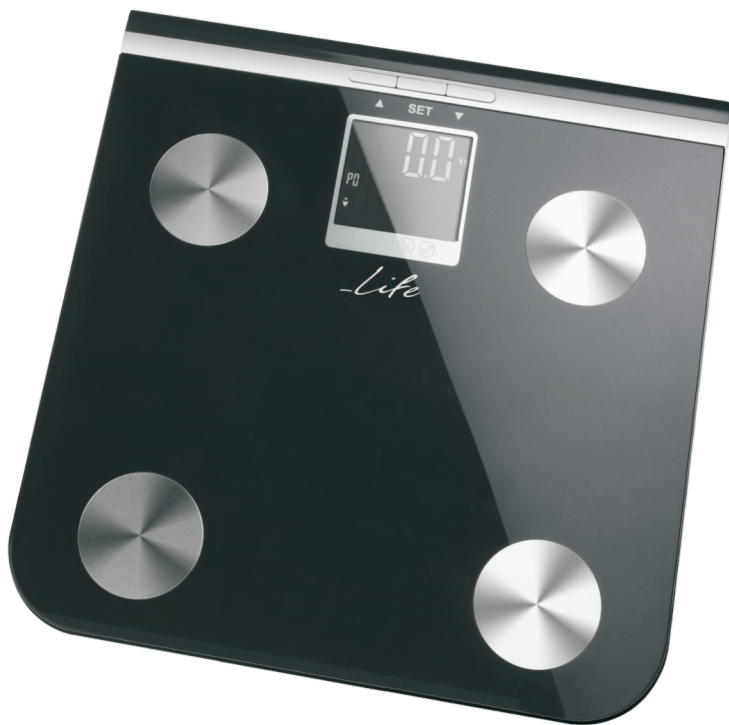


*-Life*



**BSC-100**

**Γυάλινη ηλεκτρονική ζυγαριά μπάνιου  
με λιπομέτρηση, 5 σε 1**

**Glass bathroom scale  
with body analysis, 5 in 1**

**ΕΛ** ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ  
**EN** USER MANUAL

## Εγχειρίδιο οδηγιών

Για την ασφάλειά σας παρακαλώ να διαβάζετε πάντα το εγχειρίδιο οδηγιών προσεκτικά πριν από τη χρήση.

### Γενικές οδηγίες ασφαλείας

Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες χρήσης πριν θέσετε την συσκευή σε λειτουργία και φυλάξτε τις οδηγίες, την απόδειξη και, αν είναι δυνατόν, την εσωτερική και την εξωτερική συσκευασία. Εάν δώσετε την συσκευή σε άλλα άτομα, παρακαλούμε να δώσετε μαζί και τις οδηγίες χρήσης.

- Η συσκευή προορίζεται αποκλειστικά για ιδιωτική και όχι για επαγγελματική χρήση.
- Χρησιμοποιείτε τη συσκευή μόνο για τον προβλεπόμενο σκοπό.
- Μην χρησιμοποιείτε την συσκευή σε περίπτωση που έχει υποστεί βλάβη.
- Φυλάξτε την συσκευή μακριά από θερμότητα, άμεσο ηλιακό φως, υγρασία (μην την βυθίζετε ποτέ σε υγρά) και αιχμηρές άκρες.
- Μην προσπαθήσετε να επισκευάσετε μόνοι σας τη συσκευή. Απευθυνθείτε σε έναν εξειδικευμένο τεχνικό.

### Σύμβολα σε αυτές τις Οδηγίες Χρήσης

Σημαντικές πληροφορίες για την ασφάλειά σας επισημαίνονται με ειδική σήμανση. Είναι απαραίτητο να συμμορφώνεστε με αυτές τις οδηγίες προκειμένου να αποφύγετε ατυχήματα και τυχόν βλάβη στην συσκευή:

#### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:

Σας προειδοποιεί για κινδύνους για την υγεία σας και υποδεικνύει πιθανούς κινδύνους τραυματισμού.

#### ΠΡΟΣΟΧΗ:

Αναφέρεται σε πιθανές βλάβες που αφορούν την συσκευή ή άλλα αντικείμενα.


#### ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Επισημαίνονται συμβουλές και πληροφορίες.

### Παιδιά

- Για να διασφαλίσετε την ασφάλεια των παιδιών σας, κρατήστε μακριά τους όλα τα υλικά συσκευασίας (πλαστικές σακούλες, κουτιά, πολυστυρένιο κ.λπ.).

#### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

 **Προσοχή!** Μην επιτρέπετε στα παιδιά να παίζουν με τα υλικά συσκευασίας. Υπάρχει κίνδυνος ασφυξίας!

- Τα παιδιά δεν πρέπει να παίζουν με την συσκευή. Ειδικές οδηγίες ασφαλείας για αυτήν την συσκευή

#### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Διατηρείτε στεγνή την επιφάνεια της συσκευής για να αποφύγετε τον κίνδυνο της ολίσθησης.

#### ΠΡΟΣΟΧΗ:

- Η ηλεκτρονική ζυγαριά είναι ένα εργαλείο ακριβής μέτρησης. Χειριστείτε την συσκευή με προσοχή, αποφεύγοντας τυχόν πτώσεις της ή άλματα πάνω σε αυτήν.
- Μην τοποθετείτε στη συσκευή πάνω από 180 kg για να αποφύγετε τυχόν βλάβη.
- Αποθηκεύστε την ζυγαριά μόνο σε οριζόντια θέση όταν δεν την χρησιμοποιείτε ή κατά την μεταφορά της.

### Οδηγίες ασφαλείας των μπαταριών

#### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:

- Μην εκθέτετε τις μπαταρίες σε υψηλές θερμοκρασίες ή σε άμεσο ηλιακό φως. Μην ρίχνετε μπαταρίες στη φωτιά. Κίνδυνος έκρηξης!
- Φυλάσσετε τις μπαταρίες μακριά από παιδιά.

#### ΠΡΟΣΟΧΗ:

- Διαφορετικοί τύποι μπαταριών ή καινούργιες και χρησιμοποιημένες μπαταρίες δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται μαζί.

### Τοποθέτηση των μπαταριών



#### ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Οι συμπεριλαμβανόμενες μπαταρίες προστατεύονται με πλαστική μεμβράνη.

1. Αφαιρέστε αυτήν την μεμβράνη πριν τοποθετήσετε τις μπαταρίες στην συσκευή.
2. Ανοίξτε την θήκη των μπαταριών που βρίσκεται στο κάτω μέρος της συσκευής.
3. Τοποθετήστε 2 μπαταρίες τύπου AAA /1,5V. Βεβαιωθείτε ότι η πολικότητα είναι σωστή (δείτε την ένδειξη στη θήκη της μπαταρίας).
4. Κλείστε ξανά την θήκη των μπαταριών.
5. Εάν η συσκευή δεν χρησιμοποιείται για μεγάλο χρονικό διάστημα, παρακαλούμε να αφαιρέσετε τις μπαταρίες για να αποφύγετε τυχόν διαρροή υγρών.
6. Αν εμφανιστεί στην οθόνη το μήνυμα "LO" (χαμηλή ισχύς των μπαταριών), αντικαταστήστε άμεσα τις μπαταρίες.

### Επισκόπηση των στοιχείων

- 1 Επιφάνειες επαφής
- 2 Οθόνη
- 3 Πλήκτρο DOWN ▼
- 4 Πλήκτρο UP ▲
- 5 Πλήκτρο SET

Ένδειξη οθόνης	Σημασία
KG/lb/st	Σωματικό βάρος
PO-9	Θέση μνήμης χρήστη
	Άντρας
	Γυναίκα
CM (FT/In)	Ύψος
Age	Ηλικία
FAT	Ένδειξη σωματικού λίπους
TBW	Ένδειξη σωματικού νερού
MUS	Ένδειξη μυϊκής μάζας
BONE	Ένδειξη οστικής μάζας
%	Ποσοστό σωματικού λίπους/ σωματικού νερού/ μυϊκής μάζας/ οστικής μάζας

### Τεχνικές προδιαγραφές

- Τροφοδοσία: 2 x (AAA) μπαταρίες (συμπεριλαμβάνονται)
- Καθαρό βάρος συσκευής: 2kg
- Χωρητικότητα μνήμης: 10
- Ελάχιστο-μέγιστο ύψος χρήστη (για την λειτουργία λιπομέτρησης): 75 - 225cm (2,5 -7,4Ft)
- Ελάχιστο βάρος: 2,5kg (5,5lb)
- Μέγιστο βάρος: 150kg (330lb)
- Κλίμακα: 100g
- Μονάδα μέτρησης σωματικού λίπους: 0,1%
- Εύρος μέτρησης σωματικού λίπους: 4,0% - 50,0%
- Εύρος μέτρησης νερού του σώματος: 35,0% - 85,0%
- Μέτρηση μάζας μυών: 1,0% - 50,0%

### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:

Μη χρησιμοποιείτε την ζυγαριά εάν χρησιμοποιείτε βηματοδότη ή άλλο ιατρικό εμφύτευμα με ηλεκτρονικά εξαρτήματα. Η λειτουργία του εμφυτεύματος μπορεί να επηρεαστεί από την μέτρηση.

### ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Η συσκευή μπορεί να λειτουργήσει σωστά μόνο αν στέκεστε στην επιφάνεια επαφής με γυμνά και στεγνά πόδια!

### Χρήση

Τα πλήκτρα της συσκευής είναι υψηλής ευαισθησίας. Αν θέλετε να αλλάξετε τις ρυθμίσεις, απλά πιέστε με το δάχτυλό σας.

### ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Η ζυγαριά είναι εργοστασιακά ρυθμισμένη στις μονάδες "kg" και "cm".

Για να αλλάξετε τις ρυθμίσεις σε "lb" ή "kg" και "Ft: in", ακολουθήστε την εξής διαδικασία:

Στο κάτω μέρος της ζυγαριάς δίπλα στην θήκη των

μπαταριών υπάρχει διακόπτης όπως φαίνεται στην παρακάτω εικόνα. Πιέστε τον διακόπτη για να επιλέξετε μεταξύ των μονάδων μέτρησης kg / lb / st.



### Λειτουργία ζυγίσσης

- Τοποθετήστε την ζυγαριά σε μια σκληρή, επίπεδη επιφάνεια (κατά προτίμηση απευθείας στο δάπεδο). Ένα ανομοιόμορφο δάπεδο θα μπορούσε να οδηγήσει σε ανακριβείς μετρήσεις.
- Ανεβείτε στην ζυγαριά με τα δύο πόδια. Η συσκευή θα ενεργοποιηθεί αυτόματα.
- Σταθείτε σταθερά με το βάρος σας να μοιράζεται ισόποσα στα πόδια σας μέχρι η ζυγαριά να μετρήσει το βάρος σας.
- Τα ψηφία στην οθόνη θα αναβοσβήνουν μέχρι να εμφανιστεί το ακριβές βάρος σας.
- Η συσκευή θα απενεργοποιηθεί αυτόματα 10 δευτερόλεπτα αφότου κατεβείτε από την ζυγαριά.

### Αποθήκευση προσωπικών δεδομένων

#### ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

- Η ζυγαριά έχει προεπιλεγμένες μονάδες που μπορείτε να αλλάξετε, όπως περιγράφεται παρακάτω.
- Ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα με τη σειρά και χωρίς μεγάλα διαστήματα παύσης, διαφορετικά, η συσκευή θα ακυρώσει αυτόματα την εισαγωγή των δεδομένων.
- Πατήστε το πλήκτρο SET. Η θέση μνήμης χρήστη αναβοσβήνει στην οθόνη (USER0). Επιβεβαιώστε την ρύθμιση πατώντας SET ή επιλέξτε άλλη θέση μνήμης πιέζοντας το πλήκτρο UP / DOWN. Πατήστε το πλήκτρο SET για να μεταβείτε στην επόμενη ρύθμιση.
- Το σύμβολο για το φύλο "άντρας" ή το "γυναίκα" θα αρχίσει να αναβοσβήνει. Επιβεβαιώστε την ρύθμιση πατώντας SET ή χρησιμοποιήστε το πλήκτρο UP / DOWN για να επιλέξετε το αντίστοιχο σύμβολο για το φύλο. Έπειτα πατήστε το πλήκτρο SET για να μεταβείτε στην επόμενη ρύθμιση.
- Η ρύθμιση ύψους θα αρχίσει να αναβοσβήνει. Επιλέξτε το ύψος σας πιέζοντας το πλήκτρο UP ή DOWN. Πιέζοντας παρατεταμένα ένα από τα δύο πλήκτρα επιταχύνεται η διαδικασία. Επιβεβαιώστε την καταχώρισή σας πατώντας SET.
- Η ρύθμιση ηλικίας θα αρχίσει να αναβοσβήνει. Επιλέξτε την ηλικία σας πιέζοντας τα πλήκτρα UP ή DOWN. Πιέζοντας παρατεταμένα ένα από τα δύο πλήκτρα επιταχύνεται η διαδικασία. Επιβεβαιώστε την καταχώρισή σας πατώντας SET.

## ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

- Η συσκευή μπορεί να λειτουργήσει σωστά μόνο αν στέκεστε στη συσκευή με γυμνά και στεγνά πόδια!
- Εάν χρειαστεί, σκουπίστε την επιφάνεια επαφής για βέλτιστα αποτελέσματα.
- Λόγω της διακύμανσης του σωματικού λίπους, είναι δύσκολο να επιτευχθεί μια ακριβής τιμή. Γενικότερα, μια προτεινόμενη ώρα μέτρησης είναι μεταξύ 6 μ.μ. και 8 μ.μ., δεδομένου ότι το σωματικό λίπος παραμένει σταθερότερο αυτήν την ώρα.
- Πιέστε το πλήκτρο SET. Η προεπιλεγμένη θέση αποθήκευσης των δεδομένων θα εμφανιστεί στην οθόνη (USER). Χρησιμοποιείτε το πλήκτρο UP / DOWN για να επιλέξετε την θέση μνήμης στην οποία θα αποθηκεύονται τα δεδομένα σας.
- Περιμένετε να σταματήσουν να αναβοσβήνουν η ένδειξη USER και 0,0 kg (0,0lb / st).
- Ανεβείτε στις επιφάνειες επαφής (1) της ζυγαριάς με τα δύο πόδια.
- Αρχικά το βάρος σας θα αρχίσει να αναβοσβήνει στην οθόνη.
- Μετά από μερικά δευτερόλεπτα, θα εμφανιστούν τα ακόλουθα αποτελέσματα:
  - το ποσοστό του σωματικού λίπους σε % (σύμβολο FAT)
  - το ποσοστό του νερού σε % (σύμβολο TBW)
  - η ανάλυση των αποτελεσμάτων σε μορφή ράβδου
  - το ποσοστό της μυϊκής μάζας σε % (σύμβολο MUS)
  - το ποσοστό της οστικής μάζας σε% (σύμβολο BON)
  - το φύλο
  - το τρέχων ύψος
  - η τρέχουσα ηλικία

## Εμφάνιση μηνυμάτων σφάλματος

### ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Αν στην οθόνη εμφανιστεί ένα μήνυμα σφάλματος, περιμένετε μέχρι να απενεργοποιηθεί η συσκευή. Ενεργοποιήστε την ξανά για να επανεκκινήσετε την λειτουργία της. Εάν το μήνυμα σφάλματος δεν έχει εξαφανιστεί, αφαιρέστε τις μπαταρίες από τη θήκη μπαταριών για 10 δευτερόλεπτα και επανατοποθετήστε.

Ένδειξη οθόνης	Σημασία
8888	Τεστ (κατά την ενεργοποίηση) για να ελεγχθεί ότι όλες οι αριθμητικές ενδείξεις λειτουργούν σωστά
----	Η ζυγαριά δεν είναι σωστά τοποθετημένη
Lo	Η ισχύς της μπαταρίας είναι χαμηλή
Err	Το ποσοστό του σωματικού λίπους είναι πάνω ή κάτω από τα όρια μέτρησης
EEEE	Το βάρος είναι πάνω από το ανώτατο όριο

## Καθαρισμός

### ΠΡΟΣΟΧΗ

- Μην βυθίζετε την συσκευή στο νερό. Τα ηλεκτρικά εξαρτήματα της μπορεί να καταστραφούν.
- Μην χρησιμοποιείτε συρμάτινες βούρτσες ή άλλα λειπανικά αντικείμενα.
- Μην χρησιμοποιείτε όξινα ή λιαντικά απορρυπαντικά.
- Καθαρίστε την συσκευή με ένα ελαφρώς βρεγμένο πανί. Βεβαιωθείτε ότι δεν εισέρχεται υγρασία ή νερό στην συσκευή.
- Χρησιμοποιήστε ένα απορρυπαντικό ή σαπούνι του εμπορίου για τον καθαρισμό.
- Σκουπίστε καλά την συσκευή μετά τον καθαρισμό με ένα στεγνό και μαλακό πανί.

**CE** Αυτή η συσκευή έχει εξεταστεί σύμφωνα με όλες τις σχετικές τρέχουσες οδηγίες CE, όπως οι οδηγίες ηλεκτρομαγνητικής συμβατότητας και χαμηλής τάσης, και έχει κατασκευαστεί σύμφωνα με τους πιο πρόσφατους κανονισμούς για την ασφάλεια. Μπορεί να γίνουν τεχνικές αλλαγές χωρίς προγενέστερη ειδοποίηση!



### Σημασία του συμβόλου "Κάδος απορριμάτων"

Προστατέψτε το περιβάλλον μας: μην πετάτε τον ηλεκτρικό εξοπλισμό στα εσωτερικά απόβλητα.

Παρακαλώ επιστρέψτε οποιοδήποτε ηλεκτρικό εξοπλισμό που δεν χρησιμοποιείτε πλέον στα σημεία που παρέχονται για τη διάθεσή τους.

## ENGLISH

### Instruction manual

For your safety please always read the instruction manual carefully before using.

### General safety Instructions

Read the operating instructions carefully before putting the appliance into operation and keep the instructions including, the receipt and, if possible the box with the internal packing. If you give this device to other people, please also pass on the operating instruction.

- The device is designed exclusively for private and not for professional use.
- Use the device only for the intended purpose.
- Do not use a damaged device.
- Keep away from heat, direct sunlight, damp (never immerse in liquids) and sharp edges.
- Do not try to repair the appliance on your own. Always contact a qualified technician.

## Symbols in these Instructions for Use

Important information for your safety is specially marked. It is essential to comply with these instructions in order to avoid accidents and prevent damage to the machine:

### **WARNING:**

This warns you of dangers to your health and indicates possible injury risks.

### **CAUTION:**

This refers to possible hazards to the appliance or other objects.


### **NOTE:**

This highlights tips and information.

## Children

• In order to ensure your children's safety, please keep all packaging (plastic bags, boxes, polystyrene etc.) out of their reach.

### **WARNING!**

 **Caution!** Do not allow children to play with the foil as there is a danger of suffocation!

• Children should be supervised in order to ensure that they do not play with the device.

## Special Safety Instructions for this appliance

### **WARNING**

If plastic surface is moist or covered with water droplets, please wipe the surface as there is a danger of slipping.

### **CAUTION:**

- Handle the bathroom scale with care, as it is a precise measuring tool. Do not drop it or jump on it.
- Do not load the appliance with more than 150kg to avoid damaging the device.
- If the scales are carried or not used, please store them only in a horizontal position.

## Safety instructions for the batteries

### **WARNING:**

- Do not expose the battery to high temperatures or direct sunlight. Never throw batteries into the fire. Explosion danger!
- Keep batteries away from children.

Inserting the batteries

### **NOTE:**

The supplied batteries have been protected for transport with plastic foil.

1. Remove this foil before inserting the batteries into the appliance.
2. Open the battery compartment at the bottom of the

scale.



3. Insert 2 x AAA batteries. Please ensure that the polarity is correct (see the indication of the battery compartment)!
4. Close the battery compartment again.
5. If the device is not used for a prolonged period of time, please remove the batteries in order to prevent leakage of battery acid.
6. If the message "LO" appears on the display, replace the batteries.

### **CAUTION:**

- Different battery types or new and used batteries must not be used together.

## Location of controls

- 1 Contact surfaces
- 2 Display
- 3 DOWN-button ▼
- 4 UP-button ▲
- 5 SET-button

Display symbol	Meaning
<b>Kg/lb/st)</b>	Body weight
<b>P0-9</b>	User memory space
	Male
	Female
CM(FT;In)	Body height
Age	Age
FAT	Body fat display
TBW	Body water display
MUS	Muscle mass display
BONE	Bone weight display
%	Percentage-body fat/body water/muscle mass/bone weight

## Technical Specifications

Power supply: 2 x 1,5V (AAA) batteries  
Net weight of device: 2kg  
Memory capacity: 10  
Height range: 75 - 225 cm (2,5 -7,4Ft)  
Minimum weight: 2,5kg (5,5lb)  
Maximum weight: 150kg (330lb)  
Weight measurement unit: 100g increments  
Body fat measuring unit: 0,1%  
Body fat measuring range: 4,0%-50,0%  
Body water measuring range: 35,0%-85,0%  
Muscle mass measuring: 1,0%-50,0%

## Information on Body Fat measuring

### **⚠ WARNING:**

Do not use the scale if you use a pacemaker or another medical implant with electronic components. The function of the implant may be impaired by the measurement.

### **i NOTE:**

The device can only operate correctly if you stand on the contact surface with bare, dry feet!

### **Use**

The device has a very sensitive sensor. If you want to adjust the settings, press the buttons gently with your finger.

### **i NOTE:**

The scale are factory set with the units "kg" and "cm". To change the settings to "lb" or "kg" and "Ft: in", proceed as follows:

On the bottom of the scale beside the battery compartment a switch can be found. Push the switch shown below and choose between the measuring units kg/lb/st.



### **Weighting Function**

- Place the scale on a hard, flat surface (avoid carpets). An uneven floor contributes to inaccurate measurements.
- Stand on the scales with both feet. The device switches on automatically.
- Share your weight equally and wait for the scale to determine your weight.
- The digits on the display will flash before your exact weight will be shown.
- The device will automatically turn off 10 seconds after you have stepped off the scale.

### **Saving Personal Data**

#### **i NOTE:**

- The scale has default values that you can change, as described below.
- Carry out the following steps in sequence and within a few seconds. Otherwise, the device will automatically cancel input mode.
- Press the button SET. The memory space will flash on the display (USER0). Confirm the setting by pressing SET or select another memory space by pressing the UP/DOWN button. Press SET to go to the next setting.
- The symbol for «male» or «female» will flash.

Confirm the setting by pressing SET or use the UP/DOWN button to choose the symbol for your gender. Press to go the next setting.

- The height setting will flash. Select your height by pressing UP or DOWN button. Holding down one of the buttons will accelerate the process. Confirm your entry by pressing SET.
- The setting will flash. Select your age by pressing UP or DOWN button. Holding down one of the buttons will accelerate the process. Confirm your entry by pressing SET.

#### **i NOTE:**

- The device can only operate correctly if you stand on the device with bare, dry feet!
- If necessary wipe the contact surface to improve the results.
  - Due to the significant fluctuation of body fat, it is difficult to attain a standard value. On average, the optimal testing time is between 6 p.m. and 8 p.m., since the body fat remains very consistent during this period of time.
  - Press the SET button. The preset stored position date appears on the display (USER flash). Use the UP/DOWN button to select the stored position at which your date is saved.
  - Wait for the USER display and 0.0kg(0.0lb/st) to stop flashing.
- Stand on the contact surfaces (1) of the scales with both feet.
  - Firstly, your weight will flash on the display.
  - After a few seconds, the following results will be shown:
    - the body fat content in%(FAT symbol)
    - the body water content in %(TBW symbol)
    - the results analysis in the form of a bar
    - the muscle mass content in %(MUS symbol)
    - the bone mass content in %(BON symbol)
  - the present gender
  - the present height
  - the present age