

NOOA

PRO PERFORMANCE

# Body Analyser Scale

NO902  
User Manual

GB

Thank you for purchasing your new NOOA body analyser scale. These operating instructions will help you use it properly and safely. We recommend that you spend some time reading this instruction manual in order that you fully understand all the operational features it offers. Read all the safety instructions carefully before use and keep this instruction manual for future reference.

SE

Tack för att du köpt en ny NOOA kroppsanalysvåg. These operating instructions will help you use it properly and safely. We recommend that you spend some time reading this instruction manual in order that you fully understand all the operational features it offers. Read all the safety instructions carefully before use and keep this instruction manual for future reference.

DK

Tak fordi du har købt din nye NOOA vægt til kroppsanalyse. Disse brugsanvisninger hjælper dig med at bruge den korrekt og sikkert. Vi anbefaler, at du læser denne brugsanvisning, så du får en fuld forståelse af, hvordan alle funktionerne virker. Læs alle sikkerhedsinstruktioner nøje før brug, og behold denne brugsanvisning til senere reference.

NO

Takk for at du kjøpte denne nye NOOA vekt med kroppsanalyse. Denne bruksanvisningen hjelper deg med å bruke den ordentlig og sikkert. Vi anbefaler at du tar deg tid til å lese gjennom hele bruksanvisningen for å bli fortrolig med alle funksjonene den har. Les alle sikkerhetsanvisningene nøye før bruk, og oppbevar bruksanvisningen for fremtidig referanse.

FI

Kiitos, kun valitsit uuden NOOA kehon analysaattorivaaka. Nämä käyttöohjeet opastavat sinua käyttämään laitetta oikein ja turvallisesti. Suosittelemme, että vietät hetken tämän käyttöoppaan parissa, jotta ymmärtäisit täysin kaikki laitteen tarjoamat toiminnalliset ominaisuudet.

Lue kaikki turvallisuusohjeet huolellisesti ennen laitteen käyttöä ja säilytä käyttöopas myöhempää käyttöä varten.

Instruction Manual - English .....	page	4 - 15
Bruksanvisning - Svenska .....	sida	16 - 27
Brugsanvisning - Dansk .....	side	28 - 39
Bruksanvisning- Norsk .....	side	40 - 51
Käyttöohjeet - Suomi .....	sivu	52 - 63

## SAFETY WARNING

1. Read all the instructions carefully before using this attachment and keep them for future reference.
2. This device has delicate electronic components. Therefore interference may occur when it is near devices which transmit radio signals. If errors occur in the display, remove away from these signals or remove the battery briefly and then insert it again.
3. Keep batteries away from children. Do not leave batteries lying around. They could be swallowed by children or pets. In the event of swallowing a battery, contact a doctor immediately.
4. This scale is for household use only. Do not use for commercial purpose.
5. The glass platform will be slippery when it is wet. Keep it dry!
6. Keep standing still during the course of weighing.
7. Do not strike, shock or drop the scale.
8. Treat the scale with care as it is a precise instrument.
9. Clean the scale with a damp cloth and avoid water getting inside the scale. Do not use chemical/abrasive cleaning agents.

10. Keep the scale in cool place with dry air.
11. Always keep your scale in horizontal position.
12. If failed to turn on the scale, check if battery is installed, or battery power is low. Insert or replace new battery.
13. If there is error on display or can not turn off the scale for a long time, please take off the battery for about 3 seconds, then install it again to remove soft-fault. If you can not resolve the problem, please contact your dealer for consultation.

## PRODUCT OVERVIEW



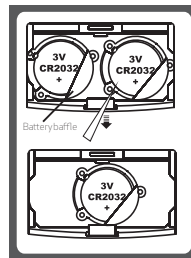
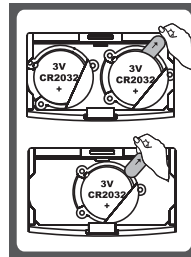
## REPLACING BATTERIES

Depending on the model of your scale, the scale may operated by one CR2032 (3V) lithium battery or two CR2032 (3V) lithium batteries (included). Before first use, remove the insulation strip at the battery compartment.

1. Open the battery compartment cover.
2. Remove the old batteries (if any) using a sharp object as shown in the picture. Install one CR2032 (3V) lithium battery or two CR2032 (3V) lithium batteries. Make sure the positive (+) is facing upwards.

HINT: Make sure one side of the battery is placed underneath the battery baffle, then push the other side of the battery until it clicks and secured.

3. Close the battery compartment cover.



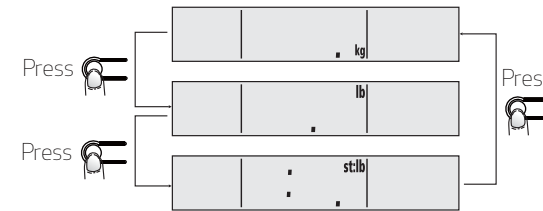
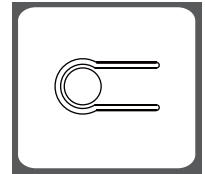
## PERFORMANCE INDEX

Max Weighing Capacity	Min Weighing Capacity	Division	Fat% Range	Fat% Division	Hydration% Range	Hydration% Division	Muscle% Range	Muscle Division
150kg 330lb	2kg 4.4lb	0.1kg 0.2lb	4.0% -60.0%	0.1%	27.5% -66.0%	0.1%	20.0% -56.0%	0.1%

## CHANGING WEIGHT UNIT

Depending on the model of your scale, your scale may support weight units in kg/lb/st.

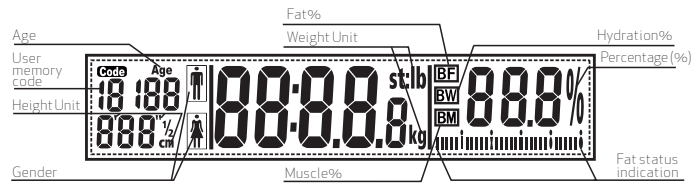
Press the UNIT button repeatedly at the rear of the scale to select your desired unit of weight. The units will be displayed in the LC display.



After the weight unit is confirmed, the scale will automatically switch off in 3 seconds. The selected unit will be shown on the display when the scale is switched on again.

HINT: If the weight unit "lb/st" is selected, "feet/inch" is the default height unit; if the weight unit "kg" is selected, "cm" is the default height unit.

## LC DISPLAY



## FUNCTION TOUCH BUTTONS

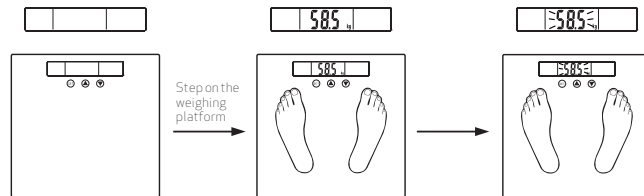
- ⊙ SET Press to switch the scale on.  
Press to confirm the value entered in setting personal profile.
- ▲ Press the Up/ Down button to select your desired value in setting personal profile.
- ▼ Press the Up/ Down button to select your desired value in setting personal profile.



HINT: Press and hold the Up/ Down button to speed up the process of setting the values.

## NORMAL WEIGHING MODE (without entering personal data)

### (1) Auto step on weighing



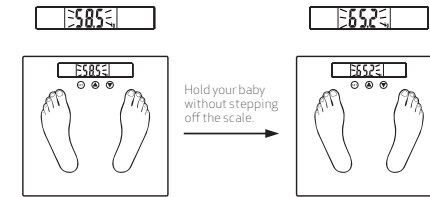
- Place the scales on a solid, flat horizontal surface. Do not place on a carpet or any soft surface. Always make sure there are no other objects beneath the scale before weighing.
- Place even weight on each leg and do not move. Moving during the weighing process can lead to discrepancies in the results. The scales will start to measure immediately. After flashing, the weight display will show the result.
- Step off the platform and view the weight measurement.

### (2) Consecutive add-on weighing

Consecutive add-on weight can also be measured after the first weight shown on the display.

NOTE: The add-on weight should exceed 2kg.

HINT: This function is useful if you want to weigh your baby. See below procedures for details.



- First weigh yourself by placing even weight on each leg and do not move. The scales will start to measure immediately. After flashing, your weight will be shown on the display.
- Do not step off the platform. Now hold your baby and weigh together. The scales will start to measure immediately. After flashing, the new weight measurement will be displayed.
- Step off the platform and view the new weight measurement. By subtracting your own weight from the new weight measurement, you will get the weight of your baby.

## PERSONAL BODY ANALYSIS MODE

### (1) Entering personal data

- First time use, the personal data settings are defaulted as below:

Gender	Height	Age
Male	165cm/5'05.0"	25

- Personal data's range can be set as below:

Memory	Gender	Height	Age
1-12	male/female	100~250cm 3'03.5"-8'02.5"	10~100



## WARNING INDICATIONS

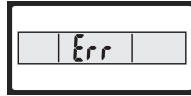
### Low Battery warning

If the scale shows "Lo", it indicates that the batteries are too weak and it is time to replace the batteries. Refer to the section "REPLACING BATTERIES" to replace batteries.



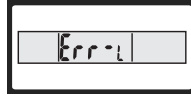
### Overload warning

If the scale shows "Err", it indicates that the scale is overloaded. The maximum capacity is indicated on the scale. Step off the scale to avoid causing damage to the scale.



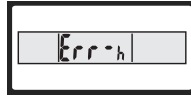
### Low Fat warning

If the scale shows "ErrL", it indicates that your body fat portion is too low. Please consult your doctor or nutritionist for professional advice.



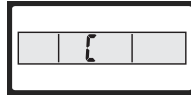
### High Fat warning

If the scale shows "ErrH", it indicates that your body fat portion is too high. Please consult your doctor or nutritionist for professional advice.



### Error warning

If the scale shows "C", it indicates that there are measuring errors. Please step off the scale and retry.



## ABOUT FAT

### 1. About Fat%

Fat % is a % index of fat content inside a human body. The fat content in a human body is in a stable level. Any big fluctuations in fat will have a bad effects on the metabolism, which may even cause various illnesses. Hence it is always very important to keep track on our fat% in order to have a healthy body.

### 2. Working Principles

By applying a low-voltage electrical current of a safe frequency through the human body, with the fact that the impedance of fat is bigger than that of muscle or other body issues, this body analyser scale can analyse the biological resistance which reflect the fat% in the body.

## 3. Fat/Hydration Content Fitness Assessment Chart

After attaining the analysed result, you may use the below assessment table for reference.

Age	Fat(F)	Hydration(F)	Fat(M)	Hydration(M)	Status	Body fat index
≤30	4.0-16.0%	66.0-57.8%	4.0-11.0%	66.0-61.2%	Underweight	
	16.1-20.5%	57.7-54.7%	11.1-15.5%	61.1-58.1%	Thin	
	20.6-25.0%	54.6-51.6%	15.6-20.0%	58.0-55.0%	Normal	
	25.1-30.5%	51.5-47.8%	20.1-24.5%	54.9-51.9%	Fat	
	30.6-60.0%	47.7-27.5%	24.6-60.0%	51.8-27.5%	Overweight	
>30	4.0-20.0%	66.0-55.0%	4.0-15.0%	66.0-58.4%	Underweight	
	20.1-25.0%	54.9-51.6%	15.1-19.5%	58.3-55.3%	Thin	
	25.1-30.0%	51.5-48.1%	19.6-24.0%	55.2-52.3%	Normal	
	30.1-35.0%	48.0-44.7%	24.1-28.5%	52.2-49.2%	Fat	
	35.1-60.0%	44.6-27.5%	28.6-60.0%	49.1-27.5%	Overweight	

- The above information is for reference only.

## ⚠ CARE AND MAINTENANCE

- Clean the scale using a slightly moist cloth. Do not use chemical cleaners or abrasive cleaning agents for cleaning the scale. Ensure there is no water entering the scale. If this does occur, then wait until the device has dried out fully before you use it again.
- Always place the scales on a solid, flat horizontal surface. Do not place on a carpet or any soft surface.

## Features/Specifications

- 1.Size of LCD: 160x30mm
- 2.Using high precision strain gauge sensor
- 3.Touch button
- 4.Auto step on weighing and consecutive add-on weighing without entering personal data
- 5.Analysing percentage of body fat, body water and body muscles
- 6.Built-in memory for 12 different users
- 7.Analyse body fat condition into 5 levels
- 8.Low battery and overload indication
- 9.Memory recall from last user



This symbol on the product or in the instructions means that your electrical and electronic equipment should be disposed at the end of its life separately from your household waste. There are separate collection systems for recycling in the EU.

### Notes for battery disposal

The batteries used with this product contain chemicals that are harmful to the environment. To preserve our environment, dispose of used batteries according to your local laws or regulations. Do not dispose of batteries with normal household waste.

For more information, please contact the local authority or your retailer where you purchased the product.

Imported and Exclusively marketed by:  
Expert AS, PO Box 43, N-1483 Hagan

Expert Norge:

<https://www.expert.no/kundeservice/> T: 815 48 100

Power Sverige:

<https://www.power.se/kundeservice/> T: 851 766 010

Power Danmark:

<https://www.power.dk/kundeservice/> T: 70 33 80 80

Punkt 1 Danmark:

<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07

Expert Finland:

<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 020 7100 670

Power Finland:

<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 0305 0305



## Säkerhetsanvisningar

- 1.Läs noga igenom alla instruktioner innan du använder produkten och spara dem för framtida bruk.
- 2.Enheten har ömtåliga elektroniska komponenter. Störningar kan därför förekomma när den är nära enheter som sänder radiosignaler. Om fel uppstår på skärmen, gå bort från dessa signaler eller ta bort batteriet en kort stund och sätt sedan tillbaka det igen.
- 3.Håll batterier borta från barn. Låt inte batterier ligga framme. De kan sväljas av barn eller husdjur. Vid sväljning av ett batteri, kontakta omedelbart en läkare.
- 4.Vågen är endast avsedd för hushållsbruk. Använd inte den för professionella ändamål.
- 5.Glasplattformen blir hal när den är blöt. Håll den torr!
- 6.Håll den still under vägningen.
- 7.Slå inte, chocka eller tappa vågen.
- 8.Behandla vågen med försiktighet eftersom det är ett precisionsinstrument.

9.Rengör vågen med en fuktig trasa och undvik att vatten kommer in i vågen. Använd inte kemiska/slipande rengöringsmedel.

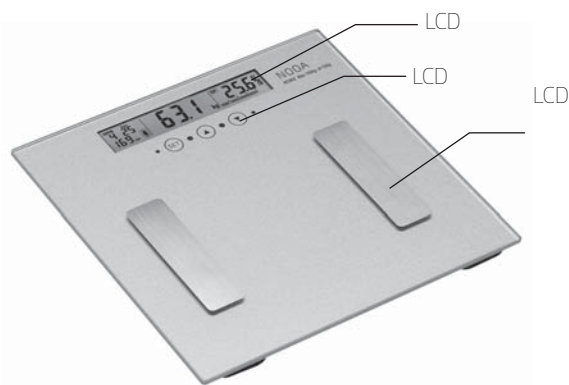
10.Förvara vågen på en sval plats med torr luft.

11.Håll alltid vågen i horisontellt läge.

12.Om det inte går att slå på vågen, kontrollera att batterier sitter i eller ifall de behöver bytas ut. Sätt i eller byt ut batteriet.

13.Om det finns fel på skärmen eller om det inte går att stänga av vågen under en längre tid - avlägsna batteriet i ca 3 sekunder och i sätt sedan i det igen. Om du inte kan lösa problemet, kontakta din återförsäljare för råd.

## PRODUCT OVERVIEW



## BYT BATTERI

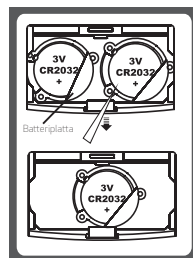
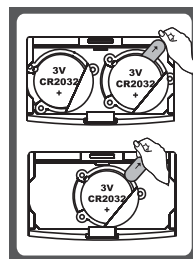
Beroende på vilken modell på våg du har, kan vågen drivas med ett (3V) CR2032 litiumbatteri eller två (3V) CR2032 litiumbatterier (ingår). Före första användningen, ta bort isoleringsremsan i batterifacket.

1. Öppna batterilocket.

2. Ta bort de gamla batterierna (i förekommande fall) med ett vasst föremål (se bild). Sätt i ett (3V) CR2032 litiumbatteri eller två (3V) CR2032 litiumbatterier. Se till att den positiva polen (+) är vänd uppåt.

TIPS: Se till att en sida av batteriet är under batteriplattan, och tryck på den andra sidan av batteriet tills det klickar på plats.

3. Stäng batterilocket.



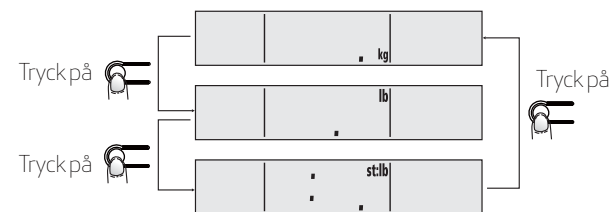
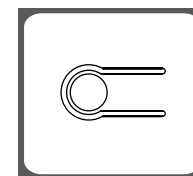
## PRESTANDAINDEX

Max vägningskapacitet	Min vägningskapacitet	Fördelning	Fettmängdandel	Fettfördelningsandel	Hydreringsmängdandel	Hydreringsfördelningsandel	Muskelmängdandel	Muskelfördelning
150kg 330lb	2kg 4.4lb	0.1kg 0.2lb	4.0% ~60.0%	0.1%	27.5% ~66.0%	0.1%	20.0% ~56.0%	0.1%

## BYTA VIKTENHET

Beroende på vågmodell, är det möjligt att vågen stödjer viktenheter i kg/lb/st.

Tryck på knappen UNIT (ENHET) på vågens baksida flera gånger, för att välja viktenhet. Enheterna kommer att visas på LCD-skärmen.



När viktenheten har bekräftats, stängs vågen automatiskt av efter 3 sekunder. Den valda enheten visas på skärmen när vågen slås på igen.

TIPS: Om man väljer viktenheten "lb/st", så är "feet/inch" standardlängdenhet; väljer man viktenheten "kg", så är "cm" standardlängdenhet.

## LCD-skärm



## TRYCKKNAPPARNAS FUNKTION

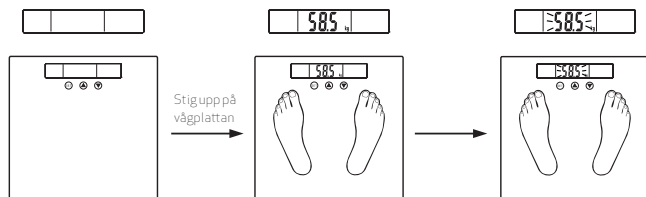
- SET Tryck för att slå på vågen.  
 Tryck för att bekräfta det angivna värdet när den personliga profilen ställs in.
- ▲ Tryck på upp-/ner-knappen för att välja ett värde när du ställer in den personliga profilen.
- ▼ Tryck på upp-/ner-knappen för att välja ett värde när du ställer in den personliga profilen.



TIPS: tryck och håll in upp-/ner-knappen för att snabba på processen med att ställa in värdena.

## NORMALVÄGNINGSLÄGE (utan att ange personliga uppgifter)

### (1) Auto-steg vid vägning



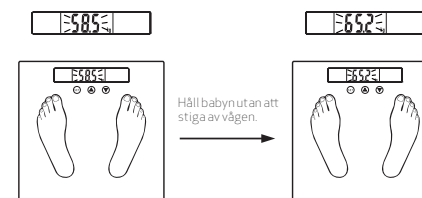
1. Placera vågarna på ett stabilt, plant, horisontellt underlag. Placera inte på en matta eller mjukt underlag. Se alltid till att det inte finns några andra föremål under vågen före vägningen.
2. Fördela vikten jämnt på vardera benet och stå stilla. Flyttar man sig under vägningen, kan det orsaka avvikelser i resultaten. Vågarna börjar väga direkt. Efter blinkning kommer viktsskärmen att visa resultatet.
3. Stig ner från plattan och titta på vikten.

## (2) Konsekutiv adderad vägning

Konsekutiv adderad vikt kan även mätas efter att första vikten visas på skärmen.

OBS: Den adderade vikten ska överstiga 2kg.

TIPS: Denna funktion är användbar om du vill väga din baby. Se procedurerna nedan för mer information.



1. Väg dig själv först genom att fördela vikten jämnt på vardera benet och stå stilla. Vågarna börjar väga direkt. Efter blinkning visas din vikt på skärmen.
2. Stig inte ner från plattan. Håll nu babyn och väg er tillsammans. Vågarna börjar väga direkt. Efter blinkning, visas den nya vikten.
3. Stig ner från plattan och titta på den nya vikten. Genom att subtrahera din vikt från den nya vikten, får du vikten för babyen.

## PERSONLIGT KROPPSANALYSLÄGE

### (1) Ange personliga uppgifter

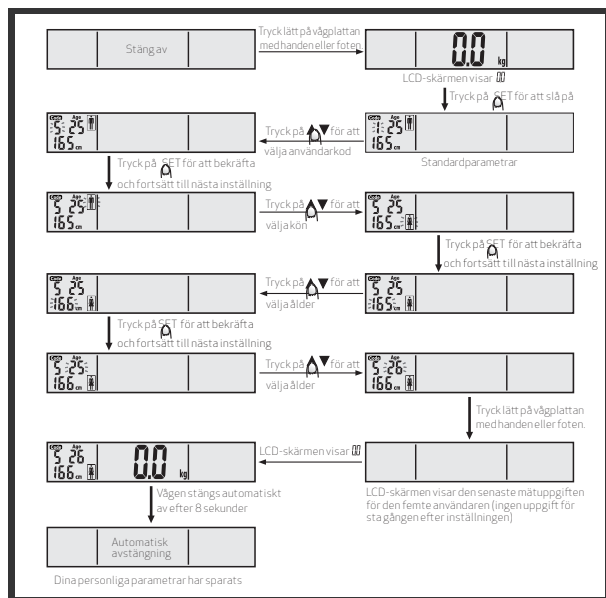
- ① Vid användning första gången, är inställningen av de personliga uppgifterna förinställda enligt nedanstående:

Kön	Längd	Ålder
Man	165cm/5'05.0"	25

- ② Mängden personliga uppgifter kan ställas in på följande sätt:

Användarens ID-kod	Kön	Längd	Ålder
1-12	man/kvinna	100-250cm 3'03.5"-8'02.5"	10-100

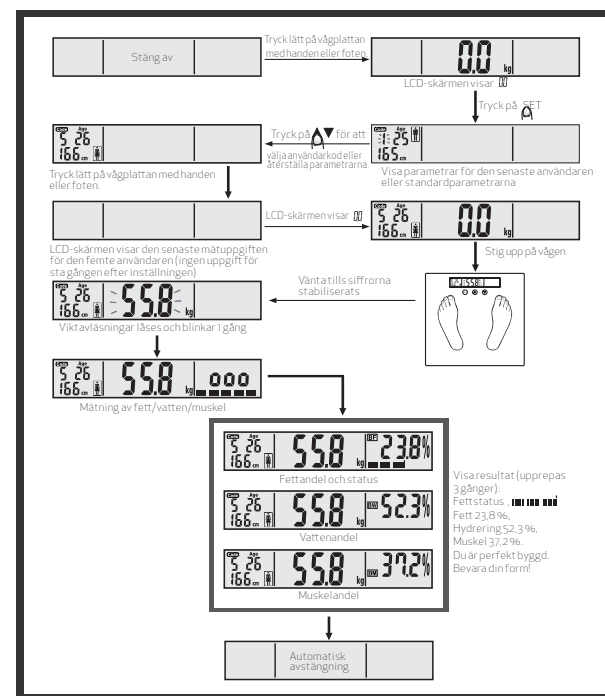
- ③ Ange personliga uppgifter
1. Tryck försiktigt på vågplattan med handen eller foten.
  2. Tryck på knappen SET (STÄLL IN) för att ställa in dina personliga uppgifter.
- Obs: Användarens ID kommer att visas på LCD-skärmen. Numret står för dataprofilen för en person i användargruppen.
3. Tryck på Up/Down (upp-/ner)-knappen för att välja dataprofil (1-12). Tryck på knappen SET (STÄLL IN) för att bekräfta den valda dataprofilen.
  4. Tryck på Up/Down (upp-/ner)-knappen för att välja kön. Tryck på knappen SET (STÄLL IN) för att bekräfta den valda dataprofilen.
  5. Tryck på Up/Down (upp-/ner)-knappen för att välja längd. Tryck på knappen SET (STÄLL IN) för att bekräfta den valda dataprofilen.
  6. Tryck på Up/Down (upp-/ner)-knappen för att välja ålder.
- När alla dessa inställningar är gjorda, tryck försiktigt på vågplattan med handen eller foten. Skärmen visar den senaste mätuppgiften för användarens ID-kod (ingen uppgift första gången efter inställningen).
7. Skärmen visar noll och vågen stängs automatiskt av efter ca 8 sekunder om den inte används. Dina personliga uppgifter har sparats. Du kan antingen göra inställningar för fler användare eller väga din egen kroppsvikt.
- OBS: Under inställningen av den personliga profilen, kan du alltid trycka försiktigt på vågen med handen eller foten närhelst du vill nollställa värdet. Du börja mäta mängden kroppsfett/kroppsvätska beroende på de nyigen angivna eller uppdaterade personliga uppgifterna.



## (2) Mätning av kroppsvikten och analys av förhållandet mellan kroppsfett, kroppsvätska och muskelmassa.

Ta alltid av skorna och strumporna, och tvätta fötterna före användning. Fördela vikten jämnt på vardera benet och stå stilla. Se till att fötterna har bra kontakt med de två elektroderna på vågplattan.

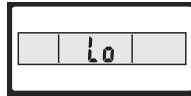
1. Tryck försiktigt på vågplattan med handen eller foten, så visar skärmen 0.
  2. Tryck på knappen SET (STÄLL IN), så visar skärmen den senaste mätuppgiften för den senaste användarens ID-kod.
  3. Tryck på Up/Down (upp-/ner)-knappen för att välja dataprofil (1-12). Tryck försiktigt på vågplattan med handen eller foten. Skärmen visar den senaste mätuppgiften för den senaste användarens ID-kod.
  4. Vänta tills skärmen visar 0. Stig upp barfota på plattformen och stå stilla. Se till att du står på de två elektroderna. Vågarna börjar väga direkt. Efter blinkning kommer viktskärmen att visa resultatet.
  5. Analysen av kroppsfett/kroppsvätska/muskelmassa börjar. Stå kvar på de två elektroderna. Mätningen varar några sekunder (skärmindikation 000)
  6. Skärmen visar därefter de uppmätta värdena tre gånger för att visa andelen kroppsfett och kroppsfettindex, kroppsvätska och muskelmassa. Vågarna stängs automatiskt av när dessa värden har visats.
- OBS: Skärmen visar "C" om du inte står på de två elektroderna under vägningen.



## VARNINGSIKATIONER

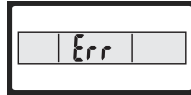
### Lågt batteri

Om vågen visar "Lo", betyder det att batterierna är för svaga och det är dags att byta dem. Se avsnittet "Byt batteri" för att byta batterier.



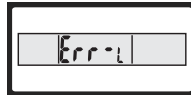
### Överbelastning

Om vågen visar "Err", betyder det att vågen är överbelastad. Den maximala kapaciteten indikeras på vågen. Stig ner från vågen för att undvika att den skadas.



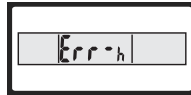
### Lågt fett

Om vågen visar "ErrL", betyder det att andelen kroppsfett är för lågt. Kontakta din läkare eller dietist för professionell rådgivning.



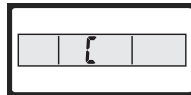
### Högt fett

Om vågen visar "ErrH", betyder det att andelen kroppsfett är för högt. Kontakta din läkare eller dietist för professionell rådgivning.



### Felvarning

Om vågen visar "C", betyder det att det finns ett vägningsfel. Stig ner från vågen och försök igen.



## OM FETT

### 1. Om fettandel

Fettandel är ett %-index för fettinnehållet i människokroppen. Fettinnehållet i en människokropp har en stabil nivå. Stora förändringar av fett har negativa resultat på metabolismen, vilket även kan orsaka allvarlig sjukdom. Därför är det alltid väldigt viktigt att man håller sin fettandel under uppsikt för att ha en frisk kropp.

### 2. Arbetsprinciper

Genom att applicera elektrisk ström med låg spänning på en säker frekvens genom kroppen, med det faktum att impedansen för fett är större än för muskler eller kroppsvävnad, kan denna analysvåg analysera det biologiska motståndet som reflekterar fettandelen i kroppen.

## 3. Schema för bedömning av innehåll av fett/hydrering

När du har fått analysresultatet, kan du använda nedanstående bedömningstabell som referens.

Ålder	Fett(F)	Hydrering(F)	Fett(M)	Hydrering(M)	Status	Kroppsfettindex
≤30	4.0-16.0%	66.0-57.8%	4.0-11.0%	66.0-61.2%	Undervikt	
	16.1-20.5%	57.7-54.7%	11.1-15.5%	61.1-58.1%	Tunn	
	20.6-25.0%	54.6-51.6%	15.6-20.0%	58.0-55.0%	Normal	
	25.1-30.5%	51.5-47.8%	20.1-24.5%	54.9-51.9%	Fet	
	30.6-60.0%	47.7-27.5%	24.6-60.0%	51.8-27.5%	Övervikt	
>30	4.0-20.0%	66.0-55.0%	4.0-15.0%	66.0-58.4%	Undervikt	
	20.1-25.0%	54.9-51.6%	15.1-19.5%	58.3-55.3%	Tunn	
	25.1-30.0%	51.5-48.1%	19.6-24.0%	55.2-52.3%	Normal	
	30.1-35.0%	48.0-44.7%	24.1-28.5%	52.2-49.2%	Fet	
	35.1-60.0%	44.6-27.5%	28.6-60.0%	49.1-27.5%	Övervikt	

•Ovanstående tabell är endast för referens.

## ⚠ SKÖTSEL OCH UNDERHÅLL

- 1.Rengör vågen med lätt fuktad trasa. Använd inte kemiska eller slipande rengöringsmedel för att rengöra vågen. Se till att inget vatten kommer in i vågen. Om det skulle inträffa, vänta tills enheten har torkat helt innan du använder den igen.
- 2.Placera alltid vågarna på ett stabilt, plant, horisontellt underlag. Placera inte på en matta eller mjukt underlag.

## FUNKTIONER OCH SPECIFIKATIONER

- 1.LCD-skärmens storlek: 160x30mm
- 2.Använda mätsensor med hög precision
- 3.Tryckknapp
- 4.Auto-steg vid vägning och konsekutiv addering till vikt utan att ange personliga uppgifter
- 5.Analysera av andelen kroppsfett, kroppsvätska och muskelmassa
- 6.Inbyggt minne för 12 olika användare
- 7.Analysera kroppsfettillstånd på 5 nivåer
- 8.Lågt batteri och överbelastningsindikation
- 9.Återkalla minne från senaste användare



Denna symbol på produkten eller i instruktionerna betyder att dina elektriska och elektroniska apparater ska källsorteras när de är förbrukade och att de inte får slängas i hushållssoporna. Det finns särskilda insamlingsystem för återvinning inom EU.

Meddelande om kassering av batterier

Batterierna som används i denna produkt innehåller kemikalier som är skadliga för miljön. För att skydda miljön, kasta använda batterier i enlighet med lokala lagar och bestämmelser. Kasta inte batterierna i de vanliga hushållssoporna.

För ytterligare information, kontakta din kommun eller din återförsäljare där du köpte produkten.

Importerat och exklusivt marknadsförd av:  
Expert AS, PO Box 43, N-1483 Hagan

Expert Norge:

<https://www.expert.no/kundeservice/> T: 815 48 100

Power Sverige:

<https://www.power.se/kundeservice/> T: 851 766 010

Power Danmark:

<https://www.power.dk/kundeservice/> T: 70 33 80 80

Punkt 1 Danmark:

<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07

Expert Finland:

<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 020 7100 670

Power Finland:

<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 0305 0305

## SIKKERHEDSADVARSLER

1.Må kun rengøres kun med en let fugtig klud. Vægten må IKKE lægges i vand, du må ikke bruge kemiske rengøringsmidler eller rengøringsmidler med slibemiddel.

2.Dette apparat indeholder skrøbelige elektroniske komponenter. Der kan derfor forekomme forstyrrelser, hvis den bruges i nærheden af udstyr, der udsender radiosignaler. Hvis der vises fejl på skærmen, kan du prøve at flytte vægten væk fra sådanne forstyrrende signaler eller kortvarigt tage batteriet ud og sætte det i igen.

3.Batterier skal holdes uden for børns rækkevidde. Lad ikke batterierne ligge og flyde. Børn eller dyr kan komme til at sluges dem. Sker dette, skal du straks søge læge.

4.Glasvægtpladen bliver glat, hvis den bliver våd. Sørg for at den ertør!

5.Stå stille under vejning.

6.Du må IKKE støde eller tabe vægten.

7.Træd forsigtigt på vægten, da den er et præcisionsapparat.

8.Rengør vægten med en fugtig klud og undgå, at der trænger vand ind i vægten. Du må IKKE bruge kemiske rengøringsmidler eller rengøringsmidler med slibemiddel.

9.Opbevar vægten køligt og tørt.

10.Sørg for, at vægten altid står vandret.

11.Hvis du ikke kan tænde for vægten, skal batteriet muligvis skiftes.Sæt nyt batteri i.

12.Hvis der vises en fejlmeddelelse på skærmen i længere tid, eller du ikke kan slukke for vægten, kan du prøve at tage batteriet ud, vente i ca. 3 sekunder, og sætte det i igen for derved at fjerne fejlen. Hvis dette ikke løser problemer, kan du kontakte din forhandler for hjælp.

13.Brug ikke vægten professionelt.

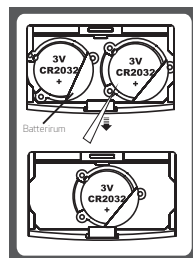
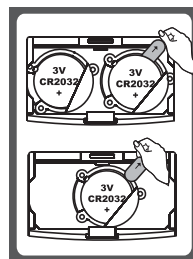
## PRODUCT OVERVIEW



## UDSKIFTNING AF BATTERIER

Afhængig af vægten bruges 1 eller 2 stk. CR2032, 3V litium-batterier (følger med). Før du tager vægten i brug, skal du fjerne isoleringsstrimlen i batterikammeret.

1. Åbn låget til batterikammeret.
2. Tag de brugte batterier ud med en spids genstand, som vist på billedet. Isæt 1 eller 2 stk. CR2032, 3V litium-batterier. Sørg for, at pluspolen (+) på batteriet vender opad.  
TIP: Sæt den ene ende af batteriet ned under batteriflappen og tryk den anden ende ned, indtil den klikker på plads.
3. Sæt batteridækslet på igen.



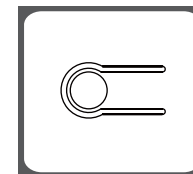
## PERFORMANCEINDEKS

Maks. kapacitet	Min. vægtkapacitet	Nøjagtighed	Interval for fedt%	Visningsnøjagtighed for fedt%	Interval for væskebalance %	Visningsnøjagtighed for væskebalance%	Interval for muskel% muskelmasse	Visningsnøjagtighed for muskelmasse
150kg 330lb	2kg 4.4lb	0.1kg 0.2lb	4.0% -60.0%	0.1%	27.5% -66.0%	0.1%	20.0% -56.0%	0.1%

## ÆNDRING AF MÅLEENHEDEN

Afhængigt af din vægt understøtter den muligvis vægtenheder i kg/lb/st.

Tryk på UNIT-knappen (ENHED) bag på vægten gentagne gange for at vælge måleenhed. Enheden vises på LCD-skærmen.



Når du har valgt vægtenhed, slukker vægten automatisk efter 3 sekunder. Den valgte vægtenhed vil være aktiv, når vægten tændes igen.

TIP: Hvis vægtenheden "lb/st" vælges, er "feet/inch" (fod/tommer) standard-højdeenheden. Hvis vægtenheden "kg" vælges, er "cm" standard-højdeenheden.



## LCD-SKÆRM



## FUNKTIONSKNAPPER

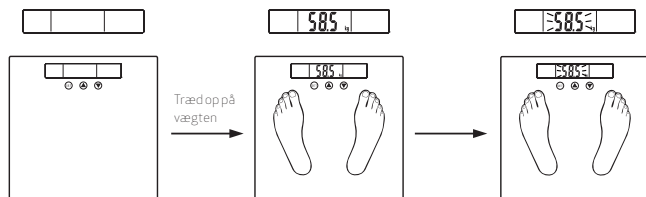
- Tryk for at tænde for vægten.
- Tryk for at bekræfte indstillingen i personprofilen.
- Tryk på Up/Down (Op/Ned) for at vælge værdier ved indstilling af personprofilen.



TIP: Hold Up/Down (Op/Ned)-knappen nede for at skifte hurtigere igennem værdierne.

## NORMAL VÆGTFUNKTION (uden indtastning af personlige data)

### (1) Vej automatisk, når man træder op



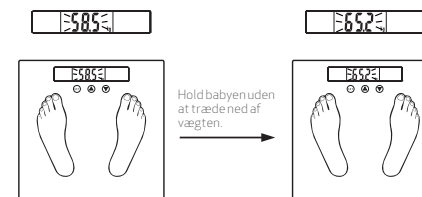
- Placér vægten på en fast og plan overflade. Stil ikke vægten på et gulvtæppe eller andre bløde overflader. Sørg for, at der aldrig ligger noget under vægten, når du skal bruge den.
- Stil dig med vægten fordelt ligeligt på hvert ben, og stå stille. Bevæger du dig under vejningen, kan det medføre forkerte resultater. Vægten måler med det samme. Skærmen blinker, og derefter vises resultatet.
- Træd ned fra vægten og kig på måleresultaterne.

## (2) Efterfølgende vejninger

Efterfølgende tillægsvejninger kan foretages efter den første vejning er blevet vist.

BEMÆRK: Tillægsvægten skal være på mindst 2 kg.

TIP: Denne funktion er nyttig, hvis du fx vil veje dit spædbarn. Se nedenfor for detaljer.



- Vej først dig selv ved at stille dig med vægten fordelt ligeligt på hvert ben og stå stille. Vægten måler med det samme. Din vægt vises.
- Bliv stående på vægten. Løft nu dit spædbarn op og vej jer sammen. Vægten måler med det samme. Den nye vægt vises.
- Træd ned fra vægten og kig på de nye måleresultater. Hvis du trækker din egen vægt fra den nye vægtmåling, får du spædbarnets vægt.

## PERSONLIG KROPSANALYSE

### (1) Angivelse af personlige data

- Ved første brug er personlige data indstillet med følgende standardværdier:

Køn	Højde	Alder
Mand	165cm/5'05.0"	25

- Intervallet for de personlige data kan indstilles som vist nedenfor:

Bruger-id	Køn	Højde	Alder
1-12	mand/kvinde	100-250cm 3'03.5"-8'02.5"	10-100

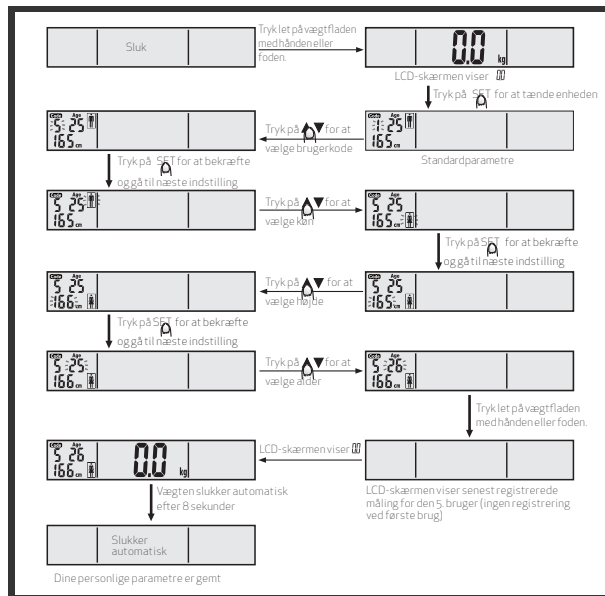
### ③ Angivelse af personlige data

1. Tryk på vægtfladen med hånden eller foden.
2. Tryk på SET-knappen (INDSTIL), for at angive dine personlige data.  
Bemærk: Bruger-id blinker på LCD-skærmen. Tallet står for dataprofilen for en person fra brugergruppen.
3. Tryk på Up/Down (Op/Ned) for at vælge dataprofil (1-12). Tryk på SET-knappen (INDSTIL), for at bekræfte den valgte dataprofil.
4. Tryk på Up/Down (Op/Ned) for at vælge køn. Tryk på SET-knappen (INDSTIL), for at bekræfte den valgte dataprofil.
5. Tryk på Up/Down (Op/Ned) for at vælge din højde. Tryk på SET-knappen (INDSTIL), for at bekræfte den valgte dataprofil.
6. Tryk på Up/Down (Op/Ned), for at vælge din alder.

Når du har foretaget disse indstillinger, skal du trykke let på vægtfladen med hånden eller foden. Skærmen viser den seneste måling, der er blevet registreret med dit bruger-id (der er ingen registrering, hvis dette er den første vejning).

7. Skærmen viser 0, og den slukker automatisk efter ca. 8 sekunder, hvis der ikke er nogen aktivitet. Dine personlige data er gemt. Du kan enten foretage indstillinger for flere brugere eller måle din kropsvægt.

BEMÆRK: Under indstilling af personprofilen, kan du altid trykke let på vægtfladen med hånden eller foden, for at nulstille værdien. Du kan starte målingen af fedt / kroppens vandindhold på baggrund af de nyligt indtastede eller opdaterede personlige data.

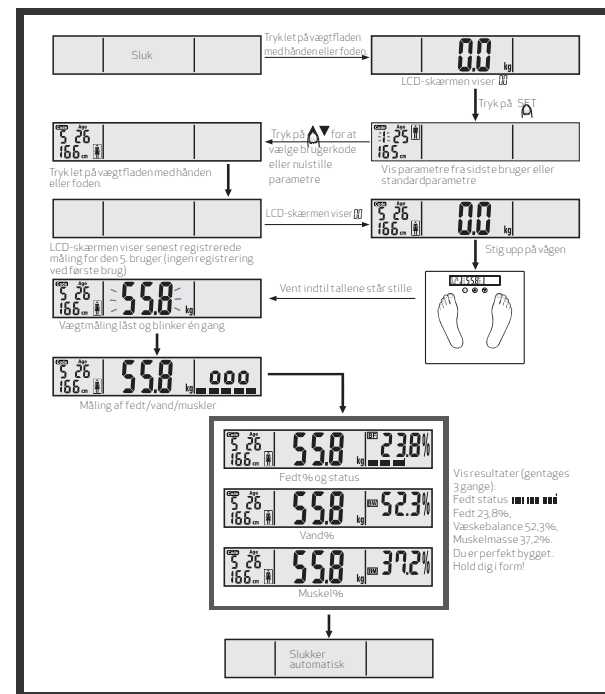


### (2) Måling af kropsvægt og analyse af niveauerne af fedtprocent, kroppens vandindhold og muskelmasse.

Tag altid sko og strømper af og hav rene fødder, når du vejer dig. Stil dig med vægten fordelt ligeligt på hvert ben, og stå stille. Sørg for at dine fødder har god kontakt med de to elektroder på vægtfladen.

1. Tryk let på vægtfladen med hånden eller foden, hvorefter skærmen viser 0.
2. Tryk på SET (INDSTIL), hvorefter skærmen viser den seneste måling, som er blevet registreret med det senest brugte bruger-id.
3. Tryk på Up/Down (Op/Ned) for at vælge dataprofil (1-12). Tryk på vægtfladen med hånden eller foden. Skærmen viser den seneste måling, som er blevet registreret med dit bruger-id.
4. Vent indtil skærmen viser 0. Stil dig på vægten i bare fødder og stå stille. Vær sikker på at du står på de to elektroder. Vægten måler med det samme. Skærmen blinker, og derefter vises resultatet.
5. Analysen af kroppens fedtprocent, kroppens vandindhold og muskelmasse starter. Bliv stående på de to elektroder. Målingen varer nogle få sekunder (skærmen viser 000).
6. Skærmen viser herefter de målte værdier 3 gange med kroppens fedt%, kroppens fedtindeks, kroppens vandindhold og muskelmasse. Vægten slukker automatisk, når disse værdier er blevet vist.

BEMÆRK: Skærmen viser "C", hvis du ikke står på de to elektroder, mens vejningen finder sted.



## ADVARSLER

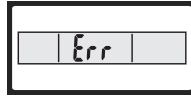
Advarsel om lavt batteriniveau

Hvis vægten viser "Lo", betyder det, at batterierne skal skiftes. Se afsnittet "UDSKIFTNING AF BATTERIER".



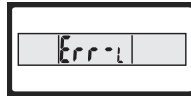
Advarsel om overbelastning

Hvis vægten viser "Err", betyder det, at vægten er overbelastet. Vægtens maksimale kapacitet vises. Træd ned fra vægten, for at undgå at beskadige den.



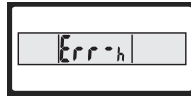
Advarsel om lav fedt%

Hvis vægten viser "ErrL", betyder det, at din fedt% er for lav. Kontakt din læge eller kostvejleder, for at få et professionelt råd.



Advarsel om høj fedt%

Hvis vægten viser "ErrH", betyder det, at din fedt% er for høj. Kontakt din læge eller kostvejleder, for at få et professionelt råd.



Advarsel om fejl

Hvis vægten viser "C", betyder det, at der er målefejl. Træd ned fra vægten og prøv igen.



## LIDT OM FEDT

### 1. Lidt om Fedt%

Fedt% er et %-indeks for fedtindholdet i den menneskelige krop. Fedtindholdet i en menneskekrop er normalt relativt konstant. Større udsving i fedt% kan have negative effekter på stofskiftet, hvilket kan medføre alvorlige sygdomme. Det er derfor altid vigtigt at holde øje med din Fedt%, for at være sikker på, at du har en sund krop.

### 2. Funktionsprincipper

Vægten til kropsanalyse sender en lavvoltage elektrisk strøm i en sikker frekvens igennem kroppen, og da fedt har en højere impedans end muskler og andet kropsvæv, kan den analysere den biologiske modstand og derved udlede kroppens fedt%.

## 3. Kort over Fedt/væskebalance

Når du har fået analyseresultaterne, kan du bruge nedenstående tabel som reference.

Alder	Fedt (K)	Væskebalance(K)	Fedt (M)	Væskebalance(M)	Status	Kroppens fedtindeks
≤30	4.0-16.0%	66.0-57.8%	4.0-11.0%	66.0-61.2%	Undervægtig	
	16.1-20.5%	57.7-54.7%	11.1-15.5%	61.1-58.1%	Tynd	
	20.6-25.0%	54.6-51.6%	15.6-20.0%	58.0-55.0%	Normal	
	25.1-30.5%	51.5-47.8%	20.1-24.5%	54.9-51.9%	Fed	
	30.6-60.0%	47.7-27.5%	24.6-60.0%	51.8-27.5%	Overvægt	
>30	4.0-20.0%	66.0-55.0%	4.0-15.0%	66.0-58.4%	Undervægtig	
	20.1-25.0%	54.9-51.6%	15.1-19.5%	58.3-55.3%	Tynd	
	25.1-30.0%	51.5-48.1%	19.6-24.0%	55.2-52.3%	Normal	
	30.1-35.0%	48.0-44.7%	24.1-28.5%	52.2-49.2%	Fed	
	35.1-60.0%	44.6-27.5%	28.6-60.0%	49.1-27.5%	Overvægt	

- Ovenstående oplysninger er kun beregnet til orientering.

## ⚠ VEDLIGEHOLDELSE

1. Rengør vægten med en fugtig klud. Undgå at bruge for skræppe rengørings- eller opløsningsmidler. Der må ikke trænge vand ind i vægten. Sker det alligevel, skal du lade den tørre helt, før du bruger den igen.
2. Stil altid vægten på en plan og vandret overflade. Stil ikke vægten på et gulvtæppe eller andre bløde overflader.

## FUNKTIONER OG SPECIFIKATIONER

- 1.LCD-størrelse: 160x30 mm
- 2.Anvender en præcis belastningsmåler
- 3.Berøringsknap
- 4.Vejer automatisk, når man træder op, og registrerer automatisk efterfølgende vejninger uden at man skal indtaste personlige data
- 5.Analyse af niveauerne for kroppens fedtprocent, kroppens vandindhold og muskelmasse
- 6.Indbygget hukommelse til 12 forskellige brugere
- 7.Analyse af kroppens fedtprocent i 5 niveauer
- 8.Indikation for lav batteritilstand og overbelastning
- 9.Hent historikken over seneste bruger



Dette symbol på produktet eller i vejledningen betyder, at det udtjente elektriske eller elektroniske udstyr ikke må bortskaffes sammen med husholdningsaffald. I EU-lande findes der separate indsamlingssystemer til genbrug.

Bemærkninger vedrørende bortskaffelse af batterier

De batterier, der anvendes til dette produkt, indeholder kemikalier, som er skadelige for miljøet. For at beskytte miljøet skal brugte batterier bortskaffes i henhold til de lokale love og regler. Smid aldrig batterier ud med det normale husholdningsaffald.

Kontakt de lokale myndigheder eller forhandleren for yderligere oplysninger.

Importeret og markedsføres udelukkende af:  
Expert AS, PO Box 43, N-1483 Hagan

Expert Norge:

<https://www.expert.no/kundeservice/> T: 815 48 100

Power Sverige:

<https://www.power.se/kundservice/> T: 851 766 010

Power Danmark:

<https://www.power.dk/kundeservice/> T: 70 33 80 80

Punkt 1 Danmark:

<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07

Expert Finland:

<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 020 7100 670

Power Finland:

<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 0305 0305

## SIKKERHETSADVARSLER

1. Tørk av vekten med en lett fuktet klut. Du skal IKKE dyppe vekten i vann eller bruke kjemiske/skurende rengjøringsmidler.
2. Når du er ute og reiser, bør du holde vekten borte fra gjenstander med skarpe ender (for eksempel leker, skrivesaker, osv.), da disse kan aktivere vekten og bruke opp batteriet.
3. Denne enheten har delikate elektroniske komponenter. Derfor kan interferens oppstå når den er i nærheten av enheter som sender radiosignaler. Hvis det oppstår feil på skjermen, går du bort fra disse signalene, eller så tar du ut batteriet raskt og setter det inn på nytt.
4. Glassplattformen kan være glatt når den er vått. Hold den tørr!
5. Stå i ro mens vekten din registreres.
6. IKKE slå eller slipp vekten i bakken.
7. Ta godt vare på vekten, da den er et presisjonsinstrument.
8. Rengjør vekten med en fuktig klut, og unngå at vann kommer inn i vekten. IKKE bruk kjemiske/skurende rengjøringsmidler.
9. Oppbevar vekten på et kjølig sted med tørr luft.

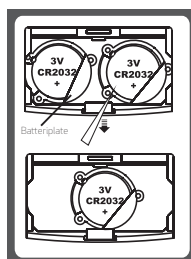
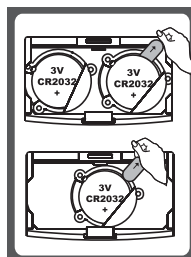
10. Oppbevar alltid vekten i horisontal posisjon.
11. Hvis du ikke kan slå på vekten, sjekk om batteriet er satt i, eller ombatterinivået er lavt. Sett i eller skift ut med et nytt batteri.
12. Hvis det er en feil på skjermen, eller du ikke kan slå av vekten på en stund, tar du ut batteriet i omtrent 3 sekunder og setter det inn igjen for å fjerne feilen. Hvis du ikke kan løse problemet, tar du kontakt med forhandler for råd.
13. Ikke bruk for kommersielt formål.

## PRODUCT OVERVIEW



## SKIFTE BATTERIER

Avhengig av vektmodellen drives den med ett eller to CR2032-litiumbatterier (3V) (følger med). Før du bruker vekten for første gang, fjerner du isolasjonsstripen på batterirommet.



1. Åpne lokket til batterirommet.

2. Ta eventuelt ut gamle batterier ved hjelp av en skarp gjenstand som vist på bildet. Sett inn ett eller to CR2032-litiumbatterier (3V).

Sørg for at den positive siden (+) er vendt oppover.

TIPS: Sørg for at den ene siden av batteriet er plassert under batteriplaten, og skyv den andre siden av batteriet til det klikker og er på plass.

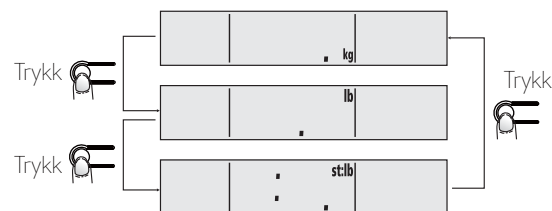
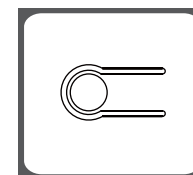
3. Sett på lokket til batterirommet.

## YTELSE SINDEKS

Maks, vektkapasitet	Minimal vektkapasitet	Oppdeling	Fettprosentområde	Fettprosentinndeling	Væskeprosentområde	Væskeprosentinndeling	Muskelprosentområde	Muskelprosentinndeling
150kg 330lb	2kg 4.4lb	0.1kg 0.2lb	4.0% ~60.0%	0.1%	27.5% ~66.0%	0.1%	20.0% ~56.0%	0.1%

## ENDRE VEKTENHET

Noen vektmodeller støtter ulike vektenheter: kg/pund/stone. Trykk på UNIT (ENHET)-knappen på baksiden av vekten gjentatte ganger for å velge ønsket vektenhet. Enhetene vises på LCD-skjermen.



Når vektenheten er bekreftet, slår vekten seg av automatisk etter tre sekunder. Den valgte enheten vises på skjermen når vekten slås på igjen.

TIPS: Dersom vektenheten "lb/st (pund/stone)" er valgt, blir "feet/inch (fot/tommer)" standardenhet for høyde; hvis vektenheten "kg" er valgt, blir "cm" standardenhet for høyde.

## LCD-SKJERM



## BERØRINGSKNAPPER FOR FUNKSJONER

**SET** Trykk for å slå på vekten.  
Trykk for å bekrefte verdien når den personlige profilen settes opp.

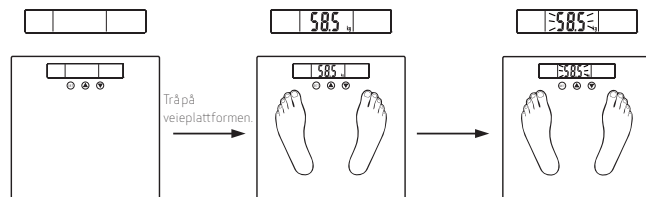
**▲** Trykk på Up/Down (Opp-/Ned)-knappene for å velge ønsket verdi når den personlige profilen settes opp.

**▼** TIPS: Trykk og hold Up/Down (Opp-/Ned)-knappene for å endre innstillingen raskere.



## NORMAL VEIEMODUS (uten å oppgi personlige opplysninger)

### (1) Automatisk veiing ved påstiging



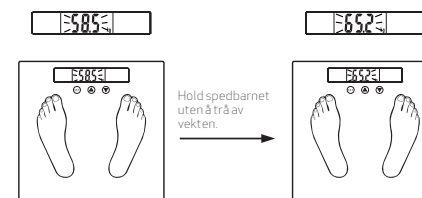
1. Plasser vekten på et solid, flatt, vannrett underlag. Ikke legg den på et teppe eller en myk overflate. Du må alltid sørge for at det ikke er andre gjenstander under vekten før du veier noe.
2. Legg vekten jevnt på hvert ben, og ikke beveg deg. Dersom du beveger deg under veiingprosessen, kan resultatene bli feil. Vektene begynner å måle umiddelbart. Skjermen blinker først, så viser den resultatet.
3. Gå av plattformen, og se på målingen.

### (2) Legge til vekt

Du kan legge til vekt og måle på nytt etter at den første vekten vises på skjermen.

MERK: Da må minst 2 kg vekt legges til.

TIPS: Denne funksjonen er for eksempel nyttig til å veie spedbarn. Under ser du hvordan du gjør dette.



1. Først veier du deg selv ved å legge vekten jevnt på hvert ben. Ikke beveg deg. Vektene begynner å måle umiddelbart. Skjermen blinker, og viser til slutt vekten din på skjermen.
2. Ikke gå av plattformen. Nå holder du barnet og veier dere sammen. Vektene begynner å måle umiddelbart. Skjermen blinker, og viser til slutt den totale vekten.
3. Gå av plattformen, og se på den nye målingen. Trekk din egen vekt fra den nye vektmålingen, så får du vekten til barnet.

## MODUS FOR PERSONLIG KROPPSANALYSE

### (1) Angi personlige opplysninger

① Slik angir du personlige opplysninger første gang:

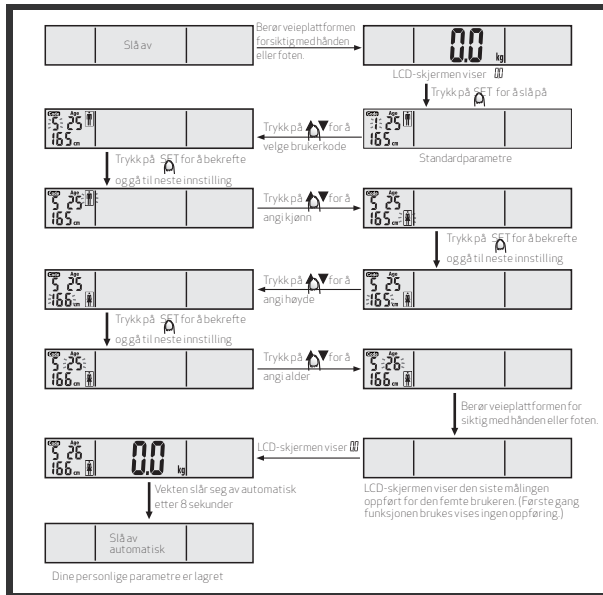
Kjønn	Høyde	Alder
Mann	165cm/5'05.0"	25

② Slik angir du personlige opplysninger:

Bruker-ID-kode	Kjønn	Høyde	Alder
1-12	mann/kvinne	100-250cm 3'03.5"-8'02.5"	10-100

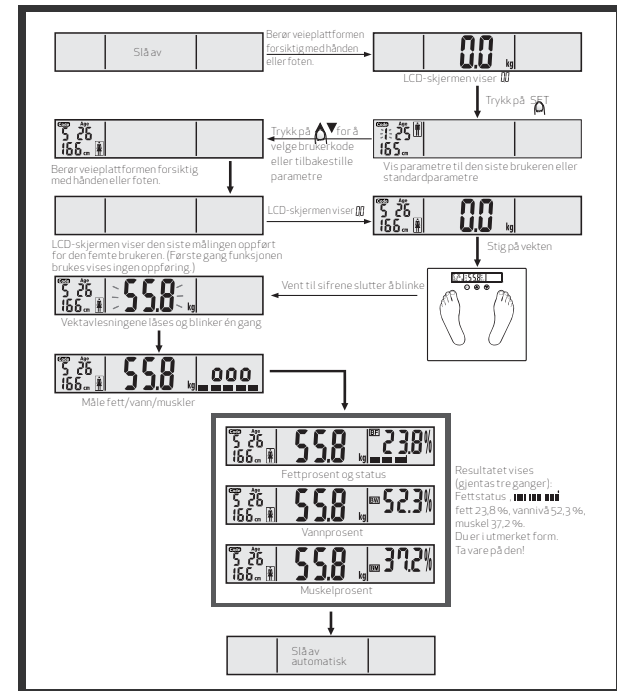
### ③ Angi personlige opplysninger

- Berør veieplattformen forsiktig med hånden eller foten.
- Trykk på SET (STILL INN)-knappen for å legge inn personlige opplysninger.  
Merk: Bruker-ID-en blinker på LCD-skjermen. Tallet står for dataprofilen til en person fra brukergruppen.
- Trykk på Up/Down (Opp-/Ned)-knappene for å velge dataprofil (1-12). Trykk på SET (STILL INN)-knappen for å bekrefte valgt dataprofil.
- Trykk på Up/Down (Opp-/Ned)-knappene for å velge kjønn. Trykk på SET (STILL INN)-knappen for å bekrefte valgt dataprofil.
- Trykk på Up/Down (Opp-/Ned)-knappene for å velge høyde. Trykk på SET (STILL INN)-knappen for å bekrefte valgt dataprofil.
- Trykk på Up/Down (Opp-/Ned)-knappene for å velge alder.  
Når du har gjort alle disse innstillingene, berører du veieplattformen forsiktig med hånden eller foten. Skjermen viser den siste målingen som er oppført på din bruker-ID-kode. (Første gang funksjonen brukes vises ingen oppføring.)
- Skjermen viser null, og vekten vil slå seg av automatisk etter ca. 8 sekunder hvis den ikke blir brukt. Dine personlige opplysninger har blitt lagret. Du kan enten velge innstillinger for ytterligere brukere eller måle kroppsvekten din.  
MERK: Når du stiller inn din personlige profil, kan du berøre veieplattformen forsiktig med hånden eller foten når som helst for å tilbakestille verdien til null. Du kan begynne å beregne kropps fett / kroppens vanninnhold basert på innstillinger som er satt inn eller oppdaterte personlige opplysninger.



### (2) Måling av kroppsvekt og analyse av andelen kropps fett, kropps væske og kroppens muskler

- Ta alltid av sko og sokker, og tørk av føttene før bruk. Legg vekten jevnt på hvert ben, og ikke beveg deg. Sørg for at føttene er i god kontakt med de to elektrodene på vektplattformen.
- Berør veieplattformen forsiktig med hånden eller foten, så viser skjermen null.
  - Trykk på SET (STILL INN)-knappen, så viser skjermen den nyeste målingen som er oppført for den siste bruker-ID-koden.
  - Trykk på Up/Down (Opp-/Ned)-knappene for å velge dataprofil (1-12). Berør veieplattformen forsiktig med hånden eller foten. Skjermen viser den siste målingen som er oppført på din bruker-ID-kode.
  - Vent til skjermen viser null. Gå barbeint på plattformen, og ikke beveg deg. Sørg for at du står på de to elektrodene. Vektene begynner å måle umiddelbart. Skjermen blinker først, så viser den resultatet.
  - Analyse av kropps fett/kropps væske/muskler begynner. Bli stående på de to elektrodene. Målingen varer noen få sekunder (skjermen viser ooo)
  - Skjermen viser de målte verdiene tre ganger: kropps fettprosent, kropps fettstatus, kropps væske og muskler. Vektene slås av automatisk når disse verdiene har blitt vist.  
MERK: Skjermen viser "C" hvis du ikke står på de to elektrodene under veiingen.

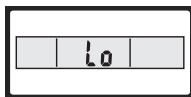




## ADVARSELSINDIKASJONER

Advarsel om lavt batteri

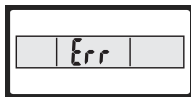
Hvis vekten viser "Lo", betyr det at batteriene er for svake, og det er på tide å bytte batterier. Se delen "BYTTE BATTERIER".



Advarsel om overbelastning

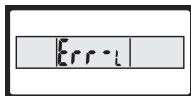
Hvis vekten viser "Err", betyr det at vekten er overbelastet.

Maksimal vekt kapasitet vises på vekten. Gå av vekten for å unngå å skade den.



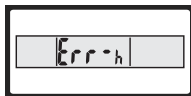
Advarsel om lavt fett

Hvis vekten viser "ErrL", betyr det at kroppsfettprosenten er for lav. Ta kontakt med lege eller ernæringsfysiolog for få faglig råd.



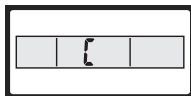
Advarsel om høyt fett

Hvis vekten viser "ErrH", betyr det at kroppsfettprosenten er for høy. Ta kontakt med lege eller ernæringsfysiolog for få faglig råd.



Advarsel om feil

Hvis vekten viser "C", betyr det at det er feil med målingen. Gå av vekten, og prøv på nytt.



## OM FETT

### 1. Om fettprosent%

Fettprosent% er en prosentindeks av fettinnholdet% i en menneskekropp. Fettinnholdet i en menneskekropp er et stabilt nivå. Store svingninger i fettinnhold vil ha en dårlig effekt på metabolismen, noe som også kan føre til ulike sykdommer. Derfor er det alltid veldig viktig å holde styr på fettprosenten% for å ha en sunn kropp.

### 2. Arbeidsprinsipper

Denne vekten med kroppsanalyse bruker lavspent elektrisk strøm på en trygg frekvens gjennom den menneskelige kropp. Siden impedansen til fett er større enn impedansen til muskelvev eller annet kroppsvev, kan den analysere biologisk motstand som gjenspeiler fettprosenten% i kroppen.

## 3. Tabell for vurdering av fett/vannivå og kondisjon

Når du har fått resultatet fra analysen, kan du bruke tabellen under for å vurdere dette.

Alder	Fett (F)	Vannivå (F)	Fett (M)	Vannivå (M)	Status	Kroppsfettindeks
≤30	4.0-16.0%	66.0-57.8%	4.0-11.0%	66.0-61.2%	Undervektig	
	16.1-20.5%	57.7-54.7%	11.1-15.5%	61.1-58.1%	Tynn	
	20.6-25.0%	54.6-51.6%	15.6-20.0%	58.0-55.0%	Normal	
	25.1-30.5%	51.5-47.8%	20.1-24.5%	54.9-51.9%	Fett	
	30.6-60.0%	47.7-27.5%	24.6-60.0%	51.8-27.5%	Overvektig	
>30	4.0-20.0%	66.0-55.0%	4.0-15.0%	66.0-58.4%	Undervektig	
	20.1-25.0%	54.9-51.6%	15.1-19.5%	58.3-55.3%	Tynn	
	25.1-30.0%	51.5-48.1%	19.6-24.0%	55.2-52.3%	Normal	
	30.1-35.0%	48.0-44.7%	24.1-28.5%	52.2-49.2%	Fett	
	35.1-60.0%	44.6-27.5%	28.6-60.0%	49.1-27.5%	Overvektig	

- Informasjonen over er kun for referanse.

## ⚠ ETTERSYN OG VEDLIKEHOLD

1. Rengjør vekten med en lett fuktet klut. Ikke bruk kjemiske eller skurende rengjøringsmidler til å rengjøre vekten. Sørg for at vann ikke kommer inn i vekten. Hvis dette skjer, må du vente til enheten har tørket helt ut før du bruker den igjen.
2. Alltid plasser vekten på et fast og flatt underlag. Ikke legg den på et teppe eller en myk overflate.

## FUNKSJONER OG SPESIFIKASJONER

- 1.LCD-størrelse: 160 x 30 mm
- 2.Stressmålersensor med høy presisjon
- 3.Berøringsknapp
- 4.Veier automatisk ved påstiging, og det kan veies flere ganger uten å legge inn personlige opplysninger
- 5.Analyserer prosentandelen for kroppsfett, kroppsvæske og beininhold.
- 6.Innebygd minne for 12 ulike brukere
- 7.Analyserer kroppsfett med fem nivåer
- 8.Indikasjon om lavt batterinivå og overbelastning
- 9.Husker brukerens opplysninger fra sist gang



Dette symbolet på produktet eller i anvisningene betyr at det elektriske og elektroniske utstyret må leveres atskilt fra husholdningsavfall når det ikke lenger skal brukes. Det finnes egne innsamlingssystemer for resirkulering i EU.

Merknader om avhending av batterier

Batteriene som brukes med dette produktet, inneholder miljøskadelige kjemikalier. For å ta vare på miljøet må brukte batterier avhendes i samsvar med lokale lover og forskrifter. Ikke kast batterier sammen med vanlig restavfall fra husholdningen.

Du får nærmere informasjon ved å kontakte lokale myndigheter eller forhandleren du kjøpte produktet hos.

Importert og utelukkende markedsført av:  
Expert AS, Postboks 43, N-1483 Hagan

Expert Norge:

<https://www.expert.no/kundeservice/> T: 815 48 100

Power Sverige:

<https://www.power.se/kundservice/> T: 851 766 010

Power Danmark:

<https://www.power.dk/kundeservice/> T: 70 33 80 80

Punkt 1 Danmark:

<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07

Expert Finland:

<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 020 7100 670

Power Finland:

<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 0305 030

## TURVALLISUUSVAROITUKSET

1. Tørk av vekten med en lett fuktet klut. Du skal IKKE dyppe vekten i vann eller bruke kjemiske/skurende rengjøringsmidler.
2. Denne enheten har delikate elektroniske komponenter. Derfor kan interferens oppstå når den er i nærheten av enheter som sender radiosignaler. Hvis det oppstår feil på skjermen, går du bort fra disse signalene, eller så tar du ut batteriet raskt og setter det inn på nytt.
3. Hold batteriene unna barn. Ikke la batterier ligge omkring. De kan svelges av barn eller kjæledyr. Dersom et batteri svelges, må du kontakte lege umiddelbart.
4. Lasialusta on märkänä liukas. Pidä se kuivana!
5. Seiso liikkumatta suorana punnituksen aikana.
6. ÄLÄ iske, kolhi tai pudota vaakaa.
7. Kohtele vaakaa samalla varovaisuudella kuin tarkkuusinstrumenttia.
8. Puhdista vaakaa kostealla liinalla varoen vettä pääsemästä vaa'an sisään. ÄLÄ käytä kemiallisia/hiovia puhdistusaineita.
9. Säilytä vaakaa viileässä, kuivassa paikassa.
10. Pidä vaakaa aina vaakasuorassa asennossa.

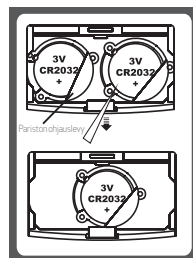
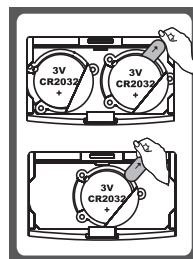
11. Jos vaakaa ei käynnisty, tarkista onko paristo asennettu tai onko pariston varaus matala. Asenna paristo tai vaihda uuteen.
12. Jos näytöllä näkyy virhe tai vaa'an sammuminen kestää pitkän aikaa, ota paristo pois noin kolmeksi sekunniksi ja asenna takaisin poistaaksesi ohjelmistovian. Jollet pysty ratkaisemaan ongelmaa, ota yhteys jälleenmyyjään tuen saamiseksi.
13. Älä käytä vaakaa kaupallisiin tarkoituksiin.

## PRODUCT OVERVIEW



## PARISTOJEN VAIHTO

Vaakamallisi mukaan vaakavoit toimia yhdellä tai kahdella CR2032 (3V) -litiumparistolla (kuuluu toimitukseen). Poista ennen ensimmäistä käyttöä eristävä nauha paristolokerosta.



1. Avaa paristolokeron kansi.

2. Poista vanhat paristot (jos on) terävällä esineellä, kuten kuvassa. Asenna yksi tai kaksi CR2032 (3V) -litiumparistoa. Varmista, että positiivinen napa (+) on ylöspäin.

VINKKI: Varmista, että pariston toinen puoli on asetettu paristovälilevyn alle ja työnnä sitten pariston toista puolta niin, että se naksahda paikalleen.

3. Sulje paristolokeron kansi.

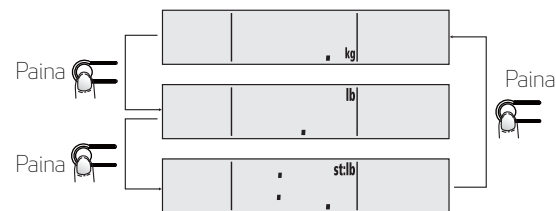
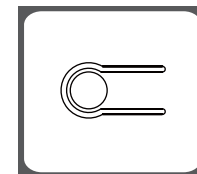
## SUORITUSINDEKSI

Maksimipainituskapasiteetti	Minimalitykkyyskapasiteetti	Jako	Rasva-%-alue	Rasva-%-jakauma	Hydraatio-%-alue	Hydraatio-%-jakauma	Lihasko-%-alue	Lihasko-%-jakauma
150kg 330lb	2kg 4.4lb	0.1kg 0.2lb	4.0% ~60.0%	0.1%	27.5% ~66.0%	0.1%	20.0% ~56.0%	0.1%

## PAINOYKSIKÖN VAIHTAMINEN

Vaakamallisi mukaan vaakasi voi tukea painoyksikköjä kg/lb/st.

Paina toistuvasti vaa'an takana olevaa UNIT (YKSIKKÖ)-painiketta valitaksesi haluamasi painoyksikön. Yksiköt näytetään LCD-näytössä.



Kun painoyksikkö on vahvistettu, vaakaa kytkeytyy automaattisesti pois päältä 3 sekunnin kuluttua. Valittu yksikkö näkyy näytössä, kun vaakaa kytetään päälle uudelleen.

VINKKI: Jos painoyksikkö "lb/st" on valittu, "feet/inch" on oletuspituusyksikkö; jos painoyksikkö "kg" on valittu, "cm" on oletuspituusyksikkö.

## LCD-NÄYTTÖ



## KOSKETUSTOIMINTOPAINIKKEET

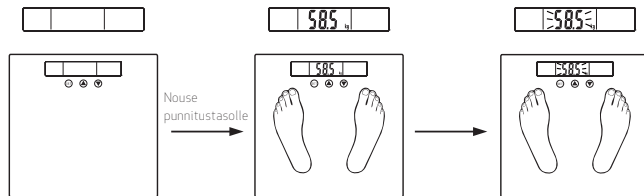
- Ⓢ Paina kytkeäksesi vaa'an päälle.  
Paina vahvistaaksesi syötetyn arvon asettaessa henkilökohtaista profiilia.
- ▲ Paina UP/Down (Ylös/Alas) -painiketta valitaksesi halutun arvon asettaessa henkilökohtaista profiilia.
- ▼



VINKKI: Pidä Up/Down (Ylös/Alas) -painiketta painettuna nopeuttaaksesi arvojen asettamista.

## NORMAALI PUNNITUSTILA (syöttämättä henkilökohtaisia tietoja)

### (1) Automaattinen päälleastumis-punnitus



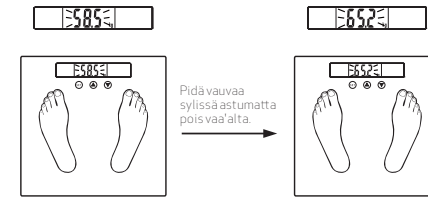
1. Aseta vaaka kiinteälle, tasaiselle vaakasuoralle pinnalle. Älä aseta vaakaa matolle tai millekään pehmeälle pinnalle. Varmista aina ennen punnitusta, ettei vaa'an alla ole mitään esineitä.
2. Jaa painosi tasaisesti molemmille jaloille, äläkä liiku. Liikkuminen punnituksen aikana voi johtaa poikkeavuuksiin tuloksissa. Vaaka alkaa mitata välittömästi. Viikkunan jälkeen painonäyttö näyttää tuloksen.
3. Nouse pois vaa'alta ja katso punnitustulos.

### (2) Peräkkäinen lisäpunntitus

Peräkkäisen lisäpunntituksen voi suorittaa, kun ensimmäinen paino näkyy näytössä.

HUOMAUTUS: Lisäpainon tulee olla yli 2 kg.

VINKKI: Tämä toiminto on käytännöllinen, jos haluat punnita esimerkiksi vauvan. Katso lisätietoja seuraavasta ohjeesta.



1. Punnitse ensin itsesi jakamalla painosi tasaisesti molemmille jaloille, äläkä liiku. Vaaka alkaa mitata välittömästi. Kun lukema lakkaa vilkkumasta, painosi näkyy näytössä.
2. Älä nouse pois vaa'alta. Nosta nyt vauva syliin ja suorita punntitus. Vaaka alkaa mitata välittömästi. Kun lukema lakkaa vilkkumasta, uusi painon mittaustulos näkyy näytössä.
3. Nouse pois vaa'alta ja katso uusi punnitustulos. Vähentämällä oman painosi uudesta punnitustuloksesta, saat vauvan painon.

## HENKILÖKOHTAINEN KEHOANALYYSITILA

### (1) Henkilökohtaisten tietojen syöttäminen

- ① Ensimmäisellä käyttökerralla henkilökohtaisten tietojen asetukset ovat oletuksena seuraavat:

Sukupuoli	Pituus	Ikä
Mand	165cm/5'05.0"	25

- ② Henkilökohtaisten tietojen alueen voi asettaa seuraavasti:

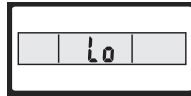
Käyttäjätunnuskoodi	Sukupuoli	Pituus	Ikä
1-12	mies/nainen	100-250cm 3'03.5"-8'02.5"	10-100



## VAROITUKSET

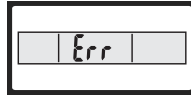
Matalan akkuvirran varoitus

Jos vaa'assa näkyy "Lo", paristot ovat lopussa ja ne on vaihdettava uusiin. Katso lisätietoja paristojen vaihtamisesta "PARISTOJEN VAIHTAMINEN"-osasta.



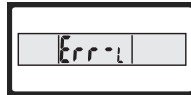
Ylikuormitusvaroitus

Jos vaa'assa näkyy "Err", vaaka on ylikuormitettu. Maksimikapasiteetti on ilmaistu vaa'assa. Astu pois vaa'alta vaa'an vahingoittumisen välttämiseksi.



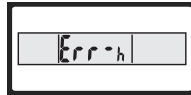
Matalan rasvan varoitus

Jos vaa'assa näkyy "ErrL", kehosi rasvasuhde on liian matala. Ota yhteys lääkäriin tai ravintoterapeuttiin saadaksesi ammatillisia ohjeita.



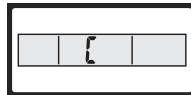
Korkean rasvan varoitus

Jos vaa'assa näkyy "ErrH", kehosi rasvasuhde on liian korkea. Ota yhteys lääkäriin tai ravintoterapeuttiin saadaksesi ammatillisia ohjeita.



Virhevaroitus

Jos vaa'assa näkyy "C", vaa'assa on ilmennyt mittausvirheitä. Nouse pois vaa'alta ja yritä uudelleen.



## TIETOJA RASVASTA

### 1. Tietoja rasva-%:sta

Rasva-% on ihmisen kehossa olevan rasvasisällön %-indeksi. Ihmiskehon rasvasisältö on vakaalla tasolla. Kaikilla suurilla rasvasisällön vaihteluilla on haitallisia vaikutuksia aineenvaihdunnalle, ja ne voivat aiheuttaa erilaisia sairauksia. Siksi rasvaprosentin seuraaminen on hyvin tärkeä terveen kehon ylläpitämiseksi.

### 2. Toimintaperiaate

Johtamalla turvallista taajuutta olevaa matalajännitteistä sähkövirtaa ihmisen kehon läpi tietäen, että rasvan impedanssi on suurempi kuin lihaksella tai muilla kehon kudoksilla, tämä analysaattorivaaka pystyy analysoimaan biologisen vastuksen, joka heijastaa kehon rasvaprosentin.

## 3. Rasva-/hydraatiosisällön kuntoarviointikaavio

Kun analyysitulokset ovat valmiit, voit käyttää viitteenä seuraavaa arviointitaulukkoa.

Ikä	Rasva (F)	Hydraatio (F)	Rasva (M)	Hydraatio (M)	Tila	Kehon rasvaindeksi
≤30	4.0-16.0%	66.0-57.8%	4.0-11.0%	66.0-61.2%	Alipaino	
	16.1-20.5%	57.7-54.7%	11.1-15.5%	61.1-58.1%	Ohut	
	20.6-25.0%	54.6-51.6%	15.6-20.0%	58.0-55.0%	Normaali	
	25.1-30.5%	51.5-47.8%	20.1-24.5%	54.9-51.9%	Rasva	
	30.6-60.0%	47.7-27.5%	24.6-60.0%	51.8-27.5%	Ylipaino	
>30	4.0-20.0%	66.0-55.0%	4.0-15.0%	66.0-58.4%	Alipaino	
	20.1-25.0%	54.9-51.6%	15.1-19.5%	58.3-55.3%	Ohut	
	25.1-30.0%	51.5-48.1%	19.6-24.0%	55.2-52.3%	Normaali	
	30.1-35.0%	48.0-44.7%	24.1-28.5%	52.2-49.2%	Rasva	
	35.1-60.0%	44.6-27.5%	28.6-60.0%	49.1-27.5%	Ylipaino	

- Yllä olevat tiedot ovat vain viitteellisiä.

## ⚠ HUOLTO JA KUNNOSSAPITO

1. Puhdista vaaka hieman kostutetulla liinalla. Älä käytä kemiallisia tai hiovia puhdistusaineita vaa'an puhdistamiseen. Varmista, ettei vettä pääse vaa'an sisään. Jos näin käy, odota, kunnes laite on kuivunut kokonaan ennen kuin käytät sitä uudelleen.
2. Aseta vaaka aina kiinteälle, tasaiselle vaakasuoralle pinnalle. Älä aseta vaakaa matolle tai millekään pehmeälle pinnalle.

## OMINAISUUDET JA TEKNISET TIEDOT

- 1.LCD-näytön koko: 160x30 mm
- 2.Suuritarkkuuksisen rasiusmittarianturin käyttö
- 3.Kosketuspainike
- 4.Automaattinen punnitus vaa'alle noustessa ja seuraava lisäpunnitus henkilökohtaisia tietoja syöttämättä
- 5.Kehon rasvan, veden ja lihasten pitoisuusprosentin analysointi
- 6.Sisäinen muisti 12 eri käyttäjälle
- 7.Analysoi kehon rasvapitoisuus 5 tasolla
- 8.Matalan akkuvirran ja ylikuormituksen merkkivalo
- 9.Viimeisen käyttäjän muistipalautus



Tämä tuotteeseen tai ohjeisiin merkitty symboli tarkoittaa, että sähkölaitteet ja elektroniikka on hävitettävä käyttöikänsä päättyessä erillään kotitalousjätteestä. EU:ssa on kierrätystä varten erilliset keruujärjestelmät.

Huomautuksia paristojen hävittämisestä

Tässä tuotteessa käytetyt paristot sisältävät kemikaaleja, jota ovat haitallisia ympäristölle. Suojellaksesi ympäristöämme, hävitä käytetyt paristot paikallisten lakien tai säädösten mukaisesti. Älä hävitä paristoja normaalin kotitalousjätteen mukana.

Jos haluat lisätietoja, ota yhteys paikallisiin viranomaisiin tai tuotteen myyneeseen liikkeeseen.

Maahantuonti ja markkinointi yksinoikeudella:  
Expert AS, PO Box 43, N-1483 Hagan

Expert Norjassa:

<https://www.expert.no/kundeservice/> P: 815 48 100

Power Sverige:

<https://www.power.se/kundeservice/> T: 851 766 010

Power Tanskassa:

<https://www.power.dk/kundeservice/> P: 70 33 80 80

Punkt 1 Tanskassa:

<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> P: 70 70 17 07

Expert Suomessa:

<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> P: 020 7100 670

Power Suomessa:

<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> P: 0305 0305