



# MANUAL

## *InnerScan*<sup>®</sup> *Body Composition Monitor*



**Model : BC-587**

- (Eng) Instruction Manual**  
Read this Instruction Manual carefully and keep it for future reference.
- (D) Bedienungsanleitung**  
Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.
- (F) Mode d'emploi**  
A lire attentivement et à garder en cas de besoin.
- (NL) Gebruiksaanwijzing**  
Deze handleiding aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.
- (I) Manuale di Istruzioni**  
Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.
- (E) Manual de instrucciones**  
Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.
- (Ru) Инструкция по эксплуатации**  
Внимательно прочтите данную инструкцию по эксплуатации и сохраните ее для будущих обращений.



# MANUAL

## *InnerScan*<sup>®</sup> *Body Composition Monitor*



**Model : BC-587**

- (Eng) Instruction Manual**  
Read this Instruction Manual carefully and keep it for future reference.
- (D) Bedienungsanleitung**  
Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.
- (F) Mode d'emploi**  
A lire attentivement et à garder en cas de besoin.
- (NL) Gebruiksaanwijzing**  
Deze handleiding aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.
- (I) Manuale di Istruzioni**  
Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.
- (E) Manual de instrucciones**  
Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.
- (Ru) Инструкция по эксплуатации**  
Внимательно прочтите данную инструкцию по эксплуатации и сохраните ее для будущих обращений.

## **Eng** Table of Contents

Introduction .....	1
Features and functions .....	1
Preparations before use .....	2
Getting accurate readings .....	2
Automatic shut-down function .....	2
Switching the weight mode .....	3
Setting and storing personal data in memory .....	3
Taking body composition readings .....	4
Programming the guest mode .....	6
Taking weight measurement only .....	6
Troubleshooting .....	6

## **D** Inhaltsverzeichnis

Einleitung .....	8
Merkmale und Funktionen .....	8
Vorbereitungen vor Gebrauch .....	9
So erhalten sie genaue Messwerte .....	9
Automatische Abschaltfunktion .....	9
Umschalten des Wiegemodus .....	10
Einstellung und speichern persönlicher Daten .....	10
Messung der Körperzusammensetzung .....	11
Einprogrammieren des Gastmodus .....	13
Nur-Gewicht-funktion .....	13
Fehlersuche .....	13

## **F** Table des matières

Introduction .....	15
Caractéristiques .....	15
Avant utilisation .....	16
Comment obtenir des résultats exacts .....	16
Fonction d'arrêt automatique .....	16
Commutation du mode poids .....	17
Reglage et enregistrement des données personnelles en mémoire .....	17
Relevés de composition corporelle .....	18
Programmation du mode invité .....	20
Lecture du poids uniquement .....	20
Dépannage .....	20

## **NL** Inhoudsopgave

Introductie .....	22
Instellingen en functies .....	22
Vorbereidingsmaatregelen .....	23
Afleen nauwkeurigheid .....	23
Automatische uitschakelfunctie .....	23
Veranderen van gewichtseenheid .....	24
Persoonlijke gegevens instellen en opslaan in het geheugen .....	24
Lichaamssamenstelling aflezen .....	25
Gaststand programmeren .....	27
Alleen geeicht bepalen .....	27
Foutopsporing .....	27

## **I** Indice

Introduzione .....	29
Caratteristiche e funzioni .....	29
Preparazioni prima dell'uso .....	30
Rilevamento di valori accurati .....	30
Funzione di spegnimento automatico .....	30
Commutazione della modalità di peso .....	31
Configurazione e memorizzazione di dati personali nella memoria .....	31
Effettuazione delle letture della composizione corporea .....	32
Modalità ospite .....	34
Misurazione del solo-peso .....	34
Risoluzione dei problemi .....	34

## **E** Índice de materias

Introducción .....	36
Características y funciones .....	36
Preparaciones antes del uso .....	37
Cómo obtener lecturas exactas .....	37
Función de apagado automático .....	37
Cambiando el modo del peso .....	38
Introducción y almacenamiento de datos personales en la memoria .....	38
Cómo realizar las mediciones de composición corporal .....	39
Programación del modo de invitado .....	41
Cómo obtener lecturas de peso solamente .....	41
Resolución de fallos .....	41

## **Ru** Содержание

Введение .....	43
Характеристики и функции .....	43
Подготовка к использованию .....	44
Получение точных показаний .....	44
Функция автоматического отключения .....	44
Переключение режима взвешивания .....	45
Задание и запись в память персональных данных .....	45
Получение значений состава тканей тела .....	46
Программирование гостевого режима .....	48
Использование только для измерения веса .....	48
Поиск неисправностей .....	48



## INTRODUZIONE

Grazie per aver selezionato il monitor Tanita della composizione corporea, uno di una vasta serie di prodotti sanitari per uso domestico prodotti da Tanita.

Questo manuale d'istruzioni vi guida attraverso le procedure d'impostazione e vi presenta le funzionalità chiave.

Conservate il manuale per poterlo consultare in futuro. Nel nostro sito web [www.tanita.com](http://www.tanita.com) troverete ulteriori informazioni per mantenere uno stile di vita sano.

I prodotti Tanita incorporano la ricerca clinica e le innovazioni tecnologiche più recenti.

Tutti i dati sono monitorizzati dal Consiglio Consultivo Medico Tanita, che ne verifica l'accuratezza.

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



### **⚠️ Precauzioni di sicurezza**

Ricordare che le persone con dispositivi medici elettronici impiantati, tipo pacemaker, non devono utilizzare il monitor Tanita della composizione corporea, perché questo apparecchio fa passare un segnale elettrico basso attraverso il corpo, che può interferire con il funzionamento del dispositivo impiantato.

Le donne in gravidanza devono utilizzare solo la funzione di pesatura. Tutte le altre funzioni non sono destinate all'utilizzo da parte di donne in gravidanza.

Non mettere il monitor della composizione corporea sopra superfici scivolose, ad es. un pavimento bagnato.

I dati registrati possono essere perduti se il monitor viene utilizzato in modo errato o esposto a colpi di corrente elettrica.

Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di perdita causata dalla perdita dei dati registrati.

Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di danno o perdita provocati da questi apparecchi, o per qualsiasi tipo di reclamo presentato da una terza persona.

### **Note importanti per gli utenti**

La bilancia/monitor del grasso corporeo Tanita è inteso per l'uso da parte di adulti e bambini (7-17 anni) con stili di vita da inattivi a moderatamente attivi e adulti atletici.

Tanita definisce "atleta" una persona che svolge un'intensa attività fisica per circa 10 ore alla settimana, con una frequenza cardiaca a riposo di circa 60 battiti al minuto o inferiore. Nella definizione di "atleta" di Tanita sono anche inclusi i soggetti che seguono un programma di fitness da anni, ma che attualmente si esercitano per meno di 10 ore alla settimana.

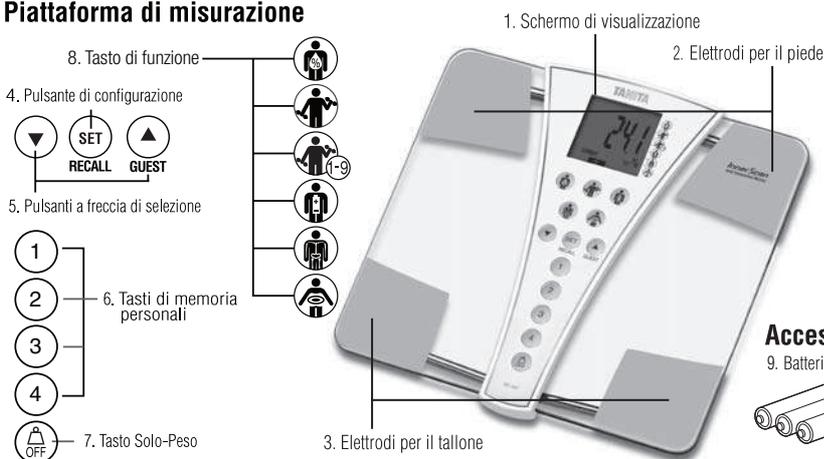
**La funzione di monitoraggio del grasso corporeo non è intesa per le donne incinte, gli atleti professionisti o i bodybuilder.**

Se l'unità viene utilizzata in modo errato o esposta a sovratensioni è possibile che si verifichi la perdita dei dati registrati. Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di perdita provocato dalla perdita dei dati registrati e per qualsiasi tipo di danno o perdita provocati da queste unità o qualsiasi tipo di ricorso presentato da terzi.

**NB:** Le stime della percentuale di grasso corporeo variano in base alla quantità d'acqua presente nel corpo e possono essere influenzate da disidratazione o sovraidratazione dovute a fattori come il consumo di alcolici, il flusso mestruale, le malattie, l'esercizio intenso, ecc.

## CARATTERISTICHE E FUNZIONALITÀ

### **Piattaforma di misurazione**



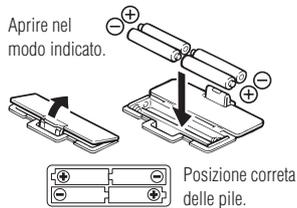
### **Accessori**

9. Batterie AA (4)





## PREPARAZIONI PRIMA DELL'USO



### ⚠ Collocazione delle pile

Aprire il coperchio del vano batterie sul retro della piattaforma di misurazione. Inserire le batterie AA fornite secondo le istruzioni.

**NB:** Accertarsi che la polarità delle batterie sia configurata correttamente. Se le batterie sono posizionate in modo errato, il fluido può fuoriuscire e danneggiare i pavimenti. Se non si intende utilizzare questa unità per un lungo periodo di tempo, si consiglia di rimuovere le batterie prima di conservarla.

Si noti che le batterie in dotazione possono essersi scaricate nel tempo.



### ⚠ Posizionamento della bilancia/monitor

Mettere la piattaforma di misurazione sopra una superficie rigida orizzontale dove siano presenti minime vibrazioni per garantire l'effettuazione di misurazioni precise e sicure.

**NB:** Per evitare possibili infortuni, non poggiare il piede sul bordo della piattaforma.

## Suggerimenti per l'uso

La bilancia/monitor è uno strumento di precisione che utilizza tecnologia all'avanguardia.

Per mantenere lo strumento nelle condizioni migliori, seguire attentamente le seguenti istruzioni:

- Non tentare di smontare la piattaforma di misurazione.
- Riporre l'apparecchio in posizione orizzontale sistemandolo in modo che i pulsanti non siano premuti accidentalmente.
- Evitare impatti o vibrazioni eccessive sullo strumento.
- Posizionare l'unità in un'area lontana dalla luce diretta del sole, da apparecchi per il riscaldamento, da umidità elevata o da estremi di temperatura.
- Non immergere mai in acqua. Utilizzare dell'alcol per pulire gli elettrodi e detergente per i vetri (applicato precedentemente su un panno) per mantenerli lucidi; evitare il sapone.
- Non si deve montare sulla piattaforma quando è bagnato.
- Non si deve far cadere oggetti sopra.

## RILEVAMENTO DI VALORI ACCURATI



Per ottenere valori accurati, la misurazione deve essere effettuata senza indumenti addosso e in condizioni di idratazione costanti. Se non si è nudi, togliere sempre le calze e accertarsi che talloni siano pulite prima di salire sulla piattaforma della bilancia. Accertarsi che i talloni siano correttamente allineati con gli elettrodi sulla piattaforma di misurazione. Non preoccuparsi se i piedi sono apparentemente troppo grandi per l'unità; è sempre possibile ottenere letture accurate anche se le dita sporgono dalla piattaforma. È meglio effettuare le letture alla stessa ora del giorno. Prima di effettuare le misurazioni, attendere circa tre ore dopo essersi alzati, dopo i pasti o dopo l'esercizio fisico intenso.

Le letture rilevate in altre condizioni possono non avere gli stessi valori assoluti.

Per controllare il progresso, confrontare i diversi valori del peso e della percentuale di grasso corporeo ottenuti nelle stesse condizioni nel corso di un periodo di tempo.

**NB:** Non è possibile ottenere una lettura accurata se talloni sono sporche, se le ginocchia sono piegate o se si è seduti.

## FUNZIONE DI SPEGNIMENTO AUTOMATICO

La funzione di spegnimento automatico spegne automaticamente l'alimentazione nei seguenti casi:

- Se si interrompe il processo di misurazione. L'alimentazione si spegne entro 10-20 secondi, a seconda del tipo di operazione.
- Se un peso estremo viene applicato alla piattaforma.
- Durante la programmazione, se non si tocca nessun pulsante o tasto entro 60 secondi.\*
- Dopo aver completato il processo di misurazione.

\***NB:** Se l'apparecchio si spegne automaticamente, ripetere i passaggi a partire da "Configurazione e memorizzazione di dati personali nella memoria" (pag. 31).



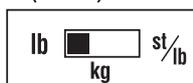
## COMMUTAZIONE DELLA MODALITÀ DI PESO

**Nota:** Soltanto per l'uso con modelli dotati del commutatore della modalità di peso

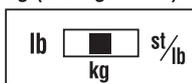
È possibile cambiare l'indicazione dell'unità usando il commutatore situato sul retro della bilancia, come mostrato nell'illustrazione.

**Nota:** Se la modalità di peso è impostata sulle libbre o libbre stone (stone-pounds), la programmazione dell'altezza verrà impostata automaticamente sui piedi o pollici. Parallelamente, se si selezionano i chilogrammi, l'altezza verrà automaticamente impostata sui centimetri.

**lb (Libbre)**



**kg (Chilogrammi)**



**st-lb (Libbre stone (stone-pounds))**



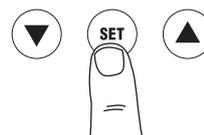
## CONFIGURAZIONE E MEMORIZZAZIONE DI DATI PERSONALI NELLA MEMORIA

Riceverete letture solo se i dati sono stati programmati in una delle memorie dati personali o nella modalità Ospite.

Il monitor può memorizzare i dati personali di un massimo di 4 persone.

### 1. Accensione

Premere il pulsante Set per accendere l'unità (una volta programmata, quando si preme un tasto di memoria personale l'unità si accende automaticamente). L'unità emette un segnale acustico per confermare l'attivazione, i numeri di tasto personale (1.2.3.4) sono visualizzati e il display lampeggia.

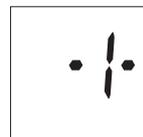


**NB:** Se non la si utilizza per un minuto dopo averla accesa, l'unità si spegne automaticamente.

**NB: Se si commette un errore o si desidera spegnere l'unità prima di aver completato la programmazione, Premere il tasto Solo-Peso per (▲) forzare la conclusione.**

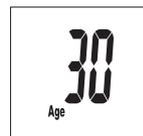
### 2. Selezione di un numero di tasto di memoria personale

Premere i tasti Su/Giù per selezionare un tasto di memoria personale. Quando si raggiunge il numero di tasto di memoria personale richiesto, premere il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico per confermare.



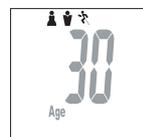
### 3. Configurazione dell'età

Il display è configurato per 30 anni (età utente compresa fra 7 e 99). Un'icona a freccia viene visualizzata a sinistra in basso per indicare la configurazione Età. Utilizzare i pulsanti Su/Giù per far scorrere i numeri. Quando si raggiunge l'età richiesta, premere il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico per confermare.



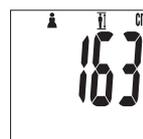
### 4. Selezione di Femmina, Maschio o Atleta

Utilizzare i pulsanti Su/Giù per selezionare la modalità Femmina (♀) o Maschio (♂) e Adulto Standard o Atleta, e premere quindi il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico una volta per confermare.



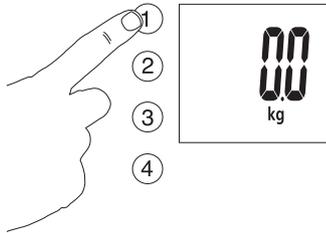
### 5. Indicazione dell'altezza

Il display è preconfigurato a 170 cm (utenti da 100 a 220 cm). Utilizzare i tasti Su/Giù per specificare l'altezza e premere, quindi, il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico per confermare.





## EFFETTUAZIONE DELLE LETTURE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA

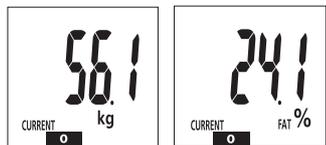


### 1. Selezionate il tasto Personale e salite sul monitor

Premere il tasto personale preprogrammato. (Rilasciare il tasto entro 3 secondi o "Error" viene visualizzato nel display). L'unità emette un segnale acustico e il display visualizza i dati programmati.

**L'unità emette un altro segnale acustico e il display visualizza "0.0". Salire sulla piattaforma.**

**NB:** Se si sale sulla piattaforma prima che sia visualizzato "0.0", il display visualizza "Error" e non si ottiene nessun valore. Inoltre, se non si sale sulla piattaforma entro 30 secondi circa dopo la visualizzazione di "0.0", l'apparecchio si spegne automaticamente.



### 2. Ottenete le letture

Prima viene indicato il peso.

Rimanere in posizione eretta sulla piattaforma.

Sul display apparirà e sparirà da destra a sinistra e uno alla volta "00000".

Sullo schermo apparirà la Vostra percentuale di grasso (%FAT) e la vostra Gamma di Grasso Corporeo.

Dopo il calcolo della percentuale del grasso corporeo, una barra nera lampeggia in basso nel display, identificando il vostro valore entro le gamme del grasso corporeo per la vostra età e il vostro sesso.

**NB: Non scendere dalla bilancia prima che sul display compaia la % di grasso corporeo.**

Per vedere le altre letture, premete ciascun tasto delle funzionalità mentre è visualizzato Weight & Body Fat % (Peso e % grasso corporeo).

Premere lo stesso tasto di funzionalità per visualizzare nuovamente il peso e la percentuale di grasso corporeo.

**NB: I seguenti valori sono solo pertinenti ad adulti di 18-99 anni d'età.**



% Grasso corporeo



Grasso viscerale



Massa ossea



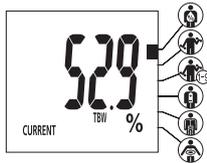
Massa muscolare  
/ Punteggio fisico



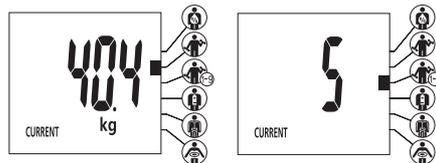
BMR / Età metabolica



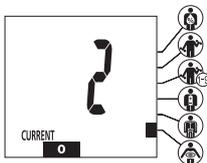
- Premere il tasto  per visualizzare la percentuale di grasso



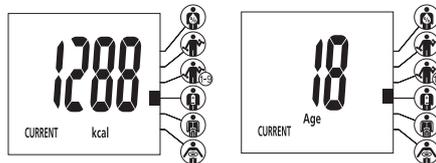
- Premere il tasto  per visualizzare la classificazione della massa muscolare e del fisico.



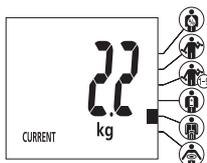
- Premere il tasto  per visualizzare il livello e la classificazione del grasso viscerale.



- Premere il tasto  per visualizzare BMR e l'età metabolica.



- Premere il tasto  per visualizzare la massa ossea.



### 3. Funzione di richiamo

Utilizzando la funzione di richiamo è possibile ottenere le letture precedenti dei risultati indicati di seguito.

- Peso
- Percentuale di grasso corporeo
- Percentuale di acqua corporea totale
- Classificazione massa muscolare e fisico
- BMR ed età metabolica
- Massa ossea
- Livello di grasso viscerale

Per ottenere le letture precedenti, premere il tasto SET mentre vengono visualizzate le letture correnti.

Il display mostrerà automaticamente le letture precedenti per il peso e la percentuale di grasso corporeo.

Per vedere le altre letture precedenti, premere il tasto della funzione appropriata per ciascuna lettura desiderata.

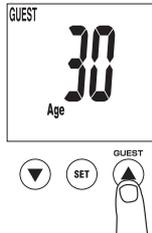
(Se si preme due volte lo stesso tasto di una funzione, si potranno vedere i risultati precedenti di peso e percentuale del grasso corporeo.)

Premere di nuovo il tasto SET per tornare alla visualizzazione dei risultati correnti di peso e percentuale di grasso corporeo.

**Nota: Per i bambini e i ragazzi (7 – 17 anni) verranno visualizzati solo il peso e la percentuale di grasso corporeo.**



## MODALITÀ OSPITE



La modalità Ospite consente di effettuare una lettura per un nuovo utente senza perdere i dati personali memorizzati in una memoria personale. Premere il pulsante ▲ e seguire quindi la procedura standard per inserire i dati personali. Immettere: Età, Sesso e Altezza.

**NB:** Se si sale sulla piattaforma prima che "0.0" sia visualizzato nel display, viene visualizzato "Error" e non si ottiene una lettura..

## MISURAZIONE DEL SOLO-PESO



### Selezione del tasto Solo-Peso

Premere il tasto Solo-Peso. Dopo 2-3 secondi, "0.0" viene visualizzato nel display e l'unità emette un segnale acustico. Quando "0.0" viene visualizzato, salire sulla piattaforma. Viene visualizzato il valore del peso. Se si rimane sulla piattaforma, il display lampeggia per 30 secondi e poi la bilancia si spegne automaticamente. Se si scende dalla piattaforma, il peso continua a essere visualizzato per circa 5 secondi, poi compare "0.0" e l'unità si spegne automaticamente.

## RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

### Se si verificano i seguenti problemi...

- **Viene visualizzato un formato di peso errato, seguito da kg, lb o st-lb.**  
Vedere "Commutazione della modalità di peso" a pag. 31.
- **Sul display appare "Lo", oppure tutti i dati appaiono e scompaiono immediatamente.**  
La carica delle batterie è bassa. Quando appare il messaggio, accertarsi di sostituire immediatamente le batterie, perché le batterie scariche influiscono sulla precisione della misura ottenuta. Sostituire tutte le batterie contemporaneamente con nuove batterie. L'unità è dotata di batterie di prova e la loro durata può essere breve.  
**NB:** Le configurazioni non verranno cancellate dalla memoria quando si rimuovono le batterie.
- **Durante la misurazione appare "Error".**  
In piattaforma si prega di tenere la posizione eretta e mantenere i movimenti al minimo. Avvertendo un qualsiasi movimento l'apparecchiatura non sarà in grado di misurare con precisione il vostro peso. Se la percentuale di grasso corporeo supera il 75%, non è possibile ottenere letture.
- **Non appare la misurazione della Percentuale di Grasso Corporeo o appare "-----" dopo che è stato misurato il peso.**  
I Vostri dati personali non sono stati programmati. Seguire i vari passi su p.31. Accertatevi di esservi tolti i calzini o le calze e che le piante dei piedi siano pulite e ben allineate con le guide poste sulla piattaforma di misurazione.
- **"OL" viene visualizzato durante la misurazione.**  
Il peso non viene visualizzato se supera la capacità massima della bilancia.

**Dati tecnici**

BC-587

**Capacità di peso**

200 kg

**Incremento di peso**

0.1 kg

**Incremento di grasso corporeo**

0.1%

**Dati personali**

4 memorie

**Alimentazione**

4 batterie stilo AA (incluse)

**Consumo**

Massimo di 100 mA

**Corrente di misura**

50 kHz, 6.25 kHz, 100 µA



Avviso:

Questi marchi sono riportati all'esterno delle confezioni di batterie contenenti sostanze tossiche:

**Pb Pb** = batteria a base di piombo,**Cd Cd** = batteria a base di cadmio,**Hg Hg** = batteria a base di mercurio.**⚠ Non è consentito lo smaltimento comune di batterie e rifiuti solidi urbani!**

Il consumatore è legalmente vincolato a restituire batterie usate o scariche, depositandole presso gli opportuni centri di raccolta cittadini oppure presso i relativi punti vendita, utilizzando gli appositi contenitori esposti. Prima di smaltire l'apparecchiatura, rimuovere le batterie e depositarle presso gli stessi centri di raccolta succitati.



Questo apparecchio è conforme alle normative 2004/108/CEgenti in materia di radiodisturbi.

## **Representative**

### **TANITA Europe B.V.**

Holland Office Centre. Kruisweg 813-A  
2132NG Hoofddorp, the Netherlands  
Tel : +31(0)23-5540188  
Fax : +31(0)23-5579065  
[www.tanita.eu](http://www.tanita.eu)

### **Business Location in UK**

The Barn, Philpots Close, Yiewsley,  
Middlesex, UB7 7RY,  
United Kingdom  
Tel : +44(0)1895-438577  
Fax : +44(0)1895-438511

### **TANITA India Private Limited**

Level 8, vibgyor Towers, G Block, C-62  
Bandra Kurla Complex, Bandra (East),  
Mumbai 400051, INDIA  
Tel : +91-22-4090-7174  
Fax : +91-22-4090-7178

### **TANITA Corporation of America Inc.**

2625 South Clearbrook Drive  
Arlington Heights, IL 60005 USA.  
Tel : +1-847-640-9241  
Fax : +1-847-640-9261  
[www.tanita.com](http://www.tanita.com)

### **TANITA Health Equipment H.K. Ltd.**

Unit 301-303 3/F Wing On Plaza,  
62 Mody Road, Tsimshatsui East,  
Kowloon, Hong Kong  
Tel : +852-2838-7111  
Fax : +852-2838-8667

## **Manufacturer**

### **TANITA Corporation**

1-14-2, Maeno-cho, Itabashi-ku  
Tokyo, TANITA  
Tel : +81(0)3-3968-7048  
Fax : +81(0)3-3967-3766  
[www.tanita.co.jp](http://www.tanita.co.jp)  
ISO 9001 Certified

## **Eng** Table of Contents

Introduction .....	1
Features and functions .....	1
Preparations before use .....	2
Getting accurate readings .....	2
Automatic shut-down function .....	2
Switching the weight mode .....	3
Setting and storing personal data in memory .....	3
Taking body composition readings .....	4
Programming the guest mode .....	6
Taking weight measurement only .....	6
Troubleshooting .....	6

## **D** Inhaltsverzeichnis

Einleitung .....	8
Merkmale und Funktionen .....	8
Vorbereitungen vor Gebrauch .....	9
So erhalten sie genaue Messwerte .....	9
Automatische Abschaltfunktion .....	9
Umschalten des Wiegemodus .....	10
Einstellung und speichern persönlicher Daten .....	10
Messung der Körperzusammensetzung .....	11
Einprogrammieren des Gastmodus .....	13
Nur-Gewicht-funktion .....	13
Fehlersuche .....	13

## **F** Table des matières

Introduction .....	15
Caractéristiques .....	15
Avant utilisation .....	16
Comment obtenir des résultats exacts .....	16
Fonction d'arrêt automatique .....	16
Commutation du mode poids .....	17
Reglage et enregistrement des données personnelles en mémoire .....	17
Relevés de composition corporelle .....	18
Programmation du mode invité .....	20
Lecture du poids uniquement .....	20
Dépannage .....	20

## **NL** Inhoudsopgave

Introductie .....	22
Instellingen en functies .....	22
Vorbereidingsmaatregelen .....	23
Afleen nauwkeurigheid .....	23
Automatische uitschakelfunctie .....	23
Veranderen van gewichtseenheid .....	24
Persoonlijke gegevens instellen en opslaan in het geheugen .....	24
Lichaamssamenstelling aflezen .....	25
Gaststand programmeren .....	27
Alleen geeicht bepalen .....	27
Foutopsporing .....	27

## **I** Indice

Introduzione .....	29
Caratteristiche e funzioni .....	29
Preparazioni prima dell'uso .....	30
Rilevamento di valori accurati .....	30
Funzione di spegnimento automatico .....	30
Commutazione della modalità di peso .....	31
Configurazione e memorizzazione di dati personali nella memoria .....	31
Effettuazione delle letture della composizione corporea .....	32
Modalità ospite .....	34
Misurazione del solo-peso .....	34
Risoluzione dei problemi .....	34

## **E** Índice de materias

Introducción .....	36
Características y funciones .....	36
Preparaciones antes del uso .....	37
Cómo obtener lecturas exactas .....	37
Función de apagado automático .....	37
Cambiando el modo del peso .....	38
Introducción y almacenamiento de datos personales en la memoria .....	38
Cómo realizar las mediciones de composición corporal .....	39
Programación del modo de invitado .....	41
Cómo obtener lecturas de peso solamente .....	41
Resolución de fallos .....	41

## **Ru** Содержание

Введение .....	43
Характеристики и функции .....	43
Подготовка к использованию .....	44
Получение точных показаний .....	44
Функция автоматического отключения .....	44
Переключение режима взвешивания .....	45
Задание и запись в память персональных данных .....	45
Получение значений состава тканей тела .....	46
Программирование гостевого режима .....	48
Использование только для измерения веса .....	48
Поиск неисправностей .....	48



## INTRODUZIONE

Grazie per aver selezionato il monitor Tanita della composizione corporea, uno di una vasta serie di prodotti sanitari per uso domestico prodotti da Tanita.

Questo manuale d'istruzioni vi guida attraverso le procedure d'impostazione e vi presenta le funzionalità chiave.

Conservate il manuale per poterlo consultare in futuro. Nel nostro sito web [www.tanita.com](http://www.tanita.com) troverete ulteriori informazioni per mantenere uno stile di vita sano.

I prodotti Tanita incorporano la ricerca clinica e le innovazioni tecnologiche più recenti.

Tutti i dati sono monitorizzati dal Consiglio Consultivo Medico Tanita, che ne verifica l'accuratezza.

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



### **Precauzioni di sicurezza**

Ricordare che le persone con dispositivi medici elettronici impiantati, tipo pacemaker, non devono utilizzare il monitor Tanita della composizione corporea, perché questo apparecchio fa passare un segnale elettrico basso attraverso il corpo, che può interferire con il funzionamento del dispositivo impiantato.

Le donne in gravidanza devono utilizzare solo la funzione di pesatura. Tutte le altre funzioni non sono destinate all'utilizzo da parte di donne in gravidanza.

Non mettere il monitor della composizione corporea sopra superfici scivolose, ad es. un pavimento bagnato.

I dati registrati possono essere perduti se il monitor viene utilizzato in modo errato o esposto a colpi di corrente elettrica.

Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di perdita causata dalla perdita dei dati registrati.

Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di danno o perdita provocati da questi apparecchi, o per qualsiasi tipo di reclamo presentato da una terza persona.

### **Note importanti per gli utenti**

La bilancia/monitor del grasso corporeo Tanita è inteso per l'uso da parte di adulti e bambini (7-17 anni) con stili di vita da inattivi a moderatamente attivi e adulti atletici.

Tanita definisce "atleta" una persona che svolge un'intensa attività fisica per circa 10 ore alla settimana, con una frequenza cardiaca a riposo di circa 60 battiti al minuto o inferiore. Nella definizione di "atleta" di Tanita sono anche inclusi i soggetti che seguono un programma di fitness da anni, ma che attualmente si esercitano per meno di 10 ore alla settimana.

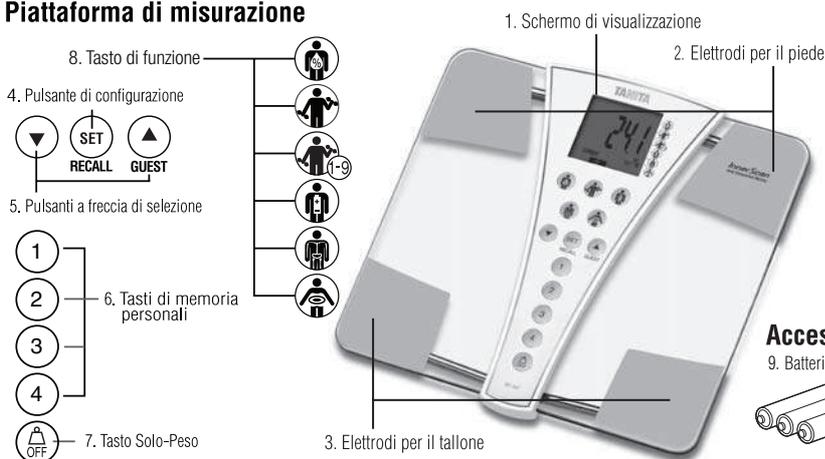
**La funzione di monitoraggio del grasso corporeo non è intesa per le donne incinte, gli atleti professionisti o i bodybuilder.**

Se l'unità viene utilizzata in modo errato o esposta a sovratensioni è possibile che si verifichi la perdita dei dati registrati. Tanita declina qualsiasi responsabilità per qualsiasi tipo di perdita provocato dalla perdita dei dati registrati e per qualsiasi tipo di danno o perdita provocati da queste unità o qualsiasi tipo di ricorso presentato da terzi.

**NB:** Le stime della percentuale di grasso corporeo variano in base alla quantità d'acqua presente nel corpo e possono essere influenzate da disidratazione o sovraidratazione dovute a fattori come il consumo di alcolici, il flusso mestruale, le malattie, l'esercizio intenso, ecc.

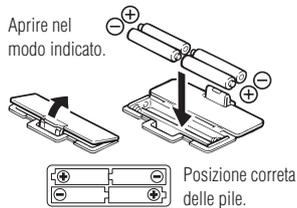
## CARATTERISTICHE E FUNZIONALITÀ

### **Piattaforma di misurazione**





## PREPARAZIONI PRIMA DELL'USO



### ⚠ Collocazione delle pile

Aprire il coperchio del vano batterie sul retro della piattaforma di misurazione. Inserire le batterie AA fornite secondo le istruzioni.

**NB:** Accertarsi che la polarità delle batterie sia configurata correttamente. Se le batterie sono posizionate in modo errato, il fluido può fuoriuscire e danneggiare i pavimenti. Se non si intende utilizzare questa unità per un lungo periodo di tempo, si consiglia di rimuovere le batterie prima di conservarla.

Si noti che le batterie in dotazione possono essersi scaricate nel tempo.



### ⚠ Posizionamento della bilancia/monitor

Mettere la piattaforma di misurazione sopra una superficie rigida orizzontale dove siano presenti minime vibrazioni per garantire l'effettuazione di misurazioni precise e sicure.

**NB:** Per evitare possibili infortuni, non poggiare il piede sul bordo della piattaforma.

## Suggerimenti per l'uso

La bilancia/monitor è uno strumento di precisione che utilizza tecnologia all'avanguardia.

Per mantenere lo strumento nelle condizioni migliori, seguire attentamente le seguenti istruzioni:

- Non tentare di smontare la piattaforma di misurazione.
- Riporre l'apparecchio in posizione orizzontale sistemandolo in modo che i pulsanti non siano premuti accidentalmente.
- Evitare impatti o vibrazioni eccessive sullo strumento.
- Posizionare l'unità in un'area lontana dalla luce diretta del sole, da apparecchi per il riscaldamento, da umidità elevata o da estremi di temperatura.
- Non immergere mai in acqua. Utilizzare dell'alcol per pulire gli elettrodi e detergente per i vetri (applicato precedentemente su un panno) per mantenerli lucidi; evitare il sapone.
- Non si deve montare sulla piattaforma quando è bagnato.
- Non si deve far cadere oggetti sopra.

## RILEVAMENTO DI VALORI ACCURATI



Per ottenere valori accurati, la misurazione deve essere effettuata senza indumenti addosso e in condizioni di idratazione costanti. Se non si è nudi, togliere sempre le calze e accertarsi che talloni siano pulite prima di salire sulla piattaforma della bilancia. Accertarsi che i talloni siano correttamente allineati con gli elettrodi sulla piattaforma di misurazione. Non preoccuparsi se i piedi sono apparentemente troppo grandi per l'unità; è sempre possibile ottenere letture accurate anche se le dita sporgono dalla piattaforma. È meglio effettuare le letture alla stessa ora del giorno. Prima di effettuare le misurazioni, attendere circa tre ore dopo essersi alzati, dopo i pasti o dopo l'esercizio fisico intenso.

Le letture rilevate in altre condizioni possono non avere gli stessi valori assoluti.

Per controllare il progresso, confrontare i diversi valori del peso e della percentuale di grasso corporeo ottenuti nelle stesse condizioni nel corso di un periodo di tempo.

**NB:** Non è possibile ottenere una lettura accurata se talloni sono sporche, se le ginocchia sono piegate o se si è seduti.

## FUNZIONE DI SPEGNIMENTO AUTOMATICO

La funzione di spegnimento automatico spegne automaticamente l'alimentazione nei seguenti casi:

- Se si interrompe il processo di misurazione. L'alimentazione si spegne entro 10-20 secondi, a seconda del tipo di operazione.
- Se un peso estremo viene applicato alla piattaforma.
- Durante la programmazione, se non si tocca nessun pulsante o tasto entro 60 secondi.\*
- Dopo aver completato il processo di misurazione.

\***NB:** Se l'apparecchio si spegne automaticamente, ripetere i passaggi a partire da "Configurazione e memorizzazione di dati personali nella memoria" (pag. 31).



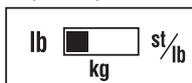
## COMMUTAZIONE DELLA MODALITÀ DI PESO

**Nota:** Soltanto per l'uso con modelli dotati del commutatore della modalità di peso

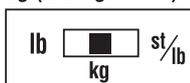
È possibile cambiare l'indicazione dell'unità usando il commutatore situato sul retro della bilancia, come mostrato nell'illustrazione.

**Nota:** Se la modalità di peso è impostata sulle libbre o libbre stone (stone-pounds), la programmazione dell'altezza verrà impostata automaticamente sui piedi o pollici. Parallelamente, se si selezionano i chilogrammi, l'altezza verrà automaticamente impostata sui centimetri.

**lb (Libbre)**



**kg (Chilogrammi)**



**st-lb (Libbre stone (stone-pounds))**



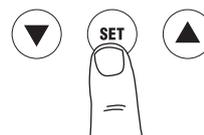
## CONFIGURAZIONE E MEMORIZZAZIONE DI DATI PERSONALI NELLA MEMORIA

Riceverete letture solo se i dati sono stati programmati in una delle memorie dati personali o nella modalità Ospite.

Il monitor può memorizzare i dati personali di un massimo di 4 persone.

### 1. Accensione

Premere il pulsante Set per accendere l'unità (una volta programmata, quando si preme un tasto di memoria personale l'unità si accende automaticamente). L'unità emette un segnale acustico per confermare l'attivazione, i numeri di tasto personale (1.2.3.4) sono visualizzati e il display lampeggia.

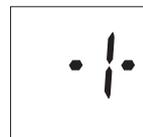


**NB:** Se non la si utilizza per un minuto dopo averla accesa, l'unità si spegne automaticamente.

**NB: Se si commette un errore o si desidera spegnere l'unità prima di aver completato la programmazione, Premere il tasto Solo-Peso per (▲) forzare la conclusione.**

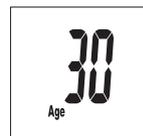
### 2. Selezione di un numero di tasto di memoria personale

Premere i tasti Su/Giù per selezionare un tasto di memoria personale. Quando si raggiunge il numero di tasto di memoria personale richiesto, premere il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico per confermare.



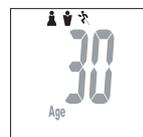
### 3. Configurazione dell'età

Il display è configurato per 30 anni (età utente compresa fra 7 e 99). Un'icona a freccia viene visualizzata a sinistra in basso per indicare la configurazione Età. Utilizzare i pulsanti Su/Giù per far scorrere i numeri. Quando si raggiunge l'età richiesta, premere il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico per confermare.



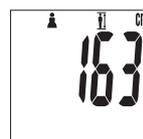
### 4. Selezione di Femmina, Maschio o Atleta

Utilizzare i pulsanti Su/Giù per selezionare la modalità Femmina (♀) o Maschio (♂) e Adulto Standard o Atleta, e premere quindi il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico una volta per confermare.



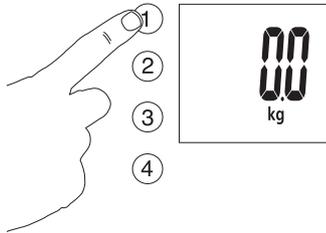
### 5. Indicazione dell'altezza

Il display è preconfigurato a 170 cm (utenti da 100 a 220 cm). Utilizzare i tasti Su/Giù per specificare l'altezza e premere, quindi, il pulsante Set. L'unità emette un segnale acustico per confermare.





## EFFETTUAZIONE DELLE LETTURE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA



### 1. Selezionate il tasto Personale e salite sul monitor

Premere il tasto personale preprogrammato. (Rilasciare il tasto entro 3 secondi o "Error" viene visualizzato nel display). L'unità emette un segnale acustico e il display visualizza i dati programmati.

**L'unità emette un altro segnale acustico e il display visualizza "0.0". Salire sulla piattaforma.**

**NB:** Se si sale sulla piattaforma prima che sia visualizzato "0.0", il display visualizza "Error" e non si ottiene nessun valore. Inoltre, se non si sale sulla piattaforma entro 30 secondi circa dopo la visualizzazione di "0.0", l'apparecchio si spegne automaticamente.



### 2. Ottenete le letture

Prima viene indicato il peso.

Rimanere in posizione eretta sulla piattaforma.

Sul display apparirà e sparirà da destra a sinistra e uno alla volta "00000".

Sullo schermo apparirà la Vostra percentuale di grasso (%FAT) e la vostra Gamma di Grasso Corporeo.

Dopo il calcolo della percentuale del grasso corporeo, una barra nera lampeggia in basso nel display, identificando il vostro valore entro le gamme del grasso corporeo per la vostra età e il vostro sesso.

**NB: Non scendere dalla bilancia prima che sul display compaia la % di grasso corporeo.**

Per vedere le altre letture, premete ciascun tasto delle funzionalità mentre è visualizzato Weight & Body Fat % (Peso e % grasso corporeo).

Premere lo stesso tasto di funzionalità per visualizzare nuovamente il peso e la percentuale di grasso corporeo.

**NB: I seguenti valori sono solo pertinenti ad adulti di 18-99 anni d'età.**



% Grasso corporeo



Grasso viscerale



Massa ossea



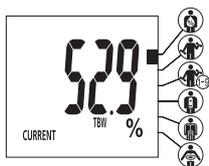
Massa muscolare  
/ Punteggio fisico



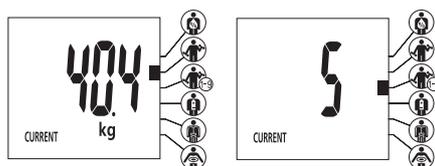
BMR / Età metabolica



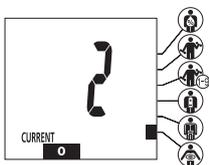
- Premere il tasto  per visualizzare la percentuale di grasso



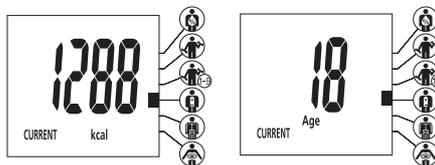
- Premere il tasto  per visualizzare la classificazione della massa muscolare e del fisico.



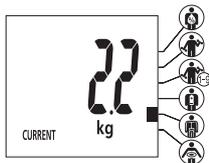
- Premere il tasto  per visualizzare il livello e la classificazione del grasso viscerale.



- Premere il tasto  per visualizzare BMR e l'età metabolica.



- Premere il tasto  per visualizzare la massa ossea.



### 3. Funzione di richiamo

Utilizzando la funzione di richiamo è possibile ottenere le letture precedenti dei risultati indicati di seguito.

- Peso
- Percentuale di grasso corporeo
- Percentuale di acqua corporea totale
- Classificazione massa muscolare e fisico
- BMR ed età metabolica
- Massa ossea
- Livello di grasso viscerale

Per ottenere le letture precedenti, premere il tasto SET mentre vengono visualizzate le letture correnti.

Il display mostrerà automaticamente le letture precedenti per il peso e la percentuale di grasso corporeo.

Per vedere le altre letture precedenti, premere il tasto della funzione appropriata per ciascuna lettura desiderata.

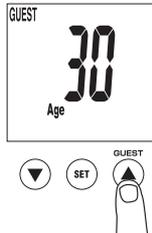
(Se si preme due volte lo stesso tasto di una funzione, si potranno vedere i risultati precedenti di peso e percentuale del grasso corporeo.)

Premere di nuovo il tasto SET per tornare alla visualizzazione dei risultati correnti di peso e percentuale di grasso corporeo.

**Nota: Per i bambini e i ragazzi (7 – 17 anni) verranno visualizzati solo il peso e la percentuale di grasso corporeo.**



## MODALITÀ OSPITE



La modalità Ospite consente di effettuare una lettura per un nuovo utente senza perdere i dati personali memorizzati in una memoria personale. Premere il pulsante ▲ e seguire quindi la procedura standard per inserire i dati personali. Immettere: Età, Sesso e Altezza.

**NB:** Se si sale sulla piattaforma prima che "0.0" sia visualizzato nel display, viene visualizzato "Error" e non si ottiene una lettura..

## MISURAZIONE DEL SOLO-PESO



### Selezione del tasto Solo-Peso

Premere il tasto Solo-Peso. Dopo 2-3 secondi, "0.0" viene visualizzato nel display e l'unità emette un segnale acustico. Quando "0.0" viene visualizzato, salire sulla piattaforma. Viene visualizzato il valore del peso. Se si rimane sulla piattaforma, il display lampeggia per 30 secondi e poi la bilancia si spegne automaticamente. Se si scende dalla piattaforma, il peso continua a essere visualizzato per circa 5 secondi, poi compare "0.0" e l'unità si spegne automaticamente.

## RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

### Se si verificano i seguenti problemi...

- **Viene visualizzato un formato di peso errato, seguito da kg, lb o st-lb.**  
Vedere "Commutazione della modalità di peso" a pag. 31.
- **Sul display appare "Lo", oppure tutti i dati appaiono e scompaiono immediatamente.**  
La carica delle batterie è bassa. Quando appare il messaggio, accertarsi di sostituire immediatamente le batterie, perché le batterie scariche influiscono sulla precisione della misura ottenuta. Sostituire tutte le batterie contemporaneamente con nuove batterie. L'unità è dotata di batterie di prova e la loro durata può essere breve.  
**NB:** Le configurazioni non verranno cancellate dalla memoria quando si rimuovono le batterie.
- **Durante la misurazione appare "Error".**  
In piattaforma si prega di tenere la posizione eretta e mantenere i movimenti al minimo. Avvertendo un qualsiasi movimento l'apparecchiatura non sarà in grado di misurare con precisione il vostro peso. Se la percentuale di grasso corporeo supera il 75%, non è possibile ottenere letture.
- **Non appare la misurazione della Percentuale di Grasso Corporeo o appare "-----" dopo che è stato misurato il peso.**  
I Vostri dati personali non sono stati programmati. Seguire i vari passi su p.31. Accertatevi di esservi tolti i calzini o le calze e che le piante dei piedi siano pulite e ben allineate con le guide poste sulla piattaforma di misurazione.
- **"OL" viene visualizzato durante la misurazione.**  
Il peso non viene visualizzato se supera la capacità massima della bilancia.

**Dati tecnici**

BC-587

**Capacità di peso**

200 kg

**Incremento di peso**

0.1 kg

**Incremento di grasso corporeo**

0.1%

**Dati personali**

4 memorie

**Alimentazione**

4 batterie stilo AA (incluse)

**Consumo**

Massimo di 100 mA

**Corrente di misura**

50 kHz, 6.25 kHz, 100 µA



Avviso:

Questi marchi sono riportati all'esterno delle confezioni di batterie contenenti sostanze tossiche:

**Pb Pb** = batteria a base di piombo,**Cd Cd** = batteria a base di cadmio,**Hg Hg** = batteria a base di mercurio.**⚠ Non è consentito lo smaltimento comune di batterie e rifiuti solidi urbani!**

Il consumatore è legalmente vincolato a restituire batterie usate o scariche, depositandole presso gli opportuni centri di raccolta cittadini oppure presso i relativi punti vendita, utilizzando gli appositi contenitori esposti. Prima di smaltire l'apparecchiatura, rimuovere le batterie e depositarle presso gli stessi centri di raccolta succitati.



Questo apparecchio è conforme alle normative 2004/108/CEgenti in materia di radiodisturbi.

## **Representative**

### **TANITA Europe B.V.**

Holland Office Centre. Kruisweg 813-A  
2132NG Hoofddorp, the Netherlands  
Tel : +31(0)23-5540188  
Fax : +31(0)23-5579065  
[www.tanita.eu](http://www.tanita.eu)

### **Business Location in UK**

The Barn, Philpots Close, Yiewsley,  
Middlesex, UB7 7RY,  
United Kingdom  
Tel : +44(0)1895-438577  
Fax : +44(0)1895-438511

### **TANITA India Private Limited**

Level 8, vibgyor Towers, G Block, C-62  
Bandra Kurla Complex, Bandra (East),  
Mumbai 400051, INDIA  
Tel : +91-22-4090-7174  
Fax : +91-22-4090-7178

### **TANITA Corporation of America Inc.**

2625 South Clearbrook Drive  
Arlington Heights, IL 60005 USA.  
Tel : +1-847-640-9241  
Fax : +1-847-640-9261  
[www.tanita.com](http://www.tanita.com)

### **TANITA Health Equipment H.K. Ltd.**

Unit 301-303 3/F Wing On Plaza,  
62 Mody Road, Tsimshatsui East,  
Kowloon, Hong Kong  
Tel : +852-2838-7111  
Fax : +852-2838-8667

## **Manufacturer**

### **TANITA Corporation**

1-14-2, Maeno-cho, Itabashi-ku  
Tokyo, TANITA  
Tel : +81(0)3-3968-7048  
Fax : +81(0)3-3967-3766  
[www.tanita.co.jp](http://www.tanita.co.jp)  
ISO 9001 Certified