

NÁVOD K POUŽITÍ
NÁVOD NA POUŽITIE
INSTRUKCJA OBSŁUGI
INSTRUCTION MANUAL
HASZNÁLATÍ ÚTMUTATÓ

PEP 712



Osobní váha s tělesnou analýzou
Osobná váha s telesnou analýzou
Waga łazienkowa z analizą ciała
Bathroom body analysis scale
Személyi mérleg test analízissal

Gallet

Vážený zákazníku, děkujeme Vám za zakoupení našeho produktu. Před uvedením tohoto přístroje do provozu si velmi pozorně přečtěte návod k obsluze a tento návod spolu se záručním listem, pokladním dokladem a podle možností i s obalem a vnitřním obsahem obalu dobře uschovejte.

VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

- Instrukce v návodu považujte za součást spotřebiče a postupte je jakémukoliv dalšímu uživateli spotřebiče.
- **Spotřebič je určen pouze pro použití v domácnosti a podobné účely! Není určen pro použití v lékařských zařízeních a komerční použití!**
- Děti a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými či mentálními schopnostmi mohou spotřebič obsluhovat, pokud jsou pod dozorem.
- Nikdy spotřebič nepoužívejte, pokud nepracuje správně, pokud upadl na zem a poškodil se nebo pokud spadl do vody. V takových případech zanechte spotřebič do odborného servisu k prověření jeho bezpečnosti a správné funkce.
- Tento spotřebič mohou používat děti ve věku 8 let a starší a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými či mentálními schopnostmi nebo nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jsou pod dozorem nebo byly poučeny o používání spotřebiče bezpečným způsobem a rozumí případným nebezpečím. Děti si se spotřebičem nesmějí hrát. Čištění a údržbu prováděnou uživatelem nesmějí provádět děti, pokud nejsou starší 8 let a pod dozorem.
- **Nestoupejte na spotřebič s mokřými chodidly nebo na jeho vlhký povrch, jinak hrozí nebezpečí uklouznutí!**
- **Nepřetěžujte spotřebič větší vahou, než je jeho maximální kapacita! Zabráníte tím jeho poškození.**
- **Nestoupejte na okraj váhy! Hrozí zvrtnutí váhy a nebezpečí úrazu!**
- Pokud byla váha skladována při nižších teplotách, nejprve ji aklimatizujte.
- Váhu používejte pouze ve vodorovné poloze na místech, kde nehrozí její převrnutí, v dostatečné vzdálenosti od tepelných zdrojů (např. **kamna, krb, tepelné zářiče**), zdrojů zvýšené vzdušné vlhkosti (např. **sauna, koupelna, bazén**) a zařízení se silným elektromagnetickým polem (např. **MV trouba, rádio, mobilní telefon**).
- Váhu chraňte proti prachu, chemikáliím, nadměrné vlhkosti, toaletním potřebám, tekutým kosmetickým přípravkům, velkým změnám teplot a nevystavujte ji přímému slunečnímu záření.
- Váhu neumísťujte na nerovný povrch nebo povrch pokrytý kobercem. Nestabilní nebo měkká podložka pod váhou může negativně ovlivnit přesnost vážení.
- Při manipulaci s váhou postupujte tak, aby nedošlo k poranění osob nebo poškození spotřebiče.
- S váhou manipulujte opatrně. Neházejte s ní ani na ní neskákejte. Váha je odolná, ale nesprávné zacházení může zničit její elektronické snímače.
- Váhu nerozebírejte a nevyjímejte z ní žádné součástky.
- Neumísťujte žádné předměty na povrch váhy při skladování, mohlo by dojít k jejímu poškození.
- Pokud váhu nebudete dlouhodobě používat, vyjměte z ní baterie.
- Pokud baterie teče, okamžitě ji vyměňte, v opačném případě může váhu poškodit.
- Nevkládejte staré a nové baterie dohromady.
- Nepoužívejte dobíjecí akumulátory.
- Spotřebič nikdy nepoužívejte pro žádný jiný účel, než pro který je určen a popsán v tomto návodu!
- **Spotřebič nikdy neponořujte do vody (ani částečně)!**
- Vybité baterie zlikvidujte vhodným způsobem.
- **Mějte na zřeteli, že údaje, které byly zjištěny na této váze, jsou pouze přibližné a nepřesné ve srovnání s výsledky skutečných medicínských analýz. Přesné určení biometrických charakteristik může určit pouze lékař pomocí medicínských metod.**

- Nepoužívejte váhu v průběhu těhotenství, při dialyzační léčbě a při otocích.
- Udržujte baterie a váhu mimo dosah dětí a nesvéprávných osob. **Osoba, která spolkně baterie, musí okamžitě vyhledat lékařskou pomoc!**
- Funkci analýzy tuku na této váze nepoužívejte, pokud používáte některé z následujících zařízení: kardiostimulátor, elektrokardiograf a/nebo jiné zdravotní zařízení implantované do těla nebo používané jako podpora.
- Případné texty v cizím jazyce a obrázky uvedené na obalech, nebo výrobku, jsou přeloženy a vysvětleny na konci této jazykové mutace.
- Výrobce neodpovídá za škody způsobené nesprávným používáním spotřebiče (např. **poškození povrchu desky apod.**) a není odpovědný ze záruky za spotřebič v případě nedodržení výše uvedených bezpečnostních upozornění.

POPIS OVLÁDACÍCH PRVKŮ

P1. Jednotka váhy

P2. Displej

P3. Skleněná plocha

P4. Měřicí elektrody

P5. Tlačítko **SET** - zapnutí a nastavování

P6. Tlačítka UP ▲ a DOWN ▼
- tlačítka pro výběr

P7. Tlačítko pro nastavení
KG / LB / ST

Popis zobrazení na displeji:

P0 - P9 číslo paměti



MUŽ



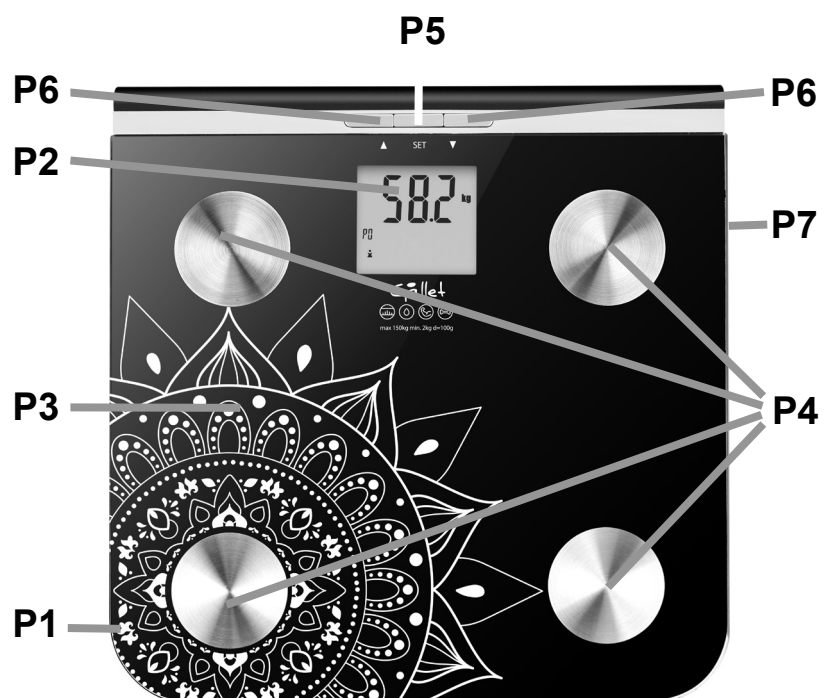
ŽENA

FAT naměřená hodnota tuku (%)

TBW naměřená hodnota vody (%)

MUS naměřená hodnota svalů (%)

BONE hmotnost kostí (%)



SPECIFIKACE

Rozsah měření: 150 kg (kilogram), 23 st (stone), 330,7 lb (libra)

Rozlišení při měření hmotnosti: 0,1 kg, 0,2 lb, 1/4 st

Rozlišení při měření vody: 0,1 %

Rozlišení při měření tuku: 0,1 %

Rozsah věku měřené osoby: 10 - 85 let

Jednoty výšky: cm / ft-in

Rozsah výšky osob: 75 - 225 cm

Paměť pro 10 osob

Doporučené provozní teplota okolí: 0 - 40 °C / 32 - 104 °F

Relativní vlhkost: < 85 %

Volba jednotek: Kilogramy (kg), Libry (lb), Stouny (st)

NEŽ ZAČNETE

Odstraňte veškerý obalový materiál a vyjměte váhu. Z váhy odstraňte všechny případné adhezivní fólie, samolepky nebo papír. Otevřete kryt baterie na spodní straně váhy, vložte baterie správnou polaritou a kryt opačným způsobem uzavřete. Umístěte váhu na rovný, pevný a suchý povrch. Váhu zapněte klepnutím nohy na vážicí plochu a zkontrolujte jednotku hmotnosti, která se zobrazila na displeji (**kg**). Pokud si přejete nastavit jednotku **st** nebo **lb** (případně jednotky výšky **cm** ↔ **FT;In**), na spodní straně váhy ji nastavte přepínačem **kg** ↔ **lb** ↔ **st** (st:lb). Následně váhu umístěte na pevný a rovný povrch.

kg = kilogram

st = stone (americká jednotka hmotnosti)

lb = libra (britská jednotka hmotnosti)

FT;In = stopa;palec

1 kg = 2,2 lb

1 st = 6,356 kg

1 lb = 0,454 kg

1 FT = 30.48 cm; 1 In = 2,54 cm

MĚŘENÍ TĚLESNÉ HMOTNOSTI

Proč je důležitá znalost Vaší hmotnosti?

Nadváha nebo podváha je důležitým indikátorem vašeho zdraví. Nadváha může zvýšit riziko některých forem rakoviny, srdečních chorob, cukrovky, mrtvice, vysokého krevního tlaku, artritidy, nemocí žlučníku, apneý a dalších. Podváha s sebou nese rizika jako jsou snížená imunita organismu, osteoporóza, u žen hrozí vynechání menstruace, což způsobuje neplodnost, atd. Obézní lidé, kteří chtějí zhubnout a velmi hubení lidé, kteří chtějí přibrat, by měli způsob léčby a diety konzultovat se svým ošetřujícím lékařem nebo výživovým specialistou.

Proč je důležité vědět, jakou máte hodnotu tuku v těle a vody v organismu?

Obezita (přítomnost nadměrného množství tělesného tuku) je známým rizikem pro zdraví člověka, jenž je těsně propojeno s vážnými nemocemi jako je vysoký krevní tlak, nemoci srdce, cukrovka, osteoartritida a některé formy rakoviny. Existují i jiné, méně časté symptomy jako je dočasné zastavení dýchání během spánku a ospalost během dne, které může zapříčinit obezita. Analýza procentuálního poměru tělesného tuku nebo vaší tělesné kompozice je účinným způsobem stanovení úrovně vašeho zdraví. Obsah vody v organismu je ukazatelem dobrého zdraví. Pokud se hmotnost nemění a hodnota % TBW (celkového obsahu vody v organismu) vzrůstá, znamená to, že svalová hmota v těle narůstá (což je pro zdraví dobré). Pokud hodnota % TBW klesá, znamená to úbytek svalové hmoty v těle a nárůst množství tuku, případně to indikuje nesprávné vyvážení vody v organismu nebo některé možné nemoci spojené s nedostatkem vody v organismu. Obecně platí, čím více má člověk svalové hmoty, tím vyšší je obsah vody v těle.

Pro analýzu tuku je důležité:

- počkat cca 15 minut poté co vstanete z postele, protože voda v našem těle může být nerovnoměrně rozložená.
- odpočinout si několik hodin (cca 6 – 8) po neobvyklé vyčerpávající aktivitě.

Analýza tuku neposkytne užitečné informace dětem pod 10 let a dospělým nad cca 85 let; osobám s horečkou; po absolvování dialýzy; osobám se symptomy osteoporózy nebo osobám, které užívají kardiovaskulární léky; těhotným ženám a sportovcům, kteří mají hodně svalové hmoty, protože jejich výsledky mohou být zkreslené.

Jak váha funguje

Monitor tuku využívá metodu analýzy tělesné kompozice, BIA (zkratka pro bioelektrickou impedanční analýzu). BIA měří odpor, který je přímo úměrný s tukem v těle, při průtoku slabého a neškodného elektrického proudu. Zdrojové elektrody vpouštějí proud na jedné straně a detekční elektrody zachycují tento proud na druhé straně. Do softwarového programu pro analýzu se následně vloží data ze zařízení BIA, jako pohlaví, věk a výška. Hmotnost a tělesný tuk se vypočítají automaticky. Procento tuku a vody v těle, které se zobrazí na displeji, vyhledáte v jednom z rozmezí uvedených v referenční tabulce a tím zjistíte, do které skupiny spadáte. Přesnost váhy závisí na několika zákaznických proměnných. Doporučujeme, abyste si vytvořili z vážení rutinu, vždy se važete v přibližně stejný denní čas a za stejných podmínek.

Důležité poznámky:

- 1) Tato váha vyžaduje, abyste se vážili bosí z důvodu správné vodivosti během analýzy tělesného tuku.
- 2) Váhu neumísťujte na nerovný povrch nebo povrch zakrytý kobercem.
- 3) **Funkci analýzy tuku na této váze nepoužívejte, pokud používáte některé z následujících zařízení: kardiostimulátor, elektrokardiograf a/nebo jiné zdravotní zařízení implantované do těla nebo používané jako podpora.**
- 4) Nadměrná konzumace tekutin a potravin, cvičení, zdravotní podmínky, užívané léky, ženský menstruační cyklus apod., mají vliv na výsledky analýzy.

POKYNY K OBSLUZE

Vaše váha je jemné elektronické zařízení. Jednou z věcí, které se nejsložitěji váží, je lidské tělo, protože je neustále v pohybu. Pokud chcete dosáhnout spolehlivých výsledků, vždy se snažte stoupnout celými chodidly na stejné místo na váze a stůjte nepohnutě. Pokud je to možné, važete se během dne ve stejný čas (nejlépe ráno) a ideálně také na stejném místě, aby bylo dosaženo srovnatelných výsledků. Pamatujte, že nadbytečné oblečení může zvýšit vaši hmotnost, rovněž jako jídlo a pití před vážením. Krátkodobé kolísání hmotnosti je všeobecně přisuzováno úbytku (ztrátě) tekutin.

Výměna baterií

Otevřete kryt baterií na spodní straně váhy. Vložte baterie správnou polaritou a kryt uzavřete. Pro tento přístroj používejte typ AAA baterií (2 ks). Pokud přístroj nepoužíváte delší dobu, baterie z něj vyjměte!

Poznámka

Nepoužívejte rozdílné typy baterií. Nepoužívejte spolu ani použité a nové baterie.

A) Mód běžného vážení

Váhu můžete používat jen pro měření hmotnosti. Jde o základní režim a nebude prováděna analýza ostatních hodnot.

Váhu zapněte stoupnutím na vážicí plochu. Po chvilce zvážená hmotnost zabliká a hodnota zůstane ještě několik vteřin zobrazena na displeji. **Potom se váha automaticky vypne.**

B) Mód vážení a celkové tělesné analýzy

Nastavení (změna) osobních údajů pro analýzu tělesného tuku a vody v organizmu

Před samotnou první analýzou je nutné zadat osobní údaje (pohlaví, výšku a věk), které se uloží do paměti. Ve váze je možné uložit údaje 10–ti osob.

Vstupní údaje mohou být nastaveny a průběžně měněny v následujícím rozsahu:

Paměť	Pohlaví	Výška	Věk
0 – 9	muž / žena	75 – 225 cm	10 – 85

1. Stiskněte tlačítko **SET**. Na displeji začne blikat číslo paměti (např. 1).
2. Tlačítkem ▲ nebo ▼ zvolte číslo paměti, do které chcete uložit údaje pro osobu, která se bude vážit.
Potvrďte stisknutím tlačítka **SET**.
3. Tlačítkem ▲ nebo ▼ nastavte své pohlaví: ▼ muž / žena ▲
Potvrďte stisknutím tlačítka **SET**.
4. Tlačítkem ▲ nebo ▼ nastavte svůj věk (Age).
Potvrďte stisknutím tlačítka **SET**.
5. Tlačítkem ▲ nebo ▼ nastavte svou výšku (případně změňte jednotky **cm** ↔ **FT;In**).
Potvrďte stisknutím tlačítka **SET**.

Nyní jsou všechny osobní údaje uloženy (změněny). Vyčkejte zobrazení 0,0.
Stoupněte na váhu a počkejte, až se zobrazí výsledky.

Po několika sekundách se začnou zobrazovat následující údaje:

1. – Hmotnost v nastavených jednotkách
2. – Obsah tělesného tuku v % (FAT) + ukazatel výsledné analýzy (- o + ++)
3. – Obsah vody v těle v % (TBW)
4. – Obsah svalové hmoty v % (MUS)
5. – Obsah hmotnosti kostí v % (BONE)

Výsledky se budou postupně zobrazovat a po 3 zopakování se váha automaticky vypne.

Upozornění

Při měření nesmí být kontakt mezi chodidly, lýtky ani stehny. V opačném případě měření nemusí být přesné.

Pro opakovanou analýzu tělesných charakteristik (po uložení vstupních hodnot příslušné osoby do paměti – např. 1), postupujte následovně:

- 1) Stiskněte a přidržte **SET** (pokud jste váhu používali v módu běžného vážení), nebo váhu zapněte stisknutím **SET**.
- 2) Tlačítkem ▲ nebo ▼ zvolte číslo paměti, ve které je uloženo Vaše nastavení.
- 3) Po zvolení příslušného čísla paměti nic nemačkejte (vyčkejte zobrazení 0,0).
Stoupněte na váhu a Vaše váha a tělesné charakteristiky se začnou analyzovat.

Věk	Žena		Muž		
	Tělesný tuk v těle	Voda v těle	Tělesný tuk v těle	Voda v těle	
<= 30	4,0 - 20,5	66,0 - 54,7	4,0 - 15,5	66,0 - 58,1	podváha
	20,6 - 25,0	54,6 - 51,6	15,6 - 20,0	58,0 - 55,0	normální
	25,1 - 30,5	51,5 - 47,8	20,1 - 24,5	54,9 - 51,9	nadváha
	30,6 - 50,0	47,7 - 34,4	24,6 - 50,0	51,8 - 34,4	obezita
> = 30	4,0 - 25,0	66,0 - 51,6	4,0 - 19,5	66,0 - 55,4	podváha
	25,1 - 30,0	51,5 - 48,1	19,6 - 24,0	55,3 - 52,3	normální
	30,1 - 35,0	48,0 - 44,7	24,1 - 28,5	52,2 - 49,2	nadváha
	35,1 - 50,0	44,6 - 34,4	28,6 - 50,0	49,1 - 34,4	obezita

Ukazatel podváhy (na váze):	-
Ukazatel normální váhy (na váze):	0
Ukazatel nadváhy (na váze):	+
Ukazatel obezity (na váze):	++

Z důvodu přirozených odlišností mezi lidmi je tato tabulka pouze pro informační účely!

Výsledky měření váhy kostí a svalové proporce jsou také pouze orientační. Průměrný poměr svalové hmoty u zdravého muže je přibližně >40%, u ženy >30%. Váha kostí se pohybuje v závislosti na mnoha relevantních faktorech. Naměříte-li abnormální hodnoty, konzultujte je se svým ošetřujícím lékařem.

Poznámka

Váha se automaticky vypne, pokud na ni nestoupnete do cca 20 sekund po zobrazení „0.0“.

CHYBOVÉ HLÁŠENÍ A JEJICH SYMBOLY

Zobrazené symboly	Význam
Lo	Baterie je vybitá
Err	Velmi nízké / vysoké % tuku
EEEE	Změřená váha je vyšší, než maximální povolená hodnota váhy.

ŘEŠENÍ MOŽNÝCH PROBLÉMŮ

Pokud máte s váhou potíže:

- Zkontrolujte, zda jsou správně vloženy baterie.
- Zkontrolujte, zda jste správně zvolili jednotku hmotnosti.
- Zkontrolujte, zda je váha na rovné podlaze a nedotýká se zdi.
- Pokud se po klepnutí na váhu, když ji chcete zapnout, na displeji neobjeví vůbec nic nebo pouze „Lo“, vyměňte baterii.
- Pokud se na displeji objeví „EEEE“, váha byla přetížena.
- Pokud se na displeji objeví neobvyklé znaky, vyjměte a znovu vložte baterii.
- Pokud se projeví příznaky jako blikání displeje nebo chybné znázornění, snažte se přemístit váhu pryč z dosahu rušivého zdroje nebo zajistěte vypnutí tohoto zdroje po dobu používání váhy.

SKLADOVÁNÍ

Po použití váhu uložte do vodorovné polohy (ne svisle), mimo dosah dětí a nesvéprávných osob.

ÚDRŽBA

Nepoužívejte drsné a agresivní čisticí prostředky (např. **ostré předměty, ředidla nebo jiná rozpouštědla**). Čištění povrchu desky váhy provádějte otíráním měkkým vlhkým hadříkem. Dbejte na to, aby se do vnitřních částí nedostala voda.

TECHNICKÁ SPECIFIKACE

- Elektronická skleněná osobní váha s analýzou tělesného tuku, tekutin, svalové hmoty, hmotnosti kostí
- Měření tělesného tuku a tekutin s použitím 5 parametrů - výška, váha, věk, pohlaví a biologický odpor
- Automatické vynulování; automatické vypnutí za 20 sec.

- Indikátor přetížení; indikátor slabé baterie
- Provoz na baterie 2 x AAA (součást balení); rozměry: 30,5 x 30,5 x 2 cm; hmotnost: 2 kg
- Třída ochrany: III, Certifikace CE

Změna technické specifikace a obsahu případného příslušenství dle modelu výrobku vyhrazena výrobcem. Uvedený obrázek je pouze ilustrační.

Informace o ochraně životního prostředí

Udělalí jsme to nejlepší pro snížení množství obalů a zajistili jsme jejich snadné rozdělení na 3 materiály: lepenka, papírová drť a roztažený polyetylén. Tento přístroj obsahuje materiály, které mohou být po demontáži specializovanou společností recyklovány. Dodržujte prosím místní nařízení týkající se nakládání s balícími materiály, vybitými bateriemi a starým zařízením.

Likvidace starého elektrozařízení a použitých baterií a akumulátorů



Tento symbol na výrobku, jeho příslušenství nebo na jeho obalu označuje, že s výrobkem nesmí být nakládáno jako s domácím odpadem. Po ukončení životnosti odevzdejte prosím výrobek nebo baterii (pokud je přiložena) v příslušném místě zpětného odběru, kde bude provedena recyklace tohoto elektrozařízení a baterií. V Evropské unii a v ostatních evropských zemích existují místa zpětného odběru vysloužilého elektrozařízení. Tím, že zajistíte správnou likvidaci výrobku, můžete předejít možným negativním následkům pro životní prostředí a lidské zdraví, které se

mohou v opačném případě projevit jako důsledek nesprávné manipulace s tímto výrobkem nebo baterií či akumulátorem. Recyklace materiálů přispívá k ochraně přírodních zdrojů. Z tohoto důvodu prosím nevyhazujte vysloužilé elektrozařízení a baterie / akumulátory do domovního odpadu. Informace o tom, kde je možné vysloužilé elektrozařízení zdarma odložit, získáte u vašeho prodejce, na obecním úřadě nebo na webu www.elektrowin.cz. Informace o tom, kde můžete zdarma odevzdat použité baterie nebo akumulátory, získáte také u vašeho prodejce, na obecním úřadě a na webu www.ecobat.cz. Dovozce zařízení je registrován u kolektivního systému Elektrowin a.s. (pro recyklaci elektrozařízení) a u kolektivního systému ECOBAT s.r.o. (pro recyklaci baterií a akumulátorů).

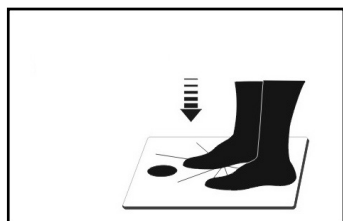
HOUSEHOLD USE ONLY – Pouze pro použití v domácnosti.

DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Neponořovat do vody nebo jiných tekutin.

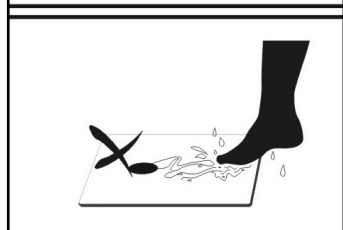


TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.

Nebezpečí udušení. Nepoužívejte tento sáček v kolébkách, postýlkách, kočárcích nebo dětských ohrádkách. PE sáček odkládejte mimo dosah dětí. Sáček není na hraní.



IHNED VÁŽÍ: na váhu se stačí postavit - dojde automaticky k zapnutí a zvažení



Upozornění: Na mokřém povrchu nebezpečí uklouznutí!



UPOZORNĚNÍ

Vážený zákazník, ďakujeme Vám za zakúpenie nášho produktu. Pred uvedením tohto prístroja do prevádzky, si veľmi pozorne prečítajte návod na obsluhu a tento návod spolu so záručným listom, dokladom o predaji a podľa možností aj s obalom a vnútorným vybavením obalu dobre uschovajte.

VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

- Inštrukcie v návode považujte za súčasť spotrebiča a postúpte ich akémukoľvek ďalšiemu užívateľovi spotrebiča.
- **Spotrebič je určený len na použitie v domácnostiach a podobné účely!**
Nie je určený na použitie v lekárskech zariadeniach a na komerčné použitie!
- Deti a osoby so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo mentálnymi schopnosťami môžu váhu obsluhovať, ak sú pod dozorom.
- Nikdy spotrebič nepoužívajte, ak nepracuje správne, ak spadol na zem a poškodil sa alebo ak spadol do vody. V takých prípadoch zanešte spotrebič do odborného servisu pre preverenie jeho bezpečnosti a správnej funkcie.
- Tento spotrebič môžu používať deti vo veku 8 rokov a staršie a osoby so zníženými fyzickými alebo mentálnymi schopnosťami alebo nedostatkom skúseností a znalostí, pokiaľ sú pod dozorom alebo boli poučené o používanie tohto spotrebiča bezpečným spôsobom a rozumie prípadným nebezpečenstvom. Deti si so spotrebičom nesmú hrať. Čistenie a údržbu vykonávanú užívateľom nesmú vykonávať deti bez dozoru.
- **Odporúčame nestúpať na váhu s mokrými chodidlami alebo na vlhký povrch váhy, inak hrozí nebezpečenstvo pokíznutia!**
- **Váhu nikdy neponárajte do vody (ani čiastočne)!**
- Ak bola váha skladovaná pri nižších teplotách, najskôr ju nechajte aklimatizovať.
- Váhu používajte iba vo vodorovnej polohe na mieste, kde nehrozí jej prevrátenie, v dostatočnej vzdialenosti od tepelných zdrojov (napr. **kachlí, krbu, tepelných žiaričov**), zdrojov zvýšenej vlhkosti (napr. **sauny, kúpeľne, bazénu**) a zariadení so silným elektromagnetickým poľom (napr. **MV rúra, rádio, mobilný telefón**).
- Osobnú váhu chráňte pred prachom, chemikáliami, nadmernou vlhkosťou, toaletnými potrebami, tekutými kozmetickými prípravkami a veľkými zmenami teplôt a nevystavujte ju priamemu slnku.
- Nepreťažujte spotrebič väčšou váhou, než je maximálna kapacita váhy! Zabráňte tým poškodeniu prístroja.
- Funkciu analýzy tuku na tejto váhe nepoužívajte, ak používate niektoré z nasledujúcich zariadení: kardiostimulátor, elektrokardiograf a / alebo iné zdravotné zariadenie implantované do tela alebo používané ako podpora.
- Váhu neumiestňujte na nerovný povrch alebo na povrch pokrytý kobercom. Nestabilná alebo mäkká podložka pod váhou môže negatívne ovplyvniť presnosť váženia.
- Pri manipulácii s váhou postupujte tak, aby sa nikto neporanil a váha sa nepoškodila.
- S váhou manipulujte opatrne. Nehádzte ju, ani na ňu neskáčte. Váha je odolná, ale nesprávne zaobchádzanie môže zničiť jej elektronické snímače.
- Nestúpajte na okraj váhy! Hrozí jej zvrtnutí a nebezpečenstvo úrazu!
- Váhu nerozoberajte a nevyberajte z nej žiadne súčiastky.
- Ak váhu nebudete dlhšie používať, vyberte z nej batérie.
- Ak batérie tečú, okamžite ich vyberte, v opačnom prípade môžu váhu poškodiť.
- Nevkladajte naraz staré a nové batérie a nepoužívajte dobíjacie akumulátory.
- Vybité batérie zlikvidujte vhodným spôsobom.
- Spotrebič nikdy nepoužívajte na žiadny iný účel, než na ktorý je určený a opísaný v tomto návode!

- Pri skladovaní na povrch váhy nič neukladajte. Váha by sa mohla poškodiť.
- Majte na zreteli, že údaje, ktoré boli zistené na tejto váhe, sú iba približné a nepresné v porovnaní s výsledky skutočných medicínskych analýz. Presné určenie biometrických charakteristík môže určiť iba lekár pomocou medicínskych metód.
- Udržujte batérie a váhu mimo dosahu detí a nesvojprávnych osôb. Osoba, ktorá prehltnie batérie, musí okamžite vyhľadať lekársku pomoc.
- Nepoužívajte v priebehu tehotenstva, pri dialyzačnej liečbe a pri opuchoch.
- Prípadné texty v cudzom jazyku a obrázky uvedené na obaloch, alebo výrobku, sú preložené a vysvetlené na konci tejto jazykovej mutácie.
- Výrobca nezodpovedá za škody spôsobené nesprávnym používaním spotrebiča (napr. **poškodeniu povrchu plochy**) a nie je povinný poskytnúť záruku na spotrebič v prípade nedodržania zhora uvedených bezpečnostných upozornení.

POPIS OVLÁDACÍCH PRVKOV

P1. Jednotka váhy

P2. Displej

P3. Sklenená plocha

P4. Merné elektródy

P5. Tlačidlo **SET** - zapnutí a nastavovanie

P6. Tlačidlá UP ▲ a DOWN ▼ - tlačidlá pre výber

P7. Tlačidlo pre nastavovanie KG / LB / ST



ZOBRAZOVANÉ ÚDAJE NA DISPLE

P0 - P9 číslo pamäte



MUŽ



ŽENA

FAT nameraná hodnota tuku (%)

TBW nameraná hodnota vody (%)

MUS nameraná hodnota svalov (%)

BONE hmotnosť kostí (%)

ŠPECIFIKÁCIA

Rozsah merania 2,5 kg až 150 kg / st: 0,394 až 23:6 / 5,512 až 330,7 lb

Merné rozdelenie pri meraní hmotnosti: 0,1 kg, 0,2 lb, 1/4 st

Merné rozdelenie pri meraní vody: 0,1 %

Merné rozdelenie pri meraní tuku: 0,1 %

Rozsah veku meranej osoby: 10 - 85 let

Jednoty výšky: cm / ft-in

Rozsah výšky osob: 75 - 225 cm

Pamäť pre 10 osôb

Doporučené prevádzková teplota okolia: 0 - 40 °C / 32 - 104 °F

Relatívna vlhkosť: <85%

Voľba jednotiek: kilogramy (kg), stouny (st), libry (lb)

NEŽ ZAČNETE

Odstráňte všetok obalový materiál a vyberte váhu. Z váhy odstráňte všetky prípadné adhézne fólie, nálepky alebo papier. Otvorte kryt batérie na spodnej strane váhy, vložte batérie (pozor na správnu polaritu) a opačným spôsobom kryt uzavrite. Umiestnite váhu na rovný, pevný a suchý povrch. Váhu zapnete kliknutím nohy na vážiacu plochu a skontrolujte jednotku hmotnosti, ktorá sa zobrazila na displeji (**kg**). Pokiaľ chcete nastaviť jednotku **st** alebo **lb**, na spodnej strane váhy ju nastavte prepínačom **kg ↔ lb ↔ st** (st:lb) (prípadne jednotky výšky **cm ↔ FT; In**). Potom váhu umiestnite na pevný a rovný povrch.

MERANIE TELESNEJ HMOTNOSTI

Prečo je dôležitá vedomosť o Vašej hmotnosti?

Nadváha alebo podváha je dôležitým indikátorom Vašeho zdravia. Nadváha môže zvýšiť riziko niektorých foriem rakoviny, srdcových chorôb, cukrovky, mŕtvice, vysokého krvného tlaku, artritídy, choroby žlčníka, apney a ďalších. Podváha so sebou nesie riziká ako sú znížená imunita organizmu, osteoporóza, u žien hrozí vynechanie menštruácie, čo spôsobuje neplodnosť, atď. Obézni ľudia, ktorí chcú schudnúť a veľmi chudí ľudia, ktorí chcú priať, by mali spôsob liečby a diéty konzultovať so svojim ošetrojúcim lekárom alebo výživovým špecialistom.

Prečo je dôležité vedieť, akú máte hodnotu tuku v tele a vody v organizme?

Obezita (prítomnosť nadmerného množstva telesného tuku) je známym rizikom pre zdravie človeka, ktoré je tesne prepojené s vážnymi chorobami ako je vysoký krvný tlak, choroby srdca, cukrovka, osteoartritída a niektoré formy rakoviny. Existujú aj iné, menej časté symptómy ako je dočasné zastavenie dýchania počas spánku a ospalosť počas dňa, ktoré môže zapríčiniť obezita. Analýza percentuálneho pomeru telesného tuku alebo vašej telesnej kompozície je účinným spôsobom stanovenia úrovne vášho zdravia. Obsah vody v organizme je ukazovateľom dobrého zdravia. Ak sa hmotnosť nemení a hodnota% TBW (celkového obsahu vody v organizme) rastie, znamená to, že svalová hmota v tele narastá (čo je pre zdravie dobré). Ak hodnota% TBW klesá, znamená to úbytok svalovej hmoty v tele a nárast množstva tuku, prípadne to indikuje nesprávne vyváženie vody v organizme alebo niektoré možné choroby spojené s nedostatkom vody v organizme. Všeobecne platí, čím viac má človek svalovej hmoty, tým vyšší je obsah vody v tele.

Pre analýzu tuku je dôležité:

- Počkať cca 15 minút potom čo vstanete z postele, pretože voda v našom tele môže byť nerovnomerne rozložená.
- Oddýchnuť si niekoľko hodín (cca 6 — 8) po neobvyklej vyčerpávajúcej aktivite.

Analýza tuku neposkytne užitočné informácie deťom pod 10 rokov a dospelým nad 85 rokov; osobám s horúčkou; po absolvovaní dialýzy; osobám so symptómami osteoporózy alebo osobám, ktoré užívajú kardiovaskulárne lieky; tehotným ženám; športovcom, ktorí majú veľa svalovej hmoty; pretože ich výsledky môžu byť skreslené.

Ako váha funguje

Monitor tuku využíva metódu analýzy telesnej kompozície, BIA (skratka pre bioelektrickú impedančnú analýzu). BIA meria odpor, ktorý je priamo úmerný s tukom v tele, pri prietoku slabého a neškodného elektrického prúdu. Zdrojové elektródy vpúšťajú prúd na jednej strane a detekčné elektródy zachytávajú tento prúd na druhej strane.

Do softvérového programu pre analýzu sa následne vložia dáta zo zariadenia BIA, ako pohlavie, vek a výška. Hmotnosť a telesný tuk sa vypočítajú automaticky. Percento tuku a vody v tele, ktoré sa zobrazí na displeji, vyhľadáte v jednom z rozmedzí uvedenom v Referenčnej tabuľke a tým zistíte, do ktorej skupiny spadáte. Presnosť váhy závisí od niekoľkých zákazníkovoých premenných. Odporúčame, aby ste si vytvorili z váženia rutinu, vždy sa vážte v približne rovnaký denný čas a za rovnakých podmienok.

Dôležité poznámky:

- 1) Táto váha vyžaduje, aby ste sa vážili bosí, z dôvodu správnej vodivosti počas analýzy telesného tuku.
- 2) Váhu neumiestňujte na nerovný povrch alebo povrch zakrytý kobercom.
- 3) Funkciu analýzy tuku na tejto váhe nepoužívajte, ak používate niektoré z nasledujúcich zariadení: kardiostimulátor, elektrokardiograf a / alebo iné zdravotné zariadenie implantované do tela alebo používané ako podpora.
- 4) Nadmerná konzumácia tekutín a potravín, cvičenie, zdravotné podmienky, užívané lieky, ženský menštruačný cyklus a pod, majú vplyv na výsledky analýzy.

NÁVOD NA OBSLUHU

Vaša váha je jemné elektronické zariadenie. Jednou z vecí, ktoré sa najzložitejšie vážia, je ľudské telo, pretože je stále v pohybe. Ak chcete dosiahnuť spoľahlivé výsledky, vždy sa snažte stúpiť celými chodidlami na rovnaké miesto na váhe a stojte nehybne. Ak je to možné, vážte sa počas dňa v rovnaký čas (najlepšie ráno) a ideálne tiež na rovnakom mieste, aby sa dosiahli porovnateľné výsledky. Pamätajte, že nadbytočné oblečenie môže zvýšiť vašu hmotnosť rovnako ako jedlo a pitie pred vážením. Krátkodobé kolísanie hmotnosti je všeobecne prisudzované úbytku (strate) tekutín.

Výmena batérií

Otvorte kryt batérií na spodnej strane váhy. Vložte batérie (pozor na správnu polaritu) a kryt uzavrite. Pre tento prístroj používajte typ AAA batérií (2 ks). Pokiaľ prístroj nepoužívate dlhšiu dobu, vyberte z neho batérie!

Poznámka

Nepoužívajte rozdielne typy batérií. Nepoužívajte spolu ani použité a nové batérie.

A) Múd bežného váženie

Váhu môžete používať len pre meranie hmotnosti. Ide o základný režim a nebude prevádzaná analýza ostatných hodnôt.

Váhu zapnite postavením na vážiacu plochu. Po chvíli odvážená hmotnosť zabliká a zostane ešte niekoľko sekúnd zobrazená na displeji. **Potom sa váha automaticky vypne.**

B) Múd váženie a celkovej telesnej analýzy

Nastavenie (zmena) osobných údajov pre analýzu telesného tuku a vody v organizme

Pred samotnou prvou analýzou treba zadať osobné údaje (pohlavie, výšku a vek), ktoré sa uloží do pamäte. Vo váhe je možné uložiť údaje 10 osôb.

Vstupné údaje môžu byť nastavené a priebežne menené v nasledujúcom rozsahu:

Pamäť	Pohlavie	Výška	Vek
0 – 9	muž / žena	75 – 225 cm	10 – 85

1. Stlačte tlačidlo **SET**. Na displeji začne blikať číslo pamäte (napr. 1).
2. Tlačidlom ▲ alebo ▼ zvolte číslo pamäte, do ktorej chcete uložiť údaje pre osobu, ktorá sa bude vážiť.
Potvrďte stlačením tlačidla **SET**.
3. Tlačidlom ▲ alebo ▼ nastavte svoje pohlavie:
▼ muž / žena ▲
Potvrďte stlačením tlačidla **SET**.
4. Tlačidlom ▲ alebo ▼ nastavte svoj vek (Age).
Potvrďte stlačením tlačidla **SET**.
5. Tlačidlom ▲ alebo ▼ nastavte svoju výšku (prípadne zmeňte jednotky cm ↔ FT; In).
Potvrďte stlačením tlačidla **SET**.

Teraz sú všetky osobné údaje uložené (zmenené). Počkajte zobrazenie 0,0. Postavte sa na váhu a vyčkajte zobrazenie výsledkov.

Po niekoľkých sekundách sa začnú zobrazovať:

1. — Hmotnosť v nastavených jednotkách
2. — Obsah telesného tuku v % (FAT) + ukazovateľ výslednej analýzy (- o + ++)
3. — Obsah vody v tele v % (TBW)
4. — Obsah svalovej hmoty v % (MUS)
5. — Obsah hmotnosti kostí v % (BONE)

Výsledky sa budú postupne zobrazovať a po 3 zopakovaní sa váha automaticky vypne.

Upozornenie

Pri meraní nesmie byť kontakt medzi chodidlami, lýtkami ani stehnami. V opačnom prípade nemusí byť meranie presné.

Pre opakovanú analýzu telesných charakteristík (po uložení vstupných hodnôt príslušnej osoby do pamäte — napr. 1), postupujte nasledovne:

- 1) Stlačte a pridržte **SET** (ak ste váhu používali v móde bežného váženie), alebo váhu zapnite stlačením **SET**.
- 2) Tlačidlom ▲ nebo ▼ zvolte číslo pamäte, v ktorej je uložené Vaše nastavenie.
- 3) Po zvolení príslušného čísla pamäte nič nestláčajte (počkajte zobrazenie 0,0).
Postavte sa na váhu a Vaša váha a telesné charakteristiky sa začnú analyzovať.

Tabuľka množstva telesného tuku v tele

Vek	Žena		Muž		
	Tlesný tuk v tele	Voda v tele	Telesný tuk v tele	Voda v tele	
≤ 30	4,0 - 20,5	66,0 - 54,7	4,0 - 15,5	66,0 - 58,1	podváha
	20,6 - 25,0	54,6 - 51,6	15,6 - 20,0	58,0 - 55,0	normálna
	25,1 - 30,5	51,5 - 47,8	20,1 - 24,5	54,9 - 51,9	nadváha
	30,6 - 50,0	47,7 - 34,4	24,6 - 50,0	51,8 - 34,4	obezita
≥ 30	4,0 - 25,0	66,0 - 51,6	4,0 - 19,5	66,0 - 55,4	podváha
	25,1 - 30,0	51,5 - 48,1	19,6 - 24,0	55,3 - 52,3	normálna
	30,1 - 35,0	48,0 - 44,7	24,1 - 28,5	52,2 - 49,2	nadváha
	35,1 - 50,0	44,6 - 34,4	28,6 - 50,0	49,1 - 34,4	obezita

Ukazovateľ podváhy (na váhe):	-
Ukazovateľ normálnej váhy (na váhe):	o
Ukazovateľ nadváhy (na váhe):	+
Ukazovateľ obezity (na váhe):	++

Z dôvodu prirodzených odlišností medzi ľuďmi slúži táto tabuľka len pre informačné účely.

Výsledky meraní váhy kostí a svalovej proporcie sú iba orientačné. Priemerný pomer svalovej hmoty u zdravého muža je približne > 40 %, u ženy > 30 %. Váha kostí sa pohybuje v závislosti na mnohých relevantných faktoroch. Ak nameriate abnormálne hodnoty, konzultujte to so svojim ošetrojúcim lekárom.

Poznámka

Váha sa automaticky vypne, ak sa na ňu nepostavíte do cca 20 sekúnd po zobrazení „0.0“.

CHYBOVÉ HLÁSENIE A JEHO SYMBOLY

Zobrazené symboly	Význam
Lo	Batéria je vybitá
Err	Veľmi nízke / vysoké % tuku
EEEE	Nameraná váha je vyššia, než maximálna povolená hodnota váhy.

RIEŠENIE MOŽNÝCH PROBLÉMOV

Ak máte s váhou problémy:

- Skontrolujte, či sú správne vložené batérie.
- Skontrolujte, či ste správne zvolili jednotku hmotnosti.
- Skontrolujte, či je váha na rovnej ploche a nedotýka sa steny.
- Ak sa po klepnutí na váhu, keď ju chcete zapnúť, na displeji neobjaví vôbec nič alebo len „Lo“, vymeňte batériu.
- Ak sa na displeji objaví „EEEE“, váha bola preťažená.
- Pokiaľ sa na displeji objavia nezvyčajné znaky, vyberte a znovu vložte batériu.
- Ak sa prejavujú symptómy, akými sú napríklad zobrazenia chybných alebo nestálych údajov, premiestnite váhu z dosahu rušivého zdroja alebo zaistíte vypnutie tohto zdroja počas váženia.

SKLADOVANIE

Po použití váhu uložte vo vodorovnej polohe (nie zvislo), mimo dosah detí a nesvojprávnych osôb.

ÚDRŽBA

Nepoužívajte drsné a agresívne čistiace prostriedky (napr. **ostré predmety, riedidlá alebo iné rozpúšťadlá**). Desku váhy vyčistite vlhkou mäkkou handričkou. Dbajte na to, aby sa do vnútorných častí nedostala voda.

TECHNICKÁ ŠPECIFIKÁCIE

- Elektronická sklenená osobná váha s analýzou telesného tuku, tekutín, svalovej hmoty, hmotnosti kostí
- Meranie telesného tuku a tekutín s použitím 5 parametrov - výška, váha, vek, pohlavie a biologický odpor
- Použitie 5 parametrov pre meranie tuku v tele - výška, váha, vek, pohlavie a biologický odpor
- Automatické vypnutie za 20 sec.; automatické vynulovanie

- Indikátor preťaženia; indikátor slabej batérie
- Prevádzka na batérie 2 x AAA (súčasť balenia)
- Rozmery: 30,5 x 30,5 x 2 cm; hmotnosť: 2 kg
- Trieda ochrany: III, Certifikácia CE

Zmena technickej špecifikácie a obsahu prípadného príslušenstvo podľa modelu výrobku je vyhradená výrobcom. Uvedený obrázok je iba ilustračný.

Informácie o ochrane životného prostredia

Urobili sme to najlepšie pre zníženie množstva obalov a zaistili sme ich jednoduché rozdelenie na 3 materiály: lepenka, papierová drť a rozťahnutý polyetylén. Tento prístroj obsahuje materiáli, ktoré môžu byť po demontáži špecializovanou spoločnosťou recyklované. Dodržujte prosím miestne nariadenia týkajúce sa nakladania s baliacimi materiálmi, vybitými batériami a starým zariadením.

Likvidácia starého elektrozariadenia a použitých batérií a akumulátorov



Tento symbol na výrobku, jeho príslušenstve alebo na jeho obale označuje, že s výrobkom nesmie byť nakladané ako s domácim odpadom. Po skončení životnosti odovzdajte prosím výrobok alebo batériu (ak je priložená) v príslušnom mieste spätného odberu, kde bude vykonaná recyklácia tohto elektrozariadenia a batérií. V Európskej únii a v ostatných európskych krajinách existujú miesta spätného odberu odsúhlaseného elektrozariadenia. Tým, že zaistíte správnu likvidáciu výrobku, môžete predísť možným negatívnym následkom pre životné

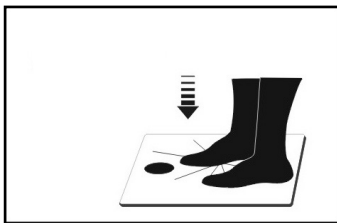
prostredie a ľudské zdravie, ktoré sa môže v opačnom prípade prejaviť ako dôsledok nesprávnej manipulácie s týmto výrobkom alebo batériou, alebo akumulátorom. Recyklácia materiálov prispieva k ochrane prírodných zdrojov. Z tohto dôvodu prosím nevyhadzujte odsúhlasené elektrozariadenie a batérie / akumulátory do domového odpadu. Informácie o tom, kde je možné odsúhlasené elektrozariadenie zadarmo odložiť, získate u vášho predajcu, na obecnom úrade alebo na webe www.envidom.sk. Informácie o tom, kde môžete bezplatne odovzdať použité batérie alebo akumulátory, získate aj u vášho predajcu, na obecnom úrade a na webe www.sewa.sk. Dovozca zariadenia je registrovaný u kolektívneho systému ENVIDOM (pre recykláciu elektrozariadení) au kolektívneho systému SEWA, a.s. (pre recykláciu batérií a akumulátorov).

HOUSEHOLD USE ONLY — Len na použitie v domácnosti. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS — Neponárať do vody alebo iných tekutín.

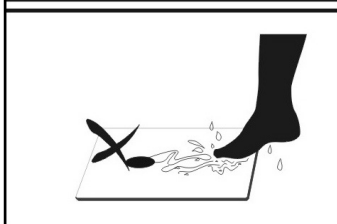


TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.

Nebezpečenstvo udusenja. Nepoužívajte toto vrecúško v kolískach, postieľkach, kočíkoch alebo detských ohrádkach. PE vrecko odkladajte mimo dosahu detí. Vrecko nie je na hranie.



VÁŽI IHNEĎ: na váhu sa stačí postaviť - automaticky dôjde k zapnutiu a zväženiu



Upozornění: Na mokrom povrchu nebezpečenstvo uklznutia!



UPOZORNENI

Szanowny kliencie, dziękujemy Ci za zakup naszego produktu. Przed wprowadzeniem tego urządzenia do eksploatacji bardzo uważnie przeczytaj Instrukcję obsługi i wraz z kartą gwarancyjną, paragonem fiskalnym (asygnatą) i według możliwości także z opakowaniem i wewnętrzną zawartością opakowania dobrze schowaj.

OGÓLNE ZASADY DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

- Wskazówki podane w instrukcji należy uważać za część urządzenia i przekazać jakiemukolwiek dalszemu użytkownikowi urządzenia.
- Nigdy nie używaj urządzenia, jeśli nie działa prawidłowo, jeśli upadło na ziemię i uległo zniszczeniu lub wpadło do wody. W takich przypadkach należy zanieść urządzenie do profesjonalnego serwisu w celu przetestowania jego bezpieczeństwa i prawidłowego działania.
- Z urządzenia mogą korzystać dzieci powyżej 8 roku życia, oraz osoby z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi lub umysłowymi, a także nieposiadające wiedzy lub doświadczenia w użytkowaniu tego typu urządzeń pod warunkiem, że będą one nadzorowane lub zostaną poinstruowane na temat bezpiecznego korzystania z tego urządzenia oraz zagrożeń wiążących się z jego używaniem. Bawienie się urządzeniem jest zabronione dzieciom. Czyszczenie i konserwacja bez nadzoru dorosłych jest dzieciom zabroniona.
- **Urządzenie jest przeznaczone do użytku w gospodarstwach domowych i podobnych celach! Urządzenie nie jest przeznaczone do zastosowania w medycynie i obiektach komercyjnych!**
- Urządzenie nie jest przeznaczone do używania przez osoby (dzieci), których psychiczne, fizyczne lub mentalne zdolności są niedostateczne.
- **Zalecamy: Nie należy wchodzić na wagę mokrymi stopami lub na mokrą powierzchnię wagi, w przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!**
- **Wagi nie wolno zanurzać w wodzie (nawet częściowo)!**
- Jeżeli waga była przechowywana w niskich temperaturach, najpierw należy ją zaaklimatyzować.
- Wagę należy używać tylko w pozycji poziomej w miejscach, gdzie nie istnieje ryzyko przewrócenia, z dala od źródeł ciepła (np. **piec, kominek, grzejniki**), źródeł wilgoci powietrza (np. **sauna, łazienka, basen**) oraz urządzeń z silnym polem elektromagnetycznym (np. **kuchenka mikrofalowa, radio, telefon komórkowy**).
- Wagę osobową należy chronić przed kurzem, chemikaliami, nadmierną wilgocią, środkami toaletowymi, ciekłymi kosmetykami, dużymi zmianami temperatury i nie należy narażać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.
- Wagi nie należy umieszczać na nierównej powierzchni lub na powierzchni pokrytej dywanem. Niestabilna lub miękka podkładka pod wagą może mieć negatywny wpływ na dokładność ważenia.
- Nie należy stawać na krawędzi wagi! Grozi niebezpieczeństwo jej przechylenia i ryzyko obrażeń.
- Nie należy przeciążać urządzenia wagą większą niż maksymalna nośność! Zapobiegnie to uszkodzeniu urządzenia.
- Funkcji analizy tłuszczu nie należy używać w przypadku używania następujących urządzeń: rozrusznik serca, elektrokardiograf i / lub innych urządzeń medycznych wszczepionych do organizmu lub stosowanych jako wsparcie.
- Podczas manipulowania z wagą należy postępować starannie, aby uniknąć obrażeń ciała lub uszkodzenia urządzenia.
- Z wagą należy obchodzić się ostrożnie. Nie należy jej rzucać ani po niej skakać. Waga jest trwała, ale złe obchodzenie się może zniszczyć elektroniczne sensory.
- Wagi nie należy demontować lub wyjmować części.
- Podczas przechowywania nie należy umieszczać żadnych przedmiotów na powierzchni wagi, może ulec uszkodzeniu.

- Jeśli waga nie będzie długo używana, należy wyjąć baterie.
- Jeśli bateria wycieka, należy ją natychmiast wymienić, w przeciwnym razie może to spowodować uszkodzenie wagi.
- Wyładowaną baterie należy w odpowiedni sposób zlikwidować.
- Nie wolno wkładać nowych i starych baterii razem.
- Nie należy używać akumulatorów doładowujących.
- Nigdy nie należy używać urządzenia do innych celów niż do których jest przeznaczone, oraz opisane w niniejszej instrukcji!
- Należy pamiętać, że dane pokazane na wadze są tylko przybliżone i niedokładne w porównaniu z wynikami rzeczywistej analizy medycznej. Dokładne określenie cech biometrycznych może jedynie ustalić lekarz używając metod medycznych.
- Baterie i wagę należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci i osób niekompetentnych. Osoba, która połknie baterię, musi natychmiast skontaktować się z lekarzem.
- Nie należy używać w okresie ciąży.
- Wszystkie teksty w innych językach, a także obrazki na opakowaniu lub produkcie są przetłumaczone i wyjaśnione na końcu odpowiedniej mutacji językowej.
- Producent nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane przez niewłaściwe traktowanie urządzenia (np. **rozbicie płyty itp.**) i nie jest odpowiedzialny za gwarancje na urządzenie w przypadku nie przestrzegania wyżej przedstawionych ostrzeżeń bezpieczeństwa.

OPIS ELEMENTÓW STERUJĄCYCH

P1. Jednostka wagi

P2. Displej

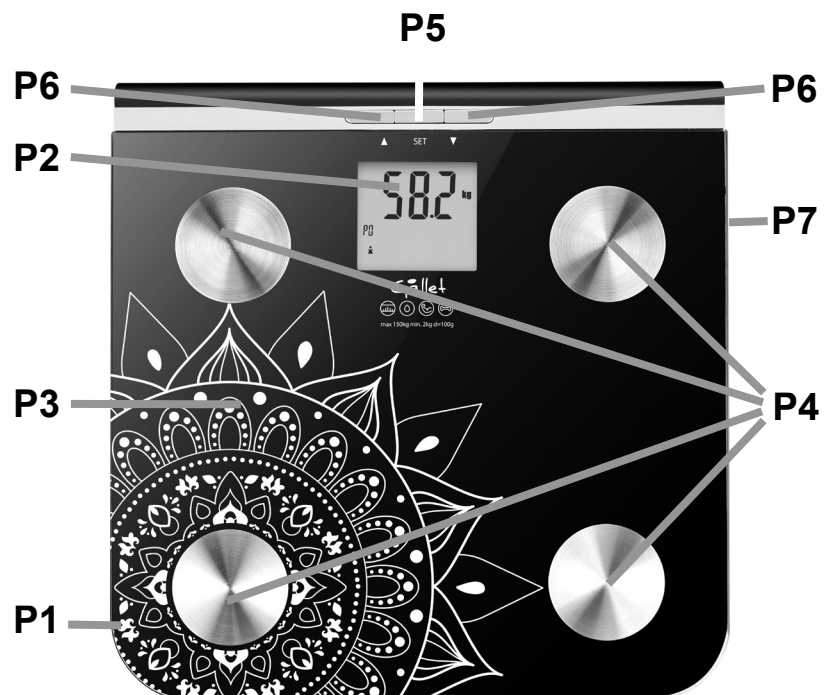
P3. Szklana powierzchnia

P4. Elektrody mierzące

P5. Przycisk **SET**
- włączenie i ustawianie

P6. Przycisk UP ▲
i DOWN ▼ - przycisk
wyboru

P7. Przycisk ustawianie
KG / LB / ST



WYŚWIETLANE DANYCH NA DISPLEJU

P0 – P9 numer pamięci



MĘŻCZYZNA



KOBIETA

FAT zawartość tłuszczu (%)

TBW zawartość wody (%)

MUS stan mięśni (%)

BONE waga ciała (%)

SPECYFIKACJA

Zakres pomiaru 2,5 kg aż 150 kg / st: 0,394 – 23:6 / 5,512 – 330,7 lb

Dokładność pomiaru wagi ciała: 0,1 kg, 0,2 lb, 1/4 st

Dokładność pomiaru wody: 0,1 %

Dokładność pomiaru tłuszczu: 0,1 %

Przedział wieku mierzonej osoby: 10 – 85 lat

Jednostki wysokości: cm / ft-in

Przedział wysokości: 75 – 225 cm

Pamięć 10 osób

Zalecane środowisko pracy: Temperatura 0 – 40 °C / 32 – 104 °F

Względna wilgotność: <85%

Wybór trybów ważenia: kilogramy (kg) stones (st) funty

ZANIM ZACZNIESZ

Należy usunąć wszystkie opakowania i wyjąć wagę. Z urządzenia usunąć wszystkie folie przyczepne, naklejki lub papier. Następnie otworzyć pokrywę baterii w dolnej części wagi i włożyć baterię zgodnie z polaryzacją i zamknąć pokrywę. Umieścić urządzenie na płaskiej i suchej powierzchni. Wagę włącza się, dotykając nogą powierzchni ważącej, potrzeba sprawdzić jednostkę masy, która jest wyświetlana na ekranie (**kg**). Jeśli chcesz ustawić jednostkę **st/lb**, na dolnej części wagi możesz przełączyć przełącznikiem **kg ↔ lb ↔ st** (st:lb) (lub **cm ↔ FT;In**). Następnie wagę należy umieścić na twardej, płaskiej powierzchni.

POMIAR WAGI CIAŁA

Dlaczego jest ważne znać swoją wagę?

Nadwaga lub niedowaga jest ważnym wskaźnikiem zdrowia. Nadwaga zwiększa ryzyko niektórych form choroby nowotworowej, chorób serca, cukrzycy, udaru mózgu, wysokiego ciśnienia krwi, artretyzmu, chorób pęcherzyka żółciowego, bezdechu sennego i innych. Niedowaga pociąga za sobą zagrożenia, takie jak zmniejszenie odporności organizmu i osteoporozy u kobiet grozi ryzyko utraty miesiączki, co powoduje niepłodność, itd. Osoby otyłe, które chcą schudnąć i osoby bardzo szczupłe, które chcą przytyć, powinny konsultować sposób terapii i dietę ze swoim lekarzem lub specjalistą ds. żywienia.

Dlaczego ważne jest wiedzieć jaka jest wartość tkanki tłuszczowej i wody w organizmie?

Otyłość (nadmierna ilość tkanki tłuszczowej) jest znanym zagrożeniem dla zdrowia człowieka, jest ściśle związana z poważnymi chorobami, takimi jak nadciśnienie tętnicze, choroby serca, cukrzyca, choroba zwyrodnieniowa stawów i niektóre postacie nowotworów. Istnieją inne, rzadsze objawy, takie jak bezdech podczas snu i senność w ciągu dnia, czego przyczyną może być otyłość. Analiza procentowa stosunku tkanki tłuszczowej lub składu ciała jest skutecznym sposobem określenia poziomu zdrowia. Zawartość wody w organizmie jest wskaźnikiem dobrego stanu zdrowia. Jeśli waga nie zmienia się i wartość % TBW (całkowita zawartość wody w organizmie) wzrasta, oznacza to, że następuje wzrost tkanki mięśniowej w ciele, (co jest dobre dla zdrowia). Jeśli wartość % TBW maleje, oznacza to utratę masy mięśniowej i wzrost tkanki tłuszczowej lub oznacza niewłaściwy bilans wodny w organizmie lub niektóre z możliwych chorób związanych z niedoborem wody w organizmie. Generalnie, im więcej masy mięśniowej, tym wyższa zawartość wody w organizmie.

Do analizy tłuszczu jest ważne:

- odczekać około 15 minut po wstaniu z łóżka, ponieważ woda w naszym organizmie może być rozłożona.
- odpocząć przez kilka godzin (ok. 6–8) po niezwykle wyczerpującej aktywności.

Analiza tłuszczu nie zawiera przydatnych informacji dla dzieci poniżej 10 roku życia i dorosłych powyżej 85 lat; dla osób z gorączką i po zakończeniu dializy, osób z objawami osteoporozy lub osób, które używają leków nasercowych, kobiet ciężarnych, sportowców, którzy mają wiele mięśni, ponieważ ich wyniki mogą być zniekształcone.

Jak działa waga

W monitorze zastosowano skuteczną metodę analizy składu ciała, BIA (skrót od impedancji bioelektrycznej). BIA mierzy opór, który jest wprost proporcjonalny do zawartości tłuszczu w organizmie, przy przepływie słabego i nieszkodliwego prądu elektrycznego. Elektrody wpuszczają prąd z jednej strony a elektrody wykrywania chwytają ten prąd na drugiej stronie. Do programu do analizy następnie są wstawione dane z urządzenia BIA, takie jak płeć, wiek i wysokość. Waga i tkanka tłuszczowa obliczana jest automatycznie. Procentowa zawartość tłuszczu i wody w organizmie, które pojawiają się na ekranie można wyszukać w jednym z zakresów wymienionych w **Tabelce referencyjnej** i w ten sposób możesz dowiedzieć się, do której grupy należysz. Dokładność wagi zależy od kilku zmiennych. Zalecamy z ważenia zrobić rutynę, zawsze używaj wagi o tej samej porze dnia i w tych samych warunkach.

Ważne uwagi:

- 1) Ważne jest ważyć się boszo ze względu na prawidłowe przewodzenie w trakcie przeprowadzania analizy tkanki tłuszczowej.
- 2) Nie należy umieszczać wagi na nierównej powierzchni lub powierzchni pokrytej dywanem.
- 3) Funkcji analizy tłuszczu na wadze nie należy używać w przypadku korzystania z następujących urządzeń: rozrusznik serca, elektrokardiograf i / lub innych urządzeń medycznych wszczepionych do organizmu lub stosowanych jako wsparcie.
- 4) Nadmierne picie, jedzenie, ćwiczenia, problemy zdrowotne, leki, cykl miesięczkowy itp. mogą wpłynąć na wyniki analizy.

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Twoja waga to delikatny sprzęt elektroniczny. Jedną z rzeczy które waży się najtrudniej jest ludzkie ciało, ponieważ jest ciągle w ruchu. Jeśli chcesz osiągnąć wiarygodne wyniki, zawsze staraj się stanąć całymi stopami na to samo miejsce i stój w bezruchu. Jeśli jest to możliwe, należy ważyć się w ciągu dnia w tym samym czasie (najlepiej rano), najlepiej również na tym samym miejscu, w celu uzyskania porównywalnych wyników. Pamiętaj, że ubranie może zwiększyć wagę, a także jedzenie i picie przed ważeniem. Krótkoterminowe wahania wagi są na ogół przypisywane utracie płynów.

Wymiana baterii

Otworzyć komorę baterii na tylnej stronie wagi. Włóż baterię zgodnie z polaryzacją i zamknij pokrywę. Dla tego typu urządzenia należy stosować baterie AAA (2 szt.). Gdy urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, należy wyjąć baterię!

Uwaga

Nie należy używać różnych typów baterii. Nie używać razem używanych i nowych baterii.

A) Ważenie

Wagi możesz używać tylko do mierzenia ciężaru ciała. Chodzi o podstawowy tryb, analiza pozostałych wartości nie będzie wykonana.

Wagę włącza się przez stanięcie na powierzchnię ważenia. Po zważeniu zważona wartość zamiga i wartość zostanie przez kilka sekund wyświetlona na wyświetlaczu. **Następnie waga zostanie automatycznie wyłączona.**

B) Tryb ważenia i całkowita analiza ciała

Ustawienie (zmiana) danych do analizy tkanki tłuszczowej i wody w organizmie

Przed pierwszą analizą konieczne jest wprowadzenie danych osobowych (płeć, wysokość i wiek), które są zapisane do pamięci. Waga może przechowywać dane 10 osób.

Bemeneti adatokat lehet beállítani és utána változtatni a következő tartományban:

Pamięć	Płeć	Wysokość	Wiek
0 – 9	Mężczyzna / Kobieta	75 – 225 cm	10 – 85

1. Naciśnij przycisk SET. Na wyświetlaczu będzie migać numer pamięci (np. 1).
2. Przyciskiem ▲ lub ▼ wybierz numer pamięci, w której chcesz zapisać dane osoby, która będzie ważona.
Potwierdź naciskając przycisk SET.
3. Przyciskiem ▲ lub ▼ ustaw swoją płeć:
▼ mężczyzna / kobieta ▲
Potwierdź naciskając przycisk SET.
4. Przyciskiem ▲ lub ▼ ustaw swój wiek (Age).
Potwierdź naciskając przycisk SET.
5. Przyciskiem ▲ lub ▼ ustaw swoją wysokość (możesz zmienić cm ↔ FT;In).
Potwierdź naciskając przycisk SET.

Teraz wszystkie dane osobowe są ułożone (zmienione). Poczekać aż zostanie wyświetlone 0,0. Stań na wadze i czekać zobrazowaniu wyników.

Po kilku sekundach zostaną wyświetlone następujące informacje:

1. – Waga w wybranych jednostkach
2. – Ilość tkanki tłuszczowej w % (FAT) + pasek analizy (- o + ++)
3. – Ilość wody w ciele w % (TBW)
4. – Ilość mięśni w % (MUS)
5. – Zawartość masy kostnej w % (BONE)

Wyniki zostaną wyświetlone stopniowo i po 3 powtórzeniu waga zostanie wyłączona automatycznie.

Ostrzeżenie

Stopy, łydki i uda nie mogą się dotykać podczas pomiaru. W przeciwnym razie pomiar może być niedokładny.

Do powtórnej analizy cech fizycznych (po ułożeniu wartości wejściowych osoby do pamięci – na przykład 1), wykonaj następujące czynności:

- 1) Nacisnąć i przytrzymać SET (jeśli waga była używana w normalnym trybie ważenia) lub włączyć wagę naciskając SET.
- 2) Naciśnij przycisk ▲ lub ▼ wybierz numer pamięci, w której są ułożone Twoje ustawienia
- 3) Po wybraniu numeru pamięci nic nie naciskaj (poczekać aż zostanie wyświetlone 0,0).
Stań na wadze, masa ciała oraz cechy fizyczne zostaną przeanalizowane.

Wiek	Kobieta		Mężczyzna		
	Zawartość tłuszczu w organizmie	Zawartość wody w organizmie	Zawartość tłuszczu w organizmie	Zawartość wody w organizmie	
<= 30	4,0 - 20,5	66,0 - 54,7	4,0 - 15,5	66,0 - 58,1	Niedowaga
	20,6 - 25,0	54,6 - 51,6	15,6 - 20,0	58,0 - 55,0	Waga w normie
	25,1 - 30,5	51,5 - 47,8	20,1 - 24,5	54,9 - 51,9	Nadwaga
	30,6 - 50,0	47,7 - 34,4	24,6 - 50,0	51,8 - 34,4	Otyłość
> = 30	4,0 - 25,0	66,0 - 51,6	4,0 - 19,5	66,0 - 55,4	Niedowaga
	25,1 - 30,0	51,5 - 48,1	19,6 - 24,0	55,3 - 52,3	Waga w normie
	30,1 - 35,0	48,0 - 44,7	24,1 - 28,5	52,2 - 49,2	Nadwaga
	35,1 - 50,0	44,6 - 34,4	28,6 - 50,0	49,1 - 34,4	Otyłość

Wskaźnik niedowagi (na wadze): -
 Wskaźnik normalnej wagi (na wadze): 0
 Wskaźnik nadwagi (na wadze): +
 Wskaźnik otyłości (na wadze): ++

Z powodu naturalnych różnic między ludźmi tabela ma wyłącznie charakter informacyjny.

Wyniki pomiarów masy kości i proporcji mięśni są jedynie orientacyjne. Średni stosunek masy mięśniowej u zdrowego mężczyzny wynosi w przybliżeniu > 40%, u kobiet > 30%. Masa kości wynosi w zależności od wielu istotnych czynników. Jeśli zostaną zmierzone wartości anormalne, należy zawsze skonsultować się z lekarzem praktycznym.

Uwaga

Waga wyłącza się automatycznie, jeśli na nią nie staniesz do 20 sekund po wyświetleniu „0.0”.

KOMUNIKATY O BŁĘDACH I ICH SYMBOLE

Wyświetlane symbole	Znaczenie
Lo	Bateria jest wyladowana
Err	Bardzo niska / wysoka zawartość tłuszczu %
EEEE	Zmierzona waga jest większa niż maksymalna dopuszczalna granica wagi.

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Jeśli masz problemy z wagą:

- Upewnij się, że bateria jest prawidłowo włożona.
- Upewnij się, czy jest wybrana odpowiednia jednostka masy.
- Upewnij się, że waga jest na płaskiej powierzchni i nie dotyka ściany.
- Jeśli chcesz włączyć wagę, a po kliknięciu na wagę na wyświetlaczu nie wyświetla się nic lub tylko „Lo”, należy wymienić baterię.
- Jeśli na wyświetlaczu pojawi się napis „EEEE”, waga została przeciążona.
- Następnie wagę należy umieścić na twardej, płaskiej powierzchni.
- W przypadku wystąpienia objawów takich jak miganie na ekranie lub błędne wyświetlanie, należy spróbować przenieść wagę w inne miejsce z zasięgu źródła zakłóceń lub wyłączyć dane źródło podczas używania wagi.

PRZECHOWYWANIE

Po użyciu wagę należy położyć w pozycji poziomej (nie pionowo) z dala od dzieci i osób niekompetentnych.

KONSERWACJA

Nie należy używać szorstkich i agresywnych środków czyszczących (np. **ostrych przedmiotów, rozcieńczalnika ani innych rozpuszczalników**). Powierzchnię otrzyj miękką i wilgotną szmatką. Należy uważać, aby do wewnętrznej części nie dostała się woda.

TECHNICKÁ SPECIFIKACE

- Elektroniczna szklana waga osobowa z analizą tłuszczu cieleśnego, cieczy, masy mięśniowej i wagi kości
- Inwersja wyświetlacza LCD
- 6 mm szkło hartowane bezpieczne
- Użycie 5 parametrów dla mierzenia poziomu tłuszczu w ciele – wysokość, waga, wiek, płeć i opór biologiczne
- Automatyczne wyłączenie po 20 sec.
- Automatyczne wyzerowanie
- Wskaźnik przeciążenia
- Indykator słabé baterie
- Eksploatacja na baterię 2 x AAA
- Rozmiary: 30,5 x 30,5 x 2 cm
- Waga: 2 kg
- Klasa ochrony: III, Certyfikaty CE

Zmiana specyfikacji technicznych i akcesoriów w zależności od modelu produktu jest zastrzeżona przez producenta. Zdjęcia służą wyłącznie jako ilustracja.

Informacje o ochronie środowiska naturalnego

Wykonaliśmy to najlepsze, aby obniżyć ilość opakowań i stwierdziliśmy ich łatwe rozdzielanie na 3 materiały: tektura, masa papierowa i rozciągnięty polietylen. Urządzenie to zawiera materiały, które mogą być po demontażu utylizowane wyspecjalizowaną spółką. Prosimy, aby Państwo dotrzymywali miejscowe przepisy dotyczące obchodzenia się z papierami pakowymi, wyładowanymi bateriami i starymi urządzeniami.

Likwidacja zużytego sprzętu elektrycznego / elektronicznego oraz utylizacja baterii i akumulatorów



Ten symbol znajdujący się na produkcie, jego wyposażeniu lub opakowaniu oznacza, że z produktem nie można obchodzić jak z odpadami domowymi. Kiedy urządzenie lub bateria / akumulator będą nadawały się do wyrzucenia prosimy, aby Państwo przewieźli ten produkt na odpowiednie miejsce zbiorcze, gdzie zostanie przeprowadzona jego utylizacja. Na terenie Unii Europejskiej oraz w innych europejskich krajach znajdują się miejsca zbiórki zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych oraz baterii i akumulatorów. Dzięki zapewnieniu właściwej utylizacji produktów mogą Państwo zapobiec możliwym negatywnym

skutkom dla środowiska naturalnego i ludzkiego zdrowia. Mogłyby one wystąpić w wypadku nieodpowiedniego postąpienia z odpadami elektronicznymi i elektrycznymi lub zużytymi bateriami i akumulatorami. Utylizacja materiałów pomaga chronić źródła naturalne. Z tego powodu, prosimy nie wyrzucać starych elektrycznych i elektronicznych urządzeń oraz akumulatorów i baterii razem z odpadami domowymi.

Aby uzyskać więcej informacji o sposobach utylizacji starych urządzeń, należy skontaktować się z władzami lokalnymi, przedsiębiorstwem zajmującym się utylizacją odpadów lub sklepem, w którym został produkt kupiony.

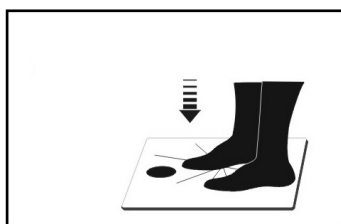
HOUSEHOLD USE ONLY – Tylko do zastosowania w gospodarstwie domowym.

DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Nie zanurzać do wody lub innych cieczy.

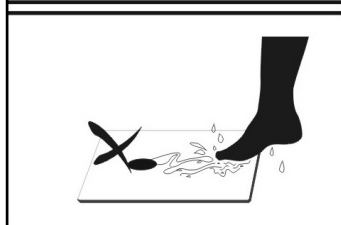


TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.

Niebezpieczeństwo uduszenia. Tego worka nie należy używać w kołyskach, łóżeczkach, wózkach lub kojcach dziecięcych. Torebkę z PE położyć w miejscu będącym poza zasięgiem dzieci. Torebka nie służy do zabawy!



Włączania wagi (AUTOMATYCZNE WŁĄCZANIE)- stań na wagę i poczekaj, waga włączy się automatycznie i rozpocznie pomiar



Ostrzeżenie: Na mokrej powierzchni niebezpieczeństwo poślizgnięcia!



OSTRZEŻENIE

Dear customer, thank you for purchasing our product. Please read the operating instructions carefully before putting the appliance into operation and keep these instructions including the warranty, the receipt and, if possible, the box with the internal packing.

GENERAL SAFETY INSTRUCTIONS

- Consider the instructions for use as a part of the appliance and pass them on to any other user of the appliance.
- **The appliance is intended for use in households only and for similar use! It is not intended for use in health-care facilities and for commercial use!**
- The appliance can use by people (including children) whose physical, sensual or mental inability or lack of experience and knowledge prevents safe use of the appliance if they are supervised.
- **Never use the appliance if it malfunctions, if it fell to the ground and got damaged or if it fell into water. In these cases bring the appliance to a specialised service to have the safety and functions of the device checked.**
- This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children shall not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
- **We recommend: Do not step onto the scale with wet feet or on wet surface of the scale, there is a risk of slipping.**
- **Never immerse the scale into water (even their parts)!**
- If the scale was stored in lower temperatures, let it adjust to the room temperature.
- Use the scale in a horizontal position only and at places where they cannot knock over, in sufficient distance from heat sources (e.g. **stove, fireplace, heat radiators**), sources of increased air humidity (e.g. **sauna, bathroom, swimming pool**) and equipment with strong electromagnetic field (e.g. **microwave oven, radio, mobile phone**).
- Protect the personal scale from dust, chemicals, excessive humidity, toiletries, liquid cosmetic preparations, intensive temperature changes and do not expose them to direct sunlight.
- Do not step on the edge of the scale! The scale could overturn and cause injury!
- Do not place the scale on uneven surface or on surface covered with carpet. Unstable or soft surface under the scale can have negative effect on precision of weighing.
- In handling the scale, make sure injury of persons or damage of the appliance is prevented.
- Do not overload the appliance with weight higher than the maximum capacity! You will thus prevent damaging the appliance
- Do not use the fat analysis feature on this scale if you are using one of the following devices: pace maker, electrocardiograph and/or other medical device implanted in the body or device used as support.
- Handle the scale with care. Do not throw them or jump on them. The scale is durable, but improper handling can destroy their electronic sensors.
- Do not disassemble the scale and do not take any parts out.
- Do not put any objects on the surface of the scale during storing, they could be damaged.
- If you do not intend to use the scale for a long time, remove batteries from them.
- If the battery is leaking, remove it immediately; it can damage the scale.
- Do not use worn and new batteries together and do not use rechargeable accumulators.
- Dispose of a discharged batteries in a suitable way.
- Never use the appliance for any other purpose than for that described in these instructions for use!

- Keep in mind that the data read from this scale are approximate and inaccurate in comparison to results of actual medicinal analyses. The exact determination of biometrical characteristics can be done only by a doctor via medical methods.
- Keep batteries and scale out of reach of children and incapacitated people.
A person, who would swallow the batteries, must seek medical help immediately.
- Do not use during pregnancy, with symptom of edema and during dialysis treatment.
- All text in other languages and pictures shown on the packaging, or the product itself, are translated and explained at the end of this language mutation.
- The producer is not responsible for damage caused by improper use of the appliance (e.g. breaking the board, etc.) and its guarantee does not cover the appliance in the case of failure to comply with the safety warnings above.

DESCRIPTION OF THE CONTROLS

P1. Unit of scale

P2. Display

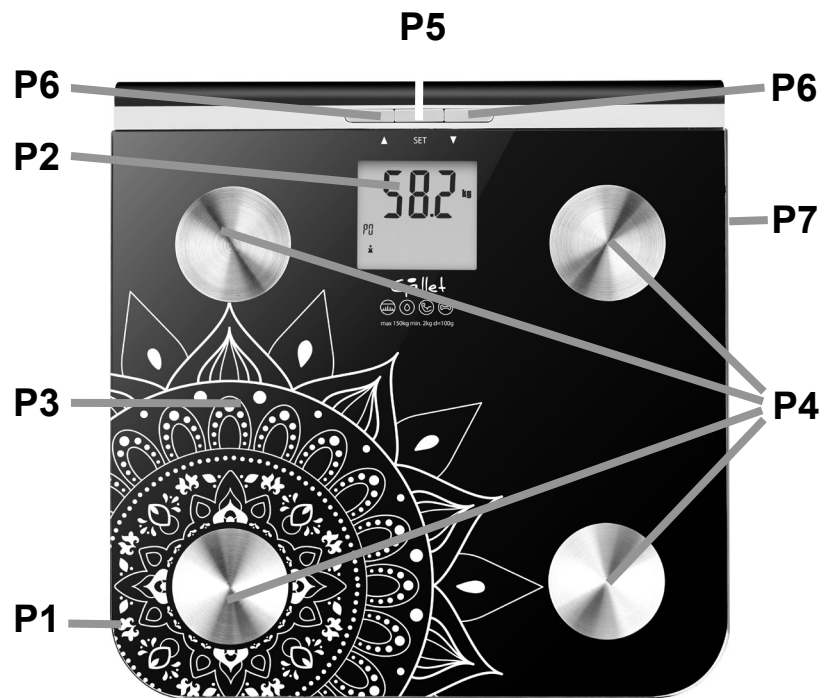
P3. Glass surface

P4. Electrodes

P5. SET / ON button **SET**

P6. UP ▲ and DOWN ▼ buttons for setting

P7. KG / LB / ST button for setting



LCD segmentum / icons illustrations:

P0 - P9 number of memory



MAM



WOMAN

FAT	measured value of fat (%)
TBW	measured value of water (%)
MUS	measured value of muscle (%)
BONE	bone weight (%)

SPECIFICATIONS

Measurement Range: 2.5 kg - 150 kg / st: 0.394 - 23.6 / 5.512 - 330.7 lb

Weight Measuring Division: 0.1 kg, 0.2 lb, 1/4 st

Water division: 0,1 %

Body fat division: 0,1 %

Age range for body fat: 10 - 85 years

Height range: 75 - 225 cm / 3ft 3.5in - 7 ft 2.5 in

Height unit: cm / ft-in

10 person memory

Recommended working environment: Temperature: 0 - 40 °C / 32 - 104 °F

Relative humidity: < 85 %

Choice of weighting modes: kilograms (kg) stones (st), pounds (lb)

BEFORE USE

Remove all the packing material and take the scale out. Remove all possible adhesion foils, stick-on labels or paper from the scale. Open the battery cover on the bottom of the scale, insert the battery with the correct polarity and close the cover in the opposite direction. Place the scale on flat, stable and dry surface. Turn on the scale by tapping your foot on the weighing surface and check the weight unit displayed on the display (**kg**). If you wish to set unit to **st** or **lb**, adjust the switch on the bottom of the scale **kg ↔ lb ↔ st (st:lb)** (or **cm ↔ FT;In**).

Then put the scale of firm and flat surface.

WEIGHT MEASURING

Why is knowledge of your weight important?

Overweight or underweight is an important indicator of your health. Overweight can increase the risk of some forms of cancer, heart diseases, diabetes, stroke, high blood pressure, arthritis, gall bladder disorders, apnoea and other diseases. Underweight brings with it risks, such as reduced immune system, osteoporosis, females can suffer from amenorrhoea which causes infertility etc. Obese people who want to lose weight and very thin people who want to gain weight should consult the way of treatment and diet with their doctor or dietician.

Why is it important to know what the value of fat and water in your organism is?

Obesity (excessive amount of body fat) is a known risk for people's health that is closely connected with serious diseases such as high blood-pressure, heart diseases, diabetes, osteoarthritis and some forms of cancer. There are other, less frequent symptoms, which may be caused by obesity, such as temporary suspension of breathing during sleep and tiredness during the day. An analysis of percentage ratio of body fat or your body composition is an effective way of assessing the level of your health. The contents of water in organism is a sign of good health. If the weight is not changing and the TBW % value (total contents of water in organism) is increasing, it means that the musculature in body is increasing (which is good for health). If the TBW % value is decreasing, it means decreasing of musculature and increasing of fat or it may indicate improper distribution of water in organism or some potential diseases relating to lack of water in the organism. In general, the more musculature, the higher the content of water in body.

For fat analysis it is essential:

- to wait approx. 15 minutes after getting up from bed because water in our body can be spread out.
- rest for a few hours (approx. 6–8) after an unusual exhausting activity.

The fat analysis will not provide useful information to children below 10 and adults over 85 years of age; persons with fever; after undergoing dialysis; persons with osteoporosis syndromes or persons who use cardiovascular medicaments; pregnant women; athletes who have a lot of musculature; because their results may be distorted.

How does the scale work?

The fat monitor uses the method of body composition analysis, BIA (short for bioelectric impedance analysis). BIA measures the resistance that is directly proportional to the fat in the body while the current flow is weak and harmless. Source electrodes let the current in on one side and detection electrodes detect this current on the other. For the purpose of analysis, data from the BIA appliance, such as sex, age and height, are subsequently inserted into a software program. The weight and body fat are calculated automatically. You will then find the percentage of fat and water in the body that is displayed in one of the ranges in the Reference table and find out which group you fall into. The accuracy of the scale depends on several variables of the user. We recommend making the weighing a routine, always weigh yourself approximately at the same time of the day and under same conditions.

Important notes:

- 1) This scale requires you to weigh yourself barefoot for the reason of correct conductivity during the body fat analysis.
- 2) Do not place the scale on an uneven surface or a surface covered with a carpet.
- 3) **Do not use the fat analysis feature on this scale if you are using one of the following devices: pace maker, electrocardiograph and/or other medical device implanted in the body or device used as support.**
- 4) Excessive drinking, eating, exercising, health conditions, used medicaments, women's menstruation cycle etc. influence the results of the analysis.

INSTRUCTIONS FOR USE

Your scale is fine electronic equipment. One of the things that are most difficult to weigh is human body as it is always in motion. If you want to obtain reliable results, always try to step with your feet at the same place on the scale and stand still (Fig. 1). If possible, weigh yourself at the same time of the day (best in the morning) and also on the same place to get comparable results. Remember that excessive clothes can increase your weight as well as eating and drinking before weighing. Short-term weight fluctuation is generally attributed to loss of liquids.

A) Regular weighing mode

You can use this scale only for weight measuring. This is basic mode without body fat measuring.

Turn the scale on by stepping on the weighing surface. After a moment, the measured weight flashes and the value remains displayed for several seconds. **Then the scale are switched off automatically.**

B) Weighing and total body analysis mode

Setting (change) of personal data for the body fat and water analysis

Before the first analysis, it is necessary to put in personal data (sex, height and age) which will be saved to the memory. It is possible to save data of 10 persons in the scale's memory.

The input data can be set and gradually changed in the following range:

Memory	Gender	Height	Age
0 – 9	male / female	75 – 225 cm	10 – 85

1. Press the **SET** button Number of memory will start the flash on the display (e.g. 1).
2. Select the number of the memory (with button ▲ or ▼) to which you want to save the data for the person to be weighed.
Confirm by pressing the **SET** button.
3. Set your sex with the ▲ or ▼ button:

♂ / female ♀

Confirm by pressing the **SET** button.

4. Set your age with the ▲ or ▼ button (Age)

Confirm by pressing the **SET** button.

5. Set your height with the ▲ or ▼ button (you can change **cm** ↔ **FT;In**).

Confirm by pressing the **SET** button.

Now all the personal data is saved (changed). Wait till 0.0 appears. Stand on the scale and wait for results.

The following data will start to show after a few seconds:

1. – Weight in set units
2. – Body fat contents in % (FAT) + analysis bar (- o + ++)
3. – Body water contents in % (TBW)
4. – Musculature contents in % (MUS)
5. – Bone weight contents in % (BONE)

The results will display in a cycle. After three repetitions, the scale will automatically turn off.

Notice

There must not be a contact between feet, calves or thighs. Otherwise the measurement could be inaccurate.

For a repeated analysis of body characteristics (after saving the input data of the person to the memory – e.g. 1), proceed as follows:

- 1) Press and hold the **SET** button (if you were using the scale in the regular weighing mode) or turn on the scale with the **SET** button.
- 2) Choose the number of memory with the ▲ or ▼ button where your setting is saved.
- 3) Do not press anything after selecting the respective number of memory (wait till 0.0 appears). Step on the scale and your weight and bodily characteristics will begin to be analyzed.

Age	Women		Man		
	Body Fat	Body Water	Body Fat	Body Water	
<= 30	4,0 - 20,5	66,0 - 54,7	4,0 - 15,5	66,0 - 58,1	Underweight
	20,6 - 25,0	54,6 - 51,6	15,6 - 20,0	58,0 - 55,0	Normal
	25,1 - 30,5	51,5 - 47,8	20,1 - 24,5	54,9 - 51,9	Overweight
	30,6 - 50,0	47,7 - 34,4	24,6 - 50,0	51,8 - 34,4	Obese
> = 30	4,0 - 25,0	66,0 - 51,6	4,0 - 19,5	66,0 - 55,4	Underweight
	25,1 - 30,0	51,5 - 48,1	19,6 - 24,0	55,3 - 52,3	Normal
	30,1 - 35,0	48,0 - 44,7	24,1 - 28,5	52,2 - 49,2	Overweight
	35,1 - 50,0	44,6 - 34,4	28,6 - 50,0	49,1 - 34,4	Obese

Underweight indicator (on scale): -
Normal weight indicator (on scale): o
Overweight indicator (on scale): +
Obesity indicator (on scale): ++

For the reason of differences between people, this table is only informative.
The results of measuring bones' weight and muscular proportions are simply tentative.
 Healthy man has approximately 40% of muscular proportion and healthy woman has 30% according to an average ratio. Weight of bones depends on many relevant factors. Always consult your attending physician if any measuring results are abnormal.

Note

The scale is switched on automatically if you do not step on it within approx. 20 seconds after „0.0“ is displayed.

ERROR MESSAGES AND THEIR SYMBOLS

Symbols displayed	Interpretation
Lo	Battery is dead
Err	Very low / high % of fat
EEEE	The measured weight is higher than maximum allowed value of the scale.

TROUBLESHOOTING OF POSSIBLE PROBLEMS

If you have problems with weight:

- Check whether the batteries are inserted properly.
- Check whether you selected the proper weight unit.
- Check whether the scale is on a flat floor and they do not touch the wall.
- If nothing appears on the scale when you want to switch them on by tapping on them or if „Lo“ appears only, replace the battery.
- If „EEEE“ appears on the display, the scale was overloaded.
- If unusual signs are displayed, remove the insert the battery again.
- If signs appear, such as if the display is flashing or if there is a faulty sign, try to move the scale away from the influence of a source of interference or ensure switching off the source for the time of using the scale.

STORING

After using the scale, put it into the horizontal position (not vertically), out of reach of children and incapacitated people.

MAINTENANCE

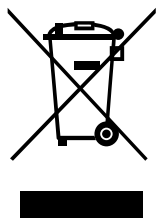
Do not use coarse and aggressive cleaning agents (e.g. **sharp objects, scrapers, diluting agents or other solvents**). Clean the board by wiping with a soft wet cloth. Make sure that water does not get inside the appliance.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

- Electronic glass scale with body fat, water, bone weight and muscle percentage
- Elegant inverse LCD display
- Auto on – immediately show you weight;
- 6 mm tempered glass surface
- Using 5 parameters for measuring of body fat – height, weight, age, sex and biological resistant
- Auto off after 20 sec.; auto zero; Overload indicator; Low battery indicator
- Batteries operated 2 x AAA (included)
- Size: 30.5 x 30.5 x 2 cm; Weight: 2 kg
- Protection class III, CE Certification

The manufacturer reserves the right to change the technical specifications and accessories for the respective models. Product image are for illustrative purposes only.

Old electrical appliances, used batteries and accumulators disposal



This symbol appearing on the product, on the product accessories or on the product packing means that the product must not be disposed as household waste. When the product/ battery durability is over, please, deliver the product or battery (if it is enclosed) to the respective collection point, where the electrical appliances or batteries will be recycled. The places, where the used electrical appliances are collected, exist in the European Union and in other European countries as well. By proper disposal of the product you can prevent possible negative impact on environment and human health, which might otherwise occur as a consequence of improper manipulation with the product or battery/ accumulator. Recycling of materials contributes to protection of natural resources. Therefore, please, do not throw the old electrical appliances and batteries/ accumulators in the household waste. Information, where it is possible to leave the old electrical appliances for free, is provided at your local authority, at the store where you have bought the product. Information, where you can leave the batteries and accumulators for free, is provided to you at the store, at your local authority.

HOUSEHOLD USE ONLY.

DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS.



TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS.



AUTO STEP ON – just step on the scale and stand still, the scale will automatically turn ON and start taking measurements.

Warning: Slippery when wet!



NOTICE

Tisztelt Vásárlónk, köszönjük, hogy termékünket választotta! Mielőtt a készüléket üzembe helyezni, kérjük olvassa el figyelmesen az utasításokat, beleértve a garancia lapot, a pénztári nyugtát és ha lehetséges, a csomagolással és a csomagolás tartalmával együtt tegye azt el biztonságos helyre!

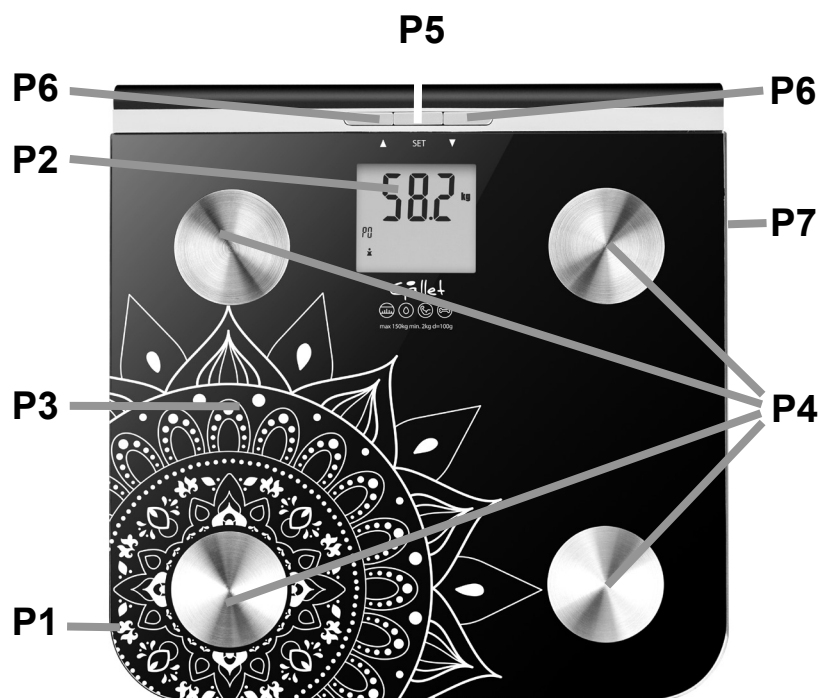
ÁLTALÁNOS BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK

- Az útmutató utasításait tekintse a készülék tartozékaként és juttassa el azt a készülék esetleges további felhasználójának.
- **A készüléket csak háztartási vagy ahhoz hasonló célokra szabad használni! Nem szabad azt orvosi intézményekben továbbá kommersz célokra alkalmazni!**
- A készüléket nem használhatják olyan személyek felügyelet nélkül (beleértve a gyermekeket is) akik alacsonyabb fizikai és szellemi képességekkel rendelkeznek.
- Ne használja a készüléket, ha az nem működik helyesen, ha leesett és megsérült vagy ha az vízbe esett. Ilyen esetekben adja át a készüléket szakszervizi vizsgálatokra, annak biztonsága és helyes működése ellenőrzése céljából.
- Ezt a terméket 8 éves korú és idősebb gyermekek, továbbá csökkent fizikai és mentális képességű vagy nem elegendő tapasztalattal és ismeretekkel rendelkező személyek is használhatják, amennyiben felügyelet alatt állnak vagy a készülék biztonságos használatára vonatkozóan megfelelő módon kioktatták őket és megértik az esetleges veszélyhelyzetek értelmezését. A gyermekek nem játszhatnak a készülékkel. A felhasználó által történő tisztítást és karbantartást gyermekek nem végezhetik, ha nincsenek legalább 8 évesek és csak felügyelet mellett.
- **Javasoljuk: Ne lépjen a mérlegre nedves lábbal vagy a mérleg nedves felületére, mivel elcsúszás veszélye fenyegetheti!**
- **Ne merítse vízbe a mérleget (még részben sem)!**
- Ha a mérleget előzőleg alacsonyabb hőmérsékleten tárolta, akkor azt mindenekelőtt akklimatizálja.
- A mérleget csak annak vízszintes helyzetében használja, olyan helyen, ahol nem fenyeget annak felborulása, hőforrásoktól (pl. **kályha, kandalló, hőszugárzó**), fokozott légnedvességet okozó (pl. **sauna, fürdőszoba, úszómedence**) és erős elektromágneses teret kibocsátó berendezésektől (pl. **MH sütő, rádió, mobil telefon**) megfelelő távolságban.
- Védje a mérleget por, vegyi anyagok, túlzott nedvesség, higiéniai termékek, folyékony kozmetikai készítmények behatásaitól, nagy hőmérsékleti ingadozásokkal szemben és ne tegye azt ki közvetlen napsütésnek.
- Ne helyezze a mérleget egyenetlen vagy szőnyeggel takart felületre. A mérleg alá helyezett instabil vagy puha alátét negatívan befolyásolhatja a mérés pontosságát.
- A mérleg áthelyezését úgy végezze, hogy közben ne történjen személyi sérülés vagy ne következzen be a készülék megkárosodása.
- Ne terhelje túl a készüléket nagyobb súllyal, mint a mérleg maximális kapacitása! Így megakadályozhatja a készülék károsodását!
- Ne alkalmazza a zsír analízis funkciót, ha a következő eszközöket használja: kardiostimulátor, EKG és / vagy egyéb orvosi eszköz a testbe beültetve, illetve ha ehhez hasonló eszközöket használ!
- Ne lépjen a mérleg oldalára! A mérleg kibillenhet, ami személyi sérülést okozhat!
- A mérleggel óvatosan járjon el. Ne dobálja azt és ne ugorjon rá. A mérleg ellenálló kivitelű, de a nem megfelelő bánásmód tönkre teheti annak elektronikus érzékelőjét.
- Ne szedje szét a mérleget és ne vegyen ki abból alkatrészeket.
- A mérlegre annak tárolásakor ne helyezzen el semmilyen tárgyat, mert annak megrongálódása következhet be.

- Ha nem használja huzamosabb ideig a mérleget, akkor vegye ki abból az elemet.
- Ha az elemből elektrolit szivárogását észlel, azonnal cserélje ki ay elemet, mivel ellenkező esetben megkárosíthatja a mérleget.
- Ne használjon egyidejűleg a készülékben régi és új elemeket.
- Ne használjon ismételtlen tölthető elemeket.
- A kimerült elemet megfelelő módon ártalmatlanítsa.
- A készüléket ne használja más célokra, mint amire az készült és amit ezen utasítás leírása tartalmaz!
- Figyeljen arra, hogy az ezzel a mérleggel mért adatok eredményei, csak körülbelüli adatok az igazi orvosi analízisok eredményeihez képest. Biometrikus jellemzők pontos meghatározását csak orvos végezheti el, orvosi módszerek segítségével.
- Tartsa az elemeket és a mérleget gyerekektől távol és nem önjogú személyek elől elzárva tárolja. Az elemek lenyelése esetén azonnal forduljon orvoshoz.
- Ne használja a mérleget terhesség alatt.
- A csomagoláson, illetve a készüléken található esetleges idegen nyelvű szövegek és képek magyarázata és fordítása a nyelv mutációjának végén található.
- Gyártócég nem felel a készülék helytelen használatából eredő károkért (pl. **az lapot összetöréséért stb.**) és nem garanciaköteles a készülékért a fenti biztonsági figyelmeztetések be nem tartása esetén.

Kezelőszervek ismertetése

- P1. Mérleg egysége
- P2. Kijelző
- P3. Üveg felület
- P4. Mérő elektródák
- P5. SET gomb **SET** –
bekapcsolás és beállítás
- P6. UP ▲ és DOWN ▼ gomb
–választó gomb
- P7. KG / LB / ST gombok



Kijelzőn lévő memória megjelenés:

- P0 - P9 memória szám
- ♂ FÉRFI
- ♀ NŐ
- FAT megmért testzsír érték (%)
- TBW megmért testvíz érték (%)
- MUS megmért izomtömeg értéke (%)
- BONE csontok súlya (%)

SPECIFIKÁCIÓK

Mérési tartomány: 2,5 kg - 150 kg / st: 0,394 - 23:6 / 5,512 - 330,7 lb

Mérési tartomány súly mérésénél: 0,1 kg, 0,2 lb, 1/4 st

Mérési tartomány testvíz mérésénél: 0,1 %

Mérési tartomány testzsír mérésénél: 0,1 %

Személy életkora: 10 - 85 év

Magasság értékek: cm / ft-in

Személy magassága: 75 - 225 cm

Memória 10 személyre

Ajánlott működési hőmérséklet: 0 - 40 °C / 32 - 104 °F

Működési páratartalom: < 85%

Egységek: Kilogram (kg), Stone (ko) (st), Font (lb)

HASZNÁLAT ELŐTT

Távolítson el a csomagolóanyagokat és vegye ki a mérleget a csomagolásból. A mérlegről távolítson el mindennemű esetleges tapadó fóliát, címkét vagy papírt. Nyissa fel a mérleg alsó lapján levő elemtartó fedelét, az elemtartóba helyezzen be elemet helyes polaritással és a fedelet fordított módon zárja be. Helyezze az ételpárolót szilárd, síma és száraz felületre.

A mérleget kapcsolja be a mérőfelületre való rálépéssel és ellenőrizze a súly egységét, amely a kijelzőn megjelenik (**kg**). Amennyiben az st/lb egységet kívánja beállítani, akkor a mérleg alsó lapján állítsa azt be a jelű átkapcsolóval **kg ↔ lb ↔ st** (st:lb) (vagy **cm ↔ FT;In**). Ezt követően a mérleget helyezze szilárd és egyenletes felületre.

SÚLY MÉRÉSE

Miért fontos, hogy ismerje saját súlyát?

A többletsúly vagy súlyvesztesége az Ön egészségi állapota fontos mutatója.

A többletsúly némely rákbetegség, szívbántalmak, cukorbetegség, agyvérzés, magas vérnyomás, artritidák, epe megbetegedések, apnoe és további megbetegedés kockázatát növelheti.

A súlyveszteség olyan kockázatokot válthat ki mint pl. a szervezet csökkent ellenállóképessége, csontritkulás, a nőknél a menstruáció kimaradása veszélye fenyeget, ami terméketlenséget okozhat, stb. Azok a túlsúlyos emberek, akik fogyni szeretnének, illetve a nagyon vékony emberek, akik pedig hízni konzultáljanak a megfelelő gyógmódról és diétáról szakorvossal, vagy táplálkozási tanácsadóval.

Miért fontos tudni, hogy milyen mennyiségű zsír van a testben, valamint víz a szervezetben?

Az elhízás (túlzott mennyiségű testzsír jelenléte) az embereknél egy ismert egészségügyi kockázat, ami szorosan kötődik a súlyos betegségekhez, mint például magas vérnyomás, szívbetegség, cukorbetegség, idült ízületi gyulladás és a rák bizonyos formái. Vannak más, kevésbé gyakori tünetek, mint például átmeneti légzés szüneteltetése alvás közben és a nappali álmoság, amelyeket szintén okozhatja az elhízás. A testzsír analízis, vagy testösszetétel analízis az egészségi szint meghatározási módja. A test víztartalma jelzi, hogy jó-e az egészség. Ha a súly nem változik és a TBW% (teljes test víztartalma) növekszik, az azt jelenti, hogy az izomtömeg a testben növekszik (ami jó az egészségnek). Ha a TBW% érték csökken, az az izomtömeg elvesztését és a testzsír növekedését jelenti, vagy jelzi, a helytelen víz egyensúlyát a szervezetben, illetve néhány lehetséges vízhiánnyal járó betegséget is jelezhet. Általában a nagyobb izomtömegű embereknek magasabb a víztartalma a szervezetben.

A zsír analízishez fontos:

- Várjon 15 percet az ágyból való felkelés után!
- Pihenjen pár órát (6–8) a kimerítő, szokatlan tevékenység után!

A zsír analízis nem nyújt hasznos információkat a gyermek részére 10 éves kor alatt, a 85 év feletti felnőttek számára, lázas személyeknél, dialízis befejezése után, azoknál az embereknél, akiknél a csontritkulás tünetei jelennek meg, vagy olyan személyeknél, akik szív és érrendszeri betegségük miatt gyógyszereket szednek, várandós nőknél, valamint nagy izomtömeggel bíró sportolóknál, mert ezek a felsorolt tényezők befolyásolhatják az eredményeket.

Hogyan működik a mérleg

A zsírmonitor a legmegbízhatóbb testösszetétel analízis módját használja, a BIA (bioelektromos impedancia analízist).

A BIA méri az ellenállást, amely egyenesen arányos a zsírral a szervezetben, a gyenge és ártalmatlan elektromos áram áramlásánál. A forrási elektródák kibocsájtják az áramot a testbe az egyik oldalon és a detekáló elektródák elfogják ezt az áramot a test másik oldalán. A számítógépes analízis programba majd beírjuk az adatokat a BIA-ból, mint nem, életkor, magasság. A súly és a testzsír így automatikusan ki lesznek számolva. A testzsír százaléka és szervezet víz százaléka, a Referencia táblázatban találhatóak, amelyek a kijelzőn megjelennek. Így megtudhatja, hogy melyik csoportba tartozik. A mérleg pontossága több változótól függ. Javasoljuk, hogy úgy alakítsa ki a mérési szokását, mindig mérje magát mindig azonos napszakban és azonos feltételek mellett.

Fontos tudnivalók:

- 1) Ez a mérleg megköveteli, hogy mindig mezítláb mérje magát a testzsír analízis közben, a megfelelő pontosság érdekében!
- 2) Ne helyezze a mérleget egyenetlen felületre, vagy szőnyegre!
- 3) **Ne használja a zsír analízis funkciót, ha a következő eszközöket használja: kardiostimulátor, EKG és / vagy egyéb orvosi eszköz a testbe beültetve, vagy ha ehhez hasonló eszközöket használ.**
- 4) A túlzott ivás, étkezés, testmozgás, egészségügyi állapot, gyógyszerek, a női menstruációs ciklus, stb, befolyásolják az analízis eredményeit.

KEZELÉSI UTASÍTÁSOK

A mérleg egy finom kivitelű elektronikus berendezés. A legbonyolultabban mérhető értékek egyike az emberi test súlya, mivel az állandóan mozgásban van. Ha megbízható eredményt kíván elérni, akkor lépjen teljes talpfelületével a mérleg ugyanazon helyére és álljon mozdulatlanul. Ha lehetséges, mérje magát minden nap azonos időben (legjobb, ha reggel) és ideális esetben ugyanazon a helyen, annak érdekében, hogy összehasonlítható eredményeket érjen el. Ne felejtse el, hogy a fölösleges ruhadarabok növelik tömegét ugyanúgy, mint a mérés előtt fogyasztott étel és ital. A tömeg rövid időn belüli változása általában a test folyadékmennyisége változásaira (vesztésekre) vezethető vissza.

Elem csere

Nyissa ki a mérleg alsó oldalán lévő elemtartó fedelét. Helyezze be az elemet helyes polaritással és a fedelet zárja be. A készülékhez használjon AAA típusú elemet (2 db). Ha nem használja hosszabb ideig a készüléket, akkor vegye ki az akkumulátort!

Megjegyzések

Ne használjon különböző típusú elemeket együtt! Ne használjon együtt új és használt elemeket!

A) Súlymérés

A mérleget kizárólag súly mérésére lehet használni! Ebben a módban más értékek analízisa nem működik.

A mérleget a mérőfelületre való rálépéssel kapcsolja be. Pár pillanat elteltével a súlyérték villogni kezd és a mért érték néhány másodpercig a kijelzőn lesz látható. **Ezután a mérleg automatikusan kikapcsol.**

B) Mérési és test analízis módja

Személyes adatok beállítása (változás) a testzsír és a testvíz analízishez

Az első analízis előtt szükséges **beírni** a személyes adatokat (nem, magasság és életkor), amelyek le lesznek mentve a memóriába. A mérlegbe **az adatokat 10 fő számára lehet** beírni.

Bemeneti adatokat lehet beállítani és utána változtatni a következő tartományban:

Memória	Nem	Magasság	Életkor
0 – 9	férfi/nő	75 – 225 cm	10 – 85

1. Nyomja meg a **SET** gombot. A kijelzőn villogni fog a memória száma (pl. 1).
2. ▲ vagy ▼ gombbal válassza ki a memória számát, amelyben szeretné az adatait tárolni annak a személynek, aki használni fogja a mérleget.
Erősítse meg a **SET** gomb megnyomásával.
3. ▲ vagy ▼ gombbal állítsa be a nemét. ▼ férfi / nő 👤
Erősítse meg a **SET** gomb megnyomásával.
4. ▲ vagy ▼ gombbal állítsa be a korát (Age).
Erősítse meg a **SET** gomb megnyomásával.
5. ▲ vagy ▼ gombbal állítsa be a magasságát (meg lehet változtatni **cm ↔ FT;In**).
Erősítse meg a **SET** gomb megnyomásával.

Most minden személyes adat be van írva (változtatva). Várjon, amíg meg nem jelenik a 0,0. Álljon a mérlegre és várjon, amíg meg nem jelenik a mérés eredménye.

Néhány másodperc múlva megjelennek következő információk:

1. – Súly a beállított egységben
2. – Testzsírtartalma %-ban (FAT) + Analízis eredmény mutatója (- o + ++)
3. – Testvíz tartalma %-ban (TBW)
4. – Izomtömeg tartalma %-ban (MUS)
5. – Csontok súlyának a tartalma %-ban (BONE)

Az eredmények folyamatosan megjelennek és 3 ismétlés után a mérleg automatikusan kikapcsol.

Figyelmeztetés

Figyeljen arra, hogy mérés közben ne legyen kontaktus a talpak, vádlik, vagy combok között. Ellenkező esetben lehetséges, hogy a mérés nem lesz pontos.

Ismételt fizikai jellemzők analíziséért (személyes adatok beírása után az adott memóriába – például **1**), a következőképpen járjon el:

- 1) Nyomja meg és tartsa megnyomva a **SET** gombot (,amennyiben az alap mérési módot használta), vagy kapcsolja be a mérleget a **SET** gomb megnyomásával.
- 2) ▲ vagy ▼ gomb megnyomásával válassza ki a megfelelő memóriát, amelyben tárolva vannak az adatai.
- 3) A memória kiválasztása után ne nyomjon meg semmit (várjon, amíg meg nem jelenik a 0,0). Álljon rá a mérlegre, majd a mérleg elkezdí súlyát, valamint testi jellemzőit elemezni.

Életkor	Nő		Férfi		
	Testzsír	Testvíz	Testzsír	Testvíz	
<= 30	4,0 - 20,5	66,0 - 54,7	4,0 - 15,5	66,0 - 58,1	Sovány
	20,6 - 25,0	54,6 - 51,6	15,6 - 20,0	58,0 - 55,0	Normál súlyú
	25,1 - 30,5	51,5 - 47,8	20,1 - 24,5	54,9 - 51,9	Túlsúlyos
	30,6 - 50,0	47,7 - 34,4	24,6 - 50,0	51,8 - 34,4	Elhízottság
> = 30	4,0 - 25,0	66,0 - 51,6	4,0 - 19,5	66,0 - 55,4	Sovány
	25,1 - 30,0	51,5 - 48,1	19,6 - 24,0	55,3 - 52,3	Normál súlyú
	30,1 - 35,0	48,0 - 44,7	24,1 - 28,5	52,2 - 49,2	Túlsúlyos
	35,1 - 50,0	44,6 - 34,4	28,6 - 50,0	49,1 - 34,4	Elhízottság

Soványság jele (mérlegen)	-
Normális súly jele (mérlegen)	o
Túlsúly jele (mérlegen)	+
Elhízás jele (mérlegen)	++

Az emberek között természetes különbségek miatt a táblázat csak tájékoztató jellegű. Amennyiben szokatlan mérési eredményre jut, akkor azt mindig konzultálja kezelőorvosával. A csont és izomtömeg mérési eredményei csak hozzávetőlegesek. Átlagos izomtömeg arány egészséges férfi esetén > 40 %, nők esetében > 30 %.

Megjegyzések

A mérleg automatikusan kikapcsol, ha arra a „0.0” kijelzés megjelenését követő 20 másodpercen belül nem lép fel.

HIBAÜZENETEK ÉS JELEK

Megjelenített szimbólumok	Jelentősége
Lo	Akkumulátor lemerült
Err	Nagyon alacsony / magas zsír %
EEEE	A mért súly nagyobb, mint a mérleg maximális kapacitása.

A LEHETSÉGES PROBLÉMÁK MEGOLDÁSA

Ha a mérleggel valami probléma jelentkezik, akkor:

- Ellenőrizze az elemek helyes elhelyezését.
- Ellenőrizze a tömegegység helyes megválasztását.
- Ellenőrizze, hogy a mérleg síma padlófelületen áll és nem érintkezik-e a fallal.
- Ha a mérleg megérintését követően, ha azt be kívánja kapcsolni, a kijelzőn semmi sem jelenik meg vagy csak a „Lo” kijelzés, akkor cserélje ki az elemet.
- Ha a diszplejen az „EEEE” felirat jelenik meg, akkor a mérleg túlterhelt volt.
- Ha a diszplejen szokatlan jelek jelennének meg, akkor az elemet vegye ki és ismételtlen helyezze vissza.
- Ha olyan jelek mutatkoznak, mint a kijelző villogása vagy hibás értékek kijelzése, igyekezzen a mérleget az esetleges zavaró forrás közeléből áthelyezni vagy biztosítsa ezen zavaróforrás a mérés időtartamára történő kikapcsolását.

TÁROLÁS

A mérleget annak használata után vízszintes helyzetben tárolja (ne függőlegesen), gyermekektől és nem önjogú személyektől elzárt helyen.

KARBANTARTÁS

Ne használjon karcos és agresszív tisztítószeret (pl. **éles tárgyakat, hígítókat vagy hasonló oldószereket**). A felületet puha, nedves ruhadarabbal törölje le. Ügyeljen arra, hogy a belső részekbe ne juthasson be víz.

TECHNIKAI SPECIFIKÁCIÓK

- Elektronikus személyi üveg mérleg testzsír, testvíz, izomtömeg és csontsúly analízissel
- Elegáns megjelenés, fehér színűen megvilágított kijelzővel
- Azonnal mér – elég rálépni a mérlegre – a mérleg automatikusan bekapcsol és méri a súlyt
- 6 mm-es edzett biztonsági üveg
- Testzsír és testvíz mérése 5 paraméter használatával – magasság, súly, életkor, nem és biológiai ellenállás; • Automatikus nullázás; • Automatikus kikapcsolás 20 mp után
- Túlterhelési indikátor; • Gyenge elem indikátor; • 2 db AAA elemmel való működés (csomagolás tartalma)
- Méretek: 30,5 x 30,5 x 2 cm; • Súly: 2 kg • Érintésvédelmi osztály: III.

A technikai specifikációk és modell szerinti esetleges tartozékok változtatásának jogát a gyártó fenntartja! Illusztratív képek.

Környezetvédelmi információk

Megtettünk lehető legjobbhat a csomagolóanyagok mennyiségének csökkentése érdekében: lehetővé tettük azok egyszerű szétválasztását 3 anyagra: kartonpapír, papírzúzalék és olvasztott polipropilén. A készülék olyan anyagokat tartalmaz, amelyek szétszerelés után speciális üzemekben újrahasznosíthatók. Kérjük, tartsa be a csomagolóanyagok, kimerült elemek és régi berendezések kezelésére vonatkozó helyi előírásokat.

Használt elektromos berendezések, elemek és akkumulátorok megsemmisítése



Ez a jel a készüléken, annak tartozékain vagy csomagolásán azt jelöli, hogy ezt a terméket nem szabad a többi háztartási hulladékkal azonos módon kezelni. Élettartamának letelte után a terméket vagy az elemet (amennyiben tartalmaz) adja le az illetékes hulladékgyűjtő helyen, ahol az elektromos berendezést és elemet újrahasznosítják. Az Európai Unióban és a többi európai államban vannak gyűjtőhelyek a kiszolgált elektromos berendezések számára. A termék megfelelő módon történő megsemmisítésével nagyban hozzájárul a nem megfelelő

hulladékkezelés által a környezetet és az emberi egészséget veszélyeztető kockázatok megelőzéséhez. Az anyagok újrafeldolgozásával megőrizhetők természeti erőforrásaink. Ezért kérjük, ne dobja a kiszolgált elektromos berendezést és elemet / akkumulátort a háztartási hulladék közé. A kiszolgált elektromos berendezések ingyenes elhelyezésére vonatkozó információkért forduljon eladójához, a községi hivatalhoz.

HOUSEHOLD USE ONLY – Kizárólag háztartási használatra alkalmas.

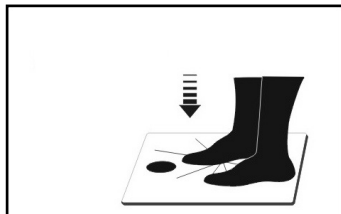
DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Ne merítse vízbe vagy más folyadékba.



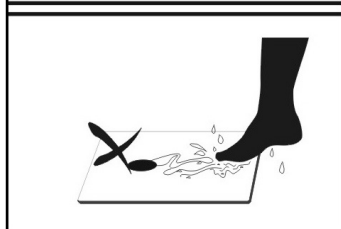
TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.

Fulladásveszély. Tartsa a PE zacskót gyermekektől elzárt helyen. A zacskó nem játékszer.

Ne használja ezt a zacskót bölcsőkben, kiságyakban, babakocsikban, vagy gyerek járókákban.



AZONNAL MÉR: a mérlegre elég rálépni - automatikusan bekapcsol és megméri a súlyt



Megjegyzés: A nedves terület csúszik!



FIGYELEM:

ZÁRUČNÍ LIST**ZÁRUČNÍ PODMÍNKY**

Na výrobek uvedený v tomto záručním listu je poskytována záruka po dobu dvacet čtyři měsíců od data prodeje spotřebiteli.

Záruka se vztahuje na poruchy a závady, které v průběhu záruční doby vznikly chybou výroby nebo vadou použitých materiálů.

Výrobek je možno reklamovat u prodejce, který výrobek prodal spotřebiteli nebo v autorizovaném servisu.

Při reklamaci je nutné předložit: reklamovaný výrobek, originální nákupní doklad, ve kterém je zřetelně uveden typ výrobku a jeho datum prodeje spotřebiteli, případně tento řádně vyplněný záruční list.

Záruka platí pouze tehdy, je-li výrobek používán podle návodu k obsluze a připojen na správné síťové napětí.

Spotřebitel ztrácí nárok na záruční opravu nebo bezplatný servis v případě:

- zásahu do přístroje neoprávněnou osobou.
- nesprávné nebo neodborné montáže výrobku.
- poškození přístroje vlivem živelné pohromy.
- používání výrobku pro jiné účely, než je obvyklé.
- používání výrobku k profesionální či jiné výdělečné činnosti.
- používání výrobku s jiným než doporučeným příslušenstvím.
- nesprávné údržby výrobku.
- nepravdivého čištění výrobků zejména v případě, kdy je závada způsobena zbytky potravin, vlasů, domovního prachu nebo jiných nečistot.
- vystavení výrobku nepříznivému vnějšímu vlivu, zejména vniknutím cizích předmětů nebo tekutin (včetně elektrolytu z baterií) dovnitř.
- mechanického poškození výrobku způsobeného nesprávným používáním výrobku nebo jeho pádem.

Pokud zboží při uplatňování vady ze strany spotřebitele bude zasíláno poštou nebo přepravní službou, musí být zabaleno v obalu vhodném pro přepravu tak, aby se zabránilo poškození výrobku přepravou.

Aktuální seznam servisních středisek naleznete na: www.gallet.cz

Případné další dotazy zasílejte na info@gallet.cz

Veškeré náležitosti uvedené v tomto záručním listu platí pouze pro výrobky nakoupené a reklamované na území České Republiky.

Typ výrobku:

Datum prodeje:

Výrobní číslo:

Razítko a podpis prodávajícího:

ZÁRUČNÝ LIST**ZÁRUČNÉ PODMIENKY**

Na výrobok uvedený v tomto záručnom liste je poskytovaná záruka na dobu dvadsať štyri mesiacov od dátumu predaja spotrebiteľovi.

Záruka sa vzťahuje na poruchy a chyby, ktoré v priebehu záručnej doby vznikli chybou výroby alebo chybou použitých materiálov.

Výrobok je možné reklamovať u predajcu, ktorý výrobok predal spotrebiteľovi alebo v autorizovanom servise.

Pri reklamacii je nutné predložiť: reklamovaný výrobok, originálny nákupný doklad, v ktorom je zreteľne uvedený typ výrobku a jeho dátum predaja spotrebiteľovi prípadne tento riadne vyplnený záručný list.

Záruka platí iba vtedy, ak je výrobok používaný podľa návodu na obsluhu a pripojený na správne sieťové napätie.

Spotrebiteľ stráca nárok na záručnú opravu alebo bezplatný servis najmä v prípade:

- zásahu do prístroja neoprávnenou osobou.
- nesprávnej alebo neodbornej montáže výrobku.
- poškodenia prístroja vplyvom živeľnej pohromy.
- používania výrobku pre účely pre ktoré nie je určený.
- používania výrobku na profesionálne či iné zárobkové činnosti.
- používania výrobku s iným než doporučeným príslušenstvom.
- nesprávnej údržby výrobku.
- nepravidelného čistenia výrobku najmä v prípade, kedy je porucha spôsobená zvyškami potravín, vlasov, domového prachu alebo iných nečistôt.
- vystavenia výrobku nepriaznivému vonkajšiemu vplyvu, najmä vniknutím cudzích predmetov alebo tekutín (vrátane elektrolytu z batérií) dovnútra.
- mechanického poškodenia výrobku spôsobeného nesprávnym používaním výrobku alebo jeho pádom.

Pokiaľ výrobok pri uplatňovaní poruchy zo strany spotrebiteľa bude zasielaný poštou alebo prepravnou službou, musí byť zabalený v obale vhodnom pre prepravu tak, aby sa zabránilo poškodeniu výrobku prepravou.

Aktuálny zoznam servisných stredísk nájdete na: www.gallet.cz

Prípadné ďalšie dotazy zasielajte info@gallet.cz

Všetky náležitosti uvedené v tomto záručnom liste platia len pre výrobky nakúpené a reklamované na území Slovenskej Republiky.

Typ prístroja:

Dátum predaja:

Výrobné číslo:

Pečiatka a podpis predajca:

KARTA GWARANCYJNA**WARUNKI GWARANCJI**

- 1) Niniejsza gwarancja dotyczy produktów produkowanych pod marką GALLET, zakupionych w sklepach na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.
- 2) Okres gwarancji wynosi 24 miesiące od daty zakupu produktu.
- 3) Naprawy gwarancyjne odbywają się na koszt Gwaranta we wskazanym przez Gwaranta Autoryzowanym Zakładzie Serwisowym.
- 4) Gwarancją objęte są wady produktu spowodowane wadliwymi częściami i/lub defektami produkcyjnymi.
- 5) Gwarancja obowiązuje pod warunkiem dostarczenia do Autoryzowanego Zakładu Serwisowego urządzenia w kompletnym opakowaniu albo w opakowaniu gwarantującym bezpieczny transport wraz z kompletem akcesoriów oraz z poprawnie i czytelnie wypełnioną kartą gwarancyjną i dowodem zakupu (paragon, faktura VAT, etc.).
- 6) Autoryzowany Zakład Serwisowy może odmówić naprawy gwarancyjnej jeśli Karta Gwarancyjna nosić będzie widoczne ślady przeróbek, jeżeli numery produktów okażą się inne niż wpisane w karcie gwarancyjnej a także jeśli numer dokumentu zakupu oraz data zakupu na dokumencie różnią się z danymi na Karcie Gwarancyjnej.
- 7) Usterki ujawnione w okresie gwarancji będą usunięte przez Autoryzowany Zakład Serwisowy w terminie 14 dni roboczych od daty przyjęcia produktu do naprawy przez zakład serwisowy, termin ten może być przedłużony do 21 dni roboczych w przypadku konieczności sprowadzenia części zamiennych z zagranicy .
- 8) Gwarancją nie są objęte:
 - wadliwe działanie lub uszkodzenie spowodowane niewłaściwym użytkowaniem (np. znaczące zabrudzenie urządzenia, zarówno wewnątrz jak i na zewnątrz, zalanie płynami itp.) lub użytkowanie niezgodne z instrukcją obsługi i przepisami bezpieczeństwa
 - zużycie towaru przekraczające zakres zwykłego użytkowania przez indywidualnego odbiorcę końcowego (zwłaszcza jeżeli był wykorzystywany do profesjonalnej lub innej czynności zarobkowej)
 - uszkodzenia spowodowane czynnikami zewnętrznymi (w tym: wyładowaniami atmosferycznymi, przepięciami sieci elektrycznej, środkami chemicznymi, czynnikami termicznymi) i działaniem osób trzecich
 - uszkodzenia powstałe w wyniku podłączenia urządzenia do niewłaściwej instalacji współpracującej z produktem
 - uszkodzenia powstałe w wyniku zalania wodą, użycia nieodpowiednich baterii (np. ładowanych powtórnie baterii nie będących akumulatorami)
 - produkty nie posiadające wypełnionej przez Sprzedawcę Karty Gwarancyjnej
 - produkty z naruszoną plombą gwarancyjną lub wyraźnymi oznakami ingerencji przez osoby trzecie (nie będące Autoryzowanym Zakładem Serwisowym lub nie działające w jego imieniu i nie będące przez niego upoważnionymi)
 - kable przyłączeniowe, piloty zdalnego sterowania, słuchawki, baterie
 - uszkodzenia powstałe wskutek niewłaściwej konserwacji urządzenia
 - uszkodzenia powstałe w wyniku zdarzeń losowych (np. powódź, pożar, klęski żywiołowe, wojna, zamieszki, inne nieprzewidziane okoliczności)
 - czynności związane ze zwykłą eksploatacją urządzenia (np. wymiana baterii)
 - zapisane na urządzeniu dane w formie elektronicznej (w szczególności Gwarant zastrzega sobie prawo do sformatowania nośników danych zawartych w urządzeniu, co może skutkować utratą danych na nich zapisanych)
 - **uszkodzenia (powodujące np. brak odpowiedzi urządzenia lub jego nie włączanie się) powstałe wskutek wgrania nieautoryzowanego oprogramowania.**
- 9) Jeżeli Autoryzowany Zakład Serwisowy stwierdzi, iż przyczyną awarii urządzenia są przypadki wymienione w pkt. 8 lub nie stwierdzi żadnego uszkodzenia, koszty serwisu oraz całkowite koszty transportu urządzenia pokrywa nabywca.

- 10) W wypadku wystąpienia wypadków wymienionych w pkt. 8 Autoryzowany Zakład Serwisowy wyceni naprawę urządzenia i na życzenie klienta może dokonać naprawy odpłatnej. Uszkodzenia urządzenia powstałe w wyniku wypadków opisanych w pkt. 8 powodują utratę gwarancji.
- 11) Wszelkie wadliwe produkty lub ich części, które zostały w ramach naprawy gwarancyjnej wymienione na nowe, stają się własnością Gwaranta.
- 12) W wypadku gdy naprawa urządzenia jest niemożliwa lub spowodowałaby przekroczenie terminów określonych w pkt. 7 a także kiedy naprawa wiązałaby się z poniesieniem przez Gwaranta kosztów niewspółmiernych do wartości urządzenia Gwarant może wymienić Klientowi urządzenie na nowe o takich samych lub wyższych parametrach. W razie niedostarczenia urządzenia w komplecie Gwarant może wymienić jedynie zwrócone części urządzenia lub dokonać zwrotu zapłaconej ceny jednak wówczas jest upoważniony do odjęcia kosztu części zużytych lub nie dostarczonych przez użytkownika (np. baterii, słuchawek, zasilacza) wraz z reklamowanym urządzeniem.
- 13) Okres gwarancji przedłuża się o czas przebywania urządzenia w Autoryzowanym Zakładzie Serwisowym.
- 14) W wypadku utraty karty gwarancyjnej nie wydaje się jej duplikatu.
- 15) Producent może uchylić się od dotrzymania terminowości usługi gwarancyjnej gdy zaistnieją zakłócenia w działalności firmy spowodowane nieprzewidywalnymi okolicznościami (tj. niepokoje społeczne, klęski żywiołowe, ograniczenia importowe itp).
- 16) Gwarancja nie wyklucza, nie ogranicza ani nie zawiesza praw konsumenta wynikających z niezgodności towaru z umową sprzedaży.
- 17) W sprawach nieuregulowanych niniejszymi warunkami mają zastosowanie przepisy Kodeksu Cywilnego.

Uszkodzenie wyposażenia nie jest automatycznie powodem dla bezpłatnej wymiany kompletnego urządzenia. Jeżeli reklamujesz słuchawki, pilota, kable przyłączeniowe lub inne akcesoria NIE PRZYSYŁAJ całego urządzenia. Skontaktuj się ze sprzedawcą lub producentem w celu uzgodnienia sposobu przeprowadzenia procedury reklamacyjnej bez konieczności przesyłania całego kompletu do serwisu.

Kontakt w sprawach serwisowych: Digison Polska Sp. z o.o., Tel. (071) 3577027, Fax. (071) 7234552, internet: <http://www.digison.pl/sonline/>, e-mail: serwis@digison.pl

Nazwa:	Pieczeńć i podpis sprzedawcy:	
Data sprzedaży:		
Numer serii:		
1. Data Przyjęcia/Nr Naprawy/ Pieczeńć i Podpis Serwisanta:	2. Data Przyjęcia/Nr Naprawy/ Pieczeńć i Podpis Serwisanta:	
3. Data Przyjęcia/Nr Naprawy/ Pieczeńć i Podpis Serwisanta:	4. Data Przyjęcia/Nr Naprawy/ Pieczeńć i Podpis Serwisanta:	

Gallet

