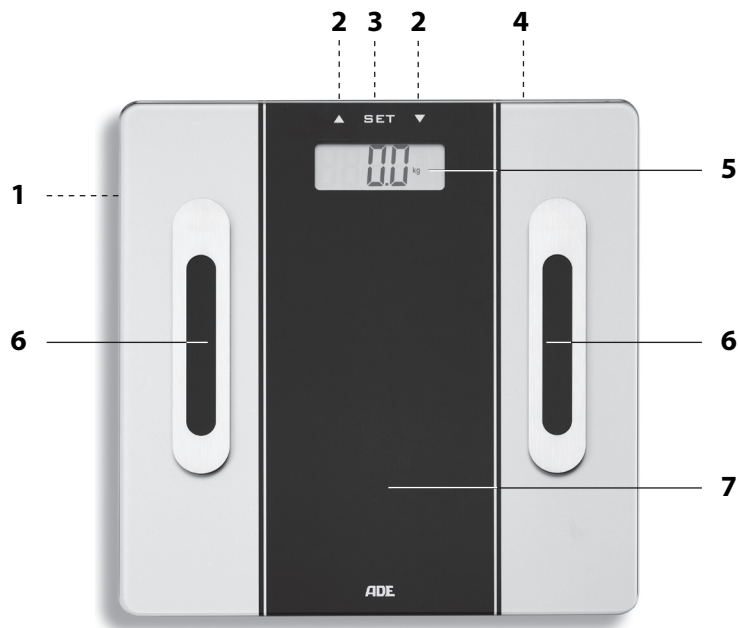
La presente bilancia è stata progettata per rilevare il peso delle persone ed è destinata all'uso domestico. Non è adatta all'uso in cliniche, ambulatori, ecc. Anche la funzione di analisi corporea è concepita solo per uso privato. La bilancia non è adatta per l'uso sportivo professionale. Non superare la portata massima di 180 kg.

Non utilizzare questa bilancia...

- ... in caso di gravidanza,
- ... se siete portatori di pacemaker,
- ... se siete pazienti dializzati,
- ... se soffrite di edema,
- ... se siete stati sottoposti a un trapianto, siete portatori di arti artificiali, placche metalliche, ecc.

Se avete dei dubbi, rivolgetevi al vostro medico di fiducia.

Descrizione



I tasti 2 e 3 sono situati sul lato superiore della bilancia e sporgono leggermente rispetto alla superficie di pesatura.

- 1 Pulsante Unit (lato posteriore): Modifica dell'unità di peso
- 2 Tasti ▲ ▼: selezione dello spazio di memoria, diminuzione dei dati, aumento dei dati
- 3 Pulsante **SET**: accensione della bilancia, richiamo della modalità impostazioni, memorizzazione dei dati, richiamo dei dati di misurazione memorizzati
- 4 Vano batteria (lato posteriore)
- 5 Display
- 6 Sensore
- 7 Piano di pesatura

Ambito della fornitura

- Bilancia pesapersone
- 2 batterie AAA, 1,5 V
- Istruzioni per l'uso

Messa in funzione

Per alimentare il dispositivo sono necessarie 2 batterie di tipo AAA da 1,5 V (in dotazione). Il vano batterie si trova sul lato inferiore del dispositivo.

1. Aprire il vano batterie premendo la linguetta di chiusura verso la bilancia e rimuovere il coperchio del vano batterie.
2. Inserire le batterie come indicato sul fondo del vano batterie. Fare attenzione alla corretta polarità (+/-).
3. Fissare nuovamente il coperchio del vano batterie.
Fino a quando la linguetta scatta in posizione.



Avvertenze sulla corretta sostituzione delle batterie:

- La sostituzione delle batterie è necessaria quando sul display appare "LO" oppure quando non è visibile nessuna indicazione.
- Utilizzare solo il tipo di batterie indicato nella scheda dei "Dati tecnici".
- Sostituire sempre tutte le batterie.
- Provvedere allo smaltimento corretto delle batterie, vedi "Smaltimento".
- Per tarare la bilancia, fare riferimento alla sezione "Posizionamento della bilancia".

Selezione dell'unità di misura

Al momento della consegna, l'unità di misura predefinita è "kg". Tuttavia, le misurazioni possono essere visualizzate anche nelle unità di misura inglesi „lb“ (pound) o „St:lb“ (stone:pound).

- Premere nuovamente il pulsante Unit sul lato posteriore della bilancia. Prestare attenzione alle indicazioni sul display.

Posizionamento della bilancia

- Porre la bilancia su una superficie piana, stabile e asciutta. Non metterla su un tappeto.

Funzionamento della bilancia con analisi corporea

La bilancia con funzione di analisi corporea utilizza l'analisi dell'impedenza bioelettrica (BIA). Una corrente debole, totalmente sicura e non tangibile fluisce attraverso il corpo. La misurazione avviene tramite sensori, che sono posti sulla superficie di pesatura.

- La corrente fluisce in modo relativamente libero attraverso il liquido che si trova nella massa muscolare.
- Con la massa grassa la resistenza è maggiore. Questa resistenza è misurata.

La bilancia utilizza i dati personali (sesso, peso, età e statura) per calcolare le seguenti informazioni sulla composizione corporea:

- Peso
- Grasso corporeo in %
- Massa d'acqua in %
- Massa muscolare in %
- Massa ossea in %
- Metabolismo basale giornaliero in Kcal (fabbisogno energetico)
- Indice di massa corporea (BMI)

La bilancia dispone complessivamente di 12 unità di memoria.

Errore di misurazione

Per i seguenti gruppi di persone possono esserci errori di misurazione o di calcolo nell'analisi del corpo:

Persone, che....

... fanno sport per 10 o più ore alla settimana,

... sono atleti professionisti, culturisti o atleti di resistenza,

... hanno più di 85 anni.

... hanno meno di 10 anni.

La "normale funzione di pesatura" (cfr. il prossimo capitolo) dei suddetti gruppi di persone non è pregiudicata.

Misurazione del peso



Per la pesatura normale, senza analisi corporea, non è necessario immettere dati.

- Salire sulla bilancia. Restare fermi e non sostenersi né appoggiarsi da nessuna parte.

Dopo qualche istante verrà visualizzato il peso misurato nell'unità di misura selezionata che lampeggia. La bilancia si spegnerà automaticamente alcuni secondi dopo essere scesi dalla pedana.

Immissione dei dati personali



Procedere rapidamente con l'immissione dei dati. Altrimenti la bilancia si spegnerà in breve tempo per risparmiare energia. Successivamente premere SET per passare nuovamente alla modalità di immissione.

1. Premere SET.

Sul display lampeggia ad es. "P00".

2. Tramite il pulsante ▲ o ▼ selezionare l'unità di memoria desiderata, ad es. "P01".
3. Premere SET.
Sul display lampeggia  o .
4. Selezionare il sesso con il pulsante ▲ o ▼:  per uomo o  per donna.
5. Premere SET.
Sul display lampeggerà l'età preimpostata.
6. Impostare la propria età con il pulsante ▲ o ▼.
7. Premere SET.
Sul display lampeggia il valore preimpostato per l'altezza del corpo.
8. Impostare la propria statura con il pulsante ▲ o ▼.
9. Infine, premere il pulsante SET. L'immissione dei dati richiesti è così completata.
Sul display viene visualizzato "0.0", l'unità di misura e il sesso.
A questo punto sarà possibile:
 - Procedere come descritto in precedenza e inserire i dati di un'altra persona.
 - Salire sulla bilancia e lasciare che venga eseguita la propria analisi corporea.
 - Attendere fino a quando la bilancia non si spegne dopo qualche secondo.



- Tenendo premuto il pulsante ▲ o ▼, è possibile scorrere più velocemente in avanti o indietro i dati visualizzati.
- I dati immessi possono essere sovrascritti.

Analisi corporea



- L'analisi corporea è possibile solo dopo avere immesso i relativi dati (cfr. capitolo precedente).
- Osservare quanto indicato nel capitolo "Consigli su come pesarsi".

1. Premere SET.
2. Tramite il pulsante ▲ o ▼ selezionare l'unità di memoria, nella quale sono stati memorizzati i propri dati corporei personali, ad es. "P01"
Dopo qualche istante sul display viene visualizzato "0.0", l'unità di misura selezionata e il sesso.
3. Salire sulla bilancia a piedi nudi. Restare fermi e non sostenersi né appoggiarsi da nessuna parte.
 - Accertarsi che i piedi si trovino sui sensori.
 - Non deve esserci nessun contatto tra piedi, gambe, polpacci e cosce. Altrimenti la misurazione non sarà accurata.

Dopo qualche istante il peso rilevato lampeggia sul display. Continuare a stare fermi. In seguito sul display verranno mostrati ripetutamente più volte i valori misurati:

Indicazione		Significato
1.		Il peso nell'unità di misura impostata
2.	FAT	La propria percentuale di grasso corporeo in % con visualizzazione contemporanea della valutazione nella parte inferiore del display: Underfat = grasso corporeo esiguo Healthy = normale / in salute Overfat = grasso corporeo in eccesso Obese = obeso
3.	WATER	Massa d'acqua in %
4.	MUSCLE	Massa muscolare in %
5.	BONE	Massa ossea in %
6.	KCAL	Metabolismo basale in kcal
7.	BMI	Indice di massa corporea

Suggerimenti per la pesatura

- Le pesature per l'analisi del corpo possono essere eseguite solo a piedi nudi. I piedi dovrebbero essere solo leggermente inumiditi. Piedi completamente asciutti possono condurre a risultati non corretti, poiché la conduttività elettrica è negativa.
- Durante il processo di misurazione restare fermi.
- Non pesarsi direttamente dopo l'esercizio fisico.
- Non pesarsi immediatamente dopo il risveglio. Attendere circa un quarto d'ora. Durante questo tempo, l'acqua può diffondersi nel corpo.
- Pesarsi possibilmente sempre alla stessa ora al fine di ottenere valori comparabili.

Informazioni sui valori misurati

La massa grassa è la parte grassa in percentuale del peso complessivo del corpo. Non esiste una raccomandazione precisa per questo valore, in quanto esso varia significativamente in base al sesso (a causa della diversa corporatura) e all'età.

Il grasso corporeo è fondamentale per le funzioni quotidiane del nostro corpo. Protegge gli organi, funge da cuscinetto per le articolazioni, regola la temperatura corporea, immagazzina vitamine ed è fonte di energia.

I valori vitali della massa grassa per le donne sono compresi tra 10% - 13%, per gli uomini tra 2% - 5%, ad eccezione degli atleti ad alte prestazioni.

La massa grassa non costituisce un chiaro indicatore dello stato di salute. Il peso eccessivo e l'elevata percentuale di grasso corporeo sono spesso associati all'insorgenza di molte "malattie del benessere", quali diabete, malattie cardiovascolari, ecc.

La mancanza di esercizio fisico e un'alimentazione sbagliata sono spesso all'origine di queste malattie. Esiste un chiaro nesso causale tra l'obesità e la mancanza di esercizio fisico.

Una parte essenziale del corpo umano è composta da acqua. L'acqua corporea è distribuita in modo diverso in tutto il corpo. Il tessuto muscolare magro contiene circa il 75% di acqua, il sangue circa l'83%, il grasso corporeo circa il 25% e le ossa circa il 22%.

- La massa corporea degli uomini è composta per circa il 60% da acqua.
- Nelle donne, invece, questo valore ammonta a circa il 55% (a causa della maggiore percentuale di grasso corporeo).

Circa due terzi della massa d'acqua corporea sono accumulati nelle cellule e pertanto si parla di acqua intracellulare. L'altro terzo è acqua extracellulare.

Età	<i>Donne</i>		
	Grasso %	Acqua corporea %	Indicazione sul display
< 30	4,0-20,5%	66,0-54,7%	Underfat
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	Healthy
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	Overfat
	30,6-80,0%	47,7-13,8%	Obese
> 30	4,0-25,0%	66,0-51,6%	Underfat
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	Healthy
	30,1-35%	48,0-44,7%	Overfat
	35,1-80,0%	44,6-13,8%	Obese

Età	<i>Uomini</i>		
	Grasso %	Acqua corporea %	Indicazione sul display
< 30	4,0-15,5%	66,0-58,1%	Underfat
	15,6-20,0%	58,0-55,0%	Healthy
	20,1-24,5%	54,9-51,9%	Overfat
	24,6-80,0%	51,8-13,8%	Obese
> 30	4,0-19,5%	66,0-55,4%	Underfat
	19,6-24,0%	55,3-52,3%	Healthy
	24,1-28,5%	52,2-49,2%	Overfat
	28,6-80,0%	49,1-13,8%	Obese

Per la massa muscolare non esistono linee guida generali.

Indice di massa corporea (BMI)

Il BMI indica il rapporto tra l'altezza e il peso ed è solamente a titolo indicativo. Secondo l'organizzazione mondiale della sanità (OMS) è ottimale un indice compreso tra 18,6 e 25.

Gli uomini solitamente hanno una percentuale di massa muscolare maggiore rispetto alla massa corporea totale delle donne, l'età e il peso giocano un ruolo importante nella lettura del BMI.

BMI (kg/m ²)	Peso corporeo
< 18,5	Sottopeso (Underfat)
18,6 - 25	Peso normale (Healthy)
25,1 - 30	Sovrappeso (Overfat)
30,1 e al di sopra	Obesità (Obese)

Pulizia



ATTENZIONE a eventuali danni al prodotto

- Non immergere la bilancia in acqua o altri liquidi.
- Non pulire la bilancia con prodotti aggressivi o abrasivi che potrebbero graffiarne la superficie.
- Se necessario, strofinare la bilancia con un panno morbido leggermente inumidito.
- Disinfettare ogni tanto la pedana e i sensori con un disinfettante appropriato (acquistabile nei negozi specializzati o in drogheria).

Risoluzione dei problemi

Problema	Possibile causa
La bilancia non funziona	Le batterie sono scariche o sono state installate in modo errato?
La bilancia indica valori chiaramente errati	- La bilancia si trova su una superficie stabile e piana? - Vicino alla bilancia è presente un dispositivo che può causare interferenze elettromagnetiche? - Estrarre le batterie dalla bilancia e attendere qualche istante. Inserire di nuovo le batterie. I dati archiviati non andranno persi.
Sul display viene mostrato "oL".	La capacità massima della bilancia di 180 kg è stata superata.
Sul display viene mostrato "C".	Il peso misurato è inferiore a 3 kg.
Sul display appare "Lo"	La batteria è scarica.
Sul display appare "Err"	- Non si è posizionati correttamente sulla bilancia. Entrambi i piedi devono toccare i sensori. Le piante dei piedi potrebbero non essere abbastanza asciutte. - La percentuale di grasso % è troppo bassa: Al di sotto del 4% non è possibile visualizzare alcun dato. - Errore generale (ad es. Se sono stati inseriti dati personali ovviamente errati).

Dati tecnici

Modello:	Bilancia con analisi corporea BA 2003 "Tamina"
Batterie:	2x AAA/1,5 V 
Corrente nominale:	3,7 - 3,9 mA
Portata:	Max. 180 kg
Tolleranza:	2% +/- 100g
Incrementi	
Peso:	100 g

Acqua corporea, massa muscolare, 0,1 %
massa ossea e grasso corporeo:

Spazi di memoria:	12
Età:	10-85 anni
Statura:	75-225 cm
Dimensioni della bilancia:	circa 300 x 300 x 22 mm
Distributore:	GRENDS GmbH
(nessun servizio di assistenza)	Stahlwiete 23 22761 Amburgo, Germania

I nostri prodotti sono costantemente sviluppati e perfezionati. Pertanto, modifiche tecniche e nel design sono possibili in qualsiasi momento.

Dichiarazione di conformità

Con la presente, GRENDS GmbH dichiara che la bilancia con analisi corporea BA 2003 è conforme alle direttive 2014/30/UE e 2011/65/UE.

Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: www.ade-germany.de/doc

La presente dichiarazione perde ogni sua validità qualora alla bilancia vengano apportate modifiche senza la nostra autorizzazione.

Amburgo, marzo 2025
GRENDS GmbH



Garanzia

Gentile cliente,

GRENDS GmbH concede per questo prodotto una garanzia di due anni dalla data di acquisto. Durante questo periodo, i difetti dimostrabilmente dovuti a vizi di materiale o di fabbricazione saranno eliminati gratuitamente, a discrezione di GRENDS GmbH, mediante riparazione o sostituzione del prodotto. In caso di richiesta di garanzia, si prega di restituire l'articolo al proprio rivenditore insieme alla prova d'acquisto (indicando il motivo del reclamo).

La garanzia non copre danni causati da uso improprio, agenti esterni, normale usura o interventi effettuati da persone non autorizzate.

I vostri diritti legali in caso di difetti (diritti di garanzia previsti dalla legge) restano naturalmente invariati da questa garanzia e possono essere esercitati gratuitamente indipendentemente dalla stessa.

Smaltimento

Smaltimento dell'imballaggio



Smaltire l'imballaggio nella raccolta differenziata. Conferire il cartone nella raccolta della carta e la pellicola in quella del materiale riciclabile.

Smaltimento del prodotto

Smaltire il prodotto secondo le norme vigenti nel proprio paese.



Il dispositivo non deve essere smaltito con i normali rifiuti domestici

Al termine della sua vita utile, l'apparecchio deve essere smaltito in modo appropriato. In tal modo si rende possibile il riutilizzo del materiale riciclabile contenuto nell'apparecchio limitando l'impatto sull'ambiente. Smaltire l'apparecchio usato presso un centro di raccolta per rifiuti elettrici o un centro di riciclaggio.

Per ulteriori informazioni rivolgersi alla ditta di smaltimento locale o alla propria amministrazione comunale.



Le batterie e gli accumulatori non devono essere smaltiti con i rifiuti domestici

Le batterie e gli accumulatori devono essere consegnati presso un centro di raccolta comunale o di quartiere, oppure presso il proprio rivenditore, al fine di garantire il loro smaltimento in modo rispettoso dell'ambiente.

Szanowny Kliencie!

Zakupiony wysokiej jakości produkt marki ADE łączy w sobie inteligentne funkcje z wyjątkową stylistyką.

Niniejsza waga z funkcją analizy składu ciała umożliwia samodzielne poznanie i pomiar własnego ciała.

Wieloletnie doświadczenie marki ADE gwarantuje wysoki standard techniczny oraz sprawdzoną jakość.

Życzymy Państwu wiele radości podczas ważenia i odkrywania wskazywanych wartości!

Zespół ADE

Informacje ogólne

O niniejszej instrukcji



Niniejsza instrukcja obsługi zawiera opis bezpiecznej obsługi i pielęgnacji artykułu. Instrukcję obsługi należy przechowywać w celu jej późniejszego wykorzystania. Jeżeli produkt będzie przekazywany innej osobie, należy przekazać również tę instrukcję.

Nieprzestrzeganie instrukcji obsługi może spowodować obrażenia ciała lub uszkodzenie produktu.

Objaśnienie znaków



Ten symbol w połączeniu ze słowem **NIEBEZPIECZEŃSTWO** ostrzega przed poważnymi obrażeniami ciała.



Ten symbol w połączeniu ze słowem **OSTRZEŻENIE** ostrzega przed obrażeniami ciała średniego i lekkiego stopnia.



Ten symbol w połączeniu ze słowem **WSKAZÓWK**A ostrzega przed stratami materialnymi.



Ten symbol oznacza dodatkowe informacje i ogólne wskazówki.

Spis treści

Informacje ogólne	72
Bezpieczeństwo	74
Użycie zgodne z przeznaczeniem	75
W skrócie	76
Zakres dostawy	76
Uruchomienie	77
Sposób działania nowej wagi do analizy ciała	77
Pomiar masy ciała	78
Wprowadzanie danych osobistych	78
Analiza ciała	79
Body-Mass-Index (BMI)	82
Czyszczenie	82
Usterka/środek zaradczy	83
Dane techniczne	83
Deklaracja zgodności	84
Gwarancja	84
Utylizacja	85

Bezpieczeństwo

- Ten produkt może być używany przez dzieci od 8. roku życia oraz przez osoby z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi, sensorycznymi lub umysłowymi bądź takie, którym brakuje doświadczenia i wiedzy, tylko wtedy, gdy są nadzorowane lub przeszły przeszkolenie z zakresu bezpiecznego użytkowania produktu i rozumieją wynikające z tego niebezpieczeństwa.
- Dzieci nie mogą bawić się produktem.
- Dzieci nie mogą czyścić ani serwisować urządzenia, chyba że mają co najmniej 8 lat i są nadzorowane.
- Połknięcie baterii stanowi zagrożenie dla życia. Wagę i baterie należy więc przechowywać w miejscu niedostępnym dla małych dzieci. W przypadku połknięcia baterii należy natychmiast zwrócić się o pomoc medyczną.

NIEBEZPIECZEŃSTWO dla dzieci

- Materiały opakowaniowe należy przechowywać z dala od dzieci. Połknięcie grozi uduszeniem. Zwracać uwagę na to, aby torby opakowaniowej nie nakładano na głowę.

NIEBEZPIECZEŃSTWO pożaru/obrażeń i/lub wybuchu

- Niebezpieczeństwo wybuchu w przypadku niewłaściwej wymiany baterii. Baterie należy wymieniać tylko na baterie tego samego typu lub o równorzędnych parametrach. Przestrzegać punktu „Dane techniczne”.
- Baterii nie wolno ładować, reaktywować w inny sposób, rozkładać na części, wrzucać w ogień lub powodować ich zwarcia.
- Unikać kontaktu ze skórą, oczami i śluzówką. W razie kontaktu z elektrolitem należy natychmiast przemyć zabrudzone miejsca dużą ilością czystej wody i niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.

OSTRZEŻENIE przed niebezpieczeństwem obrażeń ciała

- Nie stawać z jednej strony na zewnętrzną krawędź wagi. Niebezpieczeństwo przewrócenia!
- Nie stawać mokrymi stopami na wagę i nie wchodzić na nią, jeżeli powierzchnia jest mokra. Niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!
- Powierzchnie ważenia wykonane są ze szkła. W razie upadku istnieje niebezpieczeństwo rozbicia szkła, a powstałe odłamki szkła mogą prowadzić do obrażeń ciała.

OSTROŻNIE — straty materialne

- Ustawiać wagę na stabilnym, równym podłożu.
- Nie przeciążać wagi. Przestrzegać punktu „Dane techniczne”. Na wadze stawać tylko w celu ważenia.
- Chronić wagę przed silnymi uderzeniami i wstrząsami.
- Wyjąć baterię z artykułu po jej zużyciu lub kiedy waga już nie będzie używana. W ten sposób unika się uszkodzeń, jakie mogą powstać na skutek wycieku.
- Podczas wkładania i wymiany baterii należy zwrócić uwagę na prawidłową biegunowość (+/-).
- Nie narażać baterii na oddziaływanie skrajnych warunków poprzez np. układanie ich na grzejnikach lub bezpośrednio w miejscach nasłonecznionych. Podwyższone niebezpieczeństwo wycieku!
- W razie potrzeby przed włożeniem należy wyczyścić styki baterii i urządzenia.
- Nie modyfikować produktu. Naprawy zlecać tylko specjalistom. Nieprawidłowo wykonane naprawy mogą spowodować poważne zagrożenia dla użytkownika.
- Na spodzie wagi znajdują się nóżki. Ponieważ powierzchnie podłóg wykonane są z najróżniejszych materiałów i można je czyścić różnymi środkami pielęgnacyjnymi, nie da się całkowicie wykluczyć ryzyka, że niektóre z tych materiałów będą zawierać substancje, które niszczą i rozmiękczają nóżki. W razie potrzeby pod wagę należy położyć podkładkę antypoślizgową.

Użycie zgodne z przeznaczeniem

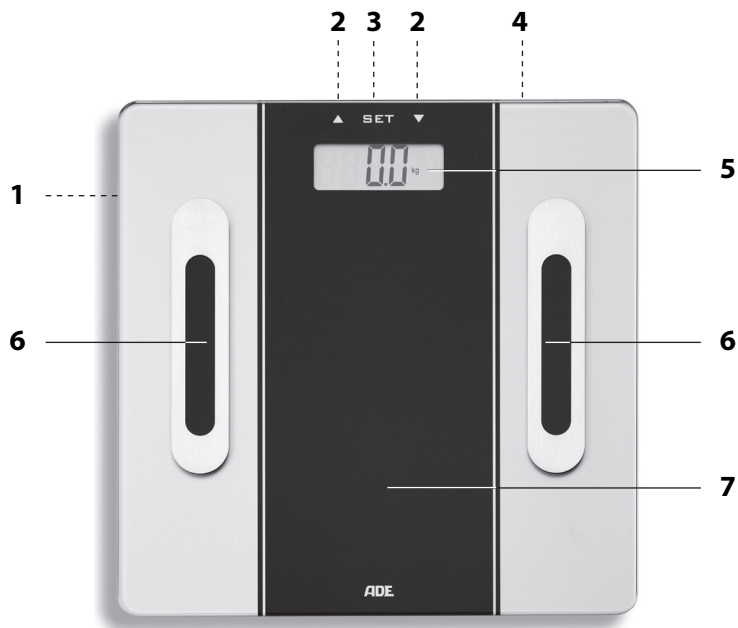
Waga osobowa służy do ważenia ludzi i przeznaczona jest do prywatnego użytku. Nie jest przeznaczona do stosowania w klinikach, praktykach lekarskich itd. Również funkcja analizy organizmu jest przeznaczona tylko do użytku prywatnego. Waga nie nadaje się do profesjonalnego zastosowania sportowego. Nie wolno przekraczać maksymalnego obciążenia 180 kg.

Z wagi nie mogą korzystać...

- ... kobiety w ciąży,
- ... osoby z wszczepionym rozrusznikiem serca,
- ... pacjenci dializowani,
- ... osoby cierpiące na obrzęki,
- ... osoby z wszczepionymi implantami, np. z protezami kończyn, płytkami metalowymi itp.

W razie wątpliwości skontaktować się z lekarzem rodzinnym.

W skrócie



Przyciski 2 i 3 znajdują się w górnej części wagi i delikatnie wystają z powierzchni ważenia.

- 1 Przycisk jednostki (z tyłu): Zmiana jednostki miary
- 2 Przyciski ▲▼: Wybór miejsca pamięci, zmniejszanie danych, zwiększanie danych
- 3 Przycisk **SET**: Włączanie wagi, otwieranie trybu ustawień, zapisywanie wpisów, otwieranie zapisanych danych pomiarowych
- 4 Komora baterii (tył)
- 5 Wyświetlacz
- 6 Czujnik
- 7 Powierzchnia ważenia

Zakres dostawy

- Waga osobowa
- Baterie 2x AAA, 1,5 V
- Instrukcja obsługi

Uruchomienie

Do użytkowania potrzebne są 2 baterie typu AAA, 1,5 V (znajdują się w zakresie dostawy). Komora baterii znajduje się na spodzie urządzenia.

1. Otworzyć komorę baterii, naciskając zatrzask blokujący w kierunku wagi i zdejmując pokrywę komory na baterie.
2. Włożyć baterie tak, jak pokazano na spodzie komory baterii. Zwrócić uwagę na prawidłową biegunowość (+/-).
3. Ponownie założyć pokrywę komory na baterie.
Zaczepek zamykający musi zatrzasknąć się w słyszalny sposób.



Informacje dotyczące wymiany baterii:

- Wymiana baterii jest konieczna, jeżeli na wyświetlaczu pojawi się komunikat „Lo” lub nie będzie się nic wyświetlać.
- Używać tylko typu baterii podanego w rozdziale „Dane techniczne”.
- Zawsze należy wymieniać wszystkie baterie.
- Utylizować stare baterie w sposób ekologiczny, patrz „Utylizacja”.
- Skalibrować wagę, patrz „Ustawienia wagi”.

Wybór jednostki miary

W momencie dostawy jednostka miary jest standardowo ustawiona na „kg”. Wynik pomiaru można jednak wyświetlić w angielskich jednostkach miary „lb” (funty) lub „St:lb” (kamień:funt).

- Nacisnąć kilkakrotnie przycisk jednostki na tylnej części wagi. Obserwować wskazania na wyświetlaczu.

Ustawianie wagi

- Ustawić wagę na równej, stabilnej i suchej powierzchni. Nie ustawiać wagi na dywanie.

Sposób działania nowej wagi do analizy ciała

Ta nowa waga do analizy ciała pracuje z wykorzystaniem tzw. technologii BIA (analiza impedancji bioelektrycznej). Polega ona na przepływie prądu przez organizm niewyczuwalnego, całkowicie niegroźnego i słabego prądu.

Pomiar odbywa się za pomocą czujników zamocowanych na powierzchni ważenia.

- Prąd przepływa względnie bez przeszkód przez płyn znajdujący się w masie mięśniowej.
- W przypadku masy tłuszczowej opór jest większy. Ten opór jest mierzony.

Na podstawie danych osobistych (płeć, masa ciała, wiek i wzrost) waga oblicza następujące informacje o składzie ciała:

- Masa
- Zawartość tkanki tłuszczowej w %
- Zawartość wody w %
- Masa mięśniowa w %
- Masa kostna w %
- Codzienna podstawowa przemiana materii w kcal (zapotrzebowanie energetyczne)
- Body-Mass-Index (BMI)

Waga posiada łącznie 12 miejsc zapisu w pamięci.

Błąd pomiarowy

Podczas analizy organizmu błędy pomiaru lub obliczeń mogą wystąpić u poniższych grup ludzi:

Osoby, które....

... uprawiają sport przez 10 godzin lub więcej w tygodniu,

... są atletami zawodowymi, kulturystami lub sportowcami wytrzymałościowymi,

... są starsze niż 85 lat.

... są młodsze niż 10 lat.

Nie dotyczy to „zwykłej funkcji ważenia”, patrz następny rozdział.

Pomiar masy ciała



W przypadku zwykłego ważenia – bez analizy organizmu – nie trzeba wprowadzać danych.

- Stać na wadze. Stać spokojnie i nie przytrzymywać się.

Wkrótce potem mierzona waga w wybranej jednostce miary zacznie migać na wyświetlaczu. Kilka sekund po zejściu z powierzchni wagi wyłączy się ona automatycznie.

Wprowadzanie danych osobistych



Należy szybko wprowadzić dane. W przeciwnym razie, w celu zaoszczędzenia energii, waga wyłączy się po krótkim czasie. Następnie nacisnąć SET, aby powrócić do trybu wprowadzania danych.

1. Nacisnąć SET.

Na wyświetlaczu miga przykładowo wartość „P00”.

2. Za pomocą przycisku ▲ lub ▼ wybrać żądane miejsce zapisu w pamięci, np. „P01”.
3. Nacisnąć SET.
Na wyświetlaczu miga ♀ lub ♂.
4. Wybrać płeć przyciskiem ▲ lub ▼: ♀ dla mężczyzny i ♂ dla kobiety.
5. Nacisnąć SET.
Na wyświetlaczu miga wcześniej ustawiony wiek.
6. Przyciskiem ▲ lub ▼ wprowadzić swój wiek.
7. Nacisnąć SET.
Na wyświetlaczu miga wstępnie ustawiona wartość wzrostu.
8. Przyciskiem ▲ lub ▼ wprowadzić swój wzrost.
9. Na zakończenie nacisnąć SET. W ten sposób wprowadzono niezbędne dane.
Na wyświetlaczu pojawia się „0.0”, jednostka miary i płeć.
Teraz można:
 - Kontynuować w sposób opisany powyżej i wprowadzić dane innej osoby.
 - Stać na wadze i rozpocząć analizę organizmu.
 - Odczekać, aż waga wyłączy się automatycznie po kilku sekundach.



- Po naciśnięciu i przytrzymaniu przycisku ▲ lub ▼ nastąpi szybsze przesuwanie wyświetlanych danych do przodu i do tyłu.
- Wprowadzane dane można nadpisać nowymi informacjami.

Analiza ciała



- Analiza ciała jest możliwa tylko po wprowadzeniu osobistych danych, patrz poprzedni rozdział.
- Przestrzegać wskazówek z rozdziału „Porady dotyczące ważenia”.

1. Nacisnąć SET.
2. Użyć przycisku ▲ lub ▼, aby wybrać miejsce zapisu w pamięci, w którym przechowywane są dane osobowe, na przykład „P01”.
Wkrótce potem na wyświetlaczu pojawia się „0.0”, wybrana jednostka miary i płeć.
3. Stać bez obuwia na wadze. Stać spokojnie i nie przytrzymywać się.
 - Pamiętać, aby każda stopa stała na jednym czujniku.
 - Stopy, nogi, łydki i uda nie mogą się ze sobą stykać. W przeciwnym razie pomiar nie będzie dokładny.

Wkrótce potem mierzona waga zacznie migać na wyświetlaczu. W dalszym ciągu stać spokojnie.

Następnie na wyświetlaczu pojawiają się wielokrotnie zmierzone wartości:

Wskazanie		Znaczenie
1.		Masa ciała w ustawionych jednostkach miary
2.	FAT	Zawartość tkanki tłuszczowej w % z równoczesnym wskaźnikiem oceny na dole wyświetlacza: Underfat = zbyt niska zawartość tkanki tłuszczowej Healthy = normalna/zdrowa Overfat = zbyt wysoka zawartość tkanki tłuszczowej Obese = otyłość
3.	WODA	Zawartość wody w %
4.	MASA MIĘŚNIOWA	Zawartość masy mięśniowej %
5.	MASA KOSTNA	Zawartość masy kostnej w %
6.	KCAL	Podstawowa przemiana materii w kcal
7.	BMI	Twój wskaźnik masy ciała (BMI)

Porady dotyczące ważenia

- Ważenie związane z analizą organizmu należy wykonywać na bosaka. Stopy powinny być tylko lekko mokre. Całkowicie suche stopy mogą powodować nieprawidłowe wyniki, ponieważ słaba jest przewodność elektryczna.
- Podczas pomiaru należy stać nieruchomo i niczego się nie trzymać.
- Nie należy ważyć się bezpośrednio po nietypowym wysiłku fizycznym.
- Nie ważyć się bezpośrednio po wstaniu. Odczekać około kwadransa. W tym czasie woda może zostać rozproszona w organizmie.
- Próbować wykonywać ważenie zawsze o tej samej porze, aby uzyskać porównywalne wartości.

Wskazówki dotyczące ustalonych parametrów

Zawartość tkanki tłuszczowej to procentowy udział tłuszczu w całkowitej masie ciała. Nie ma jednolitego zalecenia dla tej wartości, ponieważ w znacznym stopniu zależy ona od płci (ze względu na różną budowę) i wieku.

Tkanka tłuszczowa jest ważna dla życia i codziennych funkcji organizmu. Chroni organy, stawy, reguluje temperaturę ciała, gromadzi witaminy i służy jako akumulator energii.

Warunkiem niezbędnym do życia jest udział tkanki tłuszczowej w zakresie 10% do 13% u kobiet i 2% do 5% u mężczyzn – za wyjątkiem sportowców wyczynowych.

Zawartość tkanki tłuszczowej nie jest jednoznacznym wskaźnikiem zdrowia. Nadwaga i za duży udział tkanki tłuszczowej są powiązane z występowaniem wielu chorób cywilizacyjnych, np. cukrzycy, chorób serca i układu krążenia itp.

Brak ruchu oraz nieprawidłowe odżywianie są często przyczyną tych chorób. Istnieje wyraźny związek przyczynowo-skutkowy między nadwagą a brakiem aktywności fizycznej.

Znaczna część ludzkiego organizmu składa się z wody. Woda różnorodnie rozkłada się w całym ciele. Uboga tkanka mięśniowa zawiera około 75% wody, a jej udział w krwi wynosi ok. 83%, w tkance tłuszczowej ok. 25%, a w tkance kostnej około 22%.

- W przypadku mężczyzn udział wody wynosi ok. 60% masy ciała.
- U kobiet wartość ta wynosi około 55% (w zależności od wyższej zawartości tkanki tłuszczowej).

Z tej łącznej ilości wody około dwie trzecie jest magazynowane w komórkach i dlatego nosi ona nazwę wody wewnątrzkomórkowej. Jedna trzecia to płyny zewnątrzkomórkowe.

wiek	Kobiety		
	Zawartość tłuszczu %	Woda w organizmie %	Wskazania wyświetlacza
< 30	4,0–20,5%	66,0–54,7%	Niedowaga
	20,6–25,0%	54,6–51,6%	Prawidłowa waga
	25,1–30,5%	51,5–47,8%	Nadmiar
	30,6–80,0%	47,7–13,8%	Otyłość
> 30	4,0–25,0%	66,0–51,6%	Niedowaga
	25,1–30,0%	51,5–48,1%	Prawidłowa waga
	30,1–35%	48,0–44,7%	Nadmiar
	35,1–80,0%	44,6–13,8%	Otyłość

wiek	Mężczyźni		
	Zawartość tłuszczu %	Woda w organizmie %	Wskazania wyświetlacza
< 30	4,0–15,5%	66,0–58,1%	Niedowaga
	15,6–20,0%	58,0–55,0%	Prawidłowa waga
	20,1–24,5%	54,9–51,9%	Nadmiar
	24,6–80,0%	51,8–13,8%	Otyłość
> 30	4,0–19,5%	66,0–55,4%	Niedowaga
	19,6–24,0%	55,3–52,3%	Prawidłowa waga
	24,1–28,5%	52,2–49,2%	Nadmiar
	28,6–80,0%	49,1–13,8%	Otyłość

Nie ma ogólnych wartości orientacyjnych dla masy mięśniowej.

Body-Mass-Index (BMI)

Wskaźnik BMI podaje stosunek wysokości do wagi i stanowi jedynie przybliżoną wartość orientacyjną. Zgodnie z wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) optymalnym wskaźnikiem jest zakres od 18,6 do 25.

Ponieważ mężczyźni – w porównaniu z kobietami – mają z reguły większą zawartość masy mięśniowej w całkowitej masie ciała, w interpretacji wskaźnika BMI ważną rolę odgrywają wiek i płeć.

BMI (kg/m ²)	Masa ciała
< 18,5	Niedowaga (Underfat)
18,6–25	Prawidłowa waga (Healthy)
25,1–30	Nadwaga (Overfat)
30,1 i powyżej	Otyłość (Obese)

Czyszczenie



WSKAZÓWKA dotycząca strat materialnych

- Nie zanurzać wagi w wodzie ani w innych płynach.
- Do czyszczenia wagi nigdy nie używać twardych, zarysowujących lub trących środków czyszczących itp. Może dojść bowiem do zarysowań powierzchni.
- W razie potrzeby przetrzeć wagę lekko zwilżoną miękką ściereczką.
- Sporadycznie należy zdezynfekować powierzchnię ważenia i czujniki za pomocą odpowiedniego środka dezynfekującego (dostępne w handlu specjalistycznym i w drogeriach).

Usterka/środek zaradczy

Usterka	Możliwa przyczyna
Brak działania	Baterie wyczerpane lub włożone nieprawidłowo?
Waga wskazuje ewidentnie nieprawidłowe wyniki ważenia	- Czy waga jest ustawiona na stabilnym, równym podłożu? - Czy w pobliżu wagi znajduje się urządzenie, które może emitować zakłócenia elektromagnetyczne? - Wyjąć baterie z wagi i odczekać chwilę. Ponownie włożyć baterie. Zapisane dane pozostają zachowane.
Na wyświetlaczu pojawi się „oL”	Przekroczono maksymalne obciążenie wagi 180 kg.
Na wyświetlaczu pojawi się „C”	Ważony ciężar jest lżejszy niż 3 kg.
Na wyświetlaczu pojawi się „Lo”	Bateria jest pusta.
Na wyświetlaczu ukazuje się komunikat „Err”	- Nie stoisz prawidłowo na wadze. Obie stopy muszą dotykać czujników. Być może także podeszwy Twoich stóp są zbyt suche. - Zawartość tłuszczu w % jest zbyt niska: Nie może zostać wyświetlona wartość poniżej 4%. - Ogólny błąd (np. Jeśli wprowadzono oczywiste nieprawidłowe dane osobowe).

Dane techniczne

Model:	Waga z funkcją analizy składu ciała BA 2003 „Tamina”
Bateria:	2x AAA/1,5 V 
Prąd znamionowy:	3,7 - 3,9 mA
Zakres pomiarowy:	Maks. 180 kg
Odchyłka:	2% +/- 100g
Podziałka wyświetlania	
Waga:	100 g

Woda w ciele, masa mięśniowa, masa kostna i tkanka tłuszczowa:	0,1%
Miejsca zapisu w pamięci:	12
Wiek:	10–85 lat
Wzrost:	75–225 cm
Wymiary wagi:	ok. 300 x 300 x 22 mm
Dystrybutor: (nie adres serwisu)	GRENDS GmbH Stahltwiete 23 22761 Hamburg, Niemcy

Nasze produkty są stale rozwijane i usprawniane. Z tego powodu zawsze możliwe są zmiany w wyglądzie i zmiany techniczne.

Deklaracja zgodności

GRENDS GmbH oświadcza niniejszym, że waga z funkcją analizy składu ciała BA 2003 jest zgodna z dyrektywami 2014/30/UE i 2011/65/UE.

Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny na poniższej stronie internetowej:
www.ade-germany.de/doc

Deklaracja traci swą ważność, jeśli w wadze zostaną wykonane jakiegokolwiek zmiany, które nie zostały z nami omówione.

Hamburg, marzec 2025
GRENDS GmbH



Gwarancja

Szanowni Klienci,

Firma GRENDS GmbH udziela na ten produkt dwuletniej gwarancji od daty zakupu. W tym okresie wady wynikające w sposób udowodniony z błędów materiałowych lub produkcyjnych zostaną, według uznania firmy GRENDS GmbH, usunięte bezpłatnie poprzez naprawę lub wymianę produktu. W przypadku reklamacji gwarancyjnej prosimy o zwrot produktu do sprzedawcy wraz z dowodem zakupu (z podaniem przyczyny reklamacji).

Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych niewłaściwym użytkowaniem, czynnikami zewnętrznymi, normalnym zużyciem lub ingerencją osób nieupoważnionych.

Niniejsza gwarancja nie narusza ustawowych praw konsumenta z tytułu wad produktu (ustawowych praw gwarancyjnych), które mogą być dochodzone niezależnie i bezpłatnie.

Utylizacja

Utylizacja opakowania



Opakowanie należy utylizować zgodnie z jego rodzajem. Tektura i karton powinny trafić do pojemnika na papier, folia do pojemnika na surowce wtórne.

Utylizacja produktu

Produkt należy utylizować zgodnie z przepisami obowiązującymi w danym kraju.



Urządzeń nie wolno wyrzucać razem ze zwykłymi odpadami domowymi

Po zakończeniu okresu użytkowania produkt należy przekazać do odpowiedniej utylizacji. Surowce wtórne znajdujące się w urządzeniu zostaną przekazane do recyklingu, co zmniejszy zanieczyszczenie środowiska. Zużyte urządzenie należy oddać do punktu zbiórki odpadów elektrycznych lub do punktu zbiórki surowców wtórnych.

Więcej informacji można uzyskać od lokalnego zakładu utylizacji lub administracji gminy.



Baterii i akumulatorów nie wolno wyrzucać razem z odpadami domowymi

Wszystkie baterie i akumulatory należy oddawać do punktu zbiórki w gminie, dzielnicy lub sklepie. W ten sposób baterie i akumulatory mogą trafić do ekologicznej utylizacji.

Geachte klant!

U hebt gekozen voor de aanschaf van een kwalitatief hoogwaardig product van het merk ADE, dat intelligente functies met een buitengewoon ontwerp verenigt

Met deze weegschaal voor lichaamsanalyse kun je jezelf en je lichaam beter leren kennen en meten.

De jarenlange ervaring van het merk ADE verzekert een hoge technische standaard en bewezen kwaliteit.

Wij wensen u veel plezier en succes bij het wegen!

Uw ADE-team

Algemeen

Over deze gebruiksaanwijzing



Deze gebruiksaanwijzing beschrijft het artikel veilig kunt gebruiken en onderhouden. Bewaar deze gebruiksaanwijzing, om hem later te kunnen raadplegen. Als u het artikel aan iemand anders doorgeeft, voeg dan ook deze gebruiksaanwijzing bij. Het niet naleven van deze gebruiksaanwijzing kan leiden tot letsel of schade aan het artikel.

Verklaring van de tekens



Dit symbool in combinatie met het woord **GEVAAR** waarschuwt voor ernstig letsel.



Dit symbool in combinatie met het woord **WAARSCHUWING** waarschuwt voor matig en licht letsel.



Dit symbool in combinatie met het woord **AANWIJZING** waarschuwt voor materiële schade.



Dit symbool duidt extra informatie en algemene aanwijzingen aan.

Inhoud

Algemeen.....	86
Veiligheid.....	88
Gebruik volgens de voorschriften	89
Overzicht	90
Leveringsomvang.....	90
Inbedrijfstelling	91
Zo werkt uw nieuwe lichaamsanalyseweegschaal.....	91
Gewicht meten	92
Persoonlijke gegevens invoeren	92
Lichaamsanalyse uitvoeren	93
Body-Mass-Index (BMI).....	96
Reinigen	96
Storing/oplossingen	97
Technische gegevens	97
Verklaring van overeenstemming	98
Garantie.....	98
Afvoer	99

Veiligheid

- Dit artikel kan worden gebruikt door kinderen vanaf 8 jaar en door personen met verminderde fysieke, sensorische of mentale capaciteiten, of met gebrek aan ervaring en kennis, mits ze worden begeleid of geïnstrueerd over het veilige gebruik van het artikel en de daarmee gepaard gaande gevaren begrijpen.
- Kinderen mogen niet met het artikel spelen.
- Schoonmaak en gebruikersonderhoud mogen niet door kinderen worden uitgevoerd, tenzij ze 8 jaar of ouder zijn en worden begeleid.
- Batterijen kunnen bij inslikken levensgevaarlijk zijn. Houd de weegschaal en batterijen daarom buiten het bereik van jonge kinderen. Als een batterij wordt ingeslikt, moet onmiddellijk medische hulp worden ingeroepen.

GEVAAR voor kinderen

- Houd kinderen uit de buurt van verpakkingsmateriaal. Bij inslikken bestaat verstikkingsgevaar. Zorg er ook voor dat de plastic zak niet over het hoofd wordt getrokken.

GEVAAR voor brand/brandwonden en/of explosie

- Explosiegevaar bij onjuiste vervangen van de batterij. Vervang de batterij uitsluitend door hetzelfde of een gelijkwaardig type batterij. Schenk aandacht aan de "Technische gegevens".
- Batterijen mogen niet worden opgeladen, met andere middelen worden geactiveerd, uit elkaar worden gehaald, in het vuur worden gegooid of kortgesloten.
- Vermijd contact met de huid, ogen en slijmvlies. Spoel bij contact met batterijzuur de getroffen plaatsen onmiddellijk overvloedig af met schoon water en raadpleeg onmiddellijk een arts.

WAARSCHUWING voor gevaar op letsel

- Stap niet eenzijdig op de uiterste rand van de weegschaal. Kantelgevaar!
- Stap niet met natte voeten op de weegschaal en betreed de weegschaal niet als het oppervlak vochtig is. Uitglijgevaar!
- Het weegoppervlak is van glas. Bij vallen bestaat het gevaar van glasbreuk en daardoor gevaar op letsel door glassplinters.

WACHT U voor materiële schade

- Plaats de weegschaal op een stabiele, vlakke ondergrond.
- Overbelast de weegschaal niet. Raadpleeg de „Technische gegevens“. Ga uitsluitend op de weegschaal staan om te wegen.
- Bescherm de weegschaal tegen sterke schokken en trillingen.
- Verwijder de batterijen uit het apparaat wanneer deze leeg zijn of wanneer u de weegschaal langere tijd niet gebruikt. Dit voorkomt schade door lekkage.
- Let bij het plaatsen en vervangen van de batterijen op de juiste polariteit (+/-).
- Stel de batterijen niet bloot aan extreme omstandigheden, bijvoorbeeld door ze op radiatoren te leggen of in direct zonlicht te bewaren. Verhoogd risico op lekkage!
- Reinig indien nodig de batterij- en apparaatcontacten voordat u de batterijen plaatst.
- Breng geen wijzigingen aan het apparaat aan. Laat reparaties uitsluitend uitvoeren door een vakwerkplaats. Onvakkundige reparaties kunnen ernstige gevaren voor de gebruiker veroorzaken.
- Aan de onderkant van de weegschaal bevinden zich apparaatvoeten. Omdat vloerooppervlakken uit verschillende materialen bestaan en met diverse onderhoudsmiddelen behandeld kunnen worden, kan niet volledig worden uitgesloten dat bepaalde stoffen de apparaatvoeten aantasten en verweken. Plaats indien nodig een antislip onderlegger onder de weegschaal.

Gebruik volgens de voorschriften

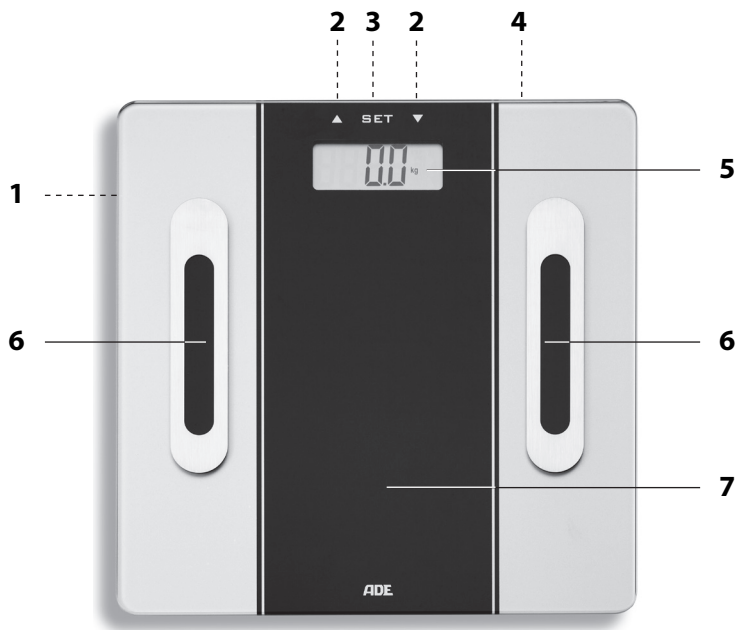
De personenweegschaal is bedoeld voor het wegen van personen in een privéomgeving. Het gebruik in klinieken, dokterspraktijken etc. is niet geschikt. Ook de lichaamsanalysefunctie is uitsluitend voor particulier gebruik ontworpen. De weegschaal is niet geschikt voor gebruik in een professionele sportomgeving. Het maximale draagvermogen van 180 kg mag niet worden overschreden.

Gebruik deze weegschaal niet als u ...

- ... zwanger bent,
- ... een pacemaker draagt,
- ... dialysepatiënt bent,
- ... last heeft van oedeem,
- ... implantaten heeft, zoals kunstledematen, metalen platen etc.

Raadpleeg bij twijfel uw huisarts.

Overzicht



De toetsen 2 en 3 bevinden zich op de bovenzijde van de weegschaal en worden enigszins door het weegoppervlak overhangen.

- 1 Unit-toets (achterkant): maateenheid wisselen
- 2 Toetsen ▲▼: geheugenplaats selecteren, gegevens verlagen, gegevens verhogen
- 3 Toets **SET**: weegschaal inschakelen, instelmodus openen, invoer opslaan, opgeslagen meetgegevens oproepen
- 4 Batterijvak (achterzijde)
- 5 Display
- 6 Sensor
- 7 Weegoppervlak

Leveringsomvang

- Lichaamsanalyseschaal
- Batterijen Type 2x AAA, 1,5 V
- Gebruiksaanwijzing

Inbedrijfstelling

Voor gebruik heeft u 2 batterijen van het type AAA, 1,5 V nodig (meegeleverd). Het batterijvak bevindt zich aan de onderkant van het apparaat.

1. Open het batterijvak door de vergrendellip in de richting van de pijl te drukken en het batterijvakdeksel te verwijderen.
2. Plaats de batterijen zoals aangegeven op de bodem van het batterijvak. Let op de juiste polariteit (+/-).
3. Plaats het batterijvakdeksel terug. De vergrendellip moet hoorbaar vastklikken.



Opmerkingen over het vervangen van batterijen:

- Een batterijwissel is nodig als in het display „Lo“ verschijnt of helemaal niets meer wordt weergegeven.
- Gebruik alleen het batterijtype dat in de „Technische gegevens“ is vermeld.
- Vervang altijd alle batterijen tegelijk.

Maateenheid kiezen

Bij levering is de standaard maateenheid ingesteld op „kg“. Het meetresultaat kan echter ook worden weergegeven in de Engelse maateenheden „lb“ (pound) of „st: lb“ (stone pound).

1. Stap kort met enige kracht op het weegoppervlak of druk erop. Op het display wordt „0.0“ en de ingestelde maateenheid weergegeven, bijvoorbeeld „kg“.
2. Druk herhaaldelijk op de Unit-toets aan de achterkant van de weegschaal. Let op de weergave op het display.

Weegschaal opstellen

- Plaats de weegschaal op een vlakke, stevige en droge ondergrond. Plaats de weegschaal niet op een tapijt.

Zo werkt uw nieuwe lichaamsanalyseweegschaal

Uw nieuwe lichaamsanalyseweegschaal werkt met de zogenaamde BIA-techniek (Bio-elektrische Impedantie Analyse). Hierbij stroomt een niet-waarneembare, volledig onschadelijke en zwakke elektrische stroom door uw lichaam.

De meting gebeurt via de sensoren die in het weegoppervlak zijn verwerkt

- De stroom gaat relatief ongehinderd door de vloeistof die zich in de spiermassa bevindt.
- Bij vetmassa is de weerstand groter. Deze weerstand wordt gemeten.

Samen met uw persoonlijke gegevens (geslacht, gewicht, leeftijd en lichaamslengte) berekent de weegschaal de volgende informatie over uw lichaamscompositie:

- Gewicht
- Lichaamsvetpercentage in %
- Lichaamswater in %
- Spiermassa in %
- Botmassa in %
- Dagelijks basaal metabolisme in Kcal (energiebehoefte)
- Body Mass Index (BMI)

De weegschaal beschikt over in totaal 12 geheugenplaatsen.

Meetfouten

Bij de volgende groepen personen kunnen er meet- of berekeningsfouten optreden bij de lichaamsanalyse:

Personen die...

- ... 10 uur of meer per week sporten,
- ... beroepsatleten, bodybuilders of duursporters zijn,
- ... ouder zijn dan 85 jaar,
- ... jonger zijn dan 10 jaar.

De „normale” weegfunctie, zie volgend hoofdstuk, wordt hierdoor niet beïnvloed.

Gewicht meten



Voor normaal wegen – zonder lichaamsanalyse – hoeft u geen gegevens in te voeren.

- Ga op de weegschaal staan. Blijf rustig staan en houd u nergens aan vast. Binnen enkele seconden wordt het gemeten gewicht weergegeven. Enkele seconden nadat u de weegschaal verlaat, schakelt deze automatisch uit.

Persoonlijke gegevens invoeren



Voer de invoer snel uit. Anders schakelt de weegschaal zichzelf na korte tijd uit om energie te besparen. Druk dan op SET om terug te keren naar de invoermodus.

1. Druk op SET.
Op het display knippert bijvoorbeeld „P00”.
2. Selecteer met de toets ▲ of ▼ de gewenste geheugenplaats, bijvoorbeeld „P01”.
3. Druk op SET.
Op het display knippert ♂ of ♀.

4. Selecteer met de toets of uw geslacht:  voor man of voor  vrouw.
5. Druk op SET.
Op het display knippert de vooraf ingestelde waarde voor de leeftijd.
6. Voer met de toets  of  uw leeftijd in.
7. Druk op SET.
Op het display knippert de vooraf ingestelde waarde voor de lichaamslengte.
8. Voer met de toets  of  uw lichaamslengte in.
9. Druk tenslotte op SET. Hiermee heeft u de benodigde gegevens ingevoerd.
Op het display wordt „0.0“, de maateenheid en het geslacht weergegeven.
U kunt nu:
 - Doorgaan zoals hierboven beschreven en de gegevens van een andere persoon invoeren.
 - Op de weegschaal gaan staan en uw lichaamsanalyse laten uitvoeren.
 - Wachten tot de weegschaal zich na enkele seconden automatisch uitschakelt.



- Als u de toets  of  ingedrukt houdt, worden de weergegeven gegevens sneller vooruit- of teruggespoeld.
- Ingevoerde gegevens kunnen worden overschreven door nieuwe invoer.

Lichaamsanalyse uitvoeren



- De lichaamsanalyse is alleen mogelijk als u uw gegevens heeft ingevoerd (zie vorig hoofdstuk).
- Houd rekening met de sectie „Weegtips“.

1. Druk op SET.
2. Selecteer met de toets  of  de geheugenplaats waarop uw persoonlijke lichaamsgegevens zijn opgeslagen, bijvoorbeeld „P01“.
Kort daarna wordt op het display „0.0“, de gekozen maateenheid en het geslacht weergegeven.
3. Ga blootsvoets op de weegschaal staan. Blijf stil staan en houd u nergens aan vast.
 - Let erop dat elke voet op een sensor staat.
 - Er mag geen contact zijn tussen de voeten, benen, kuiten of dijen. Anders wordt de meting onnauwkeurig.

Kort daarna wordt het gemeten gewicht knipperend weergegeven. Blijf stil staan. Vervolgens worden de gemeten waarden meerdere keren op het display herhaald weergegeven:

Weergave		Betekenis
1.		Uw lichaamsgewicht in de ingestelde meeteenheid
2.	FAT	Uw lichaamsvetpercentage in % met gelijktijdige weergave van de beoordeling onderaan het scherm: Underfat = te weinig lichaamsvet Healthy = normaal / gezond Overfat = te veel lichaamsvet Obese = zwaarlijvig
3.	WATER	Je lichaamswater in %
4.	MUSCLE	Je spiermassa in %
5.	BONE	Uw botmassa in %
6.	KCAL	Uw basaalmetabolisme in kcal
7.	BMI	Uw body mass index

Weegtips

- Wegen voor de lichaamsanalyse kan alleen blootsvoets worden uitgevoerd. De voeten mogen slechts licht vochtig zijn. Volledig droge voeten kunnen foutieve resultaten geven, omdat de elektrische geleiding dan slecht is.
- Sta tijdens de meting stil en houd u nergens aan vast.
- Weeg uzelf niet direct na ongebruikelijke fysieke inspanning.
- Weeg uzelf niet direct na het opstaan. Wacht ongeveer een kwartier, zodat het water zich in het lichaam kan verdelen.
- Probeer het wegen altijd op hetzelfde tijdstip uit te voeren om vergelijkbare waarden te verkrijgen.

Opmerkingen over de gemeten waarden

Het lichaamsvetpercentage geeft het percentage vet aan ten opzichte van het totale lichaamsgewicht. Er is geen algemene aanbeveling voor deze waarde, omdat deze significant varieert afhankelijk van geslacht (door verschillende lichaamsbouw) en leeftijd.

Lichaamsvet is essentieel voor dagelijkse lichaamsfuncties. Het beschermt organen, dempt gewrichten, regelt de lichaamstemperatuur, slaat vitamines op en dient als energieopslag. Vrouwen: essentieel lichaamsvet bedraagt tussen 10% en 13%, Mannen: essentieel lichaamsvet bedraagt tussen 2% en 5% (met uitzondering van topsporters)

Het lichaamsvetpercentage is geen duidelijke indicator voor gezondheid. Een te hoog lichaamsgewicht en een te hoog vetpercentage worden in verband gebracht met veel welvaartsziekten zoals diabetes en hart- en vaatziekten.

Gebrek aan beweging en een ongezond dieet zijn vaak de oorzaken van deze aandoeningen. Er is een duidelijke relatie tussen overgewicht en bewegingsarmoede.

Een aanzienlijk deel van het menselijk lichaam bestaat uit water. Dit lichaamswater is ongelijk verdeeld over het lichaam: Spierweefsel bevat ongeveer 75% water, Bloed bevat ongeveer 83% water, Lichaamsvet bevat ongeveer 25% water, Botten hebben een watergehalte van ongeveer 22%.

- Bij mannen bestaat ongeveer 60% van de lichaamsmassa uit water.
- Bij vrouwen ligt dit percentage rond 55%, vanwege een hoger lichaamsvetpercentage.

Van het totale lichaamswater wordt ongeveer twee derde in de cellen opgeslagen en wordt daarom intracellulair water genoemd. Het overige derde deel is extracellulair water.

Leeftijd	Vrouwen		
	Vet %	Lichaamswater %	Weergave-indicatie
< 30	4,0-20,5 %	66,0-54,7 %	Underfat
	20,6-25,0 %	54,6-51,6 %	Healthy
	25,1-30,5 %	51,5-47,8 %	Overfat
	30,6-80,0 %	47,7-13,8 %	Obese
> 30	4,0-25,0 %	66,0-51,6 %	Underfat
	25,1-30,0 %	51,5-48,1 %	Healthy
	30,1-35 %	48,0-44,7 %	Overfat
	35,1-80,0 %	44,6-13,8 %	Obese

Leeftijd	Mannen		
	Vet %	Lichaamswater %	Weergave-indicatie
< 30	4,0-15,5 %	66,0-58,1 %	Underfat
	15,6-20,0 %	58,0-55,0 %	Healthy
	20,1-24,5 %	54,9-51,9 %	Overfat
	24,6-80,0 %	51,8-13,8 %	Obese
> 30	4,0-19,5 %	66,0-55,4 %	Underfat
	19,6-24,0 %	55,3-52,3 %	Healthy
	24,1-28,5 %	52,2-49,2 %	Overfat
	28,6-80,0 %	49,1-13,8 %	Obese

Er zijn geen algemene richtlijnen voor spiermassa.

Body-Mass-Index (BMI)

De BMI geeft de verhouding tussen lengte en gewicht aan en is slechts een grove richtwaarde. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) is een index van 18,6 tot 25 optimaal.

Omdat mannen over het algemeen een hoger aandeel spiermassa hebben in de totale lichaamsmassa dan vrouwen, spelen leeftijd en geslacht een belangrijke rol bij de interpretatie van de BMI.

BMI (kg/m ²)	Lichaamsgewicht
< 18,5	Ondergewicht (Underfat)
18,6 - 25	Normalgewicht (Healthy)
25,1 - 30	Overgewicht (Overfat)
30,1 und darüber	Zwaarlijvigheid (Obese)

Reinigen



OPMERKING ter voorkoming van materiële schade

- Dompel de weegschaal niet onder in water of andere vloeistoffen.
- Gebruik nooit harde, krassende of schurende schoonmaakmiddelen om de weegschaal te reinigen. Dit kan het oppervlak beschadigen..
- Veeg de weegschaal indien nodig af met een licht bevochtigde, zachte doek.
- Desinfecteer het weegoppervlak en de sensoren van tijd tot tijd met een geschikt desinfectiemiddel (verkrijgbaar bij gespecialiseerde winkels en drogisterijen).

Storing/oplossingen

Storing	Mogelijke oorzaak
Geen functie	Batterijen leeg of verkeerd geplaatst?
De weegschaal toont duidelijk onjuiste meetresultaten.	- Staat de weegschaal op een stevige, vlakke ondergrond? - Bevindt zich in de buurt van de weegschaal een apparaat dat elektromagnetische storingen kan veroorzaken? - Verwijder de batterijen uit de weegschaal en wacht even. Plaats de batterijen vervolgens opnieuw. De opgeslagen gegevens blijven behouden.
Het display toont „oL.	De maximale capaciteit van de weegschaal van 180 kg is overschreden.
Het display toont „C.	Het gemeten gewicht is minder dan 3 kg.
Het display toont „Lo“.	De batterijen zijn leeg.
Het display toont „Err.	- U staat niet correct op de weegschaal. Beide voeten moeten de sensoren aanraken. Mogelijk zijn uw voetzolen te droog. - Het vetpercentage in % is te laag: onder 4 % kan niets worden weergegeven. - Algemene fout (bijv. als er duidelijk onjuiste persoonlijke gegevens zijn ingevoerd).

Technische gegevens

Model:	Lichaamsanalyseschaal BA 2003 „Tamina“
Batterij:	2x AAA / 1,5 V 
Nominale stroom:	3,7 - 3,9 mA
Meetbereik:	max. 180 kg
Afwijking:	2% +/- 100g
Weergaveverdeling	
Gewicht:	100 g
Lichaamswater, spiermassa, botmassa en lichaamsvet:	0,1 %
Geheugenplaatsen:	12
Leeftijdsinvoer:	10-85 jaar
Lichaamslengte:	75-225 cm

Afmetingen schalen:	ca. 300 x 300 x 22 mm
Distributeur	GREND'S GmbH
(geen onderhoudsadres):	Stahltwiete 23
	22761 Hamburg, Germany

Onze producten worden doorlopend ontwikkeld en verbeterd.
Daarom kunnen er altijd technische en ontwerpwijzigingen worden aangebracht.

Verklaring van overeenstemming

Hierbij verklaart GREND'S GmbH dat de lichaamsanalyseweegschaal BA 2300 voldoet aan de richtlijnen 2014/30/EU en 2011/65/EU. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op de volgende internetpagina:
www.ade-germany.de/doc

De verklaring verliest haar geldigheid als er een niet door ons goedgekeurde wijziging aan de weegschaal wordt uitgevoerd.

Hamburg, maart 2025
GREND'S GmbH



Garantie

Geachte klant,

GREND'S GmbH verleent voor dit product een garantie van twee jaar vanaf de aankoopdatum. Binnen deze periode worden gebreken die aantoonbaar te wijten zijn aan materiaal- of fabricagefouten, naar keuze van GREND'S GmbH, kosteloos verholpen door reparatie of vervanging van het product. Gelieve in geval van een garantieclaim het artikel samen met het aankoopbewijs (onder vermelding van de reden van de klacht) terug te brengen naar uw dealer.

De garantie geldt niet voor schade veroorzaakt door onjuist gebruik, externe invloeden, normale slijtage of ingrepen door onbevoegde personen.

Uw wettelijke rechten bij gebreken (wettelijke garantierechten) blijven door deze garantie uiteraard onaangetast en kunnen onafhankelijk daarvan kosteloos worden uitgeoefend.

Afvoer

Afvoer van de verpakking



Voer de verpakking gescheiden af. Doe karton bij het oud papier en folies in de bak voor hergebruik.

Afvoer van het artikel

Voer het artikel in overeenstemming met de in uw land geldende voorschriften af.



Apparaten mogen niet met het normale huishoudelijke afval worden afgevoerd

An het eind van zijn levensduur moet het artikel op de juiste wijze worden afgevoerd. Daarbij worden de in het apparaat aanwezige herbruikbare materialen hergebruikt en wordt de belasting van het milieu vermeden. Lever het oude apparaat in bij een verzamelpunt voor elektronisch afval of een kringloopcentrum.

Neem voor meer informatie contact op met het lokale afvalverwerkende bedrijf of de gemeente.



Batterijen en accu's horen niet in het huishoudelijk afval

Alle batterijen en accu's moeten bij een verzamelpunt van de gemeente, het stadsdeel of bij een detailhandelaar worden ingeleverd. Daardoor kunnen batterijen en accu's op milieuvriendelijke wijze worden afgevoerd.

Уважаеми клиент,

Вие избрахте да закупите висококачествен продукт от марката ADE, който съчетава интелигентни функции с изключителен дизайн.

Тази везна за телесен анализ ви позволява да опознаете и измерите по-добре себе си и своето тяло.

Дългогодишният опит на марката ADE гарантира висок технически стандарт и доказано качество.

Пожелаваме ви много удоволствие при претегляне и откриване на вашите показатели!

Вашият екип на ADE

Обща информация

Относно тази инструкция



Тази инструкция за употреба описва безопасната експлоатация и поддръжка на артикула. Моля, съхранявайте я за бъдеща справка. Ако предавате артикула на друг потребител, моля, предайте му и тази инструкция. Неспазването на настоящото ръководство за експлоатация може да доведе до наранявания или повреди на устройството.

Обяснение на символите



Този символ в съчетание с думата **ОПАСНОСТ** предупреждава за тежки наранявания.



Този символ в съчетание с думата **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ** предупреждава за умерени и леки наранявания.



Този символ в съчетание с думата **ЗАБЕЛЕЖКА** предупреждава за материални щети.



Този символ обозначава допълнителна информация и общи насоки.

Съдържание

Обща информация.....	2
Безопасност	4
Предназначение на продукта.....	5
Накратко / С един поглед.....	6
Съдържание на опаковката	6
Пускане в експлоатация	7
Как функционира вашата нова везна за телесен анализ.....	7
Измерване на телесно тегло	8
Въвеждане на лични данни.....	8
Анализ на тялото	9
Индекс на телесната маса (ИТМ)	12
Почистване.....	12
Проблем / Решение	13
Технически данни.....	13
Декларация за съответствие.....	14
Гаранция	14
Изхвърляне на отпадъци	15

Безопасност

- Това устройство може да се използва от деца на възраст над 8 години, както и от лица с ограничени физически, сетивни или умствени способности, или с недостатъчен опит и знания, при условие че са под наблюдение или са обучени относно безопасната употреба на устройството и разбират свързаните с това рискове.
- Децата не трябва да играят с устройството.
- Почистването и поддръжката от потребителя не трябва да се извършват от деца, освен ако са на възраст 8 години или повече и са под наблюдение.
- Батериите могат да представляват сериозна опасност за живота при поглъщане. Поради това, съхранявайте везната и батериите на място, недостъпно за малки деца. В случай че батерия бъде погълната, незабавно потърсете медицинска помощ.

ОПАСНОСТ ЗА ДЕЦА

- Дръжте децата далеч от опаковъчния материал. При поглъщане съществува риск от задушаване. Освен това, уверете се, че опаковъчният плик не може да бъде поставен върху главата.

ОПАСНОСТ ОТ ПОЖАР, ИЗГАРЯНЕ И/ИЛИ ЕКСПЛОЗИЯ

- Съществува опасност от експлозия при неправилна подмяна на батерията. Заменяйте батерията само със същия или еквивалентен тип. Моля, спазвайте указанията в раздел „Технически данни“.
- Батериите не трябва да се зареждат, реактивират с други средства, разглобяват, изхвърлят в огън или да се късо съединяват.
- Избягвайте контакт с кожа, очи и лигавици. При контакт с батерийна течност изплакнете засегнатите места незабавно с обилно количество чиста вода и потърсете незабавно медицинска помощ.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ за опасност от нараняване

- Не стъпвайте едностранно на най-външния ръб на везната. Съществува опасност от падане!
- Не стъпвайте върху везната с влажни крака и използвайте устройството само когато е изцяло суха. Не използвайте везната, когато повърхността и е влажна. Опасност от приплъзване!
- Повърхността за претегляне е изработена от стъкло. При падане съществува опасност от счупване и нараняване от стъклени осколки.

ВНИМАНИЕ – предпазване от материални щети

- Поставете везната върху стабилна и равна повърхност.
- Не претоварвайте везната. Спазвайте „Техническите данни“. Стъпвайте на везната само за претегляне.
- Защитете везната от силни удари и вибрации.
- Извадете батериите от уреда, когато са изчерпани или ако няма да използвате везната за по-продължителен период. Така предотвратявате повреди, причинени от изтичане.
- Обърнете внимание на правилната полярност при поставяне и смяна на батериите. (+/-).
- Не излагайте батериите на екстремни условия, като например ги не съхранявайте върху радиатори или под пряка слънчева светлина. Повишен риск от изтичане!
- При необходимост почистете контактите на батериите и устройството преди поставяне.
- Не правете промени по този артикул. Ремонти могат да се извършват само от специализиран сервиз. Неправилно извършените ремонти могат да представляват сериозни опасности за потребителя.
- В долната част на везната се намират крачета за поставяне. Тъй като подовите настилки са направени от най-различни материали и се обработват с различни почистващи препарати, не може напълно да се изключи вероятността някои от тези вещества да съдържат съставки, които да повредят и омекотят крачетата на устройството. При необходимост поставете противохлъзгаща подложка под везната.

Предназначение

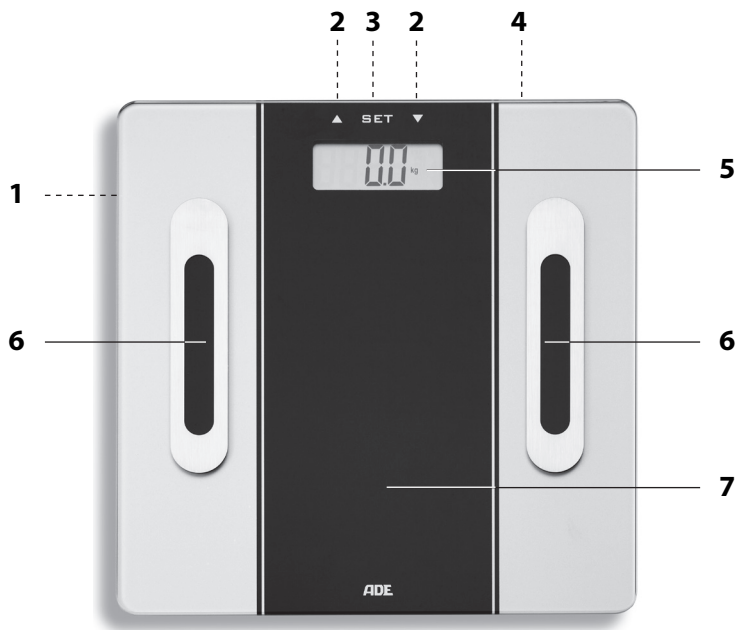
Везната за лица е предназначена за претегляне на хора в домашна среда. Тя не е подходяща за употреба в клиники, лекарски кабинети и други подобни заведения. Функцията за анализ на тялото е предназначена единствено за лична употреба. Тази везна не е подходяща за използване в професионалния спорт. Максималното допустимо натоварване е 180 кг и не трябва да бъде надвишавано.

Не използвайте тази везна, ако ...

- ... сте бременна,
- ... носите пейсмейкър,
- ... сте пациент на диализа,
- ... сте с наличие на оток (едем),
- ... Носене на импланти, напр. изкуствени крайници, метални плочи и др.

При съмнение се обърнете към вашия личен лекар.

С един поглед



Бутоните 2 и 3 се намират отгоре на везната и се издават леко надповърхността за претегляне.

- 1 Бутон за смяна на мерната единица (отзад): смяна на мерната единица
- 2 Бутони ▲▼: избор на памет, намаляване на стойности, увеличаване на стойности
- 3 Бутон НАСТРОЙКА: включване на везната, активиране на режим на настройка, запис на въведени данни, извикване на запазени измервателни данни
- 4 Отсек за батерии (отзад)
- 5 Дисплей
- 6 Сензор
- 7 Платформа за измерване

Съдържание на пакета

- Персонална Везна, Ръководство за потребителя
- Батерии 2x AAA, 1,5 V

Пускане в експлоатация

За употреба са необходими 2 батерии тип AAA, 1,5 V (включени в комплекта). Отсекът за батерии е разположен от долната страна на устройството.

1. Отворете отсека за батерии, като натиснете закопчалката в посока към везната и свалите капака на отсека за батерии.
2. Моля, поставете батериите, както е указано на дъното на отсека за батерии. Моля, обърнете внимание на правилната полярност (+/-).
3. Поставете отново капачето на Отсека за батерии. Закопчалката трябва да се щракне така, че да се чуе звук.



Указания за смяна на батериите:

- Смяната на батериите е необходима, когато на Дисплея се появи символът „Lo“ или когато на него не се показва нищо.
- Използвайте единствено типа батерии, посочен в раздел „Технически данни“.
- Винаги сменяйте всички батерии едновременно.
- Изхвърляйте старите батерии по екологосъобразен начин, вижте раздел „Изхвърляне“.
- Калибрирайте Везната според упътването в раздел „Поставяне на везната“.

Избор на мерна единица

По подразбиране мерната единица при доставка е „kg“. Резултатът от измерването може да се показва и в английските мерни единици „lb“ (паунд) или „St:lb“ (стоун: паунд).

- Повтаряйте натискането на бутона за смяна на мерната единица, намиращ се от задната страна на везната. Следете по-казанията на дисплея.

Поставяне на везната

- Поставете везната върху равна, стабилна и суха повърхност. Не поставяйте везната върху килим.

Как работи вашата нова везна за телесен анализ

Вашата нова везна за телесен анализ функционира с помощта на т.нар. BIA-техника (биоелектричен импедансен анализ). При този метод през тялото ви преминава незабележим, абсолютно безвреден и слаб електрически ток.

Измерването се извършва чрез сензорите, разположени на повърхността на везната.

- Електрическият ток преминава почти безпрепятствено през течността, съдържаща се в мускулната маса.
- При мастната маса съпротивлението е по-голямо. Това съпротивление се измерва.

Въз основа на вашите лични данни (пол, тегло, възраст и ръст), везната изчислява следната информация за състава на тялото:

- Тегло
- Процент телесни мазнини
- Процент телесна вода
- Процент мускулна маса
- Процент костна маса
- Дневен основен метаболизъм в Kcal (енергиен разход)
- Индекс на телесната маса (ИТМ)

Везната разполага с общо 12 позиции за памет.

Грешка при измерване

При следните групи лица може да се появят грешки при измерването или изчисляването на анализа на тялото:

Лица, които....

... тренират спорт 10 часа или повече на седмица,

... Професионалните спортисти, бодибилдърите или атлетите за издръжливост са,

... които са над 85 години,

... по-малки от 10 години.

„Нормалната“ функция за претегляне, вижте следващата глава, не е засегната от това.

Измерване на тегло



За нормално претегляне – без анализ на тялото – не е необходимо да въвеждате данни.

- Стъпете на везната. Стоете спокойно и не се поддържайте никъде.

Малко по-късно измереното тегло ще се покаже мигащо в избраната от вас мерна единица. Няколко секунди след като слезете от везната, тя се изключва автоматично.

Въвеждане на лични данни



Въвеждайте данните бързо. В противен случай везната ще се изключи след кратко време, за да спести енергия. След това натиснете НАСТРОЙКА, за да се върнете в режим на въвеждане.

1. Натиснете НАСТРОЙКА.

В дисплея започва да мига например „P00“.

2. С бутона ▲ или ▼ изберете желаната позиция в паметта, напр. „P01“.

3. Натиснете бутона НАСТРОЙКА.

На дисплея ще мигат символите  или .

4. Използвайте бутоните  или  за избор на Вашия пол:  за мъж или  за жена.

5. Натиснете бутона НАСТРОЙКА.

На дисплея мига предварително зададената стойност за възрастта.

6. Въведете възрастта си с бутоните  или .

7. Натиснете бутона НАСТРОЙКА.

На дисплея мига предварително зададената стойност за ръста.

8. Въведете ръста си с бутоните  или .

9. Накрая натиснете НАСТРОЙКА. По този начин въведохте необходимите данни.

На Дисплея ще се покаже „0.0“, единицата за измерване и полът.

Сега можете:

- Да продължите, както е описано по-горе, и да въведете данните на друг човек.
- Да се качите на везната и да извършите своя Анализ на тялото.
- Да изчакате, докато везната се изключи автоматично след няколко секунди.



- Ако задържите натиснат бутона  или , данните на Дисплея се превъртат по-бързо напред или назад.
- Въведените данни могат да бъдат заменени чрез ново въвеждане.

Анализ на тялото



- Анализът на тялото е възможен само след като въведете вашите данни, моля, вижте съответния раздел.
- Моля, обърнете внимание на раздела „Съвети при претегляне“.

1. Натиснете НАСТРОЙКА.

2. Изберете с бутона  или  паметта, в която сте записали вашите лични данни за тялото, напр. „PO1“

Кратко след това на Дисплея се показват „0.0“, избраната мерна единица и полът.

3. Стъпете боси върху везната. Останете неподвижни и не се държайте за нищо.

- Уверете се, че всеки крак е поставен върху отделен сензор.
- Не трябва да има контакт между краката, телетата и бедрата. В противен случай резултатът от измерването ще бъде неточен.

След кратко време на дисплея ще се покаже мигащата стойност на измереното тегло. Продължете да стоите неподвижно.

След това измерените стойности ще бъдат повторно показани няколко пъти на дисплея:

Изобразяване		Значение
1.	FAT	Вашето телесно тегло в зададената мерна единица
2.		Процент телесни мазнини с едновременно показване на оценката в долната част на дисплея: Недостиг на мазнини = недостатъчно телесни мазнини Здравословно = нормално / здравословно Прекомерна мастна маса = твърде много телесни мазнини Затлъстяване = значително повишена мастна маса
3.		МУСКУЛИ
4.		КОСТИ
5.		ККАЛ
6.	KCAL	Ihre Knochenmasse in %
7.		ИМТ
		Вашата мускулна маса в проценти
		Вашата костна маса в проценти
		Вашият базален метаболизъм в kcal
		Вашият индекс на телесна маса

Съвети за претегляне

- Претеглянето за Анализ на тялото трябва да се извършва само на босо. Стъпалата трябва да бъдат леко влажни. Напълно сухите стъпала могат да доведат до неточни резултати, тъй като електрическата проводимост е намалена.
- По време на измерването стойте неподвижни и не се придържайте никъде.
- Не мерете теглото си веднага след необичайно физическо натоварване.
- Не мерете теглото си непосредствено след събуждане. Изчакайте приблизително четвърт час. През този период водата в организма може да се разпредели.
- Опитайте се винаги да извършвате претеглянето по едно и също време, за да получите сравними резултати.

Информация относно получените стойности

Процентът на телесните мазнини показва дела на мазнините спрямо общото тегло на тялото. Не съществува универсална препоръка за тази стойност, тъй като тя значително зависи от пола (поради различната телесна структура) и възрастта.

Телесните мазнини са жизненоважни за ежедневните функции на организма. Те защитават органите, амортизират ставите, регулират телесната температура, съхраняват витамини и служат като енергиен резерв за тялото.

Жизнено необходимият дял на телесните мазнини при жените е между 10 % и 13 %, а при мъжете – между 2 % и 5 %, с изключение на състезателните спортисти.

Делът на телесните мазнини не е ясен индикатор за здравословното състояние. Прекомерното телесно тегло и високият процент мазнини се свързват с

възникването на множество болести, характерни за съвременното общество, като диабет, сърдечно-съдови заболявания и други.

Липсата на физическа активност и неправилното хранене често са причина за тези заболявания. Съществува ясна причинно-следствена връзка между наднорменото тегло и липсата на физическа активност.

Значителна част от човешкото тяло се състои от вода, която е неравномерно разпределена в организма. Чистата мускулна тъкан съдържа приблизително 75 % вода, кръвта около 83 % вода, телесната мазнина около 25 % вода, а костите съдържат около 22 % вода.

- При мъжете около 60 % от телесната маса се състои от вода.
- При жените този процент е приблизително 55 % поради по-високия дял на телесна мазнина.

От общото количество телесна вода около две трети се съхраняват в клетките, поради което се нарича вътреклетъчна вода. Другата една трета е извънклетъчна вода.

Възраст	<i>Жени</i>		
	Мазнини %	Телесна вода %	Дисплей
< 30	4,0-20,5 %	66,0-54,7 %	Недостатъчна мазнина
	20,6-25,0 %	54,6-51,6 %	Здравословно
	25,1-30,5 %	51,5-47,8 %	Повишено съдържание на мазнини
	30,6-80,0 %	47,7-13,8 %	Затлъстяване
> 30	4,0-25,0 %	66,0-51,6 %	Недостатъчна мазнина
	25,1-30,0 %	51,5-48,1 %	Здравословно
	30,1-35 %	48,0-44,7 %	Повишено съдържание на мазнини
	35,1-80,0 %	44,6-13,8 %	Затлъстяване

Възраст	<i>Мъже</i>		
	Мазнини %	Телесна вода %	Дисплей
< 30	4,0-15,5 %	66,0-58,1 %	Недостатъчна мазнина
	15,6-20,0 %	58,0-55,0 %	Здравословно
	20,1-24,5 %	54,9-51,9 %	Повишено съдържание на мазнини
	24,6-80,0 %	51,8-13,8 %	Затлъстяване
> 30	4,0-19,5 %	66,0-55,4 %	Недостатъчна мазнина
	19,6-24,0 %	55,3-52,3 %	Здравословно
	24,1-28,5 %	52,2-49,2 %	Повишено съдържание на мазнини
	28,6-80,0 %	49,1-13,8 %	Затлъстяване

За мускулната маса няма общоприети референтни стойности.

Индекс на телесната маса (ИТМ)

ИТМ показва съотношението между височината и теглото и е само ориентировъчна стойност. Според Световната здравна организация (СЗО) индекс между 18,6 и 25 е оптимален.

Тъй като мъжете обикновено имат по-голям дял мускулна маса от общата телесна маса в сравнение с жените, възрастта и полът са важни фактори при интерпретацията на ИТМ.

ИТМ (kg/m ²)	Телесно тегло
< 18,5	Недостиг на телесни мазнини
18,6 - 25	Здравословно тегло
25,1 - 30	Повишено телесно съдържание на мазнини
30,1 и повече	Затлъстяване

Почистване на везната



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ за избягване на материални повреди

- Не потапяйте везната във вода или други течности.
- Не използвайте твърди, надраскващи или абразивни почистващи препарати или подобни средства за почистване на везната. Това може да повреди или надраска повърхността.
- При необходимост избършете везната с леко навлажнена, мека кърпа.
- Периодично дезинфекцирайте повърхността за претегляне и сензорите с подходящ дезинфектант (наличен в специализирани магазини и дрогерии).

Повреда / Отстраняване

Повреда	Възможна причина
Не функционира	Изтощени ли са батериите или поставени ли са неправилно?
Везната показва явно некоректни резултати от измерването	- Разположена ли е везната на твърда и равна повърхност? - Има ли устройство близо до везната, което може да предизвика електромагнитни смущения? - Извадете батериите от везната и изчакайте момент. Поставете батериите отново. Запазените досега данни ще бъдат съхранени.
На дисплея се показва „oL“	Максималната допустима тежест на везната от 180 кг е превишена
На дисплея се показва „C“	Измереното тегло е под 3 кг.
На дисплея се показва „Lo“	Батерията е изтощена.
На дисплея се показва „Err“	- Не стоите правилно на везната. И двата крака трябва да докосват сензорите. Възможно е стъпалата ви да са твърде сухи. - Процентът на мазнини е твърде нисък: под 4 %. Не може да бъде показано никакво измерване. - Обща грешка (например при явно неправилно въведени лични данни).

Технически данни

Модел:	Везна за телесен анализ BA 2003 „Тамина“
Батерия:	2x AAA / 1,5 V ---
Работен ток:	3,7 - 3,9 mA
Обхват на измерване:	макс. 180 кг
Погрешност:	2% +/- 100g
Стъпка на измерване	
Тегло:	100 g
Водно съдържание, мускулна маса, 0,1 % костна маса и телесни мазнини:	

Памет за съхранение:	12
Въвеждане на възраст:	10-85 години
Височина:	75-225 cm
Размери на везната:	прибл. 300 x 300 x 22 mm
Вносител на пазара:	GRENDS GmbH
(без адрес за сервизно обслужване)	Stahlwiete 23 22761 Хамбург, Германия

Нашите продукти непрекъснато се развиват и усъвършенстват.

Поради това дизайнът и техническите характеристики могат да бъдат променяни по всяко време.

Декларация за съответствие

С настоящото GRENDS GmbH удостоверява, че везната за телесен анализ BA 2003 отговаря на директивите 2014/30/EU и 2011/65/EU.

Пълен текст на декларацията за съответствие с ЕС е достъпен на следния интернет адрес: www.ade-germany.de/doc

Декларацията губи валидност, ако везната бъде променена без предварително съгласие с производителя.

Хамбург, март 2025
GRENDS GmbH



Гаранция

Уважаеми клиенти,

GRENDS GmbH предоставя за този продукт гаранция от две години, считано от датата на покупката. В рамките на този период дефекти, за които е доказано, че се дължат на материални или производствени недостатъци, се отстраняват безплатно по избор на GRENDS GmbH чрез ремонт или замяна на продукта.

В случай на гаранционна рекламация, моля, върнете артикула на Вашия търговец заедно с документа за покупка, като посочите причината за рекламацията.

Гаранцията не важи за повреди, причинени от неправилна употреба, външни въздействия, нормално износване или намеса от неупълномощени лица.

Вашите законови права при дефекти — правата по законовата гаранция — остават незасегнати от тази гаранция и могат да бъдат упражнявани от Вас безплатно и независимо от нея.

Изхвърляне

Изхвърляне на опаковката



Изхвърлете опаковката разделно според видовете отпадъци. Дайте картоната и кашона за събиране на хартия, а фолиата – в контейнерите за отпадъци за рециклируеми материали.

Изхвърляне на артикула

Изхвърлете артикула в съответствие с действащите в страната ви разпоредби.



Този символ показва, че електрическото или електронното устройство не трябва да се изхвърля в битовите отпадъци след изтичане на експлоатационния му живот, а трябва да се предаде на потребителя за отделно събиране и обработка. В близост до вас има безплатни пунктове за събиране и рециклиране на устройства. Адресите им можете да получите от местната или общинска администрация.

Дори (онлайн) доставчиците на електрически и електронни устройства са задължени да приемат обратно стари електроуреди. При покупка на ново устройство дистрибуторът е задължен по искане на крайния потребител да извърши безплатно обратно приемане 1:1 на старо устройство. Без нова покупка, посочените дистрибутори са задължени по искане на крайния потребител да приемат безплатно до три стари устройства (с максимална дължина на ръба 25 см).

Батериите трябва да бъдат извадени от основното устройство преди изхвърляне! Те следва да се изхвърлят отделно от останалите части на устройството.



Този символ указва, че батериите и акумулаторите не трябва да се изхвърлят заедно с битовите отпадъци. Вие сте законово задължени да предавате всички батерии на съответните пунктове за събиране на отпадъци в общината или в търговската мрежа. Съставките са токсични и при неправилно изхвърляне представляват опасност за околната среда и могат да имат вредни ефекти върху здравето на хората, животните и растенията.

- Преди изхвърляне батериите трябва да се изразходят напълно. За тази цел оставете уреда включен, докато на дисплея не се изключи всякаква индикация.
- След това извадете батериите от уреда, както е описано в раздел „Пускане в експлоатация“.