

**TANITA®**  
Monitoring Your Health

# MANUAL

## *InnerScan® V* *Segmental Body Composition Monitor*



**Model: BC-545N**

- (EN) Instruction Manual**  
Read this Instruction Manual carefully and keep it for future reference.
- (DE) Bedienungsanleitung**  
Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.
- (FR) Mode d'emploi**  
A lire attentivement et à garder en cas de besoin.
- (NL) Gebruiksaanwijzing**  
Deze handleiding aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.
- (IT) Manuale di Istruzioni**  
Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.
- (ES) Manual de instrucciones**  
Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.
- (PT) Manual de instruções**  
Leia cuidadosamente este manual e guarde-o para futura referência.
- (RU) Инструкция по эксплуатации**  
Внимательно прочтите данную инструкцию по эксплуатации и сохраните ее для будущих обращений.

## EN Table of Contents

INTRODUCTION .....	1
FEATURES AND FUNCTIONS .....	1
PREPARATIONS BEFORE USE .....	2
GETTING ACCURATE READINGS .....	2
AUTOMATIC SHUT-DOWN FUNCTION .....	2
SETTING (RESETTING) DATE AND TIME .....	3
SETTING AND STORING PERSONAL DATA IN MEMORY .....	4
TAKING WEIGHT AND BODY FAT READINGS .....	5
HOW TO SEE THE READING OF EACH SEGMENT .....	7
RECALL FUNCTION .....	8
PROGRAMMING THE GUEST MODE .....	9
TAKING WEIGHT MEASUREMENT ONLY .....	9
SWITCHING THE WEIGHT MODE .....	9
TROUBLESHOOTING .....	10

## DE Inhaltsverzeichnis

EINLEITUNG .....	11
MERKMALE UND FUNKTIONEN .....	11
VORBEREITUNGEN VOR GEBRAUCH .....	12
SO ERHALTEN SIE GENAUE MESSWERTE .....	12
AUTOMATISCHE ABSCHALTFUNKTION (ERNEUTES) EINSTELLEN VON DATUM UND UHRZEIT .....	13
PERSÖNLICHE ANGABEN EINSTELLEN UND SPEICHERN .....	14
MESSUNG VON GEWICHT UND KÖRPERFETTANTEIL .....	15
WIE MAN DIE MESSWERTE DER EINZELNEN SEGMENTE ANZEIGT .....	17
ERINNERUNGS-FUNKTION .....	18
DEN GASTMODUS PROGRAMMIEREN .....	19
NUR DAS GEWICHT MESSEN .....	19
DEN WIEGEMODUS ANDERN .....	19
FEHLERSUCHE .....	20

## FR Table des matières

INTRODUCTION .....	21
CARACTÉRISTIQUES .....	21
AVANT UTILISATION .....	22
COMMENT OBTENIR DES RÉSULTATS EXACTS .....	22
FONCTION D'ARRÊT AUTOMATIQUE .....	22
MISE (REMISE) A LA DATE ET A L'HEURE .....	23
REGLAGE ET ENREGISTREMENT DES DONNÉES PERSONNELLES EN MEMOIRE .....	24
LECTURE DU POIDS ET DU TAUX DE GRAISSE CORPORELLE .....	25
COMMENT VOIR LES RÉSULTATS PAR SEGMENT .....	27
FONCTION DE RAPPEL .....	28
PROGRAMMATION DU MODE INVITÉ .....	29
MESURE DU POIDS SEULEMENT .....	29
CHANGEMENT DE MODE POIDS DÉPANNAGE .....	30

## NL Inhoudsopgave

INTRODUCTIE .....	31
EIGENSCHAPPEN EN FUNCTIES .....	31
VOORBEREIDINGSMAATREGELEN .....	32
AFLEESNAUWKURIGHID .....	32
AUTOMATISCHE UITSCHAKELFUNCTIE DATUM EN TIJD INSTELLEN (OPNIEUW INSTELLEN) .....	33
PERSOONLIJKE GEGEVENS INVOEREN EN OPSLAAN .....	34
GEWICHT EN LICHAAMSVET WEERGEVEN .....	35
DE APARTE RESULTATEN VOOR SEGMENTEN BEKIJKEN .....	37
RECALL FUNCTIE .....	38
DE GAST-MODUS PROGRAMMEREN .....	39
ENKEL GEWICHTSMETING UITVOEREN .....	39
DE GEWICHTSMODUS WISSELEN PROBLEEMOPLOSSING .....	40

## IT Indice

INTRODUZIONE .....	41
CARATTERISTICHE E FUNZIONALITÀ .....	41
IMPOSTAZIONE (RIPRISTINO) ORA .....	42
RILEVAMENTO DI VALORI ACCURATI .....	42
FUNZIONE DI SPEGNIMENTO AUTOMATICO .....	42
DELLA DATA E DELL'ORARIO .....	43
DETERMINAZIONE (RIDETERMINAZIONE) DELLA DATA E DELL'ORARIO .....	43
DETERMINAZIONE E ARCHIVIAZIONE DI DATI PERSONALI IN MEMORIA .....	44
RILEVAZIONE DELLE LETTURE DEL PESO E DEL GRASSO CORPOREO .....	45
COME VISUALIZZARE LA LETTURA DI CIASCUN SEGMENTO .....	47
FUNZIONE DI RICHIAMO .....	48
PROGRAMMAZIONE DELLA MODALITÀ OSPITE .....	49
RILEVAMENTO DEL SOLO PESO .....	49
CAMBIO DELLA MODALITÀ DI PESATURA RISOLUZIONE DEI PROBLEMI .....	50

## ES Índice de materias

INTRODUCCIÓN .....	51
PRESTACIONES Y FUNCIONES .....	51
PREPARACIONES ANTES DEL USO .....	52
CÓMO OBTENER LECTURAS EXACTAS .....	52
FUNCIÓN DE APAGADO AUTOMÁTICO .....	52
AJUSTE (REAJUSTE) DE LA FECHA Y LA HORA .....	53
INTRODUCCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE DATOS PERSONALES EN LA MEMORIA .....	54
CÓMO REALIZAR LAS MEDICIONES DE PESO Y GRASA CORPORAL .....	55
CÓMO VER LA LECTURA DE CADA SEGMENT .....	57
FUNCIÓN DE RECUPERACIÓN DE MEMORIA .....	58
PROGRAMACIÓN DEL MODO DE INVITADO .....	59
PARA TOMAR SÓLO LA MEDICIÓN DEL PESO .....	59
CAMBIAR EL MODO DE PESO .....	59
RESOLUCIÓN DE FALLOS .....	60

## PT Tabela de conteúdo

INTRODUÇÃO .....	61
FUNCIONALIDADES E FUNÇÕES .....	61
PREPARAÇÃO ANTES DE UTILIZAR .....	62
OBTER AS LEITURAS MAIS PRECISAS .....	62
FUNÇÃO DESLIGAR AUTOMÁTICA CONFIGURAÇÃO (RECONFIGURAÇÃO) .....	62
DA DATA E DA HORA .....	63
CONFIGURAR E GUARDAR DADOS PESSOAS NA MEMÓRIA .....	64
FAZER LEITURAS DO PESO E DA GORDURA CORPORAL .....	65
COMO VER A LEITURA DE CADA SEGMENTO .....	67
FUNÇÃO RECUPERAR .....	68
PROGRAMAR O MODO CONVIDADO .....	69
FAZER SOMENTE A MEDIÇÃO DO PESO .....	69
ALTERAR O MODO PESO .....	69
RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS .....	70

## RU Содержание

ВВЕДЕНИЕ .....	71
ХАРАКТЕРИСТИКИ И ФУНКЦИИ .....	71
ПОДГОТОВКА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ .....	72
ПОЛУЧЕНИЕ ТОЧНЫХ ПОКАЗАНИЙ .....	72
ФУНКЦИЯ АВТОМАТИЧЕСКОГО ОТКЛЮЧЕНИЯ УСТАНОВКА (ИЗМЕНЕНИЕ) ДАТЫ И ВРЕМЕНИ .....	73
ВВОД И ХРАНЕНИЕ ЛИЧНЫХ ДАННЫХ В ПАМЯТИ .....	74
ВЗВЕШИВАНИЕ И ИЗМЕРЕНИЕ УРОВНЯ ЖИРОВЫХ ОТЛОЖЕНИЙ .....	75
ПРОСМОТР ПОКАЗАНИЙ ПО КАЖДОМУ ИЗ СЕКМЕНТОВ .....	77
ФУНКЦИЯ ПОВТОРНОГО ВЫЗОВА (RECALL) .....	78
ПРОГРАММИРОВАНИЕ ГОСТЕВОГО (GUEST) РЕЖИМА .....	79
ИЗМЕРЕНИЕ ТОЛЬКО ВЕСА ТЕЛА .....	79
ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ РЕЖИМА ВЗВЕШИВАНИЯ ПОИСК НЕИСПРАВНОСТЕЙ .....	80

## INTRODUCTION

Thank you for selecting a Tanita Body Composition Monitor. This scale is one in a wide range of home healthcare products produced by Tanita.

This Instruction Manual will guide you through the setup procedures and outline the button features. Additional information on healthy living can be found on our website [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu).

Tanita products incorporate the latest clinical research and technological innovations.

All data is monitored by our Tanita Medical Advisory Board to ensure accuracy.

**Note:** Read this Instruction Manual carefully and keep it handy for future reference.

### Safety Precautions

Note that people with an electronic medical implant, such as a pacemaker, should not use a Body Composition Monitor as it passes a low-level electrical signal through the body, which may interfere with its operation.

Pregnant women should use the weight function only. All other function are not intended for pregnant women.

Do not place this scale on slippery surfaces such as a wet floor.

Please do not use scale immediately after bathing or strenuous exercise. Scale platform will be slippery when wet. Please wipe platform with clean, dry cloth to remove any liquids.

### Important Notes for Users

This Body Composition Monitor is intended for adults and children (ages 5-17) standard and athletic body types.

**Tanita defines “athlete” as a person involved in intense physical activity of approximately 10 hours per week and who has a resting heart rate of approximately 60 beats per minute or less. Tanita’s athlete definition includes “lifetime of fitness” individuals who have been fit for years but currently exercise less than 10 hours per week. The body fat monitor function is not intended for pregnant women, professional athletes or bodybuilders.**

Recorded data may be lost if the unit is used incorrectly or is exposed to electrical power surges. Tanita takes no responsibility for any kind of loss caused by the loss of recorded data.

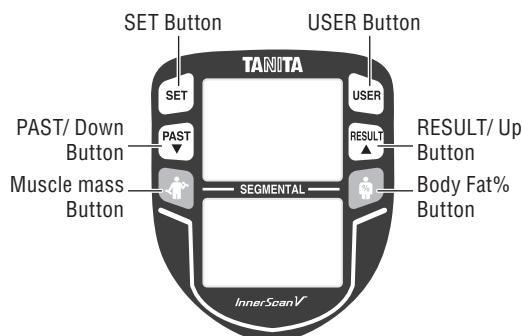
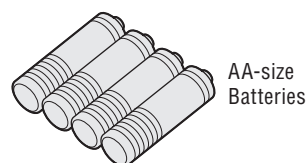
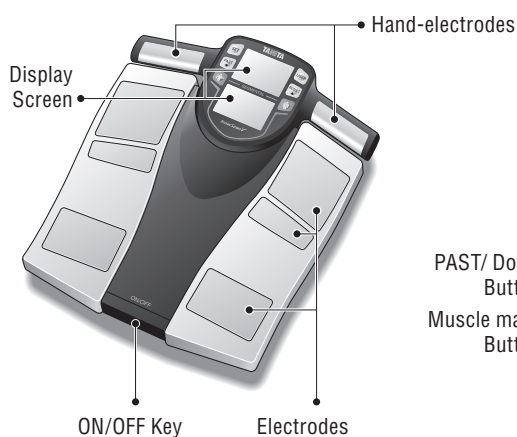
Tanita takes no responsibility for any kind of damage or loss caused by these units, or any kind of claim made by a third person.

**Note:** Body fat percentage estimates will vary with the amount of water in the body, and can be affected by dehydration or over-hydration due to such factors as alcohol consumption, menstruation, illness, intense exercise, etc.



## FEATURES AND FUNCTIONS

### Measuring Platform

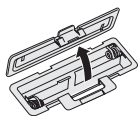




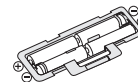
---

## PREPARATIONS BEFORE USE

---



Open as shown.



Direction of the batteries.

### Inserting the Batteries

Open the battery cover on the back of the measuring platform. Insert the supplied AA-batteries as indicated.

**Note:** Be sure that the polarity of the batteries is set properly. If the batteries are incorrectly positioned the fluid may leak and damage floors. If you do not intend to use this unit for a long period of time, it is advisable to remove the batteries before storage.

Please note that the included batteries from the factory may have decreased energy levels over time.



### Positioning the Scale

Place the measuring platform on a hard, flat surface where there is minimal vibration to ensure safe and accurate measurement.

**Note:** To avoid possible injury, do not step on the edge of the platform.

---

 Do not pull the Hand-electrodes cable beyond the red band.

---

## Handling Tips

This scale is a precision instrument utilising state-of-the-art technology.

To keep the unit in the best condition, please follow these instructions carefully:

- Do not attempt to disassemble the measuring platform.
- Store the unit horizontally, and place it so that the buttons will not be pressed accidentally.
- Avoid excessive impact or vibration to the unit.
- Place the unit in an area free from direct sunlight, heating equipment, high humidity, or extreme temperature change.
- Never submerge in water. Use alcohol to clean the electrodes and glass cleaner (applied to a cloth first) to keep them shiny; avoid using soaps.
- Do not step on the platform with wet feet.
- Do not drop any objects onto the platform.
- Do not carry the unit by holding the Hand-electrodes.
- Do not release the Hand-electrodes unit the cable is completely retracted into the unit.

---

## GETTING ACCURATE READINGS

---

To ensure accuracy, readings should be taken without clothing and under consistent conditions of hydration. If you do not undress, always remove your socks or stockings, and be sure the soles of your feet are clean before stepping onto the measuring platform. Be sure your heels are correctly aligned with the electrodes on the measuring platform. Don't worry if your feet appear too large for the unit, accurate readings can still be obtained if your toes overhang the platform. It is best to take readings at the same time of day. Try to wait about three hours after rising, eating, or exercising before taking measurements. While readings taken under other conditions may not have the same absolute values, they are accurate for determining the percentage of change as long as the readings are taken in a consistent manner. To monitor progress, compare weight and body fat percentage taken under the same conditions over a period of time.

**Note:** An accurate reading will not be possible if the soles of your feet are not clean, or if your knees are bent or you are in a sitting position.

---

## AUTOMATIC SHUT-DOWN FUNCTION

---

The automatic shut-down function shuts off the power automatically in the following cases:

- If you interrupt the measurement process. The power will shut down automatically within 20 to 60 seconds, depending upon the type of operation.
- During programming, if you do not touch any of the buttons within 60 seconds.\*
- After you have completed the measuring process.

\***Note:** If the power shuts off automatically, repeat the steps from "SETTING AND STORING PERSONAL DATA IN MEMORY" (page 4).



## SETTING (RESETTING) DATE AND TIME

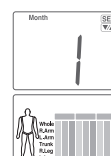
### 1. Set Year

Insert batteries into the scale and then press the ON/OFF key to start the Year setting. Press the Up or Down button to set year and then press the SET button. The unit will beep once to confirm.



### 2. Set Month

Press the Up or Down button to set month and then press the SET button. The unit will beep once to confirm.



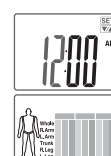
### 3. Set Day

Press the Up or Down button to set day and then press the SET button. The unit will beep once to confirm.



### 4. Set Hour

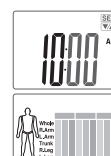
Press the Up or Down button to set hour and then press the SET button. The unit will beep once to confirm.



### 5. Set Minute

Press the Up or Down button to set minute and then press the SET button.

The unit will beep twice to confirm the programming.  
The power will then shut down automatically.



#### Note:

- After you replace the batteries or if you want to reset date and time, press and hold the Down button to begin the date and time programming process. Replacing the batteries will cause the loss of date and time settings.
- 60 seconds or more of inactivity will cause automatic shut off during this process. No data will be saved as a result.
- If you make a mistake or wish to turn the unit off before you complete the programming, press the ON/OFF key to turn the unit off. No data will be saved as a result.



## SETTING AND STORING PERSONAL DATA IN MEMORY

The unit can be operated only if data has been programmed into one of the personal data memories.

### 1. Press the ON/OFF key while the Hand-electrodes is mounted on the platform scale

"0.0" will be shown.

### 2. Start Setting

Press the SET button.

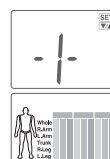
The unit will beep to confirm activation, the Personal data number will be displayed, and the display will flash.

**Note:** If you don't operate the unit for 60 seconds after the unit has been turned on, the unit will turn off automatically.

**Note:** If you make a mistake or want to turn the unit off before you have finished programming it, press the ON/OFF key to force quit.

### 3. Select a Personal data Number

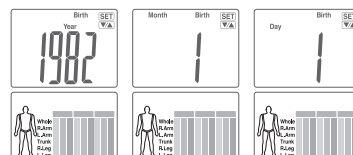
Press the Up or Down button to select a Personal data number (1, 2, 3, 4 and 5). Once you reach the Personal data number you wish to use, press the SET button. The unit will beep once to confirm.



### 4. Set your Birthday

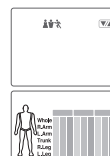
Set the date of your birthday (Year / Month / Day) using the Up or Down button. Press the SET button to confirm at each programming. The unit will beep once to confirm.

**Note:** The range of age is from 5 – 99.



### 5. Select Female or Male

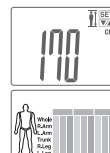
Use the Up or Down button to scroll through Female (♀), Male (♂), Female/Athlete (♀⚡) and Male/Athlete (♂⚡) settings, then press the SET button. The unit will beep once to confirm.



### 6. Specify the Height

The display defaults to 170 cm (5' 7.0") (range of height is from 90 cm – 220 cm or 3' 0.0" – 7' 3.0").

Use the Up or Down button to specify Height and then press the SET button. The unit will beep once to confirm. The display shows the personal data one time to confirm, and then the display shows "0.0" and is ready for measurement.



### 7. Measuring your weight and body fat

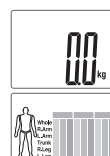
Hold the Hand-electrodes and step on to the scale after "0.0" is shown on display within 30 seconds.

**Do not step off until the unit beeps five times.**

The readings will be shown for 40 seconds.

The unit will then shut off and the readings will be stored in the memory.

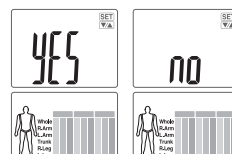
**Note:** If you step onto the scale before "0.0" appears in the display, then "Error" message will be displayed, and you have to step off and on again. If you do not step onto the scale within about 30 seconds after "0.0" being displayed, the scale will be shut off automatically. Please try the setting and storing personal data process again.



**Note:** If you change the birthday and/or gender, the unit will show "CLr".

If you select "YES" using the Up or Down button, the existing personal data will be deleted.

If you select "no" using the Up or Down button, no new data will be saved (existing data will be unchanged) then the unit will shut off.

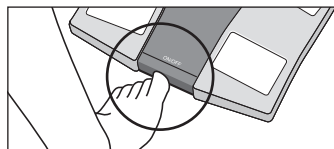


## TAKING WEIGHT AND BODY FAT READINGS

After programming your personal data you are ready to take a reading.

### 1. Press the ON/OFF key while the Hand-electrodes is mounted on the platform scale

"0.0" will be shown.



### 2. Get your readings

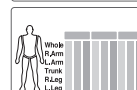
Hold the Hand-electrodes and step on the scale.

Your Body weight will be shown first.

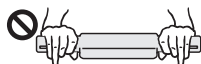
Continue to stand on the scale.

Your personal profile is shown on the display and then the Body weight, the BMI and the Body fat% reading are shown for 40 seconds.

**Note: Do not step off until the unit beeps twice.**



Make sure all of your fingers contact electrodes.



Ensure that your arms are full extended and your elbows do not touch your body.



Make sure your feet contact all of the electrodes.



Do not bend your knees.



**⚠** Do not pull the Hand-electrodes cable beyond the red band.

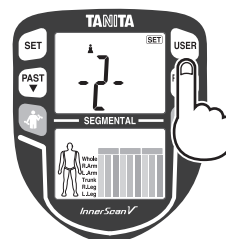


**Note:** If the wrong personal number appears on the display, you can change the personal number by using the USER button.

Press the USER button until your personal number and profile appears.

After you select your correct personal number and press the SET button, the display will show your correct readings automatically.

The readings will be stored in your personal number memory.

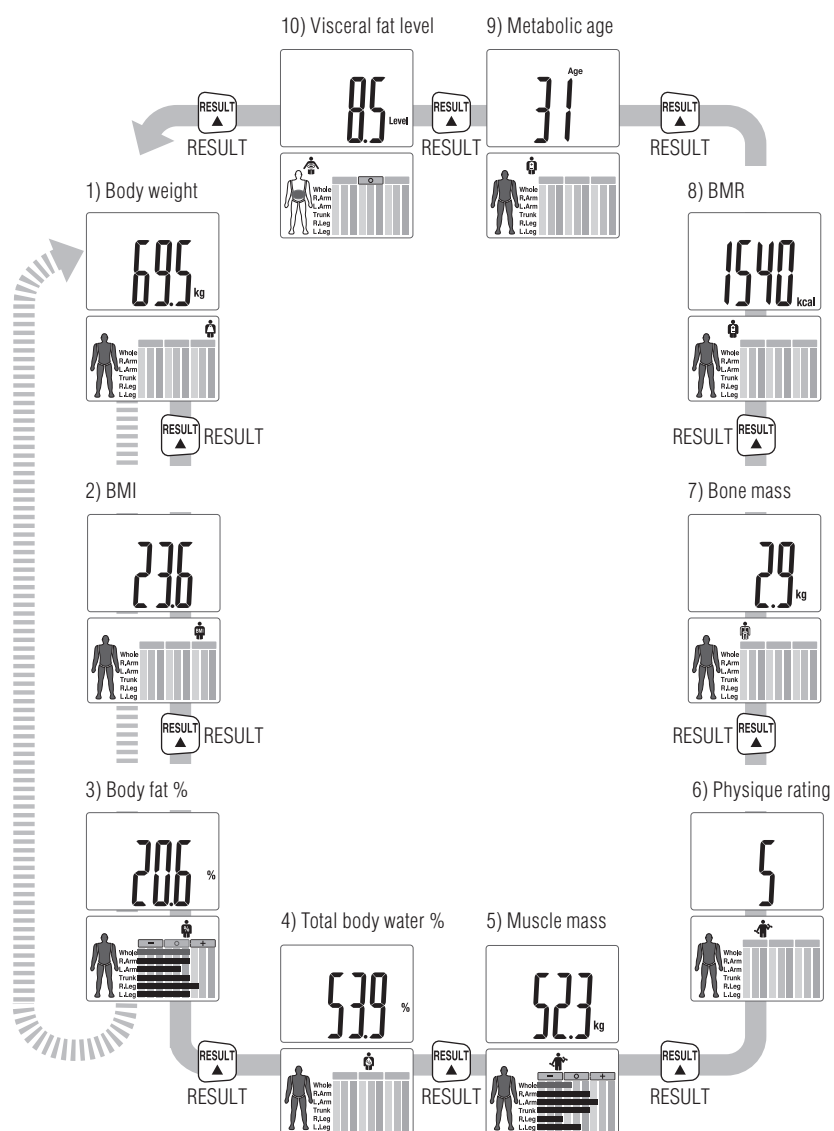
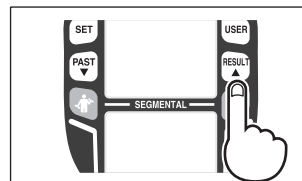


Continued on the next page.







Step off the scale and press the RESULT button to see a desired reading.

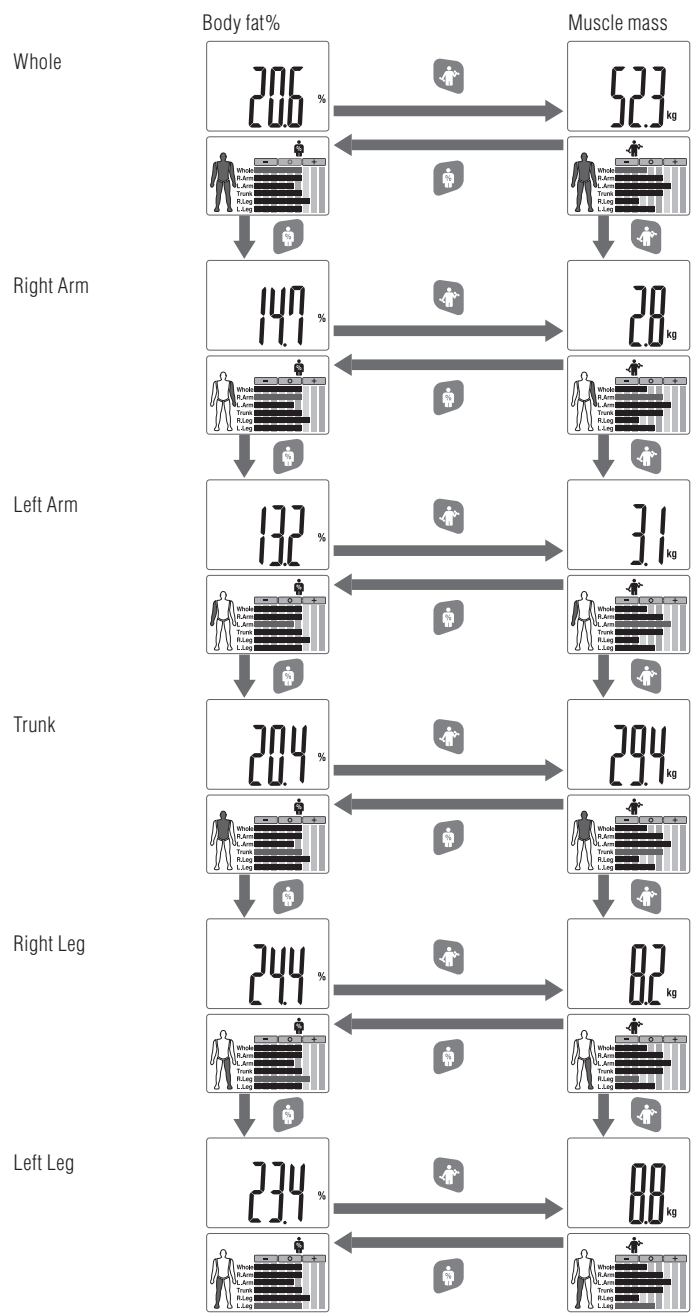


**Note:** For children (age 5-17), the unit will only display the Body weight, the BMI and the Body fat%.



HOW TO SEE THE READING OF EACH SEGMENT

Press  button or  button to see the readings of right arm, left arm, right leg, left leg, and trunk while readings are displayed.





## RECALL FUNCTION

The previous readings of the following features can be obtained using the recall function.

To obtain previous readings, press the PAST button while the current readings are displayed.

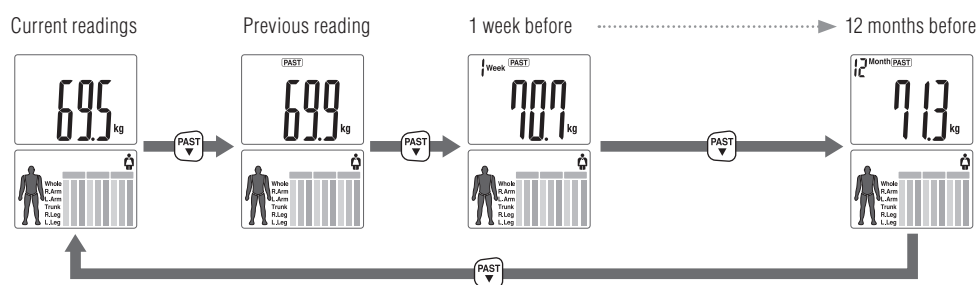
To see other previous readings, press the RESULT button for each desired reading. Press the PAST button again to go back to the current result display.

**Note:** How to see the previous readings without taking measurement

Press the ON/OFF key. "0.0" will be shown.

Press the USER button until your personal number appears.

Press the SET button and PAST button to see the previous readings.



Press button or button to show reading of each segment while previous readings are displayed.

**Note:** For children (age 5-17), the unit will only display the Body weight, the BMI and the Body fat%.

## PROGRAMMING THE GUEST MODE

Guest mode allows you to programme the unit for a one-time use without resetting a Personal data number.

Press the ON/OFF key while the Hand-electrodes is mounted on the platform scale. "0.0" will be shown.

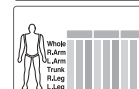
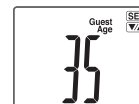
Hold the Hand-electrodes and the USER button until "Guest" appears.

Press the SET button and input your personal information such as Age, Sex, Height. Please see page 4 for more details.

After "0.0" will be shown, step on the scale holding the Hand-electrodes.

**Do not step off until the unit beeps twice.**

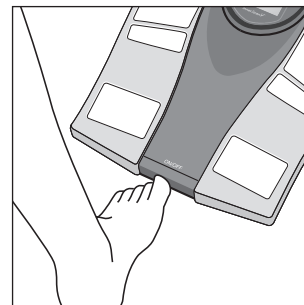
The readings will be shown for 40 seconds.



## TAKING WEIGHT MEASUREMENT ONLY

Press the ON/OFF key while the Hand-electrodes is mounted on the platform scale.

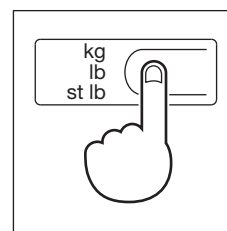
After 2 or 3 seconds, "0.0" will appear in the display and the unit will beep. When "0.0" appears in the display, step onto the platform. The Body weight value will appear. The power will then shut down automatically.



## SWITCHING THE WEIGHT MODE

**Note: For use only with models containing the weight mode switch.**

You can switch the unit indication by using the switch on the back of the scale (kg/lb/st lb).





## TROUBLESHOOTING

### If the following problems occur ...then...

- **A wrong weight format appears followed by kg, lb, or st-lb**

Refer to "SWITCHING THE WEIGHT MODE" (page 9).

- **[Lo] appears on the display, or all the data appears and immediately disappears.**

Batteries are low. When this message appears, be sure to replace the batteries immediately, since weak batteries will affect the accuracy of your measurements. Change all the batteries at the same time with new batteries.

**Note:** Your settings and past memory will not be erased from the memory when you remove the batteries.

- **[Err] appears while measuring.**

Please stand on the platform keeping movement to a minimum.

The unit cannot accurately measure your weight if it detects movement.

The Body Fat Percentage is more than 75%, readings cannot be obtained from the unit.

- **The Body Fat Percentage reading does not appear.**

Make sure socks or stockings are removed, and the soles of your feet are clean and properly aligned with the guides on the measuring platform.

- **[OL] appears while measuring.**

Reading cannot be obtained if the weight capacity is exceeded.

#### Specifications

BC-545N

#### Weight Capacity

150 kg (330 lb) (23st 8 lb)

#### Weight Increments

0.1 kg (0.2 lb) (0.2 lb)

#### Body Fat Increments

0.1%

#### Personal Data

5 memories

#### Power Supply

4 AA batteries (included)

#### Power Consumption

60 mA maximum

#### Measuring Current

50 kHz, 100  $\mu$ A



Notice:

These marks can be found out on contaminant-containing

Batteries: **Pb** Pb = Battery contains lead,

**Cd** Cd = Battery contains cadmium,

**Hg** Hg = Battery contains mercury.

### ⚠ Not allowed to mix batteries with consumer wastes!

As consumer you are legally bound to return used or discharged batteries. You can deposit your old batteries at the public collecting points in your town, or wherever the corresponding batteries are sold and specifically marked collecting boxes have been set up. In case of scrapping the apparatus, the batteries should be removed from it and deposited at the collecting points as well.



The device features radio interference suppression in compliance with EC regulation 2004/108/EC

#### Federal Communications Commission and Canadian ICES Notice

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules and Canadian ICES-003. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio or television technician for help.

#### Modifications

The FCC requires the user to be notified that any changes or modifications made to this device that are not expressly approved by Tanita Corporation may void the user's authority to operate the equipment.



## EINLEITUNG

Wir bedanken uns für Ihren Kauf einer Tanita-Körperfettanalysewaage. Diese Waage gehört zur breiten Palette der Tanita-Produkte für die Gesundheitspflege zu Hause.

Die Bedienungsanleitung begleitet Sie durch die Installationsabläufe und erklärt die wichtigsten Funktionen. Zusätzliche Informationen über einen gesunden Lebensstil finden Sie auf unserer Website [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu).

Tanita-Produkte verbinden die neuesten klinischen Forschungserkenntnisse mit technologischen Innovationen.

Alle Daten werden vom medizinischen Beratungsausschuss von Tanita überprüft, um deren Genauigkeit sicherzustellen.

**Anmerkung:** Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.

### Sicherheitshinweise

Bitte beachten Sie, dass Personen mit elektronischen medizinischen Implantaten wie z.B. einem Herzschrittmacher keine Körperfettanalyse-Waage verwenden sollten, da diese ein schwaches elektrisches Signal durch den Körper sendet und somit die Funktion des Implantats beeinträchtigen könnte.

Schwangere Frauen sollten nur die Gewichtsfunktion verwenden. Alle anderen Funktionen sind nicht für schwangere Frauen vorgesehen. Stellen Sie diese Waage auf keine rutschigen Oberflächen, wie z. B. nasse Fußböden.

Bitte verwenden Sie die Waage nicht unmittelbar nach einem Bad oder einer anstrengenden körperlichen Tätigkeit. Eine feuchte Standfläche der Waage stellt eine Rutschgefahr dar. Reinigen Sie die Standfläche mit einem sauberen trockenen Tuch, um jegliche Feuchtigkeit zu entfernen.

### Wichtige Hinweise für den Benutzer

Diese Körperfettanalyse-Waage ist für den Gebrauch von Erwachsenen und Kindern (5-17 Jahre) bestimmt, die wenig bis mäßig aktiv sind sowie für athletische Körpertypen.

**Als „athletisch“ bezeichnet Tanita Personen, die etwa 10 Stunden pro Woche intensiv trainieren und einen Ruhepuls von höchstens 60 Schlägen/Minute haben. Darüber hinaus bezieht „athletisch“ Personen ein, die weniger als 10 Stunden pro Woche Sport treiben, im Laufe ihres Lebens jedoch sportlich immer sehr aktiv gewesen sind. Die Körperfettanalyse-Funktion sollte von schwangeren Frauen nicht angewendet, von Profisportlern oder Bodybuildern nur zur Trendanalyse herangezogen werden.**

Durch Fehlgebrauch des Geräts oder Stromstöße kann es zum Verlust der aufgezeichneten Daten kommen. Tanita übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch den Verlust von aufgezeichneten Daten entstehen.

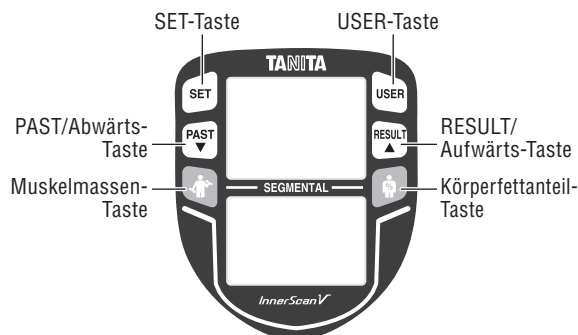
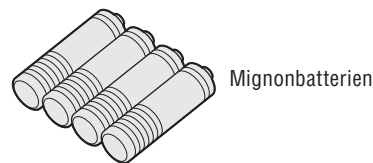
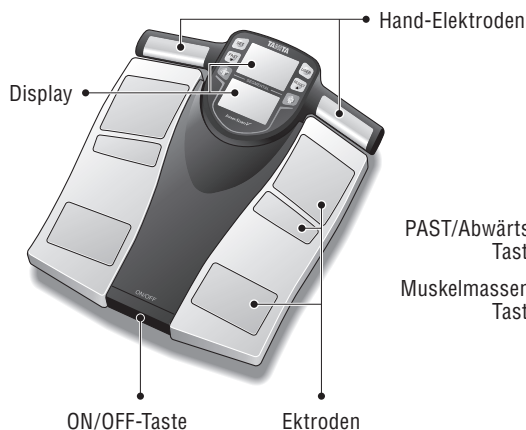
Darüber hinaus haftet Tanita weder für Schäden und Verluste, die durch diese Geräte entstehen, noch für Forderungen Dritter.

**Anmerkung:** Die Ermittlung des Körperfetts variiert mit der im Körper vorhandenen Wassermenge und kann durch folgende Faktoren beeinflusst werden: Dehydrierung oder Überhydrierung wegen Alkoholgenuß, Menstruation, intensives körperliches Training usw.



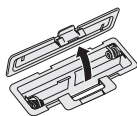
## MERKMALE UND FUNKTIONEN

### Wiegeplattform

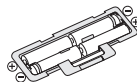




## VORBEREITUNGEN VOR GEBRAUCH



Öffnen wie abgebildet.



Richtung der Batterien.

### Einlegen der Batterien

Öffnen Sie die Batterieabdeckung auf der Rückseite der Wiegeplattform. Legen Sie die mitgelieferten AA-Batterien wie angezeigt ein.

**Anmerkung:** Achten Sie darauf, dass die Batteriepole richtig herum eingelegt sind. Werden die Batterien falsch eingelegt, kann Flüssigkeit austreten und den Fußboden beschädigen. Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen, sollten Sie vor dem Wegstellen die Batterien herausnehmen.

Beachten Sie, dass die werkseitig bereitgestellten Batterien mit der Zeit schwächer werden können.



### Aufstellen der Waage

Stellen Sie das Gerät auf eine harte, ebene Fläche mit möglichst wenig Vibrationen, um eine sichere und genaue Messung zu ermöglichen.

**Anmerkung:** Um mögliche Verletzungen zu vermeiden, stellen Sie sich nicht auf den Rand der Plattform.

 Ziehen Sie das Kabel der Hand-Elektroden nicht weiter als bis zum roten Band heraus.

## Tipps zum Umgang mit dem Gerät

Diese Waage ist ein Präzisionsinstrument auf dem neuesten Stand der Technik.

Um dieses Gerät in einem einwandfreien Zustand zu halten, befolgen Sie die nachstehenden Instruktionen bitte genau:

- Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst auseinander zu nehmen.
- Stellen Sie die Waage horizontal auf und achten Sie darauf, dass die Speichertasten nicht versehentlich gedrückt werden.
- Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht übermäßigen Stößen oder Vibrationen ausgesetzt ist.
- Stellen Sie das Gerät nicht in praller Sonne, in der Nähe von Heizgeräten oder in Bereichen auf, in denen Feuchtigkeit oder extreme Temperaturwechsel vorkommen.
- Tauchen Sie das Gerät niemals ins Wasser. Reinigen Sie die Elektroden mit Alkohol und nehmen Sie zum Polieren ein mit Glasreiniger benetztes Tuch; verwenden Sie keine Seife.
- Betreten Sie die Wiegeplattform nicht, wenn sie nass ist.
- Lassen Sie keine Gegenstände auf die Waage fallen.
- Heben und tragen Sie das Gerät nicht an den Hand-Elektroden.
- Lassen Sie das Teil mit den Hand-Elektroden erst los, wenn das Kabel vollständig im Gerät aufgerollt ist.

## SO ERHALTEN SIE GENAUE MESSWERTE

Um genaue Messwerte zu erhalten, wiegen Sie sich ohne Kleidung bei gleich bleibendem Wasserhaushalt. Sollten Sie sich mit Kleidung wiegen, ziehen Sie vorher Socken bzw. Strümpfe aus und achten Sie darauf, dass Ihre Füße sauber sind, bevor Sie auf die Messplattform steigen. Vergewissern Sie sich, dass Ihre Fersen richtig auf den Elektroden der Messplattform stehen.

Es macht nichts, wenn Ihre Füße zu groß für das Gerät sind – Sie erhalten auch dann noch genaue Messwerte, wenn Ihre Zehen über die Plattform hinausragen. Es ist wichtig, dass Sie die Messungen nach Möglichkeit immer zur gleichen Tageszeit durchführen. Warten Sie nach dem Aufstehen, Essen oder nach intensivem Training etwa drei Stunden mit dem Messen. Sollte Ihnen die Messung unter diesen Bedingungen nicht möglich sein, erhalten Sie zwar nicht die gleichen absoluten Werte, können anhand dieser Werte jedoch die Änderungen in Ihrem Körperfettanteil bestimmen, solange die Messungen unter gleich bleibenden Bedingungen ausgeführt werden. Um den Fortschritt zu überwachen, vergleichen Sie Ihr Gewicht und Ihren Körperfettanteil über einen längeren Zeitraum hinaus unter gleichen Bedingungen.

**Anmerkung:** Bei schmutzigen Füßen, gebeugten Knien oder einer sitzenden Position kann kein genauer Messwert erzielt werden.

## AUTOMATISCHE ABSCHALTFUNKTION

Die automatische Abschaltfunktion schaltet die Stromzufuhr in folgenden Fällen automatisch ab:

- Wenn Sie den Messvorgang unterbrechen. Je nach Betriebsart wird die Stromzufuhr innerhalb von 20 bis 60 Sekunden automatisch abgeschaltet.
- Während des Programmierens, wenn innerhalb von 60 Sekunden keine Tasten oder Knöpfe betätigt werden.\*
- Nachdem der Messvorgang abgeschlossen ist.

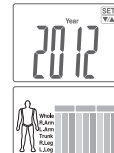
**\*Anmerkung:** Wenn die Stromversorgung automatisch unterbrochen wird, müssen die Schritte im Abschnitt "PERSÖNLICHE ANGABEN EINSTELLEN UND SPEICHERN" wiederholt werden (Seite 14).



## (ERNEUTES) EINSTELLEN VON DATUM UND UHRZEIT

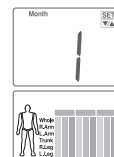
### 1. Jahr einstellen

Legen Sie die Batterien in die Waage ein und drücken Sie dann die ON/OFF-Taste, um mit der Einstellung des Jahrs zu beginnen. Stellen Sie das Jahr mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste ein und drücken Sie dann die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



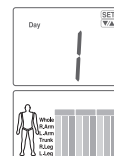
### 2. Monat einstellen

Stellen Sie den Monat mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste ein und drücken Sie dann die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



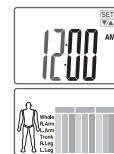
### 3. Tag einstellen

Stellen Sie den Tag mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste ein und drücken Sie dann die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



### 4. Stunde einstellen

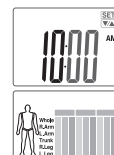
Stellen Sie die Stunde mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste ein und drücken Sie dann die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



### 5. Minuten einstellen

Stellen Sie die Minuten mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste ein und drücken Sie dann die SET-Taste.

Das Gerät piept zweimal zur Bestätigung der Einstellung.  
Danach schaltet sich das Gerät automatisch ab.



#### Anmerkung:

- Nachdem Sie die Batterien gewechselt haben, oder wenn Sie Datum und Zeit neu einstellen möchten, drücken und halten Sie die Abwärts-Taste, um mit der Einstellung von Datum und Zeit zu beginnen. Ein Batteriewechsel führt zum Verlust der Datums- und Zeit-Einstellungen.
- Wenn während dieses Prozesses mehr als 60 Sekunden lang keine Taste gedrückt wird, schaltet sich das Gerät automatisch ab. Es werden keine Daten gespeichert.
- Wenn Sie einen Fehler gemacht haben oder das Gerät ausschalten wollen, ohne die Einstellung zu beenden, drücken Sie die ON/OFF-Taste, um das Gerät auszuschalten. Es werden in diesem Fall keine Daten gespeichert.



## PERSÖNLICHE ANGABEN EINSTELLEN UND SPEICHERN

Das Gerät kann nur benutzt werden, wenn persönliche Daten einprogrammiert wurden.

### 1. Drücken Sie, während die Hand-Elektroden an der Waage angebracht sind, die ON/OFF-Taste

„0.0“ wird angezeigt.

### 2. Beginnen Sie mit der Einstellung

Drücken Sie die SET-Taste.

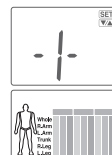
Das Gerät piept zur Bestätigung, die persönliche Nummer wird angezeigt und die Anzeige blinkt.

**Anmerkung:** Wenn 60 Sekunden lang keine Eingaben gemacht werden, nachdem das Gerät eingeschaltet wurde, schaltet es sich automatisch wieder ab.

**Anmerkung:** Wenn Sie einen Fehler gemacht haben oder das Gerät ausschalten wollen, bevor Sie mit der Programmierung fertig sind, drücken Sie die ON/OFF-Taste, um das Gerät auszuschalten.

### 3. Wählen Sie eine persönliche Nummer

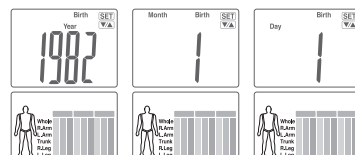
Wählen Sie mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste eine persönliche Nummer (1, 2, 3, 4 oder 5). Wenn Sie die Nummer erreicht haben, die Sie benutzen wollen, drücken Sie die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



### 4. Ihren Geburtstag einstellen

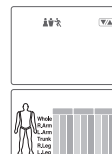
Stellen Sie Ihr Geburtsdatum (Jahr / Monat / Tag) mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste ein. Drücken Sie nach jedem Einstellschritt zur Bestätigung die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.

**Anmerkung:** Der Altersbereich geht von 5 - 99 Jahren.



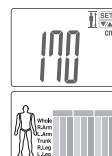
### 5. Einstellen des Geschlechts

Wählen Sie mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste die Einstellung weiblich (♀), männlich (♂), Athlet Weiblich (♀♂) oder Athlet Männlich (♂♂) und drücken Sie dann die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.



### 6. Größe eingeben

Die Standardeinstellung ist 170 cm (5' 7.0") (Der einstellbare Bereich geht von 90 cm bis 220 cm oder 3' 0.0" bis 7' 3.0"). Geben Sie mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste Ihre Körpergröße ein und drücken Sie dann die SET-Taste. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung. Auf der Anzeige erscheinen die persönlichen Angaben zur Überprüfung. Danach wird „0.0“ angezeigt und die Waage ist bereit zur Messung.



### 7. Messung von Gewicht und Körperfettanteil

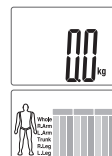
Halten Sie die Hand-Elektroden und steigen Sie innerhalb von 30 Sekunden auf die Waage, nachdem „0.0“ auf dem Display angezeigt wurde.

**Bleiben Sie auf der Waage stehen, bis das Gerät fünf Pieptöne erzeugt.**

Die Messwerte werden 40 Sekunden lang angezeigt.

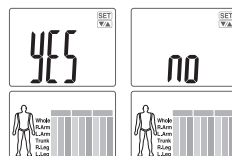
Danach schaltet sich das Gerät ab und die Messwerte werden abgespeichert.

**Anmerkung:** Wenn Sie auf die Waage steigen, bevor „0.0“ erscheint, zeigt das Display „Error“ an und Sie erhalten kein Ergebnis. Weiterhin schaltet sich die Waage automatisch ab, wenn Sie nicht innerhalb von 30 Sekunden auf die Wiegeplattform steigen, nachdem „0.0“ angezeigt wurde. Versuchen Sie bitte erneut, Ihre persönlichen Angaben einzugeben und zu speichern.



**Anmerkung:** Wenn Sie den Geburtstag und/oder das Geschlecht verändern, zeigt das Gerät „CLr“ an. Wenn Sie mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste „YES“ wählen, werden die vorhandenen persönlichen Daten gelöscht.

Wenn Sie mit der Aufwärts- bzw. Abwärts-Taste „no“ wählen, werden keine neuen Daten gespeichert (gespeicherte Daten werden nicht verändert) und das Gerät schaltet sich automatisch ab.





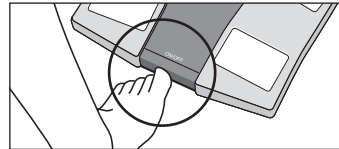


## MESSUNG VON GEWICHT UND KÖRPERFETTANTEIL

Nachdem Sie Ihre persönlichen Angaben einprogrammiert haben, sind Sie bereit, eine Messung vorzunehmen.

### 1. Drücken Sie, während die Hand-Elektroden an der Waage angebracht sind, die ON/OFF-Taste

„0.0“ wird angezeigt.



### 2. Ihre Messwerte

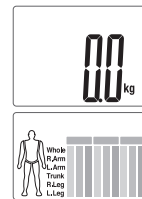
Halten Sie die Hand-Elektroden und steigen Sie auf die Waage.

Zunächst wird Ihr Körpergewicht angezeigt.

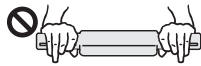
Bleiben Sie auf der Waage stehen.

Ihr persönliches Profil wird auf dem Display angezeigt, wonach 40 Sekunden lang die Messwerte für Körpergewicht, BMI und Körperfettanteil (in Prozent) zu sehen sind.

**Anmerkung:** Bleiben Sie auf der Waage stehen, bis das Gerät zwei Pieptöne erzeugt.



Stellen Sie sicher, dass alle Ihre Finger die Elektroden berühren.



Stellen Sie sicher, dass Ihre Arme komplett ausgestreckt sind und Ihre Ellbogen den Körper nicht berühren.




Stellen Sie sicher, dass Ihre Füße mit allen Elektroden Kontakt haben.



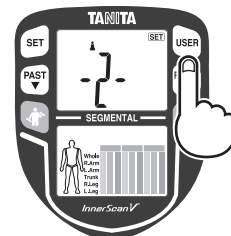
Beugen Sie Ihre Knie nicht.



 Ziehen Sie das Kabel der Hand-Elektroden nicht weiter als bis zum roten Band heraus.



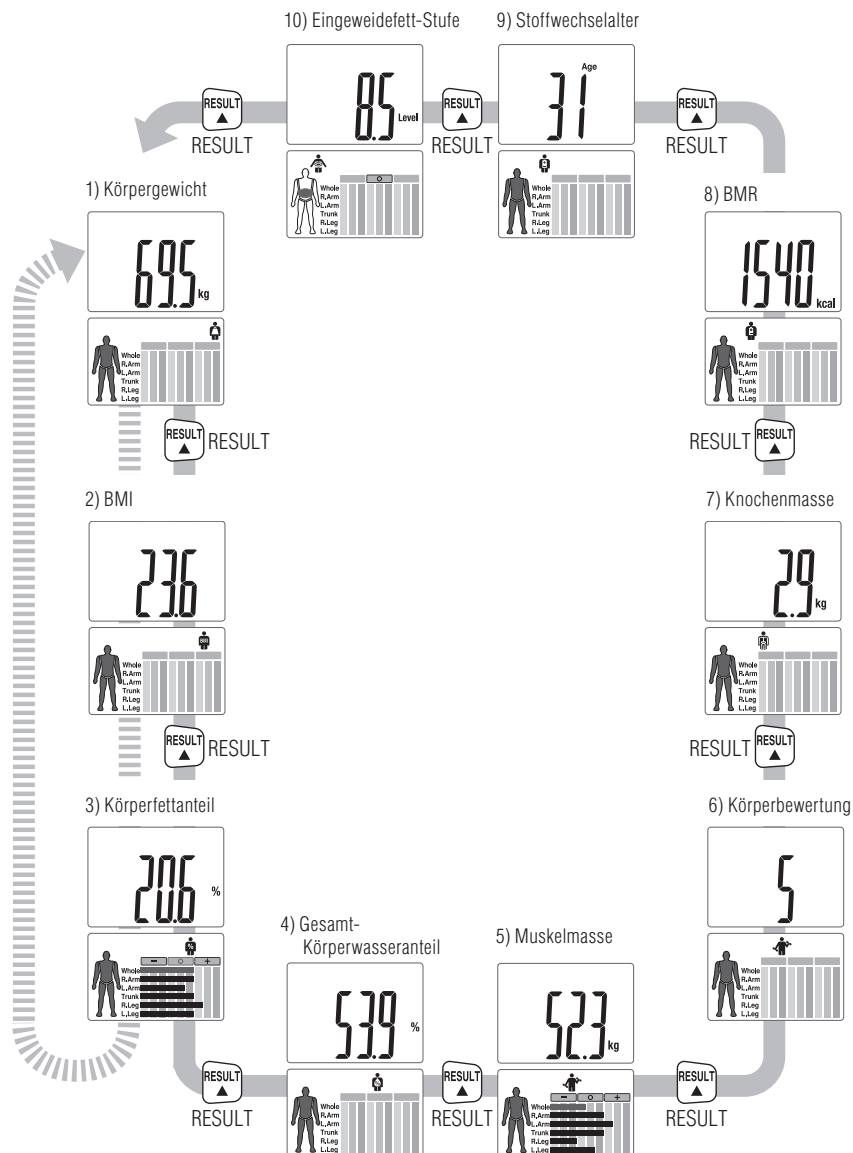
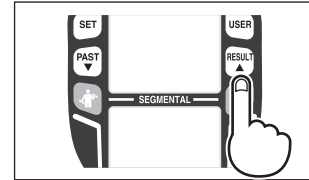
**Anmerkung:** Wenn die falsche persönliche Nummer auf dem Display erscheint, können Sie die persönliche Nummer mit Hilfe der USER-Taste ändern. Drücken Sie die USER-Taste bis Ihre persönliche Nummer und Ihr Profil erscheinen. Wenn Sie nach Auswahl Ihrer korrekten persönlichen Nummer die SET-Taste drücken, zeigt das Display automatisch die korrekten Messwerte an. Die Messwerte werden unter Ihrer persönlichen Nummer abgespeichert.



Fortsetzung auf der nächsten Seite.



Steigen Sie von der Waage herunter und drücken Sie die RESULT-Taste, um einen bestimmten Wert anzuzeigen.

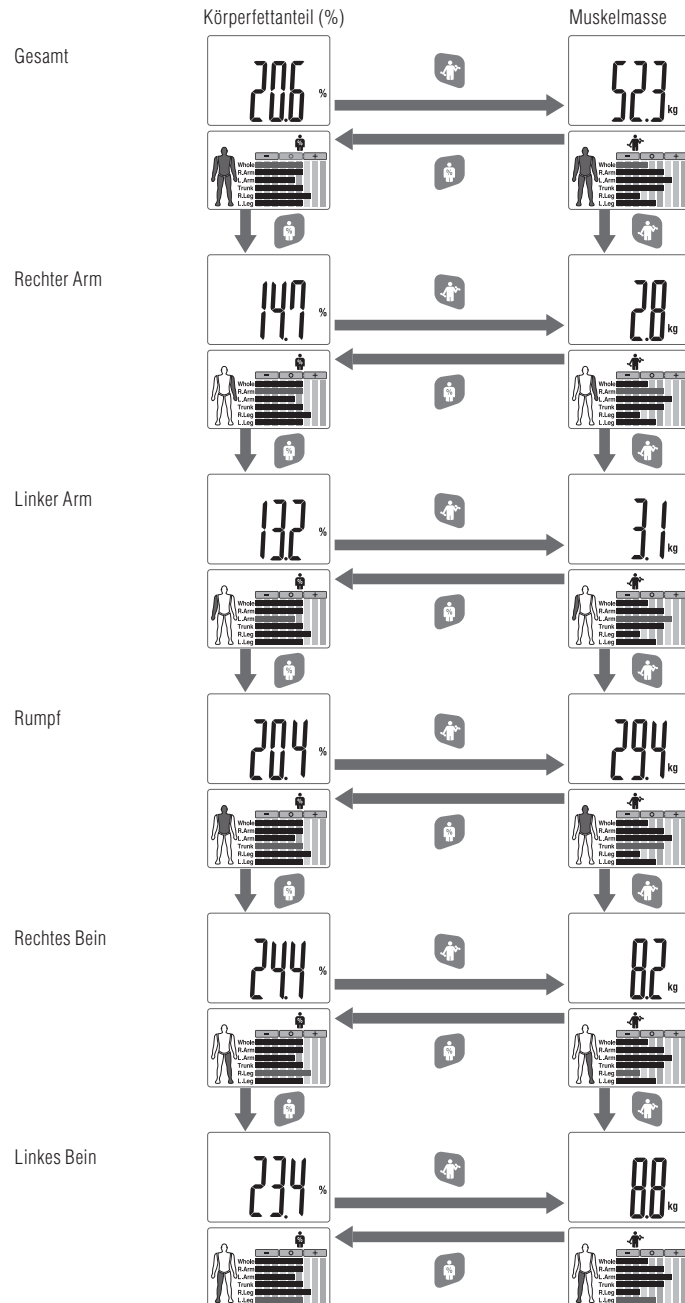


**Anmerkung:** Für Kinder (im Alter von 5-17 Jahren) zeigt das Gerät nur das Körpergewicht, den BMI und den Körperfettanteil (in Prozent) an.



## WIE MAN DIE MESSWERTE DER EINZELNEN SEGMENTE ANZEIGT

Drücken Sie, während Messwerte angezeigt werden, die -Taste oder -Taste, um die Werte für den linken Arm, den rechten Arm, das rechte Bein, das linke Bein und den Rumpf anzuzeigen.





## ERINNERUNGS-FUNKTION

Folgende vorhergehende Messwerte können mittels der Erinnerungs-Funktion abgerufen werden.

Zum Abrufen vorhergehender Messwerte drücken Sie die PAST-Taste, während die aktuellen Werte angezeigt werden.

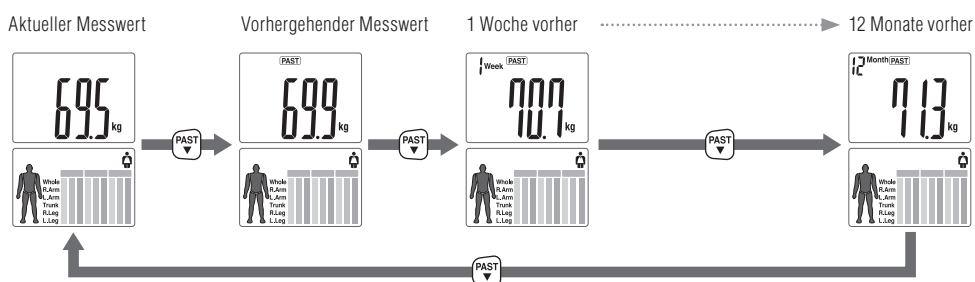
Um andere vorhergehende Messwerte zu sehen, drücken Sie die RESULT-Taste bis zum jeweils gewünschten Wert. Drücken Sie die PAST-Taste ein weiteres Mal, um wieder zur Anzeige der aktuellen Ergebnisse zu gelangen.

**Anmerkung:** Ablesen vorhergehender Messwerte ohne neue Messung.

Drücken Sie die ON/OFF-Taste. „0.0“ wird angezeigt.

Drücken Sie die USER-Taste, bis Ihre persönliche Nummer erscheint.

Drücken Sie die SET-Taste und die PAST-Taste, um vorhergehende Messwerte abzurufen.



Drücken Sie, während vorhergegangene Messwerte angezeigt werden, die -Taste oder -Taste, um die Werte der einzelnen Segmente aufzurufen.

**Anmerkung:** Für Kinder (im Alter von 5-17 Jahren) zeigt das Gerät nur das Körpergewicht, den BMI und den Körperfettanteil (in Prozent) an.



## DEN GASTMODUS PROGRAMMIEREN

Der Gastmodus erlaubt Ihnen, die Waage für eine einmalige Benutzung einzustellen, ohne dafür einen persönlichen Datenspeicher löschen zu müssen.

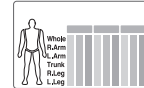
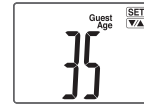
Drücken Sie, während die Hand-Elektroden an der Waage angebracht sind, die ON/OFF-Taste. „0.0“ wird angezeigt.

Halten Sie die Hand-Elektroden und drücken Sie die USER-Taste, bis „Guest“ erscheint. Drücken Sie die SET-Taste und geben Sie persönliche Informationen wie Alter, Geschlecht, Körpergröße ein. Weitere Einzelheiten finden Sie auf Seite 14.

Sobald „0.0“ angezeigt wird, steigen Sie auf die Waage und halten dabei die Hand-Elektroden.

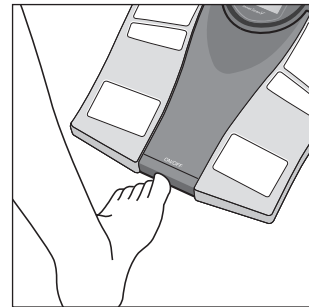
**Bleiben Sie auf der Waage stehen, bis das Gerät zwei Pieptöne erzeugt.**

Die Messwerte werden 40 Sekunden lang angezeigt.



## NUR DAS GEWICHT MESSEN

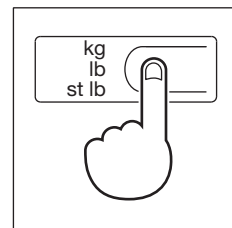
Drücken Sie, während die Hand-Elektroden an der Waage angebracht sind, die ON/OFF-Taste. Nach 2-3 Sekunden wird „0.0“ auf dem Display angezeigt und Sie hören einen Piepton. Wenn „0.0“ angezeigt wird, steigen Sie auf die Wiegeplattform. Das Körpergewicht wird angezeigt. Die Waage schaltet sich danach automatisch ab.



## DEN WIEGEMODUS ANDERN

**Anmerkung: Nur bei Modellen mit Schalter zur Änderung des Wiegemodus.**

Sie können die angezeigte Gewichtseinheit mit dem Schalter an der Rückseite der Waage ändern (kg/lb/st lb).





## FEHLERSUCHE

### Sollten die folgenden Probleme auftauchen,... dann...

- **Es wird ein falsches Gewichtsformat angezeigt, dem kg, lb oder st-lb folgt.**

Siehe „DEN WIEGEMODUS ANDERN“ auf Seite 19.

- **Auf der Anzeige erscheint  $\frac{LO}{}$ , oder es erscheinen alle Daten, die dann gleich wieder verschwinden.**

Die Batterien gehen zur Neige. Tauschen Sie sie daraufhin unverzüglich aus, da schwache Batterien die Genauigkeit Ihrer Messwerte beeinflussen können. Es sollten stets alle Batterien auf einmal gegen neue Batterien ausgetauscht werden. Das Gerät wird mit Testbatterien geliefert, die eine kurze Lebensdauer haben können.

**Anmerkung:** Ihre Einstellungen und gespeicherten Ergebnisse werden nicht aus dem Speicher gelöscht, wenn Sie die Batterien entfernen.

- **Während des Messens erscheint  $\frac{Err}{}$ .**

Versuchen Sie, so still wie möglich auf der Messplatte zu stehen.

Das Gerät kann, wenn es Bewegungen registriert, keine exakte Messung Ihres Gewichts vornehmen.

Darüber hinaus darf der Körperfettanteil nicht über 75% liegen, da eine Messung sonst nicht möglich ist.

- **Der Körperfettanteil wird nicht angezeigt.**

Stellen Sie sicher, dass Sie keine Socken oder Nylonstrümpfe tragen und dass Ihre Fußsohlen sauber und nach den Markierungen auf der Messplatte ausgerichtet sind.

- **Beim Messen wird  $\frac{OL}{}$  angezeigt.**

Messungen lassen sich nur unter der maximalen Wiegekapazität durchführen.

#### Spezifikation

BC-545N

#### Höchstgewicht

150kg (330lb) (23st 8lb)

#### Teilung

0.1kg (0.2lb) (0.2lb)

#### Teilung der Körperfettanzeige

0.1%

#### Persönliche Daten

5 Speicherplätze

#### Stromversorgung

4 Mignonbatterien (enthalten)

#### Stromverbrauch

Maximal 60 mA

#### Messstrom

50 kHz, 100  $\mu$ A



Hinweis:

Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen

Batterien: **Pb** Pb = Batterie enthält Blei,

**Cd** Cd = Batterie enthält Cadmium,

**Hg** Hg = Batterie enthält Quecksilber.

### Batterien dürfen nicht in den Hausmüll!

Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte oder ausgelaufene Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Stadt oder überall dort abgeben, wo Batterien der betreffenden Art verkauft werden und speziell gekennzeichnete Sammelbehälter aufgestellt sind. Bei Verschrottung des Gerätes sind die Batterien zu entnehmen und müssen ebenfalls bei Sammelstellen abgegeben werden.



Dieses Gerät ist funktentstört entsprechend der geltenden EG-Richtlinie 2004/108/EC.



## INTRODUCTION

Merci d'avoir choisi un impédancemètre Tanita. Cette balance fait partie de la vaste gamme de produits de santé grand public de Tanita.

Ce mode d'emploi vous guide dans les procédures d'installation et vous explique les fonctions principales de l'appareil. Pour toute information complémentaire sur la santé au quotidien, n'hésitez pas à consulter notre site Web [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu).

Les produits Tanita intègrent les dernières recherches cliniques et innovations technologiques.

Le Comité consultatif médical de Tanita vérifie toutes les données pour garantir leur validité.

**Remarque:** A lire attentivement et à garder en cas de besoin.

### Précautions d'emploi

L'utilisation d'un impédancemètre par les sujets porteurs d'implants médicaux électroniques tels que les stimulateurs cardiaques est fortement déconseillée, car l'impédancemètre émet un courant électrique de faible intensité qui parcourt le corps et qui risque d'interférer avec son fonctionnement.

Les femmes enceintes ne doivent utiliser que la fonction de mesure du poids. Aucune des autres fonctions n'est conçue pour les femmes enceintes.

Ne posez pas cette balance sur une surface glissante telle qu'un sol mouillé.

Évitez d'utiliser la balance immédiatement après un bain ou une activité physique fatigante. La balance est glissante lorsqu'elle est mouillée. Essayez la balance avec un chiffon propre et sec pour éliminer l'humidité.

### Remarques importantes à l'intention des utilisateurs

Cette balance impédancemètre est destinée aux adultes et enfants âgés de 5 à 17 ans sédentaires ou modérément actifs, ainsi qu'aux adultes pratiquant du sport de façon intensive.

**Tanita définit « une personne dotée d'une corpulence athlétique » comme une personne effectuant approximativement 10 heures d'activité physique par semaine et dont le rythme cardiaque au repos est inférieur ou égal à 60 battements par minute. Ceci inclut également les personnes ayant eu une activité physique élevée tout au long de leur vie mais dont l'activité physique actuelle ne dépasse pas 10 heures par semaine. La fonction de contrôle du taux de graisse corporelle n'est pas destinée aux femmes enceintes, athlètes professionnels ou culturistes.**

En cas d'utilisation incorrecte de l'appareil ou de surtension électrique, les données enregistrées peuvent être perdues. Tanita décline toute responsabilité en cas de problème occasionné suite à la perte de données enregistrées.

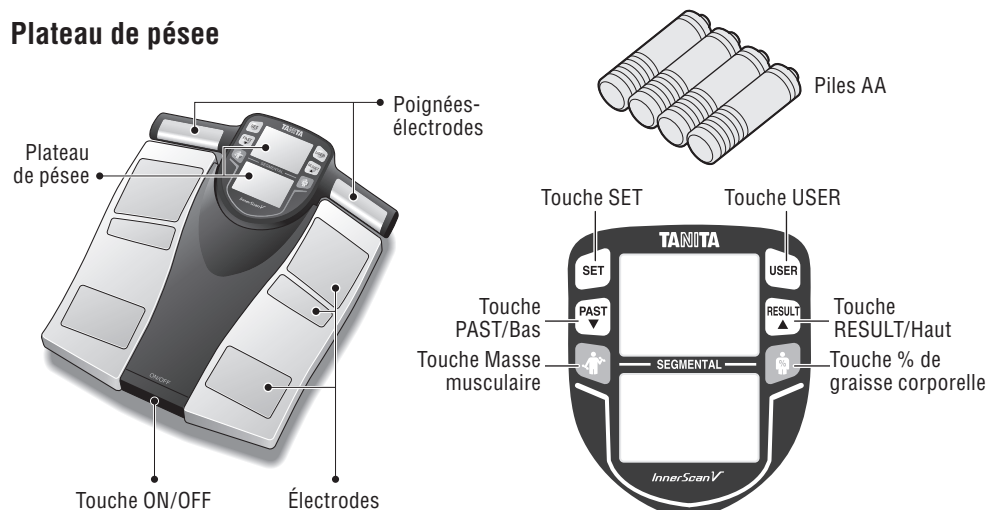
Tanita décline toute responsabilité en cas de perte ou de dommages occasionnés par ses appareils ou en cas de réclamation effectuée par un tiers.

**Remarque:** Le calcul du taux de graisse corporelle varie en fonction du volume d'eau contenu dans l'organisme, et peut également être affecté par la déshydratation ou un niveau hydrique excessif dus à divers facteurs tels que la consommation d'alcool, la période des règles, une maladie, un exercice physique intense, etc.



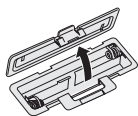
## CARACTÉRISTIQUES

### Plateau de pesée

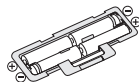




## AVANT UTILISATION



Ouvrez le compartiment comme indiqué.



Position correcte des piles.

### Insertion des piles

Ouvrez la trappe du réceptacle situé sous le plateau de pesée et insérez les piles comme indiqué.

**Remarque:** assurez-vous que les piles sont placées dans le bon sens, en respectant la polarité. Si elles ne sont pas dans la bonne position, elles risquent de couler et d'endommager le plancher. En cas de non-utilisation prolongée, il est conseillé de retirer les piles de l'appareil.

Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.

### Positionnement de la balance



Placez le plateau de pesée sur une surface dure et plane présentant un niveau de vibrations minimal, ceci afin d'assurer une mesure exacte, en toute sécurité.

**Remarque:** pour des raisons de sécurité, évitez de marcher sur les bords du plateau.

 Ne montez pas sur le plateau de pesée lorsque vous êtes mouillé.

## Conseils de manipulation

Cette balance est un instrument de précision faisant appel à une technologie de pointe.

Pour maintenir l'appareil dans des conditions optimales d'utilisation, suivez les indications suivantes:

- Ne tentez pas de démonter la balance.
- Rangez l'appareil à l'horizontale et de manière à ce que les touches ne puissent pas être actionnées accidentellement.
- Ne le faites pas tomber et ne montez pas dessus brusquement. Évitez les vibrations excessives.
- N'exposez pas l'appareil directement aux rayons du soleil et ne le placez pas à proximité d'un radiateur ni dans un endroit susceptible d'être très humide ou de présenter des variations de température importantes.
- Ne l'immergez pas dans l'eau et n'utilisez pas de détergent pour le nettoyer. Nettoyez les électrodes à l'aide d'un chiffon imbibé d'alcool.
- Ne faites pas tomber des objets sur l'appareil.
- Ne tirez pas sur le câble des électrodes manuelles au-delà de la bande rouge.
- Ne transportez pas l'appareil en le tenant par les électrodes manuelles.
- Ne relâchez pas les électrodes manuelles tant que le câble n'est pas complètement rentré dans l'appareil.

## COMMENT OBTENIR DES RÉSULTATS EXACTS

Pour que les résultats soient aussi exacts que possible, les mesures doivent être effectuées sans vêtements et dans des conditions hydriques similaires. Si vous n'ôtez pas vos vêtements, ôtez vos collants ou chaussettes et assurez-vous que vos pieds sont propres et secs avant de monter sur la balance. Assurez-vous que vos talons sont correctement alignés avec les électrodes du plateau de pesée.

Ne vous inquiétez pas si le plateau semble trop court pour vos pieds. L'appareil fonctionne correctement même lorsque vos orteils dépassent du plateau. Il est préférable d'effectuer les mesures à la même heure de la journée et dans des conditions identiques pour obtenir des résultats homogènes. Pour vérifier les progrès, comparez votre poids et votre pourcentage de graisse corporelle dans les mêmes conditions sur une période donnée.

**Remarque:** les mesures ne sont valides que si vos pieds sont propres et secs, que vos genoux ne sont pas pliés et que vous n'êtes pas assis.

## FONCTION D'ARRÊT AUTOMATIQUE

La fonction d'arrêt automatique éteint l'appareil dans les cas suivants :

- en cas d'interruption de la mesure, l'appareil se met hors tension dans les 20 ou 60 secondes suivantes, en fonction du type d'opération effectuée ;
- si vous n'appuyez sur aucun bouton ou touche pendant 60 secondes au cours de la programmation ;\*
- à la fin de la mesure.

\***Remarque:** Si l'appareil se met hors tension automatiquement, recommencez les opérations depuis « REGLAGE ET ENREGISTREMENT DES DONNÉES PERSONNELLES EN MÉMOIRE » (page 24).





## MISE (REMISE) A LA DATE ET A L'HEURE

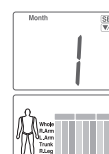
### 1. Réglage de l'année

Insérez les piles dans la balance, puis appuyez sur la touche ON/OFF pour commencer le réglage de l'Année. Appuyez sur la touche Haut ou Bas pour régler l'année, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip de confirmation.



### 2. Réglage du mois

Appuyez sur la touche Haut ou Bas pour régler le mois, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip de confirmation.



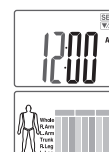
### 3. Réglage du jour

Appuyez sur la touche Haut ou Bas pour régler le jour, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip de confirmation.



### 4. Réglage de l'heure

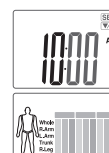
Appuyez sur la touche Haut ou Bas pour régler l'heure, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip sonore pour confirmer.



### 5. Réglage des minutes

Appuyez sur la touche Haut ou Bas pour régler les minutes, puis appuyez sur la touche SET.

L'appareil émet deux bips sonores pour confirmer la programmation. L'alimentation électrique se ferme alors automatiquement.



#### Remarque:

- Après avoir changé les piles ou si vous souhaitez réinitialiser la date et l'heure, maintenez enfoncée la touche Bas afin de commencer le processus de programmation de la date et de l'heure. Le remplacement des piles entraînera la perte des réglages de la date et de l'heure.
- 60 secondes d'inactivité ou plus causeront la fermeture automatique du procédé. Aucune donnée ne sera enregistrée.
- Si vous faites une erreur ou si vous souhaitez éteindre l'appareil avant la fin de la programmation, appuyez sur la touche ON/OFF pour éteindre l'appareil. Aucune donnée ne sera enregistrée.



## REGLAGE ET ENREGISTREMENT DES DONNEES PERSONNELLES EN MEMOIRE

L'appareil ne peut fonctionner que si les données ont été programmées dans l'une des mémoires de données personnelles.

### 1. Appuyez sur la touche ON/OFF avec les électrodes manuelles fixées sur la balance

« 0.0 » s'affichera.

### 2. Commencer le réglage

Appuyez sur la touche SET.

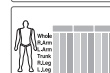
L'appareil émet un bip sonore pour confirmer la mise sous tension, les codes personnels s'affichent, puis l'affichage clignote.

**Remarque:** Si vous n'actionnez aucune des touches pendant 60 secondes, l'appareil se met hors tension automatiquement.

**Remarque:** Si vous commettez une erreur de programmation ou que vous souhaitez éteindre l'appareil avant la fin de la programmation, appuyez sur la touche ON/OFF pour forcer l'appareil à s'éteindre.

### 3. Sélection d'un code personnel

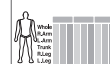
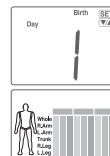
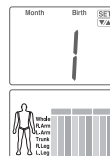
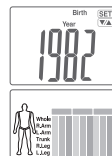
Appuyez sur la touche Haut ou Bas pour sélectionner le code personnel (1, 2, 3, 4 et 5). Quand vous avez atteint le code personnel que vous souhaitez utiliser, appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip sonore pour confirmer.



### 4. Régler votre anniversaire

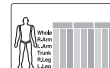
Réglez la date de votre anniversaire (Année/Mois/Jour) en utilisant la touche Haut ou Bas. Appuyez sur la touche SET pour confirmer à chaque programmation. L'appareil émet un bip sonore pour confirmer.

**Remarque:** La gamme d'âge est de 5 – 99.



### 5. Sélection du sexe

Utilisez la touche Haut ou Bas pour faire défiler les réglages Femme (F), Homme (M), Femme/Sportive (FS) et Homme/Sportif (MS), puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip de confirmation.



### 6. Sélection de la taille

Le chiffre 170 cm (5' 7.0") s'affiche par défaut (la fourchette des tailles des utilisateurs s'étend de 90 cm à 220 cm (3' 0.0" – 7' 3.0")). Appuyez sur la touche Haut ou Bas pour spécifier la taille, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip sonore pour confirmer. L'écran affiche le code personnel une fois, pour confirmer, puis il affiche « 0.0 » et est prêt pour la mesure.



### 7. Mesure du poids et du taux de graisse corporelle

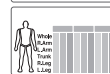
Tenez les électrodes manuelles et montez sur la balance dans les 30 secondes après que « 0.0 » apparaît sur l'affichage.

**Ne descendez pas de la balance avant l'émission de cinq bips.**

Les lectures seront affichées pendant 40 secondes.

L'appareil s'éteindra et les lectures seront enregistrées dans la mémoire.

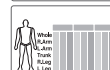
**Remarque:** si vous montez sur la balance avant qu'apparaisse « 0.0 », l'écran affichera « Error » et vous ne pourrez pas obtenir de lecture. De plus, si vous ne montez pas sur la balance dans les 30 secondes après que « 0.0 » est apparu, l'appareil s'éteint automatiquement. Veuillez essayer à nouveau les réglages et le processus d'enregistrement des données personnelles.



**Remarque:** Si vous modifiez votre anniversaire et/ou votre sexe, l'appareil affiche « CLR ».

Si vous sélectionnez « YES » en utilisant la touche Haut ou Bas, les données personnelles existantes seront supprimées.

Si vous sélectionnez « no » en utilisant la touche Haut ou Bas, aucune donnée ne sera enregistrée (les données existantes resteront inchangées), puis l'appareil s'éteindra.

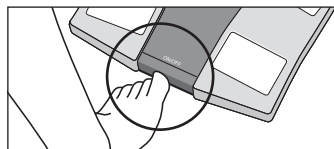


## LECTURE DU POIDS ET DU TAUX DE GRAISSE CORPORELLE

Après la programmation de vos informations personnelles, vous êtes prêt(e) à effectuer la lecture.

### 1. Appuyez sur la touche ON/OFF avec les électrodes manuelles fixées sur la balance

« 0.0 » s'affichera.



### 2. Lecture des Relevés: Fonctionnement de l’Affichage Automatique

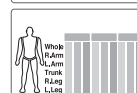
Tenez les électrodes manuelles et montez sur la balance.

Votre poids corporel s'affiche en premier.

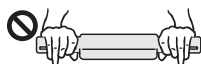
Restez sur la balance.

Votre profil personnel apparaît à l'écran, puis les mesures du poids corporel, de l'IMC et du pourcentage de graisse corporelle sont affichées pendant 40 secondes.

**Remarque :** Ne descendez pas de la balance avant l'émission de deux bips.



Assurez-vous que tous les doigts soient en contact avec les électrodes.



Veiller à ce que vos bras soient étendus et que vos coudes ne soient pas en contact avec votre corps.



Assurez-vous que vos pieds soient en contact avec toutes les électrodes.



Ne pas plier les genoux.



**⚠** Ne tirez pas sur le câble des électrodes manuelles au-delà de la bande rouge.

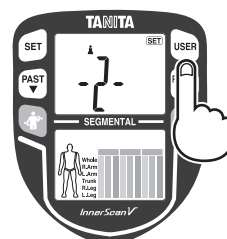


**Remarque:** Si le code personnel apparaissant à l'écran n'est pas le bon, vous pouvez changer de code personnel en utilisant la touche USER.

Appuyez sur la touche USER jusqu'à ce que votre code personnel et votre profil apparaissent.

Après que vous sélectionnez le bon code personnel et appuyez sur la touche SET, vos lectures correctes s'afficheront automatiquement à l'écran.

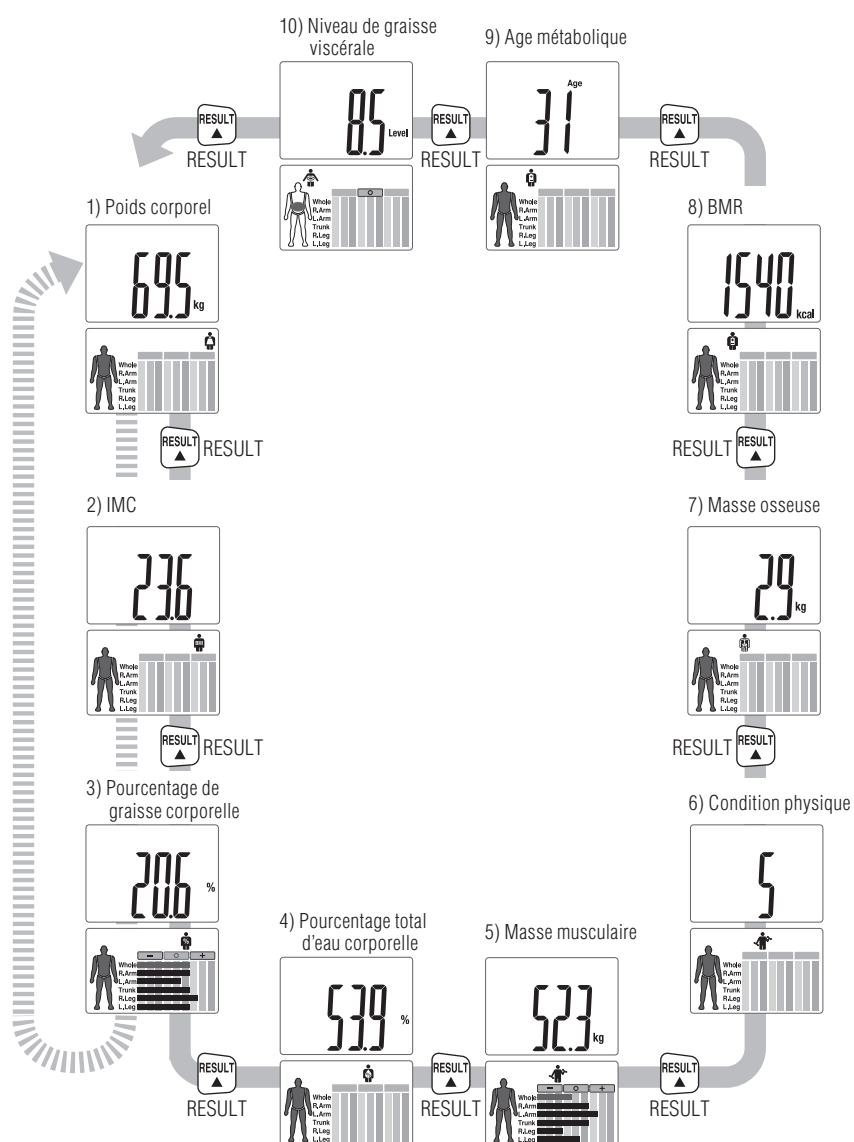
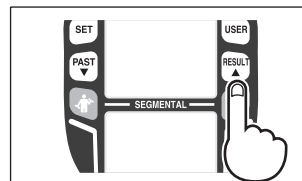
Les lectures seront stockées dans la mémoire personnelle associée à votre code.



Suite à la page suivante.



Descendez de la balance et appuyez sur la touche RESULT pour voir le résultat souhaité.

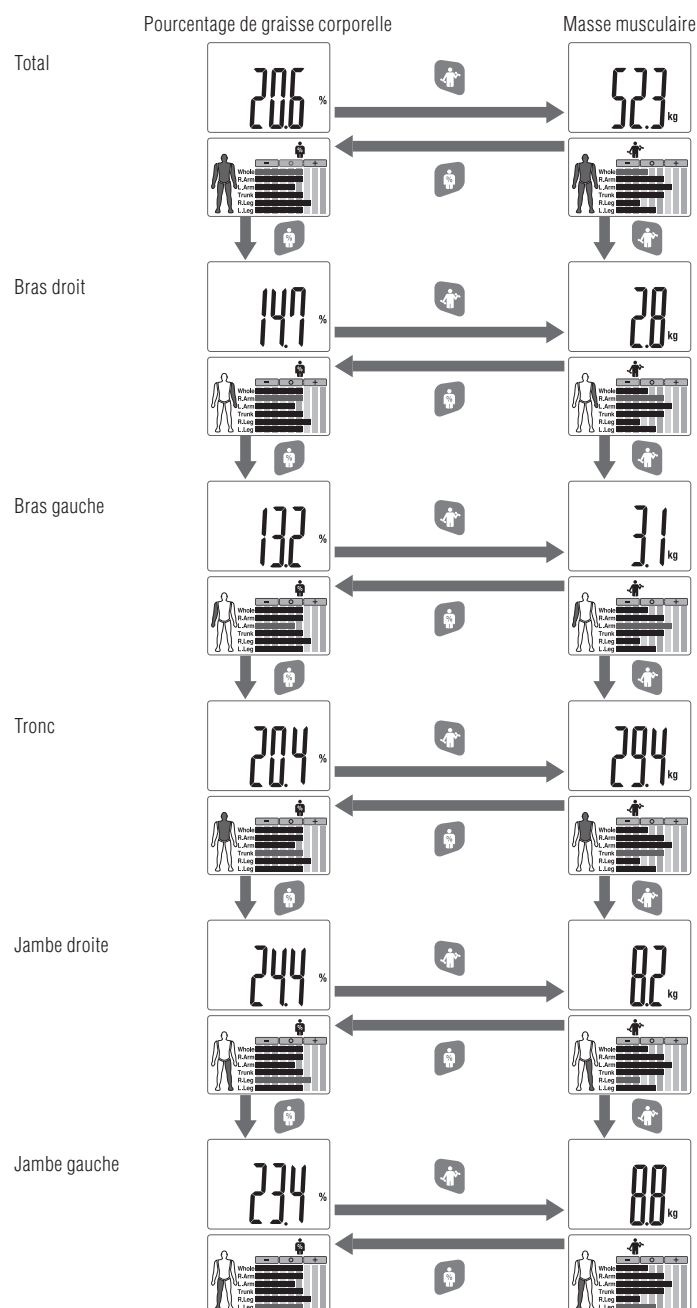


**Remarque:** Pour les enfants (âge 5-17), l'appareil n'affiche que le poids corporel, l'IMC et le pourcentage de graisse corporelle.



## COMMENT VOIR LES RÉSULTATS PAR SEGMENT

Appuyez sur la touche ou la touche pour voir les résultats du bras droit, du bras gauche, de la jambe droite, de la jambe gauche et du tronc pendant que les résultats sont affichés.

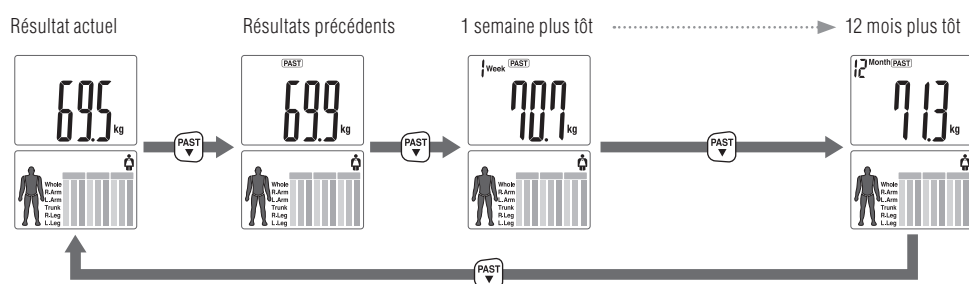




## FONCTION DE RAPPEL

Les résultats précédents des caractéristiques suivantes peuvent être obtenus en utilisant la fonction de rappel.  
Pour obtenir les résultats précédents, appuyez sur la touche PAST pendant que les résultats actuels sont affichés.  
Pour voir les autres résultats précédents, appuyez sur la touche RESULT pour chaque résultat souhaité. Appuyez de nouveau sur la touche PAST pour revenir à l'affichage des résultats actuels.

**Remarque:** Comment voir les résultats précédents sans prendre de mesure.  
Appuyez sur la touche ON/OFF. « 0.0 » s'affichera.  
Appuyez sur la touche USER jusqu'à ce que votre code personnel apparaisse.  
Appuyez sur la touche SET et la touche PAST pour voir les résultats précédents.



Appuyez sur la touche  ou la touche  pour afficher le résultat de chaque segment pendant que les résultats précédents sont affichés.

**Remarque:** Pour les enfants (âge 5-17), l'appareil n'affiche que le poids corporel, l'IMC et le pourcentage de graisse corporelle.



## PROGRAMMATION DU MODE INVITÉ

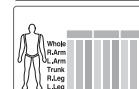
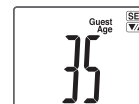
Le mode Invité vous permet de programmer l'appareil pour une utilisation occasionnelle sans réinitialiser un chiffre de données personnelles.

Appuyez sur la touche ON/OFF avec les électrodes manuelles fixées sur la balance.  
« 0.0 » s'affichera.

Tenez les électrodes manuelles et appuyez sur la touche USER jusqu'à ce que « Guest » apparaisse.  
Appuyez sur la touche SET et saisissez vos informations personnelles comme votre âge, sexe, taille. Voir page 24 pour de plus amples détails.  
Lorsque « 0.0 » s'affiche, montez sur la balance en tenant les électrodes manuelles.

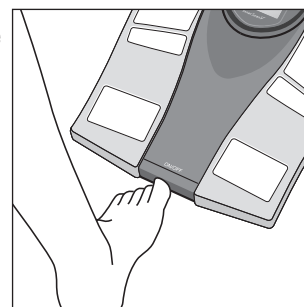
**Ne descendez pas de la balance avant l'émission de deux bips.**

Les mesures s'affichent pendant 40 secondes.



## MESURE DU POIDS SEULEMENT

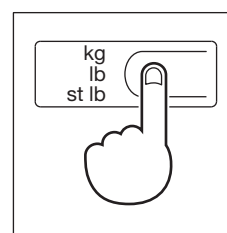
Appuyez sur la touche ON/OFF avec les électrodes manuelles fixées sur la balance.  
« 0.0 » s'affiche à l'écran après 2 ou 3 secondes et l'appareil émet un bip sonore. Lorsque  
« 0.0 » s'affiche à l'écran, montez sur la plate-forme. Le poids s'affiche. L'appareil  
s'éteindra ensuite automatiquement.



## CHANGEMENT DE MODE POIDS

Remarque: À utiliser uniquement avec des modèles comprenant le mode poids.

Vous pouvez changer l'affichage de l'unité à l'aide de l'interrupteur au dos de la balance (kg/lb/st lb).





## DÉPANNAGE

### En cas de problème, consultez la liste suivante avant de contacter Tanita.


- **Un format de poids erroné apparaît suivi de kg, lb ou st-lb.**

Reportez-vous à la section « CHANGEMENT DE MODE POIDS » à la page 29.

- **Le message  s'affiche à l'écran ou toutes les données s'affichent puis disparaissent immédiatement.**

Il est temps de changer les piles. Lorsque ce message s'affiche, remplacez les piles immédiatement. Des piles usées risquent d'affecter l'exactitude des mesures effectuées. Toutes les piles doivent être remplacées en même temps. Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.

**Note:** Les paramètres et la mémoire ne seront pas effacés de la mémoire lorsque vous retirez les piles.

- ** apparaît pendant la prise de mesure.**

Tenez-vous sur la plate-forme en bougeant le moins possible.

L'unité ne peut pas mesurer votre poids de manière précise si elle détecte un mouvement.

Votre taux de graisse ne peut s'afficher s'il est supérieur à 75%.

- **La mesure du Pourcentage de Graisse Corporelle n'apparaît pas.**

Assurez-vous d'avoir retiré vos chaussettes ou vos bas, et que les plantes de vos pieds sont propres et correctement alignées sur les guides de la plate-forme de mesure.

- **Le message  s'affiche au cours de la pesée.**

Votre poids ne peut s'afficher, s'il est supérieur à la portée maximale de la balance

#### Caractéristiques

BC-545N

#### Capacité de pesage maxi

150 kg (330 lb) (23st 8 lb)

#### Incréments de poids

0.1 kg (0.2 lb) (0.2 lb)

#### Précision du taux de graisse

0.1%

#### Données personnelles

5 mémoires

#### Alimentation

Piles AA (4) (fournies)

#### Consommation d'énergie

60 mA au maximum

#### Courant émis

50 kHz, 100 µA



Remarque:

Vous trouverez les indications suivantes sur les piles contenant des substances polluantes:

**Pb** Pb = la pile contient du plomb,

**Cd** Cd = la pile contient du cadmium,

**Hg** Hg = la pile contient du mercure.

### Jeter des piles avec des déchets ménagers est interdit!

En tant que consommateur, vous avez l'obligation de rendre les piles usagées ou déchargées. Vous pouvez déposer vos vieilles piles dans des lieux de collecte publics de votre ville ou partout où des piles similaires sont vendues et que des boîtes de collection spécialement indiquées ont été mises en place. En cas de mise au rebut de l'appareil, les piles doivent en être ôtées et également déposées dans le point de collection.



Cet appareil est conforme à la directive 2004/108/EC (compatibilité électromagnétique) en vigueur.





## INTRODUCTIE

Hartelijk bedankt dat u voor een lichaamssamenstellingmonitor van Tanita hebt gekozen. Deze weegschaal maakt deel uit van het uitgebreide gamma persoonlijke gezondheidsproducten van Tanita. Deze handleiding leidt u door de instellingen en belangrijkste functies ervan. Meer informatie over een gezonde levensstijl vindt u op onze website [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu).

De Tanita-producten worden ontwikkeld op basis van het recentste klinische onderzoek en de modernste technologieën.

De medische adviesraad van Tanita controleert alle gegevens om de nauwkeurigheid te verzekeren.

**Opmerking:** Deze gebruiksaanwijzing aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.



### Veiligheidsvoorzorgen

Mensen met een elektronisch medisch implantaat zoals bijvoorbeeld een pacemaker, mogen geen lichaamssamenstellingmonitor gebruiken. De monitor stuurt namelijk een zwak elektrisch signaal door het lichaam dat de werking van implantaten kan storen. Zwangere vrouwen dienen alleen de gewicht-meetfunctie te gebruiken. Alle andere functies zijn niet bedoeld voor zwangere vrouwen. Plaats deze weegschaal niet op gladde oppervlakken zoals een natte vloer.

Gebruik de weegschaal niet onmiddellijk na een bad of na zware inspanningen. Het oppervlak van de weegschaal zal glad zijn wanneer het nat is.

Veeg het oppervlak af met een schone, droge doek om eventueel vocht te verwijderen.

### Belangrijke gebruiksvoorschriften

Deze lichaamssamenstellingmonitor is bestemd voor actieve tot middelmatig actieve volwassenen en kinderen (leeftijden 5–17) met een normaal of atletisch lichaamstype.

**Tanitas' definitie van een "atleet" is een persoon die ongeveer 10 uur per week intensief traint en in rust een hartslag heeft van ongeveer 60 slagen per minuut of minder. Tanitas' definitie van een atleet omvat tevens "levenslange fitte" personen die reeds jarenlang in goede conditie zijn maar momenteel minder dan 10 uur intensief trainen. De lichaamsvetmeetfunctie is niet bedoeld voor zwangere vrouwen, professionele atleten of bodybuilders.**

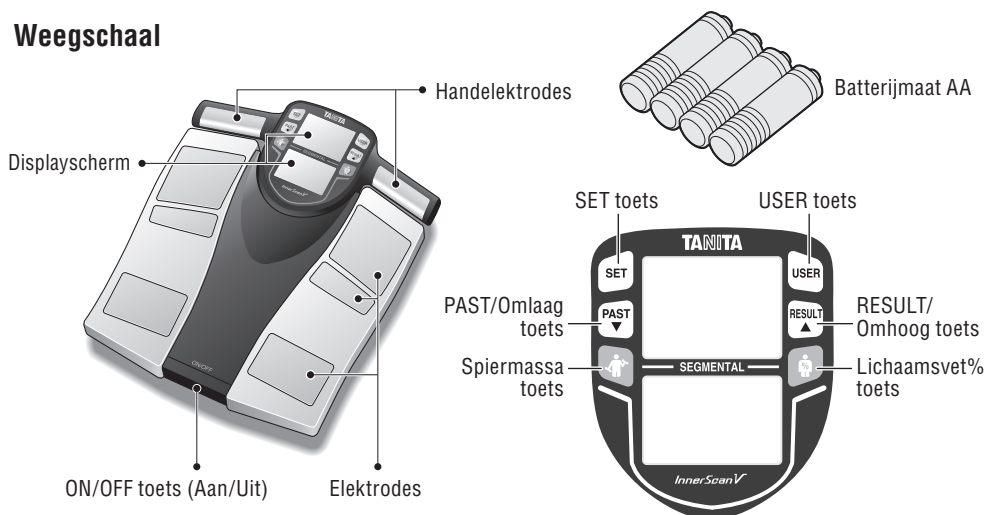
De in het geheugen opgeslagen gegevens kunnen verloren gaan als het apparaat onoordeelkundig wordt gebruikt of blootgesteld wordt aan te grote verschillen in voedingsspanning. Tanita aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor enig nadeel veroorzaakt door het verlies van de opgeslagen gegevens.

Tanita wijst alle aansprakelijkheid voor enige schade of verlies veroorzaakt door het apparaat of eventuele eisen tot schadevergoeding van derden van de hand.

**Opmerking:** De metingen van het lichaamsvetpercentage zullen variëren afhankelijk van de hoeveelheid water in het lichaam en kunnen beïnvloed worden door dehydratie of overhydratie als gevolg van bijvoorbeeld alcoholgebruik, menstruatie, ziekte, intensieve training enz.

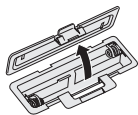
## EIGENSCHAPPEN EN FUNCTIES

### Weegschaal

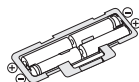




## VOORBEREIDINGSMAATREGELEN



De houder zoals aangeduid openen.



Inlegrichting van batterijen.

### Inleggen van batterijen

Open het deksel van de batterijhouder dat zich aan de achterzijde van het meetplatform bevindt. Plaats de meegeleverde AA-batterijen zoals aangegeven.

**Opmerking:** Ervoor zorgen dat de min- en pluspolen van de batterijen zich op de juiste plaats bevinden. Als de batterijen niet op de juiste plaats liggen dan kan de vloeistof gaan lekken en de vloer beschadigd worden. Als u van plan bent om het apparaat gedurende lange tijd niet te gebruiken, dan is het raadzaam om de batterijen voor het opbergen te verwijderen.

De batterijen die vanuit de fabriek werden geleverd kunnen door het verstrijken van de tijd een lagere lading hebben.



### Opstellen van de weegschaal

Plaats de weegschaal op een hard, plat oppervlak met weinig blootstelling aan trillingen voor een veilige en nauwkeurige meting.

**Opmerking:** Om mogelijk letsel te voorkomen raden wij u aan om niet op de rand van de weegschaal te gaan staan.

 Trek de kabel van de handelektrodes niet verder dan het rode merkteken.

## Tips voor gebruik

Deze weegschaal is een precisie-instrument dat gebruik maakt van geavanceerde technologie.

De volgende instructies zorgvuldig opvolgen om het apparaat in een optimale staat te houden:

- Niet proberen om de weegschaal te demonteren.
- Bewaar het toestel horizontaal en zorg ervoor dat de toetsen niet per ongeluk ingedrukt kunnen worden.
- Het apparaat niet te zwaar belasten of aan hevige trillingen blootstellen.
- Het apparaat in een omgeving plaatsen buiten het bereik van direct zonlicht, verwarmingsinstallaties, hoge vochtigheid of extreme temperatuursfluctuaties.
- Het apparaat nooit in water onderdompelen. Gebruik alcohol om de elektrodes schoon te maken en glasreiniger (eerst op een doekje aanbrengen) om ze glanzend te houden; zeep vermijden.
- Stap niet met natte voeten op de weegschaal.
- Laat geen andere dingen op de weegschaal vallen.
- Draag het toestel niet aan de handelektrodes.
- Laat de handelektrodes niet los tot de kabel helemaal is teruggetrokken in het toestel.

## AFLEESNAUWKEURIGHID

Voor een optimale afleesnauwkeurigheid raden wij u aan om uw gewicht en lichaamsvetpercentage te bepalen zonder kleren aan en onder dezelfde vochtcondities. Als u uw kleren niet uitdoet, moet u altijd uw sokken of nylons uittrekken en ervoor zorgen dat uw voetzolen schoon zijn voordat u op de weegschaal stapt. Zorg ervoor dat uw hielen zich in een lijn bevinden met de elektrodes op de weegschaal.

Uw voeten mogen groter zijn dan het weegplateau - nauwkeurige aflezingen kunnen nog steeds verkregen worden zelfs als uw voeten buiten de weegschaal uitsteken. Het beste is om op dezelfde tijd van de dag uw gewicht en lichaamsvet te bepalen. Probeer om drie uur na het opstaan, eten, of inspannende lichaamsactiviteiten te wachten met het nemen van metingen. Alhoewel aflezingen onder andere omstandigheden niet dezelfde absolute waarden vertegenwoordigen, zijn ze nauwkeurig voor het bepalen van fluctuaties mits de metingen regelmatig worden uitgevoerd. Om uw ontwikkeling bij te houden, moet u uw gewicht en lichaamsvetpercentage meten onder dezelfde omstandigheden en vergelijken over een bepaalde periode.

**Opmerking:** Een nauwkeurige aflezing is niet mogelijk wanneer uw voetzolen niet schoon zijn, als uw knieën gebogen zijn of als u zittend op de weegschaal staat.

## AUTOMATISCHE UITSCHAKELFUNCTIE

De automatische uitschakelfunctie schakelt automatisch de stroom uit in de volgende gevallen:

- Als u het meetproces onderbreekt. De stroom wordt binnen 20 tot 60 seconden automatisch uitgeschakeld, afhankelijk van het gebruik.
- Als u een van de toetsen of knoppen 60 seconden lang niet aanraakt tijdens het programmeren.\*
- Nadat u klaar bent met het meten.

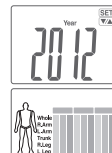
\* **Opmerking:** Als het toestel automatisch uit gaat, dient u de stappen onder "PERSOONLIJKE GEGEVENS INVOEREN EN OPSLAAN" (Pagina 34) te herhalen.



## DATUM EN TIJD INSTELLELEN (OPNIEUW INSTELLEN)

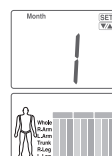
### 1. Stel het jaar in

Doe de batterijen in de weegschaal en druk op ON/OFF (Aan/Uit) om te beginnen met het instellen van het jaar. Gebruik de Omhoog toets of de Omlaag toets om het jaar in te stellen en druk dan op SET. Het toestel laat ter bevestiging een piepsignaal horen.



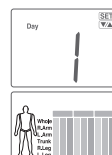
### 2. Stel de maand in

Gebruik de Omhoog toets of de Omlaag toets om de maand in te stellen en druk dan op SET. Het toestel laat ter bevestiging een piepsignaal horen.



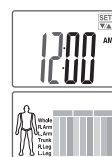
### 3. Stel de dag in

Gebruik de Omhoog toets of de Omlaag toets om de dag in te stellen en druk dan op SET. Het toestel laat ter bevestiging een piepsignaal horen.



### 4. Het uur instellen

Gebruik de Omhoog toets of de Omlaag toets om de uren in te stellen en druk dan op SET. Het apparaat zal eenmaal piepen om te bevestigen.

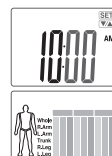


### 5. De minuten instellen

Gebruik de Omhoog/Omlaag toetsen om de minuten in te stellen en druk dan op SET.

Het apparaat zal tweemaal piepen om te bevestigen.

Het apparaat zal vervolgens automatisch worden uitgeschakeld.



#### Opmerking:

- Nadat u de batterijen heeft vervangen, of als u de datum en de tijd wilt veranderen, moet u de Omlaag toets ingedrukt houden om de datum en de tijd opnieuw in te kunnen stellen. Als de batterijen worden vervangen, zullen de instellingen voor datum en tijd verloren gaan.
- Als er gedurende deze procedure geen activiteit is gedurende 60 seconden of langer, dan zal deze procedure automatisch worden beëindigd. Er zullen bijgevolg geen gegevens worden opgeslagen.
- Als u een fout maakt, of als u het toestel uit wilt zetten voordat de instelling voltooid is, moet u op ON/OFF (Aan/Uit) drukken om het toestel uit te zetten. Hierdoor zullen er geen instellingen worden opgeslagen.



## PERSOONLIJKE GEGEVENS INVOEREN EN OPSLAAN

Het apparaat kan alleen worden gebruikt als de geheugens persoonlijke gegevens bevatten.

### 1. Druk op de ON/OFF (Aan/Uit) toets terwijl de handelektrodes aan de weegschaal bevestigd zijn

De aanduiding "0.0" zal worden getoond.

### 2. Begin met instellen

Druk op de SET toets.

Het apparaat zal piepen om het inschakelen te bevestigen, het nummer voor de persoonlijke gegevens zal worden weergegeven en het display zal knipperen.

**Opmerking:** Na het inschakelen, als u het apparaat gedurende 60 seconden niet gebruikt, dan zal het apparaat automatisch worden uitgeschakeld.

**Opmerking:** Als u zich hebt vergist of u wenst het apparaat uit te schakelen voordat u het programmeren hebt voltooid, druk dan op de knop ON/OFF (Aan/Uit) om het apparaat uit te schakelen.

### 3. Een nummer voor uw persoonlijke gegevens selecteren

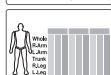
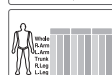
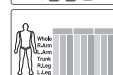
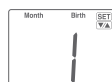
Gebruik de Omhoog toets of de Omlaag toets om een nummer voor uw persoonlijke gegevens te selecteren (1, 2, 3, 4 of 5). Wanneer u het nummer dat u wilt gebruiken voor uw persoonlijke gegevens hebt bereikt, drukt u op SET. Het apparaat zal eenmaal piepen om te bevestigen.



### 4. Uw geboortedatum instellen

Stel uw geboortedatum in (Jaar / Maand / Dag) met de Omhoog toets of de Omlaag toets. Druk ter bevestiging na het voltooiën van elke instelling op SET.

**Opmerking:** U kunt een leeftijd tussen 5 - 99 jaar instellen.



### 5. Vrouw, man of atleet selecteren

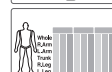
Gebruik de Omhoog toets of de Omlaag toets om door de instellingen Vrouw (♀), Man (♂), Vrouw/Atleet (♀♂) en Man/Atleet (♂♂) te bladeren en druk dan op Set. Het toestel laat ter bevestiging een piepsignaal horen.



### 6. Uw lengte instellen

Het display wordt standaard ingesteld op 170 cm (5' 7,0") (u kunt een lengte tussen 90 cm – 220 cm (3' 0,0" – 7' 3,0") instellen). Gebruik de Omhoog toets of de Omlaag toets om de lengte in te stellen en druk dan op SET.

Het apparaat zal eenmaal piepen om te bevestigen. Het display zal eenmaal uw persoonlijke gegevens weergeven, vervolgens zal het display "0.0" weergeven en zal het apparaat klaar voor gebruik zijn.



### 7. Uw gewicht en lichaamsvet meten

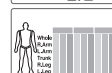
Houd de handelektrodes vast en stap binnen 30 seconden nadat "0.0" verschijnt op de weegschaal.

**Stap niet van de weegschaal af voordat deze vijf keer gepiept heeft.**

De resultaten worden 40 seconden weergegeven.

Het apparaat wordt vervolgens uitgeschakeld en de resultaten worden in het geheugen opgeslagen.

**Opmerking:** Als u op de weegschaal stapt voordat er "0.0" op het display wordt weergegeven, dan zal er "Error" op het display verschijnen en zult u geen resultaat krijgen. Bovendien, als u niet binnen 30 seconden op de weegschaal stap; nadat de "0.0" wordt weergegeven, dan wordt de weegschaal automatisch uitgeschakeld. Probeer om uw persoonlijke gegevens opnieuw in te stellen en op te slaan.



**Opmerking:** Als u uw geboortedatum en/of geslacht wijzigt, dan zal er "CLr" op het display verschijnen.

Als u "YES" (Ja) selecteert met de Omhoog toets of de Omlaag toets, zullen de bestaande persoonlijke gegevens worden gewist.

Als u "no" (Nee) selecteert met de Omhoog toets of de Omlaag toets, zullen er geen nieuwe gegevens worden opgeslagen (de bestaande gegevens worden niet gewijzigd) en zal het toestel worden uitgeschakeld.

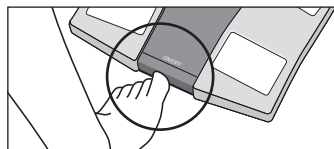


## GEWICHT EN LICHAAMSVET WEERGEVEN

Na het programmeren van uw persoonlijke gegevens bent u klaar om zich te wegen.

### 1. Druk op de ON/OFF (Aan/Uit) toets terwijl de handelektrodes aan de weegschaal bevestigd zijn

De aanduiding "0.0" zal worden getoond.



### 2. Resultaten weergeven

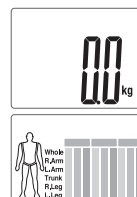
Houd de handelektrode vast en ga op de weegschaal staan.

Eerst zal uw lichaamsgewicht worden aangegeven.

Blijft op de weegschaal staan.

Uw persoonlijke profiel verschijnt op het scherm, waarna 40 seconden lang uw lichaamsgewicht, BMI en lichaamsvetpercentage zal worden getoond.

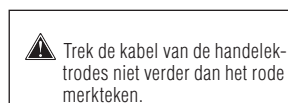
**Opmerking:** Stap niet van de weegschaal af voordat deze twee keer gepiept heeft.



Controleer of uw armen uitgestrekt zijn en uw ellebogen uw lichaam niet raken.



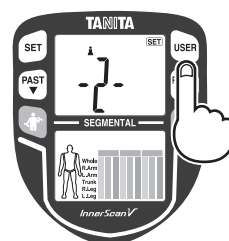
Geen gebogen knieën.



**Opmerking:** Als het verkeerde persoonlijke nummer op het scherm verschijnt, kunt u dit veranderen met de USER toets.

Druk op USER tot uw persoonlijke nummer en profiel op het scherm verschijnen. Nadat u uw eigen persoonlijke nummer hebt geselecteerd en op SET hebt gedrukt, zal het scherm automatisch uw correcte meetresultaten tonen.

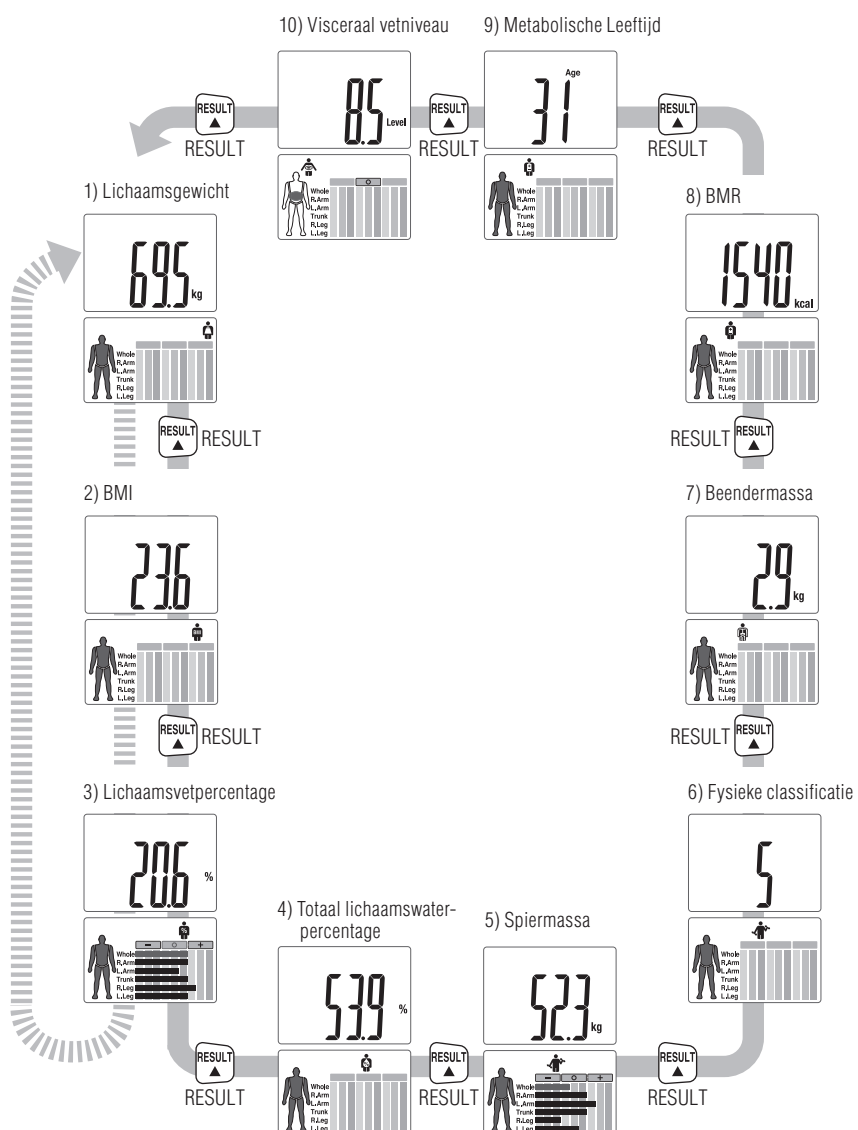
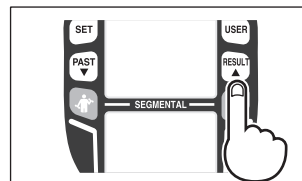
De meetresultaten worden opgeslagen in het geheugen onder uw persoonlijke nummer.



Wordt vervolgd op de volgende bladzijde.



Stap van de weegschaal af en druk op RESULT om een bepaald meetresultaat terug te zien.

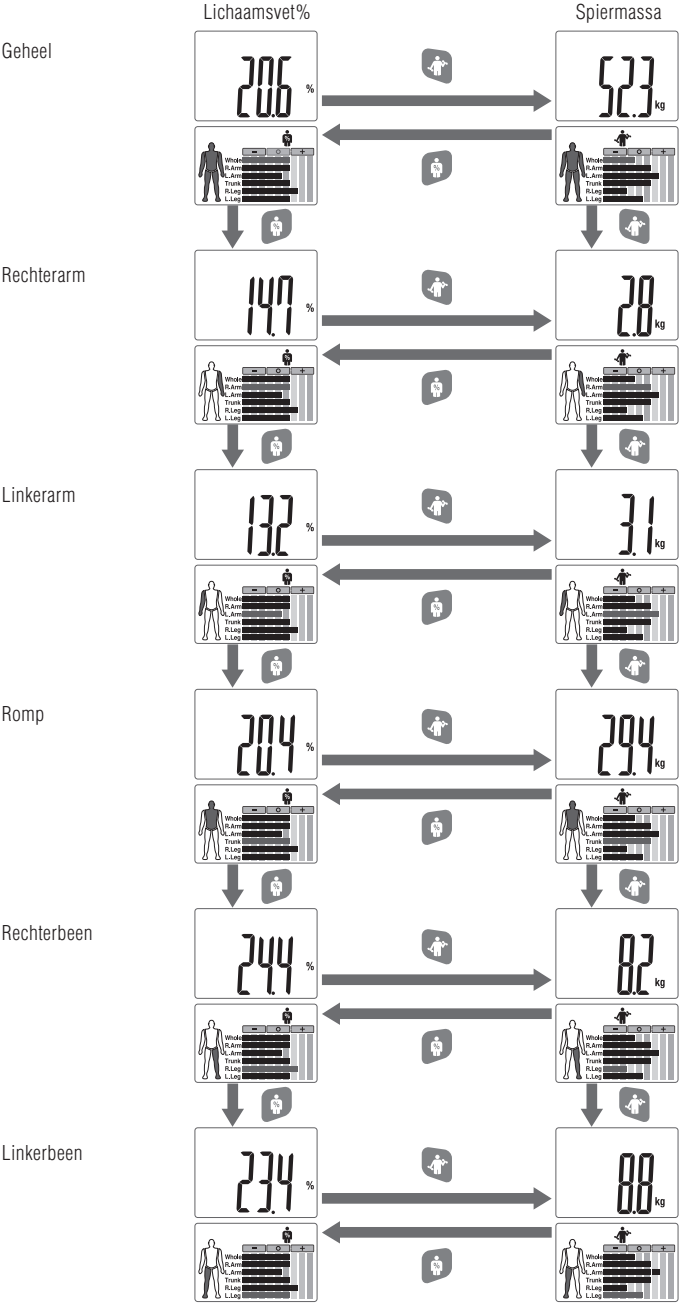


**Opmerking:** Voor kinderen (5-17 jaar) zal het toestel alleen het lichaamsgewicht, BMI en lichaamsvetpercentage laten zien.



# DE APARTE RESULTATEN VOOR SEGMENTEN BEKIJKEN

Druk terwijl de meetgegevens worden getoond op of om de meetresultaten voor uw rechterarm, linkerarm, rechterbeen, linkerbeen en uw romp te zien.

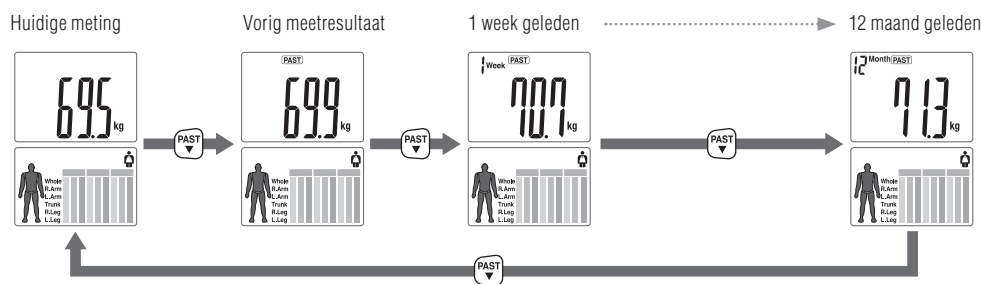




## RECALL FUNCTIE

Met de oproepfunctie kunt u eerder verkregen gegevens voor de volgende meetfuncties opnieuw bekijken.  
Om eerdere meetgegevens te bekijken, dient u op PAST te drukken terwijl de huidige gegevens worden getoond.  
Druk op RESULT om eerdere meetgegevens te zien. Druk nog eens op PAST om terug te keren naar de huidige meetgegevens.

**Opmerking:** Eerdere meetgegevens bekijken zonder een meting te verrichten  
Druk op ON/OFF (Aan/Uit). De aanduiding "0.0" zal worden getoond.  
Druk op USER tot uw persoonlijke nummer op het scherm verschijnt.  
Druk op SET en PAST om eerdere meetgegevens te bekijken.



Druk terwijl eerdere meetgegevens worden getoond op of om de meting voor elk afzonderlijk segment te tonen.

**Opmerking:** Voor kinderen (5-17 jaar) zal het toestel alleen het lichaamsgewicht, BMI en lichaamsvetpercentage laten zien.





## DE GAST-MODUS PROGRAMMEREN

Met de gast-modus kunt u de eenheid programmeren voor eenmalig gebruik zonder hiervoor een persoonlijk gegevensnummer te hoeven resetten.

Druk op de ON/OFF (Aan/Uit) toets terwijl de handelektrodes aan de weegschaal bevestigd zijn. De aanduiding "0.0" zal worden getoond.

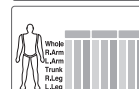
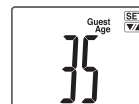
Houd de handelektrodes vast en druk op USER tot "Guest" (Gast) verschijnt.

Druk op SET en voer uw persoonlijke gegevens, zoals leeftijd, geslacht, lengte in. Zie pagina 34 voor meer details.

Ga op de weegschaal staan terwijl u de handelektrodes vasthoudt nadat de aanduiding "0.0" is verschenen.

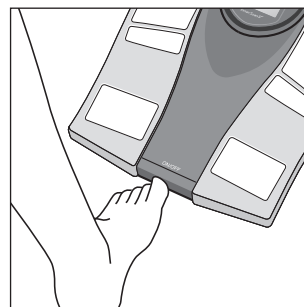
**Stap niet van de weegschaal af voordat deze twee keer gepiept heeft.**

De meetgegevens zullen 40 seconden lang worden getoond.



## ENKEL GEWICHTSMETING UITVOEREN

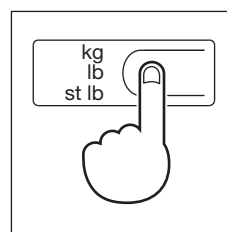
Druk op de ON/OFF (Aan/Uit) toets terwijl de handelektrodes aan de weegschaal bevestigd zijn. Na 2 of 3 seconden zal "0.0" op de display verschijnen en zal de eenheid een geluidssignaal laten horen. Als "0.0" op de display verschenen is kunt u op het weegplateau stappen. De waarde voor lichaamsgewicht zal verschijnen. De stroom zal hierna automatisch uitschakelen.



## DE GEWICHTSMODUS WISSELEN

**Opmerking: Enkel voor modellen die uitgerust zijn met een schakelaar voor gewichtsmodus.**

U kunt de eenheid waarin de metingen worden weergegeven (kg/lb/st lb) veranderen met de schakelaar aan de achterkant van de weegschaal.





## PROBLEEMOPLOSSING

### Bij het optreden van de volgende problemen... de volgende maatregelen nemen...

- **Er zal een incorrecte gewichtsindeling worden weergegeven, gevolgd door kg, lb, of st-lb.**

Raadpleeg op pagina 39 "DE GEWICHTSMODUS WISSELEN".

- **[Lo] verschijnt op het display, of alle gegevens verschijnen en verdwijnen vervolgens onmiddellijk.**

De batterijen zijn bijna leeg. Vervang de batterijen onmiddellijk nadat dit bericht op het scherm verschijnt aangezien zwakke batterijen de meetnauwkeurigheid beïnvloeden. Alle batterijen gelijktijdig door nieuwe batterijen vervangen. Het apparaat wordt geleverd met testbatterijen - de levensduur hiervan kan kort zijn.

**Opmerking:** Uw instellingen worden niet uit het geheugen gewist als u de batterijen vervangt.

- **[Err] verschijnt tijdens de maatneming.**

Kunt U op het toestel staan met zo weinig mogelijk beweging te maken. Het toestel kan geen nauwkeurig gewicht geven indien er een beweging gebeurt. Als uw lichaamsvetgehalte hoger is dan 75%, geeft het toestel geen aflezingen.

- **Het lichaamsvetgehalte verschijnt niet.**

Zorg ervoor dat sokken of kousen afgenomen zijn, de zolen van Uw voeten rein zijn en dat uw voeten correct op de geleiders van het meetplatform geplaatst zijn.

- **[UL] verschijnt tijdens het meten.**

Er kan geen uitlezing zijn als het weegvermogen wordt overschreden.

#### SPECIFICATIES

BC-545N

#### Gewicht Capaciteit

150 kg (330 lb) (23st 8 lb)

#### Gewicht Increment

0.1 kg (0.2 lb) (0.2 lb)

#### Lichaamsvet Increment

0.1%

#### Persoonlijke gegevens

5 memorias

#### Voeding

Batterijmaat AA (4) batterijen (meegeleverd)

#### Stroomverbruik

60 mA maximaal

#### Meetstroom

50 kHz, 100 µA



Opmerking:

De volgende opschriften kunnen op batterijen die verontreinigende stoffen bevatten, aangetroffen worden:

**Pb** Pb = Loodhoudende batterij,

**Cd** Cd = Cadmiumhoudende batterij,

**Hg** Hg = Kwikhoudende batterij.



### Het is verboden om batterijen bij het huisvuil te deponeren!

Als consument bent u wettelijk verplicht om lege of gebruikte batterijen in te leveren. U kunt oude batterijen inleveren bij een openbaar inzamelpunt in uw stad, of in verkooppunten van de batterijen in de daarvoor bestemde inzamelboxen. Wanneer u het toestel wegdoet moeten de batterijen verwijderd worden en eveneens naar de daarvoor bestemde inzamelpunten gebracht worden.



Dit apparaat is stovingvrij volgens de geldende EGG richtlijn 2004/108/EG



## INTRODUZIONE

Grazie per aver scelto questo monitor Tanita della composizione corporea. Questa bilancia è solo uno di una vasta serie di prodotti domestici per la cura della salute creati da Tanita. Questo manuale d'istruzioni vi guida attraverso le procedure d'impostazione e vi presenta le funzionalità chiave. Nel nostro sito web [tanita.eu](http://tanita.eu) troverete ulteriori informazioni per mantenere uno stile di vita sano. I prodotti Tanita incorporano la ricerca clinica e le innovazioni tecnologiche più recenti. Tutti i dati sono monitorizzati dal Consiglio Consultivo Medico Tanita, che ne verifica l'accuratezza.

**Nota:** Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.

### Precauzioni di sicurezza

**Nota:** qualora si sia portatori di impianti elettromedicali, quali pacemaker, non utilizzare la bilancia impedenziometrica, poiché trasmette un segnale elettrico a bassa tensione che attraversa il corpo, che potrebbe interferire con il funzionamento del dispositivo impiantato.

Le donne in gravidanza devono utilizzare solo la funzione di pesatura. Tutte le altre funzioni non sono da utilizzarsi in gravidanza.

Non collocare la bilancia su una superficie scivolosa, ad esempio un pavimento bagnato.

Non utilizzare la pesapersona subito dopo aver fatto il bagno o dopo un esercizio faticoso. La pedana della pesapersona potrebbe risultare scivolosa se bagnata. Pulire la pedana con un panno pulito e asciutto per rimuovere eventuali tracce di liquido.

### Note importanti per gli utenti

La bilancia/monitor del grasso corporeo Tanita è inteso per l'uso da parte di adulti e bambini (5-17 anni) con stili di vita da inattivi a moderatamente attivi e adulti atletici.

**Tanita definisce "atleta" una persona che svolge un'intensa attività fisica per circa 10 ore alla settimana, con una frequenza cardiaca a riposo di circa 60 battiti al minuto o inferiore. Nella definizione di 'atleta' di Tanita sono anche inclusi i soggetti che seguono un programma di fitness da anni, ma che attualmente si esercitano per meno di 10 ore alla settimana.**

**La funzione di monitoraggio del grasso corporeo non è intesa per le donne incinte, gli atleti professionisti o i bodybuilder.**

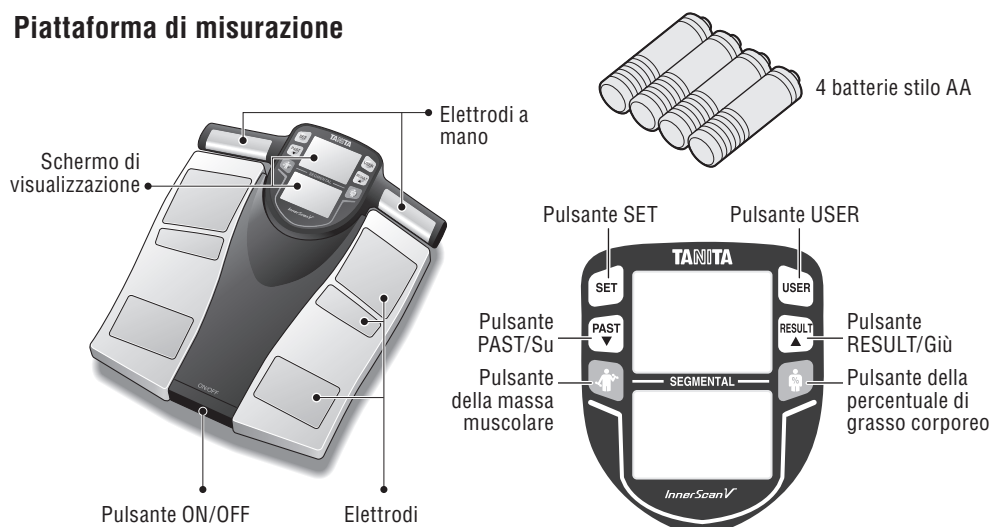
Se l'unità viene utilizzata in modo errato o esposta a sovratensioni è possibile che si verifichi la perdita dei dati registrati. Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di perdita provocato dalla perdita dei dati registrati e per qualsiasi tipo di danno o perdita provocati da queste unità o qualsiasi tipo di ricorso presentato da terzi.

**Nota:** Le stime della percentuale di grasso corporeo variano in base alla quantità d'acqua presente nel corpo e possono essere influenzate da disidratazione o sovraidratazione dovute a fattori come il consumo di alcolici, il flusso mestruale, le malattie, l'esercizio intenso, ecc.



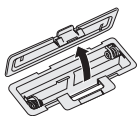
## CARATTERISTICHE E FUNZIONALITÀ

### Piattaforma di misurazione

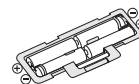




## IMPOSTAZIONE (RIPRISTINO) ORA



Aprire nel modo indicato



Orientamento delle batterie.

### **Inserimento delle batterie**

Aprire il coperchio della batteria posto sul retro della piattaforma di misurazione. Inserire nei modi indicati le batterie AA in dotazione.

**Nota:** Accertarsi che la polarità delle batterie sia configurata correttamente. Se le batterie sono posizionate in modo errato, il fluido può fuoriuscire e danneggiare i pavimenti. Se non si intende utilizzare questa unità per un lungo periodo di tempo, si consiglia di rimuovere le batterie prima di conservarla.

Si noti che le batterie in dotazione possono essersi scaricate nel tempo.

### **Posizionamento della bilancia**



Mettere la piattaforma di misurazione sopra una superficie rigida orizzontale dove siano presenti minime vibrazioni per garantire l'effettuazione di misurazioni precise e sicure.

**Nota:** Per evitare possibili infortuni, non poggiare il piede sul bordo della piattaforma.

 Non tirare il cavo degli elettrodi a mano oltre la fascetta rossa.

## Suggerimenti per l'uso

Questa bilancia è uno strumento di precisione che fa uso di tecnologia all'avanguardia.

Per mantenere l'unità nelle condizioni migliori, seguire attentamente le seguenti istruzioni:

- Non tentare di smontare la piattaforma di misurazione.
- Riporre l'apparecchio in posizione orizzontale sistemandolo in modo che i pulsanti non siano premuti accidentalmente.
- Evitare impatti o vibrazioni eccessive sull'unità.
- Posizionare l'unità in un'area lontana dalla luce diretta del sole, da apparecchi per il riscaldamento, da umidità elevata o da estremi di temperatura.
- Non sommergere mai in acqua. Utilizzare dell'alcol per pulire gli elettrodi e detergente per i vetri (applicato precedentemente su un panno) per mantenerli lucidi; evitare il sapone.
- Non si deve montare sulla piattaforma quando è bagnato.
- Non si deve far cadere oggetti sopra.
- Non trasportare la bilancia tenendola per gli elettrodi a mano.
- Rilasciare gli elettrodi a mano solo quando il cavo è completamente rientrato nella bilancia.

## RILEVAMENTO DI VARORI ACCURATI

Per ottenere valori accurati, la misurazione deve essere effettuata senza indumenti addosso e in condizioni di idratazione costanti. Se non si è nudi, togliere sempre le calze e accertarsi che le suole dei piedi siano pulite prima di salire sulla piattaforma della bilancia. Accertarsi che i talloni siano correttamente allineati con gli elettrodi sulla piattaforma di misurazione. Non preoccuparsi se i piedi sono apparentemente troppo grandi per l'unità; è sempre possibile ottenere letture accurate anche se le dita sporgono dalla piattaforma. È meglio effettuare le letture alla stessa ora del giorno. Prima di effettuare le misurazioni, attendere circa tre ore dopo essersi alzati, dopo i pasti o dopo l'esercizio fisico intenso. Mentre le letture rilevate in altre condizioni possono non avere gli stessi valori assoluti, sono accurate per determinare la percentuale di modifica, purché siano effettuate in modo consistente. Per mantenere sotto controllo i progressi fatti si possono quindi confrontare il peso e la percentuale di grasso corporeo misurati nelle stesse condizioni fisiche nel corso di un certo periodo.

**Nota:** Non è possibile ottenere una lettura accurata se le suole dei piedi sono sporche, se le ginocchia sono piegate o se si è seduti.

## FUNZIONE DI SPEGNIMENTO AUTOMATICO

La funzione di spegnimento automatico spegne automaticamente l'alimentazione nei seguenti casi:

- Se si interrompe il processo di misurazione. L'alimentazione si spegne entro 20-60 secondi, a seconda del tipo di operazione.
- Durante la programmazione, se non si tocca nessun pulsante o tasto entro 60 secondi.\*
- Dopo aver completato il processo di misurazione.

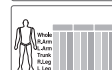
\***Nota:** Se l'apparecchio si spegne automaticamente, ripetere i passaggi a partire da "DETERMINAZIONE E ARCHIVIAZIONE DI DATI PERSONALI IN MEMORIA" (pagina 44).



## DETERMINAZIONE (RIDETERMINAZIONE) DELLA DATA E DELL'ORARIO

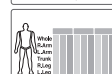
### 1. Impostare l'anno

Installare le batterie nella bilancia e premere il pulsante ON/OFF per impostare l'anno. Con il pulsante Su o Giù impostare l'anno e premere quindi il pulsante SET. L'apparecchio emette un segnale acustico di conferma.



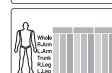
### 2. Impostare il mese

Con il pulsante Su o Giù impostare il mese e premere quindi il pulsante SET. La bilancia emette un segnale acustico di conferma.



### 3. Impostare il giorno

Con il pulsante Su o Giù impostare il giorno e premere quindi il pulsante SET. La bilancia emette un segnale acustico di conferma.



### 4. Determinazione dell'Ora

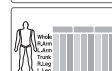
Con il pulsante Su o Giù impostare l'ora e premere quindi il pulsante SET. L'unità emetterà un suono una volta per conferma.



### 5. Determinazione dei Minuti

Con il pulsante Su o Giù impostare i minuti e premere quindi il pulsante SET.

L'unità emetterà due suoni per confermare la programmazione.  
L'alimentazione elettrica si interromperà quindi in modo automatico.



#### Nota:

- Dopo ogni sostituzione delle batterie, oppure semplicemente per resettare la data e l'ora, premere a lungo il pulsante Giù per riavviare l'impostazione. La semplice rimozione delle batterie determina la cancellazione di tale impostazione dalla memoria.
- 60 secondi o più di inattività determineranno la chiusura automatica nel corso di questo processo. Di conseguenza, nessun dato verrà salvato.
- In caso d'errore durante l'impostazione, oppure semplicemente per spegnere la bilancia prima di completarla, è sufficiente premere il pulsante ON/OFF. In tal caso i dati impostati non saranno salvati.



## DETERMINAZIONE E ARCHIVIAZIONE DI DATI PERSONALI IN MEMORIA

L'unità può essere utilizzata solo se siano stati programmati dei dati in una delle memorie di dati personali.

### 1. Mentre gli elettrodi a mano sono installati nella piattaforma della bilancia premere il pulsante ON/OFF

Appare "0.0".

### 2. Avviare l'impostazione

Premere il pulsante SET.

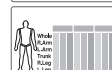
L'unità emetterà un suono per confermare l'attivazione, verrà visualizzato il numero dei dati Personali e il display lampeggerà.

**Nota:** Se l'unità non viene adoperata per 60 secondi dopo l'accensione, essa si spegnerà automaticamente.

**Nota:** Se è stato commesso un errore o se si desidera spegnere l'unità prima di avere terminato la programmazione, premere il pulsante ON/OFF per forzare lo spegnimento.

### 3. Selezionare un Numero dei dati Personali

Con il pulsante Su o Giù selezionare un numero personale tra 1, 2, 3, 4 e 5. Una volta recuperato il numero dei dati Personali desiderato, premere il pulsante SET. L'unità emetterà un suono per conferma.



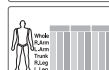
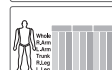
### 4. Selezionare la Data di Nascita

Con il pulsante Su o Giù impostare la data di nascita (anno, mese e giorno).

Dopo ogni singola impostazione premere il pulsante SET per confermarla.

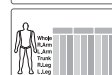
L'unità emetterà un suono per conferma.

**Nota:** L'intervallo delle età va da 5 a 99 anni.



### 5. Selezione di Femmina, Maschio o Atleta

Con il pulsante Su o Giù selezionare sesso femminile (♀), sesso maschile (♂), atleta femmina (♀🏃) o atleta maschio (♂🏃) e premere quindi il pulsante SET. La bilancia emette un segnale acustico di conferma.



### 6. Specificare l'Altezza

Il valore prefissato sul display è di 170 cm (5' 7.0") (l'intervallo delle altezze è di 90 cm – 220 cm o 3' 0.0" –

7' 3.0"). Con il pulsante Su o Giù specificare l'altezza corporea e premere quindi il pulsante SET. L'unità emetterà un suono per conferma. Il display visualizza i dati personali una volta per conferma, quindi visualizza "0.0" ed è pronto per la misurazione.



### 7. Misurazione del proprio peso e grasso corporeo

Impugnare gli elettrodi a mano ed entro 30 secondi dalla visualizzazione di "0.0" salire sulla bilancia.

**Scendere dalla bilancia solamente dopo il quinto segnale acustico.**

La lettura verrà visualizzata per 40 secondi.

A questo punto, l'unità si spegnerà e la lettura verrà memorizzata.

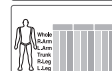
**Nota:** Se salite sulla bilancia prima della visualizzazione di "0.0", il display mostrerà il messaggio "Error" e non otterrete una lettura. Inoltre, se non salite sulla bilancia entro circa 30 secondi dalla visualizzazione di "0.0", l'unità si spegne automaticamente. Si prega di ripetere un'altra volta il processo di determinazione e memorizzazione dei dati personali.



**Nota:** Se modificate la data di nascita e/o il genere, l'unità visualizzerà "CLr".

Se si seleziona "YES" con il pulsante Su o Giù gli attuali dati personali si cancellano dalla memoria.

Se si seleziona "no" i nuovi dati non vengono salvati, quelli già salvati rimangono intatti e la bilancia si spegne.



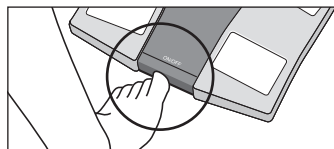


## RILEVAZIONE DELLE LETTURE DEL PESO E DEL GRASSO CORPOREO

Dopo avere programmati i propri dati personali, si è pronti per effettuare una rilevazione.

### 1. Mentre gli elettrodi a mano sono installati nella piattaforma della bilancia premere il pulsante ON/OFF

Appare "0.0".



### 2. Come ottenere La Propria Lettura

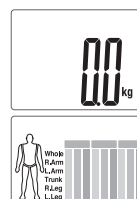
Afferrare gli elettrodi a mano e salire sulla bilancia.

Appare innanzi tutto il peso corporeo.

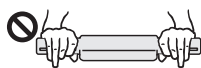
Rimanere sulla bilancia.

Sul display appare il profilo personale e quindi per 40 secondi il peso corporeo, l'indice di massa corporea (BMI) e la percentuale di grasso corporeo.

**Nota: Scendere dalla bilancia solamente dopo il secondo segnale acustico.**



Verificare che tutte le dita siano in contatto con gli elettrodi.



Le braccia devono essere in posizione completamente estesa e i gomiti non devono toccare il corpo.



I piedi devono essere in contatto con tutti gli elettrodi.



Non piegare le ginocchia



**⚠** Non tirare il cavo degli elettrodi a mano oltre la fascetta rossa.

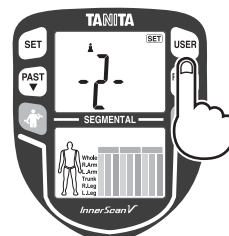


**Nota:** Se sul display appare un numero personale lo si può cambiare con il pulsante USER.

Premere il pulsante USER sino a quando sul display appaiono i propri numero personale e proprio.

Una volta selezionato il numero personale corretto, premendo il pulsante SET appaiono automaticamente le proprie letture.

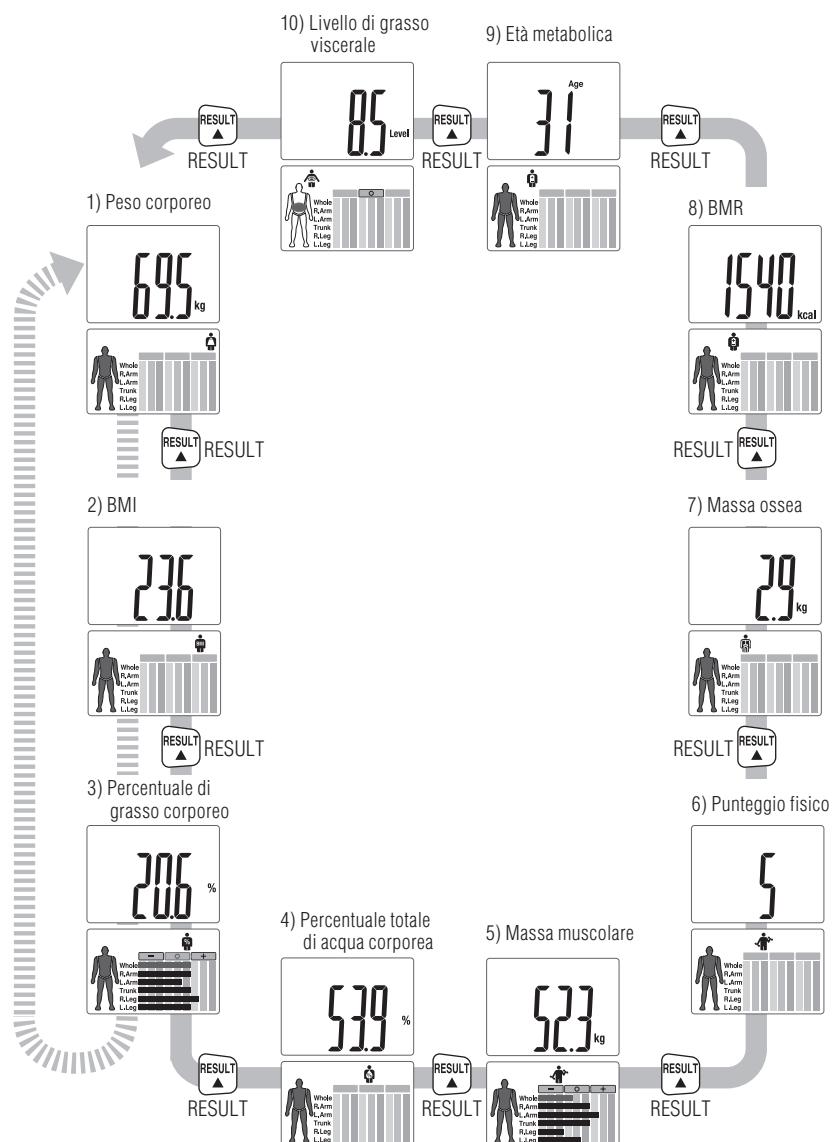
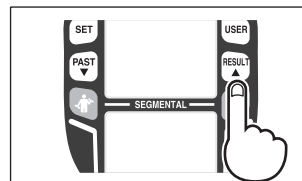
Tali letture rimarranno salvate nella memoria corrispondente al proprio numero personale.



Continua nella prossima pagina.



Scendere dalla bilancia e premere il pulsante RESULT per vedere le letture desiderate.



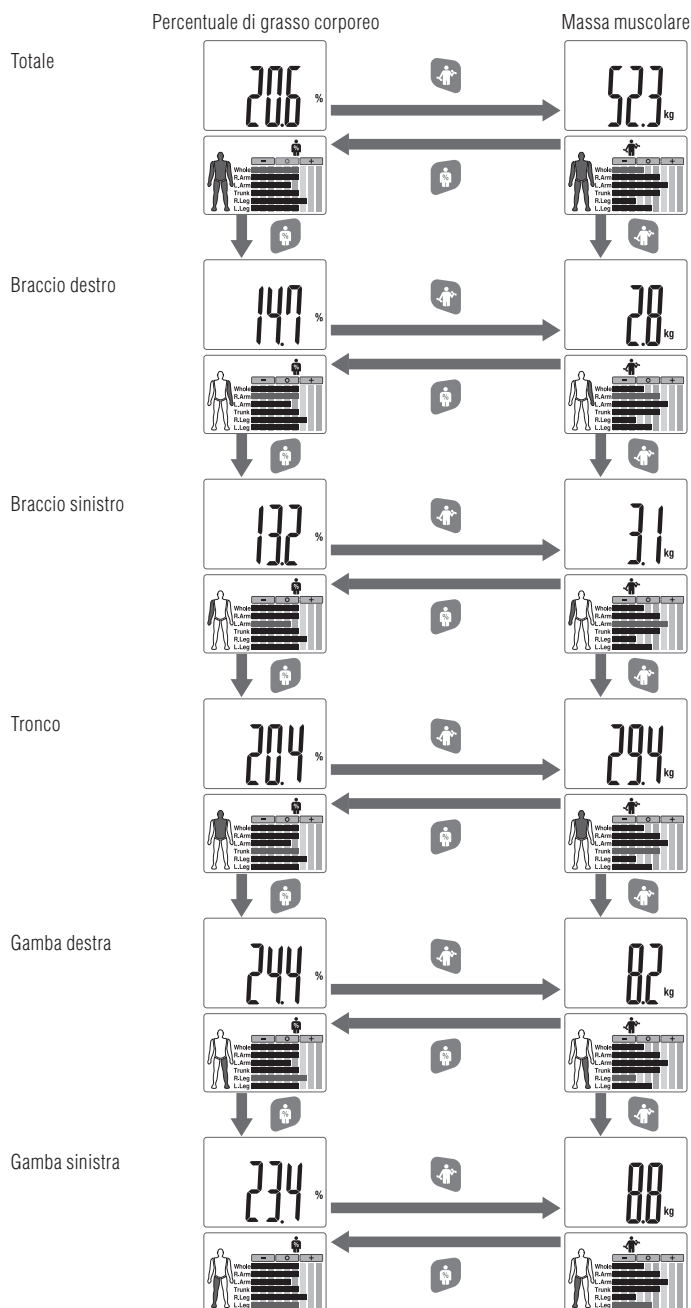
**Nota:** Per gli utilizzatori d'età compresa tra 5 e 17 anni la bilancia mostra soltanto il peso corporeo, l'indice di massa corporea (BMI) e la percentuale di grasso corporeo.





## COME VISUALIZZARE LA LETTURA DI CIASCUN SEGMENTO

Con i pulsanti e visualizzare le letture relative al braccio destro, al braccio sinistro, alla gamba destra, alla gamba sinistra e al tronco.





## FUNZIONE DI RICHIAMO

Con la funzione richiamo, è possibile visualizzare letture precedenti delle seguenti caratteristiche.

Per ottenere le letture precedenti occorre premere il pulsante PAST mentre sono visualizzate quelle attuali.

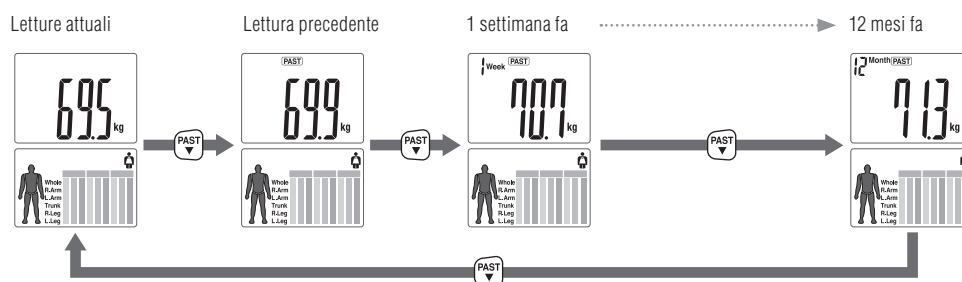
Per vedere le altre letture precedenti è sufficiente premere il pulsante RESULT per ognuna di esse. Premere nuovamente il pulsante PAST per ritornare alla visualizzazione dei dati attuali.

**Nota:** Come vedere le letture precedenti senza pesarsi:

Premere il pulsante ON/OFF. Appare "0.0".

Premere il pulsante USER sino a quando sul display appare il proprio numero personale.

Premere prima il pulsante SET e quindi il pulsante PAST per leggere le letture precedenti.



Mentre sono visualizzate le letture precedenti, con i pulsanti  e  se ne può visualizzare individualmente ciascun segmento.

**Nota:** Per gli utilizzatori d'età compresa tra 5 e 17 anni la bilancia mostra soltanto il peso corporeo, l'indice di massa corporea (BMI) e la percentuale di grasso corporeo.



## PROGRAMMAZIONE DELLA MODALITÀ OSPITE

La modalità Ospite consente di programmare l'unità per l'uso momentaneo senza dover reimpostare il numero dati personale.

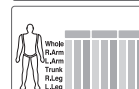
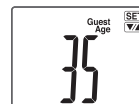
Mentre gli elettrodi a mano sono installati nella piattaforma della bilancia premere il pulsante ON/OFF. Appare "0.0".

Afferrare gli elettrodi a mano e premere il pulsante USER sino a quando appare "Guest". Premere il pulsante SET e inserire le informazioni personali quali l'età, il sesso e l'altezza. Per maggiori informazioni al riguardo si prega di vedere a pagina 44.

Quando appare "0.0" salire sulla bilancia con gli elettrodi bene afferrati.

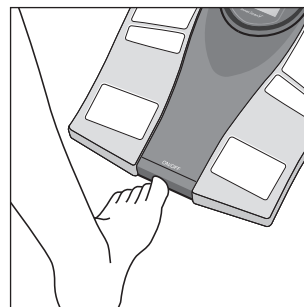
**Scendere dalla bilancia solamente dopo il secondo segnale acustico.**

Le letture rimarranno visualizzate per 40 secondi.



## RILEVAMENTO DEL SOLO PESO

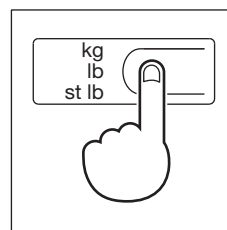
Mentre gli elettrodi a mano sono installati nella piattaforma della bilancia premere il pulsante ON/OFF. Attendere 2 o 3 secondi e "0.0" apparirà sul display e l'unità emetterà un breve segnale acustico. Al visualizzarsi di "0.0", salire sulla piattaforma. Viene visualizzato il valore del peso corporeo. L'unità si spegne automaticamente.



## CAMBIO DELLA MODALITÀ DI PESATURA

**Nota: Solo per modelli dotati della funzione di cambiamento modalità di pesatura.**

Con il selettore situato dietro la bilancia si può selezionare l'unità di misura del peso desiderata (kg, lb o st lb).





## RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

### Se si verificano i seguenti problemi...

- **Viene visualizzato un erroneo formato del peso corporeo, seguito da kg, lb, o st-lb.**

Vedere "CAMBIO DELLA MODALITÀ DI PESATURA" a pagina 49.

- **Sul display appare , oppure tutti i dati appaiono e scompaiono immediatamente.**

La carica delle batterie è bassa. Quando appare il messaggio, accertarsi di sostituire immediatamente le batterie, perché le batterie scariche influiscono sulla precisione della misura ottenuta. Sostituire tutte le batterie contemporaneamente con nuove batterie. L'unità è dotata di batterie di prova e la loro durata può essere breve.

**Nota:** la sostituzione delle batterie non comporta alcuna cancellazione delle impostazioni e della memoria.

- **Durante la misurazione appare .**

In piattaforma si prega di tenere la posizione eretta e mantenere i movimenti al minimo.

Avvertendo un qualsiasi movimento l'apparecchiatura non sarà in grado di misurare con precisione il vostro peso.

Se la percentuale di grasso corporeo supera il 75%, non è possibile ottenere letture.

- **Non appare la misurazione della Percentuale di Grasso Corporeo.**

Accertatevi di esservi tolti i calzini o le calze e che le piante dei piedi siano pulite e ben allineate con le guide poste sulla piattaforma di misurazione.

- ** viene visualizzato durante la misurazione.**

Il peso non viene visualizzato se supera la capacità massima della bilancia.

#### Dati tecnici

BC-545N

#### Capacità di peso

150 kg (330 lb) (23st 8 lb)

#### Incrementos di peso

0.1 kg (0.2 lb) (0.2 lb)

#### Incrementos di grasso corporeo

0.1%

#### Dati personali

5 memorias

#### Alimentazione

4 pile litio (incluse)

#### Consumo

Massimo di 60 mA

#### Corrente di misura

50 kHz, 100 µA



#### Avviso:

Questi marchi sono riportati all'esterno delle confezioni di batterie contenenti sostanze tossiche:

**Pb** Pb = batteria a base di piombo,

**Cd** Cd = batteria a base di cadmio,

**Hg** Hg = batteria a base di mercurio.

### Non è consentito lo smaltimento comune di batterie e rifiuti solidi urbani!

Il consumatore è legalmente vincolato a restituire batterie usate o scariche, depositandole presso gli opportuni centri di raccolta cittadini oppure presso i relativi punti vendita, utilizzando gli appositi contenitori esposti. Prima di smaltire l'apparecchiatura, rimuovere le batterie e depositarle presso gli stessi centri di raccolta succitati.



Questo apparecchio è conforme alle normative 2004/108/CEgenti in materia di radiodisturbi.



## INTRODUCCIÓN

Gracias por seleccionar un monitor de composición corporal Tanita. Esta báscula es uno de entre una amplia gama de productos domésticos para el cuidado de la salud producidos por Tanita.

El presente manual de instrucciones le guiará a través de los procedimientos de configuración inicial y le explicará las funciones de las teclas. En nuestro sitio web [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu) podrá encontrar información adicional sobre cómo llevar una vida sana.

Los productos Tanita incorporan los resultados de las últimas investigaciones clínicas e innovaciones tecnológicas.

Toda la información es controlada por el Consejo médico consultivo de Tanita para garantizar su precisión.

**Nota:** Lea detenidamente este manual de instrucciones y téngalo a mano para futura referencia.



### Precauciones de seguridad

Debe tenerse en cuenta que las personas que tengan un dispositivo médico electrónico implantado, como por ejemplo un marcapasos, no deben utilizar el monitor de composición corporal, ya que éste hace circular una señal eléctrica de baja intensidad a través del cuerpo que podría interferir con el funcionamiento de dicho dispositivo.

Las mujeres embarazadas solamente deberán utilizar la función de peso. Ninguna de las demás funciones está destinada para mujeres embarazadas.

No coloque esta báscula sobre superficies resbaladizas, como por ejemplo un suelo mojado.

No utilice la báscula inmediatamente después de la ducha o de un ejercicio físico intenso. La plataforma de la báscula estará resbaladiza si se utiliza con los pies mojados. Pase un paño limpio y seco por la plataforma para retirar los restos de líquidos.

### Notas importantes para los usuarios

Notas importantes para los usuarios Este analizador de grasa corporal está diseñado para el uso por parte de adultos y niños (5–17 años de edad) con un estilo de vida de inactivo a moderadamente activo y adultos con cuerpos atléticos.

**Tanita define “atleta” como una persona que realiza una actividad física intensa aproximadamente 10 horas a la semana y que tiene un ritmo cardíaco en reposo de aproximadamente 60 pulsaciones por minuto o menos.**

**La definición de Tanita de un atleta incluye individuos “en forma de por vida”, que se han mantenido en forma durante años pero que actualmente hacen ejercicio menos de 10 horas a la semana. La función de monitor de grasa corporal no está diseñada para embarazadas, atletas profesionales o culturistas.**

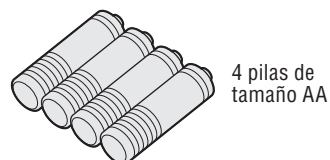
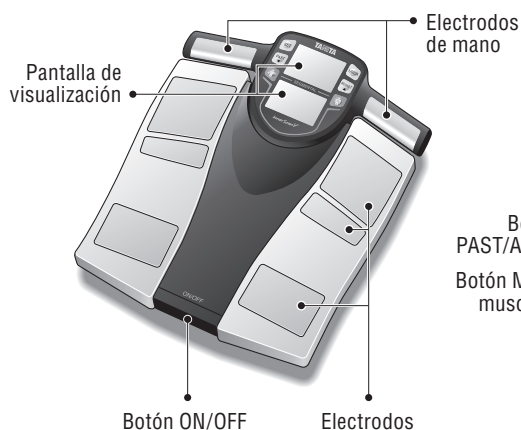
Se pueden perder los datos almacenados si la unidad se utiliza incorrectamente o se expone a sobretensiones de energía eléctrica.

Tanita no se responsabiliza de ningún tipo de pérdida debido a la pérdida de los datos almacenados. Tanita no se responsabiliza de ningún tipo de daño o pérdida ocasionados por estas unidades, o de ningún tipo de reclamación efectuada por terceras personas.

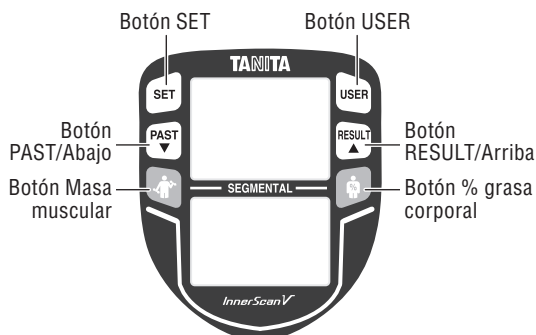
**Nota:** Los cálculos del porcentaje de grasa corporal variarán según la cantidad de agua en el cuerpo, y pueden ser afectados por la deshidratación o la hiperhidratación, causadas por factores como el consumo de alcohol, la menstruación, una enfermedad, el ejercicio intenso, etc

## PRESTACIONES Y FUNCIONES

### Báscula

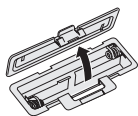


4 pilas de tamaño AA

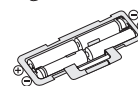




## PREPARACIONES ANTES DEL USO



Abrir como se muestra.



Sentido de las pilas.

### ⚠ Instalación de las pilas

Abrir la tapa de las pilas situada en la parte posterior de la báscula. Insertar como se indica las baterías AA suministradas.

**Nota:** Asegúrese de situar correctamente la polaridad de las pilas. Si coloca las pilas de manera incorrecta, el líquido puede derramarse y dañar el suelo. Si no tiene intención de utilizar esta unidad durante un período de tiempo prolongado, se recomienda sacar las pilas antes de guardarla.

Tenga en cuenta que es posible que las pilas suministradas de fábrica se hayan gastado con el paso del tiempo.



### ⚠ Colocación de la báscula

Coloque la báscula en una superficie dura y lisa con una vibración mínima para asegurar una medición segura y precisa.

**Nota:** Para evitar posibles lesiones, no pise el borde de la plataforma.

⚠ No tire del cable de electrodos para la mano más allá de la banda roja.

## Recomendaciones de manejo

Esta báscula es un instrumento de precisión que utiliza tecnología de vanguardia.

Para mantener la unidad en condición óptima, siga estas instrucciones cuidadosamente:

- No intente desmontar la báscula.
- Guarde el aparato horizontalmente y colóquelo de manera que las teclas no resulten presionadas accidentalmente.
- Evite que la unidad reciba golpes o vibraciones excesivas.
- Sitúe la unidad fuera del alcance de la luz directa del sol, calefactores y radiadores, humedad elevada o cambios extremos de temperatura.
- No lo sumerja nunca en agua. Utilice alcohol para limpiar los electrodos y limpiacristales (aplicado mediante un trapo) para mantenerlos brillantes; evite utilizar jabones.
- Evite la humedad al subirse a la plataforma.
- Evite que caiga cualquier objeto sobre el aparato.
- No transporte la unidad tirando de los electrodos para la mano.
- No suelte los electrodos para la mano hasta que el cable esté completamente retraído en la unidad.

## CÓMO OBTENER LECTURAS EXACTAS

Para asegurar la precisión, las lecturas se deberían tomar desnudo y bajo condiciones constantes de hidratación. Si no se desviste, quítese siempre los calcetines o medias y asegúrese que los pies estén limpios antes de subirse a la báscula. Asegúrese de alinear los talones correctamente con los electrodos en la báscula. No se preocupe si sus pies son demasiado grandes para la báscula: se pueden conseguir lecturas exactas incluso si sus dedos sobresalen de la báscula. Es mejor tomar las lecturas a la misma hora del día. Intente esperar unas tres horas después de levantarse, de comer o de hacer ejercicio antes de tomar las medidas. Aunque las lecturas realizadas bajo otras circunstancias pueden no tener los mismos valores absolutos, tienen la precisión necesaria para determinar el porcentaje de cambio, siempre que las lecturas se tomen de manera consistente. Para controlar el progreso, compare el peso y porcentaje de grasa corporal tomado en las mismas condiciones durante un período de tiempo.

**Nota:** No será posible realizar una lectura precisa si las plantas de los pies no están limpias, si dobla las rodillas o si está sentado.

## FUNCIÓN DE APAGADO AUTOMÁTICO

La función de apagado automático corta la energía automáticamente en los siguientes casos:

- Si se interrumpe el proceso de medición. Se corta la energía automáticamente después de 20 a 60 segundos, según el tipo de operación.
- Si no toca ninguna de las teclas o ninguno de los botones en 60 segundos durante la programación.\*
- Después de haber completado el proceso de medición.

\***Nota:** Si la corriente se cortara automáticamente, repítanse los pasos dados desde "INTRODUCCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE DATOS PERSONALES EN LA MEMORIA" (página 54).



## AJUSTE (REAJUSTE) DE LA FECHA Y LA HORA

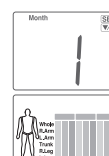
### 1. Ajuste del año

Inserte las pilas en la báscula y luego pulse el botón ON/OFF para iniciar el ajuste del Año. Pulse los botones de Arriba o Abajo para ajustar el año y luego pulse el botón SET. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



### 2. Ajuste del mes

Pulse los botones de Arriba o Abajo para ajustar el mes y luego pulse el botón SET. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



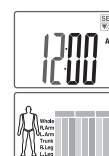
### 3. Ajuste del día

Pulse los botones de Arriba o Abajo para ajustar el día y luego pulse el botón SET. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



### 4. Ajuste de la hora

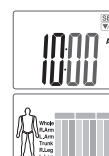
Pulse los botones de Arriba o Abajo para ajustar la hora y luego pulse el botón SET. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



### 5. Ajuste de los minutos

Pulse los botones de Arriba/Abajo para ajustar los minutos y luego pulse el botón SET.

La unidad emitirá un pitido dos veces para confirmar la programación. Entonces el aparato se apagará automáticamente.



#### Nota:

- Después de reemplazar las pilas o si desea reajustar la fecha y hora, mantenga pulsado el botón Abajo para empezar el proceso de programación de la fecha y hora. El reemplazo de las pilas provocará la pérdida de los ajustes de la fecha y hora.
- 60 segundos más o menos de inactividad producirán el apagado automático durante este proceso. Como resultado, no se guardará ningún dato.
- Si comete un error o quiere apagar la unidad antes de haber terminado la programación, pulse el botón ON/OFF para apagar la unidad. Como resultado, no se guardará ningún dato.



## INTRODUCCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE DATOS PERSONALES EN LA MEMORIA

Podrá realizar mediciones sólo si ha introducido sus datos en una de las memorias de datos personales.

### 1. Pulse el botón ON/OFF mientras los electrodos para la mano se montan en la báscula de plataforma

Aparecerá "0.0".

### 2. Inicie el ajuste

Pulse el botón SET.

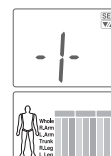
El aparato emitirá un pitido para confirmar la puesta en marcha, se mostrarán los números de las teclas personales y la pantalla destellará.

**Nota:** Si no opera la unidad durante 60 segundos después de encenderla, ésta se apagará automáticamente.

**Nota:** Si comete un error o quiere apagar la unidad antes de haber terminado la programación, pulse el botón ON/OFF para obligar a la máquina a apagarse.

### 3. Selección de un número de tecla personal

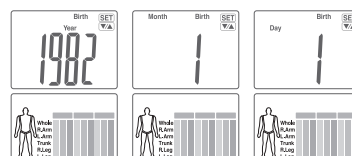
Pulse los botones de Arriba o Abajo para seleccionar un número de Datos personales (1, 2, 3, 4 y 5). Una vez que visualice el número de tecla personal que desea utilizar, pulse el botón SET. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



### 4. Configuración de la edad

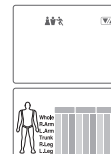
Configure la fecha de su cumpleaños (año/mes/día) utilizando los botones de Arriba o Abajo. Pulse el botón SET para confirmar en cada programación. La unidad emitirá un pitido de confirmación.

**Nota:** Los límites de edad de usuarios son 5 y 99.



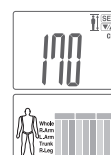
### 5. Selección de sexo y Modo de Atleta

Utilice los botones de Arriba o Abajo para pasar del ajuste Mujer (Mujer) al ajuste Hombre (Hombre), Female/Athlete (Femenino/Atleta) y Male/Athlete (Masculino/Atleta) y luego pulse el botón Set. La unidad emitirá un pitido de confirmación.



### 6. Especificación de la altura

La visualización por defecto es 170 cm (5' 7.0") (las alturas de usuario mínima y máxima son 90 cm – 220 cm ó 3' 0.0" – 7' 3.0"). Utilice los botones de Arriba o Abajo para especificar la altura y luego pulse el botón SET. La unidad emitirá un pitido de confirmación. La pantalla muestra los datos personales una vez para confirmar, luego muestra "0.0" y está lista para la medición.



### 7. Medición de su peso y grasa corporal

Sostenga los electrodos para la mano y súbase a la báscula en un plazo de 30 segundos desde que aparece "0.0" en la pantalla.

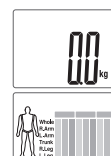
**No se baje hasta que la unidad emita un sonido cinco veces.**

Las lecturas aparecerán durante 40 segundos.

Entonces la unidad se apagará y se guardarán las lecturas en la memoria.

**Nota:** Si se sube a la báscula antes que aparezca "0.0", la pantalla mostrará "Error" y no obtendrá una lectura.

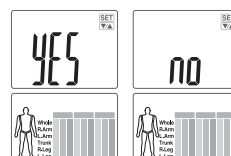
Por el contrario, si no se sube a la báscula en un plazo de 30 segundos desde que aparece "0.0", el aparato se apagará automáticamente. Pruebe nuevamente el proceso de configuración y almacenamiento de datos personales.



**Nota:** Si cambia la fecha de cumpleaños y/o sexo, la unidad mostrará "CLr".

Si selecciona "YES" utilizando los botones de Arriba o Abajo, los datos personales existentes se borrarán.

Si selecciona "no" utilizando los botones de Arriba o Abajo, no se guardará ningún dato nuevo (los datos existentes no se modificarán) y, a continuación, la unidad se apagará.





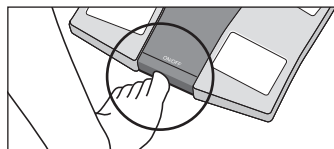


## CÓMO REALIZAR LAS MEDICIONES DE PESO Y GRASA CORPORAL

Después de programar sus datos personales, usted está listo para tomar una lectura.

### 1. Pulse el botón ON/OFF mientras los electrodos para la mano se montan en la báscula de plataforma

Aparecerá "0.0".



### 2. Cómo obtener las lecturas. Proceso de display automático

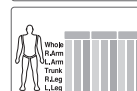
Sostenga los electrodos para la mano y suba a la báscula.

Primero aparecerá su peso corporal.

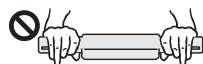
Continúe sobre la báscula.

Su perfil personal aparecerá en la pantalla y, a continuación, se mostrará la lectura del peso corporal, el BMI y el % de grasa corporal durante 40 segundos.

**Nota: No se baje hasta que la unidad emita un sonido dos veces.**



Asegúrese que todos sus dedos hacen contacto con los electrodos.



Asegúrese que sus brazos estén completamente extendidos y que sus codos no hacen contacto con su cuerpo.




Asegúrese que sus pies hacen contacto con todos los electrodos.



No doble sus rodillas.



 No tire del cable de electrodos para la mano más allá de la banda roja.

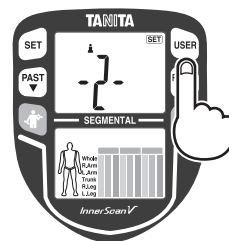


**Nota:** Si aparece el número personal equivocado en la pantalla, puede cambiar el número personal utilizando el botón USER.

Pulse el botón USER hasta que aparezca su número personal y perfil.

Después de seleccionar su número personal correcto y de pulsar el botón SET, la pantalla mostrará sus lecturas correctas automáticamente.

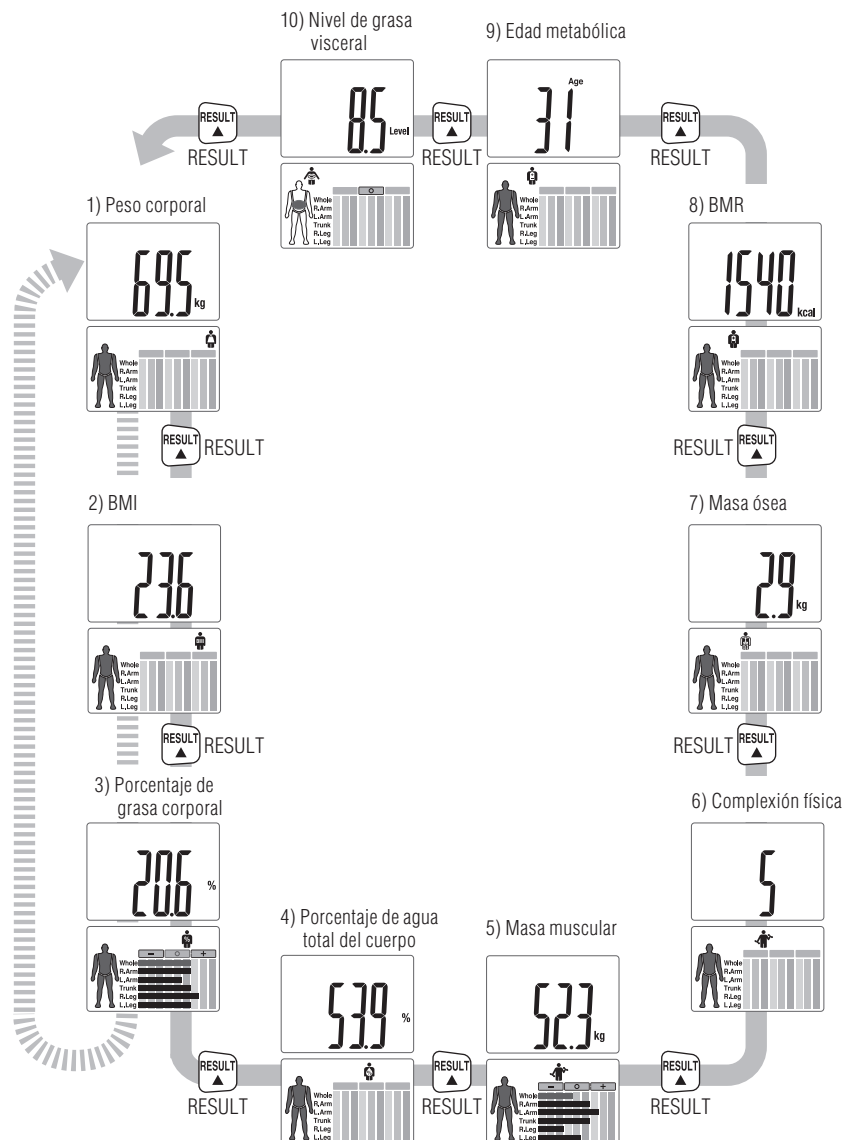
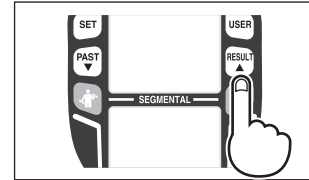
Las lecturas se almacenarán en la memoria de su número personal.



Continúa en la siguiente página.



Bájese de la báscula y pulse el botón RESULT para ver una lectura deseada.

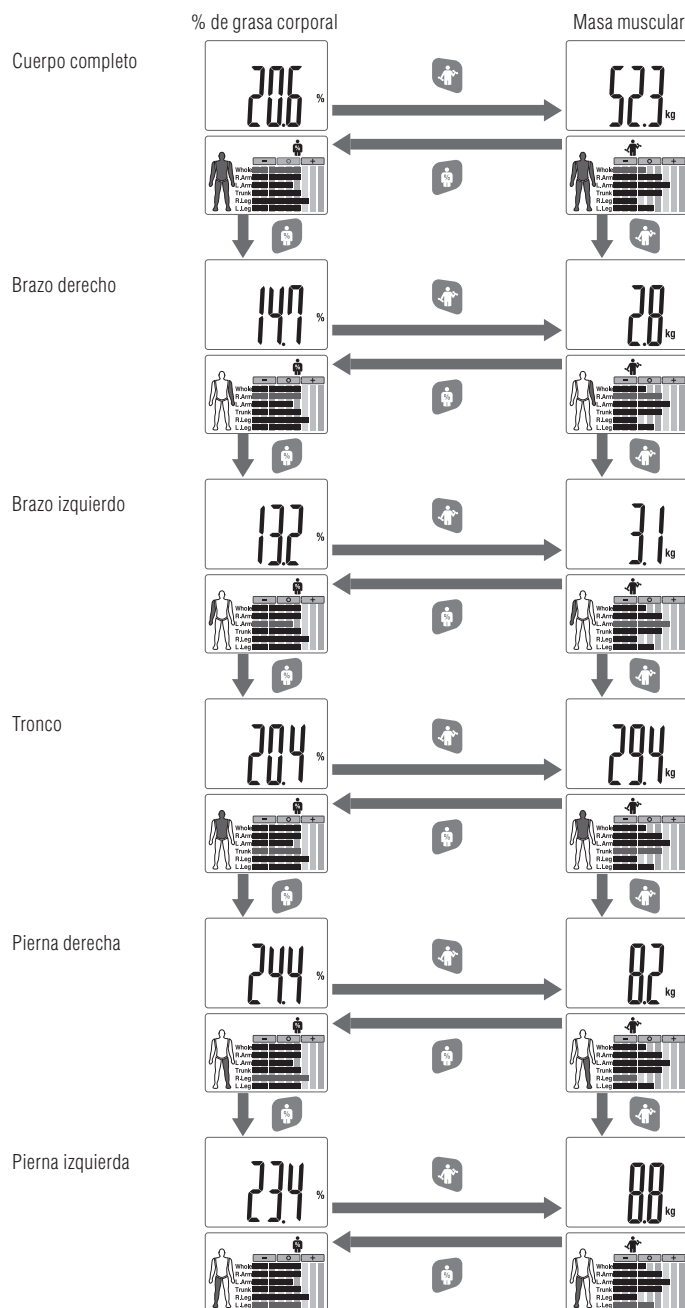


**Nota:** Para niños (edad 5-17), la unidad solamente mostrará el peso corporal, el BMI y el % de grasa corporal.



## CÓMO VER LA LECTURA DE CADA SEGMENT

Pulse el botón o el botón para ver las lecturas del brazo derecho, brazo izquierdo, pierna derecha, pierna izquierda y tronco mientras se muestran las lecturas.





## FUNCIÓN DE RECUPERACIÓN DE MEMORIA

Las lecturas anteriores de las siguientes características pueden obtenerse utilizando la función de recuperación de memoria. Para obtener las lecturas anteriores, pulse el botón PAST mientras se muestran las lecturas presentes.

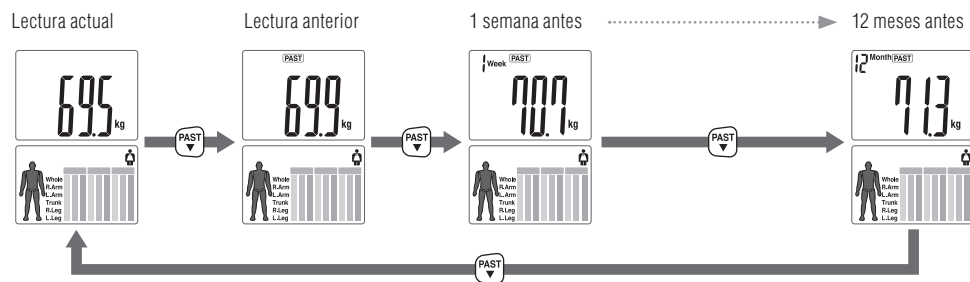
Para ver otras lecturas anteriores, pulse el botón RESULT para cada lectura deseada. Pulse el botón PAST nuevamente para regresar a la pantalla de resultados presentes.

**Nota:** Cómo ver las lecturas anteriores sin tomar mediciones

Pulse el botón ON/OFF. Aparecerá "0.0".

Pulse el botón USER hasta que aparezca su número personal.

Pulse el botón SET y el botón PAST para ver las lecturas anteriores.



Pulse el botón o el botón para mostrar la lectura de cada segmento mientras se muestran las lecturas anteriores.

**Nota:** Para niños (edad 5-17), la unidad solamente mostrará el peso corporal, el BMI y el % de grasa corporal.



## PROGRAMACIÓN DEL MODO DE INVITADO

El modo de Invitado le permite programar la unidad para usarla una vez sin reconfigurar un número de datos personales.

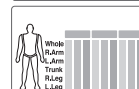
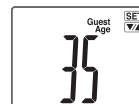
Pulse el botón ON/OFF mientras los electrodos para la mano se montan en la báscula de plataforma. Aparecerá "0.0".

Sostenga los electrodos para la mano y mantenga pulsado el botón USER hasta que aparezca "Guest". Pulse el botón SET e introduzca su información personal, como Edad, Sexo y Altura. Consulte la página 54 para obtener más información.

Una vez que aparezca "0.0", suba a la báscula sosteniendo los electrodos para la mano.

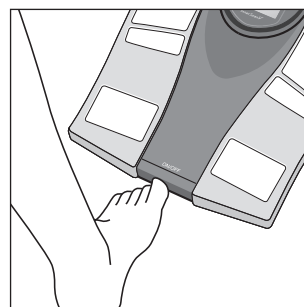
**No se baje hasta que la unidad emita un sonido dos veces.**

Las lecturas aparecerán durante 40 segundos.



## PARA TOMAR SÓLO LA MEDICIÓN DEL PESO

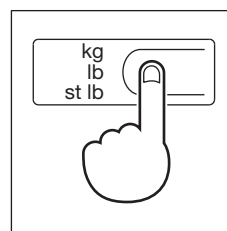
Pulse el botón ON/OFF mientras los electrodos para la mano se montan en la báscula de plataforma. Después de 2 ó 3 segundos, aparecerá "0.0" en la pantalla y la unidad emitirá un pitido. Cuando aparezca "0.0" en la pantalla, subase a la báscula. El valor del peso corporal aparecerá. Entonces la energía se apagará automáticamente.



## CAMBIAR EL MODO DE PESO

**Nota: Para usarse sólo con modelos que tienen el interruptor del modo de peso.**

Puede cambiar la indicación de la unidad utilizando el interruptor de la parte posterior de la báscula (kg/lb/st lb).






## RESOLUCIÓN DE FALLOS

### Si ocurre el siguiente problema... entonces...

- **Aparece un formato de peso erróneo seguido de kg, lb o st-lb.**

Consulte "CAMBIAR EL MODO DE PESO" en la página 59.

- **Aparece  en la pantalla o aparecen todos los datos e inmediatamente desaparecen.**

Las pilas tienen poca carga. Cuando esto ocurra, asegúrese de cambiar las pilas inmediatamente, ya que las pilas con poca carga afectarán la precisión de sus medidas. Reemplace todas las pilas al mismo tiempo con pilas nuevas tamaño. La unidad trae pilas de prueba: pueden tener poca duración.

**Nota:** Sus configuraciones y memoria pasada no se borrarán de la memoria cuando usted retire las pilas.

- ** aparece durante la medición.**

Por favor, sitúese sobre la plataforma moviéndose lo menos posible.

La unidad no puede medir su peso precisamente si detecta movimiento.

Si el porcentaje de grasa corporal es superior al 75%, no se podrán obtener lecturas de la unidad.

- **La medición de Body Fat Percentage no aparece.**

Asegúrese de quitarse los calcetines o las medias, y que las plantas de sus pies están limpias y adecuadamente alineadas con las guías de la plataforma de medición.

- **Aparece  durante la medición.**

La lectura del peso no puede obtenerse si se excede del peso máximo de la báscula.

#### Especificaciones

BC-545N

#### Capacidad de peso

150 kg (330 lb) (23st 8 lb)

#### Incrementos de peso

0.1 kg (0.2 lb) (0.2 lb)

#### Incrementos de grasa corporal

0.1%

#### Datos personales

5 memorias

#### Alimentación

4 baterías lition (incluidas)

#### Consumo de energía

Máximo de 60 mA

#### Corriente de medición

50 kHz, 100 µA



Nota:

Estas marcas pueden encontrarse en las pilas que contienen

contaminantes: **Pb Pb** = La pila contiene plomo,

**Cd Cd** = La pila contiene cadmio,

**Hg Hg** = La pila contiene mercurio.

### ⚠ ¡Está prohibido mezclar las pilas con los desechos de consumo!

Como consumidor, usted está legalmente obligado a devolver las pilas usadas o descargadas. Usted puede depositar sus pilas viejas en los puntos públicos de recolección de su ciudad, o donde se venden las pilas correspondientes y donde se han establecido cajas de recolección específicamente marcadas. En caso de desechar el equipo, las pilas deberán retirarse de éste y depositarse también en los puntos de recolección.



Este aparato tiene suppression antiparasitaria según la directive CEE vigente 2004/108/CE

#### Aviso de la Comisión Federal de Comunicaciones (FCC) de EE.UU. y de la ICES de Canadá

Se han hecho pruebas de este equipo, y se ha encontrado que cumple con los límites para un dispositivo digital de Clase B, de acuerdo con la Parte 15 de las reglas de la FCC y de la ICES-003 canadiense. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencia dañina, en una instalación residencial. Este equipo genera, usa y puede emitir energía de radiofrecuencia y, si no está instalado y se usa de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencia dañina a las comunicaciones de radio. Sin embargo, no hay garantía de que no ocurrirá interferencia en una instalación en particular. Si este equipo causa interferencia dañina a la recepción de radio o de televisión, que se puede determinar al apagar y encender el equipo, entonces se sugiere al usuario que trate de corregir la interferencia mediante una o más de las medidas siguientes:

- Reoriente o reubique la antena de recepción.
- Aumente la separación entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo a un tomacorriente en un circuito distinto a aquél al cual está conectado el receptor.
- Consulte con el vendedor o con un técnico con experiencia en radio o televisión, para que le proporcione ayuda.

#### Modificaciones

La FCC requiere que se notifique al usuario que cualquier cambio o modificación que se efectúe a este dispositivo, que no sea aprobado expresamente por Tanita Corporation, podría anular la autoridad del usuario para operar este equipo.



## INTRODUÇÃO

Obrigada por escolher um Monitor de Composição Corporal Tanita. Esta balança é única entre os produtos de cuidados de saúde ao domicílio produzidos pela Tanita. Este Manual de Instruções vai guiá-lo através dos procedimentos de configuração e delinear as funcionalidades dos botões. Informações adicionais sobre uma vida saudável podem ser encontradas no nosso website [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu).

Os produtos Tanita incorporam as mais recentes pesquisas clínicas e inovações tecnológicas. Todos os dados são monitorizados pela Comissão Médica Consultiva da Tanita para garantir a precisão.

**Nota:** Leia este Manual de Instruções cuidadosamente e mantenha-o à mão para referência futura.

### Precauções de Segurança

Note que as pessoas com um implante médico eletrónico, tal como um marca-passos, não devem utilizar o Monitor de Composição Corporal, pois o mesmo transmite um sinal elétrico de baixo nível através do corpo, que pode interferir com o funcionamento do aparelho médico.

As mulheres grávidas devem apenas utilizar a função peso. Todas as outras funções não são aconselhadas a mulheres grávidas.

Não coloque esta balança em superfícies escorregadias, tais como chão húmido.

Não utilize a escala imediatamente após o banho ou ter feito exercício arduamente. A plataforma de escala estará escorregadia quando estiver molhada. Limpe a plataforma com um pano limpo e seco para remover quaisquer líquidos.

### Notas Importantes para os Utilizadores

Este monitor de composição Corporal é direcionado para tipos de adultos e crianças (entre os 5-17 anos) padrão e para corpos atléticos.

**Tanita define “atlético” como uma pessoa envolvida numa atividade física intensiva de aproximadamente 10 horas por semana, e que tem uma frequência cardíaca em repouso de 60 batimentos por minuto ou menos. A definição de atlético da Tanita inclui indivíduos que “tiveram uma vida repleta de fitness” e que estiveram em forma durante anos, mas que atualmente se exercitam menos de 10 horas por semana. A função monitorizar gordura não está direcionada a mulheres grávidas, a atletas profissionais ou a praticantes de musculação.**

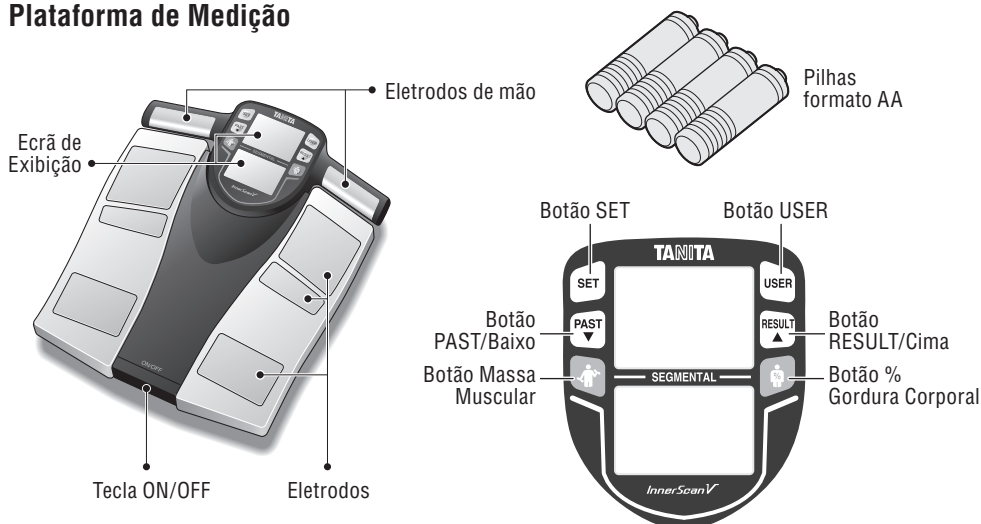
Os dados registados podem perder-se se a unidade estiver a ser utilizada incorretamente ou se estiver exposta a correntes de sobretensão elétrica. A Tanita não se responsabiliza por nenhum tipo de perda causada pela perda de dados registados. A Tanita não se responsabiliza por nenhum tipo de dano ou perda causados por estas unidades, ou qualquer tipo de reclamação feita por terceiros.

**Nota:** As estimativas da percentagem de gordura corporal vão variar de acordo com a quantidade de água no corpo, e pode ser afetada por desidratação ou hiper-hidratação devido a fatores como o consumo de álcool, menstruação, doença, exercício intensivo, etc.



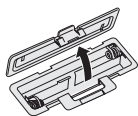
## FUNCIONALIDADES E FUNÇÕES

### Plataforma de Medição

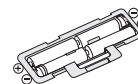




## PREPARAÇÃO ANTES DE UTILIZAR



Abrir como é mostrado.



Direção das pilhas.

### Introduzir as Pilhas

Abra a tampa do compartimento das pilhas nas traseiras da plataforma de medição. Introduza as pilhas AA fornecidas como indicado.

**Nota:** Assegurar-se de que a polaridade das pilhas está correta. Se as pilhas estão posicionadas incorretamente o fluido pode escapar e danificar o chão. Se não pretende utilizar esta unidade por um longo período de tempo, é aconselhável a remoção das pilhas antes de guardar a unidade.

Note que as pilhas incluídas pela fábrica podem ver os seus níveis de energia diminuídos ao longo do tempo.



### Posicionamento da balança

Coloque a plataforma de medição numa superfície dura e plana, onde a vibração é mínima, para garantir medidas seguras e precisas.

**Nota:** Para evitar possíveis lesões, não se apoie na ponta da plataforma.

 Não puxe o cabo de eletrodos das mãos além da banda vermelha.

## Dicas de Manuseamento

Esta balança é um instrumento de precisão que utiliza tecnologia de ponta.

Para manter a unidade nas melhores condições, siga estas instruções cuidadosamente:

- Não tente desmontar a plataforma de medição.
- Coloque a unidade na horizontal e de forma a que os botões não possam ser premidos acidentalmente.
- Evite impactos ou vibrações excessivos para a unidade.
- Coloque a unidade num lugar livre da luz direta do sol, de equipamentos térmicos, de elevada humidade, ou de alterações de temperatura extremas.
- Nunca a afunde na água. Utilize álcool para limpar os eletrodos e um limpa-vidros (aplicado num pano) para mantê-los brilhantes; evite utilizar sabões.
- Não se apoie na plataforma com os pés húmidos.
- Não deixe cair nenhum objeto dentro da plataforma.
- Não carregue a unidade segurando os eletrodos das mãos.
- Não liberte os eletrodos das mãos até que o cabo esteja completamente retraído na unidade.

## OBTER AS LEITURAS MAIS PRECISAS

Para garantir precisão, as leituras devem ser feitas sem roupa e sob condições consistentes de hidratação. Se não se despir, tire sempre as suas peúgas ou meias, e certifique-se de que as solas dos seus pés estão limpas antes de apoiar-se na plataforma de medição.

Certifique-se de que os seus calcanhares estão corretamente alinhados com os eletrodos na plataforma de medição. Não se preocupe se os seus pés parecerem muito longos para a unidade, já que se as pontas dos seus dedos estiverem pousadas na plataforma ainda se poderão obter leituras precisas. As leituras devem ser feitas na mesma altura do dia. Tente esperar três horas após se ter levantado, comido ou exercitado antes de fazer medições. Enquanto que leituras feitas mediante outras condições podem não chegar aos mesmos valores absolutos, elas são precisas para determinar a percentagem de alteração desde que as leituras sejam feitas de uma forma consistente. Para monitorizar o progresso, compare o peso e a percentagem de gordura corporal vistas mediante as mesmas condições durante um período de tempo.

**Nota:** Não será possível fazer uma leitura precisa se as solas dos seus pés não estiverem limpas, ou se os seus joelhos estiverem dobrados ou se estiver sentado.

## FUNÇÃO DESLIGAR AUTOMÁTICA

A função desligar automática desliga automaticamente a corrente nos seguintes casos:

- Se interromper o processo de medição. A corrente desliga-se automaticamente em 20-60 segundos, dependendo do tipo de operação.
- Se não tocar nenhum botão em 60 segundos durante a programação.\*
- Após ter completado o processo de medição.

\***Nota:** Se a corrente se desligar automaticamente, repita os passos desde "CONFIGURAR E GUARDAR DADOS PESSOAIS NA MEMÓRIA" (pág. 64).

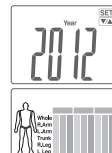




## CONFIGURAÇÃO (RECONFIGURAÇÃO) DA DATA E DA HORA

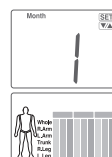
### 1. Configure o Ano

Introduza pilhas dentro da balança e prima a tecla ON/OFF para iniciar a configuração Ano. Prima o botão Cima ou Baixo para configurar o ano e, em seguida, prima o botão SET. A unidade emitirá um som de confirmação.



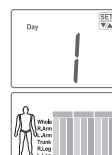
### 2. Configure o Mês

Prima o botão para Cima ou para Baixo para configurar o mês e, em seguida, prima o botão SET. A unidade emitirá um som de confirmação.



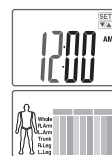
### 3. Configure o Dia

Prima o botão Cima ou Baixo para configurar o dia e, em seguida, prima o botão SET. A unidade emitirá um som de confirmação.



### 4. Configurar Hora

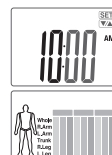
Prima o botão Cima ou Baixo para configurar as horas e, em seguida, prima o botão SET. A unidade emitirá um som de confirmação.



### 5. Configurar Minutos

Prima o botão Cima ou Baixo para configurar os minutos e, em seguida, prima o botão SET.

A unidade vai emitir dois sons para confirmar a programação.  
A corrente vai desligar-se automaticamente.



#### Nota:

- Após ter trocado as pilhas, ou se quiser repor a data e a hora, prima e mantenha premido o botão Baixo para iniciar o processo de programação da data e da hora. A troca de pilhas vai provocar a perda da configuração da data e da hora.
- 60 segundos ou mais de inatividade causará o encerramento automático durante este processo. Como resultado, nenhum dado será guardado.
- Se cometer um erro ou decidir desligar a unidade antes de completar a programação, prima a tecla ON/OFF para desligar a unidade. Como resultado, nenhum dado será guardado.



## CONFIGURAR E GUARDAR DADOS PESSOAIS NA MEMÓRIA

A unidade só funciona se os dados foram programados numa das memórias de dados pessoais.

### 1. Prima a tecla ON/OFF enquanto os eletrodos das mãos estiverem montados na balança

Aparecerá "0.0".

### 2. Iniciar Configuração

Prima o botão SET.

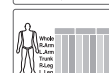
A unidade irá emitir som para confirmar a ativação, o Número de dados Pessoais vai ser mostrado, e o ecrã piscará.

**Nota:** Se não utilizar a unidade por 60 segundos após a unidade estar ligada, a unidade desligar-se-á automaticamente.

**Nota:** Se cometer um erro um quiser desligar a unidade antes de ter finalizado a sua programação, prima a tecla ON/OFF para forçar o encerramento.

### 3. Seleccione um Número de dados Pessoais

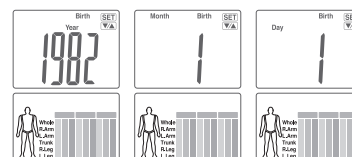
Prima o botão Cima ou Baixo para seleccionar um número de dados Pessoais (1, 2, 3, 4 e 5). Uma vez que tenha o número de dados Pessoais que deseja, prima o botão SET. A unidade vai emitir um som de confirmação.



### 4. Configure a data do seu Aniversário

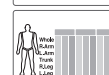
Configure a data do seu aniversário (Dia / Mês / Ano) utilizando o botão Cima ou Baixo. Prima o botão SET para confirmar cada programação. A unidade vai emitir um som de confirmação.

**Nota:** O intervalo de idades é entre 5 - 99.



### 5. Seleccione Mulher ou Homem

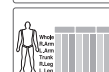
Utilize o botão Cima ou Baixo para deslocar-se através das configurações de Mulher (♀), Homem (♂), Mulher/Atleta (♀♂) e Homem/Atleta (♂♂), depois prima o botão SET. A unidade emitirá um som de confirmação.



### 6. Especifique a altura

O ecrã está pré-definido para 170 cm (5' 7.0") (intervalo de alturas entre 90 cm - 220 cm ou 3' 0.0" - 7' 3.0").

Utilize o botão Cima ou Baixo para especificar a Altura e, em seguida, prima o botão SET. A unidade vai emitir um som de confirmação. O ecrã mostra uma vez os dados pessoais para confirmar, e em seguida mostra "0.0", estando pronto para a medição.



### 7. Medir o seu peso e a sua gordura corporal

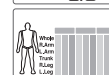
Segure os eletrodos das mãos e coloque-se em cima da escala após "0.0 kg" aparecer no ecrã em 30 segundos.

**Não saia até que a unidade emita cinco sons.**

As leituras vão ser mostradas por 40 segundos.

Então, a unidade desligar-se-á e as leituras serão guardadas na memória.

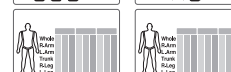
**Nota:** Se se colocar em cima da escala antes de "0.0" aparecer no ecrã, irá aparecer a mensagem "Error" e não terá uma leitura. Além disso, se não se colocar em cima da escala dentro de 30 segundos após o aparecimento de "0.0", a corrente desliga-se automaticamente. Tente outra vez, o processo de configuração e armazenamento de dados pessoais.



**Nota:** Se alterar a data de aniversário e/ou o sexo, a unidade mostrará "CLr".

Se seleccionar "YES" utilizando o botão Cima ou Baixo, os dados pessoais existentes vão ser eliminados.

Se seleccionar "no" utilizando o botão Cima ou Baixo, nenhum dado novo vai ser guardado (os dados existentes ficarão inalterados), e a unidade desligar-se-á.

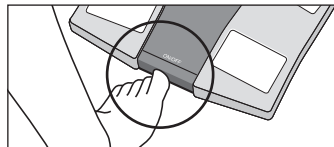


## FAZER LEITURAS DO PESO E DA GORDURA CORPORAL

Após programar os seus dados pessoais, está pronto a fazer uma leitura.

### 1. Prima a tecla ON/OFF enquanto os eletrodos das mãos estiverem montados na balança

Aparecerá "0.0".



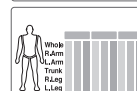
### 2. Obter as suas leituras

Segure os eletrodos das mãos e coloque-se em cima da balança.

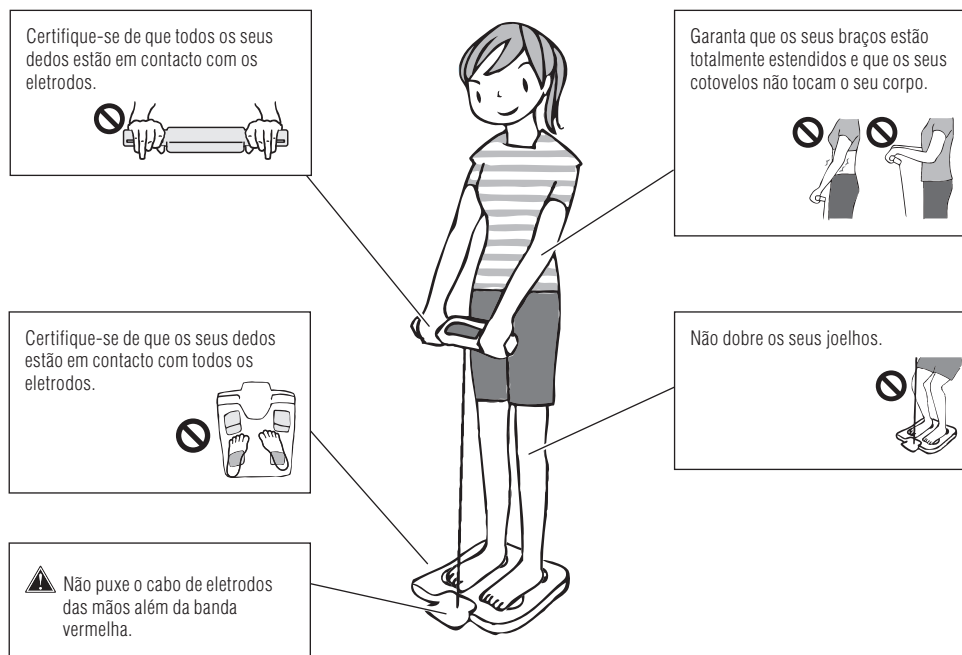
O seu peso corporal aparecerá primeiro.

Continue em cima da balança.

O seu perfil pessoal será mostrado e, em seguida, as leituras do seu peso corporal, IMC e % de gordura corporal serão mostradas durante 40 segundos.



**Nota: Não saia até que a unidade emita dois sons.**

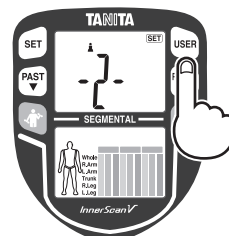


**Nota:** Se aparecer no ecrã o número pessoal errado, pode alterar o número pessoal utilizando o botão USER.

Prima o botão USER até que o seu número pessoal e o seu perfil apareçam.

Após ter selecionado o seu número pessoal correto e ter premido o botão SET, o ecrã mostrará automaticamente as suas leituras corretas.

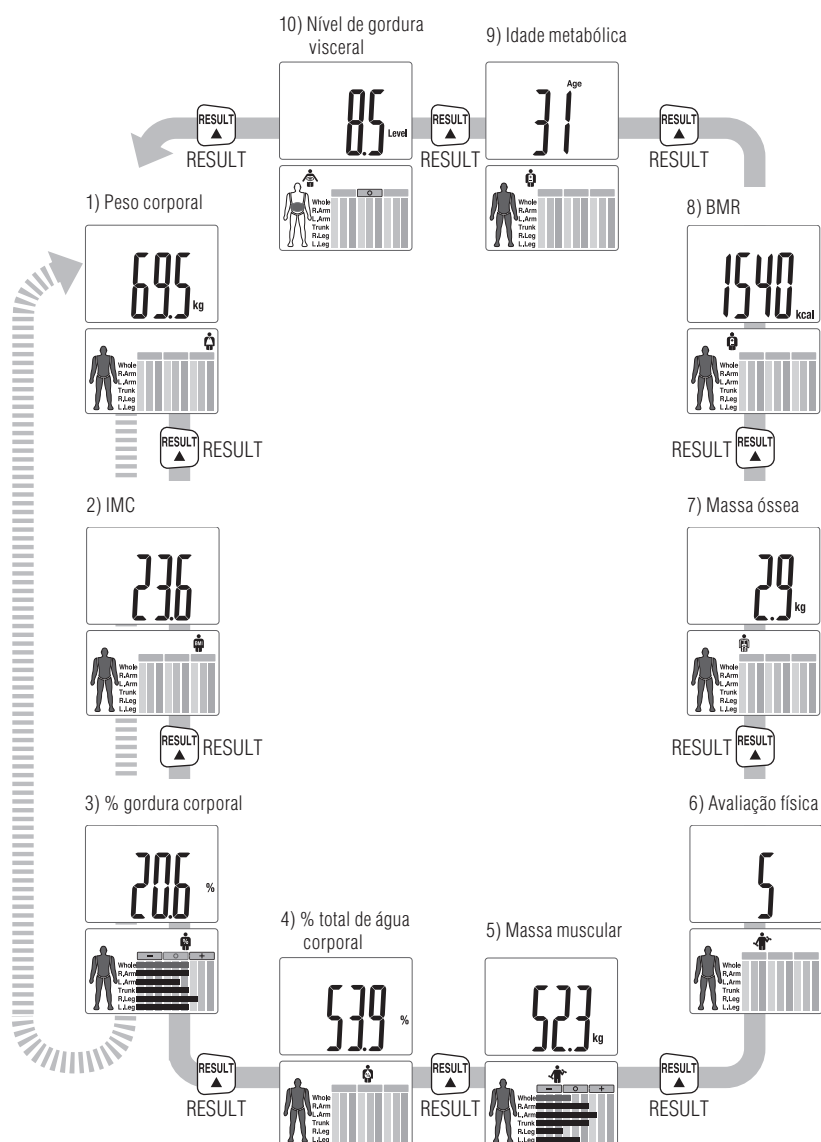
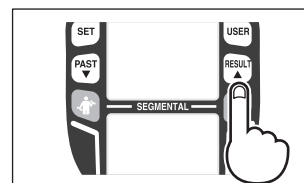
As leituras vão ser guardadas na sua memória de números pessoais.



Continua na página seguinte.




Saia da escala e prima o botão RESULT para ver a leitura desejada.

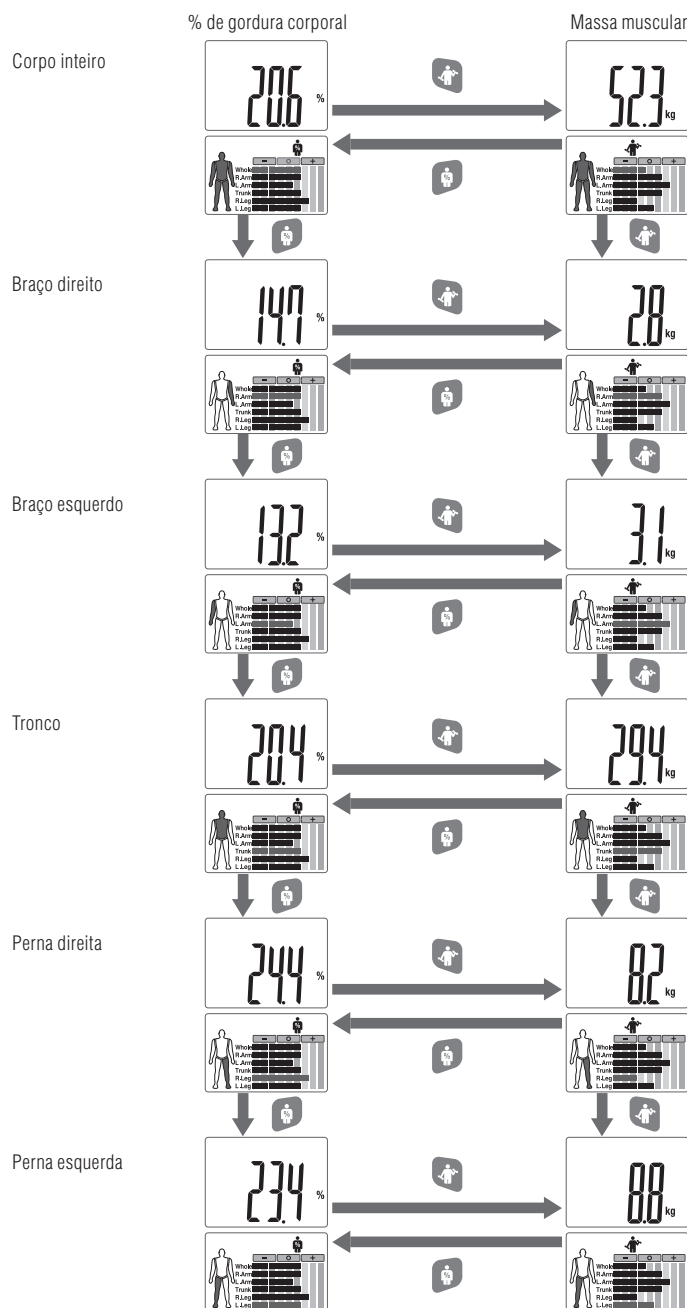


**Nota:** Para crianças (entre os 5-17 anos), a unidade só mostrará o peso corporal, IMC e % de gordura corporal.



## COMO VER A LEITURA DE CADA SEGMENTO

Prima o botão  ou o botão  para ver as leituras do braço direito, do braço esquerdo, da perna direita, da perna esquerda, e do tronco enquanto as leituras são mostradas.



## FUNÇÃO RECUPERAR

As leituras anteriores das funcionalidades seguintes podem ser obtidas utilizando a função recuperar.

Para obter leituras anteriores, prima o botão PAST enquanto são mostradas as leituras atuais.

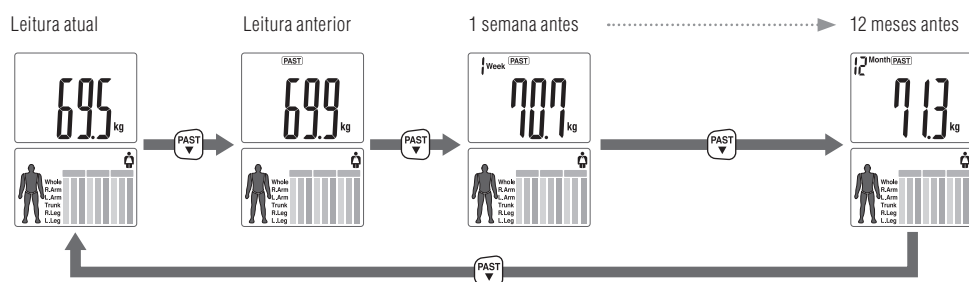
Para ver outras leituras anteriores, prima o botão RESULT para cada leitura desejada. Prima de novo o botão PAST para voltar ao ecrã atual de resultados.

**Nota:** Como ver as leituras anteriores sem tomar uma medição.

Prima a tecla ON/OFF. "0.0" aparecerá.

Prima o botão USER até que o seu número pessoal apareça.

Prima o botão SET e o botão PAST para ver as leituras anteriores.



Prima o botão  ou o botão  para mostrar a leitura de cada segmento enquanto as leituras anteriores são mostradas.

**Nota:** Para crianças (entre os 5-17 anos), a unidade só mostrará o Peso, a % de gordura corporal e o IMC.



## PROGRAMAR O MODO CONVIDADO

O modo convidado permite-lhe programar a unidade para uma única utilização restaurando o número de dados Pessoais.

Prima a tecla ON/OFF enquanto os eletrodos das mãos estiverem montados na balança.  
Aparecerá "0.0".

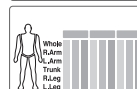
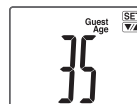
Segure os eletrodos da mão e prima o botão USER até que "Guest" apareça.

Prima o botão SET e introduza as suas informações pessoais como Idade, Sexo, Altura. Veja a página 64 para mais detalhes.

Após o aparecimento de "0.0", coloque-se em cima da balança segurando os eletrodos das mãos.

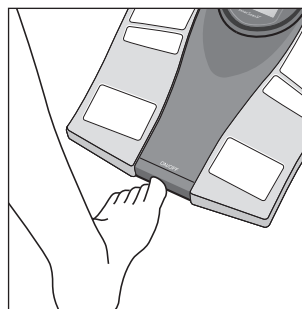
**Não saia até que a unidade emita dois sons.**

As leituras vão ser mostradas por 40 segundos.



## FAZER SOMENTE A MEDIÇÃO DO PESO

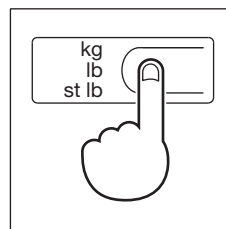
Prima a tecla ON/OFF enquanto os eletrodos das mãos estiverem montados na balança.  
Após 2 ou 3 segundos, aparecerá "0.0" no ecrã e a unidade irá emitir um som. Quando aparecer "0.0" no ecrã, coloque-se em cima da plataforma. O valor do peso corporal aparecerá. A corrente vai desligar-se automaticamente.



## ALTERAR O MODO PESO

**Nota: Para utilizar apenas em modelos que contenham a possibilidade de alterar o modo peso.**




Pode alterar a indicação da unidade utilizando o comutador que está na traseira da escala (kg/lb/st lb).





## RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

### Se os seguintes problemas ocorrerem ...então...

- **Um formato de peso erróneo aparece seguido por kg, lb, ou st-lb**  
Consulte "ALTERAR O MODO PESO" (pág. 69).
- ** aparece no ecrã, ou todos os dados aparecem e desaparecem de imediato.**  
As pilhas estão em baixo. Quando esta mensagem aparece, certifique-se de que troca as pilhas imediatamente, já que as pilhas fracas afetarão a precisão das suas medições. Troque todas as pilhas ao mesmo tempo, por umas novas.  
**Nota:** As suas configurações e memória passada não serão eliminadas da memória quando tira as pilhas.
- ** aparece durante a medição.**  
Mantenha-se em cima da plataforma fazendo o mínimo de movimentos.  
A unidade não consegue medir o seu peso com precisão se detetar movimento.  
A Percentagem de Gordura Corporal é mais de 75%, a unidade não consegue obter as leituras.
- **A leitura da Percentagem de Gordura Corporal não aparece.**  
Certifique-se de que as suas peúgas ou meias são removidas, e as solas dos seus pés estão limpas e alinhadas corretamente com os guias na plataforma de medição.
- ** aparece durante a medição.**  
Se a capacidade de peso for excedida, a unidade não consegue obter a leitura.

#### Especificações

BC-545N

#### Capacidade de Peso

150 kg (330 lb) (23st 8 lb)

#### Aumentos de Peso

0.1 kg (0.2 lb) (0.2 lb)

#### Aumentos da Gordura Corporal

0.1%

#### Dados Pessoais

5 memórias

#### Fonte de Alimentação

4 pilhas AA (incluídas)

#### Consumo de Energia

60 mA máximo

#### Medir a Corrente

50 kHz, 100 µA



#### Reparo:

Estas marcas podem ser encontradas contendo contaminantes

Pilhas: **Pb** Pb = A pilha contém chumbo,

**Cd** Cd = A pilha contém cádmio,

**Hg** Hg = A pilha contém mercúrio.

### ⚠ Não é permitido misturar pilhas com resíduos de consumo!

Enquanto consumidor é obrigado a devolver pilhas usadas ou descarregadas. Pode depositar as pilhas antigas em pilhões públicos que existem na sua cidade, ou nos lugares onde as pilhas são vendidas e existam caixas específicas para o efeito. Em caso de desmantelamento do aparelho, as pilhas devem ser removidas de dentro dele e depositadas nos pilhões.



O dispositivo contém supressão de interferências de rádio em conformidade com o regulamento EC 2004/108/EC





## ВВЕДЕНИЕ

Благодарим Вас за выбор монитора компании Tanita, контролирующего состав тканей тела. Данные веса входят в широкий ассортимент продукции Tanita для ухода за здоровьем в домашних условиях. В данной инструкции по эксплуатации приводятся указания пользователю по процедурам настройки и описываются функции кнопок.

Дополнительную информацию о здоровом образе жизни можно получить на сайте компании [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu). В изделиях Tanita воплощаются результаты новейших клинических исследований и самые современные технологические инновации.

Все данные проверяются на точность Советом медицинских консультантов Tanita.

**Примечание :** Необходимо внимательно прочесть данную инструкцию и хранить ее таким образом, чтобы было удобно обращаться к ней в будущем



### Меры предосторожности и обеспечения безопасности

Следует заметить, что людям с имплантированными электронными медицинскими приборами (например, электрокардиостимулятором) нельзя пользоваться монитором состава тканей тела, поскольку он проводит через тело низкоуровневый электрический сигнал, способный нарушить работу имплантированного прибора.

Для беременных женщин разрешается только функция взвешивания. Все другие функции противопоказаны беременным женщинам.

Нельзя помещать данные весы на скользкие поверхности, например на мокрый пол.

Нельзя выполнять взвешивание сразу после приема ванны или после интенсивных физических упражнений. Влажная платформа весов становится скользкой. Необходимо протирать платформу весов чистой сухой тканью для удаления любых имеющихся жидкостей.

### Важные замечания для пользователей

Данный монитор состава тканей тела предназначен для детей (от 5 до 17 лет) и взрослых со стандартным и атлетическим типами тела.

**По определению Tanita "атлетом" считается человек, находящийся под воздействием интенсивной физической нагрузки примерно 10 часов в неделю и имеющий частоту пульса в состоянии покоя, не превышающую 60 ударов в минуту. В определении, принятом Tanita, к атлетам относятся также "ветераны фитнеса" – те, кто занимались фитнесом в течение нескольких лет, но в настоящее время находятся в состоянии высокой физической активности менее 10 часов в неделю.**

**Функция контроля содержания жира в теле не предназначена для беременных женщин, профессиональных спортсменов или бодибилдеров.**

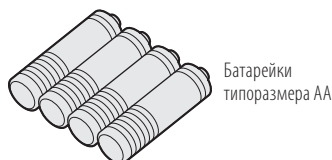
Зарегистрированные данные могут быть утрачены, если прибор используется не по правилам или подвергается воздействию выбросов электрической мощности. Tanita не несет ответственность за любые виды потерь, вызываемые утратой зарегистрированных данных.

Tanita не несет ответственность за любые виды повреждений или убытков, вызываемых этими приборами, и не принимает никаких претензий от третьих лиц.

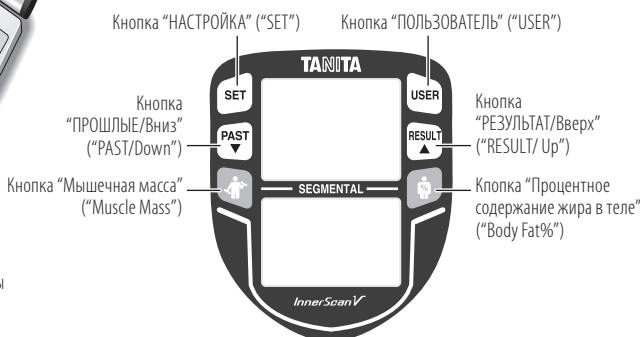
**Примечание :** Расчетные значения процентного содержания жира в теле изменяются в зависимости от содержания воды в теле и могут зависеть от обезвоживания или повышенной гидратации, вызываемыми такими факторами, как употребление алкоголя, менструация, заболевание, интенсивные физические нагрузки и др.

## ХАРАКТЕРИСТИКИ И ФУНКЦИИ

### Измерительная платформа

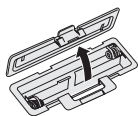


Батареи типоразмера AA

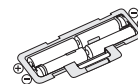




## ПОДГОТОВКА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ



Откройте корпус,  
как показано



Направление  
вставки батареек

### ⚠ Вставка батареек

Откройте крышку отсека для батареек на тыльной стороне измерительной платформы. Вставьте входящие в комплект батарейки типа AA, как показано на рисунке.

**Примечание :** Убедитесь, что батарейки вставлены с соблюдением правильной полярности. Неправильная вставка батареек может привести к вытеканию жидкости, повреждающей основание. Если не планируется использовать данный прибор в течение длительного периода времени, целесообразно перед консервацией прибора удалить из него батарейки.

Следует иметь в виду, что батарейки, включаемые в комплект поставки изготовителем, могут разряжаться с течением времени.

### ⚠ Установка весов

Измерительную платформу следует устанавливать на твердую ровную поверхность с минимально возможной вибрацией – в этом случае обеспечиваются надежные и точные измерения.

**Примечание :** Чтобы избежать возможных травм, не вставляйте на край платформы



Не тянуть ручные электроды за пределы красной полоски.

## Рекомендации по обращению с прибором

Данные весы являются прецизионным прибором, в котором используются новейшие технологии.

Чтобы содержать прибор в оптимальном состоянии, следует неукоснительно следовать приводимой ниже инструкции.

- Не пытаться разбирать измерительную платформу.
- Хранить прибор в горизонтальном состоянии и размещать его таким образом, чтобы исключить случайное нажатие кнопок.
- Оберегать прибор от избыточных ударных и вибрационных нагрузок.
- Устанавливать прибор в местах, защищенных от воздействия прямых солнечных лучей, вдали от нагревательных приборов и где исключаются высокая влажность и экстремальные колебания температуры.
- Ни в коем случае не погружать прибор в воду. Для очистки электродов пользоваться спиртом, а для придания им блеска – очистителем для стекол, предварительно наносимым на ткань; исключить использование мыла.
- Не вставлять на платформу мокрыми ступнями.
- Оберегать платформу от падения на нее предметов.
- Не переносить устройство, держа за ручные электроды.
- Не отпускать ручные электроды до тех пор, пока кабель полностью не втянется в устройство.

## ПОЛУЧЕНИЕ ТОЧНЫХ ПОКАЗАНИЙ

Чтобы получить точные показания, следует проводить взвешивание без одежды и в состоянии, исключающем аномальную гидратацию. Если проводить взвешивание в одежде, следует обязательно снять носки (или чулки) и перед вставанием на измерительную платформу убедиться, что подошвы ступней чисты.

Проследите, чтобы пятки были правильно выровнены относительно электродов на измерительной платформе. Не обращайте внимания, если ступня кажется слишком большой для прибора; точные показания могут быть получены даже в том случае, если пальцы выступают наружу за кромку платформы. Рекомендуется снимать показания в одно и то же время суток. По окончании работы, после еды или после выполнения физических упражнений целесообразно отложить измерения примерно на три часа. Несмотря на то, что показания, снимаемые в разных условиях, могут различаться по абсолютным значениям, они являются точными для определения процентного отношения изменений при условии, что снятие показаний происходит согласованным образом. Для оценки происходящих изменений следует сравнивать значение веса и процентного содержания жира в теле, получаемые в одних и тех же условиях в течение определенного периода времени.

**Примечание :** Точные значения не могут быть получены, если подошвы ступней недостаточно чисты, если изогнуты колени или показания снимаются в сидячем положении.

## ФУНКЦИЯ АВТОМАТИЧЕСКОГО ОТКЛЮЧЕНИЯ

Функция автоматического отключения автоматически выключает питание в указанных ниже случаях:

- Прерывание измерительного процесса пользователем. Питание автоматически отключается в пределах 20 – 60 секунд в зависимости от типа операции.
- Отсутствие касания кнопок в течение 60 секунд во время программирования.\*
- По окончании пользовательского процесса измерения.

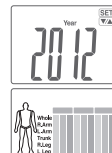
**\*Примечание :** После автоматического отключения питания следует заново выполнять шаги процедуры “ВВОД И ХРАНЕНИЕ ЛИЧНЫХ ДАННЫХ В ПАМЯТИ” (стр. 74)



## УСТАНОВКА (ИЗМЕНЕНИЕ) ДАТЫ И ВРЕМЕНИ

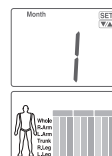
### 1. Установите год

Вставьте батареи в весы и нажмите клавишу “ВКЛ/ВЫКЛ” (“ON/OFF”) для начала установки года. Нажмите кнопки “Вверх” или “Вниз” (“Up” или “Down”) для установки года и затем нажмите кнопку “НАСТРОЙКА” (“SET”). Устройство издаст одиночный звуковой сигнал для подтверждения.



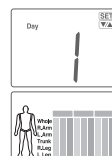
### 2. Установите месяц

Нажмите кнопки “Вверх” или “Вниз” (“Up” или “Down”) для установки месяца и затем нажмите кнопку “НАСТРОЙКА” (“SET”). Устройство издаст одиночный звуковой сигнал для подтверждения.



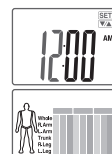
### 3. Установите день

Нажмите кнопки “Вверх” или “Вниз” (“Up” или “Down”) для установки дня и затем нажмите кнопку “НАСТРОЙКА” (“SET”). Устройство издаст одиночный звуковой сигнал для подтверждения.



### 4. Установка часов

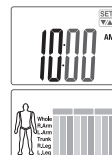
Нажмите кнопки “Вверх” или “Вниз” (“Up” или “Down”) для установки часа и затем нажмите кнопку “НАСТРОЙКА” (“SET”). Устройство издаст одиночный звуковой сигнал для подтверждения.



### 5. Установка минут

Нажмите кнопки “Вверх/Вниз” (“Up/Down”) для установки минут и затем нажмите кнопку “НАСТРОЙКА” (“SET”).

Устройство издаст два звуковых сигнала, подтверждая завершение установки.  
После этого питание прибора автоматически отключится.



#### Примечание :

- После замены батарей или если вы хотите изменить дату и время, нажмите и удерживайте кнопку “Вниз” (“Down”), чтобы начать процесс программирования настройки даты и времени. Замена батарей приведёт к сбросу настроек даты и времени.
- Через 60 секунд бездействия в процессе настройки происходит автоматическое отключение прибора. Введенные данные будут потеряны.
- Если вы допустили ошибку или хотите отключить устройство до завершения программирования, нажмите клавишу “ВКЛ/ВЫКЛ” (“ON/OFF”), чтобы выключить устройство. В результате этого данные не будут сохранены.



## ВВОД И ХРАНЕНИЕ ЛИЧНЫХ ДАННЫХ В ПАМЯТИ

Использовать устройство можно только после ввода личных данных в одну из ячеек памяти.

### 1. Нажмите клавишу "ВКЛ/ВЫКЛ" ("ON/OFF") то время, когда ручные электроды установлены на платформе весов

Отобразится "0.0".

### 2. Начните установки

Нажмите кнопку "НАСТРОЙКА" ("SET").

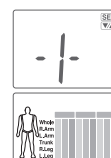
Устройство издаст звуковой сигнал для подтверждения активации, на дисплее появится Номер личных данных, и экран начнет мигать.

**Примечание :** Если вы не запрограммируете устройство в течение 60 секунд после включения, оно автоматически отключится.

**Примечание :** Если вы допустите ошибку или пожелаете выключить устройство до завершения процесса программирования, нажмите кнопку "ВКЛ/ВЫКЛ" ("ON/OFF"), чтобы выключить прибор.

### 3. Выберите Номер личных данных

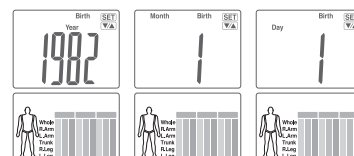
Нажимайте кнопки "Вверх" или "Вниз" ("Up" или "Down") для выбора Номера личных данных (1, 2, 3, 4 и 5). Как только Вы достигнете желаемый Номер личных данных, нажмите кнопку "НАСТРОЙКА" ("SET"). Устройство издаст одиночный звуковой сигнал для подтверждения.



### 4. Установка даты рождения

Установите дату вашего рождения (год / месяц / день) используя кнопки "Вверх" или "Вниз" ("Up" или "Down"). Нажимайте кнопку "НАСТРОЙКА" ("SET") для подтверждения каждого этапа программирования. Устройство будет издавать одиночные звуковые сигналы в качестве подтверждения.

**Примечание :** возрастной диапазон — от 5 до 99 лет.



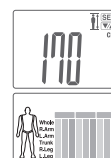
### 5. Установка мужского или женского пола

При помощи кнопок "Вверх" или "Вниз" ("Up" или "Down") прокрутите установки "Жен." ("Female") (♀), "Муж." ("Male") (♂), "Жен./Атлет" ("Female/Athlete") (♀♂), "Муж./Атлет" ("Male/Athlete") (♂♂) и затем нажмите кнопку "НАСТРОЙКА" ("SET"). Устройство издаст одиночный звуковой сигнал для подтверждения.



### 6. Установка роста

По умолчанию в приборе установлен рост 170 см (5 футов 7,0 дюймов) (диапазон роста — от 90-220 см или 3 футов до 7 футов 3 дюймов). Нажмите кнопки "Вверх" или "Вниз" ("Up" или "Down") для установки роста и затем нажмите кнопку "НАСТРОЙКА" ("SET"). Устройство издаст одиночный звуковой сигнал в качестве подтверждения. Личные данные выводятся на дисплей для подтверждения лишь один раз, после этого на экране появляется индикация "0.0", обозначающая, что прибор готов к измерению.



### 7. Измерение веса и жировых отложений

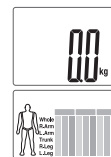
Возьмитесь за ручные электроды и встаньте на весы после того, как "0.0" появится на дисплее и будет оставаться там в течение 30 секунд.

**Не сходите с устройства, пока оно не подаст пять звуковых сигналов.**

Результаты будут отображаться в течение 40 секунд.

Затем прибор отключится, а показания будут сохранены в его памяти.

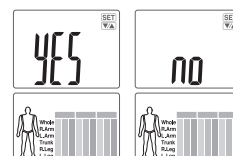
**Примечание :** Если Вы встанете на весы до появления индикации "0.0", прибор выдаст сообщение "Ошибка" ("Error"), и результаты измерения получены не будут. Кроме того, если Вы не встанете на весы в течение 30 секунд после появления индикации "0.0", то питание устройства автоматически отключится. В этих случаях придется снова пройти процедуру настройки и сохранения личных данных.



**Примечание :** Если Вы будете менять дату рождения и/или пол, устройство покажет индикацию "Clr".

При выборе "ДА" ("YES"), используя кнопки "Вверх" или "Вниз" ("Up" или "Down"), существующие персональные данные будут удалены.

При выборе "НЕТ" ("no"), используя кнопки "Вверх" или "Вниз" ("Up" или "Down"), новые данные не будут сохранены (существующие данные останутся неизменёнными) и устройство отключится.

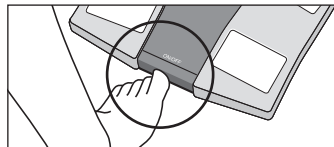




## ВЗВЕШИВАНИЕ И ИЗМЕРЕНИЕ УРОВНЯ ЖИРОВЫХ ОТЛОЖЕНИЙ

После введения личных данных Вы готовы к замерам.

1. Нажмите клавишу "ВКЛ/ВЫКЛ" ("ON/OFF") то время, когда ручные электроды установлены на платформе весов  
Отобразится "0.0".



2. Ознакомление с результатами

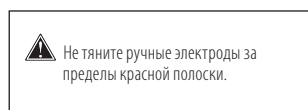
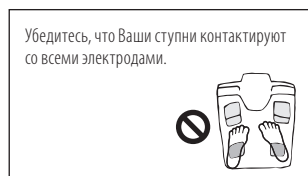
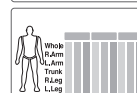
Возьмитесь за ручные электроды и встаньте на весы.

Вначале отобразится масса вашего тела.

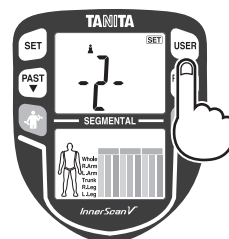
Продолжайте стоять на весах.

На дисплее отобразится ваш личный профиль, затем вес вашего тела, ИМТ и процентное содержания жира в теле в течение 40 секунд.

**Примечание :** Не сходите с устройства, пока оно не подаст два звуковых сигнала.



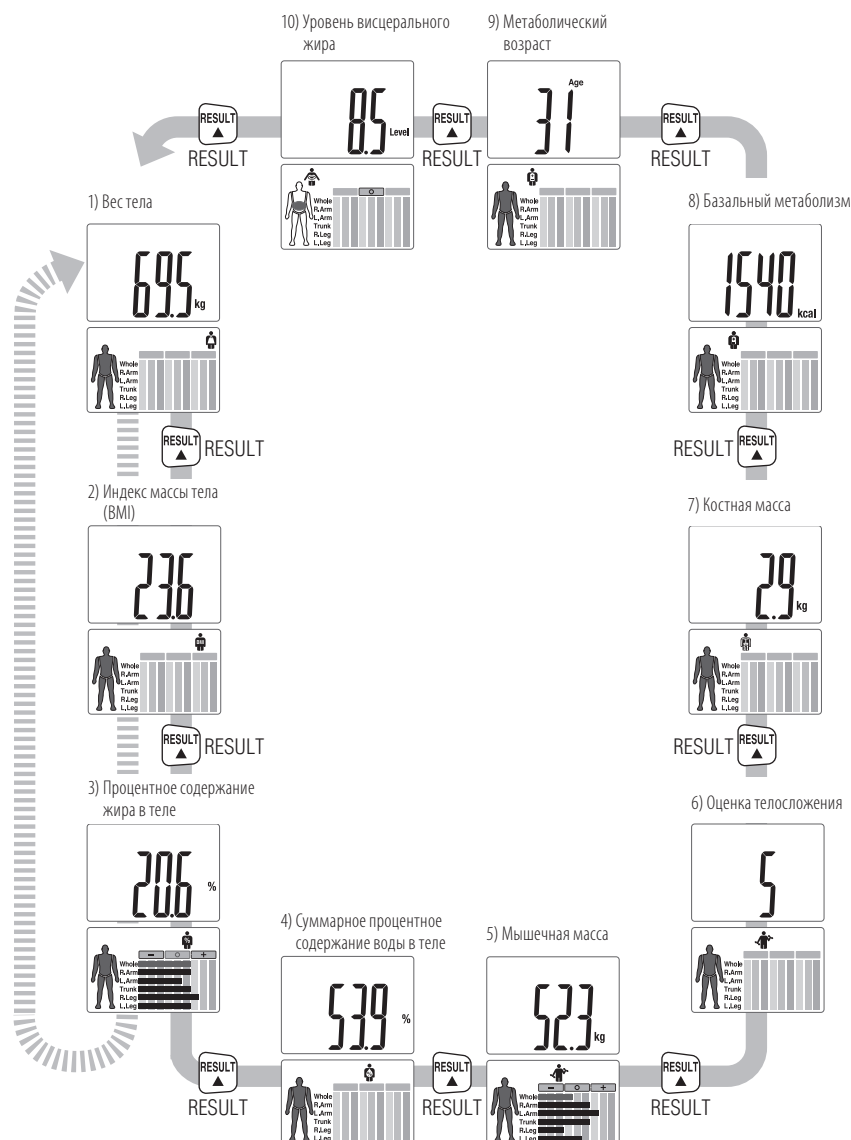
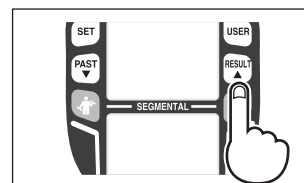
**Примечание :** Примечание: Если неверный личный номер отобразится на дисплее, вы можете изменить личный номер при помощи кнопки "ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ" ("USER").  
Нажимайте кнопку "ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ" ("USER") пока не появятся ваш личный номер и профиль.  
После того, как вы выберете ваш правильный личный номер и нажмёте кнопку "НАСТРОЙКА" ("SET"), на дисплее автоматически появятся ваши верные показатели.  
Показатели будут сохранены в памяти под вашим личным номером.



Продолжение на следующей странице.



Сойдите с весов и нажмите кнопку “РЕЗУЛЬТАТ” (“RESULT”), чтобы увидеть нужные показатели.

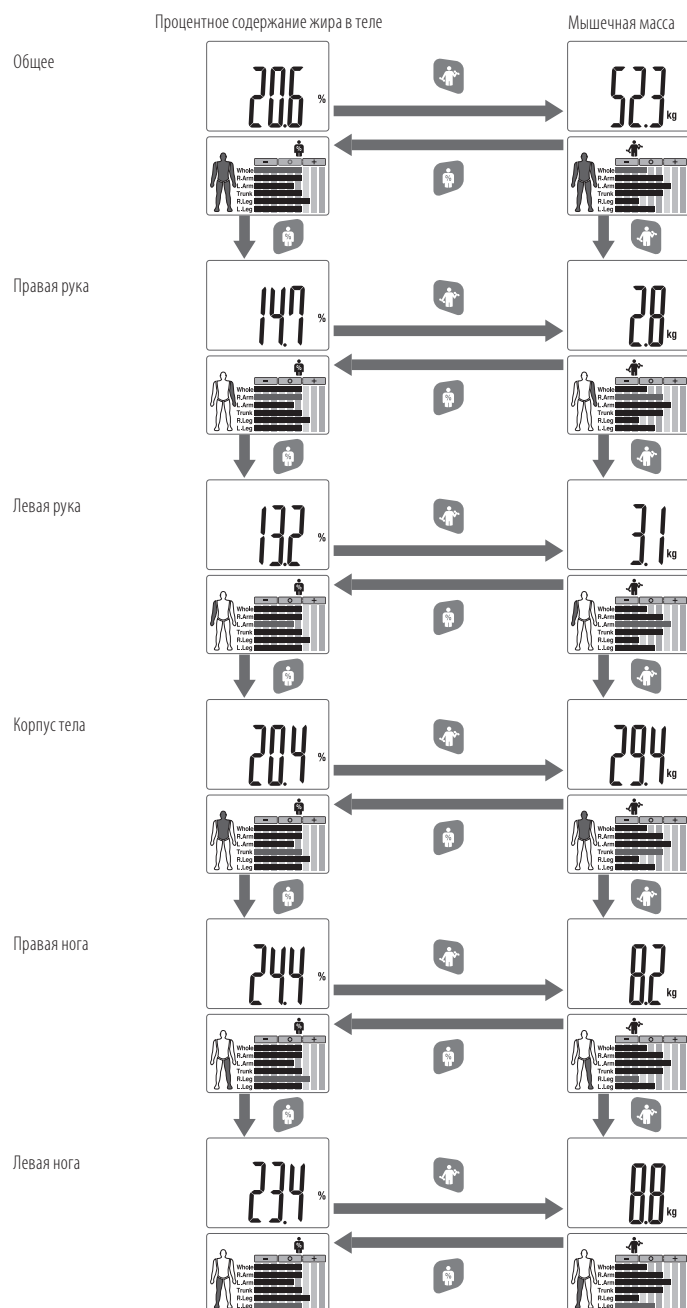


**Примечание:** Для детей (от 5 до 17 лет) устройство отображает только ранее полученные значения массы тела, ИМТ и процентного содержания жира в теле.



## ПРОСМОТР ПОКАЗАНИЙ ПО КАЖДОМУ ИЗ СЕГМЕНТОВ

Нажмите кнопку или кнопку , чтобы увидеть показатели для правой руки, левой руки, правой ноги, левой ноги и туловища в то время, когда показатели отображаются на дисплее.





## ФУНКЦИЯ ПОВТОРНОГО ВЫЗОВА (RECALL)

Функция повторного вызова позволяет вызывать ранее полученные показатели по указанным ниже пунктам.

Для получения ранее полученных показателей, нажмите кнопку "ПРОШЛЫЕ" ("PAST") во время отображения текущих показателей.

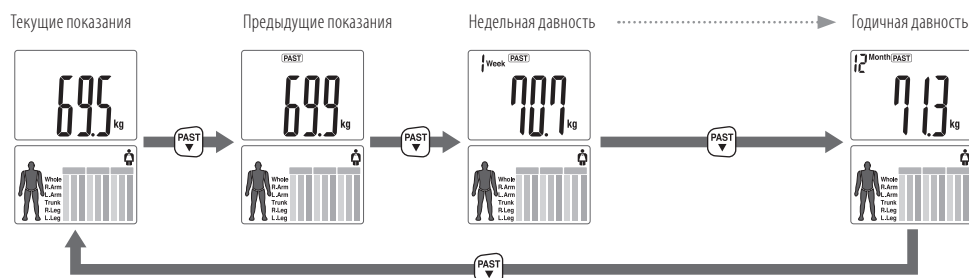
Для просмотра других ранее полученных показателей, нажмите кнопку "РЕЗУЛЬТАТ" ("RESULT") по каждому требуемому пункту показателей. Повторно нажмите кнопку "ПРОШЛЫЕ" ("PAST") для возврата к отображению текущего результата.

**Примечание :** Как увидеть предыдущие показания не производя измерения.

Нажмите клавишу "ВКЛ/ВЫКЛ" ("ON/OFF"). Отобразится "0.0".

Нажимайте кнопку "ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ" ("USER") пока не появится ваш личный номер.

Нажмите кнопку "НАСТРОЙКА" ("SET") и "ПРОШЛЫЕ" ("PAST"), чтобы увидеть предыдущие показания.



Нажмите кнопку или кнопку для отображения показателей для каждого сегмента во время отображения предыдущих показателей.

**Примечание :** Для детей (от 5 до 17 лет) устройство отображает только ранее полученные значения массы тела, ИМТ и процентного содержания жира в теле.





## ПРОГРАММИРОВАНИЕ ГОСТЕВОГО (GUEST) РЕЖИМА

Гостевой режим (Guest) позволяет программировать прибор на однократное использование без сброса номера персональных данных.

Нажмите клавишу "ВКЛ/ВЫКЛ" ("ON/OFF") то время, когда ручные электроды установлены на платформе весов. Отобразится "0.0".

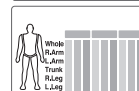
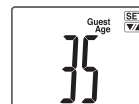
Возьмитесь за ручные электроды и нажимайте кнопку "ПОЛЬЗОВАТЕЛЬ" ("USER"), пока не появится "Гость" ("Guest").

Нажмите кнопку "НАСТРОЙКА" ("SET") и введите вашу личную информацию, такую как возраст, пол и рост. Для получения более подробной информации см. стр. 74.

После того, как отобразится "0.0", встаньте на весы, держась за ручные электроды.

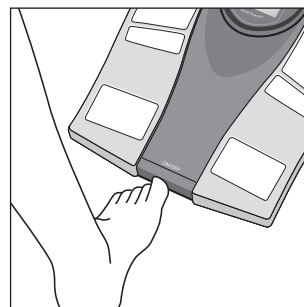
**Не сходите с устройства, пока оно не подаст два звуковых сигнала.**

Показания будут отображаться в течение 40 секунд.



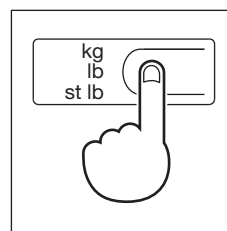
## ИЗМЕРЕНИЕ ТОЛЬКО ВЕСА ТЕЛА

Нажмите клавишу "ВКЛ/ВЫКЛ" ("ON/OFF") то время, когда ручные электроды установлены на платформе весов. Через две или три секунды дисплей покажет "0.0", и прибор выдаст звуковой сигнал. Когда на дисплее появится "0.0", встаньте на платформу. Дисплей покажет значение веса тела. Затем питание автоматически выключится.



## ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ РЕЖИМА ВЗВЕШИВАНИЯ Примечание : Исключительно для моделей, содержащих переключатель режима взвешивания.




Вы можете переключать индикацию устройства при помощи переключателя на нижней панели весов (кг/ф/ст-ф).





## ПОИСК НЕИСПРАВНОСТЕЙ

### Если происходит указанное нарушение ...то...

- **Вес измеряется в неправильных единицах — килограммы, фунты или стоуны.**  
Обратитесь к разделу "ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ РЕЖИМА ВЗВЕШИВАНИЯ" на стр. 79.
- **На дисплее появляется , либо происходит моментальное исчезновение всех данных.**  
Разряжены батарейки. Когда появляется данное сообщение, незамедлительно замените батарейки, поскольку разряженные батарейки снижают точность получаемых результатов измерений. Замену всех имеющихся батареек на новые производите одновременно.  
**Примечание:** Ваши настройки и содержимое памяти предыдущих значений не стираются из памяти при извлечении батареек.
- **Во время измерения появляется сообщение .**  
Постарайтесь не шевелиться, пока стоите на платформе.  
Прибор не может точно измерить Ваш вес, если он обнаруживает шевеление.  
Процентное содержание жира в теле превышает 75%, и прибор не способен выдать результат.
- **Не появляется значение процентного содержания жира.**  
Убедитесь, что сняты носки (или чулки), а подошвы Ваших ступней чисты и правильно выровнены по направляющим на измерительной платформе.
- **Во время измерения появляется .**  
Результат не может быть получен ввиду превышения верхнего предела веса.

#### Технические характеристики

BC-545N

#### Предельно допустимый вес

150 кг/330 фунтов/23 стоун 8 фунтов

#### Шаги приращения веса

0,1 кг/0,2 фунта/0,2 фунта

#### Шаги приращения содержания жира в теле

0,1%

#### Персональные данные

5 ячеек памяти

#### Источник питания

Литиевые батарейки (2 шт.) – входят в комплект поставки

#### Потребляемая мощность

Не более 60 мА

#### Измерительный ток

50 кГц, 100 мА



Замечание:

Такие следы можно найти на загрязненной поверхности батареек

**Pb** Pb = Батарейка содержит свинец

**Cd** Cd = Батарейка содержит кадми

**Hg** Hg = Батарейка содержит ртуть

### Нельзя смешивать батарейки с другими бытовыми отходами.

Как потребитель, Вы обязаны следовать правилам выбрасывания в отходы отработанных и разряженных батареек. Можно выбрасывать старые батарейки в коммунальные мусоросборники в своем городе или сдавать их на пункты продажи соответствующих батареек при условии, что в этих местах имеются специальные маркированные контейнеры для батареек. Если в отходы выбрасывается весь прибор, необходимо извлекать из него батарейки и выбрасывать их в места сдачи отходов, указанные выше.



Данное устройство соответствует требованиям подавления радиопомех согласно действующей ЕС-директиве 2004/108/ЕС.

## **MEMO**

**Representative  
TANITA Europe B.V.**

Hoogoorddreef 56-E  
1101 BE Amsterdam  
The Netherlands  
Tel: +31-20-560-2970  
Fax: +31-20-560-2988  
[www.tanita.eu](http://www.tanita.eu)

**TANITA Health Equipment H.K. Ltd.**

Unit 301-303 3/F Wing On Plaza,  
62 Mody Road, Tsimshatsui East,  
Kowloon, Hong Kong  
Tel: +852-2838-7111  
Fax: +852-2838-8667  
[www.tanita.com](http://www.tanita.com)

**TANITA India Private Limited**

Unit 502 of 'A' Wing,  
Mittal Commercial,  
Marol, Andheri East,  
Mumbai 400059 INDIA  
TEL: +91 22 3192 6107  
[info@tanita.co.in](mailto:info@tanita.co.in)

**Manufacturer**

**TANITA Corporation**

1-14-2, Maeno-Cho, Itabashi-ku,  
Tokyo, Japan 174-8630  
Tel: +81-3-3968-7048  
Fax: +81-3-3968-2661  
[www.tanita.co.jp](http://www.tanita.co.jp)  
ISO 9001 Certified

**TANITA Corporation of America, Inc.**

2625 South Clearbrook Drive  
Arlington Heights, IL 60005 USA.  
Tel: +1-847-640-9241  
Fax: +1-847-640-9261  
[www.tanita.com](http://www.tanita.com)