



Mode d'emploi

Impédancemètre 8353 Fitdays Connect

Impédancemètre 8359 Fitdays Connect USB



IMPORTANT

S'il vous plaît lisez ces instructions attentivement avant d'utiliser l'appareil.

Le non-respect des instructions données dans le manuel ou l'utilisation de cette balance d'une manière autre que celle préconisée dans ce manuel peut entraîner blessures ou interprétations erronées.

Merci d'avoir choisi un impédancemètre connecté Fitdays Connect dont les 4 fonctions principales sont :

1. pesage simple avec ou sans smartphone : affichage sur écran du pèse-personne ou du smartphone
2. analyse corporelle complète mode standard : affichage sur smartphone / app.
3. analyse corporelle complète mode athlète : affichage sur smartphone / app.
4. pesage bébé : affichage sur smartphone / app.

Nous nous sommes efforcés de rédiger un mode d'emploi à la fois simple et complet et nous l'avons généreusement illustré de manière à faciliter la prise en main de l'appareil. Nous espérons que vous en serez satisfaits, mais si vous deviez souhaiter une explication complémentaire, vous pouvez nous joindre à l'adresse de notre service consommateurs :

balancy@littlebalance.fr

Contenu :

Chapitre 1 : avertissements impédancemétrie	page 2
Chapitre 2 : précautions d'emploi	page 2
Chapitre 3 : spécifications et limites	page 2
Chapitre 4 : fonctions et modes disponibles	page 3
Chapitre 5 : modes d'analyse corporelle	page 3
Chapitre 6 : données à enregistrer	page 4
Chapitre 7 : données calculées	page 4
Chapitre 8 : préparation de l'appareil / alimentation / choix des unités	page 4
Chapitre 9 : installation et utilisation de l'application Fitdays	page 5
Chapitre 10 : mode pesage bébé	page 8
Chapitre 11 : guide de dépannage	page 9
Chapitre 12 : conseils au sujet des piles (modèles avec piles)	page 10
Chapitre 13 : élimination et recyclage	page 10

Chapitre 1 : avertissements impédancemétrie

- CET APPAREIL NE DOIT PAS ETRE UTILISE PAR DES PERSONNES PORTANT UN PACEMAKER OU TOUT AUTRE IMPLANT ELECTRIQUE OU MECANIQUE : l'impédancemètre fait passer à travers votre corps un courant électrique extrêmement faible qui pourrait causer des interférences avec les implants médicaux et provoquer leur dysfonctionnement.
- NON recommandé pour les femmes enceintes.
- NON paramétrable pour les enfants de moins de 10 ans (mais pesage = OK)
- Toute mesure obtenue à l'aide de cet appareil est à titre de référence seulement et ne doit pas être considérée comme un avis médical.
- Consultez votre médecin avant d'apporter des changements à votre alimentation, à votre plan d'exercice ou à vos activités physiques.



Chapitre 2 : précautions d'emploi

- NE PAS se tenir sur le bord de la balance ou sauter dessus.
- NE PAS surcharger la balance (max. 180kg / 396lb) (150 kg pour modèle Fitdays Bambou 8359).
- NE PAS faire tomber la balance ou y faire tomber d'objet pour éviter d'endommager les capteurs.
- NE PAS immerger la balance ou utiliser des agents chimiques de nettoyage. Nettoyer la balance avec un chiffon légèrement humide.

Chapitre 3 : spécifications et limites

- écran LCD
- unités de poids: kg/lb
- limite de poids : 10kg - 180kg (150 kg pour modèle Fitdays Bambou 8359)
- limite d'âge : 7 ans – 99 ans
- nombre d'utilisateurs : 24 personnes
- connexion avec des cellulaires équipés à partir de : Bluetooth 4.0 / IOS 8.0 / Android 6.0
- calcul de masse grasse : 4% > < 60%
- calcul d'IMC : indice minimum = 12

Chapitre 4 : fonctions et modes disponibles

Fonction ne nécessitant pas l'application :

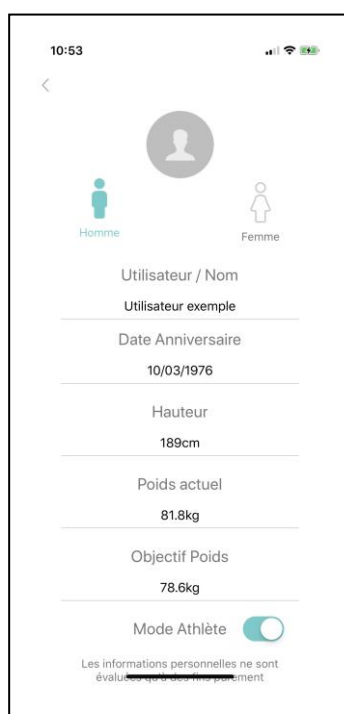
- pesage simple (poids : choix des unités kg/lb)

Fonctions nécessitant l'application :

- taux de graisse corporelle (masse grasse) en %
- taux de masse musculaire en %
- masse osseuse en kg
- eau corporelle (masse hydrique) en %
- graisse sous-cutanée en %
- graisse viscérale en %
- taux musculaire squelettique en %
- TMB : taux métabolique de base
- âge métabolique
- IMC (indice masse corporelle)
- mode bébé / poids du bébé en kg

Chapitre 5 : modes d'analyse corporelle

- mode standard : personnes de constitution physique standard
- mode athlète : personnes ayant une activité physique de plus de 12h/semaine



Chapitre 6 : quelles sont les données à enregistrer

- sexe
- âge
- taille
- athlète ou standard
- objectif de poids

Chapitre 7: quelles sont les données calculées par l'appareil

à l'écran de la balance

- poids

sur votre smartphone

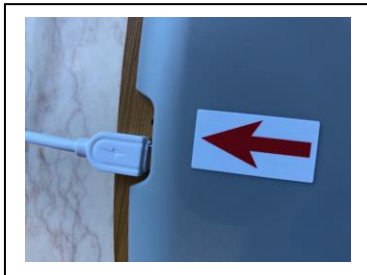
- taux de graisse corporelle (masse grasse) en %
- taux de masse musculaire en %
- masse osseuse en kg
- eau corporelle (masse hydrique) en %
- graisse sous-cutanée en %
- graisse viscérale en %
- taux musculaire squelettique en %
- TMB : taux métabolique de base
- âge métabolique
- IMC (indice masse corporelle)
- mode bébé / poids du bébé en kg

Chapitre 8 : préparation de l'appareil

- modèles pilaires :
 - veillez à avoir inséré 2 piles AAA 1.5V en respectant les polarités
 - le bouton dans le compartiment à piles permet de sélectionner l'unité de mesure (kg/lb) – chaque appui permet la bascule entre les unités

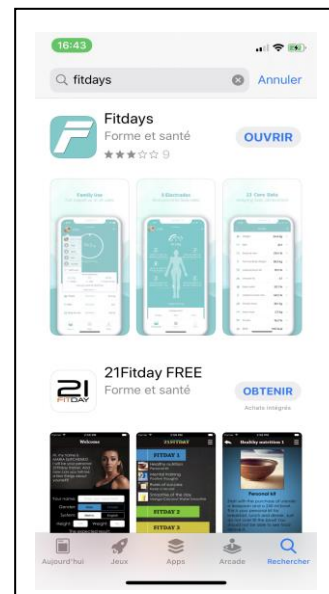


- modèles sans piles à chargement USB :
 - veillez à avoir suffisamment chargé l'appareil grâce au câble USB fourni
 - les traits à l'écran indiquent le niveau de charge (4 traits = charge complète)
 - la touche « units » au dos de l'appareil permet de sélectionner l'unité de mesure (kg/lb) – chaque appui permet la bascule entre les unités

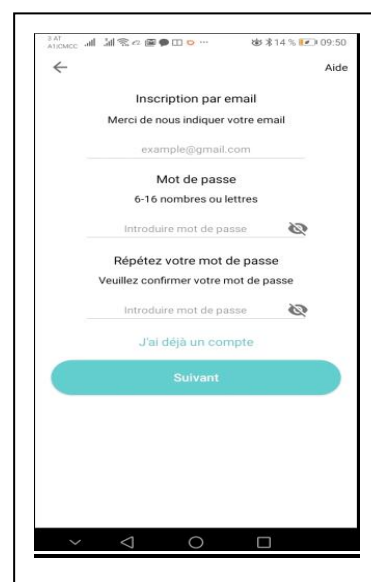
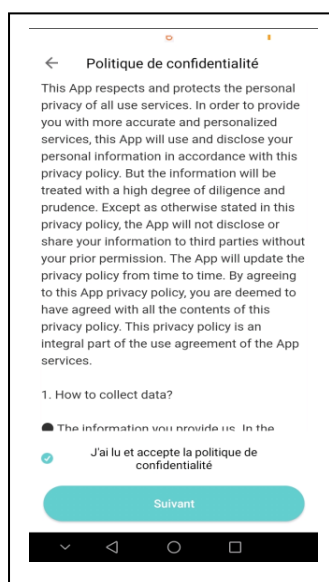
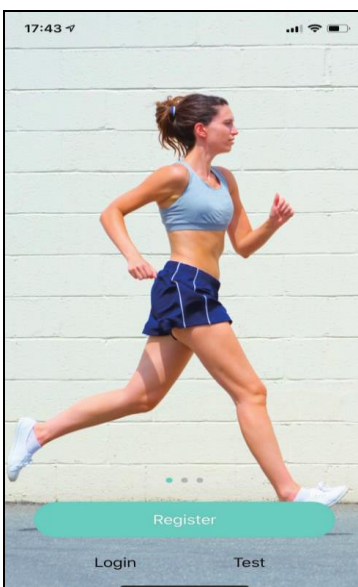


Chapitre 9. Installation et utilisation de l'application Fitdays

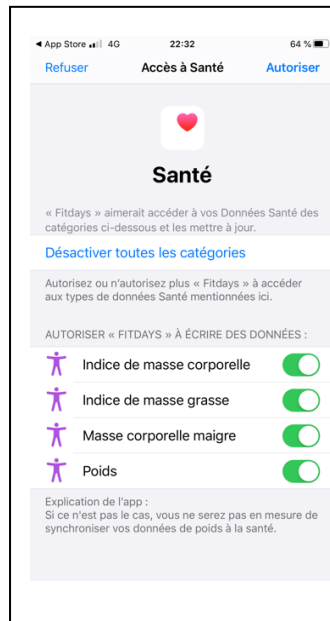
1. Téléchargez "Fitdays" dans Apple Store ou Google Play



2. Créez votre compte en entrant votre adresse email et en générant un mot de passe

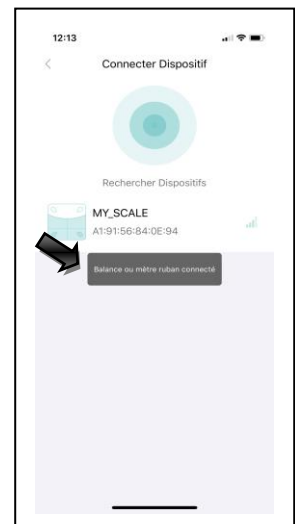
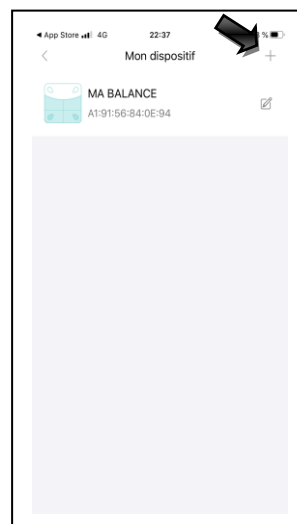
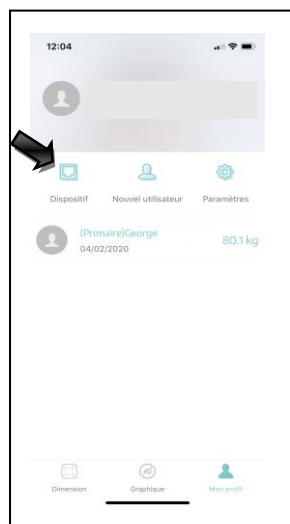


3. Entrez vos données personnelles : sexe, âge, taille, poids, athlète ou standard (introduire des données erronées peut entraîner des calculs inexacts) et choisissez les données que vous souhaitez voir calculées / affichées



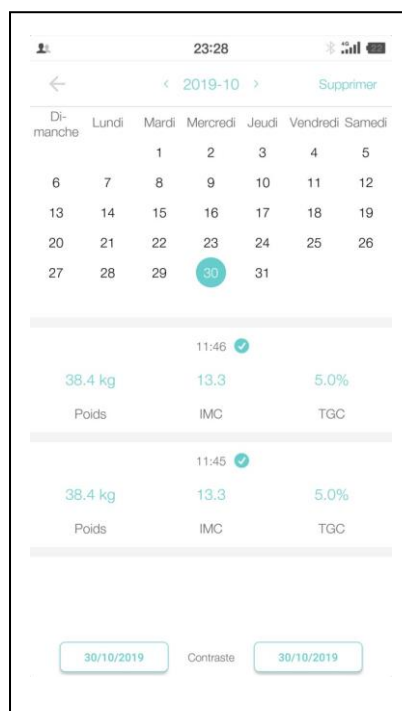
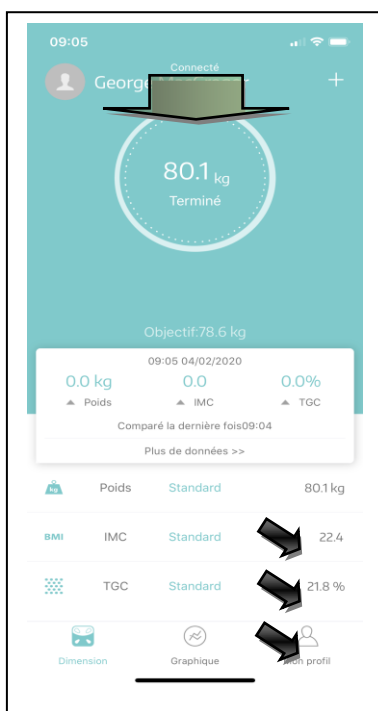
4. Couplez l'appareil à votre smartphone : veillez à ce que l'impédancemètre soit allumé (un appui du pied suffit) et à ce que le fonction Bluetooth de votre téléphone soit active, puis allez dans :

- mon profil
- dispositif
- sélectionner : +
- connecter dispositif
- sélectionner : Ma balance / My scale
- éventuellement : modifier le nom de votre impédancemètre en allant dans le crayon (en haut à droite) / modifier le nom du dispositif / confirmer / retour avec la flèche gauche

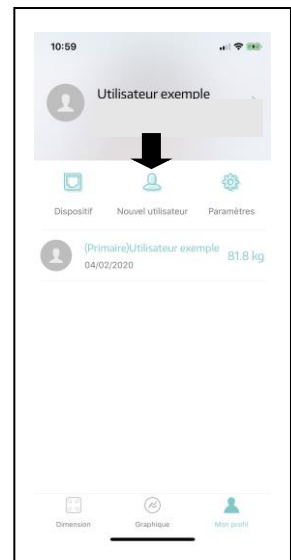


5. Pour vous peser et lancer l'analyse corporelle :

- installez la balance sur un sol plat et dur
- sur votre smartphone : choisissez l'utilisateur + confirmez
- montez sur la balance pieds nus pour utiliser les fonctions d'impédancemétrie (si vous montez avec chaussettes, seuls le poids et l'IMC pourront être calculés)
- l'écran de la balance clignote lorsqu'elle analyse, le rond affiché à l'écran du téléphone tourne et puis l'application affiche le rapport d'analyse
- le téléphone émet un son indiquant que l'application a terminé l'analyse
- vous retrouverez les données mémorisées jour par jour et représentées graphiquement

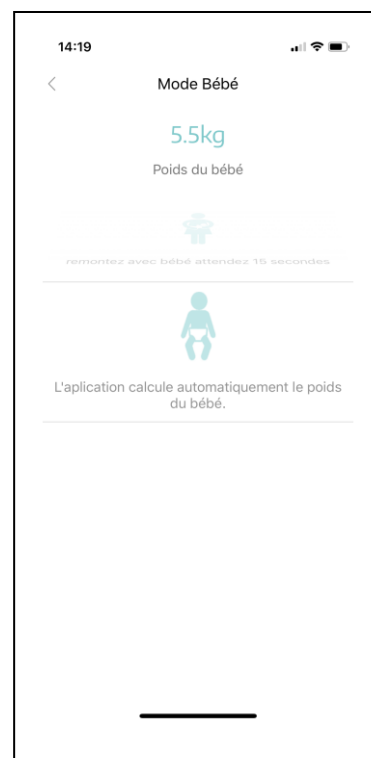
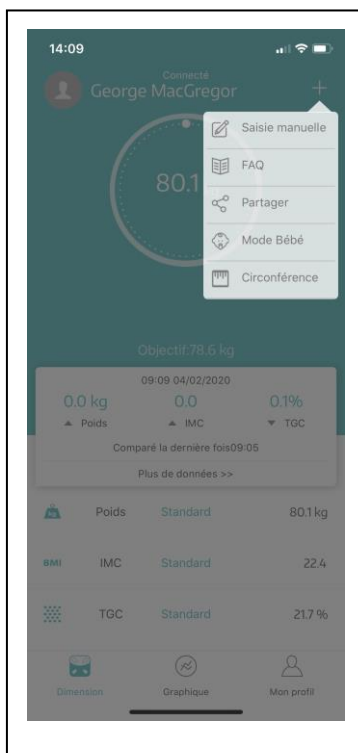


6. Ajouter ou changer d'utilisateur
 - allez sur l'écran de gestion
 - cliquez sur "nouvel utilisateur"
 - il est possible de gérer 24 utilisateurs avec un seul compte
 - la balance reconnaît automatiquement l'utilisateur



Chapitre 10 : mode pesage bébé

- cliquez « + » dans le coin supérieur droit de l'app
- une fenêtre déroulante s'ouvre
- choisissez « Mode Bébé »
- montez seul(e) sur la balance jusqu'à affichage du poids
- descendez pour prendre bébé dans les bras puis remontez sur la balance
- l'écran affichera le poids de bébé seul



Chapitre 11 : guide de dépannage

Absence de connexion Bluetooth

- la fonction Bluetooth doit être activée sur le téléphone et la balance doit être allumée
- version Bluetooth minimum 4.0 / IOS minimum 8.0 / Android minimum 6.0
- cliquez sur « mon profil » - « dispositif » - « ma balance » pour assurer la connexion

Aucune mesure d'analyse corporelle

- l'utilisateur doit être pieds nus
- la balance et les pieds de l'utilisateur doivent être secs
- ne pas interrompre la pesée tant que l'écran clignote (approx. 10 secondes)
- la fonction Bluetooth doit être activée
- le téléphone est jumelé à une autre balance

La balance indique des poids incohérents

- vérifiez si la balance est sur une surface dure et plane
- retirez puis replacez les piles pour redémarrer la balance (balances avec piles)

L'application affiche un ratio muscles/graisse incorrect

- réglage des paramètres corporels incorrect
- vérifiez que vous avez entré sexe, taille et âge corrects.

Recalibrage de la balance après l'avoir déplacée ou avoir changé les piles

- montez sur la balance pour l'allumer
- descendez la balance
- la balance se recalibre alors automatiquement sur 0,0 kg.

Symboles d'anomalies sur l'écran du pèse-personne

- Lo : piles faibles – changez les piles ou rechargez l'appareil (selon modèle)
- Err : surcharge
- C : erreur de calcul : descendez de l'appareil et recommencez le processus

La balance ne s'allume pas

- retirez les piles puis remettez-les ou rechargez la balance en raccordant le câble USB à une prise murale (selon modèle)
- assurez-vous d'insérer les piles en respectant la polarité

Chapitre 12 : conseils au sujet des piles (ne s'appliquent pas aux appareils sans piles)

- si la balance n'est pas utilisée pendant une longue période, il est recommandé d'ôter les piles pour éviter tout risque de fuite pouvant endommager l'appareil
- garder les piles hors de portée des enfants
- ne mélangez pas piles anciennes et neuves, compositions différentes, marques différentes afin d'éviter d'éventuelles fuites ou explosions
- ne pas chauffer ou déformer les piles ni les exposer à une flamme



Chapitre 13 : élimination et recyclage

- si votre appareil comporte des piles, celles-ci ne doivent pas être éliminées avec les ordures ménagères : faites-les recycler en les déposant dans le circuit de tri approprié
- vérifiez auprès de votre administration locale ou de votre revendeur pour obtenir les renseignements relatifs aux circuits de recyclage
- l'emballage est recyclable, s'il vous plaît jetez-le de manière à préserver l'environnement en veillant à ce qu'il intègre une filière de recyclage
- en fin de vie de cet appareil, assurez-vous d'un processus d'élimination respectueux de l'environnement en l'apportant à une filière de recyclage





Service Consommateurs : balancy@littlebalance.fr