



# MANUAL

## InnerScan<sup>®</sup>V

### Segmental Body Composition Monitor



**Model: BC-601**

- (Eng) 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.
- (Ru) Инструкция по эксплуатации**  
Внимательно прочтите данную инструкцию по эксплуатации и сохраните ее для будущих обращений.

## Eng Table of Contents

Introduction .....	1
Features and functions .....	1
Preparations before use .....	2
Getting accurate readings .....	2
Automatic shut-down function .....	2
Setting (resetting) date and time .....	3
Setting and storing personal data in memory .....	4
Taking weight and body fat readings .....	5
How to see the reading of each segment .....	7
Using the Visceral Fat Button .....	8
Visceral Fat Rating .....	8
Visceral Fat Trend .....	8
Recall Function .....	9
Programming the guest mode .....	10
Taking weight measurement only .....	10
Switching the weight mode .....	10
Troubleshooting .....	11

## D Inhaltsverzeichnis

Einleitung .....	12
Merkmale und Funktionen .....	12
Vorbereitungen vor Gebrauch .....	13
So erhalten sie genaue Messwerte .....	13
Automatische Abschaltfunktion .....	13
Datum und Zeit einstellen (zurückstellen) .....	14
Persönliche Daten einstellen und abspeichern .....	15
Gewicht und Körperfett messen .....	16
Wie man die Messwerte der einzelnen Segmente anzeigt .....	18
Die Eingeweidefett-Taste benutzen .....	19
Eingeweidefett-Einstufung .....	19
Eingeweidefett-Tendenz .....	19
Erinnerungs-Funktion .....	20
Den Gastmodus programmieren .....	21
Nur das Gewicht messen .....	21
Den Wiegemodus ändern .....	21
Fehlersuche .....	22

## F Table des matières

Introduction .....	23
Caractéristiques .....	23
Avant utilisation .....	24
Comment obtenir des résultats exacts .....	24
Fonction d'arrêt automatique .....	24
Paramétrer (réinitialiser) date et heure .....	25
Paramétrer et stocker les données personnelles en mémoire .....	26
Lecture du poids et des mesures de graisse corporelle .....	27
Comment voir les résultats par segment .....	29
Utilisation du bouton de graisse viscérale .....	30
Niveau de graisse viscérale .....	30
Variation de graisse viscérale .....	30
Fonction de rappel .....	31
Programmation du mode invité .....	32
Mesure du poids seulement .....	32
Changement de mode poids .....	32
Dépannage .....	33

## NL Inhoudsopgave

Introductie .....	34
Eigenschappen en functies .....	34
Vorbereidingsmaatregelen .....	35
Afleen nauwkeurigheid .....	35
Automatische uitschakelfunctie .....	35
Datum en tijd instellen (resetten) .....	36
Instellen en opslaan van persoonlijke gegevens in het geheugen .....	37
Gewichts- en lichaamsvetmetingen uitvoeren .....	38
De aparte resultaten voor segmenten bekijken .....	40
De toets Visceraal vet bedienen .....	41
Klassering Visceraal vet .....	41
Evolutie Visceraal vet .....	41
Recall functie .....	42
De gast-modus programmeren .....	43
Enkel gewichtsmeting uitvoeren .....	43
De gewichtsmodus wisselen .....	43
Probleemoplossing .....	44

## I Indice

Introduzione .....	45
Caratteristiche e funzionalità .....	45
Impostazione (ripristino) ora .....	46
Rilevamento di valori accurate .....	46
Funzione di spegnimento automatic .....	46
Impostazione (ripristino) data e orario .....	47
Impostazione e memorizzazione dei dati personali .....	48
Rilevazione del peso e del grasso corporeo .....	49
Come visualizzare la lettura di ciascun segmento .....	51
Uso del pulsante Grasso viscerale .....	52
Indice di grasso viscerale .....	52
Tendenza del grasso viscerale .....	52
Funzione di richiamo .....	53
Programmazione della modalità ospite .....	54
Rilevamento del solo peso .....	54
Cambio della modalità di pesatura .....	54
Risoluzione dei problemi .....	55

## E Índice de materias

Introducción .....	56
Prestaciones y funciones .....	56
Preparaciones antes del uso .....	57
Como obtener lecturas exactas .....	57
Función de apagado automatic .....	57
Configurar (reconfigurar) la fecha y la hora .....	58
Configurar y almacenar los datos personales en la memoria .....	59
Tomar las lecturas del peso y grasa corporal .....	60
Cómo ver la lectura de cada segment .....	61
Uso del Botón de Grasa Visceral .....	63
Proporción de grasa visceral .....	63
Tendencia de grasa visceral .....	63
Función de recuperación de memoria .....	64
Programación del modo de invitado .....	65
Para tomar sólo la medición del peso .....	65
Cambiar el modo de peso .....	65
Resolución de fallos .....	66

## Ru Содержание

Введение .....	67
Характеристики и функции .....	67
Подготовка к использованию .....	68
Получение точных показаний .....	68
Функция автоматического отключения .....	68
Установка (сброс) даты и времени .....	69
Задание и запись в память персональных данных .....	70
Получение значений веса и содержания жира в теле .....	71
Просмотр показаний по каждому из сегментов .....	72
Использование кнопки висцерального жира .....	74
Назначение висцерального жира .....	74
Динамика изменения висцерального жира .....	74
Функция повторного вызова (recall) .....	75
Программирование гостевого (guest) режима .....	76
Измерение только веса тела .....	76
Переключение режима взвешивания .....	76
Поиск неисправностей .....	77

## INTRODUCTION

Thank you for selecting a Tanita Body Composition Monitor. This monitor is one in a wide range of home healthcare products produced by Tanita.

This Instruction Manual will guide you through the setup procedures and outline the button features.

Additional information on healthy living can be found on our website [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu).

Tanita products incorporate the latest clinical research and technological innovations.

All data is monitored by our Tanita Medical Advisory Board to ensure accuracy.

**Note:** Read this Instruction Manual carefully and keep it handy for future reference.



### ⚠ Safety Precautions

Note that people with an electronic medical implant, such as a pacemaker, should not use a Body Composition Monitor as it passes a low-level electrical signal through the body, which may interfere with its operation.

Pregnant women should use the weight function only. All other function are not intended for pregnant women.

Do not place this monitor on slippery surfaces such as a wet floor.

Please do not use scale immediately after bathing or strenuous exercise. Scale platform will be slippery when wet. Please wipe platform with clean, dry cloth to remove any liquids.

### Important Notes for Users

This Body composition monitor is intended for adults and children (ages 5-17) standard and athletic body types.

**Tanita defines “athlete” as a person involved in intense physical activity of approximately 10 hours per week and who has a resting heart rate of approximately 60 beats per minute or less. Tanita’s athlete definition includes “lifetime of fitness” individuals who have been fit for years but currently exercise less than 10 hours per week.**

**The body fat monitor function is not intended for pregnant women, professional athletes or bodybuilders.**

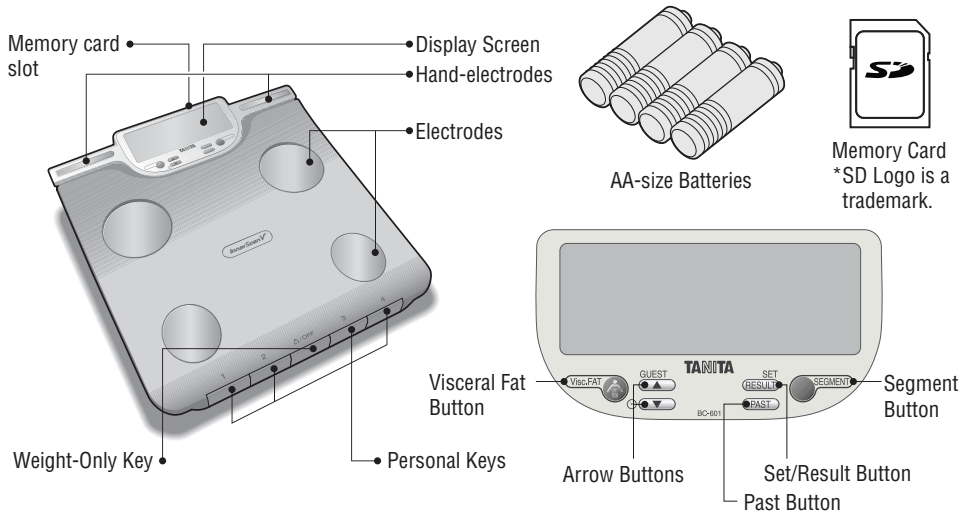
Recorded data may be lost if the unit is used incorrectly or is exposed to electrical power surges. Tanita takes no responsibility for any kind of loss caused by the loss of recorded data.

Tanita takes no responsibility for any kind of damage or loss caused by these units, or any kind of claim made by a third person.

**Note:** Body fat percentage estimates will vary with the amount of water in the body, and can be affected by dehydration or over-hydration due to such factors as alcohol consumption, menstruation, illness, intense exercise, etc.

## FEATURES AND FUNCTIONS

### Measuring Platform

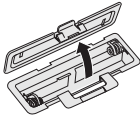




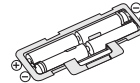
---

## PREPARATIONS BEFORE USE

---



Open as shown.



Direction of the batteries.

### Inserting the Batteries

Turn the scale over and remove the battery cover by releasing the latch, insert 4 x AA batteries (included) with the correct polarity as indicated.

**Note:** Be sure that the polarity of the batteries is set properly. If the batteries are incorrectly positioned the fluid may leak and damage floors. If you do not intend to use this unit for a long period of time, it is advisable to remove the batteries before storage.

Please note that the included batteries from the factory may have decreased energy levels over time.



### Positioning the Monitor

Place the measuring platform on a hard, flat surface where there is minimal vibration to ensure safe and accurate measurement.

**Note:** To avoid possible injury, do not step on the edge of the platform.

---

## Handling Tips

This monitor is a precision instrument utilising state-of-the-art technology.

To keep the unit in the best condition, please follow these instructions carefully:

- Do not attempt to disassemble the measuring platform.
- Store the unit horizontally, and place it so that the buttons will not be pressed accidentally.
- Avoid excessive impact or vibration to the unit.
- Place the unit in an area free from direct sunlight, heating equipment, high humidity, or extreme temperature change.
- Never submerge in water. Use alcohol to clean the electrodes and glass cleaner (applied to a cloth first) to keep them shiny; avoid using soaps.
- Do not step on the platform with wet feet.
- Do not drop any objects onto the platform.

---

## GETTING ACCURATE READINGS

---

To ensure accuracy, readings should be taken without clothing and under consistent conditions of hydration. If you do not undress, always remove your socks or stockings, and be sure the soles of your feet are clean before stepping onto the measuring platform. Be sure your heels are correctly aligned with the electrodes on the measuring platform. Don't worry if your feet appear too large for the unit, accurate readings can still be obtained if your toes overhang the platform. It is best to take readings at the same time of day. Try to wait about three hours after rising, eating, or exercising before taking measurements. While readings taken under other conditions may not have the same absolute values, they are accurate for determining the percentage of change as long as the readings are taken in a consistent manner. To monitor progress, compare weight and body fat percentage taken under the same conditions over a period of time.

**Note:** An accurate reading will not be possible if the soles of your feet are not clean, or if your knees are bent or you are in a sitting position.

---

## AUTOMATIC SHUT-DOWN FUNCTION


---

The automatic shut-down function shuts off the power automatically in the following cases:

- If you interrupt the measurement process. The power will shut down automatically within 20 to 70 seconds, depending upon the type of operation.
- If an extreme weight is applied to the platform.
- During programming, if you do not touch any of the buttons within 60 seconds.\*
- After you have completed the measuring process.

\***Note:** If the power shuts off automatically, repeat the steps from "Setting and Storing Personal Data in Memory" (p.4).

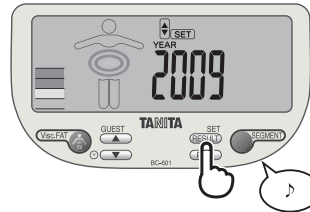
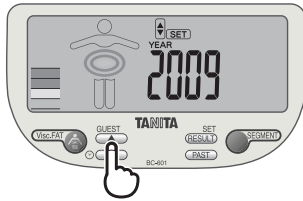
## SETTING (RESETTING) DATE AND TIME

Press  to turn on the unit.

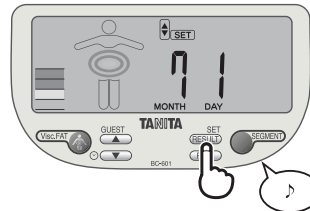
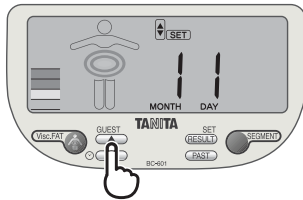
### 1. Set Year

Specify with  and .

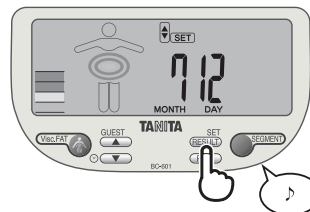
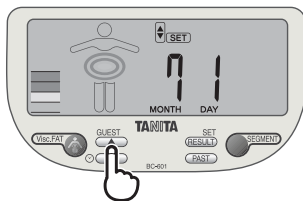
Press SET to confirm.



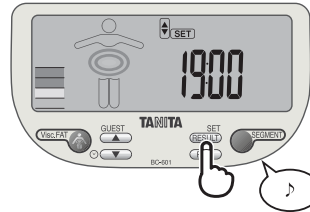
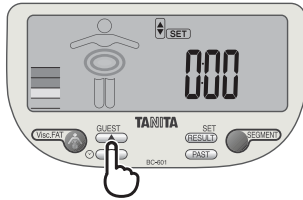
### 2. Set Month



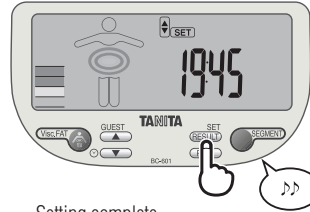
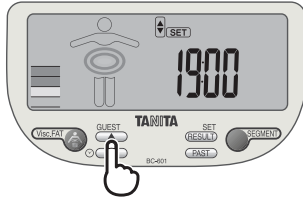
### 3. Set Day



### 4. Set Hour




### 5. Set Minute



Setting complete.

### Resetting time

Press  and hold for 3 seconds to turn on the unit. Then follow the procedure 1 to 5.

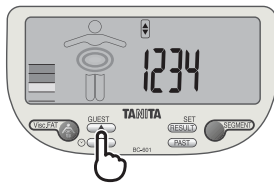


## SETTING AND STORING PERSONAL DATA IN MEMORY

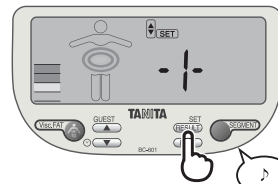
You will receive readings only if data has been programmed into one of the personal data memories or the Guest mode.  
The monitor can store personal details for up to 4 people.  
Press SET to turn on the unit.

### 1. Select a number

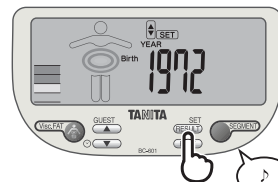
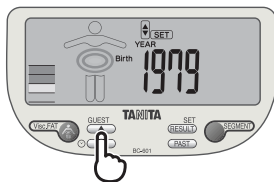
Specify with and .



Press SET to confirm.

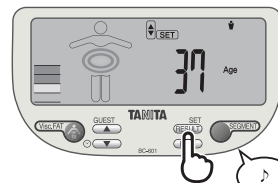
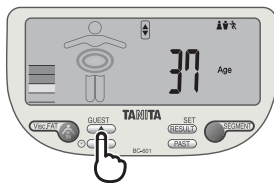


### 2. Set your Birthday (Year/Month/Day).

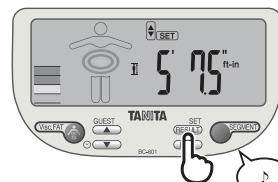
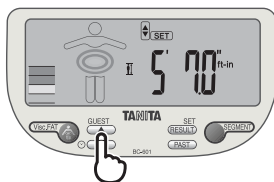


### 3. Select Female or Male

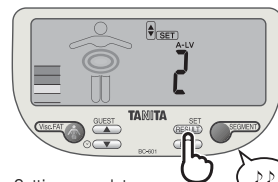
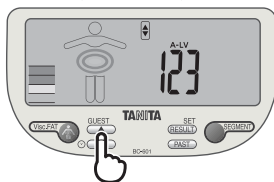
Female () or Male () , Female/Athlete () , and Male/Athlete ()



### 4. Specify the Height



### 5. Specify the Activity Level



Setting complete.

Note: When you change the birthday and/or gender, the unit will show "CLr". If you select "YES" using buttons , the existing personal data and tracking data will be deleted. If you select "no" using , no new data will be saved (existing data will be unchanged) then the unit will be shut off.

In order to delete personal data, press SET and choose a number with , then press and hold SET. The display will show CLr. Choose YES or no with and press SET to confirm.

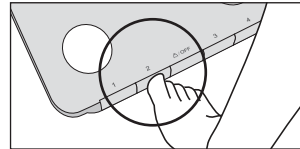
## TAKING WEIGHT AND BODY FAT READINGS

### 1. Select Personal Data Number

Press your personal key, and the display will show "0.0".

Note: You can change your height setting by pressing SET while "0.0" is shown.

Specify your height with , and press SET to confirm.

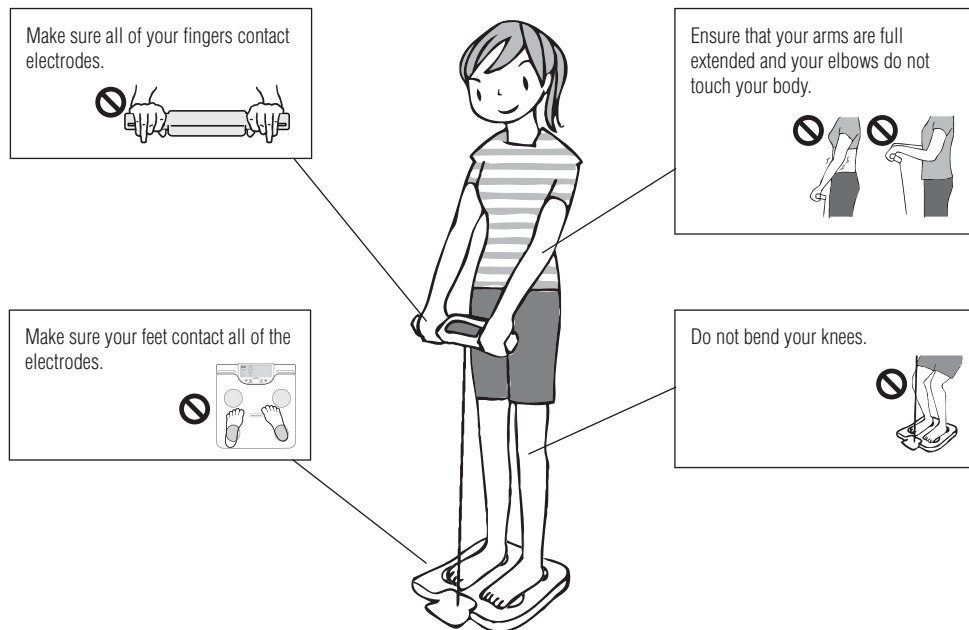


### 2. Step on

When "0.0" is displayed, hold the hand-electrode as shown and step onto the platform.

The unit will beep twice when the measurement is taken. Please stand still until the unit beeps.

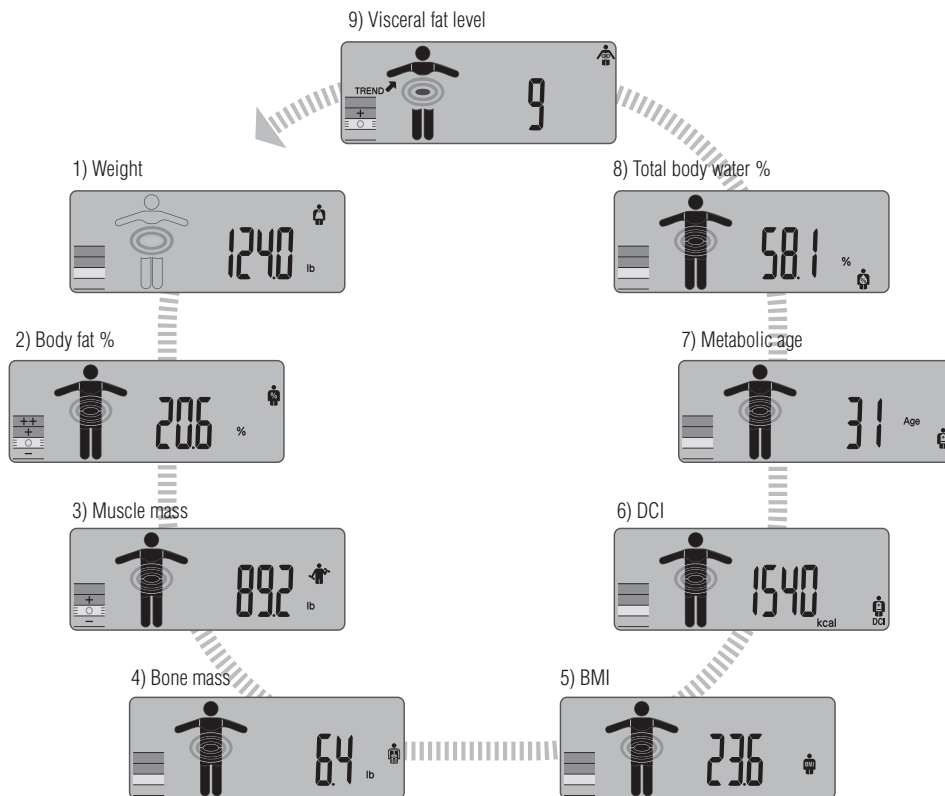
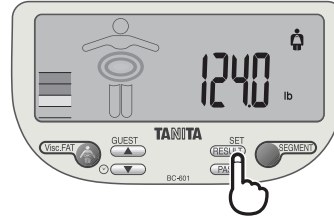
Note: If you step onto the platform before "0.0" appears the display will show "Err" and you will not obtain a reading.





### 3. Obtain Your Readings

After the measurement, the unit will display all the readings. Step off the scale and press **RESULT** to see a desired reading.

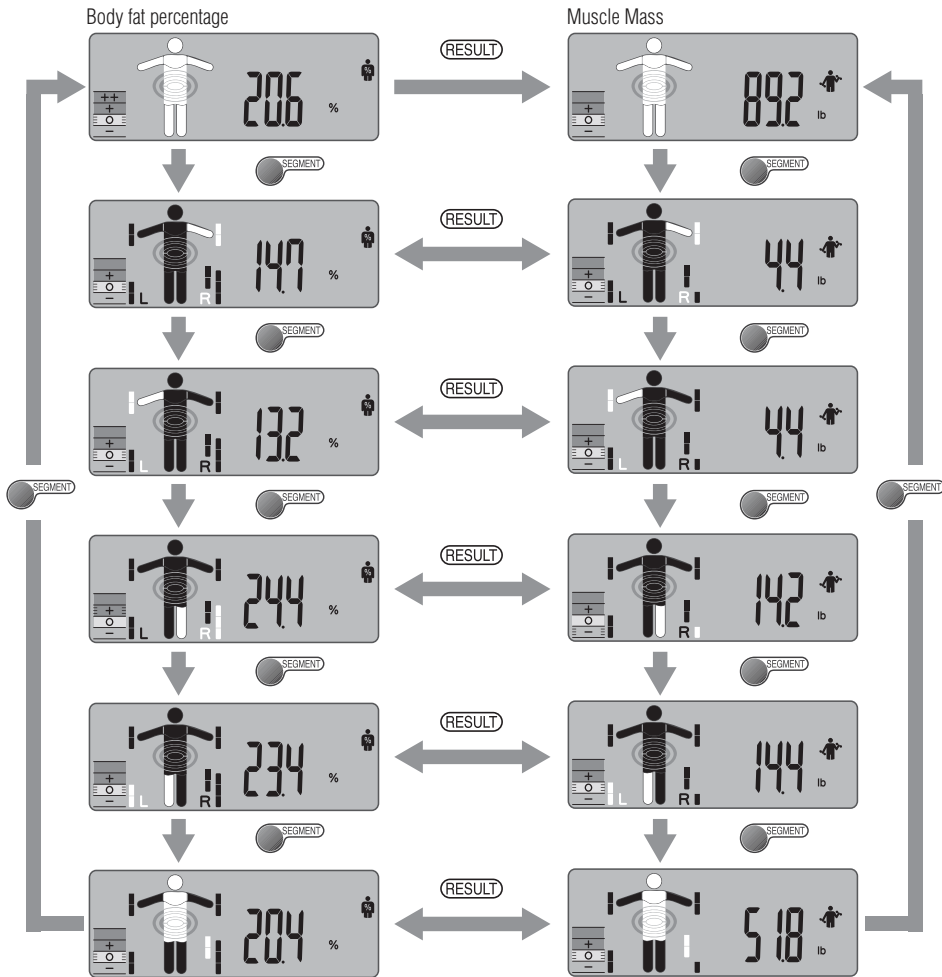


Note: For children (age 5-17), the unit will only display the Weight, the Body fat % and the BMI.

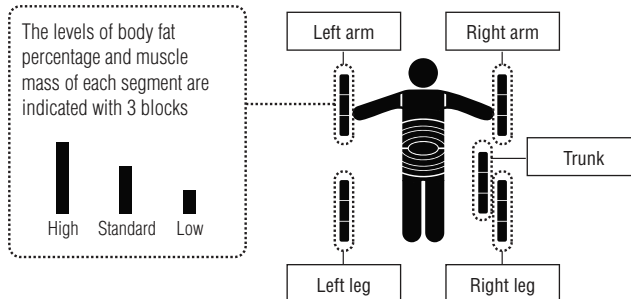


## HOW TO SEE THE READING OF EACH SEGMENT

Press **SEGMENT** to see the readings of right arm, left arm, right leg, left leg, and trunk while readings are displayed.




Level Indicator





## USING THE VISCERAL FAT BUTTON

Using  enables you to see your visceral fat rating whenever your readings are displayed.

After the measurement, step off the platform and press  while your readings are displayed.



## VISCERAL FAT RATING

**This feature indicates the rating of visceral fat in your body.**

Visceral fat is the fat that is in the internal abdominal cavity, surrounding the vital organs in the trunk (abdominal) area. Research shows that even if your weight and body fat remains constant, as you get older the distribution of fat changes and is more likely to shift to the trunk area especially post menopause. Ensuring you have healthy levels of visceral fat may reduce the risk of certain diseases such as heart disease, high blood pressure, and the onset of type 2 diabetes.

The Tanita Body Composition Monitor will provide you with a visceral fat rating from 1 – 59.

### Rating from 1 – 12

Indicates you have a healthy level of visceral fat. Continue monitoring your rating to ensure that it stays within the healthy range.

### Rating from 13 – 59

Indicates you have an excess level of visceral fat. Consider making changes in your lifestyle possibly through diet changes or increasing exercise.

**Source :** Data from Columbia University (New York) & Tanita Institute (Tokyo)

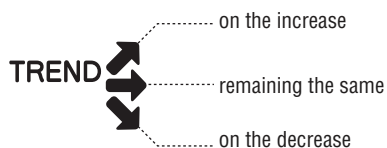
### Note:

- Even if you have a low body fat rate, you may have a high visceral fat level.
- For medical diagnosis, consult a physician.

## VISCERAL FAT TREND

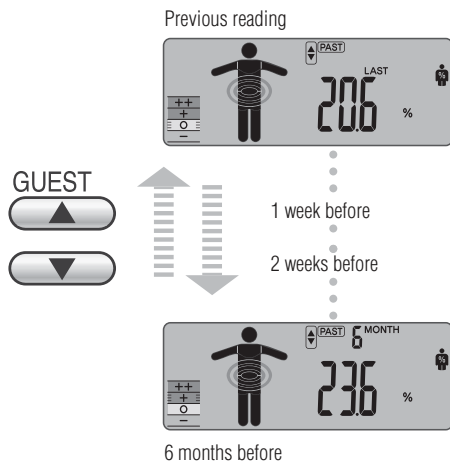
The arrow (→) indicates if your visceral fat level is on the increase or decrease.

The trend indication is displayed only when you take measurements at least 5 times in 2 weeks. Please be sure to take measurement everyday under same conditions.

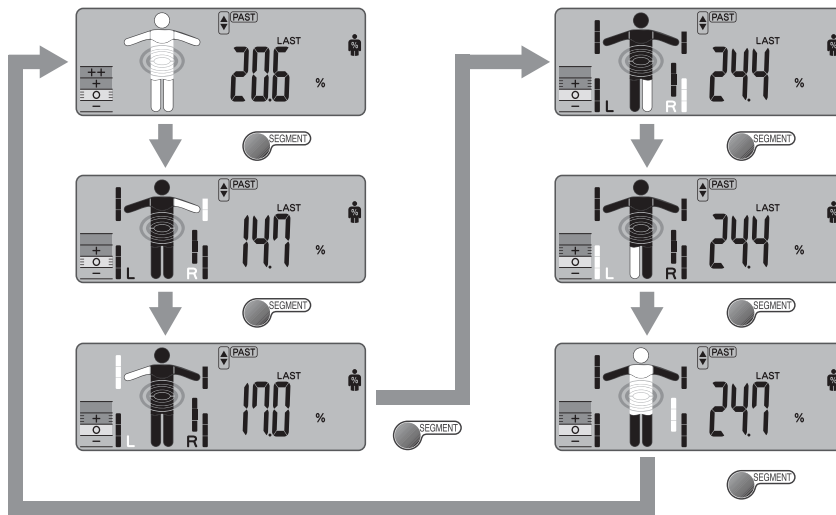


## RECALL FUNCTION

The previous readings of the following features can be obtained using the recall function.  
 To obtain previous readings, press **(PAST)** while the current readings are displayed.  
 To see other previous readings, press **(▲)** **(▼)** for each desired reading. Press SET again to go back to the current result display.  
 You can also see your past readings without taking measurement by pressing your personal key and **(PAST)**.



Press **(SEGMENT)** to show reading of each segment while previous readings are displayed.  
 Press **(RESULT)** to choose Body fat percentage or Muscle Mass to be displayed.



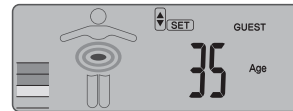
Note: For children (age 5-17), the unit will only display the Weight, the Body fat % and the BMI.



## PROGRAMMING THE GUEST MODE

Guest mode allows you to programme the unit for a one-time use without resetting a Personal data number.

Press  $\Delta$ OFF or [GUEST] and step on to the platform holding the hand-electrodes. Press GUEST to start measurement.



After the measurement, the unit will beep once, and now step off the platform. To obtain your readings, input your personal information such as Age, Sex, Height, and Activity Level. Please see page 4 for more details.

## TAKING WEIGHT MEASUREMENT ONLY

### Select Weight-Only Key

Press  $\Delta$ OFF. After 2 or 3 seconds, "0.0" will appear in the display and the unit will beep. When "0.0" appears in the display, step onto the platform. The body weight value will appear. The power will then shut down automatically.



## SWITCHING THE WEIGHT MODE **Note: For use only with models containing the weight mode switch.**

You can switch the unit indication by using the switch on the back of the hand-electrodes (kg/lb/st lb).



## TROUBLESHOOTING

### If the following problems occur ...then...

- **Lo** appears on the display, or all the data appears and immediately disappears.  
Batteries are low. When this message appears, be sure to replace the batteries immediately, since weak batteries will affect the accuracy of your measurements. Change all the batteries at the same time with new batteries.  
Note: Your settings and past memory will not be erased from the memory when you remove the batteries.
- **Err** appears while measuring.  
Please stand on the platform keeping movement to a minimum.  
The unit cannot accurately measure your weight if it detects movement.  
The Body Fat Percentage is more than 75%, readings cannot be obtained from the unit.
- **The Body Fat Percentage reading does not appear.**  
Make sure socks or stockings are removed, and the soles of your feet are clean and properly aligned with the guides on the measuring platform.
- **UL** appears while measuring.  
Reading cannot be obtained if the weight capacity is exceeded.

### Specifications

BC-601

#### Weight Capacity

150kg (330lb) (23st 8lb)

#### Weight Increments

0.1kg (0.2lb) (0.2lb)

#### Body Fat Increments

0.1%

#### Personal Data

4 memories

#### Power Supply

4 AA batteries (included)

#### Power Consumption

150 mA maximum

#### Measuring Current

50 kHz, 100  $\mu$ A



Notice:

These marks can be found out on contaminant-containing

Batteries: **Pb** Pb = Battery contains lead,

**Cd** Cd = Battery contains cadmium,

**Hg** Hg = Battery contains mercury.

### ⚠ Not allowed to mix batteries with consumer wastes!

As consumer you are legally bound to return used or discharged batteries. You can deposit your old batteries at the public collecting points in your town, or wherever the corresponding batteries are sold and specifically marked collecting boxes have been set up. In case of scrapping the apparatus, the batteries should be removed from it and deposited at the collecting points as well.



The device features radio interference suppression in compliance with EC regulation 2004/108/EC

### Federal Communications Commission and Canadian ICES Notice

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules and Canadian ICES-003. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

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

### Modifications

The FCC requires the user to be notified that any changes or modifications made to this device that are not expressly approved by Tanita Corporation may void the user's authority to operate the equipment.

## INTRODUCTION

Merci d'avoir choisi un impédancemètre Tanita. Cet appareil fait partie de la vaste gamme de produits de santé grand public de Tanita.

Ce mode d'emploi vous guide dans les procédures d'installation et vous explique les fonctions principales de l'appareil.

Veillez le garder à portée de main pour vous y référer ultérieurement. Pour toute information complémentaire sur la santé au quotidien, n'hésitez pas à consulter notre site Web [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu).

Les produits Tanita intègrent les dernières recherches cliniques et innovations technologiques.

Le Comité consultatif médical de Tanita vérifie toutes les données pour garantir leur validité.

Remarque : A lire attentivement et à garder en cas de besoin.



### ⚠ Précautions d'emploi

L'utilisation d'un impédancemètre par les sujets porteurs d'implants médicaux électroniques tels que les stimulateurs cardiaques est fortement déconseillée, car l'impédancemètre émet un courant électrique de faible intensité qui parcourt le corps et qui risque d'interférer avec son fonctionnement.

Les femmes enceintes ne doivent utiliser que la fonction de mesure du poids. Aucune des autres fonctions n'est conçue pour les femmes enceintes.

Ne posez pas cet appareil sur une surface glissante telle qu'un sol mouillé.

Évitez d'utiliser la balance immédiatement après un bain ou une activité physique fatigante. La balance est glissante lorsqu'elle est mouillée. Essayez la balance avec un chiffon propre et sec pour éliminer l'humidité.

### Remarques importantes à l'intention des utilisateurs

Cette balance impédancemètre est destinée aux adultes et enfants âgés de 5 à 17 ans sédentaires ou modérément actifs, ainsi qu'aux adultes pratiquant du sport de façon intensive.

**Tanita définit « une personne dotée d'une corpulence athlétique » comme une personne effectuant approximativement 10 heures d'activité physique par semaine et dont le rythme cardiaque au repos est inférieur ou égal à 60 battements par minute. Ceci inclut également les personnes ayant eu une activité physique élevée tout au long de leur vie mais dont l'activité physique actuelle ne dépasse pas 10 heures par semaine. La fonction de contrôle du taux de graisse corporelle n'est pas destinée aux femmes enceintes, athlètes professionnels ou culturistes.**

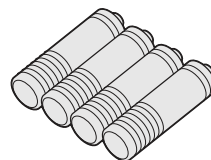
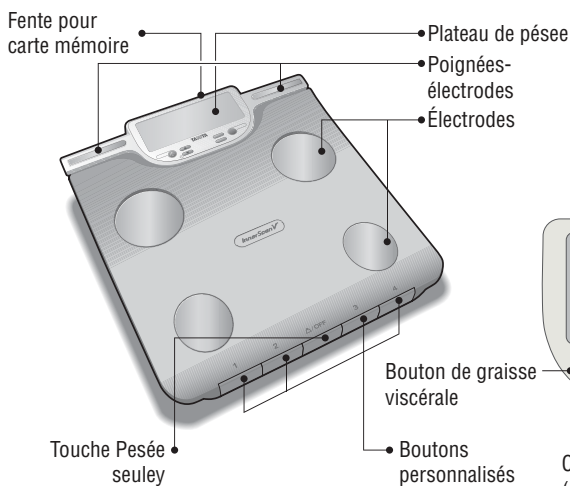
En cas d'utilisation incorrecte de l'appareil ou de surtension électrique, les données enregistrées peuvent être perdues. Tanita décline toute responsabilité en cas de problème occasionné suite à la perte de données enregistrées.

Tanita décline toute responsabilité en cas de perte ou de dommages occasionnés par ses appareils ou en cas de réclamation effectuée par un tiers.

Remarque : Le calcul du taux de graisse corporelle varie en fonction du volume d'eau contenu dans l'organisme, et peut également être affecté par la déshydratation ou un niveau hydrique excessif dus à divers facteurs tels que la consommation d'alcool, la période des règles, une maladie, un exercice physique intense, etc.

## CARACTÉRISTIQUES

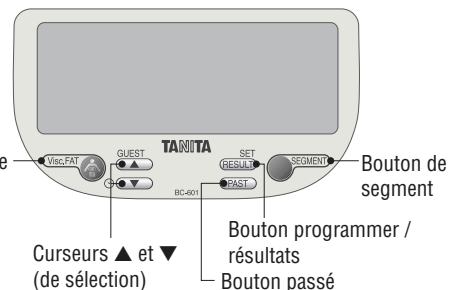
### Plateau de pesée



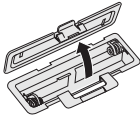
Piles AA



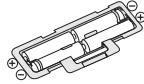
Carte mémoire  
\*Logo SD est une marque déposée.



## AVANT UTILISATION



Ouvrez le compartiment comme indiqué.



Position correcte des piles.

### ⚠ Insertion des piles

Retournez le pèse-personne et retirez le couvercle du tiroir à piles en faisant jouer le loquet, puis insérez les 4 piles neuves (fournies) en veillant à respecter les règles de polarité indiquées.

**Remarque :** assurez-vous que les piles sont placées dans le bon sens, en respectant la polarité. Si elles ne sont pas dans la bonne position, elles risquent de couler et d'endommager le plancher. En cas de non-utilisation prolongée, il est conseillé de retirer les piles de l'appareil.

Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.



### ⚠ Positionnement de l'appareil

Placez le plateau de pesée sur une surface dure et plane présentant un niveau de vibrations minimal, ceci afin d'assurer une mesure exacte, en toute sécurité.

**Remarque :** pour des raisons de sécurité, évitez de marcher sur les bords du plateau.

## Conseils de manipulation

Cet appareil est un instrument de précision faisant appel à des technologies de pointe.

Pour maintenir l'appareil dans des conditions optimales d'utilisation, suivez les indications suivantes :

- Ne tentez pas de démonter la balance.
- Rangez l'appareil à l'horizontale et de manière à ce que les touches ne puissent pas être actionnées accidentellement.
- Ne le faites pas tomber et ne montez pas dessus brusquement. Évitez les vibrations excessives.
- N'exposez pas l'appareil directement aux rayons du soleil et ne le placez pas à proximité d'un radiateur ni dans un endroit susceptible d'être très humide ou de présenter des variations de température importantes.
- Ne l'immergez pas dans l'eau et n'utilisez pas de détergent pour le nettoyer. Nettoyez les électrodes à l'aide d'un chiffon imbibé d'alcool.
- Ne montez pas sur le plateau de pesée lorsque vous êtes mouillé.
- Ne faites pas tomber des objets sur l'appareil.

## COMMENT OBTENIR DES RÉSULTATS EXACTS

Pour que les résultats soient aussi exacts que possible, les mesures doivent être effectuées sans vêtements et dans des conditions hydriques similaires. Si vous n'ôtez pas vos vêtements, ôtez vos collants ou chaussettes et assurez-vous que vos pieds sont propres et secs avant de monter sur la balance. Assurez-vous que vos talons sont correctement alignés avec les électrodes du plateau de pesée.

Ne vous inquiétez pas si le plateau semble trop court pour vos pieds. L'appareil fonctionne correctement même lorsque vos orteils dépassent du plateau. Il est préférable d'effectuer les mesures à la même heure de la journée et dans des conditions identiques pour obtenir des résultats homogènes. Essayez si possible d'effectuer la mesure au moins 3 heures après le lever, un repas ou un exercice physique violent.

**Remarque :** les mesures ne sont valides que si vos pieds sont propres et secs, que vos genoux ne sont pas pliés et que vous n'êtes pas assis.

## FONCTION D'ARRÊT AUTOMATIQUE

La fonction d'arrêt automatique éteint l'appareil dans les cas suivants :

- en cas d'interruption de la mesure, l'appareil se met hors tension dans les 20 ou 70 secondes suivantes, en fonction du type d'opération effectuée ;
- Si l'appareil reçoit un poids extrême.
- si vous n'appuyez sur aucun bouton ou touche pendant 60 secondes au cours de la programmation ;\*
- à la fin de la mesure.

\***Remarque :** Si l'appareil se met hors tension automatiquement, recommencez les opérations depuis "Paramétrer et stocker les données personnelles en mémoire" (page 26).

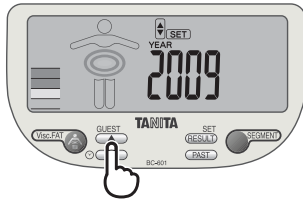


## PARAMÉTRER (RÉINITIALISER) DATE ET HEURE

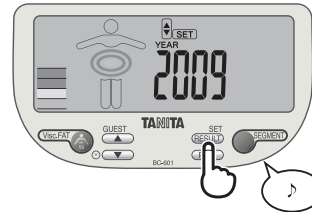
Appuyez sur  pour allumer l'appareil.

### 1. Entrez l'année

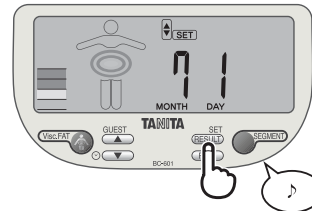
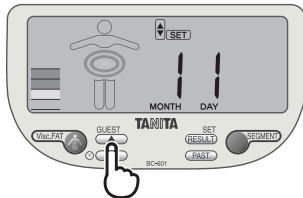
Précisez avec  et .



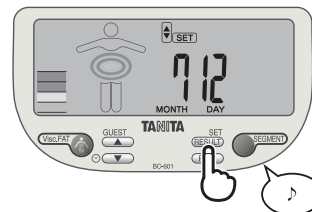
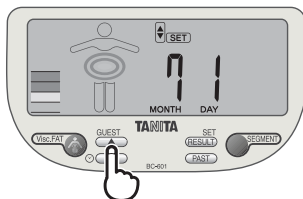
Appuyez sur SET pour confirmer.



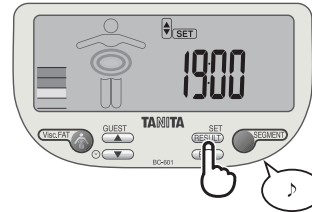
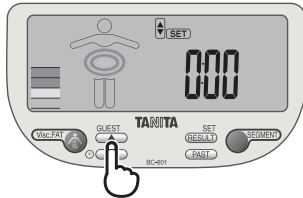
### 2. Entrez l'année



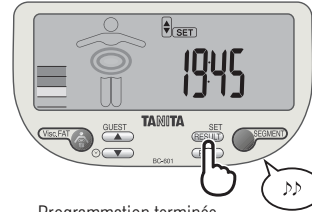
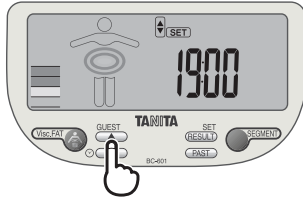
### 3. Entrez l'année



### 4. Entrez l'année



### 5. Entrez l'année



Programmation terminée.

### Entrez l'année

Appuyez et maintenez pendant 3 secondes pour allumer l'appareil. Puis suivre la procédure 1 à 5.





## PARAMÉTRER ET STOCKER LES DONNÉES PERSONNELLES EN MÉMOIRE

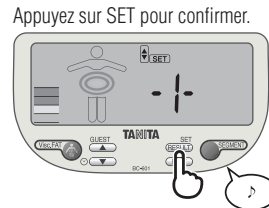
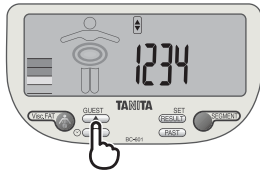
Vous pourrez lire les résultats uniquement si les données ont été programmées dans l'une des mémoires de données personnelles ou en mode invité.

L'appareil peut stocker des informations personnelles pour un maximum de 4 personnes.

Appuyez sur SET pour allumer l'appareil.

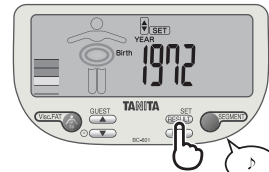
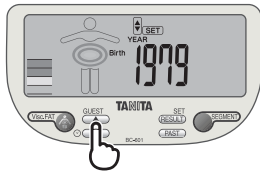
### 1. Sélectionnez un chiffre personnel

Précisez avec ▲ et ▼.



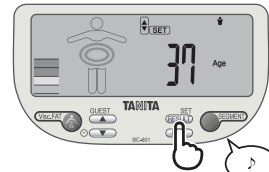
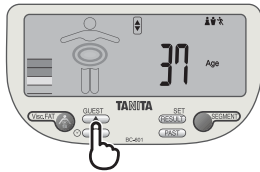
Appuyez sur SET pour confirmer.

### 2. Entrez votre date de naissance (Année/Mois/Jour).

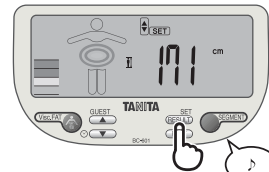
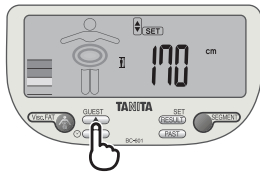


### 3. Sélectionnez Homme ou Femme

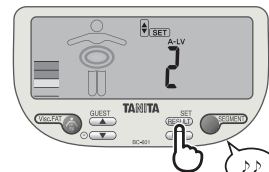
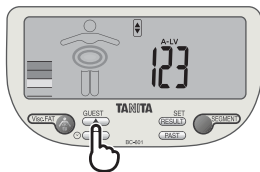
Femme (♀) ou Homme (♂), Femme / athlète (♀⚡), et Homme / athlète (♂⚡)



### 4. Entrez la taille



### 5. Précisez le niveau d'activité



Programmation terminée.

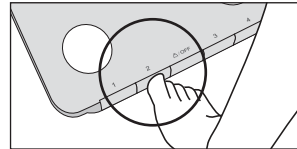
Remarque : Lorsque vous modifiez la date de naissance et / ou le sexe, l'appareil affiche "CLR". Si vous sélectionnez "YES" (OUI) à l'aide des boutons ▲ ▼, les données personnelles existantes seront effacées. Si vous sélectionnez "no" (non) à l'aide de ▲ ▼, aucune nouvelle donnée sera sauvegardée (les données existantes ne seront pas modifiées), et l'appareil s'éteindra. Lorsque vous modifiez la date de naissance et / ou le sexe, l'appareil affiche "CLR". Si vous sélectionnez "YES" (OUI) à l'aide des boutons ▲ ▼, les données personnelles existantes seront effacées. Si vous sélectionnez "no" (non) à l'aide de ▲ ▼, aucune nouvelle donnée sera sauvegardée (les données existantes ne seront pas modifiées), et l'appareil s'éteindra.

## LECTURE DU POIDS ET DES MESURES DE GRAISSE CORPORELLE

### 1. Sélectionnez le chiffre personnel

Appuyez sur votre touche personnelle, et l'écran affichera "0.0".

Remarque : Vous pouvez changer votre taille tout en appuyant sur la touche SET lorsque "0.0" est affiché. Précisez votre taille avec ▲ ▼, puis appuyez sur SET pour confirmer.

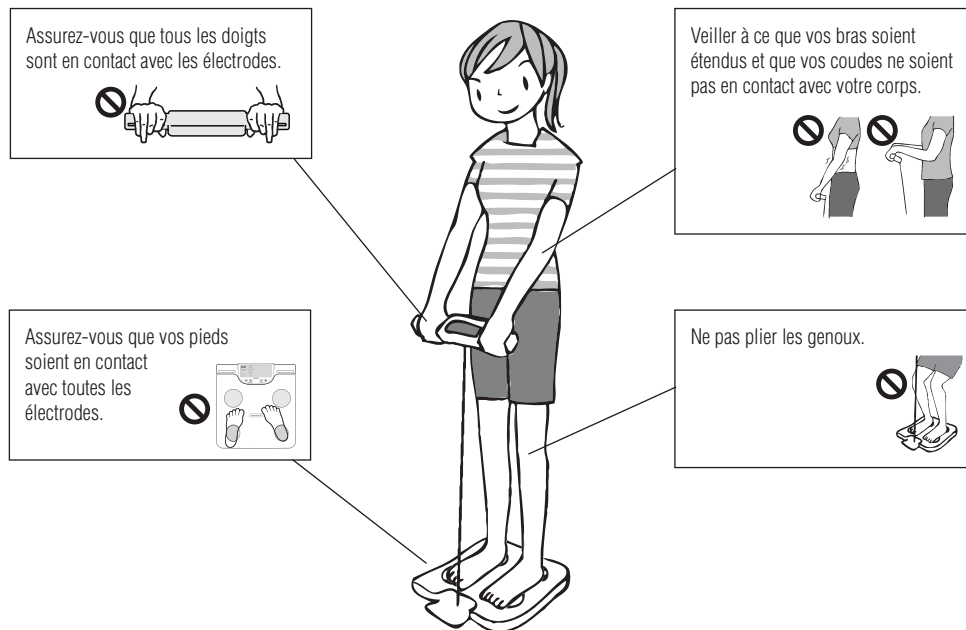


### 2. Montez dessus

L'étape "0.0" est affichée, maintenez les poignées-électrodes comme indiqué et montez sur la plate-forme.

L'appareil bipie deux fois lors de la prise de mesure. Veuillez rester sur la plateforme jusqu'à ce que l'appareil bipie.

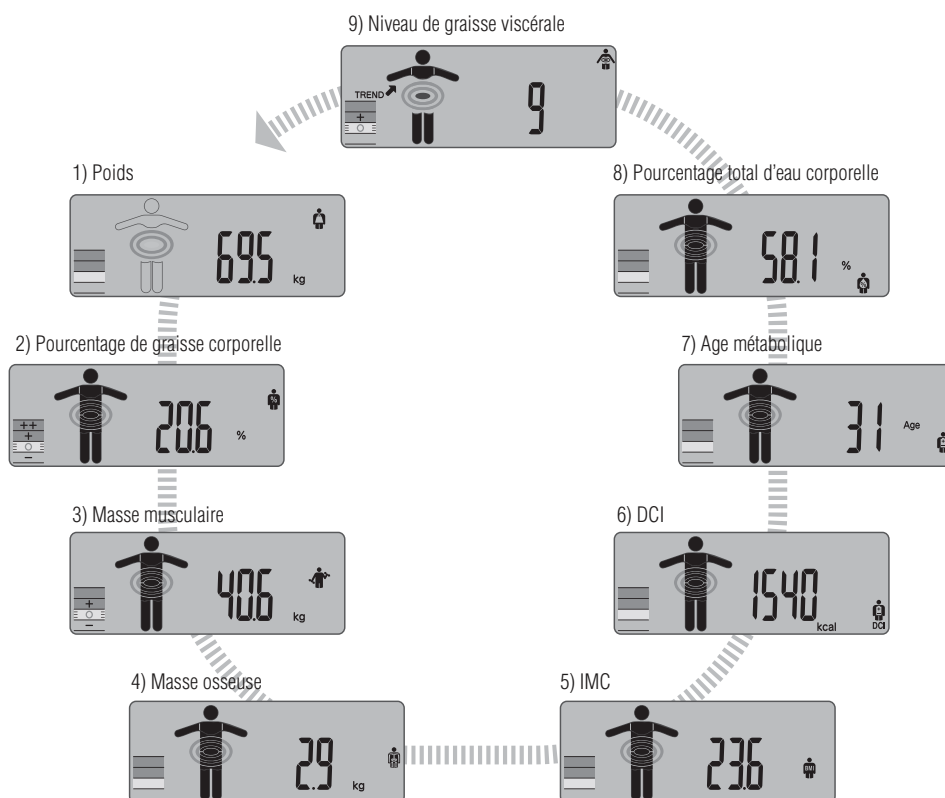
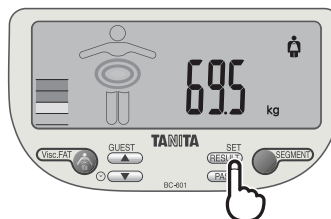
Remarque : Si vous montez sur la plate-forme avant que "0.0" n'apparaisse, l'écran affichera "erreur" et vous ne pourrez pas obtenir une lecture.





### 3. Lisez vos résultats


Après la mesure, l'appareil affiche tous les résultats, descendez de la balance et appuyez sur **RESULT** pour voir le résultat désiré.

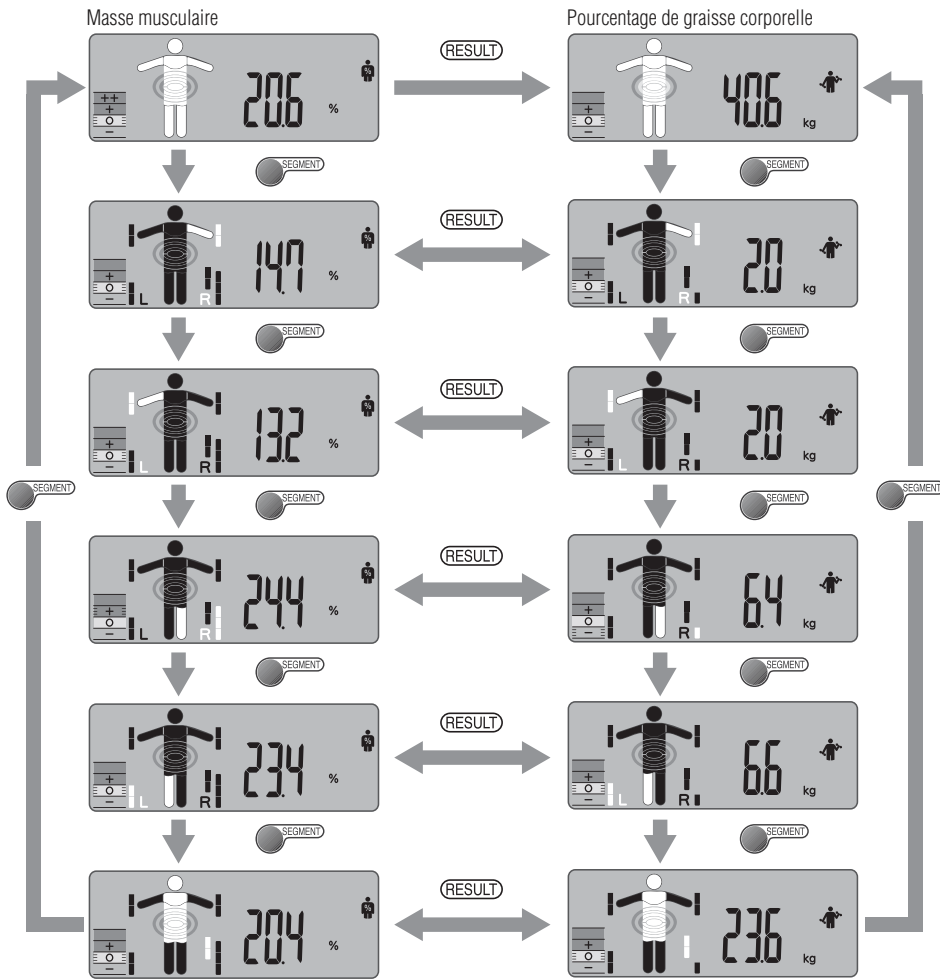


Note : Pour les enfants (âge 5-17), l'appareil n'affiche que le poids, le % de graisse corporelle et le IMC.



## COMMENT VOIR LES RÉSULTATS PAR SEGMENT

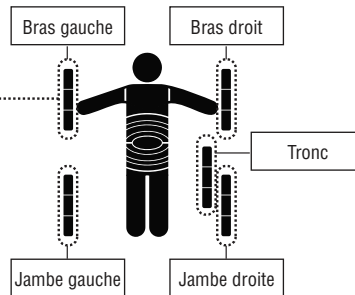
Appuyez sur  pour voir les résultats du bras gauche, du bras droit, de la jambe droite, de la jambe gauche, et le tronc quand que les résultats sont affichées.



Indicateur de niveau

Les niveaux de pourcentage de graisse corporelle et de la masse musculaire pour chaque segment sont indiqués par 3 blocs

Haut Standard Bas





## UTILISATION DU BOUTON DE GRAISSE VISCÉRALE

L'utilisation de  vous permet de voir votre graisse viscérale lorsque vos résultats sont affichés.

Après le pesage, descendez de la plate-forme et appuyez sur  pendant que vos résultats sont affichés.



## NIVEAU DE GRAISSE VISCÉRALE

**Cette fonction indique le niveau de graisse viscérale dans votre corps.**

La graisse viscérale représente la graisse qui se trouve dans la cavité interne de l'abdomen, entourant les organes dans la région (abdominale) du tronc. Des recherches ont prouvé que même si votre poids et votre masse de graisse restent constants, la distribution de graisse se modifie avec l'âge et a tendance à se décaler vers la région du tronc, en particulier après la ménopause. S'assurer d'avoir un niveau normal de graisse viscérale réduit le risque de certaines maladies telles que les maladies cardiaques et l'hypertension artérielle, et retarde le début de diabète de type 2.

L'analyseur de composition corporelle Tanita fournit un niveau de graisse viscérale notée de 1 à 59.

### Évaluation de 1 à 12

Indique que vous possédez un niveau sain de graisse viscérale. Continuez de contrôler votre niveau pour vous assurer qu'il se maintient dans cette plage saine.

### Évaluation de 13 à 59

Indique que vous possédez un niveau excessif de graisse viscérale. Pensez à apporter des changements dans votre style de vie, notamment en changeant de régime alimentaire et en augmentant l'exercice physique.

**Source :** Données de l'Université Columbia (New York) & du Tanita Institut (Tokyo)

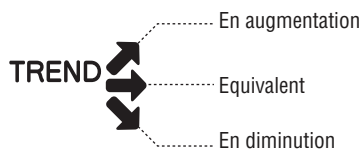
### Remarque :

- Même si vous possédez un faible taux de graisse corporelle, vous pouvez avoir un niveau de graisse viscérale élevé.
- Pour tout diagnostic médical, consultez votre médecin.

## NIVEAU DE GRAISSE VISCÉRALE

La flèche (→) indique si votre niveau de graisse viscérale est à la hausse ou à la baisse.

La variation ne s'affiche que lorsque vous vous pesez au moins 5 fois en 2 semaines. Veuillez vous assurer de vous peser à chaque fois dans les mêmes conditions.





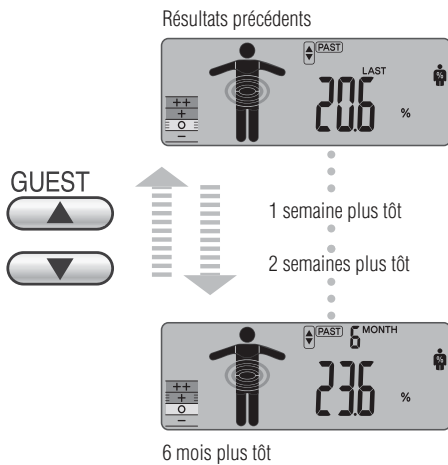
## FONCTION DE RAPPEL

Les résultats précédents des caractéristiques suivantes peuvent être obtenus en utilisant la fonction de rappel.

Pour obtenir des résultats précédents, appuyez sur **(PAST)** lorsque les résultats sont affichés.

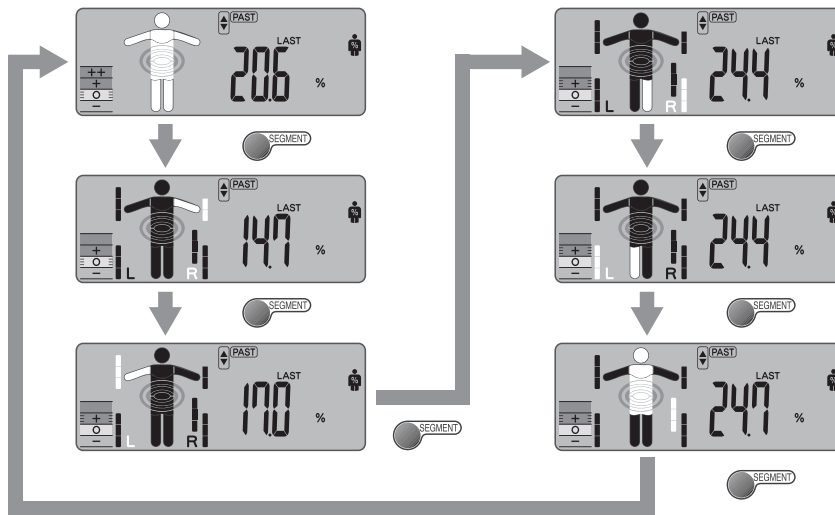
Pour voir des résultats précédents, appuyez sur **(▲)** **(▼)** pour chaque résultat souhaité. Appuyez une nouvelle fois sur SET pour revenir à l'affichage des résultats en cours.

Vous pouvez également consulter l'historique de vos résultats sans vous peser en appuyant sur votre bouton personnel et **(PAST)**.



Appuyez sur **(SEGMENT)** pour afficher le résultat de chaque segment tout en affichant les résultats précédents.

Appuyez sur **(RESULT)** pour choisir l'affichage du pourcentage de graisse corporelle ou de la masse musculaire.



Note : Pour les enfants (âge 5-17), l'appareil n'affiche que le poids, le % de graisse corporelle et le IMC.



## PROGRAMMATION DU MODE INVITÉ

Le mode Invité vous permet de programmer l'appareil pour une utilisation occasionnelle sans réinitialiser un chiffre de données personnelles.

Appuyez sur  $\Delta$ /OFF ou [GUEST] et montez sur la balance en tenant les poignées-électrodes. Appuyez sur GUEST pour lancer la mesure.

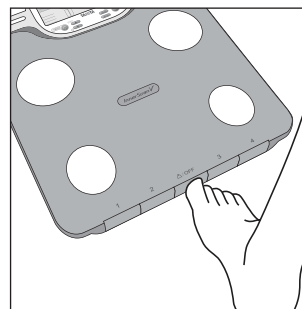


Après le pesage, l'appareil émettra un seul bip, et vous pourrez descendre de la plate forme. Pour obtenir vos résultats, entrez vos informations personnelles telles que l'âge, le sexe, la taille, et le niveau d'activité. Voir la page 26 pour plus de détails.

## MESURE DU POIDS SEULEMENT

### Sélectionnez la touche "poids seulement"

Appuyez sur  $\Delta$ /OFF. "0.0" s'affiche à l'écran après 2 ou 3 secondes et l'appareil émet un bip sonore. Lorsque "0.0" s'affiche à l'écran, montez sur la plate-forme. Le poids s'affiche. L'appareil s'éteindra ensuite automatiquement.



## CHANGEMENT DE MODE POIDS

**Remarque : À utiliser uniquement avec des modèles comprenant le mode poids.**

Vous pouvez changer l'affichage de l'unité de à l'aide de l'interrupteur à l'arrière des poignées-électrodes (kg/lb/st lb).



---

## PROGRAMMATION DU MODE INVITÉ

---

Le mode Invité vous permet de programmer l'appareil pour une utilisation occasionnelle sans réinitialiser un chiffre de données personnelles.

Appuyez sur  $\Delta$ /OFF ou [GUEST] et montez sur la balance en tenant les poignées-électrodes. Appuyez sur GUEST pour lancer la mesure.



Après le pesage, l'appareil émettra un seul bip, et vous pourrez descendre de la plate forme. Pour obtenir vos résultats, entrez vos informations personnelles telles que l'âge, le sexe, la taille, et le niveau d'activité. Voir la page 26 pour plus de détails.

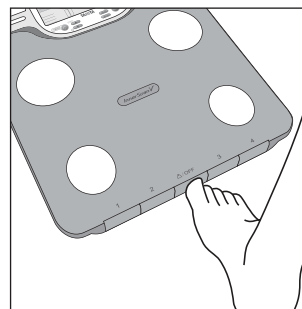
---

## MESURE DU POIDS SEULEMENT

---

### Sélectionnez la touche "poids seulement"

Appuyez sur  $\Delta$ /OFF. "0.0" s'affiche à l'écran après 2 ou 3 secondes et l'appareil émet un bip sonore. Lorsque "0.0" s'affiche à l'écran, montez sur la plate-forme. Le poids s'affiche. L'appareil s'éteindra ensuite automatiquement.



---

## CHANGEMENT DE MODE POIDS

---

**Remarque : À utiliser uniquement avec des modèles comprenant le mode poids.**

Vous pouvez changer l'affichage de l'unité de à l'aide de l'interrupteur à l'arrière des poignées-électrodes (kg/lb/st lb).





## DÉPANNAGE

### En cas de problème, consultez la liste suivante avant de contacter Tanita.

- Le message **[LO]** s'affiche à l'écran ou toutes les données s'affichent puis disparaissent immédiatement.  
Il est temps de changer les piles. Lorsque ce message s'affiche, remplacez les piles immédiatement. Des piles usées risquent d'affecter l'exactitude des mesures effectuées. Toutes les piles doivent être remplacées en même temps. Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.  
Il est temps de changer les piles. Lorsque ce message s'affiche, remplacez les piles immédiatement. Des piles usées risquent d'affecter l'exactitude des mesures effectuées. Toutes les piles doivent être remplacées en même temps. Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.  
Note : Les paramètres et la mémoire ne seront pas effacés de la mémoire lorsque vous retirez les piles.
- Le message **[Err]** apparaît pendant la prise de mesure.  
Tenez-vous sur la plate-forme en bougeant le moins possible.  
L'unité ne peut pas mesurer votre poids de manière précise si elle détecte un mouvement.  
Votre taux de graisse ne peut s'afficher s'il est supérieur à 75%.
- La mesure du Pourcentage de Graisse Corporelle n'apparaît pas.  
Assurez-vous d'avoir retiré vos chaussettes ou vos bas, et que les plantes de vos pieds sont propres et correctement alignées sur les guides de la plate-forme de mesure.
- Le message **[UL]** s'affiche au cours de la pesée.

#### Caractéristiques

BC-601

#### Capacité de pesage maxi

150kg (330lb) (23st 8lb)

#### Incréments de poids

0.1kg (0.2lb) (0.2lb)

#### Précision du taux de graisse

0.1%

#### Données personnelles

4 mémoires

#### Alimentation

Piles AA (4) (fournies)

#### Consommation d'énergie

150 mA au maximum

#### Courant émis

50 kHz, 100 µA



Remarque:

Vous trouverez les indications suivantes sur les piles contenant des substances polluantes:

**Pb** Pb = la pile contient du plomb,

**Cd** Cd = la pile contient du cadmium,

**Hg** Hg = la pile contient du mercure.

### ⚠ Jeter des piles avec des déchets ménagers est interdit!

En tant que consommateur, vous avez l'obligation de rendre les piles usagées ou déchargées. Vous pouvez déposer vos vieilles piles dans des lieux de collecte publics de votre ville ou partout où des piles similaires sont vendues et que des boîtes de collection spécialement indiquées ont été mises en place. En cas de mise au rebut de l'appareil, les piles doivent être ôtées et également déposées dans le point de collection.



Cet appareil est conforme à la directive 2004/108/EC (compatibilité électromagnétique) en vigueur.

#### Avis de la Commission fédérale des communications des États-Unis (FCC) et de l'institut canadien ICES

Cet appareil a été vérifié et jugé conforme aux limites fixées pour un appareil numérique de classe B, selon la partie 15 des Règles de la FCC et la réglementation canadienne ICES-003.

Ces limites visent à assurer une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans les résidences. Cet appareil produit, utilise et peut émettre des fréquences radio et, à défaut d'être installé et utilisé conformément aux instructions, il risque de nuire aux communications radio. Il n'est toutefois pas garanti qu'il n'y aura aucune interférence dans une installation donnée. Si cet appareil nuit à la réception de la radio ou de la télévision, ce que l'on peut déterminer en mettant l'appareil hors tension puis à nouveau sous tension, l'utilisateur est invité à tenter de corriger la situation en prenant une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne réceptrice.
- Augmenter la distance entre l'appareil et le récepteur.
- Brancher l'appareil dans une prise reliée à un circuit différent de celui auquel le récepteur est branché.
- Consulter le concessionnaire ou un technicien spécialisé en radio et télévision.

#### Modifications

La FCC exige que l'utilisateur soit avisé du fait que toute modification apportée à l'appareil sans l'approbation de Tanita Corporation risque d'entraîner l'annulation du droit de l'utilisateur à se servir de l'appareil.