

# ADLER

EUROPE



## AD 8165

- |                                      |                                     |
|--------------------------------------|-------------------------------------|
| (GB) user manual - 3                 | (DE) bedienungsanweisung - 5        |
| (FR) mode d'emploi - 9               | (ES) manual de uso - 12             |
| (PT) manual de serviço - 15          | (LT) naudojimo instrukcija - 18     |
| (LV) lietošanas instrukcija - 21     | (EST) kasutusjuhend - 24            |
| (HU) felhasználói kézikönyv - 32     | (BS) upute za rad - 29              |
| (RO) Instrucțiunea de deservire - 26 | (CZ) návod k obsluze - 42           |
| (RU) инструкция обслуживания - 45    | (GR) οδηγίες χρήσεως - 35           |
| (MK) упатство за корисникот - 39     | (NL) handleiding - 48               |
| (SL) navodila za uporabo - 51        | (FIN) manwal ng pagtuturo - 57      |
| (PL) instrukcja obsługi - 86         | (IT) istruzioni operative - 65      |
| (HR) upute za uporabu - 54           | (SV) instruktionsbok - 59           |
| (DK) brugsanvisning - 71             | (UA) інструкція з експлуатації - 74 |
| (SR) Корисничко упутство - 68        | (SK) Používateľská príručka - 62    |
| (AR) دليل التعليمات - 77             | (BG) Инструкция за употреба - 80    |

# 1.1



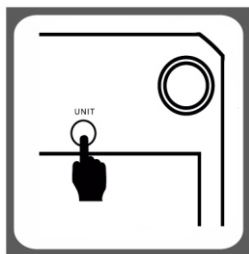
a

c

b



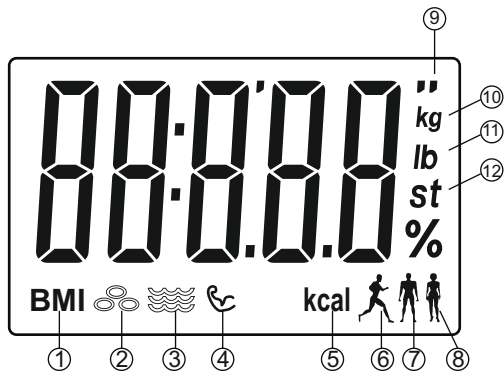
# 2.



3x AAA



# 3.



**SAFETY CONDITIONS. IMPORTANT INSTRUCTIONS ON SAFETY OF USE  
PLEASE READ CAREFULLY AND KEEP FOR FUTURE REFERENCE**

1. Before using the product please read carefully and always comply with the following instructions. The manufacturer is not responsible for any damages due to any misuse.
2. The product is only to be used indoors. Do not use the product for any purpose that is not compatible with its application.
3. Please be cautious when using around children. Do not let the children to play with the product. Do not let children or people who do not know the device to use it without supervision.
4. **WARNING:** This device may be used by children over 8 years of age and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or persons without experience or knowledge of the device, only under the supervision of a person responsible for their safety, or if they were instructed on the safe use of the device and are aware of the dangers associated with its operation. Children should not play with the device. Cleaning and maintenance of the device should not be carried out by children, unless they are over 8 years of age and these activities are carried out under supervision.
5. Never put whole device into the water. Never expose the product to the atmospheric conditions such as direct sun light or rain, etc.. Never use the product in humid conditions.
6. Never use the product if it was dropped or damaged in any other way or if it does not work properly. Do not try to repair the defected product yourself because it can lead to electric shock. Damaged device always turn to a professional service location in order to repair it. All the repairs can be done only by authorized service professionals. The repair that was done incorrectly can cause hazardous situations for the user.
7. Never put the product on or close to the hot or warm surfaces or the kitchen appliances like the electric oven or gas burner.
8. Never use the product close to combustibles.
9. Never use this device close to water, e.g.: Under shower, in bathtub or above sink filled with water.
10. Do not touch the device with wet hands.
11. The batteries may leak if they are flat or were not used for an extended period of time. To protect the device and your health, replace them regularly and avoid skin contact with leaking batteries.
12. The device should be turned off each time it is put aside.
13. Please use the device on a stable and flat surface.
14. Please keep the device away from the influence of strong electromagnetic fields.
15. Please ensure that the surface on which the device is used is not damp or slippery.
16. Please ensure that heavy objects do not fall on the display and glass part of the device.
17. If product is not used for an extended period, please remove the battery.
18. **DO NOT** strike, **DO NOT** shake and **DO NOT** drop the device.
19. Stand still on the scale while the measurement is being taken.



20. Do not use for commercial or medical purposes.
21. It is recommended that you weigh yourself at the same time each day.
22. The measurements given by the scale can be misleading if you weigh yourself after intense exercise, during a strict diet or if you are dehydrated.
23. People under 18 years of age and the elderly may use only the weight measurement option. The results of measurement options (amount of water, fat or muscle) can be misleading for people over 80 years of age and people who practice bodybuilding.
24. The device is not intended for pregnant women, people undergoing dialysis, people with heart pacemakers and other medical implants.
25. If your measurements differ from the norm, consult a physician.
26. The scale will not calculate body fat unless you have bare feet.
27. For an accurate body fat estimate, do not bend your knees, and keep your legs/thighs apart and straight when standing on the scale.
28. The body fat function is not recommended for use by pregnant women, people with fever, swollen legs or other edemas, as well as a person who is over hydrated or dehydrated.
29. Body fat percentages may be slightly higher or lower for users with diabetes and other health conditions.
30. Women naturally store approximately 5% more body fat than men.

#### DESCRIPTION OF THE DEVICE (Fig. 1)

##### 1.1 - Function keys:

a) Up button b) Down Button c) On button / SET button

1.2 - LCD display      1.3 - Measurement plates      1.4 - Scale platform

#### LCD DISPLAY (Fig. 3):

3.1 - BMI readout      3.2 - Body fat % reading      3.3 - Body water % reading  
 3.4 - Muscle mass % reading      3.5 - Calories      3.6 - Athlete mode icon/activity level icon  
 3.7 - Male icon      3.8 - Female icon      3.9 - Height displayed in feet/inches (for lb readout only)  
 3.10 - Weight in kg      3.11 - Weight in lb      3.12 - Weight in st

#### BEFORE FIRST USE

Insert the correct batteries into the compartment (See "Replacing the battery").

#### WEIGHING

- 1) Place the scale on a hard and flat surface (avoid carpets and soft surfaces).
- 2) Gently step on the scale. Stand on the scale evenly distributing your weight and do not move until your weight reading shown on the display. If you are in socks display will show ERR-1 mark as is unable to start body composition measurements.

#### SETTING MEASUREMENT PARAMETERS

You can set: user number, gender (and body type), activity level, height and age

- 1) Press SET (c) button. An option to set the user memory number will appear blinking.
- 3) Use arrows (a) and (b) buttons to choose a user memory number (10 memories available: P-1 – P-10).
- 4) Press SET (c) to confirm your choice.
- 5) An option to set the gender and body type will appear blinking.
- 6) Use arrows (a) and (b) buttons to choose your type between: female, male, female athletic type, male athletic type.
- NOTE: Athletic type is a type who consistently trains minimum 3 times per week for two hours each time, in order to improve specific skills required in the performance of their specific sport and/or activity.
- 7) Press SET (c) to confirm your choice.
- 8) Select your activity level according to the following guidelines:

- Level-1 Sedentary/very inactive: little or no exercise
- Level-2 Limited activity: exercise/sports 1-3 days a week
- Level-3 Moderate activity: exercise/sports 4-5 days a week
- Level-4 Very active: exercise/sports 6-7 days a week

Level-5 Extremely active" physically demanding exercise/sports or athletic training.

9) Press SET (c) to confirm your choice.

10) Select your height (between 100 – 220cm tall)

NOTE: device is showing weight in kilograms and height in centimeters.

11) Press SET (c) to confirm your choice.

12) Select your age A-18 – A-80 (individuals aged 18 to 80)

13) Press SET (c) to confirm your choice. Scale will show "0.0" on the screen ready to measure weight. Your personal information is saved in memory.

#### WEIGHING WITH MEASUREMENT

1) Place the scale on a hard and flat surface. Take off socks, position your feet with maximum contact on the metal plate of the platform.

2) Press the SET (c) button. The last user's memory number and parameters will appear. If you want to change the user or parameters use the (a) and (b) buttons once parameters are blinking. Wait until the display shows "0" and is ready to weigh.

3) Gently step on the scale platform with bare feet. Both feet should touch the measurement plates (1.3). Stand on the scales evenly distributing your weight and do not move until your weight reading shown on the display stops changing and the measurement sign: 0000 appears. Once done, the scale will show results in the following sequence: BMI readout, body fat %, body water %, muscle mass %, basal metabolic rate (kcal), weight (kg,lb,st) . Results will be repeated 2 times then scale will turn off automatically.

#### AUTOMATIC USER IDENTIFICATION

While you have programmed your personal data into memory and weighted yourself once, the scale will recognize you by your weight. It will detect all profiles within +/-3 kilograms (6.6lbs) . Just step on the platform with bare foot and wait until scale recognize your weight and compare them with memorized programs. Your weight will display for 2 seconds and then scale will start body composition measurements.

If there is more than one user profile whose weight is close to the person being weighed (within 3kgs) scale will show 2 closest programs that are conflicting (for example: P1P2). Step off the scale and press down and up buttons to choose your profile.

NOTE: you can delete programs from the memory if they are in conflict. While scale is showing conflicting programs select one of them by pressing arrows (a or b). Then hold SET button for 3 seconds. Display will show "dEL". Next time the scale is turned on, profile will be deleted from the memory.

#### SELECTING UNITS OF MEASURE (Fig.2):

UNIT button is at the back of the scale. Press the UNIT button to change the units of measure. Units of measure: "LB", "KG", "ST.LB". The unit will be visible on the display.

#### MESSAGES

Lo – Low battery

Err – Excessive scale load

0000 - During measurement

#### REPLACING THE BATTERY (Fig.2):

Remove the lid of the battery compartment at the bottom of the scale. Remove the old battery. Insert the new battery of the right type.

Close the lid of the battery compartment.

#### CLEANING AND MAINTENANCE

Gently wipe the scale with a dry or slightly damp cloth.

#### TECHNICAL DATA

Power: 3x 1.5V LR03 (AAA) battery

Capacity: 225 kg

Accuracy: 100g



To protect your environment: please separate carton boxes and plastic bags and dispose them in corresponding waste bins. Used appliance should be delivered to the dedicated collecting points due to hazardous components, which may effect the environment. Do not dispose this appliance in the common waste bin.

## DEUTSCH

**SICHERHEITSBEDINGUNGEN. WICHTIGE HINWEISE ZUR GEBRAUCHSSICHERHEIT  
BITTE SORGFÄLTIG LESEN UND FÜR ZUKÜNFTIGE VERWEISE AUFBEWAHREN**

1. Bevor Sie das Produkt verwenden, lesen Sie es bitte sorgfältig durch und befolgen Sie immer die folgenden Anweisungen. Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch entstehen.

2. Das Produkt darf nur in Innenräumen verwendet werden. Verwenden Sie das Produkt nicht für Zwecke, die mit seiner Anwendung nicht kompatibel sind.

3. Bitte seien Sie vorsichtig, wenn Sie in der Nähe von Kindern arbeiten. Lassen Sie die Kinder nicht mit dem Produkt spielen. Lassen Sie Kinder oder Personen, die das Gerät nicht kennen, es nicht unbeaufsichtigt benutzen.

4. **WARNUNG:** Dieses Gerät darf von Kindern über 8 Jahren und Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder Personen ohne Erfahrung oder Kenntnis des Geräts nur unter Aufsicht einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person verwendet werden wenn sie über den sicheren Gebrauch des Gerätes unterrichtet wurden und sich der Gefahren bewusst sind, die mit seinem Betrieb verbunden sind. Kinder sollten nicht mit dem Gerät spielen. Die Reinigung und Wartung des Geräts darf nur von Kindern durchgeführt werden, die älter als 8 Jahre sind und diese Tätigkeiten unter Aufsicht ausführen.

5. Tauchen Sie niemals das ganze Gerät ins Wasser. Setzen Sie das Produkt niemals atmosphärischen Bedingungen wie direktem Sonnenlicht oder Regen usw. aus. Verwenden Sie das Produkt niemals unter feuchten Bedingungen.

6. Verwenden Sie das Produkt niemals, wenn es heruntergefallen ist oder auf andere Weise beschädigt wurde oder wenn es nicht richtig funktioniert. Versuchen Sie nicht, das defekte Produkt selbst zu reparieren, da dies zu einem elektrischen Schlag führen kann. Wenden Sie sich zur Reparatur eines beschädigten Geräts immer an einen professionellen Kundendienst. Alle Reparaturen dürfen nur von autorisierten Fachleuten durchgeführt werden. Die unsachgemäße Reparatur kann zu gefährlichen Situationen für den Benutzer führen.

7. Stellen Sie das Produkt niemals auf oder in der Nähe von heißen oder warmen Oberflächen oder Küchengeräten wie Elektrobackofen oder Gasbrenner auf.

8. Verwenden Sie das Produkt niemals in der Nähe von brennbaren Stoffen.

9. Verwenden Sie dieses Gerät niemals in der Nähe von Wasser, z. B. :

Unter der Dusche, in der Badewanne oder über einem mit Wasser gefüllten Waschbecken.

10. Berühren Sie das Gerät nicht mit nassen Händen.

11. Die Batterien können auslaufen, wenn sie leer sind oder längere Zeit nicht benutzt wurden.

Um das Gerät und Ihre Gesundheit zu schützen, ersetzen Sie es regelmäßig und vermeiden Sie Hautkontakt mit auslaufenden Batterien.

12. Das Gerät sollte jedes Mal ausgeschaltet werden, wenn es beiseite gelegt wird.

13. Bitte verwenden Sie das Gerät auf einer stabilen und ebenen Fläche.

14. Bitte halten Sie das Gerät von starken elektromagnetischen Feldern fern.

15. Bitte stellen Sie sicher, dass die Oberfläche, auf der das Gerät verwendet wird, nicht feucht oder rutschig ist.

16. Bitte achten Sie darauf, dass keine schweren Gegenstände auf das Display und das Glasteil des Geräts fallen.

17. Wenn das Produkt längere Zeit nicht verwendet wird, entfernen Sie bitte den Akku.



18. NICHT zuschlagen, NICHT schütteln und das Gerät NICHT fallen lassen.
19. Stehen Sie während der Messung auf der Waage.
20. Nicht für kommerzielle oder medizinische Zwecke verwenden.
21. Es wird empfohlen, dass Sie sich jeden Tag zur gleichen Zeit wiegen.
22. Die auf der Skala angegebenen Maße können irreführend sein, wenn Sie sich nach intensiver körperlicher Betätigung, während einer strengen Diät oder bei Dehydrierung wiegen.
23. Personen unter 18 Jahren und ältere Menschen dürfen nur die Option zur Gewichtsmessung verwenden. Die Ergebnisse der Messoptionen (Menge an Wasser, Fett oder Muskeln) können für Personen über 80 Jahre und Personen, die Bodybuilding praktizieren, irreführend sein.
24. Das Gerät ist nicht für schwangere Frauen, dialysepflichtige Personen, Personen mit Herzschrittmachern und andere medizinische Implantate bestimmt.
25. Wenn Ihre Messungen von der Norm abweichen, konsultieren Sie einen Arzt.
26. Die Waage berechnet kein Körperfett, es sei denn, Sie haben nackte Füße.
27. Um eine genaue Schätzung des Körperfetts zu erhalten, beugen Sie nicht Ihre Knie und halten Sie Ihre Beine / Schenkel auseinander und gerade, wenn Sie auf der Waage stehen.
28. Die Körperfettfunktion wird nicht empfohlen für Schwangere, Personen mit Fieber, geschwollenen Beinen oder anderen Ödemen sowie Personen, die übermäßig hydratisiert oder dehydriert sind.
29. Der Körperfettanteil kann bei Anwendern mit Diabetes und anderen gesundheitlichen Problemen geringfügig höher oder niedriger sein.
30. Frauen speichern natürlich ungefähr 5% mehr Körperfett als Männer.

#### BESCHREIBUNG DES GERÄTS (Abb. 1)

##### 1.1 - Funktionstasten:

- |                   |                   |                          |
|-------------------|-------------------|--------------------------|
| a) Aufwärts-Taste | b) Abwärts-Taste  | c) Ein-Taste / SET-Taste |
| 1.2 - LCD-Anzeige | 1.3 - Messplatten | 1.4 - Waagenplattform    |

#### LCD-ANZEIGE (Abb. 3):

- |                             |                            |  |
|-----------------------------|----------------------------|--|
| 3.1 - BMI-Anzeige           | 3.2 - Körperfettanteil in% | 3.3 - Körperwasser% Messwert                     |
| 3.4 - Muskelmasse% Messwert | 3.5 - Kalorien             | 3.6 - Symbol für Athletenmodus / Aktivitätsstufe |
| 3.7 - Männliches Symbol     | 3.8 - Weibliches Symbol    | 3.9 - Höhe in Fuß / Zoll (nur für lb-Anzeige)    |
| 3.10 - Gewicht in kg        | 3.11 - Gewicht in lb.      | 3.12 - Gewicht in st                             |

#### VOR DEM ERSTEN GEBRAUCH

Legen Sie die richtigen Batterien in das Fach ein (siehe „Austauschen der Batterie“).

#### WIEGEN

- 1) Stellen Sie die Waage auf eine harte und flache Oberfläche (vermeiden Sie Teppiche und weiche Oberflächen).
- 2) Treten Sie vorsichtig auf die Waage. Stellen Sie sich gleichmäßig auf die Waage und bewegen Sie sich nicht, bis Ihre Gewichtsanzeige angezeigt wird
- der Bildschirm. Wenn Sie sich in Socken befinden, zeigt das Display die ERR-1-Markierung an, da keine Messungen der Körperzusammensetzung gestartet werden können.

#### MESSPARAMETER EINSTELLEN

Sie können festlegen: Benutzernummer, Geschlecht (und Körpertyp), Aktivitätsstufe, Größe und Alter

- 1) Drücken Sie die SET (c) -Taste. Eine Option zum Einstellen der Benutzerspeichernummer blinkt.
- 3) Verwenden Sie die Pfeiltasten (a) und (b), um eine Benutzerspeichernummer auszuwählen (10 Speicher verfügbar: P-1 - P-10).
- 4) Drücken Sie SET (c), um Ihre Auswahl zu bestätigen.
- 5) Eine Option zum Einstellen von Geschlecht und Körpertyp blinkt.
- 6) Verwenden Sie die Pfeiltasten (a) und (b), um Ihren Typ auszuwählen zwischen: weiblich, männlich, weiblicher Sporttyp, männlicher

## Sporttyp.

HINWEIS: Der Sporttyp ist ein Typ, der regelmäßig mindestens zwei Stunden pro Woche trainiert, um die spezifischen Fähigkeiten zu verbessern, die für die Ausführung seiner spezifischen Sportart und / oder Aktivität erforderlich sind.

7) Drücken Sie SET (c), um Ihre Auswahl zu bestätigen.  
8) Wählen Sie Ihre Aktivitätsstufe gemäß den folgenden Richtlinien aus:

Level-1 sitzend / sehr inaktiv: wenig oder keine Übung

Level-2 Begrenzte Aktivität: Bewegung / Sport 1-3 Tage die Woche

Stufe 3 Mäßige Aktivität: Bewegung / Sport 4-5 Tage die Woche

Level 4 Sehr aktiv: Bewegung / Sport 6-7 Tage die Woche

Level-5 Extrem aktive, körperlich anstrengende Übung / Sport oder sportliches Training.

9) Drücken Sie SET (c), um Ihre Auswahl zu bestätigen.

10) Wählen Sie Ihre Größe (zwischen 100 - 220 cm groß)

HINWEIS: Das Gerät zeigt das Gewicht in Kilogramm und die Höhe in Zentimetern an.

11) Drücken Sie SET (c), um Ihre Auswahl zu bestätigen.

12) Wählen Sie Ihr Alter A-18 - A-80 (Personen im Alter von 18 bis 80)

13) Drücken Sie SET (c), um Ihre Auswahl zu bestätigen. Die Waage zeigt auf dem Bildschirm „0.0“ an, um das Gewicht zu messen. Ihre persönlichen Daten werden gespeichert.

## MIT MESSUNG GEWICHTEN

1) Stellen Sie die Waage auf eine harte und flache Oberfläche. Ziehen Sie die Socken aus und positionieren Sie Ihre Füße mit maximalem Kontakt auf der Metallplatte der Plattform.

2) Drücken Sie die SET (c) -Taste. Die Speichernummer und die Parameter des letzten Benutzers werden angezeigt. Wenn Sie den Benutzer oder die Parameter ändern möchten, verwenden Sie die Tasten (a) und (b), sobald die Parameter blinken. Warten Sie, bis das Display "0" anzeigt und zum Wiegen bereit ist.

3) Treten Sie vorsichtig mit bloßen Füßen auf die Waagenplattform. Beide Füße sollten die Messplatten (1.3) berühren. Stellen Sie sich gleichmäßig auf die Waage

Verteilen Sie Ihr Gewicht und bewegen Sie sich nicht, bis sich Ihr auf dem Display angezeigter Gewichtswert nicht mehr ändert und das Messzeichen:

0000 erscheint. Sobald dies erledigt ist, zeigt die Skala die Ergebnisse in der folgenden Reihenfolge: BMI-Anzeige, Körperfett%, Körperwasser%, Muskelmasse%, Grundumsatz (kcal), Gewicht (kg, lb, st). Die Ergebnisse werden zweimal wiederholt, dann wird die Skalierung automatisch ausgeschaltet.

## AUTOMATISCHE BENUTZERIDENTIFIZIERUNG

Während Sie Ihre persönlichen Daten in den Speicher programmiert und sich einmal gewichtet haben, erkennt die Waage Sie an Ihrem Gewicht. Es werden alle Profile innerhalb von +/- 3 Kilogramm (6,6 Pfund) erkannt. Treten Sie einfach mit nacktem Fuß auf die Plattform und warten Sie, bis die Waage Ihr Gewicht erkennt, und vergleichen Sie sie mit gespeicherten Programmen. Ihr Gewicht wird 2 Sekunden lang angezeigt und dann startet die Waage die Messung der Körperzusammensetzung.

Wenn es mehr als ein Benutzerprofil gibt, dessen Gewicht nahe an der zu wiegenden Person liegt (innerhalb von 3 kg), werden auf der Waage zwei widersprüchliche Programme angezeigt (z. B. P1P2). Verlassen Sie die Skala und drücken Sie die Tasten nach unten und oben, um Ihr Profil auszuwählen.

HINWEIS: Sie können Programme aus dem Speicher löschen, wenn sie in Konflikt stehen. Während die Skala widersprüchliche Programme anzeigt, wählen Sie eines davon durch Drücken der Pfeile (a oder b) aus. Halten Sie dann die SET-Taste 3 Sekunden lang gedrückt. Das Display zeigt "dEL" an. Beim nächsten Einschalten der Waage wird das Profil aus dem Speicher gelöscht.

## AUSWAHL DER MESSEINHEITEN (Abb. 2):

Die UNIT-Taste befindet sich hinten auf der Skala. Drücken Sie die UNIT-Taste, um die Maßeinheiten zu ändern. Maßeinheiten: "LB", "KG", "ST.LB". Das Gerät wird auf dem Display angezeigt.

## MITTEILUNGEN

Lo - Batterie schwach

Err - Übermäßige Skalenbelastung

0000 - Während der Messung

## ERSETZEN DER BATTERIE (Abb.2):

Entfernen Sie den Deckel des Batteriefachs am unteren Rand der Waage. Entfernen Sie die alte Batterie. Legen Sie die neue Batterie des richtigen Typs ein.

Schließen Sie den Deckel des Batteriefachs.

## REINIGUNG UND INSTANDHALTUNG

Wischen Sie die Waage vorsichtig mit einem trockenen oder leicht feuchten Tuch ab.

## TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung: 3x 1,5 V LR03 (AAA) Batterie

Kapazität: 225 kg

Genauigkeit: 100 g



Den Pappkarton im Altpapier entsorgen. Polyäthylenbeutel (PE) in dem Behälter für Kunststoff entsorgen. Das abgenutzte Gerät zum Recycling zu einer offiziellen Sammelstelle bringen, da es gefährliche Substanzen enthält, die die Umwelt gefährden können. Das Gerät sollte in einer Form abgegeben werden, die eine weitere Nutzung unmöglich macht. Wenn es Batterien enthält, sollten diese rausgenommen und separat an einer Sammelstelle abgegeben werden. Das Gerät darf nicht in den Hausmüll rausgeworfen werden!!



## CONDITIONS DE SECURITE. INSTRUCTIONS IMPORTANTES SUR LA SÉCURITÉ D'UTILISATION

VEUILLEZ LIRE ATTENTIVEMENT ET CONSERVER POUR RÉFÉRENCE FUTURE

1. Avant d'utiliser le produit, veuillez lire attentivement et toujours respecter les instructions suivantes. Le fabricant n'est pas responsable des dommages dus à une mauvaise utilisation.
  2. Le produit ne doit être utilisé qu'à l'intérieur. N'utilisez pas le produit à des fins incompatibles avec son application.
  3. veuillez être prudent lors de l'utilisation autour des enfants. Ne laissez pas les enfants jouer avec le produit. Ne laissez pas des enfants ou des personnes qui ne connaissent pas l'appareil l'utiliser sans surveillance.
  4. AVERTISSEMENT: Cet appareil peut être utilisé par des enfants de plus de 8 ans et des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou des personnes sans expérience ou connaissance de l'appareil, uniquement sous la supervision d'une personne responsable de leur sécurité, ou s'ils ont été informés de l'utilisation sûre de l'appareil et sont conscients des dangers associés à son fonctionnement. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien de l'appareil ne doivent pas être effectués par des enfants, sauf s'ils ont plus de 8 ans et que ces activités sont effectuées sous surveillance.
  5. Ne jamais mettre l'appareil entier dans l'eau. N'exposez jamais le produit aux conditions atmosphériques telles que la lumière directe du soleil ou la pluie, etc. N'utilisez jamais le produit dans des conditions humides.
  6. Ne jamais utiliser le produit s'il a été échappé ou endommagé de toute autre manière ou s'il ne fonctionne pas correctement. N'essayez pas de réparer vous-même le produit défectueux car cela peut entraîner un choc électrique. L'appareil endommagé se tourne toujours vers un centre de service professionnel afin de le réparer. Toutes les réparations ne peuvent être effectuées que par des professionnels de service autorisés. Une réparation incorrecte peut entraîner des situations dangereuses pour l'utilisateur.
  7. Ne jamais placer le produit sur ou à proximité de surfaces chaudes ou tièdes ou d'appareils de cuisine comme le four électrique ou le brûleur à gaz.
  8. Ne jamais utiliser le produit à proximité de combustibles.
  9. Ne jamais utiliser cet appareil près de l'eau, par exemple: sous la douche, dans la baignoire ou au-dessus d'un évier rempli d'eau.
  10. Ne touchez pas l'appareil avec les mains mouillées.
  11. Les piles peuvent fuir si elles sont déchargées ou n'ont pas été utilisées pendant une période prolongée.
- Pour protéger l'appareil et votre santé, remplacez-les régulièrement et évitez tout contact cutané avec des piles qui fuient.
12. L'appareil doit être éteint chaque fois qu'il est mis de côté.
  13. Veuillez utiliser l'appareil sur une surface stable et plane.



14. Veuillez tenir l'appareil éloigné de l'influence des champs électromagnétiques puissants.
15. Veuillez vous assurer que la surface sur laquelle l'appareil est utilisé n'est pas humide ou glissante.
16. Veuillez vous assurer qu'aucun objet lourd ne tombe sur l'écran et la partie vitrée de l'appareil.
17. Si le produit n'est pas utilisé pendant une période prolongée, veuillez retirer la batterie.
18. NE PAS frapper, NE PAS secouer et NE PAS laisser tomber l'appareil.
19. Tenez-vous toujours sur l'échelle pendant la prise de mesure.  
Ne pas utiliser à des fins commerciales ou médicales.
21. Il est recommandé de vous peser à la même heure chaque jour.
22. Les mesures données par la balance peuvent être trompeuses si vous vous pesez après un exercice intense, pendant un régime strict ou si vous êtes déshydraté.
23. Les personnes de moins de 18 ans et les personnes âgées ne peuvent utiliser que l'option de mesure du poids. Les résultats des options de mesure (quantité d'eau, de graisse ou de muscle) peuvent être trompeurs pour les personnes de plus de 80 ans et les personnes qui pratiquent la musculation.
24. Le dispositif n'est pas destiné aux femmes enceintes, aux personnes sous dialyse, aux personnes portant un stimulateur cardiaque et à d'autres implants médicaux.
25. Si vos mesures diffèrent de la norme, consultez un médecin.
26. La balance ne calculera pas la graisse corporelle à moins d'avoir les pieds nus.
27. Pour une estimation précise de la graisse corporelle, ne pliez pas vos genoux et gardez vos jambes / cuisses écartées et droites lorsque vous vous tenez sur la balance.
28. La fonction de la graisse corporelle n'est pas recommandée pour les femmes enceintes, les personnes souffrant de fièvre, les jambes enflées ou d'autres œdèmes, ainsi que les personnes trop hydratées ou déshydratées.
29. Les pourcentages de graisse corporelle peuvent être légèrement supérieurs ou inférieurs pour les utilisateurs atteints de diabète et d'autres problèmes de santé.
30. Les femmes stockent naturellement environ 5% de graisse corporelle de plus que les hommes.

#### DESCRIPTION DE L'APPAREIL (Fig.1)

##### 1.1 - Touches de fonction:

a) Bouton haut                      b) Bouton bas                      c) Bouton marche / bouton SET

1.2 - Écran LCD 1.3 - Plaques de mesure 1.4 - Plate-forme de balance

#### AFFICHAGE LCD (Fig.3):

3.1 - Lecture de BMI	3.2 - Lecture du% de graisse corporelle	3.3 - Lecture du% d'eau corporelle
3.4 - Masse musculaire% lecture	3.5 - Calories	3.6 - Icône du mode athlète / icône du niveau d'activité
3.7 - Icône masculine	3.8 - Icône féminine	3.9 - Hauteur affichée en pieds / pouces (pour lecture lb uniquement)
3.10 - Poids en kg	3.11 - Poids en lb	3.12 - Poids en st

#### AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION

Insérez les piles appropriées dans le compartiment (voir «Remplacement des piles»).

#### PESÉE

- 1) Placez la balance sur une surface dure et plate (évités les tapis et les surfaces molles).
- 2) Montez doucement sur la balance. Tenez-vous sur la balance en répartissant uniformément votre poids et ne bougez pas jusqu'à ce

que votre lecture de poids indiquée sur l'affichage. Si vous êtes en chaussettes, l'affichage indiquera ERR-1 car il est impossible de démarrer les mesures de la composition corporelle.

### RÉGLAGE DES PARAMÈTRES DE MESURE

Vous pouvez définir: numéro d'utilisateur, sexe (et type de corps), niveau d'activité, taille et âge

1) Appuyez sur le bouton SET (c). Une option permettant de définir le numéro de mémoire utilisateur apparaît en clignotant.

3) Utilisez les flèches (a) et (b) pour choisir un numéro de mémoire utilisateur (10 mémoires disponibles: P-1 - P-10).

4) Appuyez sur SET (c) pour confirmer votre choix.

5) Une option pour définir le sexe et le type de corps apparaîtra clignotante.

6) Utilisez les flèches (a) et (b) pour choisir votre type entre: féminin, masculin, féminin athlétique, masculin athlétique.

REMARQUE: Le type athlétique est un type qui s'entraîne régulièrement un minimum de fois par semaine pendant deux heures à chaque fois, afin d'améliorer les compétences spécifiques requises dans la performance de leur sport et / ou activité spécifique.

7) Appuyez sur SET (c) pour confirmer votre choix.

8) Sélectionnez votre niveau d'activité selon les directives suivantes:

Niveau 1 Sédentaire / très inactif: peu ou pas d'exercice

Niveau 2 Activité limitée: exercice / sport 1 à 3 jours par semaine

Niveau 3 Activité modérée: exercice / sport 4-5 jours par semaine

Niveau 4 Très actif: exercice / sport 6-7 jours par semaine

Niveau 5 Extrêmement actif »exercice / sport ou entraînement athlétique physiquement exigeant.

9) Appuyez sur SET (c) pour confirmer votre choix.

10) Sélectionnez votre taille (entre 100 et 220 cm de hauteur)

REMARQUE: l'appareil affiche le poids en kilogrammes et la hauteur en centimètres.

11) Appuyez sur SET (c) pour confirmer votre choix.

12) Sélectionnez votre âge A-18 - A-80 (individus âgés de 18 à 80 ans)

13) Appuyez sur SET (c) pour confirmer votre choix. La balance affichera «0.0» sur l'écran prêt à mesurer le poids. Vos informations personnelles sont enregistrées dans la mémoire.

### PESÉE AVEC MESURE

1) Placez la balance sur une surface dure et plate. Enlevez les chaussettes, positionnez vos pieds avec un maximum de contact sur la plaque métallique de la plateforme.

2) Appuyez sur le bouton SET (c). Le numéro de mémoire et les paramètres du dernier utilisateur s'affichent. Si vous souhaitez modifier l'utilisateur ou les paramètres, utilisez les boutons (a) et (b) une fois que les paramètres clignotent. Attendez que l'affichage indique "0" et soit prêt à peser.

3) Montez doucement sur la plate-forme de la balance à pieds nus. Les deux pieds doivent toucher les plaques de mesure (1.3). Tenez-vous sur la balance uniformément répartissez votre poids et ne bougez pas jusqu'à ce que votre lecture de poids affichée à l'écran cesse de changer et que le signe de mesure:

0000 apparait. Une fois cela fait, l'échelle affichera les résultats dans la séquence suivante: lecture de l'IMC, % de graisse corporelle, % d'eau corporelle, % de masse musculaire, taux métabolique basal (kcal), poids (kg, lb, st). Les résultats seront répétés 2 fois, puis l'échelle s'éteindra automatiquement.

### IDENTIFICATION AUTOMATIQUE DE L'UTILISATEUR

Pendant que vous avez programmé vos données personnelles en mémoire et que vous vous êtes pesé une fois, la balance vous reconnaîtra par votre poids. Il détectera tous les profils à +/- 3 kilogrammes (6,6 livres). Il vous suffit de marcher pieds nus sur la plate-forme et d'attendre que la balance reconnaisse votre poids et de les comparer avec les programmes mémorisés. Votre poids s'affichera pendant 2 secondes, puis la balance commencera les mesures de la composition corporelle.

S'il y a plus d'un profil utilisateur dont le poids est proche de la personne pesée (dans les 3 kg), la balance affichera les 2 programmes les plus proches qui sont en conflit (par exemple: P1P2). Descendez de l'échelle et appuyez sur les boutons bas et haut pour choisir votre profil.

REMARQUE: vous pouvez supprimer des programmes de la mémoire s'ils sont en conflit. Pendant que l'échelle montre des programmes en conflit, sélectionnez-en un en appuyant sur les flèches (a ou b). Maintenez ensuite le bouton SET pendant 3 secondes. L'écran affichera «dEL». La prochaine fois que la balance sera allumée, le profil sera supprimé de la mémoire.

### SÉLECTION DES UNITÉS DE MESURE (Fig.2):

Le bouton UNIT est à l'arrière de la balance. Appuyez sur le bouton UNIT pour modifier les unités de mesure. Unités de mesure: "LB", "KG", "ST.LB". L'unité sera visible sur l'écran.

### MESSAGES

Lo - Batterie faible

Err - Charge d'échelle excessive

0000 - Pendant la mesure

### REMPLACEMENT DE LA BATTERIE (Fig.2):

Retirez le couvercle du compartiment des piles au bas de l'échelle. Retirez l'ancienne batterie. Insérez la nouvelle batterie du bon type. Fermez le couvercle du compartiment à piles.

### NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Essayez délicatement la balance avec un chiffon sec ou légèrement humide.

### DONNÉES TECHNIQUES

Alimentation: 3 piles 1,5 V LR03 (AAA)

Capacité: 225 kg

Précision: 100g



Respect de l'environnement. Nous vous prions de bien vouloir trier les emballages en carton ainsi que les sachets plastiques (en polyéthylène). L'appareil usagé ne doit pas être jeté à la poubelle mais remis au point de collecte prévu à cet effet car il contient des éléments pouvant être nocifs pour l'environnement. L'appareil électrique doit être remis de manière à limiter au maximum une éventuelle utilisation ultérieure. Si l'appareil contient des piles, il faut les retirer et les remettre à un autre point de collecte.

Ne pas jeter l'appareil dans une poubelle de déchets ménagers !!!

## ESPAÑOL

### CONDICIONES DE SEGURIDAD INSTRUCCIONES IMPORTANTES SOBRE SEGURIDAD DE USO

#### POR FAVOR LEA CUIDADOSAMENTE Y CONSERVE PARA REFERENCIA FUTURA

1. Antes de usar el producto, lea atentamente y cumpla siempre con las siguientes instrucciones. El fabricante no es responsable de ningún daño debido a un mal uso.
2. El producto solo debe usarse en interiores. No utilice el producto para ningún propósito que no sea compatible con su aplicación.
3. Tenga cuidado al usar cerca de niños. No permita que los niños jueguen con el producto. No permita que niños o personas que no conocen el dispositivo lo usen sin supervisión.
4. **ADVERTENCIA:** Este dispositivo puede ser utilizado por niños mayores de 8 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o personas sin experiencia o conocimiento del dispositivo, solo bajo la supervisión de una persona responsable de su seguridad, o si fueron instruidos sobre el uso seguro del dispositivo y son conscientes de los peligros asociados con su funcionamiento. Los niños no deben jugar con el dispositivo. La limpieza y el mantenimiento del dispositivo no deben ser realizados por niños, a menos que sean mayores de 8 años y estas actividades se realicen bajo supervisión.
5. Nunca ponga todo el dispositivo en el agua. Nunca exponga el producto a condiciones atmosféricas tales como luz solar directa o lluvia, etc. Nunca use el producto en condiciones húmedas.
6. Nunca use el producto si se cayó o se dañó de alguna otra manera o si no funciona correctamente. No intente reparar el producto defectuoso usted mismo, ya que puede provocar una descarga eléctrica. El dispositivo dañado siempre recurre a una ubicación de servicio profesional para repararlo. Todas las reparaciones solo pueden ser realizadas por profesionales de servicio autorizados. La reparación que se realizó incorrectamente puede causar situaciones peligrosas para el usuario.
7. Nunca coloque el producto sobre o cerca de las superficies calientes o calientes o los electrodomésticos de la cocina como el horno eléctrico o el quemador de gas.
8. Nunca use el producto cerca de combustibles.
9. Nunca use este dispositivo cerca del agua, por ejemplo: debajo de la ducha, en la bañera o encima del fregadero lleno de agua.
10. No toque el dispositivo con las manos mojadas.
11. Las baterías pueden tener fugas si están agotadas o si no se utilizaron durante un período prolongado de tiempo.



Para proteger el dispositivo y su salud, reemplácelos regularmente y evite el contacto de la piel con baterías con fugas.

12. El dispositivo debe apagarse cada vez que se deja de lado.
13. Utilice el dispositivo en una superficie estable y plana.
14. Mantenga el dispositivo alejado de la influencia de fuertes campos electromagnéticos.
15. Asegúrese de que la superficie sobre la que se usa el dispositivo no esté húmeda o resbaladiza.
16. Asegúrese de que no caigan objetos pesados sobre la pantalla y la parte de cristal del dispositivo.
17. Si el producto no se utiliza durante un período prolongado, retire la batería.
18. NO golpee, NO agite y NO deje caer el dispositivo.
19. Permanezca quieto en la báscula mientras se realiza la medición.
20. No lo use con fines comerciales o médicos.
21. Se recomienda que se pese a la misma hora todos los días.
22. Las mediciones proporcionadas por la báscula pueden ser engañosas si se pesa después de un ejercicio intenso, durante una dieta estricta o si está deshidratado.
23. Las personas menores de 18 años y los ancianos solo pueden usar la opción de medición de peso. Los resultados de las opciones de medición (cantidad de agua, grasa o músculo) pueden ser engañosos para las personas mayores de 80 años y las personas que practican culturismo.
24. El dispositivo no está diseñado para mujeres embarazadas, personas sometidas a diálisis, personas con marcapasos cardíacos y otros implantes médicos.
25. Si sus medidas difieren de la norma, consulte a un médico.
26. La báscula no calculará la grasa corporal a menos que tenga los pies descalzos.
27. Para una estimación precisa de la grasa corporal, no doble las rodillas y mantenga las piernas / muslos separados y rectos cuando esté de pie en la báscula.
28. La función de grasa corporal no se recomienda para mujeres embarazadas, personas con fiebre, piernas hinchadas u otros edemas, ni para personas que están demasiado hidratadas o deshidratadas.
29. Los porcentajes de grasa corporal pueden ser ligeramente más altos o más bajos para los usuarios con diabetes y otras afecciones de salud.
30. Las mujeres naturalmente almacenan aproximadamente un 5% más de grasa corporal que los hombres.

#### DESCRIPCIÓN DEL DISPOSITIVO (Fig. 1)

1.1 - Teclas de función:

a) Botón arriba      b) Botón abajo      c) Botón de encendido / botón SET

1.2 - Pantalla LCD    1.3 - Placas de medición    1.4 - Plataforma de escala

#### PANTALLA LCD (Fig. 3):

3.1 - Lectura de BMI

3.2 - Lectura de% de grasa corporal

3.3 - Lectura del% de agua corporal

3.4 - % de masa muscular en lectura

3.5 - Calorías

3.6 - Ícono de modo de atleta / ícono de nivel de actividad

3.7 - Ícono masculino

3.8 - Ícono femenino

3.9 - Altura mostrada en pies / pulgadas (solo para lectura de lb)

3.10 - Peso en kg

3.11 - Peso en lb

3.12 - Peso en st

#### ANTES DEL PRIMER USO

Inserte las baterías correctas en el compartimiento (consulte "Reemplazo de la batería").

PESO

- 1) Coloque la báscula sobre una superficie dura y plana (evite alfombras y superficies blandas).
- 2) Pise suavemente la báscula. Párese en la báscula distribuyendo uniformemente su peso y no se mueva hasta que su lectura de peso se muestre en la pantalla. Si está en calcetines, la pantalla mostrará la marca ERR-1, ya que no puede iniciar las mediciones de composición corporal.

#### CONFIGURACIÓN DE PARÁMETROS DE MEDICIÓN

Puede configurar: número de usuario, género (y tipo de cuerpo), nivel de actividad, altura y edad

- 1) Presione el botón SET (c). Aparecerá una opción para configurar el número de memoria del usuario.
- 3) Use los botones de flechas (a) y (b) para elegir un número de memoria de usuario (10 memorias disponibles: P-1 - P-10).
- 4) Presione SET (c) para confirmar su elección.
- 5) Una opción para configurar el género y el tipo de cuerpo aparecerá parpadeando.
- 6) Use los botones de flechas (a) y (b) para elegir su tipo entre: femenino, masculino, tipo atlético femenino, tipo atlético masculino.

NOTA: El tipo atlético es un tipo que entrena consistentemente un mínimo de veces por semana durante dos horas cada vez, para mejorar las habilidades específicas requeridas en el desempeño de su deporte y / o actividad específica.

- 7) Presione SET (c) para confirmar su elección.
- 8) Seleccione su nivel de actividad de acuerdo con las siguientes pautas:  
Nivel 1 Sedentario / muy inactivo: poco o nada de ejercicio  
Nivel 2 Actividad limitada: ejercicio / deportes 1-3 días a la semana  
Nivel 3 Actividad moderada: ejercicio / deportes 4-5 días a la semana  
Nivel 4 Muy activo: ejercicio / deportes 6-7 días a la semana  
Nivel 5: Ejercicio / deportes o entrenamiento atlético físicamente exigente extremadamente activo.

- 9) Presione SET (c) para confirmar su elección.
  - 10) Seleccione su altura (entre 100 y 220 cm de altura)
- NOTA: el dispositivo muestra el peso en kilogramos y la altura en centímetros.

- 11) Presione SET (c) para confirmar su elección.
- 12) Seleccione su edad A-18 - A-80 (personas de 18 a 80 años)
- 13) Presione SET (c) para confirmar su elección. La báscula mostrará "0.0" en la pantalla listo para medir el peso. Su información personal se guarda en la memoria.

#### PESAJE CON MEDICIÓN

- 1) Coloque la balanza sobre una superficie dura y plana. Quite los calcetines, coloque los pies con el máximo contacto en la placa de metal de la plataforma.
- 2) Presione el botón SET (c). Aparecerán el número de memoria y los parámetros del último usuario. Si desea cambiar el usuario o los parámetros, use los botones (a) y (b) una vez que los parámetros estén parpadeando. Espere hasta que la pantalla muestre "0" y esté listo para pesar.
- 3) Pise suavemente la plataforma de la báscula con los pies descalzos. Ambos pies deben tocar las placas de medición (1.3). Pararse en la balanza de manera uniforme distribuya su peso y no se mueva hasta que la lectura de su peso se muestra en la pantalla deje de cambiar y el signo de medición: 0000 aparece. Una vez hecho, la escala mostrará los resultados en la siguiente secuencia: lectura de IMC, % de grasa corporal, % de agua corporal, % de masa muscular, tasa metabólica basal (kcal), peso (kg, lb, st). Los resultados se repetirán 2 veces y luego la escala se apagará automáticamente.

#### IDENTIFICACIÓN AUTOMÁTICA DEL USUARIO

Si bien ha programado sus datos personales en la memoria y se ha pesado una vez, la báscula lo reconocerá por su peso. Detectará todos los perfiles dentro de +/- 3 kilogramos (6.6 libras). Simplemente pise la plataforma con los pies descalzos y espere hasta que la báscula reconozca su peso y compárelos con los programas memorizados. Su peso se mostrará durante 2 segundos y luego la báscula comenzará las mediciones de composición corporal.

Si hay más de un perfil de usuario cuyo peso está cerca de la persona que se está pesando (dentro de 3 kg), la escala mostrará 2 programas más cercanos que están en conflicto (por ejemplo: P1P2). Baje de la escala y presione los botones hacia arriba y hacia abajo para elegir su perfil.

NOTA: puede eliminar programas de la memoria si están en conflicto. Mientras la escala muestra programas en conflicto, seleccione uno de ellos presionando las flechas (aob). Luego mantenga presionado el botón SET durante 3 segundos. La pantalla mostrará "dEL". La próxima vez que encienda la báscula, el perfil se eliminará de la memoria.

#### SELECCIÓN DE UNIDADES DE MEDIDA (Fig.2):

El botón UNIT está en la parte posterior de la báscula. Presione el botón UNIT para cambiar las unidades de medida. Unidades de medida: "LB", "KG", "ST.LB". La unidad será visible en la pantalla.

#### MENSAJES

Lo - Batería baja

Err: carga de báscula excesiva

0000 - Durante la medición

#### REEMPLAZO DE LA BATERÍA (Fig.2):

Retire la tapa del compartimento de la batería en la parte inferior de la báscula. Retire la batería vieja. Inserte la nueva batería del tipo correcto.

Cierre la tapa del compartimento de la batería.

## LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Limpe suavemente la báscula con un paño seco o ligeramente húmedo.

### DATOS TÉCNICOS

Potencia: 3x 1.5V LR03 (AAA) batería

Capacidad: 225 kg

Precisión: 100g



Preocupación por el medio ambiente. Por favor, lleva las cajas de cartón a un sitio de reciclaje. Las bolsas de polietileno se deben tirar al cubo de la basura amarillo (para envases). El equipo gastado debe ser entregado en el punto de almacenamiento adecuado, porque las piezas que constituyen el equipo pueden suponer un peligro para el medio ambiente. Debes entregar el equipo Hay que devolver el equipo eléctrico con el fin de evitar su reutilización. Si en el equipo se encuentran pilas, hay que sacarlas y entregar por separado, en un punto de almacenamiento adecuado. No tires el equipo al contenedor para residuos urbanos!!

## PORTUGUÊS

### CONDIÇÕES DE SEGURANÇA. INSTRUÇÕES IMPORTANTES SOBRE SEGURANÇA DE USO. LEIA COM ATENÇÃO E MANTENHA-SE PARA FUTURA REFERÊNCIA

1. Antes de usar o produto, leia com atenção e sempre siga as instruções a seguir. O fabricante não se responsabiliza por quaisquer danos causados por mau uso.
2. O produto deve ser usado apenas dentro de casa. Não use o produto para qualquer finalidade que não seja compatível com a sua aplicação.
3. Por favor, seja cauteloso ao usar perto de crianças. Não deixe as crianças brincarem com o produto. Não permita que crianças ou pessoas que não conhecem o dispositivo o usem sem supervisão.
4. ADVERTÊNCIA: Este dispositivo pode ser usado por crianças acima de 8 anos de idade e pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou pessoas sem experiência ou conhecimento do dispositivo, somente sob a supervisão de uma pessoa responsável por sua segurança, ou se eles foram instruídos sobre o uso seguro do dispositivo e estão cientes dos perigos associados à sua operação. As crianças não devem brincar com o dispositivo. A limpeza e manutenção do dispositivo não devem ser realizadas por crianças, a menos que tenham mais de 8 anos de idade e essas atividades sejam realizadas sob supervisão.
5. Nunca coloque o dispositivo inteiro na água. Nunca exponha o produto a condições atmosféricas, como luz direta do sol ou chuva, etc. Nunca use o produto em condições úmidas.
6. Nunca use o produto se ele tiver caído ou estiver danificado de alguma outra maneira ou se não funcionar corretamente. Não tente reparar o produto defeituoso, pois pode causar choque elétrico. O dispositivo danificado sempre recorre a um local de serviço profissional para repará-lo. Todos os reparos podem ser feitos apenas por profissionais de serviço autorizados. O reparo que foi feito incorretamente pode causar situações perigosas para o usuário.
7. Nunca coloque o produto em superfícies quentes ou quentes ou perto de utensílios de cozinha, como o forno elétrico ou o queimador de gás.
8. Nunca use o produto próximo a combustíveis.
9. Nunca use este dispositivo perto da água, por exemplo: sob chuveiro, na banheira ou acima da pia cheia de água.
10. Não toque no dispositivo com as mãos molhadas.
11. As baterias podem vazar se estiverem gastas ou não forem usadas por um longo



período de tempo.

Para proteger o dispositivo e sua saúde, substitua-os regularmente e evite o contato da pele com o vazamento das baterias.

12. O dispositivo deve ser desligado toda vez que for deixado de lado.

13. Por favor, use o dispositivo em uma superfície estável e plana.

14. Mantenha o dispositivo longe da influência de fortes campos eletromagnéticos.

15. Certifique-se de que a superfície em que o dispositivo é usado não esteja úmida ou escorregadia.

16. Certifique-se de que objetos pesados não caiam na tela e na parte de vidro do dispositivo.

17. Se o produto não for utilizado por um longo período, remova a bateria.

18. NÃO bata, NÃO agite e NÃO derrube o dispositivo.

19. Fique parado na balança enquanto a medição está sendo realizada.

20. Não use para fins comerciais ou médicos.

21. Recomenda-se pesar-se à mesma hora todos os dias.

22. As medidas dadas pela balança podem ser enganosas se você se pesar após exercícios intensos, durante uma dieta rigorosa ou se estiver desidratado.

23. Pessoas com menos de 18 anos e idosos podem usar apenas a opção de medição de peso. Os resultados das opções de medição (quantidade de água, gordura ou músculo) podem ser enganosos para pessoas acima de 80 anos e praticantes de musculação.

24. O dispositivo não se destina a mulheres grávidas, pessoas em diálise, pessoas com marcapassos cardíacos e outros implantes médicos.

25. Se suas medidas diferirem da norma, consulte um médico.

26. A balança não calculará a gordura corporal, a menos que você tenha os pés descalços.

27. Para obter uma estimativa precisa da gordura corporal, não dobre os joelhos e mantenha as pernas / coxas separadas e retas quando estiver em pé na balança.

28. A função de gordura corporal não é recomendada para uso por mulheres grávidas, pessoas com febre, pernas inchadas ou outros edemas, bem como por uma pessoa que está hidratada ou desidratada.

29. Os percentuais de gordura corporal podem ser um pouco maiores ou menores para usuários com diabetes e outras condições de saúde.

30. As mulheres naturalmente armazenam aproximadamente 5% mais gordura corporal do que os homens.

#### DESCRIÇÃO DO DISPOSITIVO (Fig. 1)

1.1 - Teclas de função:

a) Botão Para cima    b) Botão para baixo    c) Botão On / botão SET

1.2 - Visor LCD    1.3 - Placas de medição    1.4 - Plataforma de balança

#### DISPLAY LCD (Fig. 3):

3.1 - Leitura do BMI

3.2 - Leitura de% de gordura corporal

3.3 - Leitura da% de água corporal

3.4 - Massa muscular% de leitura

3.5 - Calorias

3.6 - Ícone do modo atleta / ícone do nível de atividade

3.7 - Ícone masculino

3.8 - Ícone feminino

3.9 - Altura exibida em pés / polegadas (somente para leitura de lb)

3.10 - Peso em kg

3.11 - Peso em lb

3.12 - Peso em st

#### ANTES DO PRIMEIRO USO



Insira as pilhas corretas no compartimento (consulte "Substituindo a bateria").

## PESAGEM

- 1) Coloque a balança em uma superfície dura e plana (evite tapetes e superfícies macias).
- 2) Pise suavemente na balança. Fique na balança distribuindo uniformemente seu peso e não se mova até que a leitura de peso seja exibida na visor. Se você estiver de meias, o visor exibirá a marca ERR-1, pois não é possível iniciar as medições da composição corporal.

## CONFIGURANDO PARÂMETROS DE MEDIÇÃO

Você pode definir: número do usuário, sexo (e tipo de corpo), nível de atividade, altura e idade

- 1) Pressione o botão SET (c). Uma opção para definir o número da memória do usuário aparecerá piscando.
  - 3) Use as setas (a) e (b) para escolher um número de memória do usuário (10 memórias disponíveis: P-1 - P-10).
  - 4) Pressione SET (c) para confirmar sua escolha.
  - 5) Uma opção para definir o sexo e o tipo de corpo aparecerá piscando.
  - 6) Use os botões de setas (a) e (b) para escolher seu tipo entre: feminino, masculino, feminino, atlético e masculino.
- NOTA: O tipo Atlético é um tipo que treina consistentemente vezes mínimas por semana, durante duas horas de cada vez, para melhorar as habilidades específicas necessárias no desempenho de seu esporte e / ou atividade específicos.
- 7) Pressione SET (c) para confirmar sua escolha.
  - 8) Selecione seu nível de atividade de acordo com as seguintes diretrizes:  
Nível 1 Sedentário / muito inativo: pouco ou nenhum exercício  
Nível 2 Atividade limitada: exercício / esportes 1-3 dias por semana  
Nível 3 Atividade moderada: exercício / esporte 4-5 dias por semana  
Nível 4 Muito ativo: exercício / esporte 6-7 dias por semana  
Nível 5 Extremamente ativo "exercício físico / esportes ou treinamento atlético.
  - 9) Pressione SET (c) para confirmar sua escolha.
  - 10) Selecione sua altura (entre 100 e 220 cm de altura)
- NOTA: o dispositivo está mostrando peso em quilogramas e altura em centímetros.
- 11) Pressione SET (c) para confirmar sua escolha.
  - 12) Selecione sua idade A-18 - A-80 (indivíduos de 18 a 80 anos)
  - 13) Pressione SET (c) para confirmar sua escolha. A balança mostrará "0.0" na tela, pronta para medir o peso. Suas informações pessoais são salvas na memória.

## PESAGEM COM MEDIÇÃO

- 1) Coloque a balança em uma superfície dura e plana. Tire as meias, posicione os pés com o máximo contato na placa de metal da plataforma.
- 2) Pressione o botão SET (c). O número da memória e os parâmetros do último usuário serão exibidos. Se você deseja alterar o usuário ou os parâmetros, use os botões (a) e (b) quando os parâmetros estiverem piscando. Aguarde até que o visor mostre "0" e esteja pronto para pesar.
- 3) Pise suavemente na plataforma da balança com os pés descalços. Ambos os pés devem tocar as placas de medição (1.3). Fique na balança uniformemente distribuindo seu peso e não se mova até que a leitura de peso mostrada no visor pare de mudar e o sinal de medição: 0000 aparece. Uma vez concluída, a escala mostrará os resultados na seguinte sequência: leitura do IMC, % de gordura corporal, % de água corporal, % de massa muscular, taxa metabólica basal (kcal), peso (kg, lb, st). Os resultados serão repetidos 2 vezes e a balança será desligada automaticamente.

## IDENTIFICAÇÃO AUTOMÁTICA DO USUÁRIO

Enquanto você programou seus dados pessoais na memória e se ponderou uma vez, a balança o reconhecerá pelo seu peso. Ele detectará todos os perfis dentro de +/- 3 kg (6,6 lb). Basta pisar na plataforma com os pés descalços e esperar até a balança reconhecer seu peso e compará-los com programas memorizados. Seu peso será exibido por 2 segundos e a balança começará as medições da composição corporal.

Se houver mais de um perfil de usuário cujo peso seja próximo à pessoa que está sendo pesada (dentro de 3kgs), a balança mostrará 2 programas mais próximos que estão em conflito (por exemplo: P1P2). Saia da balança e pressione os botões para cima e para baixo para escolher seu perfil.

NOTA: você pode excluir programas da memória se eles estiverem em conflito. Enquanto a balança mostra programas conflitantes, selecione um deles pressionando as setas (a ou b). Mantenha pressionado o botão SET por 3 segundos. O visor exibirá "dEL". Na próxima vez que a balança for ligada, o perfil será excluído da memória.

## SELEÇÃO DE UNIDADES DE MEDIDA (Fig.2):

O botão UNIT está na parte de trás da balança. Pressione o botão UNIT para alterar as unidades de medida. Unidades de medida: "LB", "KG", "ST.LB". A unidade estará visível no visor.

## MENSAGENS

Lo - bateria fraca  
Err - Carga excessiva de balança  
0000 - Durante a medição

#### SUBSTITUIR A BATERIA (Fig.2):

Remova a tampa do compartimento da bateria na parte inferior da balança. Retire a bateria antiga. Insira a nova bateria do tipo certo. Feche a tampa do compartimento da bateria.

#### LIMPEZA E MANUTENÇÃO

Limpe cuidadosamente a balança com um pano seco ou levemente úmido.

#### DADOS TÉCNICOS

Alimentação: bateria 3x 1.5V LR03 (AAA)

Capacidade: 225 kg

Precisão: 100g



Proteção do meio ambiente. Rogamos, os embalagens de cartão destinem-se para papéis velhos. Os sacos de polietileno (PE) devem-se colocar em contenedores para material plástico. O dispositivo usado deve-se levar a um ponto de armazenamento adequado porque os componentes perigosos que ficam dentro do dispositivo podem ser perigosos para o meio ambiente. O dispositivo elétrico deve-se entregar de modo que se reduza a sua nova utilização e uso. Se no dispositivo há pilhas, devem-se tirar e levar a um ponto de armazenamento em separado. Não colocar o dispositivo em contenedores para resíduos municipais!!

## LIETUVIŲ

### SAUGOS SĄLYGOS. SVARBIOS NAUDOJIMO SAUGOS INSTRUKCIJOS ATSAKYKITE ATSARGIAI IR ATSILIEPKITE ATEITIES NUORODĄ

1. Prieš naudodamiesi gaminiu, atidžiai perskaitykite ir visada laikykitės šių nurodymų. Gamintojas neatsako už žalą, patirtą dėl netinkamo naudojimo.
2. Produktas bus naudojamas tik patalpose. Nenaudokite gaminio jokiems kitiems tikslams, kurie nesuderinami su jo taikymu.
3. Prašome būti atsargiems, kai naudojate aplink vaikus. Neleisk vaikams žaisti su produktu. Neleiskite vaikams ar žmonėms, kurie nežino prietaiso, jo naudoti be priežiūros.
4. ĮSPĖJIMAS: šį prietaisą gali naudoti vyresni nei 8 metų vaikai ir ribotos fizinės, jutimo ar psichinės galimybės asmenys arba asmenys, neturintys patirties ar žinių apie šį prietaisą, tik prižiūrėti už jų saugumą atsakingo asmens, arba jei jiems būtų nurodyta saugiai naudoti prietaisą ir jie žino apie pavojus, susijusius su jo naudojimu. Vaikai neturėtų žaisti su šiuo prietaisu. Prietaiso valyti ir prižiūrėti neturėtų vaikai, išskyrus atvejus, kai jie yra vyresni nei 8 metų, o šios veiklos atliekamos prižiūrint.
5. Niekada nemeskite viso prietaiso į vandenį. Niekada nelaikykite gaminio atmosferos sąlygose, tokiose kaip tiesioginiai saulės spinduliai, lietus ir pan. Niekada nenaudokite gaminio drėgnomis sąlygomis.
6. Niekada nenaudokite gaminio, jei jis buvo numestas ar kitaip sugadintas ar netinkamai veikia. Nemėginkite patys taisyti sugedusio produkto, nes tai gali sukelti elektros šoką. Sugadintas prietaisas visada kreipiasi į profesionalų aptarnavimo vietą, kad jį sutaisytų. Visus remontus gali atlikti tik įgalioti techninės priežiūros specialistai. Neteisingai atliktas remontas vartotojui gali sukelti pavojingų situacijų.
7. Niekada nedėkite gaminio ant karštų ar šiltų paviršių ar arti jų ar tokių virtuvės prietaisų kaip elektrinė orkaitė ar dujinis degiklis.
8. Niekada nenaudokite gaminio arti degių medžiagų.
9. Niekada nenaudokite šio prietaiso arti vandens, pvz. : po dušu,



vonioje ar virš kriauklės, užpildytos vandeniu.

10. Nelieskite prietaiso šlapiomis rankomis.

11. Baterijos gali ištekėti, jei jos yra tuščios arba nebuvo naudojamos ilgą laiką.

Norėdami apsaugoti įrenginį ir savo sveikatą, reguliariai juos pakeiskite ir venkite sąlyčio su oda dėl nesandarių baterijų.

12. Įrenginį reikia išjungti kiekvieną kartą atidarant.

13. Naudokite prietaisą ant stabilaus ir lygaus paviršiaus.

14. Laikykite įrenginį atokiau nuo stiprių elektromagnetinių laukų įtakos.

15. Patikrinkite, ar paviršius, ant kurio naudojamas prietaisas, nėra drėgnas ar slidus.

16. Įsitikinkite, kad sunkūs daiktai nepatenka į ekraną ir stiklinę prietaiso dalį.

17. Jei produktas nenaudojamas ilgą laiką, išimkite akumuliatorių.

18. **NENAUDOKITE, NENUMŠKITE ir NEMOKITE** prietaiso.

19. Stovėkite ant svarstyklių, kol atliekamas matavimas.

20. Nenaudokite komerciniais ar medicinos tikslais.

21. Rekomenduojama kiekvieną dieną sverti tuo pačiu laiku.

22. Skalės pateikti matavimai gali būti klaidinantys, jei jūs pasveriate save po intensyvaus fizinio krūvio, per griežtą dietą ar esate dehidratuoti.

23. Žmonės iki 18 metų ir vyresnio amžiaus žmonės gali naudotis tik svorio matavimo galimybe. Matavimo parinkčių (vandens, riebalų ar raumenų kiekis) rezultatai gali būti klaidinantys vyresniems nei 80 metų ir kultūrizmo praktikams.

24. Aparatas nėra skirtas nėščioms moterims, dializuojamiems žmonėms, žmonėms su širdies stimulatoriumi ir kitiems medicininiams implantams.

25. Jei jūsų matavimai skiriasi nuo normos, pasitarkite su gydytoju.

26. Skalė kūno riebalų neskaičiuos, jei neturėsite plikų kojų.

27. Norėdami tiksliai įvertinti riebalų kiekį kūne, nesulenkite kelių, o kojos (šlaunys) atskirtos ir tiesios, kai stovite ant svarstyklių.

28. Kūno riebalų funkcijos nerekomenduojama vartoti nėščioms moterims, karščiuojantiems, kojų patinimams ar kitoms edemoms, taip pat žmonėms, kuriems yra per daug hidratacijos ar dehidratacijos.

29. Kūno riebalų procentas gali būti šiek tiek didesnis ar mažesnis tiems, kurie serga cukriniu diabetu ir kitomis sveikatos ligomis.

30. Moterys natūraliai kaupia maždaug 5% daugiau kūno riebalų nei vyrai.

#### ĮRENGINIO APRAŠYMAS (1 pav.)

1.1 - Funkcijų mygtukai:

a) Aukštyn mygtukas    b) Žemyn mygtukas    c) Įjungimo mygtukas / SET mygtukas

1.2 - skystųjų kristalų ekranas 1.3 - matavimo ploktės 1.4 - mastelio platforma

Skystųjų kristalų ekranas (3 pav.):

3.1 - BMI rodmuo

3.2 - kūno riebalų procentinis rodmuo

3.3 - Kūno vandens% rodmuo

3.4 - Raumenų masės rodmuo%

3.5 - kalorijos

3.6 - Sportininko režimo piktograma / veiklos lygio piktograma

3.7 - vyro piktograma

3.8 - moters piktograma

3.9 - aukštis rodomas pėdomis / coliais (tik lb skaitymui)

3.10 - svoris kg

3.11 - svoris, išreikštas svariais

3.12 - Svoris st

#### PRIEŠ PIRMAJĮ NAUDOJIMĄ

Į skyrių įdėkite tinkamas baterijas (žr. „Baterijos keitimas“).

## SVORIS

- 1) Padėkite skalę ant kieto ir lygaus paviršiaus (venkite kilimų ir minkštų paviršių).
- 2) Švelniai ženkite ant svarstyklių. Atsistokite ant svarstyklių tolygiai paskirstydami savo svorį ir nejudėkite, kol nebus parodytas jūsų svorio rodmuo ekrane. Jei esate kojine, ekrane pasirodys ženklas ERR-1, nes jis negali pradėti kūno sudėjimo matavimų.

## MATAVIMO PARAMETRŲ NUSTATYMAS

Galite nustatyti: vartotojo numerį, lytį (ir kūno tipą), aktyvumo lygį, ūgį ir amžių

- 1) Paspauskite mygtuką SET (c). Parinktis nustatyti vartotojo atminties numerį pasirodys mirksinčia.

- 3) Rodyklėmis (a) ir (b) pasirinkite vartotojo atminties numerį (yra 10 atminties: P-1 - P-10).

- 4) Paspauskite SET (c), kad patvirtintumėte savo pasirinkimą.

- 5) Mirksės parinktis nustatyti lytį ir kūno tipą.

- 6) Rodyklių (a) ir (b) mygtukais pasirinkite savo tipą: moteriškas, vyriškas, moteriškas, sportinis, vyriškas.

PASTABA: Atletiškas tipas yra tas, kuris nuosekliai treniruojasi mažiausiai kartus per savaitę dvi valandas kiekvieną kartą, kad patobulintų specialiuosius įgūdžius, kurių reikia atliekant konkrečią sporto šaką ir (arba) veiklą.

- 7) Paspauskite SET (c), kad patvirtintumėte savo pasirinkimą.

- 8) Pasirinkite savo veiklos lygį pagal šias rekomendacijas:

1 lygis sėslus / labai neaktyvus: mažai mankštinamas arba jo nėra

2 lygis Ribota veikla: mankšta / sportas 1–3 dienas per savaitę

3 lygis Vidutinis aktyvumas: mankšta / sportas 4-5 dienas per savaitę

4 lygis Labai aktyvus: mankšta / sportas 6–7 dienas per savaitę

5 lygis Ypač aktyvi "fiziškai reikli mankšta / sportas ar atletikos treniruotės.

- 9) Paspauskite SET (c), kad patvirtintumėte savo pasirinkimą.

- 10) Pasirinkite aukštį (nuo 100 iki 220cm aukščio)

PASTABA: prietaisas rodo svorį kilogramais ir aukštį centimetrais.

- 11) Paspauskite SET (c), kad patvirtintumėte savo pasirinkimą.

- 12) Pasirinkite savo amžių A-18 - A-80 (asmenys nuo 18 iki 80 metų)

- 13) Paspauskite SET (c), kad patvirtintumėte savo pasirinkimą. Svarstyklės ekrane rodytų „0,0“, parengtas svoriui matuoti. Jūsų asmeninė informacija išsaugoma atmintyje.

## Svėrimas matuojant

- 1) Padėkite skalę ant kieto ir lygaus paviršiaus. Nusivilkite kojines, kiek įmanoma prispauskite kojas ant metalinės platformos plokštės.

- 2) Paspauskite mygtuką SET (c). Pasirodys paskutinio vartotojo atminties numeris ir parametrai. Jei norite pakeisti vartotoją ar parametrus, naudokite mygtukus (a) ir (b), kai parametrai mirksi. Palaukite, kol ekrane pasirodys „0“ ir jis bus paruoštas sverti.

- 3) Atsargiai, basomis kojomis, lipkite ant svarstyklių platformos. Abi kojos turėtų liesti matavimo plokštes (1.3). Tolygiai atsistokite ant svarstyklių

paskirstykite savo svorį ir nejudėkite, kol ekrane rodomas jūsų svorio rodmuo nebebus keičiamas ir matavimo ženklas:

Pasirodo 0000. Atlikus skalę, bus parodyta tokia seka: KMI rodmuo, kūno riebalų procentai, kūno vandens procentai, raumenų masė%, bazinis metabolizmo greitis (kcal), svoris (kg, lb, st). Rezultatai bus pakartoti 2 kartus, tada skalė automatiškai išsijungs.

## AUTOMATINIS VARTOTOJO IDENTIFIKAVIMAS

Užprogramavę asmeninius duomenis į atmintį ir vieną kartą įvertinę save, skalė atpažins jus pagal jūsų svorį. Jis aptinka visus profilius, kurių svoris +/- 3 kilogramai (6,6 svaro). Tiesiog užlipkite ant platformos plikomis kojomis ir palaukite, kad mastelis atpažins jūsų svorį ir palyginsite juos su įšimenamomis programomis. Jūsų svoris bus rodomas 2 sekundes, o tada skalė pradės kūno sudėjimo matavimus. Jei yra daugiau nei vienas vartotojo profilis, kurio svoris yra artimas sveriamam asmeniui (ne daugiau kaip 3 kg), skalė parodys 2 artimiausias programas, kurios konfliktuoja (pvz., P1P2). Atsisakykite mastelio ir paspauskite mygtukus žemyn ir aukštyn, kad pasirinktumėte profilį.

PASTABA: programas galite ištrinti iš atminties, jei jos prieštarauja. Kol mastelis rodo nesuderinamas programas, vieną iš jų pasirinkite spausdami rodykles (a arba b). Tada 3 sekundes palaikykite SET mygtuką. Ekrane pasirodys „dEL“. Kitą kartą įjungus skalę, profilis bus ištrintas iš atminties.

## MATAVIMO VIENETŲ PASIRINKIMAS (2 pav.):

Mygtukas UNIT yra skalės gale. Paspauskite mygtuką UNIT, kad pakeistumėte matavimo vienetus. Matavimo vienetai: „LB“, „KG“, „ST.LB“. Įrenginys bus matomas ekrane.

## PRANEŠIMAI

Lo - mažai akumulatoriaus

Err - per didelė skalės apkrova

0000 - matuojant

## AKUMULIATORIŲ KEITIMAS (2 pav.):

Nuimkite akumulatoriaus skyriaus dangtį skalės apačioje. Išimkite seną akumulatorių. Įdėkite naują tinkamo tipo akumulatorių.

Uzdarykite baterijų skyriaus dangtį.

## VALYMAS IR PRIEŽIŪRA

Švelniai nuvalykite skalę sausa ar šiek tiek drėgna šluoste.

## TECHNINIAI DUOMENYS

Maitinimas: 3x 1,5 V LR03 (AAA) baterija

Talpa: 225 kg

Tikslumas: 100g



Rūpinantis aplinka. Kartono pakuotes atiduoti į makulatūrą. Polietileno (PE) maišeliai mesti į plastikui skirtą konteinerį. Susidėvėjusį prietaisą atiduoti į atitinkamą atliekų surinkimo vietą, nes prietaise esančios pavojingos medžiagos gali kelti grėsmę aplinkai. Elektrinį prietaisą atiduoti tokį, kad nebūtų galima jo pakartotinai naudoti ir panaudoti. Jeigu prietaise yra baterijos, būtina jas išimti ir atskirai atiduoti į atliekų surinkimo vietą. Nemesti prietaiso į buitinių atliekų konteinerį!

## LATVIEŠU

### DROŠĪBAS NOSACĪJUMI. SVARĪGI NORĀDĪJUMI PAR LIETOŠANAS DROŠĪBU LŪDZU, LŪDZI RŪPĪGI LASĪT, UN GATAVIET NĀKAMĀS ATSAUCES

1. Pirms izstrādājuma lietošanas uzmanīgi izlasiet un vienmēr ievērojiet šos norādījumus. Izgatavotājs neatbild par zaudējumiem, kas radušies nepareizas izmantošanas dēļ.
2. Produkts ir paredzēts izmantot tikai telpās. Nelietojiet izstrādājumu mērķiem, kas nav saderīgi ar tā pielietojumu.
3. Lūdzu, esiet piesardzīgs, lietojot bērnus. Neļaujiet bērniem spēlēties ar izstrādājumu. Neļaujiet bērniem vai cilvēkiem, kuri nezina ierīci, to lietot bez uzraudzības.
4. BRĪDINĀJUMS: šo ierīci bērni, kas vecāki par 8 gadiem, un personas ar ierobežotām fiziskām, maņu vai garīgajām spējām, kā arī personas bez pieredzes vai zināšanām par ierīci var izmantot tikai tādas personas uzraudzībā, kas ir atbildīga par viņu drošību, vai ja viņiem ir dots norādījums par ierīces drošu lietošanu un viņi zina par briesmām, kas saistītas ar tās darbību. Bērni nedrīkst spēlēt ar ierīci. Ierīces tīrīšanu un apkopi nedrīkst veikt bērni, ja vien viņi ir vecāki par 8 gadiem un šīs darbības tiek veiktas uzraudzībā.
5. Nekad nelieciet visu ierīci ūdenī. Nekad nepakļaujiet produktu atmosfēras apstākļiem, piemēram, tiešai saules gaismai, lietum utt. Nekad nelietojiet produktu mitros apstākļos.
6. Nekad nelietojiet izstrādājumu, ja tas ir nokritis vai citādi bojāts vai ja tas nedarbojas pareizi. Nemēģiniet pats labot bojāto izstrādājumu, jo tas var izraisīt elektriskās strāvas triecienu. Bojāta ierīce vienmēr jāgriežas profesionālajā servisa vietā, lai to salabotu. Visus remontdarbus drīkst veikt tikai pilnvaroti servisa speciālisti. Nepareizi veikts remonts var izraisīt lietotājam bīstamas situācijas.
7. Nekādā gadījumā nelieciet izstrādājumu uz karstām vai siltām virsmām vai virtuves ierīču, piemēram, elektriskās cepeškrāsns vai gāzes degļa, tuvumā.
8. Nekad nelietojiet izstrādājumu viegli uzliesmojošu vielu tuvumā.
9. Nekad nelietojiet šo ierīci tuvu ūdenim, piemēram: zem dušas, vannā vai virs izlietnes, kas piepildīta ar ūdeni.
10. Neaiztieciot ierīci ar mitrām rokām.
11. Baterijas var noplūst, ja tās ir iztukšotas vai ilgstoši nav izmantotas. Lai aizsargātu ierīci un savu veselību, regulāri nomainiet tās un izvairieties no saskares ar ādu ar noplūstošām baterijām.
12. Ierīce ir jāizslēdz katru reizi, kad to noliek malā.
13. Lūdzu, izmantojiet ierīci uz stabilas un līdzenas virsmas.
14. Lūdzu, neļaujiet ierīcei atrasties spēcīgu elektromagnētisko lauku ietekmē.
15. Pārlicinieties, vai virsma, uz kuras tiek izmantota ierīce, nav mitra vai slidena.
16. Pārlicinieties, vai smagi priekšmeti nenokrīt uz ierīces displeja un stikla daļas.



17. Ja produkts ilgstoši netiek izmantots, lūdzu, izņemiet akumulatoru.
18. NENOKĀJIET, NEKUSTIET un NEMIETIET ierīci.
19. Stāvējiet uz skalas, kamēr tiek veikts mērījums.
20. Nelietot komerciālos vai medicīniskos nolūkos.
21. Ieteicams sevi nosvērt katru dienu vienā un tajā pašā laikā.
22. Skalā norādītie mērījumi var būt maldinoši, ja jūs nosverat sevi pēc intensīvas fiziskās slodzes, stingras diētas laikā vai ja esat dehidrēts.
23. Cilvēki līdz 18 gadu vecumam un vecāka gadagājuma cilvēki var izmantot tikai svara mērīšanas iespēju. Mērījumu iespēju rezultāti (ūdens, tauku vai muskuļu daudzums) var būt maldinoši cilvēkiem, kas vecāki par 80 gadiem, un cilvēkiem, kuri nodarbojas ar kultūrismu.
24. Ierīce nav paredzēta grūtniecēm, cilvēkiem, kuriem tiek veikta dialīze, cilvēkiem ar sirds elektrokardiostimulatoriem un citiem medicīniskiem implantiem.
25. Ja jūsu mērījumi atšķiras no normas, konsultējieties ar ārstu.
26. Skala neaprēķinās ķermeņa tauku daudzumu, ja vien jums nav pliku kāju.
27. Lai iegūtu precīzu ķermeņa tauku aprēķinu, nelieciet ceļus un, stāvot uz skalas, turiet kājas / augšstilbus atsevišķi un taisni.
28. Ķermeņa tauku funkciju nav ieteicams lietot grūtniecēm, personām ar drudzi, pietūkušām kājām vai citām tūskām, kā arī personām, kuras ir pārmērīgi hidratētas vai dehidrētas.
29. Ķermeņa tauku procentuālais daudzums lietotājiem, kuriem ir diabēts un citi veselības apstākļi, var būt nedaudz lielāks vai zemāks.
30. Sievietes dabiski uzkrāj apmēram 5% vairāk ķermeņa tauku nekā vīrieši.

#### IERĪCES APRAKSTS (1. att.)

1.1. Funkciju taustiņi:

a) poga augšup                      b) lejup poga                      c) ieslēgšanas poga / poga SET

1.2 - LCD displejs 1.3 - mērījumu plāksnes 1.4 - mēroga platforma

LCD displejs (3. att.):

3.1 - KMI rādījums	3.2 - ķermeņa tauku% nolasījums	3,3 - ķermeņa ūdens rādījums%
3.4 - muskuļu masas% nolasījums	3.5 - kalorijas	3.6 - Sportista režīma ikona / aktivitātes līmeņa ikona
3.7 - vīrieša ikona	3.8 - sievietes ikona	3.9. Attēlotais augstums pēdās / collās (tikai lb nolasīšanai)
3.10 - svars kg	3.11 - svars mārciņās	3.12 - svars st

#### PIRMS PIRMĀ LIETOŠANAS

Ievietojiet nodalījumā pareizās baterijas (sk. "Baterijas nomaīņa").

#### SVARS

- 1) Novietojiet skalu uz cietas un līdzenas virsmas (izvairieties no paklājiem un mīkstajām virsmām).
- 2) Viegli uzkāpiet uz skalas. Stāviet uz skalas, vienmērīgi sadalot svaru, un nepārvietojieties, kamēr nav parādīts jūsu svara rādījums displejs. Ja atrodaties zeķēs, displejā parādīsies ERR-1 atzīme, jo tā nevar sākt ķermeņa sastāva mērījumus.

#### MĒRĪJUMU PARAMETRU IESTATĪŠANA

Jūs varat iestatīt: lietotāja numuru, dzimumu (un ķermeņa tipu), aktivitātes līmeni, augumu un vecumu

- 1) Nospiediet taustiņu SET (c). Opcija iestatīt lietotāja atmiņas numuru mirgos.
- 3) Izmantojiet bultiņas (a) un (b), lai izvēlētos lietotāja atmiņas numuru (pieejamas 10 atmiņas: P-1 - P-10).
- 4) Nospiediet SET (c), lai apstiprinātu savu izvēli.
- 5) Mirgojoša būs iespēja iestatīt dzimumu un ķermeņa tipu.
- 6) Izmantojiet bultas (a) un (b), lai izvēlētos veidu: sievieti, vīrieti, sievieti, vīrieti.

PIEZĪME. Sporta tips ir tips, kas katru dienu pastāvīgi trenē minimālo reižu skaitu nedēļā divas stundas, lai uzlabotu specifiskās

prasmes, kas vajadzīgas viņu sporta vai / un aktivitātes veikšanai.

7) Nospiediet SET (c), lai apstiprinātu savu izvēli.

8) Izvēlieties aktivitātes līmeni saskaņā ar šādām vadlīnijām:

1. līmenis mazkustīgs / ļoti neaktīvs: mazs vingrinājums vai nav tā
2. līmenis ierobežota aktivitāte: vingrošana / sports 1-3 dienas nedēļā
3. līmenis Mērena aktivitāte: vingrošana / sports 4-5 dienas nedēļā
4. līmenis Ļoti aktīvs: vingrošana / sports 6-7 dienas nedēļā
5. līmenis Ļoti aktīva "fiziski prasīga fiziskā slodze / sports vai vieglatlētikas treniņš.

9) Nospiediet SET (c), lai apstiprinātu savu izvēli.

10) Izvēlieties savu augstumu (no 100 līdz 220cm garš)

PIEZĪME: ierīce rāda svaru kilogramos un augstumu centimetros.

11) Nospiediet SET (c), lai apstiprinātu savu izvēli.

12) Izvēlieties vecumu A-18 - A-80 (individui vecumā no 18 līdz 80 gadiem)

13) Nospiediet SET (c), lai apstiprinātu savu izvēli. Mērogs ekrānā parādīs "0,0", kas gatavs svara noteikšanai. Jūsu personīgā informācija tiek saglabāta atmiņā.

## SVARS AR MĒRĪJUMIEM

1) Novietojiet skalu uz cietas un līdzenas virsmas. Noņemiet zeķes, novietojiet kājas ar maksimālu kontaktu uz platformas metāla plāksni.

2) Nospiediet pogu SET (c). Parādīsies pēdējā lietotāja atmiņas numurs un parametri. Ja vēlaties mainīt lietotāju vai parametrus, izmantojiet pogas (a) un (b), tiklīdz parametri mirgo. Pagaidiet, līdz displejā tiek parādīts "0" un tas ir gatavs svēršanai.

3) Ar kāilām kājām viegli uzkāpiet uz skalas platformas. Abām kājām jāpieskaras mērījumu plāksnēm (1.3.). Vienmērīgi stāviet uz svariem

sadaliet savu svaru un nepārvietojieties, līdz displejā redzamais svara rādījums pārstāj mainīties un mērījuma zīme:

Parādās 0000. Kad tas ir izdarīts, skala parādīs rezultātus šādā secībā: KĻMI rādījumi, ķermeņa tauku procenti, ķermeņa ūdens procenti, muskuļu masa%, metabolisma pamatprincips (kcal), svars (kg, lb, st). Rezultāti tiks atkārtoti 2 reizes, pēc tam mērogs automātiski izslēgsies.

## AUTOMĀTISKA LIETOTĀJA IDENTIFIKĀCIJA

Kamēr esat ieprogrammējis savus personiskos datus atmiņā un vienreiz nosvēris sevi, skala jūs atpazīs pēc jūsu svara. Tas uztvers visus profilus, kuru svars ir +/- 3 kilogrami (6,6 mārciņas). Vienkārši uzkāpiet uz platformas ar pliku pēdu un gaidiet, līdz mērogs atpazīs jūsu svaru un salīdziniet tos ar iegaumētajām programmām. Jūsu svars parādīsies 2 sekundes, un pēc tam skala sāks ķermeņa sastāva mērījumus.

Ja ir vairāk nekā viens lietotāja profils, kura svars ir tuvu sveramajai personai (3 kg robežās), tiks parādītas 2 tuvākās programmas, kas ir pretrunīgas (piemēram, P1P2). Lai izvēlētos profilu, atkāpieties no skalas un nospiediet uz leju un uz augšu pogas.

PIEZĪME: programmas var izdzēst no atmiņas, ja tās ir pretunā. Kamēr mērogā tiek parādītas konfliktējošas programmas, vienu no tām atlasiet, nospiežot bultiņas (a vai b). Pēc tam 3 sekundes turiet nospiestu taustiņu SET. Displejā parādīsies "dEL". Nākamreiz ieslēdzot mērogu, profils tiks izdzēsts no atmiņas.

## PASĀKUMA VIENĪBU ATLASE (2. att.):

Poga UNIT atrodas skalas aizmugurē. Nospiediet pogu UNIT, lai mainītu mērvienības. Mērvienības: "LB", "KG", "ST.LB". Vienība būs redzama displejā.

## ZIŅAS

Lo - zems akumulatora līmenis

Kļūda - pārmērīga mēroga slodze

0000 - mērīšanas laikā

## AKUMULATORU Nomainīšana (2. att.):

Noņemiet akumulatora nodalījuma vāku skalas apakšā. Izņemiet veco akumulatoru. Ievietojiet jauno pareizā tipa akumulatoru.

Aizveriet akumulatora nodalījuma vāku.

## TĪRĪŠANA UN APKOPE

Viegli noslaukiet skalu ar sausu vai viegli mitru drānu.

## TEHNISKIE DATI

Jauda: 3x 1,5 V LR03 (AAA) akumulators

Celbspēja: 225 kg

Precizitāte: 100 g



Apkārtējās vides aizsardzība. Kartona iepakojumu, lūdzu, nododiet atsevišķi pārstrādei. Polietilēna maisiņus (PE) izmest plastmasas izstrādājumiem paredzētajos konteineros. Lietotās elektropreces nododiet attiecīgajos pieņemšanas punktos. Ierīcē satur bīstamas sastāvdaļas, kas var izraisīt draudus apkārtējai videi. Elektroierīce jānodod tā, lai ierobežotu tās atkārtotu izmantošanu. Ja ierīcē atrodas baterijas, izņemiet tās un nododiet pieņemšanas punktā atsevišķi. Produktu neizmest sadzīves atkritumu konteinerā!

## OHUTUSTINGIMUSED. OLULISED KASUTUSJUHISED PALUN LUGEGE ETTEVAATUST LÄBIVAATAMISEKS JÄRGMISELT

1. Enne toote kasutamist lugege hoolikalt läbi ja järgige alati järgmisi juhiseid. Tootja ei vastuta väärkasutusest põhjustatud kahjude eest.
2. Toodet kasutatakse ainult siseruumides. Ärge kasutage toodet muul eesmärgil, mis ei ühildu selle rakendusega.
3. Olge laste ümber kasutamisel ettevaatlik. Ärge laske lastel tootega mängida. Ärge lubage lastel ega inimestel, kes seadet ei tunne, seda ilma järelevalveta kasutada.
4. HOIATUS: Seda seadet võivad üle 8-aastased lapsed ja piiratud füüsiliste, sensoorsete või vaimsete võimetega isikud või inimesed, kellel pole seadme kohta kogemusi ega teadmisi, ainult nende ohutuse eest vastutava isiku järelevalve all või kui neile antakse juhiseid seadme ohutuks kasutamiseks ja nad on teadlikud selle tööga seotud ohtudest. Lapsed ei tohiks seadmega mängida. Seadme puhastamist ja hooldamist tohivad teha ainult lapsed, välja arvatud juhul, kui nad on vanemad kui 8 aastat ja neid toiminguid teostatakse järelevalve all.
5. Ärge kunagi pange tervet seadet vette. Ärge kunagi jätke toodet atmosfääriolude (nt otsese päikesevalguse või vihma jne) kätte. Ärge kunagi kasutage toodet niisketes tingimustes.
6. Ärge kunagi kasutage toodet, kui see oli maha kukkunud või muul viisil kahjustatud või kui see ei tööta korralikult. Ärge proovige viga saanud toodet ise parandada, kuna see võib põhjustada elektrilöögi. Kahjustatud seade pöördub selle parandamiseks alati professionaalse teeninduse poole. Kõiki remonditöid tohivad teha ainult volitatud hooldustöötajad. Valesi tehtud remont võib kasutajale ohtlikke olukordi põhjustada.
7. Ärge kunagi pange toodet kuumadele või soojadele pindadele ega nende lähedusse ega selliste köögiseadmete külge nagu elektriahi või gaasipõleti.
8. Ärge kunagi kasutage toodet tuleohtlike ainete läheduses.
9. Ärge kunagi kasutage seda seadet vee lähedal, näiteks duši all, vannis või veega täidetud kraanikaussi kohal.
10. Ärge puudutage seadet märgade kätega.
11. Akud võivad lekkida, kui need on tühjad või neid ei kasutatud pikema aja jooksul. Seadme ja tervise kaitsmiseks vahetage need regulaarselt välja ja vältige lekkinud akudega kokkupuudet nahaga.
12. Seade tuleks iga kord, kui see kõrvale panna, välja lülitada.
13. Kasutage seadet kindlale ja tasasele pinnale.
14. Hoidke seade eemal tugevate elektromagnetiliste väljade mõjust.
15. Veenduge, et pind, millel seadet kasutatakse, ei oleks niiske ega libe.
16. Veenduge, et rasked esemed ei satuks seadme ekraanile ega klaasosale.
17. Kui toodet pikema aja jooksul ei kasutata, eemaldage aku.
18. ÄRGE lööge, ÄRGE raputage ja ÄRGE pudistage seadet.
19. Mõõtmise ajal seiske endiselt skaalal.





20. Ärge kasutage ärilistel ega meditsiinilistel eesmärkidel.
21. On soovitatav kaaluda end iga päev samal kellaajal.
22. Skaala antud mõõtmised võivad olla eksitavad, kui kaalute end pärast intensiivset treeningut, range dieedi ajal või kui olete dehüdreeritud.
23. Alla 18-aastased inimesed ja eakad võivad kasutada ainult kehakaalu mõõtmise võimalust. Mõõtmisvõimaluste tulemused (vee, rasva või lihase kogus) võivad olla eksitavad üle 80-aastastel ja kulturismi harrastajatel.
24. Seade pole ette nähtud rasedatele, dialüüsi saavatele inimestele, südamestimulaatori ja muude meditsiiniliste implantaatidega inimestele.
25. Kui teie mõõtmised erinevad normist, pöörduge arsti poole.
26. Skaala ei arvesta keharasva, kui teil pole paljaid jalgu.
27. Täpse keha rasvaprognoosi saamiseks ärge painutage oma põlvi ja hoidke skaalal seistes jalad / reied lahus ja sirged.
28. Keha rasvafunktsiooni ei soovitata kasutada rasedatel, palaviku, jalgade turses ega muu tursega inimestel, samuti ülehüdreeritud või dehüdreeritud inimestel.
29. Keha rasvaprotsent võib olla pisut kõrgem või madalam suhkruhaigete ja muude tervislike seisunditega kasutajate jaoks.
30. Naised salvestavad loomulikult umbes 5% rohkem keharasva kui mehed.

#### SEADME KIRJELDUS (joonis 1)

1.1 - funktsiooniklahvid:

a) Üles nupp                      b) Alla nupp                      c) Sisselülituse nupp / Seadista nupp

1.2 - vedelkristallekraan 1.3 - mõõteplaadid 1.4 - mõõtkava

#### LCD-ekraan (joonis 3):

3.1 - KMI näit	3.2 - keharasva protsent	3.3 - kehavee% näit
3.4 - lihasmassi% näit	3.5 - kalorid	3.6 - sportlase režiimi ikoon / aktiivsuse taseme ikoon
3.7 - meessoost ikoon	3.8 - naise ikoon	3.9 - jalgades / tollides kuvatav kõrgus (ainult naelte korral)
3.10 - kaal kilogrammides	3.11 - kaal naelana	3.12 - kaal st

#### ENNE ESIMENE KASUTAMIST

Sisestage korpusesse õiged akud (vt „Aku vahetamine”).

#### KAALUMINE

- 1) Asetage skaala kõvale ja tasasele pinnale (vältige vaipu ja pehmeid pindu).
- 2) Astuge ettevaatlikult skaalale. Seisake skaalal oma kaalu ühtlaselt jaotatuna ja ärge liikuge enne, kui teie kaalunäitus on näidatud väljapanek. Kui olete sokkides, kuvatakse ekraanil ERR-1 märk, kuna keha koostise mõõtmist ei saa alustada.

#### Mõõtmisparameetrite seadistamine

Saate määrata: kasutaja numbrit, soo (ja keha tüübi), aktiivsuse taseme, pikkuse ja vanuse

1) Vajutage nuppu SET (c). Võimalik määrata kasutaja mälu number vilgub.

3) Kasutage nooleklahve (a) ja (b) kasutaja mälu numbrit valimiseks (saadaval on 10 mälu: P-1 - P-10).

4) Vajutage valiku kinnitamiseks nuppu SET (c).

5) Sugu ja kehatüübi määramise võimalus vilgub.

6) Valige nooleklahvide (a) ja (b) abil oma tüüp: naissoost, mees, naissoost sportlik tüüp, meessportlik tüüp.

MÄRKUS. Sportlik tüüp on tüüp, kes treenib järjepidevalt vähemalt kaks korda nädalas kaks tundi iga kord, et parandada konkreetse spordiala ja / või tegevuse teostamiseks vajalikke konkreetseid oskusi.

7) Vajutage valiku kinnitamiseks nuppu SET (c).

8) Valige oma aktiivsuse tase järgmisteh juhiste kohaselt:

1. tase Istuv / väga passiivne: vähe treenitud või üldse mitte
2. tase Piiratud tegevus: liikumine / sport 1–3 päeva nädalas
3. tase Mõõdukas tegevus: liikumine / sport 4–5 päeva nädalas
4. tase väga aktiivne: treenige / sportige 6–7 päeva nädalas

Tase 5 - eriti aktiivne "füüsiliselt raske treening / sport või sportlik treenimine.

9) Vajutage valiku kinnitamiseks nuppu SET (c).

10) Valige oma pikkus (vahemikus 100–220 cm)

MÄRKUS. Seade näitab kaalu kilogrammides ja kõrgust sentimeetrites.

11) Vajutage valiku kinnitamiseks nuppu SET (c).

12) Valige oma vanus A-18 - A-80 (isikud vanuses 18 kuni 80)

13) Vajutage valiku kinnitamiseks nuppu SET (c). Skaala näitab kaalu mõõtmiseks ekraanil "0,0". Teie isiklik teave salvestatakse mällu.

### MÕÕTMISEGA KAALUMINE

1) Asetage skaala kõvale ja tasasele pinnale. Võtke sokid seljast ja asetage jalad võimalikult tihedalt platvormi metallplaadile.

2) Vajutage nuppu SET (c). Ilmub viimase kasutaja mälu number ja parameetrid. Kasutaja või parameetrite muutmiseks kasutage nuppe (a) ja (b), kui parameetrid vilguvad. Oodake, kuni ekraanile kuvatakse "0" ja see on kaalumiseks valmis.

3) Astuge ettevaatlikult palli jalgadega kaaluplatvormile. Mõlemad jalad peakid puudutama mõõteplaate (1.3). Seisake kaalidel ühtlaselt jagage oma raskust ja ärge liikuge enne, kui ekraanil kuvatav kaalunäitus muutub enam ja mõõtmismärk:

Ilmub 0000. Kui see on tehtud, näitab skaala järgmise järjestuse tulemusi: KMI näit, keha rasvaprotsent, keha vesi%, lihassmass%, ainevahetuse kiirus (kcal), kaal (kg, lb, st). Tulemusi korratakse 2 korda, siis lülitatakse skaala automaatselt välja.

### AUTOMAATNE KASUTAJA IDENTIFITSEERIMINE

Kui olete oma isiklikud andmed mällu programmeerinud ja üks kord kaalunud, tunneb skaala teid ära teie kaalu järgi. See tuvastab kõik profiilid, mille kaal on +/- 3 kilogrammi (6,6 naela). Astuge lihtsalt palja jalaga platvormile ja oodake, kuni skaala tuvastab teie kaalu ja võrrele neid meelde jäänud programmidega. Teie kaal kuvatakse 2 sekundit ja seejärel algab skaala keha koostise mõõtmine.

Kui on rohkem kui üks kasutajaprofiil, mille kaal on kaalutavale inimesele lähedal (3 kg piires), kuvatakse skaalal 2 lähimat programmi, mis on vastuolus (näiteks P1P2). Profiili valimiseks astuge skaalalt välja ja vajutage alla ja üles nuppe.

MÄRKUS. Saate programme mälust kustutada, kui need on vastuolus. Kui skaala näitab vastuolulisi programme, valige üks neist, vajutades nooli (a või b). Seejärel hoidke nuppu SET 3 sekundit. Ekraanil kuvatakse "dEL". Järgmine kord, kui skaala sisse lülitatakse, kustutatakse profiil mälust.

### MÕÕTÜHIKUTE VALIMINE (joonis 2):

Nupp UNIT asub skaala tagaosas. Mõõtühikute muutmiseks vajutage nuppu UNIT. Mõõtühikud: "LB", "KG", "ST.LB". Seade on ekraanil nähtav.

### SÕNUMID

Lo - aku tühi

Err - ülemäärane skaalakoormus

0000 - mõõtmise ajal

### AKU VAHETAMINE (joonis 2):

Eemaldage patareipesa kaas skaala alt. Eemaldage vana aku. Sisestage uus õiget tüüpi aku.

Sulgege akupesa kaas.

### PUHASTAMINE JA HOOLDUS

Pühkige skaala õrnalt kuiva või kergelt niiske lapiga.

### TEHNILISED ANDMED

Toide: 3x 1,5 V LR03 (AAA) aku

Maht: 225 kg

Täpsus: 100g



Hoolitse keskkonnakaitse eest. Kartongist pakendid vii makulatuuri. Kilekotid (PE) viska kasutatud plastiku jaoks ettenähtud mahutitesse. Kasutatud seadmed vii selleks ettenähtud kogumispunktidesse, sest seadmes leiduvad ohtlikud elemendid võivad olla kahjulikud keskkonnale. Elektriseadmed tuleb anda nii ära, et seadet ei saaks enam uuesti kasutada. Kui seadmes on patareid, tuleb need välja võtta ja anda eraldi kogumispunkti. Seadet ei tohi visata olmejäätmete konteineritesse!!

## ROMÂNĂ

### CONDIȚII DE SIGURANȚĂ. INSTRUCȚIUNI IMPORTANTE PRIVIND SIGURANȚA UTILIZĂRII

### VĂ RUGĂM CITIȚI ÎNCETARE ȘI PĂstrați-VĂ PENTRU REFERINȚĂ VIITORĂ

1. Înainte de a utiliza produsul, citiți cu atenție și respectați întotdeauna următoarele instrucțiuni. Producătorul nu este responsabil pentru daunele cauzate de o utilizare

necorespunzătoare.

2. Produsul trebuie utilizat doar în interior. Nu folosiți produsul în alte scopuri care nu sunt compatibile cu aplicația sa.

3. Vă rugăm să fiți precaut atunci când folosiți în jurul copiilor. Nu lăsați copiii să se joace cu produsul. Nu lăsați copiii sau persoanele care nu cunosc dispozitivul să-l folosească fără supraveghere.

4. **AVERTIZARE:** Acest dispozitiv poate fi utilizat de copii cu vârsta peste 8 ani și de persoane cu capacități fizice, senzoriale sau mentale reduse sau de persoane fără experiență sau cunoștințe ale dispozitivului, numai sub supravegherea unei persoane responsabile de siguranța lor sau dacă au fost instruiți cu privire la utilizarea în siguranță a dispozitivului și sunt conștienți de pericolele asociate cu funcționarea acestuia. Copiii nu ar trebui să se joace cu dispozitivul. Curățarea și întreținerea dispozitivului nu trebuie efectuată de către copii, cu excepția cazului în care aceștia au peste 8 ani și aceste activități sunt desfășurate sub supraveghere.

5. Niciunul nu pune dispozitivul întreg în apă. Nu expuneți produsul în condiții atmosferice, cum ar fi lumina directă a soarelui sau ploaie, etc. Nu folosiți niciodată produsul în condiții umede.

6. Nu folosiți produsul dacă a fost aruncat sau deteriorat în alt mod sau dacă nu funcționează corect. Nu încercați să reparați singur produsul defecțuos, deoarece poate duce la șocuri electrice. Dispozitivul deteriorat apelează întotdeauna la un loc de service profesional pentru a-l repara. Toate reparațiile pot fi efectuate numai de către specialiști autorizați. Reparația efectuată incorect poate provoca situații periculoase pentru utilizator.

7. Niciodată nu puneți produsul pe sau aproape de suprafețele calde sau calde sau de aparatele de bucătărie, cum ar fi cuptorul electric sau arzătorul de gaz.

8. Nu folosiți produsul aproape de combustibili.

9. Nu folosiți acest dispozitiv aproape de apă, de exemplu: sub duș, în cadă sau deasupra chiuvetei umplute cu apă.



10. Nu atingeți dispozitivul cu mâinile ude.

11. Bateriile se pot scurge dacă sunt plate sau nu au fost utilizate pentru o perioadă lungă de timp.

Pentru a vă proteja dispozitivul și sănătatea, înlocuiți-le în mod regulat și evitați contactul cu pielea cu bateriile care se scurg.

12. Aparatul trebuie oprit de fiecare dată când este dat deoparte.

13. Utilizați dispozitivul pe o suprafață stabilă și plană.

14. Vă rugăm să păstrați dispozitivul departe de influența câmpurilor electromagnetice puternice.

15. Vă rugăm să vă asigurați că suprafața pe care este utilizat dispozitivul nu este umedă sau alunecoasă.

16. Vă rugăm să vă asigurați că obiectele grele nu cad pe ecran și pe partea de sticlă a dispozitivului.

17. Dacă produsul nu este utilizat pentru o perioadă îndelungată, vă rugăm să scoateți bateria.

18. NU lovește, NU agită și NU pică dispozitivul.

19. Stați în continuare pe scară în timp ce se efectuează măsurarea.

20. Nu folosiți în scopuri comerciale sau medicale.

21. Este recomandat să te cântărești în același timp în fiecare zi.

22. Măsurătorile date de cântar pot fi înșelătoare dacă vă cântăriți după exerciții fizice intense, în timpul unei diete stricte sau dacă sunteți deshidratat.

23. Persoanele sub 18 ani și vârstnicii pot folosi doar opțiunea de măsurare a greutateii.

Rezultatele opțiunilor de măsurare (cantitate de apă, grăsime sau mușchi) pot fi înșelătoare pentru persoanele de peste 80 de ani și persoanele care practică culturismul.

24. Dispozitivul nu este destinat femeilor însărcinate, persoanelor aflate în dializă, persoanelor cu stimuloare cardiace și altor implanturi medicale.

25. Dacă măsurătorile dvs. diferă de normă, consultați un medic.

26. Scara nu va calcula grăsimea corporală decât dacă ai picioarele goale.

27. Pentru o estimare exactă a grăsimii corporale, nu îndoiiți genunchii și nu țineți picioarele / coapsele despărțite și drepte atunci când stați pe cântar.

28. Funcția de grăsime corporală nu este recomandată pentru femeile însărcinate, persoanele cu febră, picioarele umflate sau alte edeme, precum și o persoană care este prea hidratată sau deshidratată.

29. Procentele de grăsime corporală pot fi puțin mai mari sau mai mici pentru utilizatorii cu diabet și alte afecțiuni de sănătate.

30. Femeile depozitează în mod natural cu 5% mai multă grăsime corporală decât bărbații.

## DESCRIEREA DISPOZIȚIEI (Fig. 1)

1.1 - Taste funcționale:

a) Buton sus                      b) Buton jos                      c) Buton On / SET

1.2 - Ecran LCD 1.3 - Plăci de măsurare 1.4 - Platforma la scară

Afișaj LCD (Fig. 3):

3.1 - citire BMI	3.2 - Grasime corporală citire	3.3 - Citirea apei corporale
3.4 - Masa musculară% citire	3.5 - Calorii	3.6 - Pictogramă mod sportiv / pictogramă nivel de activitate
3.7 - icoana masculină	3.8 - icoana feminină	3.9 - Înălțimea afișată în picioare / inci (doar pentru citire lb)
3,10 - Greutate în kg	3.11 - Greutatea în lb	3.12 - Greutatea în st

Înainte de prima utilizare

Introduceți bateriile corecte în compartiment (consultați „Înlocuirea bateriei”).

## CĂNTĂRIRE

1) Plasați cântarul pe o suprafață dură și plană (evitați covoarele și suprafețele moi).

2) Pași ușor pe scară. Stați pe scară distribuind uniform greutatea și nu vă deplasați până a când va fi afișată citirea greutății afișajul. Dacă vă aflați în șosete, afișajul va afișa marcajul ERR-1, deoarece nu poate începe măsurătorile compoziției corpului.

## STABILIREA PARAMETRELOR DE MĂSURARE

Puteți seta: numărul utilizatorului, sexul (și tipul de corp), nivelul activității, înălțimea și vârsta

1) Apăsăți butonul SET (c). O opțiune pentru a seta numărul memoriei utilizatorului va apărea intermitent.

3) Utilizați butoanele săgețile (a) și (b) pentru a alege un număr de memorie pentru utilizator (10 memorii disponibile: P-1 - P-10).

4) Apăsăți SET (c) pentru a confirma alegerea.

5) O opțiune de setare a genului și a tipului de corp va apărea intermitent.

6) Folosiți butoanele săgeți (a) și (b) pentru a vă alege tipul dintre: feminin, masculin, tip athletic feminin, tip athletic masculin.

NOTĂ: tipul de atletism este un tip care antrenează în mod constant timpuri minime pe săptămână timp de două ore de fiecare dată, pentru a îmbunătăți abilitățile specifice necesare în performanța sportului și / sau activității lor specifice.

7) Apăsăți SET (c) pentru a confirma alegerea dvs.

8) Selectați nivelul activității dvs. conform următoarelor orientări:

Nivel 1 Sedentar / foarte inactiv: exercițiu mic sau deloc

Nivelul-2 Activitate limitată: exerciții / sport 1-3 zile pe săptămână

Nivelul-3 Activitate moderată: exerciții / sport 4-5 zile pe săptămână

Nivel-4 Foarte activ: exerciții / sport 6-7 zile pe săptămână

Nivelul 5 Extrem de activ \*exigență fizică exercițiu / sport sau antrenament athletic.

9) Apăsăți SET (c) pentru a confirma alegerea.

10) Selectați înălțimea dvs. (între 100 - 220cm înălțime)

NOTĂ: dispozitivul arată greutatea în kilograme și înălțimea în centimetri.

11) Apăsăți SET (c) pentru a confirma alegerea.

12) Selectați vârsta A-18 - A-80 (persoane cu vârste cuprinse între 18 și 80 de ani)

13) Apăsai SET (c) pentru a confirma alegerea. Scala va afișa „0.0” pe ecran gata să măsoare greutatea. Informațiile dvs. personale sunt memorate în memorie.

#### CANTAREA CU MĂSURAREA

- 1) Așezați cântarul pe o suprafață dură și plată. Scoate șosetele, poziționează-ți picioarele cu contact maxim pe placa metalică a platformei.
  - 2) Apăsai butonul SET (c). Vor apărea numărul și parametrii de memorie ai ultimului utilizator. Dacă doriți să schimbați utilizatorul sau parametrii, utilizați butoanele (a) și (b) odată ce parametrii clipească. Așteptați până când afișajul arată „0” și este gata de cântărire.
  - 3) Pași ușor pe platforma de scară cu picioarele goale. Ambele picioare trebuie să atingă plăcile de măsurare (1.3). Stai pe cântar uniform
- distribuirea greutății dvs. și nu vă mișcați până când citirea greutății afișate pe ecran nu se mai modifică și semnul de măsurare: Apare 0000. Odată finalizat, scala va afișa rezultate în următoarea secvență: citirea IMC,% grăsime corporală, apă corporală%, masa musculară, rata metabolică bazală (kcal), greutatea (kg, lb, st). Rezultatele se vor repeta de 2 ori, apoi scala se va opri automat.

#### IDENTIFICAREA UTILIZATORULUI AUTOMAT

În timp ce ați programat datele personale în memorie și v-ați câștigat o singură dată, scala vă va recunoaște în funcție de greutatea dvs. Acesta va detecta toate profilele de +/- 3 kilograme (6,6 lbs). Doar calcați pe platformă cu piciorul gol și așteptați până când scala vă recunoaște greutatea și comparați-le cu programe memorate. Greutatea dvs. se va afișa timp de 2 secunde, iar scala va începe măsurătorile compoziției corpului.

Dacă există mai multe profile de utilizator a căror greutate este apropiată de persoana cântărită (în termen de 3 kg), va apărea 2 programe cele mai apropiate care sunt în conflict (de exemplu: P1P2). Oprți scala și apăsați butoanele în jos și în sus pentru a vă alege profilul.

NOTĂ: puteți șterge programe din memorie dacă sunt în conflict. În timp ce scala arată programe în conflict, selectați una dintre ele apăsând săgețile (a sau b). Apoi țineți butonul SET timp de 3 secunde. Pe afișaj va apărea „dEL”. Data viitoare când scala este pornită, profilul va fi șters din memorie.

#### SELECTAREA UNITĂȚILOR DE MĂSURĂ (Fig.2):

Butonul UNIT se află în spatele scării. Apăsai butonul UNIT pentru a schimba unitățile de măsură. Unități de măsură: „LB”, „KG”, „ST.LB”. Unitatea va fi vizibilă pe afișaj.

#### MESAJE

- Lo - Baterie scăzută
- Err - sarcină excesivă la scară
- 0000 - În timpul măsurării

Înlocuirea bateriei (fig.2):

Scoateți capacul compartimentului bateriei din partea inferioară a cântarului. Scoateți bateria veche. Introduceți noua baterie de tipul potrivit.

Închideți capacul compartimentului bateriei.

#### CURATENIE SI MENTENANTA

Ștergeți ușor cântarul cu o cârpă uscată sau ușor umedă.

#### DATE TEHNICE

Putere: 3x 1.5V LR03 (AAA) baterie

Capacitate: 225 kg

Precizie: 100g



Din grija pentru mediul înconjurător. Ambalajele din carton vă rugăm să le transmiteți la centrele de maculatură.

Saci din polietilenă (PE) trebuie aruncați în recipientele pentru materialele plastice. Dispozitivul uzat trebuie transmis la punctul corespunzător de depozitare, deoarece componentele periculoase care se găsesc în dispozitiv pot fi foarte periculoase pentru mediul înconjurător. Dispozitivul electric trebuie transmis în așa fel încât să se limiteze utilizarea lui repetată. Dacă în dispozitiv se găsesc baterii acestea trebuie scoase și transmise către punctul de depozitare a acestora, separat.

## BOSANSKI

### SIGURNOSNI UVJETI. VAŽNE UPUTE O SIGURNOSTI UPOTREBE MOLIMO VASNO PROČITAJTE I ČUVITE ZA BUDUĆU REFERENCIJU

1. Prije upotrebe proizvoda pažljivo pročitajte i uvijek se pridržavajte sljedećih uputa.

Proizvođač nije odgovoran za bilo kakve štete zbog bilo kakve zlouporabe.

2. Proizvod se koristi samo u zatvorenom prostoru. Ne koristite proizvod u bilo koju svrhu koja nije kompatibilna s njegovom primjenom.

3. Budite oprezni kada koristite djecu. Ne dozvolite djeci da se igraju s proizvodom. Ne dozvolite djeci ili osobama koje ne poznaju uređaj da ga koriste bez nadzora.
4. **UPOZORENJE:** Ovaj uređaj mogu koristiti djeca starija od 8 godina i osobe sa smanjenim fizičkim, senzornim ili mentalnim sposobnostima, ili osobe bez iskustva ili znanja o uređaju, samo pod nadzorom osobe odgovorne za njihovu sigurnost, ili ako su dobili upute o sigurnoj upotrebi uređaja i svjesni su opasnosti povezane s njegovim radom. Djeca se ne bi trebala igrati sa uređajem. Čišćenje i održavanje uređaja ne smiju obavljati djeca, osim ako su starija od 8 godina i ove aktivnosti se izvode pod nadzorom.
5. Niko cijeli uređaj ne stavlja u vodu. Nikada ne izlažite proizvod atmosferskim uvjetima poput direktne sunčeve svjetlosti ili kiše, itd. Nikada ne koristite proizvod u vlažnim uvjetima.
6. Nikad ne upotrebljavajte proizvod ako je pao ili oštećen na bilo koji drugi način ili ako ne radi ispravno. Ne pokušavajte sami popraviti oštećeni proizvod jer to može dovesti do strujnog udara. Oštećeni uređaj se uvijek okreće na mjestu profesionalnog servisa kako bi ga popravio. Sve popravke mogu izvršiti samo ovlašteni servisni stručnjaci. Popravak koji je izvršen pogrešno može uzrokovati opasne situacije za korisnika.
7. Nikada ne stavljajte proizvod na ili vruće ili tople površine ili kuhinjske uređaje poput električne pećnice ili plinskog plamenika.
8. Nikada ne koristite proizvod u blizini zapaljivih materijala.
9. Nikada ne upotrebljavajte ovaj uređaj u blizini vode, npr. : pod tušem, u kadi ili iznad sudopera napunjenog vodom.
10. Ne dirajte uređaj mokrim rukama.
11. Baterije mogu procuriti ako su prazne ili ih ne upotrebljavate duže vrijeme. Da biste zaštitili uređaj i svoje zdravlje, redovito ih zamijenite i izbjegavajte kontakt kože s istjeućim baterijama.
12. Uređaj treba isključiti svaki put kada ga stavite na stranu.
13. Koristite uređaj na stabilnoj i ravnoj površini.
14. Uklonite uređaj daleko od utjecaja jakih elektromagnetskih polja.
15. Uvjerite se da površina na kojoj se uređaj koristi nije vlažna ili klizava.
16. Molimo pazite da teški predmeti ne padnu na displej i stakleni dio uređaja.
17. Ako se proizvod ne koristi duže vrijeme, uklonite bateriju.
18. NE udarajte, NE trese i NE bacajte uređaj.
19. Stanite još uvijek na vagi dok se mjerenje vrši.
20. Ne koristiti u komercijalne ili medicinske svrhe.
21. Preporučuje se svakodnevno vaganje u isto vreme svaki dan.
22. Mjerenja data vagom mogu biti zabludna ako se vagate nakon intenzivnih vežbi, tokom stroge dijeta ili ako ste dehidrirani.
23. Osobe mlađe od 18 godina i stariji mogu koristiti samo opciju mjerenja težine. Rezultati mogućnosti mjerenja (količina vode, masti ili mišića) mogu biti zabludu za osobe starije od 80 godina i ljude koji vježbaju bodibilding.
24. Uređaj nije namijenjen trudnicama, osobama na dijalizi, osobama sa srčanim



pejsmejerima i drugim medicinskim implantatima.

25. Ako se vaša mjerenja razlikuju od norme, obratite se ljekaru.

26. Vaga neće izračunati tjelesnu masnoću ako nemate bosa stopala.

27. Za tačnu procjenu tjelesne masnoće ne savijajte koljena i držite noge / bedra razdvojena i ravna kada stojite na vagi.

28. Funkciju tjelesne masti ne preporučuju trudnicama, osobama sa vrućicom, otečenim nogama ili drugim edemima, kao ni osobama koje su prekomjerno hidrirane ili dehidrirane.

29. Postotak tjelesne masti može biti malo viši ili niži za korisnike koji imaju dijabetes i druga zdravstvena stanja.

30. Žene prirodno pohranjuju oko 5% više tjelesne masti od muškaraca.

#### OPIS UREĐAJA (SI. 1)

1.1 - Funkcijske tipke:

a) Dugme za gore      b) Dugme za dolje      c) Dugme za uključivanje / dugme SET

1.2 - LCD displej 1.3 - Merne pločice 1.4 - Platforma za skaliranje

#### LCD DISPLAY (SI. 3):

3.1 - Očitavanje BMI

3.2 - Tjelesna masnoća% čitanja

3.3- Čitanje vode u tijelu%

3.4 - Mišićna masa% čitanja

3.5 - Kalorije

3.6 - Ikona za mod sportaša / ikona nivoa aktivnosti

3.7 - Muška ikona

3.8 - Ženska ikona 3,9 - Visina prikazana u stopalima / inčima (samo za čitanje u funti)

3.10 - Težina u kg

3.11 - Težina u kilogramima

3.12 - Težina u st

#### PRE PRIMENE

Umetnite odgovarajuće baterije u pretinac (pogledajte „Zamena baterije“).

#### TEŽINA

1) Postavite vagu na tvrdnu i ravnu površinu (izbjegavajte tepihe i meke površine).

2) Nežno zakoračite na vagu. Stojte na vagi ravnomjerno raspoređujući svoju težinu i ne pomičite se dok nije prikazano čitanje težine displej. Ako ste u čarapama, na ekranu će se pojaviti oznaka ERR-1 jer nije u mogućnosti započeti mjerenja sastava tijela.

#### POSTAVLJANJE PARAMETARA MJERENJA

Možete postaviti: korisnički broj, pol (i tip tijela), nivo aktivnosti, visinu i starost

1) Pritisnite tipku SET (c). Trepće se pojaviti opcija za podešavanje broja korisničke memorije.

3) Pomoću tipki sa strelicama (a) i (b) odaberite broj memorije korisnika (dostupno je 10 memorija: P-1 - P-10).

4) Pritisnite SET (c) da potvrdite svoj izbor.

5) Pojavit će se mogućnost treptanja spola i vrste tijela.

6) Pomoću tipki sa strelicama (a) i (b) odaberite svoj tip između: ženski, muški, ženski atletski tip, muški sportski tip.

NAPOMENA: Atletski tip je tip koji neprekidno trenira minimalno dva puta sedmično dva sata, u cilju poboljšanja specifičnih vještina potrebnih za obavljanje određenog sporta i / ili aktivnosti.

7) Pritisnite SET (c) da potvrdite svoj izbor.

8) Odaberite razinu aktivnosti prema sljedećim smjernicama:

Nivo-1 Sjedeći / vrlo neaktivan: malo vježbanja ili nema

Nivo-2 Ograničena aktivnost: vježbanje / sport 1-3 dana u sedmici

Nivo 3 Umerena aktivnost: vežbanje / sport 4-5 dana u nedelji

4. nivo: vrlo aktivno: vježbanje / sport 6-7 dana u sedmici

Nivo-5 Izuzetno aktivna fizički zahtevna vežba / sport ili atletski trening.

9) Pritisnite SET (c) da potvrdite svoj izbor.

10) Odaberite svoju visinu (između 100 i 220 cm visine)

NAPOMENA: uređaj pokazuje težinu u kilogramima i visinu u centimetrima.

11) Pritisnite SET (c) da potvrdite svoj izbor.

12) Odaberite dob A-18 - A-80 (pojedinci od 18 do 80 godina)

13) Pritisnite SET (c) da potvrdite svoj izbor. Vaga će na ekranu pokazati "0,0" spremnu za mjerenje težine. Vaši lični podaci se čuvaju u memoriji.

#### TEŽINA MERENJEM

1) Postavite vagu na tvrdnu i ravnu površinu. Skinite čarape, postavite noge s maksimalnim kontaktom na metalnu ploču platforme.

2) Pritisnite tipku SET (c). Pojaviće se memorijski broj i parametri zadnjeg korisnika. Ako želite promijeniti korisnika ili parametre, koristite

gumbe (a) i (b) nakon što parametri trepere. Pričekajte dok se na ekranu ne pokaže "0" i spreman je za vaganje.

3) Nežno zakoračite na platformu razmjera s bosim nogama. Obje noge trebaju dodirnuti mjerne ploče (1.3). Stanite ravnomjerno na vagi raspodijelite svoju težinu i ne pomičite se dok vaše očitavanje težine prikazano na ekranu ne prestane da se mijenja i znak za mjerenje: Pojavljuje se 0000. Jednom učinjeno, vaga će pokazati rezultate u sljedećem slijedu: očitavanje BMI, tjelesna masnoća%, tjelesna voda%, mišićna masa%, bazna metabolička stopa (kcal), težina (kg, lb, st). Rezultati će se ponoviti 2 puta i tada se skala automatski isključuje.

#### AUTOMATSKA IDENTIFIKACIJA KORISNIKA

Dok ste programirali svoje osobne podatke u memoriju i sami jednom vagali, vaga će vas prepoznati po vašoj težini. Otkrivat će sve profile unutar +/- 3 kilograma (6,6 lbs). Samo stojite na platformu bosim stopalom i pričekajte da vaga prepozna vašu težinu i uporedite ih sa zapamćenim programima. Vaša težina će se prikazati na 2 sekunde i tada će vaga započeti mjerenja sastava tijela.

Ako postoji više od jednog korisničkog profila čija se težina približila osobi koja se mjeri (unutar 3 kg), prikazat će se 2 najbliža programa koji su u sukobu (na primjer: P1P2). Odmaknite se od skale i pritisnite tipke za dolje i gore da biste odabrali svoj profil.

NAPOMENA: možete izbrisati programe iz memorije ako su u sukobu. Dok vaga prikazuje konfliktne programe, odaberite jedan od njih pritiskom strelica (a ili b). Zatim držite tipku SET 3 sekunde. Na displeju će se prikazati „dEL“. Sledeći put kada se skala uključi, profil će biti obrisani iz memorije.

#### IZBOR MJERE MJERE (SI.2):

Gumb UNIT je na stražnjoj strani ljestvice. Pritisnite tipku UNIT da promijenite mjerne jedinice. Mjerne jedinice: "LB", "KG", "ST.LB". Jedinica će biti vidljiva na displeju.

#### PORUKE

Lo - Baterija je slaba

Err - Preveliko opterećenje skale

0000 - Tokom merenja

#### ZAMJENA BATERIJE (SI.2):

Uklonite poklopac odjeljka za baterije na dnu vage. Izvadite staru bateriju. Umetnite novu bateriju ispravnog tipa.

Zatvorite poklopac pretinca za baterije.

#### ČIŠĆENJE I ODRŽAVANJE

Nežno obrišite vagu suhom ili blago vlažnom krpom.

#### TEHNIČKI PODACI

Snaga: 3x 1.5V LR03 (AAA) baterija

Nosivost: 225 kg

Tačnost: 100g



**Brinući za okoliš.** Molimo Vas da kartonska pakovanja odnesete u otkup otpadnog papira. Polietilenske džakove (PE) bacajte u kontejner za plastiku. Iskorišćen uređaj treba odneti na odgovarajuću deponiju, jer opasni sastojci koji se u njemu nalaze, mogu biti opasni za okoliš. Električni uređaj treba odneti na način, koji ograničava njegovu ponovnu upotrebu i korištenje. Ako se u uređaju nalaze baterije, treba ih izvaditi i odvojeno predati na deponiju. **Uređaj se ne smije bacati u kontejner za komunalni otpad!!**

## MAGYAR

**BIZTONSÁGI FELTÉTELEK. FONTOS UTASÍTÁSOK A HASZNÁLAT BIZTONSÁGÁRA KÉRJÜK, OLVASSA EL FIGYELMESEN ÉS VIGYÁZAT A JÖVŐBENI REFERENCIÁT**

1.A termék használata előtt kérjük, olvassa el figyelmesen, és mindig tartsa be az alábbi utasításokat. A gyártó nem vállal felelősséget a visszaélés miatti károkért.

2.A terméket csak beltérben szabad használni. Ne használja a terméket olyan célra, amely nem kompatibilis az alkalmazásával.

3. Kérjük, legyen óvatos, amikor gyermekeket használ. Ne hagyja, hogy a gyerekek játszanak a termékkel. Ne engedje, hogy gyermekek vagy emberek, akik nem ismerik a készüléket, felügyelet nélkül használják azt.

4. FIGYELMEZTETÉS: Ezt a készüléket 8 éven felüli gyermekek és csökkent fizikai, szenzoros vagy mentális képességekkel rendelkező személyek, vagy a készülékkel kapcsolatos tapasztalatok vagy ismeretek nélküli személyek csak a biztonságukért felelős személy felügyelete alatt használhatják, vagy ha utasítást kaptak a készülék biztonságos



használatáról, és tisztában vannak annak működésével kapcsolatos veszélyekkel. A gyermekek nem játszhatnak a készülékkel. Az eszköz tisztítását és karbantartását csak gyermekek végezhetik, kivéve ha 8 évesnél idősebbek, és ezeket a tevékenységeket felügyelet alatt végzik el.

5. Soha ne tegye az egész készüléket a vízbe. Soha ne tegye ki a terméket atmoszférikus feltételeknek, például közvetlen napsugárzásnak vagy esőnek. Soha ne használja a terméket nedves környezetben.

6. Soha ne használja a terméket, ha leesett vagy egyéb módon megsérült, vagy ha nem működik megfelelően. Ne próbálja meg saját maga megjavítani a hibás terméket, mert áramütést okozhat. A sérült készülék javítás céljából mindig forduljon professzionális szervizhez. Az összes javítást csak hivatalos szerviz szakemberek végezhetik. A helytelenül elvégzett javítás veszélyes helyzeteket okozhat a felhasználó számára.

7. Soha ne tegye a terméket a forró vagy meleg felületekre, vagy azok közelébe, vagy a konyhai eszközökhöz, például az elektromos sütőhöz vagy a gázégőhöz.

8. Soha ne használja a terméket éghető anyagok közelében.

9. Soha ne használja ezt az eszközt víz közelében, például: zuhany alatt, kádban vagy vízzel feltöltött mosogató fölött.



10. Ne érintse meg a készüléket nedves kézzel.

11. Az akkumulátorok szivároghatnak, ha lemerültek vagy hosszabb ideig nem használták őket.

A készülék és az egészség védelme érdekében cserélje ki rendszeresen, és kerülje a szivárgó elemekkel való bőrkontaktust.

12. A készüléket minden egyes kioldáskor ki kell kapcsolni.

13. Kérjük, használja a készüléket stabil és sima felületen.

14. Tartsa távol az eszközt az erős elektromágneses mezőktől.

15. Ellenőrizze, hogy a készülék felülete nem legyen nedves vagy csúszós.

16. Ellenőrizze, hogy a nehéz tárgyak ne esnek-e a készülék kijelzőjére és üveglapjára.

17. Ha a terméket hosszabb ideig nem használja, vegye ki az akkumulátort.

18. NE sztrájkoljon, NE rázza és NE dobja le a készüléket.

19. Menjen a mérleg alatt a skálán.

20. Tilos felhasználni kereskedelmi vagy orvosi célokra.

21. Ajánlott, hogy minden nap ugyanabban az időben mérje meg magát.

22. A skála által megadott mérések félvezetőek lehetnek, ha intenzív testmozgás után, szigorú diéta alatt vagy kiszáradt állapotban mérlegeli magát.

23. A 18 év alatti emberek és az idősek csak a súlymérési lehetőséget használhatják. A mérési lehetőségek (víz, zsír vagy izom mennyiség) eredményei félvezetőek lehetnek a 80 év feletti és a testépítést gyakorló emberek számára.

24. A készüléket nem szánják terhes nők, dialízis alatt álló emberek, szívritmus-szabályozók és más orvosi implantátumok számára.

25. Ha mérései eltérnek a normától, keresse fel orvosát.

26. A skála csak akkor fogja kiszámítani a testzsírt, ha csupasz lába van.

27. A pontos testzsír becslés érdekében ne hajlítsa meg térdét, és tartsa a lábát / combját egymástól egyenesen és egyenesen, amikor a skálán áll.

28. A testzsír funkció nem javasolt terhes nők, lázas, duzzadt lábakkal vagy egyéb ödémákkal küzdő személyek, valamint túl hidratált vagy dehidrált személyek számára.

29. A testzsírtartalom kissé magasabb vagy alacsonyabb lehet a cukorbetegség és más egészségügyi állapotok esetén.

30. A nők természetesen körülbelül 5% -kal több testzsírt tárolnak, mint a férfiak.

#### A KÉSZÜLÉK LEÍRÁSA (1. ábra)

1.1 - Funkciógombok:

a) Fel gomb                      b) Le gomb                      c) Be gomb / SET gomb

1.2 - LCD kijelző 1.3 - Mérőlemezek 1.4 - Méretezési platform

#### LCD KIJELZŐ (3. ábra):

3.1 - BMI leolvasás              3.2 - A testzsír% -a              3.3 - A testvíz% -érték

3.4 - Izomtömeg% -on            3.5 - Kalória                      3.6 - Sportoló mód ikon / tevékenység szint ikon

3.7 - Férfi ikon                    3.8 - női ikon                      3.9 - Lábban / hüvelykben megjelenített magasság (csak az lb leolvasáshoz)

3.10 - Súly kg-ban                3.11 - Súly fontban                3.12 - Súly st

#### ELSŐ HASZNÁLAT ELŐTT

Helyezze be a megfelelő elemeket a rekeszbe (lásd „Az elem cseréje”).

#### MÉRÉS

1) Helyezze a mérleget kemény és sima felületre (kerülje a szőnyegeket és a puha felületeket).

2) Óvatosan lépjen a skálára. Álljon a skálán egyenletesen elosztva a súlyát, és ne mozogjon, amíg a súlymérés nem látható a kijelző. Ha zokniban van, a kijelzőn az ERR-1 jel jelenik meg, mivel nem tudja elindítani a testösszetétel mérést.

#### A MÉRÉSI PARAMÉTEREK BEÁLLÍTÁSA

Beállíthatja: felhasználói számot, nem (és testtípus), aktivitási szintet, magasságot és korot

1) Nyomja meg a SET (c) gombot. A felhasználói memória szám beállításának lehetősége villogni fog.

3) Az a) és b) nyilakkal válassza ki a felhasználói memória számát (rendelkezésre álló 10 memória: P-1 - P-10).

4) Nyomja meg a SET (c) gombot a választás megerősítéséhez.

5) A nem és a test típus beállításának lehetősége villogni fog.

6) Az a) és b) nyilakkal válassza ki a típust: női, férfi, női atlétikai, férfi atléta.

MEGJEGYZÉS: Az atlétikai típus az a típus, amely következetesen hetente legalább kétszer edz, egyenként két órán keresztül, az adott sport és / vagy tevékenysége elvégzéséhez szükséges speciális készségek fejlesztése érdekében.

7) A választás megerősítéséhez nyomja meg a SET (c) gombot.

8) Válassza ki az aktivitási szintjét a következő iránymutatások szerint:

1. szint Ülő / nagyon inaktív: kevés vagy egyáltalán nem gyakorol

2. szint korlátozott aktivitás: testmozgás / sport heti 1-3 napon keresztül

3. szint Mérsékelt tevékenység: testmozgás / sport hetente 4-5 nap

4. szint Nagyon aktív: testmozgás / sport heti 6-7 napon

5. szint Rendkívül aktív, fizikailag igényes testmozgás / sport vagy atlétikai edzés.

9) Nyomja meg a SET (c) gombot a választás megerősítéséhez.

10) Válassza ki a magasságát (100 - 220cm magas)

MEGJEGYZÉS: Az eszköz súlya kilogrammban és magassága centiméterben jelenik meg.

11) Nyomja meg a SET (c) gombot a választás megerősítéséhez.

12) Válassza ki korát A-18 - A-80 (18-80 éves személyek)

13) Nyomja meg a SET (c) gombot a választás megerősítéséhez. A skálán a „0,0” jelenik meg a képernyőn, amely készen áll a súly mérésére. Személyes adatait a memóriába menti.

#### MÉRÉS MEGHATÁROZÁSA

1) Helyezze a mérleget kemény és sima felületre. Vegye le a zoknit, helyezze a lábát a peron fémlemezére maximális érintkezéssel.

2) Nyomja meg a SET (c) gombot. Megjelenik az utolsó felhasználó memória száma és paraméterei. Ha meg akarja változtatni a felhasználót vagy a paramétereket, akkor használja az (a) és (b) gombokat, amint a paraméterek villognak. Várjon, amíg a kijelzőn a „0” felirat jelenik meg, és készen áll a mérésre.

3) Óvatosan lépjen csupasz lábakkal a léptekre. Mindkét lábnak meg kell érnie a mérőlemezeket (1.3.). Álljon egyenletesen a mérlegen osztja el a súlyát, és ne mozogjon, amíg a kijelzőn megjelenő súlymérés megáll, és a mérési jel:

A 0000 megjelenik. Ha elvégezték, a skála a következő sorrendben fogja mutatni eredményeket: BMI-leolvasás, testzsír%, testvíz%, izomtömeg%, alapvető anyagcsere-sebesség (kcal), súly (kg, lb, st). Az eredményeket kétszer megismételjük, majd a skála automatikusan kikapcsol.

#### AUTOMATIKUS FELHASZNÁLÓI AZONOSÍTÁS

Amíg beprogramozta személyes adatait a memóriába, és egyszer súlyozta magát, addig a skála felismeri Önt súlya alapján. Az összes profilt fel fogja fedezni +/- 3 kilogrammon belül (6,6 font). Csak lépjen a platformon mezitlábval, és várjon, amíg a skála felismeri a súlyát, és hasonlítsa össze őket a memorizált programokkal. A súlya 2 másodpercre megjelenik, majd a skála elkezd a testösszetétel mérését. Ha egyenlő több olyan felhasználói profil létezik, amelynek súlya közel áll a lemért személyhez (3 kg-n belül), a skála 2 legközelebbi programot jelenít meg, amelyek egymással ütköznek (például: P1P2). Lépjen le a skáláról és nyomja meg a le és a fel gombot a profil kiválasztásához.

MEGJEGYZÉS: törölhet programokat a memóriából, ha azok ütköznek egymással. Amíg a méretarány egymásnak ellentmondó programokat mutat, válasszon egyet a (b) vagy a nyílak megnyomásával. Ezután tartsa lenyomva a SET gombot 3 másodpercig. A kijelzőn a „DEL” felirat jelenik meg. A skála legközelebbi bekapcsolásakor a profil törlődik a memóriából.

#### A MÉRÉSI EGYSÉGEK KIVÁLASZTÁSA (2. ábra):

Az UNIT gomb a skála hátulján található. Nyomja meg az UNIT gombot a mértékegységek megváltoztatásához. Mértékegységek: “LB”, “KG”, “ST.LB”. Az egység látható lesz a kijelzőn.

#### ÜZENETEK

Lo - lemerült az akkumulátor  
Err - túlságosan nagy terhelés  
0000 - A mérés során

#### AZ AKKUMULÁTOR CSERÉJE (2. ábra):

Távolítsa el az elemtartó fedelét a skála alján. Távolítsa el a régi akkumulátort. Helyezze be a megfelelő típusú új elemet. Csatolja be az elemtartó fedelét.

#### TISZTÍTÁS ÉS KARBANTARTÁS

Óvatosan törölje le a mérleget száraz vagy enyhén nedves ruhával.

#### MŰSZAKI ADATOK

Teljesítmény: 3x 1,5 V LR03 (AAA) akkumulátor

Teljesítmény: 225 kg

Pontosság: 100 g



Tördőnk a természeti környezetért. Papír csomagokat kérünk adjanak át a papírhulladékra. Polietilén zacskókat (PE) dobjanak ki a műanyag tartályba. Kimerült gépe vissza kell adni a megfelelő taroló pontjához, mert a gépben levők veszélyes részek, veszedelmek lehet a környezetnek. Az elektromos gép így kell visszaadni, hogy korlátozzon a re-használatát. Ha az elemek vannak a gépben, ki kell húzni ezeket és a visszakeladni külön taroló pontjához.

## ΕΛΛΗΝΙΚΑ

ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΧΡΗΣΗΣ  
ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΚΑΙ ΚΡΑΤΗΣΤΕ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ

1. Πριν από τη χρήση του προϊόντος παρακαλούμε να διαβάσετε προσεκτικά και πάντα να συμμορφώνεστε με τις παρακάτω οδηγίες. Ο κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη για τυχόν ζημιές που οφείλονται σε κακή χρήση.

2. Το προϊόν πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο σε εσωτερικούς χώρους. Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν για οποιοδήποτε σκοπό που δεν είναι συμβατό με την εφαρμογή του.

3. Please να είστε προσεκτικοί όταν χρησιμοποιείτε γύρω από τα παιδιά. Μην αφήνετε τα παιδιά να παίζουν με το προϊόν. Μην αφήνετε παιδιά ή άτομα που δεν γνωρίζουν τη συσκευή να το χρησιμοποιούν χωρίς επίβλεψη.

4. ΠΡΟΣΟΧΗ: Η συσκευή αυτή μπορεί να χρησιμοποιηθεί από παιδιά ηλικίας άνω των 8 ετών και άτομα με μειωμένες σωματικές, αισθητηριακές ή διανοητικές ικανότητες ή άτομα

χωρίς εμπειρία ή γνώση της συσκευής μόνο υπό την επίβλεψη ενός προσώπου υπεύθυνου για την ασφάλειά τους ή εάν είχαν ενημερωθεί για την ασφαλή χρήση της συσκευής και έχουν επίγνωση των κινδύνων που συνδέονται με τη λειτουργία της. Τα παιδιά δεν πρέπει να παίζουν με τη συσκευή. Ο καθαρισμός και η συντήρηση της συσκευής δεν πρέπει να πραγματοποιούνται από παιδιά, εκτός αν είναι άνω των 8 ετών και οι δραστηριότητες αυτές εκτελούνται υπό επίβλεψη.

5.Επαναλάβετε ποτέ ολόκληρη τη συσκευή στο νερό. Μην εκθέτετε ποτέ το προϊόν στις ατμοσφαιρικές συνθήκες όπως το άμεσο ηλιακό φως ή τη βροχή κλπ. Μην χρησιμοποιείτε ποτέ το προϊόν σε υγρές συνθήκες.

6. Ποτέ μην χρησιμοποιείτε το προϊόν εάν πέσει ή καταστραφεί με οποιονδήποτε άλλο τρόπο ή εάν δεν λειτουργεί σωστά. Μην προσπαθήσετε να επιδιορθώσετε τον εαυτό σας, γιατί μπορεί να προκαλέσει ηλεκτροπληξία. Η κατεστραμμένη συσκευή στρέφεται πάντα σε μια επαγγελματική τοποθεσία για να την επισκευάσει. Όλες οι επισκευές μπορούν να γίνουν μόνο από εξουσιοδοτημένους τεχνικούς. Η επισκευή που έγινε εσφαλμένα μπορεί να προκαλέσει επικίνδυνες καταστάσεις για τον χρήστη.

7. Never τοποθετήστε το προϊόν πάνω ή κοντά στις ζεστές ή θερμές επιφάνειες ή στις συσκευές κουζίνας όπως ο ηλεκτρικός φούρνος ή ο καυστήρας αερίου.

8. Ποτέ μην χρησιμοποιείτε το προϊόν κοντά σε καύσιμα.

9.Επαναλάβετε ποτέ τη συσκευή κοντά στο νερό, π.χ. κάτω από το ντους, στην μπανιέρα ή πάνω από τον νεροχύτη γεμάτο με νερό.

10. Μην αγγίζετε τη συσκευή με βρεγμένα χέρια.

11. Οι μπαταρίες ενδέχεται να διαρρέυσουν εάν είναι επίπεδες ή δεν έχουν χρησιμοποιηθεί για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Για να προστατεύσετε τη συσκευή και την υγεία σας, αντικαταστήστε τα τακτικά και αποφύγετε την επαφή με το δέρμα με διαρροές μπαταριών.

12. Η συσκευή θα πρέπει να απενεργοποιείται κάθε φορά που το βάζετε στην άκρη.

13. Χρησιμοποιείτε τη συσκευή σε σταθερή και επίπεδη επιφάνεια.

14. Παρακαλώ κρατήστε τη συσκευή μακριά από την επίδραση ισχυρών ηλεκτρομαγνητικών πεδίων.

15. Βεβαιωθείτε ότι η επιφάνεια στην οποία χρησιμοποιείται η συσκευή δεν είναι υγρή ή ολισθηρή.

16. Βεβαιωθείτε ότι τα βαριά αντικείμενα δεν πέφτουν στην οθόνη και στο γυάλινο τμήμα της συσκευής.

17. Εάν το προϊόν δεν χρησιμοποιείται για μεγάλο χρονικό διάστημα, αφαιρέστε την μπαταρία.

18. ΜΗΝ χτυπάτε, ΜΗΝ ανακινείτε και μην ρίχνετε τη συσκευή.

19. Παραμείνετε στην κλίμακα κατά τη διάρκεια της μέτρησης.

20. Να μην χρησιμοποιείται για εμπορικούς ή ιατρικούς σκοπούς.

21. Συνιστάται να ζυγίζετε τον εαυτό σας την ίδια ώρα κάθε μέρα.

22. Οι μετρήσεις που δίνονται από την κλίμακα μπορεί να είναι παραπλανητικές εάν ζυγίζετε μετά από έντονη άσκηση, κατά τη διάρκεια μιας αυστηρής δίαιτας ή εάν είστε



αφυδατωμένοι.

23. Άτομα κάτω των 18 ετών και ηλικιωμένοι μπορούν να χρησιμοποιούν μόνο την επιλογή μέτρησης βάρους. Τα αποτελέσματα των επιλογών μέτρησης (ποσότητα νερού, λίπους ή μυών) μπορεί να είναι παραπλανητικά για άτομα άνω των 80 ετών και για άτομα που ασκούν bodybuilding.

24. Η συσκευή δεν προορίζεται για έγκυες γυναίκες, άτομα που υποβάλλονται σε αιμοκάθαρση, άτομα με καρδιακούς βηματοδότες και άλλα ιατρικά εμφυτεύματα.

25. Εάν οι μετρήσεις σας διαφέρουν από τον κανόνα, συμβουλευτείτε έναν γιατρό.

26. Η κλίμακα δεν θα υπολογίσει το σωματικό λίπος εκτός αν έχετε γυμνά πόδια.

27. Για μια ακριβή εκτίμηση σωματικού λίπους, μην λυγίζετε τα γόνατά σας και κρατάτε τα πόδια / τους μηρούς μακριά και ίσια όταν στέκεστε στην κλίμακα.

28. Η λειτουργία του σωματικού λίπους δεν συνιστάται για χρήση από έγκυες γυναίκες, άτομα με πυρετό, πρησμένα πόδια ή άλλα οίδημα, καθώς και από άτομο που έχει έντονη ενυδάτωση ή αφυδάτωση.

29. Τα ποσοστά σωματικού λίπους μπορεί να είναι ελαφρώς υψηλότερα ή χαμηλότερα για χρήστες με διαβήτη και άλλες καταστάσεις υγείας.

30. Οι γυναίκες αποθηκεύουν φυσικά περίπου 5% περισσότερο σωματικό λίπος από τους άνδρες.

#### ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΣΥΣΚΕΥΗΣ (Εικ. 1)

1.1 - Πλήκτρα λειτουργίας:

α) Κουμπί πάνω β) Κουμπί Κάτω γ) Κουμπί Ενεργοποίηση / κουμπί SET

1.2 - Οθόνη LCD 1.3 - Πλάκες μέτρησης 1.4 - Πλατφόρμα κλίμακας

#### ΟΘΟΝΗ LCD (Εικ. 3):

3.1 - Αναγνώριση ΔΜΣ	3.2 - Ένδειξη% σωματικού λίπους	3.3- Ένδειξη% νερού σώματος
3.4 - Ποσοστό μυϊκής μάζας	3.5 - Θερμίδες	3.6 - Εικονίδιο λειτουργίας αθλητή / εικονίδιο επιπέδου δραστηριότητας
3.7 - Αρσενικό εικονίδιο	3.8 - Γυναικείο εικονίδιο	3.9 - Το ύψος εμφανίζεται σε πόδια / ίντσες (μόνο για ανάγνωση λίβρας)
3.10 - Βάρος σε kg	3.11 - Βάρος σε λίβρες	3.12 - Βάρος σε st

#### ΠΡΙΝ ΠΡΩΤΗ ΧΡΗΣΗ

Τοποθετήστε τις σωστές μπαταρίες στη θήκη (Ανατρέξτε στην ενότητα «Αντικατάσταση της μπαταρίας»).

#### ΖΥΓΙΣΜΑ

- 1) Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε σκληρή και επίπεδη επιφάνεια (αποφύγετε τα χαλιά και τις μαλακές επιφάνειες).
- 2) Περάστε απαλά την κλίμακα. Σταθείτε στη ζυγαριά κατανέμοντας ομοιόμορφα το βάρος σας και μην κινηθείτε μέχρι να εμφανιστεί η ένδειξη βάρους
- 3) την οθόνη. Εάν βρίσκατε σε κάλτσες, η οθόνη θα εμφανίσει το σήμα ERR-1 καθώς δεν είναι δυνατή η έναρξη των μετρήσεων της σύνθεσης του σώματος.

#### ΡΥΘΜΙΣΗ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΜΕΤΡΗΣΗΣ

Μπορείτε να ορίσετε: αριθμό χρήστη, φύλο (και τύπο σώματος), επίπεδο δραστηριότητας, ύψος και ηλικία

- 1) Πατήστε το κουμπί SET (c). Θα εμφανιστεί μια επιλογή για τον ορισμό του αριθμού μνήμης χρήστη.
- 2) Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά βέλους (a) και (b) για να επιλέξετε έναν αριθμό μνήμης χρήστη (10 διαθέσιμες μνήμες: P-1 - P-10).
- 3) Πατήστε SET (c) για να επιβεβαιώσετε την επιλογή σας.
- 4) Μια επιλογή για να ορίσετε το φύλο και τον τύπο σώματος θα αναβοσβήνει.
- 5) Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά βέλους (a) και (β) για να επιλέξετε τον τύπο σας μεταξύ: θηλυκού, αρσενικού, γυναικείου αθλητικού τύπου, ανδρικού αθλητικού τύπου.
- 6) ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Ο αθλητικός τύπος είναι ένας τύπος που εκπαιδεύει με συνέπεια ελάχιστους χρόνους την εβδομάδα για δύο ώρες κάθε φορά, προκειμένου να βελτιώσει τις ειδικές δεξιότητες που απαιτούνται κατά την εκτέλεση του συγκεκριμένου αθλητισμού ή / και της δραστηριότητάς τους.
- 7) Πατήστε SET (c) για να επιβεβαιώσετε την επιλογή σας.
- 8) Επιλέξτε το επίπεδο δραστηριότητάς σας σύμφωνα με τις ακόλουθες οδηγίες:

- Επίπεδο-1 Καθιστική / πολύ ανενεργή: λίγη ή καθόλου άσκηση  
Επίπεδο 2 Περιορισμένη δραστηριότητα: άσκηση / αθλητισμός 1-3 ημέρες την εβδομάδα  
Επίπεδο 3 Μέτρια δραστηριότητα: άσκηση / αθλήματα 4-5 ημέρες την εβδομάδα  
Επίπεδο-4 Πολύ ενεργό: άσκηση / αθλήματα 6-7 ημέρες την εβδομάδα  
Επίπεδο-5 Εξαιρετικά ενεργό "σωματικά απαιτητική άσκηση / αθλητισμός ή αθλητική προπόνηση.  
9) Πατήστε SET (c) για να επιβεβαιώσετε την επιλογή σας.  
10) Επιλέξτε το ύψος σας (ύψος μεταξύ 100 - 220cm)  
ΣΗΜΕΙΩΣΗ: η συσκευή εμφανίζει βάρος σε χιλιόγραμμα και ύψος σε εκατοστά.  
11) Πατήστε SET (c) για να επιβεβαιώσετε την επιλογή σας.  
12) Επιλέξτε την ηλικία σας A-18 - A-80 (άτομα ηλικίας 18 έως 80)  
13) Πατήστε SET (c) για να επιβεβαιώσετε την επιλογή σας. Η κλίμακα θα εμφανίσει "0,0" στην οθόνη έτοιμη να μετρήσει το βάρος. Τα προσωπικά σας στοιχεία αποθηκεύονται στη μνήμη.

## ΒΑΡΟΣ ΜΕ ΜΕΤΡΗΣΗ

- 1) Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε σκληρή και επίπεδη επιφάνεια. Βγάλτε τις κάλτσες, τοποθετήστε τα πόδια σας με τη μέγιστη επαφή στην μεταλλική πλάκα της πλατφόρμας.
- 2) Πατήστε το κουμπί SET (c). Θα εμφανιστεί ο αριθμός μνήμης και οι παράμετροι του τελευταίου χρήστη. Εάν θέλετε να αλλάξετε τον χρήστη ή τις παραμέτρους, χρησιμοποιήστε τα κουμπιά (a) και (b) μόλις αναβοσβήνουν οι παράμετροι. Περιμένετε έως ότου η οθόνη εμφανίσει "0" και είναι έτοιμη να ζυγιστεί.
- 3) Περπατήστε απαλά στην πλατφόρμα κλίμακας με γυμνά πόδια. Και τα δύο πόδια πρέπει να αγγίζουν τις πλάκες μέτρησης (1,3). Σταθείτε ομοιόμορφα στη ζυγαριά διανομή του βάρους σας και μην μετακινείτε έως ότου η ένδειξη βάρους που εμφανίζεται στην οθόνη σταματά να αλλάζει και το σημάδι μέτρησης:  
Εμφανίζεται το 0000. Μόλις ολοκληρωθεί, η κλίμακα θα δείξει τα αποτελέσματα με την ακόλουθη ακολουθία: ένδειξη ΔΜΣ,% σωματικού λίπους,% σωματικού νερού,% μυϊκής μάζας, βασικός μεταβολικός ρυθμός (kcal), βάρος (kg, lb, st). Τα αποτελέσματα θα επαναληφθούν 2 φορές και η κλίμακα θα απενεργοποιηθεί αυτόματα.

## ΑΥΤΟΜΑΤΟΣ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΧΡΗΣΤΗ

Ενώ έχετε προγραμματίσει τα προσωπικά σας δεδομένα στη μνήμη και σταθμίστε τον εαυτό σας μία φορά, η κλίμακα θα σας αναγνωρίσει από το βάρος σας. Θα ανιχνεύσει όλα τα προφίλ εντός +/- 3 κιλών (6,6 λίβρες). Απλώς περπατήστε στην πλατφόρμα με γυμνό πόδι και περιμένετε έως ότου αναγνωριστεί η κλίμακα του βάρους σας και συγκρίνεται με τα απομνημονευμένα προγράμματα. Το βάρος σας θα εμφανιστεί για 2 δευτερόλεπτα και μετά η κλίμακα θα ξεκινήσει τις μετρήσεις της σύνθεσης του σώματος. Εάν υπάρχουν περισσότερα από ένα προφίλ χρήστη των οποίων το βάρος είναι κοντά στο άτομο που ζυγίζεται (εντός 3kgs) θα εμφανιστούν 2 πλησιέστερα προγράμματα που βρίσκονται σε διένεξη (για παράδειγμα: P1P2). Βγείτε από την κλίμακα και πατήστε τα κουμπιά κάτω και πάνω για να επιλέξετε το προφίλ σας.  
ΣΗΜΕΙΩΣΗ: μπορείτε να διαγράψετε προγράμματα από τη μνήμη εάν βρίσκονται σε διένεξη. Ενώ η κλίμακα δείχνει αντικρουόμενα προγράμματα, επιλέξτε ένα από αυτά πατώντας τα βέλη (a ή b). Στη συνέχεια, κρατήστε πατημένο το κουμπί SET για 3 δευτερόλεπτα. Η οθόνη θα εμφανίσει "dEL". Την επόμενη φορά που θα ενεργοποιηθεί η κλίμακα, το προφίλ θα διαγραφεί από τη μνήμη.

## ΕΠΙΛΟΓΗ ΜΟΝΑΔΩΝ ΜΕΤΡΩΝ (Εικ. 2):

Το κουμπί UNIT βρίσκεται στο πίσω μέρος της κλίμακας. Πατήστε το κουμπί UNIT για να αλλάξετε τις μονάδες μέτρησης. Μονάδες μέτρησης: "LB", "KG", "ST.LB". Η μονάδα θα είναι ορατή στην οθόνη.

## ΜΗΝΥΜΑΤΑ

- Lo - Χαμηλή μπαταρία
- Σφάλμα - Υπερβολικό φορτίο κλίμακας
- 0000 - Κατά τη διάρκεια της μέτρησης

## ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΜΠΑΤΑΡΙΑΣ (Εικ. 2):

Αφαιρέστε το καπάκι του χώρου μπαταριών στο κάτω μέρος της ζυγαριάς. Αφαιρέστε την παλιά μπαταρία. Τοποθετήστε τη νέα μπαταρία του σωστού τύπου.

Κλείστε το καπάκι του χώρου μπαταριών.

## ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Σκουπίστε απαλά τη ζυγαριά με ένα στεγνό ή ελαφρώς υγρό πανί.

## ΤΕΧΝΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ

- Ισχύς: Μπαταρία 3x 1.5V LR03 (AAA)
- Χωρητικότητα: 225 kg
- Ακρίβεια: 100g



φροντίζουμε το φυσικό περιβάλλον. Παρακαλούμε να πετάτε τις συσκευασίες από χαρτόνι στον κάδο ανακύκλωσης απορριμμάτων χαρτιού. Τις σακούλες από πολυαιθυλένιο (PE), απορρίψτε τις στον κάδο ανακύκλωσης πλαστικών. Η φθαρμένη συσκευή πρέπει να απορριπτεί στο κατάλληλο σημείο, εξαιτίας των επικινδύνων στοιχείων που περιέχει και τα οποία μπορεί να αποτελέσουν απειλή για το περιβάλλον. Η ηλεκτρική συσκευή πρέπει να απορριπτεί με τέτοιο τρόπο ώστε να περιοριστεί η επαναχρησιμοποίησή της. Εάν στη συσκευή βρίσκονται μπαταρίες, αυτές πρέπει να αφαιρεθούν και να πεταχτούν σε ξεχωριστό κάδο.

**УСЛОВИ ЗА БЕЗБЕДНОСТ. ВАНИ Упатства за безбедност на употреба  
ВЕ МОЛИМЕ ПРОЧИТАЈТЕ ВНИМАНИЕ И ЧУВАЕ ЗА ИДНИНА РЕФЕРЕНЦИЈА**

1. Пред употреба на производот, ве молиме прочитајте внимателно и секогаш во согласност со следниве упатства. Производителот не е одговорен за било каква штета поради каква било злоупотреба.
  2. Производот треба да се користи само во затворени простории. Не користете го производот за какви било цели што не се компатибилни со неговата примена.
  3. Ве молиме бидете претпазливи кога користите околу деца. Не дозволувајте децата да си играат со производот. Не дозволувајте децата или луѓето кои не го знаат уредот да го користат без надзор.
  4. **ПРЕДУПРЕДУВАЕ:** Овој уред може да го користат деца над 8 години и лица со намалени физички, сензорни или ментални способности, или лица без искуство или познавање на уредот, само под надзор на лице одговорно за нивната безбедност, или ако им било укажано на безбедно користење на уредот и се свесни за опасностите поврзани со неговото работење. Децата не треба да играат со уредот. Чистењето и одржувањето на уредот не треба да ги вршат деца, освен ако не се над 8 години и овие активности се вршат под надзор.
  5. Никогаш не ставајте целиот уред во вода. Никогаш не изложувајте го производот во атмосферски услови, како што е директна сончева светлина или дожд, итн.. Никогаш не користете го производот во влажни услови.
  6. Никогаш не користете го производот ако тој бил испуштен или оштетен на кој било друг начин или ако не работи правилно. Не обидувајте се сами да го поправите оштетениот производ бидејќи може да доведе до електричен удар. Оштетениот уред секогаш се свртува кон професионална локација за услуга за да го поправи. Сите поправки можат да ги вршат само овластени професионалци за услуги. Поправката што е извршена неправилно може да предизвика опасни ситуации за корисникот.
  7. Никогаш не го ставајте производот на или блиску до топли или топли површини или кујнски уреди како електрична печка или режач на гас.
  8. Никогаш не користете го производот близу до согорливи производи.
  9. Никогаш не користете го овој уред блиску до вода, на пр. : Под туш, во када или над мијалник исполнет со вода.
  10. Не допирајте го уредот со влажни раце.
  11. Батериите можат да излегуваат во јавноста ако се рамни или не биле користени подолг временски период.
- За да го заштитите уредот и вашето здравје, редовно заменете ги и избегнувајте контакт на кожата со батериите што протекуваат.
12. Уредот треба да се исклучува секој пат кога ќе се стави настрана.
  13. Ве молиме користете го уредот на стабилна и рамна површина.
  14. Ве молиме, чувајте го уредот подалеку од влијанието на силните електромагнетни полиња.



15. Ве молиме, проверете дали површината на која се користи уредот не е влажна или лизгава.
16. Ве молиме, осигурете се дека тешките предмети не паѓаат на екранот и на стаклениот дел од уредот.
17. Ако производот не се користи подолг период, извадете ја батеријата.
18. НЕ удирајте, НЕ тресете и НЕ испуштајте го уредот.
19. Станете сè уште на скалата додека се презема мерењето.
20. Не користете за комерцијални или медицински цели.
21. Се препорачува секој ден да се мерите во исто време.
22. Мерењата дадени според скалата може да бидат погрешни ако се мерите себе си по интензивно вежбање, за време на строга диета или ако сте дехидрирани.
23. Полетници под 18 години и постари лица можат да користат само опција за мерење на тежината. Резултатите од опциите за мерење (количина на вода, маснотии или мускули) можат да бидат погрешни за луѓето над 80 години и луѓето кои практикуваат боди-билдинг.
24. Уредот не е наменет за бремени жени, лица кои се подложени на дијализа, лица со срцев пејсмејкер и други медицински импланти.
25. Ако вашите мерења се разликуваат од нормата, консултирајте се со лекар.
26. Вагата нема да пресмета маснотии во телото, освен ако немате голи нозе.
27. За точна проценка на маснотии во телото, не ги свивајте колената и држете ги нозете / бутовите настрана и исправен кога стоите на скалата.
28. Функцијата на масното тело не се препорачува за употреба кај бремени жени, лица со треска, отечени нозе или други едеми, како и лице кое е над хидрирано или дехидрирано.
29. Процентите на маснотии во телото може да бидат малку повисоки или пониски за корисниците со дијабетес и други здравствени состојби.
30. Womenепените природно складираат приближно 5% повеќе телесна маст од мажите.

#### ООПИС НА УРЕДОТ (Сл. 1)

##### 1.1 - Функциони клучеви:

а) Копче горе                      б) Долу копче                      в) Копче / копче СЕТ

1.2 - LCD дисплеј 1.3 - Мерни плочи 1.4 - Платформа за скала

##### ЛЦД ЛЦД (слика 3):

3.1 - читање на БМИ	3.2 - телесна маст% читање	3.3- вода за тело% читање
3.4 - мускулна маса% читање	3,5 - калории	3.6 - Икона на ниво на активност спортист / икона на ниво на активност
3.7 - машка икона	3.8 - Femaleенска икона	3.9 - Висина прикажана во стапала / инчи (само за lb отчитување)
3.10 - Тежина во кг	3.11 - Тежина во lb	3.12 - Тежина во ул

#### ПРЕД ПРВА УПОТРЕБА

Вметнете ги точните батерии во одделот (Видете "Замена на батеријата").

##### Тежина

- 1) Поставете ја скалата на тврда и рамна површина (избегнувајте теписи и меки површини).
- 2) Нежно чекор на скалата. Застанете на скалата рамномерно распределувајќи ја вашата тежина и не движете се додека не се прикаже читањето тежина дисплејот. Ако сте во чорапи, екранот ќе се покаже ERR-1 марка, бидејќи не е во можност да ги започнете мерењата на



составот на телото.

## ПОСТАВУВА PARE НА ПАРМЕТЕРИТЕ НА МЕРКИ

Можете да поставите: кориснички број, пол (и типот на телото), нивото на активност, висината и возраста

- 1) Притиснете го копчето SET (в). Се појавува опција за поставување на бројот на меморија на корисникот.
- 3) Користете ги копчињата со стрелки (а) и (б) за да изберете кориснички број на меморија (10 достапни сеќавања: P-1 - P-10).
- 4) Притиснете SET (в) за да го потврдите вашиот избор.
- 5) Опција за одредување на полот и видот на телото ќе се појави како трепка.
- 6) Користете ги копчињата со стрелки (а) и (б) за да изберете вашиот тип помеѓу: женски, машки, женски атлетски тип, машки атлетски тип.

**ЗАБЕЛЕШКА:** Атлетскиот тип е тип кој постојано тренира минимум пати неделно два часа секој пат, со цел да ги подобри специфичните вештини потребни за извршување на нивниот специфичен спорт и / или активност.

- 7) Притиснете SET (в) за да го потврдите вашиот избор.
- 8) Изберете го вашето ниво на активност според следниве упатства:  
Ниво-1 Седентарен / многу неактивен: малку или никакво вежбање  
Ниво-2 ограничена активност: вежбање / спорт 1-3 дена неделно  
Ниво-3 Умерена активност: вежбање / спорт 4-5 дена во неделата  
Ниво-4 Многу активно: вежбање / спорт 6-7 дена неделно  
Ниво -5 Екстремно активни "физички кои бараат физички вежби / спортски или спортски тренинг.

9) Притиснете SET (в) за да го потврдите вашиот избор.

10) Изберете ја вашата висина (висока од 100 до 220 см)

**ЗАБЕЛЕШКА:** уредот покажува тежина во килограми и висина во сантиметри.

11) Притиснете SET (в) за да го потврдите вашиот избор.

12) Изберете ја возраста A-18 - A-80 (лица на возраст од 18 до 80 години)

13) Притиснете SET (в) за да го потврдите вашиот избор. Скалата ќе се прикаже „0,0“ на екранот подготвена за мерење на тежината. Вашите лични информации се зачувуваат во меморијата.

Тежина со мерење

1) Ставете ја скалата на тврда и рамна површина. Соблечете ги чорапите, поставете ги нозете со максимален контакт на металната плоча на платформата.

2) Притиснете го копчето SET (в). Numbere се појават бројот и параметрите на последниот корисник. Ако сакате да го промените корисникот или параметрите, користете ги копчињата (а) и (б) штом ќе се светнат параметрите. Почekaјте додека дисплејот не покаже „0“ и е подготвен да тежи.

3) Нежно стапнете на платформата со разголени нозе. Двете стапала треба да ги допрат мерните плочи (1.3). Застанете на скалите рамномерно

дистрибуирајте ја вашата тежина и не движете се додека вашето читање тежина прикажано на екранот не престане да се менува и знакот за мерење:

Се појавува 0000. Откако ќе се заврши, скалата ќе покаже резултати во следнава низа: Читање на BMI, телесна маст%, телесна вода%, мускулна маса%, стапка на базален метаболизам (kcal), тежина (kg, lb, st). Резултатите ќе се повторат 2 пати, тогаш скалата автоматски се исклучува.

Идентификација на автоматски корисник

Додека сте ги програмирале вашите лични податоци во меморија и се бројат себе еднаш, скалата ќе ве препознае според тежината. Wille ги открие сите профили во рамките на +/- 3 килограми (6,6 килограми). Само застанете на платформата со гола нога и почekaјте додека скалата не ја препознаете вашата тежина и споредете ги со запаметени програми. Вашата тежина ќе се прикаже 2 секунди и потоа скалата ќе започне со мерења на составот на телото.

Ако има повеќе од еден профил на корисници, чија тежина е близу до лицето кое се мери (во рамките на 3кг), ќе се прикажат 2 најблиски програми што се спротивставуваат (на пример: P1P2). Поставете го од скалата и притиснете ги копчињата надолу и нагоре за да го изберете вашиот профил.

Белешка: можете да ги избришете програмите од меморијата ако тие се во судир. Додека скалата покажува конфликтни програми изберете една од нив со притискање на стрели (а или б). Потоа, држете го копчето SET 3 секунди. Екранот ќе се прикаже „dEL“. Следниот пат кога ќе се вклучи скалата, профилот ќе се избрише од меморијата.

ИЗБОРИ НА ЕДИНИЦИТЕ ЗА МЕРКИ (Сл.2):

Копчето UNIT е на задниот дел од скалата. Притиснете го копчето UNIT за да ги промените мерните единици. Единици за мерка: „LB“, „KG“, „ST.LB“. Единицата ќе биде видлива на екранот.

ПРАШАА

Lo - ниска батерија

Грешка - Преголем товар на скала

0000 - за време на мерењето

## РЕАКЦИРАЕ НА БАТЕРИЈА (Сл.2):

Отстранете го капакот на батеријата на дното на скалата. Отстранете ја старата батерија. Вметнете ја новата батерија од вистинскиот тип.

Затворете го капакот на батеријата.

## ЧИСТЕЕ И ОДРУВАЕ

Нежно избришете ја скалата со сува или малку влажна крпа.

## ТЕХНИЧКИ ПОДАТОЦИ

Можност: 3,5V LR03 (AAA) батерија

Капацитет: 225 кг

Точност: 100гр



Се грижime за природната средина. Картонските паковки молиме да се наменат за рециклирање. Полиетиленовите кеси (PE) да се фрлат во контејнер за пластика. Искористениот уред треба да се предаде во соодветниот складирачки пункт, бидејќи небезбедните состојки кои се наоѓаат во уредот можат да бидат загрозување за средината. Електричниот уред треба да се предаде на начин кој ќе оневозможи негова повторна употреба и искористување. Доколку во уредот има батерии, треба да се извадат и посебно да се предадат во складирачкиот пункт.

## ČESKY

### BEZPEČNOSTNÍ PODMÍNKY. DŮLEŽITÉ POKYNY PRO BEZPEČNOST POUŽÍVÁNÍ PŘEČTĚTE SI POZORNĚ PŘEČTĚTE SI A UCHOVÁVAJTE PRO BUDOUCÍ REFERENCE

1. Před použitím produktu si prosím pozorně přečtete a vždy dodržujte následující pokyny. Výrobce neodpovídá za škody způsobené nesprávným použitím.
2. Výrobek se smí používat pouze uvnitř. Nepoužívejte produkt pro žádný účel, který není kompatibilní s jeho aplikací.
3. Při používání u dětí buďte opatrní. Nedovolte dětem hrát si s výrobkem. Nedovolte dětem nebo osobám, které neznají zařízení, aby jej používaly bez dohledu.
4. VAROVÁNÍ: Toto zařízení mohou používat děti starší 8 let a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo mentálními schopnostmi nebo osoby, které nemají zkušenost nebo znalosti zařízení, pouze pod dohledem osoby odpovědné za jejich bezpečnost, nebo pokud byli poučeni o bezpečném používání zařízení a jsou si vědomi nebezpečí spojeného s jeho provozem. Děti by se zařízením neměly hrát. Čištění a údržba zařízení by neměly provádět děti, pokud nejsou starší než 8 let a tyto činnosti jsou prováděny pod dohledem.
5. Nikdy nekládejte celé zařízení do vody. Výrobek nikdy nevystavujte povětrnostním vlivům, jako je přímé sluneční světlo nebo déšť atd. Nikdy jej nepoužívejte ve vlhkém prostředí.
6. Produkt nikdy nepoužívejte, pokud spadl nebo byl poškozen jiným způsobem nebo pokud nefunguje správně. Nepokoušejte se opravit vadný produkt sami, protože to může vést k úrazu elektrickým proudem. Poškozené zařízení se vždy obrátí na profesionální servisní místo, aby jej opravilo. Veškeré opravy může provádět pouze autorizovaný servisní technik. Oprava, která byla provedena nesprávně, může pro uživatele způsobit nebezpečné situace.
7. Nikdy nedávejte produkt na horké nebo teplé povrchy nebo kuchyňské spotřebiče, jako je elektrická trouba nebo plynový hořák, ani do jejich blízkosti.
8. Nikdy nepoužívejte produkt v blízkosti hořavin.
9. Nikdy nepoužívejte toto zařízení v blízkosti vody, např. : pod sprchu,



ve vaně nebo nad dřezem naplněným vodou.

10. Nedotýkejte se zařízení mokřma rukama.

11. Baterie mohou vytéct, jsou-li vybité nebo delší dobu nepoužívány.

Chcete-li chránit zařízení a své zdraví, pravidelně je vyměňujte a vyhněte se kontaktu pokožky s vyteklými bateriemi.

12. Zařízení by se mělo vypnout pokaždé, když je odloženo.

13. Používejte zařízení na stabilním a rovném povrchu.

14. Uchovávejte zařízení mimo dosah silných elektromagnetických polí.

15. Ujistěte se, že povrch, na kterém je zařízení používáno, není vlhký nebo kluzký.

16. Zajistěte, aby na displej a skleněnou část zařízení nespadly těžké předměty.

17. Pokud se produkt delší dobu nepoužívá, vyjměte baterii.

18. NEVYTÁŽEJTE, netřásejte a NEPATUJTE zařízení.

19. Během měření zůstaňte stále na stupnici.

20. Nepoužívejte pro komerční nebo lékařské účely.

21. Doporučuje se vážit se každý den ve stejnou dobu.

22. Měření na stupnici může být zavádějící, pokud se vážíte po intenzivním cvičení, při přísné stravě nebo pokud jste dehydrovaní.

23. Lidé mladší 18 let a starší mohou používat pouze možnost měření hmotnosti. Výsledky možností měření (množství vody, tuku nebo svalů) mohou být pro lidi starší 80 let a pro lidi, kteří praktikují kulturistiku, zavádějící.

24. Zařízení není určeno pro těhotné ženy, osoby podstupující dialýzu, osoby se srdečními kardiostimulátory a jiné lékařské implantáty.

25. Pokud se vaše měření liší od normy, poraďte se s lékařem.

26. Měřítka nebude počítat tělesný tuk, pokud nemáte bosé nohy.

27. Pro přesný odhad tělesného tuku neohýbejte kolena a udržujte nohy / stehna od sebe a rovně, když stojíte na stupnici.

28. Funkci tělesného tuku se nedoporučuje používat těhotné ženy, osoby s horečkou, oteklé nohy ani jiné otoky, ani osoba s nadměrnou hydratací nebo dehydratací.

29. Procento tělesného tuku může být mírně vyšší nebo nižší u uživatelů s diabetem a jinými zdravotními stavy.

30. Ženy přirozeně ukládají přibližně o 5% více tělesného tuku než muži.

#### POPIS ZAŘÍZENÍ (obr. 1)

1.1 - Funkční tlačítka:

a) Tlačítko nahoru      b) Tlačítko dolů      c) Tlačítko On / tlačítko SET

1.2 - LCD displej    1.3 - Měřicí desky    1.4 - Měřítka

#### LCD DISPLAY (obr. 3):

3.1 - Odečet BMI

3.2 - Odečtení% tělesného tuku

3.3 - Odečtení% tělesné vody

3.4 - Odčítání svalové hmoty%

3.5 - Kalorie

3.6 - Ikona sportovce / ikona úrovně aktivity

3.7 - Mužská ikona

3.8 - Ženská ikona

3.9 - Výška zobrazená v stopách / palcích (pouze pro odečty lb)

3,10 - hmotnost v kg

3,11 - hmotnost v librách

3.12 - Hmotnost v st

#### PŘED PRVNÍM POUŽITÍM

Vložte správné baterie do přihrádky (viz „Výměna baterie“).

#### HMOTNOST

- 1) Položte váhu na pevný a rovný povrch (vyhněte se kobercům a měkkým povrchům).
- 2) Opatrně stupněte na stupnici. Postavte se na váhu rovnoměrně a rozložte svou váhu a nepohybujte se, dokud se na displeji nezobrazí hodnota hmotnosti displej. Pokud jste v ponožkách, na displeji se zobrazí značka ERR-1, protože není možné zahájit měření složení těla.

### NASTAVENÍ PARAMETRŮ MĚŘENÍ

Můžete nastavit: číslo uživatele, pohlaví (a typ těla), úroveň aktivity, výšku a věk

- 1) Stiskněte tlačítko SET (c). Zobrazí se možnost nastavení čísla uživatelské paměti.
- 3) Pomocí tlačítek se šipkami (a) a (b) vyberte číslo uživatelské paměti (10 dostupných pamětí: P-1 - P-10).
- 4) Stisknutím tlačítka SET (c) potvrďte svůj výběr.
- 5) Možnost nastavení pohlaví a typu těla bude blikat.
- 6) Pomocí tlačítek se šipkami (a) a (b) vyberte svůj typ mezi: ženským, mužským, ženským atletickým typem, mužským atletickým typem.  
POZNÁMKA: Atletický typ je typ, který soustavně trénuje minimální časy týdně pokaždé dvě hodiny, aby se zlepšily specifické dovednosti požadované při výkonu jejich specifického sportu nebo činnosti.
- 7) Stisknutím tlačítka SET (c) potvrďte svůj výběr.
- 8) Vyberte úroveň své činnosti podle následujících pokynů:  
Úroveň 1 / velmi neaktivní: malé nebo žádné cvičení  
Úroveň 2 Omezená aktivita: cvičení / sport 1-3 dny v týdnu  
Úroveň 3 Mírná aktivita: cvičení / sport 4-5 dní v týdnu  
Úroveň 4 Velmi aktivní: cvičení / sport 6-7 dní v týdnu  
Úroveň 5 Extrémně aktivní "fyzicky náročné cvičení / sport nebo atletický trénink.
- 9) Stisknutím tlačítka SET (c) potvrďte svůj výběr.
- 10) Vyberte si výšku (mezi 100 - 220 cm vysoký)  
POZNÁMKA: Zařízení zobrazuje hmotnost v kilogramech a výšku v centimetrech.
- 11) Stisknutím tlačítka SET (c) potvrďte svůj výběr.
- 12) Vyberte svůj věk A-18 - A-80 (osoby ve věku 18 až 80 let)
- 13) Stisknutím tlačítka SET (c) potvrďte svůj výběr. Měřičto zobrazí na obrazovce „0.0“ připravené k měření hmotnosti. Vaše osobní údaje jsou uloženy v paměti.

### VÁŽENÍ S MĚŘENÍM

- 1) Položte váhu na pevný a rovný povrch. Sundejte si ponožky, umístěte nohy s maximálním kontaktem na kovovou desku plošiny.
- 2) Stiskněte tlačítko SET (c). Zobrazí se číslo a parametry poslední paměti uživatele. Pokud chcete změnit uživatele nebo parametry, použijte tlačítka (a) a (b), jakmile parametry blikají. Počkejte, až se na displeji zobrazí „0“ a je připraven k vážení.
- 3) Opatrně šlápněte na plošinu váhy bosými nohama. Obě nohy by se měly dotýkat měřících desek (1.3). Postavte se na váhu rovnoměrně rozložení váhy a nepohybujte se, dokud se na displeji nezobrazí údaj o hmotnosti a nezmění se značka měření: Objeví se 0000. Jakmile bude hotovo, měřičto ukáže výsledky v následující sekvenci: Odečet BMI, tělesný tuk%, tělesná voda%, svalová hmota%, bazální rychlost metabolismu (kcal), hmotnost (kg, lb, st). Výsledky se opakují 2krát, pak se měřičto automaticky vypne.

### IDENTIFIKACE AUTOMATICKÉHO UŽIVATELE

I když jste své osobní údaje naprogramovali do paměti a sami se vážíli, váha vás rozezná podle váhy. Zjistí všechny profily do +/- 3 kilogramů (6,6 libry). Stačí přistoupit na plošinu holýma nohama a počkat, až měřičto rozpozná vaši váhu a porovnat je s uloženými programy. Vaše váha se zobrazí na 2 sekundy a poté začne měřit složení těla.

Pokud existuje více než jeden uživatelský profil, jehož hmotnost je blízká vážené osobě (do 3 kg), zobrazí se na stupnici 2 nejbližší konfliktní programy (například: P1P2). Vystupte z měřičta a pomocí tlačítek dolů a nahoru vyberte svůj profil.

POZNÁMKA: Programy můžete z paměti odstranit, pokud jsou v konfliktu. Zatímco měřičto zobrazuje konfliktní programy, vyberte jeden z nich stisknutím šipek (a nebo b). Poté podržte tlačítko SET po dobu 3 sekund. Na displeji se zobrazí „dEL“. Při příštím zapnutí měřičta bude profil vymazán z paměti.

### VÝBĚR JEDNOTEK MĚŘENÍ (obr.2):

Tlačítko UNIT je na zadní straně váhy. Stisknutím tlačítka UNIT změníte měrné jednotky. Měrné jednotky: „LB“, „KG“, „ST.LB“. Jednotka bude viditelná na displeji.

### ZPRÁVY

- Lo - Slabá baterie
- Err - Nadměrné zatížení měřičta
- 0000 - Během měření

### VÝMĚNA BATERIE (obr.2):

Sejměte víko prostoru pro baterie ve spodní části váhy. Vyjměte starou baterii. Vložte novou baterii správného typu. Zavřete víko prostoru pro baterie.

## ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA

Opatrně otřete váhu suchým nebo mírně navlhčeným hadříkem.

### TECHNICKÁ DATA

Napájení: 3x 1,5 V LR03 (AAA) baterie

Objem: 225 kg

Přesnost: 100g



Ochrana životního prostředí. Kartón odevzdejte do sběru. Polyetylénové sáčky (PE) vyhazujte do kontejneru na plasty. Vysloužilý přístroj odevzdejte do příslušného sběrného dvoru, protože některé části zařízení mohou představovat pro životní prostředí nebezpečí. Elektrický přístroj odevzdejte tak, aby se omezilo jeho opětovné používání. Pokud jsou v přístroji baterie, vyjměte je a odevzdejte do příslušného sběrného místa zvlášť. Přístroj nevyhazujte do popelnice ani kontejneru na směsný odpad!!

## РУССКИЙ

### УСЛОВИЯ БЕЗОПАСНОСТИ. ВАЖНЫЕ УКАЗАНИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

ПОЖАЛУЙСТА, ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТАЙТЕ И СОХРАНИТЕ БУДУЩУЮ ССЫЛКУ

1. Перед использованием продукта, пожалуйста, внимательно прочитайте и всегда соблюдайте следующие инструкции. Производитель не несет ответственности за любой ущерб, вызванный неправильным использованием.
2. Продукт предназначен только для использования в помещении. Не используйте продукт для каких-либо целей, которые не совместимы с его применением.
3. Пожалуйста, будьте осторожны при использовании вокруг детей. Не позволяйте детям играть с продуктом. Не позволяйте детям или людям, которые не знают устройство, использовать его без присмотра.
4. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ. Данное устройство может использоваться детьми старше 8 лет и лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или лицами, не имеющими опыта или знаний об устройстве, только под наблюдением лица, ответственного за их безопасность, или если они были проинструктированы о безопасном использовании устройства и знают об опасностях, связанных с его эксплуатацией. Дети не должны играть с устройством. Чистка и техническое обслуживание устройства не должны выполняться детьми, за исключением случаев, когда им исполнилось 8 лет, и эти действия выполняются под наблюдением.
5. Никогда не помещайте все устройство в воду. Никогда не подвергайте изделие воздействию атмосферных условий, таких как прямой солнечный свет, дождь и т. Д. Никогда не используйте изделие во влажных условиях.
6. Никогда не используйте продукт, если он упал или был поврежден каким-либо другим способом или если он не работает должным образом. Не пытайтесь отремонтировать неисправное изделие самостоятельно, так как это может привести к поражению электрическим током. Поврежденные устройства всегда обращаются в профессиональную сервисную службу с целью их ремонта. Все ремонтные работы могут быть выполнены только авторизованными специалистами по обслуживанию. Неправильный ремонт может привести к опасным ситуациям для пользователя.
7. Никогда не кладите изделие на горячие или теплые поверхности или кухонные приборы, такие как электрическая духовка или газовая горелка, или рядом с ними.
8. Никогда не используйте продукт, близкий к горючим.
9. Никогда не используйте это устройство рядом с водой, например: под душем, в ванной или над раковиной, наполненной водой.



10. Не прикасайтесь к устройству мокрыми руками.
11. Батареи могут протечь, если они разряжены или не использовались в течение длительного периода времени.  
Для защиты устройства и вашего здоровья регулярно заменяйте их и избегайте контакта кожи с протекающими батареями.
12. Устройство следует выключать каждый раз, когда его откладывают.
13. Пожалуйста, используйте устройство на устойчивой и плоской поверхности.
14. Пожалуйста, держите устройство подальше от воздействия сильных электромагнитных полей.
15. Убедитесь, что поверхность, на которой используется устройство, не является влажной или скользкой.
16. Убедитесь, что тяжелые предметы не падают на дисплей и стеклянную часть устройства.
17. Если продукт не используется в течение длительного периода, пожалуйста, извлеките аккумулятор.
18. НЕ ударяйте, не трясите и не роняйте устройство.
19. Стойте еще на шкале во время измерения.
20. Не используйте в коммерческих или медицинских целях.
21. Рекомендуется взвешивать себя в одно и то же время каждый день.
22. Измерения, данные по шкале, могут вводить в заблуждение, если вы взвешиваете себя после интенсивных упражнений, во время строгой диеты или если вы обезвожены.
23. Люди в возрасте до 18 лет и пожилые люди могут использовать только вариант измерения веса. Результаты измерений (количество воды, жира или мышц) могут вводить в заблуждение людей старше 80 лет и людей, которые занимаются бодибилдингом.
24. Устройство не предназначено для беременных, людей, проходящих диализ, людей с кардиостимуляторами и других медицинских имплантатов.
25. Если ваши измерения отличаются от нормы, обратитесь к врачу.
26. Шкала не рассчитывает жир тела, если у вас нет босых ног.
27. Для точной оценки содержания жира в организме не сгибайте колени и держите ноги / бедра раздвинутыми и прямыми, стоя на весах.
28. Функция жировых отложений не рекомендуется использовать беременным женщинам, людям с лихорадкой, опухшими ногами или другими отеками, а также лицам, которые чрезмерно увлажнены или обезвожены.
29. Процент жира в организме может быть немного выше или ниже для пользователей с диабетом и другими заболеваниями.
30. Женщины естественным образом накапливают примерно на 5% больше жира, чем мужчины.

#### ОПИСАНИЕ УСТРОЙСТВА (рис. 1)

1.1 - Функциональные клавиши:

а) кнопка вверх

б) кнопка вниз

в) кнопка включения / кнопка SET

1.2 - ЖК-дисплей 1.3 - Измерительные пластины 1.4 - Платформа весов

ЖК-дисплей (рис. 3):

- |  |                         |   |
|--|-------------------------|---|
| 3.1 - Показатель ИМТ                         | 3.2 - Показания жира в% | 3.3- Показания% воды в организме  |
| 3.4 - Показатель мышечной массы,% активности | 3.5 - калории           | 3.6 - Значок режима спортсмена / значок уровня                            |
| 3.7 - Мужской значок                         | 3.8 - женская икона     | 3.9 - Высота отображается в футах / дюймах (только для считывания фунтов) |
| 3.10 - Вес в кг                              | 3.11 - Вес в фунтах     | 3.12 - Вес в ст   |

## ПЕРЕД ПЕРВЫМ ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ

Вставьте правильные батареи в отсек (см. «Замена батареи»).

## ВЕСЫ

- 1) Положите весы на твердую и плоскую поверхность (избегайте ковров и мягких поверхностей).
- 2) Осторожно встаньте на весы. Встаньте на весы, равномерно распределяя свой вес, и не двигайтесь, пока показания вашего веса, показанные на дисплее. Если вы находитесь в носках, на дисплее будет отображаться значок ERR-1, так как он не может начать измерения состава тела.

## УСТАНОВКА ПАРАМЕТРОВ ИЗМЕРЕНИЯ

Вы можете установить: номер пользователя, пол (и тип тела), уровень активности, рост и возраст

- 1) Нажмите кнопку SET (с). Опция установки номера пользовательской памяти будет мигать.
  - 3) Используйте стрелки (а) и (b) для выбора номера пользовательской памяти (доступно 10 ячеек памяти: P-1 - P-10).
  - 4) Нажмите SET (с), чтобы подтвердить свой выбор.
  - 5) Опция установки пола и типа телосложения будет мигать.
  - 6) Используйте стрелки (а) и (b) для выбора типа: женский, мужской, женский спортивный тип, мужской спортивный тип.
- ПРИМЕЧАНИЕ.** Атлетический тип - это тип, который последовательно тренируется минимум раз в неделю в течение двух часов каждый раз, чтобы улучшить определенные навыки, необходимые для выполнения своего конкретного вида спорта и / или деятельности.
- 7) Нажмите SET (с), чтобы подтвердить свой выбор.
  - 8) Выберите уровень своей активности в соответствии со следующими рекомендациями:  
Уровень 1 Сидячий / очень малоподвижный: мало упражнений или нет  
Уровень 2 Ограниченная активность: физические упражнения / спорт 1-3 дня в неделю  
Уровень 3 Умеренная активность: физические упражнения / спорт 4-5 дней в неделю  
Уровень 4 Очень активный: физические упражнения / спорт 6-7 дней в неделю  
Уровень 5 «Исключительно активные» физически сложные физические упражнения / спортивные или спортивные тренировки.
  - 9) Нажмите SET (с), чтобы подтвердить свой выбор.
  - 10) Выберите свой рост (от 100 до 220 см в высоту)
- ПРИМЕЧАНИЕ:** устройство показывает вес в килограммах и рост в сантиметрах.
- 11) Нажмите SET (с), чтобы подтвердить свой выбор.
  - 12) Выберите возраст A-18 - A-80 (лица в возрасте от 18 до 80)
  - 13) Нажмите SET (с), чтобы подтвердить свой выбор. Шкала покажет «0.0» на экране, готовый к измерению веса. Ваша личная информация сохраняется в памяти.

## Взвешивание с измерением

- 1) Поместите весы на твердую и плоскую поверхность. Снимите носки, поставьте ноги с максимальным контактом на металлическую пластину платформы.
- 2) Нажмите кнопку SET (с). Появятся номер и параметры памяти последнего пользователя. Если вы хотите изменить пользователя или параметры, используйте кнопки (а) и (b), когда параметры мигают. Подождите, пока на дисплее не появится «0» и он не будет готов к взвешиванию.
- 3) Осторожно наступите на платформу весов босыми ногами. Обе ноги должны касаться измерительных пластин (1.3). Стоя на весах равномерно распределите свой вес и не двигайтесь, пока показания вашего веса, показанные на дисплее, не перестанут изменяться и знак измерения: 0000 появляется. После этого шкала покажет результаты в следующей последовательности: считывание ИМТ,% жира в организме,% воды в организме,% мышечной массы, скорость основного обмена (ккал), вес (кг, фунты, й). Результаты будут повторены 2 раза, после чего шкала автоматически отключится.

## АВТОМАТИЧЕСКАЯ ИДЕНТИФИКАЦИЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Хотя вы запрограммировали свои личные данные в память и взвесили себя один раз, весы узнают вас по вашему весу. Он обнаружит все профили в пределах +/- 3 килограмма (6,6 фунтов). Просто наступите на платформу босыми ногами и подождите, пока весы не распознают ваш вес и сравните их с заученными программами. Ваш вес будет отображаться в течение 2 секунд, а затем шкала начнет измерения состава тела.

Если существует более одного профиля пользователя, вес которого близок к весу взвешиваемого человека (в пределах 3 кг), будут показаны две наиболее конфликтующие программы (например, P1P2). Отступите от шкалы и нажимайте кнопки вниз и вверх, чтобы выбрать свой профиль.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** вы можете удалять программы из памяти, если они конфликтуют. Пока шкала показывает конфликтующие

программы, выберите одну из них, нажимая стрелки (а или b). Затем удерживайте кнопку SET в течение 3 секунд. Дисплей покажет «dEL». При следующем включении весов профиль будет удален из памяти.

#### ВЫБОР ЕДИНИЦ ИЗМЕРЕНИЯ (Рис.2):

Кнопка UNIT находится в задней части шкалы. Нажмите кнопку UNIT, чтобы изменить единицы измерения. Единицы измерения: «LB», «KG», «ST.LB». Устройство будет видно на дисплее.

#### СООБЩЕНИЯ

Lo - низкий заряд батареи

Eg - Чрезмерная нагрузка на шкалу

0000 - во время измерения

#### ЗАМЕНА БАТАРЕИ (рис.2):

Снимите крышку батарейного отсека в нижней части шкалы. Удалите старую батарею. Вставьте новую батарею правильного типа.

Закройте крышку батарейного отсека.

#### ЧИСТКА И ОБСЛУЖИВАНИЕ

Аккуратно протрите весы сухой или слегка влажной тканью.

#### ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

Питание: 3x 1,5 В LR03 (AAA) аккумулятор

Вместимость: 225 кг

Точность: 100 г



Забываясь об окружающей среде.. Упаковку из картона передайте, пожалуйста, на макулатуру. Полиэтиленовые мешки (PE) выкидать в резервуар для пластмассы. Изношенное устройство надо передать в соответствующую точку хранения, так как находящиеся в устройстве опасные составляющие могут являться угрозой для окружающей среды. Электрическое устройство надо передать таким образом, чтобы ограничить его повторное употребление и использование. Если в устройстве находятся батареи, их надо вынуть и передать в точку хранения отдельно. Устройство не выкидать в резервуар для коммунальных отходов!

## NETERLANDS

### VEILIGHEIDSVORWAARDEN. BELANGRIJKE INSTRUCTIES VOOR VEILIGHEID VAN GEBRUIK

#### LEES DIT ZORGVULDIG DOOR EN BEWAAR VOOR TOEKOMSTIGE REFERENTIE

1. Voor het gebruik van het product aandachtig lezen en altijd de volgende instructies opvolgen. De fabrikant is niet verantwoordelijk voor eventuele schade als gevolg van misbruik.
2. Het product mag alleen binnenshuis worden gebruikt. Gebruik het product niet voor doeleinden die niet compatibel zijn met de toepassing.
3. Wees voorzichtig bij gebruik rond kinderen. Laat kinderen niet met het product spelen. Laat kinderen of mensen die het apparaat niet kennen het zonder toezicht gebruiken.
4. **WAARSCHUWING:** Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen ouder dan 8 jaar en personen met verminderde fysieke, sensorische of mentale vermogens, of personen zonder ervaring of kennis van het apparaat, alleen onder toezicht van een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid, of als ze zijn geïnstrueerd over het veilige gebruik van het apparaat en zich bewust zijn van de gevaren die aan het gebruik ervan verbonden zijn. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Reiniging en onderhoud van het apparaat mogen niet door kinderen worden uitgevoerd, tenzij ze ouder zijn dan 8 jaar en deze activiteiten worden uitgevoerd onder toezicht.
5. Gooi nooit het hele apparaat in het water. Stel het product nooit bloot aan atmosferische omstandigheden zoals direct zonlicht of regen, enz. Gebruik het product nooit in vochtige omstandigheden.
6. Gebruik het product nooit als het is gevallen of op een andere manier is beschadigd of als het niet goed werkt. Probeer het defecte product niet zelf te repareren, omdat dit kan leiden tot elektrische schokken. Beschadigd apparaat moet altijd naar een professionele



servicelocatie gaan om het te repareren. Alle reparaties kunnen alleen worden uitgevoerd door geautoriseerde serviceprofessionals. De onjuist uitgevoerde reparatie kan gevaarlijke situaties voor de gebruiker veroorzaken.

7. Plaats het product nooit op of in de buurt van hete of warme oppervlakken of keukenapparatuur zoals de elektrische oven of gasbrander.

8. Gebruik het product nooit in de buurt van brandbare stoffen.

9. Gebruik dit apparaat nooit in de buurt van water, bijv. : onder de douche, in bad of boven een gootsteen gevuld met water.



10. Raak het apparaat niet aan met natte handen.

11. De batterijen kunnen lekken als ze leeg zijn of gedurende langere tijd niet zijn gebruikt. Vervang het apparaat en uw gezondheid regelmatig door het te vervangen en vermijd huidcontact met lekkende batterijen.

12. Het apparaat moet worden uitgeschakeld telkens wanneer het opzij wordt gezet.

13. Gebruik het apparaat op een stabiele en vlakke ondergrond.

14. Houd het apparaat uit de buurt van de invloed van sterke elektromagnetische velden.

15. Zorg ervoor dat het oppervlak waarop het apparaat wordt gebruikt niet vochtig of glad is.

16. Zorg ervoor dat zware voorwerpen niet op het display en het glazen gedeelte van het apparaat vallen.

17. Verwijder de batterij als het product gedurende langere tijd niet wordt gebruikt.

18. NIET slaan, NIET schudden en het apparaat NIET laten vallen.

19. Blijf op de schaal staan terwijl de meting wordt uitgevoerd.

20. Niet gebruiken voor commerciële of medische doeleinden.

21. Het wordt aanbevolen dat u zichzelf elke dag op hetzelfde tijdstip weegt.

22. De metingen op de weegschaal kunnen misleidend zijn als je jezelf weegt na intensieve training, tijdens een streng dieet of als je uitgedroogd bent.

23. Personen onder de 18 jaar en ouderen mogen alleen de optie gewichtsmeting gebruiken. De resultaten van meetopties (hoeveelheid water, vet of spieren) kunnen misleidend zijn voor mensen ouder dan 80 jaar en mensen die bodybuilding beoefenen.

24. Het apparaat is niet bedoeld voor zwangere vrouwen, mensen die dialyse ondergaan, mensen met pacemakers en andere medische implantaten.

25. Als uw metingen afwijken van de norm, raadpleeg dan een arts.

26. De weegschaal berekent geen lichaamsvet tenzij u blote voeten hebt.

27. Buig uw knieën niet voor een nauwkeurige schatting van het lichaamsvet en houd uw benen / dijen uit elkaar en recht wanneer u op de weegschaal staat.

28. De lichaamsvetfunctie wordt niet aanbevolen voor gebruik door zwangere vrouwen, personen met koorts, gezwollen benen of andere oedemen, evenals een persoon die overmatig gehydrateerd of gedehydrateerd is.

29. Het percentage lichaamsvet kan iets hoger of lager zijn voor gebruikers met diabetes en andere gezondheidsproblemen.

30. Vrouwen slaan van nature ongeveer 5% meer lichaamsvet op dan mannen.

#### BESCHRIJVING VAN HET APPARAAT (Fig.1)

1.1 - Functietoetsen:

a) Omhoog-knop      b) Omlaag-knop      c) Aan-knop / SET-knop

1.2 - LCD-display    1.3 - Meetplaten    1.4 - Schaalplatform

#### LCD-SCHERM (Afb.3):

3.1 - BMI-uittezing

3.2 - Aftezing lichaamsvet%

3.3 - Lichaamswater% aftezing

3.4 - Spiermassa% aftezing

3.5 - Calorieën

3.6 - Pictogram voor atletenmodus / pictogram voor activiteitsniveau

3.7 - Mannelijk pictogram

3.8 - Vrouwelijk icoon

3.9 - Hoogte weergegeven in voet / inch (alleen voor lb-uittezing)

3.10 - Gewicht in kg

3.11 - Gewicht in lb

3.12 - Gewicht in st

#### VOOR HET EERSTE GEBRUIK

Plaats de juiste batterijen in het compartiment (zie "De batterij vervangen").

## WEGING

- 1) Plaats de weegschaal op een harde en vlakke ondergrond (vermijd tapijten en zachte oppervlakken).
- 2) Stap voorzichtig op de weegschaal. Ga op de weegschaal staan en verdeel uw gewicht gelijkmatig en beweeg niet totdat uw gewichtsaflazing op staat het scherm. Als u zich in een sok bevindt, wordt op het display het ERR-1-merkteken weergegeven, omdat de metingen van de lichaamssamenstelling niet kunnen worden gestart.

## MEETPARAMETERS INSTELLEN

U kunt instellen: gebruikersnummer, geslacht (en lichaamstype), activiteitsniveau, lengte en leeftijd

- 1) Druk op de knop SET (c). Een optie om het gebruikersgeheugennummer in te stellen, zal knipperen.
- 3) Gebruik de pijlen (a) en (b) om een gebruikersgeheugennummer te kiezen (10 geheugens beschikbaar: P-1 - P-10).
- 4) Druk op SET (c) om uw keuze te bevestigen.
- 5) Een optie om het geslacht en lichaamstype in te stellen, knippert.
- 6) Gebruik de pijlen (a) en (b) om uw type te kiezen tussen: vrouwelijk, mannelijk, vrouwelijk atletisch type, mannelijk atletisch type.  
OPMERKING: Atletisch type is een type dat consequent minimumtijden per week gedurende twee uur elke keer traint, om specifieke vaardigheden te verbeteren die vereist zijn voor de uitvoering van hun specifieke sport en / of activiteit.
- 7) Druk op SET (c) om uw keuze te bevestigen.
- 8) Selecteer uw activiteitsniveau volgens de volgende richtlijnen:  
Niveau 1 Sedentair / zeer inactief: weinig of geen beweging  
Niveau 2 Beperkte activiteit: sporten / sporten 1-3 dagen per week  
Niveau 3 Matige activiteit: 4-5 dagen per week sporten / sporten  
Niveau 4 Zeer actief: 6-7 dagen per week sporten / sporten  
Level-5 Extreem actief "fysiek veeleisende training / sport of atletische training.
- 9) Druk op SET (c) om uw keuze te bevestigen.
- 10) Selecteer uw lengte (tussen 100 - 220 cm lang)  
OPMERKING: het apparaat geeft het gewicht in kilogram en de hoogte in centimeters weer.
- 11) Druk op SET (c) om uw keuze te bevestigen.
- 12) Selecteer uw leeftijd A-18 - A-80 (personen van 18 tot 80 jaar)
- 13) Druk op SET (c) om uw keuze te bevestigen. De weegschaal toont "0.0" op het scherm, klaar om het gewicht te meten. Uw persoonlijke gegevens worden in het geheugen opgeslagen.

## WEGEN MET METING

- 1) Plaats de schaal op een hard en vlak oppervlak. Trek sokken uit, plaats uw voeten met maximaal contact op de metalen plaat van het platform.
- 2) Druk op de knop SET (c). Het geheugennummer en de parameters van de laatste gebruiker verschijnen. Als u de gebruiker of parameters wilt wijzigen, gebruikt u de knoppen (a) en (b) zodra de parameters knipperen. Wacht tot het display "0" weergeeft en klaar is om te wegen.
- 3) Stap voorzichtig met blote voeten op het weegplateau. Beide voeten moeten de meetplaten (1.3) raken. Gelijkmatig op de weegschaal staan uw gewicht verdelen en niet bewegen totdat uw gewichtsmeting op het display stopt met veranderen en het metingsbord: 0000 verschijnt. Eenmaal gedaan, toont de schaal de resultaten in de volgende volgorde: BMI-uitlezing, lichaamsvet%, lichaamswater%, spiermassa%, basaal metabolisme (kcal), gewicht (kg, lb, st). Resultaten worden 2 keer herhaald en de schaal wordt automatisch uitgeschakeld.

## AUTOMATISCHE GEBRUIKERSIDENTIFICATIE

Terwijl u uw persoonlijke gegevens in het geheugen heeft geprogrammeerd en uzelf eenmaal hebt gewogen, zal de weegschaal u herkennen aan uw gewicht. Het detecteert alle profielen binnen +/- 3 kilogram (6.6lbs). Stap gewoon met blote voeten op het platform en wacht tot de weegschaal uw gewicht herkent en vergelijk ze met opgeslagen programma's. Uw gewicht wordt gedurende 2 seconden weergegeven en vervolgens begint de schaal met het meten van de lichaamssamenstelling. Als er meer dan één gebruikersprofiel is waarvan het gewicht dicht bij de persoon ligt die gewogen wordt (binnen 3 kg), zullen de weegschaal 2 programma's die het meest in conflict zijn met elkaar weergeven (bijvoorbeeld: P1P2). Stap van de schaal af en druk op de knoppen omhoog en omlaag om uw profiel te kiezen.  
OPMERKING: u kunt programma's uit het geheugen verwijderen als ze in conflict zijn. Terwijl de schaal conflicterende programma's toont, selecteert u er een door op de pijlen (a of b) te drukken. Houd vervolgens de SET-knop 3 seconden ingedrukt. Het display zal "dEL" tonen. De volgende keer dat de weegschaal wordt ingeschakeld, wordt het profiel uit het geheugen verwijderd.

## MAATREGELDEN SELECTEREN (Afb.2):

UNIT-knop bevindt zich aan de achterkant van de schaal. Druk op de UNIT-knop om de maateenheden te wijzigen. Maateenheden: "LB", "KG", "ST.LB". Het apparaat is zichtbaar op het scherm.

## BERICHTEN

Lo - Batterij bijna leeg

Err - Overmatige schaalbelasting  
0000 - Tijdens meting

#### DE BATTERIJ VERVANGEN (Fig.2):

Verwijder het deksel van het batterijvak aan de onderkant van de schaal. Verwijder de oude batterij. Plaats de nieuwe batterij van het juiste type.

Sluit het deksel van het batterijvak.

#### SCHOONMAAK EN ONDERHOUD

Veeg de weegschaal voorzichtig af met een droge of licht vochtige doek.

#### TECHNISCHE DATA

Voeding: 3x 1.5V LR03 (AAA) batterij

Capaciteit: 225 kg

Nauwkeurigheid: 100 g



We geven om het milieu. We vragen u om de kartonnen verpakkingen te storten bij het oud papier. Polyethyleen zakken (PE) storten in de container voor plastic. Versleten apparatuur afgeven bij het juiste verzamelpunt, als in het apparaat gevaarlijke elementen zitten kan dat een bedreiging zijn voor het milieu. Elektrisch apparaat moet worden geretourneerd om het hergebruik te verminderen. Als in het apparaat batterijen zitten, horen die verwijderd te worden en apart af te worden gegeven bij het juiste verzamelpunt.

## SLOVENŠČINA

### VARNOSTNI POGOJI POMEMBNA NAVODILA ZA VARNOST UPORABE PROSIMO, VELIKO PREBERITE IN VZDRŽITE PRIHODNOST

1. Pred uporabo izdelka natančno preberite in vedno upoštevajte naslednja navodila. Proizvajalec ne odgovarja za škodo zaradi kakršne koli zlorabe.
2. Izdelek se sme uporabljati samo v zaprtih prostorih. Izdelka ne uporabljajte za namene, ki niso združljivi z njegovo uporabo.
3. Pri uporabi okoli otrok bodite previdni. Ne pustite, da se otroci igrajo z izdelkom. Ne dovolite otrokom ali ljudem, ki naprave ne poznajo, da jo uporabljajo brez nadzora.
4. OPOZORILO: To napravo lahko uporabljajo otroci, starejši od 8 let, in osebe z omejenimi telesnimi, senzoričnimi ali duševnimi sposobnostmi ali osebe, ki nimajo izkušenj ali znanja o napravi, samo pod nadzorom osebe, ki je odgovorna za njihovo varnost, ali če so bili poučeni o varni uporabi naprave in se zavedajo nevarnosti, povezane z njenim delovanjem. Otroci se ne smejo igrati z napravo. Čiščenja in vzdrževanja naprave ne smejo izvajati otroci, razen če so starejši od 8 let in se te dejavnosti izvajajo pod nadzorom.
5. Nikoli ne postavljajte cele naprave v vodo. Izdelka nikoli ne izpostavljajte atmosferskim vplivom, kot so neposredna sončna svetloba ali dež itd. Nikoli ne uporabljajte izdelka v vlažnih razmerah.
6. Nikoli ne uporabljajte izdelka, če je bil na kakršen koli drug način padel ali poškodovan ali če ne deluje pravilno. Okvarjenega izdelka ne poskušajte popraviti sami, ker lahko privede do električnega udara. Poškodovana naprava se za popravilo vedno obrne na mesto profesionalne službe. Vsa popravila lahko opravijo samo pooblaščenji serviserji. Popravilo, ki je bilo opravljeno nepravilno, lahko povzroči nevarne situacije za uporabnika.
7. Nikoli ne postavljajte izdelka na vroče ali tople površine ali na kuhinjske aparate, kot sta električna pečica ali plinski gorilnik.
8. Ne uporabljajte izdelka blizu vnetljivih snovi.
9. Ne uporabljajte te naprave blizu vode, npr. : pod tušem, v kadi ali nad umivalnikom, napolnjenim z vodo.
10. Ne dotikajte se naprave z mokrimi rokami.
11. Baterije lahko puščajo, če so prazne ali jih ne uporabljate dlje časa.



Za zaščito naprave in zdravja jih redno menjajte in se izogibajte stiku kože s puščanjem baterij.

12. Napravo je treba izključiti vsakič, ko jo odložite.
13. Uporabite napravo na stabilni in ravni površini.
14. Napravo ne držite pred vplivi močnih elektromagnetnih polj.
15. Prepričajte se, da površina, na kateri je naprava uporabljena, ni vlažna ali spolzka.
16. Prepričajte se, da težki predmeti ne padejo na zaslon in stekleni del naprave.
17. Če izdelka ne uporabljate dlje časa, prosimo, da odstranite baterijo.
18. NE udarjajte, NE tresejte in NE spustite naprave.
19. Med merjenjem ostanite na merilniku.
20. Ne uporabljajte v komercialne ali medicinske namene.
21. Priporočamo, da se tehtate vsak dan ob istem času.
22. Meritve, ki jih je dala lestvica, so lahko zavajajoče, če se tehtate po intenzivni vadbi, med strogo dieto ali če ste dehidrirani.
23. Osebe, mlajše od 18 let, in starejši lahko uporabljajo samo možnost merjenja teže. Rezultati merilnih možnosti (količina vode, maščob ali mišic) so lahko zavajajoči za ljudi, starejše od 80 let, in ljudi, ki se ukvarjajo z bodibildingom.
24. Naprava ni namenjena nosečnicam, osebam na dializi, osebam s srčnim spodbujevalnikom in drugim medicinskim vsadkom.
25. Če se vaše meritve razlikujejo od norme, se posvetujte z zdravnikom.
26. Tehnica ne bo izračunala telesne maščobe, razen če imate boste noge.
27. Za natančno oceno telesne maščobe ne upogibajte kolen in noge / stegna držite narazen in naravnost, ko stojite na tehtnici.
28. Funkcije telesne maščobe odsvetujejo nosečnicam, osebam z vročino, oteklimi nogami ali drugimi edemi, pa tudi osebam, ki so čezmerno hidrirani ali dehidrirani.
29. Odstotek telesne maščobe je pri uporabnikih s sladkorno boleznijo in drugimi zdravstvenimi stanji lahko nekoliko višji ali nižji.
30. Ženske naravno hranijo približno 5% več telesne maščobe kot moški.

#### OPIS NAPRAVE (slika 1)

1.1 - Funkcijske tipke:

a) Gumb navzgor      b) Gumb navzdol      c) Gumb za vklop / gumb SET

1.2 - LCD zaslon 1.3 - Merilne plošče 1.4 - Lestvica

#### LCD zaslon (slika 3):

3.1 - Odčitek BMI	3.2 - Telesna maščoba% odčitkov	3.3 - Telesna voda% odčitavanja
3.4 - Mišična masa% branja	3.5 - Kalorije	3.6 - Ikona načina športnika / ikona ravni dejavnosti
3.7 - Moška ikona	3.8 - Ženska ikona	3.9 - Višina, prikazana v stopalih / palcih (samo za branje v kilogramih)
3.10 - Teža v kg	3.11 - Teža v kg	3.12 - Teža v st

#### PRED PRVO UPORABO

Vstavite ustrezne baterije v predalček (glejte »Zamenjava baterije«).

#### TEŽA

- 1) Lestvico postavite na trdo in ravno površino (izogibajte se preprogam in mehkim površinam).
- 2) Nežno stopite na lestvico. Stojte na tehtnici, enakomerno porazdelite svojo težo, in ne premikajte se, dokler ni prikazano vaše odčitavanje teže zaslon. Če ste v nogavicah, se prikaže znak ERR-1, saj ni mogoče začeti meritev telesne sestave.

## NASTAVITEV MERITVENIH PARAMETROV

Nastavite lahko: uporabniško številko, spol (in tip telesa), raven aktivnosti, višino in starost

1) Pritisnite tipko SET (c). Prikaže se možnost, da nastavite številko pomnilnika uporabnika.

3) S puščicama (a) in (b) izberite številko uporabniškega pomnilnika (na voljo je 10 pomnilnikov: P-1 - P-10).

4) Pritisnite SET (c), da potrdite svojo izbiro.

5) Utripa možnost, da določite spol in vrsto telesa.

6) S puščicama (a) in (b) izberite svoj tip med: ženska, moški, ženski atletski tip, moški atletski tip.

OPOMBA: Atletski tip je tip, ki dosledno trenira najmanj dve uri na dve uri vsakič, da bi izboljšal posebne veščine, ki so potrebne pri izvajanju njihovega specifičnega športa in / ali dejavnosti.

7) Pritisnite SET (c), da potrdite svojo izbiro.

8) Izberite raven aktivnosti v skladu z naslednjimi smernicami:

1. stopnja Sedentarno / zelo neaktivno: malo ali nič vadbe
2. stopnja Omejena dejavnost: vadba / šport 1-3 dni v tednu
3. stopnja Zmerna aktivnost: vadba / šport 4-5 dni v tednu
4. stopnja Zelo aktivna: vadba / šport 6-7 dni v tednu
5. stopnja Izjemno aktivna fizično zahtevna vadba / šport ali atletski trening.

9) Pritisnite SET (c), da potrdite svojo izbiro.

10) Izberite svojo višino (med 100 in 220 cm visok)

OPOMBA: naprava kaže težo v kilogramih in višino v centimetrih.

11) Pritisnite SET (c), da potrdite svojo izbiro.

12) Izberite starost A-18 - A-80 (posamezniki, stari od 18 do 80 let)

13) Pritisnite SET (c), da potrdite svojo izbiro. Lestvica bo na zaslonu prikazala "0,0", pripravljena za merjenje teže. Vaši osebni podatki se shranijo v spomin.

## TEŽA Z MERJENJEM

1) Lestvico postavite na trdo in ravno površino. Odstranite nogavice, noge postavite z največjim stikom na kovinsko ploščo ploščadi.

2) Pritisnite gumb SET (c). Prikažejo se številka in parametri pomnilnika zadnjega uporabnika. Če želite spremeniti uporabnika ali parametre, uporabite gumb (a) in (b), ko parametri utripajo. Počakajte, da se na zaslonu prikaže "0" in je pripravljen za tehtanje.

3) Z bosimi nogami nežno stopite na skalo. Obe nogi se morata dotikati merilnih plošč (1.3). Stojite na tehtnici enakomerno porazdelite svojo težo in se ne premikajte, dokler se odčitek teže, prikazan na zaslonu, ne preneha spreminjati in merilni znak: Pojavi se 0000. Ko je lestvica narejena, bo lestvica pokazala rezultate v naslednjem zaporedju: odčitek BMI, telesna maščoba%, telesna voda%, mišična masa%, bazalna hitrost presnove (kcal), teža (kg, lb, st). Rezultati se ponovijo 2-krat, nato se lestvica samodejno izklopi.

## SAMOSTOJNA IDENTIFIKACIJA UPORABNIKA

Medtem ko ste svoje osebne podatke programirali v spomin in jih enkrat tehtali, vas bo tehtnica prepoznala po vaši teži. Zaznal bo vse profile znotraj +/- 3 kilograme (6,6 lbs). Z boso nogo stopite na ploščad in počakajte, da tehtnica prepozna vašo težo in jih primerjate z zapomnjenimi programi. Vaša teža bo prikazana 2 sekundi, nato pa bo lestvica začela meritve telesne sestave.

Če obstaja več kot en uporabniški profil, katerega teža je blizu tehtani osebi (znotraj 3 kg), bosta prikazana 2 najbližja programa, ki sta v sporu (na primer: P1P2). Stopite s skale in s tipkami navzdol in navzgor izberite svoj profil.

OPOMBA: programe lahko izbršete iz pomnilnika, če so v sporu. Medtem ko lestvica prikazuje nasprotujoče si programe, jih izberite s pritiskom puščic (a ali b). Nato držite gumb SET 3 sekunde. Na prikazovalniku se prikaže „dEL“. Ko se naslednji vklopi lestvica, se profil izbrše iz pomnilnika.

## IZBRANJE MERJENIH ENOT (Slika 2):

Gumb UNIT je na zadnji strani lestvice. Pritisnite gumb UNIT, da spremenite merske enote. Merske enote: „LB“, „KG“, „ST.LB“. Enota bo vidna na zaslonu.

## POROČILA

Lo - malo baterije

Err - Prekomerna obremenitev skale

0000 - Med meritvijo

## ZAMENJAVA BATERIJE (slika 2):

Odstranite pokrov prostora za baterije na dnu tehtnice. Odstranite staro baterijo. Vstavite novo baterijo pravega tipa.

Zaprte pokrov predelka za baterije.

## ČIŠČENJE IN VZDRŽEVANJE

Lestvico nežno obrišite s suho ali rahlo vlažno krpo.

## TEHNIČNI PODATKI

Moč: 3x 1,5 V LR03 (AAA) baterija

Nosilnost: 225 kg



Skrbimo za okolje. Kartonska embalaža, prosim darovati na otpadni papir. Polietilenske vreće (PE) mećite v posoda za plastiko. Dotrajane naprave je treba vrniti na ustrezno zbirno mesto, ker vsebovane v napravo nevarne elemente lahko predstavljajo nevarnost za okolje. Električna naprava je treba vrniti kakor, da se omeji njegovo ponovno uporabo in izkoriščenost. Če naprava vsebuje baterio, je treba odstraniti in ločeno dati nazaj na mesta skladiščenja.

## HRVATSKI

### SIGURNOSNI UVJETI. VAŽNE UPUTE O SIGURNOSTI UPOTREBE MOLIM VASNO PROČITAJTE I ČUVITE ZA BUDUĆU REFERENCIJU

1. Prije uporabe proizvoda, pažljivo pročitajte i uvijek se pridržavajte sljedećih uputa. Proizvođač nije odgovoran za bilo kakve štete uslijed bilo kakve zloruporabe.
2. Proizvod se smije koristiti samo u zatvorenom prostoru. Ne koristite proizvod u bilo koju svrhu koja nije kompatibilna s njegovom primjenom.
3. Budite oprezni kada koristite djecu. Ne dopustite djeci da se igraju s proizvodom. Ne dopustite djeci ili osobama koje ne poznaju uređaj da ga koriste bez nadzora.
4. **UPOZORENJE:** Ovaj uređaj mogu koristiti djeca starija od 8 godina i osobe sa smanjenim fizičkim, senzornim ili mentalnim sposobnostima ili osobe bez iskustva ili znanja o uređaju, samo pod nadzorom osobe odgovorne za njihovu sigurnost, ili ako su dobili upute o sigurnoj upotrebi uređaja i svjesni su opasnosti povezane s njegovim radom. Djeca se ne bi trebala igrati s uređajem. Čišćenje i održavanje uređaja ne smiju provoditi djeca, osim ako su starija od 8 godina i te se aktivnosti izvode pod nadzorom.
5. Nikad cijeli uređaj ne stavljajte u vodu. Nikada ne izlažite proizvod atmosferskim uvjetima, kao što su izravna sunčeva svjetlost ili kiša, itd. Nikada ne koristite proizvod u vlažnim uvjetima.
6. Nikad ne upotrebljavajte proizvod ako je pao ili oštećen na bilo koji drugi način ili ako ne radi ispravno. Ne pokušavajte popraviti oštećeni proizvod sami jer to može dovesti do strujnog udara. Oštećeni uređaj se uvijek mora okrenuti na mjesto profesionalne službe kako bi ga popravio. Sve popravke mogu izvršiti samo ovlašteni servisni stručnjaci. Popravak koji je izvršen pogrešno može uzrokovati opasne situacije za korisnika.
7. Nikada ne stavljajte proizvod na ili vruće ili tople površine ili kuhinjske uređaje poput električne pećnice ili plinskog plamenika.
8. Nikada ne koristite proizvod u blizini zapaljivih materijala.
9. Nikada ne upotrebljavajte ovaj uređaj u blizini vode, npr. : pod tušem, u kadi ili iznad sudopera napunjenog vodom.
10. Ne dirajte uređaj mokrim rukama.
11. Baterije mogu procuriti ako su prazne ili ih ne koristite dulje vrijeme. Kako biste zaštitili uređaj i svoje zdravlje, redovito ih zamijenite i izbjegavajte kontakt kože s istjećućim baterijama.
12. Uređaj treba isključiti svaki put kada ga stavite na stranu.
13. Koristite uređaj na stabilnoj i ravnoj površini.
14. Uklonite uređaj daleko od utjecaja jakih elektromagnetskih polja.
15. Uvjerite se da površina na kojoj se uređaj koristi nije vlažna ili skliska.



16. Uvjerite se da teški predmeti ne padaju na zaslon i stakleni dio uređaja.
17. Ako se proizvod ne koristi duže vrijeme, uklonite bateriju.
18. NE udarajte, NE tresite i NE bacajte uređaj.
19. Stanite još uvijek na skali dok vršite mjerenje.
20. Nemojte ga koristiti u komercijalne ili medicinske svrhe.
21. Preporučuje se vaganje svaki dan u isto vrijeme.
22. Mjerenja dana skalom mogu biti zabludna ako se vagate nakon intenzivnog vježbanja, tijekom stroge prehrane ili ako ste dehidrirani.
23. Osobe mlađe od 18 godina i stariji mogu koristiti samo mogućnost mjerenja težine. Rezultati mogućnosti mjerenja (količina vode, masti ili mišića) mogu biti zabludu za osobe starije od 80 godina i ljude koji vježbaju bodybuilding.
24. Uređaj nije namijenjen trudnicama, osobama na dijalizi, osobama sa srčanim pejsmejkerima i drugim medicinskim implantatima.
25. Ako se vaša mjerenja razlikuju od norme, obratite se liječniku.
26. Vaga neće izračunati tjelesnu masnoću ako nemate bosa stopala.
27. Za točnu procjenu tjelesne masnoće, ne savijajte koljena i držite noge / bedra odvojena i ravna kada stojite na vagi.
28. Funkciju tjelesne masnoće ne preporučuju se trudnicama, osobama sa vrućicom, natečenim nogama ili drugim edemima, kao ni osobama koje su prekomjerno hidrirane ili dehidrirane.
29. Postotak tjelesne masti može biti neznatno viši ili niži za korisnike koji imaju dijabetes i druga zdravstvena stanja.
30. Žene prirodno pohranjuju oko 5% više tjelesne masti od muškaraca.

#### OPIS UREĐAJA (SI. 1)

##### 1.1 - Funkcijske tipke:

a) Tipka gore                      b) Tipka za dolje                      c) Tipka za uključivanje / tipka SET

1.2 - LCD zaslon 1.3 - Mjerne ploče 1.4 - Platforma s skalama

#### LCD zaslon (SI. 3):

3.1 - Očitavanje BMI	3.2 - Tjelesna masnoća% čitanja	3.3- Voda iz tijela% očitavanja
3.4 - Mišićna masa% čitanja	3.5 - Kalorije	3.6 - Ikona načina rada sportaša / ikona razine aktivnosti
3.7 - Muška ikona	3.8 - Ženska ikona	3.9 - Visina prikazana u stopalima / inčima (samo za čitanje od lb)
3.10 - Masa u kg	3.11 - Težina u kilogramima	3.12 - Težina u st

#### PRIJE PRVE UPOTREBE

Umetnite odgovarajuće baterije u odjeljak (pogledajte "Zamjena baterije").

#### VAGANJE

- 1) Postavite vagu na tvrdi i ravnu površinu (izbjegavajte tepihe i mekane površine).
- 2) Nežno zakoračite na vagu. Stojite na vagi ravnomjerno raspoređujući svoju težinu i ne pomičite se dok nije prikazano čitanje težine prikaz. Ako se nalazite u čarapama, prikazat će se oznaka ERR-1 jer ne može započeti s mjerenjima sastava tijela.

#### POSTAVLJANJE PARAMETARA MJERENJA

Možete postaviti: korisnički broj, spol (i tip tijela), razinu aktivnosti, visinu i starost

- 1) Pritisnite tipku SET (c). Pojavit će se mogućnost postavljanja broja korisničke memorije.
- 3) Pomoću tipki sa strelicama (a) i (b) odaberite broj memorije korisnika (na raspolaganju je 10 memorija: P-1 - P-10).
- 4) Pritisnite SET (c) za potvrdu vašeg izbora.
- 5) Pojavit će se mogućnost podešavanja spola i vrste tijela.
- 6) Pomoću tipki sa strelicama (a) i (b) odaberite svoj tip između: ženski, muški, ženski atletski tip, muški sportski tip.

NAPOMENA: Atletski tip je tip koji uporno trenira minimalno dva puta tjedno po dva sata svaki put, u cilju poboljšanja specifičnih vještina

potrebnih za obavljanje određenog sporta i / ili aktivnosti.

7) Pritisnite SET (c) za potvrdu vašeg izbora.

8) Odaberite razinu aktivnosti prema sljedećim smjericama:

1. stupanj sjedilački / vrlo neaktivan: malo vježbanja ili nema

Razina 2 Ograničena aktivnost: vježbanje / sport 1-3 dana u tjednu

Razina 3 Umjerena aktivnost: vježbanje / sport 4-5 dana u tjednu

Razina-4 Vrlo aktivno: vježbanje / sport 6-7 dana u tjednu

Razina 5 Izuzetno aktivna fizički zahtjevana vježba / sport ili atletski trening.

9) Pritisnite SET (c) za potvrdu vašeg izbora.

10) Odaberite svoju visinu (između 100 i 220 cm visine)

NAPOMENA: uređaj pokazuje težinu u kilogramima i visinu u centimetrima.

11) Pritisnite SET (c) za potvrdu vašeg izbora.

12) Odaberite dob A-18 - A-80 (pojedinci u dobi od 18 do 80 godina)

13) Pritisnite SET (c) za potvrdu vašeg izbora. Vaga će na ekranu pokazati "0,0" spremna za mjerenje težine. Vaši se osobni podaci spremaju u memoriju.

## TEŽINA MJERENJEM

1) Postavite vagu na tvrdi i ravnu površinu. Skinite čarape, postavite noge s maksimalnim kontaktom na metalnu ploču perona.

2) Pritisnite tipku SET (c). Pojavit će se memorijski broj i parametri zadnjeg korisnika. Ako želite promijeniti korisnika ili parametre, koristite gumb (a) i (b) nakon što parametri trepere. Pričekajte dok se na zaslonu ne prikaže "0" i spreman je za vaganje.

3) Noge zakoračite na platformu razmjera s bosim nogama. Objе noge trebaju dodirnuti mjerne ploče (1.3). Stavite ravnomjerno na vagu

raspodijelite svoju težinu i ne pomičite se dok se očitavanje težine prikazano na zaslonu ne prestane mijenjati i znak mjerenja:

Pojavljuje se 0000. Nakon što učinite, vaga će pokazati rezultate sljedećim redoslijedom: očitavanje BMI, tjelesna masnoća%, tjelesna voda%, mišićna masa%, bazalna stopa metabolizma (kcal), težina (kg, lb, st). Rezultati će se ponoviti 2 puta i tada se vaga automatski isključuje.

## IDENTIFIKACIJA AUTOMATSKOG KORISNIKA

Dok ste programirali svoje osobne podatke u memoriju i odmjerili jedanput, vaga će vas prepoznati po vašoj težini. Otkrivat će sve profile unutar +/- 3 kilograma (6,6 lbs). Samo stojite na platformu bosim stopalom i pričekajte da vaga prepozna vašu težinu i usporedite ih s memoriranim programima. Vaša će se težina prikazivati dvije sekunde i tada će vaga započeti mjerenja sastava tijela.

Ako postoji više korisničkih profila čija se težina približava osobi koja se mjeri (unutar 3 kg), prikazat će se 2 najbliža programa koji su u sukobu (na primjer: P1P2). Odmaknite se od skale i pritisnite tipke za dolje i gore da biste odabrali svoj profil.

NAPOMENA: programe možete izbrisati iz memorije ako su u sukobu. Dok vaga prikazuje programe koji se sukobljavaju, odaberite jedan od njih pritiskom na strelice (a ili b). Zatim držite tipku SET 3 sekunde. Zaslون će pokazati "dEL". Sljedeći put kad se skala uključiti, profil će se izbrisati iz memorije.

## ODABIR MJERE MJERA (SI.2):

Gumb UNIT nalazi se na stražnjoj strani ljestvice. Pritisnite tipku UNIT za promjenu jedinica mjere. Mjerne jedinice: "LB", "KG", "ST.LB". Jedinica će biti vidljiva na zaslonu.

## PORUKE

Lo - Baterija je slaba

Err - prekomjerno opterećenje razmjera

0000 - Tijekom mjerenja

## ZAMJENA BATERIJE (SI. 2):

Uklonite poklopac odjeljka za baterije na dnu vage. Izvadite staru bateriju. Umetnite novu bateriju ispravnog tipa.

Zatvorite poklopac odjeljka za baterije.

## ČIŠĆENJE I ODRŽAVANJE

Nježno obrišite vagu suhom ili blago vlažnom krpom.

## TEHNIČKI PODACI

Snaga: 3x 1,5V LR03 (AAA) baterija

Nosivost: 225 kg

Točnost: 100g



Vodimo brigu o prirodnom okolišu. Kartonsku ambalažu molimo prenijeti na otpadni papir. Polietilen (PE) vreće bacati u kontejner za plastiku. Istrošena oprema treba biti premještena na prikladno mjesto za pohranu, jer sadrže u uređaju opasne tvari mogu predstavljati opasnost za okoliš. Električni uređaj mora biti predat u takvom stanju da se smanji mogućnost njegove ponovne upotrebe. Ako vaš uređaj ima baterije, treba njih ukloniti i predati na mjesto za pohranu odvojeno.



## TURVALLISUUSOLOSUHTEET. TÄRKEITÄ KÄYTTÖTURVALLISUUSOHJEITA LUE LUETTELE HUOLELLISESTI JA SÄILYTÄ TULEVAISUUDEN VIITTEET

1. Lue ennen tuotteen käyttöä, lue huolellisesti ja noudata aina seuraavia ohjeita. Valmistaja ei ole vastuussa mistään väärinkäytöstä aiheutuvista vahingoista.
2. Tuote on tarkoitettu käytettäväksi vain sisätiloissa. Älä käytä tuotetta mihinkään tarkoitukseen, joka ei ole yhteensopiva sen sovelluksen kanssa.
3. Ole varovainen käyttäessäsi lasten ympäristössä. Älä anna lasten leikkiä tuotteella. Älä anna lasten tai ihmisten, jotka eivät tiedä laitetta, käyttää sitä ilman valvontaa.
4. VAROITUS: Tätä laitetta voivat käyttää yli 8-vuotiaat lapset ja henkilöt, joilla on heikentyneet fyysiset, aisti- tai henkiset kyvyt, tai henkilöt, joilla ei ole kokemusta tai tietoa laitteesta, vain heidän turvallisuudestaan vastuussa olevan henkilön valvonnassa, tai jos heille on annettu ohjeet laitteen turvallisesta käytöstä ja he ovat tietoisia sen toimintaan liittyvistä vaaroista. Lasten ei tulisi leikkiä laitteen kanssa. Laitteen puhdistamista ja huoltoa ei tule suorittaa lapsille, elleivät he ole yli 8-vuotiaita ja nämä toimet suoritetaan valvonnassa.
5. Älä koskaan laita koko laitetta veteen. Älä koskaan altista tuotetta ilmasto-olosuhteille, kuten suoralle auringonvalolle tai sateelle jne. Älä koskaan käytä tuotetta kosteissa olosuhteissa.
6. Älä koskaan käytä tuotetta, jos se putosi tai vaurioitui jollain muulla tavalla tai jos se ei toimi kunnolla. Älä yritä korjata viallista tuotetta itse, koska se voi johtaa sähköiskuun. Vaurioitunut laite kääntyy aina ammattimaiseen huoltopaikkaan korjatakseen sen. Kaikki korjaukset saa tehdä vain valtuutettu huoltoliike. Virheellisesti tehty korjaus voi aiheuttaa käyttäjälle vaaratilanteita.
7. Älä koskaan laita tuotetta kuumille tai lämpimille pinnoille tai niiden läheisyyteen tai keittiövälineille, kuten sähköuunille tai kaasupolttimelle.
8. Älä koskaan käytä tuotetta lähellä palavia aineita.
9. Älä koskaan käytä tätä laitetta veden lähellä, esim. Suihkun alla, kylpyammeessa tai vedellä täytetyn pesualtaan yläpuolella.
10. Älä koske laitetta märillä käsillä.
11. Paristot voivat vuotaa, jos ne ovat tyhjätkä tai niitä ei käytetä pitkään aikaan. Laitteen ja terveyden suojelemiseksi vaihda ne säännöllisesti ja vältä kosketusta ihoon vuotavien paristojen kanssa.
12. Laite on kytkettävä pois päältä joka kerta kun se sivuutetaan.
13. Käytä laitetta vakaalla ja tasaisella pinnalla.
14. Pidä laite poissa voimakkaiden sähkömagneettisten kenttien vaikutuksesta.
15. Varmista, että pinta, jolla laitetta käytetään, ei ole kostea tai liukas.
16. Varmista, että painavat esineet eivät puto laitteen näytön ja lasin päälle.
17. Jos tuotetta ei käytetä pitkään aikaan, poista akku.
18. ÄLÄ lyö, ÄLÄ ravista ja ÄLÄ pudota laitetta.
19. Pysy asteikolla mittauksen aikana.
20. Älä käytä kaupallisiin tai lääketieteellisiin tarkoituksiin.
21. On suositeltavaa punnita itseäsi samaan aikaan joka päivä.
22. Skaalan antamat mittaukset voivat olla harhaanjohtavia, jos punnitset itseäsi intensiivisen liikunnan jälkeen, tiukan ruokavalion aikana tai jos olet kuivunut.



23. Alle 18-vuotiaat ja vanhukset voivat käyttää vain painonmittausvaihtoehtoa. Mittausvaihtoehtojen (veden, rasvan tai lihasmäärän) tulokset voivat olla harhaanjohtavia yli 80-vuotiaille ja kehonrakennusta harjoittaville.
24. Laitetta ei ole tarkoitettu raskaana oleville naisille, dialyysipotilaille, sydämentahdistimille tai muille lääketieteellisille implantteille.
25. Jos mittauksesi poikkeavat normista, ota yhteys lääkäriin.
26. Asteikko ei laske kehon rasvaa, ellei sinulla ole paljaita jalkoja.6
27. Tarkka kehon rasva-arvio saadaksesi Älä taivuta polviasia ja pidä jalat / reidet erillään ja suorassa asettaessasi asteikolla.
28. Kehorasvan toimintaa ei suositella käytettäväksi raskaana olevilla naisilla, kuumetta, turvonneita jalkoja tai muita turvotusta henkilöillä, samoin kuin henkilöillä, jotka ovat ylihydratoituneet tai kuivuneet.
29. Kehorasvaprosentit voivat olla hiukan korkeammat tai pienemmät diabeetikoiden ja muiden terveystilojen käyttäjien kannalta.
30. Naiset tallentavat luonnollisesti noin 5% enemmän rasvaa kuin miehet.

#### LAITTEEN KUVAUS (kuva 1)

1.1 - Toimintonäppäimet:

a) Ylös-painike                      b) Alas-painike                      c) Päälle-painike / SET-painike

1.2 - LCD-näyttö 1.3 - mittauslevyt 1.4 - mittakaava

#### LCD-NÄYTTÖ (kuva 3):

3.1 - BMI-lukema	3.2 - kehon rasvan prosenttilukema	3.3 - kehon veden prosenttilukema
3.4 - Lihasmassan% lukema	3.5 - Kalorit	3.6 - Urheilijan tilan kuvake / aktiivisuustason kuvake
3.7 - uroskuvake	3.8 - naaraskuvake	3.9 - Korkeus näytettynä jalkoina / tuumina (vain lb-luku)
3.10 - Paino (kg)	3.11 - Paino kilona	3.12 - Paino st

#### ENNEN ENSIMMÄISTÄ KÄYTTÖÄ

Aseta oikeat paristot lokeroon (katso "Pariston vaihtaminen").

#### PUNNITUS

- 1) Sijoita vaaka kovalle ja tasaiselle alustalle (vältä mattoja ja pehmeitä pintoja).
- 2) Astu varovasti asteikolle. Seiso asteikolla tasaisesti jakaen painosi ja älä liiku, ennen kuin painosi lukema näkyy näyttö. Jos olet suksissa, näyttössä näkyy ERR-1-merkki, koska se ei voi aloittaa kehon koostumuksen mittauksia.

#### MITTAUSparametrien asettaminen

Voit asettaa: käyttäjän numeron, sukupuolen (ja kehotyyppin), aktiivisuuden tason, korkeuden ja iän

- 1) Paina SET (c) -painiketta. Mahdollisuus asettaa käyttäjän muistinumero viikkuu.
  - 3) Valitse nuolinäppäimillä (a) ja (b) käyttäjän muistinumero (10 muistia saatavana: P-1 - P-10).
  - 4) Paina SET (c) vahvistaaksesi valintasi.
  - 5) Vaihtoehto sukupuolen ja vartalon tyyppin asettamiseksi viikkuu.
  - 6) Valitse nuolet (a) ja (b) -painikkeilla tyyppistäsi: naispuolinen, uros, naisurheilutyyppi, urospuolinen urheilutyyppi.
- HUOMAUTUS: Urheilutyyppi on tyyppi, joka harjoittaa jatkuvasti vähintään kerran viikossa kahden tunnin ajan joka kerta parantaakseen tietyn taitonsa, jotka vaaditaan heidän erityisen urheilun ja / tai aktiviteetin suorittamiseen.
- 7) Paina SET (c) vahvistaaksesi valintasi.
  - 8) Valitse aktiivisuustasosi seuraavien ohjeiden mukaisesti:  
Taso 1 Istuva / erittäin passiivinen: vähän tai ei lainkaan liikuntaa  
Taso 2 Rajoitettu aktiviteetti: liikunta / urheilu 1-3 päivää viikossa  
Taso 3 Kohtalainen aktiviteetti: liikunta / urheilu 4-5 päivää viikossa  
Taso 4 Erittäin aktiivinen: liikunta / urheilu 6-7 päivää viikossa  
Taso 5 Erittäin aktiivinen "fyysisesti vaativa liikunta / urheilu tai urheiluharjoittelu.
  - 9) Paina SET (c) vahvistaaksesi valintasi.
  - 10) Valitse korkeus (välillä 100 - 220 cm)
- HUOMAUTUS: laite näyttää painon kilogrammoina ja korkeuden senttimetreinä.
- 11) Paina SET (c) vahvistaaksesi valintasi.

12) Valitse ikäsi A-18 - A-80 (yksilöt 18 - 80-vuotiaat)

13) Paina SET (c) vahvistaaksesi valintasi. Asteikko näyttää "0.0" näytöllä, joka on valmis mittaamaan painoa. Henkilökohtaiset tiedosi tallennetaan muistiin.

#### PAINOTTAMINEN MITTAUKSELLE

1) Sijoita vaaka kovalle ja tasaiselle alustalle. Ota sukat pois, aseta jalat mahdollisimman kosketukseen laivan metallilevyn kanssa.

2) Paina SET (c) -painiketta. Viimeisen käyttäjän muistinumero ja parametrit tulevat näkyviin. Jos haluat muuttaa käyttäjää tai parametreja, käytä (a) ja (b) -painikkeita, kun parametrit vilkkuvat. Odota, kunnes näytössä näkyy "0" ja se on valmis punnitsemaan.

3) Astu varovasti vaakatasoon paljain jaloin. Molempien jalkojen tulee koskettaa mittauslevyjä (1.3). Seiso asteikolla tasaisesti jaa painosi ja älä liiku, ennen kuin näytöllä näkyvä painosi lukeminen lakkaa muuttumasta ja mittauserkki:

0000 ilmestyy. Valmistuttuaan asteikko näyttää tulokset seuraavassa järjestyksessä: BMI-lukema, kehon rasvaprosentti%, kehon vesi%, lihasmassa%, aineenvaihdunnan nopeus (kcal), paino (kg, lb, st). Tulokset toistetaan 2 kertaa, sitten asteikko sammuu automaattisesti.

#### KÄYTTÄJÄN AUTOMAATTINEN TUNNISTAMINEN

Vaikka olet ohjelmoinut henkilökohtaiset tiedosi muistiin ja painottanut itseäsi kerran, asteikko tunnistaa sinut painosi mukaan. Se havaitsee kaikki profiilit, joiden paino on +/- 3 kiloa. Astu vain laavalla paljaalla jalalla ja odota, kunnes mittakaava tunnistaa painosi ja vertaa niitä muistiin tallennettuihin ohjelmiin. Painosi näkyy 2 sekunnin ajan ja sitten asteikko alkaa kehon koostumuksen mittaukset. Jos on enemmän kuin yksi käyttäjäprofiili, jonka paino on lähellä punnittavaa (3 kg: n sisällä), asteikko näyttää 2 lähintä ristiriitaista ohjelmaa (esimerkiksi P1P2). Poistu asteikosta ja valitse profiili napsauttamalla alas- ja ylös-painikkeita.

HUOMAUTUS: Voit poistaa ohjelmia muistista, jos ne ovat ristiriidassa keskenään. Kun skaala näyttää ristiriitaisia ohjelmia, valitse yksi niistä painamalla nuolia (a tai b). Pidä sitten SET-painiketta 3 sekunnin ajan. Näytössä näkyy "dEL". Kun asteikko otetaan käyttöön seuraavan kerran, profiili poistetaan muistista.

#### MITTAUSYKSIKÖJEN VALINTA (kuva 2):

UNIT-painike on asteikon takana. Vaihda mittayksiköt painamalla UNIT-painiketta. Mittayksiköt: "LB", "KG", "ST.LB". Yksikkö näkyy näytöllä.

#### VIESTIT

Lo - alhainen akku

Err - liiallinen kuormitus

0000 - mittauksen aikana

#### AKUN KORVAAMINEN (Kuva 2):

Poista paristolokeron kansi asteikon pohjasta. Poista vanha paristo. Aseta uusi oikean tyyppinen akku paikalleen.

Sulje paristokotelon kansi.

#### PUHDISTUS JA HUOLTO

Pyyhi vaaka varovasti kuivalla tai hieman kostealla liinalla.

#### TEKNISET TIEDOT

Teho: 3x 1,5 V LR03 (AAA) -akku

Tilavuus: 225 kg

Tarkkuus: 100 g



Kantakaamme huolta ympäristöstä. Pahvipakkauksen pyydämme laittamaan paperikierrätykseen. Polyeteenipussit (PE) tulee laittaa muovien kierrätysastiaan. Loppuun käytetyt laitteet tulee toimittaa asianmukaiseen keräyspisteeseen, koska laitteiden sisältämät vaaralliset aineosat voivat olla ympäristölle vahingollisia. Sähkölaite tulee toimittaa siten, että sen uudelleenkäyttö on estetty. Jos laitteessa on paristo, paristo tulee poistaa ja toimittaa erillisesti keräyspisteeseen.

#### SVENSKA

**SÄKERHETSVILLKOR. VIKTIGA INSTRUKTIONER OM SÄKERHET FÖR ANVÄNDNING LÄS NU OCH HÅLL FÖR FRAMTID HÄR**

1. Innan du använder produkten, läs noga och följ alltid följande instruktioner. Tillverkaren ansvarar inte för skador på grund av missbruk.
2. Produkten ska endast användas inomhus. Använd inte produkten för något syfte som inte är kompatibelt med dess tillämpning.
3. Var försiktig när du använder barn runt. Låt inte barnen leka med produkten. Låt inte barn

eller personer som inte känner till enheten använda den utan övervakning.

4. **ARNING:** Denna enhet får användas av barn över 8 år och personer med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga, eller personer utan erfarenhet eller kunskap om enheten, endast under övervakning av en person som är ansvarig för deras säkerhet, eller om de instruerades om säker användning av enheten och är medvetna om farorna i samband med dess användning. Barn ska inte leka med enheten. Rengöring och underhåll av enheten bör inte utföras av barn, såvida de inte är över 8 år och dessa aktiviteter utförs under övervakning.

5. Sätt aldrig hela enheten i vattnet. Utsätt aldrig produkten för atmosfäriska förhållanden som direkt solljus eller regn osv. Använd aldrig produkten under fuktiga förhållanden.

6. Använd aldrig produkten om den tappades eller skadades på något annat sätt eller om den inte fungerar korrekt. Försök inte reparera den defekta produkten själv eftersom det kan leda till elektriska stötar. Skadad enhet vänder sig alltid till en professionell servicelokal för att reparera den. Alla reparationer kan endast utföras av auktoriserade servicepersonal. Reparationen som gjorts felaktigt kan orsaka farliga situationer för användaren.

7. Placera aldrig produkten på eller nära de varma eller varma ytorna eller köksapparaterna som elugnen eller gasbrännaren.

8. Använd aldrig produkten nära brännbara ämnen.

9. Använd aldrig enheten nära vatten, t.ex. under dusch, i badkar eller över diskbänk fylld med vatten.



10. Rör inte enheten med våta händer.

11. Batterierna kan läcka om de är plana eller inte använts under en längre tid.

För att skydda enheten och din hälsa, byt ut dem regelbundet och undvik hudkontakt med läckande batterier.

12. Enheten ska stängas av varje gång den läggs åt sidan.

13. Använd enheten på en stabil och plan yta.

14. Håll enheten borta från påverkan från starka elektromagnetiska fält.

15. Se till att ytan som enheten används på inte är fuktig eller hal.

16. Kontrollera att tunga föremål inte faller ned på enhetens display och glasdel.

17. Om produkten inte används under en längre tid, ta bort batteriet.

18. Ställ INTE, skaka INTE och släpp INTE enheten.

19. Stå fortfarande på skalan medan mätningen utförs.

20. Använd inte för kommersiella eller medicinska ändamål.

21. Det rekommenderas att du väger dig själv vid samma tidpunkt varje dag.

22. Mätningarna som ges av skalan kan vara vilseledande om du väger dig själv efter intensiv träning, under en strikt diet eller om du är uttorkad.

23. Personer under 18 år och äldre får endast använda alternativet för viktmätning.

Resultaten av mätalternativ (mängd vatten, fett eller muskel) kan vara vilseledande för personer över 80 år och personer som utövar kroppsbyggande.

24. Enheten är inte avsedd för gravida kvinnor, personer som genomgår dialys, personer med hjärtpacemakare och andra medicinska implantat.

25. Om dina mätningar skiljer sig från normen, kontakta en läkare.

26. Skalan beräknar inte kropps fett om du inte har bara fötter.

27. För en exakt uppskattning av kropps fett, böj inte knäna och håll benen / låren isär och raka när du står på skalan.

28. Kroppsfettfunktionen rekommenderas inte för användning av gravida kvinnor, personer med feber, svullna ben eller andra ödem, samt en person som är överhydratiserad eller uttorkad.

29. Andelen kroppsfett kan vara något högre eller lägre för användare med diabetes och andra hälsotillstånd.

30. Kvinnor lagrar naturligtvis cirka 5% mer kroppsfett än män.

#### BESKRIVNING AV ENHETEN (Fig. 1)

1.1 - Funktionstangenter:

a) Upp-knapp                      b) Ned-knapp                      c) På-knapp / SET-knapp

1.2 - LCD-display 1.3 - Mätplattor 1.4 - Skala plattform

LCD-DISPLAY (Fig. 3):

3.1 - BMI-avläsning

3.2 - Kroppsfett% avläsning

3.3 - Kroppsvatten% avläsning

3.4 - Muskelmassa% avläsning

3.5 - Kalorier

3.6 - Idrottslägeikon / aktivitetsnivåikon

3.7 - Manikon

3.8 - Kvinnlig ikon

3.9 - Höjd visas i fot / tum (endast för lb-avläsning)

3.10 - Vikt i kg

3,11 - Vikt i kg

3.12 - Vikt i st

#### FÖR FÖRSTA ANVÄNDNING

Sätt i rätt batterier i facket (se "Byta batteri").

#### VÄGNING

1) Placera skalan på en hård och plan yta (undvik mattor och mjuka ytor).

2) Gå försiktigt på skalan. Stå på skalan jämnt fördela din vikt och rör dig inte förrän din viktavläsning som visas på skärmen. Om du är i strumpor kommer skärmen att visa ERR-1-märket eftersom det inte går att starta kroppens sammansättningsmätningar.

#### INSTÄLLNING AV MÄTPARAMETRAR

Du kan ställa in: användarnummer, kön (och kroppstyp), aktivitetsnivå, höjd och ålder

1) Tryck på SET (c) -knappen. Ett alternativ för att ställa in användarminnet kommer att blinka.

3) Använd pilarna (a) och (b) för att välja ett användarminnesnummer (10 tillgängliga minnen: P-1 - P-10).

4) Tryck på SET (c) för att bekräfta ditt val.

5) Ett alternativ för att ställa in kön och kroppstyp kommer att blinka.

6) Använd pilarna (a) och (b) för att välja din typ mellan: kvinnlig, manlig, kvinnlig atletisk typ, manlig atletisk typ.

OBS: Atletisk typ är en typ som konsekvent tränar minimitider per vecka i två timmar varje gång för att förbättra specifika färdigheter som krävs för att utföra sin specifika sport och / eller aktivitet.

7) Tryck på SET (c) för att bekräfta ditt val.

8) Välj din aktivitetsnivå enligt följande riktlinjer:

Nivå 1 stillasittande / mycket inaktiv: liten eller ingen träning

Nivå-2 Begränsad aktivitet: träning / sport 1-3 dagar i veckan

Nivå 3 Måttlig aktivitet: träning / sport 4-5 dagar i veckan

Nivå-4 Mycket aktiv: träning / sport 6-7 dagar i veckan

Nivå-5 Extremt aktiv "fysiskt krävande träning / sport eller idrottsutbildning.

9) Tryck på SET (c) för att bekräfta ditt val.

10) Välj din höjd (mellan 100 - 220 cm lång)

OBS: enheten visar vikt i kilogram och höjd i centimeter.

11) Tryck på SET (c) för att bekräfta ditt val.

12) Välj din ålder A-18 - A-80 (personer i åldrarna 18 till 80)

13) Tryck på SET (c) för att bekräfta ditt val. Skala visar "0,0" på skärmen redo att mäta vikt. Din personliga information sparas i minnet.

#### VÄGNING MED MÄTNING

1) Placera skalan på en hård och plan yta. Ta av strumporna, placera fötterna med maximal kontakt på plattformens metallplatta.

2) Tryck på SET (c) -knappen. Den sista användarens minnesnummer och parametrar visas. Om du vill ändra användare eller parametrar använder du knapparna (a) och (b) när parametrarna blinkar. Vänta tills displayen visar "0" och är redo att väga.

3) Gå försiktigt på skalplattformen med bara fötter. Båda fötterna bör beröra mätplattorna (1.3). Stå jämnt på vågen fördela din vikt och flytta inte förrän din viktavläsning som visas på displayen slutar ändra och mätmärket:

0000 visas. När det är gjort kommer skalan att visa resultat i följande sekvens: BMI-avläsning, kroppsfett%, kroppsvatten%, muskelmassa%, basal metabolism (kcal), vikt (kg, lb, st). Resultaten upprepas två gånger, sedan stänger skalan automatiskt.

## AUTOMATISK ANVÄNDARIDENTIFIKATION

Medan du har programmerat dina personuppgifter i minnet och vägt dig själv en gång, kommer skalan att känna igen dig efter din vikt. Den kommer att upptäcka alla profiler inom +/- 3 kg (6,6 kg). Steg bara på plattformen med bar fot och vänta tills skalan känner igen din vikt och jämför dem med memorerade program. Din vikt kommer att visas i 2 sekunder och sedan kommer skalan att starta mätningar av kroppssammansättningen.

Om det finns mer än en användarprofil vars vikt är nära den person som vägs (inom 3 kg) skalan visar två närmaste program som är motstridiga (till exempel: P1P2). Steg av skalan och tryck ner och upp för att välja din profil.

OBS! Du kan ta bort program från minnet om de är i konflikt. När en skala visar motstridiga program väljer du ett av dem genom att trycka på pilarna (a eller b). Håll sedan SET-knappen i 3 sekunder. Displayen visar "dEL". Nästa gång skalan slås på raderas profilen från minnet.

## VÄLJA MÅTENHETER (Fig.2):

UNIT-knappen är längst bak på skalan. Tryck på UNIT-knappen för att ändra måttenheter. Måttenheter: "LB", "KG", "ST.LB". Enheten kommer att visas på displayen.

## MEDDELANDEN

Lo - Låg batteri

Fel - Överdriven skalbelastning

0000 - Under mätning

## Byt ut batteriet (Fig.2):

Ta bort locket på batterifacket längst ner på skalan. Ta bort det gamla batteriet. Sätt i det nya batteriet av rätt typ.

Stäng locket på batterifacket.

## STÄDNING OCH UNDERHÅLL

Torka försiktigt av skalan med en torr eller lätt fuktig trasa.

## TEKNISK DATA

Ström: 3x 1,5V LR03 (AAA) batteri

Kapacitet: 225 kg

Noggrannhet: 100 g



Vi sköter om miljön. Överlämna förpackningar i kartong till pappersavfall. Polyetylsäckar (PE) slängs i avfallsbehållare för plast. Man bör lämna en gammal apparat till en riktig återvinningscentral, eftersom farliga komponenter i apparaten kan orsaka fara till miljön. En elektrisk apparat bör lämnas för att minska förnyad användning av denna. Om apparaten innehåller batterier, bör man ta bort dem och lämna dem separat till återvinningscentraler.

## SLOVENSKÝ

### BEZPEČNOSTNÉ PODMIENKY. DÔLEŽITÉ POKYNY O BEZPEČNOSTI POUŽÍVANIA POZORNE SI PREČÍTAJTE SI A UCHOVÁVAJTE PRE BUDÚCE REFERENCIE

1. Pred použitím produktu si prosím pozorne prečítajte a dodržiavajte nasledujúce pokyny. Výrobca nezodpovedá za škody spôsobené nesprávnym použitím.
2. Produkt sa smie používať iba v interiéri. Nepoužívajte výrobok na žiadny účel, ktorý nie je zlučiteľný s jeho použitím.
3. Pri používaní okolo detí buďte opatrní. Nedovoľte deťom hrať sa s produktom. Nedovoľte deťom alebo osobám, ktoré nepoznajú zariadenie, aby ho používali bez dozoru.
4. VAROVANIE: Toto zariadenie môžu používať deti staršie ako 8 rokov a osoby so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo mentálnymi schopnosťami alebo osoby, ktoré nemajú skúsenosti alebo znalosti o tomto prístroji, iba pod dohľadom osoby zodpovednej za ich bezpečnosť, alebo ak boli poučení o bezpečnom používaní zariadenia a sú si vedomí nebezpečenstiev spojených s jeho prevádzkou. Deti by sa so zariadením nemali hrať. Čistenie a údržbu prístroja by nemali vykonávať deti, pokiaľ nie sú staršie ako 8 rokov a tieto činnosti sa vykonávajú pod dohľadom.

5. Nikdy nevkładajte celé zariadenie do vody. Výrobok nikdy nevystavujte poveternostným vplyvom, ako je priame slnečné svetlo alebo dážď atď. Nikdy ho nepoužívajte vo vlhkom prostredí.
6. Výrobok nikdy nepoužívajte, ak spadol alebo bol poškodený iným spôsobom alebo ak nefunguje správne. Nepokúšajte sa opraviť chybný produkt sami, pretože to môže viesť k úrazu elektrickým prúdom. Poškodené zariadenie sa vždy musí obrátiť na profesionálne servisné miesto, aby ho opravilo. Všetky opravy smie vykonávať iba autorizovaný servisný personál. Oprava, ktorá bola vykonaná nesprávne, môže spôsobiť nebezpečnú situáciu pre používateľa.
7. Výrobok nikdy nedávajte na horúce alebo teplé povrchy alebo do kuchynských spotrebičov, ako sú elektrické rúry alebo plynové sporáky, ani do ich blízkosti.
8. Produkt nikdy nepoužívajte v blízkosti horľavých látok.
9. Nikdy nepoužívajte toto zariadenie v blízkosti vody, napr. : pod sprchou, vo vani alebo nad umývadlom naplneným vodou.
10. Nedotýkajte sa zariadenia mokrými rukami.
11. Batérie môžu vytiecť, ak sú vybité alebo ak sa nepoužívali dlhší čas. Z dôvodu ochrany zariadenia a zdravia ich pravidelne vymieňajte a zabráňte kontaktu pokožky s vytekajúcimi batériami.
12. Zariadenie by sa malo vypnúť zakaždým, keď je odložené.
13. Používajte zariadenie na stabilnom a rovnom povrchu.
14. Udržujte zariadenie mimo dosahu silných elektromagnetických polí.
15. Uistite sa, že povrch, na ktorom sa zariadenie používa, nie je vlhký alebo klzký.
16. Zabezpečte, aby na displej a sklenenú časť zariadenia neklesli ťažké predmety.
17. Ak sa výrobok dlhšiu dobu nepoužíva, vyberte batériu.
18. NEVYTVARAJTE zariadenie, netraste ním a NEPRAVAJTE zariadenie.
19. Počas merania stále stojte na stupnici.
20. Nepoužívajte na komerčné alebo lekárske účely.
21. Odporúča sa, aby ste sa každý deň vážili v rovnakom čase.
22. Merania na stupnici môžu byť zavádzajúce, ak sa vážite po intenzívnom cvičení, počas prísnej diéty alebo ak ste dehydrovaní.
23. Ľudia do 18 rokov a starší ľudia môžu používať iba možnosť merania hmotnosti. Výsledky možností merania (množstvo vody, tuku alebo svalov) môžu byť pre ľudí nad 80 rokov a pre ľudí, ktorí praktizujú kulturistiku, zavádzajúce.
24. Prístroj nie je určený tehotným ženám, osobám podstupujúcim dialýzu, ľuďom s kardiostimulátorom a iným lekárskeým implantátom.
25. Ak sa vaše merania líšia od normy, obráťte sa na lekára.
26. Stupnica nebude počítat telesný tuk, pokiaľ nemáte bosé nohy.
27. Na presný odhad telesného tuku neohýbajte kolená a pri státi na stupnici udržiujte nohy a stehná od seba a rovno.
28. Funkcia telesného tuku sa neodporúča používať u tehotných žien, osôb s horúčkou, opuchnutých nôh alebo iných opuchov, ani u osôb, ktoré sú nadmerne hydratované alebo dehydratované.
29. Percentuálny podiel telesného tuku môže byť mierne vyšší alebo nižší u detí mladších ako 16 rokov alebo osôb s cukrovkou a inými zdravotnými problémami.
30. Ženy prirodzene ukladajú približne 5% viac telesného tuku ako muži.



## OPIS ZARIADENIA (obr. 1)

1.1 - Funkčné tlačidlá:

a) Tlačidlo hore      b) Tlačidlo dole      c) Tlačidlo On / tlačidlo SET

1.2 - LCD displej 1.3 - Meracie dosky 1.4 - Váha platformy

## LCD DISPLEJ (obr. 3):

3.1 - Odčítanie BMI      3.2 - Odčítanie% telesného tuku      3.3 - Odčítanie% telesnej vody

3.4 - Odčítanie svalovej hmotnosti%      3.5 - Kalórie      3.6 - Ikona režimu športovca / ikona úrovne aktivity

3.7 - Mužská ikona      3.8 - Ženská ikona      3.9 - Výška zobrazená v stopách / palcoch (iba pre odčítanie lb)

3.10 - hmotnosť v kg      3,11 - hmotnosť v librách      3.12 - hmotnosť v st

## PRED PRVÝM POUŽITÍM

Vložte správne batérie do priehradky (pozri „Výmena batérie“).

## VÁŽENIE

1) Položte váhu na pevný a rovný povrch (vyvarujte sa kobercov a mäkkých povrchov).

2) Opatrne na stupnicu. Postavte sa na váhu a rovnomerne rozložte svoju váhu a nehybte sa, kým sa na displeji nezobrazí údaj o hmotnosti

na displeji. Ak ste v ponožkách, na displeji sa zobrazí značka ERR-1, pretože nie je možné spustiť meranie zloženia tela.

## NASTAVENIA MERACÍCH PARAMETROV

Môžete nastaviť: číslo používateľa, pohlavie (a typ tela), úroveň aktivity, výšku a vek

1) Stlačte tlačidlo SET (c). Zobrazí sa možnosť nastaviť číslo užívateľskej pamäte.

3) Pomocou tlačidiel so šípkami (a) a (b) vyberte číslo užívateľskej pamäte (10 dostupných pamätí: P-1 - P-10).

4) Stlačením tlačidla SET (c) potvrdíte svoju voľbu.

5) Možnosť nastavenia pohlavia a typu tela bude blikať.

6) Pomocou tlačidiel so šípkami (a) a (b) vyberte váš typ medzi ženským, mužským, ženským atletickým typom, mužským atletickým typom.

POZNÁMKA: Atletický typ je typ, ktorý dôsledne trénuje minimálne časy týždenne vždy dve hodiny, aby sa zlepšili špecifické zručnosti požadované pri výkone ich špecifického športu a / alebo činnosti.

7) Stlačením tlačidla SET (c) potvrdíte svoju voľbu.

8) Vyberte úroveň svojej činnosti podľa nasledujúcich pokynov:

Sedadlo na úrovni 1 / veľmi neaktívne: málo alebo žiadne cvičenie

Úroveň 2 Obmedzená aktivita: cvičenie / šport 1-3 dni v týždni

Úroveň 3 Mierna aktivita: cvičenie / šport 4-5 dní v týždni

Úroveň 4 Veľmi aktívny: cvičenie / šport 6-7 dní v týždni

Úroveň 5 Mimoriadne aktívne "fyzicky náročné cvičenie / šport alebo atletický výcvik.

9) Stlačením tlačidla SET (c) potvrdíte svoju voľbu.

10) Vyberte svoju výšku (od 100 do 220 cm)

POZNÁMKA: Zariadenie zobrazuje hmotnosť v kilogramoch a výšku v centimetroch.

11) Stlačením tlačidla SET (c) potvrdíte svoj výber.

12) Vyberte si vek A-18 - A-80 (osoby vo veku 18 až 80 rokov)

13) Stlačením tlačidla SET (c) potvrdíte svoju voľbu. Stupnica zobrazí na obrazovke „0.0“ pripravenú na meranie hmotnosti. Vaše osobné informácie sú uložené v pamäti.

## VÁŽENIE S MERANÍM

1) Položte váhu na pevný a rovný povrch. Zložte ponožky, umiestnite chodidlá s maximálnym kontaktom na kovovú dosku plošiny.

2) Stlačte tlačidlo SET (c). Zobrazí sa číslo a parametre poslednej pamäte používateľa. Ak chcete zmeniť používateľa alebo parametre, použijete tlačidlá (a) a (b), keď blikajú parametre. Počkajte, kým sa na displeji nezobrazí „0“ a či je pripravené na váženie.

3) Opatrne stúpajte na plošinu váh pomocou holých nôh. Obidve nohy by sa mali dotýkať meracích dosiek (1.3). Stojte na váhe rovnomerne

rozložte svoju váhu a nepohybujte sa, kým sa na displeji nezobrazí údaj o hmotnosti a kým sa nezmení značka merania:

Zobrazí sa 0000. Po dokončení bude stupnica ukazovať výsledky v nasledujúcej postupnosti: Odčítanie BMI,% telesného tuku,% telesnej vody,% svalovej hmoty, bazálna rýchlosť metabolizmu (kcal), hmotnosť (kg, libra, st). Výsledky sa zopakujú dvakrát, potom sa stupnica automaticky vypne.

## IDENTIFIKÁCIA AUTOMATICKÉHO UŽÍVATEĽA

Zatiaľ čo ste svoje osobné údaje naprogramovali do pamäte a sami ste raz vážili, stupnica vás rozpozná podľa vašej váhy. Zisťuje všetky profily do +/- 3 kilogramov (6,6 libier). Stačí len ísť na plošinu holým chodidlom a počkať, kým váha rozpozná vašu váhu a porovnať ich so zapamätanými programami. Vaša hmotnosť sa zobrazí na 2 sekundy a potom sa začne merať zloženie tela.

Ak existuje viac ako jeden užívateľský profil, ktorého hmotnosť je blízko váženej osobe (do 3 kg), na stupnici sa zobrazia 2 najbližšie konfliktne programy (napríklad: P1P2). Vystúpte z stupnice a pomocou tlačidiel dole a hore vyberte svoj profil.



**POZNÁMKA:** Programy môžete z pamäte odstrániť, ak sú v konflikte. Keď mierka zobrazuje konfliktné programy, vyberte jeden z nich stlačením šípok (a alebo b). Potom na 3 sekundy podržte tlačidlo SET. Na displeji sa zobrazí „dEL“. Pri ďalšom zapnutí váhy sa profil z pamäte vymaže.

**VÝBER VÝBEROVÝCH JEDNOTIEK (obr.2):**

Tlačidlo UNIT je na zadnej strane stupnice. Stlačením tlačidla JEDNOTKA zmeňte memé jednotky. Memé jednotky: „LB“, „KG“, „ST.LB“. Jednotka bude viditeľná na displeji.

**SPRÁVY**

Lo - slabá batéria

Err - nadmerné zaťaženie stupnice

0000 - Počas merania

**VÝMENA BATÉRIE (Obr.2):**

Odstráňte kryt priestoru pre batérie na spodnej časti váhy. Vyberte starú batériu. Vložte novú batériu správneho typu.

Zatvorte kryt priestoru pre batériu.

**ČISTENIE A ÚDRŽBA**

Opatrne utrite váhu suchou alebo mierne navlhčenou utierkou.

**TECHNICKÉ DÁTA**

Napájanie: 3x 1,5 V LR03 (AAA) batéria

Objem: 225 kg

Presnosť: 100 g



Starostlivosť o životné prostredie. Kartónový obal odovzdajte do zberných surovín. Polyetylénové vrecká (PE) vyhodte do kontajnera na plast.

Opatrený spotrebič odovzdajte na príslušný zberný dvor, nebezpečné látky spotrebiča môžu predstavovať riziko pre životné prostredie.

Elektrosprebič odstráňte tak, aby nedochádzalo k jeho ďalšiemu použitiu. Ak sa v spotrebiči nachádzajú batérie, vyberte ich a odovzdajte ich na zberné miesto osobitne. Spotrebič nevyhadzujte do kontajnera na komunálny odpad!

(IT) ITALIANO

## CONDIZIONI DI SICUREZZA. ISTRUZIONI IMPORTANTI SULLA SICUREZZA D'USO LEGGERE ATTENTAMENTE E CONSERVARE IL FUTURO RIFERIMENTO

1. Prima di utilizzare il prodotto, leggere attentamente e attenersi sempre alle seguenti istruzioni. Il produttore non è responsabile per eventuali danni causati da uso improprio.
2. Il prodotto deve essere utilizzato solo in ambienti chiusi. Non utilizzare il prodotto per scopi non compatibili con la sua applicazione.
3. Si prega di essere cauti quando si utilizza intorno ai bambini. Non permettere ai bambini di giocare con il prodotto. Non consentire a bambini o persone che non conoscono il dispositivo di utilizzarlo senza supervisione.
4. **AVVERTENZA:** questo dispositivo può essere utilizzato da bambini di età superiore a 8 anni e persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o persone senza esperienza o conoscenza del dispositivo, solo sotto la supervisione di una persona responsabile della loro sicurezza, oppure se sono stati istruiti sull'uso sicuro del dispositivo e sono consapevoli dei pericoli associati al suo funzionamento. I bambini non devono giocare con il dispositivo. La pulizia e la manutenzione del dispositivo non devono essere eseguite da bambini, a meno che non abbiano più di 8 anni e queste attività siano svolte sotto controllo.
5. Non mettere mai l'intero dispositivo in acqua. Non esporre mai il prodotto a condizioni atmosferiche come luce solare diretta o pioggia, ecc. Non utilizzare mai il prodotto in condizioni umide.
6. Non utilizzare mai il prodotto se è stato fatto cadere o danneggiato in altro modo o se non funziona correttamente. Non tentare di riparare da soli il prodotto difettoso perché può

causare scosse elettriche. Il dispositivo danneggiato si rivolge sempre a un centro di assistenza professionale per ripararlo. Tutte le riparazioni possono essere eseguite solo da personale di assistenza autorizzato. La riparazione eseguita in modo errato può causare situazioni pericolose per l'utente.

7. Non mettere mai il prodotto sopra o vicino a superfici calde o calde o elettrodomestici come il forno elettrico o il bruciatore a gas.

8. Non utilizzare mai il prodotto vicino a combustibili.

9. Non utilizzare mai questo dispositivo vicino all'acqua, ad es. Sotto la doccia, nella vasca da bagno o sopra il lavandino pieno d'acqua.



10. Non toccare il dispositivo con le mani bagnate.

11. Le batterie potrebbero perdere se sono scariche o non sono state utilizzate per un lungo periodo di tempo.

Per proteggere il dispositivo e la salute, sostituirli regolarmente ed evitare il contatto con la pelle con perdite di batterie.

12. Il dispositivo deve essere spento ogni volta che viene messo da parte.

13. Si prega di utilizzare il dispositivo su una superficie piana e stabile.

14. Si prega di tenere il dispositivo lontano dall'influenza di forti campi elettromagnetici.

15. Assicurarsi che la superficie su cui viene utilizzato il dispositivo non sia umida o scivolosa.

16. Assicurarsi che oggetti pesanti non cadano sul display e sulla parte in vetro del dispositivo.

17. Se il prodotto non viene utilizzato per un periodo prolungato, rimuovere la batteria.

18. NON colpire, NON agitare e NON far cadere il dispositivo.

19. Rimanere ancora sulla bilancia mentre si esegue la misurazione.

20. Non utilizzare per scopi commerciali o medici.

21. Si raccomanda di pesarsi ogni giorno alla stessa ora.

22. Le misurazioni fornite dalla bilancia possono essere fuorvianti se ti pesa dopo un intenso esercizio fisico, durante una dieta rigorosa o se sei disidratato.

23. Le persone di età inferiore ai 18 anni e gli anziani possono utilizzare solo l'opzione di misurazione del peso. I risultati delle opzioni di misurazione (quantità di acqua, grasso o muscoli) possono essere fuorvianti per le persone di età superiore a 80 anni e per le persone che praticano bodybuilding.

24. Il dispositivo non è destinato a donne in gravidanza, persone sottoposte a dialisi, persone con pacemaker e altri impianti medici.

25. Se le tue misurazioni differiscono dalla norma, consulta un medico.

26. La bilancia non calcolerà il grasso corporeo a meno che tu non abbia i piedi nudi.

27. Per una stima accurata del grasso corporeo, non piegare le ginocchia e tenere le gambe / le cosce divaricate e dritte quando si è in piedi sulla bilancia.

28. La funzione di grasso corporeo non è raccomandata per l'uso da parte di donne in gravidanza, persone con febbre, gambe gonfie o altri edemi, nonché da una persona che è troppo idratata o disidratata.

29. Le percentuali di grasso corporeo possono essere leggermente più alte o più basse per gli utenti con diabete e altre condizioni di salute.

## 30. Le donne immagazzinano naturalmente circa il 5% in più di grasso corporeo rispetto agli uomini.

### DESCRIZIONE DEL DISPOSITIVO (Fig. 1)

1.1 - Tasti funzione:

a) Pulsante su                      b) Pulsante giù                      c) Pulsante on / pulsante SET

1.2 - Display LCD 1.3 - Piastre di misurazione 1.4 - Piattaforma della bilancia

### DISPLAY LCD (Fig. 3):

3.1 - Lettura dell BMI

3.2 - Lettura% di grasso corporeo

3.3 - Lettura% acqua corporea

3.4 - Lettura% della massa muscolare

3.5 - Calorie

3.6 - Icona modalità atleta / icona livello attività

3.7 - Icona maschile

3.8 - Icona femminile

3.9 - Altezza visualizzata in piedi / pollici (solo per lettura lb)

3.10 - Peso in kg

3.11 - Peso in libbre

3.12 - Peso in m

### PRIMA DEL PRIMO UTILIZZO

Inserire le batterie corrette nel vano (consultare "Sostituzione della batteria").

### PESATURA

1) Posizionare la bilancia su una superficie dura e piana (evitare tappeti e superfici morbide).

2) Salire delicatamente sulla bilancia. Sali sulla bilancia distribuendo uniformemente il tuo peso e non muoverti finché non viene visualizzata la lettura del peso

il display. Se si è in calzini, il display mostrerà il segno ERR-1 poiché non è possibile avviare le misurazioni della composizione corporea.

### IMPOSTAZIONE DEI PARAMETRI DI MISURA

È possibile impostare: numero utente, sesso (e tipo di corporatura), livello di attività, altezza ed età

1) Premere il pulsante SET (c). Un'opzione per impostare il numero di memoria dell'utente apparirà lampeggiante.

3) Utilizzare i pulsanti freccia (a) e (b) per scegliere un numero di memoria utente (10 memorie disponibili: P-1 - P-10).

4) Premere SET (c) per confermare la scelta.

5) Un'opzione per impostare il genere e il tipo di corpo apparirà lampeggiante.

6) Utilizzare i pulsanti freccia (a) e (b) per scegliere il tipo tra: femmina, maschio, tipo atletico femminile, tipo atletico maschile.

NOTA: il tipo atletico è un tipo che si allena costantemente per un minimo di due volte alla settimana per due ore ogni volta, al fine di migliorare le abilità specifiche richieste nello svolgimento del proprio sport e / o attività specifici.

7) Premere SET (c) per confermare la scelta.

8) Seleziona il tuo livello di attività in base alle seguenti linee guida:

Livello 1 Sedentario / molto inattivo: poco o nessun esercizio

Livello 2 Attività limitata: esercizio / sport 1-3 giorni a settimana

Livello 3 Attività moderata: esercizio / sport 4-5 giorni alla settimana

Livello 4 Molto attivo: esercizio fisico / sport 6-7 giorni alla settimana

Livello 5 Esercizio / attività fisica o allenamento atletico estremamente impegnativo.

9) Premere SET (c) per confermare la scelta.

10) Seleziona la tua altezza (tra 100 e 220 cm di altezza)

NOTA: il dispositivo mostra il peso in chilogrammi e l'altezza in centimetri.

11) Premere SET (c) per confermare la scelta.

12) Seleziona la tua età A-18 - A-80 (individui dai 18 agli 80 anni)

13) Premere SET (c) per confermare la scelta. La bilancia mostrerà "0.0" sullo schermo pronto per misurare il peso. Le tue informazioni personali vengono salvate in memoria.

### PESATURA CON MISURA

1) Posizionare la bilancia su una superficie dura e piana. Togliere le calze, posizionare i piedi con il massimo contatto sulla piastra metallica della piattaforma.

2) Premere il pulsante SET (c). Verranno visualizzati il numero di memoria e i parametri dell'ultimo utente. Se si desidera modificare l'utente o i parametri, utilizzare i pulsanti (a) e (b) quando i parametri lampeggiano. Attendere fino a quando il display mostra "0" ed è pronto per pesare.

3) Salire delicatamente sulla piattaforma della bilancia a piedi nudi. Entrambi i piedi devono toccare le piastre di misurazione (1.3). Stare sulle scale in modo uniforme

distribuire il tuo peso e non muoverti finché la lettura del peso visualizzata sul display non smette di cambiare e il segno di misurazione: Viene visualizzato 0000. Una volta fatto, la bilancia mostrerà i risultati nella seguente sequenza: lettura dell'IMC,% di grasso corporeo,% di acqua corporea,% di massa muscolare, tasso metabolico basale (kcal), peso (kg, lb, st). I risultati verranno ripetuti 2 volte, quindi la scala si spegnerà automaticamente.

### IDENTIFICAZIONE AUTOMATICA DELL'UTENTE

Mentre hai programmato i tuoi dati personali in memoria e pesati una volta, la bilancia ti riconoscerà in base al tuo peso. Rileverà tutti i profili entro +/- 3 chilogrammi (6,6 libbre). Basta salire sulla piattaforma a piedi nudi e attendere che la bilancia riconosca il proprio peso e confrontarlo con i programmi memorizzati. Il peso verrà visualizzato per 2 secondi, quindi la bilancia inizierà le misurazioni della composizione corporea.

Se esiste più di un profilo utente il cui peso è vicino alla persona pesata (entro 3 kg) la bilancia mostrerà 2 programmi più vicini in conflitto (ad esempio: P1P2). Scendi dalla bilancia e premi i pulsanti su e giù per scegliere il tuo profilo.

NOTA: è possibile eliminare i programmi dalla memoria se sono in conflitto. Mentre la bilancia mostra programmi in conflitto, selezionane uno premendo le frecce (a o b). Quindi tenere premuto il pulsante SET per 3 secondi. Il display mostrerà "dEL". La prossima volta che la bilancia viene accesa, il profilo verrà eliminato dalla memoria.

#### SELEZIONE DELLE UNITÀ DI MISURA (Fig.2):

Il pulsante UNIT si trova sul retro della bilancia. Premere il pulsante UNIT per modificare le unità di misura. Unità di misura: "LB", "KG", "ST.LB". L'unità sarà visibile sul display.

#### MESSAGGI

Lo - Batteria scarica

Err - Carico di scala eccessivo

0000 - Durante la misurazione

#### SOSTITUZIONE DELLA BATTERIA (Fig.2):

Rimuovere il coperchio del vano batterie nella parte inferiore della bilancia. Rimuovi la vecchia batteria. Inserire la nuova batteria del tipo giusto.

Chiudere il coperchio del vano batterie.

#### PULIZIA E MANUTENZIONE

Pulire delicatamente la bilancia con un panno asciutto o leggermente umido.

#### DATI TECNICI

Alimentazione: 3 batterie 1,5 V LR03 (AAA)

Portata: 225 kg

Precisione: 100 g

#### Prendersi cura dell'ambiente

Gli imballi di cartone devono essere smaltiti nel contenitore per la carta. I sacchetti di polietilene (PE) vanno gettati nel contenitore per la plastica. L'apparecchio usato deve essere rottamato presso un centro di raccolta autorizzato, poiché contiene elementi pericolosi che potrebbero costituire una minaccia per l'ambiente. I dispositivi elettrici devono essere resi al fine di evitare il loro riutilizzo. Se il dispositivo contiene una batteria, deve essere rimossa e smaltita separatamente in un punto di raccolta.

Non gettare l'apparecchio nei contenitori dei rifiuti urbani!



## СРПСКИ

### СИГУРНОСНИ УСЛОВИ ВАЖНА УПУТСТВА О СИГУРНОСТИ УПОТРЕБЕ МОЛИМО ВАСНО ПРОЧИТАЈТЕ И ЧУВИТЕ ЗА БУДУЋУ РЕФЕРЕНЦИЈУ

1. Пре употребе производа, пажљиво прочитајте и увек се придржавајте следећих упутстава. Произвођач није одговоран за било какве штете због било какве злоупотребе.
2. Производ се користи само у затвореном простору. Не користите производ у било коју сврху која није компатибилна са његовом применом.
3. Будите опрезни када користите децу. Не дозволите деци да се играју са производом. Не дозволите деци или људима који не познају уређај да га користе без надзора.
4. УПОЗОРЕЊЕ: Овај уређај могу користити деца старија од 8 година и особе са смањеним физичким, сензорним или менталним способностима, или особе без искуства или знања о уређају, само под надзором особе одговорне за њихову безбедност, или ако су добили упутства о безбедној употреби уређаја и ако су свесни опасности које су повезане са његовим радом. Деца не би требало да се играју са уређајем. Чишћење и одржавање уређаја не би требало да врше деца, осим ако су старија од 8 година и ове активности се изводе под надзором.

5. Никада не стављајте цео уређај у воду. Никада не излажите производ атмосферским условима, као што су директна сунчева светлост или киша, итд. Никада не користите производ у влажним условима.
6. Никада не користите производ ако је пао или оштећен на било који други начин или ако не ради исправно. Не покушавајте сами да поправите оштећени производ јер то може довести до струјног удара. Оштећени уређај се увек окреће на локацији професионалног сервиса како би га поправио. Све поправки могу извршити само овлашћени сервисери. Поправка која је извршена погрешно може изазвати опасне ситуације за корисника.
7. Никада не стављајте производ на или близу топлих или топлих површина или кухињских уређаја попут електричне пећнице или плинског пламеника.
8. Никада не користите производ у близини запаљивих материјала.
9. Никада не користите овај уређај у близини воде, нпр .: под тушем, у кади или изнад судопера напуњеног водом.
10. Не дирајте уређај мокрим рукама.
11. Батерије могу процурити ако су празне или их не користите дуже време. Да бисте заштитили уређај и своје здравље, редовно их замените и избегавајте контакт коже са цурењем батерија.
12. Уређај треба искључити сваки пут када га ставите на страну.
13. Користите уређај на стабилној и равној површини.
14. Уклоните уређај даље од утицаја јаких електромагнетних поља.
15. Уверите се да површина на којој се уређај користи није влажна или клизава.
16. Уверите се да тешки предмети не падају на дисплеј и стаклени део уређаја.
17. Ако се производ не користи дуже време, уклоните батерију.
18. НЕ ударајте, НЕ тресе и НЕ бацајте уређај.
19. Станите још увек на скали док се врши мерење.
20. Не употребљавајте у комерцијалне или медицинске сврхе.
21. Препоручује се вагање сваки дан у исто време.
22. Мерења дата скалом могу бити заблудна ако се вагате након интензивних вежби, током строге дијете или ако сте дехидрирани.
23. Особе млађе од 18 година и старији могу користити само опцију мерења тежине. Резултати мерења (количина воде, масти или мишића) могу бити погрешни код људи старијих од 80 година и људи који вежбају бодибилдинг.
24. Уређај није намењен трудницама, људима на дијализи, особама са срчаним пејсмејкерима и другим медицинским имплантатима.
25. Ако се ваша мерења разликују од норме, обратите се лекару.
26. Вага неће израчунати телесну масноћу ако немате боса стопала.
27. За тачну процену телесне масноће, не савијајте колена и држите ноге / бедра раздвојена и равна када стојите на ваги.
28. Функцију телесне масти не препоручују труднице, особе са врућицом, отеченим ногама или другим едемима, као и особе које су прекомерно хидриране или дехидриране.
29. Процеси телесне масти могу бити незнатно већи или нижи за кориснике који имају дијабетес и друга здравствена стања.



## 30. Жене природно складиште око 5% више телесне масноће од мушкараца.

### ОПИС УРЕЂАЈА (Сл. 1)

1.1 - Функцијски тастери:

а) Дугме за горе      б) Дугме за доље      ц) Дугме за укључивање / дугме СЕТ

1.2 - ЛЦД екран 1.3 - Мерне плочице 1.4 - Платформа за скалирање

### ЛЦД ДИСПЛАИ (Сл. 3):

3.1 - Очитавање БМИ

3.2 - Телесна масноћа% читања

3.3- Читање воде у телу%

3.4 - Мишићна маса% читања

3.5 - Калорије

3.6 - Икона за мод спорташа / икона нивоа активности

3.7 - Мушка икона

3.8 - Женска икона 3.9 - Висина приказана у стопалима / инчима (само за читање од лб)

3.10 - Тежина у кг

3.11 - Тежина у килограмима 3.12 - Тежина у ст

### ПРЕ ПРИМЕНЕ

Уметните одговарајуће батерије у претинац (погледајте „Замена батерије“).

### ТЕЖИНА

1) Поставите вагу на тврду и равну површину (избегавајте тепихе и меке површине).

2) Нежно закорачите на вагу. Стојте на ваги, равномерно распоређујући своју тежину, и не померајте се све док ваше читање на тежи није приказано

екран. Ако сте у чарапама, на екрану ће се појавити ознака EPP-1, јер није у стању да започне мерења телесног састава.

### ПОСТАВЉАЊЕ ПАРАМЕТАРА МЈЕРЕЊА

Можете подесити: кориснички број, пол (и врсту тела), ниво активности, висину и старост

1) Притисните тастер СЕТ (ц). Појавиће се опција за подешавање броја корисничке меморије.

3) Помоћу тастера стрелица (а) и (б) изаберите број меморије корисника (на располагању је 10 меморија: П-1 - П-10).

4) Притисните СЕТ (ц) да потврдите свој избор.

5) Чиниће се да трепће опција за подешавање пола и типа тела.

6) Помоћу тастера стрелица (а) и (б) бирајте свој тип између: женског, мушког, женског спортског типа, мушког спортског типа.

НАПОМЕНА: Атлетски тип је тип који непрекидно тренира минимално два пута недељно по два сата, у циљу побољшања специфичних вештина потребних за обављање одређеног спорта и / или активности.

7) Притисните СЕТ (ц) да потврдите свој избор.

8) Одаберите ниво активности према следећим смерницама:

Ниво-1 Седан / врло неактиван: мало или никакво вежбање

Ниво-2 Ограничена активност: вежбање / спорт 1-3 дана у недељи

Ниво 3 Умерена активност: вежбање / спорт 4-5 дана у недељи

Ниво-4 Врло активан: вежбање / спорт 6-7 дана у недељи

Ниво-5 Изузетно активна физички захтевна вежба / спорт или атлетски тренинг.

9) Притисните СЕТ (ц) да потврдите свој избор.

10) Изаберите висину (између 100 и 220 цм)

НАПОМЕНА: уређај показује тежину у килограмима и висину у центиметрима.

11) Притисните СЕТ (ц) да потврдите свој избор.

12) Одаберите своју доб А-18 - А-80 (појединци од 18 до 80 година)

13) Притисните СЕТ (ц) да потврдите свој избор. Вага ће на екрану показати "0,0" спремну за мерење тежине. Ваши лични подаци се чувају у меморији.

### ТЕЖИНА МЕРЕЊЕМ

1) Поставите вагу на тврду и равну површину. Скините чарапе, стопала поставите са максималним контактом на металну плочу платформе.

2) Притисните тастер СЕТ (ц). Појавиће се меморијски број и параметри последњег корисника. Ако желите променити корисника или параметре, користите дугмад (а) и (б) након што параметри трепере. Сачекајте док се на екрану не покаже „0“ и буде спреман за вагање.

3) Нежно закорачите на платформу ваге босим ногама. Обе ноге требају додирнути мјерне плоче (1.3). Станите равномерно на ваги  
расподелите своју тежину и не померајте се док ваше читавање тежине приказано на дисплеју не престане да се мења и знак за мерење:

Појављује се 0000. Једном када је готова, вага ће показати резултате у следећем редоследу: Очитавање БМИ, телесна масноћа%, телесна вода%, мишићна маса%, базална стопа метаболизма (кцал), тежина (кг, лб, ст). Резултати ће се поновити 2 пута и тада се скала аутоматски искључује.

### ИДЕНТИФИКАЦИЈА АУТОМАТСКОГ КОРИСНИКА

Док сте програмирали своје личне податке у меморију и сами једном одмерили вагу, вага ће вас препознати по вашој тежини. Откриће све профиле унутар +/- 3 килограма. Само стојите на платформи босим стопалом и причекајте да вага препозна вашу тежину и упоредите их са запамћеним програмима. Ваша тежина ће се приказивати током 2 секунде и тада ће вага почети мерења телесне композиције.

Ако постоји више од једног корисничког профила чија је тежина блиска особи која се мери (у року од 3 кг), приказаће се 2 најближа програма који су у сукобу (на пример: П1П2). Одступите од скале и притисните дугмад за надове да бисте изабрали свој профил. **НАПОМЕНА:** можете избрисати програме из меморије ако су у сукобу. Док вага приказује конфликтне програме, одаберите један од њих притиском на стрелице (а или б). Затим држите тастер СЕТ 3 секунде. Дисплеј ће показати „дЕЛ“. Следећи пут када се скала укључи, профил ће бити обрисан из меморије.

#### ОДАБИР МЈЕРЕНИХ ЈЕДИНИЦА (Сл.2):

Тастер УНИТ је на задњој страни скале. Притисните дугме УНИТ да промените мерене јединице. Јединице мере: „ЛБ“, „КГ“, „СТ.ЛБ“. Јединица ће бити видљива на дисплеју.

#### ПОРУКЕ

Ло - Батерија је слаба

Ерр - Превелико оптерећење скале

0000 - Током мерења

#### ЗАМЈЕНА БАТЕРИЈЕ (Сл.2):

Уклоните поклопац одељка за батерије на дну ваге. Извадите стару батерију. Уметните нову батерију исправног типа. Затворите поклопац одељка за батерију.

#### ЧИШЋЕЊЕ И ОДРЖАВАЊЕ

Нежно обришите вагу сувом или благо влажном крпом.

#### ТЕХНИЧКИ ПОДАЦИ

Снага: 3к 1.5В ЛР03 (ААА) батерија

Носивост: 225 кг

Тачност: 100г



За заштиту животне средине: молимо вас да одвојите картонске кутије и пластичне кесе и одложите их у одговарајуће канте за смеће. Коришћени уређај треба да буде испоручен на наменске сакупљане тачке због оштрих компоненти, што може утицати на животну средину. Немојте одлагати овај уређај у заједничку корпу за отпатке.

## DANSKI

### SIKKERHEDSBETINGELSER. VIGTIGE BRUGSANVISNING

### LÆS VENLIGST OG OPBEVARING FOR FREMTIDIG REFERENCE

1. Før du bruger produktet, skal du læse omhyggeligt og altid overholde de følgende instruktioner. Producenten er ikke ansvarlig for skader på grund af misbrug.
2. Produktet skal kun bruges indendørs. Brug ikke produktet til noget formål, der ikke er kompatibelt med dets anvendelse.
3. Vær forsigtig, når du bruger omkring børn. Lad ikke børnene lege med produktet. Lad ikke børn eller personer, der ikke kender enheden, bruge den uden opsyn.
4. ADVARSEL: Denne enhed må kun bruges af børn over 8 år og personer med nedsatte fysiske, sensoriske eller mentale evner eller personer uden erfaring eller viden om enheden, kun under opsyn af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed, eller hvis de blev instrueret om sikker brug af enheden og er opmærksomme på farerne forbundet med dets drift. Børn bør ikke lege med enheden. Rengøring og vedligeholdelse af enheden bør ikke udføres af børn, medmindre de er over 8 år, og disse aktiviteter udføres under opsyn.
5. Sæt aldrig enheden i vandet. Udsæt aldrig produktet for de atmosfæriske forhold som direkte sollys eller regn osv. Brug aldrig produktet under fugtige forhold.

6. Brug aldrig produktet, hvis det blev tabt eller beskadiget på anden måde, eller hvis det ikke fungerer korrekt. Forsøg ikke at reparere det defekte produkt selv, da det kan føre til elektrisk stød. Beskadiget enhed henvender sig altid til et professionelt servicested for at reparere det. Alle reparationer kan kun udføres af autoriseret servicepersonale.

Reparationen, der blev foretaget forkert, kan forårsage farlige situationer for brugeren.

7. Anbring aldrig produktet på eller tæt på de varme eller varme overflader eller køkkenapparater som den elektriske ovn eller gasbrænder.

8. Brug aldrig produktet tæt på brændbare stoffer.

9. Brug aldrig denne enhed tæt på vand, f.eks. : Under bruser, i badekar eller over håndvask fyldt med vand.



10. Rør ikke ved enheden med våde hænder.

11. Batterierne kan lække, hvis de er flade eller ikke blev brugt i en længere periode.

Udskift dem regelmæssigt for at beskytte enheden og dit helbred og undgå hudkontakt med lækkende batterier.

12. Enheden skal slukkes, hver gang den lægges til side.

13. Brug enheden på en stabil og plan overflade.

14. Hold enheden væk fra påvirkningen fra stærke elektromagnetiske felter.

15. Sørg for, at overfladen, som enheden anvendes på, ikke er fugtig eller glat.

16. Sørg for, at tunge genstande ikke falder på enhedens display og glasdel.

17. Hvis produktet ikke bruges i en længere periode, skal du fjerne batteriet.

18. Stik IKKE, ryst IKKE, og slip IKKE enheden.

19. Stå stadig på skalaen, mens målingen udføres.

20. Brug ikke til kommercielle eller medicinske formål.

21. Det anbefales, at du vejer dig selv på samme tid hver dag.

22. Målingerne, der er givet ved skalaen, kan være vildledende, hvis du vejer dig selv efter intens træning, under en streng diæt, eller hvis du er dehydreret.

23. Personer under 18 år og ældre må kun bruge vægtmålsindstillingen. Resultaterne af måleindstillinger (mængde vand, fedt eller muskel) kan være vildledende for mennesker over 80 år og personer, der udøver bodybuilding.

24. Enheden er ikke beregnet til gravide kvinder, mennesker, der gennemgår dialyse, personer med hjertestartere og andre medicinske implantater.

25. Hvis dine målinger adskiller sig fra normen, skal du kontakte en læge.

26. Skalaen beregner ikke kropsfedt, medmindre du har bare fødder.

27. For at få et nøjagtigt skøn over kropsfedt skal du ikke bøje knæene og holde dine ben / lår fra hinanden og lige, når du står på skalaen.

28. Kropsfedtfunktionen anbefales ikke til brug af gravide kvinder, personer med feber, hævede ben eller andre ødemer såvel som en person, der er overhydreret eller dehydreret.

29. Procentdel af kropsfedt kan være lidt højere eller lavere for brugere med diabetes og andre sundhedsmæssige forhold.

30. Kvinder opbevarer naturligvis ca. 5% mere kropsfedt end mænd.



## BESKRIVELSE AF ENHEDET (Fig. 1)

1.1 - Funktionstaster:

a) Op-knap                      b) Ned-knap                      c) Til-knap / SET-knap

1.2 - LCD display 1.3 - Måleplader 1.4 - Skala platform

LCD-DISPLAY (fig. 3):

3.1 - BMI-af læsning

3.2 - Kropsfedt% læsning

3.3 - Af læsning af kropsvand%

3.4 - Muskelmasse% læsning

3.5 - Kalorier

3.6 - Ikon for atletilstand / ikon for aktivitetsniveau

3.7 - Mandikon

3.8 - Kvindes ikon

3.9 - Højde vises i fødder / inches (kun til lb-af læsning)

3.10 - Vægt i kg

3,11 - Vægt i lb

3.12 - Vægt i st

## FØR FØRSTE BRUG

Indsæt de korrekte batterier i rummet (se "Udskiftning af batteri").

## VEJNING

1) Placer skalaen på en hård og flad overflade (undgå tæpper og bløde overflader).

2) Trin forsigtigt på skalaen. Stå på skalaen jævnt fordelt din vægt og bevæg dig ikke før din vægtlæsning vist på displayet. Hvis du er i sokker, viser displayet ERR-1-mærket, da det ikke er i stand til at starte kropssammensætningsmålinger.

## INDSTILLING AF MÅLINGSPARAMETRE

Du kan indstille: brugernummer, køn (og kropstype), aktivitetsniveau, højde og alder

1) Tryk på knappen SET (c). En indstilling til at indstille brugerhukommelsesnummeret vises blinkende.

3) Brug pilene (a) og (b) til at vælge et brugerhukommelsesnummer (10 tilgængelige hukommelser: P-1 - P-10).

4) Tryk på SET (c) for at bekræfte dit valg.

5) En indstilling til at indstille køn og kropstype vises blinkende.

6) Brug knapperne (a) og (b) til at vælge din type mellem: kvindelig, mandlig, kvindelig atletisk type, mandlig atletisk type.

BEMÆRK: Atletisk type er en type, som konsekvent træner minimumstider om ugen i to timer hver gang for at forbedre specifikke færdigheder, der kræves i udførelsen af deres specifikke sport og / eller aktivitet.

7) Tryk på SET (c) for at bekræfte dit valg.

8) Vælg dit aktivitetsniveau i henhold til følgende retningslinjer:

Niveau 1 stillesiddende / meget inaktiv: lidt eller ingen øvelse

Niveau 2 Begrænset aktivitet: træning / sport 1-3 dage om ugen

Niveau 3 Moderat aktivitet: træning / sport 4-5 dage om ugen

Niveau 4 Meget aktiv: motion / sport 6-7 dage om ugen

Niveau 5 Ekstremt aktiv "fysisk krævende træning / sport eller atletisk træning.

9) Tryk på SET (c) for at bekræfte dit valg.

10) Vælg din højde (mellem 100 - 220 cm høj)

BEMÆRK: enheden viser vægt i kg og højde i centimeter.

11) Tryk på SET (c) for at bekræfte dit valg.

12) Vælg din alder A-18 - A-80 (personer i alderen 18 til 80)

13) Tryk på SET (c) for at bekræfte dit valg. Skalaen viser "0,0" på skærmen klar til at måle vægt. Dine personlige oplysninger gemmes i hukommelsen.

## VÆGTNING MED MÅLING

1) Placer skalaen på en hård og flad overflade. Tag sokker af, placer dine fødder med maksimal kontakt på platformens metalplade.

2) Tryk på knappen SET (c). Den sidste brugers hukommelsesnummer og parametre vises. Hvis du vil ændre bruger eller parametre, skal du bruge knapperne (a) og (b), når parametrene blinker. Vent indtil displayet viser "0" og er klar til at veje.

3) Træd forsigtigt på skalaplatformen med bare fødder. Begge fødder skal berøre målepladerne (1.3). Stå jævnt på vægten fordele din vægt og ikke bevæge dig, før din vægtlæsning, der vises på displayet, holder op med at ændre sig og målingstegnet: 0000 vises. Når det er gjort, viser skalaen resultater i følgende sekvens: BMI-af læsning, kropps fedt%, kropsvand%, muskelmasse%, basal stofskifte (kcal), vægt (kg, lb, st). Resultaterne gentages 2 gange, derefter skalerer skalaen automatisk.

## AUTOMATISK BRUGERIDENTIFIKATION

Mens du har programmeret dine personlige data i hukommelsen og vægtet dig en gang, genkender skalaen dig efter din vægt. Det registrerer alle profiler inden for +/- 3 kg (6,6 kg). Bare trin på platformen med bare fod og vent, indtil skalaen genkender din vægt og sammenligner dem med memoriserede programmer. Din vægt vises i 2 sekunder, hvorefter skalaen starter målinger af kropssammensætning.

Hvis der er mere end en brugerprofil, hvis vægt er tæt på den person, der vejes (inden for 3 kg) skala, viser 2 nærmeste programmer, der er i konflikt (for eksempel: P1P2). Trin fra skalaen, og tryk på ned- og op-knapperne for at vælge din profil.

BEMÆRK: du kan slette programmer fra hukommelsen, hvis de er i konflikt. Mens skalaen viser modstridende programmer, vælg et af dem ved at trykke på pilene (a eller b). Hold derefter SET-knappen nede i 3 sekunder. Displayet viser "dEL". Næste gang skalaen tændes, slettes profilen fra hukommelsen.

#### VÆLGNING AF MÅLENHEDER (Fig.2):

ENHED-knap er på bagsiden af skalaen. Tryk på ENHED-knappen for at ændre måleenheder. Måleenheder: "LB", "KG", "ST.LB". Enheden vil være synlig på displayet.

#### BESKEDER

Lo - Lavt batteri

Fejl - Overdreven belastning

0000 - Under måling

#### UDSKIFTNING AF BATTERIET (Fig.2):

Fjern låg på batterirummet i bunden af skalaen. Fjern det gamle batteri. Indsæt det nye batteri af den rigtige type. Luk låget på batterirummet.

#### RENGØRING OG VEDLIGEHOLDELSE

Aftør forsigtigt skalaen med en tør eller let fugtig klud.

#### TEKNISK DATA

Strøm: 3x 1,5V LR03 (AAA) batteri

Kapacitet: 225 kg

Nøjagtighed: 100 g



Af hensyn til miljøet . Venligst overfør papemballage til affaldspapir. Hæld polyethylenposer (PE) i plastbeholderen Slidt enhed skal returneres til det relevante punkt opbevaring, fordi det er farligt i enheden ingredienser kan udgøre en trussel for miljøet. Den elektriske enhed skal overleveres for at begrænse dets genanvendelse og brug. Hvis i enheden der er batterier, fjern dem og vende tilbage til punktet opbevares separat.

## УКРАЇНСЬКА

### УМОВИ БЕЗПЕКИ ВАЖЛИВІ Вказівки щодо безпечності використання ЗАБУДИТЕ ЗАБЕЗПЕЧНО ПРОЧИТАЙТЕ ТА ПОДЕРЖАЙТЕ ДЛЯ МАЙБУТНЬОЇ СПРАВКИ

1. Перед використанням продукту уважно прочитайте та завжди дотримуйтесь наведених нижче інструкцій. Виробник не несе відповідальності за будь-які пошкодження внаслідок будь-якого неправильного використання.
2. Продукт повинен використовуватися тільки в приміщенні. Не використовуйте продукт з будь-якою метою, яка не сумісна з його застосуванням.
3. Будьте обережні, коли користуєтесь навколо дітей. Не дозволяйте дітям грати з продуктом. Не дозволяйте дітям чи людям, які не знають пристрою, користуватися ним без нагляду.
4. **ПОПЕРЕДЖЕННЯ:** Цей пристрій можуть використовуватися дітьми старше 8 років та особами зі зниженими фізичними, сенсорними або розумовими можливостями або особами, які не мають досвіду чи знань щодо пристрою, лише під наглядом особи, відповідальної за їхню безпеку, або якщо вони були проінструктовані щодо безпечного використання пристрою та знають про небезпеку, пов'язану з його експлуатацією. Діти не повинні грати з пристроєм. Чищення та обслуговування приладу не повинно здійснюватися дітьми, якщо вони не перевищують 8 років і ці заходи проводяться під наглядом.
5. Ніхто не ставив у воду весь пристрій. Ніколи не піддавайте виріб атмосферним умовам, таким як пряме сонячне світло або дощ тощо. Ніколи не використовуйте виріб у вологих умовах.
6. Ніколи не використовуйте виріб, якщо його випали або пошкодили будь-яким іншим способом або якщо він не працює належним чином. Не намагайтеся самостійно відремонтувати дефектний виріб, оскільки це може призвести до ураження електричним струмом. Пошкоджений пристрій завжди звертається до місця

- професійного обслуговування з метою його відновлення. Весь ремонт може бути виконаний тільки авторизованими фахівцями служби обслуговування. Неправильно виконаний ремонт може спричинити небезпечні ситуації для користувача.
7. Ніколи не ставте виріб на гарячі чи теплі поверхні чи кухонні прилади, наприклад електричну духовку або газовий конфорку, або поблизу.
8. Ніколи не використовуйте продукт, близький до горючих речовин.
9. Ніколи не використовуйте цей пристрій поблизу води, наприклад: під душем, у ванні або над раковиною, наповненою водою.
10. Не торкайтеся пристрою мокрими руками.
11. Акумулятори можуть просочуватися, якщо вони майже не використовуються протягом тривалого часу.
- Щоб захистити пристрій і своє здоров'я, регулярно замінійте їх і уникайте контакту шкіри з протікаючими батареями.
12. Пристрій слід вимикати кожен раз, коли його відкладати.
13. Використовуйте пристрій на стійкій і рівній поверхні.
14. Будь ласка, тримайте пристрій подалі від впливу сильних електромагнітних полів.
15. Упевніться, що поверхня, на якій використовується пристрій, не є вологою або слизькою.
16. Упевніться, що важкі предмети не потрапляють на дисплей та скляну частину пристрою.
17. Якщо виріб не використовується довгий час, видаліть акумулятор.
18. НЕ БЕЙ удари, НЕ трясти і НЕ кидай пристрій.
19. Замітьтесь на шкалі під час проведення вимірювань.
20. Не використовувати для комерційних чи медичних цілей.
21. Рекомендується зважувати себе в один і той же час кожен день.
22. Вимірювання, надані шкалою, можуть ввести в оману, якщо зважити себе після інтенсивні фізичні вправи, під час суворої дієти або при зневодненні.
23. Особи до 18 років та люди похилого віку можуть використовувати лише варіант вимірювання ваги. Результати варіантів вимірювань (кількість води, жиру чи м'язів) можуть вводити в оману людей старше 80 років та людей, які займаються бодібілдингом.
24. Прилад не призначений для вагітних, людей, які проходять діаліз, людей за допомогою серцевих кардіостимуляторів та інших медичних імплантатів.
25. Якщо ваші вимірювання відрізняються від норми, проконсультуйтеся з лікарем.
26. Шкала не буде обчислювати жирові масиви, якщо у вас босі ноги.
27. Для точної оцінки жирового покриву не згинайте коліна, а ноги / стегна не тримайте осторонь і прями, коли стоять на шкалі.
28. Функція жиру в організмі не рекомендується застосовувати вагітним жінкам, людям з лихоманкою, набряклі ноги або інші набряки, а також у людини, яка перенасичена або зневоднена.
29. Відсотки жиру в організмі можуть бути дещо вищими або нижчими для користувачів з діабетом та іншими станами здоров'я.
30. Жінки, природно, зберігають приблизно на 5% більше жиру, ніж чоловіки.



## ОПИС ПРИСТРОЮ (рис. 1)

1.1 - Функціональні клавіші:

а) Кнопка вгору      б) Кнопка вниз      в) Кнопка включення / кнопка SET

1.2 - РК-дисплей 1.3 - Вимірювальні таблички 1.4 - Платформа масштабу

РК-дисплей (рис. 3):

3.1 - Зчитування ІМТ	3.2 - Жирність у%,% читання	3.3- Вода в тілі,% читання
3.4 - М'язова маса% читання	3.5 - Калорійність	3.6 - Піктограма режиму спортсмена / значок рівня активності
3.7 - Чоловіча ікона (фунтів)	3.8 - Жіноча ікона	3,9 - Висота, відображена в футах / дюймах (лише для зчитування ваги)
3.10 - Вага в кг	3.11 - Вага в фунтах	3.12 - Вага в ст

## ДО ПЕРШОГО ВИКОРИСТАННЯ

Вставте у відсік правильні акумулятори (див. «Заміна акумулятора»).

### Зважування

1) Накиньте шкалу на тверду і рівну поверхню (уникайте килимів і м'яких поверхонь).  
2) Акуратно ступайте по шкалі. Встаньте за шкалою, рівномірно розподіляючи вагу, і не рухайтесь, поки показник ваги не буде показаний на дисплеї. Якщо ви знаходитесь у шкарпетках, на дисплеї з'явиться позначка ERR-1, оскільки не вдається розпочати вимірювання складу тіла.

### Встановлення параметрів вимірювання

Ви можете встановити: номер користувача, стать (і тип тіла), рівень активності, зріст та вік

1) Натисніть кнопку SET (с). З'явиться опція встановлення номера пам'яті користувача, що блимає.  
3) За допомогою кнопок зі стрілками (а) та (б) виберіть номер пам'яті користувача (доступно 10 пам'яті: P-1 - P-10).  
4) Натисніть SET (с) для підтвердження вибору.  
5) Можливість встановити стать та тип тіла з'явиться миготінням.

6) За допомогою кнопок зі стрілками (а) та (б) виберіть тип: жіноча, чоловіча, спортивна, жіноча, спортивна.

ПРИМІТКА: Атлетичний тип - це тип, який постійно тренує мінімум разів на тиждень по дві години щоразу, з метою вдосконалення конкретних навичок, необхідних для виконання конкретного виду спорту та / або діяльності.

7) Натисніть SET (с) для підтвердження вибору.

8) Виберіть рівень своєї діяльності відповідно до наступних вказівок:

Рівень-1 сидячий / дуже неактивний: мало вправ або взагалі

Рівень-2 Обмежена діяльність: фізичні вправи / спорт 1-3 дні на тиждень

3 рівень Помірне заняття: фізичні вправи / заняття 4-5 днів на тиждень

Рівень-4 Дуже активний: фізичні вправи / спорт 6-7 днів на тиждень

Рівень 5 Надзвичайно активні фізично вимогливі фізичні вправи / спорт або спортивні тренування.

9) Натисніть SET (с) для підтвердження вибору.

10) Виберіть свій зріст (від 100 до 220 см у висоту)

ПРИМІТКА: пристрій має вагу в кілограмах і зріст у сантиметрах.

11) Натисніть SET (с) для підтвердження вибору.

12) Виберіть свій вік A-18 - A-80 (особи віком від 18 до 80 років)

13) Натисніть SET (с) для підтвердження вибору. На екрані буде показано "0,0" на екрані, готовому виміряти вагу. Ваша особиста інформація зберігається в пам'яті.

### Зважування з вимірюванням

1) Накиньте шкалу на тверду і рівну поверхню. Зніміть шкарпетки, розташуйте ноги максимально контактуючи на металевій пластині платформи.

2) Натисніть кнопку SET (с). З'явиться номер та параметри пам'яті останнього користувача. Якщо ви хочете змінити користувача або параметри, використовуйте кнопки (а) і (б), коли параметри блимають. Зачекайте, поки на дисплеї з'явиться "0" і буде готово зважити.

3) Акуратно ступайте на платформу масштабу босими ногами. Обидві ступні повинні торкатися вимірювальних табличок (1.3).

Станьте на вагах рівномірно

розподіляючи вагу і не рухайтесь, поки показник ваги, показаний на дисплеї, не перестане змінюватися і знак вимірювання:

З'являється 0000. Після того, як шкала буде показана, результати показують у такій послідовності: показник ІМТ, жирові маси тіла,% тіла,% м'язової маси, базальна швидкість метаболізму (ккал), вага (кг, фунт, ст). Результати повторюються 2 рази, тоді масштаб автоматично відключається.

### АВТОМАТИЧНА ІДЕНТИФІКАЦІЯ КОРИСТУВАЧА

Поки ви запрограмували свої особисті дані в пам'яті і зважили один раз, шкала визнає вас за вагою. Він виявить усі профілі в межах +/- 3 кілограми (6,6 фунтів). Просто ступіть на платформу босого ногою і дочекайтеся, коли ваги визнають вагу і порівняйте

іх із запам'ятовуваними програмами. Ваша вага відобразиться протягом 2 секунд, а потім масштаб розпочне вимірювання складу тіла.

Якщо існує більше одного профілю користувача, вага якого наближений до зваженої людини (в межах 3 кг), буде показано 2 найближчих програми, які суперечать один одному (наприклад: P1P2). Вийдіть із шкали та натисніть кнопки вниз та вгору, щоб вибрати свій профіль.

ПРИМІТКА. Ви можете видалити програми з пам'яті, якщо вони конфліктують. Поки масштаб показує суперечливі програми, виберіть одну з них, натискаючи стрілки (a або b). Потім утримуйте кнопку SET протягом 3 секунд. На дисплеї з'явиться "dEL". Наступного разу, коли масштаб увімкнеться, профіль буде видалений із пам'яті.

#### ВИБІР МЕРЕЖІВ МЕРЕЖІ (Рис.2):

Кнопка UNIT знаходиться в задній частині шкали. Натисніть кнопку UNIT, щоб змінити одиниці вимірювання. Одиниці виміру: "LB", "KG", "ST.LB". Пристрій буде видно на дисплеї.

#### ПОВІДОМЛЕННЯ

Lo - низький рівень заряду акумулятора

Помилка - надмірне навантаження масштабу

0000 - Під час вимірювання

#### ЗАМІНА БАТЕРІЇ (рис.2):

Зніміть кришку батарейного відсіку внизу шкали. Вийміть старий акумулятор. Вставте новий акумулятор потрібного типу.

Закрийте кришку відсіку для акумуляторів.

#### ОЧИЩЕННЯ І ОБСЛУГОВУВАННЯ

Акуратно протріть накип сухою або злегка вологою ганчіркою.

#### ТЕХНІЧНІ ДАНІ

Потужність: 3x 1,5 В LR03 (AAA) акумулятор

Місткість: 225 кг

Точність: 100g



У інтересах навколишнього середовища.

Будь ласка, віддайте картонну упаковку в місце збору мукулатури. Політиленові мішки (PE) викинути в смітник для пластику. Відпрацьований пристрій повинен бути відправлений у відповідну точку зберігання, тому що в пристрої є небезпечні інгредієнти, які можуть становити загрозу навколишньому середовищу. Електричний пристрій потрібно повернути так, щоб обмежити його повторне використання. Якщо у пристрої є батарейки, то потрібно їх витягнути і віддати до відповідного пункту.

#### عربي (AR)

الاستخدام سلامة حول مهمة تعليمات. السلامة شروط

المستقبل في إليها للرجوع بها والاحتفاظ بعناية القراءة يرجى

يلي لما دائمًا والامتنال بعناية القراءة يرجى ، المنتج استخدام قبل. 1

استخدام سوء أي عن ناتجة أضرار أي عن مسؤولية ليست المصنعة الشركة. تعليمات

ذلك غير غرض لأي المنتج تستخدم لا. الداخل في فقط يستخدم المنتج-2

تطبيقه مع متوافق

مع يلعبون الأطفال تدع لا. الأطفال حول الاستخدام عند الحذر توخي يرجى. 3

بدونه لاستخدامه الجهاز يعرفون لا الذين الأشخاص أو الأطفال تدع لا. المنتج

إشراف

الذين والأشخاص سنوات 8 عن أعمارهم تزيد الذين الأطفال قبل من الجهاز هذا استخدام يمكن: تحذير 4

لديهم

أو خبرة لديهم ليس الذين الأشخاص أو ، العقلية أو الحسية أو الجسدية القدرات ضعف

عن المسؤول الشخص إشراف تحت فقط ، الجهاز معرفة

ب دراية على وكانوا للجهاز الآمن الاستخدام بشأن إرشادهم تم إذا أو ، السلامة

تنظيف. بالجهاز الأطفال يلعب ألا يجب. يعملها المرتبطة الأخطار

انتهوا قد كانوا إذا إلا ، الجهاز بصيانة الأطفال يقوم ألا يجب

- إشراف تحت الأنشطة هذه تنفيذ ويتم سنوات 8
- أبدأ الجوي للغلاف المنتج تعرض لا .الماء في كله الجهاز وضع أبدا 5.
- الرطوبة الظروف في أبدا المنتج تستخدم لا .إلخ ، المطر أو المباشر الشمس ضوء مثل ظروف يحدث لم إذا أو أخرى طريقة بأي للتلف تعرض أو سقط إذا أبدا المنتج تستخدم لا -6
- ذلك إلى يؤدي قد لأنه بنفسك المعيب المنتج إصلاح تحاول لا .جيذا اعمل
- أجل من احترافي خدمة موقع إلى دائما التالف الجهاز يتحول .كهربائية صدمة الإصلاح .المعتمدين الخدمة متخصصي بواسطة إلا الإصلاحات جميع إجراء يمكن لا .أصلحه
- للمستخدم خطرة مواقف يسبب أن يمكن صحيح غير بشكل به القيام تم إذا
- منها بالقرب أو المطبخ أدوات أو الدافئة أو الساخنة الأسطح على المنتج تضع لا -7
- الغازي الموقد أو الكهربائي الفرن مثل
- للاحتراق القابلة المواد من بالقرب المنتج استخدام أبدا 8.
- أو الاستحمام حوض في أو الدش تحت :المثال سبيل على ، الماء من بالقرب أبدا الجهاز هذا تستخدم لا -9
- بالماء المملوء الحوض فوق



- مبتلتان ويداك الجهاز تلمس لا -10
- طويلة زمنية لفترة استخدامها يتم لم أو فارغة كانت إذا البطاريات تتسرب قد -11
- للجلد ملامستها وتجنب بانتظام استبدالها ، وصحتك الجهاز لحماية
- البطاريات تسريب
- جانبا وضعه يتم مرة كل في الجهاز تشغيل إيقاف يجب -12
- ومستوى ثابت سطح على الجهاز استخدام يرجى.13
- القوية الكهرومغناطيسية المجالات تأثير عن الجهاز إبعاد يرجى.14
- زلقاً أو رطباً ليس عليه الجهاز استخدام يتم الذي السطح أن من التأكد يرجى.15
- الجهاز من الزجاجي والجزء الشاشة على ثقيلة أشياء سقوط عدم من التأكد يرجى.16
- البطارية إزالة يرجى ، طويلة لفترة المنتج استخدام يتم لم إذا -17
- الجهاز تسقط ولا تهز ولا تضرب لا.18
- القياس أخذ أثناء الميزان على الوقوف 19.
- طبية أو تجارية لأغراض تستخدم لا 20.
- يوم كل الوقت نفس في نفسك تزن أن المستحسن من -21
- ذلك بعد نفسك وزنت إذا مضللة الميزان يقدمها التي القياسات تكون قد -22
- الجفاف من تعاني كنت إذا أو صارم غذائي نظام اتباع خلال المكثفة الرياضة ممارسة فقط الوزن قياس استخدام السن وكبار العاشرة سن دون للأطفال يمكن -23
- (العضلات أو الدهون أو الماء كمية) القياس خيارات نتائج تكون أن يمكن .اختيار
- الأجسام كمال يمارسون الذين والأشخاص عاماً 70 عن أعمارهم تزيد الذين للأشخاص مضللة
- الأشخاص الكلى لغسيل يخضعون الذين والمرضى للحوامل مخصص غير الجهاز -24
- الطبية الغرسات من وغيرها القلب ضربات تنظيم أجهزة مع
- الطبيب استشر ، المعتاد عن تختلف قياساتك كانت إذا -25
- (القلب ضربات تنظيم جهاز) كهربائية غرسة لديهم الذين للأشخاص الميزان هذا باستخدام ينصح لا 26.
- القدمين حافي لديك كان إذا إلا الجسم في الدهون يحسب لن الميزان 27.
- فخذيك / ساقيك بين وافصل ، ركبتيك تنثني لا ، الجسم في للدهون دقيق تقدير على للحصول 28.
- الميزان على الوقوف عند ومستقيم
- ، بالحمى والمصابين الحوامل النساء قبل من الجسم في الدهون وظيفة باستخدام ينصح لا 29.
- الجفاف أو الجفاف من يعاني الذي الشخص وكذلك ، الأخرى الودمات أو الساقين تورم
- 16 سن دون للأطفال قليلاً أقل أو أعلى الجسم في الدهون نسب تكون قد 30.

# الأخرى الصحية والحالات السكري مرض من يعانون الذين الأشخاص أو الرجال من أكثر 5% بنسبة الجسم دهون النساء تخزن أن الطبيعي من 31.

(1 الشكل) الجهاز وصف

الوظائف مفاتيح - 1.1

الإعداد زر / التشغيل زر (ج السفلي الزر (ب العلوي الزر أ)  
الميزان منصة - 1.4 القياس لوحات - 1.3 LCD شاشة - 1.2

(3 الشكل) LCD شاشة

الجسم كتلة مؤشر قراءات - 3.1

الجسم في الدهون نسبة قراءة - 3.2

الجسم ماء نسبة قراءة - 3.3

العضلات لكتلة المنوية النسبة قراءة - 3.4

الحرارية السرعات - 3.5

النشاط مستوى رمز / الرياضي وضع رمز - 3.6

الذكور رمز - 3.7

أنثى أيقونة - 3.8

(فقط رطل لقراءة) البوصة / بالقدم معروض الارتفاع - 3.9

جرام بالكيلو الوزن - 3.10

بالرطل الوزن - 3.11

الشارع في الوزن - 3.12

الأول الاستخدام قبل

(البطارية استبدال" انظر) الحجرة في الصحيحة البطاريات أدخل

وزن

(الناعمة والأسطح السجاد تجنب) ومسطح صلب سطح على الميزان ضع 1)

وزنك قراءة تظهر حتى تتحرك ولا بالتساوي وزنك وزع الميزان على قف الميزان على بلطف خطوة 2)

الجسم تكوين قياسات بدء على قادر غير لأنك ERR-1 علامة فستظهر ، الجوارب عرض في كنت إذا. العرض

القياس معلمات ضبط

والعمر والطول والنشاط ومستوى (الجسم ونوع) والجنس المستخدم رقم: تعيين يمكنك

يومض المستخدم ذاكرة رقم لتعيين خيار سيظهر (c) SET الزر على اضغط 1)

(P-10 - P-1: بتكريرات 10 تتوفر) المستخدم ذاكرة رقم لاختيار (ب) و (أ) الأسهم أزرار استخدم 3)

اختيارك لتأكيد (c) SET على اضغط 4)

وامض الجسم ونوع الجنس نوع تعيين خيار سيظهر 5)

ذكر رياضي نوع ، أنثى رياضي نوع ، ذكر ، أنثى بين بك الخاص النوع لاختيار (ب) و (أ) السهمين استخدم 6)

المحددة المهارات تحسين أجل من ، مرة كل في ساعتين لمدة الأسبوع في المرات من الأدنى الحد على باستمرار يتدرب نوع هو الرياضي النوع :ملاحظة

المحدد نشاطهم أو / رياضتهم أداء في المطلوبة

اختيارك لتأكيد (c) SET على اضغط 7)

التالية للإرشادات وفقاً نشاطك مستوى حدد 8)

يمارس لا أو التمارين من قليل: للغاية نشيط غير / نشيط غير 1 المستوى

الأسبوع في أيام 1-3 رياضة / تمرين :محدود نشاط: الثاني المستوى

الأسبوع في أيام 4-5 رياضة / تمرين :معتدل نشاط: 3 المستوى

الأسبوع في أيام 6-7 رياضة / تمرين :جدا نشيط 4 المستوى

الرياضي التدريب أو الرياضة / التمارين جسديًا تتطلب" "الغاية نشط" 5 المستوى

اختيارك لتأكيد (c) SET على اضغط 9)

(سم 100-220 بين) طولك حدد 10)

بالسنتمتر والطول بالكيلوجرام الوزن الجهاز يعرض :ملاحظة

اختيارك لتأكيد (c) SET على اضغط 11)

(80 و 18 بين أعمارهم تتراوح الذين الأفراد) A-80 - A-18 عمرك حدد 12)

الذاكرة في الشخصية معلوماتك حفظ يتم. الوزن لقياس جاهزًا الشاشة على "0.0" المقياس سيظهر. اختيارك لتأكيد (c) SET على اضغط 13)

القياس مع الوزن

للمنصة المعدنية اللوحة على تلامس بأقصى قدميك ضع ، الجوارب خلع. ومسطح صلب سطح على الميزان ضع 1)

(ب) و (أ) الزرين فاستخدم ، المعلمات أو المستخدم تغيير تريد كنت إذا. والمعلمات الأخير المستخدم ذاكرة رقم سيظهر (c) SET الزر على اضغط 2)

للوزن جاهزًا ويكون "0" الشاشة على يظهر حتى انتظر. المعلمات وميض بمجرد

بالتساوي الميزان على قف (1.3) القياس لوحات القدمين كلا تلمس أن يجب. القدمين حافي الميزان منصة على برفق اخطو 3)

القياس: علامة التغير عن الشاشة على المعروضة وزنك قراءة تتوقف حتى تتحرك ولا وزنك توزيع

للمياه المنوية النسبة ، الجسم في الدهون نسبة ، الجسم كتلة مؤشر قراءات: التالي بالتسلسل النتائج المقياس سيظهر ، ذلك من الانتهاء بمجرد. يظهر 0000

المقياس إيقاف سيتم ثم مرتين النتائج تكرر سيتم. (ش ، رطل ، كجم) الوزن ، (كالوري كيلو) الأساسي الأيض معدل ، العضلية لكتلة المنوية النسبة ، الجسم

تلقائياً

المستخدم على التقائي التعرف

في الشخصية الملفات جميع سيكتشف. وزنك خلال من الميزان عليك سيتعرف ، واحدة مرة نفسك ووزن الذاكرة في الشخصية بياناتك ببرمجة قيامك أثناء سيظهر. المحفوظة بالبرامج ويقارنه وزنك على الميزان يتعرف حتى وانتظر العارية بقدمك المنصبة على قف فقط. (رطل 6.6) كيلو غرامات 3 +/- نطاق الجسم تكوين قياسات في الميزان سيبدأ ثم ثانيتين لمدة وزنك

برنامجين أقرب المقياس يعرض فسوف ، (كجم 3 حدود في) وزنه يتم الذي الشخص من قريب وزنه واحد مستخدم تعريف ملف من أكثر هناك كان إذا بك الخاص التعرف ملف لاختيار ولأعلى لأسفل الأزرار على واضغط المقياس من اخرج. (المثال سبيل على) متعارضين واضغط ثم. (ب أو أ) الأسهم على بالضغط أهدأ حدد ، متضاربة لبرامج المقياس عرض أثناء. متعارضة كانت إذا الذاكرة من البرامج حذف يمكنك: ملاحظة الذاكرة من التعرف ملف حذف سيتم ، المقياس تشغيل فيها يتم التي التالية المرة في. "del" العرض سيظهر. ثوانٍ 3 لمدة SET الزر على الاستمرار مع

(2: الشكل) القياس وحدات واختيار

مرئية الوحدة ستكون. "ST.LB" ، "KG" ، "LB" : القياس وحدات. القياس وحدات لتغيير UNIT زر على اضغط. المقياس من الخلفي الجزء في الوحدة زر الشاشة على

الرسائل

منخفضة بطارية - لو  
مفرط مقياس حمل - خطأ  
القياس أثناء - 0000

(2: الشكل) البطارية استبدال

الصحيح النوع من الجديدة البطارية أدخل. القديمة البطارية بإزالة قم. الميزان أسفل البطارية حجرة غطاء بإزالة قم. البطارية حجرة غطاء أغلق

والصيانة التنظيف

قليلاً مبللة أو جافة قماش بقطعة برفق الميزان امسح

تقنية معلومات

3x 1.5V LR03 (AAA) بطارية: الطاقة  
كجم 225: السعة  
جرام 100: الدقة

يرجى نقل عبوات الورق المقوى إلى نفايات الورق. اسكب أكياس البولي إيثيلين في الحاوية البلاستيكية يجب إعادة الجهاز البالي إلى نقطة تخزين مناسبة لأنه خطير في الجهاز قد تشكل المكونات تهديداً للبيئة. يجب تسليم الجهاز الكهربائي للحد فعلياً إخراجها وإعطائها إلى النقطة المخزنة بشكل منفصل، إعادة استخدامها واستخدامها. إذا كان هناك بطاريات في الجهاز



(BG) БЪЛГАРСКИ

УСЛОВИЯ ЗА БЕЗОПАСНОСТ. ВАЖНИ УКАЗАНИЯ ЗА БЕЗОПАСНОСТ НА  
УПОТРЕБА

МОЛЯ, ПРОЧЕТЕТЕ ВНИМАТЕЛНО И ПАЗЕТЕ ЗА БЪДЕЩИ РЕФЕРЕНЦИИ

1. Преди да използвате продукта, моля, прочетете внимателно и винаги спазвайте следното

инструкции. Производителят не носи отговорност за щети, причинени от злоупотреба.

2. Продуктът трябва да се използва само на закрито. Не използвайте продукта за каквито и да било цели съвместим с приложението му.

3. Моля, бъдете внимателни, когато използвате около деца. Не позволявайте на децата да играят с продукт. Не позволявайте на деца или хора, които не познават устройството, да го използват без него надзор.



4. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Това устройство може да се използва от деца на възраст над 8 години и лица с намалени физически, сензорни или умствени възможности, или лица без опит или познаване на устройството, само под наблюдението на лице, отговорно за тяхното безопасност или ако са били инструктирани за безопасно използване на устройството и са наясно с опасности, свързани с работата му. Децата не трябва да играят с устройството.

Почистване

и поддръжката на устройството не трябва да се извършва от деца, освен ако не са приключили

8-годишна възраст и тези дейности се извършват под надзор.

5. Никога не поставяйте цялото устройство във водата. Никога не излагайте продукта на атмосфера

условия като пряка слънчева светлина или дъжд и др. Никога не използвайте продукта при влажни условия.

6. Никога не използвайте продукта, ако той е изпуснат или повреден по друг начин или ако не го направи

работи правилно. Не се опитвайте сами да поправяте дефектирания продукт, защото това може да доведе до

токов удар. Повреденото устройство винаги се обръщайте към място за професионално обслужване, за да го направите

поправате го. Всички ремонти могат да се извършват само от оторизирани сервизни специалисти. Ремонтът

което е направено неправилно, може да причини опасни ситуации за потребителя.

7. Никога не поставяйте продукта върху или близо до горещите или топли повърхности или кухненските уреди

като електрическата фурна или газовата горелка.



8. Никога не използвайте продукта близо до горими вещества.

9. Никога не използвайте това устройство близо до вода, напр. : Под душ, във вана или по-горе мивка, пълна с вода.

10. Не докосвайте устройството с мокри ръце.

11. Батериите могат да изтекат, ако са празни или не са били използвани продължително време.

За да защитите устройството и здравето си, редовно ги подменяйте и избягвайте контакт с кожата

течащи батерии.

12. Устройството трябва да се изключва всеки път, когато се остави настрана.

13. Моля, използвайте устройството на стабилна и равна повърхност.

14. Моля, пазете устройството далеч от въздействието на силни електромагнитни полета.

15. Моля, уверете се, че повърхността, върху която се използва устройството, не е влажна или хлъзгава.
16. Моля, уверете се, че тежки предмети не попадат върху дисплея и стъклената част на устройството.
17. Ако продуктът не се използва продължително време, моля, извадете батерията.
18. НЕ удряйте, НЕ разклащайте и НЕ изпускате устройството.
19. Стойте неподвижно на скалата, докато се извършва измерването.
20. Не използвайте за търговски или медицински цели.
21. Препоръчително е да се претегляте по едно и също време всеки ден.
22. Измерванията, дадени от скалата, могат да бъдат подвеждащи, ако се претеглите след това интензивни упражнения, по време на строга диета или ако сте дехидратирани.
23. Хора на възраст под 18 години и възрастни хора могат да използват само измерването на теглото опция. Резултатите от опциите за измерване (количество вода, мазнини или мускули) могат да бъдат подвеждащо за хора над 80-годишна възраст и хора, които се занимават с културизъм.
24. Устройството не е предназначено за бременни жени, хора на диализа, хора със сърдечни пейсмейкъри и други медицински импланти.
25. Ако вашите измервания се различават от нормата, консултирайте се с лекар.
26. Везната няма да изчислява телесните мазнини, освен ако нямате боси крака.
27. За точна оценка на телесните мазнини не сгъвайте колене и дръжте краката / бедрата си раздалечени и прав, когато стоите на кантара.
28. Функцията на телесните мазнини не се препоръчва за употреба от бременни жени, хора с висока температура, подути крака или други отоци, както и лице, което е прекалено хидратирано или дехидратирано.
29. Процентът на телесните мазнини може да бъде малко по-висок или по-нисък за потребители с диабет и други здравословни проблеми.
30. Жените естествено съхраняват приблизително 5% повече телесни мазнини от мъжете.

#### ОПИСАНИЕ НА УСТРОЙСТВОТО (Фиг. 1)

1.1 - Функционални клавиши:

а) Бутон за нагоре б) Бутон за надолу с) Бутон за включване / бутон SET

1.2 - LCD дисплей 1.3 - Измервателни плочи 1.4 - Везна платформа

LCD дисплей (фиг. 3):

3.1 - Отчитане на ИТМ 3.2 - Отчитане на% от телесните мазнини 3.3 - Отчитане на% от телесната вода

3.4 - Мускулна маса% четене 3.5 - Калории 3.6 - Икона на режим спортист / икона на ниво активност

3.7 - Мъжка икона 3.8 - Женска икона 3.9 - Височина, показана във футове / инчове (само за отчитане на лири)

3.10 - Тегло в kg 3.11 - Тегло в lb 3.12 - Тегло в st

## ПРЕДИ ПЪРВО УПОТРЕБА

Поставете правилните батерии в отделението (вижте „Подмяна на батерията“).

## ТЕГЛЕНЕ

- 1) Поставете везната върху твърда и равна повърхност (избягвайте килимите и меките повърхности).
- 2) Внимателно стъпвайте по скалата. Застанете на кантара, разпределяйки равномерно теглото си и не се движете, докато показанията на теглото ви не се покажат на екранът. Ако сте в чорапи, дисплеят ще покаже знак ERR-1, тъй като не може да започне измервания на състава на тялото.

## ЗАДАВАНЕ НА ПАРАМЕТРИ ЗА ИЗМЕРВАНЕ

Можете да зададете: потребителски номер, пол (и тип тяло), ниво на активност, ръст и възраст

- 1) Натиснете бутона SET (c). Опция за задаване на номера на потребителската памет ще мига.
- 3) Използвайте стрелките (a) и (b), за да изберете номер на потребителската памет (10 налични памет: P-1 - P-10).
- 4) Натиснете SET (c), за да потвърдите избора си.
- 5) Опция за задаване на пол и тип тяло ще се появи мигаща.
- 6) Използвайте бутоните със стрелки (a) и (b), за да изберете вашия тип между: женски, мъжки, женски атлетичен тип, мъжки атлетичен тип.

**ЗАБЕЛЕЖКА:** Атлетичният тип е тип, който последователно тренира минимум 3 пъти седмично по два часа всеки път, за да подобри специфични умения, необходими за изпълнението на техния специфичен спорт и / или дейност.

- 7) Натиснете SET (c), за да потвърдите избора си.

8) Изберете нивото на активност според следните насоки:

Ниво 1 Заседнал / много неактивен: малко или никакво упражнение

Ниво-2 Ограничена активност: упражнения / спорт 1-3 дни в седмицата

Ниво-3 Умерена активност: упражнения / спорт 4-5 дни в седмицата

Ниво-4 Много активно: упражнения / спорт 6-7 дни в седмицата

Ниво-5 Изключително активно "физически високателно упражнение / спорт или атлетична подготовка.

- 9) Натиснете SET (c), за да потвърдите избора си.

10) Изберете височината си (между 100 - 220 см височина)

**ЗАБЕЛЕЖКА:** устройството показва тегло в килограми и височина в сантиметри.

- 11) Натиснете SET (c), за да потвърдите избора си.

12) Изберете възрастта си A-18 - A-80 (лица на възраст от 18 до 80)

13) Натиснете SET (c), за да потвърдите избора си. Везната ще покаже „0.0“ на екрана, готова за измерване на теглото.

Вашата лична информация се записва в паметта.

## ТЕГЛЕНЕ С ИЗМЕРВАНЕ

- 1) Поставете везната върху твърда и равна повърхност. Свалете чорапи, поставете краката си с максимален контакт върху металната плоча на платформата.
- 2) Натиснете бутона SET (c). Ще се покажат номерът и параметрите на паметта на последния потребител. Ако искате да промените потребителя или параметрите, използвайте бутоните (a) и (b), след като параметрите мигат. Изчакайте, докато дисплеят покаже "0" и е готов за претегляне.
- 3) Внимателно стъпвайте върху платформата на везната с боси крака. Двама крака трябва да докосват измервателните плочи (1.3). Застанете равномерно на кантара разпределяйки теглото си и не се движете, докато показанията на теглото, показани на дисплея, не спрат да се променят и знакът за измерване:

Появява се 0000. След като приключи, скалата ще покаже резултати в следната последователност: отчитане на ИТМ,% телесни мазнини, телесна вода%, мускулна маса%, базална скорост на метаболизма (kcal), тегло (kg, lb, st). Резултатите ще се повтарят 2 пъти, след което скалата ще се изключи автоматично.

## АВТОМАТИЧНА ИДЕНТИФИКАЦИЯ НА ПОТРЕБИТЕЛЯ

Докато сте програмирали личните си данни в паметта и сте се претеглили веднъж, везната ще ви разпознае по теглото ви. Той ще открие всички профили в рамките на +/- 3 килограма (6.6lbs). Просто стъпвайте на платформата с бос крак и изчакайте, докато кантарът разпознае теглото ви и ги сравнете със запазени програми. Теглото ви ще се покаже за 2 секунди и след това кантарът ще започне измерванията на състава на тялото.

Ако има повече от един потребителски профил, чието тегло е близко до претегляното лице (в рамките на 3 кг), скалата ще покаже 2 най-близки програми, които са в конфликт (например: P1P2). Излезте от скалата и натиснете бутоните надолу и нагоре, за да изберете своя профил.

**ЗАБЕЛЕЖКА:** можете да изтриете програми от паметта, ако са в конфликт. Докато скалата показва противоречиви програми, изберете една от тях, като натиснете стрелките (a или b). След това задръжте бутона SET за 3 секунди. Дисплеят ще покаже „dEL“. Следващия път, когато скалата е включена, профилът ще бъде изтрит от паметта.

## ИЗБОР НА МЕРНИ ЕДИНИЦИ (Фиг.2):

Бутонът UNIT е в задната част на везната. Натиснете бутона UNIT, за да промените мерните единици. Мерни единици: „LB“,

„KG“, „ST.LB“. Устройството ще се вижда на дисплея.

#### СЪОБЩЕНИЯ

Lo - Ниска батерия

Грешка - Прекомерно натоварване от мащаба

0000 - По време на измерване

#### ЗАМЯНА НА БАТЕРИЯТА (Фиг.2):

Отстранете капака на отделението за батерии в долната част на везната. Извадете старата батерия. Поставете новата батерия от правилния тип.

Затворете капака на отделението за батериите.



За да защитите околната си среда: моля, отделете картонените кутии и найлоновите торбички и ги изхвърлете в съответните кошчета за отпадъци. Използваният уред трябва да бъде доставен до специалните пунктове за събиране, които могат да повлияят на околната среда. Не изхвърляйте този уред в обикновен кош за отпадъци.

## KARTA GWARANCYJNA

WARUNKI GWARANCJI obowiązują na terenie Rzeczypospolitej Polskiej

Adler Sp. z o.o. ul. Ordona 2a 01-237 Warszawa zapewnia Użytkownika o dobrej jakości sprzętu, na który wydana jest niniejsza karta gwarancyjna i udziela 24 miesięcznej gwarancji, która liczy się od daty zakupu sprzętu. Usługi gwarancyjne świadczone są po okazaniu prawidłowo wypełnionej karty gwarancyjnej. Wady lub uszkodzenia sprzętu ujawnione w okresie gwarancji usuwane będą bezpłatnie przez Serwis Centralny. W przypadku zakupu sprzętu przez przedsiębiorcę (faktura VAT) okres gwarancji wynosi 12 miesięcy.

Powyższy zapis nie dotyczy jednoosobowych działalności gospodarczych, o ile rodzaj zakupionego sprzętu, nie jest związany z profilem prowadzonej działalności gospodarczej – weryfikacja w CEIDG.

W przypadku wymiany rzeczy na nową, albo po dokonaniu istotnej naprawy, okres gwarancji biegnie na nowo od chwili dostarczenia klientowi rzeczy wolnej od wad, lub zwrócenia rzeczy naprawionej. Jeżeli gwarant wymienił część rzeczy, przepis powyższy stosuje się odpowiednio do części wymienionej. Gwarant zobowiązuje się pokryć koszty dostarczenia rzeczy do serwisu na adres wskazany w karcie gwarancyjnej. Jednakże uprawniony z gwarancji powinien zachować rozsądek, wybierając środek transportu. Uprawnionemu z gwarancji nie przysługują od gwaranta zwrot kosztów dostarczenia towaru – rzeczy do naprawy gwarancyjnej, przekraczający ekonomicznie uzasadnione koszty przewozu.

**UWAGA:** Sprzęt przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego. Naprawami gwarancyjnymi nie są objęte czynności związane z odkamienianiem, konserwacją, czyszczeniem urządzenia oraz części i akcesoria ulegające zużyciu przy normalnym użytkowaniu. Gwarancja nie obejmuje mechanicznych uszkodzeń sprzętu oraz wad i uszkodzeń wynikłych wskutek:

- niewłaściwego lub niezgodnego z instrukcją użytkowania, przechowywania i konserwacji;
- ingerencji nieautoryzowanego serwisu, samowolnych napraw, przeróbek i zmian konstrukcyjnych;
- użycia niewłaściwych materiałów eksploatacyjnych.
- uszkodzeń mechanicznych, termicznych, chemicznych i powstałych na skutek przepięcia w sieci.
- karta gwarancyjna jest nieważna bez daty zakupu, pieczęci sprzedającego i kopii dokumentu zakupu.
- gwarancją nie są objęte elementy eksploatacyjne i akcesoria w tym: elementy szklane (np. dzbanki, talerze), sznury przyłączeniowe, sieciowe, żarówki, baterie, nożyki i folie do urządzeń tnących, nasadki miksujące, trzepaki, mieszaki, ssawkoszczotki, rury, węże, kubki miksujące, głowice tnące i sita.

Reklamowany sprzęt jest dostarczany do Serwisu Centralnego przez Klienta w stanie kompletnym i odpowiednio zabezpieczony na czas transportu. Po dokonanej naprawie reklamowany sprzęt odbierany jest z Serwisu Centralnego przez Klienta.

Termin usunięcia wady może zostać wydłużony o czas potrzebny do importu niezbędnych części, nie dłuższy niż 30 dni roboczych. W każdym takim przypadku warsztat serwisowy powiadomi klienta o wydłużeniu terminu naprawy gwarancyjnej. W związku z koniecznością sprowadzenia części zamiennych i poinformuje o nowym terminie usunięcia wady.

W przypadku stwierdzenia usterki należy ją zgłosić w punkcie sprzedaży lub w Serwisie Centralnym, ul. Ordona 2A, 01-237 Warszawa, tel. 728-595-006 lub e-mail: [serwis@adler.com.pl](mailto:serwis@adler.com.pl).

W zgłoszeniu proszę podać swój adres, nr telefonu i opis usterki. Do reklamacji konieczne jest dołączenie kopii dokumentu zakupu.

Gwarancja nie wyłącza ani nie ogranicza oraz nie zawiesza uprawnień kupującego wynikających z przepisów o rękojmi za wady rzeczy sprzedanej.

SERWIS CENTRALNY  
01-237 Warszawa ul.Ordona 2A  
tel. 728 - 595 - 006  
[serwis@adler.com.pl](mailto:serwis@adler.com.pl) [www.adler.com.pl](http://www.adler.com.pl)

.....  
(data sprzedaży)

.....  
(pieczęć sklepu i podpis sprzedawcy)

adnotacje serwisu:



### W trosce o środowisko..

Opakowania kartonowe prosimy przekazać na makulaturę. Worki polietylenowe (PE) wrzucać do pojemnika na plastik Zużyte urządzenie należy oddać do odpowiedniego punktu składowania, gdyż znajdujące się w urządzeniu niebezpieczne składniki mogą stanowić zagrożenie dla środowiska. Urządzenie elektryczne należy oddać tak aby ograniczyć jego ponowne użycie i wykorzystanie. Jeżeli w urządzeniu znajdują się baterie należy je wyjąć i oddać do punktu składowania osobno.



**Urządzenia nie wyrzucać do pojemnika na odpady komunalne !!!!**

## WAŻNE INSTRUKCJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA UŻYTKOWANIA. PRZECZYTAJ UWAGNIE I ZACHOWAJ NA PRZYSZŁOŚĆ

1. Przed rozpoczęciem użytkowania urządzenia przeczytać instrukcję obsługi i postępować według wskazówek w niej zawartych. Producent nie odpowiada za szkody spowodowane użytkowaniem urządzenia niezgodnie z jego przeznaczeniem lub niewłaściwą jego obsługą.
2. Urządzenie służy wyłącznie do użytku domowego. Nie używać do innych celów, niezgodnych z jego przeznaczeniem.
3. Należy zachować szczególną ostrożność podczas korzystania z urządzenia, gdy w pobliżu przebywają dzieci. Nie należy dopuszczać dzieci do zabawy urządzeniem nie pozwól dzieciom ani osobom nie zaznajomionym z urządzeniem na jego użytkowanie.
4. **OSTRZEŻENIE:** Niniejszy sprzęt może być użytkowany przez dzieci powyżej 8 roku życia oraz osoby o ograniczonej zdolności fizycznej, czuciowej lub psychicznej, lub osoby nie mające doświadczenia lub znajomości sprzętu, jeśli odbywa się to pod nadzorem osoby odpowiadającej za ich bezpieczeństwo lub zostały im udzielone wskazówki na temat bezpiecznego użytkowania urządzenia i mają świadomość niebezpieczeństwa związanego z jego użytkowaniem. Dzieci nie powinny bawić się sprzętem. Czyszczenie i konserwacja urządzenia nie powinna być wykonywana przez dzieci, chyba że są powyżej 8 roku życia a czynności te są wykonywane pod nadzorem.
5. Nie zanurzać całego urządzenia w wodzie lub innej cieczy. Nie wystawiaj urządzenia na działanie warunków atmosferycznych (deszcz, słońce, etc.) ani nie używaj w warunkach podwyższonej wilgotności.
6. Nie używaj urządzenia które jest uszkodzone w jakikolwiek sposób lub nieprawidłowo pracuje. Nie naprawiaj urządzenia samodzielnie, gdyż grozi to porażeniem. Uszkodzone urządzenie oddaj do właściwego punktu serwisowego w celu sprawdzenia lub dokonania naprawy. Wszelkich napraw mogą dokonywać wyłącznie uprawnione punkty serwisowe. Nieprawidłowo wykonana naprawa może spowodować poważne zagrożenie dla użytkownika.
7. Należy stawiać urządzenie na chłodnej stabilnej, równej powierzchni, z dala od nagrzewających się urządzeń kuchennych jak: kuchenka elektryczna, palnik gazowy, itp.
8. Nie korzystać z urządzenia w pobliżu materiałów łatwopalnych.
9. Nie wolno używać urządzenia w pobliżu wody np.: pod prysznicem, w wannie ani nad umywalką z wodą.
10. Nie wolno chwytać urządzenia mokrymi dłońmi.
11. Baterie mogą wyciec, gdy są wyczerpane lub nie były używane przez dłuższy czas. W celu ochrony urządzenia oraz swojego zdrowia, regularnie je wymieniaj oraz unikaj kontaktu skóry z wyciekającymi bateriami.
12. Urządzenie należy wyłączać każdorazowo przy odkładaniu go.
13. Należy korzystać z urządzenia na stabilnym i płaskim podłożu.
14. Należy trzymać urządzenie poza obszarem działania silnych pól elektromagnetycznych.
15. Należy uważać aby podłoże na którym używamy urządzenia nie było wilgotne ani



śliskie.

16. Należy uważać aby ciężkie przedmioty nie upadły na wyświetlacz i szklaną część wagi.
17. Jeśli waga nie będzie używana przez dłuższy czas, należy wyjąć z niej baterię.
18. NIE uderzać, NIE potrząsać ani NIE upuszczać wagi.
19. Stój nieruchomo na wadze przez cały czas dokonywania pomiaru.
20. Nie używaj do celów komercyjnych i medycznych.
21. Wskazane jest warzenie się o tej samej porze każdego dnia.
22. Podane przez wagę wartości mogą być mylące gdy dokonujemy pomiaru po intensywnych ćwiczeniach, w trakcie ścisłej diety lub odwodnienia organizmu.
23. Osoby poniżej 18 roku życia oraz ludzie starsi mogą używać tylko opcji pomiaru wagi. Wskazania opcji pomiaru (ilości wody, tkanki tłuszczowej lub mięśniowej) mogą być mylące dla ludzi starszych powyżej 80-tego roku życia oraz ludzi uprawiających kulturystykę.
24. Urządzenie nie jest przeznaczone dla kobiet w ciąży, ludzi w trakcie dializy, ludzi z wszczepionymi rozrusznikami serca i innymi implantami medycznymi.
25. Jeżeli twoje pomiary odbiegają od normy skonsultuj się z lekarzem.
26. Waga nie obliczy tkanki tłuszczowej o ile nie jest się boso.
27. W celu dokładnego zmierzenia tkanki tłuszczowej, nie zginaj nóg w kolanach, trzymaj nogi/uda rozstawione na płytkach pomiarowych i prosto stój na wadze.
28. Funkcja pomiaru tkanki tłuszczowej nie jest zalecana dla kobiet w ciąży, osób z gorączką, z opuchniętymi nogami lub innymi obrzękami. A także wobec osób, które są nadmiernie nawodnione lub odwodnione.
29. Procent tkanki tłuszczowej może być nieco wyższy lub niższy u osób z cukrzycą i innymi chorobami.
30. Kobiety naturalnie posiadają około 5% więcej tkanki tłuszczowej niż mężczyźni.

OPIS URZĄDZENIA (rys. 1)

1.1 - Przyciski funkcyjne:

a) Przycisk "góra"      b) Przycisk "dół"      c) Przycisk włączania / zatwierdzania

1.2 - Wyświetlacz LCD    1.3 - Płytki pomiarowe    1.4 - Platforma wagi

WYŚWIETLACZ LCD (rys. 3):

3.1 - Odczyt BMI                      3.2 - poziom tkanki tłuszczowej w %                      3.3- poziom nawodnienia w %

3.4 - poziom masy mięśniowej w %    3.5 - sugerowane zapotrzebowanie na kalorie

3.6 - Ikona trybu sportowca / ikona poziomu aktywności    3.7 - ikona płci - męczyzna                      3.8 - Ikona płci - kobieta

3.9 - Wysokość wyświetlana w stopach/calach (tylko przy ustawieniu anglosaskiej miary wag)

3.10 - Waga w kilogramach                      3.11 - Waga w funtach    3.12 - Waga w stonach

PRZED PIERWSZYM UŻYCIEM

Otwórz komorę baterii. Włóż baterię zgodne z oznaczeniem. Zamknij pokrywę komory baterii. (Patrz pkt. "Wymiana baterii").

WAŻENIE

- 1) Ustaw wagę na twardej i płaskiej powierzchni (unikaj dywanów i miękkich powierzchni).
- 2) Stań na wadze równomiernie rozkładając swój ciężar i nie ruszaj się, aż odczyt pokazywany na wyświetlaczu przestanie się zmieniać. Jeśli jesteś w skarpetkach, wyświetlacz pokaże znak ERR-1, ponieważ nie może rozpocząć pomiarów masy ciała.

USTAWIANIE PARAMETRÓW POMIARU

Możesz ustawić: numer użytkownika, płeć (i typ ciała), poziom aktywności, wzrost i wiek.

- 1) Naciśnij przycisk SET (c). Opcja ustawienia profilu użytkownika zacznie migać.
- 3) Za pomocą przycisków strzałek (a) i (b) wybierz numer pamięci użytkownika (dostępnych 10 pamięci: P-1 - P-10).
- 4) Naciśnij SET (c), aby potwierdzić wybór.

5) Opcja ustawiania płci i typ budowy ciała będzie migać.

6) Użyj przycisków strzałek (a) i (b), aby wybrać typ budowy ciała: kobieta, mężczyzna, kobieta atletyczna, **mężczyzna atletyczny**.

UWAGA: Typ atletyczny jest typem, który trenuje regularnie przynajmniej 3 razy w tygodniu przez dwie godziny, aby poprawić określone umiejętności wymagane w wykonywaniu określonego sportu i / lub aktywności.

7) Naciśnij SET (c), aby potwierdzić wybór.

8) Wybierz poziom aktywności zgodnie z następującymi wytycznymi:

Poziom 1 Siedzący / bardzo nieaktywny: mało ćwiczeń lub wcale

Poziom 2 Ograniczona aktywność: ćwiczenia / sport 1-3 dni w tygodniu

Poziom 3 Umiarkowana aktywność: ćwiczenia / sport 4-5 dni w tygodniu

Poziom 4 Bardzo aktywny: ćwiczenia / sport 6-7 dni w tygodniu

Poziom 5 Niezwykle aktywny: fizycznie wymagające ćwiczenia / sport lub trening siłowy.

9) Naciśnij SET (c), aby potwierdzić wybór.

10) Wybierz swój wzrost (od 100 do 220cm wysokości)

UWAGA: urządzenie pokazuje wagę w kilogramach i wzrost w centymetrach.

11) Naciśnij SET (c), aby potwierdzić wybór.

12) Wybierz swój wiek A-18 - A-80 (osoby w wieku od 18 do 80 lat)

13) Naciśnij SET (c), aby potwierdzić wybór. Waga pokaże „0.0” na ekranie gotowym do pomiaru masy. Twoje dane są zapisane w pamięci urządzenia.

## WAŻENIE Z POMIAREM

1) Umieść wagę na twardej i płaskiej powierzchni.

2) Zdejmij skarpetki, stań na wadze równomiernie rozkładając swój ciężar na metalowych płytkach pomiarowych (1.3) i nie ruszaj się, aż odczyt pokazywany na wyświetlaczu przestanie się zmieniać.

2) Naciśnij przycisk SET (c). Na wyświetlaczu pojawi się numer pamięci i parametry ostatniego użytkownika. Jeśli chcesz zmienić użytkownika lub parametry, użyj przycisków (a) i (b). Po wybraniu profilu użytkownika poczekaj, aż wyświetlacz pokaże „0” i będzie gotowy do ważenia.

3) Stań na wadze równomiernie rozkładając swój ciężar i nie ruszaj się, dopóki odczyt masy pokazany na wyświetlaczu nie przestanie się zmieniać, i waga wyświetli: 0000. Po zakończeniu pomiaru waga wyświetli wyniki w następującej kolejności: odczyt BMI, % tkanki tłuszczowej, % wody w organizmie, % masy mięśniowej, sugerowane zapotrzebowanie na kalorie (kcal), waga (kg, funt, st). Wyniki zostaną powtórzone 2 razy, a następnie waga wyłączy się automatycznie.

## AUTOMATYCZNA IDENTYFIKACJA UŻYTKOWNIKA

Jeśli zaprogramowałeś swoje dane osobowe w pamięci i dokonałeś już pierwszego ważenia, waga rozpozna Cię wedle wcześniej ustawionych i zapamiętanych pomiarów. Waga rozpoznaje profile użytkowników w granicach +/- 3 kilograma (6,6 funta). Po prostu wejdź na platformę boso i poczekaj, aż waga rozpozna Twoją wagę i porówna ją z zapamiętanymi programami. Twój profil i waga będzie wyświetlana przez 2 sekundy, a następnie waga rozpocznie pomiary składu ciała.

Jeśli istnieje więcej niż jeden profil użytkownika, którego waga jest zbliżona do ważonej osoby (w granicach 3 kg), waga wyświetli 2 najbliższe profile, które powodują konflikt (na przykład: P1P2). Zejdź z wagi i wybierz swój profil naciskając przycisk w dół lub w górę.

UWAGA: jeśli programy są w konflikcie możesz je usunąć z pamięci. Gdy waga pokazuje programy będące w konflikcie, wybierz jeden z nich, naciskając strzałki w dół lub w górę (a lub b). Następnie przytrzymaj przycisk SET (c) przez 3 sekundy. Na wyświetlaczu pojawi się napis: „dEL”. Przy następnym włączeniu wagi profil zostanie usunięty z pamięci.

## WYBÓR JEDNOSTEK MIARY (rys. 2):

Przycisk UNIT znajduje się z tyłu wagi. Naciśnij przycisk UNIT, aby zmienić jednostki miary. Dostępne jednostki miary: „LB”, „KG”, „ST.LB”. Wybrana jednostka będzie widoczna na wyświetlaczu (3.10-3.12).

## WIADOMOŚCI

Lo - Niski poziom naładowania baterii

Err - Nadmierne obciążenie wagi

0000 - Trwający pomiar

## WYMIANA BATERII (rys. 2):

Zdejmij pokrywę komory baterii u dołu wagi. Wyjmij starą baterię. Włóż nową baterię odpowiedniego typu.

Zamknij pokrywę komory baterii.

## CZYSZCZENIE I KONSERWACJA

Delikatnie przetrzyj wagę suchą lub lekko zwilżoną ściereczką.

## DANE TECHNICZNE

Zasilanie: bateria 3x 1,5 V LR03 (AAA)

Maksymalne obciążenie : 225 kg

Dokładność ważenia: 100g