



MOD. PD 7640

PESO DE BAÑO ELECTRONICO  
ELECTRONIC BATHROOM SCALES  
PÈSE-PERSONNE ÉLECTRONIQUE  
ELEKTRONISCHE BADEZIMMERWAAGE  
BALANÇA DE CASA DE BANHO ELECTRÓNICA  
BILANCIA DA BAGNO ELETTRONICA  
ELEKTRONISCHE BADKAMERWEEGSCHAAL  
ELEKTRONICKÉ KOUPELNOVÉ VÁHY  
ELEKTRONICZNA WAGA ŁAZIENKOWA  
ELEKTRONICKÁ KÚPEĽNOVÁ VÁHA  
ELEKTROMOS FÜRDŐSZOBAMÉRLEG  
ЕЛЕКТРОННА ВЕЗНА ЗА БАНЯ  
ELEKTRONSKA VAGA ZA KUPAONICE  
CÂNTAR DE BAIE ELECTRONIC

INSTRUCCIONES DE USO  
INSTRUCTIONS FOR USE  
MODE D'EMPLOI  
GEBRAUCHSANLEITUNG  
INSTRUÇÕES DE USO  
ISTRUZIONI PER L'USO  
GEBRUIKSAANWIJZING  
NÁVOD K POUZITÍ  
INSTRUCJA OBSŁUGI  
NÁVOD NA POUZITIU  
HASNÁLATI UTASÍTÁS  
инструкция за употреба  
UPUTE ZA UPOTREBU  
INSTRUCTIUNI DE UTILIZARE



**5- 9 • ESPAÑOL  
10-14 • ENGLISH  
15-19 • FRANÇAIS  
20-24 • DEUTSCH  
25-29 • PORTUGUÊS  
30-34 • ITALIANO  
35-39 • NEDERLANDS  
40-44 • ČESKY  
45-49 • POLSKA  
50-54 • SLOVENSKY  
55-60 • MAGYAR  
61-65 • българск  
66-70 • HRVATSKA  
71-75 • ROMANA**



Fig. 1

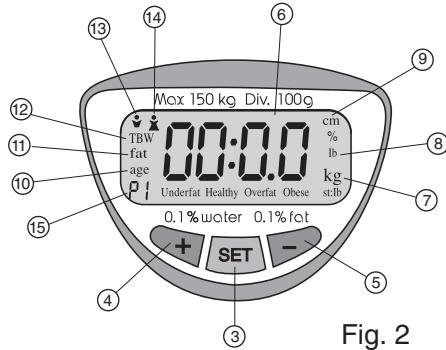


Fig. 2

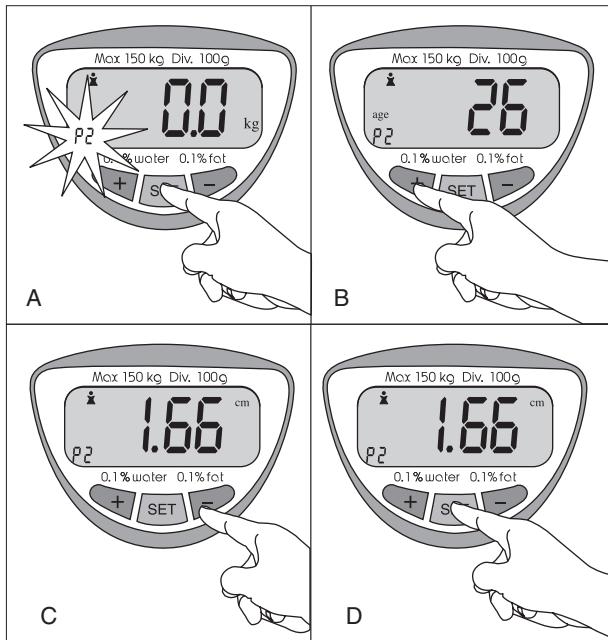


Fig. 3

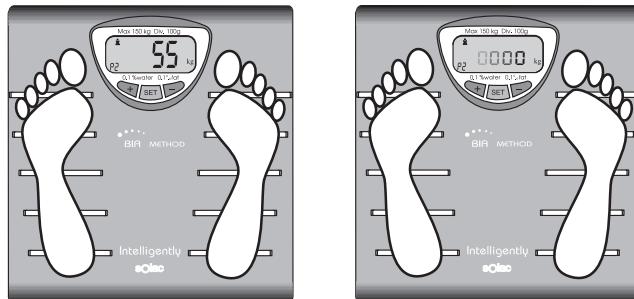


Fig. 4

10"



## INTRODUCCIÓN:

La obesidad, es decir, una absorción de grasa corporal desproporcionada, es conocida por el riesgo que supone para la salud: alta tensión arterial, enfermedades del corazón, diabetes,... Incluso pueden surgir problemas menos graves por la obesidad, como apnea, sueño durante el día,... Gracias a esta báscula, podrá controlar su peso y el nivel de grasa corporal desde su propio hogar.

Este peso utiliza uno de los métodos de análisis de composición corporal más fiable: BIA (Bioelectrical Impedance Analysis). Este sistema mide la resistencia que ejerce el cuerpo, sobre una pequeña e inocua corriente eléctrica, que es transportada por el agua y otros fluidos a través de las piernas. El valor de esta resistencia será mayor en los tejidos más grasos.

Al comparar la impedancia con algunos datos, como la altura, peso, edad y sexo, se calcula el porcentaje de grasa corporal.

## TABLAS DE REFERENCIA:

### 1.- Porcentaje de grasa corporal:

#### Mujeres:

Edad	Delgado	Peso bajo	Normal	Sobre peso	Obeso
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Atleta*			15-25		

#### Hombres:

Edad	Delgado	Peso bajo	Normal	Sobre peso	Obeso
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Atleta*			3-15		

\* Atleta: cualquier persona, de entre 15 y 50 años, que dedique aproximadamente 12 horas a la semana a ejercicio físico intenso, y tenga un ritmo cardíaco de unas 60 pulsaciones por minuto o menos.

## **2. Porcentaje de agua corporal:**

	Mujeres	Hombres
Niños	58-70	60-73
Adultos	42-61	46-66
Atletas	56-71	60-73

**Nota:** estos datos han sido recogidos por un muestreo. Se trata únicamente de una referencia. Si tiene cualquier duda sobre los resultados, por favor consúltelo con su médico.

## **ATENCIÓN:**

- **No utilice este aparato si tiene implantado cualquier aparato médico, como un marcapasos.**
- Lea atentamente las instrucciones de uso antes de utilizar el peso de baño.
- Este peso ha sido diseñado para pesar gente y no es apropiado para uso comercial o industrial.
- En caso de desuso del aparato, no lo tire a la basura. Por respeto al medio ambiente, lleve el peso a un Servicio de Asistencia Técnica autorizado para que le retiren la pila de litio que lleva en su interior.
- Esta báscula no debería ser usada en presencia de humos inflamables.
- Este peso no debe ser utilizada en lugar de un aparato profesional de diagnóstico. Consulte a su médico.
- Este aparato no debe sumergirse en agua.
- La capacidad de la báscula es 150 Kgr. Para evitar daños, no intente pesar más de este peso.
- Intente distribuir su peso sobre la báscula de la misma manera cada vez que se pese para asegurar resultados coherentes.
- Pése a la misma hora, aproximadamente, cada día. Las comidas, líquidos bebidos y nivel de actividad hacen que su peso varíe a lo largo del día.
- Para resultados más exactos, pése sin ropa. El peso medio de la ropa, incluyendo zapatos, suele ser de 1-2.5 Kgs. para las mujeres y de 2.5-3.5 Kgs. para los hombres.
- Si observa alguna anomalía en el funcionamiento del aparato, acuda a un Servicio de Asistencia Técnica autorizado para su verificación y reparación.
- No utilizar con los pies mojados o con la superficie mojada, podría resbalarse.
- No es apropiado para su uso durante el embarazo, para atletas que entrenen intensivamente mas de 10 horas a la semana o para niños.
- Este aparato no está calibrado para personas menores de 10 años o mayores de 80.

# COMPONENTES PRINCIPALES: (FIG.1)

- 1.- Base principal
- 2.- Panel de control:
  3. Pulsador SET: encendido, selección de menú y confirmación de la selección.
  4. Pulsador "+": comienzo y movimiento hacia arriba por el menú
  5. Pulsador "-": movimiento hacia abajo por el menú
- 6.- Pantalla (**Fig. 2**):
  7. Peso
  8. unidad de medida
  9. altura
  10. edad
  11. porcentaje de grasa
  12. porcentaje de agua
  13. hombre
  14. mujer
  15. número de usuario

## FUNCIONAMIENTO:

- Antes de utilizar por primera vez la báscula, retire el plástico que la cubre. Abra el compartimento de la pila y retire la protección que evita que entre en contacto. Dentro de este compartimento hay un selector para elegir la unidad de medida. Posicione el selector en la unidad de medida que desee (Kg / Lb/St).
- Sitúe la báscula sobre una superficie lisa. Una superficie dura es la mejor para una mayor exactitud. Situando la báscula en una superficie demasiado blanda, como una alfombra, sus arrugas pueden afectar la exactitud de pesada.
- Para ponerla en funcionamiento, dé un pequeño golpe seco con el pie en la superficie y quite el pie de la báscula o, pulse cualquier tecla.
- Espere a que aparezca en la pantalla "0.0"

## PESADO TRADICIONAL:

- Para ponerla en funcionamiento, dé un pequeño golpe seco con el pie en la superficie y quite el pie de la báscula o pulse cualquier tecla.
- Espere a que aparezca en la pantalla "0.0"
- Súbase a la báscula una vez que aparezca "0.0". Manténgase de pie sobre la báscula hasta que aparezca su peso. Su peso estabilizado parpadeará 3 veces.

**Nota:** si no espera antes de subirse en la báscula, se producirá un error. Bájese entonces de la báscula, espere a que se apague y comience de nuevo.

## MÉTODO ANÁLISIS BIA:

- Para medir su nivel de grasa y agua corporal, es necesario que previamente introduzca algunos datos personales. Para que no tenga que realizar esta operación cada vez que desee utilizar la báscula, ésta dispone de 4 memorias, para que cada usuario tenga grabada esta información y resulte más cómodo su uso. **Fig.3**
- 1.- Presione el pulsador SET. La pantalla mostrará parpadeando el número del usuario. Presione los pulsadores "+" o "-", hasta llegar a su número de usuario (P1, P2, P3 o P4).
- Si es la primera vez que utiliza este sistema, seleccione un usuario libre, y utilice el mismo a partir de entonces.
- Confirme la selección pulsando SET.
- 2.- Seleccione mediante los pulsadores "+" y "-" su sexo. Confirme la selección pulsando SET.
- 3.- Introduzca su edad mediante los pulsadores "+" y "-". Confirme la selección pulsando SET.
- 4.- Determine su altura, mediante los pulsadores "+" y "-".y confirme la selección pulsando SET.
- Una vez que los datos introducidos parpadeen, quedarán grabados, y se mantendrán en la memoria para sus próximas mediciones.
  - El peso de desconectará si en 10 segundos no se presiona ningún pulsador.

## PESADO CON ANALISIS BIA

- Para ponerla en funcionamiento, dé un pequeño golpe seco con el pie en la superficie y quite el pie de la báscula o, pulse cualquier tecla.
- Espere a que aparezca en la pantalla "0.0"
- Súbase a la báscula una vez que aparezca "0.0". Manténgase de pie sobre la báscula hasta que aparezca su peso. Durante el pesado, sus pies deben estar sobre las líneas metálicas.
- Después de mostrar su peso, aparecerá una "o" desplazándose de izquierda a derecha. La balanza está realizando el análisis de impedancia biomagnética, mediante el cual calculará el porcentaje de grasa y agua de su cuerpo. Por favor, espere y no baje de la báscula.
- Una vez terminado el análisis, la pantalla mostrará los valores de agua y grasa corporales, almacenándolos en la última memoria de usuario.
- A continuación la pantalla mostrará una "o" desplazándose de izquierda a derecha, presione entonces el pulsador SET (Tiene 5 segundos para hacerlo).
- Verá en la pantalla un número parpadeando (1-5). Pulse + o - dependiendo de la memoria que desee consultar y pulse SET para confirmar. Las memorias seleccionables corresponden a las 5 últimas pesadas realizadas por el usuario que ha realizado el análisis BIA.
- Verá en la pantalla los datos de su memoria personal: peso, porcentaje de grasa y agua corporal.
- Para valorar sus resultados, consulte el apartado "Tablas de referencia"

- Si se ha utilizado un número de usuario, la pantalla mostrará los datos de la última vez que se pesó. Esta información la mostrará cada vez que vuelva a utilizar su número de usuario, pudiendo consultar siempre que lo desee los datos de sus últimas 5 mediciones, tal y como se indica en el punto 7 dentro de este mismo apartado.
- Esta báscula dispone de desconexión automática, por lo que tras 10 segundos sin ser utilizada, se apagará.

## POSIBLES ERRORES

- "Lo": Indicador de baja batería. Por favor, cambie las pilas.
- "Err2%": error en el porcentaje de grasa corporal. Asegúrese de que se ha colocado correctamente, descalzo, y de que no hay humedad en la superficie.
- "OL": sobrepeso. El peso excede la capacidad de la báscula (máx: 150Kg)

## MANTENIMIENTO:

- Para evitar daños, evite que entren en contacto con el peso cosméticos y demás líquidos de baño.
- Para limpiarlo, use un paño humedecido en agua y detergente suave. Seque cuidadosamente ya que la humedad puede afectar partes internas. No use limpiadores abrasivos porque pueden dañar la pantalla.

## EN CASO DE PROBLEMA

- Compruebe que las pilas están colocadas correctamente
- Compruebe que ha seleccionado la medida de peso que desea
- Compruebe si la báscula está en una superficie lisa, sin tocar una pared
- Compruebe que no se ha subido a la báscula antes que la pantalla muestre "0.0"



¡¡ATENCION!!: Cuando desee desprenderse del aparato, NUNCA lo deposite en la basura, sino que acuda al PUNTO LIMPIO o de recogida de residuos más cercano a su domicilio, para su posterior tratamiento. De esta manera, está contribuyendo al cuidado del medio ambiente.

## INTRODUCTION:

Obesity, in other words, abnormal absorption of body fat, is a known risk for people's health: high blood pressure, heart disease, diabetes, etc. Less serious problems can also be caused by obesity, such as sleep apnoea, sleepiness during the day, etc. With these scales, you can now check your weight and body fat percentage without leaving your home.

These scales use one of the most reliable methods for analysing body composition: BIA (Bioelectrical Impedance Analysis). This system measures the resistance of the body to a small, harmless electrical current, which is carried up through the legs by water and other fluids. The value of this resistance is greater in fatty tissue.

When comparing the impedance with certain information, such as height, weight, age and sex, we can calculate the percentage of body fat.

## REFERENCE TABLES:

### 1.- Body fat percentage:

#### Women:

Age	Thin	Under-weight	Normal	Over-weight	Obese
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Athlete*			15-25		

#### Men:

Age	Thin	Under-weight	Normal	Over-weight	Obese
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Athlete*			3-15		

\*Athlete: any person, aged between 15 and 50, who is involved in intense physical activity approximately 12 hours a week and who has a resting heart rate of approximately 60 beats per minute or less.

## **2. Body water percentage:**

	Women	Men
Children	58-70	60-73
Adults	42-61	46-66
Athletes	56-71	60-73

**Note:** these data were gained by sampling. They are for reference purposes only. If you have any question about the results, please consult your doctor.

## **IMPORTANT NOTICE:**

- **Do not use the scales if you have a medical device implanted, such as a pacemaker.**
- Please read the instructions for use carefully before using your bathroom scales.
- These scales have been designed to weigh people and should not be used for commercial or industrial purposes.
- If you stop using the scales, do not throw them in the bin. To prevent harm to the environment, take the scales to an authorised technical service to remove the lithium battery.
- These scales must not be used near flammable fumes.
- These scales must not be used instead of professional diagnosis apparatus. Please consult your doctor.
- This appliance must not be placed underwater.
- The maximum capacity of the scales is 150 kg. To avoid damage, never try to weigh yourself if you are over this weight.
- Try to distribute your weight over the scales in the same way each time you weigh yourself in order to ensure consistent results.
- Weigh yourself at approximately the same time each day. Food, liquids and your level of activity make your weight vary during the day.
- For more precise results, weigh yourself naked. The average weight of clothes, including shoes, is usually 1-2.5 kg for women and 2.5-3.5 kg for men.
- If you notice any malfunction in the scales, take them to an Authorised Technical Service shop for inspection and repair.
- Do not use the scales with wet feet or when the surface is wet, since you could slip.
- We do not recommend its use during pregnancy, athletes that train intensively during more than 10 hours a week or children.
- This device is not calibrated for children below the age of ten or people above the age of 80.

---

## MAIN COMPONENTS: (FIG. 1)

---

- 1.- Main base
- 2.- Control Panel:
  3. SET Button: start, menu selection and selection confirmation.
  4. "+" Button: start and moving up the menu.
  5. "-" Button: moving down the menu.
- 6.- Screen (**Fig. 2:**)
  7. Weight
  8. unit of measurement
  9. height
  10. age
  11. fat percentage
  12. water percentage
  13. man
  14. woman
  15. user number

---

## OPERATION:

---

- Before using your scales for the first time, remove the plastic cover. Open the battery's compartment and remove the protection. Inside the battery compartment, there is a selector that can be used to choose the measurement unit. Move the selector to the desired measurement unit (Kg / Lb/St).
- Place the scales on a smooth surface. A hard surface gives greater precision. If you place the scales on a surface that is too soft, such as a rug, the folds may affect the precision of the weight shown.
- To start the scales, tap the surface with your foot, or press any key.
- Wait until "0.0" is displayed on the screen.

## TRADITIONAL WEIGHING:

---

- To start the scales, tap the surface with your foot, or press any key.
- Wait until "0.0" is displayed on the screen.
- Stand on the scales whenever "0.0" appears on the screen. Stay standing on the scales until your weight appears. Your stabilised weight will blink thrice.

**Note:** if you do not wait before getting on the scales, an error will occur. If this happens, get off the scales, wait for them to turn off and start again.

## BIA ANALYSIS METHOD:

---

- To measure your body fat and water levels, it is necessary for you first to enter some personal data. The scales have a 4-unit memory so that you do not have

to perform this operation every time you want to use the scales; every user can record his/her information making it more convenient to use the scales.

### **Fig. 3**

- 1.- Press the SET button. The user number will come up on the screen and flash. Press the "+" or "-" buttons until you reach your user number (P1, P2, P3 or P4).  
If you are using the system for the first time, select a free user number and use the same number the next times you use the scales.  
Confirm the selection by pressing SET.
  - 2.- Use the "+" and "-" buttons to select your gender. Confirm the selection by pressing SET.
  - 3.- Enter your age with the "+" and "-" buttons. Confirm the selection by pressing the SET button.
  - 4.- Enter your height with the "+" and "-" buttons. Confirm the selection by pressing the SET button.
- The data entered will blink before being recorded and they will be stored in the memory for future measurements.
  - The scales will switch off if no buttons are pressed for 10 seconds.

## **WEIGHING WITH BIA ANALYSIS**

- To start the scales, tap the surface with your foot, or press any key.
- Wait until "0.0" is displayed on the screen.
- Stand on the scales whenever "0.0" appears on the screen. Stay standing on the scales until your weight appears. During the weighing process, your feet must be on the metallic lines.
- After displaying your weight, an "o" will move from left to right. The scales will be carrying out the bio-magnetic impedance analysis, which will calculate your body's fat and water percentage. Please wait and do not get off the scales.
- After completing the analysis, the screen will display the body water and fat values, storing them in the user memory.
- Next, the screen will display an "o" moving from left to right, press the SET button (You have 5 seconds to do so).
- A number will start to flash on the screen (1-5). Press + or - to select the desired memory bank and press SET to confirm the selection. The memory banks that can be selected correspond to the last weights obtained by the user who has carried out the BIA analysis.
- The screen will display all data in your personal memory: weight, percentage body water and fat.
- To assess the results, see the "Reference Tables" section.
- If you used a user number, the screen will show the information from the last time you weighed yourself. This information will be displayed every time you use your user number. You can always request the data for the five last times you weighed yourself, as described in point 7 in this section.
- These scales turn off automatically after ten seconds without use.

## **POSSIBLE ERRORS:**

---

- “Lo”: Low battery. Please replace the batteries.
- “Err2%”: body fat percentage error. Make sure you are standing barefoot in the right position and that the surface of the scales is dry.
- “OL”: weight overload. The weight exceeds the capacity of the scales (max.: 150Kg)

## **MAINTENANCE:**

---

- To avoid damage, ensure that the scales do not come into contact with cosmetics or bathroom liquids.
- To clean them, use a damp cloth and a gentle detergent. Dry the appliance carefully, since moisture could affect the internal parts of the scales. Do not use abrasive cleaning agents as they may damage the display.

## **TROUBLESHOOTING**

---

- Ensure that the batteries are in place.
- Check that you have selected the correct weight measurement unit.
- Ensure that the scales is on a flat surface and that it does not touch the wall.
- Do not get on the scales before the screen displays “0.0”.



CAUTION!: When you want to dispose of the appliance, NEVER throw it in the rubbish bin. Take it to your nearest CLEAN POINT or the waste collection centre closest to your home for processing. You will thus be helping to take care of the environment.

## INTRODUCTION :

Il est bien connu que l'obésité, c'est-à-dire une absorption de graisse corporelle disproportionnée, suppose un risque pour la santé : tension artérielle élevée, maladies cardio-vasculaires, diabète, etc., y compris des problèmes moins graves pouvant dériver de l'obésité comme l'apnée du sommeil, une somnolence pendant la journée, etc. Grâce à ce pèse-personne, vous pourrez contrôler depuis chez vous votre poids et votre niveau de graisse corporelle.

Ce pèse-personne utilise l'une des méthodes d'analyse de composition corporelle les plus fiables : la BIA (Analyse à Impédance Bio-électrique). Ce système mesure la résistance qu'exerce le corps sur un courant électrique faible et sans danger, qui est conduit par l'eau et d'autres fluides à travers les jambes. La valeur de cette résistance sera plus importante sur les tissus plus gras.

En comparant l'impédance avec certaines caractéristiques comme la taille, le poids, l'âge et le sexe, la machine calcule le taux de graisse corporelle.

## TABLEAUX DE RÉFÉRENCE :

### 1.- Taux de graisse corporelle :

#### Chez la femme :

Âge	Mince	Poids faible	Normal	En surpoids	Obèse
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Athlète*			15-25		

#### Chez l'homme :

Âge	Mince	Poids faible	Normal	En surpoids	Obèse
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Athlète*			3-15		

\* Athlète : toute personne entre 15 et 50 ans consacrant environ 12 heures par semaine à des exercices physiques intenses et présentant un rythme cardiaque d'environ 60 pulsations par minute ou inférieur.

## **2. Teneur corporelle en eau :**

	Femmes	Hommes
Enfants	58-70	60-73
Adultes	42-61	46-66
Athlètes	56-71	60-73

**Remarque :** ces données ont été obtenues à partir d'un échantillonnage. Ces informations ne sont données qu'à titre de référence. En cas de doute sur les résultats, veuillez consulter votre médecin.

## **ATTENTION :**

- **N'utilisez pas cet appareil si vous portez un appareil médical interne, comme un régulateur cardiaque.**
- Lisez attentivement les instructions d'utilisation avant d'utiliser le pèse-personne.
- Ce pèse-personne a été conçu pour peser des personnes ; il n'est pas adapté pour une utilisation commerciale ou industrielle.
- Si vous n'utilisez plus cet appareil, ne le jetez pas à la poubelle. Afin de respecter l'environnement, apportez le pèse-personne au Service d'Assistance Technique agréé pour qu'il retire la pile de lithium qui s'y trouve.
- Ce pèse-personne ne doit pas être utilisé en présence de fumées inflammables.
- Ce pèse-personne ne doit pas être utilisé en lieu et place d'un appareil professionnel de diagnostic. Consultez votre médecin.
- Cet appareil ne doit pas être submergé dans l'eau.
- La capacité de la balance est de 150 kg. Pour éviter de l'endommager, n'essayez pas de peser un poids supérieur.
- À chaque pesée, essayez de distribuer votre poids de manière uniforme sur la balance afin de garantir des résultats cohérents.
- Pesez-vous environ à la même heure chaque jour. Les repas, les boissons et votre niveau d'activité modifient votre poids au cours de la journée.
- Pour des résultats plus précis, pesez-vous sans vêtement. Le poids moyen des vêtements, y compris les chaussures, est en général de 1 à 2,5 kg pour les femmes et de 2,5 à 3,5 kg pour les hommes.
- Si vous observez une anomalie quelconque dans le fonctionnement de l'appareil, apportez-le à un Service d'Assistance Technique agréé pour sa vérification et sa réparation.
- Ne pas utiliser si vos pieds ou la surface sont mouillés, vous pourriez glisser.
- Évitez de l'utiliser pendant la grossesse, dans le cas d'athlètes suivant un entraînement de plus de dix heures par semaine et chez les enfants.
- Cet appareil n'est pas calibré pour des personnes de moins de 10 ans ou de plus de 80 ans.

---

## PRINCIPAUX COMPOSANTS : (FIG. 1)

---

1.- Bloc principal.

2.- Télécommande :

- 3. Bouton SET: mise en marche, sélection de menu et confirmation de la sélection.
- 4. Bouton « + » : démarrage et défilement vers le haut pour le menu.
- 5. Bouton « - » : défilement vers le bas pour le menu.

6.- Écran (Fig. 2):

- 7. poids
- 8. unité de mesure
- 9. taille
- 10. âge
- 11. taux de graisse
- 12. teneur en eau
- 13. homme
- 14. femme
- 15. numéro d'utilisateur

---

## FONCTIONNEMENT :

---

- Avant d'utiliser le pèse-personne pour la première fois, retirez le plastique qui le recouvre. Ouvrez le compartiment de la pile et retirez la protection qui évite qu'elle soit en contact. Un sélecteur pour le choix de l'unité de mesure se trouve dans ce compartiment. Positionnez le sélecteur sur l'unité de mesure souhaitée (Kg/Lb/St).
- Placez le pèse-personne sur une surface lisse. Une surface dure est idéale pour une meilleure précision. Si vous placez le pèse-personne sur une surface qui n'est pas ferme, comme un tapis par exemple, les plis éventuels peuvent affecter la précision de la pesée.
- Pour le mettre en marche, donnez un petit coup sec avec le pied sur la surface et retirez le pied du pèse-personne, ou appuyez sur n'importe quelle touche.
- Attendez que « 0.0 » s'affiche à l'écran.

---

## PESÉE TRADITIONNELLE :

---

- Pour le mettre en marche, donnez un petit coup sec avec le pied sur la surface et retirez le pied du pèse-personne, ou appuyez sur n'importe quelle touche.
  - Attendez que « 0.0 » s'affiche à l'écran.
  - Montez sur le pèse-personne lorsque « 0.0 » apparaît. Restez debout sur le pèse-personne jusqu'à l'affichage du poids. Votre poids stabilisé clignotera trois fois.
- Remarque :** si vous n'attendez pas avant de monter sur le pèse-personne, un message d'erreur sera affiché. Descendez alors du pèse-personne, attendez qu'il s'éteigne et recommencez l'opération.

## MÉTHODE D'ANALYSE BIA :

- Pour mesurer votre niveau de graisse et d'eau corporelles, vous devez introduire auparavant quelques données personnelles. Pour ne pas avoir à le faire à chaque fois que vous souhaitez utiliser le pèse-personne, l'appareil dispose de 4 mémoires afin que chaque utilisateur puisse enregistrer ces informations, permettant ainsi une utilisation plus pratique. **Fig. 3**

1.- Appuyez sur le bouton SET. Le numéro de l'utilisateur clignotera à l'écran. Appuyez sur le bouton « + » ou « - » jusqu'à ce que votre numéro d'utilisateur apparaisse (P1, P2, P3 ou P4).

Si vous utilisez l'appareil pour la première fois, sélectionnez un utilisateur disponible et utilisez toujours le même par la suite.

Confirmez la sélection en appuyant sur SET.

2.- Sélectionnez votre sexe à l'aide des boutons « + » et « - ». Confirmez la sélection en appuyant sur SET.

3.- Introduisez votre âge en utilisant les boutons « + » et « - ». Confirmez la sélection en appuyant sur SET.

4.- Introduisez votre taille en utilisant les boutons « + » et « - », et confirmez la sélection en appuyant sur SET.

• Lorsque les données saisies clignotent, elles seront enregistrées et conservées en mémoire pour les prochaines mesures.

• Le pèse-personne s'éteint automatiquement si aucune touche n'est actionnée dans les 10 secondes suivantes.

## PESÉE AVEC ANALYSE BIA

- Pour le mettre en marche, donnez un petit coup sec avec le pied sur la surface et retirez le pied du pèse-personne, ou appuyez sur n'importe quelle touche.

• Attendez que « 0.0 » s'affiche à l'écran.

• Montez sur le pèse-personne lorsque « 0.0 » apparaît. Restez debout sur le pèse-personne jusqu'à l'affichage du poids. Après la pesée, vos pieds doivent se situer sur les lignes métalliques.

• Après l'affichage de votre poids, un « 0 » défilerà de gauche à droite. Le pèse-personne réalise l'analyse d'impédance bio-magnétique qui permettra de calculer votre taux de graisse et d'eau corporelles. Veuillez patienter et ne pas descendre du pèse-personne.

• À l'issue de l'analyse, les valeurs d'eau et de graisse corporelles seront affichées sur l'écran, et seront mémorisés dans la dernière mémoire d'utilisateur.

• Un « 0 » se déplaçant de gauche à droite apparaîtra ensuite sur l'écran ; appuyez alors sur le bouton SET (vous avez cinq secondes pour le faire).

• Un numéro clignotera sur l'écran (1-5). Appuyez sur les touches + ou - selon la mémoire que vous souhaitez consulter et appuyez sur SET pour confirmer. Les mémoires à sélectionner correspondent aux 5 dernières pesées réalisées par l'utilisateur ayant effectué l'analyse BIA.

- Les renseignements conservés dans votre mémoire personnelle seront affichés sur l'écran : Poids, taux de graisse et d'eau corporelles.
- Pour évaluer vos résultats, consultez la section « tableaux de référence ».
- Si vous avez utilisé un numéro d'utilisateur, l'écran affichera les données de votre dernière pesée. Ces informations seront affichées à chaque fois que vous utiliserez votre numéro d'utilisateur. Vous pourrez consulter quand vous le souhaitez les données de vos cinq dernières pesées, tel que l'indique le point 7 de cette section.
- Ce pèse-personne dispose d'une fonction d'arrêt automatique. Il s'éteindra donc après 10 secondes sans être utilisé.

## ERREURS POSSIBLES :

- « Lo » : Indicateur de batterie faible. Veuillez remplacer les piles.
- « Err2% » : erreur dans le taux de graisse corporelle. Vérifiez votre position sur le pèse-personne, que vous êtes bien pieds-nus et que la surface du pèse-personne n'est pas humide.
- « OL » : surcharge. Le poids est supérieur à la capacité maximale du pèse-personne (max. : 150 kg).

## ENTRETIEN :

- Pour éviter d'endommager l'appareil, éviter tout contact avec des produits cosmétiques et autres produits de bain.
- Pour le nettoyer, utilisez un chiffon humidifié à l'eau avec un produit nettoyant doux. Séchez-le soigneusement car l'humidité peut endommager les composants internes. N'utilisez jamais de produits nettoyants abrasifs car ces derniers peuvent endommager l'écran.

## EN CAS DE PROBLÈME

- Vérifiez que les piles sont insérées correctement.
- Vérifiez que vous avez sélectionné la mesure de poids souhaitée.
- Vérifiez que le pèse-personne est posé sur une surface lisse, sans entrer en contact avec le mur.
- Veillez à ne pas monter sur le pèse-personne tant que l'écran n'indique pas « 0.0 »



ATTENTION ! Pour mettre l'appareil au rebut, NE LE JETEZ JAMAIS à la poubelle ; déposez-le dans un POINT DE RECYCLAGE ou à la déchetterie la plus proche afin qu'il y soit recyclé. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement.

## EINFÜHRUNG:

Übergewicht, also eine übermäßige Ansammlung von Körperfett, ist für die begleitenden Gesundheitsrisiken bekannt: hoher Blutdruck, Herzkrankheiten, Diabetes u.a. Übergewicht kann außerdem zu Problemen wie Atemstillstand, Müdigkeit am Tage u.a. führen. Mit dieser Waage können Sie Ihr Gewicht und Ihren Körperfettanteil bei sich zuhause kontrollieren.

Diese Waage nutzt eine der zuverlässigsten Methoden zur Analyse der Körperzusammensetzung: die BIA (Bioelektrische Impedanzanalyse). Dieses System misst den Widerstand, den der Körper auf einen kleinen, ungefährlichen elektrischen Strom ausübt, der über das Wasser und andere Körperflüssigkeiten durch die Beine geleitet wird. Der Wert dieses Widerstands ist in fetthaltigeren Gewebe höher.

Über den Vergleich der Impedanz mit einigen Daten wie Größe, Gewicht, Alter und Geschlecht lässt sich der prozentuale Anteil an Körperfett errechnen.

## REFERENZTABELLEN:

### 1.- Prozentualer Anteil an Körperfett:

#### Frauen:

Alter	Schlank	Untergewicht	Normal	Übergewicht	Fettleibigkeit
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Sportler*			15-25		

#### Männer:

Alter	Schlank	Untergewicht	Normal	Übergewicht	Fettleibigkeit
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Sportler*			3-15		

\* Sportler: Jede Person zwischen 15 und 50 Jahren, die sich etwa 12 Stunden pro Woche intensiv körperlich betätigt und einen Herzschlagrhythmus von ca. 60 Schlägen pro Minute oder weniger hat.

## **2. Prozentualer Anteil an Körperwasser:**

	Frauen	Männer
Kinder	58-70	60-73
Erwachsene	42-61	46-66
Sportler	56-71	60-73

**Hinweis:** Diese Daten entstammen einer Stichprobe. Sie dienen allein als Anhaltspunkt. Bei Zweifeln oder Fragen zu den Ergebnissen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

---

## **ACHTUNG**

---

- Benutzen Sie die Waage nicht, wenn Sie einen medizinischen Apparat (z. B. Schrittmacher) implantiert haben.
- Lesen Sie vor der Inbetriebnahme der Badezimmerwaage aufmerksam die Bedienungsanleitung durch.
- Diese Waage dient zum Wiegen von Personen und eignet sich nicht für den kommerziellen oder gewerblichen Gebrauch.
- Wenn Sie das Gerät nicht mehr länger benutzen möchten, werfen Sie es keinesfalls in den Müll. Bringen Sie die Waage aus Umweltschutzgründen zu einer autorisierten Kundendienststelle, damit die im Gerät vorhandene Lithiumbatterie dort entsorgt werden kann.
- Diese Waage darf nicht in Gegenwart von entflammabaren Rauchgasen benutzt werden.
- Diese Waage darf nicht anstelle eines professionellen Diagnosegeräts benutzt werden. Wenden Sie sich hierfür an Ihren Arzt.
- Das Gerät darf nicht in Wasser getaucht werden.
- Die Kapazität der Waage beträgt 150 kg. Um Schäden an der Waage zu vermeiden, überlasten Sie diese bitte nicht.
- Versuchen Sie, Ihr Gewicht bei jedem Wiegen gleichmäßig auf der Waage zu verteilen, um vergleichbare Resultate zu gewährleisten.
- Wiegen Sie sich immer etwa zur gleichen Tageszeit. Ihr Gewicht kann im Laufe des Tages variieren, abhängig von der aufgenommenen Nahrung und Ihrer körperlichen Betätigung.
- Um genauere Ergebnisse zu erzielen, wiegen Sie sich unbekleidet. Die Kleidung (mit Schuhen) einer Frau wiegt im Schnitt 1-2,5 kg, und die eines Mannes durchschnittlich 2,5-3,5 kg.
- Wenn Sie beim Betrieb des Geräts einen Defekt beobachten, wenden Sie sich zur Überprüfung und Reparatur bitte an einen autorisierten Kundendienst.
- Nicht mit nassen Füßen oder bei nasser Oberfläche verwenden, da Rutschgefahr besteht.
- Die Waage ist nicht geeignet für Schwangere, Sportler die mehr als 10 Stunden pro Woche intensiv trainieren oder Kinder.
- Diese Waage ist nur für Personen von 10 bis 80 Jahren kalibriert.

---

## HAUPTBESTANDTEILE: (ABB. 1)

---

- 1.- Gehäuse
- 2.- Bedienungspaneel
  3. SET-Taste Einschalten, Menüauswahl und Bestätigung der Auswahl
  4. „+“-Taste Start und Aufwärtsnavigieren im Menü
  5. „-“-Taste Abwärtsnavigieren im Menü
- 6.- Display (**Abb. 2:**)
  7. Gewicht
  8. Maßeinheit
  9. Größe
  10. Alter
  11. Fettanteil
  12. Wasseranteil
  13. Mann
  14. Frau
  15. Benutzernummer

---

## BETRIEB:

---

- Entfernen Sie die Kunststoffabdeckung vor der ersten Benutzung der Waage. Öffnen Sie das Batteriefach und entfernen Sie den Kontaktschutz an der Batterie. Innerhalb des Batteriefachs gibt es einen Schieber zum Auswählen der Maßeinheit. Stellen Sie den Schieber auf die gewünschte Maßeinheit (kg/lb/st).
- Stellen Sie die Waage auf eine glatte Oberfläche. Für eine höhere Genauigkeit der Waage empfehlen wir eine harte Oberfläche. Wird die Waage auf einer zu weichen Oberfläche abgestellt (z. B. einem Teppich), können die Unebenheiten das Messergebnis beeinflussen.
- Zur Inbetriebnahme der Waage, tippen Sie deren Oberfläche leicht mit dem Fuß an oder drücken Sie eine beliebige Taste.
- Warten Sie, bis auf dem Display „0.0“ erscheint.

---

## TRADITIONELLES WIEGEN:

---

- Zur Inbetriebnahme der Waage tippen Sie deren Oberfläche leicht mit dem Fuß an oder drücken Sie eine beliebige Taste.
- Warten Sie bis auf dem Display „0.0“ erscheint.
- Sobald „0.0“ auf der Anzeige erscheint, können Sie sich auf die Waage stellen. Bleiben Sie solange auf der Waage stehen, bis das angezeigte Gewicht 3 mal blinkt. Dies ist Ihr endgültiges Gewicht.

**Hinweis:** Wenn Sie vor dem Betreten der Waage nicht warten, erscheint eine Fehlermeldung. Steigen Sie in diesem Fall von der Waage herunter, warten Sie, bis sich das Gerät ausgeschalten hat, und beginnen Sie von Neuem.

## BIA-METHODE:

- Um Ihren Anteil an Körperfett und -wasser messen zu können, müssen Sie zunächst einige persönliche Daten eingeben. Um diesen Schritt nicht vor jedem Wiegen von Neuem durchführen zu müssen, hat die Waage 4 Speicherplätze, damit jeder Benutzer seine Informationen bequem speichern kann. **Abb. 3**

1.- Drücken Sie die SET-Taste. Auf dem Display blinkt die Benutzernummer auf.

Drücken Sie die „+“- oder „-“-Taste um zu Ihrer Benutzernummer (P1, P2; P3 oder P4) zu gelangen.

Beim ersten Mal wählen Sie eine freie Benutzernummer, die von da an Ihnen zugeschrieben ist.

Bestätigen Sie die Auswahl mit der SET-Taste.

2.- Stellen Sie mit der „+“- oder „-“-Taste Ihr Geschlecht ein. Bestätigen Sie die Auswahl mit der SET-Taste.

3.- Geben Sie Ihr Alter mithilfe der „+“- oder „-“-Taste ein. Bestätigen Sie die Auswahl mit der SET-Taste.

4.- Geben Sie Ihre Größe mithilfe der „+“- oder „-“-Taste ein. Bestätigen Sie die Auswahl mit der SET-Taste.

- Blinken die eingegebenen Informationen auf, wurden sie gespeichert und stehen Ihnen für zukünftige Anwendungen zur Verfügung.

- Wenn 10 Sekunden lang keine Taste gedrückt wird, schaltet sich die Waage automatisch aus.

## WIEGEN MIT BIA

- Zur Inbetriebnahme der Waage, tippen Sie deren Oberfläche leicht mit dem Fuß an oder drücken Sie eine beliebige Taste.
- Warten Sie bis auf dem Display „0,0“ erscheint.
- Sobald „0,0“ auf der Anzeige erscheint, können Sie sich auf die Waage stellen. Bleiben Sie solange auf der Waage stehen, bis Ihr Gewicht angezeigt wird. Während des Wiegevorgangs müssen sich Ihre Füße auf den metallischen Linien befinden.
- Nach der Anzeige Ihres Gewichts erscheint auf dem Display „o“, das sich von links nach rechts bewegt. Die Waage führt nun die Bioelektrische Impedanzanalyse durch, mit deren Hilfe Ihr Körperfett- und Körperwasseranteil ermittelt wird. Bitte warten Sie und steigen Sie nicht von der Waage.
- Nach der Analyse zeigt das Display die Körperfett- und Wasserwerte an, die im letzten Benutzerspeicher gespeichert werden.
- Danach erscheint auf dem Display „o“, das sich von links nach rechts bewegt. Drücken Sie bitte die SET-Taste innerhalb von 5 Sekunden.
- Auf dem Display wird eine blinkende Zahl angezeigt (1-5). Drücken Sie auf + bzw. -, je nach Speicher, den Sie abfragen möchten, und drücken Sie SET zur Bestätigung. Die zur Auswahl stehenden Speicher entsprechen den letzten 5 Gewichtsergebnissen des Benutzers, der die BIA-Analyse durchgeführt hat.
- Auf dem Display werden die Daten Ihres persönlichen Speichers angezeigt: Gewicht, Körperfett- und Wasseranteil.
- Zum Einordnen Ihrer Ergebnisse lesen Sie bitte den Absatz „Referenztabelle“.

- Wenn Sie mit einer Benutzernummer gearbeitet haben, zeigt die Waage die Daten Ihres letzten Wiegeergebnisses an. Diese Informationen werden jedes Mal angezeigt, wenn Sie sich wieder mit Ihrer Benutzernummer wiegen, wobei die Daten der letzten 5 Messungen jederzeit abgefragt werden können, wie unter Punkt 7 dieses Abschnittes erläutert.
- Diese Waage verfügt über eine automatische Abschaltung, die das Gerät ausschaltet, nachdem es 10 Sekunden nicht benutzt wurde.

## MÖGLICHE FEHLERANZEIGEN

- „Lo“: Anzeige für schwache Batterie. Bitte tauschen Sie die Batterien aus.
- „Err2%“: Fehler im Prozentsatz des Körperfetts. Stellen Sie sicher, dass Sie sich richtig und mit nackten Füßen auf die Waage gestellt haben und die Oberfläche nicht feucht ist.
- „OL“: Übergewicht. Das Gewicht übersteigt die Kapazität der Waage (max: 150 kg).

## INSTANDHALTUNG:

- Um Beschädigungen zu vermeiden, sollten Sie den Kontakt von Kosmetika und sonstigen Flüssigkeiten mit der Waage vermeiden.
- Benutzen Sie zur Reinigung ein mit Wasser und mildem Spülmittel befeuchtetes Tuch. Trocknen Sie das Gerät sorgfältig ab, da Feuchtigkeit die inneren Teile beschädigen kann. Benutzen Sie keine Scheuermittel, da diese das Display zerkratzen können.

## PROBLEMBEHANDLUNG

- Überprüfen Sie, ob die Batterien korrekt eingesetzt sind.
- Versichern Sie sich, dass sie die gewünschte Maßeinheit eingestellt haben.
- Stellen Sie sicher, dass die Waage auf einer ebenen Oberfläche steht und keine Wand berührt.
- Beachten Sie, dass Sie sich nicht auf die Waage stellen, bevor „0.0“ auf dem Display erscheint.



ACHTUNG!! Das Gerät KEINESFALLS über den Hausmüll entsorgen, sondern zum nächstgelegenen WERTSTOFFHOF oder zur Abfallannahmestelle zur Weiterverwertung bringen. So leisten Sie einen Beitrag zum Umweltschutz.

## • PORTUGUÊS

# INTRODUÇÃO:

A obesidade, ou seja, uma absorção de gordura corporal desproporcionalada, é conhecida pelo risco que representa para a saúde: tensão arterial alta, doenças do coração, diabetes,... podem inclusive surgir problemas menos graves devidos à obesidade, tais como a apneia, sono durante o dia,... Graças a esta balança, poderá controlar o seu peso e o nível de gordura corporal na sua própria casa. Esta balança utiliza um dos métodos de análise de composição corporal mais fiável: BIA (Bioelectrical Impedance Analysis). Este sistema mede a resistência que o corpo exerce sobre uma pequena e inócuas corrente eléctrica, que é transportada pela água e outros fluidos através das pernas. O valor desta resistência será maior nos tecidos mais gordos. Ao comparar a impedância com alguns dados, como a altura, o peso, a idade e o sexo, calcula-se a percentagem de gordura corporal.

# TABELAS DE REFERÊNCIA:

## 1.- Percentagem de gordura corporal:

### Mulheres:

Idade	Magro	Peso baixo	Normal	Excesso de peso	Obeso
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Atleta*			15-25		

### Homens:

Idade	Magro	Peso baixo	Normal	Excesso de peso	Obeso
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Atleta*			3-15		

\* Atleta: qualquer pessoa, de entre 15 e 50 anos, que dedique aproximadamente 12 horas por semana ao exercício físico intenso, e tenha um ritmo cardíaco de 60 pulsacões por minuto ou menos.

## **2. Percentagem de água corporal:**

	Mulheres	Homens
Crianças	58-70	60-73
Adultos	42-61	46-66
Atletas	56-71	60-73

**Nota:** estes dados foram recolhidos por amostragem. Trata-se apenas de uma referência. Se tiver alguma dúvida acerca dos resultados, por favor consulte o seu médico.

## **ATENÇÃO:**

- **Não utilize este aparelho se tiver implantado qualquer dispositivo médico como, por exemplo, marcapassos.**
- Leia atentamente as instruções de uso antes de utilizar a balança de casa de banho.
- Esta balança foi concebida para pesar pessoas e não é adequada para utilização comercial ou industrial.
- Quando o aparelho deixar de ser utilizado não o deite no lixo. Para respeitar o meio ambiente, leve a balança a um Serviço de Assistência Técnica autorizado para que lhe retirem a pilha de lítio que tem no seu interior.
- Esta balança não deverá ser utilizada na presença de fumos inflamáveis.
- Esta balança não deve ser utilizada em substituição de um aparelho profissional de diagnóstico. Consulte o seu médico.
- Este aparelho não deve ser imerso em água.
- A capacidade da balança é de 150 Kg. Para evitar danos, não tente pesar mais do que este peso.
- Tente distribuir o seu peso sobre a balança da mesma maneira, cada vez que se pesar, para assegurar resultados coerentes.
- Pese-se sempre à mesma hora, aproximadamente, todos os dias. As refeições, os líquidos bebidos e o nível de actividade fazem com que o seu peso varie ao longo do dia.
- Para obter resultados mais exactos, pese-se sem roupa. O peso médio da roupa, incluindo o calçado, costuma ser de 1-2,5 Kg para as mulheres e de 2,5-3,5 Kg para os homens.
- Se observar alguma anomalia no funcionamento do aparelho, recorra a um Serviço de Assistência Técnica autorizado para a sua verificação e reparação.
- Não utilizar com os pés molhados ou com a superfície molhada, poderia escorregar.
- Não é adequado para ser usado durante a gravidez, para atletas que treinem intensivamente mais de 10 horas por semana ou para crianças.
- Este aparelho não está calibrado para pessoas com menos de 10 anos nem mais de 80.

# COMPONENTES PRINCIPAIS: (FIG.1)

1.- Base principal

2.- Painel de controlo:

3. Botão SET: ligado, selecção do menu e confirmação da selecção.

4. Botão “+”: começo e movimento para cima no menu

5. Botão “-”: movimento para baixo no menu

6.- Ecrã (Fig. 2):

7. Peso

8. unidade de medida

9. altura

10. idade

11. percentagem de gordura

12. percentagem de água

13. homem

14. mulher

15. número de utilizador

## FUNCIONAMENTO:

- Antes de utilizar a balança pela primeira vez, retire o plástico que a cobre. Abra o compartimento da pilha e retire a protecção que evita que entre em contacto. Dentro deste compartimento há um selector para seleccionar a unidade de medida. Posicione o selector na unidade de medida que deseja (Kg/Lb/St) .
- Coloque a balança sobre uma superfície lisa. Uma superfície dura é melhor, para uma maior exactidão. Colocando a balança numa superfície demasiado mole, como um tapete, as suas rugosidades podem afectar a exactidão da pesagem.
- Para a pôr em funcionamento, dê um pequeno toque seco com o pé na superfície e retire o pé da balança ou prima qualquer tecla.
- Espere que surja no visor “0.0”

## BALANÇA TRADICIONAL:

- Para a pôr em funcionamento, dê um pequeno toque seco com o pé na superfície e retire o pé da balança ou prima qualquer tecla.
- Espere que surja no visor “0.0”
- Suba para a balança quando aparecer “0.0”. Mantenha-se de pé sobre a balança até que apareça o peso. O peso estabilizado piscará 3 vezes.

**Nota:** se não esperar antes de subir para a balança, produz-se um erro. Desça da balança, espere que se desligue e comece outra vez.

## MÉTODO DE ANÁLISE BIA:

- Para medir o seu nível de gordura e de água corporal, é necessário que introduza previamente alguns dados pessoais. Para que não tenha de realizar esta operação cada vez que deseje utilizar a balança, esta dispõe de 4 memórias, para que cada utilizador tenha gravada esta informação e a sua utilização se torne mais cómoda. **Fig.3**

1.- Pressione o botão SET. O ecrã mostrará o número do utilizador a piscar. Pressione os botões "+" ou "-", até chegar ao seu número de utilizador (P1, P2, P3 ou P4).

Se for a primeira vez que utiliza este sistema, seleccione um utilizador livre, e utilize o mesmo a partir desse momento.

Confirme a selecção premindo SET.

2.- Seleccione através dos botões "+" e "-" o seu sexo. Confirme a selecção premindo SET.

3.- Introduza a sua idade através dos botões "+" e "-". Confirme a selecção premindo SET.

4.- Determine a sua altura através dos botões "+" e "-" e confirme a selecção premindo SET.

- Quando os dados introduzidos piscarem, ficam gravados e mantêm-se na memória para as próximas medições.

- A balança desligar-se-á se não se pressionar qualquer botão em 10 segundos.

## PESAGEM COM ANÁLISE BIA

- Para a pôr em funcionamento, dê um pequeno toque seco com o pé na superfície e retire o pé da balança ou prima qualquer tecla.

- Espere que surja no visor "0.0"

- Suba para a balança quando aparecer "0.0". Mantenha-se de pé sobre a balança até que apareça o peso. Durante a pesagem, os seus pés devem estar sobre as linhas metálicas.

- Depois de mostrar o peso, surge um "o" deslocando-se da esquerda para a direita. A balança está a realizar a análise de impedância biomagnética, a través da qual calcula a percentagem de gordura e água do seu corpo. Por favor, espere e não saia da balança.

- Uma vez terminada a análise, o ecrã mostra os valores de gordura e água corporais, armazenando-os na última memória de utilizador.

- Em seguida, o visor mostra um "o" deslocando-se da esquerda para a direita, pressione então o botão SET (Tem 5 segundos para o fazer).

- Verá no ecrã um número a piscar (1-5). Prima + ou - dependendo da memória que deseje consultar e prima SET para confirmar. As memórias seleccionáveis correspondem às 5 últimas pesagens realizadas pelo utilizador que realizou a análise BIA.

- Verá no ecrã os dados da sua memória pessoal: peso, percentagem de gordura e água corporal.

- Para avaliar os seus resultados, consulte a secção "Tabelas de referência"
- Se se utilizou um número de utilizador, o ecrã mostrará os dados da última vez que se pesou. Esta informação será mostrada cada vez que voltar a utilizar o seu número de utilizador, podendo consultar, sempre que o desejar, os dados das últimas 5 medições, tal como se indica no ponto 7 dentro desta mesma secção.
- Esta balança desliga-se automaticamente, pelo que, após 10 segundos sem ser utilizada, desligar-se-á.

---

## POSSÍVEIS ERROS:

---

- "Lo": Indicador de bateria fraca Por favor, substitua as pilhas.
- "Err2%": erro na percentagem de gordura corporal. Certifique-se de que se colocou correctamente, descalço, e de que não existe humidade na superfície.
- "OL": excesso de peso. O peso excede a capacidade da balança (máx: 150 Kg)

---

## MANUTENÇÃO:

---

- Para prevenir danos, evite que a balança entre em contacto com cosméticos e outros líquidos de banho.
- Para limpá-la, utilize um pano humedecido em água e detergente suave. Seque cuidadosamente, uma vez que a humidade pode afectar as partes internas. Não use agentes de limpeza abrasivos porque podem danificar o ecrã.

---

## EM CASO DE PROBLEMA

---

- Verifique se as pilhas estão correctamente colocadas
- Verifique se seleccionou a medida de peso desejada
- Verifique se a balança se encontra numa superfície lisa, sem tocar numa parede
- Verifique se não subiu para a balança antes de o visor mostrar "0.0"



ATENÇÃO!!: Quando pretender desfazer-se do aparelho, NUNCA o deite no caixote do lixo, faça-o no seu ECOPONTO ou no ponto de recolha de resíduos mais perto de sua casa, para o seu posterior tratamento. Desta forma, está a contribuir para a protecção do meio ambiente.

## • ITALIANO

# INTRODUZIONE

I rischi per la salute determinati dall'obesità, ovvero un assorbimento sproporzionato di grasso corporeo, sono ben noti: tensione arteriosa alta, patologie cardiache e diabete a cui si possono aggiungere problemi meno gravi, quali apnea o sonnolenza. Grazie a questa bilancia è possibile controllare il peso e il livello di grasso presente nel corpo direttamente a casa propria.

Questa bilancia utilizza uno dei più affidabili metodi di analisi di composizione corporea: il BIA (Bioelectrical Impedance Analysis). Questo sistema misura la resistenza esercitata dal corpo su una piccola corrente elettrica trasportata da acqua e altri fluidi attraverso le gambe. Il valore di questa resistenza risulta maggiore nei tessuti più grassi.

Confrontando l'impedenza con dati quali altezza, peso, età e sesso è possibile calcolare la percentuale di grasso corporeo.

# TABELLE DI RIFERIMENTO

## 1.- Percentuale di grasso corporeo

### Donne

Età	Sottopeso	Peso basso	Normale	Sovrappeso	Obesità
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
* Atleta:	15-25				

### Uomini

Età	Sottopeso	Peso basso	Normale	Sovrappeso	Obesità
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
* Atleta:	3-15				

\* Atleta: persona di età compresa tra i 15 e i 50 anni che dedica circa 12 ore alla settimana all'esercizio fisico intenso e ha un ritmo cardiaco di circa 60 pulsazioni al minuto o meno.

## **2. Percentuale di acqua nel corpo**

	Donne	Uomini
Bambini	58-70	60-73
Adulti	42-61	46-66
Atleti	56-71	60-73

**Nota:** questi dati vengono presentati a titolo esemplificativo. Si tratta unicamente di dati di riferimento. In caso di dubbi sui risultati, rivolgersi al proprio medico.

## **ATTENZIONE:**

- Non utilizzare l'apparecchio in presenza di apparecchiature mediche quali pacemaker.
- Leggere attentamente le presenti istruzioni prima di usare la bilancia da bagno.
- Questa è una bilancia pesapersona, non adatta per uso commerciale o industriale.
- Se non si desidera più utilizzarla, non gettarla nella spazzatura. Per evitare di disperderla nell'ambiente, portare la bilancia presso un Servizio d'Assistenza Tecnica organizzato per estrarre la batteria al litio che si trova nell'apposito vano interno.
- Non utilizzare la bilancia in prossimità di fumi infiammabili.
- Non utilizzare la bilancia in sostituzione di uno strumento professionale di diagnosi. Allo scopo, rivolgersi al proprio medico.
- Non immergere l'apparecchio in acqua.
- La capacità della bilancia è pari a 150 kg; per evitare danni si consiglia di non provare a misurare un peso superiore.
- Per ottenere risultati coerenti, distribuire il peso sulla bilancia sempre nello stesso modo.
- Pesarsi all'incirca alla stessa ora ogni giorno. I pasti, i liquidi ingeriti e il livello di attività fisica possono determinare variazioni di peso durante la giornata.
- Pesarsi senza vestiti per ottenere un risultato più accurato. Di solito, il peso medio dei vestiti comprese le scarpe è pari a 1 - 2,5 kg per le donne e 2,5 – 3,5 kg per gli uomini.
- Se dovessero riscontrarsi anomalie nel funzionamento dell'apparecchio, rivolgersi a un servizio di assistenza tecnica autorizzato perché possa controllarlo e ripararlo.
- Onde evitare di scivolare, non utilizzare se si hanno i piedi bagnati o se la superficie è bagnata.
- L'utilizzo dell'apparecchio è sconsigliato a donne in gravidanza, ad atleti che si allenano in maniera intensiva per più di 10 ore a settimana o ai bambini.
- L'apparecchio non è calibrato per persone di età inferiore ai 10 anni o superiore agli 80.

# **COMPONENTI PRINCIPALI: (FIG. 1).**

1.- Base principale

2.- Pannello di controllo:

- 3. Pulsante SET: se acceso, consente di selezionare il menu desiderato e confermare la selezione.
- 4. Pulsante "+": avvio e spostamento nel menu verso l'alto
- 5. Pulsante "-": spostamento nel menu verso il basso

6.- Display digitale (**Fig. 2**):

- 7. peso
- 8. unità di misura
- 9. altezza
- 10. età
- 11. percentuale di grasso
- 12. percentuale di acqua
- 13. uomo
- 14. donna
- 15. numero di utente

## **FUNZIONAMENTO:**

- Prima di utilizzare la bilancia per la prima volta, rimuovere la pellicola in plastica che la avvolge. Aprire il vano della batteria e rimuovere la protezione che ne impedisce l'entrata in contatto. All'interno del vano è presente un selettori per la scelta dell'unità di misura. Posizionare il selettori sull'unità di misura desiderata (Kg / Lb/St).
- Posizionare la bilancia su una superficie piana. Per una misurazione più esatta, è consigliabile porre l'apparecchio su una superficie dura. Se la bilancia viene collocata su una superficie troppo morbida come, ad esempio, un tappeto, le eventuali pieghe dello stesso potrebbero compromettere l'esattezza della pesata.
- Per avviare l'apparecchio dare un colpetto secco sulla superficie della bilancia con il piede e togliere il piede dalla superficie, oppure premere un pulsante qualsiasi.
- Attendere che sul display appaiano le cifre "0.0".

## **PESATURA TRADIZIONALE:**

- Per avviare l'apparecchio dare un colpetto secco sulla superficie della bilancia con il piede e togliere il piede dalla superficie, oppure premere un pulsante qualsiasi.
- Attendere che sul display appaiano le cifre "0.0".

• Salire sulla bilancia non appena si visualizza "0.0". Tenere i piedi sulla bilancia fino a quando non si visualizza il proprio peso. Il peso stabilizzato lampeggia per 3 volte.

**Nota:** se il tempo di attesa per salire sulla bilancia non viene rispettato si verificherà un errore. Scendere quindi dalla bilancia, attendere che si spenga e ri-cominciare da capo.



## METODO DI ANALISI BIA:

- Per misurare il livello di grasso e acqua nel corpo è prima necessario immettere alcuni dati personali. Per non dover eseguire questa operazione ogni volta che si utilizza la bilancia, questa dispone di 4 memorie, in modo che ciascun utente possa memorizzare i propri dati personali e utilizzarla più comodamente. **Fig. 3**

1.- Premere il pulsante SET. Sul display digitale lampeggia il numero utente. Premere il pulsante "+" o "-" fino a raggiungere il proprio numero utente (P1, P2, P3 o P4).

Se è la prima volta che viene utilizzato il sistema, selezionare un numero di utente libero e utilizzare sempre lo stesso da quel momento in poi.

Confermare la selezione premendo il pulsante SET.

2.- Selezionare il proprio sesso mediante i pulsanti "+" e "-". Confermare la selezione premendo il pulsante SET.

3.- Inserire la propria età mediante i pulsanti "+" e "-". Confermare la selezione premendo il pulsante SET.

4.- Inserire la propria altezza mediante i pulsanti "+" e "-". Confermare la selezione premendo il pulsante SET.

- Dopo il lampeggiamento i dati immessi vengono memorizzati e rimangono nel sistema per le pesate successive.

- La bilancia si collega se entro 10 secondi non viene premuto alcun pulsante.

## PESATURA CON ANALISI BIA

- Per avviare l'apparecchio dare un colpetto secco sulla superficie della bilancia con il piede e togliere il piede dalla superficie, oppure premere un pulsante qualsiasi.

- Attendere che sul display appaiano le cifre "0.0".

- Salire sulla bilancia non appena si visualizza "0.0". Tenere i piedi sulla bilancia fino a quando non si visualizza il proprio peso. Durante la pesatura i piedi devono trovarsi sulle righe metalliche.

- Una volta mostrato il peso apparirà una "o" che si sposta da sinistra a destra. Ciò significa che la bilancia sta eseguendo l'analisi di impedenza biomagnetica tramite la quale viene calcolata la percentuale di grasso corporeo e acqua contenuti nel corpo dell'utente. Attendere e non scendere dalla bilancia.

- Al termine dell'analisi, sul display appariranno i valori relativi all'acqua e al grasso nel corpo. Questi valori vengono memorizzati nell'ultima memoria dell'utente.

- Sul display appare nuovamente una "o" che si muove da sinistra a destra. Premere il pulsante SET (ha a disposizione cinque secondi).

- Il numero lampeggia sul display (1-5). Premere + o - in base alla memoria da consultare, quindi premere il tasto SET per confermare. Le memorie selezionabili corrispondono alle 5 ultime pesature realizzate dall'utente che ha eseguito l'analisi BIA.

- Sul display appaiono i propri dati: peso, percentuale di grasso corporeo e percentuale d'acqua..

- Per valutare i risultati ottenuti consultare la sezione "Tabelle di riferimento".
- Se si utilizza un numero di utente, sul display vengono visualizzati i dati relativi all'ultima pesatura. Queste informazioni, che vengono visualizzate ogni volta che si utilizza lo stesso numero di utente, consentono di consultare i dati relativi alle ultime 5 misurazioni, come indicato al punto 7 di questa stessa sezione.
- La bilancia dispone di un sistema di disconnessione automatica, pertanto si spegne se non viene utilizzata per più di 10 secondi.

## POSSIBILI ERRORI

- "Lo": Indicatore di livello batteria basso. Sostituire le batterie.
- "Err2%": errore nel calcolo della percentuale del grasso corporeo. Verificare di essersi posizionati correttamente, a piedi scalzi e che non vi sia umidità sulla superficie.
- "OL": sovrappeso. Il peso supera la capacità della bilancia (max. 150 Kg).

## MANUTENZIONE:

- Per evitare danni, fare in modo che cosmetici e altri liquidi da bagno non entrino in contatto con la bilancia.
- Pulire utilizzando un panno inumidito con acqua e un detergente delicato. Asciugare con attenzione, poiché l'umidità danneggia i componenti interni dell'apparecchio. Non usare spugnette abrasive, poiché queste danneggierebbero il display.

## IN CASO DI DIFFICOLTÀ

- Assicurarsi che le batterie siano installate in maniera corretta
- Assicurarsi di aver selezionato l'unità di misura del peso desiderata
- Assicurarsi che la bilancia si trovi su una superficie piana e non a contatto con il muro
- Assicurarsi di non essere saliti sulla bilancia prima della visualizzazione del valore "0.0" sul display



ATTENZIONE: non smaltire MAI l'apparecchio insieme ai rifiuti domestici. Portarlo presso il CENTRO DI SMALTIMENTO o di raccolta più vicino perché possa essere smaltito adeguatamente. In questo modo si contribuirà alla tutela dell'ambiente.

## • NEDERLANDS

# INLEIDING:

Overgewicht, d.w.z. een buitengewone opname van lichaamsvetten, staat bekend als een risico voor de gezondheid: hoge bloeddruk, hartaandoeningen, suikerziekte, enz. Tevens zouden er minder ernstige problemen op kunnen treden, zoals ademnood, slaperigheid overdag, e.d., indien er geen sprake was van overgewicht. Dankzij deze weegschaal kunt u uw gewicht en het lichaamsvetpercentage thuis in de gaten houden.

Deze weegschaal werkt met één van de meest betrouwbare methoden om de samenstelling van het lichaamsgewicht te analyseren: B.I.A. (Bioelectrical Impedance Analysis). Bij dit systeem wordt een klein en onschadelijk elektrisch signaal via de benen door het water en ander lichaamsvocht getransporteerd om vervolgens de lichaamsweerstand die dit signaal ondervindt te meten. Deze weerstand is hoger in vethoudende weefsels.

Door de impedantie te vergelijken met enkele gegevens zoals lengte, gewicht, leeftijd en geslacht wordt het lichaamsvetpercentage berekend.

## VERGELIJKINGSTABELLEN:

### 1.- *Lichaamsvetpercentage:*

#### Vrouwen:

Leeftijd	Slank	Laag gewicht	Normaal	Overgewicht	Zwaarlijvig
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Atleet*			15-25		

#### Mannen:

Leeftijd	Slank	Laag gewicht	Normaal	Overgewicht	Zwaarlijvig
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Atleet*			3-15		

\* Atleet: iedereen van 15 tot 50 jaar die wekelijks ongeveer 12 uur intensief sport beoefent en een hartslag van ca. 60 slagen per minuut heeft.

## **2. Lichaamsvochtpercentage:**

Vrouwen	Mannen
Kinderen	58-70
Volwassenen	42-61
Atleten	56-71
	60-73
	46-66
	60-73

**Opmerking:** deze gegevens zijn door middel van een steekproef verzameld. Ze zijn uitsluitend ter oriëntatie bedoeld. In geval van twijfel over de resultaten, raadpleeg uw huisarts.

## **WAARSCHUWINGEN:**

- Gebruik dit apparaat niet als bij u een medisch apparaat, zoals bijv. een pacemaker, is geïmplanteerd.
- Lees, alvorens de badkamerweegschaal in gebruik te nemen, de gebruiksaanwijzingen aandachtig door.
- Deze weegschaal is ontworpen om personen te wegen en is niet geschikt voor handels- en industriedoeleinden.
- Dit toestel niet zomaar bij de vuilnis doen wanneer hij niet meer wordt gebruikt. Breng om het milieu te sparen de weegschaal naar een Erkende Technische Servicedienst om de lithiumbatterij uit het apparaat te laten verwijderen.
- Deze weegschaal mag niet in de nabijheid van ontvlambare dampen worden gebruikt.
- Deze weegschaal mag niet in plaats van een professioneel diagnose-apparaat aangewend worden. Raadpleeg uw huisarts.
- Dompel dit apparaat nooit onder in water.
- Het max. vermogen van deze weegschaal is 150 kg. Plaats om beschadiging te voorkomen geen hogere gewichten op het toestel.
- Probeer telkens als u zich weegt uw gewicht op dezelfde wijze over de weegschaal te verdelen om vergelijkbare resultaten te waarborgen.
- Weeg u elke dag om ongeveer dezelfde tijd. De maaltijden, genomen dranken en uw activiteitsniveau veroorzaken gewichtsschommelingen over de hele dag.
- Weeg u zelf voor nauwkeurigere resultaten zonder kleding. Het gewicht van de kleding, met inbegrip van de schoenen, ligt gemiddeld rond de 1-2,5 kg. voor vrouwen en rond de 2,5-3,5 kg voor mannen.
- Wend u zich bij afwijkingen in de werking van het apparaat tot een erkend technisch servicepunt om het te laten nakijken en repareren.
- Gebruik dit apparaat niet met natte voeten of op een nat oppervlak. U zou uit kunnen glijden.
- Dit apparaat is niet geschikt voor gebruik tijdens zwangerschap, voor atleten die meer dan 10 uur per week intensief trainen of voor kinderen.
- Dit apparaat is niet geschikt voor mensen jonger dan tien of ouder dan tachtig jaar.

# BELANGRIJKSTE ONDERDELEN: (AFB.1)

- 1.- Grondplaat
- 2.- Bedieningspaneel:
  3. SET-knop: aanzetten, menu kiezen en keuze bevestigen.
  4. "+"-knop: beginnen en zich omhoog verplaatsen door het menu
  5. "-" -knop: zich omlaag verplaatsen door het menu
- 6.- Afleesscherm (**Afb. 2**):
  7. gewicht
  8. meeteenheid
  9. lengte
  10. leeftijd
  11. vetpercentage
  12. vochtpercentage
  13. man
  14. vrouw
  15. gebruikersnummer

## GEBRUIK:

- Verwijder voordat u de weegschaal in gebruik neemt het plastic waarmee het overdekt is. Open het batterijvak en verwijder de bescherming die aanraking moet voorkomen. In de batterijvak bevindt zich een keuzeknop om de meeteenheid in te stellen. Zet de keuzeknop op de gewenste meeteenheid (kg / Lb/St).
- Plaats de weegschaal op een vlakke ondergrond. Een harde ondergrond bevordert de nauwkeurigheid van de weegschaal. Een te zachte en rimpelige ondergrond, zoals een vloerkleed, leidt tot afwijkingen in de nauwkeurigheid.
- Klop om de weegschaal in werking te stellen met uw voet op het oppervlak ervan en trek uw voet weer terug, of druk op gelijk welke knop.
- Wacht tot "0.0" op het afleesscherm verschijnt.

## GEWONE WEGING:

- Klop om de weegschaal in werking te stellen met uw voet op het oppervlak ervan en trek uw voet weer terug, of druk op gelijk welke knop.
- Wacht tot "0.0" op het afleesscherm verschijnt.
- Stap op de weegschaal wanneer "0.0" op het afleesscherm verschijnt. Blijf op de weegschaal staan tot uw gewicht wordt aangeduid. Uw gestabiliseerde gewicht knippert driemaal.

**Opmerking:** als u niet wacht voordat u op de weegschaal stapt, treedt er een foutmelding op. Stap dan van de weegschaal, wacht tot deze uitgaat en begin opnieuw.

## B.I.A.-ANALYSEMETHODE

- Om uw vet- en vochtniveau te meten dient u eerst enkele persoonlijke gegevens in te voeren. Opdat u deze bewerking niet telkens opnieuw uit hoeft te

voeren, beschikt deze weegschaal over twaalf geheugenplaatsen zodat elke gebruiker voor meer gebruiksgemak zijn gegevens kan opslaan. **Afb.3**

1.- Druk op de SET-knop. Op het afleesscherm verschijnt het gebruikersnummer. Druk op de "+" of "-" knop tot u uw gebruikersnummer (P1, P2, P3 of P4) bereikt.

Kies als u dit systeem voor het eerst gebruikt een vrij gebruikersnummer en neem dat in gebruik.

Druk op SET om uw keuze te bevestigen.

2.- Kies met behulp van de "+" en "-"knoppen uw geslacht. Druk op SET om uw keuze te bevestigen.

3.- Voer met behulp van de "+" en "-"knoppen uw leeftijd in en druk op SET om uw keuze te bevestigen.

4.- Bepaal met behulp van de "+" en "-"knoppen uw lengte en druk op SET om uw keuze te bevestigen.

• Wanneer de ingevoerde gegevens beginnen te knipperen, zijn deze opgeslagen en blijven ze voor toekomstige metingen in het geheugen bewaard.

• De weegschaal gaat automatisch uit als gedurende tien seconden geen knop wordt ingedrukt.

---

## WEGING MET B.I.A.-ANALYSE

---

• Klop om de weegschaal in werking te stellen met uw voet op het oppervlak ervan en trek uw voet weer terug, of druk op gelijk welke knop.

• Wacht tot "0.0" op het afleesscherm verschijnt.

• Stap op de weegschaal wanneer "0.0" op het afleesscherm verschijnt. Blijf op de weegschaal staan tot uw gewicht wordt aangeduid. Tijdens de weging moeten uw voeten op de metaallijnen geplaatst zijn.

• Nadat uw gewicht weergegeven wordt, verschijnt er een "o" die zich van links naar rechts verplaatst. De weegschaal is bezig met de biomagnetische impedantie-analyse waarmee het vet- en vochtppercentage van uw lichaam berekend wordt. Heb a.u.b. even geduld en stap niet van de weegschaal.

• Zodra de analyse voltooid is, verschijnen op het afleesscherm het lichaamsvochtppercentage en -vetpercentage die in het laatste gebruikersgeheugen worden opgeslagen.

• Vervolgens toont het afleesscherm een "o" die zich van links naar rechts verplaatst, druk dan op SET (binnen 5 seconden).

• Op het afleesscherm ziet u een cijfer knipperen (1-5). Druk op + of - al naar gelang het geheugen dat u wilt raadplegen en druk op SET om te bevestigen. De geheugens die u kunt selecteren bevatten de laatste 5 wegingen van de gebruiker die de BIA-analyse heeft verricht.

• Op het afleesscherm verschijnen dan de gegevens uit uw persoonlijke geheugen: gewicht, lichaamsvet- en lichaamsvochtppercentage.

• Om uw uitkomsten te beoordelen, raadpleeg de paragraaf "Vergelijkingstabellen".

• Als u een gebruikersnummer gebruikt heeft, zal het afleesscherm de gegevens van de laatste keer dat u zich woog weergeven. Deze informatie wordt elke

keer dat u uw gebruikersnummer weer gebruikt weergegeven. U kunt te allen tijde de gegevens van de laatste vijf keer dat u zich woog raadplegen, zoals in punt 7 in dezelfde paragraaf aangegeven wordt.

- Deze weegschaal schakelt zichzelf automatisch uit, zodat ze na tien seconden zonder weging uitgaat.

---

## MOGELIJKE FOUTMELDINGEN

---

- "Lo": Indicatie 'Batterij bijna leeg' Vervang de batterijen.
- "Err2%": fout in lichaamsvetpercentage. Controleer of u goed, op blote voeten, op de weegschaal staat en het oppervlak niet vochtig is.
- "OL": overgewicht. Het resultaat overtreft de capaciteit van de weegschaal (max: 150 kg)

---

## ONDERHOUD:

---

- Vermijd ter voorkoming van beschadigingen dat de weegschaal met cosmetica en andere badkamervloeistoffen in aanraking komt.
- Gebruik voor de reiniging een met water bevochtigde doek en gebruik een mild schoonmaakmiddel. Zorgvuldig afdrogen want vocht kan de interne onderdelen beschadigen. Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen. Deze kunnen het afleesscherm beschadigen.

---

## IN GEVAL VAN EEN PROBLEEM

---

- Controleer of de batterijen goed geplaatst zijn.
- Controleer of u de gewenste meeteenheid gekozen heeft
- Controleer of de weegschaal op een vlakke ondergrond staat en niet de wand raakt
- Ga na of u niet op de weegschaal stapte voordat op het afleesscherm "0.0" verscheen



LET OP: Wanneer u het apparaat wilt weggooien, deponeer het dan IN GEEN GEVAL bij het huisvuil, maar breng hem voor verdere verwerking naar het dichtstbijzijnde recyclingcentrum of vuilophaalpunt. Op deze wijze draagt u bij aan het behoud van het milieu.

## ÚVOD:

Obezita, jinými slovy nenormální absorpce tuku, je známe nebezpečí pro lidské zdraví: vysoký krevní tlak, srdeční nemoci, cukrovka, atd. Obezitou můžou být taky způsobené méně vážné problémy, jako je například krátkodobé zastavení dýchání v spánku, ospalost během dne, atd. S těmito váhami jsi teď můžete zkонтrolovat svojí hmotnost a celkové procento tuku v těle bez toho, abyste museli opustit svůj dům.

Tyto váhy využívají jeden z nejspolehlivějších způsobů pro analyzování složení těla: BIA (bioelektrická odporová analýza). Tento systém měří odpor těla vůči malému, neškodnému elektrickému proudu, který se přenáší vodou a jinými tektinami nahoru přes nohy. Hodnota tohoto odporu je v tukových tkáních větší. Při srovnávání impedance s určitými informacemi, jako je výška, váha, věk a pohlaví, můžeme vypočítat procento tuku v těle.

## REFERENČNÍ TABULKY:

### 1.- Procento tuku v těle:

#### Ženy:

Věk	Hubené	S podváhou	Normální	S nadváhou	Obézní
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Atlet*			15-25		

#### Muži:

Věk	Hubení	S podváhou	Normální	S nadváhou	Obézní
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Atlet*			3-15		

\* Sportovec: jakákoli osoba ve věku mezi 15 a 50, která vyvíjí intenzivní fyzickou aktivitu přibližně 12 hodin týdně a které puls se pohybuje přibližně 60 nebo méně úderů za minutu.

## 2. Procento vody v těle:

	Ženy	Muži
Děti	58-70	60-73
Dospělí	42-61	46-66
Atleti	56-71	60-73

**Poznámka:** tyto údaje jsme získali vzorkováním. Slouží pouze jako referenční údaje. Máte-li k výsledkům jakoukoli otázku, kontaktujte prosím svého lékaře.

## DŮLEŽITÉ UPOZORNĚNÍ:

- Máte-li implantované jakémkoli zařízení, jako je například kardiostimulátor, váhy nepoužívejte.
- Před použitím koupelnových vah si prosím pozorně přečtěte tento návod.
- Tyto váhy jsou navrhnutы pro vážení osob a neměly by být použity na komerční nebo průmyslové účely.
- Když váhy přestanete používat, nevyhazujte je do koše. Abyste zabránili poškození životního prostředí, vezměte váhy do autorizovaného technického servisu, aby z nich vybrali lithiové baterie.
- Tyto váhy se nesmějí používat v blízkosti hořlavých výparů.
- Tyto váhy se nesmějí používat namísto profesionálních diagnostických přístrojů. Obratěte se prosím na vašeho lékaře.
- Tento přístroj nesmí být umístěn pod vodu.
- Maximální kapacita vah je 150 kg. Vážíte-li více, nepokoušejte se na nich vážit, abyste se vyhnuli poškození.
- Snažte se rozdělit vaši hmotnost na váhách stejně při každém vážení, abyste dosáhli odpovídající výsledky.
- Važte se každý den přibližně v stejný čas. Jídlo, nápoje a aktivita mění vaši hmotnost během dne.
- Pro přesnější výsledky se važte nahý. Průměrná hmotnost oblečení včetně bot je obvykle 1-2.5 kg pro ženy a 2.5-3.5 kg pro muže.
- Pokud zaregistrujete jakékoli nesprávné fungování vah, vezměte je do autorizovaného technického servisu na kontrolu a opravu.
- Váhy nepoužívejte máte-li mokré nohy, nebo je jejich povrch mokrý, protože byste mohli uklouznout.
- Zařízení nedoporučujeme používat během těhotenství, sportovcům, kteří intenzivně trénují více jako 10 hodin týdně, nebo dětem.
- Toto zařízení není kalibrované pro děti mladší jako 10 let a pro lidi starší jako 80 let.

# HLAVNÍ KOMPONENTY: (OBR. 1)

- 1.- Hlavní základna
- 2.- Ovládací panel:
  3. Tlačítko SET (nastavení): spuštění, výběr menu a potvrzení výběru.
  4. Tlačítko „+“: spuštění a posouvaní nahoru v menu.
  5. Tlačítko „-“: posouvaní v menu směrem dolu.
- 6.- Obrazovka (**Obr. 2**):
  7. hmotnost
  8. jednotka měření
  9. výška
  10. věk
  11. procento tuku
  12. procento vody
  13. muž
  14. žena
  15. číslo uživatele

## OBSLUHA:

- Před prvním použitím vah odstraňte plastový obal. Otevřete kryt komory baterií a odstraňte ochranu. Uvnitř komory baterie se nachází přepínač, který můžete použít pro výběr jednotky měření. Přepínač posuňte na požadované měření (Kg / Lb/St).
- Váhy umístěte na rovný povrch. Při tvrdém povrchu dosáhnete lepší přesnosti. Pokud položíte váhy na příliš měkký povrch, jako je například koberec, záhyby mohou ovlivnit přesnost zobrazené hmotnosti.
- Chcete-li váhy spustit, lehce se nohou dotkněte povrchu, nebo stiskněte jakékoli tlačítka.
- Počkejte, dokud se na displeji neobjeví „0.0“.

## TRADIČNÍ VÁŽENÍ:

- Chcete-li váhy spustit, lehce se nohou dotkněte povrchu, nebo stiskněte jakékoli tlačítka.
  - Počkejte, dokud se na displeji neobjeví „0.0“.
  - Postavte se na váhy, dokud se na displeji nezobrazí hodnota „0.0“. Na váhách stůjte, dokud se nezobrazí vaše váha. Ustálená váha třikrát zabliká.
- Poznámka:** nepočkáte-li několik vteřin před stoupením na váhy, vyskytnuté se porucha. Pokud se tak stane, sestupte z vah, počkejte, dokud se vypnou a opětovně spusťte.

## METODA BIA ANALÝZY:

- Pro změření vašeho tuku v těle a hladiny vody je potřebné, abyste zadali vaše osobní údaje. Váhy mají paměť pro 4 jednotky, proto tuto činnost nemusíte vykonávat při každém použití vah. Každý uživatel si může zaznamenat své informace což učiní užívání vah pohodlnějším. **Obr. 3**
- 1.- Stiskněte tlačítko SET. Na obrazovce se rozsvítí číslo uživatele a bliká. Stiskněte tlačítka „+“ nebo „-“, dokud nedosáhnete svoje uživatelské číslo (P1, P2, P3 nebo P4).  
Používáte-li systém poprvé, vyberte si volné uživatelské číslo a při dalším použití vah zadejte stejně číslo.  
Stisknutím tlačítka SET potvrďte výběr.
- 2.- Pro výběr vašeho pohlaví použijte tlačítka „+“ a „-“. Stisknutím tlačítka SET potvrďte výběr.
- 3.- Pomocí tlačítek „+“ a „-“ zadejte svůj věk. Stisknutím tlačítka SET potvrďte výběr.
- 4.- Pomocí tlačítek „+“ a „-“ zadejte svou výšku. Stisknutím tlačítka SET potvrďte výběr.
- Zadané údaje budou před nahráním blikat a pro budoucí měření budou uložené do paměti.
- Nestisknete-li tlačítka 10 vteřin, váhy se vypnou.

## VÁŽENÍ S BIA ANALÝZOU

- Chcete-li váhy spustit, lehce se nohou dotkněte povrchu, nebo stiskněte jakékoliv tlačítko.
- Počkejte, dokud se na displeji neobjeví „0.0“.
- Postavte se na váhy, dokud se na displeji nezobrazí hodnota „0.0“. Na váhách stůjte, dokud se nezobrazí vaše váha. Během procesu vážení musí být vaše nohy na kovových čárkách.
- Po zobrazení vaší váhy se znak „o“ přesune zleva doprava. Váhy vykonávají bio-magnetickou impedanci, která vyčíslí procento tuku a vody ve vašem těle. Počkejte prosím a nesestupujte z vah.
- Po ukončení analýzy se na obrazovce zobrazí hodnoty tuku a vody ve vašem těle a uloží se do paměti.
- Poté, když se na obrazovce zobrazí znak „o“, který přechází zleva doprava, stiskněte tlačítko SET (máte na to 5 vteřin).
- Na obrazovce začne blikat číslo (1-5). Pro výběr požadované paměti stiskněte + nebo - a pro potvrzení výběru stiskněte SET (Nastavit). Paměť můžete vybrat podle odpovídajícího posledního vážení uživatele, který vykonal BIA analýzu.
- Obrazovka zobrazí všechny údaje ve vaší osobní paměti: váhu, procento tuku a vody v těle.
- Pro výsledky hodnocení viz část „Referenční tabulky“.

- Používali-li jste uživatelské číslo, obrazovka zobrazí informaci z vašeho posledního vážení. Tato informace se zobrazí při každém použití vašeho uživatelského čísla. Taky si pokaždé můžete dát zobrazit vašich posledních pět vážení tak, jako je popsáno v bodě 7, v tomto oddělní.
- Tyto váhy se automaticky vypnou po deseti vteřinách bez použití.

---

## MOŽNÉ CHYBY:

---

- „Lo“: Slabá baterie. Baterie prosím vyměňte.
- „Err2%“: Chyba procenta tuku v těle. Ujistěte se, že stojíte naboso ve správné poloze a povrch vah je suchý.
- „OL“: Přetížení. Váha přesahuje kapacitu vah (max.: 150 kg).

---

## ÚDRŽBA:

---

- Pokud se chcete vyhnout poškození, zajistěte, aby se váhy nedostaly do kontaktu s kosmetikou nebo koupelnovými kapalinami.
- Pro čištění použijte vlhký hadr a jemný čisticí prostředek. Přístroj důkladně vysušte, protože vlhkost může poškodit vnitřní části vah. Nepoužívejte drsné čisticí prostředky, protože mohou poškodit displej.

---

## ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

---

- Zkontrolujte, zda jsou baterie správně na místě.
- Zkontrolujte, jestli jste vybrali správnou jednotku měření.
- Ujistěte se, že váhy jsou na rovném povrchu a nedotýkají se stěny.
- Na váhy nevstupujte předtím, jako se na displeji nezobrazí „0.0“.



UPOZORNĚNÍ!: Když chcete přístroj odstranit, NIKDY jej nevyhazujte do odpadu. Odneste jej na nejbližší MÍSTO SBĚRU nebo do nejbližšího centra sběru odpadků pro další zpracování. Pomůžete tím životnímu prostředí.

## • POLSKA

### WSTĘP:

Otyłość, albo nadmierne nagromadzenie tkanki tłuszczowej, jest poważnym zagrożeniem dla zdrowia powodującym: podwyższone ciśnienie krwi, choroby serca, cukrzycę itp. Otyłość może także wywoływać mniej poważne dolegliwości jak bezdech nocny, senność w ciągu dnia itp. Dzięki tej wadze można kontrolować masę ciała i zawartość procentową tkanki tłuszczowej bez wychodzenia z domu. Waga wykorzystuje jedną z najbardziej niezawodnych metod analizy składu ciała: BIA (z ang. Bioelectrical Impedance Analysis, czyli bioelektryczna analiza impedancji). System mierzy rezystancję ciała przy użyciu niewielkiego, nieszkodliwego prądu, który jest wprowadzany przez stopy i rozprowadzany po ciele w wodzie i innych płynach. Wartość tej rezystancji zwiększa się w wyniku nagromadzenia tkanki tłuszczowej.

Impedancia w zestawieniu z innymi informacjami, jak wzrost, waga, wiek i płeć, pozwala obliczyć procentową zawartość tkanki tłuszczowej.

### TABLICE REFERENCYJNE:

#### 1.- Procentowa zawartość tkanki tłuszczowej:

##### Kobiety:

Wiek	Szczupłe	Niedowaga	W normie	Nadwaga	Otyłość
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Typ atletyczny*			15-25		

##### Mężczyźni:

Wiek	Szczupli	Niedowaga	W normie	Nadwaga	Otyłość
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Typ atletyczny*			3-15		

\* Sportowiec: każda osoba w wieku między 15 a 50 lat, wykonująca intensywne ćwiczenia fizyczne przez średnio 12 godzin w tygodniu, u której normalne tętno wynosi około 60 uderzeń na minutę lub mniej.

## **2. Procentowa zawartość wody:**

	Kobiety	Mężczyźni
Dzieci	58-70	60-73
Dorośli	42-61	46-66
Typ atletyczny	56-71	60-73

**Uwaga:** powyższe dane nie są reprezentatywne. Służą wyłącznie celom orientacyjnym. W razie wątpliwości dotyczących uzyskanych wyników należy skonsultować się z lekarzem.

## **WAŻNE INFORMACJE:**

- **Z wagi nie wolno korzystać osobom z wszczepionymi urządzeniami medycznymi, np. rozrusznikiem serca.**
- Przed użyciem zapoznać się dokładnie z poniższą instrukcją.
- Przeznaczeniem tego urządzenia jest pomiar wagi człowieka i nie powinno ono być wykorzystywane do celów komercyjnych lub przemysłowych.
- Nie wyrzucać urządzenia wraz z odpadami domowymi. Ze względu na ryzyko zanieczyszczenia środowiska należy oddać wagę do autoryzowanego punktu serwisowego w celu usunięcia akumulatora litowego.
- Nie używać wagi w pobliżu łatwopalnych oparów.
- Nie używać wagi w zastępstwie specjalistycznej aparatury diagnostycznej. Należy skonsultować się z lekarzem.
- Nie zanurzać urządzenia w wodzie.
- Maksymalne obciążenie wagi to 150 kg. Przekroczenie tego obciążenia grozi uszkodzeniem urządzenia.
- W celu uzyskania rzetelnego wyniku należy zawsze jednakowo rozkładając ciężar ciała na wadze.
- Pomiarów dokonywać o ustalonych porach dnia. Jedzenie, napoje i poziom aktywności sprawiają, że ciężar osoby ulega wahaniom w ciągu dnia.
- Dla uzyskania bardziej dokładnych wyników zaleca się dokonywanie pomiarów bez ubrania. Średnia waga ubrania wraz z butami to 1-2,5 kg dla kobiet i 2,5-3,5 kg dla mężczyzn.
- W przypadku wystąpienia jakichkolwiek objawów wadliwego działania należy oddać urządzenie do autoryzowanego punktu serwisowego.
- Nie stawać na wadze, gdy jest mokra lub mokrymi stopami. Grozi to poślizgnięciem się.
- Nie zaleca się korzystania z wagi kobietom w ciąży, sportowcom trenującym przez ponad 10 godzin tygodniowo i dzieciom.
- Urządzenie nie jest skalibrowane pod kątem dzieci poniżej dziesiątego i osób powyżej osiemdziesiątego roku życia.

# GŁÓWNE PODZESPOŁY: (RYS.1)

1.- Podstawa

2.- Panel sterowania:

3. Przycisk SET start, wybór menu i potwierdzenie wyboru.

4. Przycisk „+”: start i przejście do góry menu.

5. Przycisk „-”: przejście w dół menu.

6.- Wyświetlacz (**Rys. 2**):

7. Waga

8. jednostka pomiaru

9. wzrost

10. wiek

11. procent tkanki tłuszczowej

12. procent wody

13. mężczyzna

14. kobieta

15. numer użytkownika

## OBSŁUGA:

- Przed dokonaniem pierwszego pomiaru usunąć plastikowe opakowanie. Otworzyć komorę baterii i usunąć osłonę. Wewnątrz komory baterii znajduje się przełącznik, za pomocą którego można wybrać jednostkę pomiaru. Ustawić przełącznik na wybranej jednostce pomiaru (Kg/Lb/St).
- Umieścić wagę na równym podłożu. Twarde podłożo zapewnia większą dokładność. Ustawienie wagi na zbyt miękkim podłożu (np. na dywanie) może mieć wpływ na dokładność pomiaru.
- Aby uruchomić wagę, należy dotknąć jej powierzchnię stopą lub nacisnąć dowolny przycisk.
- Zaczekać, aż na wyświetlaczu pojawi się „0,0”.

## TRADYCYJNE WAŻENIE:

- Aby uruchomić wagę, należy dotknąć jej powierzchnię stopą lub nacisnąć dowolny przycisk.
- Zaczekać, aż na wyświetlaczu pojawi się „0,0”.
- Kiedy na wyświetlaczu pojawi się „0,0”, stanąć na wadze. Pozostać na wadze, aż wyświetlony zostanie wynik pomiaru. Wyświetlona wartość wagi ustalonej zamiga trzykrotnie.

**Uwaga:** przed wejściem na wagę chwilę zaczekać; w przeciwnym razie wyświetlony zostanie komunikat o błędzie. W tej sytuacji należy zejść z wagi, zaczekać na jej wyłączenie i spróbować ponownie.

## METODA BIA:

- Do zmierzenia zawartości tkanki tłuszczowej i wody konieczne jest wprowadzenie najpierw dodatkowych danych. Waga dysponuje 4 jednostkami pamięci, tak aby nie trzeba było powtarzać tej czynności przy każdym uruchomieniu wagi; każdy użytkownik może zapisać swoje dane, co ułatwia korzystanie z wagi. **Rys. 3**

- 1.- Wcisnąć przycisk SET. Na wyświetlaczu pojawi się i zacznie migać numer użytkownika. Nacisnąć przycisk „+” lub „-”, aby wybrać swój numer użytkownika (P1, P2, P3 lub P4).

W przypadku korzystania z systemu po raz pierwszy wybrać wolny numer użytkownika i wybierać ten sam numer przy każdym kolejnym korzystaniu z wagi.

Potwierdzić wybór, naciskając SET.

- 2.- Skorzystać z przycisków „+” i „-”, aby wybrać płeć. Potwierdzić wybór, naciskając przycisk SET.
  - 3.- Skorzystać z przycisków „+” i „-”, aby wprowadzić wiek. Potwierdzić wybór, naciskając przycisk SET.
  - 4.- Skorzystać z przycisków „+” i „-”, aby wprowadzić wzrost. Potwierdzić wybór, naciskając przycisk SET.
- Wprowadzone wartości będą migać na wyświetlaczu, zanim zostaną zapisane w pamięci.
  - Waga wyłączy się, jeśli przez 10 sekund nie zostanie wcisnięty żaden przycisk.

## WAŻENIE PRZY UŻYCIU METODY BIA

- Aby uruchomić wagę, należy dotknąć jej powierzchni stopą lub nacisnąć do wolny przycisk.
- Zaczekać, aż na wyświetlaczu pojawi się „0,0”.
- Kiedy na wyświetlaczu pojawi się „0,0”, stanąć na wadze. Pozostać na wadze, aż wyświetlony zostanie wynik pomiaru. Podczas ważenia stopy muszą znajdować się na metalowych pasach.
- Po wyświetleniu wagi symbol „o” przemieści się z lewej strony na prawą. Przeprowadzona zostanie biomagnetyczna analiza impedancji, w wyniku której obliczona zostanie procentowa zawartość tkanki tłuszczowej i wody w organizmie. W tym czasie nie należy schodzić z wagi.
- Po zakończeniu analizy, na wyświetlaczu widoczne będzie wskazanie zawartość wody oraz tkanki tłuszczowej – należy zapisać je w pamięci.
- Następnie symbol „o” na wyświetlaczu przemieści się z lewej strony na prawą; nacisnąć przycisk SET (w ciągu 5 sekund).
- Na ekranie zacznie migać cyfra (od 1 do 5). Należy wcisnąć + lub -, aby wybrać odpowiednią pozycję w pamięci, a następnie SET, aby zatwierdzić wybór. Pozycje w pamięci odpowiadają ostatnim pomiarom wagi użytkownika, który przeprowadził analizę metodą BIA.



- Na ekranie wyświetlane zostaną wszystkie dane znajdujące się w pamięci: waga, zawartość procentowa wody oraz tkanki tłuszczowej.
- Aby ocenić wyniki, należy skorzystać z tabel referencyjnych.
- Jeżeli wprowadzony został numer użytkownika, na ekranie wyświetlane zostaną dane zapisane podczas ostatniego ważenia. Informacje te będą wyświetlane zawsze, kiedy wprowadzony zostanie określony numer użytkownika. Dane dotyczące ostatnich pięciu pomiarów wagi mogą zostać wyświetlane w sposób opisany w punkcie 7 tej części.
- Waga wyłączy się automatycznie po dziesięciu sekundach bezczynności.

---

## MOŻLIWE BŁĘDY:

---

- „Lo”: Niski stan baterii. Należy wymienić baterie.
- „Err2%”: błąd zawartości procentowej tkanki tłuszczowej. Na wadze należy stawać bosymi stopami w odpowiednim miejscu. Powierzchnia wagi musi być sucha.
- „OL”: zbyt duże obciążenie. Przekroczone zostało dopuszczalne obciążenie wagi (maks. 150 kg)

---

## KONSERWACJA:

---

- Aby uniknąć ryzyka uszkodzenia urządzenia, nie należy narażać go na kontakt z kosmetykami i substancjami chemicznymi obecnymi w łazience.
- Czyścić za pomocą wilgotnej ściereczki oraz łagodnego detergentu. Osuszyć dokładnie – wilgoć może uszkodzić wewnętrzne podzespoły wagi. Nie używać środków czyszczących, które mogłyby zarysować wyświetlacz.

---

## ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

---

- Upewnić się, że baterie zostały włożone we właściwy sposób.
- Upewnić się, że wybrana została właściwa jednostka pomiaru.
- Upewnić się, że waga została ustawiona na płaskim podłożu i nie dotyka ściany.
- Nie stawać na wadze, zanim na wyświetlaczu nie pojawi się „0.0”.



UWAGA! Chcąc pozbyć się urządzenia, NIGDY nie należy wyrzucać go do kosza. Należy oddać je do najbliższego PUNKTU SKŁADOWANIA I UTYLIZACJI odpadów. W ten sposób chronimy środowisko naturalne.



## • ESLOVENSKÝ

### ÚVOD:

Obezita, inými slovami, abnormálna absorpcia telesného tuku, je známym nebezpečenstvom pre zdravie ľudí: vysoký krvný tlak, srdcové choroby, cukrovka, atď. Menej vážne problémy môžu byť tiež následkom obezity, ako napr. krátkodobé zastavenie dýchania v spánku, ospalosť cez deň, atď. Pomocou tejto váhy môžete teraz zistiť vašu hmotnosť a obsah telesného tuku bez toho, aby ste museli opustiť svoj byt.

Táto váha používa jeden z najdôveryhodnejších metód na analýzu telesnej kompozície: BIA (bioelektrická odporová analýza). Tento systém meria telesný odpor voči malému, neškodnému elektrickému prúdu, ktorý je privedený cez nohy prostredníctvom vody a iných tekutín. Hodnota tohto odporu je väčšia v tukovej tkanive.

Porovnaním odporu s istými informáciami, ako výška, váha, vek a pohlavie, môžeme vypočítať percento telesného tuku.

### REFERENČNÉ TABUĽKY:

#### 1.- Percento telesného tuku:

##### Ženy:

Vek	S podváhou	Chudá	Normálna	S nadváhou	Obézna
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Atlétka*			15-25		

##### Muži:

Vek	S podváhou	Chudý	Normálny	S nadváhou	Obézny
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Atlét*			3-15		

\* Športovec: osoba vo veku od 15 do 50 rokov, ktorá vykonáva intenzívnu fyzickú činnosť približne 12 hodín za týždeň a ktorá má pulz cca. 60 alebo menej úderov za minútu.

## **2. Obsah vody v tele:**

	Ženy	Muži
Deti	58-70	60-73
Dospelí	42-61	46-66
Atléti	56-71	60-73

**Poznámka:** tieto údaje boli získané z výberových vzoriek. Slúžia len na informatívne účely: Pokiaľ máte nejakú otázku ohľadne výsledkov, konzultujte s vašim lekárom.

## **DÔLEŽITÉ UPOZORNENIE:**

- **Nepoužívajte tabuľky ak máte implantované lekárske zariadenie, ako napr. kardiostimulátor.**
- Pred použitím kúpeľňovej váhy si dôkladne prečítajte tento návod.
- Táto váha bola navrhnutá na váženie osôb a nesmie sa používať na komerčné alebo priemyselné účely.
- Ak váhu prestanete používať, nevyhadzujte ju do koša. Aby ste zabránili poškodeniu životného prostredia, zoberte váhu do autorizovaného technického servisu, kde z nej vyberú lítiovú batériu.
- Táto váha sa nesmie používať v blízkosti horľavých výparov.
- Táto váha sa nesmie používať namiesto profesionálnych diagnostických prístrojov. Obráťte sa prosím na svojho lekára.
- Toto zariadenie nesmie byť vložený pod vodu.
- Maximálna kapacita váhy je 150 kg. Ak vážite viac, nepokúšajte sa na váhe odvážiť, lebo by ste ju mohli poškodiť.
- Snažte sa pri každom vážení rozložiť vašu hmotnosť rovnako, aby ste dosiahli odpovedajúce výsledky.
- Vážte sa každý deň v približne rovnakom čase. Jedlo, nápoje a množstvo aktivity počas dňa ovplyvňujú vašu hmotnosť.
- Ak chcete dosiahnuť presnejšie výsledky, vážte sa nahý. Priemerná hmotnosť oblečenia vrátane topánok je zvyčajne 1-2.5 kg u žien a 2.5-3.5 kg u mužov.
- Ak zistíte nejakú nesprávnu funkčnosť váhy, pošlite ju do autorizovaného technického servisu na kontrolu a na opravu.
- Váhu nepoužívajte ak máte mokré nohy, alebo je jej povrch mokrý, pretože by ste sa mohli pošmyknúť.
- Použitie váhy neodporúčame počas tehotenstva, športovcom, ktorí trénujú v kuse viac ako 10 hodín týždenne a deťom.
- Toto zariadenie nie je kalibrované pre deti do desať rokov alebo ľudí nad 80 rokov.

## HLAVNÉ ĚASTI: (OBR. 1)

- 1.- Hlavná základňa
- 2.- Ovládací panel:
  3. Tlačidlo SET (nastavenie): štart, výber menu a potvrdenie výberu.
  4. Tlačidlo „+“: spustenie a pohybovanie sa v menu smerom hore.
  5. Tlačidlo „-“: pohybovanie sa v menu smerom dole.
- 6.- Obrazovka (**obr. 2**):
  7. váha
  8. jednotka merania
  9. výška
  10. vek
  11. percento tuku
  12. obsah vody
  13. muž
  14. žena
  15. číslo užívateľa

## OBSLUHA:

- Pred prvým použitím váhy z nej odstráňte plastový obal. Otvorte kazetu pre batérie a odstráňte ochranu. Vo vnútri kazety pre batérie je výberový gombík, prostredníctvom ktorého si môžete vybrať jednotku merania. Posuňte výberový gombík k požadovanej jednotke merania (Kg / Lb/St).
- Váhu umiestnite na rovný povrch. Pri tvrdom povrchu dosiahnete presnejšie výsledky. Ak položíte váhu na príliš mäkký povrch, ako je napríklad koberec, záhyby môžu ovplyvniť presnosť zobrazenej hmotnosti.
- Pre spustenie váhy položte nohu na povrch váhy, alebo zatlačte ktorýkoľvek gombík.
- Počkajte, kým sa na obrazovke zobrazí „0.0“.

## BEŽNÉ VÁŽENIE:

- Pre spustenie váhy položte nohu na povrch váhy, alebo zatlačte ktorýkoľvek gombík.
- Počkajte, kým sa na obrazovke zobrazí „0.0“.
- Postavte sa na váhu, keď sa na obrazovke objaví „0.0“. Ostaňte stáť na váhe, kým sa vaša váha nezobrazí. Vaša stabilizovaná váha zabliká trikrát.

**Poznámka:** ak nepočkáte niekoľko sekúnd pred stúpením na váhu, vyskytne sa porucha. Ak sa tak stane, zostúpte z váhy, počkajte kým sa vypne a potom začnite znova.

## METÓDA BIA ANALÝZY:

- Pre meranie hladiny telesného tuku a vody je potrebné najprv zadať niekoľko osobných údajov. Váha má štvormiestnu pamäť, preto tento krok nemusíte vykonať pri každom použití váhy; každý užívateľ si môže uložiť svoje informácie a tak môže ďalej zvýšiť pohodlnosť pri použití váhy. **Obr. 3**
- 1.- Stlačte tlačidlo SET. Číslo užívateľa sa zobrazí na obrazovke a začne blikáť. Stlačte tlačidlá „+“ alebo „-“, kym sa nezobrazí vaše číslo užívateľa (P1, P2, P3 alebo P4).  
Ak používate systém prvýkrát, vyberte najprv voľné číslo užívateľa a toto isté číslo použite pri ďalších použitiach váhy.  
Potvrdenie výberu stlačením SET.
- 2.- Použite tlačidlá „+“ a „-“ pre nastavenie pohlavia. Potvrdenie výberu stlačením SET.
- 3.- Nastavte váš vek tlačidlami „+“ a „-“. Potvrdeťte výber stlačením tlačidla SET.
- 4.- Nastavte vašu výšku tlačidlami „+“ a „-“. Potvrdeťte výber stlačením tlačidla SET.
- Zadané údaje budú pred uložením blikáť a budú uchované v pamäti pre ďalšie merania.
- Váha sa vypne, ak po dobu 10 sekúnd nestlačíte žiadne tlačidlo.

## VÁŽENIE S ANALÝZOU BIA

- Pre spustenie váhy položte nohu na povrch váhy, alebo zatlačte ktorýkoľvek gombík.
- Počkajte, kým sa na obrazovke zobrazí „0,0“.
- Postavte sa na váhu, keď sa na obrazovke objaví „0,0“. Ostaňte stáť na váhe, kým sa vaša váha nezobrazí. Počas váženia musia byť vaše nohy na kovových žiláčach.
- Po zobrazení vašej váhy sa na obrazovke bude pohybovať „o“ zľava doprava. Váha vykoná bio-magnetickú odporovú analýzu, počas ktorej vypočíta vaše percento telesného tuku a vody. Počkajte prosím a nezostupujte z váhy.
- Po ukončení analýzy sa na obrazovke zobrazí hodnota telesného tuku a obsahu vody a uloží sa do pamäte.
- Následne sa na obrazovke zobrazí „o“ pohybujúce sa zľava doprava, stlačte tlačidlo SET (máte na to 5 sekúnd).
- Na obrazovke začne blikáť číslo (1-5). Na výber požadovanej pamäte stlačte + alebo - a pre potvrdenie výberu stlačte SET (Nastaviť). Pamäť môžete vybrať podľa odpovedajúceho posledného váženia používateľa, ktorý vykonal BIA analýzu.
- Obrazovka zobrazí všetky údaje vo vašej osobnej pamäti: váhu, percento telesného tuku a vody.
- Pre vyhodnotenie výsledkov si pozrite časť „Referenčné tabuľky“.
- Ak používate číslo užívateľa, na obrazovke sa vám zobrazia informácie o poslednom vážení. Táto informácia sa zobrazí pri každom použití pri každom použití vášho užívateľského čísla. Tiež si vždy môžete dať zobraziť vašich posledných päť vážení tak, ako je popísané v bode 7, v tomto oddelení.
- Táto váha sa vypína automaticky po desiatich sekundách nepoužívania.

## **MOŽNÉ PORUCHY:**

- „Lo“: Nízke napätie batérií. Batérie prosím vymeňte.
- „Err2%“: Chyba v percentách telesného tuku. Presvedčite sa, že stojíte bosí v správnej polohe a že povrch váhy je suchý.
- „OL“: Preťaženie. Váha prevyšuje kapacitu váhy (max.: 150 kg).

## **ÚDRŽBA:**

- Aby ste sa vyhli poškodeniu, zabezpečte, aby váha neprichádzala do kontaktu s kozmetikou alebo kúpeľňovými kvapalinami.
- Čistite ju vlhkou handrou a jemným čistiacim prostriedkom. Prístroj dôkladne vysušte, pretože vlhkosť môže poškodiť vnútorné časti váhy. Nepoužívajte drsné čistiace prostriedky, pretože môžu poškodiť displej.

## **RIEŠENIE PROBLÉMOV**

- Uistite sa, že batérie sú vložené správne
- Skontrolujte, či ste zvolili správnu jednotku merania váhy.
- Uistite sa, že váha je na rovnom povrchu a nedotýka sa steny.
- Nestúpajte na váhu predtým, ako sa na obrazovke zobrazí „0.0“.



**UPOZORNENIE!**: Ak chcete prístroj odstrániť, NIKDY ho nevyhadzujte do odpadu. Odneste ho na najbližšie MIESTO ZBERU alebo do najbližšieho centra zberu odpadkov na ďalšie spracovanie. Pomôžete tým životnému prostrediu.

## • MAGYAR:

# HASZNÁLATI UTASÍTÁS

Kedves Vásárló!

Köszönjük, hogy megvásárolta termékünket. Reméljük, hasznos társa lesz úton és otthonában egyaránt. A megfelelő működés alapfeltétele a szakszerű használat, ezért kérjük, figyelmesen olvassa át a használati utasítást.

## BEVEZETÉS:

Az elhízás, vagy más szavakkal a testzsír rendellenes felszívódása olyan kockázatokkal jár az egészségre nézve, mint magas vérnyomás, szívbetegség, cukorbetegség stb. Az elhízás kevésbé súlyos problémákat is okozhat, mint például alvás közbeni légzésszünet, napközbeni álmoság, stb. A mérleg segítségével otthona elhagyása nélkül ellenőrizheti le testsúlyát és testzsír-százaletkát.

A mérleg a testösszetétel meghatározásának leghatékonyabb módszerét használja: BIA (Bioelectrical Impedance Analysis – Bioelektromos impedancia elemzés) Ez a rendszer a test ellenállását méri kisméretű és ártalmatlannak elektromos árammal szemben, amelyet a lábon keresztül víz vagy egyéb folyadék vezet a testbe. Az ellenállás értéke a zsírszövetekben nagyobb.

Az impedancia bizonyos információkkal (magasság, testsúly, életkor és nem) történő összehasonlításával kiszámítható a testzsír aránya.

## REFERENCIA TÁBLÁZATOK:

### 1.- Testzsír arány:

#### Nők

Életkor	Kórosan sovány	Sovány	Normál	Túlsúlyos	Elhízott
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Sportoló*			15-25		

#### Férfiak:

Életkor	Kórosan sovány	Sovány	Normál	Túlsúlyos	Elhízott
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Sportoló*			3-15		

**Sportoló:** bármely 15 és 50 év közötti személy, aki intenzív fizikai tevékenységen vesz részt legalább heti 12 órát, és akinek pihenési szívritmusa körülbelül 60 percenként, vagy ennél kevesebb.

## 2. Testvíz arány:

	Nők	Férfiak
Gyermekek	58-70	60-73
Felnőttek	42-61	46-66
Sportolók	56-71	60-73

**Megjegyzés:** az adatok mintákon alapulnak. Ezek kizárolag referenciajára használhatók. Bármilyen kérdés esetén kérjük, forduljon az orvosához.

## FONTOS MEGJEGYZÉS:

- Ne használja a mérleget, amennyiben ön orvosi implantátumot, például pacemakert használ.**
- A fürdőszobamérleg használatba vétele előtt figyelmesen olvassa el az alábbi utasításokat.
- A készüléket emberi testsúly mérése terveztek, ne használja a mérleget kereskedelmi vagy ipari céllal.
- Amennyiben a mérleg szükségtelenné válik, ne dobja azt a háztartási hulladékba. A környezet megóvása érdekében a mérleg lítium elemét hivatalos szakszervizben kell eltávolítatni.
- A mérleget tilos éghető gázok közelében használni.
- A mérleget tilos orvosi diagnosztikai berendezések helyett használni. Kérjük, forduljon kezelőorvosához.
- A készüléket tilos víz alá meríteni.
- A mérleg maximális terhelhetősége 150 kg. A mérleg meghibásodásának megelőzése érdekében ne méredzsdedjen a készülékkel, amennyiben testsúlya meghaladja a fenti értéket.
- A mérések alkalmával próbálja meg egyenletesen elosztani testsúlyát, hogy minden alkalommal következetes eredményt kapjon.
- Próbálja meg testsúlyát a nap körülbelül azonos szakában mérni. Ételek és italok fogyasztása esetén, valamint testmozgás hatására a testsúly a nap folyamán változik.
- A még pontosabb eredmény érdekében ruhátlanul mérje testsúlyát. A ruházat átlagos súlya – beleértve a cipőket is – nők esetében 1-2,5 kg, férfiak esetében 2,5-3,5 kg.
- Amennyiben a mérleg hibás működését tapasztalja, bevizsgálás és javítás céljából vigye a készüléket hivatalos szakszervizbe.
- A csúszásveszély miatt ne álljon a mérlegre nedves talppal, illetve ha a mérleg felülete nedves.
- A mérleg használata nem javasolt várandós nők, illetve heti 10 óránál többet edző sportolók, illetve gyermekek számára.

- A mérleg – kalibrálása miatt – nem ad megbízható eredményt 10 év alatti gyermekek, illetve 80 év feletti személyek esetén.

## FŐ ALKATRÉSZEK: (1. ÁBRA)

- 1.- Talp rész
- 2.- Vezérlőpanel:
  3. SET gomb: indítás, menüválasztás, választás rögzítése.
  4. „+” gomb: indítás és felfele léptetés a menüben.
  5. „-“ gomb: lefelé léptetés a menüben.
- 6.- Kijelző (2. ábra):
  7. Súly
  8. mérési egység
  9. magasság
  10. életkor
  11. zsírszázalék
  12. vízszázalék
  13. férfi
  14. nő
  15. felhasználó száma

## MŰKÖDTETÉS:

- A mérleg első használata előtt távolítsa el a műanyag burkolatot. Nyissa ki az elemtártó rekeszét, és vegye le a védőelemet. Az elemtártó rekeszben talál egy kapcsolót, mellyel beállíthatja a mértékegységet. A kapcsoló használatával válassza ki a kívánt mértékegységet (kg, lb, st).
- Helyezze a mérleget sima felületre. Keményebb felület nagyobb mérési pontosságot eredményez. Amennyiben túl puha felületre, például szőnyegre helyezi a mérleget, a bemélyedések befolyásolhatják a kijelzett súlyt.
- A készülék bekapcsolásához érintse meg lábával a mérleget, vagy nyomja meg valamelyik gombot.
- Várja meg, amíg a „0.0” kiírás megjelenik a kijelzőn.

## HAGYOMÁNYOS MÉRETKEZÉS:

- A készülék bekapcsolásához érintse meg lábával a mérleget, vagy nyomja meg valamelyik gombot.
- Várja meg, amíg a „0.0” kiírás megjelenik a kijelzőn.
- Amint a kijelzőn megjelenik a „0.0” felirat, álljon fel a mérlegre. Addig álljon a mérlegen, amíg súlya meg nem jelenik. A mért súly háromszor villan fel a kijelzőn.

**Megjegyzés:** amennyiben nem vár a mérlegre állás előtt, hibát fog tapasztalni. Ilyen esetben lépjön le a mérlegről, várja meg, amíg az kikapcsol, majd kezdje újra a folyamatot.

## BIA ELEMZÉSI MÓDSZER:

- A test zsír- és vízszintjének megméréséhez először meg kell adnia néhány személyes adatot. A mérleg 4 memóriahellyel rendelkezik, így nem kell minden elvégeznie a műveletet. minden felhasználó rögzítheti saját adatait, kényelmesebbé téve a mérleg használatát. **3. ábra**
- 1.- Nyomja meg a SET gombot. A felhasználóhoz rendelt szám folyamatosan villogva megjelenik a képernyőn. Nyomja meg a „+” vagy a „-“ gombot, amíg a saját felhasználói száma meg nem jelenik a kijelzőn (P1, P2, P3 vagy P4). Ha a rendszert első alkalommal használja, válasszon ki egy szabad felhasználói számot, és a mérleg későbbi használatba vételekor azt használja. Rögzítse a kiválasztott számot a SET gombbal.
- 2.- Használja a „+” és a „-“ gombokat nemének kiválasztásához. Rögzítse a kiválasztott számot a SET gombbal.
- 3.- Adja meg életkorát a „+” és a „-“ gombok segítségével. Rögzítse az adatakat a SET gombbal.
- 4.- Adja meg magasságát a „+” és a „-“ gombok segítségével. Rögzítse az adatakat a SET gombbal.
- Mentés előtt a megadott adatai villognak. A készülék az adatakat a memóriaába menti.
- A mérleg automatikusan kikapcsol, ha 10 másodpercig egyetlen gombot sem nyomnak meg.

## MÉRETKEZÉS BIA MÓDSZERREL

- A készülék bekapcsolásához érintse meg lábával a mérleget, vagy nyomja meg valamelyik gombot.
- Várja meg, amíg a „0.0” kiírás megjelenik a kijelzőn.
- Amint a kijelzőn megjelenik a „0.0” felirat, álljon fel a mérlegre. Addig álljon a mérlegen, amíg súlya meg nem jelenik. A méretkezés során a talpakkal érintkezniük kell a fém vonallal.
- A súly megjelenítése után a kijelzőn egy „o” jel halad át balról jobbra. A mérleg elvégzi a biomágneses impedancia elemzést, és kiszámolja az ön zsír- és vízszáralékát. Kérjük, várjon, és ne szálljon le a mérlegről.
- Az elemzés végeztével a kijelzőn megjelennek a víz- és zsírszáralék értékek, melyeket a készülék a felhasználói memoriában tárol.
- Amikor a kijelzőn egy balról jobbra mozgó „o” jel jelenik meg, nyomja meg a SET gombot. (A gomb megnyomására 5 másodperc áll rendelkezésére).
- A kijelzőn villogni kezd egy szám (1-5). Nyomja meg a + vagy a - gombot az adatbank kiválasztásához, majd a SET gombot a választás megerősítéséhez. A választható adatbankok a BIA elemzést készítő felhasználó utolsó adatait tartalmazzák.



- A kijelző a felhasználói memóriában lévő összes adatot megjeleníti. súly, testvíz- és zsírszázelék.
- Az adatok megtékinthetéséhez lásd a „Referencia táblázatok” részét.
- Ha felhasználói számot használ, a kijelző a legutóbbi méretkezés adatait fogja mutatni. Az információ a felhasználói szám minden használatakor megjelenik. Az utolsó öt méretkezés adatait a 7. részben leírt módon bármikor megtékintheti.
- A mérleg használaton kívül tiz másodperc után automatikusan kikapcsol.

## LEHETSÉGES HIBAÜZENETEK:

- „Lo”: Elem töltöttségi szint alacsony. Cserélje ki az elemeket.
- „Err2%”: testzsír-százelék hiba. Ne feledje, hogy a mérést mezítláb és helyes pozícióban kell végeznie, és a mérleg felületének száraznak kell lennie.
- „OL”: súlytúlterhelés. A súly meghaladja a mérleg maximális kapacitását (max.: 150 kg)

## KARBANTARTÁS:

- A meghibásodások elkerülése érdekében a mérleg nem érintkezhet kozmetikumkkal vagy folyadékokkal.
- A tisztításhoz használjon enyhén benedvesített törlökendőt és finom tisztítószert. Várja meg, amíg a készülék teljesen megszárad, mivel a nedvesség károsíthatja a mérleg belső alkatrészeit. A tisztításhoz ne használjon súrolószert, mert az a kijelző sérüléséhez vezethet.

## PROBLÉMAMEGOLDÁS

- Ellenőrizze, hogy az elemek megfelelően lettek behelyezve.
- Ellenőrizze, hogy a kívánt mértékegységet választotta ki.
- Ellenőrizze, hogy a mérleg vízszintes felületen áll, és nem érintkezik a fallal.
- Ne álljon a mérlegekre, mielőtt a kijelzőn megjelent volna a „0.0” felirat.



FIGYELEM!: Amennyiben már nincs szüksége a készülékre, SOHA ne dobja azt a háztartási hulladékba. A készülék szakszerű ártalmatlanítása érdekében keresse fel a legközelebbi HULLADÉKÁRTALMATLANÍTÁSSAL FOGLALKOZÓ SZOLGÁLTATÓT. Ilyen módón is hozzájárulhat környezete megóvásához.

## KARBANTARTÁS

A készülék tisztításához használjon enyhén megnedvesített törlökendőt és – amennyiben szükséges – enyhe tisztítószert. A lábmasszázst semmilyen körülmenyek között ne merítse vízbe.





## MEGFELELŐSÉGI NYILATKOZAT

„A HTM Kft. mint a termék forgalmazója kijelenti, hogy a termék a 79/1997. (XII.31.) IKIM rendeletnek megfelel.”

Névleges feszültség: 6 V DC

Névleges teljesítmény: 50 W

Érintésvédelmi osztály: Class III



## FORGALMAZZA

HTM Nemzetközi Kereskedelmi Kft.

1046 Budapest, Kiss Ernő u. 3.

Fax: (1) 369-0403

Tel.: (1) 370-4074

(1) 370-1041

## GARANCIAFELTÉTElek

- A garancia minden gyártási vagy anyaghibából eredő működési rendellenességgel kapcsolatban egy év.
- A jótállás nem terjed ki a helytelen használatból eredő hibákra.
- A garancia nem érvényes, ha az üzletben nem teljesen vagy helytelenül töltötték ki ill. pecsételték le a garanciajegyet.
- Nem vonatkozik a garancia az olyan károsodásokra, amelyek a helytelen használatból vagy szállításból erednek. Ez olyan esetekre is érvényes, amikor a készüléket nem megfelelő földelésű dugaljhoz csatlakoztatták.
- Ugyancsak érvénytelen a garancia, ha a készüléket illetéktelen (hözé nem értő személy) próbálja javítani, aki nem tartozik a vevőszolgálathoz vagy hivatalos szervizhez.
- A meghibásodott készüléket – beleértve a hálózati csatlakozó vezetéket is – csak szakember, szerviz javíthatja.



## • българск

# ВЪВЕДЕНИЕ:

Затлъстяването, или с други думи, ненормалното абсорбиране на телесни мазнини, е позната опасност за здравето на хората: високо кръвно налягане, сърдечни заболявания, диабет и др. По-леките проблеми могат също да бъдат причинени от затлъстяване, като например сънна апнея, съниливост през деня и др. С тези везни, сега можете да проверявате теглото си и процента на телесни мазнини без да напускате дома си.

Тези везни използват един от най-надеждните методи за анализ на състава на тялото: BIA (Анализ на биоелектрически импеданс). Тази система измерва съпротивлението на тялото спрямо слаб, безопасен електрически ток, който се провежда през краката чрез водата и останалите течности. Стойността на това съпротивление е по-голяма в мастните тъкани.

При сравняване на импеданса с определена информация, като височина, тегло, възраст и пол, може да се изчисли процентът на телесните мазнини.

## СПРАВОЧНИ ТАБЛИЦИ:

### 1.- Процент на телесни мазнини:

#### Жени:

Възраст	Слаботелесна структура	Поднормено тегло	Нормално тегло	Наднормено тегло	Затлъстяване
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Атлети*			15-25		

#### Мъже:

Възраст	Слаботелесна структура	Поднормено тегло	Нормално тегло	Наднормено тегло	Затлъстяване
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Атлети*			3-15		

\* Атлетични: всяко лице, на възраст между 15 и 50 години, което се занимава интензивно с физическа активност около 12 часа седмично и има сърден пулс при покой от приблизително 60 удара в минута или по-малко.



## 2. Процент на вода в тялото:

	Жени	Мъже
Деца	58-70	60-73
Възрастни	42-61	46-66
Атлети	56-71	60-73

**Забележка:** тези данни са получени от представителни извадки. Те са само за справочни цели. Ако имате въпрос относно резултатите, моля, обърнете се към вашия лекар.

## ВАЖНИ БЕЛЕЖКИ:

- Не използвайте тези везни, ако имате имплантирано медицинско устройство от рода на пейсмейкър.
- Моля прочетете внимателно тези инструкции за употреба преди да пристъпите към използване на вашата везна за баня.
- Тази везна е предназначена за теглене на хора и не трябва да се използва за търговски или индустриални цели.
- При бракуване, не изхвърляйте везната в кофата за боклук. За да предпазите околната среда от замърсяване, предайте везната на оторизиран технически сервис за изваждане на литиевата батерия.
- Тази везна не трябва да се използва в близост до запалими изпарения.
- Тази везна не трябва да се използва вместо професионален диагностичен уред. Моля, консултирайте се с вашия лекар.
- Този уред не трябва да се потапя във вода.
- Максималният капацитет на везната е 150 кг. За да избегнете повреди, не я използвайте, ако теглото ви е над максималния капацитет на везната.
- При всяко теглене се опитвайте да разпределите равномерно теглото си върху везната, за да получите съпоставими резултати.
- Претегляйте се приблизително по едно и също време на деня. Приетата храна, течности и нивото на физическата ви активност водят до вариране на теглото в рамките на деня.
- За по-точни резултати, измервайте теглото си когато сте без дрехи. Средното тегло на облеклото, включително обувките, е обикновено 1-2.5 кг за жените и 2.5-3.5 кг за мъжете.
- Ако забележите някаква неизправност по везната, занесете я в оторизиран технически сервис за преглед и ремонт.
- Не използвайте везната с мокри крака или когато повърхността е хълзгава, тъй като може да се подхълзнете.
- Не препоръчваме използването им по време на бременност, при спортсти, които тренират интензивно повече от 10 часа седмично, или при деца.
- Това устройство не е калибрирано за деца под 10 годишна възраст или за хора над 80 години.



## ОСНОВНИ КОМПОНЕНТИ: (ФИГ. 1)

1.- Основа

2.- Панел за управление:

3. Бутоン SET: старт, избор на меню и потвърждение на избора.

4. Бутон "+": старт и придвижване нагоре по менюто.

5. Бутон "-": придвижване надолу по менюто.

6.- Екран (Фиг. 2):

7. Тегло

8. мерна единица

9. височина

10. възраст

11. процент мазнини

12. процент вода

13. мъж

14. жена

15. номер на потребител

## ЕКСПЛОАТАЦИЯ:

- Преди първото използване на везната, свалете пластмасовото покритие. Отворете отделението на батерията и свалете защитата. В отделението за батерии има селектор, който служи за избор на мерна единица. Преместете селектора до желаната мерна единица (Kg / Lb/St).
- Поставете везната върху равна повърхност. Твърдата повърхност дава по-добра точност на измерването. Ако поставите везната върху твърде мека повърхност, например, килим, то гънките му могат да се отразят на точността на везната.
- За да пуснете везните, потупайте повърхността им с крак или натиснете някой от бутона.
- Изчакайте, докато на екрана се изведе "0.0".

## ТРАДИЦИОННО ИЗМЕРВАНЕ:

- За да пуснете везните, потупайте повърхността им с крак или натиснете някой от бутона.
- Изчакайте, докато на екрана се изведе "0.0".
- Стъпете върху везните, когато на екрана се появи "0.0". Останете върху везните, докато на екрана се изведе теглото ви. Вашето стабилизирано тегло ще примигне три пъти.

**Забележка:** ако не изчакайте при стъпване на везната, ще възникне грешка. Ако това стане, слезте от везната, изчакайте я да се изключи и започнете отново.





## МЕТОД ЗА АНАЛИЗ ВІА:

- За измерване на нивата на телесни мазнини и съдържание на вода, трябва първо да въведете някои лични данни. Везните имат памет с 4 позиции, така че не трябва да извършвате това въвеждане при всяко използване на везните; всеки потребител може да запише своята информация, което прави по-удобно използването на везните. **Фиг. 3**

1.- Натиснете бутона SET. На екрана ще се изведе номерът на потребителя и ще започне да мига. Натискайте бутона „+“ или „-“, докато стигнете до вашия номер (P1, P2, P3 или P4).

Ако използвате системата за първи път, изберете свободно някой номер и при следващо използване на везните избирайте същия номер.

Потвърдете избора с натискане на SET.

2.- Използвайте бутона „+“ и „-“ за избор на вашия пол. Потвърдете избора с натискане на SET.

3.- Въведете вашата възраст с бутона „+“ и „-“. Потвърдете избора с натискане на SET.

4.- Въведете вашата височина с бутона „+“ и „-“. Потвърдете избора с натискане на SET.

• Въведените данни ще мигат преди да се запишат и ще се съхранят в паметта за бъдещи измервания.

• Везните ще се изключат, ако в течение на 10 секунди не бъде натиснат бутона.

## ИЗМЕРВАНЕ С ВІА АНАЛИЗ

- За да пуснете везните, потупайте повърхността им с крак или натиснете някой от бутоните.
- Изчакайте, докато на екрана се изведе „0.0“.
- Стъпете върху везните, когато на екрана се появи „0.0“. Останете върху везните, докато на екрана се изведе теглото ви. По време на процеса по измерване, краката ви трябва да са върху металните линии.
- След извеждане на теглото ви, един символ „o“ ще започне да се движи от ляво на дясно. Везните извършват анализ на биомагнитния импеданс, който ще изчисли процента на вода и мазнини в тялото ви. Моля, изчакайте и не слизайте от везните.
- След завършване на анализа, на екранът ще се изведат стойностите на водата и мазнините в тялото, като заедно с това, те ще се съхранят в паметта за потребителя.
- След това, на екрана ще се изведе символ „o“, движещ се от ляво на дясно, натиснете бутона SET (Имате 5 секунди да направите това).
- На екрана ще започне да мига цифра (1-5). Натиснете + или – за избор на желаната позиция на паметта и натиснете SET за потвърждаване на избора. Позициите на паметта, които могат да се избират, отговарят на последното тегло на потребителя, който е извършил ВІА анализа.



- На екрана ще се изведат всички данни от вашата персонална памет: тегло, процент на мазнини и вода в тялото.
- За оценка на резултатите, вижте раздел "Справочни таблици".
- Ако използвате потребителски номер, на екрана ще се изведе информацията от последното ви измерване. Тази информация ще се извежда всеки път, когато използвате потребителския си номер. Винаги можете да видите данните от последните пет измервания на теглото ви, като начинът е описан в точка 7 на този раздел.
- Везната се изключва автоматично след десет секунди, ако не се използва.

---

## ВЪЗМОЖНИ ГРЕШКИ:

---

- "Lo": Изтощена батерия. Сменете ги.
- "Err2%": грешка при измерване на процента на телесните мазнини. Уверете се, че сте застанали с боси крака в правилно положение и че повърхността на везната е суха.
- "OL": претоварване. Теглото надвишава капацитета на везните (макс.: 150 кг)

---

## ПОДДРЪЖКА:

---

- За да избегнете повреди, уверете се, че везната не влиза в контакт с козметични или санитарни течности.
- За да почистите везната, използвайте влажна кърпа и мек почистващ препарат. Внимателно подсушете уреда, тъй като влагата може да засегне вътрешните части на везната. Не използвайте абразивни почистващи вещества, тъй като те могат да повредят дисплея.

---

## ОТСТРАНЯВАНЕ НА ПРОБЛЕМИ

---

- Уверете се, че батериите са поставени правилно.
- Проверете дали сте избрали желаната мерна единица.
- Уверете се, че везната е върху равна повърхност и не допира стената.
- Не стъпвайте върху везните, преди на екрана да се изведе "0.0".



ВНИМАНИЕ! При бракуване на уреда, НИКОГА не го изхвърляйте в кофата за боклук. Вместо това, занесете го в най-близкото до вас място за приемане на ВТОРИЧНИ СУРОВИНИ. Така ще помогнете за опазване на околната среда.



## • HRVATSKA

### UVOD:

Gojaznost ili pretilost, drugim riječima - abnormalna apsorpcija tjelesnih masnoća, poznat je zdravstveni rizik za: visoki krvni tlak, srčane bolesti, dijabetes itd. Gojaznost može prouzročiti i manje ozbiljne probleme, poput apneja u snu, pospanosti tijekom dana itd. Ovom vagom možete svakodnevno provjeravati težinu i razinu tjelesnih masnoća, a da ne izlazite iz svoga doma.

Ova vaga uporabljuje jednu od najpoznatijih metoda za analiziranje tjelesne kompozicije: BIA (Bioelectrical Impedance Analysis) - Analiza bioelektrične impedancije. Ovaj sustav mjeri, pod vrlo niskim i bezopasnim naponom, električni otpor tijela što se prenosi kroz noge vodom ili drugim tjelesnim tekućinama. Vrijednosti ovoga otpora više su u masnijem tkivu.

Uspoređujući impedanciju s određenim informacijama poput visine, težine, dobi i spola, možemo izračunati postotak tjelesne masnoće.

### USPOREDBENE TABLICE:

#### 1.- Postotak tjelesne masnoće:

##### Žene:

Dob	Mršava	Podhranjena	Normalna	Prekomjerna težina	Gojazna
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Atletski tip*			15-25		

##### Muškarci:

Dob	Mršava	Podhranjena	Normalna	Prekomjerna težina	Gojazna
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Atletski tip*			3-15		

\* Atletski tip: bilo koja osoba u dobi između 15 i 50 godina koja je uključena u intenzivne fizičke aktivnosti oko 12 sati tjedno i koja u mirovanju ima broj otkucaja srca oko 60 ili niže.

## **2. Postotak vode u tijelu:**

	Žene	Muškarci
Djeca	58-70	60-73
Odrasli	42-61	46-66
Atletski tipovi	56-71	60-73

**Napomena:** ovi podaci dobiveni su prikupljanjem uzorka. Podaci služe samo za usporedbu. Ako imate ikakvih pitanja o rezultatima, molimo posavjetujte se s Vašim liječnikom.

## **VAŽNA NAPOMENA:**

- Ne koristite vagu ako Vam je ugrađena medicinska naprava, poput srčanog elektrostimulatora.**
- Molimo pažljivo pročitajte ove upute prije uporabe vase.
- Vaga je namijenjena za mjerjenje težine osoba i nije predviđena za korištenje u komercijalne ili industrijske svrhe.
- Kada prestanete koristiti vagu, nemojte ju odbaciti u kantu za otpatke. Kako biste spriječili onečišćenje okoliša, odnesite vagu u ovlašteni servis radi uklanjanja litijске baterije.
- Vagu ne smijete koristiti u blizini zapaljivih isparenja.
- Vaga ne smije biti korištena kao zamjena za profesionalne dijagnostičke aparate. Molimo, posavjetujte se s liječnikom.
- Vagu ne smijete uranjati u vodu.
- Maksimalan kapacitet vase iznosi 150 kg. Kako biste izbjegli oštećenja vase, nikada se ne pokušavajte vagati ukoliko Vaša težina prelazi navedenu.
- Ravnomjerno rasporedite težinu na vagi prilikom svakog vaganja, kako biste osigurali konzistentne rezultate.
- Važite se otprilike u isto doba dana. Hrana, tekućine i razina aktivnosti mogu prouzročiti razlike u težini tijekom dana.
- Za preciznije rezultate, skinite odjeću prije vaganja. Prosječna težina odjeće, uključujući cipele, iznosi otprilike 1-2,5 kg za žene i 2,5-3,5 kg za muškarce.
- Ukoliko primijetite bilo kakve nepravilnosti, odnesite vagu u ovlašteni servis radi pregleda i popravka.
- Nemojte stajati na vagi s mokrim stopalima i ne koristite je ako je mokra, kako se ne biste poskliznuli.
- Vagu ne bi smjele koristiti trudnice, osobe uključene u intenzivne fizičke aktivnosti dulje od 10 sati tjedno ni djeca.
- Aparat nije kalibriran za djecu ispod deset godina ni za odrasle iznad 80 godina.

# GLAVNI DIJELOVI: (SL. 1)

- 1.- Osnova
- 2.- Upravljačka ploča
  3. Gumb SET: start, odabir i izbornika i potvrda odabira.
  4. Gumb "+": start i pomak gore na izborniku.
  5. Gumb "-": pomak dolje na izborniku.
6. - Zaslon (**slika 2:**)
  7. Težina
  8. mjerna jedinica
  9. visina
  10. dob
  11. postotak tjelesne masnoće
  12. postotak vode
  13. muškarac
  14. žena
  15. korisnički broj

## RAD:

- Uklonite plastični omot prije prve uporabe vase. Otvorite odjeljak za baterije i uklonite zaštitu. Unutar odjeljka za baterije nalazi se regulator za odabir mjernih jedinica. Pomjerite regulator na željenu mernu jedinicu (Kg / Lb/St).
- Vagu postavite na ravnу površinу. Čvrsta površina povećava preciznost mjerjenja. Ukoliko vagu postavite na jako mekanu podlogu, poput saga, nabori mogu utjecati na preciznost prikazanih rezultata.
- Za uključivanje vase dodirnite površinu vase nogom ili pritisnite bilo koju tipku.
- Pričekajte da se na zaslonu prikaže "0.0".

## UOBIČAJENO VAGANJE:

- Za uključivanje vase dodirnite površinu vase nogom ili pritisnite bilo koju tipku.
- Pričekajte da se na zaslonu prikaže "0.0".
- Stanite na vagu kad se na ekranu pojavi oznaka "0.0". Pričekajte dok vaga ne pokaže Vašu težinu. Ustaljena težina će triput zabljeskati.

**Napomena:** pričekajte nekoliko sekundi prije stajanja na vagu kako biste izbjegli nastanak pogreške. U tom slučaju, siđite s vase, pričekajte da se isključi i ponovite gore navedeni postupak.

## BIA ANALITIČKA METODA:

- Za mjerjenje razina masnoće i vode u tijelu morate najprije unijeti neke osobne podatke. Vaga ima 4 memorirske jedinice, tako da ovaj postupak ne morate

ponavljati pri svakom vaganju; svaki korisnik može pohraniti svoje podatke za olakšane slijedeće primjene. **Sl. 3**

1. Pritisnite gumb SET. Na zaslonu će se pojavit i bljeskati broj korisnika. Pritisnite gumb "+" ili "-" dok ne dođete do broja korisnika (P1, P2, P3 ili P4).

Ako aparat koristite prvi put, selektirajte slobodni korisnički broj kojim ćete se koristiti i pri slijedećim vaganjima.

Odabir potvrdite pritiskom na SET.

2.- Pomoću gumba "+" i "-" postavite Vaš spol. Odabir potvrdite pritiskom na SET.

3.- Unesite Vašu dob pomoću gumba "+" i "-". Odabir potvrdite pritiskom na gumb SET.

4.- Unesite Vašu visinu pomoću gumba "+" i "-". Odabir potvrdite pritiskom na gumb SET.

- Uneseni podaci bljeskat će prije nego budu zabilježeni i pohranjeni u memoriju za buduća mjerena.

- Vaga će se sama isključiti ako tijekom 10 sekundi nije pritisnut ni jedan gumb.

## VAGANJE POMOĆU BIA ANALITIČKE METODE

- Za uključivanje vase dodirnite površinu vase nogom ili pritisnite bilo koju tipku.
- Pričekajte da se na zaslonu prikaže "0.0".
- Stanite na vagu kad se na ekranu pojavi oznaka "0.0". Pričekajte dok vaga ne počne Vašu težinu. Tijekom vaganja noge Vam moraju biti na metalnim linijama.
- Nakon prikaza težine, simbol "o" pomicat će se slijeva nadesno. Vaga će obavljati analizu biomagnetske impedancije radi izračuna postotka masnoća i vode u vašem tijelu. Pričekajte i ne silazite s vase.
- Nakon završetka analize, na zaslonu će se prikazati vrijednosti vode i masnoća u tijelu, te će se zapisati u korisnikovu memoriju.
- Kada se na zaslonu pojavi simbol "o" koji se kreće slijeva nadesno, pritisnite gumb SET (to učinite unutar 5 sekundi).
- Na zaslonu će početi bljeskati broj (1-5). Pritisnite + ili - za odabir željenog memoriskog odjeljka te pritisnite PRESS za potvrdu odabira. Memoriji odjeljci koji se mogu odabrati odgovaraju zadnjim težinama postignutim kod korisnika koji je koristio BIA analizu.
- Na zaslonu će se prikazati svi podaci u vašoj osobnoj memoriji: težina, postotak masnoće i vode u organizmu.
- Za procjenu rezultata pogledajte odjeljak "Referentne tablice".
- Ako ste koristili korisnički broj, na zaslonu će se prikazati podaci pohranjeni pri prethodnom vaganju. Ova informacija prikazati će se svaki put kada budete koristili svoj korisnički broj. Također možete zatražiti podatke zadnjih pet vaganja, na način kako je opisano u točki 7 ovog dijela.
- Vaga se automatski isključuje 10 sekundi nakon uporabe.

## MOGUĆE GREŠKE:

- "Lo": slaba baterija. Molimo zamijenite baterije.
- "Err2%": greška u očitanju postotka tjelesne masnoće: Provjerite jeste li bosonogi, stojite li u ispravnu položaju i je li površina vase suha.
- "OL": težinsko preopterećenje. Težina je iznad kapaciteta vase (maks.: 150 kg)

## ODRŽAVANJE:

- Vaga ne smije doći u dodir s kozmetikom ili tekućinama za održavanje kupalnice, kako bi se izbjegla oštećenja.
- Vagu čistite vlažnom krpom i blagim deterdžentom. Pažljivo obrišite i posušite uređaj da vлага ne bi oštetila njegove unutarnje dijelove. Ne koristite abrazivna sredstva za čišćenje koja mogu oštetiti zaslon.

## PROBLEMI I MOGUĆA RJEŠENJA

- Provjerite jesu li baterije pravilno umetnute.
- Provjerite jeste li odabrali točnu mjernu jedinicu.
- Provjerite stoji li vaga na ravnoj površini udaljenoj od zida.
- Nemojte stati na vagu prije nego što se na zaslonu prikaže "0.0".



OPREZ: NIKADA ne bacajte aparat u kantu za otpatke. Odnesite ga u najблиže ODLAGALIŠTE ili deponij u blizini vašeg doma. Time pomažete u zaštiti okoliša.

## INTRODUCERE:

Obezitatea, cu alte cuvinte absorbtia necorespunzatoare a grăsimii corporale, este un risc cunoscut pentru sănătatea oamenilor: tensiune arterială crescută, boli cardiaice, diabet etc. Obezitatea poate crea, de asemenea, alte probleme mai puțin grave – cum ar fi apnea de somn, somnolență în timpul zilei etc. Cu ajutorul acestui cântar, acum vă puteți verifica greutatea și procentul de grăsime corporală fără a mai fi nevoie să plecați de acasă.

Acest cântar utilizează una din metodele cele mai de încredere pentru analizarea compoziției corporale: metoda BIA (Bioelectrical Impedance Analysis – *Analiza Impedanței Bioelectrice*). Acest sistem măsoară rezistența electrică a corpului la un curent electric foarte mic, nedăunător, care trece prin picioare prin intermediul apei și al altor fluidi. Valoarea acestei rezistențe crește în țesuturile adipioase.

După compararea impedanței cu anumite informații, cum ar fi înălțimea, greutatea, vârsta și sexul, se poate calcula procentul de grăsime corporală.

### TABELE DE REFERINȚĂ:

#### 1.- Procentul de grăsime corporală:

##### Femei:

Vârstă	Slab	Subponodal	Normal	Supraponderal	Obez
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 13	13-20	20-27	27-34	> 34
40-55	< 14	14-21	21-28	28-35	> 35
56-75	< 15	15-22	22-29	29-36	> 36
Atlet*			15-25		

##### Bărbați:

Vârstă	Slab	Subponodal	Normal	Supraponderal	Obez
6-15	< 8	8-15	15-22	22-29	> 29
16-39	< 10	10-17	17-24	24-31	> 31
40-55	< 11	11-18	18-25	25-32	> 32
56-75	< 12	12-19	19-26	26-33	> 33
Atlet*			3-15		

\* Atlet: orice persoană, cu vârstă între 15 și 50 de ani, care este angrenată în activități fizice intense aproximativ 12 ore pe săptămână și care are un puls în stare de repaus de aproximativ 60 de bătăi pe minut sau mai puțin.

## **2. Procentul de apă corporală:**

	Femei	Bărbați
Copii	58-70	60-73
Adulți	42-61	46-66
Atleți	56-71	60-73

**Notă:** aceste valori au fost obținute prin eșantionare. Ele au doar valoare de referință. Dacă aveți orice întrebare cu privire la rezultate, vă rugăm să consultați medicul.

## **OBSERVAȚIE IMPORTANTĂ:**

- Nu folosiți cânțarul dacă aveți implantat un dispozitiv medical, cum ar fi un stimulator cardiac.
- Înainte de a utiliza cânțarul de baie, vă rugăm să citiți cu atenție aceste instrucții de utilizare.
- Acest cânțar a fost proiectat pentru cântărirea oamenilor și nu trebuie folosit în scopuri comerciale sau industriale.
- În cazul în care încercați să mai folosiți cânțarul, nu îl aruncați la gunoi. Pentru a nu dăuna mediului înconjurător, duceți cânțarul la o unitate service pentru a-i se îndepărta acumulatorul cu litiu.
- Acest cânțar nu se va folosi într-un mediu în care există vapori inflamabili.
- Acest cânțar nu trebuie folosit pe post de aparat profesional pentru diagnosticare. Vă rugăm să consultați medicul.
- Acest aparat nu se va introduce în apă.
- Capacitatea maximă a acestui cânțar este de 150 kg. Pentru a evita deteriorarea cânțarului, nu încercați să vă cântăriți dacă aveți o greutate mai mare decât această valoare.
- De fiecare dată când vă cântăriți încercați să vă distribuiți greutatea pe cânțar în același mod, pentru a obține rezultate consecvente.
- Cânțăriți-vă aproximativ la aceeași oră în fiecare zi. Pe parcursul zilei greutatea dumneavoastră este influențată de alimente, lichide și de nivelul de efort depus.
- Pentru rezultate precise cântăriți-vă fără haine. Greutatea medie a hainelor, inclusiv pantofii este, în general, de 1-2,5 kg pentru femei și de 2,5-3,5 kg pentru bărbați.
- Dacă observați o funcționare defectuoasă a cânțarului, duceți-l la o unitate service autorizată pentru a fi verificat și reparat.
- Nu folosiți cânțarul dacă aveți picioarele ude sau dacă suprafața este umedă, deoarece puteți aluneca.
- Nu recomandăm folosirea cânțarului de către femeile gravide, de către atleți care se antreneză intens mai mult de 10 ore pe săptămână și de către copii.
- Acest dispozitiv nu este calibrat pentru copii cu vârstă sub zece ani și nici pentru persoane cu vârstă peste 80 de ani.

## ELEMENTE COMONENTE PRINCIPALE: (FIG. 1)

- 1.- Baza principală
- 2.- Panou de comandă:
  3. Buton SET: pornire, selectare meniu și confirmarea selecției.
  4. Buton "+": intrarea în meniu și deplasarea în sus în cadrul acestuia.
  5. Buton "-": deplasarea în jos în cadrul meniului.
- 6.- Ecran (Fig. 2):
  7. Greutate
  8. unitate de măsură
  9. Înălțime
  10. vârstă
  11. procent de grăsime
  12. procent de apă
  13. bărbat
  14. femeie
  15. număr utilizator

## FUNCȚIONARE:

- Înainte de a folosi cânțarul pentru prima dată îndepărtați apărătoarea din material plastic. Deschideți compartimentul acumulatorului și îndepărtați protecția. În interiorul compartimentului acumulatorului există un selector care poate fi folosit pentru a alege unitatea de măsură Deplasați selectorul în dreptul unității de măsură dorite (Kg / Lb/St).
- Puneți cânțarul pe o suprafață netedă. O suprafață dură oferă o precizie crescută. Dacă amplasați cânțarul pe o suprafață prea moale, cum ar fi un covoraș, cutile pot afecta precizia greutății indicate.
- Pentru a pune în funcțiune cânțarul, apăsați ușor cu piciorul pe suprafața cânțarului sau apăsați orice buton.
- Așteptați până când pe ecran este afișat "0.0".

## CÂNTĂRIRE OBİŞNUITĂ:

- Pentru a pune în funcțiune cânțarul, apăsați ușor cu piciorul pe suprafața cânțarului sau apăsați orice buton.
- Așteptați până când pe ecran este afișat "0.0".
- Urcați-vă pe cânțar atunci când pe ecran apare afișat "0.0". Stați nemîscat pe cânțar până când este afișată greutatea dumneavoastră. După stabilizare, valoarea greutății va fi afișată intermitent de trei ori.

**Notă:** dacă nu așteptați câteva secunde înainte de a vă urca pe cânțar va apărea o eroare. Dacă se întâmplă acest lucru, coborâți de pe cânțar, așteptați ca acesta să se opreasă și începeți din nou.

## METODA DE ANALIZĂ BIA:

- Pentru a măsura cantitatea de grăsimi și cantitatea de apă, este necesar să introduceți unele date personale. Cântarul are o memorie de 4 unități, de aceea nu va fi nevoie să faceți acest lucru de fiecare dată când dorîți să folosiți cântarul; fiecare utilizator își poate înregistra informațiile personale, făcând mai ușoară folosirea cântarului. **Fig. 3**

1.- Apăsați butonul SET. Numărul de utilizator va apărea intermitent pe ecran. Apăsați butonul "+" sau "-" până când ajungeți la numărul dumneavoastră de utilizator (P1, P2, P3 sau P4).

Dacă folosiți aparatul pentru prima dată, selectați un număr de utilizator liber și folosiți același număr data viitoare când folosiți cântarul.

Confirmați selecția prin apăsarea butonului SET.

2.- Folosiți butoanele "+" și "-" pentru a selecta genul. Confirmați selecția prin apăsarea butonului SET.

3.- Introduceți vârsta cu ajutorul butoanelor "+" și "-". Confirmați selecția prin apăsarea butonului SET.

4.- Introduceți înălțimea cu ajutorul butoanelor "+" și "-". Confirmați selecția prin apăsarea butonului SET.

- Datele introduse vor fi afișate intermitent în timp ce sunt înregistrate și vor fi stocate în memorie, pentru măsurători ulterioare.

- Dacă nu este apăsat nici un buton timp de 10 secunde, cântarul se oprește automat.

## CÂNTĂRIRE CU ANALIZĂ BIA

- Pentru a pune în funcțiune cântarul, apăsați ușor cu piciorul pe suprafața cântarului sau apăsați orice buton.

- Așteptați până când pe ecran este afișat "0.0".

- Urcați-vă pe cântar atunci când pe ecran apare afișat "0.0". Stați nemîscat pe cântar până când este afișată greutatea dumneavoastră. În timpul procesului de cântărire, picioarele dumneavoastră trebuie să fie pe liniile metalice.

- După afișarea greutății, va apărea semnul "o" care se deplasează de la stânga la dreapta. Cântarul efectuează analiza impedanței bio-magnetice, în urma căreia se calculează procentele de grăsimi și de apă din corpul dumneavoastră. Vă rugăm să așteptați și să nu coborăți de pe cântar.

- După terminarea analizei, pe ecran vor fi afișate valorile corespunzătoare cantității de grăsimi și de apă din corp, acestea fiind salvate în memoria care corespunde utilizatorului.

- Apoi, pe ecran va apărea semnul "o" care se deplasează de la stânga la dreapta, apăsați butonul SET (aveți 5 secunde pentru aceasta).

- Un număr va începe să clipească pe ecran (1-5). Apăsați + sau - pentru a selecta banca de memorie dorită și apăsați SET pentru a confirma selecția. Băncile de memorie care au fost selectate corespund ultimelor greutăți obținute de utilizatorul care a efectuat analiza BIA.

- Ecranul va afișa toate datele în memoria personală: greutatea, procentul de apă și grăsimile din corp.

- Pentru evaluarea rezultatelor, consultați secțiunea "Tabele de referință".
- Dacă ati folosit un număr de utilizator, pe ecran vor fi afișate valorile de la ultima dumneavoastră cântărire. Aceste informații vor fi afișate de fiecare dată când folosiți numărul de utilizator. Puteți solicita întotdeauna informațiile privind ultimele cinci cântăririri, aşa cum sunt descrise la punctul 7 al prezentei secțiuni.
- Acest cântar se oprește în mod automat după zece secunde de neutilizare.

## ERORI POSIBILE:

- "Lo": Acumulator aproape de terminare. Vă rugăm înlocuiți bateriile.
- "Err2%": eroare la procentul de grăsime corporală. Asigurați-vă că stați cu picioarele goale, în poziție verticală și că suprafața cântarului este uscată.
- "OL": depășire de greutate. Greutatea depășește capacitatea cântarului (max.: 150 kg)

## ÎNTREȚINERE:

- Pentru a evita deteriorarea, aveți grijă să nu aduceți în contact cu cântarul produse cosmetice sau lichide pentru baie.
- Pentru curățarea aparatului folosiți o cărpă umedă și un detergent slab. Uscați aparatul cu grijă, deoarece umezeala poate afecta componente interne ale cântarului. Nu folosiți produse de curățare abrazive, deoarece acestea pot deteriora afișajul.

## IDENTIFICAREA ȘI REMEDIEREA DEFECȚIUNILOR

- Asigurați-vă că acumulatorii sunt introduși.
- Asigurați-vă că ati selectat unitatea de măsură corectă pentru greutate.
- Asigurați-vă că ati amplasat cântarul pe o suprafață plană și că acesta nu atinge peretele.
- Nu vă urcați pe cântar înainte ca afișajul să indice "0.0".



**PRECAUȚIE!** Atunci când doriți să aruncați aparatul dumneavoastră, NU îl aruncați la gunoi. Duceți-l la cel mai apropiat PUNCT DE COLECTARE a materialelor uzate, pentru a fi prelucrat corespunzător. Astfel, veți contribui la îngrijirea mediului înconjurător.

CERTIFICADO DE GARANTIA • GUARANTEE CERTIFICATE • CERTIFICAT DE GARANTIE • CERTIFICADO DE GARANTIA • CERTIFICATO DI GARANZIA		<b>sOlac</b> COD. 101279 MOD. PD7640
SELLO DEL VENDEDOR Y FECHA DE VENTA DEALER'S STAMP & DATE OF PURCHASE CACHET DU VENDEUR ET DATE DE VENTE	CARMBRO DO VENDEDOR E DATA DA VENDA TIMBRO DEL VENDEDORE E DATA DI VENDITA CACHET DU VENDEUR ET DATE DE VENTE	NOMBRE Y DIRECCION DEL COMPRADOR BUYER'S NAME AND ADDRESS NOM ET ADRESSE DE L'ACHETEUR
		Nº DE SERIE O LOTE:
GARANTE: <b>ELECTRODOMESTICOS SOLAC S.A.</b> , Artagapura, 11 - 01013 VITORIA (SPAIN)		
CONDICIONES DE GARANTIA EN EL INTERIOR - GUARANTEE TERMS ENCLOSED - CONDITIONS DE GARANTIE À L'INTÉRIEUR • CONDIÇÕES DE GARANTIA NO INTERIOR - CONDIZIONI DI GARANZIA NELL'INTERNO		

# sOlac

[www.solac.com](http://www.solac.com)



100% Recycled Paper