



# TANITA

innerScan.  
**DUAL**

RD-953

**HANDLEIDING**

**Via Bluetooth verbonden lichaams samenstelling monitor met 2  
verschillende frequenties. Connectie en data via de gratis My Tanita app.**

Dit is een verkorte handleiding van de originele Engelse handleiding. De Engelse handleiding is hier on-line beschikbaar: <http://tanita.eu/media/wysiwyg/manuals/home-use-body-composition-monitors/rd-953-instruction-manual-en.pdf>  
De Engelse handleiding is leidend.

**Bedankt dat u gekozen heeft voor deze Tanita lichaamsamenstelling monitor. Aanvullende informatie over “gezond leven” kunt u vinden op [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu).**

**De producten van Tanita maken gebruik van de laatste beschikbare innovatieve technologieën.**

**Alle ontwikkelingen, nieuwe producten en technologieën staan onder constante controle van de TMAB (Tanita Medical Advisory Board) teneinde accuraatheid te garanderen.**



### Veiligheidsvoorschriften

Gebruik deze lichaam samenstellings monitor NIET als u geïmplanteerde elektronische medische apparaten heeft, zoals een pacemaker.

Zwangere vrouwen kunnen beter alleen de “weight only” functie gebruiken, de andere metingen zijn niet bruikbaar wanneer iemand zwanger is.

Deze monitor is alleen geschikt voor thuisgebruik. Deze monitor is NIET geschikt voor professioneel gebruik zoals in ziekenhuizen, medische of fitness faciliteiten enz. Deze monitor is niet uitgerust met onderdelen die geschikt zijn voor professioneel/medisch gebruik. Als deze monitor toch professioneel wordt gebruikt dan vervalt de garantie.

Deze lichaamsamenstellings monitor is geschikt voor volwassenen en kinderen (leeftijd 5-17).

De opgeslagen data in de monitor kan verloren gaan als de monitor incorrect wordt gebruikt, of wordt blootgesteld aan elektrische spanningspieken.

Tanita is niet verantwoordelijk voor de gevolgen van het verliezen van metings data.

Tanita kan geen enkele aansprakelijkheid accepteren voor schade of verliezen die door het gebruik van dit product ontstaan dan wel eventuele claims van derden.

### Monitoren van uw lichaamssamenstelling

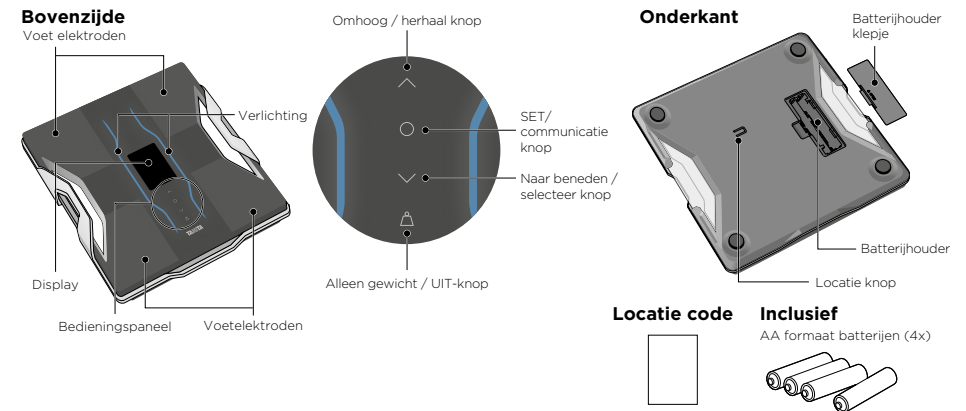
Deze Body Composition Monitor geeft diverse metingen voor informatieve doeleinden. Dit product is niet bedoeld om een ziekte of afwijkingen te diagnosticeren en te behandelen. Raadpleeg uw arts als u vragen of opmerkingen heeft met betrekking tot uw gezondheid.

Dankzij de grote investeringen in de nieuwste BIA Technologie en sportwetenschappelijk onderzoek, heeft TANITA de atleet functie opgewaardeerd om de metingen nog nauwkeuriger en geschikter te maken voor een groter aantal gebruikers.

Wie kan de Atleet Modus gebruiken?  
Volwassenen van 18 jaar en ouder die ofwel:

- Trainen / sporten voor minstens 12 uur of meer per week en voor ten minste zes maanden aaneensluitend
- Bodybuilders zijn
- Professionele atleten zijn die hun vooruitgang thuis willen volgen.
- Atleten met een geschiedenis in bodybuilding / fitness van meer dan 12 uur per week, maar zijn op dit moment iets minder actief.

Opmerking: Het percentage lichaamsvet kan variëren afhankelijk van de hoeveelheid water in het lichaam, en kan worden beïnvloed door uitdroging of over-hydratatie toe te schrijven aan factoren zoals alcoholgebruik, menstruatie, ziekte, intensieve training, etc.



### Nauwkeurige metingen

Plaats de monitor op een waterpas, hard, vlak oppervlak zonder trillingen. Plaats de monitor nooit op tapijt of andere zachte ondergrond zoals kurk. Gebruik de monitor niet in de buurt van andere producten zoals magnetronovens die elektromagnetische straling uitstoten. Vermijd overmatige impact of trillingen op de monitor.

Probeer de monitor niet te demonteren. Wijzig deze apparatuur niet. Was de monitor niet in water. Dompel deze monitor niet in water. Ver verwijderd houden van water.

Gebruik deze monitor niet op de volgende plaatsen:

- Locaties die blootgesteld zijn aan direct zonlicht, in de buurt van de verwarming, of direct aan de lucht worden blootgesteld zoals een airconditioning, enz.
- Locaties waar er grote temperatuurwisselingen of trillingen zijn.
- Locaties met een hoge vochtigheid, zoals de badkamer

Gebruik geen kokend water, benzeen, thinner, enz. om de monitor schoon te maken. Als de monitor vuil wordt, gebruik dan een zachte vochtige doek en veeg de monitor schoon en gebruik een droge doek om de monitor droog te wrijven.

Een andere persoon moet personen met een handicap helpen die misschien niet alleen een meting kunnen nemen.

Zorg ervoor dat u de batterijen met de polariteiten (+, -) in de juiste positie plaatst. Als de batterijen onjuist zijn geplaatst, kan de batterijvloeistof lekken en de monitor beschadigen. (Als u deze monitor gedurende langere tijd niet gebruikt, is het raadzaam de accu's te verwijderen voordat u deze opslaat.)

Stap niet op de monitor wanneer uw lichaam nat is (direct na een douche of bad, enz.)  
 Zorg ervoor dat u uw lichaam en voeten grondig droogt voordat u de monitor gebruikt. Als u dit niet doet, kan u glijden of vallen, wat letsel veroorzaakt. Ook kan de monitor geen nauwkeurige metingen uitvoeren als uw lichaam of voeten nat zijn.

Hou deze monitor uit de buurt van kinderen. Laat kinderen nooit met deze monitor spelen, lopen, dragen, verplaatsen enz. Deze monitor bevat batterijen.

### Nauwkeurigheid

Om nauwkeurigheid te waarborgen, moeten de metingen zonder kleding en onder consistente hydratatieomstandigheden worden genomen. Verwijder altijd sokken of kousen en zorg ervoor dat de zolen van de voeten schoon zijn voordat u op het meetplatform gaat staan. Een nauwkeurige meting is niet mogelijk als de zolen van de voeten niet schoon zijn of als de knieën gebogen zijn. Zittend meten is niet mogelijk.

### Voor gebruik:

Plaats de batterijen om de juiste wijze, let op de polariteiten.

Stel de locatiecode in  
 Verschillende locaties over de hele wereld hebben verschillende zwaartekracht waarden. Deze verschillen hebben invloed op de nauwkeurigheid van de meting. U kunt de meest nauwkeurige gewichtsopnamen verkrijgen door:

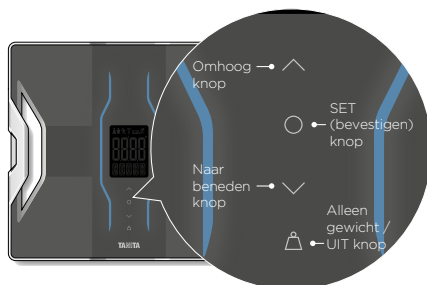
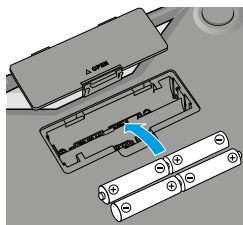
Kies de juiste zwaartekracht instelling op de monitor volgens uw geografische locatie.

1. Als de monitor uit is, houdt u de  toets ingedrukt.
2. Raadpleeg de map op Tanita.eu en druk op de  en -toetsen om uw locatiecode te selecteren.
3. Druk op de -toets om de instelling in te voeren en op te slaan.

Zorg ervoor dat elke voet in lijn is met het midden van het meetplatform. Maak u geen zorgen, als uw voeten te groot voor het apparaat lijken

Het is het beste om op hetzelfde moment van de dag te meten. Wacht minstens twee uur na het opstaan, eten of een inspannende oefening voordat u gaat meten. Om uw voortgang te monitoren, vergelijkt u uw resultaten over een langere periode. Het heeft geen zin om u zelf diverse malen per dag te meten, omdat uw hydratatie wisselt gedurende de dag. Probeer altijd min of meer op hetzelfde tijdstip en met lege blaas te meten.

Opmerking: Een nauwkeurige meting is niet mogelijk als de zolen van de voeten niet schoon zijn, als de knieën gebogen zijn of zittend.



### Gebruik de lichaamssamenstelling monitor samen met de My Tanita app

Zet de Bluetooth-instelling aan op uw mobiele telefoon en gebruik de URL om de My Tanita-app te downloaden via [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu)

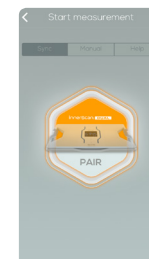
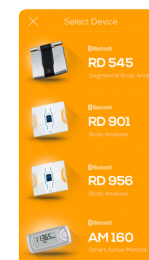
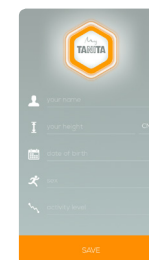
Start de My Tanita app

Koppel uw Tanita-apparaat (RD-545 / RD-901 / RD-953 / AM-161)  
 Selecteer met welk apparaat u wilt koppelen.

Pairen / synchroniseren; De communicatieafstand is 5 meter op een onbelemmerde locatie

Volg de instructies op de app en houd de O (communicatie) knop op de Body Compositor Monitor gedurende 3 seconden ingedrukt.

Volg de instructies op de app en doe een meting  
 Wanneer de meting is voltooid, wordt de verbinding met de smartphone uitgeschakeld.




De monitor instellen zonder de My Tanita app

Datum instellen

Terwijl de monitor aan staat, drukt u op de O knop om de instelling te starten. Druk op de ^ en v-toetsen om het jaar in te stellen en druk vervolgens op de O-toets om te bevestigen. Stel de maand en datum op dezelfde manier in.


Selecteer een persoonlijk nummer

Druk op de  knop om de monitor aan te zetten. Druk op ^ en v knoppen om een persoonlijk nummer te selecteren. Kies 1, 2, 3 of 4. Druk op de O knop om te bevestigen.

Stel je geboortedag in

Stel de datum van uw geboorte (Jaar / Maand / Dag) in met de v-toetsen. Druk op de knop O om elk item te bevestigen.

Selecteer vrouw of man of man/vrouw atleet modus

Gebruik de ^ en v-toetsen om door Man , vrouwelijke , mannelijke atleet  vrouwelijk atleet  te scrollen. Druk op de O toets om uw keuze te bevestigen

Stel je lengte in

De standaard hoogte is 170cm (5 '7,0 ") (hoogtebereik is 90cm - 220cm of 3'0.0" - 7'3.0"). Gebruik de ^ en v knoppen om uw lengte in te stellen en druk op de O knop om te bevestigen. Op het display verschijnt nu "0.00kg" (of 0.0lb, 0.0stlb) en de monitor is klaar om te meten.

Meten van uw lichaamsamenstelling

Volwassenen van 18 jaar en ouder die ofwel:

- Trainen / sporten voor minstens 12 uur of meer per week en voor ten minste zes maanden aaneensluitend
- Bodybuilders zijn
- Professionele atleten zijn die hun vooruitgang thuis willen volgen.
- Atleten met een geschiedenis in bodybuilding / fitness van meer dan 12 uur per week, maar zijn op dit moment iets minder actief.

Meten


Als de monitor uit staat, selecteert u '+' in de My Tanita app en volgt u de instructies in de app. Wanneer "0.00kg" (0.0lb, 0.0stlb) wordt weergegeven op de monitor display, stap dan op de monitor. Meetgegevens worden automatisch naar de smartphone verzonden.

Voor kinderen (5-17 jaar), toont de monitor alleen gewicht, BMI en lichaamsvet%. Voor kinderen (4 jaar of ouder) en volwassenen (ouder dan 100) geeft het scherm alleen het gewicht weer.

"Err" wordt weergegeven als het lichaamsvetpercentage het meetbereik overschrijdt.

Beoordelings kleur (toepasselijke leeftijd)	ROOD	GEEL	GROEN
BMI (5-99)	Obesitas	Over / Onder	Normaal
Lichaamsvet Percentage (5-99)	Obesitas	Over / Onder	Standaard (-) / Standaard (+)
Visceral Vet Niveau (18-99)	Hoog	Iets te hoog	Gemiddeld
Spier Massa (18-99)	Onder		Gemiddeld / Hoog
Spier Kwaliteit Score (18-99)	Onder		Gemiddeld / Hoog
Basale Metabolische Waarde (18-99)	Onder		Gemiddeld / Hoog
Bot Massa (18-99)	Onder	Iets te laag	Gemiddeld / Hoog

Nota:

- U kunt de ^ en v knoppen gebruiken om door de resultaten te scrollen.
- Houd de ^ / v knop ingedrukt om snel te scrollen.
- Nadat u de resultaten hebt gelezen die u wilt zien, laat u de knop los om de rest van de resultaten te bekijken
- De monitor wordt automatisch na 40 seconden uitgeschakeld.
- Druk op de  knop om de meting te annuleren of de stroom uit te zetten.
- Beweeg de monitor niet gedurende ongeveer 3 seconden nadat u de metingen heeft uitgevoerd en afstapt.


Om ongevallen te voorkomen, zoals het vallen van de monitor, moet u altijd de monitor uitschakelen alvorens de knoppen te bedienen.

Eenmalige gast meting / Gast modus

Met de "Gast" modus kunt u de monitor voor eenmalig gebruik programmeren zonder een persoonsgegevensnummer te gebruiken. Het leeftijdsbereik is van 5 tot 99.

Druk op de ^ toets om "GUEST" te selecteren en druk vervolgens op de O-toets om te bevestigen. Volg vervolgens de onderstaande stappen: Stel de leeftijd, geslacht (man / vrouw / mannelijke atleet / vrouwelijke atleet) en hoogte in. Stap op de monitor nadat "0.00kg" (0.0lb, 0.0stlb) wordt weergegeven. De meting wordt 40 seconden weergegeven, de meting wordt niet opgeslagen, de meting kan niet worden bekeken via de My Tanita app, maar alleen op de monitor, voor een bepaalde tijd.

Alleen het gewicht meten

Druk op de  knop. Na 2 of 3 seconden wordt "0.00kg" (0.0lb, 0.0stlb) weergegeven. Wanneer "0.00kg" (0.0lb, 0.0stlb) wordt weergegeven, stap op de monitor. Het lichaamsgewicht wordt weergegeven en de monitor wordt automatisch uitgeschakeld na ongeveer 20 seconden.

## Hoe werkt een Body Composition Monitor?

Tanita Body Composition Monitors berekenen uw lichaamsamenstelling met behulp van een dubbele frequentie Bioelectrical Impedance Analyse (BIA). Een veilig, laag niveau, elektrisch signaal wordt door het lichaam via de Tanita voetelektroden op het monitorplatform doorgegeven. Het signaal kan gemakkelijk vloeien door vloeistoffen in spieren en ander lichaamsweefsel, maar ontmoet weerstand als het door lichaamsvet gaat, omdat lichaamsvet slechts een kleine hoeveelheid vloeistof bevat.

Deze weerstand heet impedantie. De impedantiemetingen worden dan geanalyseerd met medisch onderzochte wiskundige formules om uw lichaamsamenstelling te berekenen. De Tanita RD-953 werkt met Dual Frequency BIA-technologie, waarmee u de hoogste nauwkeurigheid van uw lichaam samenstelling in de comfort van uw huis kunt krijgen. Onderzoek heeft aangetoond dat het gebruik van twee verschillende bioelectrische impedantiefrequenties essentiële gegevens geeft over de intracellulaire en extracellulaire status van een lichaam. Deze geavanceerde technologie zorgt voor grotere nauwkeurigheid bij het berekenen van lichaam samenstellingen.

## Wanneer is de beste tijd om mijn monitor te gebruiken?

De lichaamswaterstanden fluctueren natuurlijk door de dag en nacht. Eventuele significante veranderingen in lichaamswater kunnen van invloed zijn op uw lichaamsamenstelling. Bijvoorbeeld, het lichaam heeft de neiging om na een lange nacht te zijn uitgedroogd. Dus als u meteen na het opstaan een meting doet, dan zal het gewicht lager zijn en het lichaamsvetpercentage hoger. Het eten van grote maaltijden, het drinken van alcohol, menstruatie, ziekte, sporten, sauna en baden kan ook variaties in het hydratationiveau veroorzaken. Om de meest betrouwbare lezing te krijgen is het belangrijk om uw Body Composition Monitor op consistente tijdstippen onder consistente omstandigheden te gebruiken. Een goede tijd om metingen te doen is voor de avondmaaltijd met een lege blaas.

Wat wordt er gemeten met Tanita? Ga naar <http://tanita.eu/help-guides/understanding-metments>, om alle metingen en gezonde intervallen te begrijpen.



## Percentage lichaamsvet (%) en de massa aan lichaamsvet (kg)

Het percentage lichaamsvet is het aandeel vet in uw lichaam ten opzichte van het totale lichaamsgewicht. De massa vet in uw lichaam wordt ook in kilo's weergegeven.

Lichaamsvet is essentieel om de juiste lichaam temperatuur te houden, het dient als stootkussentje voor gewrichten en ter bescherming van interne organen.

De energie, of calorieën, die het lichaam nodig heeft krijgt het via eten en drinken. Energie wordt verbrand door fysieke activiteiten en de normale lichaamsfuncties. Als je hetzelfde aantal calorieën inneemt als je ook verbrandt, dan worden alle calorieën omgezet in energie. Eet of drink je meer calorieën dan je verbrandt, dan wordt het overschot opgeslagen in vetcellen. Als dit opgeslagen vet ook niet verbrandt wordt, dan blijft het opgeslagen als lichaamsvet.

Te veel vet kan je gezondheid op lange termijn schaden. Verlagen van het lichaamsvet heeft bewezen positieve resultaten op de bloeddruk, hart aandoeningen, type 2 diabetes en bepaalde kanker soorten.

Te weinig lichaamsvet kan leiden tot botontkalking, onregelmatige menstruaties bij vrouwen en mogelijk onvruchtbaarheid.

Vergelijk de gemeten lichaamsvet waarde met de waarden in de Tanita tabellen. Er zijn gegevens beschikbaar voor mensen van 5 – 99 jaar.



## Spiermassa

Het gewicht van de spieren in je lichaam in kilo's. Spieren spelen een belangrijke rol als motor voor het energieverbruik. De spiernmassa omvat de skeletspieren, gladde spieren zoals hart- en spijsvertering spieren en het water in deze spieren. Als je meer traint dan neemt de spiernmassa toe, en verbrand je in rust al meer calorieën. Met meer spierweefsel val je bijna vanzelf af.



## Body Mass Index BMI

Een gestandaardiseerde index voor het gewicht in verhouding tot de lichaamslengte, de BMI geeft een

inschatting van de gezondheid. De BMI kan berekend worden door het gewicht (in kilo's) te delen door het kwadraat van de lengte in meters. BMI heeft beperkingen op individueel niveau. Aanbevolen wordt om ook de buik- en taille omvang te meten en een body composition monitor te gebruiken voor exactere gegevens over het lichaam.

< 18.5	ondergewicht
18.5 – 24.9	normaal gewicht
25 – 29.9	overgewicht
> 30	obese



## Metabolische leeftijd

Deze functie vergelijkt uw BMR met een gemiddelde BMR die staat voor die leeftijdsgroep

Als uw metabolische leeftijd hoger is dan uw echte leeftijd, dan wijst dit erop dat u uw levensstijl moet verbeteren. Door meer aan lichaamsbeweging te doen zal gezond spierweefsel ontwikkeld worden. Hierdoor zal het metabolisme verbeteren, u gaat meer calorieën verbruiken. Door regelmatig te bewegen en gezond te eten zal de metabolische leeftijd verbeteren.



## Bot massa

De hoeveelheid bot (mineraalgehalte van de botten, calcium of andere mineralen) in het lichaam. Onderzoek heeft uitgewezen dat lichaamsbeweging en de ontwikkeling van spierweefsel in verband staan met sterkere en gezondere botten. Het is onwaarschijnlijk dat er waarneembare veranderingen in de botstructuur zullen zijn gedurende een relatief korte periode. Dit neemt niet weg dat je je gezonde bot massa regelmatig meet, en alert bent op lange termijn veranderingen.

Gewicht – vrouw	Gewicht gezonde botmassa
Minder dan 50kg	1.95kg
Tussen 50kg – 75kg	2.40kg
Over 76kg	2.95kg
Gewicht – man	Gewicht gezonde botmassa
Minder dan 65kg	2.65kg
Tussen 65kg – 95kg	3.29kg
Over 95kg	3.69kg



## BMR

Het basaal metabolisme (BMR) of ruststofwisseling, is de minimum hoeveelheid energie die het lichaam,

nodig heeft in rusttoestand om optimaal te functioneren. Ongeveer 70% van het dagelijks verbruik van calorieën is voor het basaal metabolisme bestemd. Een toename van de spiernmassa leidt tot een toename van het basaal metabolisme. Meer calorieën worden verbrandt en het vet percentage gaat naar beneden. BMR metingen worden gebruikt als basis voor je persoonlijke voedingsplan, gebaseerd op je activiteiten niveau. Een persoon met een hoog BMR verbrandt meer calorieën tijdens rust dan een persoon met een laag BMR.

- = lage verbranding, je lichaam verbrandt calorieën langzaam

0 = gemiddelde verbranding, je lichaam werkt efficient

+ = hoge verbranding, je lichaam werkt bijzonder efficient



## Visceraal vet

Deze functie geeft de waarde van visceraal vet in het lichaam weer. Visceraal vet is vet dat zich in de buikholte bevindt, en zowel in- als rond de vitale organen in het romp- (abdominaal) gebied zit. Onderzoek wijst uit dat zelfs wanneer je gewicht en lichaamsvet constant blijft, de verspreiding van vet verandert als je ouder wordt. Het is zelfs heel aannemelijk dat vet zich zal verplaatsen naar het rompgebied, in het bijzonder rond de 50 jaar. Door er een gezond niveau van visceraal vet op na te houden kan het risico op bepaalde ziektes zoals hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk en de aanzet tot type 2 diabetes verminderd worden.

De lichaamssamenstelling monitoren van Tanita geven een visceraal vetwaarde tussen 1 - 59.

Waarde tussen 1 - 12 wijst op een gezond visceraal vetgehalte

Waarde tussen 13 - 59 te hoog visceraal vetgehalte



### Totaal lichaamsvocht % (TBW %)

Water speelt een cruciale rol in veel van de lichaamsprocessen en is in elke cel, elk orgaan en weefsel terug te vinden. Door een gezond niveau aan lichaamswater aan te houden, verzekert men de efficiëntie van de lichaamsfuncties en vermindert men het risico op het ontwikkelen van gerelateerde gezondheidsproblemen. Water wordt verloren door urine, transpiratie en ademen, daarom is het belangrijk om de hele dag door te drinken.

De hoeveelheid vocht dat een persoon moet innemen verschilt per persoon en per dag en wordt natuurlijk beïnvloedt door de temperatuur en door fysieke activiteiten. Experts raden aan om minstens 2 liter water per dag te drinken.

Een goede vochthuishouding verbetert de concentratie, (sport) prestaties en het algemeen welbevinden.

De gezonde waarden zijn:

Vrouwen 45% – 60%  
Mannen 50% – 65%  
Kinderen 60% - 75%  
Atleten + 5%

Mensen met een hoog lichaamsvet percentage kunnen in de te lage lichaamsvocht waarden vallen. Als het lichaamsvet vermindert dan zal het lichaamsvocht % over tijd verbeteren.



### Fysiek / lichaamsbouw in 9 types

Deze functie bepaalt je fysiek / lichaamsbouw op basis van de verhouding tussen lichaamsvet en spiermassa. Als je actiever wordt en de hoeveelheid lichaamsvet afneemt en je spiermassa toeneemt, zal je fysiek in overeenstemming hiermee veranderen.



De spierkwaliteits score geeft de "kwaliteit (toestand) van de spier aan", die verandert door factoren zoals leeftijd en fitness. De spieren van jongeren of degenen die regelmatig oefenen, zijn normaal gesproken in een goede staat, maar de toestand van de spieren verslechtert bij ouderen of diegenen die niet genoeg bewegen. InnerScan monitor gebruikt 2 verschillende frequenties om de bioelectrische impedantie te

meten, en deze resultaten worden gebruikt om de spierstand te evalueren met behulp van de spierkwaliteits score.



Spierkwaliteit; Geeft de kwaliteit / toestand van de spier aan die verandert volgens factoren zoals leeftijd en fitness. De spieren van

jongeren of degenen die regelmatig trainen zijn normaal gesproken in een goede staat. De toestand van de spieren verslechtert bij ouderen en degenen die niet genoeg oefening krijgen.

### Problemen oplossen

"Lo" verschijnt op het display -> Controleer de polariteit van de batterijen en plaats ze correct. De batterijen zijn bijna op, vervang de batterijen snel.

"OL" verschijnt op het display tijdens gebruik -> Het maximumgewicht (weegvermogen) 200kg wordt overschreden. (Metingen kunnen niet worden genomen)

"Err" verschijnt op het display na de meting -> Zijn de persoonlijke gegevensinstellingen correct? Heeft u het verkeerde profiel gekozen? Meetpunten hebben het meetbereik overschreden. (Meting kan niet worden genomen)

"Err pair" "of" Err DATA "verschijnt op het display Zijn de batterijen correct geplaatst? Zijn de batterijen aan vervanging toe? Zijn de smartphone- en de monitor binnen communicatiebereik? Het communicatiebereik voor de Monitor is 5 meter op een onbelemmerde locatie. Is de instelling "Bluetooth" in de smartphone "Instellingen" ingeschakeld?

"Err pair" verschijnt op de display Verwijder de koppelingsgegevens van "Instellingen"> "Bluetooth" op de smartphone en koppel de smartphone opnieuw met de Body Compositions Monitor.

"Err UUID" verschijnt herhaaldelijk. Verwijder de koppelingsgegevens van "Instellingen"> "Bluetooth" op de smartphone en koppel de smartphone opnieuw met de Body Compositions Monitor.

Er verschijnt 'Err c9' op het display Verwijder en vervang de batterijen uit de monitor en stel de datum en tijd weer in. De datum- en tijdsinstellingen zijn gewijzigd Wanneer u de Monitor gebruikt met een smartphone, dan worden de datum- en tijdsinstellingen op de Monitor overschreven door die van de smartphone.

De knop 'Input Data' in de app werkt niet Is de instelling "Bluetooth" in de smartphone "Instellingen" ingeschakeld? Het koppelen tussen de app en de Body Composition Monitor kan alleen als de Body Composition Monitor is uitgeschakeld. Controleer of de stroom van de Body Composition Monitor is uitgeschakeld en probeer het opnieuw.

### Specificaties RD-953

Maximaale Gewichtscapaciteit 200 kg (31st 6 pond)  
Gewichtstijgingen 0-100 kg / 0,05 kg 100-200 kg / 0,1 kg 0-200 lb / 0,1 lb 200-440 lb / 0,2 lb 0-31st 6 lb.  
Persoonlijke gegevens: 4 profielen  
Voeding 4 x AA Alkaline batterijen (test batterijen)  
Stroomverbruik 250mA maximum  
Meetstroom 50kHz, 6,25 kHz, 100uA  
Communicatie methode Bluetooth-versie 4.0 (Low Energy support)

**TANITA**

[www.tanita.eu](http://www.tanita.eu)