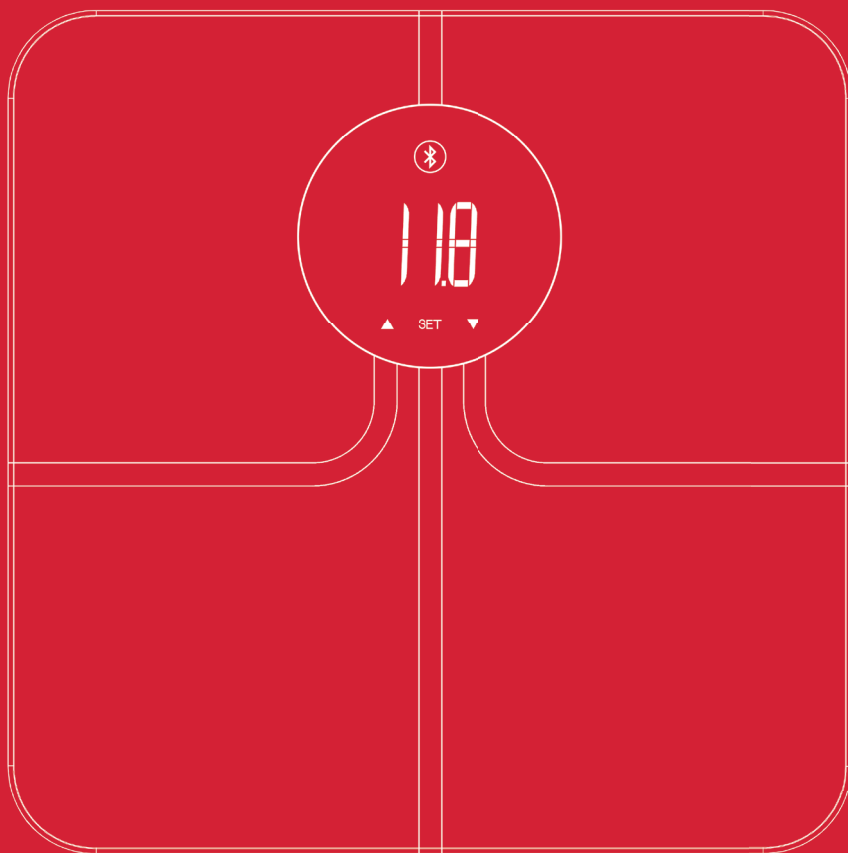


R-LINK



EN USER MANUAL | FR GUIDE D'UTILISATION

NL Gebruikshandleiding | **IT** Manuale d'uso | **ES** Manual del usuario

DE Bedienungsanleitung | **PT** Manual do utilizador



Terrailon®
WELLNESS COACH

www.terraillon.com

Made for / Compatibilité



iPhone® 4S & + (iOS 8.0 & +)
iPod® Touch 5th generation



iPad® 3 & + (iOS 8.0 & +)
iPad® Mini & + (iOS 8.0 & +)



Android 4.3 & +
Bluetooth Smart 4.0 / Bluetooth Smart Ready
Smartphone only / No tablet



iPhone is registered trademark of Apple Inc.

Android is a trademark of Google Inc.

The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks
owned by Bluetooth SIG, Inc.

Other trademarks and trade names are those of their respective owners.

R - LINK

EN	TERRAILLON CONNECTED BODY COMPOSITION ANALYZER INSTRUCTION MANUAL	4
FR	IMPÉDANCEMÈTRE CONNECTÉ TERRAILLON NOTICE D'UTILISATION	11
NL	TERRAILLON LICHAAMSVETWEEGSCHAAL GEBRUIKSHANDLEIDING	18
IT	BILANCIA MASSA GRASSA TERRAILLON MANUALE D'USO	25
ES	BÁSCULA DE MASA GRASA DE TERRAILLON MANUAL DEL USUARIO	32
DE	TERRAILLON KÖRPERFETTANALYSEWAAGE BEDIENUNGSANLEITUNG	39
PT	BALANÇA DE MASSA GORDA TERRAILLON MANUAL DO UTILIZADOR	46

Thank you very much for selecting the Terraillon Glass Body Fat Analyzer R-LINK.

NOTES ON SAFETY

Please read this section carefully to familiarize yourself with features and operations before using the unit. The warning signs and the sample icons shown here are listed in order for you to use this product safely and correctly as well as to prevent product damage, risk and injury to you or others. This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children shall not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.

 PRECAUTION WARNING	Indicate the right condition to use the product and prevent damage risk and injury.
 IMPORTANT FOR USERS	Indicate the important elements users should read before using the product.
 CARE AND MAINTENANCE	Indicate matters in which the possibility of damage may happen as a result of incorrect handling and improper maintenance.

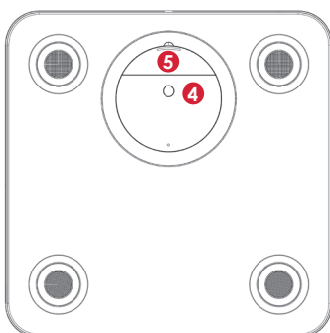
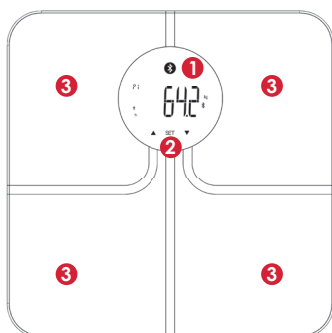
 PRECAUTION WARNING
• Do not use the scale on subjects who have body implants such as pacemaker, artificial limbs, contraceptive devices, metal plates or screws. It may cause the devices to malfunction or produce an inaccurate result. • When in doubt, please consult your physician. • Do not disassemble the scale as incorrect handling may cause injury.

 IMPORTANT FOR USERS
• Make sure use only the type of battery stated (see "Section Insert the Battery"). • The «Athlete» mode is only applicable to those aged 18 or over. • 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. • Do not use on pregnant women. The result is inaccurate. • For body fat and body water estimates, subject must always be barefoot.

 CARE AND MAINTENANCE
1. Do not disassemble the scale other than replacing the battery; it contains no user serviceable parts. Damage to the scale may occur as a result of improper handling. 2. Remove battery when the scale is not used for a prolonged period of time. 3. Clean the scale after use with a dampened cloth. Do not use solvents or immerse the unit in water. 4. Avoid excessive impact or vibration to the scale, such as dropping it onto the floor.

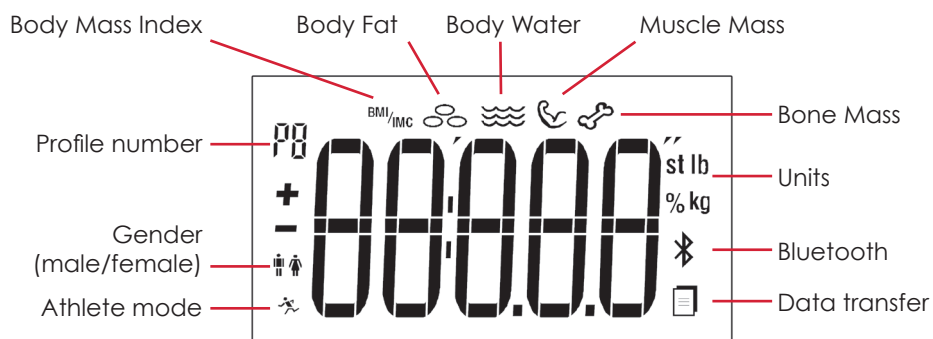
FIND MORE INFORMATION ON
WWW.TERRAILLON.COM/FAQ

PRODUCT OVERVIEW



- ❶ LCD Display
- ❷ Profile selection (UP/SET/DOWN)
- ❸ Electrodes for body composition analysis
- ❹ Unit and pairing button
- ❺ Battery compartment

LCD OUTLOOK



FIRST USE

CREATE A WELLNESS COACH ACCOUNT

1. Go to the App Store (iOS) or Google Play (Android) to download the Wellness Coach application.
2. Once you have installed the application, follow the instructions to create your account.
If required, you can download the full use/installation guide from the following address:

http://www.terraillon.com/sites/default/files/Guide%20utilisateur%20Wellness%20Coach_1.pdf



Download the Terraillon Wellness Coach user manual to know more about our app.

CONNECT TO YOUR TERRAILLON BATHROOM SCALE

3. Remove the plastic tab from the back of your Terraillon bathroom scale. The LCD screen will initially show "8888", then "0.0 kg".
4. Enable Bluetooth in your smartphone settings.*
5. Once the screen of your Terraillon bathroom scale has switched off, keep the button on the back of the product pressed down for 3 seconds to launch synchronisation: the screen will show a rotating symbol indicating that synchronisation is in progress.
6. In the app:
 - A. Open the side menu.
 - B. Click on Synchronise my devices.
 - C. Click on Start synchronisation.
 - D. Once the app has detected your device, click on Synchronise all devices.
 - E. Bind your Terraillon bathroom scale to your user account. To do so, select a profile and enter your name.
Then click on Next.

Note:

User account/Wellness Coach: account associated with your Wellness Coach app.

Profile: your Terraillon bathroom scale can store 8 different user profiles in its memory.

- F. Your Terraillon bathroom scale is synchronised with your smartphone. If it fails, or if the synchronisation process lasts for over a minute, "E1" will appear on the screen of your Terraillon bathroom scale.

Click on Access my data to return to the dashboard.

*For Android users:

From Android version 6.0 onwards, Google will ask you to allow the Wellness Coach app to access GPS data to enable your Bluetooth. You must provide this authorisation then enable the GPS function to be able to use the features of your Terraillon bathroom scale which require a Bluetooth connection.

START MEASURING

7. Place your Terraillon bathroom scale on a flat, hard surface.
8. If you take your first measurement directly after having linked your Wellness Coach account, your Terraillon bathroom scale remains lit up and is configured on the profile selected in advance in the app.

If not, open the Wellness Coach app then check that your Bluetooth and your GPS data are enabled (if this is not the case, the Terraillon bathroom scale will record the data until the next Bluetooth connection, for up to a maximum of 10 records per user).

Select your profile number by pressing the arrows ▲ or ▼ when your Terraillon bathroom scale is switched off, press SET to confirm your profile number.

9. Step onto your Terraillon bathroom scale.
10. The Terraillon bathroom scale displays the weight; otherwise, it will switch off automatically after 10 seconds.
11. Once the weight has stabilised, the Terraillon bathroom scale measures your body composition (a progress symbol will scan the screen from left to right).
12. The different data appear on the screen. The  symbol appears to show that the connection to the app was successful.

The  symbol shows you that data is present in the memory; the disappearance of the symbol means that the data have been transmitted successfully to the app.

From now on, you will be able to consult the data transmitted by your Terraillon bathroom scale from your smartphone on the Wellness Coach app.

NOT THE ONLY PERSON USING THE TERRAILLON BATHROOM SCALE?

YOU WANT TO USE THE SAME SMARTPHONE:

With the same smartphone, create a new account on the Wellness Coach app, then repeat steps 7 to 12 (please select an unassigned profile number).

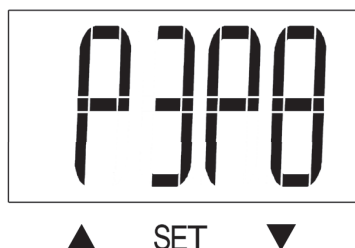
YOU WANT TO USE A DIFFERENT SMARTPHONE:

Please repeat steps 1 to 12, choosing an unassigned profile number.

ARE YOU ONE OF MULTIPLE USERS WITH A SIMILAR WEIGHT?

TWO USERS HAVE A SIMILAR WEIGHT

In this case, the bathroom scale will ask you to confirm your profile number.



The example above shows you that profiles 3 and 8 have a similar weight. In fact, the screen displays the two profiles according to this logic:

PXPY (X and Y are the profile numbers with the similar weight)

If you are profile 3, press ▲. And if you are profile 8, press ▼.

MORE THAN TWO USERS HAVE A SIMILAR WEIGHT

In this case, the bathroom scale will ask you to confirm your profile number.

Initially, the bathroom scale will display two profiles (as above). If you do not confirm which of the two suggestions is your profile, the screen will show 2 different profiles to allow you to confirm which is yours.

REPLACE THE BATTERIES

Lo appears on the screen, when batteries are low and need to be changed. To change the batteries, open the battery cover on the back of the scale unit. Remove used battery and insert new ones. Batteries should be removed and replaced by adults only. Only use recommended batteries or those of the same or equivalent type. Do not mix old and new batteries or batteries of different types. Batteries are to be inserted with the correct polarity.

WARNING INDICATORS



Overload: remove weight immediately.



Battery failure: replace it.



Impedance measurement error.

If the symbol  blinks, it means the connection with the app is not effective.

- Please be sure that, on your Smartphone, your Wellness Coach app is open and the Bluetooth is on.
- The range between the scale and the smartphone should be reasonably close, from 1 meter to 10 meters.

MAINTENANCE

DO use a wet soft cloth, dipped into water and wrung out, to wipe the dirt. Then use a dry soft cloth to dry up the device. DON'T use propellant, abrasive or other chemicals.

PROTECT THE ENVIRONMENT

Dispose of used batteries in a designed container so that they can be collected and recycled. Do not mix different types of batteries. Do not mix new and used batteries. After life, dispose of this product at a designated waste recycling point.

WARRANTY

This scale is guaranteed against defects in materials or manufacturing for 2 years. During this period, any such defects will be repaired free of charge (proof of purchase must be shown in the case of a complaint under warranty). The warranty does not cover damage resulting from improper use or negligence. In the event of a claim, first contact the shop where you purchased your scale.

DECLARATION OF CONFORMITY

Hereby, Terraillon SAS declares that this device complies with the essential health and safety conditions. This product meets the essential requirements and other relevant provisions of the directive R&TTE 1999/5/EC.

The complete declaration of conformity is available on <http://www.terraillon.com/fr/mentions-legales>.

PRODUCT SPECIFICATION

- Wireless (Bluetooth Smart / BLE) communication between scale & Wellness Coach App
- Built in memory (maximum is 10) per user to store up the unsent BFA result for next BLE connection
- Auto on and off function
- Overload and Low battery indication
- Weight-only feature with automatic step on
- Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) technology for body fat and body water, bone mass and muscle mass estimation (4 Poles solution) (BF: 0.1 %, BW: 0.1 %, BM: 0.1 kg, MM: 0.1 %)
- BMI calculation
- 8 User Memories
- 3 touch keys operation (UP/SET/DOWN)
- Age range from 10 to 85 years
- Normal or Athlete mode
- Height range from 75 to 225cm (2'5.5" to 7'4.5")
- User recognition with +/-2 kg ; +/-4,4 lbs
- Unit change (kg / st – lb / lb) by pushing the unit button behind the scale.

INFORMATION ABOUT BODY FAT

Weight is a useful indicator but not sufficient to monitor your health. Weight change in itself does not indicate whether it was the weight of body fat or muscle that had changed. In weight management, it is desirable that muscle mass be maintained while body fat is lost. Thus, monitoring the percentage fat of the body is an important step toward successful weight management and body health.

The optimal %BF of an individual varies according to age and gender.

The table as follows may be used as a guide. To know more about body composition, please visit www.terraillon.com

Standard for Men

Rating	Age				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Low	< 13 %	< 14 %	< 16 %	< 17 %	< 18 %
Optimal	14-20 %	15-21 %	17-23 %	18-24 %	19-25 %
Moderate	21-23 %	22-24 %	24-26 %	25-27 %	26-28 %
High	> 23 %	> 24 %	> 26 %	> 27 %	> 28 %

Standard for Women

Rating	Age				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Low	< 19 %	< 20 %	< 21 %	< 22 %	< 23 %
Optimal	20-28 %	21-29 %	22-30 %	23-31 %	24-32 %
Moderate	29-31 %	30-32 %	31-33 %	32-33 %	33-35 %
High	> 31 %	> 32 %	> 33 %	> 34 %	> 35 %

Nous vous remercions d'avoir choisi l'impédancemètre R-LINK de Terraillon.

SÉCURITÉ

Veillez à lire cette section avec attention pour vous familiariser avec les caractéristiques et le fonctionnement de l'appareil avant de l'utiliser. Les signes d'avertissement et les icônes d'illustration vous permettent d'utiliser ce produit correctement et en toute sécurité, ainsi que de prévenir tout dommage au produit, tout risque et toute blessure que ce soit pour vous-même ou les autres. Cet appareil peut être utilisé par des enfants âgés d'au moins 8 ans et par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou dénuées d'expérience ou de connaissance, s'ils (si elles) sont correctement surveillé(e)s ou si des instructions relatives à l'utilisation de l'appareil en toute sécurité leur ont été données et si les risques encourus ont été appréhendés. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.

 MESURE DE PRÉCAUTION	Indique la manière correcte d'utiliser le produit et de prévenir le risque de dommage et les blessures.
 REMARQUE IMPORTANTE AUX UTILISATEURS	Indique une remarque importante que les utilisateurs doivent lire avant d'utiliser le produit.
 UTILISATION ET ENTRETIEN	Indique les situations dans lesquelles un possible dommage peut se produire en conséquence d'une manipulation incorrecte et d'un mauvais entretien.

 MESURE DE PRÉCAUTION
• N'utilisez pas le pèse-personne sur des sujets avec des implants corporels, tels qu'un stimulateur cardiaque, des membres artificiels, des dispositifs contraceptifs, des plaques ou des vis en métal. Il peut causer un dysfonctionnement de ces appareils ou donner un résultat incorrect. • En cas de doute, consultez votre médecin. • Ne démontez pas le pèse-personne car une manipulation incorrecte peut entraîner des blessures.

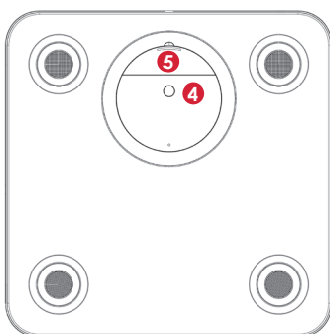
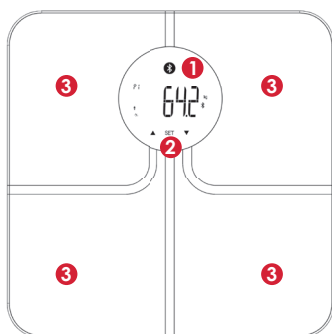
 REMARQUE IMPORTANTE AUX UTILISATEURS
• Veillez à utiliser le type de pile indiqué (voir la section « Insérer la pile »). • Le mode « Athlète » ne s'applique qu'à partir de 18 ans. • Les estimations du taux de masse grasseuse varient en fonction de la quantité d'eau dans le corps, et peuvent être influencées par la déshydratation ou l'hyperhydratation causée par des facteurs tels que la consommation d'alcool, la menstruation, la maladie, l'exercice intense, etc. • Ne pas utiliser sur des femmes enceintes. Le résultat est incorrect. • Pour les calculs de la masse grasseuse et de la masse hydrique, toujours se peser pieds nus.

 UTILISATION ET ENTRETIEN
1. Ne démontez pas le pèse-personne, hormis pour remplacer les piles ; celui-ci ne contient aucune pièce pouvant être entretenue par l'utilisateur. Le pèse-personne peut être endommagé en conséquence d'une manipulation incorrecte. 2. Retirez les piles lorsque le pèse-personne n'est pas utilisé pendant une période de temps prolongée. 3. Nettoyez le pèse-personne après utilisation avec un chiffon légèrement humide. N'utilisez pas de solvants ; ne plongez pas l'appareil dans l'eau. 4. Évitez toute vibration ou tout impact excessif sur le pèse-personne, comme le laisser tomber par terre.

POUR DE PLUS AMPLES INFORMATIONS,
RENDEZ-VOUS SUR

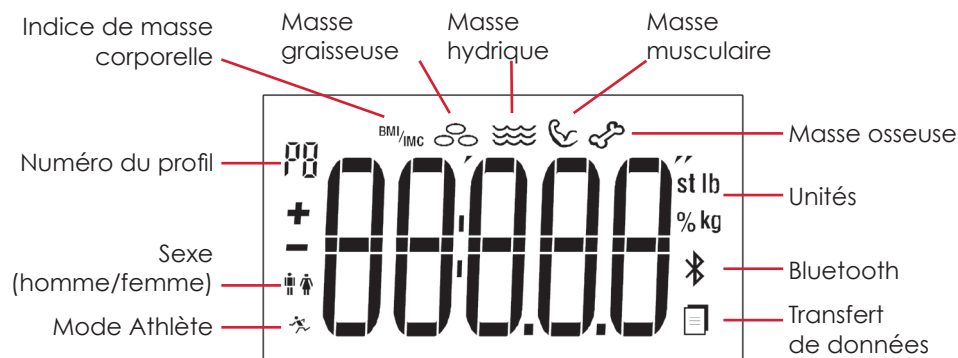
WWW.TERRAILLON.COM/FAQ

PRÉSENTATION DU PRODUIT



- 1 Écran LCD
- 2 Sélection du profil (HAUT/SET/BAS)
- 3 Électrodes pour l'analyse de la composition corporelle
- 4 Bouton d'unité et de synchronisation
- 5 Compartiment à piles

APERÇU DE L'ÉCRAN LCD



PREMIÈRE UTILISATION

CRÉER UN COMPTE WELLNESS COACH

1. Allez sur l'App Store (iOS) ou le Google Play (Android) pour télécharger l'application Wellness Coach.
2. Une fois l'application installée, créez votre compte en suivant les indications. Si besoin, vous pouvez télécharger le guide d'utilisation/installation complet à partir de l'adresse suivante :

http://www.terraillon.com/sites/default/files/Guide%20utilisateur%20Wellness%20Coach_1.pdf



Téléchargez le manuel d'utilisation de l'application Wellness Coach de Terraillon pour en découvrir davantage.

SE CONNECTER À VOTRE PÈSE-PERSONNE TERRAILLON

3. Retirez la languette plastique à l'arrière de votre pèse-personne Terraillon. L'écran LCD affiche dans un premier temps « 8888 », puis « 0,0 kg ».
4. Activez le Bluetooth dans les paramètres de votre smartphone.*
5. Une fois l'écran de votre pèse-personne Terraillon éteint, maintenez enfoncé le bouton situé à l'arrière du produit pendant 3 secondes pour démarrer la synchronisation : l'écran affiche un symbole qui tourne de type synchronisation en cours.
6. Dans l'application :
 - A. Ouvrez le menu latéral.
 - B. Cliquez sur « Synchroniser mes appareils ».
 - C. Cliquez sur « Démarrer la synchronisation ».
 - D. Une fois que l'application a détecté votre appareil, cliquez sur « Synchroniser tous les appareils ».
 - E. Associez votre pèse-personne Terraillon à votre compte utilisateur. Pour cela, sélectionnez un profil et entrez votre nom.
Cliquez ensuite sur « Suivant ».

Remarque :

Compte utilisateur/Wellness Coach : compte associé à votre application Wellness Coach.

Profil : votre pèse-personne Terraillon est capable de garder en mémoire 8 profils d'utilisateur différents.

- F. Votre pèse-personne Terraillon est synchronisé avec votre smartphone. En cas d'échec ou si la procédure de synchronisation dure plus d'une minute, « E1 » apparaît à l'écran de votre pèse-personne Terraillon.
Cliquez sur « Accéder à mes données » pour revenir au tableau de bord.

* Pour les utilisateurs Android :

À partir de la version Android 6.0, Google vous demande d'autoriser l'application Wellness Coach à accéder aux données GPS pour activer votre Bluetooth. Vous devez valider cette autorisation puis activer la fonction GPS pour pouvoir utiliser les fonctionnalités de votre pèse-personne Terraillon qui requièrent une connexion Bluetooth.

PREMIÈRES MESURES

7. Placez votre pèse-personne Terraillon sur une surface plane et dure.
8. Si vous effectuez votre première mesure directement après avoir associé votre compte Wellness Coach, votre pèse-personne Terraillon est toujours allumé et est configuré sur le profil sélectionné au préalable dans l'application.

Sinon ouvrez l'application Wellness Coach puis vérifiez que votre Bluetooth est que vos données GPS soient bien activé (si ce n'est pas le cas, le pèse-personne Terraillon enregistrera les données jusqu'à la prochaine connexion Bluetooth à raison de 10 enregistrements maximum par utilisateur).

Sélectionnez votre numéro de profil en appuyant sur les flèches ▲ ou ▼ lorsque votre pèse-personne Terraillon est éteint puis appuyez sur SET pour confirmer votre numéro de profil.

9. Montez sur votre pèse-personne Terraillon.
10. Le pèse-personne Terraillon affiche le poids, sinon, il s'éteint automatiquement après 10 secondes.
11. Une fois le poids stabilisé, le pèse-personne Terraillon mesure votre composition corporelle (un symbole de progression balaye l'écran de gauche à droite).
12. Les différentes données apparaissent à l'écran. Le symbole  apparaît pour indiquer que la connexion avec l'application a été réussie

Le symbole  vous indique la présence d'une donnée en mémoire, la disparition du symbole signifie que les données ont bien été transmises à l'application.

Vous pouvez désormais consulter depuis votre smartphone sur l'application Wellness Coach les données transmises par votre pèse-personne Terraillon.

VOUS N'ÊTES PAS LA SEULE PERSONNE À UTILISER LE PÈSE-PERSONNE TERRAILLON ?

VOUS SOUHAITEZ UTILISER LE MÊME SMARTPHONE :

Avec le même smartphone, créez un nouveau compte sur l'application Wellness Coach puis répéter les étapes de 7 à 12 (veuillez sélectionner un numéro de profil non attribué).

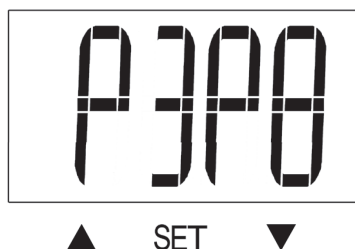
VOUS SOUHAITEZ UTILISER UN SMARTPHONE DIFFÉRENT :

Veuillez répéter les étapes de 1 à 12 en choisissant un numéro de profil non attribué.

VOUS ÊTES PLUSIEURS UTILISATEURS À AVOIR UN POIDS SIMILAIRE ?

DEUX UTILISATEURS ONT UN POIDS SIMILAIRE

Dans ce cas, le pèse-personne vous demande de confirmer votre numéro de profil.



L'exemple ci-dessus vous indique que les profils 3 et 8 ont un poids similaire. En effet l'écran affiche les deux profils selon cette logique :

PXPY (X et Y sont les numéros des profils aux poids similaires)

Si vous êtes le profil 3, appuyez sur ▲. Et si vous êtes le profil 8, appuyez sur ▼.

PLUS DE DEUX UTILISATEURS ONT UN POIDS SIMILAIRE

Dans ce cas, le pèse-personne vous demande de confirmer votre numéro de profil.

Dans un premier temps le pèse-personne affiche deux profils (comme ci-dessus). Si vous ne confirmez pas votre profil parmi les deux indiqués, l'écran affiche à nouveau 2 profils différents pour vous permettre de confirmer le vôtre.

REPLACEMENT DES PILES

Lo s'affiche à l'écran lorsque les piles sont faibles et doivent être changées. Pour remplacer les piles, ouvrez le couvercle du compartiment à piles situé à l'arrière de la balance. Retirez les piles usagées puis insérez les nouvelles. Les piles doivent être retirées et remplacées uniquement par un adulte. Utilisez uniquement les piles recommandées ou des piles du même type. Ne mélangez pas différents types de piles, ni les piles usagées avec les piles neuves. Les piles doivent être insérées en respectant les polarités.

SIGNAUX D'AVERTISSEMENT



Surcharge : descendez immédiatement de la balance.



Piles déchargées : remplacez-les.



Erreur d'impédancemétrie.

Si le symbole  clignote, alors la connexion à l'application a échoué.

- Vérifiez sur votre smartphone que l'application Wellness Coach est ouverte et que le Bluetooth est activé.
- La distance entre la balance et le smartphone doit être relativement courte, entre 1 mètre et 10 mètres.

ENTRETIEN

Utilisez un chiffon doux et humide, trempé dans l'eau et essoré, pour nettoyer les taches. Utilisez ensuite un chiffon doux et sec pour sécher l'appareil. N'utilisez PAS de détergents sous pression, de produits abrasifs ou d'autres produits chimiques.

PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

Jetez les piles usagées dans un conteneur prévu à cet effet afin qu'elles puissent être collectées et recyclées. Ne mélangez pas différents types de piles. Ne combinez en aucun cas piles neuves et piles usagées. En fin de vie, éliminez l'appareil dans un point de recyclage des déchets prévu à cet effet.

GARANTIE

Cette balance est garantie deux ans contre tout défaut de matériaux et de fabrication. Pendant la période de garantie, de tels défauts seront réparés gratuitement (la preuve d'achat devra être présentée si le produit est encore sous garantie). La garantie ne couvre pas les dommages résultant d'une mauvaise utilisation ou d'une négligence. En cas de réclamation, veuillez dans un premier temps contacter le magasin dans lequel la balance a été achetée.

DÉCLARATION DE CONFORMITÉ

Par la présente, Terraillon SAS déclare que l'appareil est conforme aux réglementations essentielles en matière de santé et de sécurité. Ce produit répond aux exigences fondamentales et aux autres dispositions applicables de la directive européenne 1999/5/CE dite « R&TTE ». La déclaration de conformité intégrale est disponible sur <http://www.terraillon.com/fr/mentions-legales>.

CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT

- Communication sans fil (Bluetooth 4.0) entre la balance et l'application Wellness Coach
- Mémoire intégrée permettant de stocker jusqu'à 10 résultats d'impédancemétrie (BFA) non envoyés par utilisateur jusqu'à la prochaine connexion BLE (Bluetooth Low Energy)
- Démarrage et arrêt automatiques
- Signal de surcharge ou de piles faibles
- Fonction de pesée seule lorsque l'utilisateur monte directement sur la balance
- Technologie de l'analyse d'impédance bioélectrique (BIA) pour l'estimation de la masse grasseuse, de la masse hydrique, de la masse osseuse, et de la masse musculaire (solution à 4 mesures) (MG : 0,1 %, MH : 0,1 %, MO : 0,1 kg, MM : 0,1 %)
- Calcul de l'IMC
- 8 mémoires utilisateurs
- 3 fonctionnalités par touches sensibles (HAUT/SET/BAS)
- Catégorie d'âge de 10 à 85 ans
- Mode Normal ou Athlète
- Catégorie de taille de 75 à 225 cm (2'5,5" à 7'4,5")
- Reconnaissance de l'utilisateur à +/-2 kg
- Possibilité de changer les unités (kg/st – lb/lb) à l'aide du bouton Unité situé à l'arrière de la balance

INFORMATIONS SUR L'IMPÉDANCEMÉTRIE

Le poids est un indicateur utile mais insuffisant pour surveiller sa forme. L'évolution du changement de poids en lui-même n'indique pas si c'est le poids de la masse grasseuse ou de la masse musculaire qui a changé. Pour la gestion du poids, il est souhaitable que la masse musculaire soit maintenue tout en perdant de la masse grasseuse. Dès lors, surveiller le taux de masse grasseuse dans le corps est une étape importante vers une gestion du poids réussie et une bonne santé physique.

Le taux de masse grasseuse optimal d'un individu varie en fonction de l'âge et du genre.

Le tableau ci-dessous peut servir de guide. Pour en savoir plus sur l'impédancemétrie, visitez www.terraillon.com

Norme pour les hommes

Classement	Age				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Bas	< 13 %	< 14 %	< 16 %	< 17 %	< 18 %
Optima	14-20 %	15-21 %	17-23 %	18-24 %	19-25 %
Moyen	21-23 %	22-24 %	24-26 %	25-27 %	26-28 %
Élevé	> 23 %	> 24 %	> 26 %	> 27 %	> 28 %

Norme pour les femmes

Classement	Age				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Bas	< 19 %	< 20 %	< 21 %	< 22 %	< 23 %
Optima	20-28 %	21-29 %	22-30 %	23-31 %	24-32 %
Moyen	29-31 %	30-32 %	31-33 %	32-33 %	33-35 %
Élevé	> 31 %	> 32 %	> 33 %	> 34 %	> 35 %

Bedankt dat u hebt gekozen voor de lichaamsvetanalysator R-LINK van Terraillon.

VEILIGHEID

Leesaandacht onderstaande informatie om u vertrouwd te maken met de eigenschappen en werking van het toestel voor u het gebruikt. De waarschuwingssymbolen en pictogrammen helpen u dit toestel zo veilig en correct mogelijk te gebruiken om schade, risico's en letsels voor uzelf en anderen te vermijden. Dit toestel kan door kinderen van acht jaar en ouder worden gebruikt en door personen met verminderde fysieke, zintuiglijke of geestelijke vermogens, of met onvoldoende ervaring en kennis, zolang dit onder toezicht gebeurt of hun is uitgelegd hoe ze het apparaat veilig moeten gebruiken en ze weten welke gevaren er zijn. Kinderen mogen niet met het toestel spelen. Kinderen mogen het toestel niet zonder toezicht reinigen of onderhoud uitvoeren.

 WAARSCHUWING VOOR GEBRUIK	Geeft de gepaste omstandigheden aan waarin dit product moet worden gebruikt en hoe risico's en letsels kunnen.
 BELANGRIJKE OPMERKING VOOR GEBRUIKERS	Geeft belangrijke opmerkingen die de gebruikers moeten lezen voor ze dit product gebruiken.
 GEBRUIK EN ONDERHOUD	Geeft aan in welke situaties een ongepast gebruik of onderhoud het toestel kan beschadigen..



WAARSCHUWING VOOR GEBRUIK

- Gebruik de weegschaal niet wanneer u een implantaat hebt zoals een pacemaker, protheses, spiraaltje, metalen onderdelen of schroeven .. Deze kunnen de werking van het toestel storen of aanleiding geven tot onnauwkeurige resultaten. Raadpleeg bij twijfel uw arts.
- Demonteer de weegschaal niet. Een foute handeling kan letsels veroorzaken.



BELANGRIJKE OPMERKING VOOR GEBRUIKERS

- Gebruik alleen het gepaste batterijtype (zie «Batterij invoeren»).
- De Atleetstand is alleen geschikt voor wie 18 of ouder is.
- Het percentage lichaamsvet hangt samen met de hoeveelheid lichaamsvocht en kan beïnvloed worden door dehydratatie of overhydratatie door factoren als alcoholconsumptie, menstruatie, ziekte, intense oefeningen enz.
- Zwangere vrouwen gebruiken de weegschaal liever niet. Het resultaat is dan onnauwkeurig.
- Voor een correcte berekening van het lichaamsvet en lichaamsvocht moet u blootsvoets op de weegschaal staan.



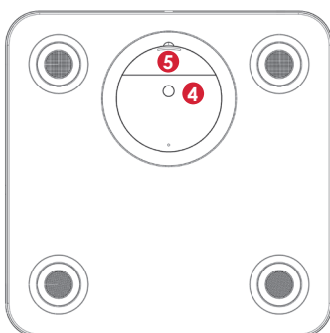
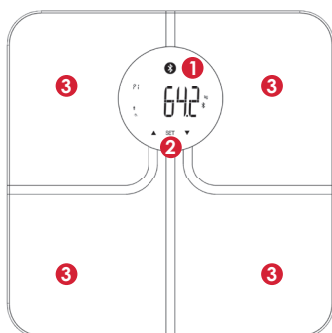
GEBRUIK EN ONDERHOUD

1. Demonteer de weegschaal niet. Vervang alleen de batterijen. De onderdelen zijn niet door de gebruiker herstelbaar.
Een ongepast gebruik kan de weegschaal beschadigen.
2. Wanneer u de weegschaal langere tijd niet gebruikt, verwijder dan de batterijen.
3. Reinig de weegschaal met een vochtige doek. Gebruik geen oplosmiddelen of dompel de weegschaal niet onder in water.
4. Stel de weegschaal niet bloot aan vibraties of schokken, door ze bijvoorbeeld op de grond te laten vallen.

GA VOOR MEER INFORMATIE NAAR

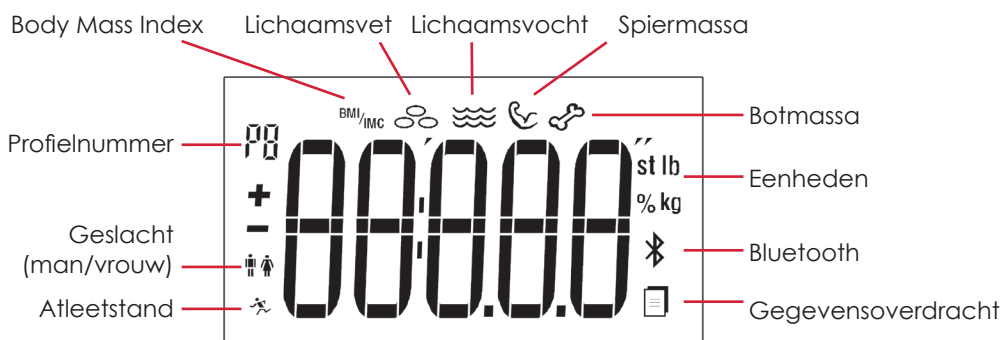
WWW.TERRAILLON.COM/FAQ

PRODUCTOVERZICHT



- ❶ Lcd-scherm
- ❷ Profielkeuze (OMHOOG/SET/OMLAAG)
- ❸ Elektroden voor analyses van de lichaamssamenstelling
- ❹ Eenheids- en koppelingsknop
- ❺ Batterijvak

LCD-SCHERM



EERSTE GEBRUIK

EEN WELLNESS COACH-ACCOUNT AANMAKEN

1. Ga naar de App Store (iOS) of naar Google Play (Android) en download de Wellness Coach-app.
2. Zodra de app is geïnstalleerd, maakt u een account aan door de instructies te volgen.
Indien nodig kunt u via het volgende adres de volledige gebruikers-/installatiehandleiding downloaden:

http://www.terraillon.com/sites/default/files/Guide%20utilisateur%20Wellness%20Coach_1.pdf



Download de Terraillon Wellness Coach-handleiding voor meer informatie over onze app.

VERBINDING MAKEN MET UW WEEGSCHAAL VAN TERRAILLON

3. Verwijder het plastic strookje op de onderkant van uw Terraillon-weegschaal. Op het lcd-scherm verschijnt '8888' en daarna '0,0 kg'.
4. Schakel bluetooth in via de instellingen van uw smartphone.*
5. Zodra het scherm van uw Terraillon-weegschaal uitgaat, houdt u de knop op de onderkant van het product drie seconden ingedrukt om de koppeling te starten: op het scherm verschijnt een bewegend symbool dat aangeeft dat de synchronisatie bezig is.
6. In de app:
 - A. Open het zijmenu.
 - B. Klik op 'Mijn apparaten synchroniseren'.
 - C. Klik op 'Synchronisatie starten'.
 - D. Zodra de app uw toestel heeft gedetecteerd, klikt u op 'Alle apparaten synchroniseren'.
 - E. Voeg uw Terraillon-weegschaal toe aan uw account. Dit doet u door een profiel te selecteren en uw naam in te vullen.
Klik vervolgens op 'Volgende'.

Opmerking:

Account/Wellness Coach: account dat met uw Wellness Coach-app is verbonden.

Profiel: uw Terraillon-weegschaal kan 8 verschillende gebruikersprofielen opslaan.

- F. Uw Terraillon-weegschaal is aan uw smartphone gekoppeld. Als de koppeling niet is gelukt of het synchroniseren langer dan één minuut duurt, verschijnt de code 'E1' op het scherm van uw Terraillon-weegschaal.

Klik op 'Naar mijn gegevens' om terug te gaan naar het dashboard.

* Voor Android-gebruikers:

Bij Android 6.0 of hoger vraagt Google u of u de Wellness Coach-app toegang wilt verlenen tot uw gps-gegevens zodat de app uw bluetooth kan activeren. U moet de app toestemming verlenen en vervolgens de gps-functie inschakelen om gebruik te kunnen maken van de functionaliteiten van uw Terraillon-weegschaal waar een bluetoothverbinding voor nodig is.

BEGINNEN MET METEN

7. Plaats de weegschaal op een harde, vlakke ondergrond.
8. Als u zich direct na het koppelen van uw Wellness Coach-account voor de eerste keer weegt, staat uw Terraillon-weegschaal normaal gesproken nog aan en op het profiel dat net ervoor in de app werd geselecteerd.

Als dit niet het geval is, opent u de Wellness Coach-app en controleert u of uw bluetooth en gps zijn ingeschakeld (als deze niet zijn ingeschakeld, zal de weegschaal de gegevens van maximaal 10 metingen per gebruiker bewaren tot de volgende bluetoothverbinding).

Zoek uw profielnummer door op ▲ of ▼ te drukken wanneer uw Terraillon-weegschaal is uitgeschakeld en druk vervolgens op SET om uw profielnummer te bevestigen.

9. Stap op uw Terraillon-weegschaal.
10. De Terraillon-weegschaal toont het gewicht. Anders wordt de weegschaal na 10 seconden automatisch uitgeschakeld.
11. Zodra het gewicht is bepaald, berekent de Terraillon-weegschaal uw lichaamssamenstelling (op het scherm verschijnt een symbool dat de voortgang aangeeft).
12. Op het scherm verschijnen verschillende gegevens. Als het symbool ✕ verschijnt, betekent dit dat de weegschaal aan de app is gekoppeld.

Het symbool  geeft aan dat er nog gegevens in het geheugen staan. Als het symbool verdwijnt, zijn de gegevens naar de app doorgestuurd.

U kunt de gegevens die door uw Terraillon-weegschaal zijn doorgestuurd, nu in de Wellness Coach-app op uw smartphone bekijken.

BENT U NIET DE ENIGE DIE DE WEEGSCHAAL VAN TERRAILLON GEBRUIKT?

U WILT DEZELFDE SMARTPHONE GEBRUIKEN:

Maak met dezelfde smartphone een nieuw account aan in de Wellness Coach-app en herhaal stappen 7 tot 12 (selecteer een profielnummer dat nog niet is toegewezen).

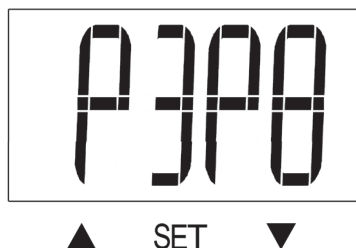
U WILT EEN ANDERE SMARTPHONE GEBRUIKEN:

Herhaal stappen 1 tot 12 en selecteer een profielnummer dat nog niet is toegewezen.

ZIJN ER VERSCHILLENDE GEBRUIKERS MET ONGEVEER HETZELFDE GEWICHT?

TWEE GEBRUIKERS HEBBEN ONGEVEER HETZELFDE GEWICHT

I vraagt de weegschaal u om uw profielnummer te bevestigen.



In het bovenstaande voorbeeld ziet u dat profiel 3 en 8 ongeveer hetzelfde gewicht hebben. Het scherm geeft de twee profielen als volgt weer:

PXPY (X en Y zijn de profielnummers van gebruikers met ongeveer hetzelfde gewicht)

Als u op profiel 3 bent, klikt u op ▲. En als u op profiel 8 bent, klikt u op ▼.

MEER DAN TWEE GEBRUIKERS HEBBEN ONGEVEER HETZELFDE GEWICHT

In dit geval vraagt de weegschaal u om uw profielnummer te bevestigen.

De weegschaal toont eerst twee profielen (zoals hierboven). Als uw profiel niet tussen deze twee profielen staat en u niets selecteert, zal het scherm twee andere profielen tonen zodat u uw profiel kunt selecteren.

DE BATTERIJEN VERVANGEN

Wanneer het scherm 'Lo' weergeeft, moet u de batterijen vervangen. Om de batterijen te vervangen, opent u het batterijdeksel aan de onderkant van de weegschaal. Verwijder de lege batterijen en plaats nieuwe. Batterijen mogen alleen worden verwijderd en vervangen door volwassenen. Gebruik alleen aanbevolen batterijen of batterijen van hetzelfde type. Meng nooit oude en nieuwe batterijen of batterijen van verschillende types. Let bij het plaatsen van de batterijen op de polariteit.

WAARSCHUWINGEN



Overbelasting: verwijder onmiddellijk (een deel van) het gewicht.



Batterij bijna leeg: vervang de batterij.



Fout bij impedantiemeting.

Als het symbool  knippert, is de koppeling met de app niet in orde.

- U moet zich ervan vergewissen dat uw Wellness Coach-app is geopend op uw smartphone en dat de bluetoothfunctie is ingeschakeld.
- De afstand tussen de weegschaal en de smartphone moet vrij klein zijn, van 1 tot 10 meter.

ONDERHOUD

Gebruik een vochtige, zachte doek. Dompel het onder in water en wring het uit om vuil te verwijderen. Gebruik daarna een droge, zachte doek om het toestel af te drogen. Gebruik GEEN drijfgas, schuurmiddel of andere chemische producten.

BESCHERM HET MILIEU

Werp gebruikte batterijen in een daartoe bestemde container zodat ze kunnen worden ingezameld en gerecycleerd. Meng nooit batterijen van verschillende types. Meng nooit oude en nieuwe batterijen. Aan het einde van zijn levensduur brengt u het product naar een aangewezen recyclepunt.

GARANTIE

Voor deze weegschaal geldt een garantie van twee jaar bij materiaal- en fabricagefouten. Tijdens deze periode worden dergelijke defecten kosteloos hersteld (gelieve het aankoopbewijs voor te leggen bij een klacht onder garantie). De garantie geldt niet voor schade veroorzaakt door ongepast gebruik of nalatigheid. In geval van een klacht neemt u eerst contact op met de winkel waar u uw weegschaal hebt gekocht.

CONFORMITEITSVERKLARING

Terraillon SAS verklaart hierbij dat dit toestel voldoet aan de belangrijkste veiligheids- en gezondheidsvereisten. Dit product voldoet aan de essentiële vereisten en andere relevante bepalingen van de R&TTE-richtlijn (1999/5/EG). De volledige conformiteitsverklaring is beschikbaar op <http://www.terraillon.com/fr/mentions-legales>.

PRODUCTKENMERKEN

- Draadloze (Bluetooth 4.0) communicatie tussen de weegschaal en de Wellness Coach-app
- Ingebouwd geheugen (maximaal tien opgeslagen metingen) per gebruiker om niet-verstuurde resultaten van analyses van de lichaamssamenstelling te bewaren voor de volgende BLE-verbinding
- Automatische in- en uitschakeling
- Waarschuwing bij overbelasting en bijna lege batterij
- Mogelijkheid om alleen het gewicht te bepalen en automatische inschakeling wanneer u op de weegschaal stapt
- Bio-elektrische impedantieanalyse (BIA) om het lichaamsvet, het lichaamsvocht, de botmassa en de spiermassa te bepalen (vierledige oplossing) (lichaamsvet: 0,1%, lichaamsvocht: 0,1%, botmassa: 0,1 kg, spiermassa: 0,1%)
- BMI-berekening
- Acht gebruikersgeheugens
- Werking met drie drukknoppen (OMHOOG/SET/OMLAAG)
- Voor gebruikers van 10 tot 85 jaar
- Normale stand of atleetstand
- Lengte van 75 tot 225 cm (2,55 ft tot 7,45 ft)
- Gebruikersherkenning met ± 2 kg
- Eenheden instellen (kg/st-lb/lb) door op de 'UNIT'-knop op de achterkant van de weegschaal te drukken

WAT IS BIO-ELEKTRISCHE IMPEDANTIE?

Het gewicht is een belangrijke indicator van uw lichaamsvorm, maar gewicht alleen volstaat niet. Uit een gewichtsverschil op zich kunt u niet afleiden of dat verschil aan het gewicht van de vetmassa of van de spiermassa ligt. Voor een goede gewichtscntrole is het wenselijk dat de spiermassa behouden blijft terwijl er vetmassa wordt verloren. Bijgevolg is het voor een geslaagde gewichtscntrole en goede lichamelijke gezondheid belangrijk om het vetgehalte in het lichaam in het oog te houden. Het optimale vetgehalte van een persoon verschilt naargelang de leeftijd en het geslacht.

De onderstaande tabel kan als richtlijn dienstdoen:

Norm voor mannen

Indeling	Leeftijd				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Laag	< 13 %	< 14 %	< 16 %	< 17 %	< 18 %
Optimaal	14-20 %	15-21 %	17-23 %	18-24 %	19-25 %
Gemiddeld	21-23 %	22-24 %	24-26 %	25-27 %	26-28 %
Hoog	> 23 %	> 24 %	> 26 %	> 27 %	> 28 %

Norm voor vrouwen

Indeling	Leeftijd				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Laag	< 19 %	< 20 %	< 21 %	< 22 %	< 23 %
Optimaal	20-28 %	21-29 %	22-30 %	23-31 %	24-32 %
Gemiddeld	29-31 %	30-32 %	31-33 %	32-33 %	33-35 %
Hoog	> 31 %	> 32 %	> 33 %	> 34 %	> 35 %

I nostri più vivi ringraziamenti per l'acquisto dell'analizzatore di massa grassa Terraillon R-LINK.

NOTE SULLA SICUREZZA

Leggere attentamente questa sezione per familiarizzare con caratteristiche e funzioni prima di utilizzare l'unità. I segnali di avvertimento e le icone mostrati qui sono elencati per permettervi di usare questo prodotto in modo sicuro e corretto e per prevenire danni al prodotto, rischi o lesioni a voi o ad altri. Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini di età superiore agli 8 anni e da persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte o senza esperienza e conoscenze, a condizione che ricevano supervisione o istruzioni concernenti l'uso dell'apparecchio e che comprendano i rischi che ne possono derivare. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Le operazioni di pulizia e di manutenzione non devono essere effettuate da bambini senza supervisione.

 PRECAUZIONI	Indicano le condizioni corrette per l'utilizzo del prodotto e prevengono danni, rischi e lesioni.
 IMPORTANTE PER GLI UTENTI	Sono informazioni importanti che gli utenti dovrebbero leggere prima di utilizzare il prodotto.
 CURA E MANUTENZIONE	Riguardano situazioni in cui si potrebbero verificare danni a causa di un trattamento o di una manutenzione scorretti.

 PRECAUZIONI
- È fortemente sconsigliato l'uso della bilancia a soggetti con impianti come pacemaker, arti artificiali, dispositivi di contraccezione, placche metalliche o viti. Potrebbe provocare il malfunzionamento dei dispositivi o produrre risultati inaccurati. In caso di dubbio consultare il medico. - Non smontare la bilancia, un trattamento scorretto potrebbe provocare lesioni.

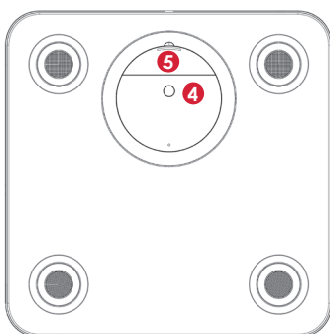
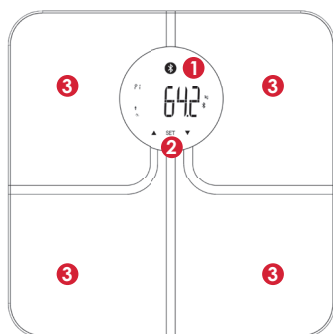
 IMPORTANTE PER GLI UTENTI
- Assicurarsi di utilizzare solo il tipo di batterie indicato (vedere sezione "Inserimento delle batterie"). - La modalità «Athlete» è applicabile soltanto a soggetti di età pari o superiore a 18 anni. - La stima della percentuale di massa grassa varierà in base alla quantità d'acqua presente nel corpo, e può essere influenzata da disidratazione o sovraidratazione dovute a fattori come consumo di alcolici, mestruazioni, malattia, intenso esercizio fisico, ecc. - È vietato l'uso alle donne in gravidanza. Il risultato è inaccurato. - Per la stima della massa grassa e della massa idrica il soggetto deve essere a piedi nudi.

 CURA E MANUTENZIONE
1. Non smontare la bilancia se non per sostituire la batteria; non contiene parti riparabili dall'utente. Un trattamento inadeguato può provocare danni alla bilancia.
2. Rimuovere la batteria quando la bilancia non viene usata da molto tempo.
3. Dopo l'uso, pulire la bilancia con un panno inumidito. Non usare solventi e non immergere l'unità in acqua.
4. Evitare impatti o vibrazioni eccessivi sulla bilancia, per esempio facendola cadere sul pavimento.

PRIMO UTILIZZO

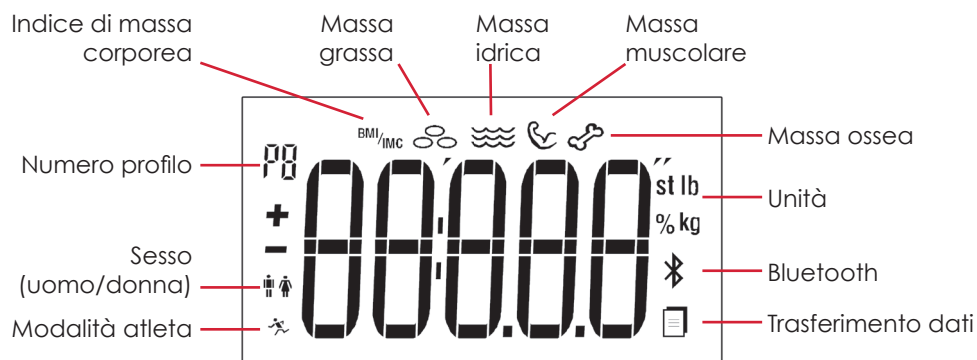
WWW.TERRAILLON.COM/FAQ

PANORAMICA DEL PRODOTTO



- 1 Display LCD
- 2 Selezione del profilo (SU/SET/GIÙ)
- 3 Elettrodi per l'analisi della composizione corporea
- 4 Tasto Unit e accoppiamento
- 5 Vano batterie

VISTA DEL DISPLAY LCD



PRIMO UTILIZZO

CREARE UN ACCOUNT WELLNESS COACH

1. Andare sull'App Store (iOS) o su Google Play (Android) per scaricare l'applicazione Wellness Coach.
2. Una volta installata l'applicazione, creare il proprio account seguendo le indicazioni.
Se necessario, scaricare il manuale d'uso/d'installazione completo al seguente indirizzo:

http://www.terraillon.com/sites/default/files/Guide%20utilisateur%20Wellness%20Coach_1.pdf



Per saperne di più sulla nostra app, scaricare il manuale d'uso Wellness Coach di Terraillon.

COLLEGARSI ALLA PROPRIA BILANCIA TERRAILLON

3. Rimuovere la striscia in plastica sulla parte posteriore della propria bilancia pesapersona Terraillon. Sullo schermo LCD apparirà inizialmente "8888", quindi "0,0 kg".
4. Attivare il Bluetooth nelle impostazioni del proprio smartphone.*
5. Una volta spento lo schermo della propria bilancia pesapersona Terraillon, tenere premuto per 3 secondi il tasto collocato nella parte posteriore del prodotto per avviare l'accoppiamento: sullo schermo apparirà un simbolo rotante del tipo "sincronizzazione in corso".
6. Nell'applicazione:
 - A. Aprire il menu laterale.
 - B. Fare clic su "Sincronizza i miei dispositivi".
 - C. Fare clic su "Avvia sincronizzazione".
 - D. Quando l'applicazione ha rilevato il dispositivo, fare clic su "Sincronizza tutti i dispositivi".
 - E. Associare la bilancia pesapersona Terraillon al proprio account utente. A tal fine, selezionare un profilo e inserire il proprio nome.
Fare clic su "Seguente".

Nota:

Account utente/Wellness Coach: account associato alla propria applicazione Wellness Coach.

Profilo: la bilancia pesapersona Terraillon è in grado di memorizzare 8 diversi profili utente.

- F. la bilancia pesapersona Terraillon è sincronizzata con lo smartphone. In caso di errore o se la procedura di sincronizzazione dura più di un minuto, sullo schermo della bilancia pesapersona Terraillon apparirà "E1".
Fare clic su "Accesso ai miei dati" per ritornare al pannello strumenti.

* Per gli utenti Android:

Nella versione Android 6.0, Google chiederà di autorizzare l'applicazione Wellness Coach ad accedere ai dati GPS e ad attivare il Bluetooth. Sarà necessario convalidare tale autorizzazione e attivare la funzione GPS per poter usufruire delle funzionalità della bilancia pesapersona Terraillon che richiedono una connessione Bluetooth.

INIZIO DELLA MISURAZIONE

7. Posizionare la bilancia pesapersona Terraillon su una superficie piana e dura.
8. Se si tratta della prima pesata direttamente dopo avere associato il proprio account Wellness Coach, la bilancia pesapersona Terraillon risulta tuttora accesa e configurata sul profilo precedentemente selezionato nell'applicazione.

Altrimenti aprire l'applicazione Wellness Coach, quindi verificare che il Bluetooth e i dati GPS siano attivi (in caso contrario la bilancia pesapersona Terraillon registrerà i dati fino alla prossima connessione Bluetooth, per un massimo di 10 registrazioni per utente).

Selezionare il proprio numero profilo premendo le frecce ▲ o ▼ quando la bilancia pesapersona Terraillon è spenta, quindi premere SET per confermare il proprio numero profilo.

9. Salire sulla bilancia pesapersona Terraillon.
10. La bilancia pesapersona Terraillon indica il peso corporeo, altrimenti entra automaticamente in modalità OFF dopo 10 secondi.
11. Una volta che il peso si è stabilizzato, la bilancia pesapersona Terraillon misura la composizione corporea (un simbolo di progressione scorre sullo schermo da sinistra a destra).
12. Sullo schermo appaiono diversi dati. Il simbolo ✂ indica che la connessione con l'applicazione è andata a buon fine.

Il simbolo ☐ indica la presenza di un dato in memoria; la sua scomparsa sta a significare che i dati sono stati trasmessi correttamente all'applicazione.

A questo punto è possibile consultare sull'applicazione Wellness Coach del proprio smartphone i dati trasmessi dalla bilancia pesapersona Terraillon.

LA BILANCIA TERRAILLON È UTILIZZATA DA PIÙ PERSONE?

SE SI DESIDERA UTILIZZARE LO STESSO SMARTPHONE:

Con lo stesso smartphone creare un nuovo account sull'applicazione Wellness Coach, quindi ripetere le fasi 7-12 (selezionare un numero profilo non ancora assegnato).

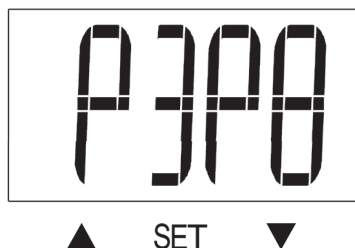
SE SI DESIDERA UTILIZZARE UNO SMARTPHONE DIVERSO:

Ripetere le fasi 1-12 scegliendo un numero profilo non ancora assegnato.

SIETE PIÙ UTENTI CON UN PESO SIMILE?

DUE UTENTI CON UN PESO SIMILE

In questo caso, la bilancia pesapersona chiede di confermare il proprio numero profilo.



L'esempio sopra indica che i profili 3 e 8 hanno un peso simile. Sullo schermo i due profili appaiono infatti secondo questa logica:

PXPY (X e Y sono i numeri profilo con un peso simile)

Se si è il profilo 3, premere ▲. Se si è invece il profilo 8, premere ▼.

PIÙ DI DUE UTENTI CON UN PESO SIMILE

In questo caso, la bilancia pesapersona chiede di confermare il proprio numero profilo.

Inizialmente, sulla bilancia pesapersona appaiono due profili (come sopra). In caso di mancata conferma di uno dei due profili indicati, sullo schermo appaiono nuovamente 2 profili diversi per consentire di confermare il proprio.

SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE

“Lo” appare sullo schermo quando le batterie sono scariche e devono essere sostituite. Per sostituire le batterie, aprire il coperchio del vano delle batterie collocato nella parte posteriore della bilancia. Rimuovere le batterie scariche e sostituirle con batterie nuove. Tale operazione deve essere eseguita solo da adulti. Usare solo batterie consigliate, di tipologia identica o equivalente. Non utilizzare batterie vecchie insieme a batterie nuove né batterie di tipologia diversa. Inserire le batterie rispettando la polarità corretta.

MESSAGGI DI AVVISO



Sovraccarico: rimuovere immediatamente il peso.



Batteria scarica: sostituirla.



Errore di misura dell'impedenza.

Se il simbolo  lampeggia, significa che la connessione con l'app non è attiva.

- Accertarsi che l'app Wellness Coach sullo smartphone sia aperta e che il Bluetooth sia attivo.
- La distanza tra la bilancia e lo smartphone deve essere ragionevolmente ridotta, da 1 a 10 metri.

MANUTENZIONE

Per rimuovere la sporcizia USARE un panno morbido, inumidito con acqua e strizzato. Per asciugare il dispositivo usare un panno morbido e asciutto. NON usare prodotti spray, abrasivi o detergenti chimici di altro genere.

PROTEZIONE DELL'AMBIENTE

Smaltire le batterie esauste in un contenitore apposito per la raccolta e il riciclaggio. Non utilizzare insieme batterie di tipologia diversa. Non utilizzare insieme batterie vecchie e batterie nuove. Quando esauste, smaltirle in un apposito centro di riciclaggio di rifiuti.

GARANZIA

La garanzia copre difetti dei materiali e di fabbricazione di questa bilancia per 2 anni. Durante tale periodo, tali difetti saranno riparati gratuitamente (mostrare la ricevuta di acquisto in caso di reclamo in garanzia). La garanzia non copre danni causati da uso improprio o negligenza. In caso di reclamo, contattare il punto vendita dove è stata acquistata la bilancia.

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ

Con la presente, Terraillon SAS dichiara che questo dispositivo è conforme ai requisiti essenziali di sicurezza e tutela della salute. Il presente prodotto è conforme ai requisiti essenziali e ad altre disposizioni pertinenti della direttiva R&TTE 1999/5/CE. La dichiarazione di conformità completa è disponibile nel sito <http://www.terraillon.com/fr/mentions-legales>.

SPECIFICHE DEL PRODOTTO

- Comunicazione wireless (Bluetooth 4.0) tra bilancia e app Wellness Coach
- Memoria integrata (massimo 10) per utente per memorizzare il risultato non inviato dall'analizzatore di massa grassa per la successiva connessione BLE
- Funzionamento di accensione e spegnimento automatico
- Indicazione di sovraccarico e batteria scarica
- Funzione solo peso con salita automatica
- Tecnologia BIA (analisi dell'impedenza bioelettrica) per la stima di massa grassa, massa idrica, massa ossea e massa muscolare (soluzione a 4 poli) (massa grassa: 0,1%, massa idrica: 0,1%, massa ossea: 0,1 kg, massa muscolare: 0,1%)
- Calcolo dell'IMC
- 8 memorie utente
- Funzionamento con 3 tasti a sfioramento (SU/SET/GIÙ)
- Fascia d'età dai 10 agli 85 anni
- Modalità Normale o Atleta
- Intervallo di altezza da 75 a 225 cm (da 2' e 5,5" a 7' e 4,5")
- Riconoscimento utente con tolleranza +/- 2 kg
- Modifica unità (kg/st - lb/lb) premendo il tasto "Unit" collocato nella parte posteriore della bilancia.

CHE COSA È L'IMPEDENZA BIOELETRICA?

Il peso è un indicatore utile ma insufficiente per controllare la sua forma. L'evoluzione del cambiamento di peso non indica di per sé se è il peso della massa grassa o della massa muscolare ad aver subito delle modifiche. Per la gestione del peso, è consigliabile mantenere la massa muscolare a discapito della massa grassa. Pertanto, il controllo del tasso di massa grassa nel corpo è una tappa importante per una corretta gestione del peso e per il mantenimento di un buono stato fisico.

Il tasso di massa grassa ottimale di un individuo varia in funzione dell'età e del sesso.

La tabella seguente può essere utilizzata come riferimento:

Norma per gli uomini

Classifica	Età				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Basso	< 13 %	< 14 %	< 16 %	< 17 %	< 18 %
Ottimale	14-20 %	15-21 %	17-23 %	18-24 %	19-25 %
Medio	21-23 %	22-24 %	24-26 %	25-27 %	26-28 %
Elevato	> 23 %	> 24 %	> 26 %	> 27 %	> 28 %

Norma per le donne

Classifica	Età				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Basso	< 19 %	< 20 %	< 21 %	< 22 %	< 23 %
Ottimale	20-28 %	21-29 %	22-30 %	23-31 %	24-32 %
Medio	29-31 %	30-32 %	31-33 %	32-33 %	33-35 %
Elevato	> 31 %	> 32 %	> 33 %	> 34 %	> 35 %

Muchas gracias por elegir el analizador de masa grasa R-LINK de Terraillon.

AVISOS DE SEGURIDAD

Lea atentamente este apartado para familiarizarse con las características y el funcionamiento de la unidad antes de utilizarla. Las señales de advertencia y los iconos mostrados tienen como objeto indicarle cómo utilizar este producto de manera segura y correcta para evitar los riesgos de daños en la unidad y lesiones a usted o a otras personas. Este aparato pueden utilizarlo niños a partir de ocho años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o sin experiencia y conocimientos, si cuentan con la supervisión o instrucciones respecto al uso del aparato de un modo seguro y comprenden los riesgos asociados. Los niños no deben jugar con el aparato. Los niños sin supervisión no deben llevar a cabo la limpieza ni el mantenimiento.

 PRECAUCIÓN	Indica la forma correcta de utilizar el producto para evitar el riesgo de daños y lesiones.
 IMPORTANTE PARA LOS USUARIOS	Indica los elementos importantes que los usuarios deben leer antes de utilizar el producto.
 CUIDADO Y MANTENIMIENTO	Indica los aspectos en los que pueden producirse daños como resultado de una manipulación o mantenimiento incorrectos.

 PRECAUCIÓN
- No deben utilizar la báscula las personas que tengan implantes, como marcapasos, prótesis, dispositivos anticonceptivos, clavos o placas de metal. Podría hacer que los dispositivos funcionaran incorrectamente o que el resultado fuera impreciso. En caso de duda, póngase en contacto con su médico. - No desmonte la báscula, ya que su manipulación incorrecta podría causar lesiones.

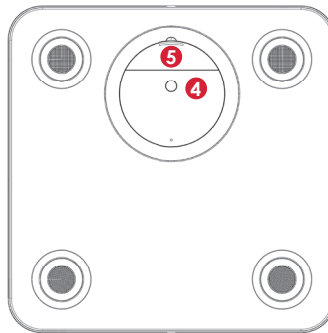
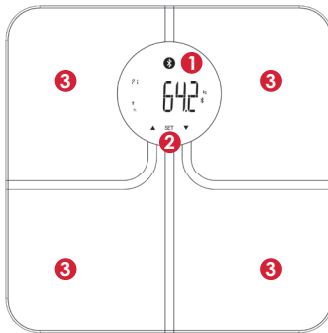
 IMPORTANTE PARA LOS USUARIOS
- Asegúrese de utilizar solo el tipo de pilas indicado (consulte el apartado «Introducir las pilas»). - El modo Atleta solo está destinado a personas de 18 años o más. - El cálculo del porcentaje de masa grasa varía según la cantidad de agua en el cuerpo y puede verse afectado por la deshidratación o la hiperhidratación causadas por factores como el consumo de alcohol, menstruación, enfermedad, ejercicio intenso, etc. - No deben utilizar esta báscula mujeres embarazadas, ya que el resultado es inexacto. - Para calcular la masa grasa y la masa hídrica, es necesario descalzarse.

 CUIDADO Y MANTENIMIENTO
- Abra la báscula únicamente para cambiar las pilas. La báscula no contiene piezas que pueda reparar el usuario. Una manipulación incorrecta puede dañar la báscula. - Quite las pilas cuando no vaya a utilizar la báscula durante un tiempo prolongado. - Limpie la báscula con un paño humedecido. No utilice disolventes ni sumerja la unidad en agua. - Evite los impactos o vibraciones fuertes en la báscula, como las caídas.

OBTENDRÁ MÁS INFORMACIÓN EN

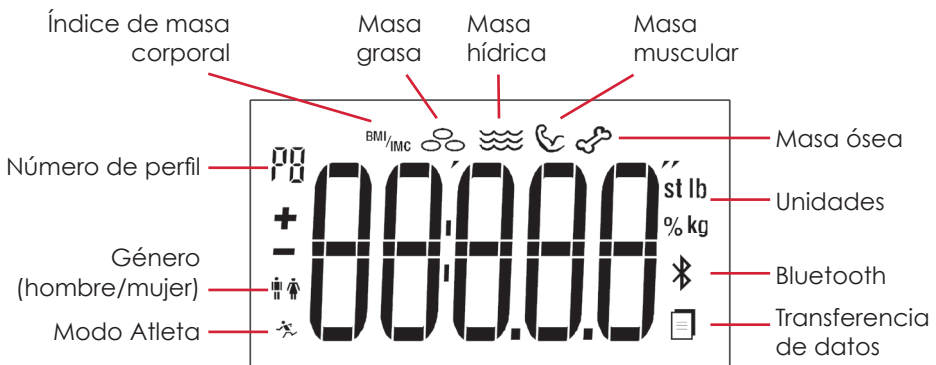
WWW.TERRAILLON.COM/FAQ

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO



- ❶ Pantalla LCD
- ❷ Selección de perfil (ARRIBA/SET/ABAJO)
- ❸ Electrodo para análisis de composición corporal
- ❹ Botón UNIT y de vinculación
- ❺ Compartimiento de las pilas

VISTA LCD



PRIMER USO

CREAR UNA CUENTA WELLNESS COACH

1. Diríjase a la App Store (iOS) o a Google Play (Android) para descargar la aplicación Wellness Coach.
2. Una vez que la aplicación esté instalada, cree su cuenta siguiendo las instrucciones que se muestran a continuación.
Si lo necesita, puede descargar el manual de uso/instalación completo en la siguiente dirección:

http://www.terraillon.com/sites/default/files/Guide%20utilisateur%20Wellness%20Coach_1.pdf



Descargue el manual del usuario de Terraillon Wellness Coach para obtener más información acerca de nuestra aplicación.

CONECTARSE A SU BÁSCULA DE BAÑO TERRAILLON

3. Retire la lengüeta de plástico de la parte posterior de su báscula de baño Terraillon. La pantalla LCD mostrará primero «8888» y luego «0,0 kg».
4. Active el Bluetooth en los parámetros de su smartphone.*
5. Una vez se apague la pantalla de la báscula de baño Terraillon, mantenga el botón situado en la parte posterior presionado durante tres segundos para iniciar la sincronización: la pantalla mostrará un símbolo giratorio que significa que la sincronización está en curso.
6. En la aplicación:
 - A. Abra el menú lateral.
 - B. Haga clic en «Sincronizar mis dispositivos».
 - C. Haga clic en «Iniciar sincronización».
 - D. Una vez que la aplicación haya detectado su dispositivo, haga clic en «Sincronizar todos los dispositivos».
 - E. Vincule su báscula de baño Terraillon con su cuenta de usuario. Para ello, seleccione un perfil y escriba su nombre.
A continuación, haga clic en «Siguiente».

Nota:

Cuenta de usuario/Wellness Coach: cuenta asociada a la aplicación Wellness Coach.

Perfil: su báscula de baño Terraillon puede memorizar ocho perfiles de usuarios distintos.

- F. Su báscula de baño Terraillon está sincronizada con su smartphone. En caso de error o si el proceso de sincronización dura más de un minuto, aparecerá «E1» en la pantalla de su báscula de baño Terraillon.

Haga clic en «Acceder a mi cuenta» para volver al panel de control.

* Para los usuarios de Android:

A partir de la versión de Android 6.0, Google le pedirá que autorice a la aplicación Wellness Coach para acceder a los datos GPS y así activar su Bluetooth. Debe validar esta autorización y activar el GPS para poder utilizar las funciones de su báscula de baño Terraillon que requieren una conexión Bluetooth.

INICIO DE LA MEDICIÓN

7. Coloque su báscula de baño Terraillon sobre una superficie dura y plana.
8. Si se pesa por primera vez directamente después de haber asociado su cuenta Wellness Coach, su báscula de baño Terraillon se quedará encendida y configurada con el perfil seleccionado previamente en la aplicación.

Si no es el caso, abra la aplicación Wellness Coach y compruebe que su Bluetooth y sus datos de GPS están activados (de lo contrario, la báscula de baño Terraillon guardará los datos hasta la próxima conexión Bluetooth ya que sólo se permiten máximo diez registros por usuario).

Seleccione su número de perfil pulsando las flechas ▲ o ▼ cuando su báscula de baño Terraillon esté apagada y a continuación pulse SET para confirmar su número de perfil.

9. Súbase a su báscula de baño Terraillon.
10. La báscula de baño Terraillon mostrará el peso, de no ser así pasará automáticamente al modo apagado tras 10 segundos.
11. Una vez se estabilice el peso, la báscula de baño Terraillon medirá su composición corporal y aparecerá un símbolo de progresión en la pantalla que se mueve de izquierda a derecha.
12. Se visualizarán distintos datos en la pantalla. El símbolo ✂ significa que se ha realizado con éxito la conexión con la aplicación.

El símbolo ☐ significa que hay datos transmitiéndose en la memoria. Cuando dicho símbolo desaparece, significa que los datos se han transmitido correctamente a la aplicación.

También puede consultar los datos transmitidos por su báscula de baño Terraillon desde su smartphone con la aplicación Wellness Coach.

¿NO ES LA ÚNICA PERSONA QUE VA A UTILIZAR LA BÁSCULA DE BAÑO TERRAILLON?

QUIERE UTILIZAR EL MISMO SMARTPHONE:

Cree una cuenta nueva en la aplicación Wellness Coach con el mismo smartphone y siga los pasos del 7 al 12 (seleccione un número de perfil que no se haya atribuido).

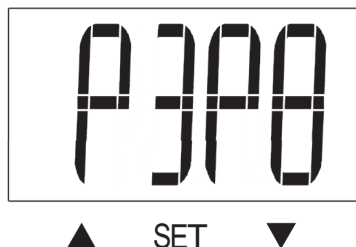
QUIERE UTILIZAR UN SMARTPHONE DIFERENTE:

Repita los pasos del 1 al 12 y elija un número de perfil que no se haya atribuido.

¿SON VARIOS USUARIOS CON UN PESO SIMILAR?

DOS USUARIOS CON UN PESO SIMILAR

En ese caso, la báscula de baño le pedirá que confirme su número de perfil.



El ejemplo anterior muestra que los perfiles 3 y 8 tienen un peso similar. Además, la pantalla mostrará dos perfiles de acuerdo con esta pauta:

PXPY (X e Y son los números de los perfiles con pesos similares)

Si su perfil es el 3, pulse ▲. Y si su perfil es el 8, pulse ▼.

MÁS DE DOS USUARIOS CON UN PESO SIMILAR

En ese caso, la báscula de baño le pedirá que confirme su número de perfil.

La báscula de baño mostrará primero dos perfiles (véase arriba). Si no confirma su perfil de entre los que aparecen, la pantalla mostrará otros dos perfiles distintos para que pueda confirmar el suyo.

SUSTITUCIÓN DE LAS PILAS

El símbolo Lo aparece en la pantalla cuando las pilas tienen poca carga y es necesario cambiarlas. Para cambiar las pilas, abra la tapa situada en la parte trasera de la báscula. Retire las pilas usadas e inserte unas nuevas. Solo los adultos deben retirar y reemplazar las pilas. Utilice solo pilas recomendadas, que sean del mismo tipo o equivalentes. No mezcle pilas nuevas y usadas o pilas de distintos tipos. Inserte las pilas con los polos orientados adecuadamente.

INDICADORES DE ADVERTENCIA



Sobrecarga: retire el peso inmediatamente.



Fallo de la pila: cámbiela.



Error de medición de impedancia.

Si el símbolo  parpadea, significa que la conexión con la aplicación no es correcta.

- Asegúrese de que la aplicación Wellness Coach está abierta en su smartphone y el Bluetooth está activado.
- La distancia entre la báscula y el smartphone debe ser razonablemente corta (de 1 a 10 metros).

MANTENIMIENTO

Limpie la suciedad con un paño suave mojado en agua y bien escurrido. Luego use un paño suave seco para secar el dispositivo. NO use productos propelentes ni abrasivos, ni otro tipo de productos químicos.

PROTEJA EL MEDIO AMBIENTE

Deseche las pilas usadas en su contenedor correspondiente para que puedan recogerse o reciclarse. No mezcle distintos tipos de pilas. No mezcle pilas nuevas y usadas. Después de su vida útil, deseche este producto en un punto designado para el reciclaje de residuos.

GARANTÍA

Esta báscula tiene una garantía de dos años ante defectos de material y fabricación. Durante este periodo, cualquiera de dichos defectos será reparado sin coste alguno (previa presentación del justificante de compra en caso de reclamación en garantía). La garantía no cubre los daños causados por un uso indebido o negligencias. En caso de reclamaciones, primero póngase en contacto con la tienda en la que adquirió la báscula.

DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD

Terraillon SAS declara que este dispositivo cumple con las condiciones necesarias de salud y seguridad. Este producto cumple con los requisitos necesarios y otras disposiciones relevantes de la Directiva R&TE 1999/5/CE. La declaración de conformidad completa está disponible en <http://www.terraillon.com/fr/mentions-legales>.

ESPECIFICACIONES DEL PRODUCTO

- Comunicación inalámbrica (Bluetooth4.0) entre la báscula y la aplicación Wellness Coach
- Memoria integrada (máximo de 10) por usuario para almacenar el resultado del AMG no enviado para la siguiente conexión BLE
- Función automática de encendido y apagado
- Indicador de sobrecarga y batería baja
- Función automática de peso con solo subirse a la báscula
- Tecnología de análisis de la impedancia bioeléctrica (BIA) para la medición de la masa grasa, la masa hídrica, la masa ósea y la masa muscular (solución de 4 polos) (MG: 0,1 %, MH: 0,1 %, MO: 0,1 kg, MM: 0,1 %)
- Cálculo del IMC
- 8 memorias de usuario
- Funcionamiento con 3 teclas táctiles (ARRIBA/SET/ABAJO)
- Edad de 10 a 85 años
- Modo Normal o Atlético
- Rango de altura de 75 a 225 cm (de 2 ft 5,5 in a 7 ft 4,5 in)
- Reconocimiento del usuario con +/-2 kg
- Cambio de unidad (kg / st – lb / lb) pulsando el botón UNIT detrás de la báscula

¿QUÉ ES EL MONITOR DE MASA CORPORAL BIOELÉCTRICO?

El peso total determina generalmente si una persona es obesa o no. El cambio de peso de por sí no indica si lo que ha variado es la masa adiposa (cantidad de grasa) o la masa muscular. Cuando se quiere controlar su peso, es preferible mantener su masa muscular e ir perdiendo grasa. Por eso controlar el porcentaje de grasa es una etapa importante para una buena gestión de su peso y una buena salud. El porcentaje de grasa ideal cambia según la edad y el sexo.

Podemos remitirnos a la siguiente tabla:

Norma para los hombres

Medida	Edad				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Baja	< 13 %	< 14 %	< 16 %	< 17 %	< 18 %
Optimal	14-20 %	15-21 %	17-23 %	18-24 %	19-25 %
Media	21-23 %	22-24 %	24-26 %	25-27 %	26-28 %
Alta	> 23 %	> 24 %	> 26 %	> 27 %	> 28 %

Norm voor vrouwen

Medida	Edad				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Baja	< 19 %	< 20 %	< 21 %	< 22 %	< 23 %
Optimal	20-28 %	21-29 %	22-30 %	23-31 %	24-32 %
Media	29-31 %	30-32 %	31-33 %	32-33 %	33-35 %
Alta	> 31 %	> 32 %	> 33 %	> 34 %	> 35 %

Vielen Dank, dass Sie sich für die Terraillon Körperfettanalysewaage R-LINK entschieden haben.

SICHERHEITSHINWEISE

Lesen Sie bitte diesen Abschnitt sorgfältig durch, um sich mit den Funktionen und Bedienungen vertraut zu machen, bevor Sie das Gerät verwenden. Die Warnhinweise und Mustersymbole werden angeführt, damit Sie dieses Produkt sicher und korrekt anwenden können und Schäden am Gerät oder Gefahren für sich und andere vermeiden. Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und Personen mit eingeschränkter physischer, sensorischer oder mentaler Leistungsfähigkeit und mangelnder Erfahrung oder unzureichendem Kenntnisstand verwendet werden, sofern sie beaufsichtigt werden oder Sicherheitsanweisungen zur Verwendung des Geräts erhalten haben und die damit einhergehenden Risiken kennen. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Reinigung und Wartung darf nicht von Kindern ohne Aufsicht durchgeführt werden.

 WARNHINWEIS	Zeigt die richtige Verwendung des Produkts zur Vorbeugung von Schäden und Verletzungen.
 WICHTIG FÜR DEN BENUTZER	Zeigt die wichtigen Abschnitte an, die der Benutzer vor der Verwendung des Produkts lesen sollte.
 PFLEGE UND WARTUNG	Zeigt Situationen an, in denen Schäden durch falsche Handhabung und Wartung auftreten können.

 WARNHINWEIS
- Benutzen Sie die Waage nicht bei Personen mit Körperimplantaten wie Herzschrittmachern, künstlichen Hüftgelenken, Verhütungsmitteln (z. B. Spiralen), Metallplatten oder Schrauben. Die Funktion der Geräte könnte beeinträchtigt oder ein falsches Ergebnis könnte angezeigt werden. Wenn Sie Zweifel haben, sprechen Sie mit Ihrem Arzt. - Zerlegen Sie die Waage nicht, da falsche Handhabungen zu Verletzungen führen können.

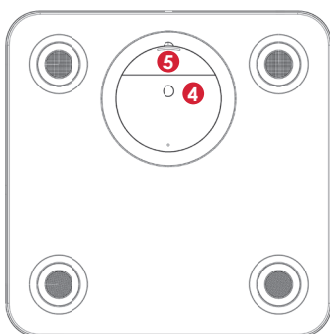
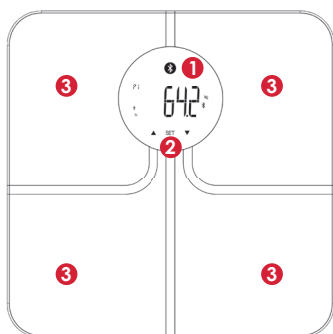
 WICHTIG FÜR DEN BENUTZER
- Verwenden Sie nur die angegebene Batterieart (siehe Abschnitt „Batterien einlegen“). - Die Modus „Sportler“ ist nur für Personen über 18 Jahren zu verwenden. - Die Körperfettwerte in Prozent schwanken je nach Körperwasseranteil und können durch Dehydrierung oder große Wassermengen im Körper beeinflusst werden, die z. B. durch Alkoholkonsum, Menstruation, Krankheit, intensiven Sport usw. entstehen können. - Nicht bei Schwangeren benutzen. Das Ergebnis ist falsch. - Um den Körperfett- und den Körperwasseranteil zu berechnen, müssen Sie barfuß sein.

 PFLEGE UND WARTUNG
1. Zerlegen Sie die Waage nur zum Austauschen der Batterien; sie enthält keine Teile, die vom Benutzer repariert werden könnten. Durch unsachgemäße Behandlung kann die Waage beschädigt werden.
2. Entfernen Sie die Batterien, wenn die Waage längere Zeit nicht benutzt wird.
3. Reinigen Sie die Waage nach Gebrauch mit einem feuchten Tuch. Verwenden Sie keine Lösungsmittel und tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser.
4. Vermeiden Sie größere Stöße oder Vibrationen am Gerät, wie das Fallenlassen auf den Boden.

ERFAHREN SIE MEHR AUF

WWW.TERRAILLON.COM/FAQ

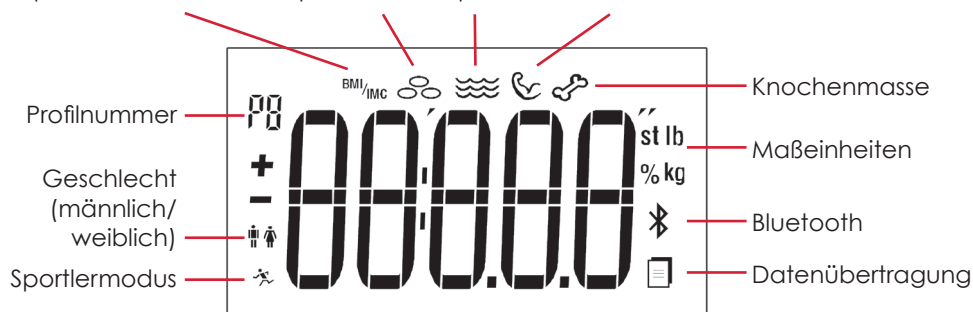
PRODUKTÜBERSICHT



- 1 LCD-Display
- 2 Profilauswahl (OBEN/SET/UNTEN)
- 3 Elektroden für die Körperfettanalyse
- 4 Taste für Maßeinheit und Kopplung
- 5 Batteriefach

LCD-ANZEIGE

Körpermassenindex Körperfett Körperwasser Muskelmasse



INBETRIEBNAHME

EIN WELLNESS COACH-KONTO ERSTELLEN

1. Gehen Sie zum App Store (iOS) oder zu Google Play (Android) und laden Sie die Wellness Coach-App herunter.
2. Erstellen Sie, sobald die Installation der App abgeschlossen ist, Ihr Konto gemäß den Anweisungen.
Bei Bedarf können Sie über die folgende Adresse die gesamte Bedienungs-/Installationsanleitung herunterladen:

http://www.terraillon.com/sites/default/files/Guide%20utilisateur%20Wellness%20Coach_1.pdf



Laden Sie auch die Bedienungsanleitung des Terraillon Wellness Coach herunter, um mehr über unsere App zu erfahren

VERBINDUNG ZU IHRER TERRAILLON PERSONENWAAGE HERSTELLEN

3. Entfernen Sie den Plastikstreifen auf der Rückseite Ihrer Terraillon Personenwaage. Auf der LCD-Anzeige erscheint zunächst „8888“ und anschließend „0,0 kg“.
4. Aktivieren Sie Bluetooth in Ihren Smartphone-Einstellungen.*
5. Sobald die Anzeige Ihrer Terraillon Personenwaage erlischt, halten Sie die Taste an der Rückseite der Waage drei Sekunden lang gedrückt, um die Synchronisierung zu starten: Auf der Anzeige erscheint ein sich drehendes Symbol „Geräte werden synchronisiert“.
6. In der App:
 - A. Öffnen Sie das Menü an der Seite.
 - B. Klicken Sie auf „Synchronisierung meiner Geräte“.
 - C. Klicken Sie auf „Synchronisierung starten“.
 - D. Sobald die App Ihr Gerät erkannt hat, klicken Sie auf „Alle Geräte synchronisieren“.
 - E. Verbinden Sie Ihre Terraillon Personenwaage mit Ihrem Benutzerkonto. Wählen Sie dazu ein Profil aus und geben Sie Ihren Namen ein.
Klicken Sie anschließend auf „Weiter“.

Hinweis:

Benutzerkonto/Wellness Coach: das mit Ihrer Wellness Coach-App verbundene Benutzerkonto.

Profil: Ihre Terraillon Personenwaage kann bis zu acht verschiedene Benutzerprofile speichern.

- F. Ihre Terraillon Personenwaage wird mit Ihrem Smartphone synchronisiert. Wenn die Synchronisierung fehlschlägt oder länger als eine Minute dauert, erscheint „E1“ auf der Anzeige Ihrer Terraillon Personenwaage.
Klicken Sie auf „Meine Daten aufrufen“, um zur Übersicht zurückzugelangen.

* Für Android-Nutzer:

Ab der Version Android 6.0 verlangt Google von Ihnen, der Wellness Coach-App zu gestatten, auf die GPS-Daten zuzugreifen, um Ihr Bluetooth zu aktivieren. Sie müssen diese Genehmigung bestätigen und anschließend die GPS-Funktion aktivieren, um die Funktionen Ihrer Terraillon Personenwaage, für die eine Bluetooth-Verbindung erforderlich ist, nutzen zu können.

ERSTE MESSUNGEN

7. Stellen Sie Ihre Terraillon Personenwaage auf eine ebene und feste Fläche.
8. Wenn Sie Ihre erste Messung direkt, nachdem Sie Ihr Wellness Coach-Konto verbunden haben, ausführen, ist Ihre Terraillon Personenwaage noch eingeschaltet und auf das Profil eingestellt, das Sie zuvor in der App ausgewählt haben.

Öffnen Sie andernfalls die Wellness Coach-App und überprüfen Sie, dass Ihr Bluetooth und Ihre GPS-Daten aktiviert sind (wenn dies nicht der Fall ist, speichert die Terraillon Personenwaage die Daten, bis die nächste Bluetooth-Verbindung hergestellt wird. Es sind maximal zehn Einträge pro Benutzer möglich).

Wählen Sie Ihre Profilnummer aus, indem Sie auf die Pfeile ▲ oder ▼ drücken, wenn Ihre Terraillon Personenwaage ausgeschaltet ist. Drücken Sie anschließend auf SET, um Ihre Profilnummer zu bestätigen.

9. Stellen Sie sich auf Ihre Terraillon Personenwaage.
10. Die Terraillon Personenwaage zeigt das Gewicht an oder schaltet sich automatisch nach zehn Sekunden ab.
11. Sobald sich das Gewicht stabilisiert hat, misst die Terraillon Personenwaage Ihre Körperzusammensetzung (ein Fortschrittssymbol bewegt sich auf der Anzeige von links nach rechts).
12. Die verschiedenen Daten erscheinen auf der Anzeige. Das Symbol  erscheint, um Ihnen anzuzeigen, dass die Verbindung mit der App erfolgreich war

Das Symbol  zeigt Ihnen an, dass der Speicher einen Eintrag enthält. Wenn das Symbol verschwindet, bedeutet das, dass die Daten erfolgreich an die App übertragen wurden.

Ab jetzt können Sie die Daten, die von Ihrer Terraillon Personenwaage übertragen wurden, auf Ihrem Smartphone in der Wellness Coach-App ansehen.

SIE BENUTZEN DIE TERRAILLON PERSONENWAAGE NICHT ALLEIN?

WENN SIE DASSELBE SMARTPHONE VERWENDEN MÖCHTEN:

Erstellen Sie mit demselben Smartphone ein neues Konto in der Wellness Coach-App und wiederholen Sie anschließend die Schritte 7 bis 12 (wählen Sie eine Profilnummer aus, die noch nicht vergeben wurde).

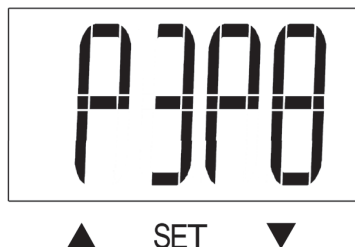
WENN SIE EIN ANDERES SMARTPHONE VERWENDEN MÖCHTEN:

Wiederholen Sie die Schritte 1 bis 12 und wählen Sie dabei eine Profilnummer aus, die noch nicht vergeben wurde.

SIE SIND MEHRERE NUTZER MIT EINEM ÄHNLICHEN GEWICHT?

ZWEI NUTZER MIT ÄHNLICHEM GEWICHT

In diesem Fall fordert die Personenwaage Sie auf, Ihre Profilnummer zu bestätigen.



Im Beispiel oben sehen Sie, dass die Profile 3 und 8 ein ähnliches Gewicht haben. Auf der Anzeige erscheinen die beiden Profile folgendermaßen:

PXPY (X und Y sind die Profilnummern mit ähnlichem Gewicht)

Wenn Ihnen das Profil 3 gehört, drücken Sie auf ▲. Und wenn Ihnen das Profil 8 gehört, drücken Sie auf ▼.

MEHR ALS ZWEI NUTZER MIT ÄHNLICHEM GEWICHT

In diesem Fall fordert die Personenwaage Sie auf, Ihre Profilnummer zu bestätigen.

Zunächst zeigt die Personenwaage zwei Profile an (wie oben). Wenn Sie Ihr Profil unter den beiden angezeigten nicht bestätigen, erscheinen auf der Anzeige erneut zwei andere Profile, damit Sie Ihr Profil bestätigen können.

BATTERIEN AUSTAUSCHEN

Wenn die Batterien zu schwach sind und ausgetauscht werden müssen, erscheint die Anzeige „Lo“ auf dem Bildschirm. Öffnen Sie das Batteriefach auf der Rückseite der Waage, um die Batterien auszutauschen. Nehmen Sie die alten Batterien heraus und legen Sie neue Batterien ein. Batterien sollten nur von Erwachsenen herausgenommen und ausgetauscht werden. Verwenden Sie nur empfohlene Batterien oder Batterien des gleichen Typs. Vermischen Sie nicht alte und neue Batterien oder Batterien eines verschiedenen Typs. Achten Sie beim Einsetzen der Batterien auf die richtige Polarität.

WARNMELDUNGEN



Überlastet: Entfernen Sie das Gewicht sofort.



Batteriefehler: Tauschen Sie die Batterien aus.



Impedanzmessfehler.

Wenn das Symbol  blinkt bedeutet dies, dass keine Verbindung mit der App besteht.

- Kontrollieren Sie bitte, ob Ihre Wellness Coach App auf Ihrem Smartphone geöffnet und die Bluetooth-Funktion aktiviert ist.
- Der Abstand zwischen Waage und Smartphone sollte zwischen einem Meter und zehn Metern betragen.

INSTANDHALTUNG

Verwenden Sie ein mit Wasser befeuchtetes und gut ausgewrungenes weiches Tuch, um Schmutz zu entfernen. Trocknen Sie das Gerät anschließend mit einem trockenen weichen Tuch ab. Verwenden Sie KEINE Treibstoffe, Schleifmittel oder andere Chemikalien.

UMWELTSCHUTZ

Entsorgen Sie Altbatterien in einem hierfür vorgesehenen Batteriesammelcontainer, damit sie recycelt werden können. Vermischen Sie keine verschiedenen Batterietypen. Vermischen Sie keine neuen und alten Batterien. Geben Sie das Altgerät zur Entsorgung bei einer ausgewiesenen Annahmestelle für die Entsorgung von Elektro- und Elektronikgeräten ab.

GARANTIE

Diese Waage verfügt über eine zweijährige Garantie auf Material- und Fabrikationsfehler. Während dieses Zeitraumes werden derartige Defekte kostenfrei repariert (bei Reklamationen innerhalb des Gewährleistungszeitraums muss ein Kaufnachweis vorgelegt werden). Die Garantie deckt keine Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch oder Fahrlässigkeit verursacht worden sind. Bei Garantieansprüchen setzen Sie sich bitte mit dem Händler in Verbindung, von dem Sie das Gerät erworben haben.

KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Terraillon SAS erklärt hiermit, dass dieses Gerät den wesentlichen Sicherheits- und Gesundheitsvorschriften entspricht. Dieses Produkt entspricht den wesentlichen Anforderungen und sonstigen einschlägigen Vorschriften der R&TTE-Richtlinie 1999/5/EG. Der vollständige Text der Konformitätserklärung ist unter <http://www.terraillon.com/fr/mentions-legales> zu finden.

PRODUKTANGABEN

- Drahtlose (Bluetooth4.0) Kommunikation zwischen Waage & Wellness Coach App
- Integrierter Speicher (maximal zehn Aufzeichnungen) pro Nutzer zur Speicherung nicht übertragener KFA-Ergebnisse bis zur nächsten BLE-Übertragung
- Ein- und Ausschaltautomatik
- Überlastungs- und Batterieanzeige
- „Nur Gewicht“-Funktion mit automatischer Aktivierung bei Betreten der Trittfläche
- Bio-Impedanz-Analyse (BIA)-Technologie zur Bestimmung des Körperfett- und Körperwasseranteils sowie der Knochen- und Muskelmasse (4-Pol-Lösung) (KF: 0,1 %, KG: 0,1 %, KM: 0,1 kg, MM: 0,1 %)
- KMI-Berechnung
- 8 Speicherplätze
- 3 Sensortasten-Betrieb (OBEN/SET/UNTEN)
- Altersbereich von 10 bis 85 Jahren
- Normal- oder Sportlermodus
- Körpergrößenbereich von 75 bis 225 cm
- Nutzererkennung im Bereich +/- 2 kg
- Maßeinheitenwechsel (kg / st – lb / lb) durch Tastendruck auf der Waagenrückseite

KÖRPERFETTANTEIL (% BF)

Normalerweise bestimmt das gesamte Körpergewicht darüber, ob eine Person übergewichtig ist oder nicht. Eine Änderung des Gewichts an sich zeigt aber nicht an, ob sich die Fett- oder Muskelmasse geändert hat. Will man abnehmen, so ist es besser, die gleiche Muskelmasse zu behalten und stattdessen die Fettmasse abzubauen. Darum ist die Kontrolle des prozentualen Körperfettanteils eine wichtige Voraussetzung für erfolgreiches, gesundes Abnehmen. Der ideale prozentuale Fettanteil einer Person hängt vom Alter und vom Geschlecht ab.

Siehe dazu die nachstehende Tabelle:

Normalwerte bei Männern

Messung	Alter				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Niedrig	< 13 %	< 14 %	< 16 %	< 17 %	< 18 %
Optimal	14-20 %	15-21 %	17-23 %	18-24 %	19-25 %
Mittel	21-23 %	22-24 %	24-26 %	25-27 %	26-28 %
Hoch	> 23 %	> 24 %	> 26 %	> 27 %	> 28 %

Normalwerte bei Frauen

Messung	Alter				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Niedrig	< 19 %	< 20 %	< 21 %	< 22 %	< 23 %
Optimal	20-28 %	21-29 %	22-30 %	23-31 %	24-32 %
Mittel	29-31 %	30-32 %	31-33 %	32-33 %	33-35 %
Hoch	> 31 %	> 32 %	> 33 %	> 34 %	> 35 %

Muito obrigado por escolher o Analisador de Massa Gorda R-LINK da Terraillon.

NOTAS SOBRE SEGURANÇA

Antes de utilizar a unidade, leia cuidadosamente esta secção de modo a familiarizar-se com as suas características e operações. Encontra aqui uma lista dos sinais de advertência e ícones apresentados, de modo a que possa utilizar este produto correctamente e em segurança, e evitar danos no produto, riscos e lesões em si próprio e em terceiros. Este aparelho pode ser utilizado por crianças com mais de 8 anos, bem como por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou sem qualquer experiência e conhecimento, desde que sejam supervisionadas ou recebam instruções relativamente à utilização segura do aparelho e estejam cientes dos perigos envolvidos. As crianças não devem brincar com o aparelho. A limpeza e a manutenção do aparelho não devem ser realizadas por crianças sem supervisão.

 ADVERTÊNCIA DE PRECAUÇÃO	Indica a condição correcta de utilização do produto e para prevenir danos, riscos e lesões.
 IMPORTANTE PARA O UTILIZADOR	Indica elementos importantes que o utilizador deve conhecer antes de utilizar o produto.
 CUIDADOS E MANUTENÇÃO	Indica situações em que podem ocorrer danos em consequência de manuseamento incorrecto e manutenção insuficiente ou errada.



ADVERTÊNCIA DE PRECAUÇÃO

- Não utilizar a balança em indivíduos que tenham implantes tais como pacemakers, membros artificiais, dispositivos contraceptivos ou placas e parafusos metálicos. Estes poderão causar a avaria do dispositivo ou resultados imprecisos. Em caso de dúvidas, consulte um médico.
- Não desmonte a balança dado que o manuseamento incorrecto pode causar lesões.



IMPORTANTE PARA O UTILIZADOR

- Certifique-se de que apenas o tipo de pilha indicada é utilizada (ver "Secção Colocação da Pilha").
- O modo «Atleta» apenas é aplicável a pessoas com idade superior a 18 anos.
- As estimativas de massa gorda irão variar com a quantidade de água no organismo, podendo ser afectadas pela desidratação ou sobre-hidratação devido a factores tais como o consumo de álcool, menstruação, doença, exercício intenso, etc.
- Não utilizar em mulheres grávidas. O resultado será impreciso.
- Para realizar estimativas de massa gorda e massa hídrica, o indivíduo deve sempre encontrar-se descalço.



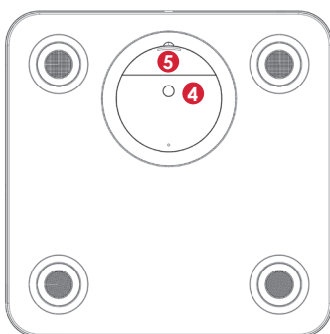
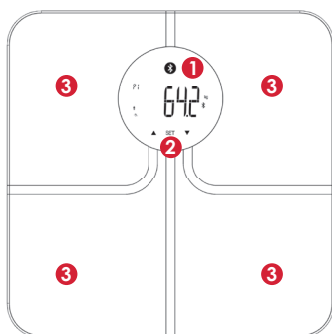
CUIDADOS E MANUTENÇÃO

1. Não desmonte a balança a não ser para substituir as pilhas; esta não contém peças possíveis de reparar pelo utilizador. Poderão ocorrer danos na balança em resultado de manuseamento incorrecto.
2. Retire as pilhas caso não preveja utilizar a balança durante um período prolongado de tempo.
3. Limpe a balança após a utilização com um pano húmido. Não utilize solventes nem mergulhe a unidade dentro de água.
4. Evite a vibração excessiva ou impacto, por exemplo deixar cair a balança no chão.

ENCONTRARÁ MAIS INFORMAÇÃO EM

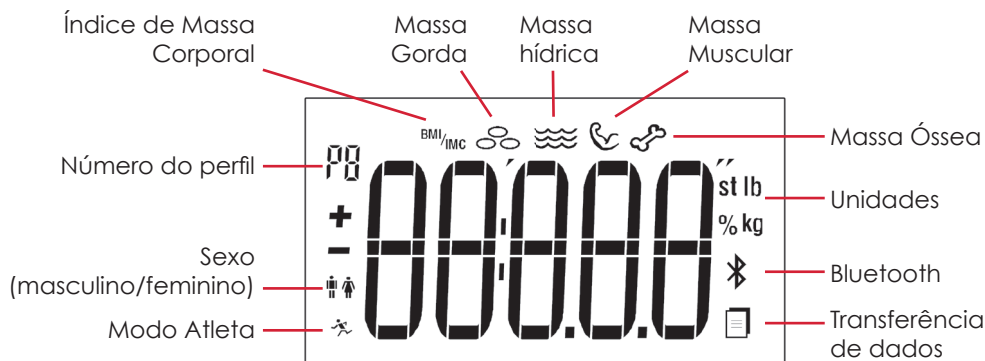
WWW.TERRAILLON.COM/FAQ

DESCRIÇÃO GERAL DO PRODUTO



- 1 Ecrã LCD
- 2 Seleção de perfil (PARA CIMA/SET/PARA BAIXO)
- 3 Eléctrodos para análise da composição corporal
- 4 Botão de emparelhamento e unidade
- 5 Compartimento da pilha

VISÃO GERAL DO LCD



PRIMEIRA UTILIZAÇÃO

CRIAR UMA CONTA WELLNESS COACH

1. Vá à App Store (iOS) ou ao Google Play (Android) para descarregar a aplicação Wellness Coach.
2. Uma vez instalada a aplicação, crie a sua conta seguindo as indicações. Se necessário, poderá descarregar o guia de utilização/instalação completo a partir do endereço seguinte:

http://www.terraillon.com/sites/default/files/Guide%20utilisateur%20Wellness%20Coach_1.pdf



Descarregue o manual do utilizador do Wellness Coach da Terraillon para saber mais sobre a nossa aplicação.

LIGAR-SE À SUA BALANÇA TERRAILLON

3. Retire a fita de plástico na parte traseira da sua balança Terraillon. O ecrã LCD mostrará "8888", depois mostra "0,0 kg".
4. Ative a função Bluetooth nos parâmetros do seu smartphone.*
5. Uma vez apagado o ecrã da sua balança Terraillon, mantenha premido o botão na parte de trás do produto durante 3 segundos para iniciar a sincronização: este mostra um símbolo que gira do tipo sincronização em curso.
6. Na aplicação:
 - A. Abra o menu lateral.
 - B. Clique em « Sincronizar os meus aparelhos ».
 - C. Clique em « Iniciar a sincronização ».
 - D. Assim que a aplicação tiver detetado o aparelho, clique em « Sincronizar todos os aparelhos ».
 - E. Associe a sua balança Terraillon à sua conta de utilizador. Para esse efeito, selecione um perfil e introduza o seu nome.
Clique de seguida em « Seguinte ».

Nota:

Conta de utilizador/Wellness Coach: conta associada à sua aplicação Wellness Coach.

Perfil: a sua balança Terraillon consegue guardar na memória 8 perfis de utilizador diferentes.

- F. A sua balança Terraillon está sincronizada com o seu smartphone. Em caso de falha ou se o procedimento de sincronização demorar mais de um minuto, « E1 » surgirá no ecrã da sua balança Terraillon.
Clique em « Aceder aos meus dados » para regressar ao painel de bordo.

* Para os utilizadores Android:

A partir da versão Android 6.0, o Google pede-lhe para autorizar a aplicação Wellness Coach a aceder aos dados GPS para ativar o seu Bluetooth. Deve validar esta autorização, depois ativar a função GPS para poder utilizar as funcionalidades da sua balança Terraillon que requeiram uma ligação Bluetooth.

INICIAR A MEDIÇÃO

7. Coloque a sua balança Terraillon sobre uma superfície plana e rígida.
8. Se efetuar a sua primeira medição logo depois de ter associado a sua conta Wellness Coach, a sua balança Terraillon estará sempre acesa e configurada sobre o perfil selecionado previamente na aplicação.

Se não, abra a aplicação Wellness Coach e verifique se o seu Bluetooth e os seus dados GPS estão bem ativados (se não for o caso, a balança Terraillon salvará os dados até à próxima ligação Bluetooth à razão de, no máximo, 10 registos por utilizador).

Selecione o seu número de perfil, carregando nas setas ▲ ou ▼ quando a sua balança Terraillon estiver apagada e depois prima SET para confirmar o seu número de perfil.

9. Suba para a sua balança Terraillon.
10. A balança Terraillon mostra o peso, caso contrário, desliga-se automaticamente passados 10 segundos.
11. Uma vez o peso estabilizado, a balança mede a sua composição corporal (um símbolo de progressão varre o ecrã da esquerda para a direita).
12. Os diferentes dados são apresentados no ecrã. O símbolo  surge para indicar que a ligação à aplicação foi bem sucedida.

O símbolo  indica a presença de um dado em memória. O desaparecimento do símbolo significa que os dados foram transmitidos para a aplicação com sucesso.

A partir de agora, poderá consultar a partir do seu smartphone na aplicação Wellness Coach os dados transmitidos pela sua balança Terraillon.

NÃO É A ÚNICA PESSOA A UTILIZAR A BALANÇA TERRAILLON?

DESEJA UTILIZAR O MESMO SMARTPHONE:

Com o mesmo smartphone, crie uma nova conta na aplicação Wellness Coach, de seguida repita os passos 7 a 12 (selecione um número de perfil não atribuído).

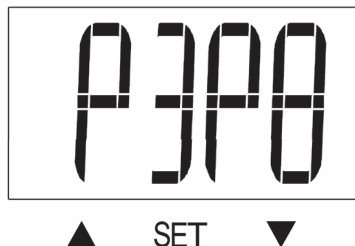
DESEJA UTILIZAR UM SMARTPHONE DIFERENTE:

Repita os passos de 1 a 12, escolhendo um número de perfil não atribuído.

SÃO VÁRIOS UTILIZADORES COM UM PESO SEMELHANTE?

DOIS UTILIZADORES TÊM UM PESO SEMELHANTE

Nesse caso, a balança pede-lhe para confirmar o seu número de perfil.



O exemplo acima indica que os perfis 3 e 8 têm um peso semelhante. De facto, o ecrã mostra os dois perfis segundo esta lógica :

PXPY (X e Y são os números dos perfis com pesos semelhantes)

Se é o perfil 3, prima ▲ . E se é o perfil 8, prima ▲.

MAIS DE DOIS UTILIZADORES TÊM UM PESO SEMELHANTE

Nesse caso, a balança pede-lhe para confirmar o seu número de perfil.

Numa primeira fase, a balança mostra dois perfis (como acima). Se não confirmar o seu perfil de entre os dois indicados, o ecrã mostra de novo 2 perfis diferentes para lhe permitir confirmar o seu.

SUBSTITUA AS PILHAS

Quando as pilhas estão gastas e precisam de ser mudadas, o ecrã mostra a indicação "Lo". Para trocar as pilhas, abra o compartimento das pilhas na parte inferior da balança. Retire as pilhas gastas e coloque novas. As pilhas devem ser retiradas e substituídas apenas por adultos. Utilize exclusivamente pilhas recomendadas, do mesmo tipo ou equivalentes. Não misture pilhas velhas com pilhas novas, nem pilhas de tipos diferentes. As pilhas têm de ser colocadas respeitando a polaridade correta.

INDICADORES DE ALERTA



Excesso de carga: remova o peso imediatamente.



Falha da pilha: substitua-a.



Erro de medição da impedância.

Se o símbolo  pisca, isso significa que a ligação com a aplicação não está efetiva.

- Por favor verifique no seu Smartphone que a sua aplicação Wellness Coach está aberta e o Bluetooth está ligado.
- A distância entre a balança e o smartphone deve ser razoavelmente curta, entre 1 a 10 metros.

MANUTENÇÃO

USE um pano macio molhado, mergulhado em água e torcido, para limpar a sujidade. Depois use um pano macio seco para secar o dispositivo. NÃO use gases propulsores, abrasivos ou outros produtos químicos.

PROTEJA O AMBIENTE

Descarte as pilhas usadas num contentor apropriado para poderem ser recolhidas e recicladas. Não misture diferentes tipos de pilhas. Não misture pilhas novas com pilhas usadas. Depois do tempo de vida descarte este produto num ponto de reciclagem apropriado.

GARANTIA

Esta balança tem garantia de 2 anos contra defeitos de materiais ou de fabrico. Durante este período, qualquer destes defeitos será reparado gratuitamente (o comprovativo de compra tem que ser mostrado no caso de uma reclamação ao abrigo da garantia). A garantia não abrange danos resultantes de uso incorreto ou de negligência. No caso de reclamação, primeiro contacte a loja onde comprou a sua balança.

DECLARAÇÃO DE CONFORMIDADE

A Terraillon SAS declara, pelo presente, que este dispositivo está em conformidade com as condições de saúde e segurança essenciais. Este produto cumpre os requisitos essenciais e outras disposições relevantes da diretiva R&TTE 1999/5 / EC. A declaração de conformidade completa está disponível em <http://www.terraillon.com/fr/mentions-legales>.

ESPECIFICAÇÕES DO PRODUTO

- Comunicação sem fios (Bluetooth4.0) entre a balança e a Aplicação Wellness Coach
- Memória incorporada (o máximo é 10) por utilizador para armazenar o resultado não enviado do Analisador de Massa Gorda (AMG) para a próxima ligação BLE
- Função automática de ligar e desligar
- Indicação de Excesso de carga e de Pilha fraca
- Funcionalidade só peso com pisar automático
- Tecnologia de Análise de Impedância Bioelétrica (AIB) para determinação da massa gorda e massa hídrica, massa óssea e massa muscular (solução de 4 Pólos) (MG: 0,1%, MH: 0,1%, MÓ: 0,1 kg, MM: 0,1%)
- Cálculo do IMC
- 8 Memórias de Utilizador
- Operação de 3 teclas de toque (PARA CIMA/SET/PARA BAIXO)
- Faixa etária dos 10 aos 85 anos
- Modo Atleta ou Normal
- Intervalo de altura de 75 a 225 cm (2'5.5" a 7'4.5")
- Reconhecimento do utilizador com +/-2 kg
- Mudança de unidade (kg / st - lb / lb) premindo o botão da unidade atrás da balança.

O QUE É A IMPEDÂNCIA BIOELÉCTRICA?

O peso é um indicador útil, mas não o suficiente para vigiar a sua forma física. A evolução da mudança de peso, por si só, não indica se foi o peso da massa gorda ou da massa muscular que mudou. Para a gestão do peso, é preferível manter a massa muscular e perder a massa gorda. Portanto, vigiar a taxa de massa gorda no corpo é um passo importante para uma gestão bem sucedida do peso e para uma boa saúde física.

A taxa de massa gorda ideal de uma pessoa varia consoante a idade e o género.

O quadro abaixo pode servir de orientação:

Norma para os homens

Classificação	Idade				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Baixa	< 13 %	< 14 %	< 16 %	< 17 %	< 18 %
Ideal	14-20 %	15-21 %	17-23 %	18-24 %	19-25 %
Média	21-23 %	22-24 %	24-26 %	25-27 %	26-28 %
Elevada	> 23 %	> 24 %	> 26 %	> 27 %	> 28 %

Norma para as mulheres

Classificação	Idade				
	20-29	30-39	40-49	50-59	60+
Baixa	< 19 %	< 20 %	< 21 %	< 22 %	< 23 %
Ideal	20-28 %	21-29 %	22-30 %	23-31 %	24-32 %
Média	29-31 %	30-32 %	31-33 %	32-33 %	33-35 %
Elevada	> 31 %	> 32 %	> 33 %	> 34 %	> 35 %

DISCOVER THE TERRAILLON CONNECTED PRODUCTS



webcoach easyview



webcoach form



nutritab



activiTT Band



tensiosmart



tensio



Notes

[illegible]

[illegible]

Terraillon SAS France & Headquarters

1, rue Ernest Gouin
78290 Croissy-sur-Seine - France
Service Consommateurs : 0 826 88 1789
serviceconsommateurs@terraillon.fr

Service Après Vente

SAV TERRAILLON chez GEFCO
ZA La Porte des Champs
Bâtiment A
95470 SURVILLIERS

Terraillon UK Ltd

2 The Waterhouse
Waterhouse Street - Hemel Hempstead
Herts HP1 1ES - UK
Tel: +44 (0)1442 270444 - sales@terraillon.co.uk

Terraillon Asia Pacific Ltd

4/F, Eastern Centre
1065 King's Road
Quarry Bay - Hong Kong
Tel: + 852 (0)2960 7200
customerservice@terraillon-asia.com

Terraillon Corp USA

contact@terraillon.fr

Terraillon®

www.terraillon.com