


Gebruikershandleiding
Lichaamsvetweegschaal (CF470)

1. Specificatie

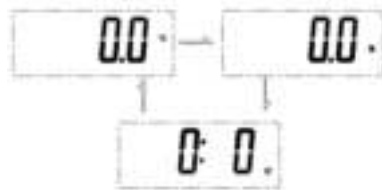
- . Toetsen voor instelling: SET/ UP (·) /DOWN (·)
- . Vermogen: 3V (2 x 1,5V AAA-batterijen)
- . Maximale capaciteit: 180kg/ 397 lb/ 28st: 5 lb
- . Afstuderen: 0,1 kg/ 0,2 lb
- . Overbelastingsindicatie: Err
- . Lage batterij indicatie: Lo
- . Nulindicatie
- . Hoogtebereik: 100~240cm/3ft 3 inch ~ 7ft 10 inch
- . (Leeftijd) Leeftijdscategorie:10-80 jaar oud
- . (P) Aantal geheugen: P0-P9 10 Personen
- . (Vet) Het meten van lichaamsvet bereik: 5%~50%
- . (TBW) Het meten van het waterbereik: 10%~80%
- . (M) Het meten van het spierbereik: 10%~80%
- . (S) Het meten van het botbereik: 0,5 kg~8,0 kg
- . (KCAL) Dagelijkse vraag naar calorieën
- . (BMI) De massa-index van de carrosserie
- . Automatische identificatie bereik :2,0 kg
- . Normale modus en Sport-modus ()



Opmerkingen: zorg ervoor dat er een goed contact is tussen de blote voeten en de metalen elektroden

2. Eenheidsconversie

Druk op de UNIT-knop op de basis van de weegschaal om de gewenste eenheid te selecteren (kg/lb/st). De standaardeenheid is kg. (kg: kilogram, lb: pond, st: steen)



3. Persoonlijke profielinstelling

Stel uw persoonlijk profiel in op de weegschaal voor het eerste gebruik, om ervoor te zorgen dat het uw lichaamsvet percentage en andere lichaam index parameters kan meten.

Stel het persoonlijke profiel in met de volgende stappen.

Geheugeninstelling (P)	P0-P9
Hoogtebereik	100 ~ 240cm/3ft 3 inch ~ 7ft 10 inch
Leeftijdscategorie	10-80 jaar oud
Geslachtsinstelling	Man (), Vrouw ()
Sportmodusinstelling	Sportman(), Sportvrouw()

Voor mensen die regelmatig sporten

3.1. Druk op de knop INSTELLEN om de instellingsmodus in te voeren.



3.2. Druk op \cdot of \cdot om de gebruikersnaam te kiezen (P0-P9), Druk op SET om de gewenste gebruikersnaam te bevestigen



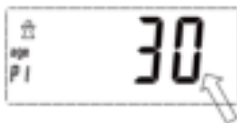
3.3. Druk op \cdot of \cdot om man of vrouw of sportmodus te kiezen, druk op SET voor bevestiging.



3.4. Druk op \cdot of \cdot om de hoogte te wijzigen, druk op SET voor bevestiging



3.5. Druk op \cdot of \cdot om de leeftijd te wijzigen, druk op SET voor bevestiging



4. Het wegen en meten van vet

4.1. Na het voltooien van de instelling geeft de weegschaal 0,0 kg aan.



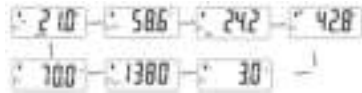
4.2. Stap op de weegschaal met blote voeten, zorg voor een goed contact tussen blote voeten en de metalen elektroden.



4.3. Dan, 4 "O" symbolen draaien op de weegschaal een voor een van links naar rechts, dit betekent dat de weegschaal uw lichaam index parameters aan het analyseren is.



4.4. Vervolgens, de data van 7 parameters zal een voor een te zien zijn op het Lcd-scherm, lichaamsvet, water, BMI, spiermassa, botmassa, calorie en gewicht, alle weeggegevens zullen 2 keer te zien zijn op het Lcd-scherm voor de weegschaal uitschakelt.



4.5. Het persoonlijke profiel van de gebruiker wordt opnieuw weergegeven op het display, waarna de weegschaal automatisch wordt uitgeschakeld.



5. Automatisch identificatiebereik (2,0 kg)

Als je het lichaamsvet de vorige keer correct hebt gemeten, zal de weegschaal automatisch het gewicht van de gebruiker uit het hoofd leren, voor de volgende meting, kan de gebruiker direct op de weegschaal staan om het vet te meten, geen noodzaak om persoonlijke gegevens opnieuw in te stellen.

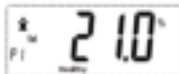
5.1. Sta direct op de weegschaal, wachtend op het gewichtsdisplay.



5.2. Vervolgens verdwijnen 4 "0"-symbolen één voor één van links naar rechts bij het meten.



5.3. Lcd-display het lichaamsvet, water, BMI, spier, bot en calorieën, gewicht in een sequentie.



5.4. Als de weegschaal het gewicht linkt met 2 gebruikers of meer, dan moet u met UP of DOWN uw profiel selecteren. Het Lcd-scherm, zoals hieronder weergegeven, toont aan dat het verschil in gewicht van P1 en P2 binnen 2,0 kg ligt.



6. Alleen gewicht

De weegschaal heeft een step-on-functie. Als u voor gebruik geen gebruikersinformatie invoert of het huidige gewicht van de gebruiker is niet hetzelfde of vergelijkbaar met het gewicht van een reeds ingestelde gebruiker binnen 2 kg, stap dan met blote voeten op de weegschaal. Sta stil met uw gewicht gelijkmatig verdeeld over beide benen. De weegschaal zal onmiddellijk beginnen met het meten van uw gewicht en een korte tijd later zal uw gewicht worden weergegeven. Wanneer u van de weegschaal stapt, dan zal deze na enkele seconden uitschakelen.



7. Evaluatie van de resultaten

De volgende lichaamsvetpercentages zijn als referentiegids

Formulier 1.

Body fat analysis (Unit %)								
Age	Female				Male			
	Underfat	Healthy	Overfat	Obese	Underfat	Healthy	Overfat	Obese
10-39	<21	21-33	33-39	>39	<8	8-20	20-25	>25
40-59	<23	23-34	34-40	>40	<11	11-22	22-28	>28
60-80	<24	24-36	36-42	>42	<13	13-25	25-30	>30

Formulier 2.

Body water analysis (Unit %)						
Age	Female			Male		
	Underfat	Healthy	Overfat	Underfat	Healthy	Overfat
10-15	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
16-30	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
31-60	<42	42-52	>52	<47	47-61	>61
61-80	<37	37-47	>47	<42	42-56	>56

Formulier 3.

BMI (Body Mass Index) is normaal binnen de volgende bereiken.

BMI parameter (reference to WHO)				
	under weight	normal	over weight	obese
BMI	<18.5	18.5~25	25~30	>30

Formulier 4.

De spiermassa is normaal binnen de volgende bereiken.

Body muscle analysis (Unit %)		
Gender	Female	Male
Normal	>34%	>40%

Formulier 5.

De botmassa is normaal binnen de volgende bereiken.

Body bone analysis (Unit Kg)						
Gender	Female			Male		
Weight	<45Kg	45-60Kg	>60Kg	<60Kg	60-75Kg	>75Kg
Bone mass	1.8Kg	2.2Kg	2.5Kg	2.5Kg	2.9Kg	3.2Kg

Formulier 6.

Volgens het basismetabolisme van het menselijk lichaam heeft het lichaam elke dag een bepaalde hoeveelheid calorieën nodig om de vraag naar het leven in stand te houden. Waarde op het scherm wordt voorgesteld aantal calorieën te consumeren per dag voor de persoon die gebruik maakt van gewicht.

Calories analysis (Unit: KJ)					
	Age	<17	18~29	30~50	>50
Male	<50Kg	1350	1200	1115	1075
	50~65Kg	1485	1320	1227	1183
	65~80Kg	1890	1680	1561	1505
	80~95Kg	2295	2040	1896	1828
	>95Kg	2700	2400	2230	2150
Female	<50Kg	1265	1180	1085	1035
	50~65Kg	1392	1298	1194	1139
	65~80Kg	1771	1652	1519	1449
	80~95Kg	2151	2006	1845	1760
	>95Kg	2530	2360	2170	2070

8. Herinnering en tips

- 8.1. Het oppervlak van de schaal zal glad zijn als het nat is. Zorg ervoor dat zowel het glas als uw voeten droog zijn voor gebruik.
- 8.2. Deze weegschaal is niet waterdicht. Stel de weegschaal niet bloot aan vocht.
- 8.3. Reinig de weegschaal met een licht vochtige doek. Gebruik geen chemische of schurende reinigingsmiddelen om de weegschaal te reinigen.
- 8.4. Verwijder de batterijen als de weegschaal voor langere tijd niet gebruikt wordt.
- 8.5. Het apparaat is uitsluitend bestemd voor huishoudelijk gebruik in huis.
- 8.6. Kinderen moeten onder toezicht staan om er zeker van te zijn dat ze niet met het apparaat spelen.
- 8.7. Voordat u het apparaat voor de eerste keer gebruikt, gaat u als volgt te werk: pak het apparaat zorgvuldig uit en verwijder al het verpakkingsmateriaal. Houd het materiaal (plastic zak en karton) buiten het bereik van kinderen. Haal de batterijen uit de beschermende verpakking en plaats ze met de juiste polariteit.

Opmerking: Wanneer u de weegschalen voor het eerst gebruikt, of wanneer u ze oplaadt, moeten ze twee keer opnieuw worden opgestart en moeten ze vrij zijn van voorwerpen om een nauwkeurige meting te garanderen. Dit is voor het kalibreren van de weegschaal op een stevige,

vlakke ondergrond.