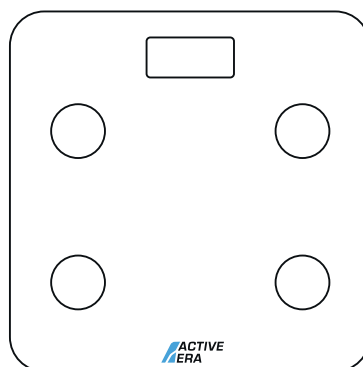




---

**SMART SCALES**



**MODEL - BS-05**

---

**INSTRUCTION MANUAL**

BEDIENUNGSANLEITUNG  
MODE D'EMPLOI  
MANUALE DI ISTRUZIONI  
MANUAL DE INSTRUCCIONES  
HANDLEIDING  
BRUKSANVISNING

**IMPORTANT INSTRUCTIONS - RETAIN FOR FUTURE USE.**

# Smart Scales - BS-05

Thank you for choosing to purchase a product from Active Era. Please read the entire manual carefully prior to first use and keep in a safe place for future reference.

---

## IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

---

### **PLEASE READ AND SAVE THESE IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS**

When using electrical appliances, especially when children are present, basic safety instructions should always be followed, including the following:

- Use this device only as described in this manual. Any other use not recommended by the manufacturer may cause fire, electric shock, or injury to persons.
- The appliance is not to be used by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction.
- Children must be supervised not to play with the appliance.
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children unless continuously supervised.
- Children of less than 3 years should be kept away unless continuously supervised.
- Place the appliance on a flat, stable surface. Operating the product in any other position could cause a hazard. Avoid carpets and soft surfaces.
- This device should not be used if you have a pacemaker or any other internal medical device.
- This device should not be used if you are pregnant, have symptoms of edema, and/or are undergoing dialysis treatment.
- Do not jump or stand on the outer edges of the scale.
- This device should not be used by individuals who are diagnosed with a condition or taking medication that can affect water levels in the body. The accuracy of the readings for these individuals has not been verified. Seek advice from a medical expert.
- The data provided by this device should be used as a reference only and is not a substitute for medical advice from a licenced healthcare professional
- This device should not be used to diagnose or treat any medical condition. Always consult your licenced healthcare professional prior to making changes to your diet, exercise plans, or physical activities.
- This device is slippery when wet. Make sure that the device and your feet are dry prior to use.
- Dry off the surface of the scale before use.
- Avoid placing the device in areas where it can become a tripping hazard.
- This device should not be used when it is stacked on top of another device. Doing so may cause the device to operate improperly.

- Do not place any objects on top of the scale when it is not in use.
- This device is intended for indoor household use and similar applications. Do not use outdoors.
- Do not wash the device with water or allow water or other liquids to enter into the device or contaminate electrical parts.
- Do not wipe or wash the device with chemical solvents. Prior to cleaning ensure the device is off and that the batteries have been removed.
- Do not operate the device if there are any signs of damage to the device or accessories supplied.
- Do not expose the scale to extreme temperature fluctuations.
- Do not place the scale near high heat sources e.g. ovens or radiators.
- Do not store the device in a vertical position. Doing so may damage the high precision sensors. Always store the device in a horizontal position.
- Do not attempt to repair or adjust any electrical or mechanical elements in the device. Doing so may be unsafe and will void your warranty.

## **BATTERIES**

---

This product is supplied with AAA disposable batteries.

**PLEASE READ AND SAVE THESE IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS**

### **BATTERY WARNING: KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN**

Choking hazard. Do not swallow. Harmful if swallowed. Swallowing can lead to chemical burns, perforation of soft tissue, and death. Severe burns can occur within 2 hours of ingestion. If you think batteries might have been swallowed or placed inside any part of the body, seek immediate medical attention.

- This product only uses a AAA battery. It is not compatible with other battery types.
- Do not allow children to handle batteries.
- If the battery compartment does not close securely, stop using the product and keep it away from children.
- Ensure that the battery is installed with the correct polarity (+ and -).
- Remove exhausted battery promptly.
- Always inspect new batteries before use. Damaged or weak batteries may leak acid. Discontinue use if batteries show signs of leakage, damage, or weakness at any time.
- Ensure the battery compartment is correctly and securely closed after installing the batteries.

- Wash hands after handling batteries.
- Disposable batteries are not rechargeable and must be recycled or disposed of separately from household waste. Always dispose of batteries at an official collection point and according to your local environmental laws and guidelines.

## PRODUCT SPECIFICATION

---

Dimensions: 28cm x 28cm x 2.4cm

Net Weight: 1.53kg

Power: 3 x AAA batteries

Display: LCD

Max Weight Capacity: 180kg / 400lb / 28st

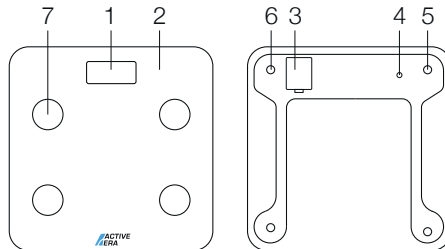
Minimum Effective Weight: 6kg / 13lb / 0.9st

Unit Increments: 0.1kg / 0.2lb

## PRODUCT FEATURES

---

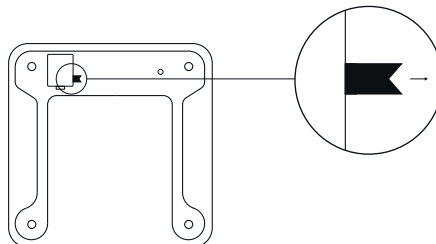
1. LCD display
2. Tempered glass surface
3. Battery cover/compartament
4. Measuring unit (kg/lb/st)
5. High precision sensors
6. Anti-slip safety pads
7. Metal sensor plates



## BATTERIES

---

1. Turn the smart scales over and place on a dry and flat surface.
2. Pull the plastic tab from out of the battery compartment.



## REPLACING BATTERIES

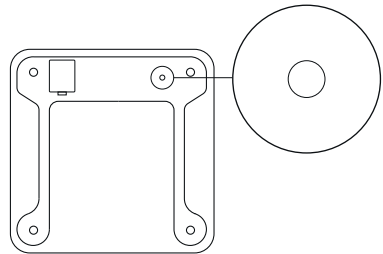
---

1. Turn the smart scales over and place on a dry and flat surface.
2. Carefully remove the battery cover to reveal the battery compartment.
3. Remove the 3 old AAA batteries and insert 3 new AAA batteries. Ensure that the positive and negative ends of the batteries are facing the correct polarity directions as marked within the battery compartment.
4. Replace the battery cover.

## MEASURING UNITS

---

These smart scales can measure in kilograms (kg), pounds (lb), and stone (st). Press the UNIT button located on the bottom of the smart scales to cycle through and select the desired measuring unit.



## ACTIVE ERA APP

---

### ACCOUNT CREATION

1. Open the Active Era app.
2. Press the Sign Up button.
3. Follow the on-screen instructions.

Note, entering the incorrect gender, age, or height during account creation may result in inaccurate measurements.

Note, to improve the accuracy of the measurements for individuals with unique body types (e.g. significant upper body muscle, athletes or bodybuilders) ensure that athlete mode is selected when creating an account.

Note, each main account can individually track the data of 24 users.

## PAIRING

Only pair the smart scales using the Active Era app. Do not pair the smart scales directly from your smartphone or tablet's Bluetooth menu.

To pair the smart scales with the Active Era app:

1. Enable Bluetooth on your smartphone or tablet.
2. Open the Active Era app and sign in.
3. Step onto the smart scales and stand still.
4. The smart scales will turn on and automatically pair.
5. You will know if the smart scales have successfully paired as your weight will show both on the LCD display of the smart scales and in the Active Era app.
6. Once paired the app and smart scales will automatically connect the next time the app is opened.

Note, if the smart scales do not successfully pair to the Active Era app please review the troubleshooting section of this instruction manual.

## MEASUREMENTS

---

Prior to taking measurements ensure that you have downloaded the Active Era app, created a user account, and paired the smart scales with your smartphone or tablet.

1. Place the smart scales on a dry, solid, and flat surface.
2. Open the Active Era app and sign in.
3. Remove shoes and socks and step barefoot onto the smart scales.
4. Stand still and ensure your feet are in full contact with the metal sensor plates.
5. The smart scales will turn on and an analysis of your body's composition will start automatically.
6. Once the analysis has completed a final weight measurement will flash on the LCD display of the smart scales in conjunction with the data being shown within the Active Era app.

Note, always remove shoes and socks prior to using the smart scales.

Note, to ensure accuracy of results, it is recommended to weigh yourself at the same time of day as measurements may vary after exercise, dieting, or dehydration.

## **BABY MODE**

---

Baby mode allows you to find out the weight of your baby by weighing yourself on the smart scales whilst holding your baby. To use baby mode:

1. Open the Active Era app and sign in.
2. Create a new user profile for your baby and ensure this new baby specific user profile is selected.
3. Place the smart scales on a dry, solid, and flat surface.
4. Press the menu button in the top right hand side of the screen and press Baby Mode in the drop down menu.
5. Step onto the smart scales by yourself.
6. The smart scales will turn on and an analysis of your body's weight will start automatically.
7. Once a final weight measurement has been obtained it will flash on the LCD display.
8. Immediately weigh yourself with your baby.
9. Once a final measurement has been obtained your weight plus your baby's weight will flash on the LCD display followed by your baby's weight being shown within the Active Era app.

Note, if using baby mode when your own user profile is selected within the Active Era app you will be prompted to save the data to the user profile specific to your baby or to create a new user profile for your baby.

Note, for best results, we recommend you use baby mode when your baby is calm.

## **WEIGHT ONLY MEASUREMENT**

---

These smart scales can also be used without the Active Era app to provide just a weight measurement.

1. Place the smart scales on a dry, solid, and flat surface.
2. Step onto the smart scales.
3. The smart scales will turn on and an analysis of your body's weight will start automatically.
4. Once a final weight measurement has been obtained it will flash on the LCD display.

Note, to ensure accuracy of results, it is recommended to weigh yourself at the same time of day as measurements may vary after exercise, dieting, or dehydration.

## **BODY MEASUREMENTS EXPLAINED**

---

These smart scales use bioelectrical impedance to conduct an analysis of your body's composition. A very small and safe electrical current is passed through the lower half of the body. The electrical current flows slower through bone and fat than it does through muscle and water. The smart scales can measure this difference in electrical current speed and using a multi-step mathematical formula estimate 13 individual measurements.

Please note, these smart scales have been calibrated for those individuals who have a median body type and therefore the measurements recorded by individuals with unique body types e.g. significant upper body muscle, athletes or bodybuilders may not be accurate. To improve the accuracy of the measurements for individuals with unique body types ensure that athlete mode is selected when creating an account.

### **WEIGHT**

Weight refers to the total weight of the body.



## BMI

Body Mass Index (BMI) refers to a measure that uses your height and weight to work out if your weight is healthy. Refer to the table below for reference.

| <b>CATEGORY</b> | <b>BMI</b>  |
|-----------------|-------------|
| Underweight     | < 18.5      |
| Healthy Weight  | 18.5 - 24.9 |
| Overweight      | 25 - 29.9   |
| Obese           | 30 - 34.9   |
| Severely Obese  | 35 - 39.9   |
| Morbidly Obese  | > 40        |

## BODY FAT PERCENTAGE

Body fat percentage refers to the percentage of subcutaneous fat (outer fat) closest to the skin in the body. Men and women have a different distribution of body fat so it is normal for body fat percentage to vary based on gender. Refer to the table below for the normal ranges for body fat percentage as a percentage of total body weight for reference.

| <b>AGE</b> | <b>MEN</b> | <b>WOMEN</b> |
|------------|------------|--------------|
| 20 - 39    | 8% - 20%   | 22% - 33%    |
| 40 - 59    | 11% - 22%  | 24% - 34%    |
| 60 - 79    | 13% - 24%  | 25% - 36%    |

## **VISCERAL FAT**

Visceral fat refers to a measure of visceral fat in the body. Visceral fat is found in the abdomen and surrounding the vital organs. Refer to the table below for reference.

| <b>CATEGORY</b> | <b>VISCERAL FAT</b> |
|-----------------|---------------------|
| Normal          | 1 - 9               |
| High            | > 10                |

## **BODY WATER PERCENTAGE**

Body water percentage refers to the percentage of water in the body. It is important to stay well hydrated for overall health and wellbeing. Refer to the table below for the normal ranges for body water percentage as a percentage of total body weight for reference.

| <b>MEN</b> | <b>WOMEN</b> |
|------------|--------------|
| 50% - 65%  | 45% - 60%    |

## **SKELETAL MUSCLE PERCENTAGE**

Skeletal muscle percentage refers to the percentage of skeletal muscle (muscle connected to the skeleton) in the body. Refer to the table below for the normal ranges for skeletal muscle percentage as a percentage of total body weight for reference.

| <b>MEN</b> | <b>WOMEN</b> |
|------------|--------------|
| 40% - 60%  | 30% - 50%    |

## MUSCLE MASS

Muscle mass refers to the total weight of muscle in the body. Refer to the table below for the normal ranges for muscle mass as a percentage of total body weight for reference.

| AGE     | MEN       | WOMEN     |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 34% - 40% | 25% - 30% |
| 40 - 59 | 33% - 39% | 24% - 30% |
| 60 - 79 | 33% - 38% | 24% - 30% |

## BONE MASS

Bone mass refers to the total weight of bone in the body. Refer to the table below for the normal ranges for bone mass as a percentage of total body weight for reference.

| MEN     | WOMEN     |
|---------|-----------|
| 3% - 5% | 2.5% - 4% |

## PROTEIN PERCENTAGE

Protein percentage refers to the percentage of protein in the body. Refer to the table below for the normal ranges for protein percentage as a percentage of total body weight for reference.

| MEN       | WOMEN     |
|-----------|-----------|
| 16% - 18% | 14% - 16% |

## **BMR**

Basal Metabolic Rate (BMR) refers to the number of calories the body requires when at rest to function effectively. BMR is relative to gender, body mass, age, weight, height, and physical activity level.

Within a healthy, balanced diet, a man needs approximately 2,500kcal a day to maintain their weight and function effectively. For a woman, that figure is approximately 2,000kcal a day.

## **METABOLIC AGE**

Metabolic age refers to a measure that compares your BMR to the average BMR of your age group. If your metabolic age is higher than your actual age, it's a sign that you need to improve your metabolic rate.

## **CLEANING**

---

Use a soft, dry or dampened cloth to clean away any dust, or debris from the exterior surface of the smart scales.

Do not wipe or clean the smart scales with chemical solvents.

## **MAINTENANCE**

---

The smart scales require little maintenance. Do not try to fix them by yourself. Refer them to a qualified service personnel if assistance is required.

## STORAGE

---

For long-term storage:

1. Remove the batteries from the battery compartment.
2. Cover the smart scales with a waterproof covering and store horizontally in a safe, dry place, out of the reach of children.

## ERROR CODES

---

| ERROR CODE | CAUSE                       | SOLUTION   |
|------------|-----------------------------|--|
| Lo         | Battery power is low        | Replace batteries  |
| Err        | Smart scales are overloaded | Step off smart scales to avoid damaging the high precision sensors |
| C          | Measuring error             | Step off smart scales and back on again                            |

## TROUBLESHOOTING

---

| PROBLEM                                       | CAUSE  | SOLUTION  |
|---|--|---|
| Smart scales not turning on                   | Batteries not installed correctly                    | Ensure batteries are properly installed   |
|   | Battery power is low                                 | Replace batteries   |
| Smart scales not connecting to Active Era app | Bluetooth not on                                     | Turn smartphone or tablet's Bluetooth on  |
|   | Smartphone or tablet operating system not compatible | Ensure your smartphone's or tablet's operating system is running iOS 8.0 and higher or Android 5.0 and higher |
| Smart scales not analysing body composition   | Wearing shoes and/or socks                           | Remove shoes and/or socks and ensure your feet are in full contact with the metal sensor plates               |

## **DECLARATION OF CONFORMITY**

---

Hereby, One Retail Group Limited declares that the radio equipment type BS-05 is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address:  
<https://activeera.com/ec-declaration-of-conformity-pdf/>

## **FCC STATEMENT**

---

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation. Warning: Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

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

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

## RECYCLING & DISPOSAL

---

Waste electrical and electronic products (WEEE), batteries, accumulators, and packaging should not be disposed of with general household waste. This is to prevent possible harm to the environment and human well-being, and to help conserve our natural resources. Most electrical products with a plug, battery, or cable can be recycled. Contact your local council, household waste disposal service, or the store where you purchased the product for information regarding the collection schemes in your area.

### Waste Electrical and Electronic Equipment (WEEE)

This symbol on the product and/or packaging indicates that Waste Electrical products (WEEE) under Directive 2012/19/EU which governs used electrical and electronic appliances, should not be disposed of with general household waste.



### Waste Batteries and Rechargeable Batteries

This symbol on the batteries supplied with your product indicates that Waste Batteries under Directive 2006/66/EC which governs used batteries and accumulators should not be disposed of with general household waste. If the battery contains more than 0.004% lead, the battery symbol will be accompanied by the letters (PB).



### The Mobius Loop

This symbol indicates that the product or packaging is capable of being recycled.



## **Take-Back Scheme**

Waste electrical products (WEEE) can be sent to One Retail Group for recycling and disposal when you purchase a new product from One Retail Group, on a like-for-like basis. For more information on how to recycle this product please visit [www.activeera.com](http://www.activeera.com)

The end-user of electrical and electronic products (WEEE) is responsible for separating old batteries and lamp bulbs before they are handed over to a designated disposal and recycling service. Waste batteries can also be disposed of in collection bins, which can be found in most local supermarkets and household waste recycling centres.



# Personenwaage mit App - BS-05

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Produkt von ProBreeze entschieden haben. Bitte lesen Sie die gesamte Anleitung vor dem ersten Gebrauch sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen an einem sicheren Ort auf.

---

## BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

---

### **BITTE LESEN DIESE WICHTIGEN SICHERHEITSHINWEISE DURCH UND BEWAHREN SIE SIE AUF**

Bei der Verwendung von Elektrogeräten, insbesondere wenn Kinder anwesend sind, sollten immer grundlegende Sicherheitshinweise befolgt werden, einschließlich der folgenden:

- Verwenden Sie dieses Gerät nur wie in diesem Handbuch beschrieben. Jede andere, vom Hersteller nicht empfohlene Verwendung kann zu Feuer, Stromschlag oder Verletzungen von Personen führen.
- Das Gerät darf nicht von Personen (einschließlich Kindern) mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und mangelndem Wissen verwendet werden, es sei denn, sie wurden beaufsichtigt oder darin unterwiesen.
- Kinder müssen beaufsichtigt werden und dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Reinigung und Wartung durch den Benutzer dürfen nicht von Kindern durchgeführt werden, es sei denn, diese werden dabei ständig beaufsichtigt.
- Kinder unter 3 Jahren sollten vom Gerät ferngehalten werden, sofern sie nicht ständig beaufsichtigt werden.
- Stellen Sie das Gerät auf eine flache, stabile Oberfläche. Der Betrieb des Produkts in einer anderen Position kann eine Gefahr verursachen. Vermeiden Sie Teppiche und weiche Oberflächen.
- Dieses Gerät sollte nicht verwendet werden, wenn Sie einen Herzschrittmacher oder ein anderes implantiertes medizinisches Gerät haben.
- Dieses Gerät sollte nicht verwendet werden, wenn Sie schwanger sind, Symptome eines Ödems haben und/oder unter Dialysebehandlung stehen
- Springen oder stehen Sie nicht auf den Außenkanten der Waage.
- Dieses Gerät sollte nicht von Personen verwendet werden, bei denen eine Erkrankung diagnostiziert wurde oder die Medikamente einnehmen, die den Wassergehalt des Körpers beeinflussen können. Die Richtigkeit der Messwerte für diese Personen wurde nicht überprüft. Lassen Sie sich von einer medizinischen Fachperson beraten.

- Die von diesem Gerät bereitgestellten Daten sollten nur als Referenz verwendet werden und ersetzen nicht den medizinischen Rat einer zugelassenen medizinischen Fachperson
- Dieses Gerät darf nicht zur Diagnose oder Behandlung von Erkrankungen verwendet werden. Wenden Sie sich immer an Ihre zugelassene medizinische Fachperson, bevor Sie Änderungen an Ihrer Ernährung, Ihren Trainingsplänen oder Ihren körperlichen Aktivitäten vornehmen.
- Das Gerät ist rutschig, wenn es nass ist. Stellen Sie vor der Verwendung sicher, dass das Gerät und Ihre Füße trocken sind.
- Trocknen Sie die Oberfläche der Waage vor dem Gebrauch.
- Stellen Sie das Gerät nicht an Orten auf, an denen es eine Stolpergefahr darstellen könnte.  
Dieses Gerät darf nicht auf einem anderen Gerät stehend verwendet werden.
- Andernfalls kann es sein, dass das Gerät nicht ordnungsgemäß funktioniert.
- Stellen Sie keine Gegenstände auf die Waage, wenn sie nicht verwendet wird.
- Dieses Gerät ist für den Hausgebrauch im Innenbereich und ähnliche Anwendungen vorgesehen. Nicht im Freien verwenden.
- Waschen Sie das Gerät nicht mit Wasser und sorgen Sie dafür, dass kein Wasser oder andere Flüssigkeiten in das Gerät eindringen oder elektrische Teile kontaminieren.
- Wischen Sie das Gerät nicht mit chemischen Lösungsmitteln ab und waschen Sie es nicht damit. Stellen Sie vor der Reinigung sicher, dass das Gerät ausgeschaltet ist und die Batterien entfernt wurden.
- Betreiben Sie das Gerät nicht, wenn Anzeichen von Schäden am Gerät oder am mitgelieferten Zubehör vorliegen.
- Setzen Sie die Waage keinen extremen Temperaturschwankungen aus.
- Stellen Sie die Waage nicht in der Nähe von hohen Wärmequellen, wie z. B. Öfen oder Heizkörpern, auf.
- Bewahren Sie das Gerät nicht in vertikaler Position auf. Andernfalls können die Hochpräzisionssensoren beschädigt werden. Bewahren Sie das Gerät immer in horizontaler Position auf.
- Versuchen Sie nicht, elektrische oder mechanische Teile im Gerät zu reparieren oder anzupassen. Dies kann gefährlich sein und führt zum Erlöschen Ihrer Garantie.

## BATTERIEN

---

Dieses Produkt wird mit AAA-Einwegbatterien geliefert.

**BITTE LESEN UND BEWAHREN SIE DIESE WICHTIGEN SICHERHEITSHINWEISE AUF**

### **BATTERIEWARNUNG: AUSSERHALB DER REICHWEITE VON KINDERN AUFBEWAHREN.**

Erstickungsgefahr. Nicht schlucken. Schädlich bei Verschlucken. Das Verschlucken kann zu Verätzungen, Perforation des Weichgewebes und zum Tod führen. Innerhalb von 2 Stunden nach der Einnahme können schwere Verbrennungen auftreten. Wenn Sie vermuten, dass Batterien verschluckt oder in ein Körperteil eingeführt wurden, suchen Sie unverzüglich einen Arzt auf.

- Dieses Produkt kann nur mit einer AAA-Batterie betrieben werden. Es ist nicht mit anderen Batterietypen kompatibel.
- Achten Sie darauf, dass Kinder nicht mit den Batterien spielen.
- Wenn das Batteriefach nicht sicher schließt, verwenden Sie das Produkt nicht weiter und halten Sie es von Kindern fern.
- Stellen Sie sicher, dass der Akku mit der richtigen Polarität (+ und -) eingelegt ist.
- Nehmen Sie die leere Batterie sofort heraus.
- Prüfen Sie neue Batterien, bevor Sie sie verwenden. Aus beschädigten oder schwachen Batterien kann Säure austreten. Sollten die Batterien undicht sein, Schäden oder Schwächen aufweisen, verwenden Sie sie nicht weiter.
- Achten Sie darauf, dass das Batteriefach richtig und sicher geschlossen ist, nachdem Sie die Batterie ausgewechselt haben.
- Nach dem Umgang mit Batterien die Hände waschen.
- Einwegbatterien sind nicht wiederaufladbar und müssen recycelt oder getrennt vom Hausmüll entsorgt werden. Entsorgen Sie Batterien immer an einer offiziellen Sammelstelle und gemäß Ihren lokalen Umweltgesetzen und -richtlinien.

## PRODUKTSPEZIFIKATIONEN

---

Abmessungen: 28 cm x 28 cm x 2,4 cm

Nettogewicht: 1,53 kg

Stromversorgung: 3 x AAA-Batterien

Display: LCD

Höchstlast: 180 kg / 400 lb / 28 st

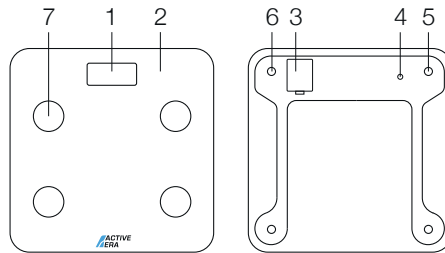
Effektives Minimalgewicht: 6 kg / 13 lb / 0.9st

Einheiten 0,1 kg / 0,2 lb

## PRODUKT-EIGENSCHAFTEN

---

1. LCD-Display
2. Hartglasoberfläche
3. Batterieabdeckung / -fach
4. Messeinheit (kg/lb/st)
5. Hochpräzise Sensoren
6. Rutschsichere Polster
7. Metallsensorplatten

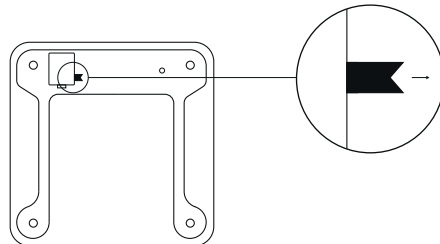


## BATTERIEN

---

### VOR DEM ERSTEN GEBRAUCH

1. Die Waage umdrehen und auf einen trockenen und ebenen Untergrund legen.
2. Die Kunststoffflasche aus dem Batteriefach herausziehen.



## WECHSELN DER BATTERIEN

---

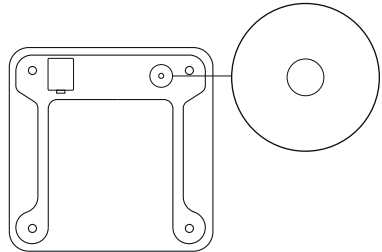
1. Die Waage umdrehen und auf einen trockenen und ebenen Untergrund legen.
2. Die Batterieabdeckung vorsichtig abnehmen, um das Batteriefach zu öffnen.

3. Die 3 alten AAA-Batterien herausnehmen und 3 neue AAA-Batterien einlegen.  
Darauf achten, dass die Batterien entsprechend der Polaritätssymbole korrekt in das Batteriefach eingesetzt werden.
4. Das Batteriefach wieder schließen.

## MESSEINHEITEN

---

Die Waage misst das Gewicht in Kilogramm (kg), Pound (lb) und Stone (st). Drücken Sie die UNIT-Taste auf der Unterseite der Waage, um zwischen den Messeinheiten zu navigieren und die gewünschte Einheit auszuwählen.



## ACTIVE ERA APP

---

### APP EINRICHTEN

Die Active Era App vom App Store (iOS-Geräte) oder Google Play (Android-Geräte) herunterladen.

Hinweis: Diese Waage ist mit Geräten kompatibel, die auf den Betriebssystemen iOS 8.0 und höher oder Android 5.0 und höher laufen.

### BENUTZERKONTO ERSTELLEN

1. Die Active Era App öffnen.
2. Die Taste zum Anmelden (Sign Up) drücken.
3. Die Anweisungen auf dem Bildschirm befolgen.

Hinweis: Die Eingabe des falschen Geschlechts, Alters oder der falschen Körpergröße bei der Kontoerstellung kann zu ungenauen Messergebnissen führen.

Hinweis: Für eine höhere Präzision der Messergebnisse bei Personen mit außergewöhnlichen Körpertypen, z. B. starken Oberkörpermuskeln, Athleten oder Bodybuilder, darauf achten, dass bei der Einrichtung eines Benutzerkontos der Athleten-Modus gewählt wird.

Hinweis: Jedes Hauptkonto kann die Daten von 24 Benutzern einzeln verfolgen.

## **DAS GERÄT KOPPELN**

Die Waage nur über die Active Era App koppeln. Die Waage nicht direkt vom Bluetooth-Menü Ihres Smartphones oder Tablets koppeln.

Zum Koppeln der Waage über die Active Era App folgende Anweisungsschritte ausführen:

1. Bluetooth auf Ihrem Smartphone oder Tablet aktivieren.
2. Die Active Era App öffnen und einloggen.
3. Auf die Waage steigen und still stehen.
4. Dann schaltet sich die Waage ein und stellt automatisch die Verbindung her.
5. Sie wissen, wenn die Waage erfolgreich gekoppelt ist; dann wird Ihr Gewicht gleichzeitig auf dem LCD-Display auf der Waage und in der Active Era App angezeigt.
6. Wenn die App und die Waage einmal gekoppelt worden sind, wird die Verbindung beim nächsten Öffnen der App automatisch hergestellt.

Hinweis: Falls die Kopplung der Waage mit der Active Era App fehlgeschlagen ist, prüfen Sie bitte den Abschnitt zur Fehlerbehebung in dieser Bedienungsanleitung.

## **MESSUNGEN**

---

Bevor Sie eine Messung durchführen, stellen Sie sicher, dass Sie die Active Era App heruntergeladen haben, ein Benutzerkonto eingerichtet haben und die intelligente Waage mit Ihrem Smartphone oder Tablet gekoppelt haben.

1. Stellen Sie die Waage auf einen trockenen, festen und ebenen Untergrund.  
Die Active Era App öffnen und einloggen.
2. Schuhe und Socken ausziehen und barfuß auf die Waage steigen.
3. Still stehen und darauf achten, dass Ihre Füße voll in Kontakt mit den
4. Metallsensorplatten sind.
5. Dann schaltet sich die Waage ein, und eine Analyse Ihrer Körperzusammensetzung beginnt automatisch.
6. Wenn die Analyse beendet ist, blinkt auf dem LCD-Display der Waage eine endgültige Gewichtangabe; gleichzeitig werden die Daten in der Active Era App angezeigt.

Hinweis: Vor Gebrauch der Waage immer Schuhe und Socken ausziehen.

Hinweis: Um die Messgenauigkeit zu gewährleisten, ist es zu empfehlen, dass Sie sich stets zur selben Tageszeit wiegen, da die Messwerte nach körperlicher Bewegung, Diäteinhaltung oder Dehydratisierung abweichen können.

## **BABY-MODUS**

---

Mit dem Baby-Modus können Sie das Gewicht Ihres Babys ermitteln, indem Sie sich selbst auf der Waage wiegen, während Sie Ihr Baby halten. Für den Baby-Modus:

1. Die Active Era App öffnen und einloggen.
2. Ein neues Benutzerprofil für Ihr Baby erstellen und darauf achten, dass dieses neue babyspezifische Benutzerprofil ausgewählt ist.
3. Stellen Sie die Waage auf einen trockenen, festen und ebenen Untergrund.
4. Drücken Sie das Menü Symbol rechts oben auf dem Bildschirm und wählen Sie im Dropdown-Menü Baby-Modus.
5. Steigen Sie alleine auf die Waage.
6. Dann schaltet sich die Waage ein, und eine Analyse Ihres Körpergewichts beginnt automatisch.
7. Sobald ein endgültiger Messwert ermittelt ist, blinkt dieser auf dem LCD-Display.
8. Wiegen Sie sich sofort mit dem Baby.
9. Sobald ein endgültiger Messwert ermittelt ist, blinken Ihr Gewicht und das Ihres Babys auf dem LCD-Display; dann wird das Gewicht des Babys in der Active Era App angezeigt.

Hinweis: Wenn Sie den Baby-Modus verwenden, wenn Ihr eigenes Benutzerprofil in der Active Era-App ausgewählt worden ist, werden Sie vom System aufgefordert, die Daten in dem spezifischen Benutzerprofil für Ihr Baby zu speichern oder ein neues Benutzerprofil für Ihr Baby zu erstellen.

Hinweis: Um die besten Werte zu erhalten, empfehlen wir, dass Sie den Baby-Modus verwenden, wenn Ihr Baby ruhig ist.

## REINE GEWICHTSMESSUNG

---

Diese Waage kann für die reine Gewichtsmessung auch ohne die Active Era App verwendet werden.

1. Stellen Sie die Waage auf einen trockenen, festen und ebenen Untergrund.
2. Steigen Sie auf die Waage.
3. Dann schaltet sich die Waage ein, und eine Analyse Ihres Körpergewichts beginnt automatisch.
4. Sobald ein endgültiger Messwert ermittelt ist, blinkt dieser auf dem LCD-Display.

Hinweis: Um die Messgenauigkeit zu gewährleisten, ist es zu empfehlen, dass Sie sich stets zur selben Tageszeit wiegen, da die Messwerte nach körperlicher Bewegung, Diäteinhaltung oder Dehydratisierung abweichen können.

## KÖRPERMESSUNGEN ERKLÄRT

---

Diese Waage nutzt die bioelektrische Impedanz zur Analyse der Körperzusammensetzung. Dies bedeutet, dass ein sehr schwacher und vollkommen sicherer elektrischer Strom durch die untere Körperhälfte gesendet wird. Der elektrische Strom fließt langsamer durch Knochen und Körperfett als durch Muskeln und Wasser. Die Waage kann diesen Unterschied in der Fließgeschwindigkeit des elektrischen Stroms messen und anhand einer mehrschrittigen mathematischen Formel 13 einzelne Messwerte schätzen.

Hinweis: Diese Waage ist für Personen mit einem durchschnittlichen Körpertyp geeicht. Daher können die Messwerte für Personen mit außerordentlichen Körpertypen (z. B. starke Oberkörpermuskeln, Athleten oder Bodybuilder) ungenau sein. Für eine höhere Präzision der Messergebnisse bei Personen mit außergewöhnlichen Körpertypen darauf achten, dass bei der Einrichtung eines Benutzerkontos der Athleten-Modus gewählt wird.



## GEWICHT

Das Gewicht bezieht sich auf das Gesamtgewicht des Körpers.

## BMI

Der Body-Mass-Index (BMI) gibt einen Messwert an, der aufgrund von Körpergröße und Gewicht bestimmt, ob Sie ein gesundes Gewicht haben. Siehe nachfolgende Tabelle als Anhaltspunkt.

| KATEGORIE               | BMI         |
|-------------------------|-------------|
| Untergewicht            | < 18.5      |
| Gesundes Gewicht        | 18.5 - 24.9 |
| Übergewicht             | 25 - 29.9   |
| Fettleibig              | 30 - 34.9   |
| Schwer übergewichtig    | 35 - 39.9   |
| Krankhaft übergewichtig | > 40        |

## KÖRPERFETTANTEIL

Der Körperfettanteil ist der Anteil des Unterhautfetts (äußeren Körperfetts), das am nächsten an der Haut im Körper ist. Männer und Frauen haben eine unterschiedliche Verteilung des Körperfetts. Daher ist es normal, dass der Körperfettanteil je nach Geschlecht variiert. Die nachfolgende Tabelle zeigt den normalen Körperfettanteil als prozentualen Anteil des Gesamtkörpergewichts. Diese Werte dienen lediglich als Anhaltspunkt.

| ALTER   | MÄNNER    | FRAUEN    |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 8% - 20%  | 22% - 33% |
| 40 - 59 | 11% - 22% | 24% - 34% |
| 60 - 79 | 13% - 24% | 25% - 36% |

## VISZEROLFETT

Das Viszeralfett bezieht sich auf eine Messung des Viszeralfetts im Körper. Viszeralfett befindet sich im Unterbauch und um die lebenswichtigen Organe. Siehe nachfolgende Tabelle als Anhaltspunkt.

| KATEGORIE | VISZEROLFETT |
|-----------|--------------|
| Normal    | 1 - 9        |
| Hoch      | > 10         |

## WASSERANTEIL DES KÖRPERS

Der Wasseranteil des Körpers bezieht sich auf den Wassergehalt im Körper. Für Gesundheit und Wohlbefinden insgesamt ist es wichtig, stets für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu sorgen. Die nachfolgende Tabelle zeigt den normalen Wasseranteil des Körpers als prozentualen Anteil des Gesamtkörpergewichts. Diese Werte dienen lediglich als Anhaltspunkt.

| MÄNNER    | FRAUEN    |
|-----------|-----------|
| 50% - 65% | 45% - 60% |

## SKELETTMUSKELANTEIL

Der Skelettmuskelanteil bezieht sich auf den Anteil der Skelettmuskeln (der mit dem Skelett verbundenen Muskeln) im Körper.

| MÄNNER    | FRAUEN    |
|-----------|-----------|
| 40% - 60% | 30% - 50% |

## MUSKELMASSE

Die Muskelmasse bezieht sich auf das Gesamtgewicht der Muskeln im Körper. Die nachfolgende Tabelle zeigt die normalen Muskelmasseanteile des Körpers als prozentualen Anteil des Gesamtkörpergewichts. Diese Werte dienen lediglich als Anhaltspunkt.

| ALTER   | MÄNNER    | FRAUEN    |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 34% - 40% | 25% - 30% |
| 40 - 59 | 33% - 39% | 24% - 30% |
| 60 - 79 | 33% - 38% | 24% - 30% |

## KNOCHENDICHTE

Die Knochendichte bezieht sich auf das Gesamtgewicht der Knochen im Körper. Die nachfolgende Tabelle zeigt die normalen Knochendichteanteile des Körpers als prozentualen Anteil des Gesamtkörpergewichts. Diese Werte dienen lediglich als Anhaltspunkt.

| MÄNNER  | FRAUEN    |
|---------|-----------|
| 3% - 5% | 2.5% - 4% |

## PROTEINANTEIL

Der Proteinanteil bezieht sich auf den Proteingehalt im Körper. Die nachfolgende Tabelle zeigt den normalen Proteinanteil des Körpers als prozentualen Anteil des Gesamtkörpergewichts. Diese Werte dienen lediglich als Anhaltspunkt.

| MÄNNER    | FRAUEN    |
|-----------|-----------|
| 16% - 18% | 14% - 16% |

## GRUNDUMSATZ

Der Grundumsatz (BMR, engl. Basal Metabolic Rate) bezieht sich auf die Anzahl Kalorien, die der Körper im ruhenden Zustand braucht, um die effektive Funktion aufrechtzuerhalten. Der Grundumsatz richtet sich nach Geschlecht, Körpermasse, Alter, Gewicht, Körpergröße und dem Maß an körperlicher Bewegung.

Im Rahmen einer gesunden, ausgewogenen Ernährung benötigt ein Mann ca. 2.500 kcal pro Tag, um sein Gewicht zu erhalten und die effektive Körperfunktion aufrechtzuerhalten. Für eine Frau liegt dieser Wert bei ca. 2.000 kcal pro Tag.

## **STOFFWECHSELALTER**

Das Stoffwechselalter bezieht sich auf einen Messwert, der Ihren Grundumsatz mit dem durchschnittlichen Grundumsatz Ihrer Altersgruppe vergleicht. Wenn Ihr Stoffwechselalter höher ist als Ihr tatsächliches Alter, dann ist das ein Zeichen dafür, dass Sie Ihre Stoffwechselrate verbessern müssen.

## **REINIGUNG**

---

Verwenden Sie ein weiches, trockenes oder angefeuchtetes Tuch zum Entfernen von Staub oder Schmutz von der Außenfläche der Waage.

Die Waage nicht mit chemischen Lösungsmitteln abwischen oder reinigen.

## **INSTANDHALTUNG**

---

Die Waage ist sehr wartungsarm. Versuchen Sie nicht, sie selbst zu reparieren. Wenden Sie sich gegebenenfalls an fachkundige Servicetechniker.

## **EINLAGERUNG DES GERÄTS**

---

Für die langfristige Einlagerung:

1. Nehmen Sie die Batterien aus dem Batteriefach.
2. Decken Sie die Waage mit einer wasserdichten Abdeckung ab und lagern Sie sie in horizontaler Position in einem sicheren, trockenen Raum, außer Reichweite von Kindern.

## FEHLERCODES

---

| FEHLERCODE | URSACHE          | LÖSUNG   |
|------------|------------------|--|
| Lo         | Batterie niedrig | Batterien wechseln   |
| Err        | Waage überladen  | Von der intelligenten Waage steigen, um eine Beschädigung der hochpräzisen Sensoren zu vermeiden |
| C          | Messfehler       | Steigen Sie erst von und dann erneut auf die Waage   |

## PROBLEMBEHEBUNG

---

| PROBLEM  | URSACHE  | LÖSUNG   |
|--|--|--|
| Waage schaltet sich nicht ein                        | Batterien nicht richtig eingelegt                          | Darauf achten, dass die Batterien richtig eingelegt sind   |
|  | Batterie niedrig   | Batterien wechseln   |
| Waage stellt keine Verbindung zur Active Era-App her | Bluetooth nicht aktiviert                                  | Bluetooth-Funktion auf Smartphone oder Tablet aktivieren   |
|  | Betriebssystem von Smartphone oder Tablet nicht kompatibel | Sicherstellen, dass Ihr Smartphone oder Tablet auf einem Betriebssystem von iOS 8.0 und höher oder Android 5.0 und höher läuft |
| Waage analysiert Körperzusammensetzung nicht         | Sie tragen Schuhe und/oder Socken                          | Schuhe und/oder Socken ausziehen und darauf achten, dass Ihre Füße voll in Kontakt mit den Metallsensorplatten sind            |

## EG-KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

---

Hiermit erklärt One Retail Group Limited, dass der Funkgerätetyp BS-05 der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter folgender Internetadresse verfügbar:  
<https://activeera.com/ec-declaration-of-conformity-pdf/>

## **FCC-ERKLÄRUNG**

---

Dieses Gerät entspricht Teil 15 der FCC-Bestimmungen. Der Betrieb unterliegt den folgenden zwei Bedingungen: (1) Dieses Gerät darf keine schädlichen Störungen verursachen, und (2) dieses Gerät muss empfangene Störungen, einschließlich solchen, die zu einem unerwünschten Betrieb führen können, vertragen. Warnung: Änderungen oder Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung der Regelungen verantwortlichen Partei genehmigt wurden, können die Befugnis des Benutzers, das Gerät zu benutzen, aufheben.

Dieses Gerät wurde getestet und entspricht den Grenzwerten für digitale Geräte der Klasse B gemäß Teil 15 der FCC-Bestimmungen. Diese Grenzwerte sind so ausgelegt, dass sie in Wohnbereichen einen ausreichenden Schutz vor schädlichen Störungen bieten. Dieses Gerät erzeugt, nutzt und emittiert Hochfrequenzstrahlung. Wenn es nicht gemäß den Anweisungen installiert und verwendet wird, kann es zu Funkstörungen kommen. Es kann jedoch nicht garantiert werden, dass bei bestimmten Installationen nicht trotzdem Störungen auftreten. Wenn dieses Gerät Störungen des Radio- oder Fernsehempfangs verursacht, was durch Aus- und Einschalten des Geräts festgestellt werden kann, wird der Benutzer aufgefordert, zu versuchen, die Störung durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu beheben:

- Richten Sie die Empfangsantenne neu aus oder stellen Sie sie um.
- Vergrößern Sie den Abstand zwischen Gerät und Empfangsgerät.
- Schließen Sie das Gerät an eine Steckdose an, die nicht zum selben Stromkreis gehört, an den das Empfangsgerät angeschlossen ist.
- Wenden Sie sich an den Händler oder einen erfahrenen Radio- / Fernsehtechniker.

## **RECYCLING & ENTSORGUNG**

---

Elektro- und Elektronik-Altgeräte (WEEE), Batterien, Akkus und Verpackungen dürfen nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Dies dient dazu, mögliche Schäden für die Umwelt und das menschliche Wohlergehen zu verhindern und unsere natürlichen Ressourcen zu schonen. Die meisten Elektroprodukte mit Stecker, Batterie oder Kabel können recycelt werden. Informationen zu den Sammelsystemen in Ihrer Nähe erhalten Sie von Ihrer Gemeindeverwaltung, der

Müllabfuhr oder dem Geschäft, in dem Sie das Produkt gekauft haben.

### **Elektro- und Elektronik-Altgeräte (WEEE)**

Dieses Symbol auf dem Produkt und/oder der Verpackung weist darauf hin, dass Elektro-Altgeräte (WEEE) gemäß der Richtlinie 2012/19/EU, die Elektro- und Elektronik-Altgeräte regelt, nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden dürfen.



### **Altbatterien und wiederaufladbare Batterien**

Dieses Symbol auf den mit Ihrem Produkt gelieferten Batterien weist darauf hin, dass Altbatterien gemäß der Richtlinie 2006/66/EG, in der es um den Umgang mit gebrauchten Batterien und Akkus geht, nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden dürfen. Wenn die Batterie mehr als 0,004 % Blei enthält, finden Sie die zusätzliche Angabe (PB) auf dem Batteriesymbol.



### **Die Möbius-Schleife**

Dieses Symbol weist darauf hin, dass das Produkt oder die Verpackung recycelt werden kann.



### **Rücknahmesystem**

Sie können Elektro- und Elektronik-Altgeräte für Recycling und Entsorgung an die One Retail Group schicken, wenn Sie ein neues, vergleichbares Produkt von One Retail Group kaufen. Weitere Informationen zum Recycling dieses Produkts finden Sie unter [www.activeera.com](http://www.activeera.com)

Der Endverbraucher von Elektro- und Elektronikprodukten (WEEE) ist dafür verantwortlich, alte Batterien und Glühbirnen zu trennen, bevor sie einem dafür vorgesehenen Entsorgungs- und Recyclingdienst übergeben werden. Altbatterien können auch in Sammelbehältern entsorgt werden, die Sie in den meisten örtlichen Supermärkten und Recyclinghöfen für Hausmüll finden.



# Balance intelligente - BS-05

Merci d'avoir acheté ce produit ProBreeze. Veuillez lire attentivement l'intégralité de ce mode d'emploi avant la première utilisation et le conserver en lieu sûr pour référence ultérieure

## INSTRUCTIONS IMPORTANTES RELATIVES À LA SÉCURITÉ

### MERCI DE LIRE CES INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES ET DE LES CONSERVER

Lors de l'utilisation d'appareils électriques, en particulier en présence d'enfants, toujours suivre les instructions de sécurité de base, y compris les suivantes:

- Utilisez l'appareil uniquement de la façon décrite dans ce manuel. Toute autre utilisation non recommandée par le fabricant peut causer un incendie, un choc électrique ou des blessures.
- L'appareil ne doit pas être utilisé par des personnes (y compris des enfants) aux capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou manquant d'expérience et de connaissance, à moins qu'elles ne soient encadrées ou aient été formées.
- Les enfants doivent être surveillés pour éviter qu'ils ne jouent avec l'appareil.
- Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants, sauf s'ils sont encadrés par un adulte pendant tout le processus.
- Les enfants de moins de 3 ans devraient être tenus à distance de l'appareil, à moins d'être sous surveillance continue.
- Placez l'appareil sur une surface plane et stable. L'utilisation du produit dans une autre position pourrait engendrer des risques. Évitez les tissus et les surfaces souples.
- N'utilisez pas cet appareil si vous avez un stimulateur cardiaque ou tout autre dispositif médical interne.
- N'utilisez pas cet appareil si vous êtes enceinte, présentez des symptômes d'œdème et/ou êtes sous dialyse.
- Ne sautez pas et ne vous placez pas sur les bords extérieurs de la balance.
- Cet appareil ne devrait pas être utilisé par des personnes chez lesquelles on a diagnostiqué une pathologie ayant un impact sur le pourcentage d'eau dans le corps ou prenant des médicaments ayant ce même effet. Pour ces personnes, l'exactitude des résultats n'a pas été contrôlée. Consultez un expert médical.
- Les données fournies par cet appareil devraient être considérées comme une simple référence et ne peuvent pas se substituer au conseil spécialisé d'un professionnel de la santé
- Cet appareil ne devrait pas être utilisé pour diagnostiquer ou traiter un problème de santé. Consultez toujours un professionnel de la santé avant de changer votre alimentation, votre programme d'exercice ou vos activités physiques.
- Cet appareil est glissant lorsqu'il est mouillé. Assurez-vous que l'appareil et vos pieds sont secs avant de l'utiliser.
- Séchez la surface de la balance avant de l'utiliser.

- Évitez de placer l'appareil dans des endroits où il pourrait faire tomber quelqu'un.
- Cet appareil ne doit pas être utilisé s'il est posé sur un autre appareil. Cela pourrait l'empêcher de fonctionner correctement.
- Ne placez pas d'objets sur la balance lorsque vous ne l'utilisez pas.
- Cet appareil est prévu pour une utilisation privée en intérieur ou d'autres utilisations similaires. Ne l'utilisez pas à l'extérieur.
- Ne lavez pas l'appareil avec de l'eau, et ne laissez pas de l'eau s'infiltrer dans l'appareil ou abîmer des pièces électriques.
- Ne nettoyez pas et ne lavez pas l'appareil avec des solvants chimiques. Avant de le nettoyer, vérifiez que l'appareil est éteint et que les piles ont été retirées.
- N'utilisez pas l'appareil si ce dernier ou les accessoires fournis sont abîmés.
- N'exposez pas la balance à des changements de température extrêmes.
- Ne placez pas la balance à proximité de fortes sources de chaleur, par ex. d'un four ou de radiateurs.
- Ne rangez pas l'appareil en position verticale. Cela pourrait endommager les capteurs haute précision. Rangez toujours l'appareil en position horizontale.
- N'essayez pas de réparer ou de régler des éléments électriques ou mécaniques à l'intérieur de l'appareil. Cela pourrait être dangereux et annulerait votre garantie.

## PILES

---

Ce produit est fourni avec AAA piles jetables.

SI PREGA DI LEGGERE E CONSERVARE QUESTE IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

### **AVERTISSEMENT : TENIR HORS DE PORTÉE DES ENFANTS**

Risque d'étouffement. Ne pas avaler. Nocif en cas d'ingestion. L'ingestion peut entraîner des brûlures chimiques, la perforation des tissus mous voire la mort. Des brûlures graves peuvent se produire dans les 2 heures suivant l'ingestion. Si vous pensez que l'utilisateur a avalé une pile ou l'a insérée dans une partie du corps, consultez immédiatement un médecin.

- Ce produit utilise uniquement une pile AAA. Non compatible avec d'autres types de piles.
- Ne pas laisser les enfants manipuler les piles.
- S'il ne se ferme pas correctement, cessez d'utiliser le produit, retirez-en les piles et tenir hors de portée des enfants.
- Assurez-vous que la pile est correctement installée avec la bonne polarité (+ et -).
- Retirez rapidement les piles déchargées.
- Vérifiez systématiquement les nouvelles piles avant utilisation. Une pile

endommagée ou à charge faible pourrait laisser échapper de l'acide. Cessez d'utiliser l'appareil si vous constatez une fuite, un dommage ou un signe de faiblesse à tout moment.

- Assurez-vous que le compartiment prévu à cet effet est correctement fermé une fois la pile introduite.
- Lavez-vous les mains après avoir manipulé les piles.
- Les piles jetables ne sont pas rechargeables et doivent être recyclées ou éliminées conformément à la réglementation en vigueur. Jetez toujours les piles dans un point de collecte officiel et conformément à vos lois et directives environnementales locales.

## SPÉCIFICATIONS DU PRODUIT

---

Dimensions : 28 cm x 28 cm x 2,4 cm

Poids net : 1,53 kg

Alimentation : 3 piles AAA

Affichage : LCD

Poids maximum : 180 kg/400 lb/28 st

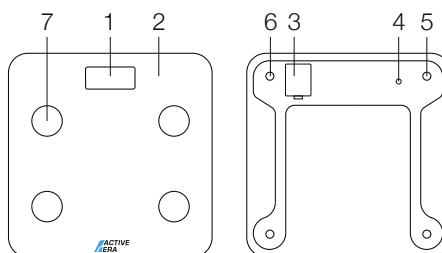
Poids minimum effectif : 6 kg/13 lb/0,9 st

Incréments des unités : 0,1 kg/0,2 lb

## CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT

---

1. Affichage LCD
2. Surface en verre trempé
3. Couvercle/compartiment des piles
4. Unité de mesure (kg/lb/st)
5. Capteurs sensibles
6. Patins antidérapants
7. Capteurs plats en métal

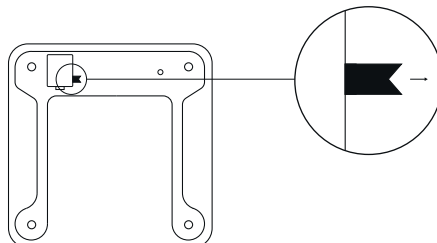


## PILES

---

### AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION

1. Retournez la balance intelligente et posez-la sur une surface plate et sèche.
2. Tirez sur la languette en plastique pour l'enlever du compartiment des piles.



## REPLACEMENT DES PILES

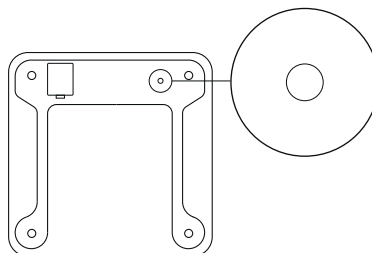
---

1. Retournez la balance intelligente et posez-la sur une surface plate et sèche.
2. Retirez soigneusement le couvercle pour ouvrir le compartiment des piles.
3. Enlevez les 3 piles AAA usées et insérez 3 piles neuves. Veillez à installer les extrémités positives et négatives des piles en respectant les indications de polarité marquées dans le compartiment des piles.
4. Remettez le couvercle en place.

## UNITÉS DE MESURE

---

La balance intelligente mesure les poids en kilogrammes (kg), en livres (lb) et en stones (st). Appuyez sur le bouton UNIT situé en dessous de la balance intelligente pour faire défiler et choisir une unité de mesure.



## APPLICATION ACTIVE ERA

---

### INSTALLATION

Téléchargez l'application Active Era depuis l'App Store (iOS) ou Google Play (Android).

Remarque : la balance intelligente est compatible avec les appareils dotés des systèmes iOS 8.0 ou Android 5.0 et les versions ultérieures.

## **CRÉATION D'UN COMPTE**

1. Ouvrez l'application Active Era.
2. Appuyez sur le bouton S'enregistrer.
3. Suivez les instructions qui s'affichent à l'écran.

Remarque : la saisie de données incorrectes (sexe, âge ou taille) pendant la création du compte pourrait entraîner des mesures inexactes.

Remarque : les personnes ayant un type corporel unique, par exemple des muscles développés sur le haut du corps, les athlètes ou les culturistes, doivent veiller à sélectionner le mode athlète lors de la création de leur compte pour améliorer la précision des mesures.

Remarque : avec un compte principal, vous pouvez suivre individuellement les données de 24 utilisateurs.

## **APPARIEMENT**

Appariez la balance intelligente uniquement à l'aide de l'application Active Era. N'appariez pas la balance intelligente directement depuis le menu Bluetooth de votre smartphone ou de votre tablette.

Pour appairer la balance intelligente avec l'application Active Era:

1. Activez le mode Bluetooth sur votre smartphone ou votre tablette.
2. Ouvrez l'application Active Era et identifiez-vous.
3. Montez sur la balance intelligente et restez immobile.
4. La balance intelligente s'allume et s'apparie automatiquement.

Vous saurez si la balance intelligente s'est correctement appariée car votre poids apparaîtra à la fois sur l'écran LCD de la balance intelligente et dans l'application Active Era.

## MESURES

---

Avant d'effectuer des mesures, veillez à télécharger l'application Active Era, à créer un compte d'utilisateur et à appairer la balance intelligente avec votre smartphone ou votre tablette.

1. Posez la balance intelligente sur une surface plate, sèche et solide
2. Ouvrez l'application Active Era et identifiez-vous.
3. Enlevez vos chaussures et vos chaussettes et montez pieds nus sur la balance intelligente.
4. Restez immobile en veillant à ce que vos pieds soient complètement en contact avec les capteurs plats en métal.
5. La balance intelligente s'allume et une analyse de la composition de votre corps démarre automatiquement.

Une fois l'analyse terminée, une mesure finale du poids clignote sur l'affichage LCD de la balance intelligente, et les données apparaissent dans l'application Active Era.

Remarque : retirez toujours vos chaussures et chaussettes avant d'utiliser la balance.

Remarque : pour des résultats précis, il est conseillé de se peser à la même heure de la journée car les mesures peuvent varier si vous avez fait du sport, si vous avez mangé ou si vous êtes déshydraté.

## MODE BÉBÉ

---

Le mode bébé vous permet de connaître le poids de votre bébé en vous pesant sur la balance intelligente tout en portant votre bébé. Pour utiliser le mode bébé :

1. Ouvrez l'application Active Era et identifiez-vous.
2. Créez un nouveau profil d'utilisateur pour votre bébé et veillez à sélectionner le nouveau profil d'utilisateur spécifique au bébé.
3. Posez la balance intelligente sur une surface plate, sèche et solide

4. Appuyez sur le signe en haut à droite de l'écran et appuyez sur Mode Bébé dans le menu déroulant.
5. Montez sur la balance intelligente.
6. La balance intelligente s'allume et une analyse du poids de votre corps démarre automatiquement.
7. Dès qu'une mesure finale du poids est obtenue, elle clignote sur l'écran LCD.
8. Pesez-vous immédiatement en portant votre bébé.
9. Dès qu'une mesure finale est obtenue, votre poids augmenté du poids du bébé clignote sur l'écran LCD, puis le poids du bébé est affiché dans l'application Active Era.

Remarque : si vous utilisez le mode bébé lorsque votre profil d'utilisateur est sélectionné dans l'application Active Era, il vous sera demandé d'enregistrer les données dans le profil d'utilisateur spécifique à votre bébé ou de créer un nouveau profil d'utilisateur pour votre bébé.

Remarque : pour un résultat optimal, il est conseillé d'utiliser le mode bébé lorsque l'enfant est calme.

## **MESURE UNIQUEMENT DU POIDS**

---

Cette balance intelligente peut également être utilisée sans l'application Active Era pour obtenir seulement une mesure du poids.

1. Posez la balance intelligente sur une surface plate, sèche et solide
2. Montez sur la balance intelligente.
3. La balance intelligente s'allume et une analyse du poids de votre corps démarre automatiquement.
4. Dès qu'une mesure finale du poids est obtenue, elle clignote sur l'écran LCD.

Remarque : pour des résultats précis, il est conseillé de se peser à la même heure de la journée car les mesures peuvent varier si vous avez fait du sport, si vous avez mangé ou si vous êtes déshydraté.

## EXPLICATION DES MESURES CORPORELLES

---

Cette balance intelligente utilise l'impédance bioélectrique pour analyser la composition de votre corps. Un très faible courant électrique parcourt la partie inférieure de votre corps. Le courant électrique circule plus lentement à travers les os et la graisse par rapport aux muscles et à l'eau. La balance intelligente peut mesurer cette différence de vitesse du courant électrique et, à l'aide d'une formule mathématique à plusieurs étapes, estimer 13 mesures individuelles.

Remarquez que cette balance a été étalonnée pour les personnes ayant un corps de type moyen. Par conséquent, les mesures enregistrées par les personnes ayant un type de corps unique (par exemple, le haut du corps très musclé, un athlète ou un culturiste) pourraient manquer de précision. Les personnes ayant un type corporel unique doivent veiller à sélectionner le mode athlète lors de la création de leur compte pour améliorer la précision des mesures.

### POIDS

Le poids désigne le poids total du corps.

### IMC

L'indice de masse corporelle (IMC) détermine si votre poids est correct par rapport à votre taille. À titre de référence, consultez le tableau ci-dessous.

| CATÉGORIE          | IMC         |
|--------------------|-------------|
| Maigre             | < 18.5      |
| Corpulence normale | 18.5 - 24.9 |
| Surpoids           | 25 - 29.9   |
| Obésité modérée    | 30 - 34.9   |
| Obésité élevée     | 35 - 39.9   |
| Obésité morbide    | > 40        |



## TAUX DE GRAISSE CORPORELLE

Le taux de graisse corporelle désigne le pourcentage de graisse sous-cutanée (graisse externe) le plus proche de la peau dans le corps. La graisse corporelle n'est pas répartie de la même manière chez les femmes et chez les hommes. Il est donc normal que ce taux varie en fonction du sexe. À titre de référence, consultez le tableau ci-dessous pour connaître le taux normal de graisse corporelle sous forme de pourcentage du poids total.

| ÂGE     | HOMMES    | WOMEN     |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 8% - 20%  | 22% - 33% |
| 40 - 59 | 11% - 22% | 24% - 34% |
| 60 - 79 | 13% - 24% | 25% - 36% |

## GRAISSE VISCÉRALE

La graisse viscérale désigne le taux de graisse viscérale dans le corps. La graisse viscérale est située dans l'abdomen et autour des organes vitaux. À titre de référence, consultez le tableau ci-dessous.

| CATÉGORIE | GRAISSE VISCÉRALE |
|-----------|-------------------|
| Normal    | 1 - 9             |
| Haute     | ≥ 10              |

## POURCENTAGE DE MASSE HYDRIQUE

Le pourcentage de masse hydrique désigne le pourcentage d'eau dans le corps. Pour votre santé et votre bien-être, il est important d'être toujours bien hydraté. À titre de référence, consultez le tableau ci-dessous pour connaître le pourcentage d'eau normal sous forme de pourcentage du poids total.

| HOMMES    | WOMEN     |
|-----------|-----------|
| 50% - 65% | 45% - 60% |

## POURCENTAGE DE MUSCLE SQUELETTIQUE

Le pourcentage de muscle squelettique désigne la quantité de muscle squelettique (muscle relié au squelette) dans votre corps.

| HOMMES    | FEMMES    |
|-----------|-----------|
| 40% - 60% | 30% - 50% |

## MASSE MUSCULAIRE

La masse musculaire désigne le poids total de muscle dans votre corps. À titre de référence, consultez le tableau ci-dessous pour connaître les fourchettes de masse musculaire normale sous forme de pourcentage du poids total.

| ÂGE     | HOMMES    | FEMMES    |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 34% - 40% | 25% - 30% |
| 40 - 59 | 33% - 39% | 24% - 30% |
| 60 - 79 | 33% - 38% | 24% - 30% |

## MASSE OSSEUSE

La masse osseuse désigne le poids total du squelette dans votre corps. À titre de référence, consultez le tableau ci-dessous pour connaître les fourchettes de masse osseuse normale sous forme de pourcentage du poids total.

| HOMMES  | FEMMES    |
|---------|-----------|
| 3% - 5% | 2.5% - 4% |

## TAUX DE PROTÉINES

Le taux de protéines désigne le pourcentage de protéines dans le corps. À titre de référence, consultez le tableau ci-dessous pour connaître le taux de protéines normal sous forme de pourcentage du poids total.

| <b>HOMMES</b> | <b>FEMMES</b> |
|---------------|---------------|
| 16% - 18%     | 14% - 16%     |

## **TMB**

Le taux métabolique de base (TMB) se rapporte au nombre de calories dont votre corps a besoin au repos pour fonctionner efficacement. Le TMB est fonction du sexe, de la masse corporelle, de l'âge, du poids, de la taille et de l'activité physique.

Avec un régime sain et équilibré, un homme a besoin d'environ 2 500 calories par jour pour maintenir son poids et fonctionner efficacement. Pour une femme, ce chiffre est d'environ 2 000 calories par jour.

## **ÂGE MÉTABOLIQUE**

L'âge métabolique permet de comparer votre TMB avec la TMB moyenne de votre tranche d'âge. Un âge métabolique supérieur à l'âge réel indique qu'il est nécessaire d'améliorer votre rythme métabolique.

## **NETTOYAGE**

---

Utilisez un chiffon doux, sec ou humide pour retirer la poussière ou les débris de la surface extérieure de la balance intelligente.

N'essuyez pas ou ne nettoyez pas la balance intelligente avec des solvants chimiques.

## **MAINTENANCE**

---

La balance intelligente nécessite peu d'entretien. N'essayez pas de la réparer vous-même. Consultez un technicien qualifié pour obtenir de l'aide.

## STOCKAGE

---

Pour un stockage à long terme :

1. Retirez les piles du compartiment des piles.
2. Couvrez la balance intelligente avec une housse étanche et rangez-la à l'horizontale dans un endroit sec et sûr, hors de portée des enfants.

## CODES D'ERREUR

---

| CODE D'ERREUR | CAUSE                                  | SOLUTION  |
|---------------|--|---|
| Lo            | L'alimentation est faible              | Remplacer les piles   |
| Err           | La balance intelligente est surchargée | Descendre de la balance pour éviter d'endommager les capteurs sensibles |
| C             | Erreur de mesure                       | Descendre de la balance et remonter                                     |

## DÉPANNAGE

---

| PROBLÈME   | CAUSE   | SOLUTION  |
|--|---|---|
| La balance intelligente ne s'allume pas                                | Les piles sont mal installées   | S'assurer que les piles sont bien installées  |
|  | L'alimentation est faible   | Remplacer les piles   |
| La balance intelligente ne s'apparie pas avec l'application Active Era | Mode Bluetooth pas activé   | Activer le mode Bluetooth du smartphone ou de la tablette   |
|  | Système d'exploitation du smartphone ou de la tablette non compatible | Vérifier que le système d'exploitation du smartphone ou de la tablette est iOS 8.0 ou Android 5.0 et les versions ultérieures.              |
| La balance intelligente n'analyse pas la composition du corps          | Port de chaussures et/ou de chaussettes                               | Enlever les chaussures et/ou les chaussettes en veillant à ce que les pieds soient complètement en contact avec les capteurs plats en métal |

## CE DÉCLARATION DE CONFORMITÉ

---

Par la présente, One Retail Group Limited déclare que l'équipement radio du type BS-05 est conforme à la directive à la directive 2014/53/UE. Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'adresse internet suivante: <https://activeera.com/ec-declaration-of-conformity-pdf/>

## DÉCLARATION FCC

---

Le présent appareil est conforme à la partie 15 du règlement FCC. Son opération est soumise aux deux conditions suivantes : (1) Cet appareil ne peut pas causer d'interférences nuisibles, et (2) cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences qui peuvent causer un fonctionnement indésirable.

Avertissement : Les changements ou modifications qui ne sont pas expressément approuvées par la partie responsable de la conformité pourraient invalider le droit de l'utilisateur à faire fonctionner l'équipement.

Cet équipement a été testé et reconnu conforme aux limites d'un appareil numérique de classe B, conformément à la partie 15 du règlement FCC. Ces limites sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet équipement génère, utilise et peut émettre de l'énergie radioélectrique ; s'il n'est pas installé et utilisé de façon conforme aux instructions, il peut également causer des interférences nuisibles aux communications radio. Il n'est pas possible de garantir que les interférences ne se produiront pas dans une installation en particulier. Si cet équipement cause des interférences nuisibles à la réception de la radio ou de la télévision, ce qui peut être déterminé en allumant et en éteignant l'équipement, l'utilisateur est encouragé à chercher à les corriger à l'aide d'une ou plusieurs des mesures suivantes :

- réorienter ou déplacer l'antenne de réception.
- éloigner l'équipement du récepteur.
- relier l'équipement à une prise d'un circuit différent de celui du récepteur.
- consulter le revendeur ou un technicien radio/télévision expérimenté.

## RECYCLAGE ET MISE AU REBUT

---

Les produits électriques et électroniques (DEEE), les batteries (piles), les accumulateurs et les emballages ne doivent pas être jetés avec les déchets ménagers ordinaires. Ceci afin d'éviter de porter préjudice à l'environnement et au bien-être humain et de contribuer à la conservation de nos ressources naturelles. La plupart des produits électriques munis d'une fiche, d'une batterie ou d'un câble peuvent être recyclés. Contactez votre municipalité/commune, le service d'élimination des déchets ménagers ou la boutique où vous avez acheté le produit pour obtenir des informations sur les programmes de collecte dans votre région.

### Déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE)

Ce symbole sur le produit et/ou l'emballage indique que les déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE), conformément à la directive 2012/19/UE qui régit les appareils électriques et électroniques usagés, ne doivent pas être jetés avec les déchets ménagers généraux.



### Piles usagées et piles rechargeables (batteries)

Ce symbole sur les piles (batteries) fournies avec votre produit indique que les piles (batteries) usagées conformément à la directive 2006/66/CE qui régit les piles (batteries) et les accumulateurs usagés ne doivent pas être éliminées avec les déchets ménagers généraux. Si la batterie contient plus de 0,004 % de plomb, le symbole qui y figure sera accompagné des lettres (PB).



### La boucle de Mobius

Ce symbole indique que le produit ou l'emballage est recyclable.



## Triman Logo

Nos produits et emballages se recyclent, ne les jetez pas! Trouvez où les déposer sur le site [www.quefairedemesdechets.fr](http://www.quefairedemesdechets.fr)



## Programme de reprise

Les déchets de produits électriques (DEEE) peuvent être envoyés à One Retail Group pour recyclage et élimination lorsque vous achetez un nouveau produit auprès de One Retail Group, sur un achat de valeur comparable. Pour plus d'informations sur la façon de recycler ce produit, veuillez visiter [www.activeera.com](http://www.activeera.com)

L'utilisateur final des produits électriques et électroniques (DEEE) est responsable de la séparation des piles et des ampoules usagées avant qu'elles ne soient remises à un service d'élimination et de recyclage désigné. Les piles et batteries usagées peuvent également être jetées dans les bacs de collecte, que l'on trouve dans la plupart des supermarchés locaux et dans les centres de recyclage des déchets ménagers.

# Bilancia pesapersona intelligente - BS-05

Grazie per aver scelto di acquistare un prodotto ProBreeze. Ti invitiamo a leggere con attenzione l'intero manuale prima di utilizzare l'apparecchio la prima volta e di conservarlo in un luogo sicuro per poterlo consultare all'occorrenza.

## IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

### LEGGERE E CONSERVARE QUESTE IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

Quando si usano apparecchi elettrici, specialmente in presenza di bambini, seguire sempre le istruzioni di sicurezza di base, comprese quelle di seguito riportate:

- Utilizzare il dispositivo solo come descritto nel presente manuale. Qualsiasi altro uso non raccomandato dal fabbricante può causare incendi, scosse elettriche o lesioni alle persone.
- Il dispositivo non deve essere utilizzato da persone (compresi i bambini) con capacità fisiche, sensoriali o mentali limitate o mancanza di esperienza e conoscenza, a meno che non siano state supervisionate o istruite.
- I bambini devono essere sorvegliati in modo che non possano giocare con il dispositivo.
- La pulizia e la manutenzione da parte dell'utente non devono essere eseguite da bambini a meno che non siano costantemente controllati.
- I bambini di età inferiore a 3 anni devono essere tenuti a distanza se non sottoposti a supervisione continua.
- Posizionare l'apparecchio su una superficie piana e stabile. L'uso del prodotto in qualsiasi altra posizione può essere pericoloso. Evita tappeti e superfici morbide.
- Questo dispositivo non deve essere utilizzato se si porta un pacemaker o qualsiasi altro dispositivo medico interno.
- Questo dispositivo non deve essere utilizzato se si è in stato di gravidanza, se si hanno sintomi di edema e/o si è sottoposti a trattamento dialitico.
- Non saltare o stare in piedi sui bordi esterni della bilancia.
- Il dispositivo non deve essere utilizzato da persone a cui è stata diagnosticata una malattia o che stanno assumendo farmaci che possono influire sul contenuto di acqua nel corpo. L'accuratezza delle letture per questi soggetti non è stata verificata. Chiedere consiglio a un medico specialista.
- I dati forniti dal dispositivo devono essere utilizzati solo come riferimento e non sostituiscono la consulenza medica di un operatore sanitario autorizzato
- Il dispositivo non deve essere utilizzato per diagnosticare o trattare alcuna malattia. Consultare sempre il proprio medico curante prima di apportare modifiche alla propria dieta, programmi di allenamento o attività fisica.
- Il dispositivo è scivoloso quando è bagnato. Prima dell'uso, assicurarsi che il dispositivo e i propri piedi siano asciutti.
- Asciugare la superficie della bilancia prima dell'uso.
- Evitare di posizionare il dispositivo in aree in cui può costituire pericolo di inciampo.



- Il dispositivo non deve essere utilizzato quando è impilato su un altro dispositivo. Ciò potrebbe causare il funzionamento non corretto del dispositivo.
- Non posizionare alcun oggetto sulla bilancia quando non è in uso.
- Il dispositivo è inteso per uso domestico interno e applicazioni simili. Non usare all'aperto.
- Non lavare il dispositivo con acqua o consentire all'acqua o ad altri liquidi di penetrare nel dispositivo o contaminare parti elettriche.
- Non pulire o lavare il dispositivo con solventi chimici. Prima della pulizia assicurarsi che il dispositivo sia spento e che le batterie siano state rimosse.
- Non utilizzare il dispositivo in presenza di segni di danneggiamento dell'apparecchio o degli accessori forniti.
- Non esporre la bilancia a sbalzi di temperatura estremi.
- Non posizionare la bilancia vicino a fonti di calore elevato, ad es. forni o radiatori.
- Non riporre il dispositivo in posizione verticale. Ciò potrebbe danneggiare i sensori ad alta precisione. Riporre sempre il dispositivo in posizione orizzontale.
- Non tentare di riparare o regolare alcun elemento elettrico o meccanico nel dispositivo. Ciò può non essere sicuro e farà decadere la garanzia.

## BATTERIE

---

Questo prodotto viene fornito con AAA batterie usa e getta.

**SI PREGA DI LEGGERE E CONSERVARE QUESTE IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA**

### **AVVERTENZA PER LA BATTERIA: TENERE FUORI DALLA PORTATA DEI BAMBINI**

Rischio di soffocamento. Non ingerire. Nociva se ingerita. L'ingestione può provocare ustioni chimiche, perforazione dei tessuti molli e morte. Gravi ustioni possono verificarsi entro 2 ore dall'ingestione. Se pensi che le batterie possano essere state ingerite o possano essersi depositate all'interno di qualsiasi parte del corpo, consulta immediatamente un medico.

- Il prodotto utilizza solo una batteria AAA. Non è compatibile con altri tipi di batterie.
- Non permettere ai bambini di maneggiare le batterie.
- Se il vano batteria non si chiude in modo corretto e sicuro, interrompere l'utilizzo del prodotto e tenerlo lontano dalla portata dei bambini.
- Assicurarsi che la batteria sia installata con la polarità corretta (+ e -).
- Rimuovere prontamente la batteria scarica.

- Ispezionare sempre le batterie nuove prima dell'uso. Le batterie danneggiate o deboli possono perdere acido. Interrompere l'uso se le batterie mostrano segni di perdite, danni o debolezza in qualsiasi momento.
- Dopo la sostituzione della batteria, assicurarsi che il vano batteria sia chiuso correttamente e saldamente.
- Lavarsi le mani dopo aver maneggiato le batterie.
- Le batterie monouso non sono ricaricabili e devono essere riciclate o smaltite separatamente dai rifiuti domestici. Smaltire sempre le batterie presso un punto di raccolta ufficiale e secondo le leggi e le linee guida ambientali locali.

## **SPECIFICHE DELL'ARTICOLO**

---

Dimensioni: 28 cm x 28 cm x 2,4 cm

Peso netto: 1,53 kg

Alimentazione: 3 batterie AAA

Display: LCD

Portata max: 180 kg / 400 libbre / 28 stone

Peso minimo effettivo: 6 kg / 13 libbre / 0,9 stone

Incrementi unitari: 0,1 kg / 0,2 libbre

## **FUNZIONI DEL PRODOTTO**

---

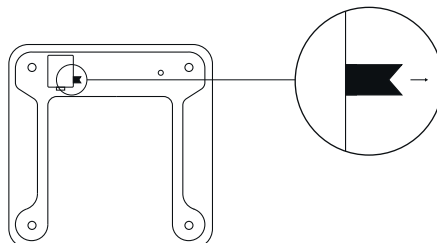
1. Display LCD
2. Superficie in vetro temperato
3. Vano / coperchio batterie
4. Unità di misura (kg / libbre / stone)
5. Sensori ad alta precisione
6. Cuscinetti di sicurezza antiscivolo
7. Sensori metallici a piastra

## **BATTERIE**

---

### **PRIMA DEL PRIMO UTILIZZO**

1. Rivoltare la bilancia e posarla rovesciata su una superficie piana e asciutta.
2. Estrarre la linguetta di plastica dal vano batterie.



## SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE

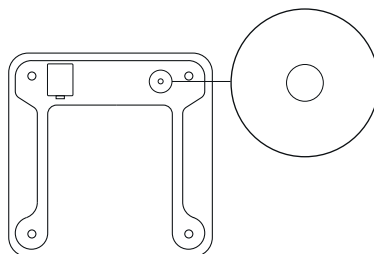
---

1. Rivoltare la bilancia e posarla rovesciata su una superficie piana e asciutta.
2. Rimuovere con cura il coperchio e aprire il vano batterie.
3. Rimuovere le 3 batterie AAA vecchie e inserire 3 batterie AAA nuove. Assicurarsi che i poli negativo e positivo delle batterie rispettino la polarità indicata all'interno del vano.
4. Riposizionare il coperchio del vano.

## UNITÀ DI MISURA

---

La bilancia intelligente effettua la misurazione del peso in chilogrammi (kg), libbre (lb) e stone (st). Premere il tasto UNITÀ ubicato alla base della bilancia intelligente per scorrere le opzioni e selezionare l'unità di misura desiderata.



## APP ACTIVE ERA

---

### INSTALLAZIONE

Scaricare l'app Active Era dall'App Store (dispositivi iOS) o Google Play (dispositivi Android).

NB: questa bilancia intelligente è compatibile con i dispositivi con sistema operativo iOS 8.0 e versioni successive o Android 5.0 e versioni successive.

## **CREAZIONE DI UN ACCOUNT**

1. Aprire l'app Active Era.
2. Premere il tasto Registrati.
3. Seguire le istruzioni nello schermo.

NB: se in fase di creazione dell'account vengono inseriti dati inesatti relativamente al sesso, all'età o all'altezza, le misurazioni potrebbero risultare imprecise.

NB: per migliorare la precisione delle misurazioni per i soggetti con corporatura particolare, per es. significativa muscolatura nella parte superiore, atleti o cultori del body building, assicurarsi che sia selezionata la modalità Atleta durante la creazione dell'account.

NB: ciascun account principale è in grado di tracciare individualmente i dati di 24 utenti.

## **ASSOCIAZIONE**

Associare la bilancia intelligente unicamente utilizzando l'app Active Era. Non associare la bilancia direttamente dallo smartphone o dal menu Bluetooth del tablet.

Per associare la bilancia intelligente con l'app Active Era:

1. Abilitare il Bluetooth sullo smartphone o tablet.
2. Aprire l'app Active Era ed effettuare l'accesso.
3. Salire sulla bilancia e rimanere fermi.
4. La bilancia si accende e l'associazione avviene automaticamente.
5. L'associazione è riuscita se il peso viene visualizzato sia sul display LCD della bilancia intelligente che nell'app Active Era.
6. Una volta effettuata l'associazione, l'app e la bilancia intelligente si connettono automaticamente quando vengono riaperte successivamente.

NB: se la bilancia non si associa all'app Active Era, consultare la sezione relativa alla risoluzione dei problemi di questo manuale di istruzioni.

## MISURAZIONI

---

Prima di effettuare delle misurazioni, assicurarsi di aver scaricato l'app Active Era, di aver creato un account utente e di aver associato la bilancia intelligente allo smartphone o tablet.

1. Collocare la bilancia su una superficie asciutta, solida e piana.
2. Aprire l'app Active Era ed effettuare l'accesso.
3. Togliere le scarpe e le calze e salire a piedi nudi sulla bilancia.
4. Rimanere fermi e verificare che i piedi tocchino interamente i sensori metallici a piastra.
5. La bilancia intelligente si accende e viene avviata automaticamente un'analisi della composizione corporea.
6. Una volta che l'analisi è stata completata, sul display LCD della bilancia lampeggia una misurazione finale del peso, che compare in contemporanea anche nell'app Active Era.

NB: togliere sempre le scarpe e le calze prima di utilizzare la bilancia.

NB: per avere risultati precisi, si raccomanda di pesarsi alla stessa ora del giorno in quanto le misurazioni possono variare dopo l'esercizio fisico, in base all'alimentazione o al grado di disidratazione.

## MODALITÀ NEONATO

---

La modalità neonato consente di rilevare il peso del proprio bambino mentre lo si tiene in braccio. Per utilizzare la modalità neonato:

1. Aprire l'app Active Era ed effettuare l'accesso.
2. Creare un nuovo profilo utente per il bambino e assicurarsi che sia selezionato questo nuovo profilo di utente specifico.
3. Collocare la bilancia su una superficie asciutta, solida e piana.
4. Premere l'icona a tre righe nell'angolo in alto a destra dello schermo e premere Modalità Neonato nel menu a tendina.

5. Salire sulla bilancia prima da soli.
6. La bilancia intelligente si accende e viene effettuata automaticamente un'analisi del peso corporeo della persona che vi è sopra.
7. Una volta ottenuta una misurazione finale del peso, il valore lampeggia sul display LCD.
8. Pesarsi immediatamente insieme al bambino.
9. Una volta ottenuta una misurazione finale del peso, sul display LCD lampeggia il peso combinato dell'adulto e del bambino, seguito dal peso del bambino nell'app Active Era.

NB: se si utilizza la modalità neonato quando è selezionato il proprio profilo utente nell'app Active Era, viene richiesto di salvare i dati nel profilo utente specifico del bambino o di creare un nuovo profilo utente per il bambino.

NB: per risultati ottimali, raccomandiamo di usare la modalità neonato unicamente quando il bambino è calmo.

## **MISURAZIONE SOLO PESO**

---

Questa bilancia intelligente può essere utilizzata anche senza l'app Active Era se si desidera ottenere unicamente la misurazione del peso.

1. Collocare la bilancia su una superficie asciutta, solida e piana.
2. Salire sulla bilancia.
3. La bilancia si accende e viene effettuata automaticamente un'analisi del peso corporeo della persona che vi è sopra.
4. Una volta ottenuta una misurazione finale del peso, il valore lampeggia sul display LCD.

NB: per avere risultati precisi, si raccomanda di pesarsi alla stessa ora del giorno in quanto le misurazioni possono variare dopo l'esercizio fisico, in base all'alimentazione o al grado di disidratazione.

## **SPIEGAZIONE DELLE MISURAZIONI CORPOREE**

---

Questa bilancia intelligente utilizza l'impedenza bioelettrica per condurre l'analisi della composizione corporea. Lungo la metà inferiore del corpo viene fatta passare una piccola quantità di corrente elettrica sicura, che scorre più lentamente nelle ossa e nella massa grassa rispetto alla velocità che ha quando attraversa i muscoli e la massa acquosa. La bilancia intelligente è in grado di misurare questa differenza di velocità della corrente elettrica e, utilizzando una formula matematica multifase, stima 13 misurazioni individuali.

NB: questa bilancia intelligente è stata calibrata per i soggetti con corporatura media e, pertanto, le misurazioni registrate da chi ha una corporatura particolare, per es. significativa muscolatura della parte superiore del corpo, atleti e cultori del body building, potrebbero non essere precise. Per migliorare la precisione delle misurazioni per questo tipo di soggetti, assicurarsi di aver selezionato la modalità Atleta durante la creazione dell'account.

## **PESO**

Il peso si riferisce al peso totale del corpo.

## **IMC**

L'Indice di Massa Corporea (IMC o BMI in inglese) si riferisce a una misurazione che utilizza l'altezza e il peso per calcolare se il peso è sano. Consultare la tabella sottostante come riferimento.

| <b>CATEGORIA</b>      | <b>BMI</b>  |
|-----------------------|-------------|
| Sottopeso             | < 18.5      |
| Peso ottimale         | 18.5 - 24.9 |
| Sovrapeso             | 25 - 29.9   |
| Obeso                 | 30 - 34.9   |
| Gravemente obeso      | 35 - 39.9   |
| patologicamente Obesi | > 40        |

## PERCENTUALE DI GRASSO CORPOREO

La percentuale di grasso corporeo si riferisce alla percentuale di grasso sottocutaneo (grasso esterno) più vicino alla pelle. Gli uomini e le donne hanno una diversa distribuzione del grasso corporeo, per cui è normale che la percentuale sia diversa in base al sesso. Consultare la tabella sottostante per conoscere la percentuale di grasso corporeo normale come percentuale del peso corporeo totale.

| ETÀ     | UOMO      | DONNA     |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 8% - 20%  | 22% - 33% |
| 40 - 59 | 11% - 22% | 24% - 34% |
| 60 - 79 | 13% - 24% | 25% - 36% |

## GRASSO VISCERALE

Il grasso viscerale si riferisce a una misurazione del grasso viscerale nel corpo. Esso si forma nell'addome e intorno agli organi vitali. Consultare la tabella sottostante come riferimento.

| CATEGORIA | GRASSO VISCERAL |
|-----------|-----------------|
| Normale   | 1 - 9           |
| Alto      | ≥ 10            |

## PERCENTUALE DI ACQUA CORPOREA

La percentuale di acqua corporea si riferisce alla percentuale di acqua nel corpo. Una buona idratazione è importante per la salute e il benessere generali. Consultare la tabella sottostante per conoscere la percentuale di acqua corporea normale come percentuale dell'acqua corporea totale.

| UOMO      | DONNA     |
|-----------|-----------|
| 50% - 65% | 45% - 60% |



## PERCENTUALE DELLA MUSCOLATURA SCHELETRICA

La percentuale della muscolatura scheletrica si riferisce alla percentuale di muscolatura scheletrica (la muscolatura, cioè, che sostiene lo scheletro).

| <b>UOMO</b> | <b>DONNA</b> |
|-------------|--------------|
| 40% - 60%   | 30% - 50%    |

## MASSA MUSCOLARE

La massa muscolare si riferisce al peso totale della muscolatura nel corpo. Consultare la tabella sottostante per conoscere gli intervalli di massa muscolare normali come percentuale del peso corporeo totale.

| <b>ETÀ</b> | <b>UOMO</b> | <b>DONNA</b> |
|------------|-------------|--------------|
| 20 - 39    | 34% - 40%   | 25% - 30%    |
| 40 - 59    | 33% - 39%   | 24% - 30%    |
| 60 - 79    | 33% - 38%   | 24% - 30%    |

## MASSA OSSEA

La massa ossea si riferisce al peso totale delle ossa nel corpo. Consultare la tabella sottostante per conoscere gli intervalli normali di massa ossea come percentuale del peso corporeo totale.

| <b>UOMO</b> | <b>DONNA</b> |
|-------------|--------------|
| 3% - 5%     | 2.5% - 4%    |

## PERCENTUALE PROTEICA

La percentuale proteica si riferisce alla percentuale di proteine nel corpo. Consultare la tabella sottostante per conoscere la normale percentuale proteica come percentuale del peso corporeo totale.

| <b>UOMO</b> | <b>DONNA</b> |
|-------------|--------------|
| 16% - 18%   | 14% - 16%    |

## **MB**

Il metabolismo basale (MB o BMR in inglese) si riferisce al numero di calorie di cui ha bisogno il corpo a riposo per funzionare correttamente. La MB varia in base al sesso, alla massa corporea, all'età, al peso, all'altezza e al tipo di attività fisica svolta.

Con una dieta sana e bilanciata, un uomo deve assumere circa 2.500 kcal al giorno per mantenere un peso e una funzionalità ottimali. Per la donna la quantità è di circa 2.000 kcal al giorno.

## **ETÀ METABOLICA**

L'età metabolica si riferisce a una misura che raffronta il valore MB con il valore MB medio per una determinata fascia d'età. Se l'età metabolica è superiore a quella effettiva, è segno che il metabolismo deve essere migliorato.

## **PULIZIA**

---

Utilizzare un panno morbido e asciutto o leggermente inumidito per rimuovere polvere e residui di sporco dalla superficie esterna della bilancia.

Non pulire o lavare la bilancia con solventi chimici.

## MANUTENZIONE

---

La bilancia intelligente richiede una manutenzione minima. Non cercare di aggiustarla da soli ma rivolgersi a un tecnico dell'assistenza qualificato per qualsiasi intervento.

## CONSERVAZIONE

---

Per la conservazione per lunghi periodi:

1. Rimuovere le batterie dal vano batterie.
2. Coprire la bilancia con un telo impermeabile e conservare in orizzontale in un posto asciutto e sicuro, lontano dalla portata dei bambini.

## CODICI DI ERRORE

---

| <b>CODICE DI ERRORE</b> | <b>CAUSA</b>                       | <b>SOLUZIONE</b>   |
|-------------------------|------------------------------------|--|
| Lo                      | Le batterie sono quasi scariche    | Sostituire le batterie   |
| Err                     | La bilancia è stata sovraccaricata | Scendere dalla bilancia per non danneggiare i sensori ad alta precisione |
| C                       | Errore di misurazione              | Scendere dalla bilancia e risalirvi                                      |

## RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

---

| PROBLEMA  | CAUSA  | SOLUZIONE   |
|---|--|---|
| La bilancia non si accende                        | Le batterie non sono inserite correttamente                          | Assicurarsi che le batterie siano inserite correttamente  |
|   | Le batterie sono quasi scariche                                      | Sostituire le batterie  |
| La bilancia non si associa con l'app Active Era   | Il Bluetooth non è acceso  | Accendere il Bluetooth sullo smartphone o sul tablet  |
|   | Il sistema operativo dello smartphone o del tablet non è compatibile | Verificare che lo smartphone o il tablet abbiano un sistema operativo iOS 8.0 e versioni successive o Android 5.0 e versioni successive |
| La bilancia non analizza la composizione corporea | Si indossano scarpe e/o calze  | Togliere le scarpe e/o le calze e assicurarsi che i piedi tocchino interamente i sensori metallici a piastra                            |

## DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ CE

---

Con la presente, One Retail Group Limited dichiara che l'apparecchiatura radio di tipo BS-05 è conforme alla Direttiva 2014/53 / UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: <https://activeera.com/ec-declaration-of-conformity-pdf/>

## DICHIARAZIONE FCC

---

Questo dispositivo è conforme alla Parte 15 delle norme FCC. Il funzionamento è soggetto alle due seguenti condizioni: (1) Questo dispositivo non può causare interferenze dannose e (2) questo dispositivo deve accettare qualsiasi interferenza ricevuta, incluse quelle interferenze che potrebbero causare un funzionamento indesiderato. Avvertenza: Variazioni o modifiche non espressamente approvate dalla parte responsabile della conformità potrebbero rendere nullo il permesso dell'utente a utilizzare l'apparecchiatura.

Questa apparecchiatura è stata testata e riscontrata conforme ai limiti di un dispositivo digitale di Classe B, in conformità alle disposizioni contenute nella parte 15 delle norme FCC. Tali limiti sono progettati per fornire una protezione ragionevole contro interferenze dannose in un'installazione residenziale. Questa apparecchiatura genera, utilizza e può irradiare energia in radiofrequenza e, se non installata e utilizzata secondo le istruzioni, può causare interferenze di disturbo alle comunicazioni radio. Non è comunque possibile garantire che non si producano interferenze in una particolare installazione. Se questa apparecchiatura causa interferenze che disturbano la ricezione radio o televisiva, che possono essere generate dall'accensione o dallo spegnimento dell'apparecchiatura, si suggerisce all'utente di provare a correggere l'interferenza adottando una o più delle seguenti misure:

- Riorientare o riposizionare l'antenna ricevente.
- Aumentare la distanza tra l'apparecchiatura e il ricevitore.
- Collegare l'apparecchiatura a una presa su un circuito diverso da quello a cui è collegato il ricevitore.
- Consultare il rivenditore o un tecnico radio/TV qualificato per assistenza.

## **RICICLAGGIO E SMALTIMENTO**

---

I rifiuti di prodotti elettrici ed elettronici (RAEE), batterie, accumulatori e imballaggi non devono essere smaltiti con i rifiuti domestici generici. Ciò serve allo scopo di prevenire possibili danni all'ambiente e al benessere umano e per aiutare a conservare le nostre risorse naturali. La maggior parte dei prodotti elettrici con spina, batteria o cavo può essere riciclata. Per informazioni sui programmi di raccolta nella tua zona, contatta il tuo comune, il servizio di smaltimento dei rifiuti domestici o il negozio presso il quale hai acquistato il prodotto.

### **Rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE)**

Questo simbolo sul prodotto e/o sulla confezione indica che i rifiuti elettrici (RAEE), ai sensi della Direttiva 2012/19/UE che disciplina gli apparecchi elettrici ed elettronici usati, non devono essere smaltiti con i rifiuti domestici generici.



## Rifiuti di batterie e batterie ricaricabili

Questo simbolo sulle batterie fornite con il prodotto indica che i rifiuti di batterie, ai sensi della Direttiva 2006/66/CE che disciplina le batterie e gli accumulatori usati non devono essere smaltiti con i rifiuti domestici generici. Se la batteria contiene più dello 0,004% di piombo, il simbolo della batteria sarà accompagnato dalle lettere (PB).



## Il ciclo di Mobius

Questo simbolo indica che il prodotto o l'imballaggio possono essere riciclati.



## Programma di ritiro

I prodotti elettrici di scarto (WEEE) possono essere inviati a One Retail Group per il riciclaggio e lo smaltimento quando si acquista un nuovo prodotto da One Retail Group, a parità di condizioni. Per ulteriori informazioni su come riciclare questo prodotto, visitare [www.activeera.com](http://www.activeera.com)

L'utente finale di prodotti elettrici ed elettronici (RAEE) è responsabile della separazione delle vecchie batterie e delle lampadine prima che vengano consegnate a un servizio di smaltimento e riciclaggio designato. Le batterie esauste possono anche essere smaltite negli appositi bidoni di raccolta, che si trovano nella maggior parte dei supermercati locali e nei centri di riciclaggio dei rifiuti domestici.

# Báscula inteligente - BS-05

Gracias por adquirir un producto de ProBreeze. Por favor, lea el manual en su totalidad con atención antes de usar el aparato por primera vez y guárdelo en un lugar seguro para referencia futura.

## INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

### LEA Y CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD YA QUE SON IMPORTANTES

Al usar aparatos eléctricos, especialmente cuando hay niños, siempre se deberán seguir las instrucciones básicas de seguridad, incluidas las siguientes:

- Use este dispositivo solo como se describe en este manual. Cualquier otro uso no recomendado por el fabricante puede provocar incendios, descargas eléctricas o lesiones a personas.
- El dispositivo no debe ser utilizado por personas (incluidos niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimientos, a menos que hayan recibido supervisión o formación al respecto.
- Se debe supervisar a los niños para que no jueguen con el dispositivo.
- La limpieza y el mantenimiento del usuario no deben ser realizados por niños a menos que estén bajo supervisión continua.
- Los niños menores de 3 años debetán mantenerse alejados a menos que estén bajo supervisión continua.
- Coloque el dispositivo en una superficie plana y estable. Manejar el producto en cualquier otra posición puede suponer un peligro. Evite las alfombras y las superficies suaves.
- Este dispositivo no debe usarse si tiene un marcapasos o cualquier otro dispositivo médico interno.
- Este dispositivo no deberá utilizarse si está embarazada, tiene síntomas de edema o está en tratamiento de diálisis.
- No salte ni se coloque en los bordes exteriores de la báscula.
- Este dispositivo no lo deberán utilizar personas a las que se les diagnostica una enfermedad o que tomen medicamentos que pueden afectar los niveles de agua en el cuerpo. No se ha comprobado la precisión de las lecturas para dichos individuos. Consulte a su médico.
- Los datos proporcionados por este dispositivo deberán usarse solo como referencia y no sustituyen el consejo médico de un profesional de la salud.
- Este dispositivo no deberá utilizarse para diagnosticar o tratar ninguna afección médica. Consulte siempre a su profesional de la salud antes de realizar cambios en su dieta, planes de ejercicio o actividades físicas.
- Este dispositivo es resbaladizo cuando está mojado. Asegúrese de que el dispositivo y sus pies estén secos antes de usarlo.
- Seque la superficie de la báscula antes de usar.

- Evite colocar el dispositivo en áreas donde pueda haber riesgo de tropiezo.
- Este dispositivo no deberá usarse cuando esté apilado encima de otro dispositivo. Ello puede provocar que el dispositivo funcione incorrectamente.
- No coloque ningún objeto encima de la báscula cuando no esté en uso.
- Este dispositivo está diseñado para uso doméstico en interiores y usos similares. No utilizar en exteriores.
- No lave el dispositivo con agua ni permita que entre agua u otros líquidos en el dispositivo ni contamine sus piezas eléctricas.
- No limpie ni lave el dispositivo con disolventes químicos. Antes de la limpieza, asegúrese de que el dispositivo esté apagado y de que se hayan retirado las baterías.
- No maneje el dispositivo si hay signos de daños en el dispositivo o los accesorios suministrados.
- No exponga la báscula a fluctuaciones extremas de temperatura.
- No coloque la báscula cerca de fuentes de calor, por ejemplo, hornos o radiadores.
- No almacene el dispositivo en posición vertical. El hacerlo podría dañar los sensores de alta precisión. Almacene siempre el dispositivo en posición horizontal.
- No intente reparar o ajustar ningún elemento eléctrico o mecánico en el dispositivo. Hacerlo puede no ser seguro y anulará la garantía.

## PILAS

---

Este producto se suministra con AAA pilas desechables.

### POR FAVOR LEA Y GUARDE ESTAS IMPORTANTES INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

#### **ADVERTENCIA SOBRE LA BATERÍA: MANTENER FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS**

Peligro de asfixia. No ingerir. Nocivo si se ingiere. La ingestión puede provocar quemaduras químicas, perforación de tejidos blandos y la muerte. Pueden darse quemaduras graves dentro de las 2 horas posteriores a la ingestión. Si cree que las pilas pueden haber sido ingeridas o colocadas dentro de cualquier parte del cuerpo, busque atención médica inmediata.

- Este producto solo usa una batería de AAA. No es compatible con otros tipos de baterías.
- No permita que los niños manipulen las baterías.



- Si el compartimento de las pilas no se cierra de forma segura, deje de utilizar el producto y manténgalo alejado de los niños.
- Asegúrese de que la batería esté instalada con la polaridad correcta (+ y -).
- Retire la batería agotada de inmediato.
- Inspeccione siempre las baterías nuevas antes de usarlas. Las baterías dañadas o debilitadas pueden derramar ácido. Suspenda su uso de manera inmediata si las baterías muestran signos de fugas, daños o debilidad.
- Asegúrese de que el compartimento de la batería esté cerrado de manera correcta y segura después de instalar las baterías.
- Lávese las manos tras manipular las baterías.
- Las baterías desechables no son recargables y deben reciclarse o eliminarse por separado de la basura doméstica. Deseche siempre las baterías en un punto de recolección oficial y de acuerdo con las leyes y pautas ambientales locales.

## ESPECIFICACIÓN DEL PRODUCTO

---

Dimensiones: 28 cm x 28 cm x 2,4 cm

Peso neto: 1,53 kg

Alimentación: 3 pilas AAA incluidas

Pantalla: LCD

Capacidad máxima de pesado: 180 kg / 400 lb / 28 st

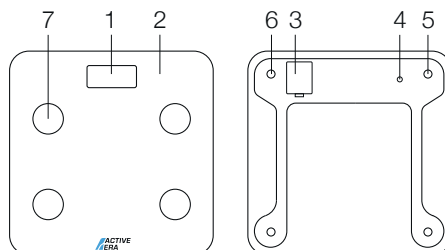
Peso mínimo efectivo: 6 kg / 13 lb / 0,9 st

Incrementos unitarios: 0,1 kg / 0,2 lb

## CARACTERÍSTICAS DEL PRODUCTO

---

1. Pantalla LCD
2. Superficie de vidrio templado
3. Compartimento/tapa de las pilas
4. Unidad de medida (kg/lb/st)
5. Sensores de alta precisión
6. Almohadillas antideslizantes de seguridad
7. Placas metálicas con sensor

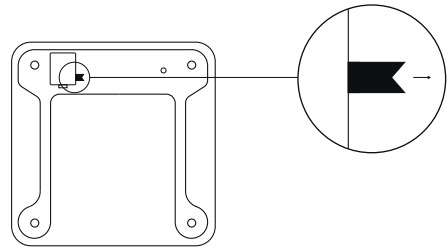


## PILAS

---

### ANTES DE USAR LA UNIDAD

1. Dé la vuelta a la báscula inteligente y colóquela sobre una superficie seca y plana.
2. Tire de la pestaña de plástico del compartimento de las pilas.



## SUSTITUCIÓN DE LAS PILAS

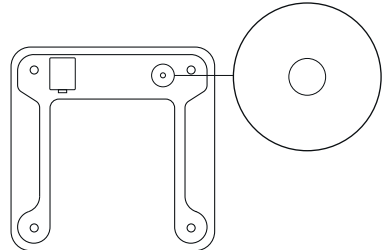
---

1. Dé la vuelta a la báscula inteligente y colóquela sobre una superficie seca y plana.
2. Quite cuidadosamente la cubierta de las pilas para acceder al compartimento.
3. Quite las 3 pilas AAA antiguas e inserte 3 pilas AAA nuevas. Asegúrese de que los polos positivo y negativo de las pilas miran en el sentido de la polaridad correcta tal y como aparece marcado dentro del compartimento.
4. Vuelva a poner la tapa.

## UNIDADES DE MEDIDA

---

Esta báscula inteligente puede medir en kilogramos (kg), libras (lb) y stones (st). Pulse el botón "UNIT" (UNIDAD) situado en la parte inferior de la báscula inteligente para recorrer las unidades y seleccionar la que desee.



## APP "ACTIVE ERA"

---

### INSTALACIÓN

Descargue la app "Active Era" de la App Store (dispositivos iOS) o Google Play (dispositivos Android).

Recuerde que esta báscula inteligente es compatible con dispositivos iOS 8.0 o superior y Android 5.0 o superior.

## **CREAR UNA CUENTA**

1. Abra la app "Active Era".
2. Pulse el botón "Sign Up" (Registrarse).
3. Siga las instrucciones en la pantalla.

Si introduce un género, una edad o una altura incorrectos durante la creación de la cuenta, pueden producirse mediciones imprecisas.

Para mejorar la precisión de las mediciones en individuos con tipos de cuerpo únicos, p.ej. musculatura significativa en la parte posterior del cuerpo, atletas o culturistas, asegúrese de que está seleccionado el modo atleta al crear una cuenta.

Cada cuenta principal puede hacer un seguimiento individual de los datos de 24 usuarios.

## **VINCULACIÓN**

Vincule la báscula inteligente únicamente usando la app "Active Era". No las vincule directamente desde el menú de Bluetooth de su móvil o tableta.

Para vincular la báscula inteligente con la app "Active Era":

1. Habilite la función de Bluetooth en su móvil o tableta.
2. Abra la app "Active Era" y regístrese.
3. Súbase sobre la báscula inteligente y permanezca quieto/a.
4. La báscula se encenderá y se vinculará automáticamente.
5. Sabrá que se ha vinculado con éxito porque mostrará su peso tanto en la pantalla LCD de la báscula como en la app "Active Era".
6. Una vez realizada la vinculación, la app y la báscula se conectarán automáticamente la próxima vez que abra la app.

Si la báscula inteligente no consigue vincularse a la app "Active Era", consulte la sección de Resolución de problemas de este manual de instrucciones.

## MEDICIONES

---

Antes de hacer mediciones, asegúrese de que ha descargado la app "Active Era", creado una cuenta de usuario y vinculado la báscula con su móvil o tableta.

1. Coloque la báscula sobre una superficie seca, sólida y plana.
2. Abra la app "Active Era" y regístrese.
3. Quítese los zapatos y los calcetines y súbase descalzo/a sobre la báscula.
4. Permanezca quieto/a y compruebe que sus pies están totalmente en contacto con las placas sensoras de metal.
5. La báscula se encenderá e iniciará automáticamente un análisis de la composición de su organismo.
6. Una vez completado el análisis, el peso final parpadeará en la pantalla LCD de la báscula junto con los datos que se muestren en la app "Active Era".

Quítese siempre los zapatos y los calcetines antes de utilizar la báscula.

Para garantizar unos resultados precisos, es recomendable pesarse a la misma hora del día ya que las medidas pueden variar después de practicar deporte, hacer dieta o sufrir deshidratación.

## MODO BEBÉ

---

El modo Bebé permite conocer el peso de un bebé pesándose una persona adulta con el bebé en brazos. Para usar el modo Bebé:

1. Abra la app "Active Era" y regístrese.
2. Cree un nuevo perfil de usuario para el bebé y asegúrese de que el nuevo perfil de usuario específico para el bebé está seleccionado.
3. Coloque la báscula sobre una superficie seca, sólida y plana.
4. Pulse el símbolo de rayas horizontales en la parte superior derecha de la pantalla y pulse "Baby Mode" (Modo Bebé) en el menú desplegable.
5. Súbase a la báscula inteligente usted solo/a.
6. La báscula se encenderá e iniciará automáticamente un análisis del peso de su organismo.

7. Una vez obtenido el peso final, parpadeará en la pantalla LCD.
8. Inmediatamente, pésese con el bebé.
9. Una vez obtenida la medición final, la suma de su peso más el peso del bebé se mostrará en la pantalla LCD, y a continuación se mostrará el peso del bebé en la app "Active Era".

Si usa el modo Bebé con su propio perfil de usuario seleccionado dentro de la app "Active Era", se le pedirá que guarde los datos en el perfil de usuario específico del bebé o que cree un nuevo perfil de usuario para el bebé.

Para obtener mejores resultados, se recomienda usar el modo Bebé cuando el bebé esté calmado.

## **MEDIR SOLAMENTE EL PESO**

---

Esta báscula inteligente también se puede usar sin la app "Active Era", mostrando únicamente la medición del peso.

1. Coloque la báscula sobre una superficie seca, sólida y plana.
2. Súbase a la báscula inteligente.
3. La báscula se encenderá e iniciará automáticamente un análisis del peso de su organismo.
4. Una vez obtenido el peso final, parpadeará en la pantalla LCD.

Para garantizar unos resultados precisos, es recomendable pesarse a la misma hora del día ya que las medidas pueden variar después de practicar deporte, hacer dieta o sufrir deshidratación.

## **MEDIDAS CORPORALES EXPLICADAS**

---

Esta báscula inteligente usa impedancia bioeléctrica para realizar un análisis de la composición del cuerpo. Una corriente eléctrica muy pequeña y segura pasa a través de la mitad inferior del cuerpo. La corriente eléctrica fluye más lento a través del hueso y la grasa que a través del músculo y el agua. La báscula inteligente puede medir esta diferencia en la velocidad de la corriente eléctrica y, usando una fórmula matemática de varios pasos, estimar 13 mediciones individuales.

Esta báscula se ha calibrado para individuos con un tipo de cuerpo medio y, por tanto, las mediciones registradas para individuos con tipos de cuerpo únicos, p. ej. musculatura significativa en la parte posterior del cuerpo, atletas o culturistas, podrían no ser precisas. Para mejorar la precisión de las mediciones en individuos con tipos de cuerpo únicos, asegúrese de que está seleccionado el modo atleta al crear una cuenta.

## **PESO**

El peso se refiere al peso total del cuerpo.

## **IMC**

El Índice de Masa Corporal (IMC) se refiere a la medida que usa la altura y el peso para comprobar si su peso es saludable. Consulte la tabla a continuación como referencia.

| <b>CATEGORÍA</b> | <b>IMC</b>  |
|------------------|-------------|
| Bajo peso        | < 18.5      |
| Peso saludable   | 18.5 - 24.9 |
| Exceso de peso   | 25 - 29.9   |
| Obesidad         | 30 - 34.9   |
| Obesidad severa  | 35 - 39.9   |
| Obesidad mórbida | > 40        |

## **% DE GRASA CORPORAL**

El % de grasa corporal se refiere al porcentaje de grasa subcutánea (grasa exterior) más cercana a la piel. Hombres y mujeres tienen una distribución de grasa corporal diferente, por lo que es normal que el porcentaje de grasa corporal varíe dependiendo del sexo. Consulte la tabla a continuación para conocer el porcentaje de grasa normal del cuerpo como porcentaje del peso total como referencia.

| <b>EDAD</b> | <b>HOMBRE</b> | <b>MUJER</b> |
|-------------|---------------|--------------|
| 20 - 39     | 8% - 20%      | 22% - 33%    |
| 40 - 59     | 11% - 22%     | 24% - 34%    |
| 60 - 79     | 13% - 24%     | 25% - 36%    |

### **GRASA VISCERAL**

La grasa visceral se refiere a una medida de la grasa visceral del cuerpo. La grasa visceral se encuentra en el abdomen y alrededor de los órganos vitales. Consulte la tabla a continuación como referencia.

| <b>CATEGORÍA</b> | <b>GRASA VISCERAL</b> |
|------------------|-----------------------|
| Normal           | 1 - 9                 |
| Alto             | $\geq 10$             |

### **PORCENTAJE DE AGUA CORPORAL**

El porcentaje de agua corporal se refiere al porcentaje de agua en el organismo. Es importante hidratarse bien para la salud y el bienestar general. Consulte la tabla a continuación para conocer el porcentaje de agua del cuerpo como porcentaje del peso total como referencia.

| <b>HOMBRE</b> | <b>MUJER</b> |
|---------------|--------------|
| 50% - 65%     | 45% - 60%    |

### **PORCENTAJE DE MÚSCULO ESQUELÉTICO**

El porcentaje de músculo esquelético se refiere al porcentaje de músculo esquelético (músculo conectado al esqueleto) de su organismo.

| <b>HOMBRE</b> | <b>MUJER</b> |
|---------------|--------------|
| 40% - 60%     | 30% - 50%    |

## MASA MUSCULAR

La masa muscular se refiere al peso total del músculo en su cuerpo. Consulte la tabla a continuación para conocer el porcentaje de masa muscular normal como porcentaje del peso total como referencia.

| EDAD    | HOMBRE    | MUJER     |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 34% - 40% | 25% - 30% |
| 40 - 59 | 33% - 39% | 24% - 30% |
| 60 - 79 | 33% - 38% | 24% - 30% |

## MASA ÓSEA

La masa ósea se refiere al peso total del hueso en su cuerpo. Consulte la tabla a continuación para conocer el porcentaje de masa ósea normal como porcentaje del peso total como referencia.

| HOMBRE  | MUJER     |
|---------|-----------|
| 3% - 5% | 2.5% - 4% |

## PORCENTAJE DE PROTEÍNAS

El porcentaje de proteínas se refiere al porcentaje de proteínas en el organismo. Consulte la tabla a continuación para conocer el porcentaje de proteínas normal como porcentaje del peso total como referencia.

| HOMBRE    | WOMEN     |
|-----------|-----------|
| 16% - 18% | 14% - 16% |



## **IMB**

El Índice del Metabolismo Basal (IMB) se refiere al número de calorías que necesita su cuerpo en reposo para funcionar correctamente. El IMB está relacionado con el género, la masa corporal, la edad, el peso, la altura y el nivel de actividad física.

En el ámbito de una dieta sana y equilibrada, un hombre necesita aproximadamente 2500 kcal al día para mantener su peso y funcionamiento correctos. Una mujer necesita aproximadamente 2000 kcal en las mismas condiciones.

## **EDAD METABÓLICA**

La edad metabólica se refiere a una medida que compara su IMB con el IMB medio de su grupo de edad. Si su edad metabólica es superior a su edad real, se trata de un signo de que necesita mejorar su índice metabólico.

## **LIMPIEZA**

---

Utilice un paño suave y seco o humedecido para retirar el polvo y la suciedad de la superficie externa de la báscula inteligente.

No frote ni limpie la báscula inteligente con disolventes químicos.

## **MANTENIMIENTO**

---

La báscula inteligente necesita poco mantenimiento. No intente repararla usted mismo. Diríjase a personal de servicio cualificado si hubiera que inspeccionarla.

## ALMACENAMIENTO

---

Si va a guardarla durante mucho tiempo:

1. Quite las pilas del compartimento de las pilas.
2. Cubra la báscula inteligente y todos sus accesorios con una funda resistente al agua y guárdela en posición horizontal en un lugar seguro y seco, fuera del alcance de los niños.

## CÓDIGOS DE ERROR

---

| CÓDIGO DE ERROR | CAUSA                            | SOLUCIÓN  |
|-----------------|----------------------------------|---|
| Lo              | La pila tiene poca energía       | Cambiar las pilas   |
| Err             | Báscula inteligente sobrecargada | Bájese de la báscula para no dañar los sensores de alta precisión |
| C               | Error de medición                | Bájese de la báscula y vuelva a subir                             |

## RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

---

| PROBLEMA   | CAUSA  | SOLUCIÓN   |
|--|--|--|
| La báscula no se enciende                        | Las pilas no están bien instaladas                           | Compruebe que las pilas están bien instaladas  |
|  | La pila tiene poca energía                                   | Cambiar las pilas  |
| La báscula no se vincula con la app "Active Era" | El Bluetooth no está activado                                | Active el Bluetooth en el móvil o tableta  |
|  | El sistema operativo del móvil o la tableta no es compatible | Asegúrese de que el sistema operativo del móvil o la tableta es iOS 8.0 o superior, o Android 5.0 o superior.                  |
| La báscula no analiza la composición             | Lleva puestos zapatos y/o calcetines                         | Quítese los zapatos y/o los calcetines y compruebe que sus pies están totalmente en contacto con las placas sensoras de metal. |

## DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD CE

---

Por la presente, One Retail Group Limited declara que el equipo de radio tipo BS-05 cumple con la Directiva 2014/53 / UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: <https://activeera.com/ec-declaration-of-conformity-pdf/>

## DECLARACIÓN FCC

---

Este dispositivo cumple con la Sección 15 de las Reglas de la FCC. El manejo está sujeto a las siguientes dos condiciones: (1) Este dispositivo no puede provocar interferencias perjudiciales, y (2) este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluidas las interferencias que pueden provocar un funcionamiento no deseado. Atención: Los cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento podrían anular la autoridad del usuario para manejar el equipo.

Este equipo ha sido probado y cumple con los límites para un dispositivo digital de Clase B, de conformidad con la sección 15 de las Reglas de la FCC. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias perjudiciales en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede provocar interferencias perjudiciales en las comunicaciones de radio. Sin embargo, no hay garantía de que no se produzcan interferencias en una instalación en particular. Si este equipo causa interferencias perjudiciales en la recepción de radio o televisión, a algo que puede determinarse apagando y encendiendo el equipo, se recomienda al usuario que intente corregir la interferencia mediante una o más de las siguientes medidas:

- Reorientar o reubicar la antena receptora.
- Aumente la separación entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo a una toma de corriente en un circuito diferente al que está conectado el receptor.
- Consulte al distribuidor o a un técnico experimentado de radio/TV para obtener ayuda.

## RECICLAJE Y ELIMINACIÓN

---

Los residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE), las baterías, los acumuladores y el embalaje no deben desecharse con la basura doméstica normal. Esto es para evitar posibles daños al medio ambiente y al bienestar humano y para ayudar a conservar nuestros recursos naturales. La mayoría de los productos eléctricos con enchufe, batería o cable se pueden reciclar. Póngase en contacto con su ayuntamiento, con el servicio de recogida de residuos domésticos o con la tienda donde compró el producto para obtener información sobre los sistemas de recogida de su zona.

### Residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE)

Este símbolo en el producto o en el embalaje indica que los Residuos de Aparatos Eléctricos (RAEE), según la Directiva 2012/19/UE que regula los aparatos eléctricos y electrónicos usados, no deben eliminarse con la basura doméstica general.



### Residuos de pilas y baterías recargables

Este símbolo en las pilas suministradas con su producto indica que los residuos de pilas según la Directiva 2006/66/CE que regula las pilas y acumuladores usados no deben eliminarse con la basura doméstica normal. Si la batería contiene más de 0,004% de plomo, el símbolo de la batería estará acompañado por las letras (PB).



### La banda de Möbius

Este símbolo indica que el producto o el embalaje pueden reciclarse.



## **El programa Take-Back**

Los residuos de aparatos eléctricos (WEEE) se pueden enviar a One Retail Group para su reciclaje y desecho cuando compre un nuevo producto de One Retail Group, a modo de intercambio. Para obtener más información sobre cómo reciclar este producto, visite [www.activeera.com](http://www.activeera.com)

El usuario final de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE) es responsable de separar las pilas y las bombillas antiguas antes de entregarlas a un servicio de eliminación y reciclaje designado. Las pilas usadas también pueden depositarse en los contenedores de recogida, que pueden encontrarse en la mayoría de los supermercados locales y en los centros de reciclaje de residuos domésticos.

# Slimme Weegschaal - BS-05

Bedankt voor uw aankoop van een product van ActiveEra. Lees voor het eerste gebruik de gehele handleiding zorgvuldig door en bewaar deze op een veilige plaats voor toekomstige referentie.

---

## INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

---

### **GELIEVE DEZE BELANGRIJKE VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN TE LEZEN EN TE BEWAREN**

Bij gebruik van elektrische apparaten, en zeker als er kinderen aanwezig zijn, moeten de basisveiligheidsvoorschriften worden gevolgd, inclusief de volgende:

- Gebruik dit apparaat alleen zoals beschreven in deze handleiding. Elk ander gebruik dat niet door de fabrikant wordt aanbevolen, kan brand, elektrische schokken of persoonlijk letsel veroorzaken.
- Het apparaat mag niet worden gebruikt door personen (inclusief kinderen) met verminderde fysieke, zintuiglijke of mentale vermogens of gebrek aan ervaring en kennis, tenzij ze onder toezicht staan of instructies zijn gegeven.
- Kinderen moeten onder toezicht staan om niet met het apparaat te spelen.
- Reiniging en gebruikersonderhoud mogen niet door kinderen worden uitgevoerd, tenzij ze voortdurend onder toezicht staan.
- Kinderen jonger dan 3 jaar moeten uit de buurt worden gehouden, tenzij ze voortdurend onder toezicht staan.
- Plaats het apparaat op een vlak, stabiel oppervlak. Het bedienen van het product in een andere positie kan gevaar veroorzaken. Vermijd tapijten en zachte oppervlakken.
- Dit apparaat dient niet te worden gebruikt als u een pacemaker of ander intern medisch apparaat hebt.
- Dit apparaat dient niet te worden gebruikt als u zwanger bent, symptomen van een oedeem hebt, en/of dialysebehandeling ondergaat.
- Spring of sta niet op de buitenranden van de weegschaal.
- Dit apparaat mag niet worden gebruikt door personen bij wie de diagnose is gesteld of die medicijnen gebruiken die de waterniveaus in het lichaam kunnen beïnvloeden. De nauwkeurigheid van de metingen voor deze personen is niet geverifieerd. Vraag advies aan een medisch deskundige.
- De gegevens die door dit apparaat worden verstrekt, mogen alleen als referentie worden gebruikt en zijn geen vervanging voor medisch advies van een bevoegde zorgverlener.
- Dit apparaat mag niet worden gebruikt om een medische aandoening te diagnosticeren of te behandelen. Raadpleeg altijd uw bevoegde zorgverlener voordat u wijzigingen aanbrengt in uw dieet, trainingsschema's of fysieke activiteiten.

- Dit apparaat is glad als het nat is. Zorg ervoor dat het apparaat en uw voeten droog zijn voor gebruik.
- Droog het oppervlak van de weegschaal af voor gebruik.
- Vermijd het plaatsen van het apparaat waar het struikelgevaar kan opleveren.
- Dit apparaat mag niet worden gebruikt als het op een ander apparaat is gestapeld. Als u dit wel doet, kan het apparaat mogelijk niet goed werken.
- Plaats geen voorwerpen bovenop de weegschaal wanneer deze niet in gebruik is.
- Dit apparaat is bedoeld voor huishoudelijk gebruik binnenshuis en soortgelijke toepassingen. Niet buitenshuis gebruiken.
- Was het apparaat niet met water en laat geen water of andere vloeistoffen het apparaat binnendringen of elektrische onderdelen verontreinigen.
- Het apparaat niet met chemische oplosmiddelen afvegen of wassen. Controleer voor het reinigen of het apparaat is uitgeschakeld en of de batterijen zijn verwijderd.
- Gebruik het apparaat niet als er tekenen zijn van schade aan het apparaat of aan de meegeleverde accessoires.
- Stel de weegschaal niet bloot aan extreme temperatuurschommelingen.
- Plaats de weegschaal niet in de buurt van hoge warmtebronnen, bijv. ovens of radiatoren.
- Bewaar het apparaat niet in een verticale positie. Als u dit wel doet, kunnen de zeer nauwkeurige sensoren beschadigd raken. Bewaar het apparaat altijd in een horizontale positie.
- Probeer geen elektrische of mechanische elementen in het apparaat te repareren of af te stellen. Als u dit wel doet, kan het onveilig zijn en zal het uw garantie ongeldig maken.

## BATTERIJEN

---

Dit product wordt geleverd met AAA wegwerpbatterijen.

### LEES EN BEWAAR DEZE BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

#### **BATTERIJ WAARSCHUWING: BUITEN BEREIK VAN KINDEREN BEWAAREN**

Verstikkingsgevaar. Niet doorslikken. Schadelijk bij inslikken. Inslikken kan leiden tot chemische brandwonden, perforatie van zacht weefsel en overlijden. Ernstige brandwonden kunnen binnen 2 uur na inname optreden. Als wordt vermoed dat batterijen zijn ingeslikt of in enig deel van het lichaam zijn geplaatst, dient onmiddellijk medische hulp te worden gezocht.

- Dit product gebruikt alleen een AAA - batterij. Het is niet compatibel met andere batterijtypen.

- Houd de batterijen uit de buurt van kinderen.
- Als het batterijvak niet goed sluit, stop dan het gebruik van het product en houd het uit de buurt van kinderen.
- Zorg dat de batterij met de juiste polariteit (+ en -) wordt geplaatst.
- Verwijder een lege batterij onmiddellijk.
- Controleer nieuwe batterijen altijd vóór gebruik. Beschadigde of zwakke batterijen kunnen zuur lekken. Staak het gebruik als de batterijen op enig moment tekenen van lekkage, schade of zwakte vertonen.
- Controleer dat het batterijcompartiment correct en veilig is gesloten na het installeren van de batterijen.
- Was de handen na contact met batterijen.
- Wegwerpbatterijen zijn niet oplaadbaar en moeten worden gerecycled of gescheiden van het huisvuil worden weggegooid. Gooi batterijen altijd weg bij een officieel inzamelpunt en overeenkomstig de lokale milieuwetten en richtlijnen.

## PRODUCTSPECIFICATIE

---

Afmetingen: 28 cm x 28 cm x 2,4 cm

Nettogewicht: 1,53 kg

Vermogen: 3 x AAA batterijen

Beeldscherm: LCD

Max. gewichtscapaciteit: 180 kg / 400 lb / 28 st

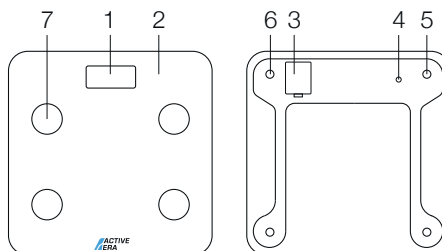
Minimaal effectief gewicht: 6 kg / 13 lb / 0.9 st

Toestel stappen: 0,1 kg / 0,2 lb

## PRODUCTKENMERKEN

---

1. LCD scherm
2. Gehard glazen oppervlakte
3. Batterijklepje / vak
4. Meeteenheid (kg / lb / st)
5. Hoge precisie sensoren
6. Antislip veiligheidskussens
7. Metalen sensorplaten

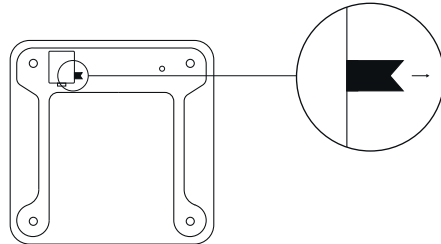




## BATTERIJEN

---

1. Draai de slimme weegschaal om en plaats deze op een droog en plat oppervlak.
2. Trek het plastic lipje uit het batterijvak



## BATTERIJEN VERVANGEN

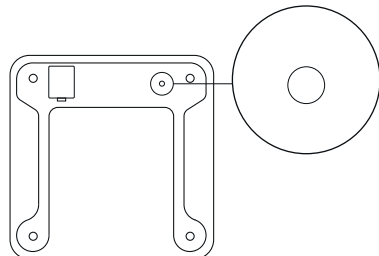
---

1. Draai de slimme weegschaal om en plaats deze op een droog en plat oppervlak.
2. Verwijder voorzichtig het batterijklepje om bij het batterijvak te komen.
3. Verwijder de 3 oude AAA batterijen en plaats 3 nieuwe AAA batterijen. Zorg ervoor dat de positieve en negatieve polen van de batterijen in de juiste poolrichtingen wijzen, zoals in het batterijvak staat aangegeven.
4. Plaats het batterijklepje terug.

## MEETEENHEDEN

---

Deze slimme weegschaal kan in kilogram (kg), pond (lb) en stone (st) meten. Druk op de UNIT-knop aan de onderkant van de slimme weegschaal om te bladeren en de gewenste meeteenheid te selecteren.



## ACTIVE ERA APP

---

### ACCOUNT AANMAKEN

1. Open de Active Era app.
2. Druk op de knop "Aanmelden".
3. Volg de instructies op het scherm.

Let op: het invoeren van een verkeerde leeftijd, geslacht of lengte tijdens het aanmaken van een account kan resulteren in onjuiste metingen.

Let op: om de nauwkeurigheid van de metingen te verbeteren voor personen met unieke lichaamstypes (bijv. grote spieren op het bovenlichaam, atleten of bodybuilders), zorg ervoor dat u tijdens 'een account maken' de atletenmodus selecteert.

Let op: elk hoofdaccount kan de gegevens van 24 gebruikers afzonderlijk volgen.

## **KOPPELEN**

Koppel de slimme weegschaal alleen met de Active Era app. Koppel de slimme weegschaal niet rechtstreeks vanuit het Bluetooth menu van uw smartphone of tablet.

De slimme weegschaal met de Active Era app koppelen:

1. Schakel Bluetooth aan op uw smartphone of tablet.
2. Open de Active Era app en log in.
3. Stap op de slimme weegschaal en sta stil.
4. De slimme weegschaal zal worden ingeschakeld en automatisch worden gekoppeld.
5. U zult weten of de slimme weegschaal succesvol gekoppeld is, omdat uw gewicht zowel op het LCD scherm van de slimme weegschaal, als in de Active Era app zal worden weergegeven.
6. Eenmaal gekoppeld maken de app en de slimme weegschaal de volgende keer dat de app geopend wordt automatisch verbinding.

Let op: als de slimme weegschaal niet succesvol met de Active Era app gekoppeld kan worden, raadpleeg het hoofdstuk 'problemen oplossen' in deze handleiding.

## **METINGEN**

---

Voordat u metingen uitvoert, zorg ervoor dat u de Active Era app gedownload heeft, een gebruikersaccount heeft aangemaakt en de slimme weegschaal aan uw smartphone of tablet heeft gekoppeld.

1. Plaats de slimme weegschaal op een droog, stevig en plat oppervlak.
2. Open de Active Era app en log in.
3. Trek uw schoenen en sokken uit en stap op blote voeten op de slimme weegschaal.
4. Sta stil en zorg ervoor dat uw voeten volledig contact maken met de metalen sensorplaten.
5. De slimme weegschaal wordt ingeschakeld en de analyse van de uw lichaamssamenstelling begint automatisch.
6. Zodra de analyse is voltooid, knippert de definitieve gewichtsmeting op het LCD scherm van de slimme weegschaal in combinatie met de gegevens die weergegeven in de Active Era app worden.

Let op: trek altijd uw schoenen en sokken uit voordat u de slimme weegschaal gebruikt.

Let op: om de nauwkeurigheid van de resultaten te garanderen, wordt het aanbevolen om uzelf steeds op hetzelfde tijdstip van de dag te wegen, omdat de metingen na inspanning, dieet of uitdroging kunnen variëren.

## **BABYMODUS**

---

Met de babymodus kunt u het gewicht van uw baby achterhalen door uzelf op de slimme weegschaal te wegen terwijl u uw baby vasthoudt. Om de babymodus te gebruiken:

1. Open de Active Era app en log in.
2. Maak een nieuw gebruikersprofiel voor uw baby aan en zorg ervoor dat dit nieuwe specifieke baby-gebruikersprofiel geselecteerd is.
3. Plaats de slimme weegschaal op een droog, stevig en plat oppervlak.
4. Druk op de menuknop rechtsboven op het scherm en druk op babymodus in het vervolgkeuzemenu.
5. Stap zelf op de slimme weegschaal.
6. De slimme weegschaal wordt ingeschakeld en een analyse van het lichaamsgewicht begint automatisch.

7. Zodra u de definitieve gewichtsmeting krijgt, knippert deze op het LCD scherm.
8. Weeg hierna meteen uzelf met uw baby.
9. Zodra u de definitieve meting krijgt, knippert uw gewicht plus het gewicht van uw baby op het LCD scherm, gevolgd door het gewicht van uw baby in de Active Era app.

Let op: als u de babymodus gebruikt terwijl uw eigen gebruikersprofiel in de Active Era app geselecteerd is, wordt u gevraagd de gegevens op te slaan in het gebruikersprofiel dat specifiek is voor uw baby of om een nieuw gebruikersprofiel voor uw baby aan te maken.

Let op: voor het beste resultaat raden we u aan om de babymodus te gebruiken wanneer uw baby rustig is.

## **ENKEL GEWICHT METEN**

---

Deze slimme weegschaal kan ook zonder de Active Era app gebruikt worden om enkel een gewichtsmeting te maken.

1. Plaats de slimme weegschaal op een droog, stevig en plat oppervlak.
2. Stap op de slimme weegschaal.
3. De slimme weegschaal wordt ingeschakeld en een analyse van het lichaamsgewicht begint automatisch.
4. Zodra u de definitieve gewichtsmeting krijgt, knippert deze op het LCD scherm.

Let op: om de nauwkeurigheid van de resultaten te garanderen, wordt aanbevolen om uzelf steeds op hetzelfde tijdstip van de dag te wegen, omdat de metingen na inspanning, dieet of uitdroging kunnen variëren.

## **LICHAAMSMETINGEN UITGELEGD**

---

Deze slimme weegschaal gebruikt bio-elektrische impedantie om uw lichaamssamenstelling te analyseren. Een zeer zwakke en veilige elektrische stroom wordt door de onderste helft van het lichaam geleid. De elektrische stroom vloeit langzamer door bot en vet dan door spieren en water. De slimme weegschaal kan dit verschil in elektrische stroomsnelheid meten en met behulp van een multi-step wiskundige formule kan het 13 individuele metingen schatten.

Let op, deze slimme weegschaal is voor personen met een gemiddeld lichaamstype gekalibreerd, dus de metingen geregistreerd door personen met unieke lichaamstypes, bijv. grote bovenlichaamsspieren, atleten of bodybuilders zijn mogelijk niet nauwkeurig. Om de nauwkeurigheid van de metingen voor personen met unieke lichaamstypes te verbeteren: zorg ervoor dat u tijdens ‘een account maken’ de atletenmodus selecteert.

## GEWICHT

Gewicht verwijst naar het totale gewicht van het lichaam.

## BMI

Body Mass Index (BMI) verwijst naar een maat die uw lengte en gewicht gebruikt om te bepalen of uw gewicht gezond is. Raadpleeg de onderstaande tabel ter referentie.

| CATEGORIE        | BMI         |
|------------------|-------------|
| Ondergewicht     | < 18.5      |
| Gezond gewicht   | 18.5 - 24.9 |
| Overgewicht      | 25 - 29.9   |
| Obees            | 30 - 34.9   |
| Zeer obees       | 35 - 39.9   |
| Morbide obesitas | > 40        |

## LICHAAMSVETPERCENTAGE

Lichaamsvetpercentage verwijst naar het percentage onderhuids vet (buitenste vet) dat zich het dichtst bij de huid in het lichaam bevindt. Mannen en vrouwen hebben een verschillende verdeling van lichaamsvet, dus is het normaal dat het percentage lichaamsvet op basis van geslacht varieert. Raadpleeg de onderstaande tabel voor de normale waarden voor het lichaamsvetpercentage als percentage van het totale lichaamsgewicht ter referentie.

| LEEFTIJD | MANNEN    | VROUWEN   |
|----------|-----------|-----------|
| 20 - 39  | 8% - 20%  | 22% - 33% |
| 40 - 59  | 11% - 22% | 24% - 34% |
| 60 - 79  | 13% - 24% | 25% - 36% |

### VISCERAAL VET

Visceraal vet verwijst naar de hoeveelheid visceraal vet in het lichaam. Visceraal vet bevindt zich in de buik en rondom de vitale organen. Raadpleeg de onderstaande tabel ter referentie.

| CATEGORIE | VISCERAAL VET |
|-----------|---------------|
| Normaal   | 1 - 9         |
| Hoog      | > 10          |

### LICHAAMSWATERPERCENTAGE

Lichaamswaterpercentage verwijst naar het percentage water in het lichaam. Het is belangrijk om goed gehydrateerd te blijven voor de algehele gezondheid en het welzijn. Raadpleeg de onderstaande tabel voor de normale waarden voor het lichaamsvocht percentage als percentage van het totale lichaamsgewicht ter referentie.

| MANNEN    | VROUWEN   |
|-----------|-----------|
| 50% - 65% | 45% - 60% |

### SKELETSPIERPERCENTAGE

Skeletspierpercentage verwijst naar het percentage skeletspieren (spieren verbonden met het skelet) in het lichaam. Raadpleeg de onderstaande tabel voor de normale waarden voor het skeletspierpercentage als percentage van het totale lichaamsgewicht ter referentie.

| <b>MANNEN</b> | <b>VROUWEN</b> |
|---------------|----------------|
| 40% - 60%     | 30% - 50%      |

### **SPIERMASSA**

Spiermassa verwijst naar het totale gewicht van spieren in het lichaam. Raadpleeg de onderstaande tabel voor de normale waarden voor spiermassa als percentage van het totale lichaamsgewicht ter referentie.

| <b>LEEFTIJD</b> | <b>MANNEN</b> | <b>VROUWEN</b> |
|-----------------|---------------|----------------|
| 20 - 39         | 34% - 40%     | 25% - 30%      |
| 40 - 59         | 33% - 39%     | 24% - 30%      |
| 60 - 79         | 33% - 38%     | 24% - 30%      |

### **BOTMASSA**

Botmassa verwijst naar het totale gewicht van het bot in het lichaam. Raadpleeg de onderstaande tabel voor de normale waarden voor botmassa als percentage van het totale lichaamsgewicht ter referentie.

| <b>MANNEN</b> | <b>VROUWEN</b> |
|---------------|----------------|
| 3% - 5%       | 2.5% - 4%      |

### **EIWITPERCENTAGE**

Eiwitpercentage verwijst naar het percentage eiwit in het lichaam. Raadpleeg de onderstaande tabel voor de normale waarden voor het eiwitpercentage als percentage van het totale lichaamsgewicht ter referentie.

| MANNEN    | VROUWEN   |
|-----------|-----------|
| 16% - 18% | 14% - 16% |

## BMR

Basaal Metabolisme Ratio (BMR) verwijst naar het aantal calorieën dat het lichaam nodig heeft om wanneer onbeweeglijk effectief te functioneren. BMR is gerelateerd aan geslacht, lichaamsmassa, leeftijd, gewicht, lengte en lichamelijke activiteit.

Binnen een gezond, uitgebalanceerd dieet heeft een man ongeveer 2500 kcal per dag nodig om zijn gewicht te behouden en effectief te functioneren. Voor een vrouw is dat cijfer ongeveer 2000 kcal per dag.

## METABOLISCHE LEEFTIJD

De metabolische leeftijd verwijst naar een maat die uw BMR met de gemiddelde BMR van uw leeftijdsgroep vergelijkt. Als uw metabolische leeftijd hoger is dan uw werkelijke leeftijd, is dit een teken dat u uw metabolische snelheid dient te verbeteren.

## SCHOONMAKEN

---

Gebruik een zachte, droge of bevochtigde doek om stof of vuil van het buitenoppervlak van de slimme weegschaal te verwijderen.

Veeg of reinig de slimme weegschaal niet met chemische reinigingsmiddelen.

## ONDERHOUD

---

De slimme weegschaal vereist weinig onderhoud. Probeer de slimme weegschaal niet zelf te repareren.

Verwijs naar gekwalificeerd onderhoudspersoneel indien u assistentie nodig heeft.



## OPBERGEN

---

Voor langdurig opbergen:

1. Verwijder de batterijen uit het batterijvak.
2. Bedek de slimme weegschaal met een waterdichte afdekking en bewaar horizontaal op een veilige, droge plaats, buiten het bereik van kinderen.

## FOUTCODES

---

| FOUTCODE | OORZAAK                         | OPLOSSING   |
|----------|---------------------------------|---|
| Lo       | Batterij is bijna leeg          | Vervang de batterijen   |
| Err      | Slimme weegschaal is overbelast | Stap af van de slimme weegschaal om beschadiging van de hoge precisie sensoren te vermijden |
| C        | Meetfout                        | Stap van de slimme weegschaal af en stap er dan weer op                                     |

## TROUBLESHOOTING

---

| PROBLEEM   | OORZAAK   | OPLOSSING   |
|--|---|---|
| Slimme weegschaal gaat niet aan                              | Batterijen onjuist geplaatst                            | Zorg ervoor dat de batterijen juist geplaatst zijn  |
|  | Batterij is bijna leeg                                  | Vervang de batterijen   |
| Slimme weegschaal maakt geen connectie met de Active Era app | Bluetooth staat niet aan                                | Zet Bluetooth op uw smartphone of tablet aan  |
|  | Smartphone of tablet besturingssysteem niet verenigbaar | Zorg ervoor dat het besturingssysteem van uw smartphone of tablet iOS 8.0 en hoger of Android 5.0 en hoger gebruikt |
| Smart analyseert de lichaamssamenstelling niet               | Sokken en / of schoenen dragen                          | Trek uw schoenen en / of sokken uit en zorg ervoor dat uw voeten volledig contact maken met de metalen sensorplaten |

## CE-CONFORMITEITSVERKLARING

---

Hierbij verklaart One Retail Group Limited dat de radioapparatuur van het type BS-05 voldoet aan Richtlijn 2014/53/EU. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het volgende internetadres: <https://activeera.com/ec-declaration-of-conformity-pdf/>

## FCC-VERKLARING

---

Dit apparaat voldoet aan Deel 15 van de FCC-regels. Gebruik is onderhevig aan de volgende twee voorwaarden: (1) Dit apparaat mag geen schadelijke interferentie veroorzaken, en (2) dit apparaat moet alle ontvangen interferentie accepteren, inclusief interferentie die van ongewenste invloed is op het gebruik. Waarschuwing: Door wijzigingen of modificaties aan te brengen, die niet uitdrukkelijk zijn goedgekeurd door de voor naleving verantwoordelijke partij, kan de gebruiker het recht tot het gebruik van het apparaat worden ontzegd.

Dit apparaat is getest en is vastgesteld te voldoen aan de beperkingen voor Klasse B digitale apparaten, overeenkomstig Deel 15 van de FCC-regels. Deze beperkingen zijn ontworpen om redelijke bescherming te bieden tegen schadelijke interferentie bij residentiële installaties. Dit apparaat genereert en gebruikt radiogolfenergie en kan deze ook afgeven en kan, indien niet overeenkomstig de instructies geïnstalleerd en gebruikt, schadelijke interferentie veroorzaken in radio communicaties. Er kan echter niet worden gegarandeerd dat er in specifieke installaties geen interferentie zal voorkomen. Als dit apparaat schadelijke interferentie veroorzaakt in radio- of televisieontvangst, wat kan worden bepaald door de apparatuur uit en weer aan te zetten, wordt de gebruiker geadviseerd te proberen de interferentie op een van de volgende manieren te corrigeren:

- Heroriënteer of verplaats de ontvangstantenne.
- Vergroot de afstand tussen de apparatuur en de ontvanger.
- Sluit de apparatuur aan op een stopcontact dat deel uitmaakt van een ander circuit dan dat waar de ontvanger op is aangesloten.
- Raadpleeg de dealer of een ervaren radio-/TV-monteur.

## RECYCLING & VERWIJDERING

---

Afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (AEEA), batterijen, accu's en verpakkingen mogen niet worden weggegooid met het restafval. Dit om mogelijke schade aan het milieu en het menselijk welzijn te voorkomen en voor het behoud van onze natuurlijke bronnen te helpen behouden. De meeste elektrische producten met een stekker, batterij of kabel kunnen worden gerecycled. Neem contact op met de gemeente, de ophaaldienst voor huishoudelijk afval of de winkel waar het product werd gekocht, voor informatie over de regionale inzamelprogramma's.

### Afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (AEEA)

Dit symbool op het product en/of de verpakking geeft aan dat, overeenkomstig Richtlijn 2012/19/EU, die van toepassing is op gebruikte elektrische en elektronische apparaten, afgedankte elektrische apparatuur (AEEA) niet mogen worden weggegooid met het algemene huishoudelijke afval.



### Afgedankte batterijen en oplaadbare batterijen

Dit symbool, op de batterijen die bij uw product worden geleverd, geeft aan dat afgedankte batterijen volgens Richtlijn 2006/66/EG, inzake gebruikte batterijen en accu's, niet met het algemene huishoudelijk afval mogen worden weggegooid. Als de batterij meer dan 0,004% lood bevat, staan bij het batterijsymbool ook de letters (PB).



### De Mobius-loop

Dit symbool geeft aan dat het product of de verpakking kan worden gerecycled.



## **Terugnameregeling**

Voor elk nieuw product dat u van One Retail Group koopt, kunt u één gelijkwaardig afgedankt elektrisch apparaat (AEEA) naar One Retail Group terugsturen voor recycling en verwijdering. Ga voor meer informatie over het recyclen van dit product naar [www.activeera.com](http://www.activeera.com)

De eindgebruiker van elektrische en elektronische apparaten (AEEA) is verantwoordelijk voor het scheiden van oude batterijen en gloeilampen voordat ze worden ingeleverd bij een aangewezen dienst voor afvalverwerking en recycling. Afgedankte batterijen kunnen ook worden weggegooid in verzamelbakken, die te vinden zijn in de meeste plaatselijke supermarkten en recyclingcentra voor huishoudelijk afval.

# Smarta Vågar - BS-05

Tack för att du har valt att köpa din produkt från Active Era. Läs igenom hela bruksanvisningen noggrant innan du använder produkten för första gången och förvara instruktionerna på en säker plats om du behöver läsa dem i framtiden.

## SÄKERHETSINSTRUKTIONER

### LÄS OCH SPARA DESSA VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER.

- Använd endast den här enheten enligt beskrivningen i den här manualen. Andra typer av användningar som inte rekommenderas av tillverkaren kan leda till att enheten fattar eld, elektriska chockar eller skador.
- Enheten bör inte användas av personer (inklusive barn) med försämrade fysiska, sensoriska eller mentala förmågor, eller av personer som saknar erfarenhet och kunskap, förutsatt att de inte fått handledning eller instruktioner.
- Barn måste vara under tillsyn i närheten av enheten och de bör inte leka med den. Rengöring och underhåll bör inte utföras av barn om de inte får hjälp under hela processen.
- Barn under tre år bör hållas borta från enheten om de inte är under konstant tillsyn.
- Placera enheten på en plan och stabil yta. Används produkten i någon annan position kan det orsaka en risk. Undvik mattor och mjuka ytor
- Hoppa inte eller stå på vågens yttre kanter
- Den här produkten ska inte användas av personer som är diagnostiserade med ett tillstånd eller tar läkemedel som kan påverka kroppens vätskenivåer. Noggrannheten i avläsningarna för dessa personer har inte verifierats. Sök råd från en medicinsk expert.
- De data som tillhandahålls av denna produkt ska endast användas som referens och får aldrig ersätta medicinsk rådgivning från legitimerad vårdpersonal
- Denna produkt ska inte användas för att diagnostisera eller behandla medicinskatillstånd. Rådfråga alltid legitimerad vårdpersonal innan du gör förändringar i din kost, dina träningsplaner eller fysiska aktiviteter
- Produkten är hal när den är våt. Se till att produkten och fötterna är torra före användning
- Torka av ytan på vågen före användning.
- Undvik att placera produkten i utrymmen där den kan utgöra en snubbelrisk. Produkten ska inte användas när den placerats ovanpå en annan enhet. Detta kan medföra att enheten inte fungerar korrekt.
- Placera inga föremål ovanpå produkten när den inte används.
- Denna apparat är avsedd för hushållsbruk inomhus och liknande användningsområden. Använd inte utomhus.
- Låt inte vatten eller andra vätskor rinna in på apparatens insida, eftersom detta kan orsaka brand och/eller elektrisk fara.

- Använd inte slipande rengöringsmedel eller lösningsmedel, eftersom detta kan skada apparaten.
- Utsätt inte produkten för extrema temperaturvariationer.
- Placera inte produkten nära starka värmekällor, t.ex. ugnar eller element.
- Förvara inte produkten i vertikalt läge. Detta kan skada högpresions sensorerna. Förvara alltid produkten i horisontellt läge.
- Försök inte reparera eller ändra några elektriska eller mekaniska delar av enheten på egen hand. Det är inte säkert och leder till att garantin slutar att gälla.
- Överbelasta aldrig vågen. Detta kan skada sensorerna
- Lämna inte föremål på vågen när den inte används
- Håll borta från vatten
- För att undvika att halka, håll vågen torr och använd den aldrig med våta fötter
- Håll alltid vågen horisontellt
- Förvara enheten på en säker, ren och torr plats när du inte använder den.
- Rengör utsidan på enheten genom att torka av den med en mjuk och fuktig trasa. Torka sedan av enheten med en mjuk och ren trasa.
- Överbelasta aldrig vågen. Detta kan skada sensorerna
- Lämna inte föremål på vågen när den inte används
- Håll borta från vatten
- För att undvika att halka, håll vågen torr och använd den aldrig med våta fötter
- Håll alltid vågen horisontellt
- Förvara enheten på en säker, ren och torr plats när du inte använder den.
- Rengör utsidan på enheten genom att torka av den med en mjuk och fuktig trasa. Torka sedan av enheten med en mjuk och ren trasa.

## BATTERIERNA

---

Denna produkt levereras med AAA engångsbatterier.

### LÄS OCH SPARA DESSA VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER

#### **BATTERIVARNING: FÖRVARA UTOM RÄCKHÅLL FÖR BARN**

Kvävningsrisk. Svälj inte. Farligt vid förtäring. Sväljning kan leda till kemiska brännskador, perforering av mjukvävnad och dödsfall. Svåra brännskador kan uppstå inom två timmar efter förtäring. Om du tror att batterier kan ha svalts eller hamnat inuti någon del av kroppen, sök omedelbart läkarvård.

- Till denna produkt används bara ett AAA batteri. Den är inte kompatibel med andra batterityper.
- Låt inte barn hantera batterier.
- Om batterifacket inte stängs ordentligt, sluta använda produkten och förvara den borta från barn.
- Se till att batteriet är installerat med rätt polaritet (+ och -).

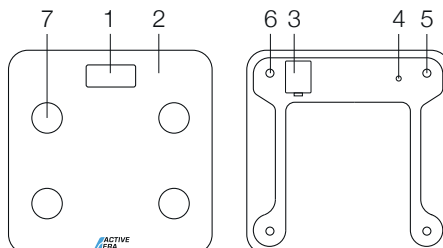
- Ta ut urladdade batterier omedelbart.
- Kontrollera alltid nya batterier före användning. Skadade eller svaga batterier kan läcka syra. Avbryt användningen om batterier när som helst visar tecken på läckage, skada eller brister.
- Säkerställ att batterifacket är korrekt och ordentligt stängt efter batteribyte.
- Tvätta händerna efter hantering av batterier.
- Engångsbatterier är inte uppladdningsbara och måste återvinnas eller kasseras separat från hushållsavfallet. Kassera alltid batterier på ett officiellt insamlingsställe och i enlighet med lokala miljölagar och riktlinjer.

## PRODUKT SPECIFIKATION

- Produktmått: 28x28x2.4 cm
- Effekt: 3 x AAA
- Display: LCD
- Max vikt: 180kg / 400lb / 28st
- Minsta effektiva vikt: 6kg / 13
- Division: 100g / 0.2lb

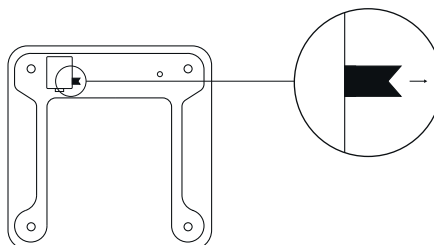
## PRODUKTFUNKTIONER

1. LCD-display
2. Härdad glasyta
3. Batterilucka
4. Mätenhet
5. Sensorer med hög precision
6. Halkfria säkerhetsdynor
7. Sensorplattor av metall



## INNAN FÖRSTA ANVÄNDNING:

1. Vänd den smarta vågen och placera den på en torr och plan yta.
2. Dra ut plastfliken från batterifacket



## ATT BYTA BATTERI

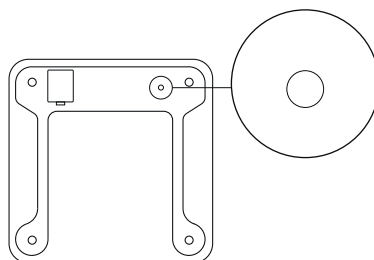
---

1. Vänd den smarta vågen och placera den på en torr och plan yta.
2. Ta försiktigt bort batteriluckan för att öppna batterifacket.
3. Ta bort de 3 gamla AAA-batterierna och sätt i 3 nya AAA-batterier. Se till att de positiva och negativa ändarna på batterierna är riktade mot rätt polaritets-anvisningar som anges i batterifacket.
4. Sätt tillbaka batteriluckan

## ENHETSOMVANDLING

---

Vågen mäter vikten i kg (kg), pund (lb) och stone (st). Tryck på knappen på undersidan av vågen för att växla mellan dem.



## ACTIVE ERA-APPEN

---

### SKAPA KONTO

1. Öppna appen Active Era.
2. Tryck på knappen för registrering.
3. För instruktionerna på skärmen

Obs! Om du anger fel kön, ålder eller längd under kontots skapande kan det leda till felaktiga mätningar.

Observera att för att förbättra mätnoggrannheten för individer med unika kroppstyper (t.ex. betydande överkropps-muskler, idrottare eller kroppsbyggare), se till att idrottsläge väljs när du skapar ett konto.

Observera att varje huvudkonto kan spåra data från 24 användare individuellt.

## ANSLUTNING

---

Anslut bara den smarta vågen med appen Active Era. Anslut inte andra smarta vågar direkt från din smartphone eller surfplattas Bluetooth-meny.



Så här ansluter du smarta vågar med Active Era-appen:

1. Aktivera Bluetooth på din smartphone eller surfplatta.
2. Öppna Active Era-appen och logga in.
3. Ställ dig på den smarta vågen och stå still.
4. Den smarta vågen startar och ansluter automatiskt.
5. Du kommer att veta om den smarta vågen har parats framgångsrikt eftersom din vikt kommer att visas både på LCD-skärmen på vågen och i Active Era-appen.
6. När den har anslutits ansluts appen och den smarta vågen automatiskt nästa gång appen öppnas.

Observera, om den smarta vågen inte lyckas ansluta till Active Era-appen, läs igenom felsökningsavsnittet i den här manualen.

## MÄTNINGAR

---

Innan du gör mätningar, se till att du har laddat ner Active Era-appen, skapat ett användarkonto och anslutit vågen till din smartphone eller surfplatta

1. Placera den smarta vågen på en torr, solid och plan yta.
2. Öppna Active Era-appen och logga in.
3. Ta av skor och strumpor och stå barfota på vågen.
4. Stå stilla och se till att dina fötter har full kontakt med metallsensorplattorna.
5. Den smarta vågen startar och en analys av kroppens sammansättning startar automatiskt.
6. När analysen är klar kommer en slutlig viktmätning att blinka på LCD-displayen på vågen tillsammans med data som visas i Active Era-appen.

Obs! Ta alltid av skor och strumpor innan du använder vågen.

Observera, för att säkerställa noggrannhet i resultaten rekommenderas att du väger dig själv vid samma tid på dagen då mätningarna kan variera efter träning, diet eller uttorkning

## BABYLÄGE

---

Med babyläget kan du ta reda på vikten på ditt barn genom att väga dig själv på den smarta vågen medan du håller ditt barn. Så här använder du babyläge:

1. Öppna Active Era-appen och logga in.
2. Skapa en ny användarprofil för din baby och se till att den här nya babyspecifika användarprofilen är vald.
3. Placera den smarta vågen på en torr, solid och plan yta.
4. Tryck på menyknappen längst upp till höger på skärmen och tryck på Babyläge i rullgardinsmenyn.

5. Ställ dig själv på den smarta vågen.
6. Vågen startar och en analys av kroppens vikt startar automatiskt
7. När en slutlig viktmätning har uppnåtts kommer den att blinka på LCD-skärmen.
8. Väg dig sedan själv med ditt barn omedelbart.
9. När en slutlig mätning har uppnåtts kommer din vikt plus din babys vikt att blinka på LCD-skärmen följt av ditt barns vikt som visas i Active Era-appen.

Observera att om du använder babyläge när din egen användarprofil har valts i Active Era-appen kommer du att uppmanas att spara data till den användarprofil som är specifik för din baby eller att skapa en ny användarprofil för din baby.

Obs! För bästa resultat rekommenderar vi att du använder babyläge när din baby är lugn

## ANVÄNDNING UTAN ACTIVE ERA-APPEN

---

Den här smarta vågen kan också användas utan Active Era-appen för att bara ge en viktmätning.

1. Placera den smarta vågen på en torr, solid och plan yta.
2. Ställ dig på vågen.
3. Vågen startar och en analys av kroppens vikt startar automatiskt.
4. När en slutlig viktmätning har uppnåtts kommer den att blinka på LCD-skärmen.

Observera, för att säkerställa noggrannhet i resultaten rekommenderas att du väger dig själv vid samma tid på dagen, eftersom mätningarna kan variera efter träning, diet eller uttorkning.

## FÖRKLARING AV KROPPSMÄTNINGAR

---

Denna badrumsvåg använder bioelektrisk impedans för att mäta kroppsfett. En mycket liten och säker elektrisk ström passerar genom den nedre halvan av kroppen. Den elektriska strömmen flyter långsammare genom ben och fett än genom muskler och vatten. Vågen kan mäta denna skillnad i elektrisk strömhastighet och uppskatta kroppsfett med en matematisk formel i flera steg.

Observera att denna våg kalibrerats för personer med en median kroppstyp och därför kan de mätningar som registrerats av individer med unika kroppstyper, t.ex. betydande överkroppsmuskler, idrottare eller kroppsbyggare, kanske inte vara korrekta.

För att förbättra mätnoggrannheten för individer med unika kroppstyper, se till att träningsläget väljs när du skapar ett konto.

## BMI

Body Mass Index (BMI) är ett tal som beräknas utifrån en persons vikt och längd. Se följande tabell för klassificeringar.

| KATEGORI              | BMI         |
|-----------------------|-------------|
| Undervikt             | < 18.5      |
| Hälsosam vikt         | 18.5 - 24.9 |
| Övervikt              | 25 - 29.9   |
| Fetma                 | 30 - 34.9   |
| Allvarligt överviktig | 35 - 39.9   |
| Sjukligt överviktig   | > 40        |

## KROPPSFETTPROCENT

Kropps fettprocent avser procentandelen fett i kroppen. Män och kvinnor har olika fördelning av kropps fett så det är normalt att kropps fettprocenten varierar beroende på kön.

| ÅLDER   | MÄN       | KVINNOR   |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 8% - 20%  | 22% - 33% |
| 40 - 59 | 11% - 22% | 24% - 34% |
| 60 - 79 | 13% - 24% | 25% - 36% |

## VISCERALT FETT

Visceralt fett avser ett mått på visceralt fett i kroppen. Visceralt fett finns i buken och omger de vitala organen.

| KATEGORI | VISCERALT FETT |
|----------|----------------|
| Vanligt  | 1 - 9          |
| Hög      | > 10           |

## KROPPSVATTENPROCENT

Kroppsvattenprocent avser procentandelen vatten i kroppen. Det är viktigt att hålla sig hydratiserad för allmän hälsa och välbefinnande

| MÄN       | KVINNOR   |
|-----------|-----------|
| 50% - 65% | 45% - 60% |

## SKELETTMUSKELPROCENT:

Refererar till procentandelen skelettmuskulatur (muskler kopplade till skelettet) i kroppen. Se tabellen nedan för de normala intervallen för procentuell skelettmuskulatur som procent av total kroppsvikt för referens.

| MÄN       | KVINNOR   |
|-----------|-----------|
| 50% - 65% | 45% - 60% |

## MUSKELMASSA

Muskelmassa avser den totala vikten av muskler i din kropp. De normala intervallen för muskelmassa är som följer.

| ÅLDER   | MÄN       | KVINNOR   |
|---------|-----------|-----------|
| 20 - 39 | 34% - 40% | 25% - 30% |
| 40 - 59 | 33% - 39% | 24% - 30% |
| 60 - 79 | 33% - 38% | 24% - 30% |

## BENMASSA

Benmassa avser den totala vikten av ben i kroppen. De normala intervallen för benmassa är som följer.

| MÄN     | KVINNOR   |
|---------|-----------|
| 3% - 5% | 2.5% - 4% |

## PROTEINPROCENT

Avser mängden protein i kroppen.

| MÄN       | KVINNOR   |
|-----------|-----------|
| 16% - 18% | 14% - 16% |

## BMR

Basal Metabolic Rate (BMR) avser antalet kalorier kroppen behöver i vila för att fungera effektivt. BMR är relativt kön, kropps massa, ålder, vikt, längd och fysisk aktivitetsnivå.

Med en hälsosam, balanserad kost behöver en man cirka 2500 kcal om dagen för att bibehålla sin vikt och fungera effektivt. För en kvinna är den siffran cirka 2000 kcal om dagen.

## METABOLISK ÅLDER

Metabolisk ålder avser ett mått som jämför din BMR med genomsnittlig BMR i din åldersgrupp. Om din ämnesomsättningsålder är högre än din verkliga ålder är det ett tecken på att du behöver förbättra din ämnesomsättning.

Rekommenderat kaloriintag: Detta beräknar hur många kalorier du ska konsumera per dag baserat på dina data och kroppssammansättning.

## FELKODER

- 'Lo' - Batterierna är svaga och behöver bytas.
- 'Err' - Vågen är överbelastad och har överskridit maximal vikt. Kliv av vågen för att undvika att skada sensorerna.
- 'C' - Ett mätfel har inträffat. Kliv av vågen och ställ dig på den igen.

## FELSÖKNING

---

| PROBLEM  | ORSAK   | LÖSNING  |
|--|---|--|
| Den smarta vågen startar inte.                         | Batteriet är inte laddat.   | Se till att batteriet är laddat.   |
|  | Batterinivån är låg.  | Ladda batteriet.   |
| Den smarta vågen ansluter inte till Active Era-appen.  | Bluetooth inte på.  | Slå på Bluetooth.  |
|  | Operativsystemet för din smartphone eller surfplatta är inte kompatibelt. | Se till att din smartphones eller surfplattans operativsystem kör iOS 8.0 och senare eller Android 5.0 och senare. |
| Den smarta vågen analyserar inte kroppssammansättning. | Bär skor och / eller strumpor.  | Ta av dig skor och/eller strumpor och se till att dina fötter har full kontakt med metallsensorplattorna.          |

## ÖVERENSSTÄMMELSEFÖRKLARING

---

One Retail Group Limited förklarar härmed att radioutrustning av typ BS-05 överensstämmer med direktiv 2014/53/EU/Radioutrustningsregulationer 2017. Den fullständiga texten till EU-försäkran om överensstämmelse finns på följande internetadress: [www.activeera.com](http://www.activeera.com)

## ÅTERVINNING & KASSERING

---

Avfall från elektriska och elektroniska produkter (WEEE), batterier, ackumulatorer och förpackningar ska inte slängas tillsammans med hushållsavfallet. Detta för att förhindra eventuell skador på miljön och mänskligt välbefinnande, och för att hjälpa till att bevara våra naturresurser. De flesta elektriska produkter med stickpropp, batteri eller kabel kan återvinnas. Kontakta din lokala kommun, hushållsavfallshanteringen eller butiken där du köpte produkten för information om insamlingsystemen i ditt område.

### Avfall från elektrisk och elektronisk utrustning (WEEE)

Den här symbolen på produkten och/eller förpackningen indikerar att elektriska avfallsprodukter (WEEE) enligt direktiv 2012/19/EU som reglerar använda elektriska

och elektroniska apparater inte ska slängas tillsammans med allmänt hushållsavfall.



### **Förbrukade batterier och uppladdningsbara batterier**

Den här symbolen på batterierna som medföljer din produkt anger att förbrukade batterier enligt direktiv 2006/66/EC som reglerar använda batterier och ackumulatörer inte ska slängas tillsammans med allmänt hushållsavfall. Om batteriet innehåller mer än 0,004 % bly, kommer batterisymbolen att åtföljas av bokstäverna (PB).



### **Mobius-slingan**

Denna symbol indikerar att produkten eller förpackningen kan återvinnas.



### **Återtagningsschema**

Avfall från elektriska produkter (WEEE) kan skickas till One Retail Group för återvinning och kassering när du köper en ny produkt från One Retail Group, på likvärdig basis. För mer information om hur man återvinner denna produkt, besök [www.activeera.com](http://www.activeera.com)

Slutanvändaren av elektriska och elektroniska produkter (WEEE) är ansvarig för att separera gamla batterier och glödlampor innan de lämnas till en avsedd avfalls- och återvinningstjänst. Förbrukade batterier kan också slängas i uppsamlingskärl, som finns i de flesta lokala stormarknader och återvinningscentraler för hushållsavfall.



One Retail Group, Ryland House  
24a Ryland Road, London, NW5 3EH, United Kingdom

EU Authorised Representative: Brandrep Limited  
The Black Church, St Mary's PI N, Dublin, D07 P4AX, Ireland

© Copyright 2022

