



# Digital Bathroom Scale

Model **HD-325**

## GB Instruction Manual

Read this Instruction Manual carefully and keep it for future reference.

## D Bedienungsanleitung

Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.

## F Mode d'emploi

A lire attentivement et à garder en cas de besoin.

## NL Gebruiksaanwijzing

Deze handleiding aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.

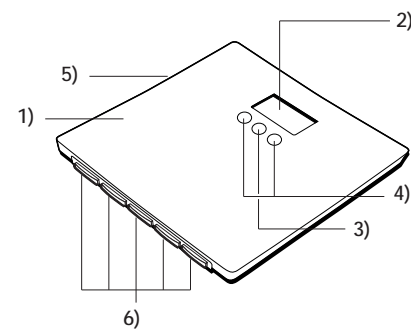
## I Manuale di Istruzioni

Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.

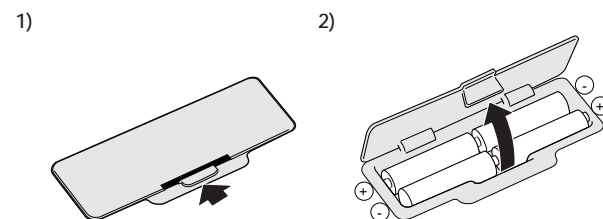
## E Manual de instrucciones

Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.

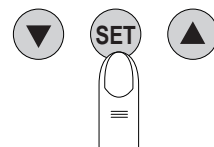
1.



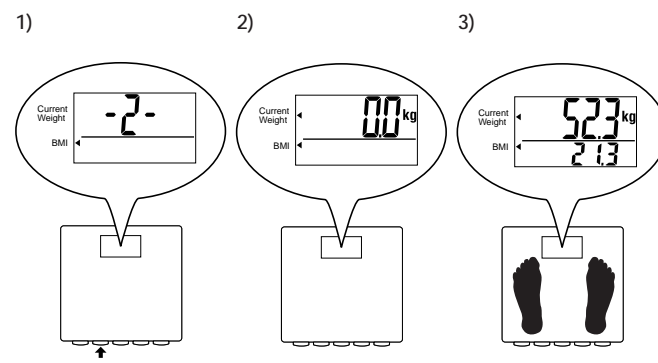
2.



3.



4.



5.

BMI = IMC (Indice de Masse Corporelle)

BMI=	BMI < 18.5	18.5 BMI < 25	25 BMI < 30	30 BMI < 35	35 BMI < 40	BMI 40
GB	Underweight	Normal range	Pre obese	Obese class 1	Obese class 2	Obese class 3
D	Untergewicht	Gesunder Bereich	Übergewicht	Adipös 1	Adipös 2	Adipös 3
F	Maigreur	Valeurs saines	Pré-obésité	Obésité classe 1	Obésité classe 2	Obésité classe 3
NL	Ondergewicht	Normale draagwijdte	Voor zwaarlijvigheid	Zwaarlijvigheid klasse 1	Zwaarlijvigheid klasse 2	Zwaarlijvigheid klasse 3
I	Sottopeso	Normale gamma	Pre obeso	Obeso classe 1	Obeso classe 2	Obeso classe 3
E	Bajo de peso	Peso normal	Preobeso	Obeso clase 1	Obeso clase 2	Obeso clase 3

Report of a WHO Consultation on Obesity Geneva, 3-5 June 1997

HD3257801

## GB Instruction Manual

### Specifications

- **Weight capacity** 23st 8lb (150kg) (330lb)
- **Weight Increments** 0.2lb (0.1kg) (0.2lb)
- **Power Supply** 4 AA batteries (included)
- **Power Consumption** 60 mA maximum

### 1. Name of parts

- 1) Body
- 2) Display
- 3) Set Button
- 4) Arrow (Select) Buttons
- 5) Battery (bottom)
- 6) Personal keys

### 2. Setting up scale

#### To insert battery

Turn the scale over and remove the battery cover by releasing the latch. (see fig.2.1) install 4 pieces of new "R6P" or "AA" type Alkaline battery (included) with correct polarity as indicated (see fig.2.2).

**Note:** If "Lo" message appears in display when attempting to weigh, replace the batteries. "Lo" will not appear if battery voltage is too low.

**UK Only:** To select st/lb move switch underneath the unit to "st/lb"

#### Placing scale

The scale should be used on a hard even surface for accurate weighing. If surface is carpeted, it is recommended to place masonite under the scale.

### 3. Set and Store Data

- Use the Set button to activate the unit.
- Personal Key numbers store your personal data.
- Use Up/Down buttons to select height.
- Press Set.

### 4. To use scale

Tap the personal key with your toe. The display will show personal number (fig.3.1)

Wait for the display to show "0.0" (fig.3.2), then step on the scale (fig.3.3). Current reading in upper display and BMI reading in under display.

#### Note:

- "0.0" disappears if you do not step on the scale within 60 seconds.
- The unit will shut off if you tap the Personal key 5 except measuring.

#### For weighing accuracy

This scale is a precision instrument and very sensitive to body movement. For best accuracy, step on the scale gently, relax your body and stand still. It is normal for your weight to vary during the day. Slight changes in your weight are generally normal.

### 5. What is BMI

- BMI (Body Mass Index) is a guideline for determining your appropriate weight range.
- The BMI value is determined as BMI=Body weight (kg)/ Height (m)<sup>2</sup>
- BMI value of 22 is used as the standard value. Research has shown people with this figure have fewer health problems.

### 6. Care Instructions

1. Do not attempt to open the scale or tamper with its mechanism or circuitry. These actions will void all warranty coverage.
2. The scale will turn off automatically, after you have stepped off.
3. Take care not to spill water or chemical liquids onto the scale. Wipe the scale with a damp cloth periodically.
4. Place the scale on a flat and hard surface.
5. If not in use for long term, remove the batteries to prevent damage.
6. "OL" will appear when weight exceeds the scale capacity.

## D Bedienungsanleitung

### Spezifikationen

- **Max. Gewichtsbelastung** 150kg
- **Gewichtseinteilung** 0.1kg
- **Stromversorgung** 4 AA-Batterien (mitgeliefert)
- **Stromverbrauch** maximal 60 mA

### 1. Bezeichnung der Teile

- 1) Wiegeplattform
- 2) Digitalanzeige
- 3) 'Set'-Knopf (Einstellen)
- 4) Pfeiltasten
- 5) Batteriefach (unterhalb)
- 6) Startschalter

### 2. Vorbereitung

#### Batterie einsetzen

Drehen Sie die Waage um und entfernen Sie die Batterieabdeckung durch Anheben der Verriegelung (siehe Abb.2.1). Setzen Sie nun 4 MIGNON BATTERIEN (inklusive der Polarität entsprechend, wie angezeigt ein (siehe Abb.2.2).

**Hinweis:** Erscheint auf der Anzeige beim Wiegen die Meldung "Lo", müssen die Batterien ausgetauscht werden. Die Meldung "Lo" erscheint nicht bei zu niedriger Batteriespannung.

#### Aufstellen der Waage

Zur Gewährleistung akkuraten Wiegens sollte die Waage nur auf einem festen, ebenen Untergrund aufgestellt werden. Steht sie auf einem Teppich, empfehlen wir, ihr eine feste Platte unterzuschieben.

### 3. Eingeben und Speichern von Persönlichen Angaben

Aktivieren Sie das Gerät zum Einprogrammieren mit dem 'Set'-Knopf. Unter den Speicher-Nummern 1 - 5 werden Ihre persönlichen Grunddaten einmalig eingegeben. Zur Bestätigung der Einprogrammierung hören Sie zwei Pieptöne.

### 4. Benutzung der Waage

Drücken Sie mit Ihrer Zehe auf die persönliche Speichertaste. Die Displayanzeige zeigt die persönliche Speichernummer an (Abb. 3.1). Warten Sie, bis "0.0" (Abb. 3.2) in der Displayanzeige erscheint, und steigen Sie dann auf die Waage (Abb. 3.3).

Die augenblicklichen Werte werden im oberen Display und die BMI-Werte im unteren Display angezeigt.

#### Hinweis:

- "0.0" erlischt, wenn Sie sich nach 60 Sekunden nicht auf die Waage gestellt haben.
- Das Gerät schaltet sich aus, wenn Sie die persönliche Speichertaste "5" drücken (außer beim Messen).

#### Genaues Wiegen

Es handelt sich bei dieser Waage um ein Präzisionsgerät, das sehr empfindlich auf Körperbewegungen reagiert. Zum genauen Wiegen treten Sie bitte vorsichtig auf die Waage und bleiben entspannt und still stehen. Da das Körpergewicht normalerweise innerhalb eines Tages variiert, sind leichte Gewichtsveränderungen normal.

### 5. Was ist BMI?

- Der BMI (Body Mass Index) ist eine Richtlinie, um das optimale Gewicht bestimmen zu können.
- Der BMI errechnet sich wie folgt: BMI = Körpergewicht (kg) / Körpergröße (m)<sup>2</sup>
- Ein BMI-Wert von 22 wird als Standard (Idealgewicht) angesehen. Untersuchungen haben ergeben, daß Menschen mit diesem Gewicht weniger gesundheitliche Probleme haben.

### 6. Pflegeanleitung

1. Die Waage sollte weder geöffnet werden, noch sollte an ihrem Mechanismus oder Stromkreis herumhantiert werden, da ansonsten jede Garantie erlischt.
2. Die Waage stellt sich automatisch ab, wenn Sie von ihr heruntergehen.
3. Es sollte vermieden werden, Wasser oder chemische Flüssigkeiten auf die Waage zu schütten. Die Waage sollte regelmäßig mit einem feuchten Tuch abgewischt werden.
4. Die Waage ist auf einem flachen und festen Untergrund aufzustellen.
5. Wenn sie die Waage lange nicht benutzen, sollte die Batterie entfernt werden, um Schäden zu vermeiden.
6. Sollte das Gewicht die Höchstkapazität der Waage überschreiten, erscheint die Anzeige "OL".

**F****Mode d'emploi****Caractéristiques**

- **Capacité de pesage maxi** 150kg
- **Graduation** 0.1kg
- **Alimentation** 4 piles AA incluses
- **Consommation d'énergie** 60 mA au maximum

**1. Description**

- 1) Corps de l'appareil
- 2) Ecran d'affichage
- 3) Touche SET
- 4) Curseurs ▲ et ▼ (de sélection)
- 5) Dessous de l'appareil (insertion des piles)
- 6) Touche de mise en marche

**2. Consignes de préparation****Insertion des piles**

Retournez le pèse-personne et retirez le couvercle du tiroir à piles en faisant jouer le loquet (voir fig. 2.1), puis insérez les 4 PILES LR6 1.5V (incluses) en veillant à respecter les règles de polarité indiquées (voir fig. 2.2).

**Note:** En cas d'affichage du message "Lo" lors de la pesée, remplacez les piles. Cependant "Lo" ne s'affichera pas si la tension des piles est trop faible.

**Installation du pèse-personne**

Placez le pèse-personne sur une surface dure et plane pour assurer la précision de la pesée. Si le sol est moqueté, nous conseillons de placer un aggloméré sous l'appareil.

**3. R réglage et enregistrement des données**

Appuyez sur la touche Set (réglage) pour activer l'appareil.  
Les touches mémoire numérotées vous permettent d'enregistrer vos données personnelles.  
A l'aide des curseurs (flèches), affichez votre taille.  
Appuyez sur SET pour enregistrer.

**4. Comment utiliser le pèse-personne**

Appuyez sur la touche personnelle avec votre gros doigt de pied. L'affichage indiquera votre numéro personnel (Fig. 3.1).  
Attendez jusque l'affichage indique "0.0" (Fig. 3.2), puis montez sur le pèse-personne (Fig. 3.3).  
Lecture réelle à l'affichage supérieur et lecture IMC à l'affichage inférieur.

**Note:**

- "0.0" disparaît si vous ne montez pas sur le pèse-personne dans les 60 secondes.
- L'appareil cessera de fonctionner si vous appuyez sur la touche personnelle 5 excepté la fonction mesure.

**Pour une pesée exacte**

Ce pèse-personne est un instrument de précision, très sensible aux mouvements du corps. Pour une précision optimum, montez doucement sur le pèse-personne, relaxez-vous et restez immobile. Il est normal que votre poids varie au cours de la journée. De légères fluctuations de poids sont en général normales.

**5. Quelle est la signification de l'Indice de Masse Corporelle**

- L'Indice de Masse Corporelle (IMC) est un indicateur qui vous permet de savoir si votre poids est dans les normes (cf. Tableau IMC = BMI)
- L'Indice de Masse Corporelle est déterminé par la formule suivante  
 $IMC = Poids(kg) / Taille^2(m)$
- La valeur 22 de l'IMC est considérée par le Corps médical comme idéale, c'est à dire correspondant à un bon état de santé.

**6. Conseils d'entretien**

1. N'essayez pas d'ouvrir le pèse-personne, de toucher à son mécanisme ou circuit sous peine d'annuler toute couverture de garantie.
2. Ce pèse-personne s'éteindra automatiquement après votre descente de l'appareil.
3. Veillez à ne pas déverser d'eau ou de produits chimiques liquides sur l'appareil. Essuyez régulièrement le pèse-personne avec un torchon humide.
4. Placez le pèse-personne sur une surface plane et dure.
5. Si vous ne l'utilisez pas pendant une période prolongée, enlevez les piles pour éviter tout dommage.
6. "OL" apparaît lorsque le poids dépasse la capacité de l'appareil.

**NL****Gebruiksaanwijzing****Specificaties**

- **Weegvermogen** 150kg
- **Indeling** 0.1kg
- **Voeding** 4 AA batterijen (meegeleverd)
- **Stroomverbruik** 60 mA maximum

**1. Namen van de onderdelen**

- 1) Behuizing
- 2) Display
- 3) Instelloets
- 4) (Selecteer) pijltoetsen
- 5) Batterij (ondezijde)
- 6) Reset-schakelaar

**2. Voorbereiding****Batterijen inzetten**

Draai de weegschaal ondersteboven en verwijder het batterijdekseltje door de clip los te maken (zie afb.2.1) Plaats 4 stuks nieuwe alkaline batterijen van het type "R6P" of "AA" (niet inbegrepen) met de polen op de juiste plaats zoals is aangegeven (zie afb.2.2)

**Opgelet:** Als het bericht "Lo" in het display verschijnt als u op de weegschaal staat, moet u de batterijen vervangen. Als het voltage van de batterijen te laag is verschijnt "Lo" niet in het display.

**Plaatsing van de weegschaal**

Voor een exacte weging moet de weegschaal op een harde vlakke ondergrond staan. Als hij op een tapijt staat is het raadzaam om een hardboardplaatje onder de weegschaal te leggen.

**3. Instellen en opslaan van gegevens**

Gebruik de instelloets om de weegschaal tijdens het programmeren te activeren. De nummers van de personalisatie-toetsen slaan uw persoonlijke gegevens op. Gebruik de pijl omhoog/omlaag toetsen om de lengte in te stellen. Druk op SET.

**4. Gebruik van de weegschaal**

Tik zachtjes met uw teen tegen uw eigen starttoets. Uw persoonlijke nummer zal op het display verschijnen (afb. 3.1).  
Wacht tot "0.0" op het display getoond wordt (afb. 3.2) voor u op de weegschaal stapt (afb. 3.3).  
Uw huidige gewicht staat boven en uw Body Mass Index (BMI) onder.

**Opgelet:**

- Als u niet binnen 60 seconden op de weegschaal gaat staan, verdwijnt "0.0".
- Het toestel gaat weer uit als u toets 5 aantikt, behalve wanneer u begint met het wegen.

**Exact wegen**

Deze weegschaal is een precisie-instrument en is zeer gevoelig voor lichaamsbewegingen. Voor een zo exact mogelijk weging stapt u voorzichtig op de weegschaal, ontspant u uw lichaam en staat u zo stil mogelijk. Het is normaal dat uw gewicht overdag varieert. Kleine veranderingen in uw gewicht zijn in het algemeen normaal.

**5. Wat is BMI?**

- BMI (Body Mass Index) is een richtlijn voor het bepalen van de bij u passende gewichtsklasse.
- De BMI-waarde wordt vastgesteld door de deelsom  
 $BMI = Lichaamsgewicht(kg) / lengte(m)^2$
- De als ideale standaardwaarde gebruikte waarde is 22. Onderzoek heeft aangetoond dat mensen met deze waarde minder gezondheidsproblemen hebben.

**6. Onderhoudsinstructies**

1. Probeer niet de weegschaal te openen en geen reparaties of wijzigingen uit te voeren aan het mechanisme of het elektrische systeem. Mocht u zich daaraan niet houden dan verliest u uw garantie.
2. De weegschaal gaat automatisch uit nadat u ervan bent afgestapt.
3. Zorg ervoor geen water of chemische vloeistof op de weegschaal te morsen. Reinig de weegschaal af en toe met een vochtige doek.
4. Zet de weegschaal op een vlakke, harde ondergrond.
5. Als de weegschaal gedurende langere tijd niet wordt gebruikt moeten de batterijen worden verwijderd om schade te voorkomen.
6. "OL" komt op het display als het gewicht zwaarder is dan het weegvermogen van de weegschaal.

**I****Manuale di Istruzioni****Dati tecnici**

- **Portata massima** 150kg
- **Incrementi di peso** 0.1kg
- **Alimentazione** 4 batterie AA (incluse)
- **Assorbimento** 60 mA massimo

**1. Componenti**

- 1) Unità centrale
- 2) Display
- 3) Pulsante di configurazione
- 4) Pulsanti a freccia di selezione
- 5) Batteria (Base)
- 6) Interruttore ON

**2. Preparazione****Per inserire la batteria**

Capovolgere la bilancia e togliere il coperchio dal vano batterie (vedi fig.2.1). Installare quattro batterie alcaline TIPO "R6P" o "AA" (incluse) rispettando la corretta polarità (vedi fig.2.2).

**Nota:** Se sul display appare il messaggio "Lo" significa che le batterie sono scariche, sostituire le batterie.

**Posizionamento della bilancia**

Per un'accurata misurazione appoggiare la bilancia su una superficie piana e liscia. Se il pavimento è in moquette, mettere della masonite sotto la bilancia

**3. Configurazione e memorizzazione dei dati**

Quando si effettua la programmazione, utilizzare il pulsante Set per attivare la bilancia. I numeri dei tasti di memoria personali memorizzano i dati personali. Per selezionare l'altezza, usare i pulsanti Su/Giù. Premere Set.

**4. Utilizzo della bilancia**

Premere il tasto personale con l'alluce.  
Sul display comparirà il numero personale (fig. 3.1).  
Attendere che sul display sia visualizzato "0.0" (fig. 3.2), quindi salire sulla bilancia (fig. 3.3).  
Il dato rilevato viene visualizzata in alto nel display; il valore BMI in basso.

**Nota:**

- La bilancia è dotata dell'auto-off per ridurre il consumo di batterie quindi se non si sale sulla bilancia entro dieci secondi lo strumento si spegne.
- L'apparecchio si spegnerà se si toccherà il tasto personale 5 fatta eccezione per la misurazione.

**Per una misurazione accurata**

Essendo uno strumento di alta precisione salire sulla bilancia con estrema delicatezza rimanendo il più possibile fermi.

Ricordatevi che il variare del peso nell'arco di una giornata è normale.

**5. Cosa è il BMI**

- Il BMI (Body Mass Index) è una formula per determinare il peso-forma di un individuo.
- Tale valore è indicato come segue:  
 $BMI = Peso corporeo(kg) / Altezza(m)^2$
- Il valore 22 del BMI è usato come misura ideale nella scala dell'indice di massa corporea.

**6. Avvertenze**

1. Nessuna responsabilità può essere imputata al costruttore per interventi non eseguiti da personale non autorizzato e per eventuali danneggiamenti conseguenti all'impiego di parti di ricambio non originali.
2. Questo strumento è dotato dell'autospegnimento dopo la misurazione.
3. Per la pulizia non versare liquidi o solventi sullo strumento ma usare un panno umido.
4. Collocare la bilancia su una superficie piana e liscia.
5. Togliere le batterie se non si usa lo strumento per un lungo periodo.
6. La sigla "Lo" significa batterie scariche.
7. La sigla "OL" significa che il peso misurato supera la portata massima della bilancia.

**E****Manual de instrucciones****Especificaciones**

- **Capacidad de peso** 150kg
- **Incrementos de peso** 0.1kg
- **Alimentación** 4 pilas tamaño AA (incluidas)
- **Consumo de energía** Máximo de 60 mA

**1. Nombre de las piezas**

- 1) Pantalla
- 2) Báscula
- 3) Botón de Configurar
- 4) Botones de flecha (Seleccionar)
- 5) Pila (fondo)
- 6) Teclas personales

**2. Preparación****Introducir la Pila**

Voltee la báscula y quite la tapa de la pila soltando la lengüeta (fig.2.1) para instalar las 4 pilas tipo AA ( INCLUIDAS) con la polaridad correcta según se indica (ver fig.2.2)

**Nota:** Si aparece el mensaje "lo" en la pantalla al tratar de pesarse, cambiar las pilas. "Lo" no aparece si el voltaje de la pila es demasiado bajo.

**Situación de la báscula**

La báscula se debe usar en una superficie dura y nivelada para dar un resultado exacto. Si la superficie tiene moqueta, se recomienda colocar una superficie plana/dura debajo de la báscula.

**3. Configuración y almacenamiento de datos**

Utilice el botón de Configurar para activar la unidad.  
Los números de Tecla personal almacenan sus datos personales  
Utilice los botones Arriba/Abajo para seleccionar la estatura.  
Pulse Configurar.

**4. Utilización de la báscula**

Pulse ligeramente la tecla personal con el dedo del pie.  
La pantalla mostrará el número personal (fig. 3.1).  
Espere hasta que la pantalla muestre "0.0" (fig. 3.2), suba entonces en la báscula (fig. 3.3).  
La lectura aparecerá en la pantalla superior y la lectura del IMC en la pantalla inferior.

**Nota:**

- "0.0" desaparece si no se sube a la báscula en 60 segundos.
- El aparato se apagará si se pulsa ligeramente la tecla personal 5, excepto en la medición.

**Para pesar con exactitud**

Esta báscula es un instrumento de precisión y muy sensible al movimiento del cuerpo. Para más exactitud, subirse a la báscula con cuidado, relajar el cuerpo y quedarse inmóvil. Es normal que su peso varíe durante el día. Los ligeros cambios de peso generalmente son normales.

**5. Que es BMI / IMC**

- IMC (Índice de Masa Corporal) es una guía para determinar su rango de peso apropiado.
- Como determinar el valor del IMC  
 $IMC = Peso corporal(kg) / Altura(m)^2$
- El valor de IMC de 22 se usa como valor estándar. Los estudios muestran que las personas con este valor tienen menos problemas de salud.

**6. Instrucciones de mantenimiento**

1. Trate de no abrir la báscula ni interfiera con el mecanismo ni el circuito. Estas acciones anulan la cobertura de garantía.
2. Esta báscula se apaga automáticamente al bajarse. Limpiar la báscula con un paño húmedo periódicamente.
3. Tener cuidado de no derramar agua ni ningún líquido químico en la báscula.
4. Colocar la báscula sobre una superficie dura y plana.
5. Si no se usa durante un largo tiempo, quitar las pilas para evitar que se estropeen. "OL" aparece cuando el peso sobrepasa la capacidad de la báscula.