



BC310

THE NEW STANDARD IN
BODY COMPOSITION ANALYSIS



ACCUNIQ **BC310**

INSTALLATIE

Je nieuwe ACCUNIQ weegschaal is gearriveerd, proficiat! Nu is het tijd om deze te installeren. Volg hiervoor de onderstaande stappen.

Een ACCUNIQ BC310 installeren is eenvoudig en snel, binnen 10 minuten is de weegschaal klaar voor gebruik.

Stap 1

Pak de ACCUNIQ weegschaal uit en zet deze op de juiste manier in elkaar.

Let op: zet de weegschaal waterpas.

Stap 2

Sluit de ACCUNIQ weegschaal aan op het lichtnet.

Stap 3

Zet de weegschaal aan en wacht tot deze klaar is voor gebruik. De meting kan nu gestart worden door de testpersoon op de weegschaal te laten stappen.



ACCUNIQ BC310

De Accuniq BC310 is het perfecte instapmodel voor de startende ondernemer. Met zijn metingen op basis van 3 frequenties ben je ten alle tijden gegarandeerd van snelle en zeer accurate metingen van al je klanten. Gegevens worden op het scherm weergegeven en direct afgedrukt.

BC310

- + Goalsetter op de bon
- + Zeer gemakkelijk in gebruik
- + Thermische printer: direct geprint resultaat
- + Meet op 3 frequenties
- + Weegt slechts 13,5 KG
- Geen visceraal vet
- Geen touch screen
- Niet makkelijk inklapbaar

Frequentiebereik: 5, 50,250 kHz

Display: LCD scherm

Opties: USB-aansluiting, RS-232C-poort

Afmeting: 350 x 216,5 x 123 mm (L x B x H)

Meettijd: binnen 1 minuut

Meetbereik lengte: 50 - 220 cm

Meetbereik gewicht: 10 - 200 kg

Meetbereik leeftijd: 1 - 99 jaar

WEGEN

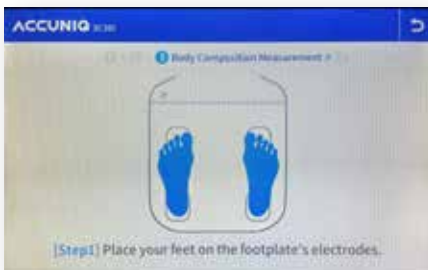
Het is belangrijk om op een juiste manier een weging uit te voeren. Dit om afwijkingen in de resultaten zo veel mogelijk te voorkomen. Volg onderstaande stappen om de weging goed uit te voeren.

Stap 1

De elektroden moeten een goede verbinding kunnen maken met handen en voeten. Zorg daarom dat de elektroden schoon en droog zijn.

Stap 2

Laat de testpersoon met blote voeten nauwkeurig op de elektroden plaatsnemen. Zie hieronder de afbeelding voor de juiste plaatsing. Stopt de meting na het meten van het gewicht? Til dan de voeten even op en plaats ze opnieuw op de elektroden.



Stap 3

Hou de handvaten zo vast dat alle vingers de elektroden van het handvat raken. Zie hieronder de afbeeldingen voor de juiste plaatsing.

Let op: aan de bovenzijde van de handvaten zit een knopje, deze dient ingedrukt te zijn gedurende de hele meting.



Stap 4

Tijdens de meting is het belangrijk om de bovenarmen te spreiden zodat er geen contact wordt gemaakt met de romp. Zie hieronder de afbeelding voor de juiste plaatsing.



Stap 5

Staat de testpersoon juist op de weegschaal en is het gewicht gemeten? Voer dan het geslacht, de leeftijd en lengte in.

Let op dat de testpersoon niet beweegt en praat tijdens de meting.

Stap 6

Wanneer het display op 100% staat is de meting voltooid. De testpersoon kan nu van de weegschaal af stappen. Desinfecteer de elektroden voor een volgende meting.

De resultaten worden afgelezen van de weegschaal en van het bonnetje wat automatisch wordt uitgeprint.

TIPS

Tips om de nauwkeurigheid van de meting te garanderen:

- Metingen ten tijde van de menstruatie wijken af en zijn niet betrouwbaar.
- Heeft de testpersoon zweethanden/voeten of net bodylotion gebruikt? Was dan eerst de handen/voeten en maak deze goed droog.
- Voer de meting niet uit wanneer de testpersoon net gedoucht of gezwommen heeft.
- Luchtvochtigheid en temperatuur van de ruimte hebben invloed op de meting.
- Voer de meting voor een training uit.
- Test de persoon zoveel mogelijk onder dezelfde omstandigheden (voeding/tijdstip/hydratatie).
- Zorg dat de weegschaal waterpas staat.

LET OP:

Het is niet verantwoord om te meten wanneer de testpersoon een pacemaker draagt of zwanger is.

UITLEG RESULTATEN

Hieronder volgt een beknopte uitleg van de resultaten die de ACCUNIQ BC310 weergeeft.

Bovenaan de bon worden de ingegeven lengte, leeftijd en geslacht weergegeven. Daarna volgt een beschrijving van de iconen. Te hoog (over) is een pijl omhoog, te laag (under) is een pijl omlaag, normaal (normal) is een vierkant blokje.

Weight: het gewicht in kg.

SMM: de spiermassa in kg.

Fat Mass: de vetmassa in kg.

Percentage of Body Fat: het percentage lichaamsvet. *(Dit is de (vetmassa : gewicht van de testpersoon) x 100%)*

Dit betekent, dat als de vetmassa stijgt en het gewicht gelijk blijft, je procentueel dus hoger scoort in vetpercentage.

BMI: de body mass index.

Dit is het gewicht in kilogram gedeeld door de lengte in meters in het kwadraat.

Waist-to-Hip Ratio: de taille heup verhouding. Dit is een goede manier om vast te stellen of de testpersoon een verhoogt risico heeft op hart- en vaatziekten.

De berekening gaat als volgt: *taille (in cm) / heupomvang (in cm gemeten op het breedste gedeelte van de heupen) = WHR.*

Segmental Muscle Mass: het figuur geeft de spiermassa per gemeten onderdeel aan.

Body type: het lichaamstype, dit gegeven zegt iets over de gezondheid van de testpersoon.

Basal Metabolic Rate (BMR): geeft het aantal kcal weer welke de testpersoon verbrandt wanneer deze persoon de gehele dag stil in bed ligt.

TBW: het totaal aan lichaamswater in liters

ECW: het extracellulair water. Dit geeft de hoeveelheid water *buiten* het celmembraan aan.

ICW: het intracellulair water. Dit geeft de hoeveelheid water *binnen* het celmembraan aan.

ECW-ratio: de ECW/TBW analyse. Deze analyse vergelijkt de ratio's van het extracellulair water met het totaal aan lichaamswater. De waarde wordt weergegeven in optimaal, op het randje, te veel. Dit geeft een balans (of onbalans) aan tussen het intracellulair en extracellulair water.

Target weight: het streefgewicht.

Fat control: het aantal kg vetmassa wat aangepast gaat worden aan de hand van het gestelde target.

Muscle control: het aantal kg spiermassa wat aangepast gaat worden aan de hand van het gestelde target.

ACCUNIQ BC310

BON

Goal Setter: onderstaande gegevens kunnen samen met de testpersoon besproken en ingevuld worden op het bonnetje.


Target PBF: het percentage vet voor de volgende meting.

Predicted Weight: het streefgewicht voor de volgende meting.

Predicted Fat Mass: het streef vetmassa in kg voor de volgende meting.

Control: de datum van de volgende meting.

Impedance: de weerstandswaarde die optreedt wanneer stroom wordt toegepast op de testpersoon. Uit elke impedantie meting komen unieke weerstandswaarden. De ACCUNIQ BC310 gebruikt drie frequenties van stroom; 5K, 50K en 250K.



ID:
Height: 184.0 cm
Age: 28 years **Gender:** Female

Over ↑ **Normal** ■
Under ↓

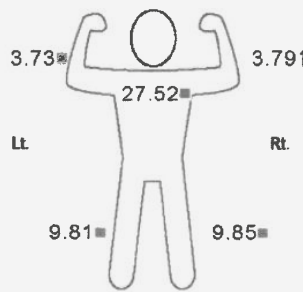
Weight 80.0 kg ■
SMM (Skeletal Muscle Mass) 32.8 kg ■
Fat Mass 20.7 kg ■

Percentage of Body Fat 25.9% ■
Normal Range: Male adult 15.0-20.0
 Female adult 20.0-30.0

BMI (Body Mass Index) 23.6 kg/m² ■

Waist-to-Hip Ratio 0.76 ■
Normal Range: Male adult 0.75-0.90
 Female adult 0.70-0.85

Segmental Muscle Mass (kg)



* Segmental muscle mass is regarded as Segmental lean mass

Body Type	Standard
Basal Metabolic Rate	1436 kcal
TBW (Total Body Water)	42.7 L
ECW	16.9 L
ICW	25.8 L

ECW ratio 0.395

Target Weight 77.9 kg
Fat Control -2.1 kg
Muscle Control +0.0 kg

Goal Setter
Target PBF %
(PBF: Percentage of Body Fat)
Predicted Weight
Predicted Fat Mass
Control

Impedance 493 Ω

ACCUNIQ **BC310**

ACCUNIQ voorziet fitness en health professionals van hoge kwaliteit meetapparatuur waarmee men in staat is het gezondheidsniveau van gebruikers goed in beeld te brengen.

De meetresultaten van de Body Composition Analysers bieden een helpende hand in het opstellen en meten van persoonlijke doelen op verantwoorde wijze.

De BCA's van ACCUNIQ bieden betrouwbare, uitgebreide en zeer accurate meetresultaten welke behoren tot de beste in de markt.



WWW.ACCUNIQ.NL
INFO@ACCUNIQ.NL
T. +31 (0)85 78 27 494

