



## Beurer BF 700

### Inbetriebnahme der Waage

#### Batterien einlegen

Entnehme die Batterien aus dem Verpackungsschutz und setze die Batterien gemäß Polung in die Waage ein. Zeigt die Waage keine Funktion, so entferne die Batterien komplett und setze sie erneut ein.

#### Waage aufstellen

Stelle die Waage auf einen ebenen, festen Boden; ein fester Bodenbelag ist Voraussetzung für eine korrekte Messung.

---

Um deinen Körperfettanteil und weitere Körperwerte ermitteln zu können, musst du die persönlichen Benutzerdaten auf der Waage einspeichern. Die Waage verfügt über 8 Benutzerspeicherplätze, in die du und beispielsweise die Mitglieder deiner Familie eure persönlichen Einstellungen abspeichern könnt. Zusätzlich können Benutzer über weitere mobile Endgeräte mit installierter „beurer HealthManager Pro“ / „beurer HealthManager“ App oder durch Benutzerprofilwechsel in der App (siehe Einstellungen App) in Betrieb genommen werden. Damit während der Inbetriebnahme eine Bluetooth®-Verbindung aktiv gehalten werden kann, bleibe mit dem Smartphone in der Nähe der Waage:

1. Bluetooth in den Einstellungen des Smartphones aktivieren.
2. Lade die kostenlose „beurer HealthManager Pro“ / „beurer HealthManager“ App im Apple App Store (iOS) oder bei Google Play (Android™) herunter.
3. App starten und den Anweisungen folgen.

#### 4. BF 700 in App auswählen

Im Einstellungsmenü der App die Waage auswählen. Im Waagendisplay wird ein zufallsgenerierter sechsstelliger PIN-Code angezeigt. Zeitgleich erscheint auf dem Smartphone ein Eingabefeld, in das du diesen sechsstelligen PIN-Code eingeben.

#### 5. BF 700 Daten eingeben

Folgende Einstellungen müssen in der App „beurer HealthManager Pro“ / „beurer HealthManager“ eingestellt sein bzw. eingegeben werden:

Benutzerdaten	Einstellwerte
Initialen/Namenskürzel	maximal 3 Buchstaben oder Zahlen
Körpergröße	100 bis 220 cm (3' 3,5" bis 7' 2,5")
Alter	10 bis 100 Jahre
Geschlecht	männlich (♂), weiblich (♀)
Aktivitätsgrad	1 bis 5

## 6. - Aktivitätsgrade

Bei der Auswahl des Aktivitätsgrades ist die mittel- und langfristige Betrachtung entscheidend.

Aktivitätsgrad	Körperliche Aktivität
1	Keine.
2	Geringe: Wenige und leichte körperliche Anstrengungen (z.B. Spaziergehen, leichte Gartenarbeit, gymnastische Übungen).
3	Mittlere: Körperliche Anstrengungen, mindestens 2 bis 4 mal pro Woche, jeweils 30 Minuten.
4	Hohe: Körperliche Anstrengungen, mindestens 4 bis 6 mal pro Woche, jeweils 30 Minuten.
5	Sehr hohe: Intensive körperliche Anstrengungen, intensives Training oder harte körperliche Arbeit, täglich, jeweils mindestens 1 Stunde.

## 7. Nach Aufforderung der App die Benutzerzuordnung durchführen

Für die automatische Personenerkennung muss die erste Messung mit deinen persönlichen Benutzerdaten zugewiesen werden. Folge dazu den Anweisungen der App. Steige hierzu barfuß auf die Waage und achte darauf, dass du ruhig und mit gleichmäßiger Gewichtsverteilung mit beiden Beinen auf den Elektroden stehst.