

Digitale Glas Körperanalysewaage



Art.-Nr.: 02255

Wir bedanken uns bei Ihnen für den Kauf unserer digitalen Glas Körperanalysewaage.

Für die richtige Verwendung und Instandhaltung der Waage, lesen Sie bitte die Bedienungsanleitung vor der Inbetriebnahme sorgfältig durch und bewahren diese bitte an einem sicheren Ort auf.

Inhaltsverzeichnis

Sicherheitshinweise	2
Batterie-Warnhinweise	2
Entsorgungshinweise	4
LCD-Anzeige	5
Inbetriebnahme und Wiegevorgang	6
Körperanalyse	7
Körperanalysetabelle	11
Weiterführende Informationen	11
Weitere Funktionen	14
Wechseln der Batterien	14
Fehlermeldungen	15
Hinweise für die sichere Nutzung und Pflege	16
Technische Daten	17
EU Konformitätserklärung	18

Sicherheitshinweise

Das Gerät ist bestimmt für den Einsatz im Europäischen Wirtschaftsraum und der Schweiz.

Es wurde so konstruiert und produziert, dass es bei sachgemäßem Umgang über viele Jahre seinen Zweck zufriedenstellend erfüllen wird. Um dies zu gewährleisten beachten Sie bitte die nachstehenden Sicherheitshinweise.

- Das Produkt ist nur für den Hausgebrauch vorhergesehen und nicht für den gewerblichen Einsatz wie beispielsweise in Krankenhäusern oder medizinischen Einrichtungen geeignet.
- Das Produkt darf nicht auseinander gebaut werden. Außer der Batterie enthält das Gerät keine Teile, die vom Benutzer gewartet werden können.
- Halten Sie die Glasoberfläche stets trocken, ansonsten besteht hohe Rutschgefahr!
- Die Waage nach Gebrauch mit einem feuchten Tuch reinigen. Keine Lösungsmittel benutzen und die Waage nicht in Wasser tauchen.
- Setzen Sie die Waage keinen übermäßigen Stößen oder Vibrationen aus.
- Entfernen Sie die Batterie, wenn das Gerät längere Zeit nicht benutzt wird.

Batterie-Warnhinweise

1. Setzen Sie Batterien keinen extremen Temperaturen, wie etwa direkter Sonneneinstrahlung oder Feuer, aus. Legen Sie das Gerät nicht auf Heizkörper. Auslaufende Batteriesäure kann Schäden verursachen.
2. Setzen Sie Batterien immer gemäß der korrekten Polarität (+ und -), wie im Batteriefach abgebildet, ein.

Achtung! Es besteht Explosionsgefahr, wenn die Batterien falsch gepolt eingesetzt werden.

3. Benutzen Sie nur gleiche Batterietypen mit den entsprechenden technischen Daten als Ersatz.

4. Verwenden Sie keine alten und neuen Batterien zusammen oder Batterien verschiedener Typen oder Hersteller.
5. Sollten Batterien einmal ausgelaufen sein, entnehmen Sie diese mit einem Tuch aus dem Batteriefach. Entsorgen Sie die Batterien bestimmungsgemäß. Vermeiden Sie bei ausgelaufener Batteriesäure den Kontakt mit Haut, Augen und Schleimhäuten. Spülen Sie bei Kontakt mit der Säure die betroffenen Stellen sofort mit reichlich klarem Wasser und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.
6. Verschluckte Batterien sind lebensgefährlich. Bewahren Sie alle Batterien außerhalb der Reichweite von Kleinkindern und Haustieren auf. Wurden Batterien verschluckt, suchen Sie sofort ärztliche Hilfe auf.
7. Erlauben Sie Kindern nicht, Batterien ohne Aufsicht eines Erwachsenen zu wechseln.
8. Lagern Sie Batterien gut belüftet und trocken.
9. Entfernen Sie die Batterien, wenn Sie das Gerät eine längere Zeit nicht verwenden.

Wiederaufladbare Batterien:

10. **Explosionsgefahr!** Die Batterien dürfen nicht auseinandergenommen, ins Feuer geworfen oder kurzgeschlossen werden.

Nicht-wiederaufladbare Batterien:

11. **Explosionsgefahr!** Die Batterien dürfen nicht geladen oder mit anderen Mitteln reaktiviert, auseinandergenommen, ins Feuer geworfen oder kurzgeschlossen werden.
12. Entfernen Sie verbrauchte Batterien sofort aus dem Gerät und entsorgen Sie diese bestimmungsgemäß.

Entsorgungshinweise

Beachten Sie bitte unbedingt, dass Sie Batterien und Gerät nach den geltenden gesetzlichen Bestimmungen umweltgerecht entsorgen.

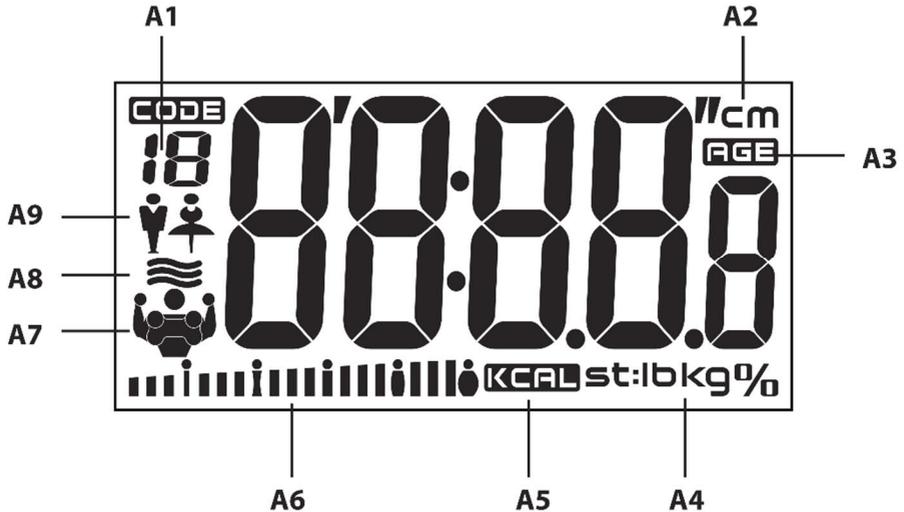
Der Endverbraucher ist zur Rückgabe von Altbatterien gesetzlich verpflichtet. Die Entsorgung von Altbatterien über den unsortierten Hausmüll ist verboten. Das Symbol der durchgestrichenen Mülltonne auf der Batterie stellt dieses Verbot grafisch dar. Altbatterien enthalten Stoffe, die der Umwelt und der Gesundheit schaden können. Hierzu zählen Cadmium (Cd), Quecksilber (Hg) und Blei (Pb). Diese Stoffe sind unterhalb des Symbols der durchgestrichenen Mülltonne angegeben.

Batterien können an der Verkaufsstelle oder an den öffentlichen Sammelstellen und überall dort kostenlos abgegeben werden, wo Batterien und Akkus der betreffenden Art verkauft werden. Beachten Sie weiterhin das Elektrogeräte nicht über den normalen Hausmüll entsorgt werden dürfen. Diese sind an Sammelstellen, kommunalen Entsorgungsstellen oder über den Hersteller/Verkäufer zu entsorgen. Dies gilt auch für unsere Geräte, die Sie bitte über die öffentlich / kommunalen Sammelstellen für Sie unentgeltlich abgeben. Unsere Geräte tragen aus diesem Grund als entsprechenden Entsorgungshinweis die durchgestrichene Mülltonne mit dem Unterstrich.



Durch Ihren Beitrag zur fachgerechten Entsorgung dieses Produktes schützen Sie die Umwelt und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen. Falsche oder unsachgemäße Entsorgung gefährdet Umwelt und Gesundheit.

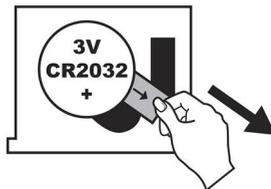
LCD-Anzeige



A1	Nutzercode
A2	Größe
A3	Alter
A4	Maßeinheit des Gewichts
A5	Kilokalorien-Empfehlung
A6	Fettstatus-Indikator
A7	Fett-, Muskel- und Knochenmasse in %
A8	Körperwassergehalt in %
A9	Geschlecht

Inbetriebnahme und Wiegevorgang

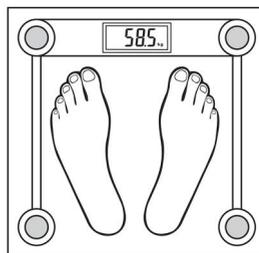
- Bitte entfernen Sie vor dem ersten Gebrauch der Waage den Kunststoffisolator zwischen der Batterie und der Kontaktstelle.



Das Gerät ist nun bereit für die Benutzung.

Einfache Gewichtsmessung

- Steigen Sie auf die Waage und stellen sich dort ruhig hin. Die Waage schaltet sich automatisch ein und startet automatisch den Wiegevorgang. Wenn das Gewicht ermittelt ist blinkt die Anzeige zunächst und kann anschließend abgelesen werden.



- Gehen Sie dann von der Waage runter.
- Nach ca. 10 Sekunden schaltet sich die Waage automatisch ab.



Bitte beachten Sie, dass es bei kurz aufeinanderfolgenden Messungen zu Abweichungen kommen kann. Messen Sie in diesem Fall erneut.



Wir empfehlen, den Wiegevorgang immer zur gleichen Zeit durchzuführen um ein gut vergleichbares Ergebnis zu erhalten (z.B. immer morgens nach dem Aufwachen wiegen).



Stellen Sie die Waage auf glatte, ebene und harte Untergründe, um genaue Messergebnisse zu erhalten. Weiche Teppiche oder unebene Untergründe beispielsweise verfälschen die Messergebnisse oftmals stark!



Körperanalyse

Benutzerdaten eingeben

Bevor Sie die Körperanalyse starten können, müssen Sie zunächst Ihre Benutzerdaten eingeben.

Die nachfolgenden Eingaben müssen zügig erfolgen, das das Gerät nach ca. 6 Sekunden ohne Betätigung in den Messmodus wechselt.

1. Drücken Sie kurz die Taste „SET“.
2. Der Benutzercode (1 - 12) blinkt. Wählen Sie den gewünschten Speicherplatz (1 - 12) aus, auf dem Sie Ihre Benutzerdaten speichern wollen, indem Sie die Taste ▲ oder ▼ drücken und bestätigen Ihre Auswahl durch kurzes Drücken der „SET“-Taste.

3. Die Geschlechtsanzeige blinkt nun im Display. Wählen Sie das passende Geschlecht durch Drücken der Tasten ▲ und ▼ aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl durch kurzes Drücken der „SET“-Taste.



4. Die Anzeige der Körpergröße blinkt im Display. Stellen Sie Ihre Körpergröße durch Drücken der Tasten ▲ und ▼ ein und bestätigen Sie Ihre Auswahl durch kurzes Drücken der „SET“-Taste.



5. Die Anzeige des Alters blinkt. Stellen Sie Ihr Alter durch Drücken der Tasten ▲ und ▼ ein und bestätigen Sie Ihre Auswahl durch kurzes Drücken der „SET“-Taste.



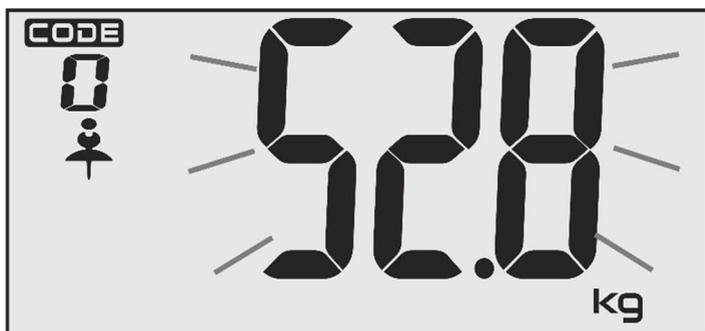
Die Waage ist nun bereit für die Körperanalyse.

Körperanalyse starten

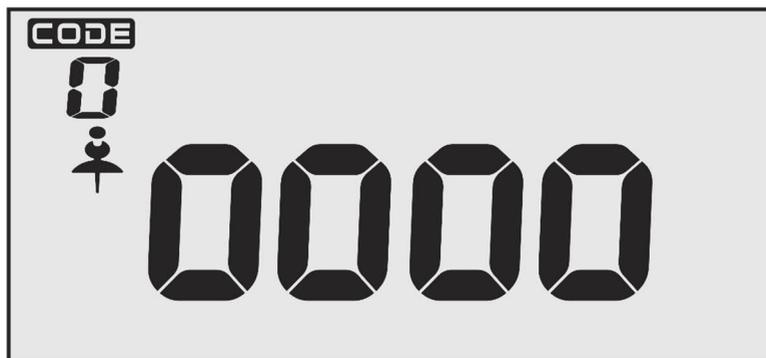
Die Datenmessung erfolgt über den Kontakt zwischen den beiden Messstreifen und Ihren nackten Füßen.

Stellen Sie sich deshalb direkt im Anschluss an Punkt 5 Barfuß auf die Waage. Achten Sie darauf, dass die nackten Füße die Messstreifen aus Metall auf der linken und rechten Seite der Waage berühren. Die Waage führt zunächst die Gewichtsmessung durch.

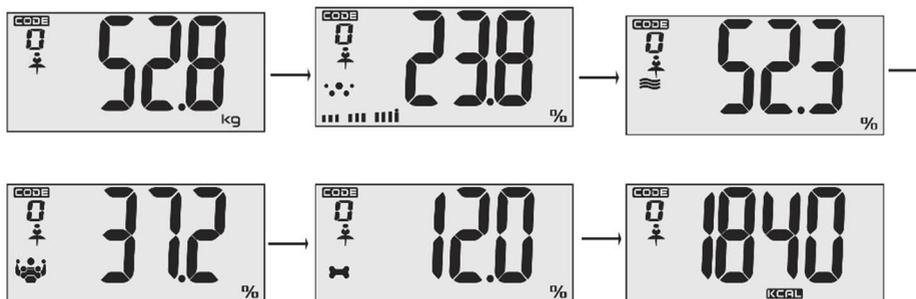
Im Anschluss blinkt die Anzeige des Messergebnisses 1 mal.



Danach beginnt automatisch die Körperanalyse. Im Displays erscheint „0000“



Sobald die Körperanalyse beendet ist erscheinen nacheinander die Werte für Gewicht, Körperfettanteil (in %), Körperwasseranteil (in %), Muskelmasseanteil (in %), Knochenmasseanteil (in %) und Kalorienbedarfsermittlung.

**Hinweis:**

Vor jeder neuen Messung muss zunächst der Richtige Benutzercode mit Hilfe der „SET“ und Pfeiltasten gewählt werden. Stellen Sie sich im Anschluss einfach auf die Waage, um die Messung zu starten.

Körperanalysetabelle

Die folgende Tabelle dient lediglich als Leitfaden. Für die Richtigkeit übernimmt der Hersteller keine Haftung.

Alter	Körperfett (Frau)	Körperwasser (Frau)	Körperfett (Mann)	Körperwasser (Mann)	Status	LCD-Anzeige
unter 30	4.0-16.0%	66.0-57.8%	4.0-11.0%	66.0-61.2%	zu dünn	
	16.1-20.5%	57.7-54.7%	11.1-15.5%	61.1-58.1%	Dünn	
	20.6-25.0%	54.6-51.6%	15.6-20.0%	58.0-55.0%	normal	
	25.1-30.5%	51.5-47.8%	20.1-24.5%	54.9-51.9%	leicht übergewichtig	
	30.6-60.0%	47.7-27.5%	24.6-60.0%	51.8-27.5%	übergewichtig	
über 30	4.0-20.0%	66.0-55.0%	4.0-15.0%	66.0-58.4%	zu dünn	
	20.1-25.0%	54.9-51.6%	15.1-19.5%	58.3-55.3%	dünn	
	25.1-30.0%	51.5-48.1%	19.6-24.0%	55.2-52.3%	normal	
	30.1-35.0%	48.0-44.7%	24.1-28.5%	52.2-49.2%	leicht übergewichtig	
	35.1-60.0%	44.6-27.5%	28.6-60.0%	49.1-27.5%	übergewichtig	

Weiterführende Informationen

- Warum ist es so wichtig, dass Körperfett im Auge zu behalten? Das Gewicht alleine sagt traditionell aus, ob jemand übergewichtig ist oder nicht. Gewichtsveränderungen selbst geben aber kein Indiz, ob sich der Körperfettanteil oder der Muskelmasseanteil geändert haben. Bei der Gewichtsreduzierung ist es wünschenswert die Muskelmasse beizubehalten oder sogar zu steigern und den

Fettanteil zu reduzieren. Aus diesem Grund ist die Kontrolle des Körperfettwertes ein wesentlicher Schritt nach vorne zu erfolgreicher Gewichtskontrolle und guter Gesundheit. Der optimale Körperfettanteil ist je nach Geschlecht und Alter unterschiedlich.

- Wie wird das Körperfett bewertet? Körperfett wird nach einer Methode berechnet, die sich „Bioelektrische Impedanz Analyse (BIA)“ nennt. Mit der BIA Technologie fließt ein minimales elektrisches Signal durch den Körper. Die elektrischen Ströme sind sehr gering und verursachen keine Schäden im Körper! Abhängig vom Fettanteil der jeweiligen Person fließt das elektrische Signal mit unterschiedlichen Widerständen zurück zur Waage. Der Widerstand mit dem das Signal durch den Körper fließt wird elektrische Impedanz genannt und liefert Daten, mit welchen der Körperfettanteil bewertet werden kann. Bitte beachten Sie, dass der ausgewertete Körperfettanteil der Waage nicht zu 100% stimmen kann und nicht mit einer fachlichen Bewertung verglichen werden kann. Es gibt klinische Methoden, um den Körperfettanteil festzustellen, die Sie bei Ihrem Hausarzt erfragen können.
- Warum ist es wichtig, das Körperwasser im Auge zu behalten? Wasser ist ein Grundbestandteil unseres Körper und sein Anteil sagt einiges über unseren Gesundheitszustand aus. Der Wasseranteil macht ca. 50 bis 70% des Körpergewichtes aus. Es ist prozentual mehr im Muskelgewebe vorhanden, als im Fettgewebe. Wasser ist das Medium für Bio-Chemische Reaktionen im Körper, die die Körperfunktionen regulieren. Abfallstoffe werden aus den Zellen heraus transportiert und später in Form von Schweiß und Urin ausgeschieden. Wasser bestimmt die Formen der Zellen, unterstützt die Körpertemperatur, ist verantwortlich für die Feuchtigkeit der

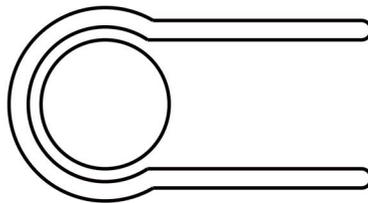
Haut und der Schleimhäute, bettet lebenswichtige Organe ein, hält Gelenke geschmeidig und ist Hauptbestandteil der meisten Körperflüssigkeiten. Der Wassergehalt des Körper ändert sich mit dem Feuchtigkeitslevel des Körpers und mit dem Gesundheitszustand. Die Beobachtung des Körperwassers ist eine sinnvolle Unterstützung zu einer guten Gesundheit. Wie die Körperfettmessung beruht die Messung des Körperwasseranteils auf der BIA Methode. Die Bewertung des Körperwasser wird ebenfalls beeinflusst, bzw. vermindert bei Personen, die unter Störungen leiden, die den Wasserhaushalt des Körpers vermindern oder erhöhen. Der optimale Körperwassergehalt hängt von Geschlecht und Alter ab. Bitte beachten Sie, dass der bewertete Körperwasseranteil nicht zu 100% stimmen kann und nicht mit einer fachlichen Bewertung verglichen werden kann. Es gibt klinische Methoden, um den Körperfettanteil festzustellen, die Sie bei Ihrem Hausarzt erfragen können.

- Zu welchem Zeitpunkt sollen die Messungen zur Analyse erfolge? Um wiederholt akurate Werte zu erhalten, wird empfohlen die Messungen jeweils zur gleichen Tageszeit durchzuführen, z.B. immer Morgens vor dem Frühstück.
Es ist grundsätzlich besser seine eigenen Werte im Auge zu behalten und Schwankungen festzustellen, als seinen Werte mit den Durchschnittswerten der Bevölkerung zu vergleichen.
- Was sagt mir das Ergebnis der Kalorienauswertung? Die Kalorienauswertung zeigt den maximal empfohlenen Kalorienbedarf pro Tag, um Ihr aktuelles Gewicht zu halten.

Weitere Funktionen

Wahl der Messeinheit (kg/ lb)

Um die richtige Messeinheit auszuwählen, schalten Sie die Waage ein, indem Sie sich kurz drauf stellen und betätigen Sie bitte die entsprechende Gerätetaste auf der Rückseite der Waage.

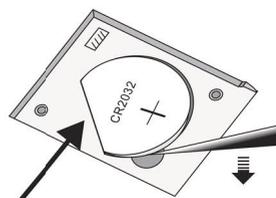


Unit button

Hinweis: Bitte stellen Sie Ihre Waage vor dem Wiegevorgang auf die entsprechende Messeinheit ein. Diese Einstellung kann während des Wiegens nicht verändert werden.

Wechseln der Batterien

- Öffnen Sie den Deckel des Batteriefachs
- Entnehmen Sie die alten Batterien und entsorgen diese fachgerecht.



- Installieren Sie die neue 3V, CR2032 Lithium Knopfzelle



- Nach dem Einlegen der Batterie verschließen Sie das Fach wieder.
- Bitte beachten Sie, dass eine falschherum eingelegte permanente negative Auswirkung auf die elektronischen Teile des Gerätes verursachen kann. Beachten Sie deswegen beim Einlegen **immer** die richtige Polarität („+“ und „-“ Pol).

Fehlermeldungen

Überlastungsanzeige

Wenn die Waage überlastet ist (mehr als 150 kg), zeigt das Display "Err" an. Steigen Sie in diesem Fall von der Waage ab, um schaden am Gerät zu vermeiden.



Batteriestand zu niedrig

Wechseln Sie die Batterie, wenn das Display „Lo“ anzeigt. Die aktuell eingelegte Batterie verfügt nicht mehr über ausreichend Leistung um das Gerät zu betreiben.



Fehlmessung:

Sollte das Gerät während oder unmittelbar nach dem Wiegevorgang „C“ anzeigen, war die Messung Fehlerhaft. Steigen Sie in diesem Fall von der Waage und warten bis diese sich ausschaltet. Führen Sie die Messung anschließend erneut durch.



Hinweise für die sichere Nutzung und Pflege

- Für genaue Ergebnisse, stellen Sie die Waage auf eine ebene und harte Oberfläche (Teppiche sind oft nicht als Untergrund geeignet und verfälschen das Messergebnis stark).
- Konstanter Druck führt zu einem effektiven Ergebnis. Setzen Sie die Waage keinen übermäßigen Stößen oder Schlägen aus, da die Waage sonst sehr leicht beschädigt wird.
- Halten Sie beim Wiegen die Balance und wackeln bitte nicht.
- Benutzen Sie ein leicht feuchtes Tuch zum Reinigen der Waage. Stellen Sie sicher, dass kein Wasser ins Innere der Waage kommt. Dies führt zu Beschädigungen.
- Verwenden Sie keine Chemikalien zur Reinigung der Waage.
- Um eine lange Lebensdauer der Waage zu gewährleisten, setzen Sie die Waage bitte keinen zu feuchten/nassen und zu warmen Bedingungen aus.
- Es handelt sich bei der Waage nicht um eine im Handelsgewerbe einzusetzende Waage. Die Waage ist nur für private Haushalte geeignet.
- Bitte überlasten Sie die Waage nicht, da die Sensoren leicht beschädigt werden können.
- Stellen Sie bitte keine schweren Gegenstände auf die Waage, wenn Sie diese nicht benutzen.
- Die Waage bitte nicht in aufrechter Position lagern.
- Aufgrund der kontinuierlichen Verbesserung dieses Produktes, können auch ohne vorherige Ankündigungen technische Änderungen bei der Produktion des Gerätes vorgenommen werden.
- Springen Sie bitte nicht auf die Waage und vermeiden Sie es, die Waage fallen zu lassen, da es sich bei dieser Waage um ein hochpräzises, elektronisches Instrument handelt.

- Bitte benutzen Sie die Waage nicht auf einem nassen, rutschigen Boden. Stellen Sie sich nicht auf den Rand der Waage, um ein Hinfallen zu vermeiden.

Hinweis: Bitte heben Sie die Bedienungsanleitung gut auf und geben diese, falls Sie die Waage weitergeben mit.

Technische Daten

- Trittfläche aus 6 mm Sicherheitsglas
- Wiegekapazität bis 150 kg
- Automatische Abschaltung
- Step-on Funktion
- Batterie-Niedrigstandsanzeige
- Wiegeschritte: 100g
- Gewischtseinheiten: kg, lb, st
- Gewicht: 1,55 kg
- Maße: 30,5 x 30,5 x 2 cm

Art.-Nr.: 02255

Modell-Nr.: EF974

L-Nr.: 3120

Hersteller:

Weinberger GmbH & Co. KG

Simonshöfchen 38

42327 Wuppertal

Deutschland

www.weinberger-group.de

EU Konformitätserklärung

Nach den Richtlinien 2014/30/EU und 2011/65/EU:

Dokument-Nr.: 1006202001
Monat, Jahr: Juni, 2020
Hersteller/ Importeur: Weinberger GmbH & Co. KG
Simonshöfchen 38
42327 Wuppertal
Deutschland
Produktdaten: Digitale Glas Körperanalysewaage
Art.-Nr.: 02255
Modell-Nr.: EF974

Das bezeichnete Produkt stimmt mit den Vorschriften der folgenden Europäischen standards überein:

- EN 55014-1: 2017; EN 55014-2: 2015
- IEC 61000-4-2:2008; IEC 61000-4-3:2006+A1:2007+A2:2010
- EN 62321:2009

Testeport: TÜV SÜD (China): 64.710.17.07200.01-(E),
64.710.17.07200.01-(I)

Aussteller: Weinberger GmbH & Co. KG

Ort, Datum: Wuppertal, 10.06.2020



weinberger[®]
Weinberger GmbH & Co. KG
Simonshöfchen 38
42327 Wuppertal - Germany

Jörg Bläse - Einkaufsleiter