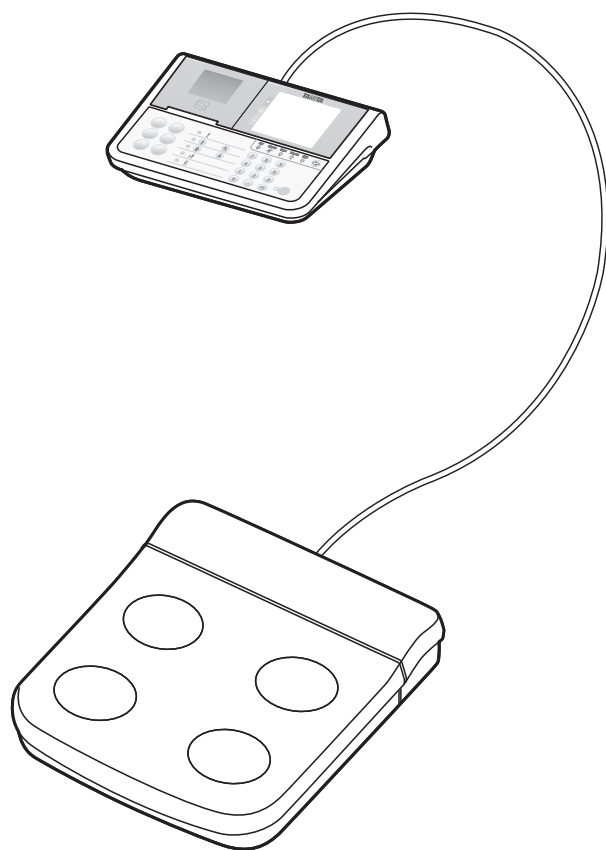


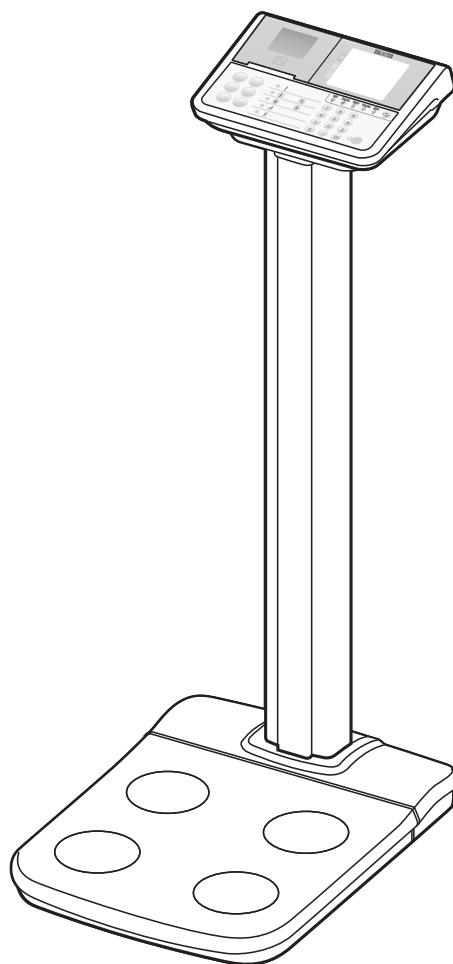
Gebruikshandleiding

BODY COMPOSITION ANALYZER

DC-360



UITVOERING MET EXTERN DISPLAY



UITVOERING OP STANDAARD



Lees deze gebruikshandleiding aandachtig door en bewaar deze voor naslagdoeleinden in de toekomst.

Inhoud

Vorbereiding

Voor uw veiligheid	4
Beschrijving en aansluiting van de apparatuur	8
Printpapier instellen / een SD-kaart plaatsen / de weegschaal plaatsen	10
Stroom.....	12
Instellingen	13

Gebruik

Een meting uitvoeren.....	15
Lichaamssamenstellingsmodus.....	15
Meetresultaten.....	17
Weegschaalmodus.....	19
Verschillende criteria	20
Wat is percentage lichaamsvet?	20
Wat is totaal percentage lichaamswater?	21
Wat is visceraal vetniveau?	21
Wat is basaal metabolisme (basal metabolic rate, BMR)?.....	22
Wat is metabolische leeftijd?.....	22
Wat is spiermassa?	23
Wat is conditieniveau?	23
Wat is botmassa?.....	24
Meetresultaten uitvoeren en opslaan	25

Indien noodzakelijk

Problemen oplossen	31
Technische gegevens	32
De regressieformule voor basaal metabolisme (BMR)	36
Specificaties	38

Voor uw veiligheid

NL

Voorbereiding

In dit hoofdstuk worden de voorzorgsmaatregelen beschreven die u moet nemen om letsel bij de gebruikers van dit apparaat en bij anderen te vermijden en om materiële schade te voorkomen. Neem deze informatie goed in u op voor een veilige bediening van deze apparatuur.



Waarschuwing

Als instructies met deze aanduiding niet worden gevolgd, kan dit leiden tot dodelijk of ernstig letsel.



Let op

Als instructies met deze aanduiding niet worden gevolgd, kan dit leiden tot letsel of materiële schade.



Handelingen met deze aanduiding zijn verboden.



Aanwijzingen met deze aanduiding moeten altijd worden gevolgd.



Waarschuwing



Verboden

Deze apparatuur mag niet worden gebruikt bij personen met een pacemaker of andere mechanische implantaten.

Deze apparatuur laat een zwak elektrisch signaal door het lichaam gaan dat kan interfereren met elektrische medische implantaten en storingen kan veroorzaken, wat tot ernstig letsel kan leiden.



Pak de stekker niet vast met natte handen.

Dit kan een elektrische schok, brand of lekkage tot gevolg hebben.

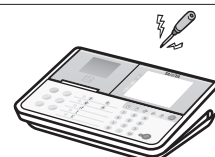


Houd deze apparatuur uit de buurt van brandbare gassen en zuurstofrijke omgevingen.



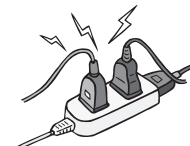
Wijzig deze apparatuur op geen enkele wijze.

Dit kan leiden tot elektrische schokken of letsel of van invloed zijn op de nauwkeurigheid van analyses.



Gebruik geen multistekkerdoos.

Dit kan brand tot gevolg hebben.



Let op



Verboden

Uit de buurt houden van water.

Niet gebruiken bij personen met een metaalallergie.

Het roestvaste staal in de elektroden van dit apparaat kunnen allergische reacties veroorzaken.

Spring niet op de apparatuur.

Leun niet op de apparatuur.

Gebruik de apparatuur niet nabij andere producten die elektromagnetische golven uitstralen.

Steek geen vingers in openingen of gaten.

Oefen geen kracht uit op het display.

Het schermpaneel kan breken en letsel veroorzaken.

Help personen met een handicap en kinderen onder 15 jaar.

Als iemand met een handicap of een kind onder 15 jaar de meting niet alleen kan uitvoeren, moet een ander die bekend is met het apparaat deze persoon helpen.



Doe dit altijd...

Reinig het weegplateau na ieder gebruik met een geschikt desinfecterend middel.

Raak een persoon tijdens de meting niet aan, om meetfouten te voorkomen.

Let op of zich iets ongewoons voordoet bij de onderzochte persoon of de apparatuur.

Als zich iets ongewoons voordoet bij de persoon of de apparatuur, neemt u passende maatregelen, zoals stoppen van de apparatuur, en zorgt u voor de veiligheid van die persoon.

Gebruik de bijgeleverde wisselstroomadapter.

Leun niet tegen de apparatuur.

Trek de stekker van het netsnoer uit de apparatuur wanneer u deze verplaatst.

Zet de stelvoetjes vast wanneer u de apparatuur verplaatst.

De analyseresultaten moeten worden geïnterpreteerd door een deskundige, bijvoorbeeld voor evaluatie van de metingen en opstelling van bewegingsprogramma's op basis van de resultaten.

Maatregelen voor gewichtsverlies en beweging op basis van zelfanalyse kunnen schadelijk zijn voor uw gezondheid. Volg altijd het advies van een gekwalificeerde deskundige.

Voor nauwkeurige metingen

Vermijd meting na een zware training.

Dit kan leiden tot onnauwkeurige metingen. Voer metingen uit na voldoende rust.



Vermijd meting na veel eten of drinken of bij dehydratatie.

Dit kan leiden tot onnauwkeurige metingen. Vermijd gebruik onmiddellijk na het slapen voor een grotere nauwkeurigheid. Gebruik de apparatuur telkens op dezelfde tijd, minstens drie uur na een maaltijd.



Zorg dat tijdens de meting de dijen elkaar niet raken aan de binnenkant. Plaats indien nodig een droge handdoek tussen de dijen.

Voer geen metingen uit terwijl zendapparatuur wordt gebruikt, zoals mobiele telefoons, want dit kan de registratie beïnvloeden.

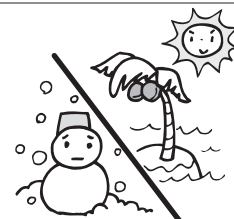
Gebruik de apparatuur telkens zo veel mogelijk in dezelfde omstandigheden en in dezelfde houding om veranderingen nauwkeurig te volgen.

Registraties worden beïnvloed door het niveau van hydratatie en de lichaamshouding. Gebruik de apparatuur telkens op hetzelfde tijdstip van de dag, in dezelfde omstandigheden en in dezelfde lichaamshouding.



Vermijd meting op verschillende locaties met sterk uiteenlopende temperaturen.

Dit kan leiden tot onnauwkeurige metingen. Laat de apparatuur minstens 2 uur ongebruikt staan nadat deze is verplaatst naar een locatie met een temperatuurverschil van 20°C of meer.



Zorg dat de voetzolen nagenoeg vrij zijn van vuil, omdat dit de zwakke elektrische stroom kan blokkeren.

De blote voeten moeten correct op het weegplateau worden geplaatst. Houd de armen recht omlaag tijdens de meting.

Gebruik de apparatuur op een stabiele ondergrond.

Als de apparatuur niet stabiel staat, kunnen meetfouten optreden.

Neem de apparatuur niet af met bijtende chemicaliën (benzine, reiniger, enz.). Gebruik een neutraal reinigingsmiddel om de apparatuur te reinigen.

Gepland onderhoud

TANITA beveelt aan dat iedere instelling ieder toestel periodiek laat controleren.

1. Controleer het volgende minstens een keer per dag:
 - Het toestel staat op een stabiele vlakke ondergrond, dat wil zeggen een stevige vloer, niet een dik tapijt
 - De instelling van de datum en tijd
2. Voer minstens een keer per week de volgende visuele inspectie uit:
 - Controleer het display op schade of vuil
 - Controleer alle kabels, snoeren en stekkers op beschadiging of vuil
 - Controleer alle veiligheidslabels op leesbaarheid
 - Controleer alle accessoires (elektroden, enz.) op slijtage of beschadiging
3. Voer minstens een keer per maand de volgende visuele inspectie uit:
 - Montageschroeven op de standaard

Werk instellingen bij, vervang items of bel voor service als dat nodig is naar aanleiding van de visuele inspecties. Gebruik het toestel niet als u tekenen van schade ziet. Apparatuur die beschadigd is, moet door gekwalificeerd personeel worden gecontroleerd op een goede werking voordat deze opnieuw wordt gebruikt.

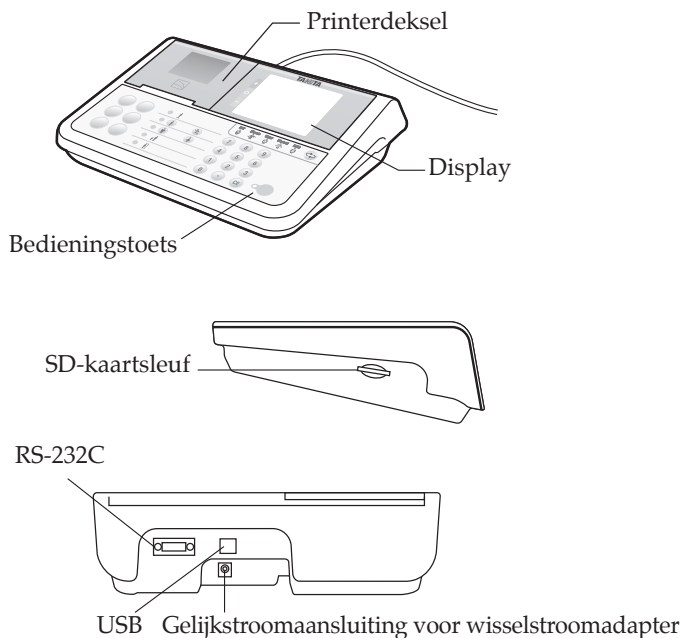
Beschrijving en aansluiting van de apparatuur

NL

Voorbereiding

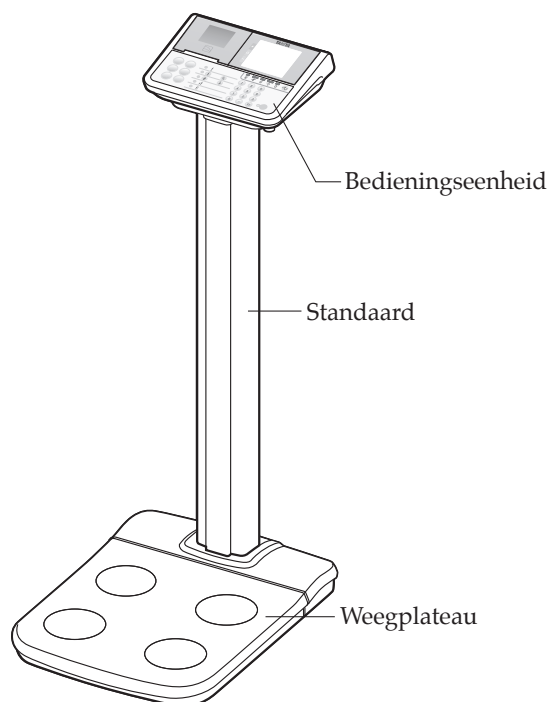
Uitvoering met extern display

Bedieningseenheid

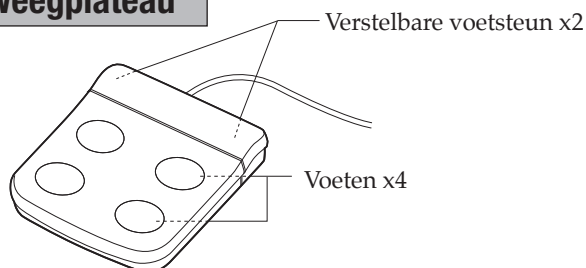


*Er is ofwel een RS-232C- of een USB-aansluiting.

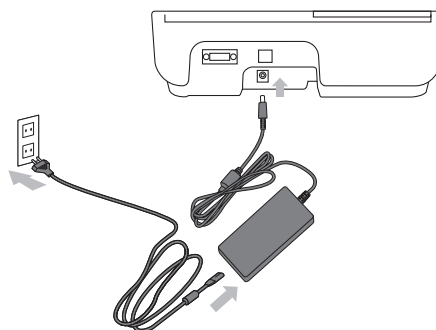
Uitvoering op standaard



Weegplateau



Aansluiting op de stroomtoevoer



Symbolen en hun betekenis

	Positieve polariteit		Serienummer
	Wisselstroom		Gelijkstroom
	Invoer, uitvoer		WEEE - richtlijn voor afgedankte elektrische en elektronische apparatuur
	Let op Raadpleeg de bijgaande opmerkingen.		Uitsluitend voor gebruik binnenshuis
	SD-kaart		Raadpleeg de instructies
	Seriële interface		Fabrikant

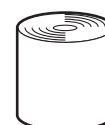
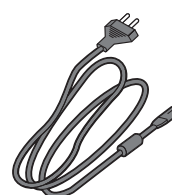
*Het SD-logo is een gedeponeerd handelsmerk van SD Association.

Accessoires

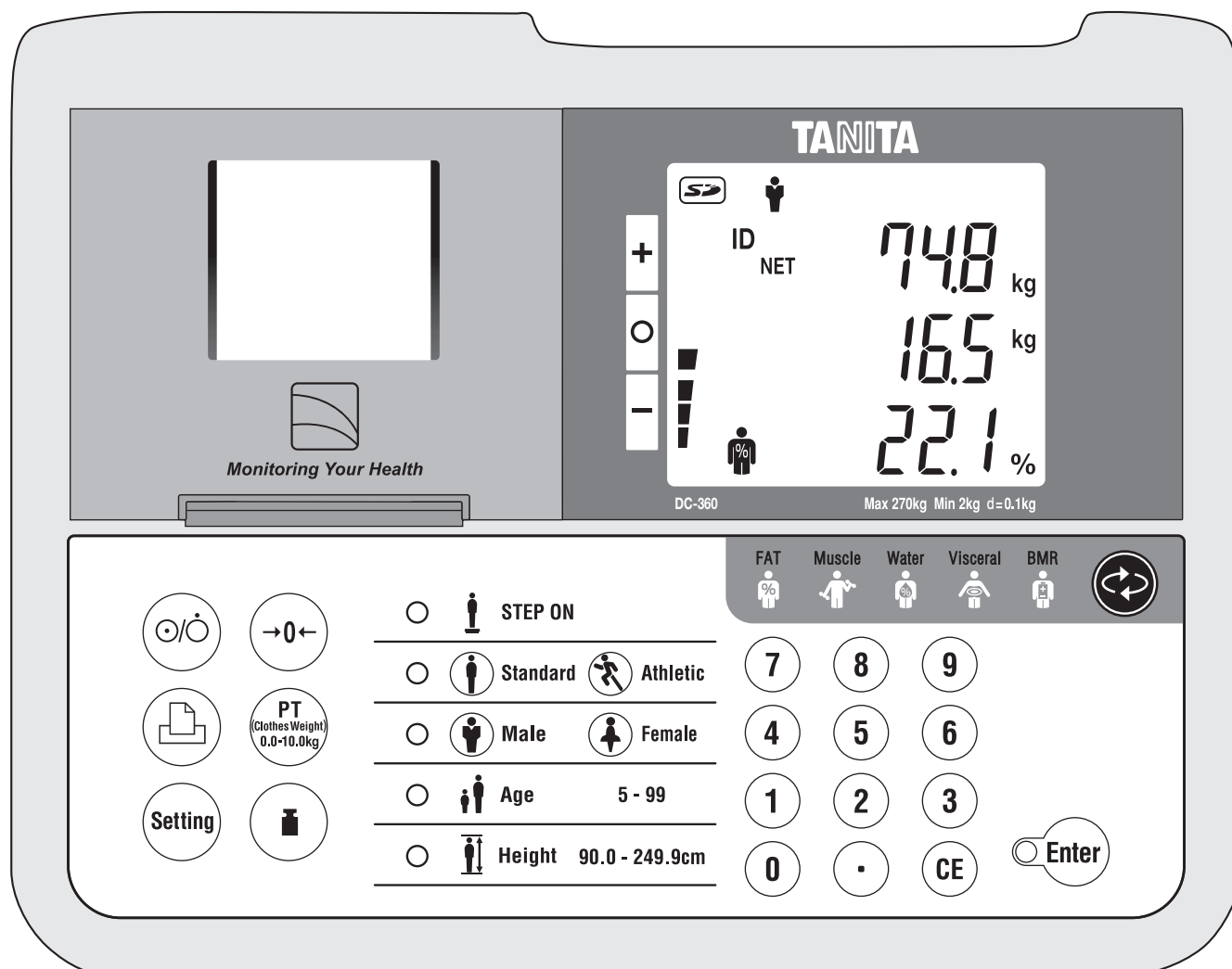
- ☒ Deze gebruikshandleiding
- ☐ Wisselstroomadapter

☐ Netsnoer

☐ Printpapier
















Display en toetsen



Betekenenissen van de led-indicators en toetsen

	AAN/UIT-knop
	Printpapiertoevoer
	Instelling van verschillende functies
	Terugzetten op nulpunt
	Vooraf ingestelde waarde instellen (Kledinggewicht)
	Meetmodus selecteren
	Meetdisplay selecteren

	Display lichaamsvet (percentage en massa) *Geen gemeten waarde maar berekende waarde		
	Display lichaamsspieren (percentage en massa) *Geen gemeten waarde maar berekende waarde		
	Display lichaamswater (percentage en massa) *Geen gemeten waarde maar berekende waarde		
	Display visceraal vetniveau		Display basaal metabolisme

<input type="radio"/>  STEP ON	Aanduiding voor opstappen		
<input type="radio"/>  Standard	<input type="radio"/>  Athletic	Selecteer als lichaamstype “Standaardmodus” of “Atletische modus”	
<input type="radio"/>  Male	<input type="radio"/>  Female	Kies voor het geslacht “Man” of “Vrouw”	
<input type="radio"/>  Age	5 to 99	Voer de leeftijd tussen “5” en “99” jaar in	
<input type="radio"/>  Height	90.0 to 249.9cm	Voer de lengte tussen “90,0 cm” en “249,9 cm” in	
	Bevestigt de ingevoerde numerieke waarde.		

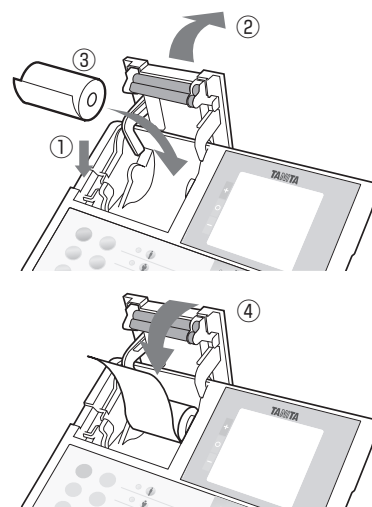
Printpapier instellen / een SD-kaart plaatsen / de weegschaal plaatsen

NL

Voorbereiding


Printpapier instellen

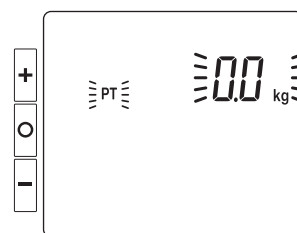
- 1** (1) Zet het apparaat **UIT** en druk op de hendel aan de linkerkant van de controller.
(2) Open de printerdeksel.
(3) Breng het printpapier aan.
Trek de plakstrook eraf en trek ongeveer 10 cm van het printpapier naar buiten.
(4) Breng de printerdeksel weer in de oorspronkelijke stand.



- 2** Druk op  om het apparaat aan te zetten.

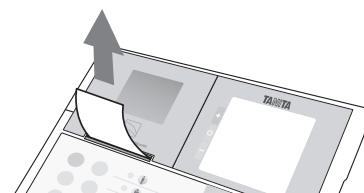
Nadat alle indicatoren zijn weergegeven, wordt  weergegeven.

Als u het apparaat hebt aangezet terwijl de printerdeksel open stond, wordt  weergegeven.



- 3** Druk op . Het printpapier wordt automatisch afgesneden en het papier is gereed voor gebruik.

Papier wordt niet automatisch afgesneden als 'Auto Cut' (Automatisch afsnijden) is ingesteld op 'Off' (Uit).



Opmerking

Instelling voor automatisch afsnijden → Zie p. 13 instelling 4

Een SD-kaart plaatsen

- 1** Wanneer de stroom is uitgezet, plaatst u een SD-kaart in de sleuf met het logo naar boven.

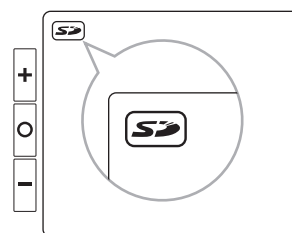
Zorg dat de kaart in de juiste richting wijst wanneer u deze aanbrengt.



- 2** Druk op  om het apparaat aan te zetten.

- 3** Zodra het apparaat de SD-kaart detecteert, wordt in de linkerbovenhoek van het scherm een markering weergegeven.

Zorg dat de stroom van het apparaat is uitgeschakeld wanneer u de SD-kaart plaatst of verwijdt, om beschadiging van de SD-kaart te vermijden.



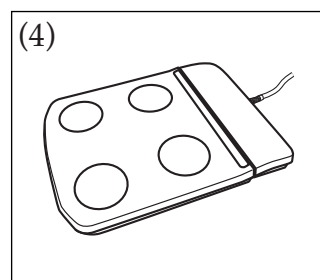
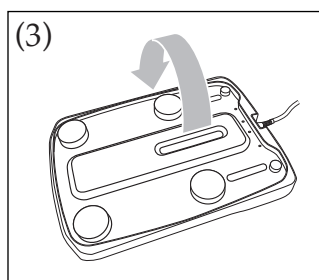
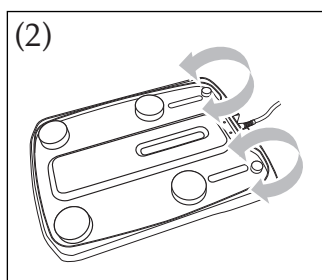
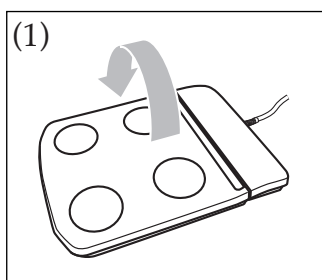
Opmerking

Compatibel met SD- en SDHC-geheugenkaarten
Niet compatibel met SDXC-geheugenkaarten

De weegschaal plaatsen

Zorg dat alle vier (4) voetjes de vloer even goed raken voor een optimale nauwkeurigheid van de weegschaal.

Voor een nog grotere nauwkeurigheid en veiligheid plaatst u de twee verstelbare steunvoetjes zo dat deze net contact maken met de vloer (niet te ver naar buiten bewegen).



De stroomtoevoer AAN of UIT zetten

De stroomtoevoer AAN zetten.

Druk op de toets  om de stroomtoevoer aan te zetten.

Het startscherm wordt weergegeven.

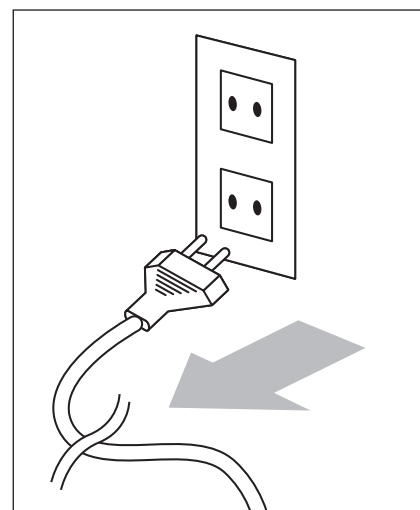



Zet de stroomtoevoer UIT.

Druk op de toets  om de stroomtoevoer uit te zetten.

Nooduitschakeling

Houd voor noodgevallen de ruimte rondom de stekkeraansluiting vrij tijdens het gebruik van de apparatuur.



- 1 Druk op de toets  om naar een andere modus te gaan.
Het instellingenschermb wordt weergegeven.



Opmerking

- De toets  kan niet worden gebruikt terwijl de weegschaal iemands gewicht meet of terwijl resultaten worden weergegeven wanneer iemand na een meting op het weegplateau staat.

- 2 Selecteer een van de onderstaande items voor instelling.
Voer numerieke waarden in en druk op de toets .

Items voor instelling  → Wijzigingen opslaan en teruggaan

 → Ingevoerde waarde corrigeren of annuleren

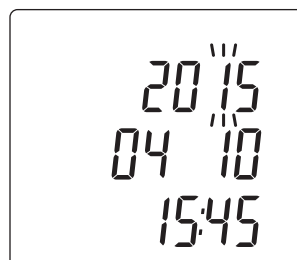
0	Controleer de softwareversie	11	Automatische registratie van invoertijdstip (0-9 seconde(n)) (Standaard: 0) * 0: schakelt deze functie uit
1	Datum en tijd * Datum en tijd → #Zie Opmerking hieronder	18	Invoer doel lichaamsvet (0: uit 1: aan) (Standaard: 0)
2	Automatisch af te drukken getal (0-3 vel(len)) (Standaard: 1)	19	Afdruktaal (1: Engels, 2: Frans, 3: Duits, 4: Spaans, 5: Italiaans, 6: Turks) (Standaard: 1)
4	Automatisch afsnijden (0: uit 1: aan) (Standaard: 1)	20	Afdrukgegevens (1: volledig 2: beknopt) (Standaard: 1)
5	Geluidssignaal (0: uit 1: aan) (Standaard: 1)	21	Time-outfunctie van resultaatweergave (0: uitschakelen 1: inschakelen) (Standaard: 0)
7	ID-nummer (automatisch volgnummer) (0: uit 1: aan) (Standaard: 0)	23	Weergave kJ-eenheid BMR AAN/UIT (0: uit 1: aan) (Standaard: 1)
8	Meetvolgorde (0: uit Twee stappen / lichaamsgewicht eerst 1: aan Een stap (persoonsgegevens eerst) (Standaard: 0) * Meetvolgorde → Zie p. 15	32	Wijziging standaard BMI-bereik (0: 18,5-25 1: 18,5-24 2: (18,5-23) (Standaard: 0)
9	Selectie lichaamstype (atletisch) (0: uit 1: aan) (Standaard: 1) * Atletische modus → Zie p. 15 & p. 30	45-67	Instelling voor afdrukitems (0: uit 1: aan) → #Zie p. 26
10	Invoer hoogte (0: uit Stappen van 0,1 cm 1: aan stappen van 1 cm) (Standaard: 0)	80	SD-kaartmodus → #Zie p. 29

Opmerking

Voer het jaar, de maand, de dag, het uur en de minuut in.
De datumindeling is "jjjj mm dd uu:mm"
(Invoerbereik datum: 2015 01 01 00:00 tot 2099 12 31 23:59)

Voorbeeld 3:45 pm, 10 april 2015
"2015" "04 10" "15:45"

Voer voor een waarde van 1 cijfer (0 t/m 9) eerst een "0" in.




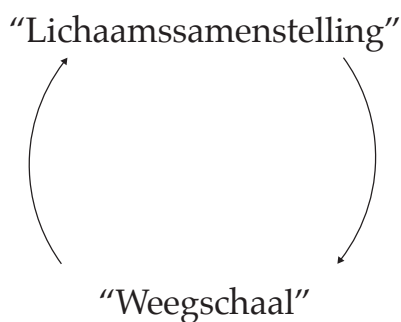
Instellingen (vervolg)


NL

De meetmodus selecteren

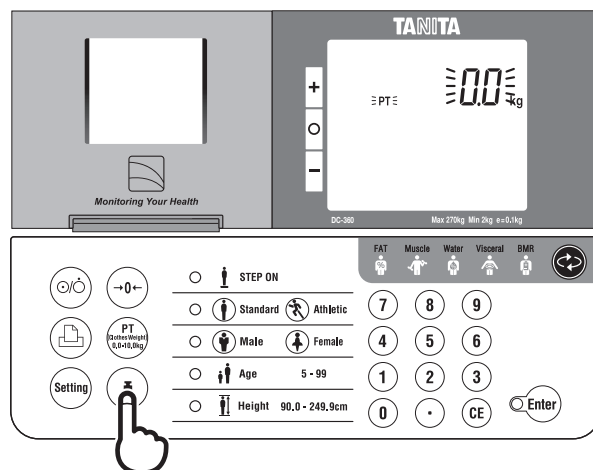
Druk op de toets  om de meetmodus te selecteren.

Wanneer u op de toets  drukt, worden de meetmodi in de volgende volgorde afgewisseld:

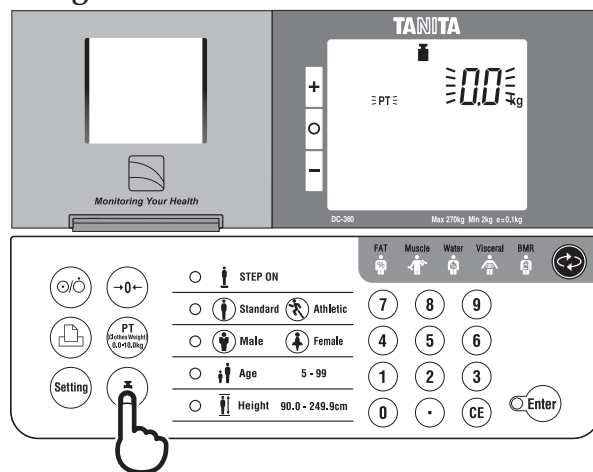


De aanduiding "" wordt weergegeven wanneer u de Weegschaalmodus selecteert.

Lichaamssamenstellingsmodus



Weegschaalmodus



Een meting uitvoeren

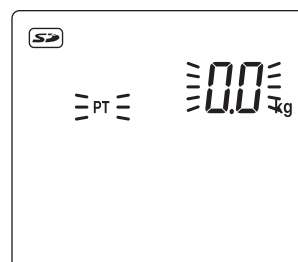
NL

Gebruik

Lichaamssamenstellingsmodus (Twee stappen Lichaamsgewicht eerst)

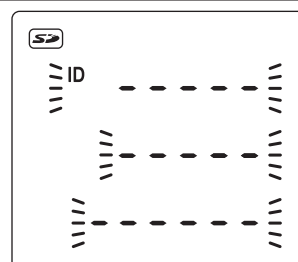
1 Voer de vooraf ingestelde tarra waarde (kledinggewicht) in

Zet de apparatuur aan en controleer of de aanduiding "PT" wordt weergegeven. Voer de vooraf ingestelde tarra waarde (kledinggewicht) in U kunt een tarra waarde van 0,0 tot 10,0 kg invoeren.



2 Voer het ID-nummer in

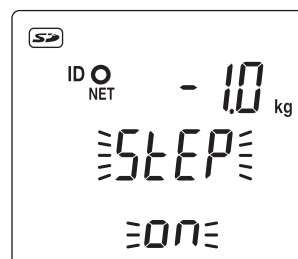
Als de functie voor het ID-nummer is uitgeschakeld, gaat de weegschaal direct verder bij "Meet het lichaamsgewicht" zonder om een ID-nummer te vragen. Als de functie voor het ID-nummer is ingeschakeld, wordt automatisch het eerstvolgende volgnummer ingesteld. Als u dit ID-nummer handmatig wilt wijzigen, drukt u op **CE** en voert u het gewenste nummer in. Het geldige bereik voor het ID-nummer is: 0 tot 9999999999999999



Opmerking Instelling voor ID-nummer → Zie p. 13 instelling 7

3 Meet het lichaamsgewicht

Stap blootvoets op het weegplateau wanneer "StEP on" gaat knipperen. Wanneer u een tarra waarde (kledinggewicht) hebt ingevoerd, wordt "NET" weergegeven. Het pictogram "Stabiel" (●) wordt weergegeven bij een stabiele belasting.



Opmerking

Wanneer u Een stap hebt geselecteerd, moet u eerst persoonsgegevens invoeren. → Zie p. 13 instelling 8

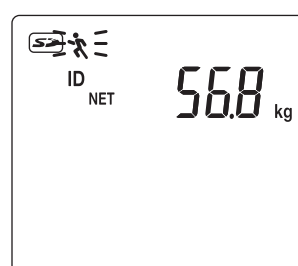
Als de weegschaal geen gewicht detecteert, drukt u op **PT** (0,0-10,0kg) om over te schakelen naar "Invoer tarra waarde".

Als de weegschaal het gewicht wel detecteert, drukt u op **PT** (0,0-10,0kg) om de ingevoerde tarra waarde weer te geven.

4 Selecteer het lichaamstype Standard Athletic

Als selectie van het lichaamstype (Atletische modus) is ingesteld op OFF (UIT), gaat de weegschaal direct verder bij "Selecteer het geslacht" zonder om een lichaamstype te vragen.

De aanduiding "A" wordt weergegeven wanneer de Atletische modus wordt geselecteerd.



Opmerking Instelling Atletische modus → Zie p. 13 instelling 9
Voorwaarde voor Atletisch → Zie p. 30

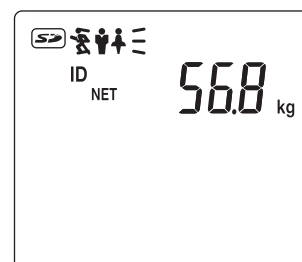
Een meting uitvoeren (vervolg)

NL

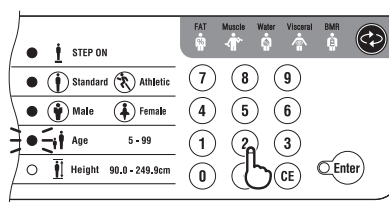
Gebruik

Lichaamssamenstellingsmodus

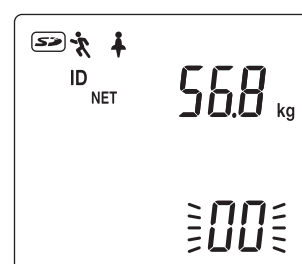
5 Selecteer het geslacht  Male  Female



6 Voer de leeftijd in  Age

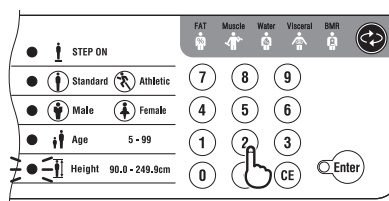


Het bereik voor de leeftijd is: 5 tot 99

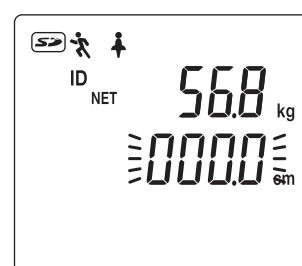


7 Voer de lengte in  Height

Het bereik voor de lengte is:
90,0 tot 249,9 cm



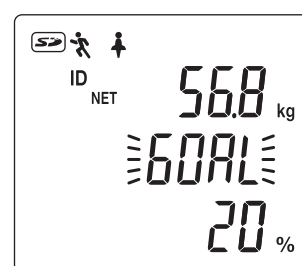
Opmerking Instelling voor Invoer lengte-eenheid → Zie p. 13 instelling 10



8 Voer het doel voor lichaamsvetgehalte in

Als de functie voor het doelgehalte voor lichaamsvet is uitgeschakeld, gaat de weegschaal direct verder bij "Meet de impedantie" zonder om de doelwaarde te vragen. Het bereik voor het lichaamsvetgehalte is: 4 tot 55%

Opmerking Invoer streefwaarde lichaamsvetgehalte → Zie p. 13 instelling 18



9 Meet de lichaamssamenstelling

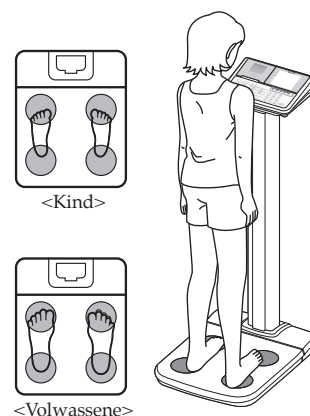
De weegschaal begint de impedantie te meten nadat u alle persoonsgegevens hebt ingevoerd.

Wacht totdat "StAY" wordt weergegeven en blijf staan zolang de meting wordt uitgevoerd.

De meting is voltooid wanneer alle "ooooo" verdwijnen.

De weegschaal geeft de meetresultaten weer nadat de impedantie van het hele lichaam is gemeten.

De volgende meting begint wanneer u op  drukt.




Meetresultaten

Uitvoer van meetresultaten (Lichaamssamenstellingsmodus)

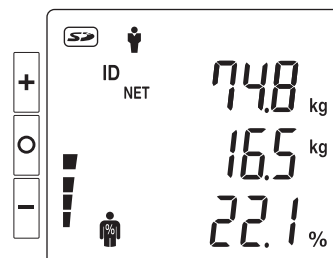
Nadat de meting is voltooid, worden de meetresultaten weergegeven op het LCD-scherm.

Direct nadat de meting is voltooid, worden de resultaten uitgevoerd naar de pc.

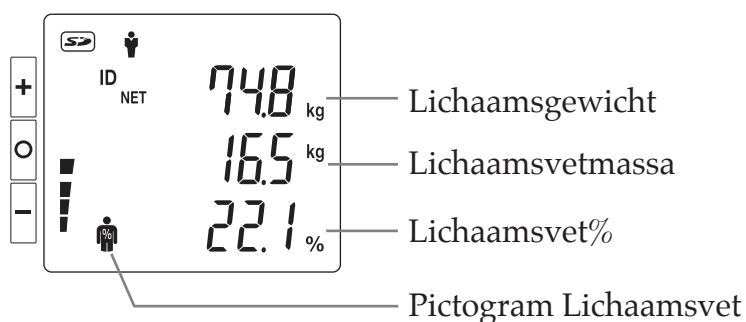
Druk op de toets  om weergave van de meting te selecteren.

Wanneer u op de toets  drukt, worden de meetweergaven in de volgende volgorde afgewisseld.

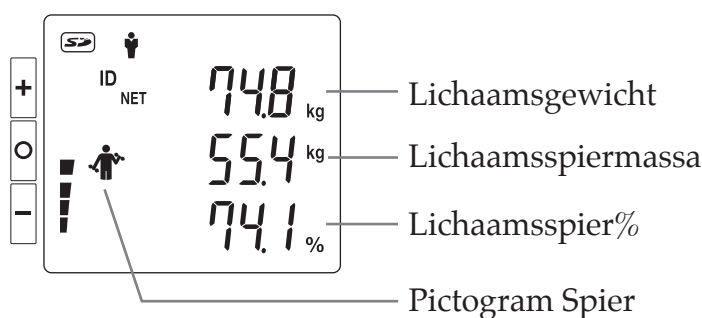
→ "Vet" → "Spier" → "Lichaamswater" → "Viscerale vetniveau" → "Basaal metabolisme" → "BMI"



Lichaamsvet (Van toepassing op leeftijd: 5 tot 99)



Spier (Van toepassing op leeftijd: 5 tot 99)



*Spiermassa vergeleken met de gemiddelde bevolking.

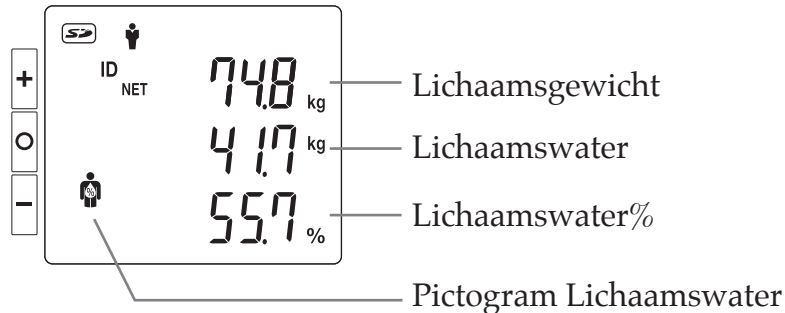
Een meting uitvoeren (vervolg)

NL

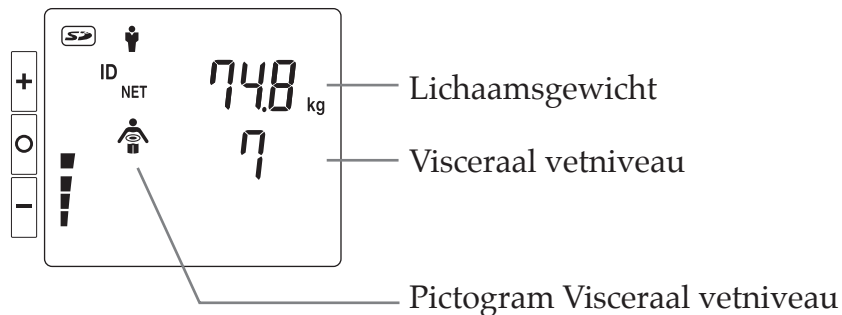
Gebruik

Meetresultaten

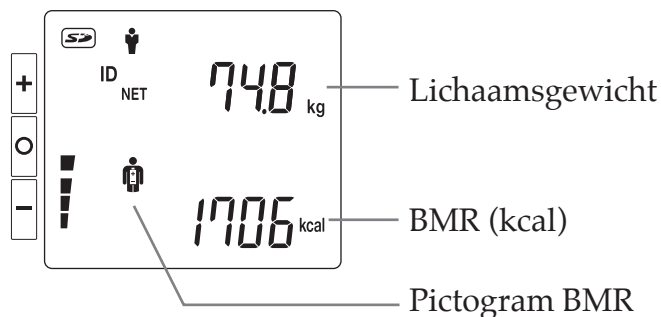
 **Totaal lichaamswater** (Van toepassing op leeftijd: 5 tot 99)



 **Visceraal vetniveau** (Van toepassing op leeftijd: 18 tot 99)



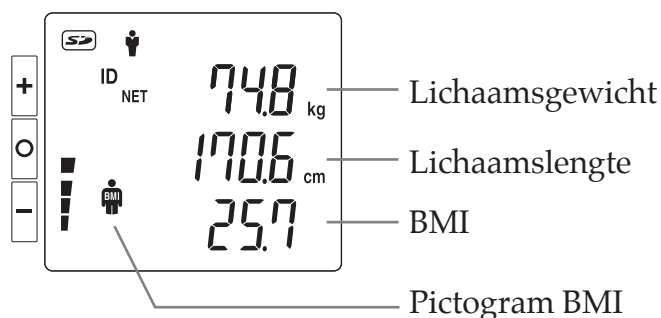
 **Basaal metabolisme** (Van toepassing op leeftijd: 18 tot 99)



*Basaal metabolisme vergeleken met de gemiddelde bevolking.

Opmerking Weergave kJ-eenheid BMR AAN/UIT → Zie p. 13 instelling 23


Body Mass Index (BMI) (Van toepassing op leeftijd: 5 tot 99)

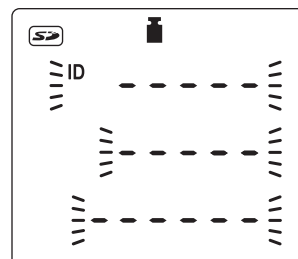


Weegschaalmodus

Het pictogram “” wordt weergegeven wanneer de Weegschaalmodus wordt geselecteerd.

1 Voer het ID-nummer in

Als de functie voor het ID-nummer is uitgeschakeld, begint de weegschaal onmiddellijk met de gewichtsmeting. Als de functie voor het ID-nummer is ingeschakeld, wordt automatisch het eerstvolgende volgnummer ingesteld. Als u dit ID-nummer handmatig wilt wijzigen, drukt u op  en voert u het gewenste nummer in. Het geldige bereik voor het ID-nummer is 0 tot 9999999999999999.



Druk op  om de tarra waarde (kledinggewicht) in te voeren. U kunt een tarra waarde van 0,0 tot 10,0 kg invoeren.

Opmerking Instelling voor ID-nummer → Zie p. 13 instelling 7

2 Meet het lichaamsgewicht

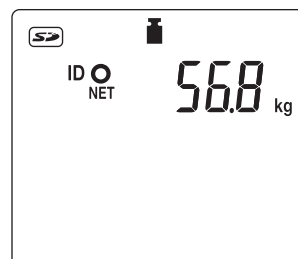
Stap op het weegplateau wanneer “**STEP on**” gaat knipperen.

Wanneer u een tarra waarde (kledinggewicht) hebt ingevoerd, wordt “**NET**” weergegeven.

Het pictogram “Stabiel” () wordt weergegeven bij een stabiele belasting.

Het pictogram “Stabiel” () wordt verborgen bij een onstabiele belasting.

Wanneer de weegschaal stabiel wordt belast, worden de meetresultaten via de USB-poort uitgevoerd en op een SD-kaart opgeslagen.



Verschillende criteria

NL

Gebruik

- Wat is het percentage lichaamsvet? (Van toepassing op leeftijd 5 tot 99)

Het percentage lichaamsvet is het aandeel van de hoeveelheid lichaamsvet in uw lichaamsgewicht. Aangetoond is dat het reduceren van een te hoog gehalte aan lichaamsvet zorgt voor een verminderde kans op bepaalde aandoeningen, zoals hoge bloeddruk, hartziekten, diabetes en kanker. De onderstaande tabel laat zien welke niveaus van lichaamsvet gezond zijn.

Lichaamsvetbereiken voor gemiddelde kinderen ¹
Lichaamsvetbereiken voor gemiddelde volwassenen ²

¹ Susan Jebb et al. *Obesity Research* [o2] 2004;12:A156-157
"New Body Fat Reference Curves for children"

² Gallagher D et al. *Am J Clin Nutr* 2000;72:694-701.
"Healthy percentage body fat ranges: an approach for developing guidelines based on body mass index."

	Vettekort	Gezond	Vetoverschot	Obesitas
Vrouwen Leeftijd	5	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	6	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	7	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	8	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	9	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	11	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	13	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	14	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	15	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	16	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	17	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	18	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	19	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	20-39	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	40-59	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	60-	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
Mannen Leeftijd	5	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	6	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	7	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	8	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	9	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	11	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	13	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	14	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	15	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	16	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	17	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	18	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	19	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	20-39	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	40-59	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45
	60-	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19	20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45

Copyright © 2004 TANITA Corporation. Alle rechten voorbehouden.

Indicatie van gezond bereik

De Body Composition Analyzer vergelijkt automatisch uw uitgelezen percentage lichaamsvet met de gezonde bereiken voor lichaamsvet in de tabel. Nadat uw percentage lichaamsvet is berekend, gaat de balk links op het display branden om aan te geven waar u zich bevindt in het lichaamsvetbereik voor uw leeftijd en geslacht.



(+): Vetoverschot en obesitas

Vetoverschot; boven het gezonde bereik. Verhoogd risico op gezondheidsproblemen.
Obesitas; ver boven het gezonde lichaamsvetbereik.
Sterk verhoogd risico op gezondheidsproblemen die samenhangen met obesitas.

(O): Gezond; binnen het bereik voor een gezond percentage lichaamsvet voor uw leeftijd / geslacht.

(-): Vettekort; onder het gezonde lichaamsvetbereik. Verhoogd risico op gezondheidsproblemen.

***Opmerking:** Atleten kunnen een lager percentage lichaamsvet hebben, afhankelijk van hun specifieke sport of activiteit.

- Wat is het totale percentage lichaamswater? (Van toepassing op leeftijd 5 tot 99)

Het totale percentage lichaamswater is de totale hoeveelheid vocht in iemands lichaam, uitgedrukt als een percentage van diens totale gewicht.

Water speelt een cruciale rol in veel lichaamsprocessen en wordt aangetroffen in alle cellen, weefsels en organen. Het handhaven van een gezond percentage lichaamswater zorgt ervoor dat het lichaam efficiënt functioneert en hierdoor wordt het risico op het krijgen van gerelateerde gezondheidsproblemen verlaagd. Uw lichaamswaterniveau vertoont een natuurlijke schommeling gedurende de dag en de nacht. Na een lange nacht neigt het lichaam naar dehydratatie en er zijn verschillen in vloeistof distributie tijdens de dag en de nacht. Uw hydratationiveau kan worden beïnvloed door grote maaltijden, het drinken van alcohol, menstruatie, ziekte, beweging en baden.

Het percentage lichaamswater geldt als een richtlijn en moet niet worden gebruikt als nauwkeurige vaststelling van uw aanbevolen totale percentage lichaamswater. Het is belangrijk om te letten op de langetermijnveranderingen in uw percentage lichaamswater en een constant, gezond percentage lichaamswater te handhaven.

Uw waterniveau verandert niet onmiddellijk als u in een keer een grote hoeveelheid water drinkt. In feite wordt dan zelfs meer lichaamsvet gemeten door de extra gewichtstoename. Bekijk alle uitgelezen waarden in de loop der tijd om de relatieve veranderingen te volgen.

Mensen verschillen per persoon, maar als richtlijn gelden de volgende totale percentages lichaamswater als gezond voor volwassenen:

Vrouwen: 45 tot 60%

Mannen: 50 tot 65%

Bron: Gebaseerd op Tanita's intern onderzoek

Opmerking: Het totale percentage lichaamswater daalt meestal wanneer het percentage lichaamsvet toeneemt. Iemand met een hoog percentage lichaamsvet kan een minder dan gemiddeld percentage lichaamswater hebben. Naarmate u meer lichaamsvet verliest, moet het totale percentage lichaamswater langzaam stijgen tot de bovenstaande gebruikelijke waarden.

- Wat is het viscerale vetniveau? (Van toepassing op leeftijd 18 tot 99)

Deze functie geeft de hoeveelheid visceraal vet uw lichaam weer.

Visceraal vet is het vet in de buikholte rond de vitale organen in de romp (buik). Onderzoek heeft aangetoond dat zelfs als uw gewicht en lichaamsvet constant blijven, de vetverdeling over uw lichaam verandert naarmate u ouder wordt en waarschijnlijk verschuift naar het buikgebied, vooral na de menopauze. Door te verzekeren dat u een correct, gezond visceraal vetniveau heeft, kan het risico op bepaalde aandoeningen afnemen, zoals hartziekten, hoge bloeddruk en het ontstaan van diabetes type 2.

De Tanita Body Composition Analyzer geeft u een visceraal vetniveau tussen 1 en 59.

Niveau van 1 tot 12

Dit wil zeggen dat uw viscerale vetniveau gezond is. Houd dit niveau in de gaten om te zorgen dat het binnen dit gezonde bereik blijft.

Niveau van 13 tot 59

Geeft aan dat u te veel visceraal vet heeft. Overweeg om uw levensstijl te veranderen, zo mogelijk door uw voeding aan te passen of meer te bewegen.

- Bron:**
- 1) Tanita Institute Contract Study. Algorithm Development for Estimating Visceral Fat Rating. SB Heymsfield MD. Columbia University College of Physicians and Surgeons 2004.
 - 2) Wang, Z., et al. Japanese-American Differences in Visceral Adiposity and a Simplified Estimation Method for Visceral Adipose Tissue. North American Association for the Study of Obesity. Annual Meeting. Abstract 518-P. 2004

Opmerking:

- Zelfs als u een lage hoeveelheid lichaamsvet hebt, kunt u een hoog visceraal vetniveau hebben.
- Raadpleeg een arts voor een medische diagnose.

Verschillende criteria (vervolg)

NL

Gebruik

- Wat is het basale metabolisme (basal metabolid rate, BMR)?

(Van toepassing op leeftijd 18 tot 99)

Wat is BMR?

Uw basale metabolisme (BMR) is het minimale energieniveau dat uw lichaam in rust nodig heeft om uw lichaam, inclusief uw ademhalings- en bloedsomlooporganen, uw zenuwstelsel, lever, nieren en andere organen te laten functioneren. U verbrandt calorieën terwijl u slaapt.

Ongeveer 70% van de dagelijks verbruikte calorieën is nodig voor uw basale stofwisseling. Bovendien verbruikt u energie bij iedere vorm van activiteit; hoe intensiever uw activiteiten, des te meer calorieën er worden verbrand. Dat komt doordat skeletspieren (ongeveer 40% van uw lichaamsgewicht) werken als uw verbrandingsmotor en grote hoeveelheden energie verbruiken. Uw basale stofwisseling wordt sterk bepaald door de hoeveelheid spieren die u hebt, dus een toename van uw spiermassa helpt uw basale stofwisseling te verhogen.

Onderzoek heeft aangetoond dat het metabolisme van mensen verandert naarmate zij ouder worden. Het basale metabolisme neemt toe wanneer een kind opgroeit. Na een hoogtepunt rond de leeftijd van 16-17 jaar neemt dit geleidelijk af.

Wanneer het basale metabolisme hoger is, worden meer calorieën verbruikt, wat helpt om de hoeveelheid lichaamsvet te verminderen. Een laag basaal metabolisme maakt het moeilijker om lichaamsvet en het algehele gewicht te verminderen.

Hoe berekent een Tanita body composition analyzer de BMR?

De basisberekening van de BMR is een standaardvergelijking met gewicht en leeftijd. Tanita heeft diepgaand onderzoek verricht naar de relatie tussen BMR en lichaamssamenstelling, waarbij een veel nauwkeuriger en gepersonaliseerde waarde wordt verkregen op basis van de impedantiemeting. Deze methode is medisch gevalideerd met indirecte calorimetrie (meting van de ademsamenstelling).*

* Reliability on equation for Basal Metabolic Rate: At 2002 Nutrition Week: A Scientific and Clinical Forum and Exposition
Title: International Comparison: Resting Energy Expenditure Prediction Models: The American Journal of Clinical Nutrition

- Wat is metabolische leeftijd? (Van toepassing op leeftijd 18 tot 99)

Deze functie berekent uw BMR en geeft de gemiddelde leeftijd aan die wordt geassocieerd met dat type metabolisme.

Als uw stofwisselingsleeftijd hoger is dan uw werkelijke leeftijd, is dat een indicatie dat u uw metabolisme moet verbeteren.

meer bewegen zorgt voor de opbouw van gezond spierweefsel, wat uw stofwisselingsleeftijd zal verbeteren.

Er wordt een waarde tussen 12 en 90 verkregen. Lager dan 12 wordt weergegeven als "12" en hoger dan 90 wordt weergegeven als "90".

- Wat is spiermassa? (Van toepassing op leeftijd 5 tot 99)

Deze functie geeft het gewicht aan spieren in uw lichaam weer.

Tot de weergegeven spiermassa behoren de skeletspieren, gladde spieren (zoals de hart- en spijsverteringsspiers) en het vocht in deze spieren.

Spieren spelen een belangrijke rol omdat ze fungeren als een motor die energie verbruikt. Wanneer uw spiermassa toeneemt, stijgt uw energieverbruik, waardoor u overtollig vet kunt verminderen en op een gezonde manier gewicht kunt verliezen.

- Wat is het conditieniveau? (Van toepassing op leeftijd 18 tot 99)

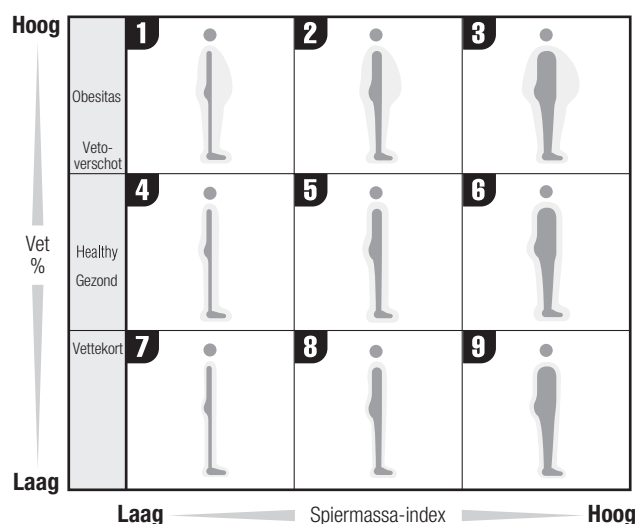
Deze functie bepaalt uw conditie volgens het gehalte aan lichaamsvet en spiermassa in uw lichaam.

Naarmate u actiever wordt en de hoeveelheid lichaamsvet vermindert, verandert uw conditieniveau mee. Zelfs als uw gewicht niet verandert, kunnen uw spiermassa en lichaamsvet veranderen, zodat u gezonder wordt en het risico op bepaalde ziekten afneemt.

Iedereen moet zelf een doel stellen voor fysieke ontwikkeling en een voedingspatroon en fitnessprogramma kiezen om dat doel te bereiken.

Resultaat	Conditieniveau	Toelichting
1	Verborgen obesitas	Obesitas bij klein postuur Op basis van het uiterlijk lijkt deze persoon een gezond lichaam te hebben, maar het percentage lichaamsvet is hoog en de spiermassa is klein.
2	Obesitas	Obesitas bij normaal postuur Deze persoon heeft een hoog percentage lichaamsvet met een matige hoeveelheid spiermassa.
3	Stevig postuur	Obesitas bij groot postuur Deze persoon heeft zowel een hoog percentage lichaamsvet als een grote hoeveelheid spiermassa.
4	Te weinig beweging	Weinig spier en gemiddeld lichaamsvet % Deze persoon heeft zowel een gemiddeld lichaamsvet % en een minder dan gemiddelde hoeveelheid spiermassa.
5	Standaard	Gem. spier en gem. Lichaamsvet % Deze persoon heeft gemiddelde niveaus lichaamsvet en spiermassa.
6	Standaard gespierd	Veel spier en gem. lichaamsvet % (Atleet) Deze persoon heeft een gemiddeld lichaamsvet % en een meer dan gemiddelde hoeveelheid spiermassa.
7	Mager	Weinig spier en weinig vet Deze persoon heeft een minder dan gemiddeld lichaamsvet % en idem hoeveelheid spiermassa.
8	Mager en gespierd	Mager en gespierd (Atleet) Deze persoon heeft een minder dan gemiddeld lichaamsvet % maar wel voldoende spiermassa.
9	Zeer gespierd	Zeer gespierd (Atleet) Deze persoon heeft een minder dan gemiddeld lichaamsvet % maar een meer dan gemiddelde spiermassa.

Bron: Data from Columbia University (New York) & Tanita Insitute (Tokyo)



Vertegenwoordigt spier

Vertegenwoordigt vet

Index van hoeveelheid spier ten opzichte van lengte = spiermassa (kg / lengte (cm)²

Verschillende criteria (vervolg)

NL

Gebruik

- Wat is botmassa? (Van toepassing op leeftijd 18 tot 99)

Deze functie geeft de hoeveelheid bot (mineraal botniveau, calcium of andere mineralen) in het lichaam weer. Onderzoek heeft aangetoond dat beweging en de ontwikkeling van spierweefsel samenhangen met sterkere, gezondere botten. Hoewel het onwaarschijnlijk is dat uw bottenstelsel op de korte termijn aanzienlijk verandert, is het belangrijk dat u gezonde botten ontwikkelt en handhaaft door middel van een evenwichtig voedingspatroon en door veel te bewegen. Mensen die zich zorgen maken over botziekten, moeten een arts raadplegen. Mensen die lijden aan osteoporose of een lage botdichtheid door hoge leeftijd, lage leeftijd, zwangerschap, hormoontherapie of andere oorzaken, kunnen een verkeerde schatting van de botmassa krijgen.

In de onderstaande tabellen ziet u de geschatte botmassa van mensen van 20 tot 40 jaar, van wie wordt gezegd dat zij het grootste gewicht aan botmassa hebben. (Bron: Tanita Body Weight Science Institute)

Gebruik de onderstaande tabellen ter vergelijking met uw eigen botmassameting.

Vrouwen: Gemiddelde geschatte botmassa

Gewicht (kg)		
Minder dan 50 kg	50 tot 75 kg	75 kg en meer
1,95 kg	2,40 kg	2,95 kg

Mannen: Gemiddelde geschatte botmassa

Gewicht (kg)		
Minder dan 65 kg	65 tot 95 kg	95 kg en meer
2,66 kg	3,29 kg	3,69 kg

Opmerking: De onderstaande personen kunnen uiteenlopende waarden verkrijgen en moeten deze alleen gebruiken ter referentie.

- Ouderen - Vrouwen tijdens of na de menopauze
- Mensen die hormoontherapie ondergaan

De "geschatte botmassa" is een statistisch geschatte waarde op basis van de correlatie met de waarde voor vetvrij weefsel (alle weefsels behalve vet). "Geschatte botmassa" is geen directe aanduiding voor de hardheid of kracht van de botten of het risico op botbreuken. Als u zich zorgen maakt over uw botten, wordt u aangeraden een specialist te raadplegen.

Meetresultaten uitvoeren en opslaan

NL

Gebruik

Gegevensuitvoer

Meetresultaten uitvoeren via de USB of RS

Direct nadat de meting is voltooid, worden de resultaten uitgevoerd naar de pc.

Gegevens worden uitgevoerd met een CSV-indeling.

- USB-aansluiting (Type B 4 - pen vrouwelijk) en RS 232C bevinden zich aan de achterkant van de bedieningseenheid.
- U dient zelf voor een kabel te zorgen; deze is niet meegeleverd.
USB-kabel: Type A 4 - pen (mannelijk) - Type B 4 - pen (mannelijk)
- Installeer het benodigde stuurprogramma op uw pc. U kunt stuurprogramma's downloaden van: <http://www.tanita.eu>
- Er is ofwel een RS-232C- of een USB-aansluiting.

Gegevensopslag

Gegevensopslag van meetresultaten

Direct nadat de meting is voltooid, worden de resultaten opgeslagen op de SD-kaart.

Het pictogram  wordt weergegeven wanneer een geldige SD-kaart is geplaatst.

Voor iedere dag wordt een nieuw bestand op de SD-kaart gemaakt.

Het bestand krijgt als naam de datum en tijd van de meting, zoals hieronder wordt beschreven.

“JJJJMMDD” (jaar, maand en dag)

Als “error 12” (fout 12) op het display wordt weergegeven, is er niet meer genoeg ruimte vrij op de SD-kaart.

Op een SD-kaart van 2 GB kunt u ongeveer 10.000 meetresultaten opslaan (in de modus voor alleen het gewicht).

- Verwijder de SD-kaart niet terwijl op de SD-kaart gegevens worden gelezen of opgeslagen.
- Schakel de stroom niet uit terwijl op de SD-kaart gegevens worden gelezen of opgeslagen.

Meetresultaten uitvoeren en opslaan (vervolg)


NL

Gegevens afdrukken

Nummer	Items	Standaard
45	Vetmassa	1.aan
46	Vetvrije massa	1.aan
47	Spiermassa	1.aan
48	Totaal lichaamswater	1.aan
49	Botmassa	1.aan
50	Basaal metabolisme (BMR)	1.aan
51	Metabolische leeftijd	0.uit
52	Visceraal vetniveau	1.aan
54	BMI	1.aan
56	Ideaal lichaamsgewicht	0.uit
57	Mate van overgewicht	0.uit
58	Gewenst bereik vet% & vetmassa	1.aan
59	Totaal lichaamswater%	1.aan
60	Grafiek vet%	1.aan
61	Grafiek BMI	1.aan
62	Grafiek visceraal vetniveau	1.aan
63	Grafiek spiermassa	1.aan
64	Grafiek BMR	1.aan
66	Conditieniveau	1.aan
67	Bio-elektrische gegevens	1.aan
68	TANITA-Logo	1.aan

Opmerking 0: uit, 1: aan

Meetresultaten afdrukken

Direct nadat de meting is voltooid, worden de resultaten afgedrukt op de printer. Het aantal pagina's dat wordt afgedrukt, is ingesteld in .

Inhoud van vooraf ingestelde lijsten met afdrukitems

Afdrukitem	Body composition analyzer						Weegschaal
	Volledig			Beknopt			
Lichaamstype	Standaard	Atletisch	Kind	Standaard	Atletisch	Kind	
TANITA-LOGO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Naam categorie	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Modelnummer	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Datum en tijd	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
ID-nr.	*1	*1	*1	*1	*1	*1	*1
Lichaamstype	✓	✓		✓	✓		
Geslacht	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Leeftijd	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Lengte	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Kledinggewicht	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Gewicht	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Vet%	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Vetmassa	✓	✓	✓				
Vetvrije massa	✓	✓	✓				
Spiermassa	✓	✓	✓				
Totaal lichaamswater	✓	✓	✓				
Totaal lichaamswater%	✓	✓	✓				
Botmassa	✓	✓					
Basaal metabolisme	✓	✓					
Metabolische leeftijd	✓	✓					
Visceraal vetniveau	✓	✓					
BMI	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Ideaal lichaamsgewicht	✓						
Mate van overgewicht	✓						
Gewenste bereik	✓	✓	✓				
Streefpercentage vet	*1	*1	*1	*1	*1	*1	
Aanduiding vet%	✓	✓	✓				
Aanduiding BMI	✓	✓					
Aanduiding visceraal vetniveau	✓	✓					
Aanduiding spiermassa	✓	✓					
Aanduiding BMR	✓	✓					
Conditieniveau	✓	✓					
Bio-elektrische gegevens	✓	✓	✓	✓	✓	✓	

Zie pag. 28 voor een voorbeeld van een vooraf ingestelde afdruk.

*1: Deze items zijn niet standaard.

Selectie van het vooraf ingestelde afdrukitem

“Body Composition Analyzer - volledig - standaard”

Naam categorie

Gewicht

- Gemeten gewicht.

Vetmassa

- Het totale gewicht van de vetmassa in het lichaam.

Spiermassa

- Botvrije magere spiervmassa (LTM, lean tissue mass)

TBW%

BMR*

- Het basale metabolisme vertegenwoordigt de totale energie die door het lichaam wordt verbruikt om normale functies in stand te houden tijdens rust, zoals ademhaling en bloedsomloop.

Viscerale vetniveau*

- Het viscerale vetniveau geeft de hoeveelheid visceraal vet uw lichaam aan.

Ideaal lichaamsgewicht*

- Het ideale lichaamsgewicht is een waarde waarbij de BMI 22 is.

Mate van overgewicht*

- De mate van overgewicht wordt berekend met (gewicht - ideale lichaamsgewicht) / ideale lichaamsgewicht x 100.

Bio-elektrische gegevens

- De tabel voor weerstand / reactantie bevat metingen voor de impedantiestroom bij elk van de twee dubbele frequentiesignalen.

TANITA
BODY COMPOSITION ANALYZER DC-360
26/JAN/2015 20:59

INPUT
ID No. 0000001234567890
BODY TYPE STANDARD
GENDER MALE
AGE 35
HEIGHT 180 cm
CLOTHES WEIGHT 1.5kg

RESULT

WEIGHT	83.0kg
FAT %	25.9 %
FAT MASS	21.5kg
FFM	61.5kg
MUSCLE MASS	58.4kg
TBW %	48.4kg
TBW %	58.3 %
BONE MASS	3.1kg
BMR	7598 kJ
METABOLIC AGE	1816kcal
VISCERAL FAT RATING	50
BMI	25.6
IDEAL BODY WEIGHT	71.3kg
DEGREE OF OBESITY	16.4 %

DESIRABLE RANGE

FAT %	8.0 - 19.9 %
FAT MASS	5.3 - 15.3kg

TARGET

TARGET BF% is: 15 %
Predicted weight: 72.4kg
Predicted fat mass: 10.9kg
FAT TO LOSE: 10.6kg

Consult your physician before beginning any weight management program. Tanita is not responsible for determining your target BF%.

INDICATOR

*FAT %

- | 0 | + | ++

*BMI

- | 0 | + | ++

*VISCERAL FAT RATING

| 13

*MUSCLE MASS

- | 0 | +

*BMR

- | 0 | +

*PHYSIQUE RATING

OBESSE

*BIOELECTRICAL DATA

6.25kHz	50kHz
R 433.5	394.3
X -19.3	-29.0

ID

- Wanneer een ID is ingesteld, wordt deze afgedrukt. (De standaard is zonder ID.)

Vet%

- Het vetpercentage is het aandeel van de hoeveelheid lichaamsvet in uw lichaamsgewicht.

FFM

- Vetvrije massa (FFM, Fat Free Mass) bestaat uit spier, bot, weefsel, water en alle andere vetvrije massa in het lichaam.

TBW

- Totaal lichaamswater is de hoeveelheid water die in het lichaam is opgeslagen. De TBW omvat tussen 50% en 70% van het totale lichaamsgewicht. In het algemeen hebben mannen een hoger gewicht aan water dan vrouwen doordat ze meer spiervmassa hebben.

Botmassa*

- De hoeveelheid botmineralen in al uw botten.

Metabole leeftijd*

- De metabole leeftijd is jong wanneer de spiervmassa groter en de BMR hoger is.

BMI

- Berekend met "gewicht (kg) / lengte (m)²"

Het gewenste bereik is voor de standaard-modus. In geval van de Atletische modus is de standaardwaarde slechts een referentiewaarde. En voor wie jonger dan 17 jaar is, wordt alleen het lichaamsvetpercentage weergegeven als standaardwaarde. De spiervmassa, totale hoeveelheid lichaamswater en geschatte botmassa voor wie jonger is dan 17 jaar, zijn alleen ter referentie.

*alleen 18 tot 99 jaar

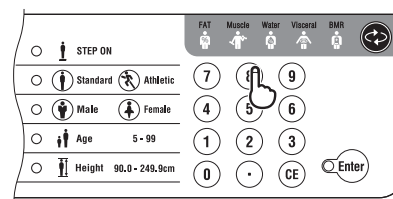


Raadpleeg uw arts voordat u deelneemt aan een programma voor controle van uw lichaamsgewicht. Tanita aanvaardt geen verantwoordelijkheid voor het nagestreefde lichaamsvetgehalte.

Opgeslagen meetresultaten uitlezen

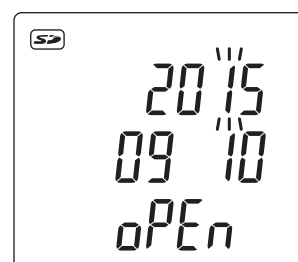
- 1** Druk op de toets  wanneer het display aan staat en selecteer instelling 80.

Zorg dat er een SD-kaart is geplaatst.

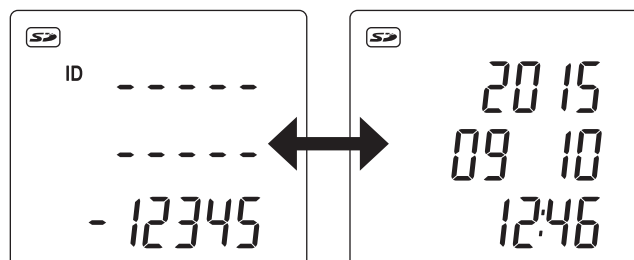


Voer de meetdatum (JJJJMMDD) in met het toetsenblok en druk op Enter zodat "oPEn" wordt weergegeven.

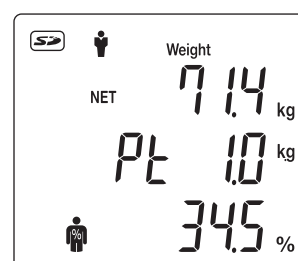
Als er geen gegevens zijn opgeslagen voor de ingevoerde datum, wordt "F-nonE" weergegeven.



- 2** Als er een bestand is, worden afwisselend de ID, de datum en de tijd van de meetgegevens weergegeven die zijn opgeslagen aan het begin van het bestand.



- (1) Druk op de toets  zodat afwisselend de ID, de datum en de tijd van de hieronder opgeslagen meetgegevens worden weergegeven.



- (2) Druk op de toets Enter zodat het lichaamsgewicht, Pt (kledinggewicht) en lichaamsvetgehalte worden weergegeven.

*Druk op de toets CE om een niveau terug omhoog te gaan.

Meetresultaten uitvoeren en opslaan (vervolg)

NL

Gebruik

Algemene instructies voor meting van de lichaamssamenstelling

Atletische modus

- Aanbevolen voor wie 18 jaar of ouder is en aan de volgende voorwaarden voldoet.
 - Mensen die 12 uur of meer per week cardiovasculaire oefeningen doen.
 - Mensen die deel uitmaken van een sportteam of -organisatie met het doel om deel te nemen aan wedstrijden, enz.
 - Mensen die professionele atleten zijn.

Doelpercentage lichaamsvet

- Een doelpercentage voor lichaamsvet mag alleen door een deskundige worden ingesteld. Tanita aanvaardt geen verantwoordelijkheid voor instelling van een verkeerd doelpercentage lichaamsvet voor specifieke individuen.

Opgelet

- **Houding tijdens meting**
 - Sta met beide voeten parallel aan de elektroden.
 - Buig de knieën niet.
- **Voer een leeftijd tussen "5" en "99" jaar in.**
Voer 99 in voor wie 100 jaar of ouder is.

Opmerking

- Na overmatige inname van voedsel/vloeistof of na perioden van intensieve beweging kunnen resultaten onnauwkeurig zijn.
- Als het kledinggewicht is ingevoerd, wordt dit gewicht afgetrokken van het gemeten gewicht.

Problemen oplossen

NL

Controleer het volgende voordat u om reparatie verzoekt.

Probleem		Oplossing
Meting	Fout bij impedantiemeting "Err40" wordt weergegeven.	<ul style="list-style-type: none"> • Sta blootvoets op het weegplateau voor meting. • Als u droge voetzolen hebt, kunt u met een druppelaar ongeveer 0,5 ml water toedienen voordat u de meting uitvoert. • Controleer de invoerdetails.
	Fout bij nulstelling "uuuuu" wordt weergegeven.	<ul style="list-style-type: none"> • Schakel de stroom uit en verwijder alles van het weegplateau, zet de stroom weer aan en probeer opnieuw te meten.
	De gewichtswaarde wordt niet stabiel.	<ul style="list-style-type: none"> • Is de apparatuur op een trillende ondergrond geplaatst? • Staat het weegplateau schuin? • Blokkeert iets de opening in het weegplateau? • Verwijder eventuele naar binnen stekende voorwerpen.
Display	Er wordt niets weergegeven, ook niet wanneer de stroom wordt ingeschakeld.	<ul style="list-style-type: none"> • Controleer of de stroom goed is aangesloten.
	Op het display wordt "-----" weergegeven.	<ul style="list-style-type: none"> • Het gemeten gewicht is hoger dan de weegcapaciteit.
Printer	Met "P-End" wordt weergegeven dat het printpapier op is.	<ul style="list-style-type: none"> • Er wordt geen printpapier meer toegevoerd. ⇒ Breng printpapier aan. ⇒ Als u de printer niet meer gebruikt, drukt u op de toets CE en herhaalt u de startinstelling.
	Printerdeksel open "COPEn" wordt weergegeven.	<ul style="list-style-type: none"> • De printerdeksel is open. ⇒ Sluit de printerdeksel stevig. ⇒ Zorg dat er geen printpapier bekneld raakt.
SD-kaart	Op het display wordt "Sd-F" weergegeven.	<ul style="list-style-type: none"> • Er is te weinig ruimte op de SD-kaart. ⇒ Transporteer of verwijder gegevens van de SD-kaart.
	Op het display wordt "Sd-P" weergegeven.	<ul style="list-style-type: none"> • De SD-geheugenkaart is beveiligd tegen schrijven. ⇒ Verwijder (ontgrendel) de beveiliging van de SD-kaart.
	Op het display wordt "Sd-E" weergegeven.	<ul style="list-style-type: none"> • Storing in SD-kaart. ⇒ Vervang deze door een nieuwe SD-kaart.

Indien noodzakelijk

Meting van de lichaamssamenstelling volgens de BIA-methode.

Inleiding

Deze apparatuur produceert geschatte waarden voor iedere gemeten waarde van lichaamsvetpercentage, vetmassa, vetvrije massa, spiermassa en botmassa volgens de DXA-methode, een geschatte waarde voor de totale gemeten waarde voor lichaamswater volgens de verdunningsmethode en een geschatte waarde voor het viscerale vetniveau volgens de MRI-methode met gebruikmaking van de bio-elektrische impedantieanalyse (BIA-methode).

Voor meting moet een modus worden geselecteerd op basis van het lichaamstype.

1) Standaard (voor leeftijd van 5 tot 99 jaar)

2) Atletisch (voor atleten die aanzienlijk meer trainen dan niet-atleten)


Door het onderscheid in lichaamstypen in de meetmodus zijn de metingen van de lichaamssamenstelling veel betrouwbaarder voor atleten, die een andere lichaamssamenstelling hebben dan anderen.

- Principes van meting van de lichaamssamenstelling

BIA is een manier om de lichaamssamenstelling (vetmassa, geraamde spiermassa, enz.) te bepalen door meting van de bio-elektrische impedantie in het lichaam. Vet in het lichaam laat bijna geen elektriciteit door, terwijl elektriciteit vrij gemakkelijk door water stroomt, dat in grote hoeveelheden aanwezig is in spieren. De mate waarin elektriciteit moeilijk door een stof stroomt, wordt de elektrische weerstand genoemd en het percentage vet en andere lichaamsbouwstoffen kan worden afgeleid uit de meting van deze weerstand. De Tanita Body Composition Analyzer meet de lichaamssamenstelling met een constante stroom met een hoge frequentie (6,25 kHz, 50 kHz, 90 μ A). De 4 elektroden zijn zo geplaatst, dat een elektrische stroom wordt geleverd van de elektroden aan het puntje van de tenen van beide voeten en de spanning wordt gemeten aan de hiel van beide voeten.

- Wat is de DXA-methode?

DXA is oorspronkelijk ontworpen om het minerale gehalte in botten te bepalen, maar bij de methode voor een volledige lichaamsscan kunnen het percentage lichaamsvet, de vetmassa en de vetvrije massa van afzonderlijke lichaamsdelen (armen, benen, romp) ook worden gemeten. In de onderstaande afbeelding wordt een voorbeeld gegeven van meetresultaten voor de lichaamssamenstelling met DXA.



ID: 0075		
Bone Resu		
Standard Analysis - DXA		
Region	BMD g/cm ³	% Val (Adm)
HEAD	1.929	-
ARMS	0.827	-
LEGS	1.048	-
TRUNK	0.948	-
RIBS	0.717	-
PELVIS	1.115	-
SPINE	1.166	-
THORACIC	1.077	-
LUMBAR	1.384	-
TOTAL	1.071	-

Meetresultaten voor de
lichaamssamenstelling verkregen met DXA

- Wat is de verdunningsmethode?

Bij de verdunningsmethode wordt een bekende hoeveelheid van een gemerkte stof gegeven en de gelijkmatig verspreide concentratie in staat van evenwicht gemeten om de totale hoeveelheid oplosmiddel te bepalen waardoor de gemerkte stof is verdund.

Om de totale hoeveelheid lichaamswater (TBW) te meten, wordt in het algemeen deuteriumoxide (D_2O) gebruikt als gemerkte stof.

Deuteriumoxide gebruikt de totale hoeveelheid lichaamswater als verdunningsruimte zodat het totaal voor lichaamswater kan worden verkregen. Om de hoeveelheid extracellulaire vloeistof te bepalen, wordt natriumbromide (NaBr) gebruikt als gemerkte stof.

Van Broom (Br) is bekend dat het niet in cellen kan doordringen en dat het extracellulaire vloeistof gebruikt als verdunningsruimte.

- Wat is visceraal vet?

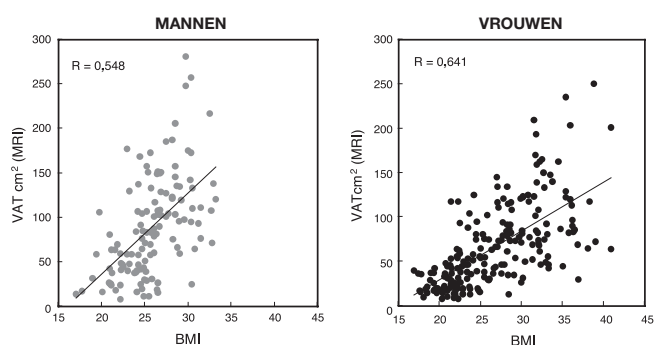
Visceraal vetweefsel (VAT) wordt geassocieerd met een verhoogd risico op het ontwikkelen van aandoeningen die samenhangen met de levensstijl. Daarom is een periodieke controle van de geschatte ophoping van VAT een van de belangrijkste factoren voor het voorkomen van ziekten die worden geassocieerd met levensstijl.

Tanita heeft de technologie ontwikkeld voor het meten van het risico op VAT-ophoping door middel van analyse van de bio-elektrische impedantie (BIA) in vergelijking met beeldanalyse toegepast op magnetische resonantiebeeldvorming (MRI), in aanvulling op de gevestigde technologie voor het meten van het lichaamsvetpercentage. Het risico op VAT-ophoping wordt berekend door de viscerele vetweefselmassa te schatten met gebruik van de BIA-methode op basis van MRI-beeldverwerking. Deze methode heeft een hogere correlatie dan de schatting van het risico op VAT-ophoping op basis van BMI of buikomtrek (heupomtrek) en maakt een schatting mogelijk die nauwkeuriger is afgestemd op individuen.

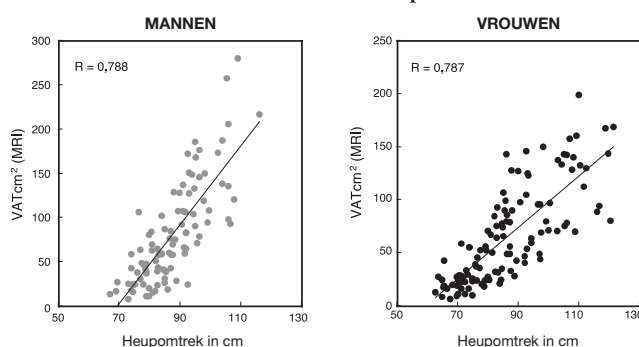
*De VAT-massa door MRI wordt berekend door beelden van de doorsnede van de lendenwervels in de L4-L5 zones te verwerken.

(Afb. 1 - afb. 3: Onderzoeksresultaten van N. Y. Columbia University and Jikei University, gepubliceerd door de North American Association for the Study of Obesity [NAASO] in 2004.)

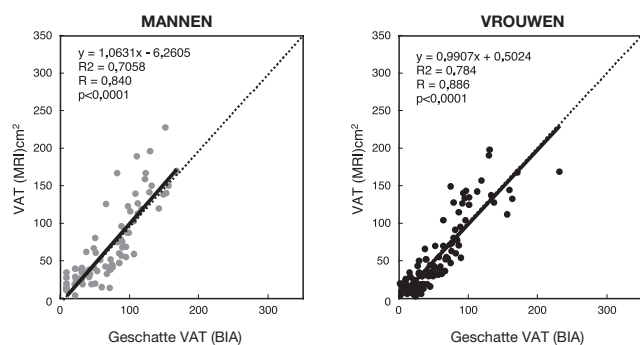
<Afb. 1> Relatie tussen VAT-zone en BMI



<Afb. 2> Relatie tussen VAT-zone en heupomtrek



<Afb. 3> Relatie tussen VAT-zone door MRI en geschatte VAT-zone door Tanita's BIA



Technische gegevens (vervolg)

NL

- Factoren die leiden tot meetfouten

Bij de BIA-methode wordt de impedantie gemeten en de lichaamssamenstelling berekend op basis van de waarde. Het is bekend dat de impedantie verandert met het totale lichaamswater dat ongeveer 60% van het gewicht vertegenwoordigt, de verandering in de distributie hiervan en de temperatuurverandering. Daarom moeten de meetomstandigheden voor het doel van onderzoek of voor dagelijkse herhaling van de metingen constant worden gehouden. Het meten bij wisselende omstandigheden van temperatuur en distributie van het totale lichaamswater of het bloedvolume van extremiteiten door lichaamsbeweging, het nemen van een bad, enzovoort heeft invloed op de meetresultaten omdat de elektrische weerstand in het lichaam ook verandert. Daarom wordt aanbevolen dat metingen plaatsvinden onder de volgende omstandigheden voor stabiele meting.

- 1) 3 uur na het opstaan en na activiteiten die normaal zijn voor uw levensstijl in deze periode.
(De bio-elektrische impedantie blijft op een hoog niveau als u blijft zitten na het opstaan of na autorijden, enz.)
- 2) 3 uur of langer na het eten. (Gedurende 2-3 uur na het eten neigt de impedantie lager te zijn.)
- 3) 12 uur of langer na intensieve lichaamsbeweging voordat wordt gemeten. (De neiging tot verandering in impedantie is niet stabiel afhankelijk van het type en de inspanning van de lichaamsbeweging.)
- 4) Indien mogelijk voor het uitvoeren van metingen urineren.
- 5) In geval van herhaalde metingen moeten de metingen als het kan zo veel mogelijk op dezelfde tijd worden uitgevoerd. (Voor het meten van het gewicht kunnen worden de meetresultaten stabiel als deze telkens op dezelfde tijd van de dag worden uitgevoerd.)

Zeer stabiele meetwaarden kunnen worden verkregen door het uitvoeren van metingen in de bovenstaande omstandigheden.

En bij de ontwikkeling van het apparaat werden de volgende 6 punten opgesteld als voorwaarden voor de regressievergelijking.

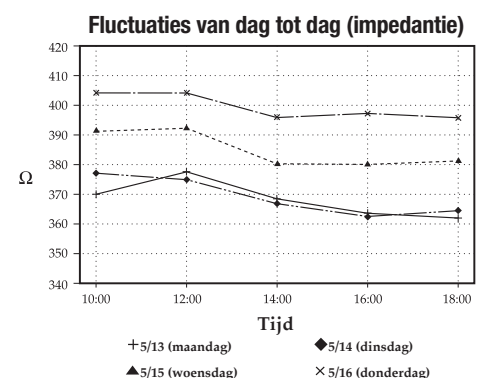
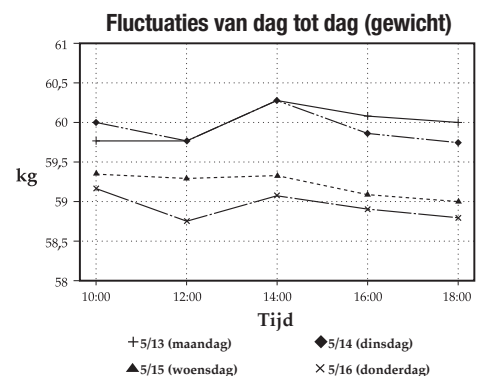
- 1) Geen alcoholconsumptie gedurende 12 uur voor het meten
- 2) Geen intensieve lichaamsbeweging gedurende 12 uur voor het meten.
- 3) Geen overmatig eten en drinken op de dag voor het meten
- 4) Geen eten of drinken gedurende 3 uur voor het meten
- 5) Urineren kort voor het meten
- 6) Geen metingen tijdens de menstruatie (voor vrouwen)

2) Veranderingen van dag tot dag

De onderstaande diagrammen geven voorbeelden van concrete metingen van veranderingen van dag tot dag. Er is een onderzoek uitgevoerd om de mate van verandering te bepalen voor de impedantie tussen de voeten tijdens dehydratatie. De eerste twee dagen geven een normale dagroutine weer, terwijl de laatste twee dagen een staat van dehydratatie ten gevolge van een sauna weergeven.

Er werd geen significante verandering in lichaamsgewicht, impedantie tussen de voeten of lichaamsvetpercentage gemeten tijdens de normale dagroutine. In de staat van dehydratatie werd echter een daling van 1 kg lichaamsgewicht genoteerd, terwijl de impedantie tussen de voeten ongeveer 15 Ω steeg op de eerste dag van de dehydratatie en 30 tot 35 Ω op de tweede dag. Dientengevolge steeg het lichaamsvetpercentage met ongeveer 1% op de eerste dag van de dehydratatie en 1,5 tot 2% op de tweede dag.

Zoals eerder werd beschreven neemt de impedantie toe wanneer het lichaamsgewicht daalt (zoals bij dehydratatie) en neemt deze af wanneer het lichaamsgewicht toeneemt door overmatige consumptie van eten en drinken. De verandering in impedantie van dag tot dag is dus omgekeerd evenredig aan de verandering van het lichaamsgewicht.



Deze veranderingen van dag tot dag worden veroorzaakt door:

- 1) Tijdelijke toename van lichaamsgewicht (totaal lichaamswater) door te veel eten en drinken
- 2) Dehydratatie door hevig zweten tijdens intensieve lichaamsbeweging
- 3) Dehydratatie door alcoholgebruik of gebruik van diuretica
- 4) Dehydratatie door hevig zweten in een sauna e.d.

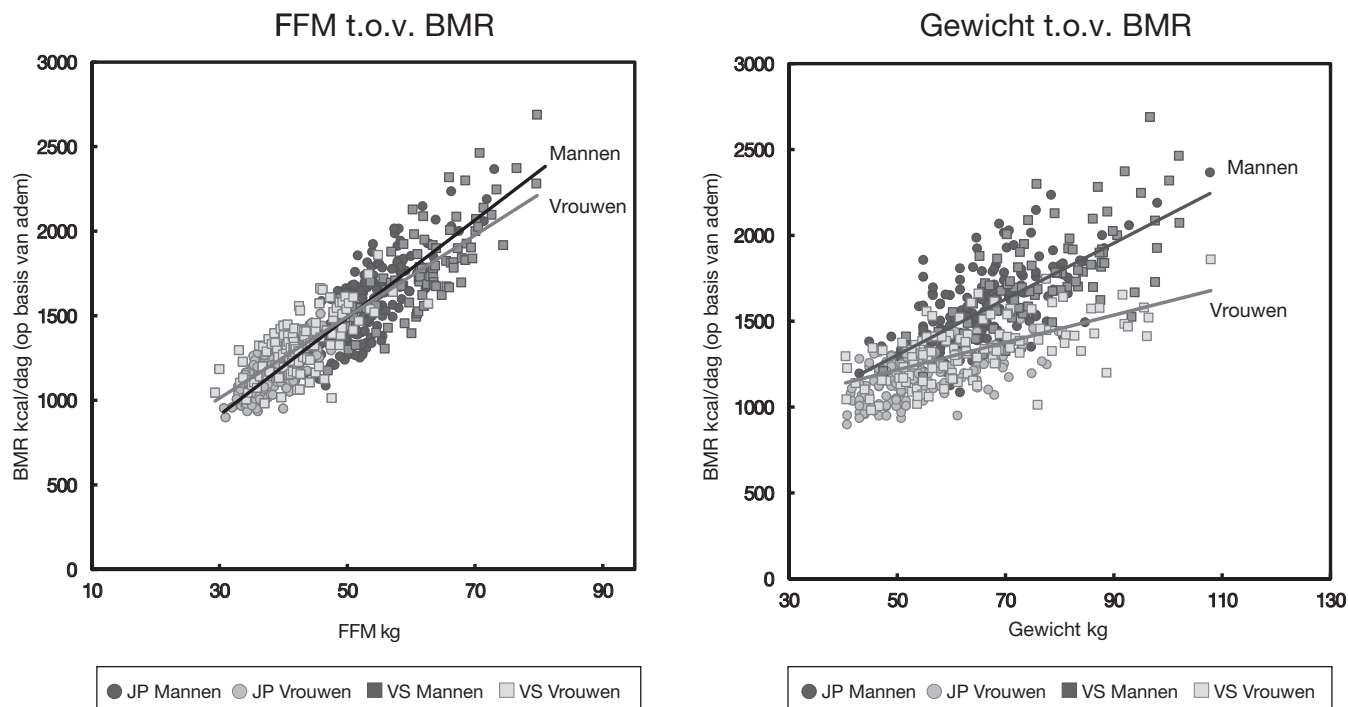
Daarom wordt aanbevolen dat de bovenstaande instructies worden gegeven aan de testpersoon om deze factoren te elimineren wanneer nauwkeurige metingen worden vereist.

De regressieformule voor basaal metabolisme (BMR)

NL

Het is bekend dat de waarde voor het basale metabolisme (BMR) nauw samenhangt met de vetvrije massa (FFM). Deze waarde hangt ook samen met lichaamsgewicht, maar er ontstaan problemen wanneer de waarde wordt berekend uit het lichaamsgewicht zonder rekening te houden met een beoordeling van de lichaamssamenstelling. Hierdoor wordt de foutmarge groter. In gevallen waarin personen hetzelfde lichaamsgewicht maar een andere lichaamssamenstelling hebben, worden waarden voor obese personen met meer lichaamsvet overgewaardeerd en die voor gespierde atleten ondergewaardeerd.

Indien noodzakelijk



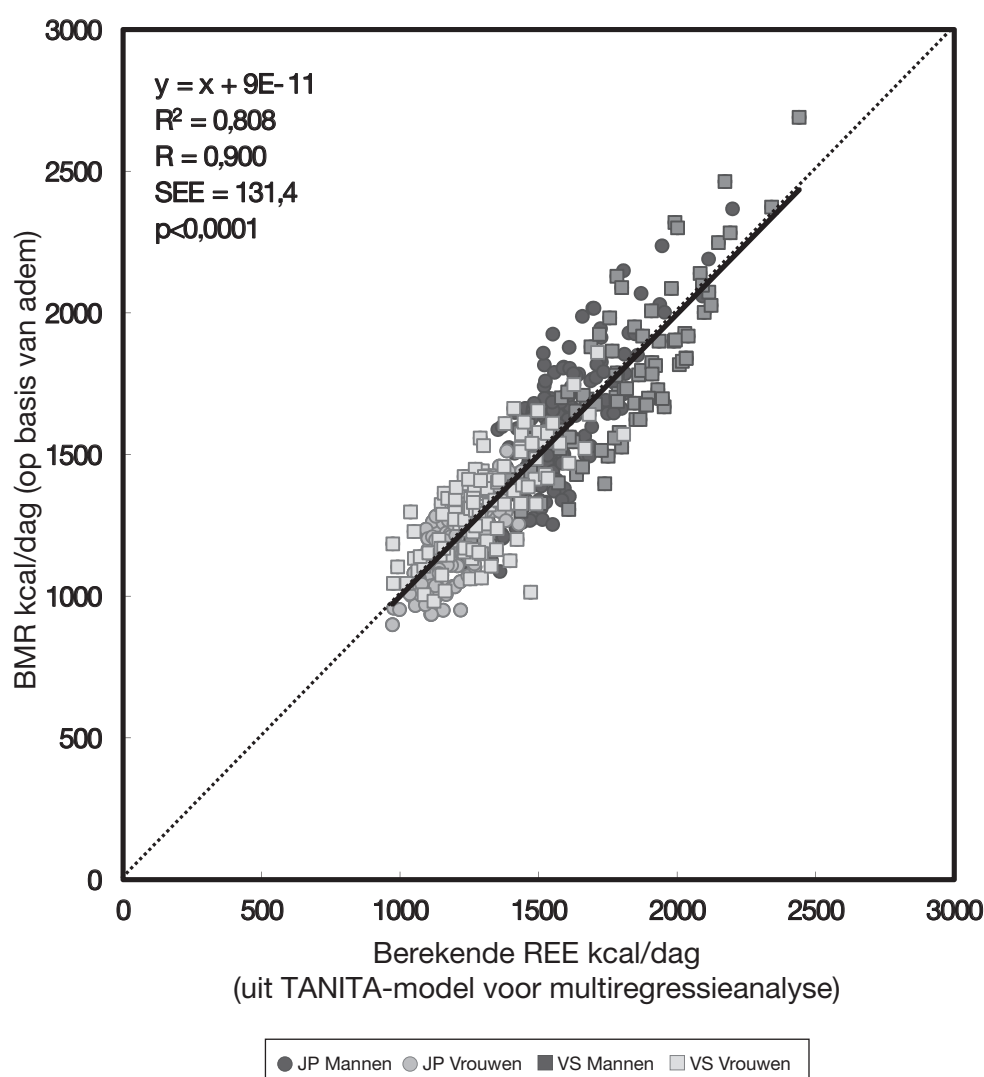
<Afbeelding 1> Relatie tussen BMR uit analyse van uitgeademde lucht met gewicht en FFM

In afbeelding 1 is te zien dat de samenhang tussen BMR en FFM veel groter is dan die tussen BMR en gewicht.

De geschatte regressievergelijking voor BMR die Tanita door jarenlang onderzoek heeft ontwikkeld, is bijzonder nauwkeurig, omdat deze rekening houdt met verschillen tussen individuele lichaamssamenstellingen en wordt berekend aan de hand van de gemeten FFM. De geschatte regressievergelijking is gebaseerd op de BMR die wordt gemeten met een uitademingsanalysator en is gecontroleerd op statistische geldigheid.

Deze resultaten werden gepresenteerd tijdens de First Annual Nutrition Week (American College of Nutrition, American Society for Clinical Nutrition, American Society for Parenteral and Enteral Nutrition, North American Association for the Study of Obesity) die in 2002 werd gehouden in San Diego.

OPMERKING: Dit model is gekalibreerd voor personen in de leeftijd van 18 tot 84 jaar. Voor personen buiten dit bereik kunnen metingen minder nauwkeurig zijn.



<Afbeelding 2> Relatie tussen BMR en berekende REE uit TANITA-model voor multiregressieanalyse
Wijziging van gepresenteerde gegevens op de Nutrition Week in San Diego in 2002

Specificaties

NL

Indien noodzakelijk

Modelnummer		DC-360
Stroombron		Wisselstroomadapter Input: 100 – 240 V Output: 12 V
Elektrisch verbruik		25 VA
Impedantiemeting	Meetsysteem	Dubbele frequentie 4 elektroden
	Meetfrequentie	6,25 kHz / 50 kHz
	Elektrodematerialen	Roestvrij staal
	Gemeten lichaamsdeel	Tussen beide voeten
	Meetbereik	150,0 tot 1.000,0 Ω (stappen van 0,1 Ω)
	Nauwkeurigheid bij eerste kalibratie	$\pm 2\%$
Gewichtmeting	Meetsysteem	Spanningsmeetcel
	Bereik	2 tot 270 kg (inclusief vooraf ingestelde tarrawaarde)
	Minimale schaalverdeling	0,1 kg
	Nauwkeurigheid bij eerste kalibratie	$\pm 0,2$ kg
Display		LCD-scherm
Interface		USB 2.0 (Type B-connector)
		RS-232C
		SD-kaart
Bedrijfsomstandigheden	Temperatuur	5 tot 35°C
	Relatieve luchtvochtigheid	30 tot 80% (niet-condenserend)
Opslagomstandigheden	Temperatuur	-10 tot 60°C
	Relatieve luchtvochtigheid	10 tot 90% (niet-condenserend)
Gewicht van product	Uitvoering met extern display	8,3 kg
	Uitvoering op standaard	11,2 kg
Afmetingen van product	Weegplateau	395 mm x 390 mm x 67 mm
	Lengte (uitvoering op standaard)	1027 mm

Invoeropties	Kledinggewicht	0,0 tot 10,0 kg (stappen van 0,1 kg)
	ID-nr.	16 cijfers
	Geslacht	Vrouw / man
	Lichaamstype	Standaard / Atletisch ^{*1}
	Leeftijd	5 tot 99 jaar
	Lengte	90,0 tot 249,9 cm (stappen van 0,1 cm)
	Streefpercentage lichaamsvet	4 tot 55% (stappen van 1%)
Uitvoeropties	ID-nr.	16 cijfers
	Geslacht	Vrouw / man
	Lichaamstype	Standaard / Atletisch ^{*1}
	Leeftijd	5 tot 99 jaar
	Lengte	90,0 tot 249,9 cm (stappen van 0,1 cm)
	Kledinggewicht	0,0 tot 10,0 kg (stappen van 0,1 kg)
	Gewicht	2,0 tot 270,0 kg (stappen van 0,1 kg)
	Vet%	3,0 tot 75,0% (stappen van 0,1%)
	Vetmassa	stappen van 0,1 kg
	FFM	stappen van 0,1 kg
	Spiermassa	stappen van 0,1 kg
	BMI	stappen van 0,1
	Botmassa ^{*2}	stappen van 0,1 kg
	Metabole leeftijd ^{*2}	stappen van 1 jaar
	Basaal metabolisme ^{*2}	stappen van 1 kcal / 1 kJ
	Visceraal vetniveau ^{*2}	1 tot 59 (stappen van 1)
	TBW	stappen van 0,1 kg
	TBW%	stappen van 0,1%
	Conditieniveau ^{*2}	9 waarden
	Bio-elektrische gegevens	Weerstand / reactantie

^{*1} Atletische modus kan alleen voor leeftijden van 18 tot 99 jaar worden ingesteld

^{*2} 18 tot 99 jaar

Het ontwerp en de specificaties van dit product kunnen op ieder moment zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd.



Dit apparaat voldoet aan EMC-richtlijn 2014/30/EU en
RoHS-richtlijn 2011/65/EU.

Verwijdering



Dit is een elektronisch apparaat.
Werp deze apparatuur weg op verantwoorde
wijze, niet als algemeen huisvuil. Neem de
regels in acht die gelden in uw regio voor
verwijdering van deze apparatuur.

<Vertegenwoordiger in de EU>

TANITA Europe B.V.

Hoogoorddreef 56-E, 1101 BE Amsterdam,
Nederland

TEL: +31-(0)20-560-2970

FAX: +31-(0)20-560-2988

www.tanita.eu

TANITA Health Equipment H.K. Ltd.

Unit 301-303, Wing On Plaza, 3/F.,
62 Mody Road,

Tsimshatsui East, Kowloon, Hongkong

TEL: +852-2834-3917

FAX: +852-2838-8667

www.tanita.asia

<Fabrikant>

TANITA Corporation

1-14-2 Maeno-cho, Itabashi-ku,

Tokyo 174-8630 Japan

TEL: +81-(0)3-3968-7048

www.tanita.co.jp

TANITA India Private Limited

A-502, Mittal Commercial, Off. M.V.

Road (Andheri Kurla Road),

Marol, Andheri-East, Mumbai 400059,

Maharashtra, India

TEL: +91-771-801-1511 /

+91-771-801-1382

FAX: +852-2838-8667

www.tanita.co.in

TANITA Corporation of America, Inc.

2625 South Clearbrook Drive,
Arlington Heights, Illinois 60005

Verenigde Staten

TEL: +1-847-640-9241

FAX: +1-847-640-9261

www.tanita.com

TANITA (Shanghai) Trading Co., Ltd.

Room 8005, 877 Huai Hai Zhong Lu,
Shanghai,

Volksrepubliek China

TEL: +86-21-6474-6803

FAX: +86-21-6474-7901

www.tanita.com.cn