InBody H20N

User's Manual USA

Manuel de l'utilisateur

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 1 2020-09-09 오전 10:04:

InBody H20N

User's Manual USA

* Disclaimer: This device is not a medical device. It cannot determine the presence of an illness or disease. The examination of a medical professional is required for diagnosis.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 3 2020-09-09 오전 10:04:

Intended Purpose

The device should be used as an adjunct for clinical decision making and is not intended to diagnose or treat any diseases.

For any problems with the InBody Dial or any clinical questions, contact:

InBody

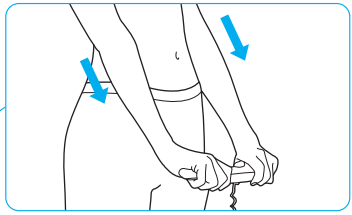
InBody USA [USA]
13850 Cerritos Corporate Dr. Unit C Cerritos, CA 90703 USA
TEL: +1-323-932-6503
FAX: +1-323-952-5009
Website: inbody.com
E-mail: consumer@inbody.com

InBody Europe B.V.
Gyroscoopweg 122, 1042 AZ, Amsterdam, The Netherlands
TEL: +31-20-238-6080 FAX : +31-6-5734-1858
Website: nl.inbody.com E-mail: info.eu@inbody.com

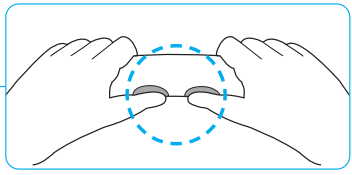
©2020 InBody Co., Ltd. All rights Reserved.
Reproduction, adaptation, or translation of this manual is prohibited without prior written consent from InBody Co., Ltd. under the copyright laws. This manual might have typographical errors, and its content can be changed without prior notice. InBody Co., Ltd. shall not be liable for any errors, incidental, or consequential damages that occurred by not complying with the contents of the Users' Manual.

InBody Test Posture

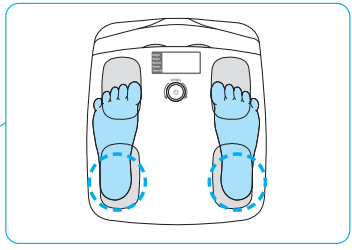




Stretch out your arms.
Avoid contact with your waist.



Put your thumb on the round electrodes.



Place your heel at the end of the heel electrodes and allow the rest of your foot to point forward.

Contents

I. Precautions 2

II. Product Components and Set-Up Instructions

A. Product Components 3

B. Installing InBody App 4

C. Pairing InBody H20N with InBody App 5

III. Weight Measurement 7

IV. InBody Test

A. Precautionary Steps 8

B. Test Posture 9

C. Test Instructions 10

D. Understanding InBody Outputs 14

V. Troubleshooting

A. Error Message 15

B. Solving Simple Problems 16

VI. Frequently Asked Questions (FAQ) 17

VII. 19

Product Warranty

I. Precautions

Please note:

1. **People with medical devices including an implantable medical device or a patient monitoring device, such as a Pacemaker, should not use the InBody. InBody Co., Ltd. is not liable for any incidental or consequential damages that occur.**

2. Place the InBody on a flat and vibrationless floor. Placing it on an uneven floor, like a carpet or a mattress can result in incorrect measurements. For long-term storage, remove the battery pack, and place it on a flat surface.

3. Keep your InBody device away from other electronics while testing. It may cause errors.

4. After an individual with any kind of contagious disease or infection tests on the InBody, sterilize the device with a soft cloth or with ethyl alcohol wipes before use.

5. Excessively high or low temperatures, humidity, and pressure can affect the accuracy of the InBody.

6. Keep food, beverages and other liquids away from your InBody device.

7. Do not disassemble the InBody. It can cause electric shock or damage, product malfunction, and other errors. InBody Co., Ltd. will not be liable for any incidental or consequential injuries or damages from the product that occurred.

8. Do not use this product for purposes other than body composition analysis or weight measurement.

9. If you cannot maintain the correct testing posture to take the InBody Test alone, request assistance from a helper. Help children maintain the proper posture during the measurement.

10. Use the packing material provided with the product when moving your InBody. Dispose of waste in compliance with the law.

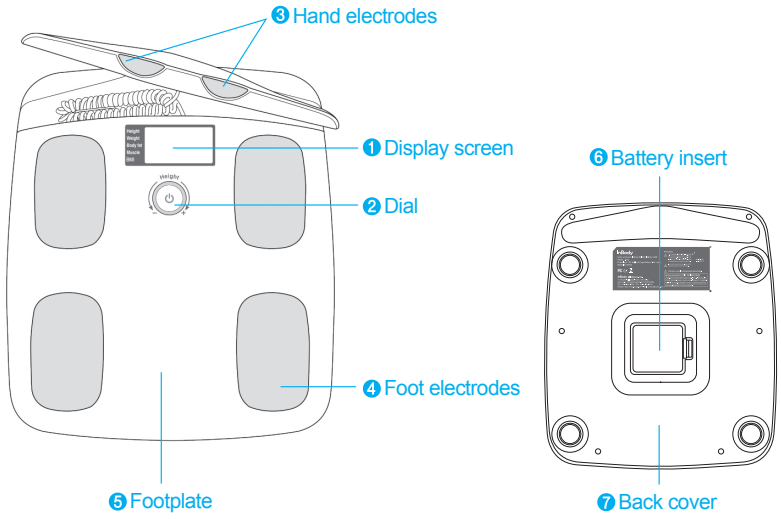
11. Only trained InBody service team members can repair InBody devices. If your device is in need of repair, please contact us at consumer@inbody.com.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 2 2020-09-09 오전 10:04:

II. Product Components

A. Product Components

Product components: InBody H20N, User's Manual, AA Battery (4)



❶ Display screen: Displays outputs on the screen.

❷ Dial: Use to power ON/OFF, input height and check results.

❸ Hand electrodes: User holds the device with hands and fingers.

❹ Foot electrodes: User stands on the device, placing the back of heels on the rear electrodes.

❺ Footplate: Measures the weight of the user.

❻ Battery insert: The InBody H20N takes 4 AA batteries. Open the cover to insert the batteries.

❼ Back cover: Do not open, dismantle or attempt to repair your device yourself.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 3 2020-09-09 오전 10:04:

II. Product Components

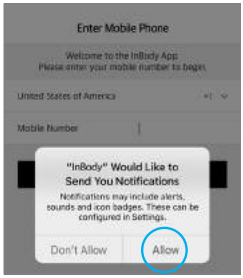
B. Installing InBody App

❶ Download and install the InBody App from the iPhone App Store or Google Play Store prior to testing. (iOS 8, or newer. Android 5.0, or newer.)

or

Scan the QR code below. For an Android phone, turn on NFC (Read/Write) and tap the NFC mark to move to the app download page automatically.

❷ Once the download is complete, open the InBody App and register as a new user.



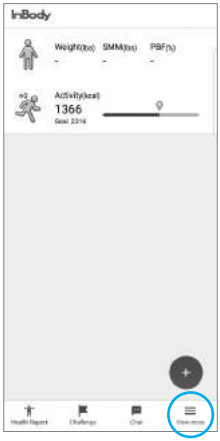




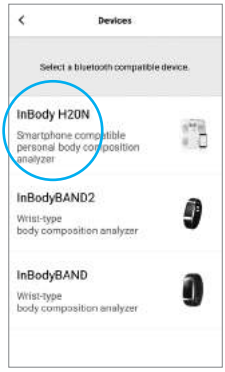
Keep the Bluetooth ON to use the InBody H20N.

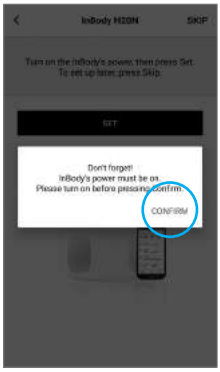
H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 4 2020-09-09 오전 10:04:

C. Pairing InBody H20N with InBody App









H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 5 2020-09-09 오전 10:04:

II. Product Components







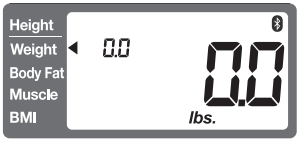
* The InBody H20N will automatically transfer data to the InBody App once syncing is complete.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 6 2020-09-09 오전 10:04:

III. Weight Measurement

To measure weight only,

❶ Tap the footplate to turn the power on, and step on the footplate when 0.0 is displayed on the screen.





❷ A “beep” will indicate when the measurement is complete.

The power turns off automatically when you step off the footplate.



* Zero-Point Adjustment

When the device is being calibrated,
a scrolling rectangle will appear on the screen.



If you want to test on the InBody H20N immediately after measuring weight, turn the dial and input height. Then, hold the hand electrodes and stand with the correct test posture to take the InBody Test.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 7 2020-09-09 오전 10:04:

IV. InBody Test

A. Precautionary Steps

❶ Do not eat immediately before testing on the InBody.

❷ Test in the morning, if possible.

❸ Test after going to the bathroom.

❹ Test prior to working out.

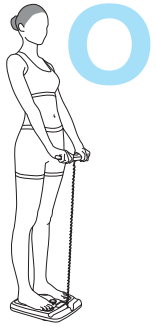
❺ Test prior to taking a shower, bath or using a sauna.

❻ Stand for about 5 minutes prior to testing.

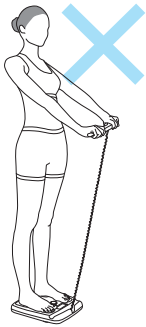
H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 8 2020-09-09 오전 10:04:

B. Test Posture

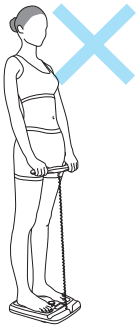
Arms and legs aren't touching each other



Arms are too high



Arms are too low

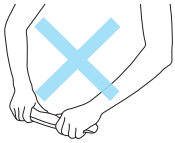


Do not let your arms touch your stomach and make sure your arms are extended from your body and wear light clothes with sleeves.

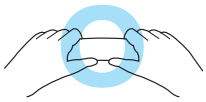
Arms are extended



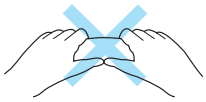
Arms are bent



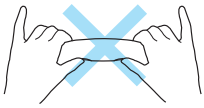
Hold the hand electrodes and extend your arms.



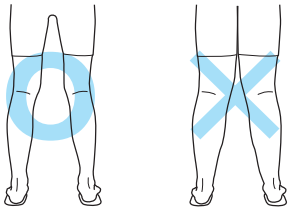
Put your thumbs on the round electrodes and hold them.



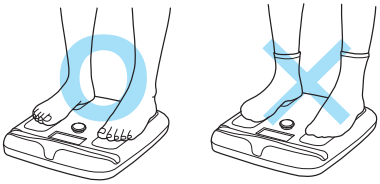
Do not let your left hand and right hand touch each other.



Make sure all fingers are holding the electrodes.



Do not let your thighs touch each other. If your thighs touch each other, wear shorts or pants.



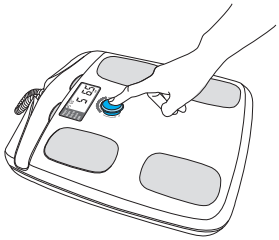
Place your heels on the electrodes and step on the device barefoot. Do not let your feet touch each other. If you are wearing long pants, make sure the edges of the pants are not stuck between foot electrodes and your feet.

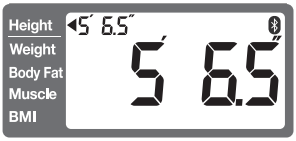
H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 9 2020-09-09 오전 10:04:

IV. InBody Test

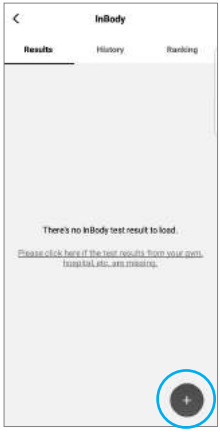
C. Test Instructions

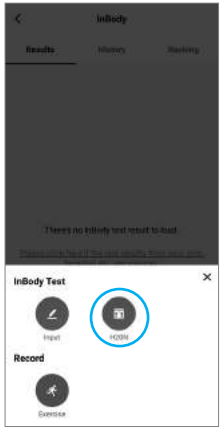
❶ Power ON: Press the dial to turn the power on.





❷ Open InBody App: Initiate the InBody Test through the app.





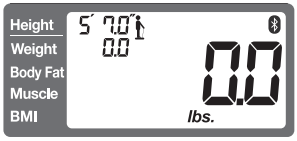
H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 10 2020-09-09 오전 10:04:

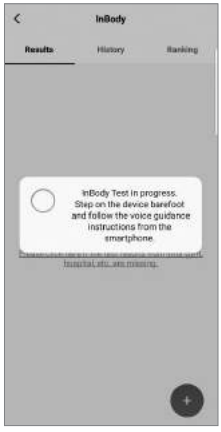






Step on the InBody H20N to begin testing.





H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 11 2020-09-09 오전 10:04:

IV. InBody Test

❸ Weight Measurement and InBody Test: Step on the footplate

Hold the hand electrodes as previously described. After finishing the weight measurement, it will beep twice and the InBody Test will initiate. The Test runs for about 10 seconds and is finished when it rings. Once “End” appears on the screen, step down from the footplate.



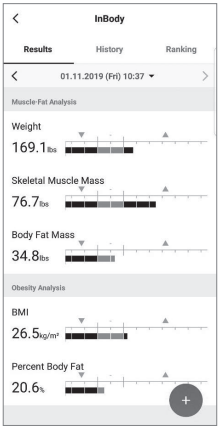


If a user’s palms and/or soles are dry or callused, he or she may have difficulty testing. Wipe hands and feet with an InBody Tissue for more accurate results.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 12 2020-09-09 오전 10:04:

❹ Check Test Results

Data will automatically sync between the InBody H20N and InBody App.



H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 13 2020-09-09 오전 10:04:

IV. InBody Test

D. Understanding InBody Outputs

Body fat mass and muscle mass change with diet and exercise.

- **Weight** : Total body mass
  Weight is the total mass of the human body.

- **Percent Body Fat** : Total mass of fat mass divided by total body mass
  A person's body fat percentage is the total fat mass divided by the person's weight. It consists of essential body fat and storage body fat. Although the weight is same, the percentages of fat or muscle mass can be different. Therefore, body fat percentage is an essential item for diagnosing obesity. The standard range is 10-20% for men and 18-28% for women. The standard body fat percentage differs for children under 18 depending on their gender and height.

- **Muscle Mass** : Skeletal Muscle Mass
  Skeletal muscle represents the majority of muscle tissue and powers movement of the skeleton. Skeletal muscle is innervated by the somatic nervous system and is subject to voluntary control. This is the muscle that is influenced the most by physical activity.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 14 2020-09-09 오전 10:04:

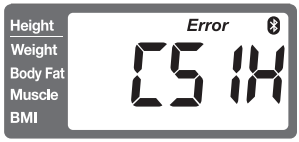
V. Troubleshooting

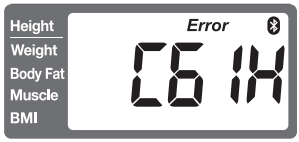
A. Error Message

The InBody displays an error message on the LCD screen if a disruption occurs.

❶ Error messages caused by incorrect testing posture

If the following error messages appear, check your testing posture and try again.









❷ Error messages caused by internal malfunction of the InBody H20N

If the following error messages appear, please contact us at consumer@inbody.com.





H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 15 2020-09-09 오전 10:04:

V. Troubleshooting

B. Solving Simple Problems

If the problem still persists, please contact us at consumer@inbody.com for assistance.

Q1. The power does not turn on after pressing the dial.

A1. This can happen when the batteries are dead. Replace the batteries.

A2. This can happen when the batteries are not inserted correctly. Insert the batteries so the positive (+) and the negative (-) terminals align correctly.

Q2. Weight is not measured and the screen displays a scrolling rectangle.

A1. Tap the footplate to turn on the device. Once 0.0 appears on the LCD screen step on the footplate and measure weight.

A2. Make sure to remove any foreign object that might be touching the device.

Q3. Weight is inaccurate.

A1. Tap the footplate to turn on the device. Once 0.0 appears on the LCD screen after 2-3 seconds, try again.

A2. The weight can be inaccurate if you use the device on carpet or a mattress. Place the device on a flat, hard surface.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 16 2020-09-09 오전 10:04:

VI. Frequently Asked Questions (FAQ)

If your question is not listed here, please contact us at consumer@inbody.com for assistance.

Q1. The InBody Test results vary. Why is there a difference in outcomes?

A. If you are standing with incorrect posture, outcomes will vary. Make sure your hands and feet are come in contact with the electrodes properly. Maintain this posture until the Test is complete.
If you have dry hands and/or feet, clean them with an InBody Tissue before testing. InBody recommends testing during the same time of day, under the same conditions for accuracy.

Q2. What is the standard range of body fat percentage?

Gender	Low	Standard	High
Man	below 10%	10 - 20%	over 20%
Woman	below 18%	18 - 28%	over 28%

(Adults over 18)

Q3. What does my InBody Ranking mean?

A. Your InBody Ranking is based off a formula that compares your weight, muscle mass, and body fat mass. A person with a high body fat percentage would have a lower score than a person with a lower body fat percentage. Lose body fat mass to see your ranking increase.

Q4. What if the user does not know his or her height?

A. Height is important for obtaining accurate InBody Test results. Measure the user on a stadiometer.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 17 2020-09-09 오전 10:04:

VI. Frequently Asked Questions (FAQ)

Q5. If the user's thighs or armpits touch, would that affect the test results?

A. Yes. If the user's thighs or armpits touch, have him or her wear a light short sleeve shirt and shorts to obtain more accurate results.

Q6. How do you make the results stay on the screen longer?

A. InBody Test results are shown on the LCD screen for 100 seconds. If you want to see it for a longer period of time, turn the dial.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 18 2020-09-09 오전 10:04:

Electrode Method	8-Point Tactile Electrode System
Technology	10 impedance measurements are taken by 2 different frequencies (20 kHz, 100 kHz) using DSM-BIA technology
Body Composition Calculation Method	No Empirical Estimations based on age, gender, ethnicity, athleticism, or body shape
Outputs (LCD Screen)	Weight, Body Fat (Percent Body Fat), Muscle (Skeletal Muscle Mass), BMI
Applied Rating Current	100μA
Power Consumption	DC 6V(1.5V AA battery 4 EA)
Display Type	Customized LCD
Dimension	1’ 0.2” (W) × 1’ 2” (L) × 2.3” (H): inch 310.3 (W) × 356.4 (L) × 58.3 (H): mm
Weight	5.9 lb (2.7 kg)
Total Test Time	8 seconds
Operation Environment	50 ~ 104°F, 30 ~ 75% RH, 70 ~ 106 kPa
Storage Environment	-4 ~ 158°F, 10 ~ 95% RH, 50 ~ 106 kPa (0 Condensation)
Testing Weight Range	22 ~ 330 lb (10 ~ 150 kg)
Height Range	1’ 6.0” ~ 9’ 6.0” (50 ~ 300 cm)

* Specifications may change without prior notice.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 19 2020-09-09 오전 10:04:



FCC ID:F6OINBODYH20N

FCC statement

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications.

However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

- If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:
- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

* This product complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This product may not cause harmful interference, and (2) this product must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Product Warranty

Name of Product : InBody H20N

Product No : _____

Date of Purchase : _____

Place of Purchase : _____

This product warranty gives an assurance for the InBody product as below:

1. This product undergoes a strict review process to ensure quality control
2. The warranty period of this product follows the warranty period policy of the manufacturer.
3. If the product malfunctions under normal use, InBody will repair it, free of charge during the warranty period.
4. The warranty will be voided and repair services will be offered at cost under the following circumstances:
   - Failure and/or damage caused by mishandling.
   - Failure and/or damage caused by not following the directions and precautions stated in the User's Manual.
   - Failure and/or damage caused by a natural disaster.
   - Failure and/or damage caused by a power malfunction.
5. The warranty will be voided if:
   - The InBody was disassembled by unauthorized personnel.
   - The InBody was repaired by unauthorized personnel.
6. Services are available at a cost after the warranty period.
   Contact us at consumer@inbody.com if you are in need of assistance.

InBody

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 21 2020-09-09 오전 10:04:

InBody H20N

Manuel de l'utilisateur

• Avertissement : Cet appareil n'est pas un appareil médical. Il ne peut déceler la présence d'une maladie ou d'une affection. Tout diagnostic requiert l'examen d'un professionnel de la santé.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 23 2020-09-09 오전 10:04:

Pour tout problème concernant le InBody Dial ou toute question d"ordre clinique, veuillez communiquer avec:

InBody

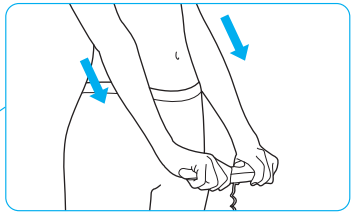
InBody USA [USA]
13850 Cerritos Corporate Dr., Unit C, Cerritos, CA 90703, USA (É.-U.)
TEL: +1-323-932-6503
FAX: +1-323-952-5009
Site Web : inbodyusa.com
Courriel: consumer@inbody.com

InBody Europe B.V.
Gyroscoopweg 122, 1042 AZ, Amsterdam, The Netherlands
TEL: +31-20-238-6080 FAX : +31-6-5734-1858
Website: nl.inbody.com E-mail: info.eu@inbody.com

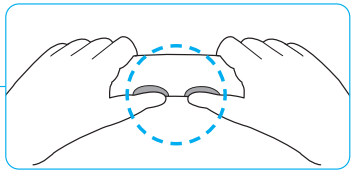
©2020 InBody Co., Ltd. Tous droits réservés.
La reproduction, l'adaptation ou la traduction de ce manuel est interdite sans le consentement écrit au préalable de InBody Co. Ltd en vertu des lois sur les droits d'auteur. Ce manuel peut comporter des erreurs typographiques et son contenu est sujet à des changements sans préavis. InBody Co. Ltd ne saurait être tenu responsable de toute erreur, ni pour les dommages accidentels ou consécutifs causés par le non-respect du contenu du Manuel de l'utilisateur.

Analyse de la posture InBody

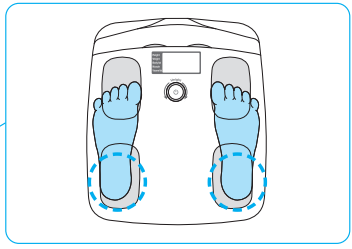




Allongez complètement les bras. Évitez que les bras ne touchent à la taille.



Placez les pouces sur les électrodes rondes.



Positionnez vos talons sur les électrodes de pied et l'avant des pieds droit devant.

Table des matières

I. Précautions 28

II.

A. Éléments du produit 29

B. Installation de l'application InBody 30

C. Jumelage du H20N avec l'application InBody 31

III. Mesure du poids 33

IV. Analyse InBody

A. Mesures de précaution 34

B. Analyse de la posture 35

C. Instructions d'analyse 36

D. Comprendre les résultats InBody 40

V. Résolution de problèmes

A. Message d'erreur 41

B. Résolution de problèmes simples 42

VI. Foire aux questions (FAQ) 43

VII. Caractéristiques 45

Garantie du produit

I. Précautions

Veuillez noter :

1. **Les personnes qui portent un dispositif médical, y compris un dispositif médical implantable ou un dispositif de suivi, comme un stimulateur cardiaque (Pacemaker), ne devraient pas utiliser l'appareil InBody. InBody Co. Ltd. n'assume aucune responsabilité dans l'éventualité de dommages indirects ou consécutifs.**

2. Installez l'appareil InBody sur une surface plate et sans vibrations. Sur une surface inégale, comme un plancher recouvert de moquette ou un tapis d'exercice, l'appareil risque de fournir des mesures erronées. Pour un entreposage longue durée, sortez le bloc-piles et posez-le sur une surface plate.

3. Durant les analyses, l'appareil InBody ne doit pas se trouver à proximité d'autres appareils électroniques, et ce, pour prévenir des erreurs.

4. Suite à l'utilisation de l'appareil InBody par toute personne ayant une maladie contagieuse ou infectieuse, désinfectez-le avant réutilisation à l'aide d'un tissu doux ou une lingette imbibée d'alcool éthylique.

5. Des températures excessivement élevées ou basses, l'humidité et la pression atmosphérique peuvent affecter la précision des mesures du InBody.

6. Éloignez de l'appareil InBody toute nourriture, breuvage ou autres liquides.

7. Ne démontez pas l'appareil InBody, et ce, pour éviter tout choc électrique, dommage, dysfonctionnement ou autres anomalies. InBody Co. Ltd. n'assume aucune responsabilité en cas de dommages indirects ou consécutifs découlant de l'utilisation du produit.

8. N'utilisez pas ce produit à des fins autres que l'analyse de la composition corporelle ou la mesure du poids.

9. S'il ne vous est pas possible, seul, de maintenir la bonne posture pendant l'analyse InBody, demandez de l'aide. Aidez les enfants à maintenir la bonne posture pendant la prise de mesure.

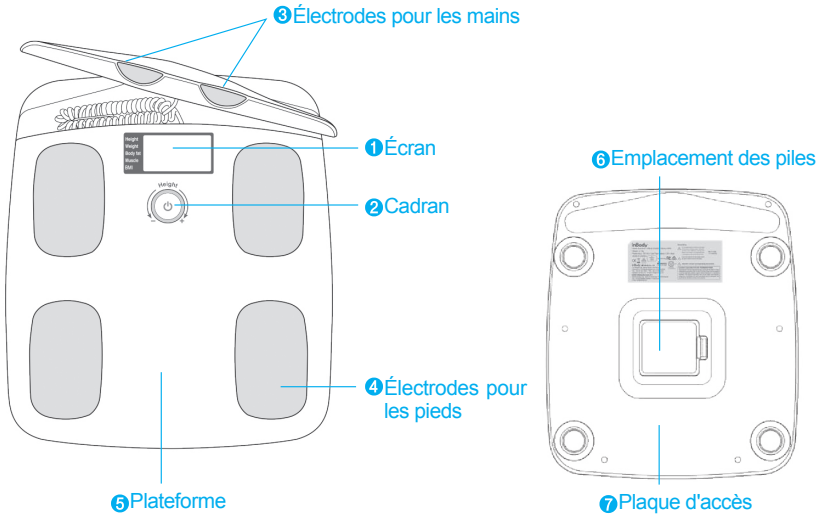
10. Utilisez les matériaux d'emballage d'origine lors des déplacements de l'appareil InBody. Éliminez tout déchet conformément à la loi.

11. Seuls les membres de l'équipe de service formés par InBody sont autorisés à réparer les appareils InBody. Si votre appareil nécessite une réparation, veuillez communiquer avec InBody.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 28 2020-09-09 오전 10:04:

A. Éléments du produit

Éléments du produit: InBody H20N, Manuel de l'utilisateur, Pile AA (4)



❶ Écran: Affiche les résultats

❷ Cadran: Sert d'interrupteur marche/arrêt, à saisir la taille et à vérifier les résultats.

❸ Électrodes pour les mains : L'utilisateur tient les électrodes dans ses mains/doigts.

❹ Électrodes pour les pieds: L'utilisateur monte sur l'appareil, place l'arrière des talons à l'arrière des électrodes de pied, puis se redresse.

❺ Plateforme: Mesure le poids de l'utilisateur.

❻ Emplacement des piles : Le InBody H20N nécessite 4 piles AA. Pour insérer les piles, ouvrez la trappe à piles.

❼ Plaque d'accès : Évitez d'ouvrir, de démonter ou d'essayer de réparer l'appareil vous-même.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 29 2020-09-09 오전 10:04:

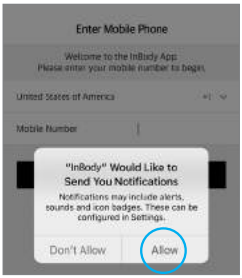
B. Installation de l'application InBody

❶ Téléchargez et installez l'application InBody disponible sur iPhone App Store ou Google Play Store avant de procéder aux analyses. (iOS 8 ou plus récent. Android 5.0 ou plus récent.)

ou

Scannez le code QR ci-dessous. Pour un téléphone Android, mettez le CCP (NFC) (lire /écrire) en marche, puis tapez l'icône CCP (NFC) afin d'aller automatiquement sur la page de téléchargement de l'application.

❷ Une fois le téléchargement terminé, ouvrez l'application InBody et enregistrez-vous comme nouvel utilisateur.



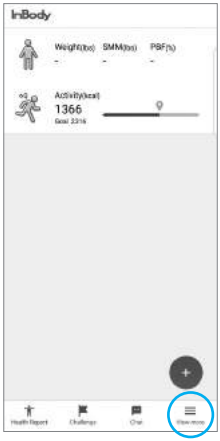




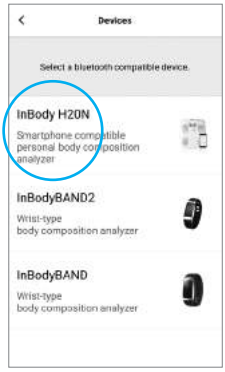
⚠ Gardez le Bluetooth en marche pour utiliser le InBody H20N.

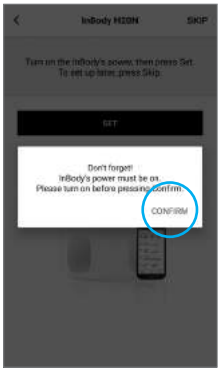
H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 30 2020-09-09 오전 10:04:

C. Jumelage du H20N avec l'application InBody









H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 31 2020-09-09 오전 10:04:







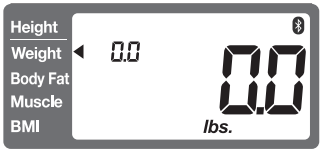
* Le InBody H20N transfert automatiquement les données à l'application InBody une fois la sychronisation terminée.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 32 2020-09-09 오전 10:04:

III. Mesure du poids

Pour mesurer le poids seulement :

❶ Tapez la plateforme du pied pour mettre l'appareil en marche. Montez sur la plateforme lorsque 0.0 s'affiche à.





❷ A Un bip indique la fin de la mesure.

L'appareil s'éteint tout seul lorsque vous descendez de la plateforme.



* Ajustement à zéro

Lorsque l'appareil est en cours de calibration, un rectangle défile à l'écran.



Si vous voulez faire une analyse à l'aide du InBody H20N immédiatement après la mesure du poids, tournez le cadran et entrez votre taille. Ensuite, tenez les électrodes de main, redressez-vous et gardez la bonne posture pour faire l'analyse InBody.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 33 2020-09-09 오전 10:04:

IV. Analyse InBody

A. Mesures de précaution

❶ Ne mangez pas juste avant de faire une analyse InBody.

❷ Si possible, faites l'analyse le matin.

❸ Allez à la salle de bain avant de faire l'analyse.

❹ Faites l'analyse avant de faire de l'activité physique.

❺ Faites l'analyse avant de prendre une douche, un bain ou un sauna.

❻ Restez debout pendant environ 5 minutes avant de faire l'analyse.

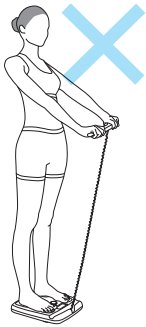
H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 34 2020-09-09 오전 10:04:

B. Analyse de la posture

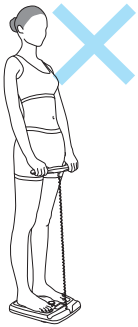
Ni les deux bras, ni les deux jambes ne se touchent.



Les bras sont trop hauts.



Les bras sont trop bas.

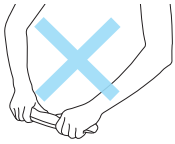


Ne laissez pas vos bras toucher le ventre. Assurez-vous d'allonger les bras et de les éloigner du corps. Portez des vêtements légers, sans manches.

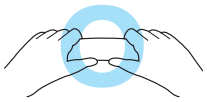
Bras allongés



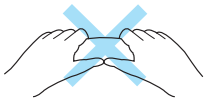
Bras fléchis



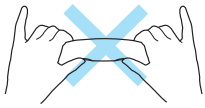
Tenez les électrodes de main et allongez vos bras.



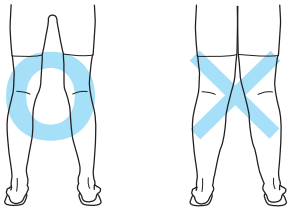
Placez puis gardez vos pouces sur les électrodes rondes.



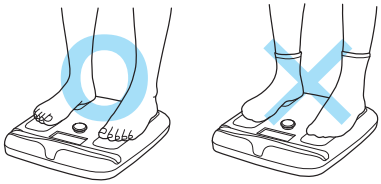
Ne permettez pas à votre main gauche de toucher votre main droite.



Assurez-vous de tenir les électrodes avec tous les doigts.



Les cuisses ne doivent pas se toucher. Au besoin, portez un short ou un pantalon.



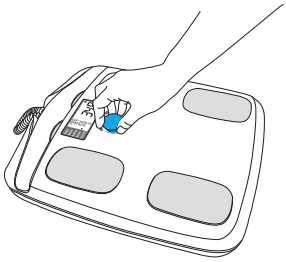
Montez sur l'appareil pieds nus en posant vos talons sur les électrodes. Les pieds ne doivent pas se toucher. Si vous portez un pantalon long, assurez-vous que les bords du pantalon ne se prennent pas entre les électrodes et les pieds.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 35 2020-09-09 오전 10:04:

IV. Analyse InBody

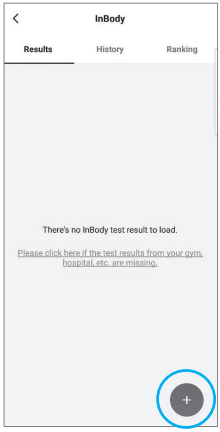
C. Instructions pour l'analyse

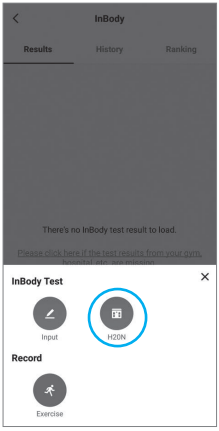
❶ Allumez: Touchez le cadran pour allumer l'appareil.





❷ Ouvrez l'application InBody: Lancez l'analyse InBody via l'application.





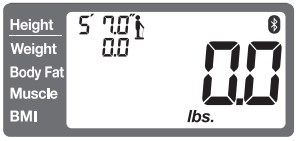
H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 36 2020-09-09 오전 10:04:

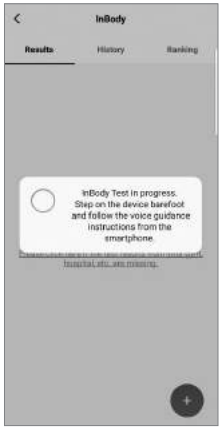






Montez sur le InBody H20N pour démarrer l'analyse.





H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 37 2020-09-09 오전 10:04:

IV. Analyse InBody

❸ Mesure du poids et analyse InBody : montez pieds nus sur la plateforme et tenez-vous comme indiqué dans l'image ci-dessous.

Tenez les électrodes de main comme décrit précédemment. Après avoir terminé la mesure du poids, l'appareil fera deux bips et l'analyse InBody débutera. L'analyse dure environ 10 secondes et se termine au moment de la sonnerie. Une fois que « Terminé » (END) s'affiche à l'écran, descendez de la plateforme.



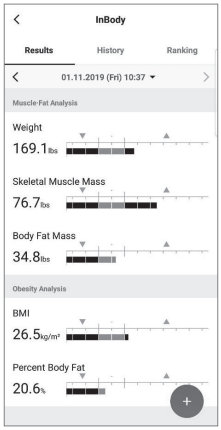


ILa personne qui utilise l'appareil peut connaître des difficultés d'analyse si ses paumes ou les dessous de ses pieds présentent de la peau sèche ou des callosités, Cette personne doit alors s'essuyer les mains et/ou les pieds à l'aide d'une lingette InBody pour s'assurer de résultats plus précis.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 38 2020-09-09 오전 10:04:

❹ Vérification des résultats de l'analyse

La synchronisation des données se fera automatiquement entre le InBody H20N et l'application InBody.



H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 39 2020-09-09 오전 10:04:

IV. Analyse InBody

D. Comprendre les résultats InBody

La masse grasse corporelle et la masse maigre corporelle changent en fonction de l'alimentation et de l'activité physique.

- **Poids** : La masse totale du corps.

- **Pourcentage de graisse corporelle** : la somme de la masse grasse divisée par la masse totale du corps, multipliées par 100. Le pourcentage de graisse corporelle d'une personne est la somme de la masse grasse divisée par son poids. Il comprend la graisse corporelle essentielle et la graisse corporelle de réserve. Bien que le poids soit le même, les pourcentages de masse grasse et de masse maigre peuvent différer. Donc, il faut absolument connaître le pourcentage de masse grasse pour diagnostiquer l'obésité. La gamme standard pour les hommes est de 10 à 20 % et pour les femmes de 18 à 28 %. Le pourcentage standard de graisse corporelle chez les enfants en bas de 18 ans diffère selon leur sexe et leur taille.

- **Masse musculaire** : Masse musculaire squelettique
  La plupart des tissus musculaires se trouvent au niveau des muscles squelettiques, muscles qui propulsent le corps. Les muscles squelettiques sont innervés par le système nerveux somatique qui est associé au contrôle volontaire. Il s'agit des muscles an les plus influencés par l'activité physique.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 40 2020-09-09 오전 10:04:

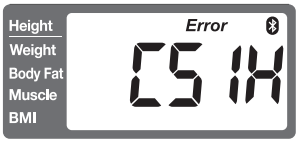
V. Résolution de problèmes

A. Message d'erreur

En cas de perturbation, un message d'erreur s'affiche à l'écran LCD de l'appareil InBody.

❶ Des messages d'erreur causés par une posture incorrecte

Si les messages d'erreur suivants s'affichent, vérifiez votre posture d'analyse puis essayez à nouveau.









❷ Messages d'erreur causés par un dysfonctionnement interne du InBody H20N

Si les messages d'erreur suivants s'affichent, veuillez communiquer avec InBody pour recevoir de l'aide.





H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 41 2020-09-09 오전 10:04:

V. Résolution de problèmes

B. Résolution de problèmes simples

Si le problème persiste, veuillez communiquer avec InBody pour recevoir de l'aide.

Q1. L'appareil ne s'allume pas après avoir appuyé sur le cadran.

A1. Peut arriver lorsque les piles sont mortes. Remplacez les piles.

A2. Peut arriver lorsque les piles sont mal insérées. Insérez les piles à nouveau pour que les bornes positif (+) et négatif (-) s'alignent correctement.

Q2. Échec de la mesure du poids et un rectangle paraît à l'écran.

A1. Tapez la plateforme pour allumer l'appareil. Une fois que 0.0 s'affiche à l'écran LCD, montez sur la plateforme et mesurez votre poids.

A2. Assurez-vous de retirer tout objet étranger qui pourrait toucher l'appareil.

Q3. Le poids est inexact.

A1. Tapez la plateforme pour allumer l'appareil. Une fois que 0.0 s'affiche à l'écran LCD, attendez 2-3 secondes puis essayez à nouveau.

A2. Le poids peut manquer de précision si l'appareil est posé sur de la moquette ou un tapis d'exercice. Posez l'appareil sur une surface plate et dure.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 42 2020-09-09 오전 10:04:

VI. Foire aux questions (FAQ)

Si votre question ne paraît pas ci-dessous, veuillez communiquer avec InBody.

Q1. Les résultats des analyses InBody peuvent varier. Pourquoi?

A. Les résultats peuvent varier si vous ne vous tenez pas comme il faut (mauvaise posture). Assurez-vous d'un bon contact entre les mains, les pieds et les électrodes correspondantes. Gardez la bonne posture jusqu'à la toute fin de l'analyse.
Si vos mains et/ou pieds sont secs, essuyez-les avec une lingette InBody avant l'analyse. Pour la meilleure précision possible, InBody recommande de faire les analyses à la même heure de la journée et dans les mêmes conditions.

Q2. Quelle est la plage normale pour le pourcentage de graisse corporelle?

Sexe	Faible	Normale	Élevée
Homme	Inférieur à 10 %	10 - 20%	Supérieur à 20 %
Femme	Inférieur à 18 %	18 - 28%	Supérieur à 28 %

(Adultes 18+)

Q3. Qu'est-ce que mon classement InBody veut dire?

A. Votre classement InBody se base sur une formule qui compare votre poids, votre masse musculaire et votre masse grasse. Une personne ayant un pourcentage élevé de gras corporel aurait un score plus faible qu'une personne ayant un pourcentage de gras corporel moins élevé. Pour voir augmenter votre score, réduisez votre masse grasse.

Q4. Que faire si la personne qui utilise le InBody ne connaît pas sa taille?

A. Pour obtenir des résultats d'analyses précis, il est important de connaître sa taille.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 43 2020-09-09 오전 10:04:

VI. Foire aux questions (FAQ)

Q5. Est-ce qu'il y aurait une incidence sur les résultats si les cuisses de l'utilisateur se touchent ou si la face interne des bras touchent le tronc à la hauteur des aisselles?

A. Oui. S'il y a contact au niveau des cuisses ou les aisselles de l'utilisateur, demandez à la personne de porter une chemise légère à manches courtes et un short afin d'obtenir des résultats plus précis.

Q6. Comment faire pour que les résultats restent plus longtemps à l'écran?

A. Les résultats InBody s'affichent sur l'écran LCD pour une durée de 100 secondes. Si vous désirez les consulter plus longtemps, tournez le cadran.

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 44 2020-09-09 오전 10:04:

VII. Caractéristiques

Méthode des électrodes	Méthode des électrodes tactiles tétrapolaires à 8 points
Technologie	10 mesures par impédance sont prises à 2 fréquences différentes (20 kHz, 100 kHz) avec la technologie DSM-BIA
Méthode de calcul de la composition corporelle	Aucune estimation empirique basée sur l'âge, le sexe, l'ethnicité, la constitution ou la forme du corps.
Résultats (Écran LCD)	Poids, graisse corporelle (pourcentage de graisse corporelle), Muscle (masse musculaire squelettique), IMC
Courant nominal appliqué	100μA
Consommation d'énergie	DC 6V (pile 1.5V AA X 4)
Type d'affichage	LCD conçu sur mesure
Dimensions	1 pi. 0,2 po. (l) × 1 pi. 2 po. (L) × 2,3(h): pouces 310,3 (l) × 356,4 (L) × 58,3 (h): mm
Poids	5.9 lb (2.7 kg)
Durée totale d'analyse	8 seconds
Conditions d'utilisation	50 ~ 104°F, 30 ~ 75% RH, 70 ~ 106 kPa
Conditions d'entreposage	-4 ~ 158°F, 10 ~ 95% RH, 50 ~ 106 kPa (0 Condensation)
Plage de poids	22 ~ 330 lb (10 ~ 150 kg)
Plage de taille	1’ 6.0” ~ 9’ 6.0” (50 ~ 300 cm)

* Les caractéristiques peuvent changer sans préavis

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 45 2020-09-09 오전 10:04:



ID (identifiant) CFR : F6OINBODYH20N
Déclaration CFR

Cet appareil a été testé et respecte les limitations d'un appareil numérique de classe B, selon la section 15 des règlements de la CFR. Ces limites sont conçues pour assurer une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet appareil génère, utilise et peut émettre de l'énergie sous forme de fréquences radio. Si cet appareil n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, il peut causer des interférences nuisibles aux communications radio.

Quoi qu'il en soit, nous ne pouvons pas garantir que des interférences ne se produisent dans certaines installations.

• Si cet appareil provoque des interférences nuisibles à des communications radio ou télévision, déterminable en éteignant et en rallumant l'appareil, l'utilisateur est encouragé à essayer de corriger les interférences en appliquant une ou plusieurs des mesures suivantes :
• Modifiez l'orientation ou relocalisez l'antenne de réception.
• Augmentez la distance entre l'appareil et le récepteur.
• Raccordez l'appareil à une prise qui se trouve sur un circuit différent de celui du récepteur.
• Pour assistance, consultez le vendeur ou solliciter l'aide d'un technicien radio/télévision expérimenté.

* Ce produit respecte la section 15 des règlements du CFR. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes : (1) Cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles, et (2) Cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris des interférences qui peuvent provoquer un fonctionnement non désiré.

Garantie du produit

Nom du produit : InBody H20N

Numéro du produit :

Date d'achat :

Lieu d'achat :

Cette garantie vous assure que:

1. Le produit InBody a fait l'objet d'un processus d'examen rigoureux qui garantie le contrôle de la qualité;

2. La période de garantie suit la politique du manufacturier.

3. Si le produit fonctionne mal dans les conditions normales d'utilisation, l'entreprise InBody s'engage à le réparer sans frais durant la période de garantie. De plus:

4. La garantie sera déclarée nulle et non avenue et les services de réparation offerts au prix coûtant dans les circonstances suivantes :

- Échec et/ou dommages à la suite d'une mauvaise manutention.
- Échec et/ou dommages causés par le non suivi des instructions et le non-respect des précautions stipulées dans le Manuel de l'utilisateur.
- Échec et/ou dommages en cas de catastrophe naturelle.
- Échec et/ou dommages causés par une anomalie de courant.

5. La garantie sera déclarée nulle et non avenue si:
   - L'appareil InBody a été démonté par un personnel non autorisé.
   - L'appareil InBody a été réparé par un personnel non autorisé.

6. Le service est disponible moyennant des frais après la fin de la période de garantie. Pour toute assistance, communiquez avec InBody.

InBody

H20N_manual_북미향 매뉴얼.indd 47 2020-09-09 오전 10:04:

inbody.com

CE

©2020 InBody Co., Ltd. All rights reserved. BM-M4-F-200826