

TANITA®

BF-679W Body Fat Monitor



en Quick Reference Guide

- Fast, easy set up of your body fat monitor/scale.
- Refer to the Instruction Manual for more detailed information.

fr Mode d'emploi simplifié

- Réglage facile et rapide de votre balance impédancemètre
- Reportez-vous au mode d'emploi détaillé pour de plus amples informations

es Guía de referencia rápida

- Configuración rápida y sencilla de su monitor de grasa corporal/báscula.
- Remítase al manual de instrucciones para una información más detallada.

pt Guia rápido de usuário

- Instalação rápida e fácil do monitor de gordura do organismo/balança.
- Para informações mais detalhadas, consulte o Manual de Instrução.

General Programming

The unit will prompt you through the set up.
The display will highlight the function and the unit will beep after each step has been completed.

Use the Up/Down buttons to scroll through data.

Use the Set button to store data.



Set and Store Data

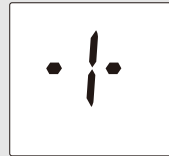
Turn on Power

Use the Set button to activate the unit.



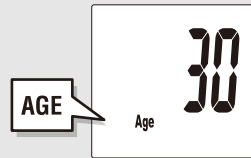
Select Personal Data Number

Press the Up/Down buttons to select a personal key.
Press the Set button.



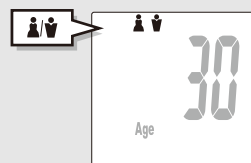
Set Age

Use the Up/Down buttons to select age.
Press the Set button.



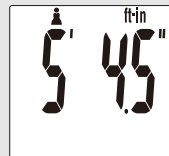
Select Female or Male

Use the Up/Down buttons to select your gender.
Press the Set button.



Specify Height

Use the Up/Down buttons to select height.
Press the Set button.



The unit will beep twice and the display will flash all data three times to confirm the programming. The power will then shut down automatically.

Warning

Do not use the body fat reading feature of this product if you have a pacemaker or other electronic implanted medical device.

Take a Reading

After programming your personal data you are ready to take a reading.

Select Personal Key and Step On

Using your toe, tap your pre-programmed personal key.

The unit will beep again and the display will show "0.0".

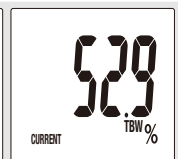
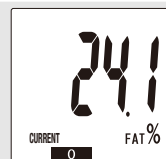
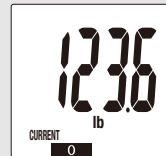
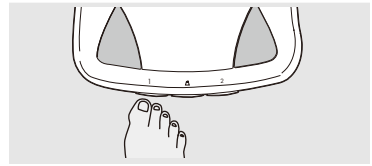
Now step onto the platform.

Get Your Readings

Your weight will be shown first. Continue to stand on the platform.

Your Body Fat Percentage (%FAT) and Body Fat Range will appear on the display screen.

Your total Body Water Percentage (%TBW) will appear on the display screen.



Note: Do not step off until Body Fat Percentage is shown.

To obtain previous readings, press Set button while the readings are being displayed.

Press Set button again to go back to the current result display.

Understanding Your Readings

Healthy Range Indicator

Following your body fat percentage reading, a black bar will flash along the bottom of the display, identifying where you fall within the Body Fat Ranges for your age and gender.



Underfat Healthy Overfat Obese

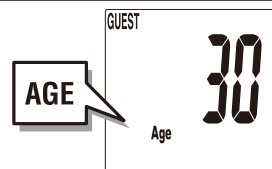
Note: Range of user age is between 7-99

Guest Mode

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

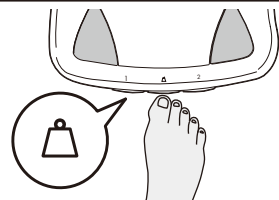
Press the Up button to activate the unit.

Then follow the steps: set age, select female or male and specify height.



Select Weight-Only Mode

Tap the Weight-Only key to select Weight-only mode.



Programmation générale

L'appareil vous guidera dans vos réglages. La fonction s'affichera en surbrillance et l'appareil émettra un bip à la fin de chaque étape.

Utilisez les curseurs (flèches) pour faire défiler les données.

Utilisez la touche Set (réglage) pour enregistrer les données.



Réglage et enregistrement des données

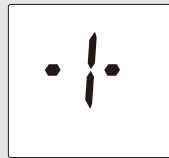
Mise sous tension

Appuyez sur la touche Set (réglage) pour activer l'appareil.



Sélection des touches mémoire

Les touches mémoire numérotées vous permettent d'enregistrer vos données personnelles.



Réglage de l'âge

A l'aide des curseurs (flèches), affichez votre âge.

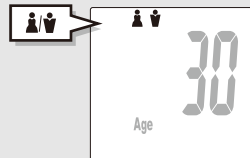
Appuyez sur Set pour valider.



Sélection du mode utilisateur

Utilisez les touches Haut/Bas pour sélectionner votre sexe.

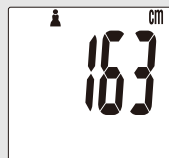
Appuyez sur la touche Set.



Saisie de la taille

A l'aide des curseurs (flèches), affichez votre taille.

Appuyez sur Set pour enregistrer.



L'appareil émettra deux bips et toutes les données défileront trois fois pour confirmer la programmation. Ensuite, l'appareil se mettra automatiquement en veille.

Avertissement

N'utilisez pas la fonction "mesure du taux de graisse corporelle" de cette balance si vous portez un stimulateur cardiaque ou tout autre implant électronique.

Lecture des valeurs

Une fois vos données personnelles programmées vous pouvez lire les valeurs.

Sélection d'une touche mémoire

Appuyez sur votre touche mémoire pré-programmée avec votre gros orteil.

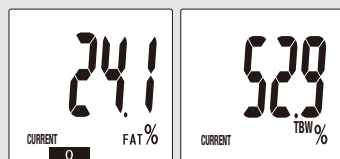
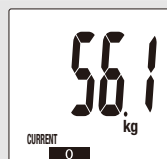
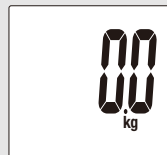
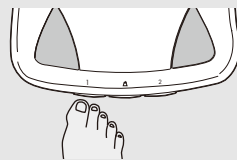
L'appareil émet un autre bip sonore et les chiffres « 0.0 » s'affichent à l'écran. A présent, vous pouvez monter sur la plate-forme.

Affichage des relevés

Votre poids s'affiche en premier lieu. Restez debout sur la balance.

La fenêtre d'affichage indiquera ensuite votre pourcentage de graisse (%FAT) et votre masse grasse.

Votre taux de masse hydrique (%TBW) apparaîtra sur l'écran



Remarque: Ne descendez pas de la balance avant que le taux de graisse s'affiche.

Pour lire les mesures précédentes, appuyez sur la touche Set pendant l'affichage des données.

Appuyez à nouveau sur la touche Set pour retourner aux mesures actuelles.

Echelle d'évaluation des résultats

Comparaison avec les normes

Après avoir mesuré votre taux de graisse corporelle, l'appareil affiche une barre noire au bas de l'écran, indiquant la fourchette à laquelle vous appartenez en fonction de votre âge et de votre sexe.



Maigreurs Valeurs saines Surpoids Obésité

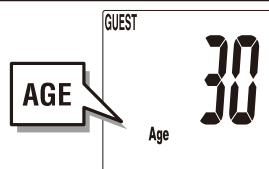
Remarque: La fourchette des âges des utilisateurs s'étend de 7 à 99 ans.

Mode Invité

Le mode invité vous permet de programmer l'appareil pour une utilisation ponctuelle sans avoir à enregistrer vos données en mémoire.

Appuyez sur la touche Haut pour activer l'appareil.

Suivez ensuite les étapes de programmation : réglage de l'âge, du mode utilisateur et de la taille.



Sélection de la touche Pesée seule

Appuyez sur la touche Pesée seule pour activer le mode.



Programación general

La unidad le guiará a través de la configuración. La pantalla resaltará la función y la unidad emitirá un pitido después de completar cada paso.

Utilizar los botones de Arriba/Abajo para desplazarse por los datos.

Utilice el botón de Configurar para almacenar datos.



Configuración y almacenamiento de datos

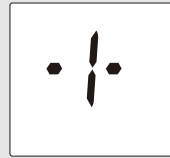
Encienda el aparato

Utilice el botón de Configurar para activar la unidad.



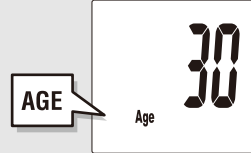
Seleccione la Tecla personal

Los números de Tecla personal almacenan sus datos personales



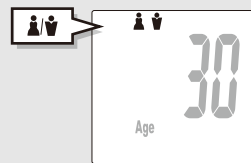
Configure la edad

Utilice los botones Arriba/Abajo para seleccionar la edad.
Pulse Configurar.



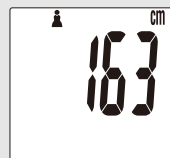
Seleccione Mujer u Hombre

Utilice los botones Arriba/Abajo para seleccionar el género.
Pulse Configurar.



Especifique la altura

Utilice los botones Arriba/Abajo para seleccionar la estatura.
Pulse Configurar.



La unidad emitirá dos pitidos y la pantalla parpadeará mostrando todos los datos tres veces para confirmar la programación. Entonces la unidad se apagará automáticamente.

Aviso

No haga uso de la prestación de lectura de grasa corporal disponible en este producto en el caso de que le haya sido implantado un marcapasos u otro dispositivo médico electrónico.

Cómo obtener una lectura

Una vez que se hayan programado los detalles personales, ya está listo para tomar una lectura.

Selección de Tecla personal

Utilizando un dedo del pie, pulse su Tecla personal preprogramada.

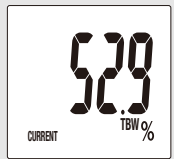
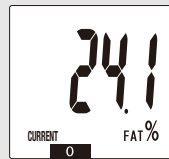
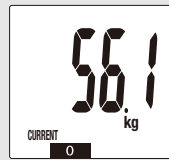
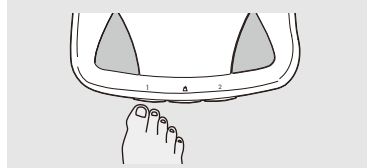
La unidad volverá a emitir un pitido y la pantalla mostrará "0.0". Súbase ahora a la báscula.

Cómo obtener las lecturas

Lo primero que se visualizará será su peso. Continúe manteniéndose firme en la báscula.

El porcentaje de grasa (%FAT) y gama de grasa en su cuerpo aparecerá en la pantalla de display.

El porcentaje del agua corporal total en su cuerpo (%TBW) aparecerá en la pantalla.



Nota: No baje de la bascula hasta que se muestre el % de la grasa corporal.

Para obtener lecturas anteriores, pulse el botón Configurar mientras se muestran las lecturas.

Vuelva a pulsar el botón Configurar para regresar al resultado actual.

Interpretación de las lecturas

Indicador de margen saludable

Una vez efectuada la lectura del porcentaje de grasa corporal, cuatro cuadrados negros parpadearán en la parte inferior de la pantalla, identificando su posición en el margen de grasa corporal para su edad y sexo.



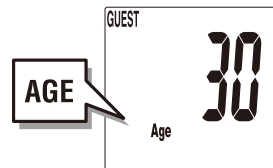
Por debajo Saludable Por encima Obeso
Nota: Los límites de edad de usuarios son 7 y 99.

Modo de Invitado

El modo de Invitado le permite programar la unidad para un uso individual sin volver a configurar una Tecla personal.

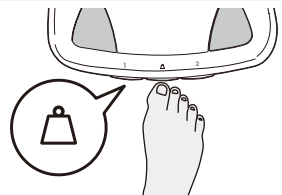
Pulse el botón de flecha hacia arriba para activar el aparato.

A continuación siga estos pasos: configure la edad, seleccione el modo usuario y especifique la estatura.



Seleccionar la Tecla de peso solamente

Pulse la tecla "Solamente Peso" para seleccionar el modo Solamente Peso.



Configuração geral

O aparelho conduzirá você pelos passos de configuração.

O mostrador irá realçar a função e o aparelho emitirá um beep após a conclusão de cada passo.

Use os botões de setas para cima e para baixo para rolar os dados.

Pressione o botão Set para armazenar os dados.



Configurar e armazenar dados

Ligue a energia

Pressione o botão Set para ativar o aparelho.



Selecione o número de dados pessoais

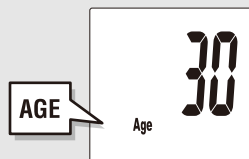
O número de chave pessoal armazena seus dados pessoais.



Selecione a sua idade

Use os botões de setas para cima ou para baixo para selecionar a idade.

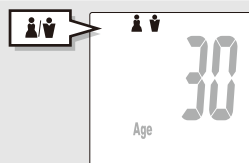
Pressione o botão Set.



Selecione Homem ou Mulher

Use os botões de setas para cima e para baixo para selecionar o sexo.

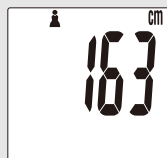
Pressione o botão Set.



Especifique a sua altura

Use os botões de setas para cima e para baixo para especificar a altura e

pressione o botão Set.



O aparelho emitirá beep duas vezes e o mostrador iluminará todos os dados três vezes para confirmar a programação. Após então, o aparelho desligar-se-á automaticamente.

Advertência

Não use a função de monitor de gordura do organismo deste produto se você usa marcapasso ou um outro dispositivo médico eletrônico implantado.

Obtendo a leitura

Após o término da configuração dos seus dados pessoais, você estará pronto para obter a leitura.

Selecione a chave pessoal e suba no aparelho

Usando um dedo do seu pé, toque a sua chave pessoal pré-programada.

**O aparelho emitirá mais um beep e o mostrador mostrará "0.0".
Após então, suba no aparelho.**

Obtenha a sua leitura

O seu peso será mostrado primeiro.

Continue na plataforma.

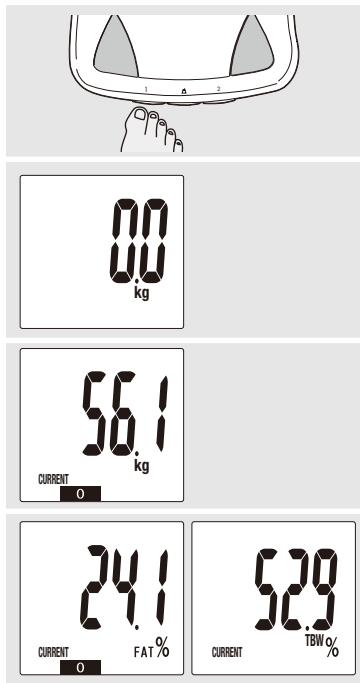
A porcentagem de gordura do seu organismo (%FAT) e a Faixa de gordura do organismo aparecerá no mostrador.

A porcentagem total da água do seu organismo (%TBW) aparecerá no mostrador.

Nota: Não desça antes que a porcentagem da gordura do organismo seja mostrado.

Para recuperar leituras anteriores, prima o botão Set durante a visualização de leituras.

Prima novamente o botão Set para regressar à visualização dos resultados actuais.



Entendendo a sua leitura

Indicador da Faixa de Saúde

Seguindo a leitura da porcentagem da gordura do seu organismo, uma barra preta iluminar-se-á ao longo da parte inferior do mostrador, identificando a posição em que você se localiza na faixa de gordura do organismo conforme a sua idade e sexo.



Abaixo Saudável Acima Obeso

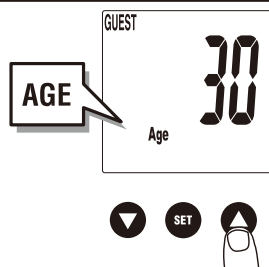
Nota: a faixa de idade do usuário é de 7 a 99

Modo Convidado

O modo Convidado permite você configurar o aparelho para uso de uma única vez, sem reinicializar o número de dados pessoais.

Pressione o botão de seta para cima para ativar o aparelho.

Em seguida siga os passos: Configuração de Idade, Seleção Homem ou Mulher, e Especificar Altura.



Selecione o Modo Somente Peso

Dê um toque na chave Somente Pesagem para selecionar o modo Somente.



MEMO

MEMO

Manufacturer

TANITA Corporation

1-14-2 Maeno-cho, Itabashi-ku,
Tokyo 174-8630 Japan
TEL: +81-(0)3-3968-7048
www.tanita.co.jp

TANITA Health Equipment H.K. Ltd.

Unit 301-303, Wing On Plaza, 3/F., 62 Mody
Road,
Tsimshatsui East, Kowloon, Hong Kong
TEL: +852-2834-3917
FAX: +852-2838-8667
www.tanita.asia

EU Representative

TANITA Europe B.V.

Hoogoorddreef 56-E, 1101 BE
Amsterdam, the Netherlands
TEL: +31-(0)20-560-2970
FAX: +31-(0)20-560-2988
www.tanita.eu

TANITA (Shanghai) Trading Co., Ltd.

Room 8005, 877 Huai Hai Zhong Lu,
Shanghai,
The People's Republic of China
TEL: +86-21-6474-6803
FAX: +86-21-6474-7901
www.tanita.com.cn

TANITA Corporation of America, Inc.

2625 South Clearbrook Drive,
Arlington Heights, Illinois 60005
U.S.A.
TEL: +1-847-640-9241
FAX: +1-847-640-9261
www.tanita.com