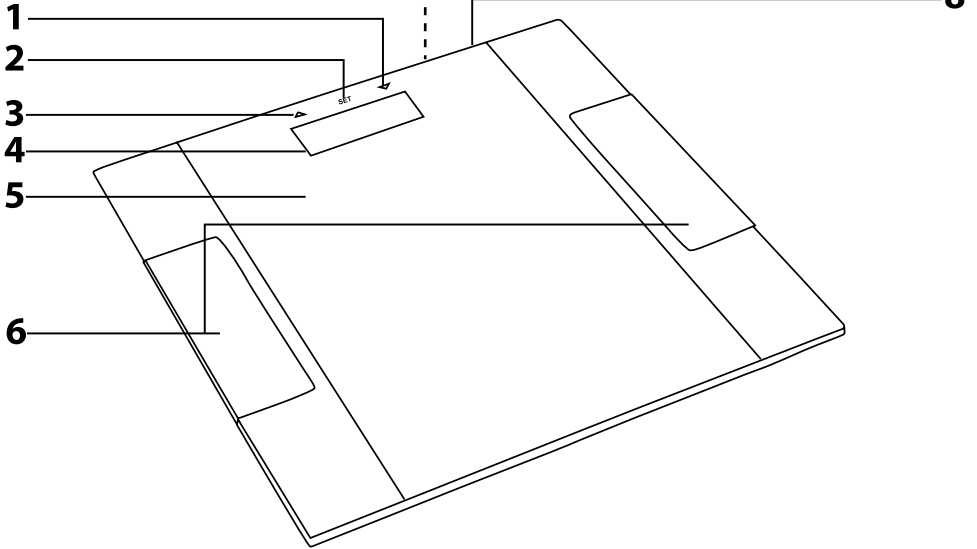
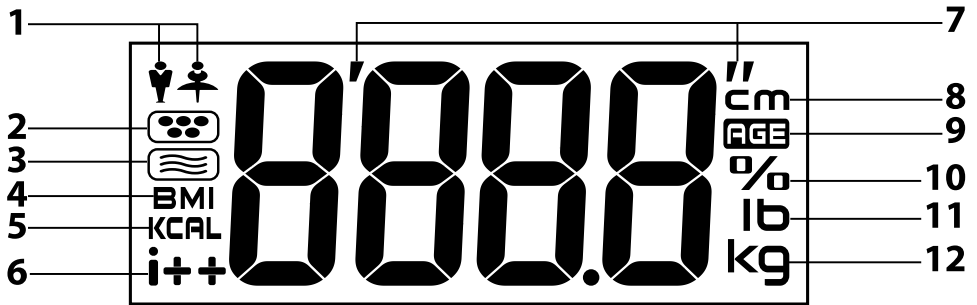
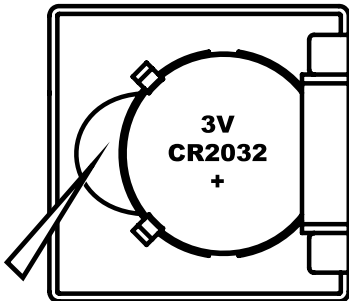
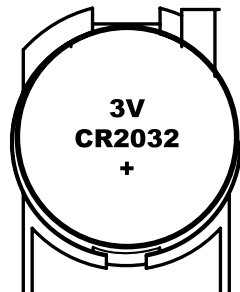


SENCOR®

SBS 5050BK
SBS 5051WH



IT ■ Bilancia pesapersona per il fitness

A**B****C 1****2**

Bilancia pesapersona per il fitness

Manuale per l'utente

ISTRUZIONI DI SICUREZZA E NOTE IMPORTANTI

- Prima di usare questo apparecchio, leggere attentamente il manuale per l'utente, anche nei casi in cui si sia già acquisita familiarità con il funzionamento di apparecchi di tipo simile. Utilizzare l'apparecchio esclusivamente nella modalità descritta nel presente manuale per l'utente. Riporre il presente manuale per l'utente in un luogo sicuro, in cui sia possibile recuperarlo facilmente per future consultazioni.
- Si raccomanda di conservare la scatola di cartone originale, il materiale di imballaggio, lo scontrino di acquisto, la dichiarazione di responsabilità del venditore o la scheda di garanzia almeno per la durata del periodo di responsabilità giuridica, nell'eventualità di prestazioni o qualità del prodotto insoddisfacenti. In caso di trasporto, si raccomanda di imballare l'apparecchio nella scatola originale fornita dal produttore.
- L'apparecchio è destinato all'uso in ambienti domestici, uffici e luoghi simili. Non utilizzarlo per fini commerciali o medici o per altri scopi.
- Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini dagli otto anni in su e da persone con capacità mentali, fisiche o sensoriali ridotte o prive di esperienza, purché siano opportunamente sorvegliati.
- Si raccomanda di sorvegliare i bambini, per assicurarsi che non giochino con l'apparecchio.
- Non utilizzare l'apparecchio all'aperto e non collocarlo su superfici instabili o in prossimità di fiamme libere o altre fonti di calore.
- Non esporre l'apparecchio alla luce solare diretta o a un tasso di umidità elevato e non utilizzarlo in ambienti troppo polverosi.
- Assicurarsi che l'apparecchio si trovi su una superficie piana, liscia e stabile. Questa indicazione è valida in modo particolare quando viene utilizzato, in quanto vi è il rischio che le letture non siano precise.
- Non utilizzare l'apparecchio in prossimità di un campo elettromagnetico di elevata intensità.
- Prima di salire sul piatto della bilancia, controllare che non sia umido e che i piedi non siano bagnati, per non rischiare di scivolare.
- Non saltare sull'apparecchio e non sovraccaricarlo, superando la sua portata di pesatura massima, perché potrebbe danneggiarsi.
- Nella modalità di rilevazione del peso con misurazione e analisi dei parametri corporei, è necessario salire sul piatto della bilancia a piedi nudi e puliti, rimanendo in posizione eretta con entrambi i piedi sugli elettrodi.
- I valori misurati relativi alle percentuali di grasso corporeo e di acqua sono solo indicativi. Non utilizzarli per scopi diagnostici. Se i valori misurati differiscono notevolmente dai valori normali, si raccomanda di rivolgersi a un medico o a un consulente dietista segnalando l'anomalia. Per ricevere consigli sulle opportune misure da adottare per raggiungere un peso ottimale rivolgersi sempre a un medico o a un consulente dietista.
- Gli scostamenti dei valori del contenuto di grasso e di acqua nel corpo misurati potrebbero essere maggiori nelle persone anziane di età superiore ai 70 anni e negli sportivi professionisti.
- L'uso della funzione di misurazione del contenuto di grasso corporeo e di acqua non è consigliata per:
 - persone portatrici di pacemaker o altri dispositivi medici impiantati;
 - donne in gravidanza;
 - persone con sintomi di edema (gonfiori) o persone sottoposte a dialisi.
- Per i bambini di età inferiore a 10 anni e per gli ultracentenari utilizzare l'apparecchio solo nella modalità di pesatura.
- Non utilizzare la superficie superiore dell'apparecchio come piano d'appoggio per collocarvi sopra degli oggetti. Conservarlo in posizione orizzontale e accertarsi che non vi sia appoggiato sopra nulla.
- Nonostante il rischio di perdite di liquido dalla batteria al litio sia bassissimo, rimuovere la batteria dall'apparecchio se si prevede di non utilizzarlo per un lungo periodo. In caso di perdite di liquido dalla batteria all'interno dell'apparecchio, quest'ultimo potrebbe danneggiarsi.
- Non utilizzare batterie ricaricabili per fornire l'alimentazione a questo apparecchio.
- Tenere le batterie fuori dalla portata dei bambini in quanto potrebbero costituire un pericolo. Nel malaugurato caso in cui un bambino ingerisca una batteria, richiedere immediatamente assistenza medica.

- Mantenere pulito l'apparecchio. Per la pulizia dell'apparecchio, seguire le istruzioni riportate nel capitolo Pulizia e manutenzione. Non immergere l'apparecchio in acqua o altri liquidi e non risciacquarlo sotto l'acqua corrente.
- Non effettuare alcuna riparazione o regolazione dell'apparecchio autonomamente. Farlo sempre riparare o regolare presso un centro di assistenza autorizzato. La manomissione dell'apparecchio comporta il rischio di decadenza dei diritti di garanzia in caso di prestazioni o qualità del prodotto insoddisfacenti.

DESCRIZIONE DELLA BILANCIA

A1 Pulsante a sfioramento ▼	A6 Elettrodi metallici per misurare il contenuto di grasso corporeo e di acqua
A2 Pulsante a sfioramento SET (Imposta)	A7 Selettore dell'unità di peso situato nel lato inferiore della bilancia
A3 Pulsante a sfioramento ▲	A8 Vano batteria (non mostrato) situato nel lato inferiore della bilancia.
A4 Display LCD	
A5 Piatto in vetro temperato antiscivolo, spesso 6 mm	

DESCRIZIONE DEL DISPLAY

B1 Sesso (Maschio/Femmina)	B7 Unità di lunghezza imperiale
B2 Percentuale di grasso corporeo	B8 Unità di lunghezza metrica
B3 Percentuale di acqua corporea	B9 Età
B4 Indice di massa corporea (IMC)	B10 Percentuale
B5 Unità di misura dell'energia	B11 Unità di peso Imperiale
B6 Rappresentazione grafica della percentuale di grasso corporeo misurata	B12 Unità di peso metrica

PRINCIPIO DI MISURAZIONE DEL CONTENUTO DI GRASSO CORPOREO E DI ACQUA

- Questa bilancia pesapersona per il fitness è dotata di una funzione per la misurazione e l'analisi dei parametri corporei. La determinazione della percentuale di grasso corporeo e di acqua si fonda sul metodo dell'analisi dell'impedenza bioelettrica (BIA). Il metodo BIA consente di determinare questi valori sulla base della resistenza elettrica opposta dai tessuti umani a un impulso elettrico di debole intensità. Le percentuali di grasso e di acqua nel corpo vengono calcolate basandosi sulle differenze nella resistenza elettrica dei tessuti dell'organismo della persona.
- L'impulso elettrico viene trasmesso e la risposta dell'organismo viene ricevuta attraverso gli elettrodi metallici **A6**, che si trovano sul piatto della bilancia **A5**, in modo che il circuito di misurazione sia completato quando si sale sul piatto **A5** con entrambi i piedi.

FRONTE DI ALIMENTAZIONE

- La bilancia viene fornita con una batteria al litio CR 2032 (1 x 3V). La batteria è installata nel vano batteria **A8**. Prima del primo utilizzo, rimuovere la striscia isolante dal vano batteria **A8**. La striscia isolante ha lo scopo di evitare che la batteria si scarichi prima che la bilancia arrivi al consumatore finale.
- Sostituire la batteria quando sul display **A4** viene visualizzata l'indicazione "Lo" (batteria scarica) oppure se il display **A4** non si illumina quando si sale sul piatto **A5** o si preme il pulsante SET **A2**. Per sostituire la batteria rimuovere il coperchio del vano batteria **A8**. Estrarre la batteria esaurita e installare una batteria nuova dello stesso tipo. Assicurarsi di rispettare la corretta polarità e che la batteria sia adeguatamente incastrata in sede. Chiudere il coperchio.
- Il metodo di inserimento della batteria nel vano batteria **A8** varia in base al tipo di bilancia. Di seguito sono elencate le opzioni per la rimozione della batteria:
 - Per rimuovere la batteria, utilizzare un oggetto con la punta smussata (vedere la Figura C1)
 - Premere delicatamente la batteria verso il basso. In questo modo la batteria sarà rilasciata dal vano batteria **A8** e sarà più semplice rimuoverla (vedere la Figura C2).



Attenzione

Per fornire l'alimentazione a questo apparecchio usare esclusivamente batterie del tipo CR 2032. Non utilizzare batterie ricaricabili.

UTILIZZO DELLA BILANCIA

- Posizionare la bilancia su una superficie piana, liscia, rigida e stabile. Non collocarla su un tappeto o su un'altra superficie morbida, altrimenti il risultato potrebbe non essere preciso.
- Quando ci si pesa rimanere dritti e fermi, distribuendo il peso su entrambi i piedi. Per ottenere risultati omogenei, pesarsi sempre alla stessa ora del giorno, preferibilmente di mattina. I risultati della pesatura sono influenzati dagli abiti indossati oltre che dal cibo e dalle bevande consumati prima di pesarsi.
- Per utilizzare la funzione di pesatura con misurazione e analisi dei parametri corporei è necessario salire sul piatto con i piedi nudi e posizionarli entrambi sugli elettrodi **A6**.

1. MODALITÀ DI PESATURA

- La bilancia è dotata di una funzione di accensione automatica ("Auto-On") che avvia il processo pesatura subito dopo che si è saliti sul piatto. **A5**.
- Salire con entrambi i piedi sul piatto **A5**, rimanere fermi in posizione eretta attendere che il valore del peso misurato visualizzato sul display **A4** si stabilizzi. Il valore del peso misurato lampeggerà una volta e la bilancia si spegnerà automaticamente.

2. MODALITÀ DI PESATURA CON MISURAZIONE E ANALISI DEI PARAMETRI CORPOREI

- Premere il pulsante **SET A2** e inserire i propri parametri personali. Quando viene installata la batteria e la bilancia viene accesa per la prima volta, i parametri predefiniti sono i seguenti: Codice personale utente P-01, Sesso – Femmina, Altezza 165 cm (5'05,0") ed Età 25 anni. I parametri personali possono essere impostati negli intervalli di valori seguenti: Codice personale utente da P-01 a P-12, Sesso – Femmina/maschio, Altezza da 100 a 250 cm (3'03,5" – 8'03,2,5") ed Età da 10 a 100 anni.
- Per selezionare il codice utente personale, utilizzare i pulsanti **A1** e **A3**. Per confermare le impostazioni, premere il pulsante **SET A2**. Utilizzare i pulsanti **A1** e **A3** per selezionare il sesso e confermare la selezione premendo il pulsante **SET A2**. Procedere nello stesso modo per impostare l'altezza e l'età. Una volta inserita la propria età, dare un colpo sul piatto **A5** oppure attendere 6 secondi. Sul display **A4** sarà visualizzato il valore di peso zero e, dopo alcuni secondi, la bilancia si spegnerà automaticamente.



Nota

Quando la bilancia è nella modalità di impostazione dei parametri, se non viene premuto alcun pulsante entro 6 secondi, sul display **A4** viene visualizzato uno zero. In questo modo viene segnalato che è iniziata la pesatura con misurazione e analisi dei parametri corporei. I parametri impostati prima che la bilancia sia passata alla modalità di pesatura vengono salvati automaticamente in memoria. Mantenendo premuto il pulsante **SET A2** per 3 secondi la bilancia tornerà nella modalità di impostazione dei parametri.

- Per accendere la bilancia premere il pulsante **SET A2**. Utilizzare i pulsanti **A1** e **A3** per selezionare un codice utente in corrispondenza del quale vengono salvati i propri parametri personali. Dare un leggero colpo sul piatto della bilancia **A5** con un piede. Sul display **A4** sarà visualizzato il valore di peso zero. Dopo essersi assicurati di avere i piedi puliti e asciutti e salire sul piatto della bilancia **A5** in modo che essi siano posizionati entrambi sugli elettrodi **A6**. In caso contrario la misurazione e l'analisi dei parametri corporei non avverranno. Rimanere fermi in posizione eretta sulla bilancia e attendere che il valore del peso misurato visualizzato sul display **A4** si stabilizzi. L'indicazione del peso misurato lampeggerà una volta. Successivamente saranno effettuate l'analisi dei parametri corporei e dei valori misurati. In poco tempo sul display **A4** compariranno gradualmente tre volte il peso misurato, il contenuto di grasso corporeo espresso in % con la relativa rappresentazione grafica, il contenuto di acqua corporea espresso in %, l'indice di massa corporea IMC (simbolo BMI) e l'apporto calorico quotidiano raccomandato espresso in kcal (BMR). Infine la bilancia si spegnerà in automatico.

3. VALUTAZIONE DEI PARAMETRI CORPOREI

- Il corpo umano contiene in media il 45–85% di acqua, mentre il contenuto d'acqua nei muscoli è di circa il 90% e quello nei tessuti grassi si aggira intorno al 45%. Se il corpo di un neonato può contenere fino all'85% di acqua, con l'aumento di età il contenuto di acqua nell'organismo si riduce, le proteine corporee si disidratano e i liquidi extracellulari vanno perduti. Per tale ragione il contenuto di acqua nel corpo di una persona anziana è inferiore al 55%. Il corpo di un uomo in età fertile contiene in media il 62% di acqua a differenza di quello di una donna in età fertile che ne contiene in media il 56%. La percentuale inferire riferita alle donne dipende da un maggiore contenuto di grasso.

- Per gli uomini la percentuale di grasso corporeo normale dovrebbe essere compresa nell'intervallo 15–25%. Per ragioni fisiologiche le donne possiedono un livello di grasso corporeo del 18–28 %. Il contenuto di grasso nell'organismo aumenta con l'età. Ad esempio una percentuale del 33–35% di grasso corporeo è abbastanza normale nelle donne ultracintantenni

Età	Grasso corporeo (F)	Idratazione (F)	Grasso corporeo (M)	Idratazione (M)	Valutazione della condizione	Rappresentazione grafica (visualizzata sul display)
≤ 30	4,0–16,0 %	66,0–57,8 %	4,0–11,0 %	66,0–61,2 %	Percentuale di grasso corporeo molto bassa	i --
	16,1–20,5 %	57,7–54,7 %	11,1–15,5 %	61,1–58,1 %	Percentuale di grasso corporeo bassa	i -
	20,6–25,0 %	54,6–51,6 %	15,6–20,0 %	58,0–55,0 %	Percentuale di grasso corporeo normale	i
	25,1–30,5 %	51,5–47,8 %	20,1–24,5 %	54,9–51,9 %	Percentuale di grasso corporeo elevata	i +
	30,6–60,0 %	47,7–27,5 %	24,6–60,0 %	51,8–27,5 %	Percentuale di grasso corporeo molto elevata	i ++
	4,0–20,0 %	66,0–55,0 %	4,0–15,0 %	66,0–58,4 %	Percentuale di grasso corporeo molto bassa	i --
> 30	20,1–25,0 %	54,9–51,6 %	15,1–19,5 %	58,3–55,3 %	Percentuale di grasso corporeo bassa	i -
	25,1–30,0 %	51,5–48,1 %	19,6–24,0 %	55,2–52,3 %	Percentuale di grasso corporeo normale	i
	30,1–35,0 %	48,0–44,7 %	24,1–28,5 %	52,2–49,2 %	Percentuale di grasso corporeo elevata	i +
	35,1–60,0 %	44,6–27,5 %	28,6–60,0 %	49,1–27,5 %	Percentuale di grasso corporeo molto elevata	i ++



Nota

I dati riportati sopra sono solo di carattere informativo.

4. APPORTO CALORICO GIORNALIERO RACCOMANDATO

- Durante l'analisi dei parametri corporei e dei valori misurati viene calcolato l'apporto calorico quotidiano raccomandato (BMR). Questo valore indica il dispendio di energia necessario per garantire le funzioni vitali di base dell'organismo a riposo per 24 ore. Per il calcolo del BMR (metabolismo basale) vengono presi in considerazione il peso, l'altezza, l'età e il sesso. Qualsiasi attività mentale o fisica (come ad esempio correre, camminare, ecc.) aumenta il consumo di energia che deve riflettersi nell'apporto calorico quotidiano totale di una persona. Quanto più una persona è attiva tanto maggiore è il suo consumo di energia quotidiano.
- Se si desidera perdere peso il metodo più efficace è quello di non superare l'apporto calorico quotidiano corrispondente al proprio fabbisogno, seguire una dieta equilibrata e praticare una quantità sufficiente di attività fisica.

5. FUNZIONE DI RICONOSCIMENTO AUTOMATICO DELL'UTENTE

- Salire sul piatto della bilancia **A5** in modo che entrambi i piedi siano posizionati sugli elettrodi **A6**. In pochi minuti il peso sarà visualizzato sul display **A4**. Se in memoria è presente un valore simile al peso misurato (entro ± 2 kg / $\pm 4,4$ lb), sul display **A4** comparirà il codice utente e sarà avviata la misurazione dei parametri corporei e l'analisi dei valori misurati. In poco tempo sul display **A4** compariranno gradualmente tre volte il peso misurato, il contenuto di grasso corporeo espresso in % con la relativa rappresentazione grafica, il contenuto di acqua corporea espresso in %, l'indice di massa corporea IMC (simbolo BMI) e l'apporto calorico quotidiano raccomandato espresso in kcal (BMR). Infine la bilancia si spegnerà in automatico.



Nota

Il riconoscimento automatico dell'utente non avviene se entrambi i piedi non sono posizionati sugli elettrodi **A6**, se viene rilevato un valore di peso simile oppure se non ci sono parametri personali salvati in memoria. Dopo la visualizzazione del peso misurato la bilancia si spegnerà in automatico.

Nel caso in cui in memoria siano stati salvati due o più valori di peso simili, il risultato viene assegnato all'utente con il valore più vicino. Se in memoria dovessero essere presenti due valori identici, il valore misurato viene assegnato automaticamente all'utente con il numero di codice utente inferiore.

6. RICHIAMO DI DATI DALLA MEMORIA

- Per accendere la bilancia premere il pulsante **SET A2**. Sul display **A4** comparirà il codice personale dell'ultimo utente che ha utilizzato la bilancia o l'impostazione predefinita. Per selezionare il codice personale dell'utente di cui si desiderano visualizzare i dati utilizzare i pulsanti **A1** e **A3**. Attendere 6 secondi oppure dare un leggero colpo sul piatto della bilancia **A5** con un piede. Sul display **A4** sarà visualizzato il valore di peso zero. Premere il pulsante **A3** per passare alla modalità di visualizzazione dei dati salvati in memoria. In poco tempo sul display **A4** compariranno gradualmente tre volte i risultati delle misurazioni precedenti, ossia il peso, il contenuto di grasso corporeo espresso in % con la relativa rappresentazione grafica, il contenuto di acqua corporea espresso in %, l'indice di massa corporea IMC (simbolo BMI) e l'apporto calorico quotidiano raccomandato in kcal (BMR). Infine la bilancia si spegnerà in automatico. Per scorrere più rapidamente i dati sul display utilizzare i pulsanti **A1** e **A3**.

7. PANORAMICA DEI MESSAGGI VISUALIZZATI SUL DISPLAY

- Se sul display **A4** compare il simbolo "C" quando si scende dal piatto, significa che si è verificato un errore durante il processo di pesatura, Pesarsi di nuovo.
- Se viene superata la portata massima della bilancia, sul display **A4** compare l'indicazione "Err" (Errore). Per evitare di danneggiare la bilancia, scendere subito dal piatto **A5**.
- Se sul display **A4** compare l'indicazione "ErrL", la percentuale di grasso corporeo misurata è troppo bassa.
- Se sul display **A4** compare l'indicazione "Errh", la percentuale di grasso corporeo misurata è troppo alta.
- Se sul display **A4** compare l'indicazione "Low", la batteria sta per esaurirsi.

8. SELEZIONE DELL'UNITÀ DI MISURA

- Il selettore **A7** consente di scegliere tra unità di misura del peso metrica (kg) o imperiale (lb).
- La conversione dell'unità di misura viene eseguita premendo il pulsante **A7** quando la bilancia è accesa.



Nota

1 kg (chilogrammo) = 2,2 lb (libbre)

1 lb (libbra) = 0,454 kg (chilogrammi)

9. PORTATA MASSIMA E PRECISIONE DI LETTURA

- La portata massima della bilancia è di 150 kg / 330 lb. Se tale portata dovesse essere superata, sul display **A4** comparirà l'indicazione "Err" (Errore). Per evitare di danneggiare la bilancia, scendere subito dal piatto di pesatura **A5**.
- La precisione di lettura di ± 100 g / $\pm 0,2$ lb potrebbe non essere garantita per gli articoli di peso inferiore a 2 kg / 4,4 lb.

PULIZIA E MANUTENZIONE

- Per pulire la bilancia utilizzare solo un panno leggermente umido, quindi asciugare con cura strofinandola. Durante la pulizia assicurarsi che non penetri acqua all'interno del vano batteria **A8**.
- Per pulire l'apparecchio non utilizzare pagliette metalliche, prodotti detergenti abrasivi, solventi, ecc. che potrebbero danneggiare la superficie.
- Non immergere la bilancia in acqua o altri liquidi e non risciacquarla sotto l'acqua corrente.

SPECIFICHE TECNICHE

Alimentazione	1 batteria CR 2032 da 3 V
Portata massima	150 kg / 330 lb
Precisione di lettura	100 g / 0,2 lb
Selezione unità di misura	kg / lb
Intervallo di misurazione % di grasso corporeo	4-60 %
Precisione di misurazione % di grasso corporeo	0,1 %
Intervallo di misurazione % di acqua corporea	27,5-66 %
Precisione di misurazione % di acqua corporea	0,1 %
Precisione di calcolo IMC	0,1
Precisione di calcolo dell'apporto calorico quotidiano (BMR)	1 kcal
Memoria	Dati per 12 persone

Ci riserviamo il diritto di apportare modifiche al testo e alle specifiche tecniche.

ISTRUZIONI E INFORMAZIONI SULLO SMALTIMENTO DEL MATERIALE DI IMBALLAGGIO USATO

Smaltire il materiale di imballaggio usato presso un sito dedicato allo smaltimento dei rifiuti nel proprio comune di residenza.

SMALTIMENTO DELLE BATTERIE USATE



Le batterie contengono sostanze dannose per l'ambiente e, di conseguenza, non appartengono ai rifiuti urbani standard. Consegnare le batterie usate per il corretto smaltimento presso i luoghi destinati per la loro raccolta.

SMALTIMENTO DI APPARECCHIATURE ELETTRICHE ED ELETTRONICHE



Questo simbolo riportato su prodotti e documenti originali indica che le apparecchiature elettriche ed elettroniche non devono essere smaltite insieme ai rifiuti urbani generici. Per lo smaltimento, il riciclaggio e il riciclo corretti, portare l'apparecchio presso gli appositi centri di raccolta stabiliti. In alternativa, in alcuni Stati dell'UE o in altri Paesi europei è possibile restituire l'apparecchio al proprio rivenditore di zona contestualmente all'acquisto di un dispositivo nuovo equivalente.

Il corretto smaltimento di questo prodotto contribuisce al risparmio di preziose risorse naturali e previene potenziali effetti negativi sull'ambiente e sulla salute umana, che potrebbero derivare dallo smaltimento improprio dei rifiuti. Per maggiori informazioni, rivolgersi alle autorità locali competenti o all'ente addetto alla raccolta differenziata di zona.

In conformità alle normative nazionali vigenti in materia, potrebbero essere applicate delle sanzioni in caso di scorretto smaltimento di questo tipo di rifiuti.

Per le aziende con sede nell'UE

Per smaltire apparecchiature elettriche o elettroniche, rivolgersi al proprio rivenditore o fornitore per ottenere le informazioni necessarie.

Smaltimento nei Paesi non appartenenti all'UE

Questo simbolo è valido nell'Unione Europea. Se si desidera smaltire questo prodotto, richiedere al proprio comune di residenza o al proprio rivenditore le informazioni necessarie per il suo corretto smaltimento.



Questo prodotto soddisfa tutti i requisiti di base previsti dalle direttive UE pertinenti.