

Oregon Scientific™ Hoge Precisie Personenweegschaal met Vetbalansindex

Model: GA101

Handleiding

INHOUDSTAFEL

Inleiding	2
Waarschuwingen	2
Belangrijkste eigenschappen	4
Hoe functioneert de personenweegschaal	4
Korte beschrijving	4
Body Mass Index	5
Wat is de Body Mass Index (BMI)?	5
Hoe dienen we de BMI te interpreteren	5
Vetbalansindex	6
Wat is de Vetbalansindex?	6
Hoe wordt lichaamsvet gemeten	6
Hoe dienen we de Vetbalansindex te interpreteren	6
Hoe dienen we de Lichaamsvetniveau Indicator te interpreteren	7
Hoe fluctueert Lichaamsvet	7
Veiligheids- en onderhoudsrichtlijnen	8
Van start gaan	9
De personenweegschaal uitpakken	9
Een geschikte plaats voor de personenweegschaal kiezen	9
Instellen voor het eerste gebruik	9
De lengte en leeftijd van een gebruiker instellen	10
Metingen verrichten	11
Lichaamsvet metingen verrichten met opgeslagen gegevens	11
Metingen verrichten als gastgebruiker	12
Enkel gewichtsmetingen uitvoeren	12
Herinstelling	13
Vervangen van de batterijen	13
Aanvulling	13
Gewichtseenheidconversie	13
Gids voor het verhelpen van storingen	14
Eigenschappen	15
Bijkomende informatiebronnen	15

INLEIDING

Dank u voor het kiezen van de Oregon Scientific™ personenweegschaal als uw gezondheidszorgproduct bij uitstek. Uw personenweegschaal is ontworpen om u vele jaren trouwe diensten te bewijzen. Hieronder vindt u enkele van zijn functies:


- Automatische berekening van de body mass index (BMI) en de Vetbalansindex.
- Gewichtsaanduiding naar keuze in kilogrammen, ponden of stones ponden.
- Geotrooieerde step-on technologie waardoor de weegschaal automatisch geactiveerd wordt wanneer u erop stapt.
- Lengte en leeftijdsgegevens van vier verschillende gebruikers kunnen opgeslagen worden (gastfunctie voorhanden).

Deze handleiding bevat belangrijke veiligheids- en onderhoudsinformatie en legt stap voor stap uit hoe u dit product moet gebruiken. Lees deze handleiding aandachtig en bewaar hem zorgvuldig voor later gebruik.

WAARSCHUWINGEN

Dit product werd ontworpen en gefabriceerd met in acht name van de strengste veiligheidsnormen. Dit product werd ontworpen om u vele jaren trouwe diensten te bewijzen op voorwaarde dat u het correct gebruikt en er zorg voor draagt. Gelieve volgende voorzorgsmaatregelen in acht te nemen om uw veiligheid te waarborgen en de levensduur van uw product te verlengen.

OMTRENT HET TOESTEL

 **OPGELET:** Gebruik van dit toestel is niet aangeraden voor personen met medische implantaten zoals pacemakers of voor zwangere vrouwen.

- De Monitor is bestemd voor vrij gebruik en niet voor diagnostische doeleinden in ziekenhuizen.
- De BMI- en de Vetbalansindexmetingen dienen enkel als een benaderende indicatie van uw gezondheidstoestand beschouwd te worden. Raadpleeg uw arts voor een volledige en grondige evaluatie.
- Vetbalansindex- en Body Mass Indexmetingen zijn door een andere lichaamssamenstelling bij professionele atleten, bodybuilders, kinderen, tieners en 65 plussers minder nauwkeurig. Hoe dan ook, dit toestel kan ook bij individuen uit bovenvermelde groepen het verloop van hun lichaamsvetpercentage blijven opvolgen.

ALGEMENE WAARSCHUWINGEN

- Lees en neem alle waarschuwingen en richtlijnen in acht – Deze handleiding bevat belangrijke waarschuwingen en richtlijnen die, wanneer ze goed opgevolgd worden, u zullen toelaten het product in alle veiligheid te gebruiken. Raadpleeg de handleiding wanneer u de personenweegschaal voor de eerste maal gebruikt en bewaar deze zorgvuldig voor latere referentie. De inhoud van deze handleiding is zonder voorafgaande notitie onderhevig aan wijzigingen. Cijfer- en beeldschermvoorbeelden zijn er enkel ter referentie en kunnen lichtjes afwijken van het eigenlijke product.
- Batterijen – Het omkeren van de batterijpolariteit kan het product beschadigen. Verschillende

batterijtypes bezitten verschillende eigenschappen en moeten dus niet samen gebruikt worden. Gebruik oude en nieuwe batterijen niet samen – daar dit de levensduur van nieuwe batterijen kan verkorten en lekkage van oude batterijen kan veroorzaken waarbij chemische stoffen het batterijcompartiment kunnen aantasten en een huidirritatie kunnen veroorzaken. Lekken batterijen dan dient u het batterijcompartiment met een schoon doekje te reinigen en nadien uw handen met warm water en zeep te wassen. Verwijder de batterijen indien u de personenweegschaal langere tijd niet zal gebruiken.

- Vloeistoffen, vocht en vreemde voorwerpen – Het inbrengen van vreemde voorwerpen of het morsen van vloeistoffen op het product kunnen een elektrische schok veroorzaken en het toestel beschadigen. Dompel het product niet onder in water.

ANDERE RICHTLIJNEN

Wegwerpen van het product

Wenst u dit product weg te werpen dan dient u dit te doen in overeenstemming met de lokale afvalverwerkingsrichtlijnen.

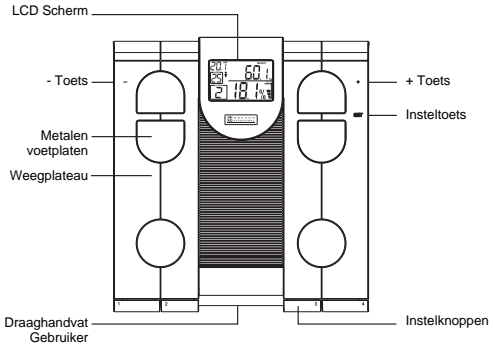
Niet-aansprakelijkheidsverklaring

Oregon Scientific neemt geen verantwoordelijk voor enige incidentele verliezen (zoals de kosten van formele vaststelling of inkomstenderving voortvloeiend uit de vaststelling) te wijten aan productgebreken.

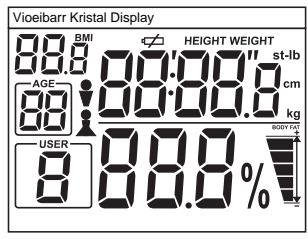
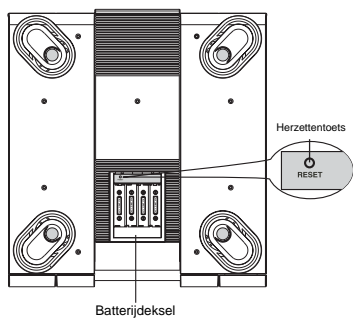
Oregon Scientific kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor enige lichamelijke verwonding, overlijden, beschadiging van bezittingen of enige andere eisen van eender welke aard te wijten aan een, opzettelijk of onopzettelijk, verkeerd gebruik of nalatigheid van dit product. Evenzeer zal Oregon Scientific niet verantwoordelijk gesteld worden voor enige afwijking in het gebruik van het toestel anders dan uiteengezet in de handleiding of voor enige niet-erkende wijzigingen of herstellingen aan dit product.

BELANGRIJKSTE EIGENSCHAPPEN

Bovenaanzicht



Onderaanzicht



HOE FUNCTIONEERT DE PERSONENWEEGSCHAAL

KORTE BESCHRIJVING

Wanneer u op de weegschaal stapt wordt uw gewicht gewogen. Het toestel berekent eveneens automatisch uw Body mass index (BMI) en Vetbalansindex, twee internationaal erkende levelindicatoren inzake gezondheid en zwaarlijvigheid.

Het lichaamsgewicht alleen is onvoldoende als gezondheidsindicator daar het geen onderscheid maakt tussen spierweefsel, weefsels, botten en vetweefsel. Het is zo dat wanneer een persoon gewicht verliest dit het resultaat kan zijn van een verlies aan spiermassa of lichaamswater doch niet van vet. Opdat u uw lichaamssamenstelling en huidig gezondheidsniveau beter zou kunnen bepalen dient u rekening te houden met zowel de BMI als de vetbalansindex.

Noch de BMI, noch de Vetbalansindex geeft, elk afzonderlijk, een volledig beeld inzake uw gezondheid. Bijvoorbeeld, bodybuilders hebben vaak een hoog BMI (wat wijst op een overgewicht) maar een lage Vetbalansindex (wat wijst op een goede gezondheid). In dit geval houdt de BMI geen rekening met het feit dat het extra gewicht geen vetweefsel maar spierweefsel en water is. Omgekeerd kan een erg mager persoon een lage Vetbalansindex hebben (wat wijst op een goede gezondheid) maar tevens een te lage BMI (wat niet als gezond wordt beschouwd). Dit betekent dat deze persoon, ondanks de lage Vetbalansindex, toch nog een gezondheidsrisico loopt.

NOTA Raadpleeg uw arts voordat u een nieuw afslank- of fitheidprogramma aanvangt.

BODY MASS INDEX

Wat is de Body Mass Index (BMI)?

De Body Mass Index (BMI) is een internationaal gebruikte standaardeenheid die de verhouding tussen het lichaamsgewicht en de lengte weergeeft om zo zwaarlijvigheid vast te stellen. BMI wordt uitgedrukt via volgende termen:

$$\text{BMI} = \frac{\text{Lichaamsgewicht (kg)}}{[\text{Lengte (m)}]^2}$$





De BMI is enkel een algemene indicator inzake uw gezondheidstoestand. Als zodanig hangt de nauwkeurigheid af van uw lichaamstype en samenstelling. Raadpleeg uw arts om meer te weten te komen inzake uw huidige gezondheidstoestand.

NOTA Om ponden of stone ponden om te zetten in kilogrammen en inches in meter, kunt u gebruik maken van de conversietabel op pagina 13.

Hoe dienen we de BMI te interpreteren

Samen met onderstaande tabel geeft de BMI u een idee over uw huidige gezondheidstoestand.

NOTA Aziaten hebben, wegens een verschillende lichaamssamenstelling, een andere BMI interval.

Gezondheidsindicatie	BMI Interval	Beschrijving
 Ondergewicht	Minder dan 20.0*	Uw huidig lichaamsgewicht is lager dan het gemiddelde. Kies voor een gezonde, geregelde maaltijden en doe regelmatig aan sport om zo uw gezondheid te verbeteren.
	* Aziatische BMI: Less than 18.5	
 Aanbevolen	20.0 – 25.0*	Uw gezondheid bevindt zich op het aanbevolen niveau. Onderhoudt een evenwichtige voeding en doe aan sport om uw huidige gezondheid te vrijwaren.
	* Aziatische BMI: 18.5 – 23.0	
 Overgewicht	25.1 – 29.9*	Uw lichaamsgewicht kan hoger zijn dan gemiddeld. Beweeg meer en werk een afslankprogramma uit om de risico's op ernstige gezondheidsproblemen te reduceren.
	* Aziatische BMI: 23.0 – 29.9	
 Zwaarlijvig	30.0 of meer*	Op dit niveau kunt u ernstig risico lopen op hartaandoeningen, hoge bloeddruk en andere aandoeningen. Raadpleeg uw arts om een degelijk gezondheids- en fitheidprogramma uit te werken.
	* Aziatische BMI: 30.0 of meer	

NOTA Bij volgende bevolkingsgroepen mag de BMI niet als een leidraad inzake gezondheidsrisico's gezien worden:

Groep	Reden
Kinderen en tieners	De BMI intervallen zijn enkel gebaseerd op volwassen lengten.
Atleten en bodybuilders	BMI maakt geen onderscheid tussen vet- en spierweefsel en is dus onnauwkeurig voor personen met hoge spiervolumes.
Zwangere vrouwen of vrouwen die borstvoeding geven	Deze groep legt tijdens de zwangerschap op een natuurlijk wijze vetreserves aan.
65 plussers	Vetreserves hebben de neiging belangrijker te worden bij oudere personen.

Referenties:

1. Jequier, E. (1987) Energy, obesity, and body weight standards.
2. American Journal of Clinical Nutrition, 45, 1035-1047
3. Japan Society for the Study of Obesity
4. The Weight Loss Research Center
5. myDr. (www.mydr.com.au)

VETBALANSINDEX

Wat is de Vetbalansindex?

De Vetbalansindex is een maat voor het totale vetpercentage in uw lichaam. Bijvoorbeeld, wanneer u 70 kg weegt en uw Vetbalansindex is 15%, dan houdt u 10.5 kg lichaamsvet vast. Het overige gewicht bestaat u spierweefsel, botten, weefsels en lichaamswater.

Bij zwaarlijvige personen houdt naast een te hoog lichaamsgewicht, een teveel aan vetweefsel gezondheidsrisico's in. Daar het lichaam bestaat uit elementen met een verschillende dichtheid kan een teveel aan vetweefsel niet alleen door het lichaamsgewicht of de BMI weergegeven worden. Bijvoorbeeld, twee personen met hetzelfde gewicht en BMI kunnen toch een andere lichaamssamenstelling hebben. De ene persoon kan teveel vetweefsel hebben terwijl de andere een aanvaardbare hoeveelheid vetweefsel heeft nodig voor de lichaamsregulatie. Op die manier is het meten van de Vetbalansindex een doeltreffende schatting van uw huidig gezondheidsniveau.

NOTA Essentieel vet is noodzakelijk voor verschillende lichaamsfuncties daar het helpt bij het regelen van de lichaamstemperatuur en het isoleert organen en weefsels

Hoe wordt Lichaamsvet gemeten

Het toestel maakt gebruik van de Bio-elektrische Impedantie analysemethode (BIA) om het lichaamsvet te meten. Deze methode is uiterst nauwkeurig en veilig, en wordt alom in de geneeskunde gebruikt. Het principe van de BIA is als volgt: het toestel stuurt een laag, ongevaarlijk elektrisch signaal doorheen uw lichaam. Op die manier kan het toestel de vetbalansindex meten (in combinatie met de leeftijd van de persoon, het geslacht, de lengte, het gewicht en de bouw).



BIA Foot-to-Foot Meetdiagram

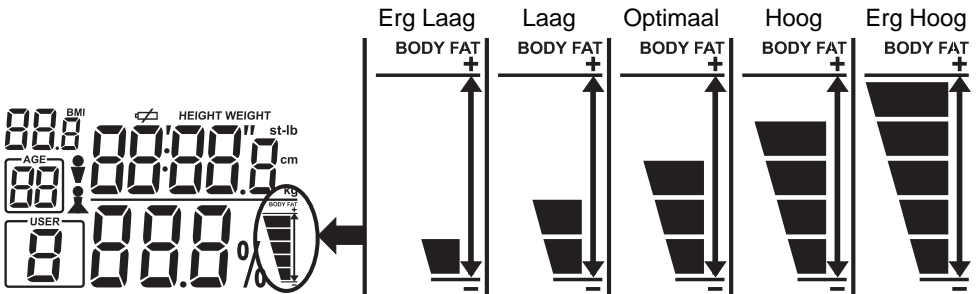
Hoe dienen we de Vetbalansindex te interpreteren

Samen met onderstaande tabel geeft de Vetbalansindex u een idee over uw huidige gezondheidstoestand:

Geslacht	Lichaamsvet-standaard	Leeftijdsgroep in Jaren			
		Onder 30	30-39	40-49	Meer dan 49
Volwassen mannen	Hoog	>28%	>29%	>30%	>31%
	Matig Hoog	22-28%	23-29%	24-30%	25-31%
	Optimaal niveau	11-21%	12-22%	13-23%	14-24%
	Laag	6-10%	7-11%	8-12%	9-13%
	Erg Laag	<6%	<7%	<8%	<9%
Volwassen vrouwen	Hoog	>32%	>33%	>34%	>35%
	Matig Hoog	26-32%	27-33%	28-34%	29-35%
	Optimaal niveau	15-25%	16-26%	17-27%	18-28%
	Laag	12-14%	13-15%	14-16%	15-17%
	Erg Laag	<12%	<13%	<14%	<15%

Hoe dienen we de Lichaamsvetniveau Indicator te interpreteren

Naast een indicatie van uw Vetbalansindex, verschijnt op het LCD scherm van het toestel eveneens een Lichaamsvetniveau-indicator zodat u onmiddellijk u gezondheidsniveau kunt bepalen zonder bovenstaande tabel te raadplegen.



Lichaamsvetstandaard	Reden
Erg Hoog	Een Vetbalansindex op dit niveau geeft aan dat deze persoon aan vetzucht lijdt en dat dit nefaste gevolgen kan hebben voor zijn gezondheid. Blijft deze vetzucht over een langere periode gehandhaafd dan stelt deze persoon zich bloot een de risico's van hoge bloeddruk, hartaandoeningen en diabetes. Raadpleeg uw arts inzake een afslank- en fitheidprogramma op lange termijn.
Hoog	Waarschijnlijk is deze persoon zwaarlijvig. Het is aanbevolen een afslank- en fitheidprogramma op te stellen en dit van nabij op te volgen.
Optimaal	Dit is het ideale lichaamsvetniveau voor een gemiddeld persoon.
Laag	Dit is voor atleten het aangewezen lichaamsvetniveau. Voor niet-atleten moet een aangepast dieet trachten de lichaamssamenstelling te verbeteren.
Erg Laag	Het lichaamsvetniveau is gevaarlijk laag. Deze personen dienen een regelmatig dieet te volgen. Behoudt van deze lichaamssamenstelling kan gevaar voor ondervoeding of andere gezondheidsrisico's inhouden.

Referentie:

1. **Robert M. Ross, Andrew S. Jackson: Exercise concepts, calculations, and computer applications.**

Carmel, Ind.: Benchmark Press, 1990.






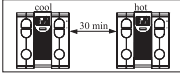
Hoe fluctueert Lichaamsvet

Het verdient aanbeveling een bepaald tijdstip te kiezen voor het meten van lichaamsvet en regelmatig te monitoren onder dezelfde omstandigheden. Het best doet u dit in de late namiddag, net voor het avondmaal, omdat dan de lichaamshydratatie het stabielst is. Gelieve in acht te nemen dat de individuele lichaamsvetmeting afhankelijk is van heel wat factoren zoals alcoholgebruik, baden, sport, ontwaken, eten, koorts en ziekte.

VEILIGHEIDS- EN ONDERHOUDSRICHTLIJNEN





ONDERHOUD VAN UW PERSONENWEEGSCHAAL

Om bij gebruik maximaal nut te garanderen dient u volgende richtlijnen in acht te nemen.

	Reinig met een vochtig doekje. Gebruik geen schurende of bijtende schoonmaakmiddelen.
	Tracht het toestel niet zelf te herstellen. Op die manier vervalt de garantie en stelt u zichzelf bloot aan gevaarlijke hoge stroomspanningen. Neem contact op met de verdeler of met een gekwalificeerd hersteller indien het product een onderhoudsbeurt vereist. De weegschaal niet verticaal opbergen.
	De weegschaal niet verticaal opbergen.
	Plaats geen voorwerpen op de weegschaal en berg deze niet verticaal op.
	Stel het product niet bloot aan een te hoog gewicht, stof, temperatuurschommelingen of vochtigheid.
	Laat bij plotse veranderingen in de onmiddellijke omgeving (zoals een verplaatsing van buiten naar een gekoelde ruimte) de weegschaal de kans zich gedurende minstens 30 minuten aan te passen.

VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

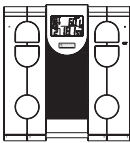



Neem volgende veiligheidsvoorschriften in acht wanneer u uw personenweegschaal installeert en gebruikt.

	Dompel het toestel niet onder in water en plaats het niet op een natte ondergrond.
	Hou het toestel uit de buurt van warmtebronnen zoals radiatoren, kachels en verwarmingselementen.
	Plaats het toestel niet op een oneffen oppervlak.
	Gebruik de bijgeleverde antislipvoetjes wanneer u het toestel op tapijt plaatst.

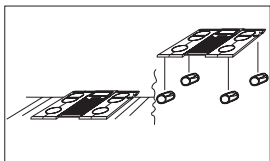
VAN START GAAN

DE PERSONENWEEGSCHAAL UITPAKKEN

Wanneer u uw personenweegschaal uitpakt doet u er goed aan al het verpakkingsmateriaal zorgvuldig te bewaren zodat u het later in geval van transport of een onderhoudsbeurt terug kunt gebruiken. In de doos zult u volgende elementen aantreffen:

De Weegschaal	4x AA 1.5-V Batterijen	Handleiding	4 Antislipvoetjes
			

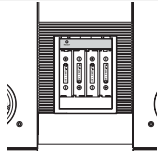
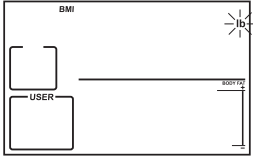


Een geschikte plaats voor de personenweegschaal kiezen

Diagram	Richtlijnen
	Plaats de personenweegschaal op een stevige, vlakke ondergrond. Vermijd dik tapijt of gebruik de bijgeleverde antislipvoetjes.

NOTA Bij het plaatsen van de personenweegschaal op de grond zal XXX op het LCD scherm verschijnen. Dit geeft aan dat het toestel geïjkt wordt. Laat de weegschaal op de grond toe zichzelf gedurende 1-2 seconden te ijken.

Instellen voor het eerste gebruik

Uw personenweegschaal instellen

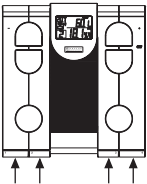
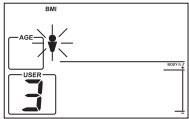

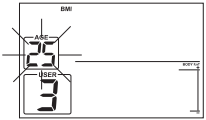



Diagram	Richtlijnen
	1. Verwijder het doorschijnende plastic label aanwezig in het batterijcompartiment en gooi dit weg.
	2. Breng de meeteenheid in: <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Druk aanhoudend op de  toets tot "lb" flinkt. 2.2. Druk op + of - om de meeteenheid te kiezen lb (ponden), st-lb (stones), of kg (kilogrammen). 2.3. Druk op de  toets om de wijziging te bevestigen. <p>NOTA Wanneer u voor "lb" of "st-lb" gekozen hebt zal de meeteenheid voor uw lengte automatisch in voet en inches uitgedrukt worden. Wanneer u kiest voor "kg" wordt de meeteenheid voor uw lengte automatisch in centimeter uitgedrukt.</p>

Del lengte en leeftijd van een gebruiker instellen

Met dit product, kunt u de leeftijds- en lengtegegevens inbrengen van tot vier personen die regelmatig gebruik maken van de personenweegschaal (gebruikers 1 tot 4).

Eens de lengte en de leeftijd van een gebruiker ingebracht zijn kan de GA101 automatisch de body mass index (BMI) en de Vetbalansindex meten wanneer die persoon de weegschaal gebruikt.

NOTA Zijn de batterijen bijna leeg dan kunt u geen lengte- en leeftijdsgegevens inbrengen.

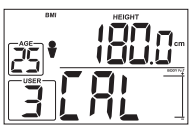
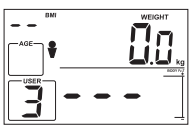
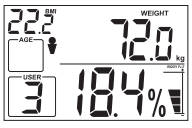
Diagram	Richtlijnen
	<p>1. Elke gebruiker wordt weergegeven door vier individuele identificatiecodes de rand van het toestel. Druk op 1, 2, 3, of 4 om een gebruiker te selecteren.</p> <p>NOTA Zorg ervoor uw lengte- en leeftijdsgegevens niet in het bestaande profiel van een andere gebruiker in te brengen. Ga naar profiel 1, 2, 3, of 4 door op de betreffende toets te drukken.</p>
	<p>2. Kies uw geslacht:</p> <p>2.1 Druk aanhoudend op XXX totdat het Man-symbool flinkt.</p> <p>2.2 Druk op + of - om uw geslacht in te brengen.</p> <p>2.3 Druk op  op de wijziging te bevestigen.</p>
	<p>3. Breng uw huidige leeftijd in:</p> <p>3.1 Druk op + of - om de waarde aan te passen.</p> <p>3.2 Druk om  te bevestigen.</p>
	<p>4. Breng uw lengte in</p> <p>4.1 Druk op + of - om de waarde aan te passen.</p> <p>4.2 Druk om  te bevestigen.</p> <p>NOTA Om uw lengte in voet en inches in te brengen moet u de weegschaal doen overschakelen op "lb" of "st-lb". (Pagina 9)</p>

METINGEN VERRICHTEN

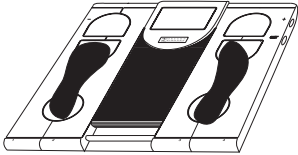
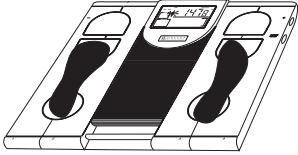
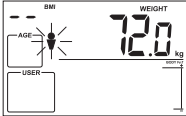

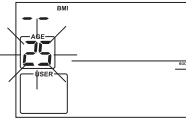

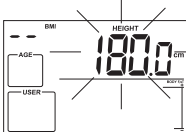

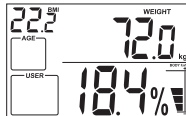
Indien u een gebruiksprofiel ingebracht hebt dan kan u van deze opgeslagen gegevens gebruik maken om automatisch uw gewicht, BMI en Vetbalansindex te berekenen. Voor gebruikers die geen gebruiksprofiel hebben kunt u kiezen voor de "Gastfunctie" om metingen te verrichten.

NOTA U dient blootsvoets op de weegschaal te gaan staan. Het elektrische signaal van het toestel kan geen lezingen geven wanneer u sokken of schoenen draagt.

LICHAAMSVET METINGEN VERRICHTEN MET OPGESLAGEN GEGEVENS

Diagram	Richtlijnen
	<p>1. Druk op de gebruikersprofielknop 1, 2, 3, of 4 om de gebruiker te selecteren die overeenkomt met u gegevens. Het LCD scherm zal uw lengte, geslacht en leeftijd weergeven.</p>
	<p>2. Wacht tot deze gegevens verdwijnen en het gewicht "0.0" verschijnt.</p>
	<p>3. Stap op de weegschaal. Sta stil terwijl de metingen worden uitgevoerd. De weegschaal zal een geluidssignaal uitzenden wanneer de meting voltooid is.</p> <p>NOTA Wanneer "Err1" verschijnt betekent dit dat het toestel onstabiel was tijdens de meting van uw gewicht. Zorg ervoor dat u stil staat en dat de Weegschaal op een vlakke ondergrond rust. Gebruik antislipvoetjes wanneer de ondergrond onregelmatig is. Stap van de Weegschaal af en volg de richtlijnen terug op van bij het begin.</p> <p>NOTA Wanneer "Err2" verschijnt bent u te vroeg op de weegschaal gestapt. Stap van de weegschaal af en volg de richtlijnen terug op van bij het begin.</p> <p>NOTA Wanneer "oL" verschijnt is het maximale weegbereik van de weegschaal overschreden. Stap van de weegschaal af en herbegint met een gewicht lager dan 150kg.</p> <p>NOTA Wacht u te lang vooraleer u op de weegschaal stapt dan zal het LCD scherm doven. Stap van de weegschaal en volg de richtlijnen terug op van bij het begin.</p>

METINGEN VERRICHTEN ALS GASTGEBRUIKER

Diagram	Richtlijnen
	<p>1. Gebruikers met opgeslagen profielgegevens kunnen gewoon op de weegschaal stappen zonder dat het LCD scherm een aflezing laat zien.</p> <p>NOTA Wanneer “Err 1” verschijnt betekent dit dat de weegschaal onstabiel was tijdens de meting van uw gewicht. Zorg ervoor dat u stil staat en dat de weegschaal op een vlakke ondergrond rust. Gebruik antislipvoetjes wanneer de ondergrond onregelmatig is. Stap van de weegschaal af en volg de richtlijnen terug op van bij het begin.</p> <p>NOTA Wanneer “Err 2” verschijnt bent u te vroeg op de weegschaal gestapt. Stap van de weegschaal en volg de richtlijnen terug op van bij het begin.</p>
	<p>2. Sta stil terwijl de meting wordt uitgevoerd. De weegschaal zal een geluidssignaal uitzenden en het man-symbool zal knipperen.</p> <p>NOTA Wanneer “oL” verschijnt is het maximale weegbereik van de weegschaal overschreden. Stap van de weegschaal en herbegint met een gewicht lager dan 150kg.</p>
	<p>3. Stap van de weegschaal en selecteer uw geslacht:</p> <p>3.1 Druk op + of - om uw geslacht in te brengen.</p> <p>3.2 Druk om  te bevestigen.</p>
	<p>4. Breng uw huidige leeftijd in:</p> <p>4.1 Druk op + of - om de waarde aan te passen.</p> <p>4.2 Druk om  te bevestigen.</p>
	<p>5. Breng uw lengte in</p> <p>5.1 Druk op + of - om de waarde aan te passen.</p> <p>5.2 Druk om  te bevestigen.</p> <p>NOTE Om uw lengte in voet en inches in te brengen moet u de weegschaal doen overschakelen op “lb” of “st-lb”.</p>
	<p>6. Uw gewicht, BMI en de Lichaamsvetindex zullen verschijnen.</p>

ENKEL GEWICHTSMETINGEN UITVOEREN

De personenweegschaal is uitgerust met een geotrooieerd STEP-ON mechanisme zodat u uw gewicht kunt nagaan zonder de weegschaal aan te zetten. U dient niet op metingen te wachten zoals bij de meeste personenweegschalen op de markt.

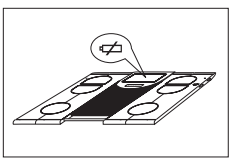
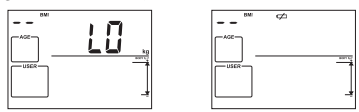
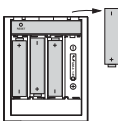
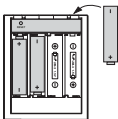
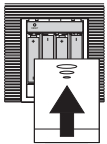
Om louter uw lichaamsgewicht te kennen dient u op de weegschaal te gaan staan en af te stappen wanneer uw lichaamsgewicht verschijnt. U kan ook op uw gebruikersprofiel drukken en op de weegschaal stappen nadat de “0.0” op het scherm verschenen is. Blijf op de weegschaal tot uw lichaamsgewicht verschijnt. Na enkele ogenblikken zal ook uw BMI berekend worden.

HERINSTELLING

De herinsteltoets (reset) bevindt zich in het batterijcompartiment aan de achterzijde van de Weegschaal. Gebruik een voorwerp met stompe punt zoals een papierklem om de knop in te drukken.

VERVANGEN VAN DE BATTERIJEN

Dit product functioneert met vier(4) 1.5-volt AA batterijen (bijgeleverd).

Diagram	Richtlijnen
	<p>1. Vervang de batterijen wanneer op het scherm het volgende verschijnt:</p> 
	<p>2. Verwijder de oude batterijen.</p>
	<p>3. Breng de nieuwe batterijen in. Zorg ervoor dat u de polariteit respecteert zoals te zien op de schets.</p>
	<p>4. Sluit het batterijcompartiment door het dekseltje terug te plaatsen.</p> <p>NOTA Op het scherm zal "CAL" verschijnen eenmaal u de weegschaal op een horizontaal oppervlak plaatst. Laat de weegschaal op de grond toe zichzelf gedurende 1-2 seconden te ijken.</p>

NOTA Batterijen kunnen het milieu belasten. Neem contact op met uw lokale afvalverwijderingsdienst inzake richtlijnen voor hun verwijdering.

AANVULLING

Gewichtseenheidconversie

Eenheid	Beschrijving	Geografisch gebruik	Conversie
kg	Metrische kilogram	Wereldwijd	1 kg = 2.20 lb 1 kg = 0.16 stone
lb	Amerikaans Pond	Amerikaans	1 lb = 0.45 kg 1 lb = 0.07 stone
st-lb	Britse stone pound	Britse	1 stone = 14.0 lb 1 stone = 6.36 kg

GIDS VOOR HET VERHELLEN VAN STORINGEN

Dit deel bevat een aantal veel voorkomende vragen inzake problemen die u kunt krijgen bij het gebruik van uw personenweegschaal. Werkt het product niet naar behoren dan kunt u dit hoofdstuk eerst doornemen vooraleer u het toestel inbrengt voor onderhoud.

Probleem	Symptoom	Ga het volgende	Na remedie	
Geen stroom	Het scherm is zwak.	De batterijen zijn bijna leeg.	Breng nieuwe batterijen in (blz.13).	
	Het scherm is gedoofd.	De batterijen zijn leeg.	Breng nieuwe batterijen in (blz.13).	
		De batterijen zijn onjuist ingebracht.	Breng de batterijen correct in (blz. 13).	
Foutmelding	Op het scherm verschijnt ϵ .	De batterijen zijn bijna leeg.	Vervang de batterijen .	
	$Err 1$ verschijnt op het scherm.	Het gewicht op de weegschaal is onevenwichtig verdeeld of onstabiel.	Zorg ervoor dat u stil staat en dat de weegschaal op een vlakke ondergrond rust. Gebruik antislipvoetjes wanneer de ondergrond onregelmatig is.	
	$Err 2$ verschijnt op het scherm.	U bent te vroeg op de weegschaal gestapt.	Voor gebruikers met opgeslagen profiel, wacht totdat u het gewicht op het scherm kunt aflezen als "0.0" voordat u op de weegschaal stapt.	
Problemen bij de aflezing van het gewicht, de BMI en de Vetbalansindex	Op het scherm verschijnt "ol" wanneer gewogen wordt.	De weegschaal is te zwaar belast	Het maximale weegbereik is 150kg (330 lb / 23st - 8lb). Verwijder het gewicht van de weegschaal.	
	De meting is onnauwkeurig.	De weegschaal staat niet op een vlakke ondergrond of op een tapijt.	Maak gebruik van de bijgeleverde antislipvoetjes of plaats de weegschaal op een vlak, regelmatig en stevig oppervlak.	
		U draagt sokken of schoenen.	Trek sokken en schoenen uit en verwijder zware accessoires voordat u de weegschaal gebruikt.	
		De ingebrachte gegevens inzake geslacht, leeftijd of lengte zijn fout.	Breng uw juiste profielgegevens in.	
	Er verschijnt geen gewichtsaanduiding	De metingen wijzigen aanzienlijk na een korte periode.		Lichaamsvetfluctuaties gedurende de dag zijn normaal. Ga naar blz.7 voor meer informatie hieromtrent.
		Er verschijnt geen gewichtsaanduiding	De weegschaal moet heringesteld worden	Stel de Weegschaal terug in (blz. 13)

EIGENSCHAPPEN

Afmetingen:

Breedte x Diepte x Hoogte 315(b) x 340(d) x 50(h) mm
 Gewicht 1.8kg (zonder batterijen)

Weegbereikinterval:

Weegmechanisme 4 laadcel Drukdoosstelsel
 Gewichtseenheden kilogrammen (kg) / ponden (lb) / stone ponden (st-lb)
 Maximaal weegbereik 150kg / 330 lb / 23st-8lb
 Graduatie 0.1 kg / 0.2 lb

BMI:

BMI meetinterval tot 50 kg/m²

Lichaamsvetmeting

Meetmechanisme BIA technologie met 6 geleidende platen
 Lichaamsvetmeetinterval 5-75%
 Vetbalansindex afleesnauwkeurigheid 0.1%
 Geslacht Mannelijk/Vrouwelijk
 Leeftijd 7 tot 99 jaar oud

Lengte meetinterval

Lengte eenheden centimeters (cm) / voet (') en inches (")
 Min / Max lengte 80 – 230.0 cm / 2' 7.5" – 7' 6.6"
 Lengte nauwkeurigheid 0.1cm of 0.1"

Stroom:

Voeding 4xLR6 / AA / UM-3 1.5v batterijen
 Stroombesparing auto-off na 5 – 10 seconden

Omgevingsparameters:

Omgevingstemperatuur 5° C ... 45° C (41° F...113° F)
 bij een relatieve vochtigheid van 85%
 Opbergtemperatuur -5° C60° C (23° F ... 140° F)
 bij een relatieve vochtigheid van 85%

BIJKOMENDE INFORMATIEBRONNEN

Bezoek onze website (www.oregonscientific.com) om meer te weten te komen over uw personenweegschaal en de andere Oregon Scientific™ producten zoals digitale camera's, telefoons, persoonlijke organizers, wekkers en weerstations. De website bevat eveneens contactinformatie zodat u zich, indien nodig, in verbinding kunt stellen met onze naverkoopdienst.



Help ons het milieu te beschermen. Recycleer verpakkingsmateriaal, batterijen en het product nadat u ze niet langer gebruikt.

© 2003 Oregon Scientific. Alle rechten voorbehouden.