

**MIO★STAR**

## Body Balance

### Diagnosewaage

Bedienungsanleitung; Seite 1

### Balance de diagnostic

Mode d'emploi; page 9

### Bilancia diagnostica

Istruzioni d'uso; pagina 17

DFI







# Diagnosewaage Body Balance

## Gratulation!

Mit diesem Gerät haben Sie ein Qualitätsprodukt erworben, welches mit grösster Sorgfalt hergestellt wurde. Es wird Ihnen bei richtiger Pflege während Jahren gute Dienste erweisen.

Vor der ersten Inbetriebnahme bitten wir Sie jedoch, die vorliegende Bedienungsanleitung gut durchzulesen und vor allem die Sicherheitshinweise genau zu beachten.

**Personen, die mit der Bedienungsanleitung nicht vertraut sind, dürfen das Gerät nicht benutzen.**

## Sicherheitshinweise



Bitte lesen Sie diese Hinweise aufmerksam durch, bevor Sie Ihr Gerät in Betrieb nehmen. Sie enthalten wichtige Sicherheits- und Betriebshinweise.

- Bedienungsanleitung vollständig durchlesen und für Nachbenutzer aufbewahren
- Die Waage darf nicht von Personen mit medizinischen Implantaten wie z.B. Herzschrittmachern verwendet werden, da deren Funktion gestört werden kann!
- Waage niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen
- Waage sorgfältig handhaben; Gefahr von Glasbruch oder Geräteschäden

- Nur auf Hartböden und nicht auf unebenen Böden oder Teppichen anwenden
- Nicht auf Ecken der Waage stehen; Kippgefahr
- **Nicht mit nassen Füssen oder wenn die Oberfläche feucht ist auf die Waage stehen; Rutschgefahr!**
- Darauf achten, dass die Waage vor Stössen, Feuchtigkeit, Staub und starken Temperaturschwankungen geschützt ist. Nicht in die Nähe von heissen Quellen (Heizstrahler, Öfen etc.) stellen
- Die Waage ist nur für den Hausgebrauch geeignet
- Waage niemals öffnen
- Personen, einschliesslich Kinder, die aufgrund ihrer physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder ihrer Unerfahrenheit oder Unkenntnis nicht in der Lage sind, die Geräte sicher zu benutzen, dürfen die Geräte nicht ohne Aufsicht oder Anweisung durch eine verantwortliche Person benutzen

## Batterien einsetzen / wechseln



- Ab Werk sind die Batterien eingesetzt. Es muss nur der Kunststoff-Isolator aus dem Batteriefach entfernt werden
- Batterien einsetzen: Waage auf eine flache und weiche Unterlage legen (Oberseite nach unten)
- Batteriefach öffnen. Alte Batterien entfernen und 2 neue Batterien (Typ CR 2032) einsetzen; auf richtige Polarität achten (flache Seite mit «+»-Pol nach oben)!
- Batteriefach wieder schliessen
- Die Waage zeigt die Werte in «kg» an. Durch wiederholtes Drücken der «UNIT»-Taste (auf der Unterseite) kann zwischen Kilogramm und «lb» (Pfund) gewechselt werden

### Hinweis:

- Bei längerem Nichtgebrauch der Waage Batterien entfernen



## 2 Inbetriebnahme

Deutsch



### 1. Nur Gewicht messen

- Waage auf einen Hartboden stellen (nicht auf Teppichen anwenden)
- Mitgelieferte Antirutsch-Streifen auf Glaswaage kleben
- Auf die Waage stehen. Die Waage stellt sich automatisch ein (die Anzeige leuchtet auf) und der Messvorgang startet. Während der Messung möglichst ruhig und mit gleichmäßiger Gewichtsverteilung auf beiden Beinen stehen bleiben
- Nach der Messung wird das Messergebnis angezeigt, z.B. 62.4 kg
- Nach einigen Sekunden schaltet die Waage automatisch ab (= Batteriesparfunktion)
- Bevor die Waage nach einigen Sekunden abschaltet, kann eine neue Messung stattfinden, indem erneut auf die Waage gestanden wird

#### Tipps zum richtigen Wägen:

- Waage auf einen ebenen und festen Untergrund stellen. Eine feste Standfläche ist Voraussetzung für eine korrekte Messung
- Während der Messung möglichst aufrecht und ruhig stehen bleiben
- Für vergleichbare Bedingungen möglichst immer zur gleichen Tageszeit wägen. **Empfehlung:** Morgens nach dem Toilettengang, nüchtern und ohne Kleidung
- Kurzfristige Änderungen innert weniger Tagen werden normalerweise durch Wasserverlust hervorgerufen. Beachten Sie daher nur die langfristigen Veränderungen

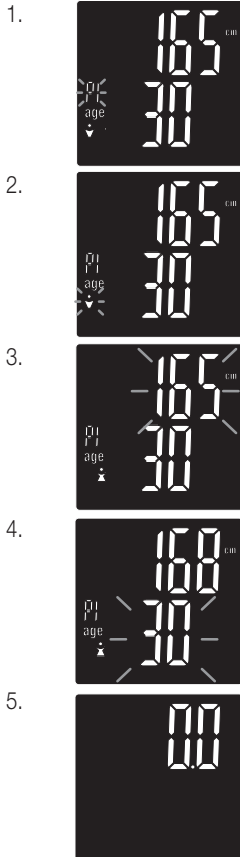


Sensoren

## 2. Waage für Diagnose programmieren

Damit die Waage eine Diagnose durchführen kann, müssen zuerst das Alter, die Grösse und das Geschlecht des Benutzers programmiert werden. Es lassen sich die Angaben von bis zu 8 Benutzern programmieren:

- Mittleren Sensor «**SET**» berühren; in der Anzeige (1.) blinkt links «P1» für den ersten Speicherplatz (bei der ersten Inbetriebnahme ist der Speicher leer und es blinkt «P1»)
- Mit den Sensoren «**UP**» / «**DOWN**» gewünschten Speicherplatz wählen (max. 8) und durch Berühren des «**SET**»-Sensors bestätigen (in der Anzeige blinkt «♀» oder «♂» (2.))
- Mit den Sensoren «**UP**» / «**DOWN**» Geschlecht wählen. **Beispiel:** Sie sind weiblich. Dann berühren Sie die Sensoren «**UP**» (oder «**DOWN**») so oft, bis das Symbol «♀» angezeigt wird. Durch Berühren des «**SET**»-Sensors bestätigen (in der Anzeige leuchtet oben rechts «cm» und es blinkt z.B. «165» (3.))
- Mit den Sensortasten «**UP**» / «**DOWN**» die Grösse in «cm» eingeben, z.B. «168» und durch Berühren des Sensors «**SET**» bestätigen (in der Anzeige leuchtet unten links «age» und es blinkt z.B. «30» für 30 Jahre (4.))
- Mit den Sensoren «**UP**» / «**DOWN**» das Alter eingeben, z.B. 35 und durch Berühren des Sensors «**SET**» bestätigen (in der Anzeige erscheint wieder «0.0» (5.)). Die Programmierung für den ersten Benutzer ist abgeschlossen. Für weitere Benutzer Vorgang wiederholen



### Hinweis:

- Wird bei der Einstellung während einigen Sekunden keine Taste berührt, verlässt die Waage den Programmiermodus





## 4 Inbetriebnahme

Deutsch

Diagnose-Symbole



Diagnose-Sensoren/  
Kontaktflächen




## 3. Gewicht messen und Diagnose

Es besteht die Möglichkeit, nebst dem Körpergewicht noch folgende Diagnose durchzuführen, bzw. folgende Zusatzinformationen zu ermitteln: Körperwasser-, Muskel-, Knochenanteil und Körperfett. Vor der Messung muss die Waage programmiert werden (siehe vorhergehender Abschnitt). Beachten Sie auch die Hinweise zur Diagnose auf Seite 6.

- Barfuss auf die Waage stehen. Darauf achten, dass mit den Füßen jeweils der vordere und der hintere Sensor berührt wird
- Während der Messung möglichst ruhig und mit gleichmässiger Gewichtsverteilung auf beiden Beinen stehen bleiben

- Nach der Messung wird zuerst das Gewicht angezeigt, z.B. 54.0 kg

- Weiterhin ruhig stehen bleiben. In der Anzeige erscheint nach kurzer Zeit ein «», das sich von links nach rechts bewegt. Dies bedeutet, dass jetzt die Diagnose durchgeführt wird

- Nach einigen Sekunden werden die Ergebnisse nacheinander angezeigt. Für die einfachere Übersicht leuchten die blauen Diagnose-Symbole auf und es werden auf der rechten Seite die folgenden Abkürzungen angezeigt:

- **FAT**: Fettanteil in %,
- **TBW**: Wasseranteil in %,
- **MUS**: Muskelmasse in % und
- **BONE**: Knochenanteil in kg

- Es ist jetzt möglich von der Waage runterzutreten. Die Diagnosewerte werden dreimal nacheinander angezeigt

- Mit Hilfe der Tabellen auf Seite 7 können die Diagnosedaten ausgewertet werden



## **Hinweise:**

- Die Waage kann anhand des Gewichtes den Benutzer automatisch ermitteln
- Haben mehrere Benutzer fast das gleiche Gewicht, kann die Waage den Benutzer nicht identifizieren und in der Anzeige erscheint z.B. «P IP3». Dies signalisiert, dass anhand des gemessenen Gewichtes die gespeicherten Benutzer «1» und «3» in Frage kommen. Durch Berühren des Sensors «UP» oder «DOWN» kann dann zwischen den beiden gespeicherten Benutzern gewählt werden (in diesem Beispiel zwischen den Benutzer «1» und «3»). Falls Sie irrtümlich den «SET»-Sensor berühren, mit den Sensoren «UP» und «DOWN» den richtigen Benutzer auswählen, z.B. «3», und dann Messung wiederholen
- Kann die Diagnose nicht durchgeführt werden, wird nur das Gewicht angezeigt und die Waage schaltet nachher ab; Messung und Diagnose wiederholen
- Bei zu trockenen Fusssohlen können Probleme bei der Diagnose auftreten; Füße daher leicht befeuchten (Achtung: die Glasplatte ist rutschig; nicht mit nassen Füßen darauf treten)
- **Wichtig:** Beachten Sie, dass kein Kontakt zwischen beiden Füßen, Beinen, Waden oder Oberschenkeln bestehen darf. Andernfalls kann die Messung nicht korrekt ausgeführt werden

## **Tipps zum richtigen Wägen:**

- Waage auf einen ebenen und festen Untergrund stellen. Eine feste Standfläche ist Voraussetzung für eine korrekte Messung
- Während der Messung möglichst aufrecht und ruhig stehen bleiben
- Wichtig bei der Messung: Die Ermittlung des Körperfettes darf nur barfuß und kann zweckmässig mit schwach befeuchteten Fusssohlen vorgenommen werden. Völlig trockene oder stark verhornte Fusssohlen können zu unbefriedigenden Ergebnissen führen, da diese eine zu geringe Leitfähigkeit aufweisen
- Für vergleichbare Bedingungen möglichst immer zur gleichen Tageszeit wägen. **Empfehlung:** Morgens nach dem Toilettengang, nüchtern und ohne Kleidung
- Kurzfristige Änderungen innert weniger Tagen werden normalerweise durch Wasserverlust hervorgerufen. Beachten Sie daher nur die langfristigen Veränderungen



## 6 Allgemeine Hinweise

Deutsch

### **Wichtige Hinweise für die Diagnose!**

- Die Messung darf nur barfuss vorgenommen werden
- Personen mit Herzschrittmachern oder Elektrokardiographen oder anderen medizinischen Implantaten, dürfen die Diagnosewaage nicht verwenden!
- Verschiedene Faktoren wie massloses Trinken, Essen oder Sportausüben vor einer Messung sowie das Einnehmen von Medikamenten, können einen starken Einfluss auf das Messergebnis haben und es unter Umständen verfälschen
- Beachten Sie auch die Tipps zum richtigen Wägen auf Seite 2 und 5

### **Warum ist es wichtig, auch den Fettanteil Ihres Körpers zu kennen?**

- Fettleibigkeit tritt immer häufiger auf und ist ein bekanntes Gesundheitsrisiko, speziell in Verbindung mit Herz-Kreislauf-Krankheiten, Bluthochdruck, Diabetes, Arthrose und einigen Krebsarten. Sie kann auch für weniger bekannte Symptome verantwortlich sein, z.B. das Schlafapnoe-Syndrom und/oder Sekundenschlaf während des Tages
- Die Messung von Körperfettanteil, Körperwasseranteil und Muskelanteil gibt Aufschluss über Ihre Fitness

### **Der Körperwasseranteil gibt Aufschluss über Ihre Gesundheit**

- Wenn Ihr Gewicht konstant ist und der Körperwasseranteil steigt, bedeutet dies eine Zunahme des Muskelanteils, was gut für Ihre Gesundheit ist!
- Ein fallender Körperwasseranteil bedeutet dagegen eine Abnahme des Muskelanteils und somit eine Zunahme des Körperfetts. Er zeigt ein Ungleichgewicht oder eine gar krankheitsbedingte Änderung des Körperwasseranteils an

### **Wie werden die Diagnosewerte gemessen?**

- Die Diagnosewaage errechnet den Körperfett- und Körperwasseranteil mittels der sogenannten «Bioelektrischen Impedanz-Analyse» (= BIA). Dabei wird mit einem sehr kleinen, unbedenklichen und unschädlichen Strom eine Bestimmung von Körpergewebeannteilen durchgeführt
- Dieser Messwert wird mit Ihren individuellen Daten (Grösse, Alter und Geschlecht) in Bezug gesetzt. Das Körpergewicht und der Körperfettanteil werden dann automatisch berechnet

### **Hinweise:**

- Die Genauigkeit der Diagnosewaage hängt von verschiedenen Faktoren ab. Wir empfehlen Ihnen die Waage regelmässig und immer zur selben Tageszeit unter den gleichen Bedingungen anzuwenden
- Auf nebenstehender Seite befinden sich Tabellen mit Richtwerten







## Richtwerte-Tabellen

### Weiblich

Alter	Körperfett in %			
	sehr gut	gut	mittel	schlecht
<39	<21	21.1-33	33.1-39	>39
40-59	<23	23.1-34	34.1-40	>40
>59	<24	24.1-36	36.1-42	>42
60+	<28	28-37	37-47	>47

### Männlich

Alter	Körperfett in %			
	sehr gut	gut	mittel	schlecht
<39	<8	8.1-20	20.1-25	>25
40-59	<11	11.1-22	22.1-28	>28
>59	<13	13.1-25	25.1-30	>30
60+	<17	17-25	26-34	>34

### Weiblich

Alter	Körperwasser in %		
	schlecht	gut	sehr gut
10-15	<57	57.1-67	>67
16-30	<47	47.1-57	>57
31-60	<42	42.1-52	>52
61-80	<37	37.1-47	>47

### Männlich

Alter	Körperwasser in %		
	schlecht	gut	sehr gut
10-15	<58	59-71	>72
16-30	<53	54-66	>67
31-60	<47	48-60	>61
61-80	<42	43-55	>56

### Weiblich

Alter	Muskelanteil in %
	gesund
10-99	>34

### Männlich

Alter	Muskelanteil in %
	gesund
10-99	>40

### Weiblich

Gewicht	Knochenanteil in %		
	<45 kg	45-60 kg	>60 kg
Knochenmasse	1.8 kg	2.2 kg	2.5 kg

### Männlich

Gewicht	Knochenanteil in %		
	<60 kg	60-75 kg	>75 kg
Knochenmasse	2.5 kg	2.9 kg	3.2 kg

### Hinweis:

Bei diesen Angaben handelt es sich nur um typische Richtwerte. Bei weiteren Fragen zu Ihrer Gesundheit wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.



## 8 Störungen

Deutsch



Falls bei der Anwendung Störungen auftreten, können diese mit der nachfolgenden Übersicht behoben werden:

- **Keine Funktion:** Sind die Batterien richtig eingesetzt (Polarität beachten) und sind die Batterien noch gut genug?
- **Falsche Angaben:** Zeigt die Waage die Werte in «lb» an? Durch Drücken der «UNIT»-Taste (auf der Unterseite) auf «kg» stellen
- **Falsche Angaben oder keine Messung:** Steht die Waage auf einem ebenen Hartboden? (Nicht auf Teppich anwenden)
- **Falsche Angaben:** Erst auf die Waage stehen, wenn die Anzeige «0.0» anzeigt und ruhig stehen bleiben
- **Falsche Diagnosewerte:** Hinweise auf Seite 6 beachten
- **In der Anzeige erscheint «-----»:** Die Waage wurde überlastet/keine Messung möglich. Messung wiederholen

## Reinigung

- Waage mit leicht feuchtem Tuch oder etwas Glasreinigungsspray reinigen. Waage nie ins Wasser tauchen, da sie sonst Schaden nimmt!

## Technische Daten

- **Minimales / maximales Gewicht:** 10 kg / 150 kg
- **Teilung:** 100-g-Schritte
- **Körpergröße:** 0.80 bis 2.20 m (in 1-cm-Schritten)
- **Altersbereich:** 6 bis 100 Jahre (in 1-Jahres-Schritten)
- **Körperfett:** 3 bis 50 % (in 0.1-%-Schritten)
- **Körperwasser:** 25 bis 75 % (in 0.1-%-Schritten)
- **Muskelanteil:** 25 bis 75 % (in 0.1-%-Schritten)
- **Knochenanteil:** 0.5 bis 10 kg (in 100-g-Schritten)
- **Batteriebetrieb:** 2 x Typ CR 2032



## Balance de diagnostic Body Balance

### Félicitations!

En achetant cet appareil vous venez d'acquérir un appareil de qualité, fabriqué avec soin. Bien entretenu, cet appareil vous rendra de grands services pendant de nombreuses années.

Veillez lire attentivement ce mode d'emploi avant la première utilisation et bien respecter les consignes de sécurité.

**Les personnes n'ayant pas lu ce mode d'emploi, ne doivent pas utiliser cet appareil.**

### Consignes de sécurité

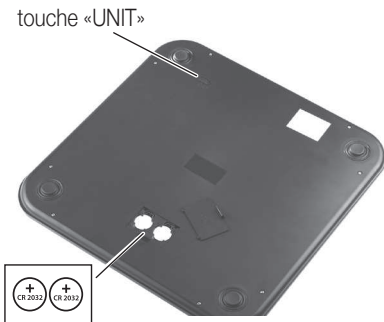


Avant d'utiliser l'appareil veuillez lire attentivement ce mode d'emploi qui contient des consignes de sécurité et de fonctionnement importantes.

- Lire attentivement tout le mode d'emploi et le conserver pour les utilisateurs éventuels
- Les personnes portant un appareil médical (par ex. pacemaker) ne doivent pas utiliser cette balance, car elle pourrait entraîner un dysfonctionnement de leur appareil!
- Ne jamais plonger la balance dans l'eau ou autres substances liquides
- Manipuler la balance avec précaution pour ne pas briser la glace ou endommager l'appareil
- Utiliser la balance uniquement sur un sol rigide. Éviter les sols non nivelés et les tapis

- Ne pas monter sur la balance en posant les pieds sur les angles: risque de basculer
- **Ne pas monter sur la balance avec les pieds mouillés. Ne pas monter si la surface est humide: risque de glisser!**
- Protéger la balance des coups, de l'humidité, de la poussière et des fortes variations de température. Ne pas placer la balance à proximité d'une source de chaleur (four, radiateur, etc.)
- Cette balance est réservée à un usage domestique
- Ne pas essayer d'ouvrir la balance
- Les personnes, enfants compris, qui en raison de leurs capacités psychiques, sensorielles ou mentales, ou en raison de leur inexpérience ou manque de connaissances ne sont pas aptes à utiliser cet appareil en toute sécurité, sont autorisées à le faire uniquement sous surveillance

### Placer les piles / changer



- A la sortie d'usine, la balance est déjà munie de ses piles. Vous devez seulement enlever la bande isolante de protection en plastique située dans le logement à piles
- Placer les piles: placer la balance retournée (surface en-dessous) sur un sol plat et doux
- Ouvrir le logement à piles. Éliminer les piles usagées et mettre 2 nouvelles piles de type CR 2032; respectez la polarité (surface avec «+»-Pol vers le haut)!
- Refermer le logement à piles
- La balance affiche le poids en «kg». En appuyant de façon répétée sur la touche «UNIT» (située en dessous) on peut choisir entre kilogrammes et «lb» (pounds/livres)

#### Remarque:

- En cas de non utilisation prolongée, ôter les piles de la balance



## 10 Fonctionnement

Français



### 1. Mesure du poids corporel

- Placer la balance sur un sol dur (pas sur un tapis)
- Coller les bandes anti-glisse fournies avec la balance
- Monter sur la balance. La balance s'allume automatiquement (l'affichage s'allume) et commence immédiatement à mesurer le poids. Pendant ce temps, rester immobile et bien répartir le poids du corps sur les deux jambes
- Une fois la mesure effectuée, les valeurs s'affichent, par ex. 62.4 kg
- Au bout de quelques secondes, la balance s'éteint automatiquement (= fonction économie d'énergie)
- Avant l'arrêt automatique (soit quelques secondes), il est possible de répéter l'opération en descendant et en remontant sur la balance

#### Conseils pour une mesure correcte du poids:

- Placez la balance sur un sol plan et stable; une surface ferme est la condition préalable à une mesure exacte
- Rester immobile et bien droit tout le temps de la mesure
- Pour un contrôle comparatif optimal, se peser tous les jours à la même heure. **Recommandation:** se peser le matin après être allé à la selle, à jeûn et sans vêtements
- Si vous remarquez une variation de votre poids à court terme, cela est sûrement dû à l'élimination de l'eau. Tenir compte uniquement des variations de poids à long terme



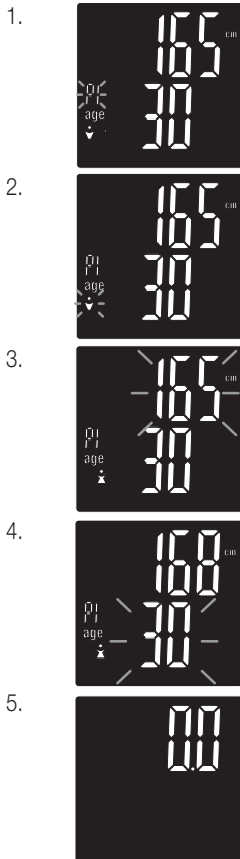
capteurs

## 2. Programmer la balance en vue d'un diagnostic

Afin que la balance puisse effectuer un diagnostic, il est nécessaire de programmer l'âge, le poids et le sexe de l'utilisateur. Il est possible de programmer au maximum les données de 8 utilisateurs:

- Toucher le capteur du milieu «**SET**»; «P1» clignote à gauche de l'écran (1.), cela correspond à la première place mémoire (à la première utilisation la mémoire est vide et «P1» clignote)
- Avec les capteurs «**UP**» / «**DOWN**» sélectionner la place mémoire désirée (max. 8) et confirmer avec le capteur «**SET**» («▼» ou «▲») (2.) clignote sur l'écran)
- Avec les capteurs «**UP**» / «**DOWN**» sélectionner le sexe. **Exemple:** femme. Appuyer sur les capteurs «**UP**» (ou «**DOWN**») jusqu'à ce que le symbole «♀» s'affiche. Puis appuyer sur le capteur «**SET**» pour confirmer («cm» s'allume en haut à droite de l'écran et par ex. «155» clignote (3.))
- Avec les capteurs «**UP**» / «**DOWN**» entrer les données relatives à la taille en «cm», ex. «158» et confirmer avec le capteur «**SET**» («age» s'allume en bas à gauche de l'écran et par ex. «30» pour 30 ans clignote (4.))
- Avec les capteurs «**UP**» / «**DOWN**» entrer l'âge, ex. 35 et confirmer avec le capteur «**SET**» («0.0» apparaît à nouveau sur l'écran (5.)). La programmation pour le premier utilisateur est terminée. Répéter l'opération pour les autres utilisateurs

Français



### Remarque:

- Durant la programmation, si vous n'appuyez sur aucune touche pendant quelques secondes, la balance quitte le mode de programmation



## 12 Fonctionnement

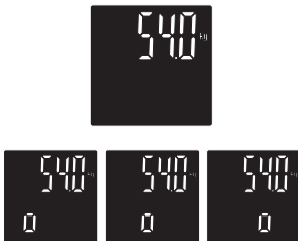
Français



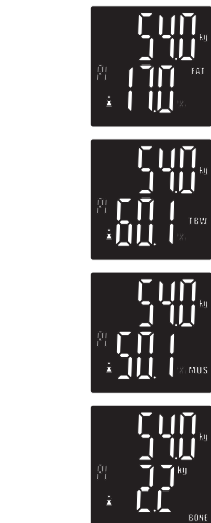
### 3. Mesure du poids et diagnostic

Outre le poids, cette balance permet également de mesurer d'autres paramètres, afin d'établir: la teneur en eau du corps, le pourcentage de masse musculaire, de masse osseuse et de masse grasseuse. Avant d'effectuer ces mesures, il convient de programmer la balance (voir le paragraphe précédent). Lire également les remarques concernant le diagnostic en page 14.

- Monter pieds nus sur la balance. Veillez à ce que les pieds touchent bien le capteur antérieur et le capteur postérieur
- Pendant la mesure, rester immobile et bien répartir le poids du corps sur les deux jambes



- Une fois la mesure effectuée, le poids s'affiche exemple 54.0 kg



- Rester immobile. Après quelques secondes, sur l'écran apparaît «0» qui bouge de gauche à droite. Cela indique que le diagnostic est en cours
- Après quelques secondes, les résultats s'affichent les uns après les autres. Pour une meilleure visibilité les symboles de diagnostic s'illuminent en bleu et sur la droite apparaissent les abréviations suivantes:
  - **FAT**: masse grasseuse en %,
  - **TBW**: teneur en eau en %,
  - **MUS**: masse musculaire en % et
  - **BONE**: masse osseuse en kg
- Il est alors possible de descendre de la balance. les valeurs du diagnostic s'affichent trois fois de suite
- A l'aide des tableaux page 15, vous pouvez analyser les données du diagnostic



### Recommandations:

- La balance identifie automatiquement l'utilisateur avec le poids
- Si deux personnes ont presque le même poids, la balance ne réussit pas à identifier l'utilisateur et sur l'écran apparaît par exemple «P IP3». Cela signifie que sur la base du poids mesuré, les usagers «1» et «3» mémorisés sont pris en considération. En touchant les capteurs «UP» ou «DOWN», sélectionner l'un des deux utilisateurs mémorisés (dans cet exemple le «1» ou le «3»). Si vous deviez toucher par erreur le capteur «SET», sélectionner le bon utilisateur avec les capteurs «UP» et «DOWN», ex. «3», puis répéter la mesure
- Si le diagnostic ne peut être effectué et que sur l'écran seul le poids s'affiche, la balance s'éteindra. Répéter alors la mesure et le diagnostic
- Si la plante des pieds est très sèche, cela peut poser un problème pendant la mesure, dans ce cas humidifier légèrement la plante des pieds (attention: la plaque en verre est glissante, ne pas monter dessus avec les pieds mouillés)
- **Important:** veuillez noter qu'il ne doit pas y avoir de contact entre les deux pieds, les mollets et les cuisses. La mesure ne peut pas être correctement effectuée si tel est le cas

### Conseils pour une mesure correcte du poids:

- Placez la balance sur un sol plan et stable; une surface ferme est la condition préalable à une mesure exacte
- Rester immobile et bien droit tout le temps de la mesure
- Important: la détermination de la graisse corporelle doit toujours être faite pieds nus; si nécessaire, elle peut s'effectuer la plante des pieds légèrement humide. Il se peut que des mesures effectuées avec la plante des pieds très sèche ne conduisent pas à des résultats satisfaisants, la conductibilité étant trop faible
- Pour un contrôle comparatif optimal, se peser tous les jours à la même heure. **Recommandation:** se peser le matin après être allé à la selle, à jeûn et sans vêtements
- Si vous remarquez une variation de votre poids à court terme, cela est sûrement dû à l'élimination de l'eau. Tenir compte uniquement des variations de poids à long terme



## 14 Remarques générales

### **Remarques importantes pour le diagnostic!**

- Toujours se peser nu-pieds
- Les personnes porteuses d'un pacemaker, d'un électrocardiographe ou de tout appareil médical électrique, ne doivent pas utiliser cette balance de diagnostic!
- Le résultat des mesures peut s'avérer nettement faussé par différents facteurs, par ex. une absorption excessive de nourriture ou de boissons alcoolisées, une activité sportive intense avant la mesure, ou encore l'absorption de médicaments
- Lire attentivement les conseils en page 10 et 13 pour une mesure correcte du poids

### **Pourquoi est-il important de connaître le taux de masse grasseuse du corps?**

- L'obésité est un phénomène de plus en plus répandu, et on sait qu'elle constitue un véritable risque pour la santé, notamment en cas de maladies cardiovasculaires, hypertension, diabète, arthrose et certains types de cancer. L'obésité peut également être la cause d'autres maladies, comme l'apnée du sommeil et/ou la somnolence
- La mesure de la masse grasseuse, de la teneur en eau du corps et de la masse musculaire vous fournit des informations importantes sur votre condition physique

### **La teneur en eau du corps vous éclaire sur votre santé**

- Une augmentation de la quantité d'eau sans variation de poids indique une augmentation de la masse musculaire. C'est donc un bienfait pour la santé!
- Une diminution de la quantité d'eau indique au contraire une diminution de la masse musculaire, et par conséquent une augmentation de la masse grasseuse. Cela indique donc un déséquilibre, voire une variation pathologique de la quantité d'eau dans le corps

### **Comment s'effectue la mesure des valeurs de diagnostic?**

- La balance de diagnostic calcule le pourcentage de graisse et d'eau sur la base de «l'analyse d'impédance bioélectrique» (= AIB). Cette analyse consiste en la mesure des portions de tissu corporel, à l'aide de petites décharges électriques totalement inoffensives
- Les valeurs ainsi obtenues sont mises en relation avec vos données personnelles (poids, taille et sexe), ce qui permet un calcul automatique du poids et du pourcentage de graisse corporelle

### **Recommandations:**

- La justesse de la balance de diagnostic dépend de plusieurs facteurs. Il est recommandé de l'utiliser chaque jour à la même heure et dans les mêmes conditions
- A la page ci-contre, vous trouverez des tableaux contenant des valeurs indicatives





## Tableaux de valeurs indicatives

## Femme

Age	Masse grasse en %			
	très bien	bien	moyen	problématique
<39	<21	21.1-33	33.1-39	>39
40-59	<23	23.1-34	34.1-40	>40
>59	<24	24.1-36	36.1-42	>42
60+	<28	28-37	37-47	>47

## Femme

Age	Teneur en eau (en %)		
	problématique	bien	très bien
10-15	<57	57.1-67	>67
16-30	<47	47.1-57	>57
31-60	<42	42.1-52	>52
61-80	<37	37.1-47	>47

## Femme

Age	Masse musculaire en %
	saine
10-99	>34

## Femme

Poids	Masse osseuse en %		
	<45 kg	45-60 kg	>60 kg
Masse osseuse	1.8 kg	2.2 kg	2.5 kg

## Homme

Age	Masse grasse en %			
	très bien	bien	moyen	problématique
<39	<8	8.1-20	20.1-25	>25
40-59	<11	11.1-22	22.1-28	>28
>59	<13	13.1-25	25.1-30	>30
60+	<17	17-25	26-34	>34

## Homme

Age	Teneur en eau (en %)		
	problématique	bien	très bien
10-15	<58	59-71	>72
16-30	<53	54-66	>67
31-60	<47	48-60	>61
61-80	<42	43-55	>56

## Homme

Age	Masse musculaire en %
	saine
10-99	>40

## Homme

Poids	Masse osseuse en %		
	<60 kg	60-75 kg	>75 kg
Masse osseuse	2.5 kg	2.9 kg	3.2 kg

## Remarque:

Les valeurs susmentionnées sont données uniquement à titre indicatif. Si vous avez des questions concernant votre santé, adressez-vous à votre médecin de confiance.



## 16 Problèmes



Les éventuels problèmes survenant lors de l'utilisation de l'appareil peuvent être résolus en fonction des indications suivantes:

- **La balance ne fonctionne pas:** les piles sont-elles insérées correctement dans le compartiment (contrôler la polarité)? Les piles sont-elles chargées?
- **Indications erronées:** la balance affiche le poids en «lb»? A l'aide de la touche «UNIT» (en dessous), régler sur «kg»
- **Indications erronées ou absence de mesure:** la balance est-elle bien placée sur un sol rigide et nivelé? (ne pas la placer sur un tapis)
- **Indications erronées:** monter sur la balance uniquement quand l'écran affiche «0.0» et rester immobile
- **Valeurs de diagnostic erronées:** voir les remarques en page 14
- **L'indication «-----» apparaît à l'écran:** la balance a été surchargée/mesure impossible. Réitérer la mesure

Français

## Nettoyage

- Nettoyer la balance à l'aide d'un chiffon humide ou avec du produit pour vitres. Ne pas la plonger dans l'eau: cela risquerait de l'endommager!

## Données techniques

- **Poids minimum/ maximum:** 10 kg / 150 kg
- **Division:** par intervalles de 100 g
- **Taille:** de 0.80 à 2.20 m (par intervalles de 1-cm)
- **Tranches d'âge:** de 6 à 100 ans (par intervalles de 1 an)
- **Masse grasseuse:** de 3 à 50 % (par intervalles de 0.1-%)
- **Teneur en eau:** de 25 à 75 % (par intervalles de 0.1-%)
- **Masse musculaire:** de 25 à 75 % (par intervalles de 0.1-%)
- **Masse osseuse:** de 0.5 à 10 kg (par intervalles de 100 g)
- **Alimentation piles:** 2 x type CR 2032



## Bilancia diagnostica Body Balance

17

### Congratulazioni!

Acquistando questo apparecchio vi siete garantiti un prodotto di qualità, fabbricato con estrema cura. Con una manutenzione adeguata, l'apparecchio garantirà per anni delle ottime prestazioni.

Prima della messa in funzione iniziale vi preghiamo comunque di leggere attentamente le presenti istruzioni d'uso e soprattutto di osservare attentamente le avvertenze di sicurezza.

**Le persone che non conoscono a fondo le presenti istruzioni d'uso non sono autorizzate all'utilizzo dell'apparecchio.**

### Avvertenze di sicurezza



Prima della messa in funzione iniziale, leggere attentamente le presenti istruzioni d'uso che contengono importanti avvertenze di sicurezza e di messa in funzione.

- Leggere completamente le presenti istruzioni d'uso e consegnarle ad ogni eventuale altro utente
- Persone portatrici di impianti medicinali (p.es. pacemaker) non possono utilizzare questa bilancia poiché potrebbe verificarsi un malfunzionamento di questi dispositivi!
- Non immergere mai la bilancia nell'acqua o in altri liquidi
- Maneggiare con cura per evitare una rottura del vetro o danni all'apparecchio

- Utilizzare solo su pavimenti duri evitando pavimenti non livellati e tappeti
- Non salire sulla bilancia con i piedi appoggiati sugli angoli: pericolo di ribaltamento
- **Non salire con i piedi bagnati, non salire sulla superficie della bilancia umida: pericolo di scivolare!**
- Proteggere la bilancia da urti, umidità, polvere e forti sbalzi di temperatura. Non mettere nelle vicinanze di fonti di calore (radiatori, forni, ecc.)
- La bilancia è destinata esclusivamente all'uso domestico
- Non tentare di aprire la bilancia
- Le persone, inclusi i bambini, che per le loro capacità psichiche, sensoriali o psichiche, oppure per la loro inesperienza o mancanza di conoscenza non sono in grado di utilizzare l'apparecchio in modo sicuro, non sono autorizzate all'uso dell'apparecchio o possono farlo soltanto sotto sorveglianza o istruzione di una persona responsabile

Italiano

### Inserire le batterie / cambiare



- Le batterie vengono inserite in fabbrica. Rimuovere solo il nastro isolante in plastica dal vano batterie
- Inserire le batterie: sistemare la bilancia su un pavimento piano e morbido (con la superficie rivolta)
- Aprire il vano batterie. Rimuovere le vecchie batterie e inserire 2 nuove batterie (tipo CR 2032) rispettando la posizione corretta dei poli (lato piatto con il polo «+» verso l'alto)!
- Chiudere il vano batterie
- La bilancia è impostata sull'unità di misura «kg». Premendo ripetutamente il tasto «UNIT» (sul lato posteriore) si può convertire il peso da chilogrammi a «lb» (libbre)

**Nota:**

- In caso di un prolungato inutilizzo togliere le batterie



## 18 Messa in funzione



### 1. Controllo del peso corporeo

- Appoggiare la bilancia su un pavimento duro (non sul tappeto)
- Incollare le strisce antiscivolo in dotazione sulla bilancia in ventro
- Salire sulla bilancia. La bilancia si accende automaticamente (il display si illumina) e la bilancia inizia immediatamente la misurazione. Durante la misurazione rimanere fermi ripartendo uniformemente il peso sulle due gambe
- Dopo la misurazione viene visualizzato il risultato, ad es. 62.4 kg
- Dopo alcuni secondi la bilancia si spegne automaticamente (= funzione risparmio-batteria)
- Prima dello spegnimento automatico (ossia alcuni secondi) si può ripetere l'operazione scendendo e risalendo di nuovo sulla bilancia

#### Suggerimenti per un corretto controllo del peso:

- Collocare la bilancia su un fondo piano e solido; una pavimentazione stabile è fondamentale per una corretta misurazione
- Durante la misurazione rimanere fermi in piedi
- Per un confronto ottimale pesarsi regolarmente alla stessa ora del giorno. **Raccomandazione:** al mattino dopo essere andati di corpo, a digiuno e senza vestiti
- Se notate un cambiamento di peso a breve termine, questo, generalmente, è da attribuire agli effetti della perdita d'acqua. Badate quindi soltanto alle variazioni di peso a lungo termine

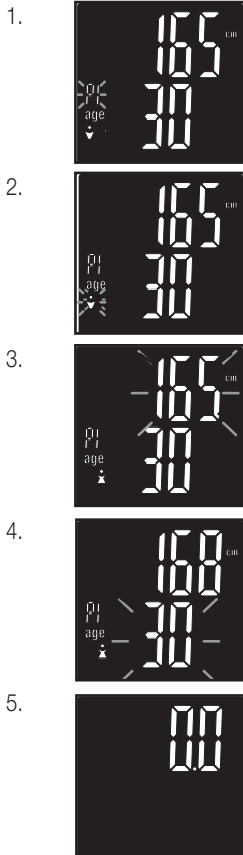


Sensori

## 2. Programmare la bilancia per una diagnosi

Affinché la bilancia possa effettuare l'analisi è necessario inserire i dati personali dell'utente: età, altezza e sesso. Si possono programmare i dati di 8 persone al massimo:

- Premere leggermente il sensore centrale «SET»; a sinistra sul display (1.) lampeggia «P1» che corrisponde al primo spazio di memoria (alla prima utilizzazione la memoria è vuota e «P1» lampeggia)
- Con i sensori «UP» / «DOWN» scegliere lo spazio di memoria desiderato (massimo 8) e confermare premendo leggermente sul sensore «SET» (sul display lampeggia «▼» o «▲» (2.))
- Con i sensori «UP» / «DOWN» selezionare il sesso. Esempio: donna. Premere quindi leggermente sui sensori «UP» (o «DOWN») fino a quando non appare il simbolo «♀» (o «♂»). In seguito premere il sensore «SET» per confermare la scelta (sul display si illumina in alto a destra «cm» e lampeggia ad es. «165» (3.))
- Con i sensori «UP» / «DOWN» inserire i dati relativi all'altezza in «cm», ad es. «168» e confermare premendo leggermente sul sensore «SET» (sul display appare sotto a sinistra «age» e lampeggia ad es. «30» per 30 anni (4.))
- Con i sensori «UP» / «DOWN» inserire i dati relativi all'età, ad es. 35 e premendo leggermente sul sensore «SET» confermare la scelta (sul display ritorna l'indicazione «0.0» (5.)). A questo punto la procedura di impostazione per il primo utente è terminata. Per ulteriori utilizzatori ripetere la procedura



### Nota:

- Se durante l'impostazione non viene toccato alcun tasto, dopo alcuni secondi la bilancia abbandona la modalità programmazione



## 20 Messa in funzione



### 3. Controllo del peso e analisi

Oltre al peso, con questa bilancia si possono misurare altri parametri e stabilire così: la quantità d'acqua presente nel corpo, la percentuale di massa muscolare, di massa ossea e di massa grassa. Prima di procedere a tali misurazioni bisogna programmare la bilancia (vedi paragrafo precedente). Leggere anche le note circa la diagnosi a pagina 22.

- Salire a piedi nudi sulla bilancia. Prestare attenzione che con i piedi venga toccato il sensore anteriore e quello posteriore
- Durante la misurazione rimanere fermi ripartendo uniformemente il peso sulle due gambe

- Dopo la misurazione viene visualizzato prima il peso, ad es. 54.0 kg

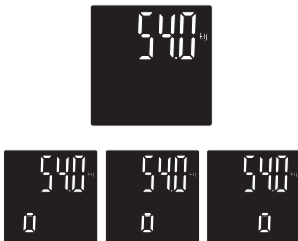
- Rimanere fermi. Sul display dopo alcuni secondi appare uno «B» che si sposta da sinistra a destra. Ciò segnala che la bilancia sta effettuando l'analisi

- Dopo alcuni secondi vengono visualizzati i risultati di misurazione uno dopo l'altro. Per una più facile visualizzazione, i simboli di analisi blu s'illuminano e sulla destra vengono visualizzati le seguenti abbreviazioni:

- **FAT**: percentuale di grasso in %,
- **TBW**: percentuale di acqua %,
- **MUS**: massa muscolare in %
- **BONE**: massa ossea in kg

- A questo punto si può scendere dalla bilancia. I valori di analisi vengono visualizzati tre volte consecutive

- Con l'aiuto delle tabelle riportate a pagina 23, si possono analizzare i dati





### Note:

- La bilancia identifica automaticamente l'utente, in base al peso
- Se due persone hanno quasi lo stesso peso, la bilancia non riesce ad identificare l'utente e sul display appare ad es. «P IP3». Ciò significa che in base al peso misurato, sono presi in considerazione gli utenti memorizzati «1» e «3». Premendo il sensore «UP» o «DOWN» si può scegliere tra i due utenti memorizzati (in questo esempio tra gli utenti «1» e «3»). Qualora si dovesse premere per errore il sensore «SET», scegliere con i sensori «UP» e «DOWN» l'utente corretto, ad es. «3» e poi ripetere la misurazione
- Se l'analisi non può essere effettuata, sul display viene visualizzato solo il peso e la bilancia si spegnerà; ripetere in seguito la misurazione e l'analisi
- Se le piante dei piedi sono secche, durante l'analisi si possono verificare dei problemi; inumidire perciò leggermente i piedi (attenzione: la piastra di vetro è scivolosa, non salire con i piedi bagnati)
- **Importante:** non deve esserci alcun contatto tra piedi, polpacci e cosce. In caso contrario la misurazione non può essere eseguita correttamente

### Suggerimenti per un corretto controllo del peso:

- Collocare la bilancia su un fondo piano e solido; una pavimentazione stabile è fondamentale per una corretta misurazione
- Durante la misurazione rimanere fermi in piedi
- Importante per la misurazione: la determinazione del grasso corporeo deve essere effettuata solo a piedi nudi; sarebbe opportuno inumidire leggermente la pianta dei piedi. Piante dei piedi secche o con notevoli duroni possono portare a risultati insoddisfacenti, perché la loro conduttività è troppo bassa
- Per un confronto ottimale pesarsi regolarmente alla stessa ora del giorno. **Raccomandazione:** al mattino dopo essere andati di corpo, a digiuno e senza vestiti
- Se notate un cambiamento di peso a breve termine, questo, generalmente, è da attribuire agli effetti della perdita d'acqua. Badate quindi soltanto alle variazioni di peso a lungo termine



## 22 Note generali

### **Note importanti per la diagnosi!**

- Pesarsi sempre a piedi nudi
- Persone portatori di pacemaker o elettrocardiografi o altri impianti medicinali non possono usare la bilancia diagnostica
- Il risultato delle misurazioni può essere notevolmente pregiudicato o addirittura falsificato da vari fattori come l'eccessiva assunzione di cibo o bevande alcoliche, un'intensa attività sportiva prima della misurazione così come l'assunzione di farmaci
- Leggete anche i suggerimenti per un corretto controllo del peso a pagina 18 e 21

### **Perché è importante conoscere la quota di massa grassa del corpo?**

- L'obesità è un fenomeno in continuo aumento e rappresenta, si sa, un reale pericolo per la salute in particolare in caso di malattie cardiovascolari, ipertensione, diabete, artrosi ed alcuni tipi di cancro. Ma anche altre malattie possono essere causate da obesità: p.es. la sindrome dell'apnea notturna e/o il colpo di sonno
- La misurazione della quota di massa grassa, della quantità d'acqua e della percentuale di massa muscolare vi danno le necessarie informazioni sulla vostra forma fisica

### **La quantità d'acqua presente nel corpo vi delucida sulla vostra salute**

- Un aumento della quantità d'acqua senza variazione del peso significa un aumento della massa muscolare e quindi un bene per la vostra salute!
- La diminuzione della quantità d'acqua significa invece una diminuzione della massa muscolare con conseguente aumento del grasso corporeo. In questo caso abbiamo un disequilibrio oppure addirittura un cambiamento patologico della quantità d'acqua presente nel corpo

### **Come misurare i valori diagnostici?**

- La bilancia diagnostica calcola le percentuali di grasso e di acqua in base all'analisi bioelettrica dell'impedenza (= BIA). Questa analisi consiste nella misurazione di porzioni di tessuto corporeo tramite brevi scariche elettriche completamente innocue
- I valori così ottenuti vengono messi in relazione ai vostri dati personali (statura, età, sesso). In questo modo vengono calcolati automaticamente il peso e la percentuale di grasso corporeo

### **Note:**

- L'esattezza della bilancia diagnostica dipende da vari fattori. Raccomandiamo di usarla regolarmente, sempre alla stessa ora e alle stesse condizioni
- Nella pagina accanto, troverete delle tabelle che riportano dei valori indicativi







## Tabelle valori indicativi

### Donna

Età	Grasso corporeo in %			
	molto buono	buono	medio	problematico
<39	<21	21.1-33	33.1-39	>39
40-59	<23	23.1-34	34.1-40	>40
>59	<24	24.1-36	36.1-42	>42
60+	<28	28-37	37-47	>47

### Uomo

Età	Grasso corporeo in %			
	molto buono	buono	medio	problematico
<39	<8	8.1-20	20.1-25	>25
40-59	<11	11.1-22	22.1-28	>28
>59	<13	13.1-25	25.1-30	>30
60+	<17	17-25	26-34	>34

### Donna

Età	Acqua in %		
	problematico	buono	molto buono
10-15	<57	57.1-67	>67
16-30	<47	47.1-57	>57
31-60	<42	42.1-52	>52
61-80	<37	37.1-47	>47

### Uomo

Età	Acqua in %		
	problematico	buono	molto buono
10-15	<58	59-71	>72
16-30	<53	54-66	>67
31-60	<47	48-60	>61
61-80	<42	43-55	>56

### Donna

Età	Massa muscolare in %
	sana
10-99	>34

### Uomo

Età	Massa muscolare in %
	sana
10-99	>40

### Donna

Peso	massa ossea in %		
	<45 kg	45-60 kg	>60 kg
Massa ossea	1.8 kg	2.2 kg	2.5 kg

### Uomo

Peso	massa ossea in %		
	<60 kg	60-75 kg	>75 kg
Massa ossea	2.5 kg	2.9 kg	3.2 kg

#### Nota:

I valori sopraindicati sono solo indicativi. Se avete domande riguardo alla vostra salute rivolgetevi al vostro medico di fiducia.



## 24 Guasti



Disturbi che potrebbero sorgere con l'uso della bilancia vanno rimediati in base alle seguenti indicazioni:

- **Non funziona:** le batterie sono inserite correttamente (attenzione alla polarità); le batterie sono ancora cariche?
- **Indicazioni errate:** se la bilancia indica i valori in «lb», premendo il tasto «UNIT» (sul lato posteriore) è possibile convertire su «kg»
- **Indicazioni errate o nessuna misurazione:** la bilancia è sistemata su un pavimento livellato e duro? (Non usarla sui tappeti)
- **Indicazioni errate:** salire sulla bilancia soltanto quando sul display appare la dicitura «0.0» e rimanere fermi
- **Valori diagnostici sbagliati:** vedere note a pagina 22
- **Sul display appare «-----»:** la bilancia è stata sovraccaricata/misurazione impossibile. Ripetere la misurazione

Italiano

## Pulizia

- Pulire la bilancia con un panno umido oppure con un prodotto per lavare i vetri. Non immergerla nell'acqua, poiché potrebbe danneggiarsi!

## Dati tecnici

- **Peso minimo / massimo:** 10 kg / 150 kg
- **Divisione:** in intervalli di 100 g
- **Statura:** da 0.80 a 2.20 m (in passi di 1-cm)
- **Fascia di età:** 6 a 100 anni (in intervalli di 1 anno)
- **Grasso corporeo:** 3 a 50 % (in intervalli di 0.1%)
- **Quantità d'acqua presente:** 25 a 75 % (in intervalli di 0.1%)
- **Massa muscolare:** 25 a 75 % (in intervalli di 0.1%)
- **Massa ossea:** da 0.5 a 10 kg (in passi di 100 g)
- **Funzionamento a batteria:** 2 x tipo CR 2032



## Entsorgung / Elimination / Smaltimento



- Ausgediente Geräte können bei einer Verkaufsstelle zur kostenlosen, fachgerechten Entsorgung abgegeben werden
  - Geräte mit gefährlichem Defekt sofort entsorgen und sicherstellen, dass sie nicht mehr verwendet werden können
  - Geräte nicht mit dem Hauskehricht entsorgen (Umweltschutz!)
- 
- Déposer gratuitement tout appareil hors d'usage auprès d'un point de vente pour permettre son élimination adéquate
  - Eliminer immédiatement tout appareil présentant un défaut dangereux et s'assurer qu'il ne puisse plus être utilisé
  - Ne pas le jeter dans les ordures ménagères
- 
- Consegnare gratuitamente gli apparecchi non più in uso presso un punto vendita per permettere uno smaltimento adeguato
  - Smaltire immediatamente gli apparecchi con un guasto pericoloso e assicurarsi che non possano più essere utilizzati
  - Non gettare gli apparecchi tra i rifiuti domestici (tutela dell'ambiente!)

Im Interesse der technischen Weiterentwicklung sind Konstruktions- oder Ausführungsänderungen am Gerät vorbehalten.  
Sous réserve de toute modification de conception et de fabrication dans l'intérêt du progrès technique.  
Con riserva di modifiche di costruzione ed esecuzione dell'apparecchio dovute al progresso tecnico.

**MIGROS**

MIGROS-GENOSSENSCHAFTS-BUND, CH-8031 Zürich



## Garantie / Garantie / Garanzia



**2 Jahre M-Garantie**  
**2 ans M-garantie**  
**2 anni M-garanzia**

Die MIGROS übernimmt während zwei Jahren seit Kaufabschluss die Garantie für Mängelfreiheit und Funktionsfähigkeit des von Ihnen erworbenen Gegenstandes.

Die MIGROS kann die Garantieleistung wahlweise durch kostenlose Reparatur, gleichwertigen Ersatz oder durch Rückerstattung des Kaufpreises erbringen. Weitere Ansprüche sind ausgeschlossen.

Nicht unter die Garantie fallen normale Abnutzung sowie die Folgen unsachgemässer Behandlung oder Beschädigung durch den Käufer oder Drittpersonen sowie Mängel, die auf äussere Umstände zurückzuführen sind. Die Garantieverpflichtung erlischt bei Reparaturen durch nicht MIGROS-autorisierte Servicestellen.

Garantieschein oder Kaufnachweis (Kasabon, Rechnung) bitte sorgfältig aufbewahren. Bei Fehlen desselben wird jeder Garantieanspruch hinfällig.

MIGROS garantit, pour la durée de deux ans à partir de la date d'achat, le fonctionnement correct de l'objet acquis et son absence de défauts.

MIGROS peut choisir la modalité d'exécution de la prestation de garantie entre la réparation gratuite, le remplacement par un produit équivalent ou le remboursement du prix payé. Toutes les autres prétentions sont exclues.

La garantie n'inclut pas l'usure normale, ni les conséquences d'un traitement non approprié, ni l'endommagement par l'acheteur ou un tiers, ni les défauts dus à des circonstances extérieures. La garantie n'est valable que si les réparations ont exclusivement été effectuées par le service après-vente MIGROS ou par les services autorisés par MIGROS.

Nous vous prions de bien vouloir conserver soigneusement le certificat de garantie ou le justificatif de l'achat (quittance, facture). Sans celui-ci aucune réclamation ne sera admise.

La MIGROS si assume per due anni, a partire dalla data d'acquisto, la garanzia per il funzionamento efficiente e l'assenza di difetti dell'oggetto in suo possesso.

La MIGROS può scegliere se eseguire la prestazione di garanzia attraverso la riparazione gratuita, la sostituzione del prodotto con uno di uguale valore o il rimborso del prezzo d'acquisto dello stesso. Ogni altra pretesa è esclusa.

Non sono compresi nella garanzia i guasti dovuti a normale usura, garanzia inadeguata o danni provocati dal proprietario o da terze persone, oppure derivanti da cause esterne. L'obbligo di garanzia è valido soltanto all'esplicita condizione, che si ricorra unicamente al servizio dopo vendita MIGROS o ai servizi autorizzati.

Per favore conservi il certificato di garanzia oppure il giustificativo d'acquisto (scontrino, fattura). Con la sua perdita si estingue ogni diritto di garanzia.

### MIGROS Service

Reparatur- oder pflegebedürftige Geräte werden in jeder Verkaufsstelle entgegengenommen.

Les articles nécessitant un service d'entretien ou une réparation sont repris à chaque point de vente.

Gli articoli che necessitano un servizio manutenzione o una riparazione possono essere depositati in ogni punto vendita.



**M-INFOLINE**  
**0848 84 0848**  
**www.migros.ch**

Haben Sie weitere Fragen? Die M-Infoline hilft Ihnen gerne weiter unter der Tel.-Nr. 0848 84 0848:

Montag bis Freitag 08.00 – 18.30 Uhr;  
Samstag 08.30 – 17.30

(8 Rp./Min. 08.00 – 17.00 Uhr, 4 Rp./Min von 17.00 – 18.30 Uhr und Samstag).

[www.migros.ch/kontakt](http://www.migros.ch/kontakt)

Vous avez des questions? M-Infoline est là pour vous aider: 0848 84 0848 du lundi au vendredi de 8h à 18h30, samedi de 8h30 à 17h30

(8 cts/min. de 8 h à 17 h, 4 cts/min. de 17 h à 18 h 30 et samedi).

[www.migros.ch/contact](http://www.migros.ch/contact)

Avete altre domande? L'M-Infoline rimane volentieri a vostra disposizione per ulteriori informazioni: 0848 84 0848 dal lunedì al venerdì dalle 08.00 alle 18.30 e il sabato dalle 08.30 alle 17.30

(8 cent./min. dalle 8.00 alle 17.00, 4 cent./min. dalle 17.00 alle 18.30 e sabato).

[www.migros.ch/contatto](http://www.migros.ch/contatto)

