

LAICA®



ISTRUZIONI E GARANZIA

PS7005

PESAPERSONE ELETTRONICA SMART CON INDICATORE DI % DI GRASSO, % DI ACQUA, % DI MUSCOLATURA SCHELETRICA, METABOLISMO BASALE E CON INDICATORE DI MASSA CORPOREA

- EN** Instructions and warranty
SMART ELECTRONIC SCALE FOR BODY FAT %, WATER %, MUSCLE %, BASAL METABOLIC RATE WITH BODY MASS INDICATOR
- ES** Instrucciones y garantía
BÁSCULA ELECTRÓNICA SMART CON INDICADOR DE % DE GRASA, % DE AGUA, % DE MUSCULATURA ESQUELÉTICA, METABOLISMO BASAL E INDICADOR DE MASA CORPORAL
- PT** Instruções e garantia
BALANÇA ELETRÓNICA SMART COM INDICAÇÃO DA PERCENTAGEM DE MASSA GORDA, PERCENTAGEM DE ÁGUA, PERCENTAGEM DE MASSA MUSCULAR ESQUELÉTICA, METABOLISMO BASAL E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL
- DE** Anleitungen und Garantie
ELEKTRONISCHE PERSONENWAAGE MIT ANZEIGE DES FETTANTEILS, DES WASSERANTEILS UND DES SKELETTMUSKELANTEILS IN %, DES GRUNDUMSATZES UND MIT ANZEIGE DER KÖRPERMASSE
- FR** Instructions et garantie
PÈSE-PERSONNE ÉLECTRONIQUE SMART AVEC INDICATION DU % DE MASSE GRAISSEUSE, % D'EAU, % DE MASSE MUSCULAIRE SQUELETTIQUE, MÉTABOLISME DE BASE ET AVEC INDICATEUR DE MASSE CORPORELLE
- EL** Οδηγίες και εγγύηση
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΖΥΓΑΡΙΑ SMART ΜΕ ΕΝΔΕΙΞΗ % ΛΙΠΟΥΣ, % ΝΕΡΟΥ, % ΣΚΕΛΕΤΙΚΩΝ ΜΥΩΝ, ΒΑΣΙΚΟΥ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΜΕ ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ
- RO** Instrucțiuni și garanție
CÂNTAR ELECTRONIC INTELIGENT CU INDICATOR AL % DE GRĂSIME, % DE APĂ, % DE MUSCULATURĂ SCHELETICĂ, METABOLISMULUI BAZAL ȘI CU INDICATOR DE MASĂ CORPORALĂ
- CS** Návod a záruka
CHYTRÁ ELEKTRONICKÁ OSOBNÍ VÁHA S UKAZATELEM % TUKU , % VODY, % KOSTERNÍHO SVALSTVA, BAZÁLNIHO METABOLISMU A S INDEXEM TĚLESNÉ HMOTNOSTI
- SK** Návod a záruka
INTELENTNÁ ELEKTRONICKÁ OSOBNÁ VÁHA S UKAZOVATEĽOM PODIELU TELESNÉHO TUKU, VODY, KOSTROVÉHO SVALSTVA, HODNOTY BAZÁLNEHO METABOLIZMU A INDEXU TELESNEJ HMOTNOSTI
- HU** Használati utasítások és garancia
ELEKTRONIKUS SZEMÉLYMÉRLEG A TESTVÍZ, TESTVÍZ, IZOMTÖMEG, ALAP METABOLIKUS RÁTA ÉS A TESTTÖMEG-INDEX KIMUTATÁSÁRA
- SL** Navodila in garancija
ELEKTRONSKA OSEBNA TEHTNICA SMART Z INDIKATORJEM % MAŠČOB, % VODE, % SKELETNE MIŠČNINE, BAZALNEGA METABOLIZMA IN Z INDIKATORJEM TELESNE MASE
- HR** Upute i jamstvo
PAMETNA ELEKTRONSKA VAGA SA INDIKATOROM PROCENTA MASNOĆE, VODE, MIŠIĆNE MASE, SKELETNIH MIŠIĆA, BAZALNOG METABOLIZMA I INDIKATOROM TJELESNE MASE

LAICA®

LAICA S.p.A.

Viale del Lavoro, 10
36048 Barbarano Mossano (VI) - Italy
Tel. +39 0444.795314
info@laica.com
Made in China

www.laica.it



LAICA®
PS7005
PESAPERSONE
ELETTRONICA

LC169/b - 08/2020

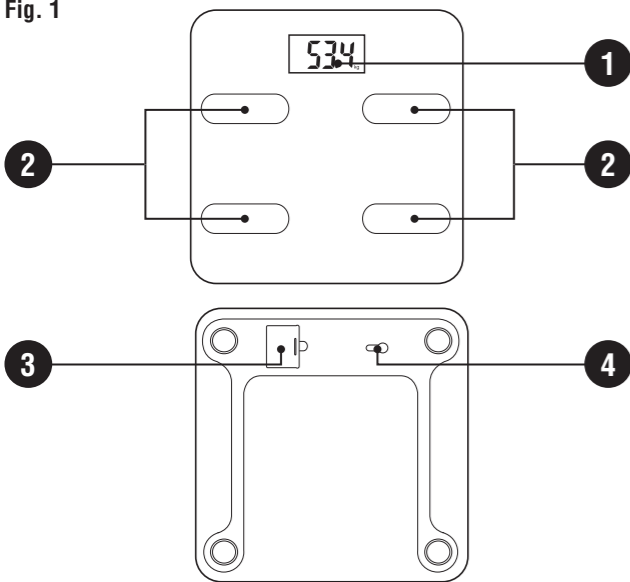
The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by Laica S.p.A. is under licence.

Other trademarks and trade name are those of their respective owners.

iOS, iPhone, iPad mini, iPod touch, App Store are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries - Android™, Play Store™ and Google Play™ are trademarks of Google Inc.

PS7005

Fig. 1

**IT DESCRIZIONE PRODOTTO**

1. Display
2. Elettrodi
3. Vano batterie
4. Tasto selezione unità di misura

EN PRODUCT DESCRIPTION

1. Display
2. Electrodes
3. Battery compartment
4. Unit of measurement selection key

ES DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

1. Pantalla
2. Electrodo
3. Compartimento de las pilas
4. Tecla de selección de unidad de medida

PT DESCRIÇÃO DO PRODUTO

1. Ecrã
2. Eléctrodos
3. Compartimento das pilhas
4. Botão de seleção da unidade de medida

DE BESCHREIBUNG DES PRODUKTS

1. Display
2. Elektroden
3. Batteriefach
4. Taste zur Auswahl der Maßeinheit

FR DESCRIPTION DU PRODUIT

1. Écran
2. Électrode
3. Compartiment des piles
4. Touche sélection unité de mesure

EL ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

1. Οθόνη
2. Ηλεκτρόδια
3. Χώρος μπαταριών
4. Πλήκτρο επιλογής μονάδας μέτρησης

RO DESCRIEREA PRODUSULUI

1. Afișaj optic
2. Electrozi
3. Compartiment baterii
4. Tastă de selectare a unității de măsură

CS POPIS VÝROBKU

1. Displej
2. Elektrody
3. Příhrádka na baterie
4. Tlačítko pro výběr měrné jednotky

SK POPIS VÝROBKU

1. Displej
2. Elektrody
3. Priestor pre batérie
4. Tlačidlo na voľbu mernej jednotky

HU A TERMÉK LEÍRÁSA

1. Kijelző
2. Elektroádák
3. Elemtartó rekesz
4. Mértékegységet kiválasztó gomb

SL OPIS IZDELKA

1. Zaslon
2. Elektrode
3. Predal za baterije
4. Tipka za izbiro merilne enote

HR OPIS PROIZVODA

1. Zaslon
2. Elektrode
3. Pretinac za baterije
4. Tipka za odabir mjerne jedinice



ANNI DI **GARANZIA**
 YEARS **GUARANTEE**
 ANOS DE **GARANTIA**
 ANOS DE **GARANTIA**
 JAHRE **GARANTIE**
 ANS DE **GARANTIE**
 XPONIA **ΕΓΓΥΗΣΗ**
 ANI DE **GARANTIE**
 ROK **ZÁRUKA**
 ROK **ZÁRUKA**
 ËV **GARANCIA**
 LET **GARANCIJE**
 GODINA **GARANCIJE**

LAICA S.p.A.

Viale del Lavoro, 10
 36048 Barbarano Mossano (VI) - Italy
 Tel. +39 0444.795314
 info@laica.com
 Made in China

www.laica.it

Data - Date

--	--	--	--	--	--	--	--

Timbro rivenditore
 Retailer's stamp
 Cachet du revendeur
 Sello del revendedor
 Carimbo do revendedor
 Stempel des Händlers
 Σφραγίδα καταστήματος
 Stampilã distributor
 Razitko prodajce
 Pečiatka predajcu
 Bolti pecsét
 Pečat prodajalca
 Pečat prodavaoca

Disegni - Drawing - Dibujos - Figuras - Zeichnungen - Dessins - Εικόνες - Desenele -
 Obrázky - Obrázky - Képek - Slike - Crteže





PESAPERSONE ELETTRONICA SMART CON INDICATORE DI % DI GRASSO, % DI ACQUA, % DI MUSCOLATURA SCHELETRICA, METABOLISMO BASALE E CON INDICATORE DI MASSA CORPOREA – ISTRUZIONI E GARANZIA

Gentile cliente, Laica desidera ringraziarLa per la preferenza accordata al presente prodotto, progettato secondo criteri di affidabilità e qualità al fine di una completa soddisfazione.

IMPORTANTE LEGGERE ATTENTAMENTE PRIMA DELL'USO CONSERVARE PER UN RIFERIMENTO FUTURO

Il manuale di istruzioni deve essere considerato come parte del prodotto e deve essere conservato per tutto il ciclo di vita dello stesso. In caso di cessione dell'apparecchio ad altro proprietario consegnare anche l'intera documentazione.



Per un utilizzo sicuro e corretto del prodotto, l'utente è tenuto a leggere attentamente le istruzioni e avvertenze contenute nel manuale in quanto forniscono importanti informazioni relative a sicurezza, istruzioni d'uso e manutenzione. In caso di smarrimento del manuale di istruzioni o necessità di ricevere maggiori informazioni o chiarimenti contattare l'azienda all'indirizzo sotto riportato: Laica S.p.A. - Viale del Lavoro, 10 - 36048 Barbarano Mossano (VI) – Italy - Tel. +39 0444.795314 - info@laica.com - www.laica.it

Pesapersona elettronica che misura il peso e calcola la composizione corporea (percentuale di grasso, di acqua, di muscolatura scheletrica e indice di massa corporea) e il metabolismo basale in funzione dell'altezza, dell'età e del sesso. Compatibile con tecnologia bluetooth 4.0 e superiore per l'invio automatico dei dati rilevati al proprio smartphone in modo da monitorare in ogni momento i propri progressi.

INDICE	
LEGENDA SIMBOLI	pag. 4
AVVERTENZA SULLA SICUREZZA	pag. 4
COMPOSIZIONE CORPOREA	pag. 5
DESCRIZIONE DEL PRODOTTO	pag. 5
ISTRUZIONI PER L'USO	pag. 6
MANUTENZIONE	pag. 6
PROBLEMI E SOLUZIONI	pag. 7
PROCEDURA DI SMALTIMENTO	pag. 7
GARANZIA	pag. 7

LEGENDA SIMBOLI

- Avvertenza
- Divieto

AVVERTENZE SULLA SICUREZZA

- Prima dell'utilizzo del prodotto controllare che l'apparecchio si presenti integro senza visibili danneggiamenti. In caso di dubbio non utilizzare l'apparecchio e rivolgersi al proprio rivenditore.
- Tenere il sacchetto di plastica della confezione lontano dai bambini: pericolo di soffocamento.

- Questo apparecchio dovrà essere destinato esclusivamente all'uso per il quale è stato concepito e nel modo indicato nelle istruzioni d'uso. Ogni altro utilizzo è da considerarsi improprio e quindi pericoloso. Il costruttore non può essere considerato responsabile per eventuali danni derivanti da usi impropri o errati. Questo apparecchio può essere utilizzato in modo autonomo da bambini di età uguale o superiore agli 8 anni.
- Questo apparecchio può essere utilizzato da persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte, o da persone inesperte, solo se preventivamente istruite sull'utilizzo in sicurezza e solo se informate sui pericoli legati al prodotto stesso. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Le operazioni di pulizia e di manutenzione non possono essere effettuate dai bambini senza la sorveglianza di un adulto.
- In caso di guasto e/o cattivo funzionamento, spegnere l'apparecchio senza manometterlo. Per le riparazioni rivolgersi sempre al proprio rivenditore.
- Trattare la bilancia con cura, proteggerla da urti, variazioni estreme di temperatura, umidità, polvere, luce diretta del sole e fonti di calore.
- ⊘ NON far penetrare liquidi nel corpo della bilancia. Questo apparecchio non è impermeabile. NON lasciare e NON utilizzare la bilancia in ambienti saturi d'acqua; un'umidità superiore all' 85% o il contatto con acqua o altri liquidi può provocare corrosione e compromettere il corretto funzionamento del dispositivo.
- ⊘ NON salire sulla bilancia con i piedi bagnati o se la superficie della stessa è bagnata: pericolo di scivolamento.

ATTENZIONE! PRIMA DI UTILIZZARE QUESTO APPARECCHIO

- **La percentuale di grasso corporeo e di acqua, di muscolatura scheletrica e il valore del metabolismo basale calcolati dalla bilancia devono essere considerati solamente come dati indicativi. Per qualsiasi ulteriore informazione, consultare il medico o dietologo.**
- **Tramite gli elettrodi posizionati sulla pedana, la bilancia invia una debole corrente elettrica a bassa intensità che attraversa la massa corporea. La bilancia non presenta nessun pericolo.**
- **È sconsigliato l'utilizzo per le seguenti persone in quanto i dati rilevati dalla bilancia potrebbero non essere attendibili:**
 - o portatori di pace-maker o altro materiale elettronico medico
 - o persone con febbre
 - o bambini al di sotto dei 12 anni
 - o donne in gravidanza
 - o persone in dialisi, con edemi alle gambe, persone affette da osteoporosi
 - o persone che assumono farmaci per il sistema cardiovascolare.

UTILIZZO IN SICUREZZA DELLE BATTERIE

- Rimuovere le batterie se non si usa la bilancia per lunghi periodi di tempo e conservarle in un luogo fresco e asciutto a temperatura ambiente.
- ⊘ NON ricaricare le batterie se non ricaricabili.
- ⊘ NON eseguire la ricarica delle batterie ricaricabili con modalità diverse da quelle indicate nel manuale o con apparecchiature non indicate.
- ⊘ NON esporre mai le batterie a fonti di calore e alla luce diretta del sole. L'inosservanza di questa indicazione può danneggiare e/o fare esplodere le batterie.
- ⊘ NON gettare le batterie nel fuoco.
- La rimozione o sostituzione delle batterie deve essere effettuata da persone adulte.
- Tenere le batterie lontano dalla portata dei bambini: l'ingestione delle batterie costituisce pericolo mortale. In caso di ingestione consultare immediatamente un medico.
- L'acido contenuto nelle batterie è corrosivo. Evitare il contatto con la pelle, gli occhi o gli indumenti.

COMPOSIZIONE CORPOREA

La composizione corporea è costituita da:

- massa magra: tutte le componenti libere da grasso (acqua, muscolo, tessuto connettivale e altre componenti organiche non grassose), ossa, muscoli, visceri, acqua, organi, sangue;
- massa grassa: tutti i grassi estraibili del tessuto adiposo e da altri tessuti/organi.
- massa ossea.

Tramite gli elettrodi posizionati sulla pedana, la bilancia trasmette una debole corrente elettrica a bassa intensità che attraversa la massa corporea. Le diverse masse rispondono in modo differente al flusso di corrente: la massa magra oppone una resistenza inferiore rispetto a quella opposta dalla massa grassa. Questa resistenza del corpo è chiamata impedenza bioelettrica. La percentuale relativa delle diverse masse corporee varia in funzione del sesso, dell'età e della statura della persona.

% di massa grassa

La percentuale di grasso indicata nella tabella che segue rappresenta il grasso totale che è dato dalla somma del grasso essenziale e del grasso di deposito. Il grasso essenziale è necessario per le diverse funzioni dell'organismo: la percentuale è 3% nell'uomo e 12% nella donna. Il grasso di deposito dà energia, protegge contro traumi fisici e isola il corpo per preservarne il calore. Tali percentuali variano con l'età e il sesso dell'individuo come da tabella sotto riportata. **Se le percentuali indicate dalla bilancia sono al di fuori dei valori indicati come "normale" dalla tabella, si consiglia di consultare il proprio medico.**

		TABELLA BODYFAT				
		Età	SOTTOPESO	NORMALE	SOVRAPPESO	OBESO
DONNA	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%	
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%	
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%	
UOMO	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%	
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%	
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%	

% di massa muscolare

Esistono tre diversi tipi di tessuto muscolare: liscio, striato scheletrico e striato cardiaco. Il muscolo liscio è formato da fibre lisce, le quali si trovano nelle pareti del tubo digerente, delle vie respiratorie e delle vie genitali, nella parete dei vasi sanguigni venosi e arteriosi. Il tessuto muscolare striato scheletrico costituisce nell'uomo la muscolatura scheletrica ed i muscoli della faccia. Il muscolo striato cardiaco è rappresentato dal cuore. La presente bilancia calcola la % di muscolatura scheletrica e del tessuto muscolare liscio nell'organismo. In media, il 40% del peso corporeo è composto da muscoli scheletrici. Gli uomini hanno solitamente una muscolatura più accentuata delle donne e in genere la percentuale può aumentare negli sportivi. La percentuale di muscolatura inizia a diminuire con l'avanzare dell'età.

% d'acqua

La % di acqua corporea è diversa nella donna e nell'uomo: nelle donne adulte in stato di salute va dal 45% al 60%, mentre per gli uomini dal 50% al 65%. La percentuale d'acqua è maggiore nell'infanzia e diminuisce con l'età. Le variazioni di peso corporeo possono avvenire in tempi brevi (ore), medi (giorni) o lunghi (settimane). Piccole variazioni di peso in poche ore sono del tutto normali e sono dovute alla ritenzione idrica essendo infatti l'acqua extracellulare (che comprende il liquido interstiziale, il plasma, la linfa ed il liquido transcellulare) l'unico compartimento in grado di variare così rapidamente. Quando diminuzioni di peso avvengono in pochi giorni è molto probabile che siano a carico dell'acqua totale.

Metabolismo basale

Il metabolismo basale (o BMR, basal metabolic rate) è la quantità minima di calorie necessaria al corpo umano per sopravvivere, quindi per effettuare i processi di base come la circolazione, la respirazione, la digestione, il mantenimento della temperatura corporea. Il metabolismo basale viene calcolato su un soggetto a riposo mentale e fisico in posizione supina, a digiuno da 12 ore, dopo almeno 8 ore di sonno e con una temperatura ambientale costante di circa 20°C. Il metabolismo basale per gli adulti oscilla tra i 1200 e le 1800 kcal. Il BMR è influenzato da molti fattori: età, sesso, altezza, composizione corporea, febbre / stress, stato di nutrizione e temperature ambientali.

Indice di massa corporea

TABELLA IMC	VALORE IMC
SOTTOPESO	<18.5
NORMALE	18.5-24.9
SOVRAPPESO	25.0-29.9
OBESO	>30

L'indice di massa corporea mette in relazione il peso corporeo e l'altezza di un individuo. La classificazione sotto riportata è correlata al rischio che un inadeguato peso corporeo può costituire per lo stato di salute: quando l'IMC rientra tra 18,5 e 24,9 significa che il peso non incide statisticamente sullo stato di salute ed è quindi da considerarsi normale. Ogni deviazione, per difetto o per eccesso da tale intervallo di valori di IMC deve essere considerata a rischio per il proprio stato di salute; è

consigliabile in questo caso consultare il proprio medico. Abituarsi a seguire una dieta equilibrata e fare attività fisica aiuta sicuramente a migliorare la qualità della vita, favorire la salute e prevenire patologie, aumentare la vitalità, mantenere il peso-forma! È importante sapere però che l'indice di massa corporea non permette di distinguere variazioni del peso dovute all'entità della massa muscolare, della massa ossea, al contenuto di acqua o all'accumulo di grasso. Quindi, la semplicità di calcolo dell'IMC non deve trarre in inganno, portando a diete "fai da te". La sua valutazione deve essere appannaggio del medico o di altre figure specializzate come il nutrizionista o il dietista.

Considerazioni

- Nel valutare l'andamento della propria composizione corporea è necessario tenere presente che:
- La sola diminuzione di peso accompagnata da una percentuale di grasso corporeo invariata o addirittura in aumento, indica che il corpo ha perso semplicemente acqua (ad esempio dopo un allenamento, una sauna o una dieta limitata alla rapida perdita di peso).
- L'aumento di peso accompagnato da una percentuale di grasso corporeo in diminuzione o invariata indica lo sviluppo di massa muscolare.
- Quando peso e grasso corporeo diminuiscono contemporaneamente significa che la dieta funziona e si perde volume.


DESCRIZIONE DEL PRODOTTO (vedi fig.1)

1. Display
2. Elettrodi
3. Vano batterie
4. Tasto selezione unità di misura

CARATTERISTICHE TECNICHE

- Portata: 180 kg / 400 lb
- Divisione: 100 g / 0.2 lb
- 3 batterie alcaline 1.5V AAA sostituibili
- Display LCD reverse
- Frequenza operativa: 2402-2480 MHz, potenza irradiata effettiva: <0.9 dBm
- Condizioni ambientali di esercizio: +10°C +40°C; RH ≤85%

- Condizioni ambientali di conservazione: +10°C +50°C; RH ≤85%

	La bilancia calcola la composizione corporea su persone di età compresa fra 12 e 99 anni e con un'altezza compresa fra 90 e 220 cm.
--	---

CONSIGLI PER L'USO

- Pesarsi sempre sulla stessa bilancia e alla stessa ora, preferibilmente al risveglio e svestiti.
- È importante pesarsi a piedi nudi, ben asciutti e posizionati correttamente sugli elettrodi (vedi figura). Evitare che ci siano contatti fra le gambe affinché la bilancia funzioni correttamente.
- Attendere circa 15 minuti dopo essersi alzati, in modo che l'acqua possa distribuirsi nel corpo.
- La precisione dei dati forniti dalla bilancia può essere compromessa nei seguenti casi:
 - a) alto tasso alcolico
 - b) alto livello di caffeina o droghe
 - c) dopo pasti pesanti
 - d) dopo una rigorosa attività sportiva
 - e) durante una malattia
 - f) in gravidanza
 - g) in presenza di problemi di disidratazione
 - h) piedi bagnati o non puliti
 - i) gambe gonfie

ISTRUZIONI PER L'USO

PRIMO UTILIZZO

- La presente bilancia funziona con 3 batterie alcaline sostituibili da 1.5V tipo AAA.
- Per inserire le batterie aprire il vano batterie facendo scivolare il coperchio in direzione della freccia.
- Inserire le batterie tenendo presente la polarità indicata. Chiudere il coperchio.

SELEZIONE UNITÀ DI MISURA

Accendere la bilancia salendoci sopra e verificare l'unità di misura indicata sul display (kg o lb). Per modificare l'unità di misura, scendere dalla bilancia e premere il tasto posto sul fondo della stessa.

UTILIZZO

a. Misurazione solo peso corporeo







I dati relativi alla composizione corporea vengono visualizzati solo su smartphone con App "LAICA Home Wellness", la bilancia visualizza infatti sul display solo il peso. È possibile quindi utilizzarla come semplice bilancia nel seguente modo:

- 1) Posizionare la bilancia su una superficie piana e rigida. La presenza di un pavimento cedevole o sconnesso (es. tappeto, moquettes, linoleum) può pregiudicare l'esattezza del peso.
- 2) A bilancia spenta salire sulla bilancia con i piedi paralleli ed il peso equamente distribuito (v. disegni). Attendere senza muoversi che la bilancia computi il vostro peso. Non appoggiarsi a nulla durante la misurazione per evitare di alterare i valori rilevati.
- 3) Scendere dalla bilancia, il display continua a mostrare il peso per pochi secondi, quindi la bilancia si spegne automaticamente.


b. Funzionamento con app: calcolo della composizione corporea

- Elenco dispositivi compatibili:
- **IOS:** iPhone con sistema operativo dal 10.
 - **Per device con sistema operativo Android™:** dalla versione 6.0 (Marshmallow).
- Compatibile con tecnologia bluetooth 4.0 e superiore, la bilancia invia i dati relativi alla composizione corporea (percentuale di grasso, acqua, muscolatura scheletrica, dato relativo al metabolismo basale e indice di massa

corporea) allo smartphone per meglio analizzare la composizione del proprio peso. Durante le seguenti operazioni si consiglia di tenere lo smartphone nelle vicinanze della bilancia per mantenere la connessione attiva.

1. Attivare il bluetooth nelle impostazioni dello smartphone
2. Installare nello smartphone l'App gratuita "LAICA Home Wellness"
3. Avviare l'App e seguire le istruzioni per aggiungere il prodotto e per creare il nuovo utente inserendo i propri dati personali.
4. A bilancia spenta salire sulla pedana facendo attenzione a posizionare correttamente i piedi nudi sopra gli elettrodi. La bilancia visualizza:
 - a. il peso
 - b. il simbolo  che indica che la connessione tra bilancia e lo smartphone è attiva.
5. Per inviare i dati rilevati dalla bilancia allo smartphone, premere nell'app il tasto "RILEVA PESO".
6. A questo punto i seguenti dati vengono visualizzati nel proprio smartphone:
 - il peso
 - l'obiettivo di peso (se impostato nell'app)
 - la percentuale di grasso corporeo 
 - la percentuale di acqua 
 - il metabolismo basale 
 - l'indice di massa corporea (BMI) 
 - la percentuale di massa muscolare 
7. La bilancia si spegne automaticamente dopo circa 10 secondi di non utilizzo.

Confrontare la percentuale di grasso ottenuta con i parametri riportati nella "tabella bodyfat": se cade al di fuori dei valori normali, consultare il proprio medico. Valutare inoltre la percentuale d'acqua come da paragrafo " % d'acqua" e la percentuale di muscolatura come da paragrafo "% di muscolatura scheletrica".

	<ul style="list-style-type: none"> • Durante la pesata verificare che l'app sia attiva e visualizzata sullo smartphone in modo da verificare l'invio immediato dei dati relativi alla vostra composizione corporea. • Prima di procedere con una nuova pesata, verificare sempre che la connessione bluetooth del proprio smartphone sia attiva. • Per device Android™ è necessario attivare i servizi di localizzazione. • Prima di procedere con una nuova pesata selezionare sempre sullo smartphone l'utente dove si vuole memorizzare i dati. • Ogni volta che la pesapersona viene spostata o sollevata e poi riposta sul piano di appoggio, la prima pesata non dovrà essere considerata, a causa di un necessario riassetto della scheda elettronica rispetto alle celle di carico. Considerare la seconda e le successive pesate, poiché in alcuni casi la prima potrebbe essere alterata dal motivo sopra indicato.
---	--

SOSTITUZIONE BATTERIE

Quando il display mostra "LO" o il simbolo della batteria procedere alla sostituzione con batterie dello stesso tipo.

1. Aprire il vano batterie facendo scivolare il coperchio nella direzione della freccia.
2. Estrarre le batterie scariche e smaltirle come indicato nel paragrafo "Procedura di smaltimento".
3. Inserire le nuove batterie tenendo presente la polarità indicata.
4. Chiudere il vano batterie.

MANUTENZIONE


- Conservare l'apparecchio in un luogo fresco e asciutto.
- Conservare l'apparecchio in posizione orizzontale
- Pulire la bilancia usando esclusivamente un panno morbido e asciutto.

- Non utilizzare mai prodotti chimici o abrasivi.


PROBLEMI E SOLUZIONI		
Problema	Possibile causa	Soluzione
La bilancia non si accende.	Non si è saliti in modo corretto sulla bilancia.	Salire sulla bilancia con i piedi paralleli. Attenzione: si accende solo una volta saliti.
	Le batterie sono esaurite.	Sostituire le batterie.
Il display visualizza "Lo"o il simbolo della batteria.	Le batterie sono scariche.	Procedere con la sostituzione.
Il display visualizza "Err".	Peso superiore alla portata della bilancia.	Togliere subito il peso dalla bilancia per non danneggiarla e verificarne la portata massima.
L'app "LAICA Home Wellness" non visualizza nessun dato.	Non è stato attivato il bluetooth nelle impostazioni dello smartphone.	Attivare il bluetooth nello smartphone.
	Lo smartphone è andato in stand-by durante la pesata.	Mantenere l'app attiva sullo smartphone durante la pesata per verificare l'invio immediato dei dati.
L'app "LAICA Home Wellness" visualizza solo il peso corporeo.	Non è stato premuto il tasto "RILEVA PESO" nell'app.	Premere nell'app il tasto "RILEVA PESO" per inviare i dati dalla bilancia all'app.
	Non si è saliti sulla bilancia a piedi nudi.	Salire sulla bilancia con i piedi nudi.
	La pelle dei piedi è troppo secca.	Inumidire leggermente la pelle dei piedi.

Tutti i pesi sono approssimati essendo arrotondati per eccesso o per difetto alla divisione più prossima. Garantiamo una precisione con tolleranza entro +/-1% + 1 divisione.

PROCEDURA DI SMALTIMENTO (Dir.2012/19/Ue-RAEE)

 Il simbolo posto sul fondo dell'apparecchio indica la raccolta separata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche. Al termine della vita utile dell'apparecchio, non smaltirlo come rifiuto municipale solido misto ma smaltirlo presso un centro di raccolta specifico situato nella vostra zona, oppure riconsegnarlo al distributore all'atto dell'acquisto di un nuovo apparecchio dello stesso tipo ed adibito alle stesse funzioni. Nel caso in cui l'apparecchio da smaltire sia di dimensioni inferiori ai 25 cm, è possibile riconsegnarlo ad un punto vendita con metratura superiore ai 400 mq senza l'obbligo di acquisto di un nuovo dispositivo simile. Questa procedura di raccolta separata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche viene effettuata in visione di una politica ambientale comunitaria con obiettivi di salvaguardia, tutela e miglioramento della qualità dell'ambiente e per evitare effetti potenziali sulla salute umana dovuti alla presenza di sostanze pericolose in queste apparecchiature o ad un uso improprio delle stesse o di parti di esse. Attenzione! Uno smaltimento non corretto di apparecchiature elettriche ed elettroniche potrebbe comportare sanzioni.

Per lo smaltimento corretto delle batterie (**Dir. 2013/56/Ue**) non gettare le batterie nei rifiuti domestici ma smaltirle come rifiuto speciale presso i punti di raccolta indicati per il riciclo. Per maggiori informazioni circa lo smaltimento delle pile scariche contattare il negozio dove è stato acquistato l'apparecchio che conteneva le batterie, il Comune oppure il servizio locale di smaltimento rifiuti.

 Questo prodotto è indicato per uso domestico. La conformità, comprovata dalla marcatura CE riportata sul dispositivo, è relativa alla direttiva 2014/30/Ue inerente la compatibilità elettromagnetica. Questo prodotto è uno strumento elettronico che è stato verificato per garantire, allo stato attuale delle conoscenze tecniche, sia di non interferire con altre apparecchiature poste nelle vicinanze (compatibilità elettromagnetica) sia di essere sicuro se usato secondo le indicazioni riportate nelle istruzioni per l'uso. In caso di comportamenti anomali del dispositivo, non prolungare l'impiego ed eventualmente contattare direttamente il produttore.

Il produttore, Laica S.p.A., dichiara che l'apparecchio è conforme alla Direttiva 2014/53/Ue. La dichiarazione di conformità completa è disponibile nel seguente indirizzo internet: www.laica.it.

GARANZIA

Il presente apparecchio è garantito 2 anni dalla data di acquisto che deve essere comprovata da **timbro o firma del rivenditore e dallo scontrino fiscale che avrete cura di conservare qui allegato**. Tale periodo è conforme alla legislazione vigente ("Codice del Consumo" D. Lgs. nr. 206 del 06/09/2005) e si applica solo nel caso in cui il consumatore sia un soggetto privato. I prodotti Laica sono progettati per l'uso domestico e non ne è consentito l'utilizzo in pubblici esercizi. La garanzia copre solo i difetti di produzione e non è valida qualora il danno sia causato da evento accidentale, errato utilizzo, negligenza o uso improprio del prodotto. Utilizzare solamente gli accessori forniti; l'utilizzo di accessori diversi può comportare la decadenza della garanzia.

Non aprire l'apparecchio per nessun motivo; in caso di apertura o manomissione, la garanzia decade definitivamente. La garanzia non si applica alle parti soggette ad usura e alle batterie quando fornite in dotazione. Trascorsi i 2 anni dall'acquisto, la garanzia decade; in questo caso gli interventi di assistenza tecnica verranno eseguiti a pagamento. Informazioni su interventi di assistenza tecnica, siano essi in garanzia o a pagamento, potranno essere richieste contattando info@laica.com. Non è dovuta nessuna forma di contributo per le riparazioni e sostituzioni di prodotti che rientrino nei termini della garanzia. In caso di guasti rivolgersi al rivenditore; NON spedire direttamente a LAICA. Tutti gli interventi in garanzia (compresi quelli di sostituzione del prodotto o di una sua parte) non prolungheranno la durata del periodo di garanzia originale del prodotto sostituito. La casa costruttrice declina ogni responsabilità per eventuali danni che possono, direttamente o indirettamente, derivare a persone, cose ed animali domestici in conseguenza della mancata osservanza di tutte le prescrizioni indicate nell'apposito libretto istruzioni e concernenti, specialmente, le avvertenze in tema di installazione, uso e manutenzione dell'apparecchio. È facoltà della ditta Laica, essendo costantemente impegnata nel miglioramento dei propri prodotti, modificare senza alcun preavviso in tutto o in parte i propri prodotti in relazione a necessità di produzione, senza che ciò comporti nessuna responsabilità da parte della ditta Laica o dei suoi rivenditori. Per ulteriori informazioni: www.laica.it

**SMART ELECTRONIC SCALE FOR BODY FAT %, WATER %, MUSCLE %, BASAL METABOLIC RATE WITH BODY MASS INDICATOR – INSTRUCTIONS AND WARRANTY**

Dear customer, Laica would like to thank you for choosing one of our products, designed according to strict performance and quality criteria in order to ensure total satisfaction.

**IMPORTANT
READ CAREFULLY BEFORE USE
KEEP IN A SAFE PLACE FOR FUTURE REFERENCE**

The instruction manual must be considered an integral part of the product and must be kept for its entire life. If the appliance is transferred to another owner, its documentation must also be transferred in its entirety.



To ensure the safe and correct use of the product, the user must carefully read the instructions and warnings contained in the manual insofar as they provide important information regarding safety, user and maintenance instructions. If the instruction manual is lost or in the event you require additional information or clarifications, please contact the company at the address shown below:

Laica S.p.A. - Viale del Lavoro, 10 - 36048 Barbarano Mossano (VI) – Italy
Tel. +39 0444.795314 - info@laica.com - www.laica.it

Electronic bathroom scale that measures the weight and calculates the body composition (percentage of body fat, water, muscle, and BMI) and the basal metabolic rate based on height, age and gender. Compatible with bluetooth 4.0 and higher technology, it allows you to automatically send the data to your smartphone so you can monitor your progress at any time.

INDEX

SYMBOLS KEY	page 8
SAFETY WARNINGS	page 8
BODY COMPOSITION	page 9
PRODUCT DESCRIPTION	page 9
INSTRUCTIONS FOR USE	page 10
MAINTENANCE	page 10
TROUBLESHOOTING	page 11
DISPOSAL PROCEDURE	page 11
WARRANTY	page 11

SYMBOLS KEY

Warning



Prohibition

SAFETY WARNINGS

- Before using, make sure the device is intact with no visible damage. If you have any doubts, do not use the device and contact the retailer.
- Keep the plastic bag used for packaging out of reach of children: suffocation hazard.
- This device must only be used for its intended purpose and in the manner indicated in the instructions.

All other uses are considered improper and therefore hazardous. The manufacturer cannot be considered responsible for any damage due to improper or incorrect use.

- This device can be used by children on their own from the age of 8 upwards.
- Individuals with reduced physical, sensory or mental capacities or unskilled people must only use the product if previously instructed on its use, in safety and only if informed of the dangers connected to the product itself.
- Children must not play with the device.
- Cleaning and maintenance operations must not be performed by children without adult supervision.
- In the event of a failure and/or malfunction, do not tamper with the device.
- Always contact your retailer for repairs.
- Handle the scale with care, protect it against knocks, extreme temperature fluctuations, humidity, dust, direct sunlight and sources of heat.
- Do NOT allow liquids to penetrate into the body of the scale.
- This appliance is not waterproof.
- Do NOT leave and do NOT use the scale in water-saturated environments; humidity rates greater than 85% or contact with water or other liquids may cause corrosion or compromise proper scale operation.
- Do NOT step onto the scale with wet feet, or if the surface of the scale is wet: slipping hazard.

**ATTENTION! BEFORE USING THIS APPLIANCE**

- **The body fat, water, and skeletal muscle percentages and the basal metabolism calculated by the scale must only be considered to be indicative data. For further information, consult a doctor or dietician.**
- **Through the electrodes located on the platform, the scale sends a weak, low intensity electrical current that passes through the body. The scale is not dangerous in any way.**
- **The scale is not recommended for the following individuals as the data detected by the scale may not be accurate:**
 - o individuals wearing a pacemaker or other electronic medical device
 - o people with fever
 - o children under 12 years of age
 - o pregnant women
 - o individuals undergoing dialysis, with oedema in the legs or osteoporosis
 - o people who take cardiovascular medication

SAFE USE OF BATTERIES

- Remove the batteries if the scale is not used for long periods of time and keep them in a well-ventilated and dry place, at room temperature.
- Do NOT recharge the batteries if they are not rechargeable.
- Do NOT recharge rechargeable batteries using methods other than those indicated in the manual or using unsuitable equipment.
- NEVER expose the batteries to sources of heat or direct sunlight.
- Failure to observe these instructions may result in damage to and/or the explosion of the batteries.
- Do NOT throw the batteries into an open flame.
- The removal or replacement of batteries must always be performed by an adult.
- Keep the batteries far from the reach of children: swallowing batteries carries the risk of death. If batteries are swallowed, immediately contact a doctor.
- The acid contained in the batteries is corrosive. Avoid contact with the skin, eyes or garments.

BODY COMPOSITION

The body composition is made up of:

- lean mass: all components without fat (water, muscle, connective tissue, and other non-fatty organic components), bone, muscles, bowels, water, organs, and blood;
- fatty mass: all fats that can be extracted from adipose tissue and other tissues/organs;
- bone mass.

Through the electrodes located on the platform, the scale sends a weak, low intensity electrical current that passes through the body. The different masses respond differently to the current: lean mass provides less resistance than the opposite. This body resistance is called bioelectrical impedance. The relative percentage of the various body masses varies based on gender, age, and physical stature.

Body fat %

The body fat percentage indicated in the table below represents the total fat that is calculated by adding essential fat and storage fat. Essential fat is necessary for various bodily functions. The percentage is 3% in men and 12% in women. Storage fat gives energy, protects against physical trauma, and insulates the body to preserve heat. These percentages vary with the age and gender of the individual as shown in the table below. **If the percentages indicated by the scale do not fall within the values indicated as "normal" in the table, we recommend consulting with your family physician.**

BODYFAT TABLE					
	Age	UNDERWEIGHT	NORMAL	OVERWEIGHT	OBESE
WOMEN	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
MEN	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% of muscle mass (% of skeletal muscle)

There are three different types of muscle: smooth, striated skeletal, and striated cardiac. Smooth muscle is made of smooth fibres. These are found in the walls of the digestive tract, respiratory tract and genital tract and in the wall of the venous and arterial blood vessels. Human striated skeletal muscle is in the skeletal and facial muscles. Cardiac striated muscle is found in the heart. This scale calculates the % of skeletal muscle and smooth muscle tissue in the body. On average, 40% of body mass is made up of skeletal muscle. Men usually have more pronounced muscles than women and the percentage may increase in those who practice sports. The percentage of muscle starts to decrease with age.

Water %

The % of water in the body differs based on gender: in healthy adult women it ranges from 45% to 60% while in men it ranges from 50% to 65%. The percentage of water is greater in childhood and decreases with age. Body weight variations can occur in a short period of time (hours), a medium period of time (days) or over a long period (weeks). Small variations in weight over a few hours is normal and due to water retention since extracellular water (which includes the interstitial fluid, plasma, lymph and transcellular fluid) is the only part capable of varying so rapidly. When weight losses occur in just a few days, it is very likely that it is part of the total water.

Basal metabolic rate

The Basal Metabolic Rate, or BMR, is the minimum calories required for the human body to survive, in order to carry out basic functions such as circulation, breathing, digestion, and maintaining body temperature. BMR is calculated on a person when at physical and mental rest, lying down on their back, having not eaten for 12 hours, after at least 8 hours' sleep and with a constant body temperature of 20°C. Adult BMR varies from 1200 to 1800 kcal. BMR is influenced by many factors: age, gender, height, body composition, fever / stress, nutritional state and ambient temperature.

Body mass index

BMI TABLE	BMI VALUE
UNDERWEIGHT	<18.5
NORMAL	18.5-24.9
OVERWEIGHT	25.0-29.9
OBESE	>30

The body mass index (BMI) is the relation of body weight to height. The classification given below is correlated to the risk that body weight exerts on health.

When BMI is between 18.5 and 24.9 it means that the weight does not statistically impact health and is to be considered normal.

Any deviation, above or below this BMI interval should be considered a health risk. In this case, we recommend consulting a physician. Getting in the habit of following a balanced diet definitely helps improve quality of life, promote health and prevent illness, increase vitality and maintain ideal weight! It is important to know that BMI does not allow accounting for weight variations due to muscle mass, bone mass, water content or fat accumulation.

Therefore, a simple BMI calculation alone should not be misinterpreted, leading to "DIY" diets. The evaluation of the BMI should be made by a doctor or other specialists such as a nutritionist or dietician.

Considerations

When assessing your body composition trend, it is necessary to keep the following in mind:

- A decrease in weight accompanied by no change in body fat or even an increase in body fat means that your body only lost water (for example, after exercising, time in the sauna or a limited diet for rapid weight loss).
- An increase in weight accompanied by a decrease or no change in body fat indicates the development of muscle mass.
- When the weight and body fat decrease at the same time it means that your diet is working and volume is being lost.

PRODUCT DESCRIPTION (see fig.1)

1. Display
2. Electrodes
3. Battery compartment
4. Unit of measurement selection key

TECHNICAL SPECIFICATIONS

- Capacity: 180 kg / 400 lb
- Division: 100 g / 0.2 lb
- 3 disposable 1.5V AAA alkaline batteries
- LCD reverse DISPLAY
- Operating frequency: 2402-2480 MHz, effective radiated power: <0.9 dBm
- Environmental conditions for use: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Environmental storage conditions: +10°C +50°C; RH ≤85%



The scale calculates the body composition for individuals aged 12 to 99 measuring between 90 and 220 cm tall.

RECOMMENDATIONS FOR USE

- Always weigh yourself on the same scale at the same time, preferably when you wake up and while naked.
- It is important to weigh yourself with dry, bare feet positioned correctly on the electrodes (see figure). Also avoid contact between the legs so the scale operates correctly.
- Wait about 15 minutes after rising so water can distribute itself through your body.
- Scale precision could vary in the following cases:
 - a) high level of alcohol
 - b) high level of caffeine or drugs
 - c) after heavy meals
 - d) after rigorous sports activities
 - e) during illness
 - f) when pregnant
 - g) when dehydrated
 - h) with wet or unclean feet
 - i) swollen legs

INSTRUCTIONS FOR USE

FIRST USE

- These scales require 3 x 1.5V type AAA replaceable alkaline batteries for operation.
- To insert the batteries, open the battery compartment by sliding the cover in the direction of the arrow.
- Insert the batteries, making sure the polarity is correct. Close the cover.

UNIT SELECTION

Switch on the scales by stepping onto them and checking the unit of measurement indicated on the display (kg or lb). To change the unit of measurement, step off the scales and press the button underneath the scales.

USE

a. Measuring weight only

Body composition data is only available via the "LAICA Home Wellness" smartphone app; the scale's display only shows weight. It can therefore be used as a simple scale in the following way:

- 1) Place the scale on a flat, sturdy surface. An uneven or disjointed floor (e.g., rug, carpet, linoleum) may compromise the accuracy of the reading.
- 2) With the scale off, step on with parallel feet and your weight equally distributed (see drawings). Do not move until the scale has measured your weight. Do not lean on anything while the scale measures your weight in order to avoid altering the readings.
- 3) Step off the scale. The display will continue to show the reading for a few seconds before automatically turning off.

b. Operation with app: calculation of body composition







List of compatible devices:

- **iOS:** iPhone with 10 operating system.
- **For device with Android™operating system:** with the 6.0 version (Marshmallow).

Compatible with bluetooth 4.0 and higher technology, the scale sends data on body composition (fat percentage, water, skeletal muscle, basal metabolic data and body mass index) to the smartphone to better analyse personal weight composition.

During the following operations, we recommend keeping the smartphone near the scale to keep the

bluetooth connection active.

1. Activate bluetooth in the smartphone settings.
2. Install the free "LAICA Home Wellness" app on your smartphone
3. Start the App and follow the instructions to add the product and to create the new user by entering your personal data.
4. With the scales switched off, step onto the platform, taking care to position your bare feet on the electrodes. The scales display:
 - a. weight
 - b. the symbol  that indicates that the connection between the scale and the smartphone is active.
5. To send the data detected by the scale to the smartphone, press the "DETECT WEIGHT" button in the app.
6. At this point the following data is displayed on your smartphone:
 - weight
 - weight goal (if set in the app)
 - the percentage of body fat 
 - the percentage of water 
 - basal metabolism 
 - body mass index (BMI) 
 - the percentage of muscle mass 
7. The scale switches off automatically after approximately 10 seconds of non-use.

Compare the fat percentage reading with the parameters indicated in the "Body fat table" if outside normal values, consult your doctor. Evaluate the water percentage, as indicated in the "water %" paragraph, as well as muscle percentage as indicated in the "muscle %" paragraph.



- When weighing, check that the app is on and displayed on your smartphone to ensure instant transfer of data about your body composition.
- Before taking a new reading, always make sure that the bluetooth connection on your smartphone is active.
- For Android™ devices it is necessary to activate the localisation services.
- Before taking a new weight measurement, make sure the correct user is selected on your smartphone.
- Each time the scale is moved and then returned to its resting surface, the first weight must not be considered due to reorganization of the electronic board with the loading cells. Consider the second and successive weights, as in certain cases the first one could be altered for the reason mentioned above.

REPLACING BATTERIES

When the "LO" or battery symbol appears on the display, replace the batteries with the same type.

1. Open the battery compartment by sliding the cover in the direction of the arrow.
2. Remove the worn batteries and dispose of them according to the instructions in the paragraph "Disposal Procedure".
3. Insert the new batteries according to the pole markings.
4. Close the battery compartment.

MAINTENANCE

- Store the appliance in a cool, dry area.
- Store the device in a horizontal position
- Only clean the scale with a soft, dry cloth.
- Never use chemicals or abrasives.

TROUBLESHOOTING

Problem	Possible cause	Solution
The scale doesn't turn on.	You have not stepped onto the scale properly.	Step onto the scale with your feet in a parallel position. Attention: only turn on after stepping on the scale.
	The batteries are worn.	Replace the batteries.
"Lo" or the battery symbol is shown on the display.	The batteries are low.	Replace them.
The display shows "Err".	Weight greater than the scale capacity.	Step off the scale immediately so as not to damage it and check the maximum capacity.
	The bluetooth function has not been enabled in the smartphone settings.	Enable bluetooth on your smartphone.
	The smartphone went in standby during weighing.	Keep the app active on your smartphone during weighing to check that data is sent instantly.
The "LAICA Home Wellness" app doesn't show any data.	The "DETECT WEIGHT" button has not been pressed in the app.	Press the "DETECT WEIGHT" button in the app to send the data from the scale to the app.
	The "LAICA Home Wellness" app only displays the body weight.	You did not step on the scale with bare feet.
	The skin on your feet is too dry.	Slightly dampen your feet.

All weights are approximate having been rounded up or down to the nearest whole number. We guarantee accuracy within +/-1% + 1 division.

DISPOSAL PROCEDURE



The symbol on the bottom of the device indicates the separated collection of electric and electronic equipment (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**).

At the end of life of the device, do not dispose it as mixed solid municipal waste, but dispose it referring to a specific collection centre located in your area or returning it to the distributor, when buying a new device of the same type to be used with the same functions. If the appliance to be disposed of is less than 25 cm, it can be returned to a retail location that is over 400 m² without having to purchase a new, similar device.

This procedure of separated collection of electric and electronic devices is carried out forecasting a European environmental policy aiming at safeguarding, protecting and improving environment quality, as well as avoiding potential effects on human health due to the presence of hazardous substances in such equipment or to an improper use of the same or of parts of the same. Caution! The wrong disposal of electric and electronic equipment may involve sanctions.

To correctly dispose of batteries (**Dir. 2013/56/Eu**) do not throw them into household waste but rather dispose of them as special waste at specialised recycling centres.

For more information about disposal of used batteries, contact the store where you purchased the

equipment containing the batteries, the municipality or the local waste disposal service.



This product is meant for domestic use. The conformity, certified by the CE-marking on the device, refers to the Directive 2014/30/Eu on electromagnetic compatibility.

This product is an electronic device that was tested to assure, according to the current technical knowledge, that it does not interfere with other nearby located equipment (electromagnetic compatibility) and that it is safe if used according to the advices given in the instructions for use. In case of operation anomalies, do not keep using the device and, if necessary, refer to the manufacturer directly.

The manufacturer, Laica S.p.A., declares that the device is compliant with Directive 2014/53/Eu. The complete statement of compliance is available at the following Internet site: www.laica.it.

WARRANTY

This equipment is covered by a 2-year warranty starting from the purchase date, which has to be proven by means of **the stamp or signature of the dealer and by the fiscal payment receipt that shall be kept enclosed to this document.**

This warranty period complies with the laws in force and applies only in case the consumer is an individual. Laica products are designed for domestic use only; therefore, their use for commercial purposes is forbidden. The warranty covers only production defects and does not apply, if the damage is caused by accidental events, misuse, negligence or improper use of the product. Use the supplied accessories only; the use of other accessories invalidate the warranty cover. Do not open the equipment for any reason whatsoever; the opening or the tampering of the equipment, definitely invalidate the warranty. Warranty does not apply to parts subject to wear and tear along the use, as well as to batteries, when they are included. Warranty decays after 2 years from the purchase date.

In this case, technical service interventions will be carried out against payment. Information on technical service interventions, under warranty terms or against payment, may be requested by writing at info@laica.com. Repair or replacement of products covered by the warranty terms are free of charge. In case of faults, refer to the dealer; DO NOT send anything directly to LAICA.

All interventions covered by warranty (including product replacement or the replacement of any of its parts) shall not be meant to extend the duration of the original warranty period of the replaced product.

The manufacturer cannot be made liable for any damages that may be caused, directly or indirectly, to people, things and pets resulting from the inobservance of the provisions contained in the suitable user manual, especially with reference to the instructions related to installation, use and maintenance of the equipment. Being constantly involved in improving its own products, Laica reserves the right to modify its product, totally or partially, with reference to any production need, without that this involves any responsibility whatsoever by Laica or its dealers.



BÁSCULA ELECTRÓNICA SMART con INDICADOR DE % DE GRASA, % DE AGUA, % DE MUSCULATURA ESQUELÉTICA, METABOLISMO BASAL E INDICADOR DE MASA CORPORAL – INSTRUCCIONES Y GARANTÍA

Estimado cliente, Laica desea agradecerle por haber elegido el presente producto, diseñado según criterios de fiabilidad y calidad para su completa satisfacción.

**IMPORTANTE
LEER ATENTAMENTE ANTES DEL USO
CONSERVAR PARA UNA REFERENCIA FUTURA**

El manual de instrucciones se debe considerar como parte del producto y se debe conservar durante todo el ciclo de vida útil de la misma.

En caso de cesión del aparato a otro propietario también se debe entregar toda la documentación. Para un uso seguro y correcto del producto, el usuario debe leer atentamente las instrucciones y las advertencias contenidas en el manual puesto que suministran importantes informaciones relativas a la seguridad de uso y mantenimiento.

En caso de extravío del manual de instrucciones o necesidad de recibir mayor información o aclaraciones, comunicarse con la empresa a la dirección que se muestra debajo. Laica S.p.A. Viale del Lavoro, 10 - 36048 Barbarano Mossano (VI) – Italy - Tel. +39 0444.795314 info@laica.com - www.laica.it

Balanza electrónica que permite calcular el peso y la composición corporal (porcentaje de grasa, de agua y de musculatura esquelética e índice de masa corporal) y el metabolismo basal en función de la altura, de la edad y del sexo. Compatible con la tecnología bluetooth 4.0 y superior para el envío automático de los datos recopilados a su smartphone para que pueda verificar sus progresos en todo momento.

ÍNDICE

NOTA SÍMBOLOS	página 12
ADVERTENCIAS SOBRE LA SEGURIDAD	página 12
COMPOSICIÓN CORPORAL	página 13
DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO	página 13
INSTRUCCIONES PARA EL USO	página 14
MANTENIMIENTO	página 15
PROBLEMAS Y SOLUCIONES	página 15
PROCEDIMIENTO DE ELIMINACIÓN	página 15
GARANTÍA	página 15

NOTA SÍMBOLOS

- Advertencia
- Prohibición

ADVERTENCIAS SOBRE LA SEGURIDAD

- Antes del uso del producto controlar que el aparato esté íntegro y sin daños visibles. En caso de dudas no utilizar el aparato y dirigirse a su vendedor.
- Tener la bolsa de plástico de la confección lejos de los niños: peligro de asfixia.
- Este aparato está destinado exclusivamente para el uso al cual se ha proyectado y de la manera que se

describe en las instrucciones de uso. Cualquier otro uso se considera inadecuado y por lo tanto peligroso. El fabricante no se puede considerar responsable por eventuales daños derivados de usos inadecuados o errados.

- Este aparato puede ser utilizado de manera autónoma por niños de edad igual o superior a 8 años.
- Este aparato puede ser utilizado por personas con capacidades físicas, sensoriales o mentalmente reducidas, o por personas inexpertas, sólo si previamente han sido instruidas sobre el uso en condiciones de seguridad y si se han informado sobre los peligros relacionados con el producto mismo. Los niños no deben jugar con el aparato. Las operaciones de limpieza y de mantenimiento no se pueden realizar por niños sin la adecuada vigilancia de un adulto.
- En caso de avería y/o mal funcionamiento, apagar el aparato sin alterarlo. Para las reparaciones dirigirse siempre a su vendedor.
- Tratar con precaución la balanza, protegerla de golpes, cambios de temperatura extremos, humedad, polvo, luz directa del sol y fuentes de calor.
- ⊗ Asegurarse que nunca entren líquidos en el cuerpo de la balanza. Este aparato no es impermeable. No deje y no utilice la balanza en ambientes saturados de agua; una humedad superior al 85 % o el contacto con agua u otros líquidos pueden causar corrosión y comprometer el correcto funcionamiento del dispositivo.
- ⊗ **NO** subir a la balanza con los pies mojados si la superficie de la misma está mojada: peligro de resbalamiento.

¡ATENCIÓN! ANTES DE UTILIZAR ESTE APARATO

- **El porcentaje de grasa corporal y de agua, de musculatura esquelética y el valor del metabolismo basal calculados por la balanza deben considerarse sólo como datos exclusivamente indicativos.**
- **Para cualquier ulterior información consulte con su médico o dietólogo.**
- **A través de los electrodos colocados en la peana, la balanza envía una débil corriente eléctrica de baja intensidad, que atraviesa la masa corporal. La balanza no presenta ningún peligro.**
- **No se recomienda el uso para las siguientes personas puesto que los datos detectados por la balanza podrían no ser fiables:**
 - o **portadoras de pace-maker u otro material electrónico médico**
 - o **personas con fiebre**
 - o **niños menores de 12 años**
 - o **mujeres embarazadas**
 - o **personas en diálisis, con edemas en las piernas, que sufren osteoporosis**
 - o **personas que toman medicamentos para el sistema cardiovascular.**

USO EN SEGURIDAD DE LAS BATERÍAS

- Quitar las baterías si no se usa la balanza por largos períodos de tiempo y conservarlas en un lugar fresco y seco a temperatura ambiente.
- ⊗ **NO** recargar las baterías si no son recargables.
- ⊗ **NO** realizar la recarga de las baterías recargables con distinta modalidad de la que se indican en el manual o con aparatos no indicados.
- ⊗ No exponer las baterías a fuentes de calor y a los rayos directos del sol. El incumplimiento de esta indicación puede dañar y/o hacer explotar las baterías.
- ⊗ **NO** arrojar las baterías al fuego.
- La remoción o la sustitución de las baterías se debe realizar por personal adulto.
- Tener las baterías lejos del alcance de los niños: la ingestión de las baterías constituye un peligro mortal. En caso de ingestión consultar inmediatamente un médico.
- El ácido contenido en las baterías es corrosivo. Evitar el contacto con la piel, los ojos y las vestimentas.

COMPOSICIÓN CORPORAL

La composición corporal está constituida por:

- masa magra: todos los componentes sin grasa (agua, músculo, tejido conectivo y otros componentes orgánicos no grasosos), huesos, músculos, vísceras, agua, órganos, sangre;
- masa grasa: todas las grasas extraíbles del tejido adiposo y de otros tejidos/órganos;
- masa ósea.

A través de los electrodos colocados en la peana, la balanza transmite una débil corriente eléctrica de baja intensidad, que atraviesa la masa corporal. Las distintas masas responden de manera diferente al flujo de corriente: la masa magra opone una resistencia inferior respecto a la que opone la masa grasa.

Esta resistencia del cuerpo se llama impedancia bioeléctrica. El porcentaje relativo de las distintas masas corpóreas varía también en función del sexo, de la edad y de la estatura de la persona.

% de masa grasa

El porcentaje de grasa indicado en la siguiente tabla representa la grasa total integrada por la suma de la grasa esencial y de la grasa de reserva. La grasa esencial es necesaria para las distintas funciones del organismo: el porcentaje es 3% en el hombre y 12% en la mujer. La grasa de depósito otorga energía, protege contra traumas físicos y aísla el cuerpo para preservar el calor. Dichos porcentajes varían con la edad y el sexo del individuo, como se puede apreciar en la siguiente tabla. **Si los porcentajes indicados en la balanza quedan fuera de los valores indicados como "normal" en la tabla, se aconseja consultar con el propio médico.**

TABLA BODYFAT					
	Edad	PESO BAJO	NORMAL	SOBREPESO	OBESO
MUJERES	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
HOMBRES	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% de masa muscular (% de musculatura esquelética)

Existen tres tipos diferentes de tejido muscular: liso, estriado esquelético y estriado cardíaco. El músculo liso está formado por fibras lisas, que se encuentran en las paredes del tubo digestivo, de las vías respiratorias y de las vías genitales, en la pared de los vasos sanguíneos venosos y arteriales.

El tejido muscular estriado esquelético constituye en el hombre la musculatura esquelética y los músculos de la cara. El músculo estriado cardíaco está representado por el corazón. La presente balanza calcula el % de musculatura esquelética y del tejido muscular liso en el organismo. Como media, el 40% del peso corporal está compuesto de músculos esqueléticos.

Por lo general, los hombres tienen una musculatura más acentuada que las mujeres y el porcentaje puede aumentar en caso de deportistas. El porcentaje de musculatura empieza a disminuir con el paso de la edad.

% de agua

El % de agua corporal es distinta en la mujer y en el hombre: en las mujeres adultas en estado de buena salud va del 45% al 60%, mientras que para los hombres del 50% al 65%. El porcentaje de agua es mayor en la infancia y disminuye con la edad. Las variaciones de peso corporal se pueden producir en tiempos

breves (horas), medios (días) o largos (semanas). Las pequeñas variaciones de peso en pocas horas son absolutamente normales, y se deben a la retención hídrica, dado que el agua extracelular (que incluye el líquido intersticial, el plasma, la linfa y el líquido transcelular) es el único compartimento capaz de variar de forma tan rápida. Cuando las disminuciones de peso se producen en pocos días es muy probable que afecten al agua total.

Metabolismo basal

El metabolismo basal o BMR, basalmatabolic rate) es la cantidad mínima de calorías que necesita el cuerpo humano para sobrevivir, es decir, para realizar procesos básicos como la circulación, la respiración, la digestión y el mantenimiento de la temperatura corporal. El metabolismo basal se calcula en los sujetos en reposo mental y mental, en posición supina, tras 12 horas de ayunas, después de, al menos, haber dormido 8 horas y con una temperatura ambiental constante de unos 20° C. En los adultos el metabolismo basal oscila entre las 1200 y las 1800 kcal. El BMR está determinado por muchos factores: edad, sexo, altura, composición corporal, fiebre / estrés, estado de nutrición y temperatura ambiental.

Índice de masa corporal

TABLA IMC	VALORE IMC
PESO BAJO	<18.5
NORMAL	18.5-24.9
SOBREPESO	25.0-29.9
OBESO	>30

El índice de masa corporal pone en relación el peso corporal con la altura de una persona. La clasificación que figura a continuación está relacionada con el riesgo que un peso corporal inadecuado puede suponer para el estado de salud: cuando el IMC se encuentra entre 18,5 y 24,9 significa que el peso no incide estadísticamente en el estado de salud y que, por tanto, debe considerarse normal.

Cada desviación, por defecto o por exceso de dicho intervalo de valores de IMC, debe considerarse un riesgo para el propio estado de salud; en este caso se aconseja consultar con el propio médico. Acostumbrarse a seguir una dieta equilibrada y a practicar actividad física ayuda, sin lugar a dudas, a mejorar la calidad de vida, a favorecer la salud y a prevenir las patologías, a aumentar la vitalidad y a mantener el peso forma.

Con todo, es importante saber que el índice de masa corporal no permite distinguir variaciones de peso debidas a la entidad de la masa muscular, de la masa ósea, al contenido de agua o a la acumulación de grasa. Así pues, la facilidad para calcular el IMC no debe engañarnos e inducirnos a probar dietas "caseras". Su evaluación corresponde al médico o a otras figuras especializadas, como el nutricionista o dietista.

Consideraciones

- Así pues, a la hora de evaluar el desarrollo de la propia composición corporal es necesario tener presente que:
- La pérdida exclusiva de peso acompañada de un porcentaje de grasa corporal invariado o incluso superior indica que el cuerpo sólo ha perdido agua (por ejemplo, después de un entrenamiento, de una sauna o de una dieta limitada a la pérdida rápida de peso).
- El aumento de peso acompañado de un porcentaje de grasa corporal en disminución o invariado indica el desarrollo de masa muscular.
- Cuando el peso y la grasa corporal disminuyen a la vez significa que la dieta funciona y que se pierde volumen.

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO (ver fig.1)

1. Pantalla
2. Electrodos
3. Compartimento de las pilas
4. Tecla de selección de unidad de medida

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

- Capacidad: 180 kg / 400 lb
- División: 100 g / 0.2 lb
- 3 baterías alcalinas 1.5V tipo AAA reemplazables
- Display LCD reverse
- Frecuencia de operación: 2402-2480 MHz, potencia de irradiación efectiva: <0.9 dBm
- Condiciones ambientales de funcionamiento:+10°C +40°C; RH ≤85%
- Condiciones ambientales de conservación: +10°C +50°C; RH ≤85%

 La balanza calcula la composición corporal en personas de edad comprendida entre 12 y 99 años y con una altura comprendida entre 90 y 220 cm.

CONSEJOS DE USO

- Pesarse siempre en la misma balanza y a la misma hora, preferiblemente al despertar y desvestidos.
- Es importante pesarse con los pies descalzos, bien secos y correctamente colocados en los electrodos (ver figura).
- Evitar que haya contacto entre las piernas para que la balanza funcione correctamente.
- Espere unos 15 minutos después de levantarse, de forma que el agua pueda distribuirse por el cuerpo.
- La precisión de los datos suministrados por la balanza puede estar comprometida en los siguientes casos:
 - tasa alcohólica alta
 - alto nivel de cafeína o drogas
 - después de comidas pesadas
 - después de una rigurosa actividad deportiva
 - durante una enfermedad
 - mujeres embarazadas
 - en caso de problemas de deshidratación
 - pies mojados o sucios
 - piernas hinchadas

INSTRUCCIONES PARA EL USO

PRIMER USO

- Esta báscula funciona con 3 pilas alcalinas AAA de 1,5 V sustituibles.
- Para introducir las pilas, abrir el compartimento de las pilas deslizando la tapa en la dirección de la flecha.
- Introducir las pilas según la polaridad indicada. Cerrar la tapa.

SELECCIÓN UNIDAD DE MEDIDA

Encender la báscula subiéndose encima y comprobar la unidad de medida indicada en la pantalla (kg o lb). Para cambiar la unidad de medida, bajarse de la báscula y pulsar la tecla situada en la parte inferior de la báscula.

USO

a. Medición sólo del peso corporal

Los datos relativos a la composición corporal se visualizan sólo en smartphone con App "LAICA Home Wellness", de hecho, la balanza sólo visualiza el peso en el display. Así pues, es posible utilizarla como simple balanza de la siguiente manera:

- 1) Coloque la balanza en una superficie plana y rígida. La presencia de un pavimento que cede o inconnexo (por ejemplo: alfombra, moqueta, linóleo) puede perjudicar la exactitud del peso.
- 2) Con la balanza apagada suba a ella con los pies paralelos y el peso igualmente distribuido (v. dibujos). Espere sin moverse a que la balanza compute su peso. No se apoye en nada durante la medición para evitar que se alteren los valores detectados.
- 3) Baje de la balanza, el display sigue mostrando el peso unos segundos, después la balanza se apaga







automáticamente.

b. Funcionamiento con app: cálculo de la composición corporal


Lista de los dispositivos compatibles:

- **iOS:** iPhone con sistema operativo desde el 10.
- **Para dispositivo con sistema operativo Android™:** desde la versión 6.0 (Marshmallow).

Compatible con tecnología bluetooth 4.0 y superior, la balanza envía los datos relativos a la composición corporal (porcentaje de grasa, agua, musculatura esquelética, dato relativo al metabolismo basal e índice de masa corporal) al smartphone para analizar mejor la composición del propio peso. Durante las siguientes operaciones se aconseja tener el smartphone cerca de la balanza para mantener la conexión activa.

1. Active el bluetooth en las formulaciones del smartphone
2. Instale en el smartphone la App gratuita "LAICA Home Wellness"
3. Encienda la App y siga las instrucciones para agregar el producto y para crear el nuevo usuario introduciendo los propios datos personales.
4. Con la báscula apagada, subir a la plataforma, teniendo cuidado de colocar correctamente los pies descalzos encima de los electrodos. La báscula muestra:
 - a. el peso
 - b. el símbolo  que indica que la conexión entre balanza y el smartphone es activa.
5. Para enviar los datos detectados por la balanza al smartphone, presione en la app la tecla "DETECTA PESO".
6. En este punto los siguientes datos son visualizados en el propio smartphone:
 - el peso
 - el objetivo de peso (si configurado en la app.)
 - el porcentaje de grasa corporal 
 - el porcentaje de agua 
 - el metabolismo basal  kcal
 - el índice de masa corporal (BMI) 
 - el porcentaje de masa muscular 
7. La balanza se apaga automáticamente al cabo de unos 10 segundos sin utilizar.

Compare el porcentaje de grasa obtenida con los parámetros que figuran en la "tabla bodyfat". Si queda fuera de los valores normales consulte con su médico. Evalúe además el porcentaje de agua como en apartado "% de agua" y el porcentaje de musculatura como en apartado "% de musculatura esquelética".

	<ul style="list-style-type: none"> • Durante el pesaje verificar que la aplicación esté activa y visualizada en el smartphone de modo de verificar el envío inmediato de los datos respectivos a vuestra composición corpórea. • Antes de pesarse de nuevo verifique siempre que la conexión bluetooth de su smartphone está activa. • Para dispositivo Android™ es necesario activar los servicios de localización. • Antes de pesarse de nuevo seleccione siempre en su smartphone el usuario en que quiere memorizar los datos. • Cada vez que la balanza se cambia de sitio o se levanta y luego se coloca en el plano de apoyo, el primer pesaje no se deberá considerar, a causa de un reajuste necesario de la tarjeta electrónica respecto a las celdas de carga. Considere el segundo y los sucesivos pesajes, puesto que en algunos casos el primero podría ser alterado a causa del motivo anteriormente citado.
---	--

SUSTITUCIÓN DE LAS BATERÍAS

Cuando la pantalla muestra "LO" o el símbolo de la batería, realice la sustitución con baterías del mismo tipo.

1. Abrir el compartimento de las pilas deslizando la tapa en la dirección de la flecha.
2. Saque las baterías descargadas y elimínelas como se indica en el apartado "Procedimiento de eliminación".

3. Meta las nuevas baterías teniendo en cuenta la polaridad indicada.
4. Cierre el compartimento de baterías.

MANTENIMIENTO


- Conserve el aparato en un lugar fresco y seco.
- Conserve el aparato en posición horizontal
- Limpie la balanza usando exclusivamente un trapo suave y seco.
- No utilice nunca productos químicos o abrasivos.

PROBLEMAS Y SOLUCIONES

Problema	Posible causa	Solución
La balanza no se enciende.	No se ha subido de manera correcta en la balanza.	Suba en la balanza con los pies paralelos. Atención: sólo se enciende después de que se ha subido.
	Las baterías están descargadas.	Sustituir las baterías.
La pantalla visualiza "Lo" o el símbolo de la batería.	Las baterías están descargadas.	Realizar la sustitución.
El display visualiza "Err".	Peso superior a la capacidad de la balanza.	Quitar rápidamente el peso de la balanza para no dañarla y controlar la capacidad máxima.
La app "LAICA Home Wellness" no visualiza ningún dato.	No se ha activado el bluetooth en las configuraciones del smartphone.	Activar el bluetooth en el smartphone.
	El smartphone entró en stand-by durante el pesaje.	Mantener la app activa en el smartphone durante el pesaje para verificar el envío inmediato de los datos.
	No ha sido presionada la tecla "DETECTA PESO" en la app.	Presione en la app la tecla "DETECTA PESO" para enviar los datos desde la balanza a la app.
La app "LAICA Home Wellness" visualiza sólo el peso corporal.	No se ha subido en la balanza con los pies descalzos.	Suba en la balanza con los pies descalzos.
	La piel de los pies está demasiado seca.	Humedezca levemente la piel de los pies.


Todos los pesos son aproximados siendo redondeados por exceso o defecto a la división más cercana. Aseguramos una precisión con tolerancia de +/-1% + 1 div.

PROCEDIMIENTO DE ELIMINACIÓN

 El símbolo colocado en el fondo del aparato indica la recogida separada de los equipos eléctricos y electrónicos (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). Al término de la vida útil del aparato, no eliminar como residuo municipal sólido mixto sino eliminarlo en un centro de recogida específico colocado en vuestra zona o entregarlo al distribuidor a la hora de comprar un nuevo aparato del mismo tipo y destinado a las mismas funciones. En caso de que el aparato a eliminar tenga una dimensión inferior a los 25 cm es posible entregarlo en un punto de venta con un metraje superior a los 400 metros cuadrados sin obligación de comprar un nuevo dispositivo similar. Este procedimiento de recogida separada de los equipos eléctricos y electrónicos se realiza con el propósito de una política del medioambiente comunitaria con

objetivos de salvaguardia, defensa y mejoramiento de la calidad del medioambiente y para evitar efectos potenciales en la salud de los seres humanos debido a la presencia de sustancias peligrosas dentro de estos equipos o a un uso inapropiado de los mismos o de algunas de sus partes. Cuidado! Una eliminación no correcta de equipos eléctricos y electrónicos podría conllevar sanciones.

Para la correcta eliminación de las baterías (**Dir.2013/56/Eu**) **no arrojar las baterías en la basura doméstica sino** eliminar como residuo especial en los puntos de recogida indicados para el reciclaje. Para mayor información sobre la eliminación de las pilas descargadas contacte con la tienda donde ha comprado el aparato que contenía las baterías, con el municipio o con el servicio local de eliminación de residuos.

 Este producto está indicado para un uso doméstico. La conformidad, probada por el marcado CE indicado en el dispositivo, es relativa a la directiva 2014/30/Eu inherente la compatibilidad electromagnética. Este producto es un instrumento electrónico que ha sido averiguado para garantizar, al estado actual de los conocimientos técnicos, sea de no interferir con otros aparatos en las cercanías, (compatibilidad electromagnética) sea de estar seguro si utilizado según las indicaciones de las instrucciones para el uso. En caso de comportamientos anómalos del dispositivo, no continuar con el uso y eventualmente contactar directamente al productor.

El productor, Laica S.p.A., declara que el aparato cumple con la Directiva 2014/53/Eu. La declaración de conformidad completa está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.laica.it.

GARANTÍA

Este aparato está garantizado por 2 años a partir de la fecha de compra, que debe estar certificada **por el sello y firma del revendedor y el recibo fiscal, que se conservará adjunto**. Dicho periodo es conforme a la legislación vigente y se aplica solamente en el caso en que el consumidor sea un sujeto particular. Los productos Laica han sido proyectados para el uso domestico y no se permite el empleo en ejercicios públicos. La garantía ampara sólo los defectos de producción y no es válida si el daño fuera causado por un accidente, uso incorrecto, negligencia o uso impropio del producto. Emplee sólo los accesorios entregados, el empleo de otros accesorios puede hacer que la garantía pierda su validez. No abra por ningún motivo el aparato; en caso de apertura o alteración, la garantía pierde definitivamente su validez. La garantía no se aplica a las partes sometidas a desgaste debido al uso y a las baterías cuando se suministren en dotación. Pasados los 2 años desde la compra, la garantía se vence; en este caso las intervenciones de asistencia técnica se realizarán bajo pago. Informaciones sobre las intervenciones de asistencia técnica, sea en garantía o bajo pago, se pueden solicitar contactando info@laica.com. No es debida ninguna forma de contribución para las reparaciones o sustituciones de productos incluidos en los términos de la garantía. En caso de averías, diríjase al revendedor; NO envíe directamente a LAICA. **Todas las intervenciones en garantía (incluso aquellas de sustitución del producto o de una de sus partes) no extienden la duración del periodo de garantía original del producto sustituido.** El fabricante no se considera responsable por posibles daños que puedan, directa o indirectamente, afectar a personas, cosas o animales domésticos por la inobservancia de todas las disposiciones indicadas en este manual de instrucciones y, especialmente, referidas a las advertencias sobre la instalación, uso y mantenimiento del aparato. Es facultad de la sociedad Laica, al estar constantemente empeñada en la mejora de sus propios productos, modificar sin preaviso alguno totalmente o en parte los productos presentes en el catálogo en relación a necesidades de producción, sin que ello comporte responsabilidad alguna por parte de la sociedad Laica o de sus vendedores.

Laica Iberia Distribución, S.L.
 C.I.F.: B67044362 - Ronda Narciso Monturiol N.º 4 (Edificio A), Planta 1ª, Oficina 117 - Parque Tecnológico de Paterna - 46980-Paterna (Valencia) - España - Teléfono: 961 484 164 - E-mail: info@laicaiberia.com



BALANÇA ELETRÓNICA SMART COM INDICAÇÃO DA PERCENTAGEM DE MASSA GORDA, PERCENTAGEM DE ÁGUA, PERCENTAGEM DE MASSA MUSCULAR ESQUELÉTICA, METABOLISMO BASAL E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL – INSTRUÇÕES E GARANTIA

Caro cliente, a Laica deseja agradecer-lhe pela por ter escolhido este produto, projetado consoante os critérios de fiabilidade e de qualidade para uma completa satisfação.

IMPORTANTE LER ATENTAMENTE ANTES DA UTILIZAÇÃO CONSERVAR PARA CONSULTA FUTURA

O manual de instruções deve ser considerado como parte do produto e deve ser conservado durante toda a vida útil deste.

Em caso de cessão do aparelho a outro proprietário entregue também toda a documentação. Para uma utilização segura e correta do produto, o utilizar deve ler atentamente as instruções e avisos contidos no manual porque fornecem informações importantes relativas à segurança, instruções de uso e manutenção.

Em caso de perda do manual de instruções ou necessidade de receber mais informações ou esclarecimentos contacte a empresa no endereço indicado abaixo:
 Laica S.p.A. - Viale del Lavoro, 10 - 36048 Barbarano Mossano (VI) – Italy - Tel. +39 0444.795314 - info@laica.com - www.laica.it

Balança eletrónica para medição de peso e cálculo da composição corporal (percentagem massa gorda, de água, de massa muscular esquelética e índice de massa corporal) e do metabolismo basal em função da altura, da idade e do sexo. Compatível com tecnologia bluetooth 4.0 e superior para envio automático dos dados relativos ao seu smartphone de forma a monitorizar os seus progressos a qualquer momento.

ÍNDICE	
LEGENDA SÍMBOLOS	página 16
AVISOS SOBRE A SEGURANÇA	página 16
COMPOSIÇÃO CORPORAL	página 17
DESCRIÇÃO DO PRODUTO	página 17
INSTRUÇÕES PARA O USO	página 18
MANUTENÇÃO	página 19
PROBLEMAS E SOLUÇÕES	página 19
PROCESSO DE ELIMINAÇÃO	página 19
GARANTIA	página 19

LEGENDA SÍMBOLOS
Aviso Proibição

AVISOS SOBRE A SEGURANÇA

- Antes da utilização do produto verificar que o aparelho apresente-se íntegro sem danos visíveis. Caso tenha dúvidas não utilizar o aparelho e contactar o próprio revendedor.
- Manter o saco de plástico da embalagem longe das crianças: perigo de sufocamento.
- Este aparelho destina-se exclusivamente ao uso para o qual foi concebido e do modo indicado nas

instruções de uso. Qualquer outra utilização será considerada imprópria e, portanto, perigosa. O fabricante não pode ser considerado responsável por eventuais danos decorrentes de utilizações impróprias ou erradas.

- Este aparelho pode ser utilizado de forma autónoma por crianças com 8 anos ou mais.
- Este aparelho pode ser utilizado por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou por pessoas com pouca experiência, desde que sejam previamente instruídas sobre a utilização de modo seguro e apenas se forem informadas sobre os perigos relacionados ao produto. Crianças não devem brincar com o aparelho. As operações de limpeza e de manutenção não podem ser efetuadas por crianças sem a supervisão de um adulto.
- Em caso de avaria e/ou mau funcionamento, desligar o aparelho sem adulterá-lo. Para as reparações contactar sempre o próprio revendedor.
- Tratar a balança com cuidado, protegê-la contra impactos, variações extremas de temperatura, humidade, poeira, luz direta do sol e fontes de calor.
- ⊗ NÃO deixar líquidos penetrarem no corpo da balança. Este aparelho não é impermeável. NÃO guarde e NÃO utilize a balança em ambientes muito húmidos; um teor de humidade superior a 85% ou o contacto com a água e outros líquidos podem provocar corrosão e comprometer o funcionamento da balança.
- ⊗ NÃO subir na balança com os pés molhados ou se a superfície desta está molhada: perigo de escorregamento.

⚠ ATENÇÃO! ANTES DE USAR ESTE APARELHO

- **A percentagem de massa gorda corporal, água e musculatura esquelética e o valor do metabolismo basal calculados pela balança devem ser considerados somente dados indicativos.**
- **Para qualquer informação adicional, consultar um médico ou um nutricionista.**
- **Através dos eletrodos posicionados na base, a balança envia uma leve corrente elétrica de baixa intensidade que atravessa a massa corporal. A balança não apresenta nenhum perigo.**
- **O uso pelas pessoas a seguir não é aconselhado, uma vez que os dados levantados pela balança podem não ser fidedignos:**
 - o portadores de pacemakers ou de outros dispositivos médicos eletrónicos
 - o pessoas em estado febril
 - o crianças com menos de 12 anos
 - o mulheres grávidas
 - o hemodialisados ou indivíduos com edemas nas pernas, osteoporose
 - o indivíduos a tomar medicamentos para o sistema cardiovascular.

UTILIZAÇÃO SEGURA DAS BATERIAS

- Remover as baterias se não se usa a balança por longos períodos de tempo e conservá-las num lugar fresco e seco com temperatura ambiente.
- ⊗ NÃO recarregar as baterias se não forem recarregáveis.
- ⊗ NÃO efetuar a recarga das baterias recarregáveis com modalidades diferentes das indicadas no manual ou com aparelhos não indicados.
- ⊗ NUNCA expor as baterias a fontes de calor e à luz direta do sol. O descumprimento desta indicação pode danificar e/ou causar as explosões de baterias.
- ⊗ NÃO deitar as baterias no fogo.
- A remoção ou substituição das baterias deve ser efetuada por adultos.
- Manter as baterias longe do alcance das crianças: a ingestão das baterias constitui perigo mortal. Em caso de ingestão consultar um médico.
- O ácido contido nas baterias é corrosivo. Evite o contacto com a pele, olhos e vestuário.

COMPOSIÇÃO CORPORAL

A composição corporal é formada por:

- massa magra: todos os componentes livres de massa gorda (água, músculos, tecido conjuntivo e outros componentes orgânicos não gordos), ossos, músculos, vísceras, água, órgãos e sangue;
- massa gorda: todas as gorduras que podem ser extraídas do tecido adiposo e de outros tecidos/órgãos;
- massa óssea.

Através dos eletrodos posicionados na base, a balança transmite uma leve corrente elétrica de baixa intensidade que atravessa a massa corporal. As diversas massas respondem de maneira diferente ao fluxo da corrente: a massa magra opõe uma resistência menor do que aquela exercida pela massa gorda. Essa resistência do corpo é chamada impedância bioelétrica. A percentagem relativa das diferentes massas corporais varia de acordo com o sexo, a idade e a estatura da pessoa.

% de massa gorda

A percentagem de gordura indicada na tabela a seguir representa o total de massa gorda, dado pela soma da gordura essencial e da gordura de reserva.

A gordura essencial é necessária para as diferentes funções do organismo, e a percentagem é de 3% em homens e de 12% em mulheres. A gordura de reserva dá energia, protege contra traumas físicos e isola o corpo para preservar o calor. Estas percentagens variam com a idade e o sexo do indivíduo, tal como indica a tabela abaixo. **Consulte o médico se as percentagens indicadas pela balança estiverem fora dos valores mencionados como "normais" pela tabela.**

TABELA BODYFAT					
	Idade	ABAIXO DO PESO	NORMAL	ACIMA DO PESO	OBESO
MULHER	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
HOMEM	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% de massa muscular (% de musculatura esquelética)

Existem três tipos diferentes de tecido muscular: liso, estriado esquelético e estriado cardíaco. Os músculos lisos são constituídos pelas fibras lisas, e se encontram nas paredes do tubo digestivo, das vias respiratórias e do aparelho genital, bem como nas paredes dos vasos sanguíneos venozos e arteriais. O tecido muscular estriado esquelético constitui, no ser humano, a musculatura esquelética e os músculos do rosto. O músculo estriado cardíaco é representado pelo coração. Esta balança calcula a percentagem de musculatura esquelética e de tecido muscular liso existente no organismo. Em média, 40% do peso corporal é composto por músculos esqueléticos. Os homens normalmente apresentam uma musculatura mais acentuada do que as mulheres e, em geral, a percentagem pode aumentar nos esportistas. A percentagem de massa muscular começa a diminuir com o avanço da idade.

% de água

A percentagem de água corporal difere em mulheres e homens: em mulheres adultas em bom estado de saúde, vai de 45% a 60%, enquanto, em homens, vai de 50% a 65%. A percentagem de água é maior durante a infância e diminui com a idade. As alterações do peso corporal podem ocorrer em curto (horas), médio (dias) ou longo prazo (semanas).

As pequenas variações de peso em poucas horas são absolutamente normais e devem-se à retenção hídrica, sendo que a água extracelular (que compreende o líquido intersticial, a linfa, o plasma e o líquido transcelular) é o único componente capaz de se alterar tão rapidamente. Quando há diminuições de peso em poucos dias, é muito provável que elas se devam à quantidade total de água.

Metabolismo basal

O metabolismo basal (ou BMR, basal metabolic rate) é a quantidade mínima de calorías necessária ao corpo humano para sobreviver; assim, para efetuar os processos básicos como a circulação, a respiração, a digestão, a manutenção da temperatura corporal. O metabolismo basal é calculado num sujeito em repouso mental e físico em posição supina, em jejum há 12 horas, após pelo menos 8 horas de sono e com uma temperatura ambiente constante de cerca de 20 °C. O metabolismo basal para adultos oscila entre 1200 e 1800 kcal. O BMR é influenciado por muitos fatores: idade, sexo, altura, composição corporal, febre/stress, estado de nutrição e temperaturas ambientais.

Índice de massa corporal

TABELA IMC	VALOR IMC
ABAIXO DO PESO	<18.5
NORMAL	18.5-24.9
ACIMA DO PESO	25.0-29.9
OBESO	>30

O índice de massa corporal baseia-se na relação entre o peso corporal e a altura de um indivíduo. A classificação abaixo apresentada correlaciona que um peso corporal inadequado pode constituir para o estado de saúde: quando o IMC está entre 18,5 e 24,9, o peso não influi, em termos estatísticos, sobre o estado de saúde, logo, é considerado normal.

Um desvio por defeito ou por excesso aos valores padrão do IMC deve ser considerado como um sinal de alerta de que a saúde

está em risco e, portanto, é aconselhável consultar o médico. Seguir uma dieta equilibrada e praticar exercício físico ajuda a melhorar a sua qualidade de vida, favorecendo a saúde, prevenindo as doenças, aumentando a vitalidade e mantendo o peso ideal! No entanto, é importante saber que o índice de massa corporal não permite distinguir alterações de peso devido à entidade da massa muscular, massa óssea, conteúdo de água ou acumulação de gordura. Assim, a simplicidade de cálculo do IMC não deve levar ao engano, conduzindo a dietas "faça você mesmo". A sua avaliação deve ser feita por um médico ou outras figuras especializadas, como um nutricionista ou um dietista.

Considerações

- Ao avaliar a evolução da sua composição corporal, é necessário levar em consideração que:
- Uma perda de peso por si só, sem alterações na percentagem de massa gorda ou acompanhada de um aumento dessa percentagem, indica que o corpo simplesmente perdeu água (após um treino, uma sauna ou uma dieta de emagrecimento rápido, por exemplo).
 - Um aumento de peso sem alterações na percentagem de massa gorda ou acompanhado de uma diminuição dessa percentagem indica um aumento de massa muscular.
 - Uma perda simultânea de peso e de massa gorda indica que a dieta funciona e houve perda de volume.


DESCRIÇÃO DO PRODUTO (veja a a fig.1)

1. Ecrã
2. Eletrodos
3. Compartimento das pilhas
4. Botão de seleção da unidade de medida

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

- Capacidade: 180 kg / 400 lb
- Divisão: 100 g / 0,2 lb

- 3 pilhas alcalinas de 1,5V, AAA substituíveis
- Display LCD reverse
- Frequência de funcionamento: 2402-2480 MHz, potência de irradiação efetiva: <0.9 dBm
- Condições ambientais de operação: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Condições ambientais de conservação: +10°C +50°C; RH ≤85%

	A balança calcula a composição corporal em pessoas entre 12 e 99 anos de idade e com altura entre 90 e 220 cm.
--	--

CONSELHOS PARA O USO

- Pesar-se sempre na mesma balança e à mesma hora, de preferência ao acordar e sem roupa.
- É importante pesar-se descalço, com os pés bem secos e corretamente posicionados sobre os elétrodos (ver figura).
- Evitar que haja contato entre as pernas, para garantir que a balança funcione corretamente.
- Esperar cerca de 15 minutos depois de se levantar, para que a água possa se distribuir pelo corpo.
- A precisão dos dados fornecidos pela balança pode ser comprometida nos casos a seguir:
 - a) taxas elevadas de álcool
 - b) níveis elevados de cafeína ou de drogas
 - c) depois de refeições pesadas
 - d) depois de atividades esportivas intensas
 - e) durante doenças
 - f) durante a gravidez
 - g) na presença de problemas de desidratação
 - h) com os pés molhados ou sujos
 - i) com as pernas inchadas

INSTRUÇÕES PARA O USO

PRIMEIRA UTILIZAÇÃO

- A presente balança funciona com 3 pilhas alcalinas substituíveis de 1,5V tipo AAA.
- Para inserir as pilhas, abra o compartimento das pilhas fazendo deslizar a tampa no sentido da seta.
- Introduza as pilhas respeitando a polaridade indicada. Feche a tampa.

SELEÇÃO DE UNIDADE DE MEDIDA

Ligue a balança subindo à mesma e verifique a unidade de medida indicada no ecrã (kg ou lb). Para modificar a unidade de medida, desça da balança e prima o botão no fundo da mesma.

UTILIZAÇÃO

a. Medição somente do peso corporal

Os dados relativos à composição corporal são visualizados apenas no smartphone com a app "LAICA Home Wellness", a balança visualiza apenas o peso no visor. Assim, é possível utilizá-la como balança simples da seguinte forma:

- 1) Posicionar a balança em uma superfície plana e rígida.
 - A presença de um pavimento pouco firme ou desconexo (por ex., tapete, alcatifa, linóleo) pode prejudicar a exatidão da pesagem.
- 2) Subir na balança desligada, mantendo os pés paralelos e o peso equitativamente distribuído (ver figuras). Aguardar sem se mover até que a balança registre o seu peso.

Não se apoiar a nada durante a medição, para evitar alterar os valores levantados.

- 3) Descer da balança; o display continua a exibir o peso durante alguns segundos; a seguir, a balança desliga-se automaticamente.






b. Funcionamento com app: cálculo da composição corporal

Lista de dispositivos compatíveis:


- **iOS:** iPhone com sistema operativo a partir do 10.
- **Para dispositivos com sistema operativo Android™:** a partir da versão 6.0 (Marshmallow).

Compatível com a tecnologia bluetooth 4.0 e superior, a balança envia os dados relativos à composição corporal (percentagem de gordura, água, músculo esquelético, dados relativos ao metabolismo basal e índice de massa corporal) para o smartphone a fim de melhor analisar a composição do próprio peso.

Durante as seguintes operações, é aconselhável ter o smartphone próximo da balança para manter a conexão ativa.

1. Ative o bluetooth nas configurações do smartphone
2. Instale no seu smartphone a App gratuita "LAICA Home Wellness"
3. Inicie a App e siga as instruções para adicionar o produto e para criar o novo utilizador inserindo os seus dados pessoais.
4. Com a balança desligada, suba à plataforma tendo o cuidado de posicionar corretamente os pés descalços sobre os elétrodos. A balança apresenta:
 - a. o peso
 - b. o símbolo  para indicar que a conexão entre a balança e o smartphone está ativa.
5. Para enviar os dados registados a partir da balança para o smartphone, pressione na App o botão "REGISTAR PESO".
6. Neste momento, os seguintes dados são exibidos no seu smartphone:
 - o peso
 - o peso ideal (se configurado na app)
 - a percentagem de gordura 
 - a percentagem de água 
 - o metabolismo basal **kcal**
 - o índice de massa corporal (IMC) 
 - a percentagem de massa muscular 
7. A balança desliga-se automaticamente após cerca de 10 segundos de inatividade.

Compare a percentagem de massa gorda obtida com os parâmetros da "tabela bodyfat": se estiverem fora dos valores normais, consulte o médico. Analise ainda a percentagem de água (ver ponto "% de água") e os dados referentes à massa muscular (ver ponto "% de massa muscular esquelética").

	<ul style="list-style-type: none"> • Durante a pesagem, verifique que o app esteja ativo e seja visualizado no smartphone de modo a verificar o envio imediato dos dados relativos à sua composição corpórea. • Verifique sempre se a ligação bluetooth do seu smartphone está ativada antes de uma pesagem. • Para os dispositivos Android™ é necessário ativar os serviços de localização. • Antes de proceder a uma pesagem, no seu smartphone, o utilizador deverá memorizar os dados. • Todas as vezes que a balança for deslocada ou erguida e, em seguida, recolocada no plano de apoio, a primeira pesagem não deverá ser levada em consideração devido à necessidade de reacomodação da placa eletrónica com relação às células de carga. Considerar a segunda pesagem e as pesagens sucessivas, pois, em alguns casos, a primeira pesagem pode ser alterada pelo motivo mencionado acima.
---	--

SUBSTITUIÇÃO DAS BATERIAS

Quando o display mostrar "LO" ou o símbolo da bateria, substituir as pilhas por pilhas do mesmo tipo.

1. Abra o compartimento das pilhas fazendo deslizar a tampa no sentido da seta.
2. Extrair as pilhas gastas e eliminá-las tal como indicado no parágrafo "Procedimento de eliminação".

3. Inserir as pilhas novas tendo em conta a polaridade indicada.
4. Fechar o compartimento das pilhas.

MANUTENÇÃO

- Conservar o dispositivo em local fresco e seco.
- Conservar o aparelho na posição horizontal.
- Limpar a balança unicamente com um pano macio e seco.
- Nunca utilizar produtos químicos ou abrasivos.

PROBLEMAS E SOLUÇÕES

Problema	Causa possível	Solução
A balança não se acende.	O utilizador não subiu de forma correta na balança. As pilhas estão gastas.	Subir na balança com os pés paralelos. Atenção: a balança só se acende depois de o utilizador ter subido. Substituir as pilhas.
O display exibe a mensagem "Lo" ou o símbolo da pilha.	As pilhas estão gastas.	Substituir.
O display exibe a mensagem "Err".	Peso superior à capacidade da balança.	Retirar o peso da balança imediatamente para não danificá-la e verificar a sua capacidade máxima.
A aplicação "LAICA Home Wellness" não visualiza qualquer dado.	Não foi ativado o bluetooth nas configurações do smartphone. O smartphone ficou em stand-by durante a pesagem.	Ativar o bluetooth no smartphone. Manter a aplicação ativa no smartphone durante a pesagem para verificar o envio imediato dos dados.
	Não foi pressionado na App o botão "REGISTAR PESO".	Pressione na App o botão "REGISTAR PESO" para enviar os dados a partir da balança para a App.
A aplicação "LAICA Home Wellness" visualiza somente o peso corporal.	O utilizador não subiu na balança com os pés descalços. A pele dos pés está seca demais.	Subir na balança com os pés descalços. Humedecer levemente a pele dos pés.

Todos os pesos são aproximados sendo arredondados por excesso ou por defeito para a divisão mais próxima. Garantindo uma precisão com tolerância até +/-1% + 1 div.

PROCESSO DE ELIMINAÇÃO


 O símbolo na parte inferior do dispositivo indica que o recolha separada de equipamentos eléctricos e electrónicos (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**).

No final da vida útil do dispositivo, não remova a misturas de resíduos urbanos sólidos, mas para eliminar um centro de recolha colocados especiais em sua área ou entregue ao comerciante, quando comprar um novo aparelho do mesmo tipo e para as mesmas funções. Caso o aparelho a ser eliminado tenha dimensões inferiores a 25 cm, é possível levá-lo até um ponto de venda com tamanho superior a 400 mq sem a obrigação de comprar um novo dispositivo similar. Este procedimento derecolha separada de equipamentos eléctricos e electrónicos érealizado com o objectivo de uma política ambiental

objectivos comunitários de salvaguarda, protecção e melhoria da qualidade ambiental e evitar os efeitos potenciais para a saúde humana devido à presença de substâncias perigosas em equipamentos ou uso inadequado,ou mesmo algumas de suas partes. Cuidado! Incorrecta disposição dos equipamentos eléctricos e electrónica pode levar a sanções.

Para a eliminação correta das baterias (**Diret. 2013/56/Eu**) **não deitar as baterias nos detritos domésticos mas** eliminá-las como detrito especial nos pontos de recolha indicados para a reciclagem.

Para mais informações sobre a eliminação das pilhas, dirija-se à loja onde comprou o equipamento, à Câmara Municipal ou a um centro de recolha de resíduos para reciclagem.

 Este produto é destinado para uso doméstico. Conformidade, evidenciada pela marcação CE o dispositivo é sobre a directiva 2014/30/Eu inerentes compatibilidade electromagnética. Este produto é um instrumento electrónico que tenha sido determinada por garantir o estado actual do conhecimento técnico é não interferir com outros dispositivos nas proximidades, (Compatibilidade electromagnética) é ter a certeza se uso, conforme indicado nas instruções de uso. Em caso de comportamento anómalo do dispositivo, não continuar a utilizar e, eventualmente, contactar directamente produtor.

O produtor Laica S.p.A., declara que o aparelho está em conformidade com a Diretiva 2014/53/Eu. A declaração de conformidade completa está disponível no endereço de internet seguinte: www.laica.it.

GARANTIA

O sistema de garantia de 2 anos a contar da data da compra, que **devem ser certificadas pelo carimbo e assinatura do revendedor**. O recibo, deve manter-se junto. Este período é nos termos da legislação em vigor e só se aplica se o consumidor for um sujeito passivo e particular. Os produtos são projectados para uso doméstica e o seu emprego não é permitido em local público. A garantia cobre apenas defeitos de fabricação e não se aplica se o dano foi causado por um acidente, abuso, negligência ou uso impróprio do produto. Utilize apenas acessórios da marcas, o uso de outros podem fazer perde a validade da GARANTIA. Não abra por algum motivo o aparelho ao abrir a alteração, a garantia é definitivamente anulada.

A garantia não se aplica a peças sujeitas a desgaste e às pilhas quando são fornecidas. Após dois anos desde a compra, a garantia expira, neste caso, as intervenções de assistência técnica serão feitas por orçamento e consequente sujeitas a pagamento.

Para Informações sobre as intervenções para reparações ou substituição de produtos, contacte info@laica.com.. ou o seu fornecedor. Todas as intervenções de reparação (Incluindo as de substituição do produto ou parte dele) não prorrogam a duração da garantia do produto original substituído. O fabricante não se responsabiliza por quaisquer danos que podem, directa ou indirectamente, afectar as pessoas, coisas ou animais. Admitidos por não cumprir todos os requisitos especificados neste manual. Advertências sobre a instalação, utilização e manutenção dos equipamentos. A LAICA, sociedade secular, procura constantemente melhorar os seus produtos. Alterações ou substituições são da sua inteira responsabilidade pelo que o pode fazer livremente, não havendo lugar a reclamações. Para qualquer dúvida ou esclarecimento contacte:

Laica Iberia Distribución, S.L.

C.I.F.: B67044362 - Ronda Narciso Monturiol N.º 4 (Edificio A), Planta 1ª, Oficina 117 - Parque Tecnológico de Paterna - 46980-Paterna (Valencia) - España - Teléfono: 961 484 164 - E-mail: info@laicaiberia.com



ELEKTRONISCHE PERSONENWAAGE MIT ANZEIGE DES FETTANTEILS, DES WASSERANTEILS UND DES SKELETTMUSKELANTEILS IN %, DES GRUNDUMSATZES UND MIT ANZEIGE DER KÖRPERMASSE - ANLEITUNGEN UND GARANTIE

Sehr geehrter Kunde, Laica dankt Ihnen, dass Sie sich für dieses Produkt, das nach Kriterien der Zuverlässigkeit und Qualität zur vollsten Zufriedenheit gestaltet wurde, entschieden haben.

WICHTIG AUFMERKSAM VOR DEM GEBRAUCH LESEN FÜR ZUKÜNFTIGEN BEZUG AUFBEWAHREN

Das Gebrauchshandbuch muss als Teil des Produkts angesehen und für seinen ganzen Lebensdauerzyklus aufbewahrt werden. Im Falle des Übergangs auf einen neuen Eigentümer muss auch die gesamte Dokumentation übergeben werden.



Der Benutzer ist für eine sichere und korrekte Verwendung des Produktes dazu angehalten, aufmerksam die im Handbuch enthaltenen Anweisungen und Warnhinweise zu lesen, da sie wichtige Informationen bezüglich der Sicherheit, des Gebrauchs und der Wartung liefern. Im Falle des Verlusts des Gebrauchshandbuchs oder der Notwendigkeit, weitere Informationen oder Klarstellungen zu erhalten, nehmen Sie bitte Kontakt mit dem Unternehmen unter der folgenden Adresse auf: Laica S.p.A. - Viale del Lavoro, 10 - 36048 Barbarano Mossano (VI) - Italy Tel. +39 0444.795314 - info@laica.com - www.laica.it

Diese elektronische Personenwaage misst das Gewicht und berechnet die Körperzusammensetzung (Fettanteil, Wasseranteil und Anteil an Skelettmuskeln und Körpermasseindex) und den Grundumsatz nach der Größe, dem Alter und Geschlecht. Kompatibel mit bluetooth 4.0 und überlegener Technologie zur automatischen Sendung der ermittelten Daten an das eigene Smartphone, um in jedem Moment die eigenen Fortschritte zu überwachen.

INHALT

LEGENDE SYMBOLE	Seite 20
SICHERHEITSHINWEISE	Seite 20
KÖRPERZUSAMMENSETZUNG	Seite 21
BESCHREIBUNG DES PRODUKTS	Seite 21
GEBRAUCHSANLEITUNGEN	Seite 22
WARTUNG	Seite 23
PROBLEME UND LÖSUNGEN	Seite 23
ENTSORGUNGSVERFAHREN	Seite 23
GARANTIE	Seite 23

LEGENDE SYMBOLE

- Hinweis
- Verbot

SICHERHEITSHINWEISE

- Versichern Sie sich vor dem Gebrauch, dass das Gerät sich als unversehrt ohne sichtbare Schäden erweist.
- Im Zweifelsfall gebrauchen Sie das Gerät nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler.
- Halten Sie den Plastikbeutel der Verpackung von Kindern fern: Erstickungsgefahr.

- Dieses Gerät ist ausschließlich zu dem Gebrauch bestimmt, für das es entwickelt wurde und darf nur auf die in den Gebrauchsanleitungen angezeigte Art verwendet werden. Jede andere Verwendung wird als unsachgemäß und daher als gefährlich betrachtet. Der Hersteller kann nicht für eventuelle Schäden durch unsachgemäßen oder falschen Gebrauch verantwortlich gemacht werden.
- Dieses Gerät kann von Kindern, die mindestens 8 Jahre oder älter sind, eigenständig verwendet werden.
- Dieses Gerät kann von Personen mit beeinträchtigten körperlichen, geistigen Fähigkeiten bzw. eingeschränkter Wahrnehmung oder von Personen mit unzureichender Erfahrung nur unter der Bedingung ihrer vorhergehenden Anleitung zum Gebrauch hinsichtlich der sicheren Handhabung des Geräts und der damit verbundenen Risiken verwendet werden. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die Vorgänge der Reinigung und Wartung können nicht von Kindern ohne Aufsicht eines Erwachsenen ausgeführt werden.
- Im Fall von Defekt und/oder Fehlfunktion, schalten Sie das Gerät ohne weitere Manipulation ab. Wenden Sie sich für Reparaturen immer an Ihren Händler.
- Behandeln Sie die Waage mit Sorgfalt, schützen Sie sie vor Stößen, extremen Temperaturschwankungen, Feuchtigkeit, Staub, direkter Sonneneinstrahlung und Wärmequellen.
- ⊗ In den Körper der Waage dürfen KEINE Flüssigkeiten eindringen. Dieses Gerät ist nicht wasserdicht. Die Waage NICHT in feuchten Räumen lassen oder verwenden. Eine Feuchtigkeit von über 85 % oder der Kontakt mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten können zu Korrosion führen und den einwandfreien Betrieb der Waage beeinträchtigen.
- ⊗ Steigen Sie NICHT mit nassen Füßen oder wenn die Oberfläche selbst nass ist, auf die Waage: Rutschgefahr.

ACHTUNG! VOR DER VERWENDUNG DIESES GERÄTS

- **Der Anteil an Körperfett und Wasser, Skelettmuskulatur und der Grundumsatz, die von der Waage berechnet werden, dürfen nur als Richtwerte genommen werden. Für weitere Informationen einen Arzt oder Ernährungswissenschaftler konsultieren.**
- **Mithilfe von Elektroden an der Trittfläche sendet die Waage einen schwachen Strom, der die Körpermasse passiert. Die Waage stellt keine Gefahr dar.**
- **Die Waage sollte nicht von den folgenden Personen benutzt werden, da die Messdaten nicht zuverlässig sein könnten:**
 - o Träger von Herzschrittmachern oder anderen medizinischen elektronischen Geräten
 - o Personen mit Fieber
 - o Kinder unter 12 Jahren
 - o Schwangere
 - o Dialysepatienten und Personen mit Ödemen an den Beinen, Osteoporose
 - o Personen, die Medikamente für das Herz-Kreislaufsystem einnehmen.

SICHERER GEBRAUCH DER BATTERIEN

- Entfernen Sie die Batterien, wenn die Waage für längere Zeiträume nicht verwendet wird und bewahren Sie sie an einem kühlen und trockenen Ort bei Raumtemperatur auf.
- ⊗ Laden Sie die Batterien NICHT auf, wenn es sich um keine aufladbaren handelt.
- ⊗ Laden Sie die Akkus NICHT auf andere als die im Handbuch aufgeführten Arten oder durch nicht angegebene Geräte auf.
- ⊗ Setzen Sie die Batterien NIEMALS Wärmequellen und direkter Sonneneinstrahlung aus. Die Nichtbeachtung dieses Hinweises kann die Batterien beschädigen und/oder explodieren lassen.
- ⊗ Werfen Sie die Batterien NICHT ins Feuer.
- Die Entfernung oder der Austausch der Batterien muss durch Erwachsene erfolgen.
- Halten Sie die Batterien von Kindern fern: Das Verschlucken der Batterien bedeutet Lebensgefahr. Bei Verschlucken konsultieren Sie umgehend einen Arzt.
- Die in den Batterien enthaltene Säure ist korrosiv. Vermeiden Sie den Kontakt mit der Haut, den Augen oder mit der Kleidung.

KÖRPERZUSAMMENSETZUNG

Das Körpergewicht setzt sich aus den folgenden Massen zusammen:

- Magermasse: Die fettfreie Körpermasse (Wasser, Muskeln, Bindegewebe und fettfreie Organe), Knochen, Muskeln, Eingeweide, Wasser, Organe, Blut;
- Fettmasse: Das gesamte im Fettgewebe und in anderen Geweben/Organen angelagerte Fett;
- Knochenmasse

Mithilfe von Elektroden an der Trittfläche sendet die Waage einen schwachen Strom, der die Körpermasse passiert. Die verschiedenen Massen antworten unterschiedlich auf den Stromfluss: Die Magermasse hat einen kleineren als der von der Fettmasse entgegengesetzten Widerstand. Dieser Widerstand des Körpers wird bioelektrische Impedanz genannt. Der jeweilige Prozentanteil der verschiedenen Körpermassen variiert nach Geschlecht, Alter und Statur.

Fettanteil

Der in der nachfolgenden Tabelle angegebene Fettanteil stellt die Gesamtfettmasse dar, die sich aus der Summe des Strukturfetts (oder Primärfetts) und des Depotfetts (eingelagertes Fett) ergibt. Das Strukturfett ist für die verschiedenen Funktionen des Organismus notwendig; der Anteil liegt bei Männern um die 3% bei Frauen um die 12%. Das Depotfett liefert Energie, schützt vor physischen Traumata und isoliert den Körper, damit er warm bleibt. Diese Anteile variieren mit dem Alter und dem Geschlecht entsprechend der unten aufgeführten Tabelle. **Wenn die Prozentsätze außerhalb der von der Tabelle als "normal" ausgewiesenen Werte liegen, sollte der Hausarzt konsultiert werden.**

BODYFAT-TABELLE					
	Alter	UNTERGEWICHT	Normalgewicht	ÜBERGEWICHT	FETTSÜCHTIG
FRAU	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
MANN	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

Prozentanteil der Muskelmasse (Skelettmuskelanteil)

Es gibt drei verschiedene Arten von Muskelgewebe: quer gestreifte Skelett-, quer gestreifte Herz- und glatte Muskulatur. Die glatte Muskulatur besteht aus glatten Fasern, die sich ausschließlich in den Wänden des Verdauungskanal, der Atemwege und der Geschlechtswege und in den Blutgefäßwänden der Venen und Arterien befinden. Das quer gestreifte Skelettmuskelgewebe sind beim Menschen die Skelettmuskulatur und die Gesichtsmuskeln. Die quer gestreifte Herzmuskulatur ist das Herz. Diese Waage zeigt den Anteil der Skelettmuskulatur und des glatten Muskelgewebes im Organismus an. Im Durchschnitt machen die Skelettmuskeln 40 % des Körpergewichtes aus. Die Männer haben in der Regel eine akzentuiertere Muskulatur als die Frauen und im Allgemeinen kann der Anteil der Skelettmuskeln in der Körpermasse bei Sportlern steigen. Der Muskelanteil beginnt mit dem Alter zu sinken.

Wasseranteil

Der Wasseranteil im Körper ist bei Frauen anders als bei den Männern: bei gesunden erwachsenen Frauen liegt er zwischen 45% und 60%, während er bei den Männern zwischen 50% und 65% schwankt. Der Wasseranteil ist höher im Kindesalter und sinkt mit zunehmendem Alter. Die Änderungen des Körpergewichtes können in kurzen (Stunden), mittleren (Tage) oder langen (Wochen) Zeitabständen erfolgen. Kleine Gewichtsänderungen in wenigen Stunden sind völlig normal und auf die Wasserrückhaltung zurückzuführen, da es sich um extrazelluläres Wasser handelt, das die interstitielle Flüssigkeit, Plasma, Lympfflüssigkeit und transzelluläre Flüssigkeit umfasst und der einzige Teil ist, der sich so schnell ändern kann. Wenn das Körpergewicht innerhalb von wenigen Tagen sinkt, ist es wahrscheinlich, dass

er das gesamte Wasser verliert.

Grundumsatz

Der Grundumsatz (oder BMR, basal metabolic rate) ist die Mindestmenge an Kalorien, die dem Körper notwendig sind, um sich am Leben zu erhalten, d.h. die grundlegenden Prozesse wie Kreislauf, Atmung, Verdauung, die Aufrechterhaltung der Körpertemperatur durchzuführen. Der Grundumsatz wird bei geistiger und körperlicher Ruhe in Rückenlage, nüchtern seit 12 Stunden, nach mindestens 8 Stunden Schlaf und bei einer konstanten Umgebungstemperatur von etwa 20°C berechnet. Der Grundumsatz für Erwachsene beträgt zwischen 1.200 und 1.800 kcal. Die BMR wird durch viele Faktoren beeinflusst: Alter, Geschlecht, Körpergröße, Körperzusammensetzung, Temperatur / Stress, Ernährungsstatus und Umgebungstemperaturen.

Körpermasseindex

KMI-TABELLE	KMI-TABELLE
UNTERGEWICHT	<18.5
NORMAL	18.5-24.9
ÜBERGEWICHT	25.0-29.9
FETTLLEIBIGKEIT	>30

Der Körpermasseindex setzt Körpergewicht und Größe einer Person zueinander in Beziehung. Die unten aufgeführte Einstufung steht in Verbindung mit dem Risiko, das ein unangemessenes Körpergewicht für den Gesundheitszustand darstellen kann: wenn sich der KMI zwischen 18,5 und 24,9 befindet, bedeutet dies, dass das Gewicht statistisch nicht den Gesundheitszustand beeinflusst und daher als normal betrachtet wird. Jede Abweichung, nach oben oder nach unten, von diesem Intervall

des KMI-Wertes, muss als Gefährdung der Gesundheit betrachtet werden. In diesem Fall sollte der Hausarzt konsultiert werden. Sich daran zu gewöhnen, sich ausgewogen zu ernähren und Sport zu treiben, trägt sicherlich zur Verbesserung der Lebensqualität bei, verbessert die Gesundheit und beugt Erkrankungen vor, erhöht die Vitalität und hilft das ideale Gewicht zu halten. Es ist jedoch wichtig zu wissen, dass der KMI nicht erlaubt, Veränderungen im Gewicht aufgrund der Größe der Muskelmasse, der Knochenmasse, des Wassergehalts oder der Anhäufung von Fett zu unterscheiden, Daher sollte die Einfachheit der Berechnung des KMI nicht irreführend sein und zu Diäten "do it yourself" führen. Ihre Bewertung muss das Vorrecht des Arztes oder anderer spezialisierte Figuren wie der Ernährungsberater oder der Diätist sein.

Zur Berücksichtigung

- Für die Bewertung des Verlaufs der Körperzusammensetzung muss Folgendes berücksichtigt werden:
 - Die reine Verringerung des Gewichts, begleitet von einem unveränderten oder gar erhöhten Fettanteil, bedeutet lediglich, dass der Körper Wasser verloren hat (z.B. nach einem Training, einer Sauna oder einer nur auf den schnellen Gewichtsverlust beschränkten Diät).
 - Die Erhöhung des Gewichts, begleitet von einem verringerten oder unveränderten Fettanteil, zeigt die Entwicklung von wertvoller Muskelmasse an.
 - Wenn sich Gewicht und Körperfett gleichzeitig verringern, bedeutet dies, dass die Diät funktioniert und man Volumen verliert.


BESCHREIBUNG DES PRODUKTS (siehe Abb.1)

1. Display
2. Elektroden
3. Batteriefach
4. Taste zur Auswahl der Maßeinheit

TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN

- Tragfähigkeit: 180 kg / 400 lb
- Einteilung: 100 g / 0.2 lb
- 3 austauschbare 1,5-V-Alkalibatterien (AAA)
- LCD reverse Display

- Betriebsfrequenz: 2402-2480 MHz, effektive Bestrahlungsstärke: <0.9 dBm
- Umgebungsbedingungen für den Betrieb: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Umgebungsbedingungen für die Aufbewahrung: +10°C +50°C; RH ≤85%

 Die Waage kann die Körperzusammensetzung von Personen im Alter zwischen 12 und 99 Jahren und von einer Größe zwischen 90 und 220 cm messen.

EMPFEHLUNGEN FÜR DEN GEBRAUCH

- Wiegen Sie sich immer auf der gleichen Waage und zur selben Uhrzeit, vorzugsweise nach dem Aufwachen und ohne Kleidung.
- Es ist wichtig, sich barfuß, trocken und korrekt auf den Elektroden positioniert (siehe Abbildung) zu wiegen. Außerdem sollten sich die Beine nicht berühren, damit die Waage korrekt funktioniert.
- Circa 15 Minuten nach dem Aufstehen warten, sodass sich das Wasser im Körper verteilen kann.
- Die Genauigkeit der von der Waage gemessenen Daten kann in den folgenden Fällen beeinträchtigt werden:
 - a) hoher Alkoholgehalt
 - b) hoher Koffein- oder Drogenanteil
 - c) nach schweren Mahlzeiten
 - d) nach einer anstrengenden sportlichen Aktivität
 - e) während einer Krankheit
 - f) in der Schwangerschaft
 - g) bei Problemen mit Dehydratation
 - h) feuchte oder nicht saubere Füße
 - i) geschwollene Beine

GEBRAUCHSANLEITUNGEN

ERSTMALIGER GEBRAUCH

- Diese Waage funktioniert mit 3 austauschbaren Alkalibatterien des Typs AAA mit 1,5 V.
- Um die Batterien einzusetzen das Batteriefach öffnen, indem der Deckel in Pfeilrichtung geschoben wird.
- Die Batterien unter Berücksichtigung der angegebenen Polarität einsetzen. Den Deckel schließen.

AUSWAHL DER MASSEINHEIT

Die Waage durch Aufsteigen auf die Wiegefläche einschalten und die am Display angezeigte Maßeinheit (kg oder lb) kontrollieren. Um die Maßeinheit zu ändern von der Waage absteigen und die Taste an der Unterseite der Waage drücken.

GEBRAUCH

a. Messung des Körpergewichtes

Die Daten bezüglich der Körperzusammensetzung werden nur auf Smartphone mit der App "LAICA Home Wellness" visualisiert, die Waage visualisiert in der Tat auf dem Display nur das Gewicht. Es ist daher möglich, sie als einfache Waage auf die folgende Weise zu verwenden:

- 1) Stellen Sie die Waage auf eine ebene und harte Oberfläche.
Bei einem nachgiebigen oder unebenen Boden (z.B. Teppichboden, Teppiche, Linoleum) kann die Genauigkeit des Gewichtes beeinträchtigt werden.
- 2) Bei ausgeschalteter Waage mit parallelen Füßen und gleichmäßig verteiltem Gewicht (s. Zeichnungen) auf die Waage steigen.
Solange die Waage das Gewicht berechnet, nicht bewegen. Während der Messung nirgendwo anlehnen, um zu vermeiden, dass die gemessenen Werte verändert werden.
- 3) Von der Waage steigen. Das Display zeigt für einige Sekunden weiterhin das Gewicht an. Dann schaltet sich die Waage automatisch aus.

b. Funktionsweise mit App: Ermittlung der Körperzusammensetzung

Liste der kompatiblen Geräte:



- **iOS:** iPhone mit Betriebssystem 10 und höher.
- **Für Geräte mit Betriebssystem Android™:** ab Version 6.0 (Marshmallow).

Kompatibel mit der bluetooth-Technologie 4.0 und höher, übermittelt die Waage die Daten zur Körperzusammensetzung (Fettanteil, Wasseranteil, Skelettmuskulatur, Daten zum Grundumsatz und BMI) auf das Smartphone, um die Zusammensetzung des Körpergewichts besser analysieren zu können.

Während der folgenden Vorgänge sollte sich das Smartphone in der Nähe der Waage befinden, damit die Verbindung aktiviert bleibt.

1. Bluetooth in den Einstellungen des Smartphone aktivieren
2. Auf dem Smartphone die kostenlose App "LAICA Home Wellness" installieren
3. Die App starten und den Anweisungen zum Hinzufügen des Produkts sowie zum Erstellen eines neuen Benutzers folgen und dabei die persönlichen Daten eingeben.
4. Bei ausgeschaltetem Gerät barfuß auf die Waage steigen und dabei darauf achten, dass die Füße korrekt auf den Elektroden positioniert wurden. Auf der Waage erscheint die Anzeige:
 - a. das Gewicht
 - b. Das Symbol  das auf die Verbindung zwischen Waage und Smartphone hinweist, ist aktiv.
5. Um die Daten von der Waage an das Smartphone zu senden, in der App die Taste "GEWICHT ERMITTELN" drücken.
6. Nun werden folgende Daten auf dem Smartphone angezeigt:
 - das Gewicht
 - das Zielgewicht (falls in der App eingestellt)
 - der Körperfettanteil 
 - der Wasseranteil 
 - der Grundumsatz  kcal
 - der Body-Mass-Index (BMI) 
 - die Muskelmasse 
7. Die Waage schaltet sich automatisch nach ungefähr 10 Sekunden des Nichtgebrauchs ab.

Vergleichen Sie den erhaltenen Fettanteil mit den in der "Tabelle Bodyfat" aufgeführten Parametern: wenn er sich außerhalb der Normalwerte befindet, konsultieren Sie Ihren Arzt. Bewerten Sie außerdem den Anteil des Wassers wie im Paragraph "Wasseranteil" beschrieben und den Anteil der Muskulatur wie im Paragraph "Skelettmuskelanteil" beschrieben.

  Prüfen Sie während des Wiegens nach, dass die App eingeschaltet ist und auf dem Smartphone angezeigt wird, damit Sie sehen können, ob die Daten zu Ihrer Körperzusammensetzung sofort gesendet worden sind.

- Vor einem erneuten Wiegen stets überprüfen, ob die bluetooth-Verbindung Ihres Smartphone aktiviert ist.
- Bei Android™-Geräten müssen die Standortdienste aktiviert werden.
- Vor einem erneuten Wiegen stets auf Ihrem Smartphone den Benutzer für die Speicherung der Daten wählen.
- Jedes Mal wenn die Personenwaage bewegt oder hochgehoben und dann wieder auf die Auflage abgesetzt wird, darf die erste Messung aufgrund der notwendigen Neueinstellung der Elektronikarte hinsichtlich der Ladezellen nicht berücksichtigt werden. Berücksichtigen Sie die zweite und die folgenden Messungen, da die erste in einigen Fällen aus dem oben angegebenen Grund verändert sein kann.

AUSTAUSCH DER BATTERIEN

Nehmen Sie, wenn das Display "LO" oder das Symbol der Batterie anzeigt, den Austausch der Batterien des gleichartigen Typs vor.

1. Das Batteriefach öffnen, indem der Deckel in Pfeilrichtung geschoben wird.
2. Nehmen Sie die leeren Batterien heraus und entsorgen Sie diese wie im Absatz "Entsorgung" beschrieben.
3. Setzen Sie die neuen Batterien in das Gerät ein und kontrollieren Sie die angegebene Polarität.
4. Schließen Sie das Batteriefach.

WARTUNG


- Bewahren Sie das Gerät an einem kühlen und trockenen Ort auf.
- Bewahren Sie das Gerät in horizontaler Position auf.
- Die Waage ausschließlich mit einem weichen und trockenen Tuch reinigen.
- Niemals chemische Reiniger oder Scheuermittel verwenden.

PROBLEME UND LÖSUNGEN

Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Die Waage schaltet sich nicht ein.	Sie stehen nicht korrekt auf der Waage. Die Batterien sind leer.	Die Füße parallel auf die Waage stellen. Achtung: Sie schaltet sich erst ein, wenn man auf der Waage steht. Die Batterien ersetzen.
Das Display visualisiert "Lo" oder das Symbol der Batterie.	Die Batterien sind leer.	Batterien auswechseln.
Das Display zeigt "Err".	Das Gewicht übersteigt die Tragfähigkeit der Waage.	Das Gewicht umgehend von der Waage nehmen, um sie nicht zu beschädigen, und die maximale Tragfähigkeit prüfen.
Die App "LAICA Home Wellness" visualisiert keine Daten.	Bluetooth wurde nicht in den Einstellungen des Smartphone aktiviert. Das Smartphone ging während des Wiegens auf Stand-by über.	Bluetooth im Smartphone aktivieren. Die App während des Wiegens aktiv erhalten, um die umgehende Datenübertragung zu prüfen.
	Die Taste "GEWICHT ERMITTELN" wurde in der App nicht gedrückt.	In der App die Taste "GEWICHT ERMITTELN" drücken, um die Daten von der Waage an die App zu übermitteln.
Die App "LAICA Home Wellness" visualisiert nur das Körpergewicht.	Sie stehen nicht barfüßig auf der Waage. Die Haut der Fußsohlen ist zu trocken.	Mit parallelen Füßen auf die Waage steigen. Benetzen Sie die Haut der Fußsohlen.


Alle Gewichtsangaben sind annähernd auf die nächste Teilung auf- bzw. abgerundet sind; wir gewährleisten eine Präzision mit Abweichung innerhalb von +/-1% + 1 Eint.

ENTSORGUNGSVERFAHREN

 Das Symbol auf dem Boden des Geräts gibt die getrennte Müllsammlung der elektrischen und elektronischen Ausrüstungen an (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). Am Ende der Lebensdauer vom Gerät es nicht als gemischter fester Gemeindeabfall, sondern es bei einem spezifischen Müllsammelzentrum in Ihrem Gebiet entsorgen oder dem Händler zurückgeben, wenn Sie ein neues Gerät desselben Typ mit denselben Funktionen kaufen. Im Falle, dass das zu entsorgende Gerät von geringeren Ausmaßen als 25 cm ist, besteht die Möglichkeit, es an eine Verkaufsstelle von mehr als 400 mq ohne Pflicht des Erwerbs einer ähnlichen Vorrichtung zurückzugeben. Diese Prozedur getrennter Müllsammlung der elektrischen und elektronischen Ausrüstungen wird im Hinblick auf eine zukünftige gemeinsame europäische Umweltschutzpolitik vorgenommen, welche darauf zielen wird,

die Umwelt zu schützen und sichern, als auch die Umweltqualität zu verbessern und potentielle Wirkungen auf die menschliche Gesundheit wegen der Anwesenheit von gefährlichen Stoffen in diesen Vorrichtungen oder Missbrauch derselben oder von Teilen derselben zu vermeiden. Vorsicht! Die fehlerhafte Entsorgung von elektrischen und elektronischen Vorrichtungen könnte Sanktionen mit sich bringen.

Werfen Sie zur korrekten Entsorgung der Batterien (**Richtlinie 2013/56/Eu**) **dieselben nicht in den Hausmüll, sondern** entsorgen Sie sie als Sondermüll bei für das Recycling angegebenen Sammelstellen. Für weitere Informationen bezüglich der Entsorgung der leeren Batterien, nehmen Sie mit dem Händler, bei dem das Gerät, das die Batterien enthielt, erworben wurde, der Gemeinde oder mit der lokalen Abfallentsorgungsstelle Kontakt auf.

 Dieses Produkt ist für Haushaltgebrauch bestimmt. Die Konformität, welche durch die auf das Gerät aufgetragene CE-Kennzeichnung beweis ist, bezieht sich auf die Richtlinie 2014/30/Eu über elektromagnetische Verträglichkeit. Dieses Produkt ist ein elektronisches Gerät, das geprüft wurde, um beim gegenständlichen Zustand der Technik zu sichern, dass es mit anderen in der Nähe vorhandenen Vorrichtungen (elektromagnetische Verträglichkeit) nicht interferiert und dass es sicher ist, wenn es nach den Hinweisen verwendet wird, die in den Gebrauchsanweisungen angegeben sind. Im Falle von Anomalien beim Gerät, es nicht weiter verwenden und, falls notwendig, sich unmittelbar an den Hersteller wenden.

Der Hersteller Laica S.p.A. erklärt, dass das Gerät der Richtlinie 2014/53/Eu entspricht. Die vollständige Konformitätserklärung ist unter folgender Adresse abrufbar: www.laica.it.

GARANTIE

Die gegenständliche Vorrichtung ist für 2 Jahre vom Einkaufsdatum garantiert. Das Einkaufsdatum **ist durch den Stempel oder die Unterschrift vom Vertragshändler und durch den Kassenzettel zu beweisen, welche als Beilage zu diesem Dokument aufzubewahren sind**. Diese Periode stimmt mit der gültigen Gesetzgebung überein und wird erst dann angewandt, wenn der Verbraucher eine Privatperson ist. Laica-Produkte sind als Haushaltprodukte entworfen und dürfen nicht in öffentlichen Geschäften verwendet werden. Die Garantie deckt ausschließlich Produktionsfehler und ist nicht gültig, wenn der Schaden durch willkürliche Handlung, falschen Gebrauch, Nachlässigkeit oder Missbrauch vom Produkt entsteht. Ausschließlich die standardgelieferten Zubehörteile verwenden. Der Gebrauch von anderen Zubehörteilen kann das Ungültigkeitswerden der Garantie als Folge haben. Die Vorrichtung keinesfalls öffnen. Wird die Vorrichtung geöffnet oder missbräuchlich geändert, verfällt die Garantie endgültig. Die Garantie ist für verschleißbare Teile als auch für die Batterien nicht gültig, wenn diese letzten standardgeliefert werden. Die Garantie verfällt nach zwei Jahren vom Einkauf. In diesem Fall werden die Serviceeingriffe gegen Zahlung vorgenommen. Für Auskünfte über Serviceeingriffe – eingeschlossen in der Garantie oder gegen Zahlung – schreiben Sie bitte an info@laica.com. Für in den Garantiebedingungen eingeschlossene Reparatur- und Austausch eingriffe ist keine Sorte von Beitrag zu leisten. Im Falle von Ausfällen sich an den Vertragshändler wenden. KEINE direkte Lieferung zur LAICA vornehmen. Alle Eingriffe nach Garantiebedingungen (Austausch vom Produkt oder von einem Teil desselben eingeschlossen) werden die Dauer der ursprünglichen Garantieperiode für den ausgetauschten Produkt nicht verlängern. Der Hersteller lehnt jede Haftung für etwaige direkte oder indirekte Schäden an Personen, Sachwerten und Haustieren ab, welche von der Missachtung der Vorschriften entstehen, welche im zweckmäßigen Gebrauchshandbuch enthalten sind – vor allem mit Rücksicht auf Hinweise über Installation, Gebrauch und Wartung der Vorrichtung. Die Firma Laica, welche ständig nach der Verbesserung der eigenen Produkte strebt, behält sich das Recht vor, ohne Voranmeldung ihrer Produkte vollkommen oder teilweise nach Herstellungsverfahren zu ändern, ohne dass dadurch irgendwelche Haftung seitens der Firma Laica oder ihrer Vertragshändler entsteht.

**PÈSE-PERSONNE ÉLECTRONIQUE SMART AVEC INDICATION DU % DE MASSE GRAISSEUSE, % D'EAU, % DE MASSE MUSCULAIRE SQUELETTIQUE, MÉTABOLISME DE BASE ET AVEC INDICATEUR DE MASSE CORPORELLE - INSTRUCTIONS ET GARANTIE**

Cher client, Laica souhaite vous remercier pour la préférence accordée à ce produit, conçu selon des critères de fiabilité et de qualité qui sauront vous satisfaire pleinement.

**IMPORTANT
LIRE ATTENTIVEMENT AVANT UTILISATION
CONSERVER POUR TOUTE REFERENCE FUTURE**

La notice d'utilisation doit être considérée comme partie du produit et doit être conservée pendant tout le cycle de vie de ce dernier. En cas de cession de l'appareil à un autre propriétaire, remettre également toute la documentation.



Pour une utilisation sûre et correcte du produit, l'utilisateur est tenu de lire attentivement les instructions et avertissements contenus dans le manuel car ils fournissent des informations importantes concernant la sécurité et les instructions pour l'utilisation et la maintenance. En cas de perte de la notice d'utilisation ou pour obtenir plus d'informations ou de détails, contacter l'entreprise à l'adresse figurant ci-dessous: Laica S.p.A. - Viale del Lavoro, 10 36048 Barbarano Mossano (VI) – Italy - Tel. +39 0444.795314 - info@laica.com - www.laica.it

Pèse-personne électronique pour mesurer le poids et calculer la composition corporelle (pourcentage de graisse, d'eau, des masses musculaire et l'indice de masse corporelle) et du métabolisme de base en fonction de la hauteur, de l'âge et du sexe. Compatible avec la technologie bluetooth 4.0 et versions successives pour l'envoi automatique des données à votre Smartphone de façon à contrôler à tout moment vos progrès.

SOMMAIRE

LEGENDE DES SYMBOLES
CONSIGNES DE SÉCURITÉ
COMPOSITION CORPORELLE
DESCRIPTION DU PRODUIT
INSTRUCTIONS D'UTILISATION
ENTRETIEN
PROBLEMES ET SOLUTIONS
PROCÉDURE D'ÉLIMINATION
GARANTIE

page 24
page 24
page 25
page 25
page 26
page 27
page 27
page 27
page 27

LEGENDE DES SYMBOLES

Avertissement



Interdiction

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Contrôler, avant l'utilisation du produit, que l'appareil soit intègre, sans dommages visibles. En cas de doute, ne pas utiliser l'appareil et s'adresser au revendeur.
- Tenir le sachet en plastique de l'emballage hors de portée des enfants: risque d'asphyxie.
- Cet appareil est destiné exclusivement à l'utilisation pour laquelle il a été conçu et de la façon indiquée

dans la notice. Toute autre utilisation est non-conforme et donc dangereuse. Le fabricant ne peut être retenu responsable pour les éventuels dommages dérivant d'usages impropres ou erronés.

- Cet appareil peut être utilisé, de manière autonome, par les enfants de plus de 8 ans.
- Cet appareil peut être utilisé par des personnes aux capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou par des personnes inexpertes, seulement après qu'elles aient été instruites sur l'utilisation en toute sécurité, et uniquement si elles ont été informées sur les dangers liés à l'appareil lui-même. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Les opérations de nettoyage et de maintenance ne peuvent pas être réalisées par des enfants sans la surveillance d'un adulte.
- En cas de panne et/ou de mauvais fonctionnement, éteindre immédiatement l'appareil sans l'altérer. Pour les réparations, s'adresser toujours au revendeur de confiance.
- Traiter la balance avec soin: la protéger contre les chocs, les variations extrêmes de température, l'humidité, la poussière, la lumière directe du soleil et les sources de chaleur.

NE PAS faire pénétrer de liquides dans le corps de la balance.

Cet appareil n'est pas imperméable. NE PAS laisser NI utiliser la balance dans des milieux plein d'eau; une humidité supérieure à 85% ou le contact avec l'eau ou d'autres liquides peut provoquer la corrosion et compromettre le bon fonctionnement du dispositif.

NE PAS monter sur la balance avec les pieds mouillés ou si la surface de cette dernière est mouillée: risque de glissade.

ATTENTION! AVANT D'UTILISER CET APPAREIL

- **Le pourcentage de graisse corporelle et d'eau, de masse osseuse et la valeur du métabolisme de base calculés par la balance sont des valeurs purement indicatives et doivent être considérés comme telles. Pour de plus amples informations, consulter le médecin ou le diététicien.**
- **Grâce aux électrodes positionnées sur la balance, celle-ci envoie un courant électrique faible à basse intensité qui traverse la masse corporelle. La balance ne présente aucun risque.**
- **Nous en déconseillons l'utilisation aux personnes suivantes car les données relevées par la balance peuvent ne pas être crédibles:**
 - o porteurs de pacemakers ou autre dispositif électronique médical
 - o personnes ayant de la fièvre
 - o enfants de moins de 12 ans
 - o femmes enceintes
 - o personnes en dialyse, avec œdèmes aux jambes, personnes atteintes d'ostéoporose.
 - o personnes sous traitement de médicaments pour le système cardio-vasculaire.

UTILISATION SURE DES PILES

- Retirer les piles en cas d'inutilisation prolongée de la balance et les conserver dans un endroit frais et sec à température ambiante.
- NE PAS recharger les piles si elles ne sont pas rechargeables.
- NE PAS effectuer le rechargement des piles rechargeables avec des modalités différentes de celles indiquées dans le manuel ou avec des appareils non indiqués.
- NE jamais exposer les piles à des sources de chaleur et à la lumière directe du soleil. Le non-respect de cette indication peut endommager et/ou faire exploser les piles.
- NE PAS jeter les piles au feu.
- Le retrait ou le remplacement des piles doit être effectué par des personnes adultes.
- Tenir les piles hors de portée des enfants: l'ingestion des piles représente un risque mortel. En cas d'ingestion, consulter immédiatement un médecin.
- L'acide contenu dans les piles est corrosif. Éviter le contact avec la peau, les yeux ou les vêtements.

COMPOSITION CORPORELLE

La composition corporelle est constituée de:

- masse maigre: tous les composants exempts de graisse (eau, muscle, tissus connectif et autres composants organiques non gras), os, muscles, viscères, eau, organes, sang;
- masse grasse: toutes les graisses extractibles du tissu adipeux et d'autres tissus/organes;
- masse osseuse.

Grâce aux électrodes positionnées sur la balance, celle-ci transmet un courant électrique faible à basse intensité qui traverse la masse corporelle. Les différentes masses répondent de manière différente au flux de courant: la masse grasse résiste plus que la la masse maigre. Cette résistance du corps est appelée impédance bioélectrique. Le pourcentage relatif des différentes masses corporelles varie en fonction du sexe, de l'âge et de la structure de la personne.

% de masse grasse

Le pourcentage de graisse indiqué dans le tableau suivant représente la graisse totale donnée par la somme de la graisse essentielle et de la graisse de réserve. Le gras essentiel est nécessaire pour les différentes fonctions de l'organisme: le pourcentage est de 3% pour l'homme et 12% pour la femme. Le gras déposé donne de l'énergie, protège contre les traumatismes physiques et isole le corps pour en préserver la chaleur. Ces pourcentages varient avec l'âge et le sexe de l'individu comme indiqué sur le tableau ci-dessous. **Si les pourcentages indiqués par la balance dépassent les valeurs dites normales, nous conseillons de consulter le médecin traitant.**

TABLEAU BODYFAT					
	Age	INSUFFISANCE PONDÉRALE	NORMALE	SURPOIDS	OBÈSE
FEMME	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
HOMME	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% de masse musculaire (% de masse osseuse)

Il existe trois types de tissus musculaires: lisse, strié squelettique et strié cardiaque. Le muscle lisse est formé de fibres lisses qui se trouvent exclusivement dans les parois du tube digestif, des voies respiratoires et des voies génitales, dans la paroi des vaisseaux sanguins des veines et des artères. Le tissu musculaire strié squelettique est constitué par la masse osseuse et les muscles du visage. Le muscle strié cardiaque est représenté par le cœur. Cette balance indique le % de masse musculaire et de tissu musculaire lisse dans l'organisme. En moyenne, 40% du poids corporel est composé de muscles squelettiques. Les hommes ont généralement une musculature plus accentuée que les femmes et le pourcentage peut augmenter chez les sportifs. Le pourcentage de musculature commence à diminuer avec l'âge.

% d'eau

Le % d'eau est différent chez la femme et l'homme: chez les femmes adultes en bonne santé il va de 45% à 60%, alors que pour les hommes de 50% à 65%. Le pourcentage d'eau est supérieur pendant l'enfance et diminue avec l'âge. Les variations de poids corporel peuvent advenir dans des temps brefs (heures), moyens (jours) ou longs (semaines). Des petites variations de poids en l'espace de quelques heures sont absolument normales et dues à la rétention d'eau puisque l'eau extracellulaire (qui comprend le liquide interstitiel, le

plasma, la lymphe et le liquide transcellulaire) le seul compartiment en mesure de varier si rapidement. Lorsque les pertes de poids se font en quelques jours il probable qu'il s'agisse seulement d'eau.

Métabolisme de base

Le métabolisme de base (ou BMR, basal metabolic rate) est la quantité minimale de calories indispensable au corps pour survivre, pour exercer les processus de base comme la circulation, la respiration, la digestion et le maintien de la température corporelle. Le métabolisme de base est calculé sur un sujet au repos mental et physique, couché sur le dos, à jeun depuis 12 heures, après au moins 8 heures de sommeil et avec une température ambiante constante d'au moins 20°C. Le métabolisme de base pour les adultes varie entre 1200 et 180 kcal. Le BMR est influencé par de nombreux facteurs: l'âge, le sexe, la hauteur, la composition corporelle, la fièvre, le stress, la nourriture et la température ambiante.

Indice de masse corporelle

TABLEAU IMC	VALEUR IMC
INSUFFISANCE PONDÉRALE	<18.5
NORMALE	18.5-24.9
SURPOIDS	25.0-29.9
OBÈSE	>30

L'indice de masse corporelle met en relation le poids corporel et la taille d'un individu. La classification indiquée ci-dessous est liée au risque qu'un poids corporel inadéquat exerce sur l'état de santé: quand l'IMC est compris entre 18,5 et 24,9 le poids ne grève pas statistiquement sur l'état de santé et est dans la norme. Toute déviation, par défaut ou par excès de cet intervalle de valeurs de IMC doit être considérée à risque pour l'état de santé; nous déconseillons dans ce cas de consulter un

médecin. S'habituer à suivre un régime équilibré et exercer une activité sportive contribue certainement à améliorer la qualité de la vie, promouvoir la santé et prévenir les pathologies, augmenter la vitalité et maintenir le poids de forme! Il est important de savoir que l'indice de masse corporelle ne permet pas de distinguer des variations de poids dues à l'ampleur de la masse musculaire, de la masse osseuse, au contenu d'eau ou à l'accumulation de graisse. Par conséquent, la simplicité de calcul de l'IMC ne doit pas induire en erreur en optant pour les régimes "improvisés". Son évaluation doit être faite par un médecin ou par d'autres personnes spécialisées telles que le nutritionniste ou le diététicien.

Remarques

Pour évaluer l'évolution de la composition corporelle il faut prendre en considération :

- La seule diminution de poids accompagnée d'un pourcentage de graisse corporelle invarié ou en augmentation, indique que le corps a perdu simplement de l'eau (par exemple après un entraînement, un sauna ou un régime limité à la perte de poids rapide).
- L'augmentation de poids accompagnée d'un pourcentage de graisse corporelle en diminution ou inchangée indique le développement de masse musculaire précieuse.
- Quand le poids et la graisse corporelle diminuent simultanément pour signaler que le régime fonctionne et que l'on perd du volume.


DESCRIPTION DU PRODUIT (voir fig.1)

1. Écran
2. Électrodes
3. Compartiment des piles
4. Touche sélection unité de mesure

CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

- Portée: 180 kg / 400 lb
- Division: 100 g / 0.2 lb
- 3 piles alcalines 1.5V type AAA remplaçables

- Afficheur LCD reverse
- Fréquence de fonctionnement: 2402-2480 MHz, puissance d'irradiation effective: <0.9 dBm
- Conditions environnementales d'exercice: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Conditions environnementales de conservation: +10°C +50°C; RH ≤85%

	La balance calcule la composition corporelle sur les personnes âgées entre 12 et 99 ans et d'une hauteur de 90 à 220 cm.
--	--

CONSEILS D'UTILISATION

- Il faut toujours se peser sur la même balance et à la même heure, de préférence au matin et dévêtus.
- Il est important de se peser à pieds nus, bien secs et de se positionner correctement sur les électrodes (voir figure). Éviter aussi de coller les jambes pour que la balance correctement.
- Attendre environ 15 minutes après s'être levé de façon que l'eau puisse se distribuer dans le corps.
- La précision des données fournies par la balance peut être compromise dans les cas suivants :
 - taux d'alcool élevé
 - niveau de caféine ou de drogues élevé
 - après des repas copieux
 - après une rigoureuse activité sportive
 - pendant une maladie
 - pendant la grossesse
 - en cas de problèmes de déshydratation
 - avec les pieds mouillés ou sales
 - avec les jambes enflées

INSTRUCTIONS D'UTILISATION

PREMIÈRE UTILISATION

- Cette balance fonctionne avec 3 piles alcalines de 1.5V type AAA.
- Pour insérer les piles, ouvrir le compartiment des piles en faisant glisser le couvercle dans la direction de la flèche.
- Insérer les piles en tenant compte de la polarité indiquée. Fermer le couvercle.

SELECTION DE L'UNITE DE MESURE

Allumer la balance en montant dessus et vérifier l'unité de mesure indiquée sur l'écran (kg ou lb). Pour modifier l'unité de mesure, descendre de la balance et appuyer sur la touche se trouvant sur le fond de la balance.

UTILISATION

a. Mesure de seul poids corporel

Les données relatives à la composition corporelle peuvent être visualisées seulement sur le Smartphone grâce à l'App "LAICA Home Wellness", la balance affiche sur l'écran seulement le poids. Elle peut donc être utilisée comme une simple balance de la façon suivante:

- Positionner le pèse-personne sur une surface plate et rigide. La présence d'un sol meuble (ex.: tapis, moquettes, linoléum) peut compromettre l'exactitude du poids.
- Monter sur la balance quand celle-ci est éteinte avec les pieds parallèles et le poids équitablement réparti (voir dessins). Attendre sans bouger que la balance calcule votre poids. Ne pas s'appuyer pendant la mensuration, pour éviter d'altérer les valeurs relevées.
- Descendre de la balance, l'afficheur indique encore le poids quelques secondes puis la balance s'éteint automatiquement.

b. Fonctionnement avec l'application : calcul de la composition corporelle


Liste des dispositifs compatibles:

- iOS** : iPhone avec système d'exploitation à partir de 10.
- Pour les dispositifs équipés du système d'exploitation Android™** : à partir de la version 6.0 (Marshmallow).

Compatible avec la technologie bluetooth 4.0 et supérieure, la balance envoie les données de composition corporelle (pourcentage de graisse, eau, musculature squelettique, données sur le métabolisme de base et indice de masse corporelle) au smartphone pour mieux analyser la composition de votre poids. Pendant les opérations suivantes nous conseillons de garder le Smartphone à proximité de la balance pour ne pas couper la connexion activée.

- Activer le bluetooth dans les configurations du Smartphone
- Installez l'application gratuite "LAICA Home Wellness" sur votre smartphone
- Lancez l'application et suivez les instructions pour ajouter le produit et créer le nouvel utilisateur en entrant vos données personnelles.
- À balance éteinte, monter dessus en faisant attention à placer correctement les pieds nus au-dessus des électrodes. La balance affiche :
 - le poids
 - le symbole  qui indique que la connexion entre la balance et le Smartphone est activée.
- Pour envoyer les données relevées par la balance à votre smartphone, appuyez sur la touche "LECTURE POIDS" dans l'application.
- Les données suivantes sont maintenant affichées sur votre smartphone :
 - le poids
 - l'objectif de poids (si programmé dans l'app)
 - Le pourcentage de graisse corporelle 
 - Le pourcentage d'eau 
 - Le métabolisme de base **kcal**
 - l'indice de masse corporelle (IMC) 
 - Le pourcentage de masse musculaire 
- La balance s'éteint automatiquement après environ 10 secondes d'inutilisation.

Comparer le pourcentage de graisse obtenue avec les paramètres indiqués dans le "tableau bodyfat" : s'il n'est pas compris dans les valeurs normales, consulter le médecin traitant. Évaluer aussi le pourcentage d'eau en suivant les instructions du paragraphe "% d'eau" et le pourcentage de masse musculaire comme indiqué dans le paragraphe "% de masse musculaire".

	<ul style="list-style-type: none">Pendant la pesée, contrôler que l'app est activée et affichée sur le smartphone de manière à vérifier l'envoi immédiat des données relatives à votre composition corporelle. Vérifier, avant chaque nouvelle pesée, que la connexion bluetooth du Smartphone soit activée. Pour les dispositifs Android™, il est nécessaire d'activer les services de localisation. Sélectionner toujours sur le Smartphone, avant chaque nouvelle pesée, l'utilisateur sur lequel mémoriser les données. Toutes les fois que le pèse-personne est déplacé ou soulevé puis reposé sur le sol, la première pesée ne doit pas être prise en compte, il faut un temps de remise en place de la fiche électronique par rapport aux cellules de chargement. Prendre en compte la seconde et les autres pesées, car dans certains cas la première peut être fausse pour les susdits motifs.
---	---

SUBSTITUTION DES PILES

Il faut remplacer les piles quand l'afficheur affiche « LO » ou le dessin de la pile, avec des piles du même type.

- Ouvrir le compartiment des piles en faisant glisser le couvercle dans la direction de la flèche.
- Retirer les piles déchargées et les éliminer comme indiqué dans le paragraphe "Procédure pour l'élimination".

- Introduire les piles neuves en tenant présent la polarité indiquée.
- Fermer le compartiment des piles.

ENTRETIEN

- Conserver l'appareil dans un lieu frais et sec.
- Conserver l'appareil en position horizontale.
- Nettoyer la balance en utilisant exclusivement un chiffon doux et sec.
- Ne jamais utiliser de produits chimiques ni abrasifs.

PROBLÈMES ET SOLUTIONS

Problème	Cause possible	Solution
La balance ne s'éclaire pas.	Il faut monter correctement sur le pèse-personne.	Monter sur le pèse-personne avec les pieds parallèles. Attention: il s'éclaire seulement quand on est dessus.
	Les piles sont usées.	Remplacer les piles.
Le message "Lo" ou le symbole de la pile s'affiche.	Les piles sont épuisées.	Remplacer les piles.
L'afficheur visualise "Err".	Le poids est supérieur à la capacité du pèse-personne.	Enlever immédiatement le poids du pèse-personne pour ne pas l'endommager et vérifier la portée maximale.
L'app "LAICA Home Wellness" n'affiche aucune donnée.	Le bluetooth n'est pas activé dans les configurations du Smartphone.	Activer la fonction bluetooth sur le Smartphone.
	Le Smartphone est passé en mode veille pendant la pesée pour vérifier l'envoi immédiat des données.	Maintenir l'app activée sur le Smartphone pendant la pesée pour vérifier l'envoi immédiat des données.
L'app "LAICA Home Wellness" affiche seulement le poids.	La touche "LECTURE POIDS" de l'application n'a pas été appuyée.	Appuyez sur la touche "LECTURE POIDS" de l'application pour envoyer les données de la balance à l'application.
	Vous n'êtes pas monté à pieds nus sur la balance.	Monter sur le pèse-personne avec les pieds nus.
	La peau des pieds est trop sèche.	Mouiller légèrement la peau des pieds.

Tous les poids sont approximatifs car ils sont arrondis par excès ou par défaut à la division la plus proche. Nous garantissons une précision avec une tolérance +/-1% + 1 division.

PROCÉDURE D'ÉLIMINATION



Le symbole placé sur le fond de l'appareil indique la récolte séparée des appareils électriques et électroniques (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). A la fin de la vie utile de l'appareil, il ne faut pas l'éliminer comme déchet municipal solide mixte; il faut l'éliminer chez un centre de récolte spécifique situé dans votre zone ou bien le rendre au distributeur au moment de l'achat d'un nouveau appareil du même type et prévu pour les mêmes fonctions. Dans le cas où l'appareil à éliminer serait de dimensions inférieures à 25 cm, on peut le rendre à un point de vente ayant un mètreage supérieur à 400 m²

sans l'obligation d'acheter un nouveau dispositif similaire. Cette procédure de récolte séparée des appareils électriques et électroniques se réalise dans une vision d'une politique de sauvegarde, protection et amélioration de la qualité de l'environnement et pour éviter des effets potentiels sur la santé humaine dus à la présence de substances dangereuses dans ces appareils ou bien à un emploi non autorisé d'elles ou de leurs parties. Attention! Une élimination incorrecte des appareils électriques pourrait impliquer des pénalités.

Pour la mise au rebut correcte des piles (**Dir.2013/56/Eu**), **ne pas jeter les piles dans les déchets domestiques** mais comme déchet spécial dans les points de collecte indiqués pour le recyclage. Pour plus d'informations concernant l'élimination des piles déchargées contacter le magasin où a été acheté l'appareil qui contenait les piles, la commune ou bien le service local d'élimination des déchets.

CE Ce produit est indiqué pour en emploi domestique. La conformité, prouvée par le marquage CE indiqué sur le dispositif, est relative à la directive 2014/30/Eu concernant la compatibilité électromagnétique. Ce produit est un instrument électronique qui a été vérifié pour garantir, à l'état actuel des connaissances techniques, soit de ne pas interférer avec d'autres appareils placés aux alentours (compatibilité électromagnétique) soit d'être sécurisé si utilisé selon les indications des instructions pour l'emploi. En cas de comportements anormales du dispositif, ne pas prolonger l'emploi et éventuellement contacter directement le producteur.

Le producteur, Laica S.p.A., déclare que l'appareil est conforme à la Directive 2014/53/Eu. La déclaration de conformité complète est disponible à l'adresse internet suivante: www.laica.it.

GARANTIE

Cet appareil est garanti pour une durée de 2 ans à partir de la date d'achat qui doit apparaître **sur le tampon et la signature du revendeur et sur le reçu fiscal ci-joint que vous garderez avec soin**.

Cette période est conforme à la législation en vigueur et s'applique seulement au cas où le consommateur soit un sujet particulier. Les produits Laica sont projetés pour un emploi à la maison et on ne permet pas son emploi dans les locaux publics. La garantie couvre uniquement les défauts de production et n'est pas valable si les dommages sont causés par des événements accidentels, par une utilisation incorrecte, par négligence ou par utilisation impropre du produit. Utiliser uniquement les accessoires fournis; l'utilisation d'accessoires divers peut entraîner l'annulation de la garantie. N'ouvrir en aucun cas l'appareil; en cas d'ouverture ou d'endommagement, la garantie sera annulée définitivement.

La garantie n'est pas valide pour les pièces soumises à usure suite à leur emploi et aux batteries lorsqu'elles sont fournies en dotation. Une fois écoulés 2 ans dès la date d'achat, la garantie s'échoit; dans ce cas les interventions d'assistance technique seront réalisées sous paiement. Les informations sur les interventions d'assistance technique, soient elles en garantie ou sous paiement, pourront être demandées en contactant notre société à info@laica.com. Aucune forme de contribution est due pour les réparations et les remplacements inclus dans les termes de la garantie. En cas de pannes, s'adresser à son revendeur; NE PAS expédier directement à LAICA.

Toutes les interventions en garantie (incluses celles de remplacement du produit ou bien d'une de ses parties) ne prolongeront pas la durée de la période de garantie originale du produit remplacé. La maison constructrice décline toute responsabilité en cas d'éventuels dommages causés, directement ou indirectement, aux personnes, choses et animaux domestiques suite au manque d'attention à toutes les prescriptions indiquées sur le livret d'instruction et concernant, de manière particulière, les conseils relatifs à l'installation, l'utilisation et l'entretien de l'appareil. Il est faculté de la société Laica, qui est constamment engagée dans l'amélioration de ses produits, de modifier sans aucun avis au préalable totalement ou partiellement ses propres produits en relation avec la nécessité de production, sans que cela implique aucune responsabilité de la part de la société Laica ou de ses vendeurs.

TECHNICKÉ PARAMETRY

- Nosnost: 180 kg / 400 lb
- Dělení: 100 g / 0,2 lb
- 3 vyměnitelné alkalické baterie 1,5V AAA
- Displej LCD reverse
- Provozní frekvence: 2402-2480 MHz, efektivní vyzařovaný výkon: <0.9 dBm
- Okolní podmínky pro provoz: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Okolní podmínky pro skladování: +10°C +50°C; RH ≤85%



Váha vypočítává tělesné složení u osob ve věku mezi 12 a 99 lety a s výškou mezi 90 e 220 cm.

RADY PRO POUŽITÍ

- Važte se vždy na stejné váze a ve stejnou denní dobu, nejlépe po probuzení a bez oblečení.
- Je důležité se vážit naboso, se suchými a správně umístěnými chodidly na elektrodách (viz obrázek). Také se vyhněte jakémukoliv kontaktu mezi nohami tak, aby váha fungovala správně.
- Počkejte 15 minut po té, co jste vstali, tak aby se voda mohla v těle rozmistit.
- Přesnost údajů zjištěných váhou může být ovlivněna v následujících případech:
 - a) vysoká hladina alkoholu
 - b) vysoká hladina kofeinu nebo drog
 - c) po těžkém jídle
 - d) po přísné sportovní aktivitě
 - e) během nemoci
 - f) v těhotenství
 - g) při problémech s dehydratací
 - h) mokrá nebo neumytá chodidla
 - i) oteklé nohy

NÁVOD K POUŽITÍ

PRVNÍ POUŽITÍ

- Tento váha funguje na 3 vyměnitelné alkalické baterie 1,5 V typu AAA.
- Chcete-li vložit baterie, otevřete přihrádku na baterie posunutím krytu ve směru šipky.
- Vložte baterie a mějte na paměti označenou polaritu. Zavřete kryt.

VOLBA MĚRNÉ JEDNOTKY

Zapněte váhu stoupnutím si na ni a zkontrolujte měrnou jednotku zobrazenou na displeji (kg nebo lb). Chcete-li změnit měrnou jednotku, sestupte z váhy a stiskněte tlačítko umístěné na její spodní straně.

POUŽITÍ

a. Měření pouze tělesné hmotnosti

Údaje o tělesném složení se zobrazují pouze u chytrých telefonů s aplikací „LAICA Home Wellness“, váha zobrazuje hmotnost pouze na displeji. Je tedy možné ji použít jako jednoduchou váhu následujícím způsobem:

- 1) Umístěte váhu na rovnou a pevnou plochu. Nerovný nebo měkký povrch podlahy (např. koberec, linoleum) může způsobit nepřesnost vážení.
- 2) Stoupněte si na vypnutou váhu s chodidly paralelně vedle sebe a rovnoměrně rozloženou váhou (viz obrázky). Vyčkejte bez hnutí, než váha stanoví vaši hmotnost. O nic se během vážení neopírejte, aby nedošlo k ovlivnění výsledku vážení.







3) Sestupte z váhy, na displeji se i nadále ukazuje váhu po dobu několika sekund, pak se váha automaticky vypne.

b. Provoz s aplikací: výpočet tělesné složení

Seznam kompatibilních zařízení:

- **iOS:** iPhone s operačním systémem 10 a vyšší.
- **Pro zařízení s operačním systémem Android™:** od verze 6.0 (Marshmallow).

Váha je kompatibilní s technologií bluetooth 4.0 a vyšší a zasílá data o tělesném složení (procentuální obsah tuku, vody, kosterní svaloviny, údaje týkající se bazálního metabolismu a index tělesné hmotnosti) do chytrého telefonu pro lepší analýzu složení vlastní hmotnosti. Během následujících operací se doporučuje udržovat chytrý telefon v blízkosti váhy, aby bylo spojení aktivní.

1. V nastavení chytrého telefonu aktivujte bluetooth.
2. Nainstalujte do svého chytrého telefonu bezplatnou aplikaci „LAICA Home Wellness“.
3. Spusťte aplikaci a podle pokynů přidejte produkt a vytvořte nového uživatele zadáním svých osobních údajů.
4. Když je váha vypnutá, stoupněte si na plošinu a ujistěte se, že jsou bosé nohy správně umístěny na elektrodách. Váha zobrazí:
 - a. hmotnost
 - b. symbol  který označuje, že spojení mezi váhou a chytrým telefonem je aktivní.
5. Chcete-li odeslat údaje zjištěné váhou do chytrého telefonu, stiskněte v aplikaci tlačítko „DETECT WEIGHT“ (“ZJIŠTIT HMOTNOST”).
6. V tomto okamžiku se na vašem chytrém telefonu zobrazí následující data:
 - hmotnost
 - cíl hmotnosti (pokud je nastaven v aplikaci)
 - procento tělesného tuku 
 - procento vody 
 - bazální metabolismus  Kcal
 - index tělesné hmotnosti (BMI) 
 - procento svalové hmoty 
7. Váha se po asi 10 sekundách nepoužívání automaticky vypne.

Porovnejte získaná procenta tuku s parametry uvedenými v „tabulce tělesného tuku (body fat)“: pokud spadají mimo normální hodnoty, poraďte se se svým lékařem. Vyhodnoťte také procento vody jak je uvedeno v odstavci „% vody“ a procento svaloviny podle odstavce „% kosterního svalstva“.

	<ul style="list-style-type: none"> • Během vážení zkontrolujte, zda je aplikace aktivní a zobrazuje se na chytrém telefonu, abyste ověřili okamžité odeslání dat týkajících se vašeho tělesného složení. • Před zahájením nového vážení vždy zkontrolujte, zda je připojení bluetooth vašeho chytrého telefonu aktivní. • U zařízení Android™ je nutné aktivovat služby určování polohy. • Před provedením nového vážení vždy vyberte na chytrém telefonu uživatele, kde mají být data uložena. • Pokaždé, když je osobní váha přemístěna nebo zvednuta a poté znovu umístěna na nosný povrch, nemůže být první vážení vzato v potaz, z důvodu nezbytného přenastavení elektronické karty vůči buňkám zatížení. Vezměte v úvahu druhé a následující vážení, protože v některých případech může být to první pozměněno z výše uvedeného důvodu.
--	---

VÝMĚNA BATERIÍ

Když se na displeji zobrazí „LO“ nebo symbol baterie, vyměňte baterie za baterie stejného typu.

1. Otevřete přihrádku na baterie posunutím krytu ve směru šipky.
2. Vyměňte vybité baterie a odstraňte je tak, jak je uvedeno v odstavci “Postup při likvidaci”.
3. Vložte baterie a mějte na paměti označenou polaritu.
4. Zavřete přihrádku na baterie.

ÚDRŽBA

- Skladujte přístroj na větraném a suchém místě.
- Skladujte váhu ve vodorovné poloze.
- K čištění váhy používejte výhradně měkký a suchý hadřík.
- Nikdy nepoužívejte chemické ani abrazivní čisticí prostředky.

PROBLÉMY A ŘEŠENÍ

Problém	Možná příčina	Řešení
Váha se nezapíná.	Nestoupili jste si na váhu správně. Baterie jsou vybité.	Stoupněte si na váhu s chodidly paralelně vedle sebe. Pozor: váha se zapíná až po stoupnutí na ni. Vyměňte baterie.
Na displeji se zobrazí “Lo” nebo symbol baterie.	Baterie jsou vybité.	Proveďte výměnu.
Na displeji se zobrazí „Err“.	Hmotnost převyšuje nosnost váhy.	Ihned odstraňte zátěž z váhy, abyste ji nepoškodili a ověřte maximální nosnost.
Aplikace „LAICA Home Wellness“ nezobrazuje žádná data.	Bluetooth nebyl v nastavení chytrého telefonu aktivován. Během vážení chytrý telefon přešel do pohotovostního režimu. V aplikaci nebylo stisknuto tlačítko „ZJIŠTIT HMOTNOST“.	Aktivujte bluetooth v chytrém telefonu. Při vážení nechte aplikaci v chytrém telefonu aktivní pro ověření okamžitého odeslání dat. Stisknutím tlačítka „ZJIŠTIT HMOTNOST“ v aplikaci odesláte data z váhy do aplikace.
Aplikace „LAICA Home Wellness“ zobrazuje pouze tělesnou hmotnost.	Nestoupili jste si na váhu naboso. Kůže chodidel je příliš suchá.	Stoupněte si na váhu naboso. Lehce navlhčete kůži chodidel.

Všechny hmotnosti jsou přibližné, protože jsou zaokrouhlené nahoru nebo dolů k nejbližšímu dělení. Zaručujeme přesnost s tolerancí +/- 1% + 1 dělení.


POSTUP PRO LIKVIDACI



Symbol na spodní straně přístroje označuje povinnost tříděného sběru odpadu elektrických a elektronických zařízení (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). Na konci životnosti přístroje jej nelikvidujte jako pevný směsný komunální odpad, nýbrž ve sběrném dvoře ve své oblasti, nebo jej vraťte distributorovi při nákupu nového přístroje téhož typu

sloužícího ke stejnému účelu. V případě, že má spotřebič určený k likvidaci menší rozměry než 25 cm, je možné zaslat jej zpět do prodejního místa s půdorysnou plochou nad 400 m² bez povinnosti nákupu nového podobného spotřebiče. Tento postup odděleného sběru elektrických a elektronických zařízení vychází z politiky Společenství, která má za cíl zachovat, chránit a zlepšovat životní prostředí a vyhnout se potenciálnímu dopadu nebezpečných látek v těchto zařízeních na lidské zdraví a nepatřičnému použití těchto zařízení či jejich částí. Upozornění: Nesprávná likvidace elektronických a elektrických zařízení může mít za následek postih.

Chcete-li baterie správně zlikvidovat (**Směrnice 2013/56/Eu**), nevyhazujte je do běžného domovního odpadu, ale nechte je zlikvidovat jako speciální odpad ve vhodných recyklačních sběrnách. Podrobnější informace ohledně likvidace vybitých baterií získáte v prodejním místě, kde byl přístroj zakoupen; odpovídající informace může poskytnout i obecní úřad nebo místní středisko sběrných surovin.


 Tento výrobek je určen pro domácí použití. Výrobek je v souladu se směrnicí 2014/30/Eu o elektromagnetické kompatibilitě, což potvrzuje značka CE na přístroji. Jedná se o elektronický přístroj, u něhož bylo na základě současného stavu technických znalostí ověřeno, že neovlivňuje funkci jiných zařízení umístěných v blízkosti (elektromagnetická kompatibilita) a že je bezpečný, je-li používán v souladu s pokyny uvedenými v návodu.

Výrobce, Laica S.p.A., prohlašuje, že zařízení je v souladu se směrnicí 2014/53/Eu. Úplné prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese: www.laica.it.

ZÁRUKA

Na tento přístroj se poskytuje záruka 2 roky od data zakoupení, **kteří je nutné prokázat razítkem a podpisem prodejce a dokladem o zaplacení**. Ten laskavě uschovejte společně se záručním listem. Tato lhůta je v souladu s platnou legislativou a je použitelná pouze v případech, kdy spotřebitel je soukromý subjekt. Výrobky Laica jsou určeny pro domácí použití a není povoleno jejich využívání ve veřejných zařízeních. Záruka se vztahuje pouze na výrobní vady a nevztahuje se na škody způsobené nehodou, zanedbáním nebo nesprávným či nevhodným použitím výrobku. Používejte pouze dodávané příslušenství. Použití jiného příslušenství může mít za následek zánik záruky. Přístroj z žádného důvodu neotvírejte. V případě otevření či zásahu do přístroje záruka s konečnou platností zaniká. Záruka se nevztahuje na díly podléhající opotřebení a na baterie, pokud byly dodány v příslušenství. Po uplynutí 2 let od nákupu záruka zaniká a případné opravy v technickém servisu budou provedeny za úhradu. Informace o opravách v technickém servisu, ať již se jedná o opravy pokryté zárukou či za úhradu, si můžete vyžádat na adrese info@laica.com. Za opravy a náhrady výrobků, na které se vztahuje záruka, nic neplatíte. V případě poruchy kontaktujte svého prodejce. NEZASÍLEJTE přístroj přímo společnosti LAICA. **Jakékoli záruční práce (včetně výměny výrobku nebo jeho částí) neprodávují záruční dobu nahrazeného výrobku.** Výrobce odmítá jakoukoli odpovědnost za případné škody, které mohou přímo nebo nepřímo vzniknout osobám, na majetku a domácích zvířatech v důsledku neodržení veškerých požadavků uvedených v příslušném návodu, zejména pak vstřah týkajících se instalace, používání a údržby přístroje. Společnost Laica neustále vylepšuje své výrobky a vyhrazuje si právo bez předchozího upozornění úplně či částečně upravovat své výrobky podle potřeb výroby, aniž to zakládá odpovědnost ze strany společnosti Laica či jejich prodejců.

- LCD reverse zaslon
- Odstoppek: +/-1% +1 div.
- Delovna frekvenca: 2402-2480 MHz, učinkovita obsevalna moč: <0.9 dBm
- Okoljski pogoji uporabe:+10°C +40°C; RH ≤85%
- Okoljski pogoji shranjevanja: +10°C +50°C; RH ≤85%

	Tehtnica izračuna telesno sestavo oseb starosti med 12 in 99 let in višine med 90 in 220 cm.
--	--

NASVETI ZA UPORABO

- Vedno se tehtajte na isti tehtnici in ob istem času dneva, najbolje, ko se zbudite in brez obleke.
- Pomembno je, da se tehtate bosi, s suhimi nogami in pravilno postavljenimi na elektrodah (glejte sliko). Izogibajte se stiku med nogama, tako da bo tehtnica pravilno delovala.
- Po vstajanju počakajte približno 15 minut , da se voda porazdeli po telesu.
- Natančnost podatkov, ki jih nudi tehtnica, je lahko napačna v naslednjih primerih:
 - a) visoke alkoholiziranosti
 - b) visoke stopnje kofeina ali mamil
 - c) po težkih obrokih
 - d) po strogi športni aktivnosti
 - e) v primeru bolezni
 - f) med nosečnostjo
 - g) v primeru težav dehidracije
 - h) mokre ali umazane noge
 - i) otečene noge

NAVODILA ZA UPORABO

PRVA UPORABA

- Tehtnica deluje s 3 alkalnimi baterijami1,5V AAA, ki jih lahko zamenjate.
- Da bi vstavili baterije odprite predal za baterijo tako, da pokrov potisnete v smeri puščice.
- Vstavite baterije, pri čemer upoštevajte navedeno polarnost. Zaprite pokrov.

IZBIRA MERSKE ENOTE

Vklopite tehtnico tako, stopite nanjo in preverite merilno enoto, prikazano na zaslonu (kg ali lb). Če želite spremeniti mersko enoto, stopite s tehtnice in pritisnite gumb, ki se nahaja na dnu iste.

UPORABA

a. Merite samo telesne teže

Podatki o telesni sestavi so prikazano samo na pametnem telefonu z aplikacijo "LAICA Home Wellness", na tehtnici je prikazana samo teža. Uporabljajte jo torej lahko kot običajno tehtnico na naslednji način:







- 1) Tehtnico postavite na vodoravno in trdno površino. Prisotnost mehkih ali neravnih tal (npr. preproge, tapisona, linoleja) lahko vpliva na natančnost tehtanja.
- 2) Na izklopljeno tehtnico (glejte stopite z vzporedno postavljenima nogama in enakomerno porazdelitvijo teže (glejte slike). Brez premikanja počakajte, da tehtnica izpiše vašo težo. Med tehtanjem se nikamor ne naslanjajte, da se izognete napačnemu prikazu izmerjenih vrednosti.
- 3) Stopite s tehtnice, teža bo na zaslonu prikazana še nekaj sekund, nato tehtnica samodejno ugasne.

b. Delovanje z aplikacijo: izračun telesne sestave


Seznam združljivih naprav:

- **iOS:** iPhone z operacijskim sistemom od 10.
- **Za naprave z operacijskim sistemom Android™:** od različice 6.0 (Marshmallow).

Združljiva s tehnologijo bluetooth 4.0 in višjo tehnologijo, tehtnica pošilja podatke o sestavi telesa (odstotek maščobe, vode, mišične mase, bazalni presnovni podatki in indeks telesne mase) pametnemu telefonu, da bolje analizira sestavo teže. Med temi operacijami je priporočljivo, da se pametni telefon nahaja v bližini tehtnice, da se ohranja aktivna povezava.

1. V nastavitvah pametnega telefona vključite bluetooth
2. Na pametni telefon namestite brezplačno aplikacijo "LAICA Home Wellness"
3. Zaženite aplikacijo in sledite navodilom, da dodate izdelek in ustvarite novega uporabnika z vnosom osebnih podatkov.
4. Ko je tehtnica izključena, stopite nanjo in poskrbite, da boste noge pravilno namestite na elektrode. Lestvica prikaže:
 - a. težo
 - b. Simbol,  ki označuje aktivno povezavo med tehtnico in pametnim telefonom.
5. Če želite podatke, ki jih zazna lestvica, poslati v pametni telefon, pritisnite gumb »DETECT WEIGHT« ("ZAZNAJ TEŽO") v aplikaciji.
6. Sedaj se na pametnem telefonu prikažejo naslednji podatki:
 - teža
 - ciljna teža (če je nastavljena v aplikaciji)
 - odstotek telesne maščobe 
 - odstotek vode 
 - bazalna presnova 
 - indeks telesne mase (BMI) 
 - odstotek mišične mase 
7. Tehtnica se samodejno ugasne po 10 sekundah neuporabe.

Primerjajte odstotek maščob, pridobljen s parametri v "tabeli bodyfat": če je izven normalne vrednosti, se posvetujte z zdravnikom. Ocenite tudi delež vode, kot je opisano v odstavku "% vode" in delež mišičnine, kot je opisano v odstavku "% skeletne mišičnine".

	<ul style="list-style-type: none"> • Med tehtanjem preverite, da je aplikacija aktivna in prikazana na pametnem telefonu, kar omogoča takojšnje pošiljanje podatkov o telesni sestavi. • Preden opravite novo tehtanje vedno preverite, da je bluetooth povezava pametnega telefona aktivna. • Za naprave Android™ morate aktivirati lokacijske storitve. • Preden opravite novo tehtanje na pametnem telefonu vedno izberite uporabnika, za katerega želite shraniti podatke. • Vsakokrat, ko osebno tehtnico premaknete ali dvignete ter nato zopet postavite na podlago, prvega tehtanja ne upoštevajte, kajti elektronska kartica se mora znova umeriti z merilnimi celicami. Upoštevajte drugo in naslednja tehtanja, kajti, zaradi zgoraj navedenih razlogov, prvo tehtanje bi lahko bilo nenatančno.
---	--

ZAMENJAVA BATERIJ

Ko je na zaslonu prikazan izraz "LO" ali simbol baterije, morate baterije zamenjati z novimi enake vrste.

1. Odprite predal za baterijo tako, da pokrov potisnete v smeri puščice.
2. Vzemite ven prazne baterije in jih odstranite, kot je navedeno v odstavku "Postopek odstranjevanja".

3. Vstavite nove baterije, pazite na označeno polarnost.
4. Zaprite predasl baterij.

VZDRŽEVANJE

- Aparat hranite na hladnem in suhem mestu.
- Aparat hranite v vodoravnem položaju.
- Tehtnico čistite le z mehko in suho krpo.
- Nikoli ne uporabljajte kemičnih ali grobih izdelkov.

TEŽAVE IN REŠITVE

Težava	Možen vzrok	Rešitev
Tehtnica se ne vklopi.	Na tehtnico niste pravilno stopili.	Na tehtnico stopite z vzporednima nogama Pozor: vklopi se šele, ko nanjo stopite.
	Baterije so iztrošene.	Zamenjajte baterije.
Zaslon prikazuje "Lo" ali simbol baterije.	Baterije so prazne.	Opravite zamenjavo.
Zaslon prikazuje "Err".	Teža je večja od zmogljivosti tehtnice.	Težo nemudoma odstranite s tehtnice, da se slednja ne poškoduje, preverite največjo zmogljivost.
Aplikacija "LAICA Home Wellness" ne prikazuje nobenega podatka.	Bluetooth ni aktiviran v nastavitvah pametnega telefona.	V pametnem telefonu aktivirajte bluetooth.
	Pametni telefon se med tehtanjem postavi v stanje pripravljenosti.	Ohranjajte aktivno aplikacijo med tehtanjem, da preverite takojšnje pošiljanje podatkov.
Aplikacija "LAICA Home Wellness" prikazuje samo telesno težo.	V aplikaciji ni bil pritisnjen gumb "ZAZNAJ TEŽO".	V aplikaciji pritisnite gumb "ZAZNAJ TEŽO", da pošljete podatke od tehtnice v aplikacijo.
	Na tehtnico niste stopili bosi.	Na tehtnico stopite z bosima nogama.
	Suha koža na nogah.	Kožo rahlo navlažite.

POSTOPEK ODSTRANJEVANJA (Dir.2012/19/Eu-WEEE)



Simbol, ki se nahaja na dnu aparata, označuje ločeno zbiranje električnih in elektronskih naprav. Ob koncu dobe koriščenja aparata tega ne odstraniti kot mešan komunalni trden odpadke, ampak ga izročite posebnemu zbirnemu centru na vašem območju, ali ga vrnite distributerju, ko kupite nov aparat iste vrste in namenjen za isto uporabo.

V primeru, da je aparat, ki ga odlagate, manjši od 25 cm, ga lahko vrnete na prodajnem mestu z več kot 400 m² površine, brez obveznosti za nakup podobne nove naprave. Ta postopek ločenega zbiranja električne in elektronske opreme se izvaja z vizijo okoljske politike Skupnosti s ciljem ohranjanja, varstva in izboljšanja kakovosti okolja in da bi se izognili

morebitnim potencialnim učinkom na zdravje ljudi zaradi prisotnosti nevarnih snovi v tej premri ali zaradi nepravilne uporabe slednje oziroma delov slednje. Pozor! Nepravilna odstranitev električne in elektronske opreme lahko pomeni sankcije.

Za odstranitev baterij (**Dir.2013/56/Eu**) slednjih ne odvrzite med gospodinjske odpadke, ampak jih odstranite kot poseben odpadek na zbirnih mestih, ki so določeni za recikliranje. Za več informacij o odstranjevanju rabljenih baterij se obrnite na trgovino, kjer ste kupili aparat, ki vsebuje baterije, na občino ali na lokalno službo za odstranjevanje odpadkov.



Ta izdelek je namenjen za domačo uporabo. Skladnost potrjuje na napravi nameščen znak CE in ustreza direktiva 2014/30/Eu o elektromagnetni združljivosti. Ta izdelek je elektronski instrument, preverjen za zagotavljanje, glede na trenutno stanje tehničnega znanja, tako odsotnosti motenja drugih naprav v bližini (elektromagnetna združljivost) kot tudi varne uporabe v skladu z napotki, ki so navedeni v navodilih za uporabo. V primeru nepravilnega delovanja naprave ne uporabljajte in se po potrebi obrnite neposredno na proizvajalca.

Proizvajalec, Laica S.p.A., izjavlja, da je naprava v skladu z Direktivo 2014/53/Eu. Celotna izjava o skladnosti je na voljo na naslednjem spletnem naslovu: www.laica.it.


GARANCIJA

Garancija za ta aparat velja 2 leti od dneva nakupa, kar potrjuje žig ali podpis prodajalca in davčni račun, ki ju morate hraniti kot prilogo tej publikaciji. Trajanje garancije je skladno z veljavno zakonodajo in se lahko uveljavlja samo, če je potrošnik zasebni uporabnik.Izdelki Laica so zasnovani za uporabo v gospodinjstvu. Uporaba v javnih storitvah ni dovoljena. Garancija krije samo pomanjkljivosti izdelave in ne velja v primeru škode, nastale zaradi nezgodnega dogodka, napačne uporabe, malomarnosti ali nenamenske rabe izdelka. Uporabljajte samo priloženi pribor; raba drugačnega pribora lahko vodi v razveljavitev garancije. V nobenem primeru ne odpirajte ohišja izdelka; v primeru odprtja ali spreminjanja se garancija dokončno razveljavi.

Garancija ne velja za obrabi podvržene dele in baterije, če so te dobavljene v priboru. Garancija preneha veljati po preteku 2 let od nakupa; po tem roku se bo servisne posege zaračunalo. Informacije o servisnih posegih, bodisi v garancijskem roku kot tudi plačiljivih, lahko dobite z zahtevkom na naslov info@laica.com. Za popravilo ali zamenjavo izdelka v skladu z garancijskimi pogoji ni potrebno plačati nobenega prispevka. V primeru okvare se obrnite na prodajalca; NE pošiljajte direktno v podjetje LAICA. V primeru posegov v garancijskem roku (vključno z zamenjavo izdelka ali njegovega dela) se trajanje originalne garancijske dobe zamenjanega izdelka ne podaljša.

Proizvajalec zavrača vsako odgovornost za morebitno škodo, ki bi bila neposredno ali posredno povzročena osebam, predmetom ali domačim živalim kot posledica neupoštevanja vseh določil, navedenih v ustrezni knjižici z navodili, posebej tistih, ki se nanašajo na opozorila o namestitvi, uporabi in vzdrževanju aparata. Podjetje Laica se nenehno trudi izboljšati svoje izdelke, zato si jemlje pravico, brez predhodnega obveščanja, do delnega ali celotnega spreminjanja svojih izdelkov v skladu s potrebami proizvodnje, ne da bi to predstavljalo kakršno koli odgovornost podjetja Laica ali njenih prodajalcev. Za dodatne informacije: www.laica.com

- 3 alkalne baterije 1,5 V tipa AAA
- LCD reverse zaslon
- Tolerancija: +/-1% + 1 podjela
- Radna frekvencija: 2402-2480 MHz, efektivna snaga zračenja: <0.9 dBm
- Radni uvjeti okoliša: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Okolišni uvjeti za čuvanje: +10°C +50°C; RH ≤85%

	Vaga izračunava sastav tjelesne mase osoba u dobi između 12 i 99 godina, visine između 90 i 220 cm.
--	---

SAVJETI ZA UPORABU

- Vagati se uvijek na istoj vagi i u isto vrijeme, po mogućnosti kada se probudite i bez odjeće.
- Važno je da se vagate bosi, suhih stopala i ispravno postavljenih na elektrode (vidi sliku). Razmaknite noge kako bi vaga ispravno funkcionirala.
- Pričekajte oko 15 minuta nakon ustajanja, tako da voda može biti raspoređena po cijelom tijelu.
- Moguće je da podaci koje vaga prikaže neće biti točni u slijedećim slučajevima:
 - a) visok sadržaj alkohola
 - b) visoka razina kofeina ili droga u krvi
 - c) nakon teških obroka
 - d) nakon naporne sportske aktivnosti
 - e) tijekom bolesti
 - f) u trudnoći
 - g) ukoliko ste dehidrirani
 - h) ukoliko imate vlažna ili prljava stopala
 - i) ukoliko su vam noge natečene

UPUTE ZA UPORABU

PRVA UPORABA

- Ova vaga funkcionira sa 3 zamjenjive alkalne baterije od 1.5V tipa AAA.
- Da biste umetnuli baterije, otvorite pretinac za baterije pomicanjem poklopca u smjeru strelice.
- Umetnite baterije vodeći računa na prikazani polaritet. Zatvorite poklopac.

ODABIR MJERNE JEDINICE

Uključite vagu tako što ćete se popeti na nju i provjerite prikazanu jedinicu mjere na zaslonu (kg ili lb). Za promjenu jedinice mjere, sidite s vage i pritisnite gumb koji se nalazi na dnu pretinca.

UPOTREBA

a. Samo mjerenje tjelesne težine

Podaci koji se odnose na sastav tijela prikazuju se samo na pametnom telefonu sa aplikacijom "LAICA Home Wellness", vaga na svom zaslonu prikazuje samo težinu. Stoga je moguće koristiti je kao vagu bez pametnog telefona na slijedeći način:







- 1) Postavite vagu na tvrdi i ravnu površinu. Ukoliko je podloga propustljiva ili odvojena (primjerice tepih, sag, linoleum), to može utjecati na točnost vaganja.
- 2) - Stanite na vagu dok je isključena postavivši stopala paralelno te težinu ravnomjerno rasporedite (vidi crteže). Sačekajte bez micanja da vaga izračuna vašu težinu. Nemojte se tijekom mjerenja oslanjati na bilo koji predmet jer bi se time rezultati mogli promijeniti.
- 3) Kada sidete sa vage, zaslon će i dalje prikazivati težinu tijekom nekoliko sekundi, a zatim se

vaga automatski gasi.


b. Rad s aplikacijom: izračun sastava tijela

Popis kompatibilnih uređaja:

- **iOS:** iPhone s operativnim sustavom od 10.
 - **Za uređaje s operativnim sustavom Android™:** od verzije 6.0 (Marshmallow).
- Budući da je kompatibilna sa bluetooth tehnologijom 4.0 ili višom, vaga šalje podatke koji se odnose na tjelesni sastav (postotak masti, vode, skeletne muskulature, bazalne metaboličke podatke i indeks tjelesne mase) na vaš pametni telefon kako biste bolje analizirali sastav vaše težine. Tijekom slijedećih radnji savjetuje se držati pametni telefon u blizini vage kako bi veza ostala aktivna.

1. Aktivirajte bluetooth u postavkama pametnog telefona
2. Instalirajte besplatnu aplikaciju "LAICA Home Wellness" na telefon
3. Pokrenite aplikaciju i slijedite upute za dodavanje proizvoda i stvaranje novog korisnika unosom osobnih podataka.
4. S isključenom vagom, stanite na podlogu pazeći da bosa stopala pravilno postavite na elektrode. Vaga prikazuje:
 - a. težina
 - b. simbol  koji označava da je veza između vage i pametnog telefona uspostavljena.
5. Za slanje podataka s vage na telefon, pritisnite tipku "DETECT WEIGHT" ("OČITAJ TEŽINU") u aplikaciji.
 6. U ovom se trenutku na telefonu prikazuju sljedeći podaci:
 - težina
 - željena težina (ukoliko je postavljena u aplikaciji)
 - postotak tjelesne masnoće 
 - Postotak vode 
 - bazalni metabolizam 
 - indeks tjelesne mase (BMI) 
 - postotak mišićne mase 
 7. Vaga se automatski isključuje nakon 10 sekundi neuporabe.

Provjerite dobijeni procent masnoće sa parametrima koji su prikazani u tablici "tabella bodyfat": ukoliko se ne uklapa u normalne vrijednosti, potražite savjet liječnika. Pored toga, provjerite vrijednost procenta vode kao što je navedeno u paragrafu "procent vode" i procent mišićne mase, kao što je navedeno u paragrafu "procent skeletnih mišića".

	<ul style="list-style-type: none"> • Tijekom vaganja osigurajte se da je aplikacija aktivirana i prikazana na telefonu, tako da neposredno provjerite slanje podataka vašeg tjelesnog sastava. • Prije započinjanja novog vaganja, uvijek provjerite bluetooth vezu između vage i vašeg telefona. • Za Android™ uređaje potrebno je aktivirati usluge lociranja. • Prije započinjanja novog vaganja uvijek odaberite na telefonu korisnika u čiju memoriju želite spremiti podatke. • Svaki put kada se vaga premješta ili podigne i ponovo stavi na pod, prvo vaganje se ne smije uzeti u obzir, zbog nužnog podešavanja elektronske kartice u odnosu na stanice opterećenja. Uzmite u obzir drugo i naknadna vaganja, jer u nekim slučajevima prvo vaganje može biti promijenjeno zbog gore navedenoga razloga.
---	--

ZAMIJENA BATERIJA

Kada se na zaslonu prikazuje "LO", ili simbol baterije, treba zamijeniti baterije istim tipom baterija.

1. Otvorite pretinac za baterije pomicanjem poklopca u smjeru strelice.

2. Uklonite stare baterije i odložite ih kao što je navedeno u odjeljku "Postupak zbrinjavanja".
3. Postavite nove baterije vodeći računa na prikazani polaritet.
4. Zatvorite pretinac za baterije.

ODRŽAVANJE

- Čuvajte uređaj na hladnom i suhom mjestu.
- Čuvajte uređaj u vodoravnom položaju.
- Čistite vagu samo mekom, suhom krpom.
- Nemojte nikada koristiti kemijske ili abrazivne proizvode.

PROBLEMI I RJEŠENJA

Problem	Mogući uzrok	Rješenje
Vaga se ne uključuje	Niste se ispravno popeli na vagu.	Popnite se sa paralelno postavljenim stopalima. Pozornost: vaga se pali tek kad stanete na nju.
	Baterije su istrošene.	Zamijenite baterije.
Zaslon prikazuje "Lo" ili simbol baterije	Baterije su istrošene	Zamijenite baterije
Zaslon prikazuje "Err"	Težina prelazi kapacitet vage.	Odmah uklonite težinu s vage kako se ne bi oštetila i provjerite maksimalni kapacitet.
Aplikacija "LAICA Home Wellness" ne prikazuje nikakve podatke	Bluetooth nije aktiviran u postavkama pametnog telefona.	Aktivirajte bluetooth na telefonu.
	Pametni telefon je prešao u stanje pripravnosti tijekom procesa vaganja.	Tijekom vaganja držite aplikaciju na telefonu aktivnom, kako bi provjerili neposredno slanje podataka.
Aplikacija "LAICA Home Wellness" prikazuje samo tjelesnu težinu.	U aplikaciji nije pritisnuta tipka "OČITAJ TEŽINU".	Pritisnite u aplikaciji tipku "OČITAJ TEŽINU" za slanje podataka s vage na aplikaciju.
	Niste se popeli na vagu bosih stopala.	Popnite se sa bosim stopalima.
	Koža stopala je previše suha.	Blago navlažite kožu stopala.

POSTUPAK ODLAGANJA (Dir. 2012/19/EU - WEEE)



Simbol na dnu označava odvojeno prikupljanje otpada električne i elektroničke opreme. Na kraju korisnog vijeka trajanja uređaja, ne smije se odlagati kao kruti komunalni otpad, već se mora odložiti u određenom sabirnom centru u vašem području ili se mora vratiti distributeru prilikom kupnje novog uređaja iste vrste i iste funkcije. U slučaju u kojem je uređaj koji treba zbrinuti veličine manje od 25 cm, moguće ga je vratiti na prodajno mjesto površine veće od 400 četvornih metara, bez obaveze za kupnju novog, sličnog uređaja. Ovaj odvojeni postupak prikupljanja električne i elektroničke opreme provodi se u pogledu politike zaštite okoliša EU, s ciljevima očuvanja, zaštite i poboljšanja kvalitete

okoliša i kako bi se izbjegle potencijalni učinci na ljudsko zdravlje zbog prisutnosti opasnih tvari u takvim uređajima ili nepravilna upotreba istih ili njihovih dijelova. Oprez! Neispravno odlaganje električne i elektroničke opreme može dovesti do sankcija.

A pravilno zbrinjavanje baterija (**Dir. 2013/56/Eu**) nemojte ih odlagati zajedno s kućnim otpadom, već ih odložite kao opasni otpad u sabirnim mjestima za recikliranje. Za više informacija o odlaganju baterija obratite se trgovini u kojoj ste kupili uređaj koji sadrži baterije, općini ili komunalnoj usluzi.

CE Ovaj proizvod je prikladan za kućnu upotrebu. Sukladnost, što dokazuje CE oznaka na uređaju, odnosi se na Direktivu 2014/30/Eu u vezi s elektromagnetskom kompatibilnosti. Ovaj proizvod je elektronski instrument koji je provjeren za osiguranje, u trenutnom stanju tehničkog znanja, ne miješanja s drugim električnim uređajima u blizini (EMC) i da je siguran ako se koristi prema uputama za uporabu. U slučaju nenormalnog ponašanja uređaja, prekinite upotrebu, a po potrebi se obratite izravno proizvođaču.

Proizvođač, Laica S.p.A., izjavljuje da je aparat usklađen s Direktivom 2014/53/Eu. Puna izjava o usklađenosti dostupna je na sljedećoj internetskoj adresi: www.laica.it.

JAMSTVO

Jamstvo na ovaj uređaj traje 2 godine od datuma kupnje uz pečat ili potpis prodavača i račun koji trebate sačuvati u privitku. Taj je jamstveni rok u skladu s važećim zakonima i primjenjuje se samo na potrošače koji su fizičke osobe. Proizvodi Laica su namijenjeni uporabi u domaćinstvu i nije dozvoljena njihova uporaba u javnim prostorijama. Jamstvo pokriva samo greške u proizvodnji i ne važi kada je šteta prouzročena slučajnim događajem, pogrešnom uporabom, nemarom ili neprikladnom uporabom proizvoda. Koristite samo priloženi pribor; uporaba drukčijeg pribora može poništiti jamstvo. Nemojte otvarati uređaj ni zbog kojeg razloga; u slučaju otvaranja ili preinake, jamstvo trajno prestaje vrijediti. Jamstvo ne pokriva dijelove koji se troše uporabom, niti baterije kada su priložene. Nakon isteka roka od 2 godine od datuma kupnje, jamstvo prestaje vrijediti; u tom se slučaju servis naplaćuje. Informacije o servisu, kako onom pod jamstvom, tako i onom koji se naplaćuje, možete zatražiti na adresi info@laica.com. Nije potrebna nikakva naknada za popravke i zamjene proizvoda koji su obuhvaćeni uvjetima o jamstvu. U slučaju kvara obratite se prodavaču; NEMOJTE slati izravno u poduzeće LAICA. Bilo kakve servisne radnje pokrivene jamstvom (uključujući i zamjenu cijelog proizvoda, ili njegovog dijela) ne produžavaju trajanje izvornog jamstvenog razdoblja zamijenjenog proizvoda. Proizvođač ne prihvaća odgovornost za štete koje bi mogle nastati izravno ili neizravno osobama, stvarima ili kućnim ljubimcima uslijed nepridržavanja bilo koje od uputa navedenih u odgovarajućim uputama za uporabu te naročito onih koje se odnose na upozorenja o postavljanju, uporabi i održavanju uređaja. Budući da stalno poboljšava vlastite proizvode, poduzeće Laica zadržava pravo na potpune ili djelomične izmjene svojih proizvoda, bez ikakve prethodne obavijesti, prema potrebama proizvodnje, a da za to poduzeće Laica ili njezini prodavači ne snose nikakvu odgovornost.