

# USER MANUAL

*Balänz*

*BY*

**▲ Rulinz**

SCAN DE QR-CODE OM APP TE DOWNLOADEN



BEDANKT VOOR HET KIEZEN VAN DE BALËNZ BY RULINZ. MET DEZE WEEGSCHAAL VOOR VOLLEDIGE LICHAAMSSAMENSTELLING KUNT U GEMAKKELIJK LICHAAMSGEWICHT, HARTSLAG, HARTINDEX, BMI, LICHAAMSVETPERCENTAGE, VISCERAAL VET, LICHAAMSWATER, SKELETSPIERTEMPO, SPIERMASSA, BOTMASSA, EIWIT, BMR EN LICHAAMSLEEF TIJD METEN.

**BELANGRIJK:** VOOR HET KIEZEN VAN DE BALËNZ BY RULINZ. MET DEZE WEEGSCHAAL VOOR VOLLEDIGE LICHAAMSSAMENSTELLING KUNT U GEMAKKELIJK LICHAAMSGEWICHT, HARTSLAG, HARTINDEX, BMI, LICHAAMSVETPERCENTAGE, VISCERAAL VET, LICHAAMSWATER, SKELETSPIERTEMPO, SPIERMASSA, BOTMASSA, EIWIT, BMR EN LICHAAMSLEEF TIJD METEN.

#### OPGENOMEN PARAMETERS

●GEWICHT ●BMI ●LICHAAMSVETPERCENTAGE ●VISCERAL VET ●VETVRIJ LICHAAMSGEWICHT  
 ● ONDERHUIDS VET ● LICHAAMSWATER ● SKELET SPIERSNELHEID ● SPIERMASSA ● BOTMASSA  
 ●EIWITTEN ●BMR ● LICHAAMSLEEF TIJD ● HARTSLAG ● HARTINDEX ● HOOGTERECORD (< 16 JAAR)

#### INDICATION SYMBOLS

LO - BATTERIJ BIJNA LEEG -VERVANG DE BATTERIJEN

ERR - OVERBELASTEN

C - ER IS EEN FOUT OPGETREDEN TIJDENS DE METING. STAP VAN DE WEEGSCHAAL AF EN STAP ER WEER OP OM HET MEETPROCES TE HERHALEN.

#### QUE HAY EN EL PAQUETE

1 X BALËNZ

1 X GEBRUIKERSHANDLEIDING

## **! WAARSCHUWING !**

**NIET GEBRUIKEN MET MEDISCHE IMPLANTATEN ZOALS PACEMAKERS.**

**GA NIET OP DE RAND VAN DE WEEGSCHAAL STAAN EN SPRING ER NIET OP.**

**OVERBELAST DE WEEGSCHAAL NIET (MAX. 180KG / 400LB / 28ST).**

**LAAT DE SCHAAL NIET VALLEN OF HANG ER GEEN OBJECTEN OP, AANGEZIEN DIT DE SENSOREN KAN BESCHADIGEN.**

**DOMPEL DE WEEGSCHAAL NIET ONDER IN WATER EN GEBRUIK GEEN CHEMISCHE REINIGINGSMIDDELEN. MAAK DE WEEGSCHAAL SCHOON MET EEN LICHT VOCHTIGE DOEK.**

**NIET AANBEVOLEN VOOR ZWANGERE VROUWEN.**

**NIET AANBEVOLEN VOOR BABY'S, PEUTERS EN KINDEREN ONDER DE 10 JAAR.**

**ELKE METING DIE MET DIT APPARAAT IS VERKREGEN, IS ALLEEN TER REFERENTIE EN MAG NIET WORDEN BESCHOUWD ALS EEN MEDISCH ADVIES. RAADPLEEG UW HUISARTS OF HUISARTS VOORDAT U WIJZIGINGEN AANBRENGT IN UW DIEET, TRAININGSSCHEMA OF LICHAAMELIJKE ACTIVITEITEN. PLAATS DE WEEGSCHAAL ALTIJD OP EEN HARDE, DROGE EN VLAKKE ONDERGROND VOORDAT U GAAT METEN.**

**ZORG ERVOOR DAT UW VOETEN DROOG ZIJN VOORDAT U OP DE WEEGSCHAAL STAPT. SLUIT DE BATTERIJEN AAN VOLGENS DE AANGEGEVEN POLARITEITEN.**

**VERWIJDER DE BATTERIJEN ALS DE WEEGSCHAAL VOOR LANGERE TIJD NIET WORDT GEBRUIKT.**

**DE GEBRUIKER JONGER DAN 6 JAAR, ALLEEN GEWICHTSFUNCTIE, GEEN BMI EN LICHAAMSVET, ETC.**

**DE GEBRUIKER JONGER DAN 10 JAAR, ALLEEN GEWICHT & BMI-FUNCTIE, GEEN LICHAAMSVET, ETC.**

## **SPECIFICATIE:**

### **LCD SCHERM**

**GEWICHTSEENHEID: KG / LB / ST (WISSEL DE EENHEDEN AAN DE ONDERKANT VAN DE WEEGSCHAAL)**

**GEWICHTSLIMIET: 6KG - 180KG (13,2LB - 396LB)**

**REKENINGNUMMER: GEEN BEPERKING (ELK REKENING KAN 24 PERSONEN TOEVOEGEN) BABYMODUS: HIERMEE KUNT U HET GEWICHT VAN DE BABY AANPASSEN**

## **ONDERSTEUNENDE APPARATEN:**

**IOS 8.0 OF HOGER**

**ANDROID 5.0 OF HOGER**

## INSTALLEER FITDAYS:

ZOEK "FITDAYS" IN APPLE STORE OF GOOGLE PLAY OF SCAN DE ONDERSTAANDE QR-CODE :



DOWNLOAD EN INSTALLEERDE APP OP UW APPARAAT.

HET APP-PICTOGRAM VERSCHIJNT OP UW TELEFOON OF TABLET NADAT DE INSTALLATIE IS VOLTOOID

## HOE DE APP TE GEBRUIKEN

INSTALLEER DE BATTERIJEN UIT DE VERPAKKING OF TREK DE ISOLATOR ERUIT ALS ER AL BATTERIJEN IN ZITTEN.

PLAATS DE WEEGSCHAAL OP DE HARDE EN VLAKKE ONDERGROND

Flat and hard surface

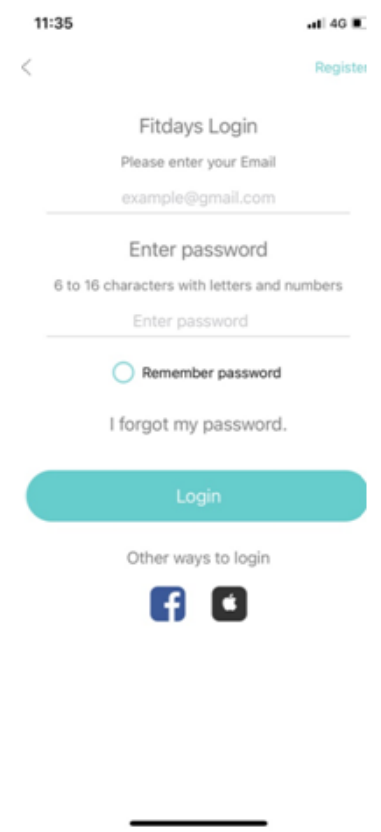
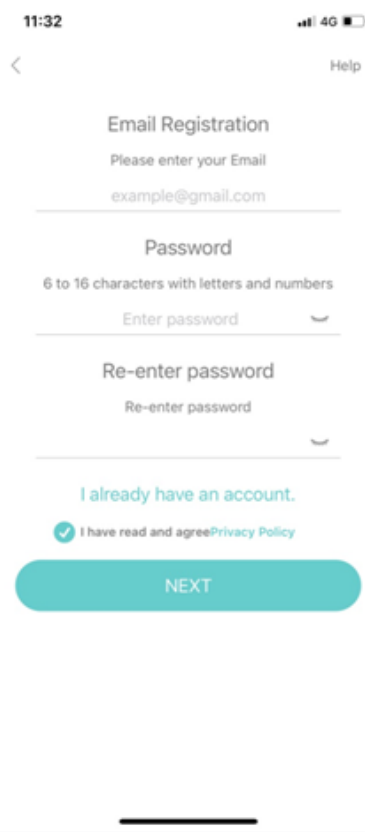


Carpet or uneven surface



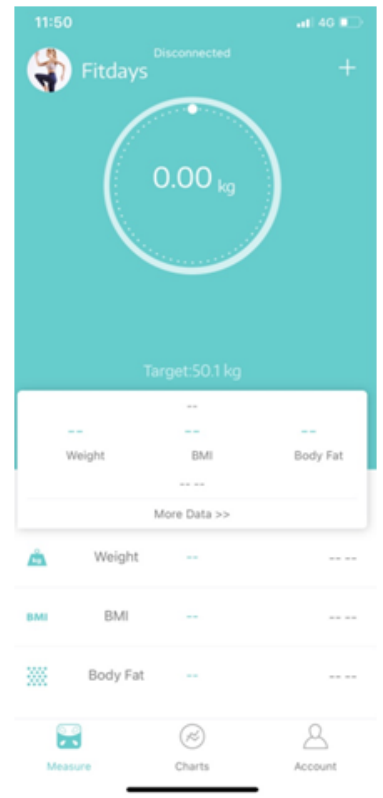
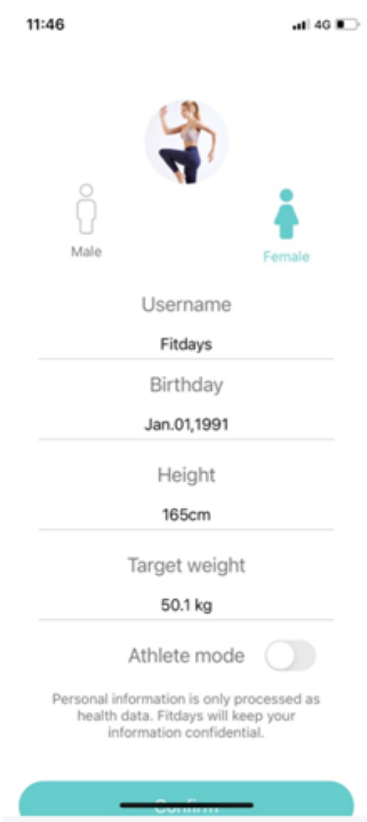
SCHAKEL BLUETOOTH IN OP UW SMARTPHONE OF TABLET.

REGISTREER UW EIGEN ID PER E-MAIL OF LOG IN MET EEN SOCIAL MEDIA-ACCOUNT.



**VOEG PERSOONLIJKE GEGEVENS TOE EN BEVESTIG OK**

**OPMERKING: ALS U HET VERKEERDE GESLACHT, DE LEEFTIJD, DE LENGTE OF HET LICHAAMELIJKE NIVEAU INVOERT, KUNNEN DE METINGEN ONNAUWKEURIG ZIJN.**



**TIK MET JE VOET OP DE WEEGSCHAAL OM HET DISPLAY TE ACTIVEREN. WAGT TOT HET DISPLAY "0.0" (KG / LB / ST) TOONT STAP OP DE WEEGSCHAAL MET BLOTE VOETEN OM DE WEEGSCHAAL AAN TE ZETTEN DE WEEGSCHAAL MAAKT AUTOMATISCH VERBINDING MET DE MOBIELE TELEFOON. ALLEEN WANNEER HET IS VERBONDEN, ZAL DE STARTPAGINA "VERBONDEN" TONEN. ANDERS KLIKT U OP "ACCOUNT" - "APPARAAT" - "+" - "BLUETOOTH ZOEKEN OM TE KOPPELEN", KLIK OP HET APPARAAT OM VERBINDING TE MAKEN EN GA TERUG NAAR DE STARTPAGINA METEN.**

Clean and Bare feet

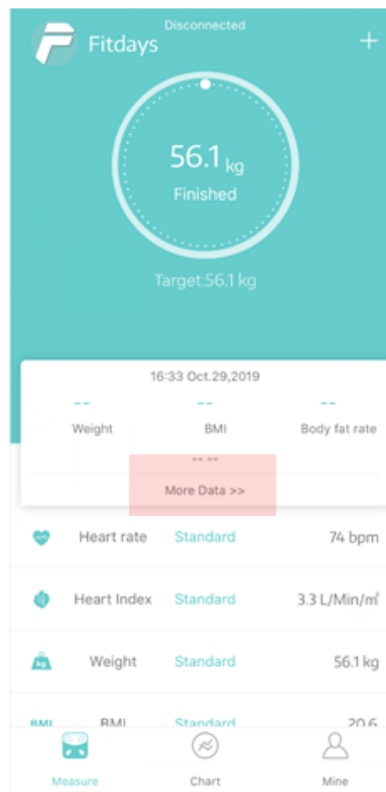
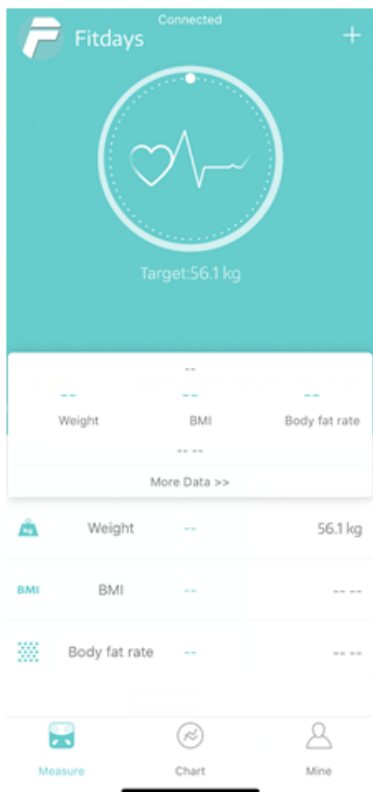


With socks or shoes



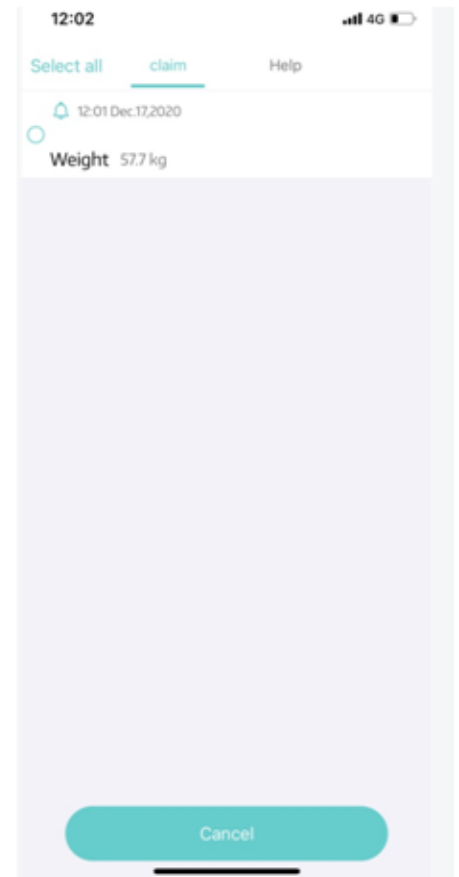
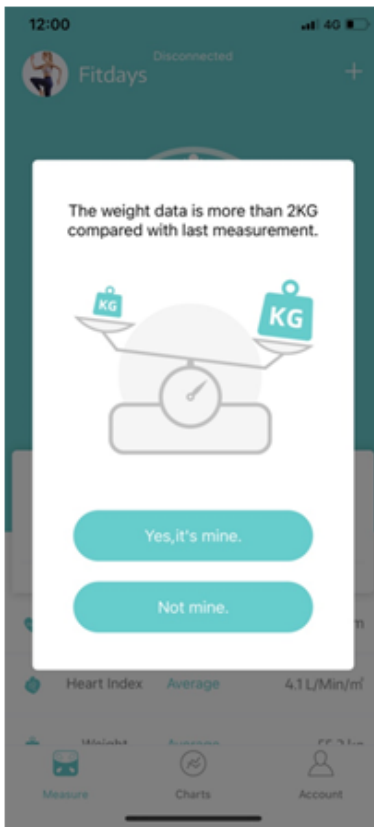
**NOTITIE:** ALS U MET SOKKEN OP DE WEEGSCHAAL STAPT, WORDEN ALLEEN HET GEWICHT EN DE BMI GEMETEN EN WEERGEGEVEN OP DE HOOFDPAGINA. OM VOLLEDIGE GEGEVENS TE KRIJGEN, GAAT U MET BLOTE VOETEN OP DE WEEGSCHAAL.

HET HARTPICTOGRAM ZOALS HIERONDER KNIPPERT WANNEER DE WEEGSCHAAL WEEGT EN ANALYSEERT. BLIJF OP DE WEEGSCHAAL STAAN TOTDAT DE METING IS VOLTOOID, JE TELEFOON HEEFT ALLE GEGEVENS VAN DE WEEGSCHAAL ONTVANGEN.

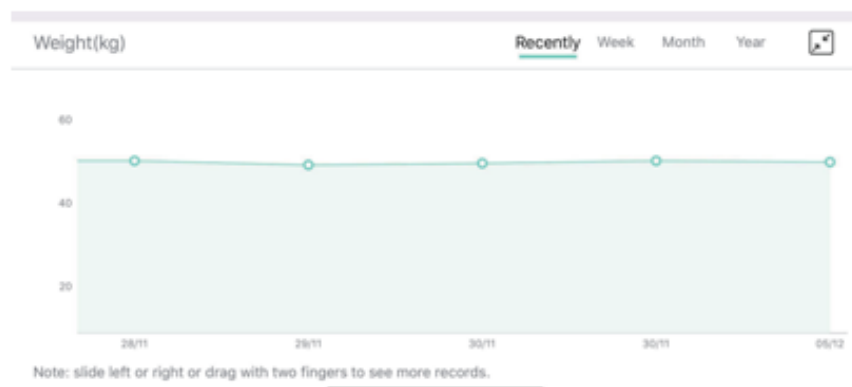
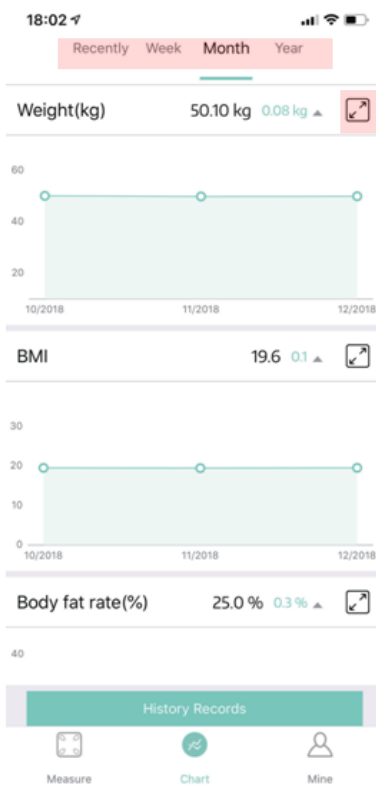


Metric	Value
Weight	56.1 kg
BMI	20.6
Body fat rate	28.7 %
Fat-free Body Weight	40.0 kg
Subcutaneous fat	20.5 %
Heart rate	74 bpm
Heart Index	3.3 L/Min/m <sup>2</sup>
Visceral fat	3.0
Body water	48.4 %
Skeletal muscle rate	32.1 %
Muscle mass	36.0 kg
Bone mass	4.0 kg

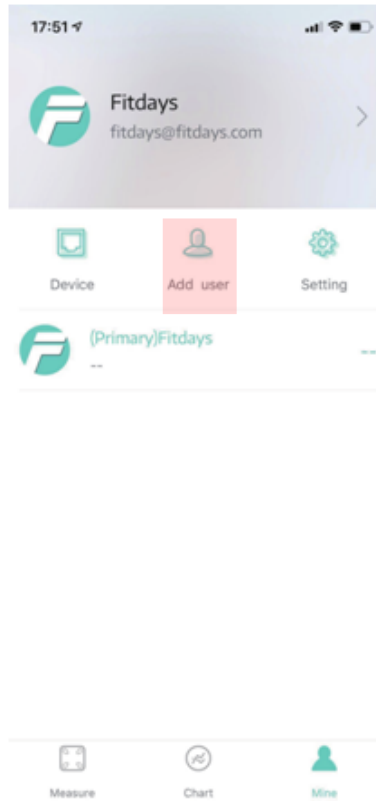
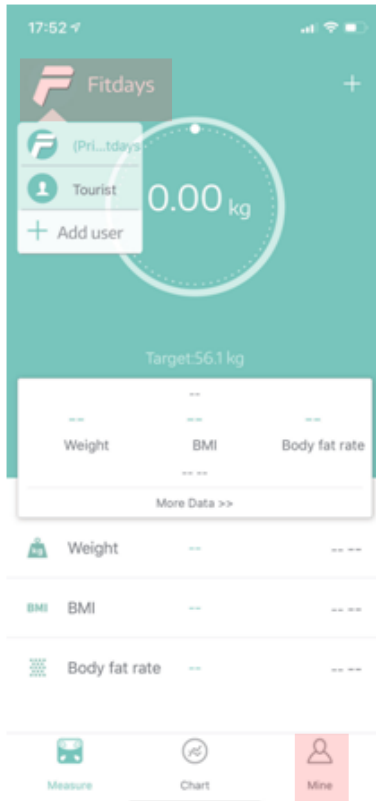
**OPMERKING:** ALS HET GEWICHT MEER IS DAN 2 KG IN VERGELIJKING MET DE LAATSTE METING, VERSCHIJNT ER EEN FOTO VOOR UW KEUZE. ALS U OP "NIET DE MIJNE" KLIKT, VERSCHIJNT ER EEN E-MAIL AAN DE LINKERKANT, KLIK OM TE CLAIMEN.



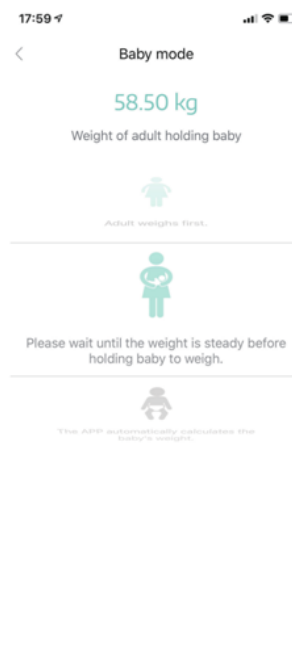
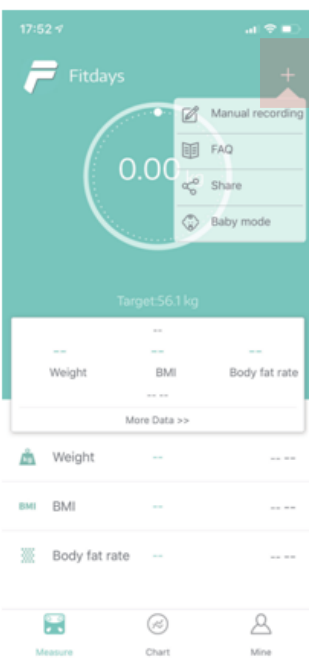
**U VINDT HET ANALYSERAPPORT OVER LICHAAMSGEWICHT, BMI, BMR, SPIER, BOTMASSA ENZ. (ZIE VOLLEDIGE DETAILS OP MEER GEGEVENS >>). ALS U OP OPNEMEN KLIKT, ZIET U UW LANGETERMIJN-TRACKCHARTFORMULIER. FITDAYS ONDERSTEUNT U MET ZOOM + HET RECORD VOOR ALLE FUNCTIES VIA HET RECHTERPICTOGRAM; FITDAYS ONDERSTEUNT OOK RECORD VOOR RECENT, WEEK, MAAND EN JAAR;**



**TOEVOEGEN, VAN GEBRUIKER WISSELEN DOOR LINKSBOVEN OP DE FOTO TE KLIKKEN, OF KLIK OP "ACCOUNT"**  
**-> GEBRUIKERS BEHEREN EN VOEG PERSOONLIJKE GEGEVENS TOE. DE SLIMME WEEGSCHAAL BALENZ KAN**  
**HERKENNEN WELKE GEBRUIKER EROP STAPT EN DE GEBRUIKER ERAAN HERINNEREN OM DE JUISTE GEBRUIKER TE**  
**WISSELEN. ELK ACCOUNT KAN 24 GEBRUIKERS ONDERSTEUNEN.**



**BABY WEGEN: KLIK OP + -> BABYMODUS. STAP ZELF OP DE WEEGSCHAAL, NADAT DE WEEGSCHAAL UW GEWICHT**  
**HEEFT GEKREGEN, EN HOUD DE BABY VAST OM HET GEWICHT VAN DE BABY TE KRIJGEN.**





## **TROUBLESHOOTING GUIDE**

### **BLUETOOTH NIET VERBONDEN**

DE WEEGSCHAAL EN DE SMARTPHONE MOETEN BEIDE BLUETOOTH HEBBEN. CONTROLEER DE IOS-VERSIE VAN UW SMARTPHONE; HET MOET IOS 8.0 OF HOGER / ANDORID 5.0 OF HOGER.

KLIK OP ACCOUNT -> APPARAAT ZOEK DE WEEGSCHAAL

### **GEEN LICHAAMSVETGEGEVENS GEMETEN TIJDENS HET WEGEN**

DE GEBRUIKER MOET BLOOTSVOETS ZIJN OM HET LICHAAMSVET TE METEN. ZORG ERVOOR DAT UW VOETEN EN DE WEEGSCHAAL ALLEBEI DROOG ZIJN. WEEGSCHAAL IS NIET KLAAR MET WEGEN ALS DE NUMMERWEERGAVE KNIPPERT (BLIJF ONGEVEER 10 SECONDEN OP DE WEEGSCHAAL STAAN TOTDAT HET NUMMER OP HET SCHERM STOPT MET KNIPPEREN). BLUETOOTH IS NIET INGESCHAKELD. BLUETOOTH IS GEKOPPELD MET EEN VERSCHILSCHAAL.

### **DE WEEGSCHAAL PRODUCEERT INCONSISTENTE GEWICHTEN.**

CONTROLEER OF DE WEEGSCHAAL OP EEN HARDE, VLAKE ONDERGROND STAAT. CONTROLEER ELKE SENSORVOET AAN DE ACHTERKANT OM ER ZEKER VAN TE ZIJN DAT ER NIETS AAN DE ONDERKANT VASTZIT. VERWIJDER DE BATTERIJEN OM DE WEEGSCHAAL OPNIEUW TE STARTEN.

### **DE APP GEEFT DE ONJUISTE VERHOUDING TUSSEN PLATTE SPIEREN WEER**

DE INSTELLING VAN DE LICHAAMSPARAMETER IS ONJUIST. CONTROLEER OF U HET JUISTE GESLACHT, LENGTE EN LEEFTIJD INVOERT.

### **HOE KAN IK DE WEEGSCHAAL OPNIEUW KALIBREREN NADAT IK DEZE HEB VERPLAATST OF DE BATTERIJEN HEBBEN VERVANGEN?**

Stap op de weegschaal om hem aan te zetten. Automatisch verlagen tot 0,0 kg / lb om te kalibreren.

### **DE WEEGSCHAAL GAAT NIET AAN.**

VERWIJDER DE BATTERIJEN EN PLAATS DEZE TERUG. ZORG ERVOOR DAT U DE BATTERIJEN IN DE JUISTE RICHTING PLAATST

### **HOE VAN EENHEID VERANDEREN?**

U MOET DE SCHAALEENHEID WIJZIGEN MET DE KNOP OP DE ACHTERKANT. APP TOONT DAN DEZELFDE EENHEID MET DE SCHAAL.

## BATTERIJADVIES



\* ALS DE WEEGSCHAAL GEDURENDE LANGERE TIJD NIET WORDT GEBRUIKT, WORDT AANBEVOLEN DE BATTERIJ TE VERWIJDEREN OM SCHADE AAN DE WEEGSCHAAL DOOR MOGELIJKE BATTERIJLEKKAGE TE VOORKOMEN.

\* HOUD DE BATTERIJ BUITEN BEREIK VAN KINDEREN.



\* MENG GEEN OUDE EN NIEUWE BATTERIJEN, MET VERSCHILLENDE SAMENSTELLINGEN OF VAN VERSCHILLENDE MERKEN, OM MOGELIJKE LEKKAGE EN EXPLOSIE TE VOORKOMEN.

\* VERHIT OF VERVORM DE BATTERIJEN NIET EN VERKEN ZE NIET IN VUUR.



\* AFGEDANKTE BATTERIJEN HOREN NIET BIJ HET HUISVUIL

\* NEEM CONTACT OP MET UW LOKALE OVERHEID VOOR ADVIES OVER HET RECYCLEN VAN BATTERIJEN.

\* AFGEDANKTE ELEKTRISCHE PRODUCTEN MOGEN NIET BIJ HET HUISHOUDELIJK AFVAL WORDEN GEGOOID. RECYCLE INDIEN MOGELIJK. NEEM CONTACT OP MET UW PLAATSELIJKE AUTORITEIT OF WINKEL VOOR RECYCLINGADVIES

## VERWIJDERING



HET VERPAKKINGSMATERIAAL IS RECYCLEBAAR. GOOI HET OP EEN MILIEUVRIENDELIJKE MANIER WEG VRIENDELIJKE MANIER EN BRENG HET NAAR EEN RECYCLINGCENTRUM.



VOER HET APPARAAT OP EEN MILIEUVRIENDELIJKE MANIER AF. GOOI HET WEG BIJ EEN RECYCLINGCENTRUM VOOR GEBRUIKTE ELEKTRISCHE EN ELEKTRONISCHE APPARATEN. VOOR MEER INFORMATIE KUNT U TERECHT BIJ UW LOKALE AUTORITEITEN.



DE BATTERIJEN MOETEN WORDEN VERWIJDERD VOORDAT HET APPARAAT WORDT WEGGEGOOID EN AFGEVOERD LOS VAN HET APPARAAT. OM HET MILIEU TE BESCHERMEN, NIET OPLAADBAAR EN OPLAADBARE BATTERIJEN MOGEN NIET BIJ HET NORMALE HUISVUIL WORDEN GEGOOID, MAAR MOET NAAR GESCHIKTE INZAMELPUNTEN WORDEN GEBRACHT. LET OOK OP DE RELEVANTE WETTELIJKE VOORSCHRIFTEN VOOR HET AFVOEREN VAN BATTERIJEN.