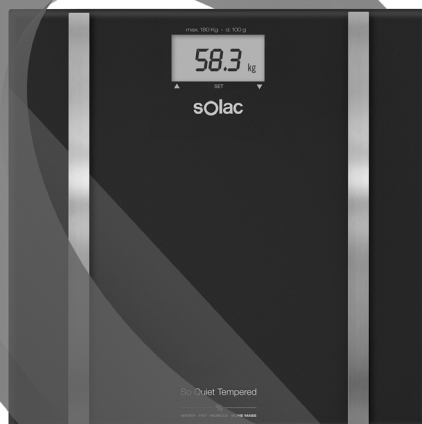
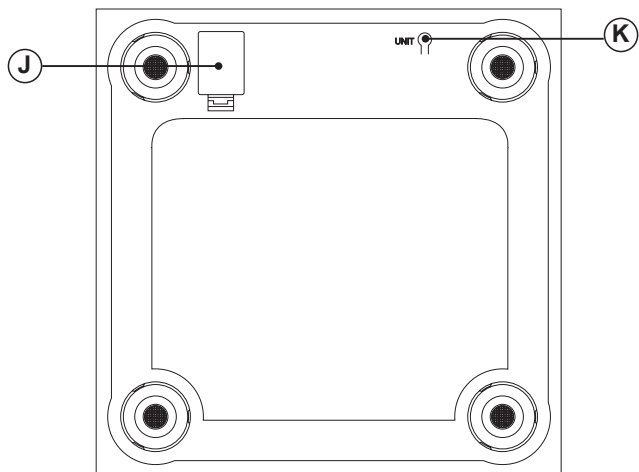
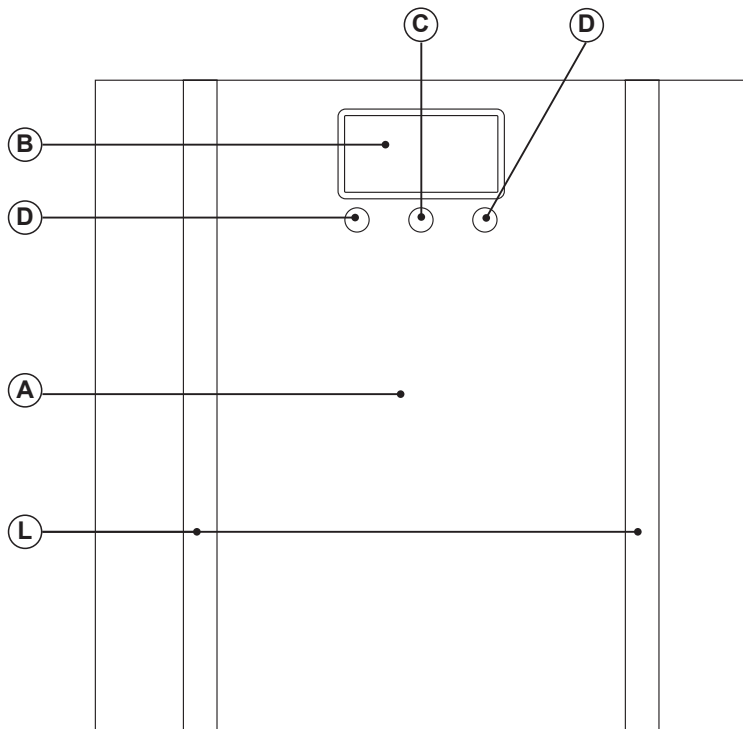


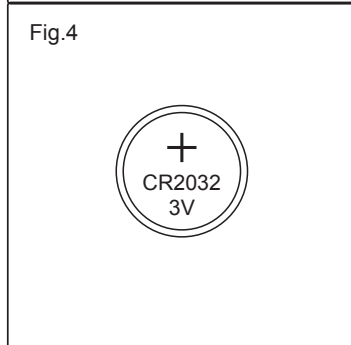
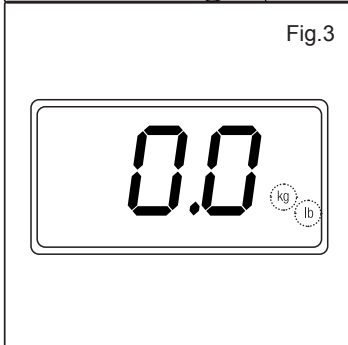
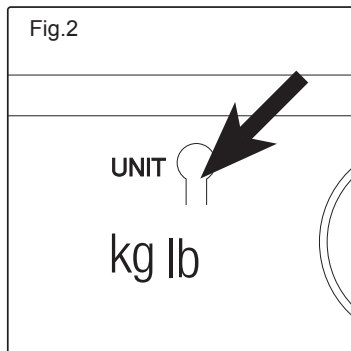
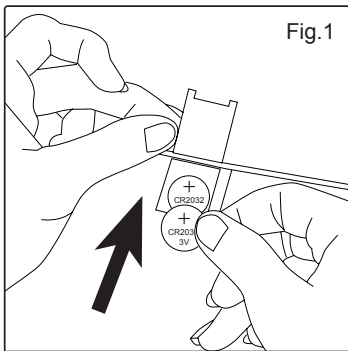
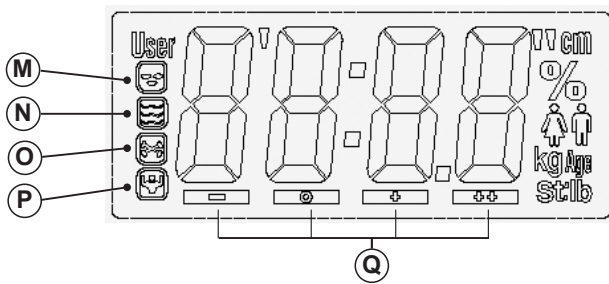
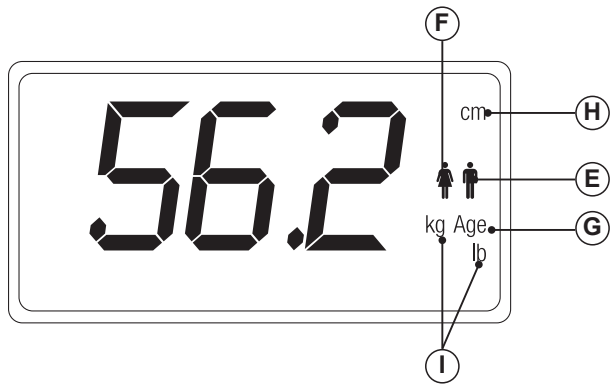
# SO QUIET TEMPERED



BÁSCULA DE BAÑO Instrucciones de uso  
BATHROOM SCALE Instructions for use  
PÈSE-PERSONNE Mode d'emploi  
BADWAAGE Gebrauchsanleitung  
BALANÇA DE BANHO Instruções de uso  
BILANCIA PESAPERSONE Istruzioni per l'uso  
BALANÇA DE BANY Instruccions d'ús  
BADKAMERWEEGSCHAAL Gebruiksaanwijzing  
OSOBNÍ VÁHA Návod k použití  
WAGA ŁAZIENKOWA Instrukcja obsługi  
KÚPEĽŇOVOVÁ VÁHA Návod na použitie  
FÜRDŐSZOBA MÉRLEG Használati utasítás  
ЕЛЕКТРОНЕН КАНТАР Инструкція заупотреба  
CÂNTAR DE BAIE Instrucțiuni de utilizare  
تاميلعت ميزان الحمام

**solac**





## DESCRIPCIÓN

- A Plataforma
- B Pantalla LCD
- C Botón ajustes
- D Botones arriba/abajo
- E Símbolo masculino
- F Símbolo femenino
- G Símbolo edad
- H Símbolo altura
- I Unidad de Peso (Kg, Lb, St)
- J Tapa compartimento baterías
- K Botón selector unidades peso
- L Electrodo
- M Porcentaje grasa corporal
- N Porcentaje contenido de agua
- O Porcentaje masa ósea
- P Porcentaje masa corporal
- Q Indicador del nivel de salud

Caso de que su modelo de aparato no disponga de los accesorios descritos anteriormente, éstos también pueden adquirirse por separado en los Servicios de Asistencia Técnica.

## UTILIZACIÓN Y CUIDADOS:

- No superar la capacidad de pesaje del aparato.
- Retirar las pilas o baterías del aparato si no lo va a usar en mucho tiempo.
- Este aparato está pensado únicamente para un uso doméstico, no para uso profesional o industrial.
- Este aparato no es válido para transacciones comerciales.
- Guardar este aparato fuera del alcance de los niños y/o personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento.
- **ADVERTENCIA:** No usar el aparato si el cristal está agrietado o roto.

## MONTAJE DE LA PILA

- Advertencia: Durante el proceso de manipulación de la pila, no tocar simultáneamente sus dos polos, ya que provocaría una descarga de parte de su energía almacenada, afectando directamente a su longevidad.

- Retirar la tapa del compartimiento de la pila.
- Verificar que se ha retirado la lámina de plástico de protección de la pila/s (hay pilas que se suministran con una lámina de protección).
- Conectar la pila en su alojamiento, respetando la polaridad indicada. (Fig.1).
- Cerrar de nuevo la tapa del compartimiento de la pila/s.
- Nota: Durante el proceso de sustitución de la pila la configuración del aparato se borrará, siendo necesario volver a configurar los parámetros del aparato.

## MODO DE EMPLEO

### NOTAS PREVIAS AL USO:

- Asegúrese de que ha retirado todo el material de embalaje del producto.

### SELECTOR UNIDADES DE PESO KG/LB/ST:

- El aparato dispone un selector de unidades de peso, situar el selector en la posición acorde al tipo de unidades con las que desee trabajar. (Fig.2).

### USO:

- Poner el aparato en marcha, presionando ligeramente la plataforma de pesaje y esperar hasta que en la pantalla aparezca 0,0.
- Situarse en el centro de la plataforma evitando movimientos bruscos, manteniéndose inmóvil y sin tocar otros objetos, hasta que el aparato muestre la magnitud referente al peso.

### FUNCIÓN CAMBIO DE UNIDADES DE PESO KG/LB/ST:

- El aparato dispone un selector de unidades de peso. Sitúe el selector en la posición acorde al tipo de unidades con las que desee trabajar. Para ello, presione sobre el botón "UNIT" secuencialmente aparecerá en pantalla la unidad de medida seleccionada. (Fig.3).

### PROGRAMACIÓN DE LOS DATOS PERSONALES:

- Pulse suavemente con el pie la superficie de la báscula para ponerla en marcha.
- Pulse el botón de ajustes y utilice los botones de arriba/abajo para encontrar el número de memoria en el que desee guardar sus datos personales (hay 10 memorias disponibles). Seguidamente pulse el botón de Ajustes para

confirmar su elección.

- Seleccione hombre o mujer utilizando los botones de arriba/abajo y confirme pulsando el botón de Ajustes.
- Introduzca su edad utilizando los botones de arriba/abajo y confirme pulsando el botón de Ajustes.
- Introduzca su altura utilizando los botones de arriba/abajo y confirme pulsando el botón de Ajustes.
- Puede repetir estos pasos para programar las 9 memorias restantes si lo desea.

**CÁLCULO DEL PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL:**

- Este aparato presenta la opción incorporada de calcular el porcentaje de grasa corporal mediante el uso de técnicas de impedancia bioeléctrica.
- Este análisis mide el diferencial de conductividad entre la masa muscular y la masa corporal formada por células grasas, utilizando microcorrientes de muy baja intensidad que recorren las extremidades inferiores del cuerpo.
- El porcentaje de peso corporal se calcula utilizando el procedimiento arriba descrito y tiene en cuenta también las siguientes variables: altura, edad, sexo y peso.
- La determinación de la grasa corporal solo se puede llevar a cabo descalzo.






**SISTEMA PARA MEDIR EL PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL, CONTENIDO DE AGUA, MASA MUSCULAR Y MASA OSEA:**






- Pulse suavemente con el pie la superficie de la báscula para poner en marcha la báscula.
- Pulse el botón de ajuste y utilice los botones de arriba/abajo para acceder al código de memoria en el que tiene guardados sus datos personales.
- Espere unos segundos hasta que sus datos personales aparezcan en pantalla: sexo, edad, altura y unidad de peso.
- Espere que la pantalla muestre "0,0 kg", lo cual indica que la báscula está lista para el uso.
- Súbase descalzo a la báscula y asegúrese de apoyarse cuidadosamente, repartiendo bien el peso entre las dos piernas, y de pisar los electrodos de acero.

- No se mueva y los resultados de la medición se irán mostrando secuencialmente en la pantalla (%grasa, % agua, % masa muscular, % masa ósea). Los resultados se mostrarán 2 veces seguidas.
- Al bajarse de la plataforma, el sistema de "autoapagado" hará que la báscula se apague automáticamente.

**TABLA DE REFERENCIA DE VALORES DE MEDICIÓN**

- Tras la medición, puede comprobar si su medición es saludable, usando como referencia las siguientes tablas:

% Grasa corporal 				
Edad	Bajo 	Normal 	Alto 	Muy alto 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

% Grasa corporal 				
Edad	Bajo 	Normal 	Alto 	Muy alto 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40


- Lo: Significa que es necesario cambiar la pila.

## LIMPIEZA


- Limpiar el aparato con un paño húmedo impregnado con unas gotas de detergente y secarlo después.
- No utilizar disolventes, ni productos con un factor pH ácido o básico como la lejía, ni productos abrasivos, para la limpieza del aparato.
- No sumergir el aparato en agua u otro líquido, ni ponerlo bajo el grifo.

## CONSUMIBLES

- Este aparato solo debe usarse con el siguiente tipo de consumibles. (Fig.4).
- Pilas del tipo: 3V CR2032.
- Podrá adquirir este tipo de consumible en tiendas especializadas.

	Edad	Agua corporal (%)	Masa muscular (%)	Masa ósea (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
12-16	58-69	32-44	15-19	
16-39	55-56	38-44	16-20	
40-60	50-60	36-42	16-20	
>60	45-60	34-40	15-19	

	Edad	Agua corporal (%)	Masa muscular (%)	Masa ósea (%)
	<12	54-65	24-34	15-19
12-16	54-64	28-38	15-19	
16-39	50-60	32-38	15-19	
40-60	45-55	30-36	15-19	
>60	40-55	29-35	14-18	

- En caso de duda, consulte con su médico o farmacéutico.

### FUNCIÓN AUTO-DESCONEXIÓN (STAND-BY):

- Con la finalidad del ahorro energético, el aparato pasa al estado de auto-desconexión (stand-by) al cabo de unos segundos, si durante este periodo el usuario no ha realizado ninguna acción sobre él.
- Para volver al funcionamiento normal simplemente deberá presionar ligeramente la plataforma de pesaje y esperar hasta que en la pantalla aparezca "0,0".

### UNA VEZ FINALIZADO EL USO DEL APARATO:

- Retirar las pilas/baterías del aparato si no se va a usar el aparato en mucho tiempo.

### MENSAJES ESPECIALES:

- En la pantalla pueden aparecer los siguientes mensajes:
- Err: Significa se ha sobrepasado la capacidad del aparato o que ha habido un error en la medición del porcentaje de grasa corporal.

## CARACTERÍSTICAS

	Rango de medida	Resolución
Peso Máximo	180 Kg (396 lb)	
% Grasa corporal	5-50%	0,1%
% Agua corporal	15-90%	0,1%
% Masa muscular	5-60%	0,1%
% Masa ósea	1-40%	0,1%

## DESCRIPTION

- A Platform
- B LCD screen
- C Set button
- D Up/down buttons
- E Male symbol
- F Female symbol
- G Age symbol
- H Height symbol
- I Weight unit (Kg, Lb, St)
- J Battery compartment lid
- K Weight unit selector button
- L Electrodes
- M Body fat percentage
- N Body water percentage
- O Bones mass percentage
- P Muscle mass percentage
- Q Health level indicator

If the model of your appliance does not have the accessories described above, they can also be bought separately from the Technical Assistance Service.

## USE AND CARE:

- Do not overload the appliance's weight capacity.
- Remove the batteries from the appliance if you are not going to use it for some time.
- This appliance is for household use only, not professional, industrial use.
- This appliance isn't valid for trade.
- Store this appliance out of reach of children and/or persons with physical, sensory or reduced mental or lack of experience and knowledge.
- CAUTION: Do not use the appliance if the glass is cracked or broken.

## ASSEMBLING THE BATTERY

- Caution: During the handling of batteries, do not touch both poles at the same time, as this will provoke the partial discharge of the stocked energy therefore affecting longevity.
- Remove the cover of the battery compartment.
- Check that the plastic covering that protects the battery has been removed (some batteries are sold with a protective covering).

- Put the battery in its compartment, respecting the polarity (Fig.1).
- Replace the cover of the battery compartment.
- N.B. When changing the battery, the configuration of the appliance will be removed, and you will need to reset the parameters of the appliance.

## INSTRUCTIONS FOR USE

### BEFORE USE:

- Make sure that all products' packaging has been removed.

### WEIGHING UNITS SELECTOR KG/LB/ST:

- The appliance has a selector of weighing units; put the selector in the position according to those units you want to work with. (Fig.2).

### USE:

- Turn the appliance on, by pressing lightly on the weighing platform and wait for the screen to show 0,0.
- Place yourself in the centre of the platform avoiding abrupt movements, maintaining immobile and without touching other objects, until the appliance shows your weight.

### WEIGHING UNITS SELECTOR FUNCTION KG/LB/ST:

- The appliance has a selector of weighing units, put the selector in the position according to those units you want to work with. To do so, press the "UNIT" button, the measuring unit selected will then be shown on screen one after the other. (Fig.3).

### PROGRAMMING PERSONAL DATA

- Gently press the surface of the scale with your foot to switch it on.
- Press the Set button and use Up/down button to find the memory number under which you wish to save your personal data (10 memories available). Then press the Set button to confirm your choice.
- Select male or female by using up/down buttons and confirming by pressing Set button.
- Log in your age using the up/down buttons and confirming by using Set button.






- Log in your height using the up/down buttons and confirming by using Set button.
- These steps can be repeated to program the remaining 9 memories if desired.






### CALCULATE PERCENTAGE BODY FAT

- This appliance has the built-in option to calculate your percentage body fat by using bioelectrical impedance techniques.
- This analysis measures the different conductivity between the muscle mass and body mass formed by fat cells using very low-intensity electrical micro current that runs through the lower members of the body.
- The percentage body weight is calculating using the procedure described above and also involves the following variables: height, age, sex and weight.
- The body fat reading can only be carried out barefoot.

### SYSTEM FOR MEASURING THE PERCENTAGE OF BODY FAT, BODY WATER, MUSCLE MASS AND BONES MASS

- Gently press the surface of the scale with your foot to switch it on.
- Press the Set button and use the up/down buttons to access the memory code under which your personal data have already been saved.
- Wait a few seconds until your personal data appears on screen briefly: sex, age, height and weight unit.
- Wait for the display to show "0,0 kg" and then the scale is ready for use.
- Step onto the scale with bare feet and make sure that you are standing still with equal weight distribution. Stand on the stainless steel electrodes with both feet.
- Do not move and the measured results will be displayed sequentially (Body fat %, Body water %, Muscle mass %, Bones mass %) on the screen. The results are displayed 2 times.
- After stepping down the "Auto shutdown" system will turn it off automatically.



% Body Fat 				
Age	Low 	Normal 	High 	Very High 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

% Body Fat 				
Age	Low 	Normal 	High 	Very High 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40



## REFERENCE TABLES OF MEASURED VALUES:

After measuring, you can use the following tables as a reference to check if your measurement is healthy:

	Age	Body Water (%)	Muscle Mass (%)	Bones Mass (%)
		<12	56-67	25-36
12-16		58-69	32-44	15-19
16-39		55-56	38-44	16-20
40-60		50-60	36-42	16-20
>60		45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

- In the event of doubt, consult your doctor or pharmacist for clarification.

### STAND-BY FUNCTION:

- In order to save energy, the appliance passes to stand-by after few seconds if the user does not use it.
- To return to normal operation simply press lightly on the weighing platform and wait for the screen to show "0,0".

### ONCE YOU HAVE FINISHED USING THE APPLIANCE:

- Remove the battery from the appliance if you are not intending to use the appliance during an extended period.

## SPECIAL MESSAGES:

- The following messages can appear on the screen:
- Err: means that the appliance's capacity has been exceeded or that there is an error in the

body fat percentage measurement.

- Lo: means that the battery has to be changed.

## CLEANING

- Clean the equipment with a damp cloth with a few drops of washing-up liquid and then dry.
- Do not use solvents, or products with an acid or base pH such as bleach, or abrasive products, for cleaning the appliance.
- Never submerge the appliance in water or any other liquid or place it under running water.

## SUPPLIES

- Only the following type of supplies must be used with the appliance. (Fig.4).
- Batterie type: 3V CR2032.
- These supplies are available in specialist shops.

## SPECIFICATIONS:

	Measurement range	Increment
Max. Loading capacity	180 Kg (396 lb)	
% Body Fat	5-50%	0,1%
% Body Water	15-90%	0,1%
% Muscle Mass	5-60%	0,1%
% Bones Mass	1-40%	0,1%

## DESCRIPTION

- A Plateau
- B Écran LCD
- C Touche de réglage « SET »
- D Touches haut/bas
- E Symbole « Homme »
- F Symbole « Femme »
- G Symbole « Âge »
- H Symbole « Taille »
- I Unité de poids (kg/lb/st)
- J Couvercle du compartiment de la batterie
- K Touche de sélection de l'unité de poids
- L Électrodes
- M Taux de graisse corporelle :
- N Pourcentage de teneur en eau
- O Pourcentage de masse osseuse
- P Pourcentage de masse corporelle
- Q Indicateur de niveau de santé

Dans le cas où votre modèle ne disposerait pas des accessoires décrits antérieurement, ceux-ci peuvent être achetés séparément auprès des services d'assistance technique.

## UTILISATION ET ENTRETIEN :

- Ne pas excéder la capacité de pesage de l'appareil.
- Retirer les piles ou les batteries de l'appareil si vous n'allez pas l'utiliser pendant un certain temps.
- Cet appareil est uniquement destiné à un usage domestique et non à un usage professionnel ou industriel.
- Cet appareil ne convient pas à des transactions commerciales.
- Conserver cet appareil hors de portée des enfants ou des personnes avec des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou présentant un manque d'expérience et de connaissances.
- AVERTISSEMENT: Ne pas utiliser l'appareil si le verre est brisé ou cassé.

## INSTALLATION DE LA PILE

- Avertissement : Durant le processus de manipulation de la pile, ne pas toucher simultanément ses deux pôles au risque de

provoquer une décharge partielle de l'énergie stockée et donc de réduire sa durée de vie.

- Retirer le couvercle du compartiment de la pile.
- Vérifier que le film plastique de protection de la/des pile(s) a bien été retiré (certaines piles sont fournies avec un film de protection).
- Placer la pile dans leur logement en respectant la polarité indiquée. (Fig.1).
- Fermer le couvercle du compartiment de la/des pile(s).
- Note : Durant le processus de remplacement de la/des pile(s), la configuration de l'appareil sera réinitialisée. Il sera donc nécessaire de reconfigurer ensuite les paramètres de l'appareil.

## MODE D'EMPLOI

### CONSIGNES PRÉALABLES :

- S'assurer d'avoir retiré tout le matériel d'emballage du produit.

### TOUCHE DE SÉLECTION DE L'UNITÉ DE POIDS KG/LB/ST:

- L'appareil dispose d'un sélecteur d'unités de poids. Mettre le sélecteur en position en fonction du type d'unités avec lesquelles il est souhaité travailler. (Fig.2).

### UTILISATION :

- Activez l'appareil en appuyant légèrement sur la plateforme de pesage et patientez jusqu'à ce que l'écran affiche 0.0.
- Positionnez-vous au centre de la plateforme en évitant les mouvements brusques. Restez immobile, sans toucher d'autres objets jusqu'à ce que l'appareil indique le poids détecté.

### SÉLECTION DE L'UNITÉ DE POIDS KG/LB/ST :

- L'appareil dispose d'une touche de sélection des unités de poids. Mettre le sélecteur en position en fonction du type d'unités avec lesquelles il est souhaité travailler. Pour ce faire, appuyer sur le bouton "UNIT", l'unité de mesure sélectionnée s'affichera sur l'écran en séquence. (Fig.3).

### PROGRAMMATION DES DONNÉES PERSONNELLES :

- Appuyer doucement sur la surface de la balance avec votre pied pour la démarrer.

- Appuyer sur le bouton de configuration et utiliser les boutons haut/bas pour trouver le numéro de la mémoire dans laquelle stocker vos données personnelles (10 mémoires disponibles). Puis appuyer sur le bouton Paramètres pour confirmer votre choix.
- Sélectionner homme ou femme en utilisant les boutons haut/bas et confirmez en appuyant sur le bouton Paramètres.
- Entrer votre âge en utilisant les boutons haut/bas et confirmer en appuyant sur le bouton Paramètres.
- Entrer votre hauteur en utilisant les boutons haut/bas et confirmer en appuyant sur le bouton Paramètres.
- Si souhaité, il est possible de répéter ces étapes pour programmer les 9 mémoires restantes.
- Se placer debout et pieds nus sur la balance et s'appuyer en répartissant bien le poids entre les deux pieds et en s'assurant d'appuyer sur les électrodes en acier.
- Ne pas bouger. Les résultats s'afficheront en séquence sur l'écran (% de graisse, % d'eau, % de masse musculaire, % de masse osseuse). Les résultats défileront 2 fois de suite.
- En descendant de la balance, le système «d'arrêt automatique» éteindra automatiquement la balance.

### TABLEAU DE RÉFÉRENCE DES MESURES






- Une fois les mesures relevées, il est possible de vérifier le niveau de santé en se référant aux tableaux suivants :






#### CALCUL DU POURCENTAGE DE GRAISSE CORPORELLE :



- Cet appareil dispose d'une option permettant de calculer le pourcentage de graisse corporelle en utilisant les techniques d'impédance bioélectrique.
- Cette analyse mesure la différence de conductivité entre la masse musculaire et la masse corporelle formée par les cellules adipeuses à l'aide de micro-courants de très faible intensité traversant les extrémités inférieures du corps.
- Le pourcentage de poids corporel est calculé selon la procédure décrite ci-dessus et tient également compte des variables suivantes : taille, âge, sexe et poids.
- La détermination de la masse grasse corporelle ne peut être effectuée que pieds nus .

#### SYSTÈME DE MESURE DU POURCENTAGE DE GRAISSE CORPORELLE, TENEUR EN EAU, MASSE MUSCULAIRE ET LA MASSE OSSEUSE :

- Appuyer doucement sur la surface de la balance avec votre pied pour la démarrer.
- Appuyer sur le bouton de réglage et utiliser les boutons haut/bas pour trouver le numéro de la mémoire dans laquelle stocker vos données personnelles.
- Patienter quelques secondes que vos données personnelles s'affichent à l'écran : sexe, âge, taille et unité de poids.
- Attendre que l'écran affiche « 0,0 kg », indiquant que la balance est prête à être utilisée.

% graisse corporelle 				
Âge	Faible 	Normale 	Élevé 	Très élevé 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

% graisse corporelle 				
Âge	Faible 	Normale 	Élevé 	Très élevé 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

	Âge	Eau corporelle (%)	Masse musculaire (%)	Masse osseuse (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
	12-16	58-69	32-44	15-19
	16-39	55-56	38-44	16-20
	40-60	50-60	36-42	16-20
	>60	45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

- En cas de doute, consulter votre médecin ou votre pharmacien.

#### FONCTION D'ARRÊT AUTOMATIQUE (STAND-BY) :

- Afin de permettre des économies d'énergie, l'appareil passe en mode d'arrêt automatique (stand-by) dans un délai de quelques secondes si l'utilisateur n'utilise pas l'appareil durant ce laps de temps.
- Pour revenir en mode de fonctionnement normal, appuyer légèrement sur la plateforme de pesage et patienter jusqu'à ce que l'écran affiche "0,0".

#### APRÈS UTILISATION DE L'APPAREIL :

- Retirer les piles ou les batteries si l'appareil ne doit pas être utilisé pendant un certain temps.

#### MESSAGES SPÉCIAUX :

- Les messages suivants peuvent apparaître sur l'écran :
- Err : Cela signifie que la capacité de l'appareil a été dépassée ou qu'il y a une erreur s'est produite lors du relevé du pourcentage de graisse corporelle.
- Lo : Cela signifie que la pile doit nécessairement être remplacée.

## NETTOYAGE

- Nettoyer l'appareil avec un chiffon humide imprégné de quelques gouttes de détergent et le laisser sécher.
- Ne pas utiliser de solvants ni de produits au pH acide ou basique tels que l'eau de Javel, ni de produits abrasifs pour nettoyer l'appareil.
- Ne pas immerger l'appareil dans l'eau ou dans tout autre liquide, ni le passer sous un robinet.

## ACCESSOIRES

- Cet appareil ne peut être utilisé qu'avec le type de fournitures suivantes. (Fig.4).
- Piles : 3V CR2032.
- Vous trouverez ce type d'accessoires dans les magasins spécialisés.

## CARACTÉRISTIQUES

	Plage de mesure	Solution
Poids maximum	180 Kg (396 lb)	
% graisse corporelle	5-50%	0,1%
% eau corporelle	15-90%	0,1%
% masse musculaire	5-60%	0,1%
% masse osseuse	1-40%	0,1%

## BEZEICHNUNG

- A Wiegefläche
- B LCD-Display
- C Einstelltaste
- D Tasten nach oben/nach unten
- E Symbol „Mann“
- F Symbol „Frau“
- G Symbol „Alter“
- H Symbol „Grösse“
- I Wiegeeinheit (Kg, Lb, St)
- J Batteriefachdeckel
- K Einstellung Gewichtseinheit Taste
- L Elektroden
- M Prozentualer Anteil an Körperfett:
- N Prozentualer Anteil an Wasser
- O Prozentualer Anteil an Knochenmasse
- P Prozentualer Anteil Körpermasse
- Q Anzeige Gesundheitszustand

Wenn Sie meinen, dass das Gerät nicht mit dem oben angeführten Zubehör ausgestattet ist, können Sie die Teile auch einzeln beim Technischen Dienst erwerben.

## BENUTZUNG UND PFLEGE:

- Die maximale Tragkraft des Gerätes nicht überschreiten.
- Nehmen Sie die Batterien aus dem Fach, wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen werden.
- Dieses Gerät ist ausschließlich für den häuslichen Gebrauch ausgelegt und ist für professionelle oder gewerbliche Zwecke nicht geeignet.
- Dieses Gerät ist für kommerzielle Zwecke nicht geeignet.
- Das Gerät außerhalb der Reichweite von Kindern und/oder Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten bzw. Personen ohne ausreichende Erfahrung und Kenntnisse aufbewahren.
- **WARNUNG:** Das Gerät nicht benutzen, wenn das Glas Risse aufweist oder zerbrochen ist.

## EINBAU DER BATTERIE

- **Warnung:** Während Sie die Batterie handhaben, ist darauf zu achten, die beiden Pole nicht gleichzeitig anzufassen, da dadurch die gespeicherte Energie entladen und ihre Lebensdauer unmittelbar beeinträchtigt werden

kann.

- Den Deckel des Batteriefachs entfernen.
- Prüfen Sie, ob die Plastikschutzfolie der Batterie/n entfernt worden ist (da es Batterien gibt, die mit einer Schutzfolie geliefert werden).
- Die Batterie in ihrem Fach anbringen, dabei die vorgegebene Polung beachten. (Fig.1).
- Entfernen Sie den Deckel des Batteriefachs.
- **Anmerkung:** Während Sie die Batterie ersetzen, wird die Gerätekonfiguration gelöscht, weshalb Sie die Geräteparameter erneut konfigurieren müssen.

## BENUTZUNGSHINWEISE

### VOR DER BENUTZUNG:

- Vergewissern Sie sich, dass Sie das gesamte Verpackungsmaterial des Produkts entfernt haben.

### EINSTELLUNG GEWICHTSEINHEIT KG/LB/ST:

- Das Gerät verfügt über eine Einstellung für die Gewichtseinheit, bringen Sie die Einstellung in die Position, die der Art von Einheiten entspricht, mit denen Sie arbeiten möchten. (Fig.2).

### BENUTZUNG:

- Stellen Sie das Gerät an, indem Sie leicht auf die Wiegeplattform drücken und warten Sie, bis auf dem Bildschirm 0,0erscheint.
- Stellen Sie sich in die Mitte der Plattform, vermeiden Sie bruske Bewegungen, bleiben Sie ruhig stehen und berühren Sie keine anderen Objekte, bis das Gerät

### FUNKTION WECHSEL ZWISCHEN GEWICHTSEINHEITENKG/LB/ST.

- Das Gerät ist mit einem Schalter für die Einstellung der Gewichtseinheit ausgestattet. Stellen Sie den Schalter auf die Position, die dem Typ der Einheiten entspricht, mit welchen Sie arbeiten möchten. Drücken Sie auf die Taste „UNIT“, die ausgewählte Messeinheit wird nach und nach auf dem Bildschirm erscheinen. (Fig.3).

### PROGRAMMIERUNG DER PERSÖNLICHEN DATEN:

- Drücken Sie mit dem Fuss sanft die Ober-

fläche der Waage, um diese in Betrieb zu nehmen.

- Drücken Die die Einstellungstaste und verwenden Sie die Tasten nach oben/nach unten, um zur Ziffer des Speichers zu gelangen, in welchem Sie Ihre persönlichen Daten speichern möchten (10 Speicher zur Auswahl). Drücken Sie darauf die Einstellungstaste, um Ihre Auswahl zu bestätigen.
- Wählen Sie Mann oder Frau aus, in dem Sie die Tasten nach oben/nach unten betätigen und bestätigen Sie durch Drücken der Einstellungstaste.
- Geben Sie Ihr Alter ein, indem Sie die Tasten nach oben/nach unten betätigen und bestätigen Sie durch Drücken der Einstellungstaste.
- Geben Sie Ihre Grösse ein, indem Sie die Tasten nach oben/nach unten betätigen und bestätigen Sie durch Drücken der Einstellungstaste.
- Sie können diese Schritte wiederholen, um die 9 verbleibenden Speicher zu programmieren.

### BERECHNUNG DES KÖRPERFETTANTEILS:

- Dieses Gerät verfügt über die integrierte Option der Berechnung des Körperfettanteils mithilfe von Techniken der bioelektrischen Impedanz.
- Diese Analyse misst die differentielle Leitfähigkeit zwischen der Muskelmasse und von Fettzellen gebildeten Körpermasse durch Verwendung von Mikroströmen sehr niedriger Intensität, die die unteren Extremitäten des Körpers durchlaufen.
- Die Körpergewichtsanteil wird mithilfe des oben beschriebenen Verfahrens ermittelt und beachtet auch folgende Variablen: Grösse, Alter, Geschlecht und Gewicht.
- Die Bestimmung des Körperfettanteils kann nur barfuss durchgeführt werden.

### SYSTEM ZUR MESSUNG DES PROZENTUALEN KÖRPERFETTANTEILS, WASSERANTEIL, MUSKELMASSE UND KNOCHENMASSE:






- Drücken Sie mit dem Fuss sanft die Oberfläche der Waage, um diese in Betrieb zu nehmen.
- Drücken Die die Einstellungstaste und verwenden Sie die Tasten nach oben/nach






unten, um zum Code des Speichers zu gelangen, in welchem Sie Ihre persönlichen Daten gespeichert haben.


- Warten Sie einige Sekunden, bis Ihre persönlichen Daten auf dem Bildschirm erscheinen: Geschlecht, Alter, Grösse und Gewichtseinheit.
- Warten Sie, bis der Bildschirm „0,0 kg“ anzeigt, was bedeutet, dass die Waage jetzt verwendet werden kann.
- Steigen Sie barfuss auf die Waage und stellen Sie sicher, dass Sie sich richtig positionieren, das Gewicht zwischen beiden Beinen verteilen und auf die Stahlelektroden treten.
- Bewegen Sie sich nicht, und die Messergebnisse zeigen sich der Reihe nach auf dem Bildschirm (%Fett, % Wasser, % Muskelmasse, % Knochenmasse). Die Ergebnisse werden zweimal hintereinander angezeigt.
- Verlassen Sie die Wiegeplattform, veranlasst das „Selbstabschaltungssystem“, dass sich die Waage automatisch abschaltet.

### REFERENZTABELLE MESSWERTE


- Nach der Messung können Sie überprüfen, ob Ihre Messwerte gesund sind, indem Sie folgende Tabellen als Referenz verwenden:

%  Körperfett				
Alter	Niedrig 	Normal 	Hoch 	Sehr hoch 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

%  Körperfett				
Alter	Niedrig	Normal	Hoch	Sehr hoch
				
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

	Alter	Körperwasser (%)	Muskelmasse (%)	Knochenmasse (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
12-16	58-69	32-44	15-19	
16-39	55-56	38-44	16-20	
40-60	50-60	36-42	16-20	
>60	45-60	34-40	15-19	

	Alter	Körperwasser (%)	Muskelmasse (%)	Knochenmasse (%)
	<12	54-65	24-34	15-19
12-16	54-64	28-38	15-19	
16-39	50-60	32-38	15-19	
40-60	45-55	30-36	15-19	
>60	40-55	29-35	14-18	

- Wenden Sie sich bei Fragen an Ihren Arzt oder Apotheker.

#### STAND-BY-FUNKTION:

- Zum Energiesparen geht das Gerät nach mehreren Sekunden in den Selbstabschaltungszustand (Stand-By) über, wenn es während dieser Zeit nicht benutzt wurde.
- Um wieder zum normalen Betrieb überzugehen, müssen Sie einfach leicht auf die Wiegeplattform drücken und warten, bis auf dem Bildschirm "0,0" erscheint.

#### NACH DER BENUTZUNG DES GERÄTS:

- Nehmen Sie die Batterien aus dem Fach, wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht be-

nutzen werden.

## BESONDERE MELDUNGEN:

- Folgende Hinweise können auf dem Display angezeigt werden:
- Err: Bedeutet, dass die Gerätekapazität überschritten wurde, oder es zu einem Fehler bei der Messung des prozentualen Körperfettanteils kam.
- Lo: Bedeutet, dass die Batterie ausgetauscht werden muss.

## REINIGUNG

- Reinigen Sie das Gerät mit einem feuchten Tuch, auf das Sie einige Tropfen Reinigungsmittel geben und trocknen Sie es danach ab.
- Verwenden Sie zur Reinigung des Geräts weder Löse- oder Scheuermittel, noch Produkte mit einem sauren oder basischen pH-Wert wie z.B. Lauge.
- Das Gerät nicht in Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen und nicht unter den Wasserhahn halten.

## ERSATZTEILE

- Dieses Gerät ist nur mit den folgenden Batterien zu verwenden: (Fig.4).
- Batterien: 3V CR2032.
- Betriebsmittel sind in Fachgeschäften erhältlich.

## PRODUKTEIGENSCHAFTEN

	Messbereich	Lösung
Höchstgewicht	180 kg (396 lb)	
% Körperfett	5-50%	0,1%
%Körperwasser	15-90%	0,1%
%Muskelmasse	5-60%	0,1%
%Knochenmasse	1-40%	0,1%

## DESCRIÇÃO

- A Plataforma
- B Visor LCD
- C Botão de ajuste
- D Botões de para cima/baixo
- E Símbolo masculino
- F Símbolo feminino
- G Símbolo de idade
- H Símbolo de altura
- I Unidade de peso (kg/lb/st)
- J Tampa do compartimento da pilha
- K Botão do seletor de unidade de peso
- L Eléttodos
- M Percentagem de massa gorda corporal
- N Percentagem de água corporal
- O Percentagem de massa óssea
- P Percentagem de massa corporal
- Q Indicador do nível de saúde

Caso o seu modelo do aparelho não disponha dos acessórios descritos anteriormente, pode adquiri-los separadamente nos Serviços de Assistência Técnica.

## UTILIZAÇÃO E CUIDADOS:

- Não exceda a capacidade de pesagem do aparelho.
- Retire as pilhas ou baterias do aparelho no caso de não o utilizar durante longos períodos de tempo.
- Este aparelho foi concebido exclusivamente para uso doméstico, não para uso profissional ou industrial.
- Este aparelho não se destina a fins comerciais.
- Guarde o aparelho fora do alcance das crianças e de pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou com falta de experiência e conhecimento.
- **ADVERTÊNCIA:** Não utilize o aparelho se o vidro apresentar fissuras ou danos.

## INSTALAÇÃO DA PILHA

- **Advertência:** Durante o processo de manuseamento da pilha não toque simultaneamente nos dois pólos, uma vez que isso provocaria uma descarga de parte da energia armazenada, afetando diretamente a sua vida útil.

- Retire a tampa do compartimento da pilha.
- Verifique se retirou a lâmina de plástico de proteção da(s) pilha(s); há pilhas que trazem uma lâmina de proteção.
- Coloque a pilha no seu compartimento, respeitando a polaridade indicada. (Fig.1).
- Feche a tampa do compartimento da(s) pilha(s).
- **Nota:** Durante o processo de substituição da pilha a configuração do aparelho apagar-se-á, sendo necessário voltar a configurar os parâmetros do aparelho.

## MODO DE UTILIZAÇÃO

### NOTAS PARA ANTES DA UTILIZAÇÃO:

- Certifique-se de que retirou todo o material de embalagem do produto.

### SELETOR DE UNIDADES DE PESO KG/LB/ST:

- O aparelho possui um seletor de unidades de peso, coloque o seletor na posição correta, de acordo com o tipo de unidades com que pretende trabalhar. (Fig.2).

### UTILIZAÇÃO:

- Coloque o aparelho em funcionamento, pressionando ligeiramente a plataforma de pesagem e espere até que apareça no ecrã 0,0.
- Coloque-se no centro da plataforma evitando movimentos bruscos, mantendo-se imóvel e sem tocar em quaisquer outros objetos, até que o aparelho mostre o valor do peso.

### SELETOR DE UNIDADES DE PESO KG/LB/ST:

- O aparelho tem um seletor de unidades de peso. Coloque o seletor na posição correta, de acordo com o tipo de unidades com que pretende trabalhar. Para isso, prima sequencialmente o botão "UNIT" e aparecerá no ecrã a unidade de medida selecionada. (Fig.3).

### PROGRAMAÇÃO DOS DADOS PESSOAIS:

- Pressione suavemente a superfície da balança com o pé para a ligar.
- Prima o botão de ajuste e utilize os botões de para cima/baixo para encontrar o número da memória no qual pretende guardar os seus dados pessoais (existem 10 memórias disponíveis). Em seguida, prima o botão Ajuste



para confirmar a sua seleção.

- Selecione o seu sexo utilizando os botões de para cima/baixo e confirme premindo o botão de Ajuste.
- Selecione a sua idade utilizando os botões de para cima/baixo e confirme premindo o botão de Ajuste.
- Selecione a sua altura utilizando os botões de para cima/baixo e confirme premindo o botão de Ajuste.
- Pode repetir estes passos para programar as 9 memórias restantes, se o desejar.

### CÁLCULO DA PRECENTAGEM DE MASSA GORDA:

- Este aparelho apresenta a opção incorporada de calcular a percentagem de massa gorda corporal mediante a utilização de técnicas de impedância bioelétrica.
- Esta análise mede o diferencial de condutividade entre a massa muscular e a massa corporal formada pelas células gordas, utilizando correntes de ultra baixa intensidade que percorrem as extremidades inferiores do corpo.
- A percentagem de peso corporal é calculada utilizando o procedimento descrito acima, tendo também em conta as seguintes variáveis: altura, idade, sexo e peso.
- A determinação da massa gorda corporal apenas pode ser feita estando descalço.






### SISTEMA DE MEDIÇÃO DA PERCENTAGEM DA MASSA GORDA CORPORAL, ÁGUA CORPORAL, MASSA MUSCULAR E MASSA ÓSSEA:






- Pressione suavemente a superfície da balança com o pé para a ligar.
- Prima o botão de ajuste e utilize os botões de para cima/baixo para aceder ao número da memória no qual estão guardados os seus dados pessoais.
- Aguarde uns segundos até que os seus dados pessoais apareçam no visor: sexo, idade, altura e unidade de peso.
- Aguarde que o visor mostre “0,0 kg”, o qual indica que a balança está pronta a utilizar.
- Suba descalço para a balança, tendo o cuidado de se apoiar com cuidado, repartindo bem o peso entre as duas pernas e pise os eletrodos de aço.



- Não se mexa e os resultados da medição irão aparecer sequencialmente no visor (%massa gorda, % água, % massa muscular, % massa óssea). Os resultados aparecerão 2 vezes seguidas.
- Ao sair da plataforma, o sistema de “desligamento automático” fará com que a balança de desligue automaticamente.

### TABELA DE REFERÊNCIA DOS VALORES DE MEDIÇÃO

- Após a medição, pode verificar se a sua medição é saudável, usando como referência as tabelas seguintes:

% Massa gorda 				
Idade	Baixa 	Normal 	Alta 	Muito alta 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

% Massa gorda 				
Idade	Baixa 	Normal 	Alta 	Muito alta 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

	Idade	Água corporal (%)	Massa muscular (%)	Massa óssea (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
	12-16	58-69	32-44	15-19
	16-39	55-56	38-44	16-20
	40-60	50-60	36-42	16-20
	>60	45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

- Em caso de dúvidas, consulte o seu médico ou farmacêutico.

#### FUNÇÃO DE DESLIGAMENTO AUTOMÁTICO (STAND-BY):

- Com o objetivo de poupar energia, o aparelho passa ao estado de desligamento automático (stand-by) ao fim de alguns segundos se durante este período o utilizador não tiver realizado nenhuma ação sobre ele.
- Para voltar ao funcionamento normal, basta apenas pressionar ligeiramente a plataforma de pesagem e esperar até que apareça no ecrã "0,0".

#### UMA VEZ CONCLUÍDA A UTILIZAÇÃO DO APARELHO:

- Retire as pilhas ou baterias do aparelho no caso de não o utilizar durante longos períodos de tempo.

#### MENSAGENS ESPECÍFICAS:

- Poderão surgir no visor as seguintes mensagens:
- Err: Significa que se ultrapassou o limite de pesagem do aparelho ou que houve um erro na medição da percentagem de massa gorda corporal.

- Lo: Significa que é necessário substituir a pilha.

#### LIMPEZA

- Limpe o aparelho com um pano húmido com algumas gotas de detergente e seque-o de seguida.
- Não utilize solventes, produtos com um fator pH ácido ou básico como a lixívia, nem produtos abrasivos para a limpeza do aparelho.
- Nunca mergulhe o aparelho dentro de água ou em qualquer outro líquido, nem o coloque debaixo da torneira.

#### CONSUMÍVEIS

- Este aparelho apenas deve ser utilizado com o seguinte tipo de consumíveis: (Fig.4).
- Pilhas do tipo: 3V CR2032.
- Poderá adquirir este tipo de consumíveis em lojas especializadas.

#### CARACTERÍSTICAS

	Intervalo de medida	Resolução
Peso máximo	180 kg (396 lb)	
% Massa gorda corporal	5-50%	0,1%
% Água corporal	15-90%	0,1%
% Massa muscular	5-60%	0,1%
% Massa óssea	1-40%	0,1%

## DESCRIZIONE

- A Piattaforma
- B Schermo LCD
- C Pulsante impostazioni
- D Pulsanti su/giù
- E Simbolo uomo
- F Simbolo donna
- G Simbolo età
- H Simbolo altezza
- I Unità di peso (kg, lb, st)
- J Coperchio vano batteria
- K Tasto selettore unità di peso
- L Elettrodi
- M Percentuale di grasso corporeo
- N Percentuale contenuto d'acqua
- O Percentuale massa ossea
- P Percentuale massa corporea
- Q Indicatore del livello di salute

Se il modello del Suo apparecchio non fosse dotato degli accessori anteriormente elencati, può acquistarli separatamente presso i punti di assistenza tecnica autorizzati.

## PRECAUZIONI D'USO:

- Non superare la capacità di pesatura dell'apparecchio.
- Rimuovere le pile o batterie dall'apparecchio se non lo si utilizza per un lungo periodo.
- Questo apparecchio è destinato unicamente ad un uso domestico, non professionale o industriale.
- Questo apparecchio non è valido per transazioni commerciali.
- Conservare questo apparecchio fuori dalla portata dei bambini e/o di persone con problemi fisici, mentali o di sensibilità, o con mancanza di esperienza e conoscenza.
- **AVVERTENZA:** Non utilizzare l'apparecchio se il vetro è incrinato o rotto.

## MONTAGGIO DELLA BATTERIA

- Avvertenza: nel manipolare la batteria, evitare di toccare contemporaneamente i due poli in quanto ciò provocherebbe una scarica dell'energia immagazzinata, compromettendo direttamente la vita della batteria.
- Rimuovere il coperchio del vano batteria.

- Controllare di aver rimosso la pellicola protettiva di plastica della/e batteria/e (alcune batterie sono fornite con una pellicola di protezione).
- Collegare la batteria nel vano rispettando la polarità indicata. (Fig.1).
- Chiudere il coperchio del vano batteria/e.
- Nota: Quando si sostituiscono le batterie, la configurazione dell'apparecchio si cancellerà e sarà necessario riconfigurarne i parametri.

## MODALITÀ D'USO

### PRIMA DELL'USO:

- Assicurarsi di aver rimosso dal prodotto tutto il materiale di imballaggio.

### SELETTORE DI UNITÀ DI PESO KG/LB/ST:

- L'apparecchio possiede un selettore di unità di peso: girare il selettore alla posizione che indica le unità con le quali si desidera lavorare. (Fig.2).

### USO:

- Avviare l'apparecchio premendo leggermente la piattaforma di pesatura e attendere che sullo schermo appaia 0,0.
- Posizionarsi al centro della piattaforma, evitando movimenti bruschi, rimanendo immobili e senza toccare altri oggetti, finché l'apparecchio non mostri l'entità del peso.

### FUNZIONE SELETTORE UNITÀ DI PESO KG/LB/ST:

- L'apparecchio è dotato di un selettore di unità di peso; Girare il selettore alla posizione che indica le unità con le quali si desidera lavorare. A tale fine, premere il pulsante "UNIT", sullo schermo apparirà sequenzialmente l'unità di misura selezionata. (Fig.3).

### PROGRAMMAZIONE DEI DATI PERSONALI:

- Premere dolcemente con il piede la superficie della bilancia, per avviarla.
- Premere il pulsante delle impostazioni e utilizzare i pulsanti verso l'alto/verso il basso per trovare il numero della memoria nella quale si vogliono salvare i dati personali (10 memorie disponibili). Quindi, premere il pulsante Impostazioni per confermare la scelta.

- Selezionare il sesso, uomo o donna, mediante i pulsanti verso l'alto/verso il basso e confermare premendo il pulsante Impostazioni.
- Inserire la propria età mediante i pulsanti verso l'alto/verso il basso e confermare premendo il pulsante Impostazioni.
- Inserire la propria altezza mediante i pulsanti verso l'alto/verso il basso e confermare premendo il pulsante Impostazioni.
- Se si desidera, si possono ripetere questi passi per programmare le 9 memorie rimanenti.
- Non muoversi e i risultati della misurazione appariranno progressivamente sullo schermo (% grasso, % acqua, % massa muscolare, % massa ossea). I risultati appariranno 2 volte di seguito-
- Quando si scende dalla piattaforma, il sistema di "spegnimento automatico" farà in modo che la bilancia si spenga automaticamente.

### TAVOLA DI RIFERIMENTO DEI VALORI DELLA MISURAZIONE:






- Dopo la misurazione può verificare il suo stato di salute, facendo riferimento ai seguenti dati:






### CALCOLO DELLA PERCENTUALE DI GRASSO CORPOREO:



- Questo apparecchio ha incorporata l'opzione del calcolo della percentuale del grasso corporeo, mediante l'utilizzo di tecniche di impedenza bioelettrica.
- Quest'analisi misura il differenziale di conduttività fra la massa muscolare e la massa corporea formata dalle cellule grasse, utilizzando microcorrenti a bassissima intensità, che percorrono le estremità inferiori del corpo.
- La percentuale di peso corporeo si calcola utilizzando il procedimento descritto qui sopra e tiene conto anche delle seguenti variabili: altezza, età, sesso e peso.
- La determinazione del grasso corporeo si può effettuare solamente scalzi.

### SISTEMA PER MISURARE LA PERCENTUALE DI GRASSO CORPOREO, CONTENUTO D'ACQUA, MASSA MUSCOLARE E MASSA OSSEA:

- Premere dolcemente con il piede la superficie della bilancia, per avviarla.
- Premere il pulsante Impostazioni e utilizzare i pulsanti verso l'alto/verso il basso per accedere al codice della memoria in cui sono stati salvati i propri dati personali.
- Attendere alcuni secondi, finché i dati personali appaiono sullo schermo: sesso, età, altezza e unità di peso.
- Attendere che lo schermo mostri "0,0 kg", a indicare che la bilancia è pronta all'uso.
- Posizionarsi scalzi sulla bilancia e assicurarsi di appoggiarsi senza muoversi, ripartendo bene il peso su entrambe le gambe, e di calpestare gli elettrodi di acciaio.

% Grasso corporeo 				
Età	Bassa 	Normale 	Alta 	Molto alta 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

% Grasso corporeo 				
Età	Bassa 	Normale 	Alta 	Molto alta 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

	Età	Acqua corporea	Massa muscolare	Massa ossea
		(%)	(%)	(%)
	<12	56-67	25-36	15-19
	12-16	58-69	32-44	15-19
	16-39	55-56	38-44	16-20
	40-60	50-60	36-42	16-20
	>60	45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

- In caso di dubbi, consultare il proprio medico o farmacευico.

#### **FUNZIONE SPEGNIMENTO AUTOMATICO (STAND-BY):**

- Per risparmiare energia, l'apparecchio passa allo stato di auto-disconnessione (stand-by) trascorsi alcuni secondi senza che l'utente abbia realizzato alcuna azione.
- Per tornare al funzionamento normale, premere leggermente la piattaforma di pesatura e attendere che sullo schermo appaia "0,0".

#### **UNA VOLTA CONCLUSO L'UTILIZZO DELL'APPARECCHIO:**

- Rimuovere le pile o batterie dall'apparecchio se non lo si utilizza per un lungo periodo.

#### **MESSAGGI SPECIALI:**

- Sullo schermo possono apparire i seguenti messaggi:
- Err: Significa che è stata superata la capacità dell'apparecchio o che si è verificato un errore durante la misurazione della percentuale di grasso corporeo.
- Lo: Significa che è necessario cambiare la pila.

#### **PULIZIA**

- Pulire il gruppo elettrico con un panno umido,

quindi asciugarlo.

- Per la pulizia non impiegare solventi o prodotti a pH acido o basico come la candegina, né prodotti abrasivi.
- Non immergere l'apparecchio in acqua o altri liquidi, né lavarlo con acqua corrente.

#### **MATERIALI DI CONSUMO**

- Questo apparecchio deve essere usato solo con il seguente tipo di materiali di consumo (Fig.4).
- Pile del tipo: 3V CR2032.
- Questo tipo di materiale di consumo si può acquistare presso i negozi specializzati.

#### **CARATTERISTICHE**

	Campo di misurazione	Risoluzione
Peso massimo	180 kg (396 lb)	
% Grasso corporeo	5-50%	0,1%
% Acqua corporea	15-90%	0,1%
% Massa muscolare	5-60%	0,1%
% massa ossea	1-40%	0,1%

## DESCRIPCIÓ

- A Plataforma
- B Pantalla LCD
- C Botó ajustos
- D Botons a dalt/a baix
- E Símbol masculí
- F Símbol femení
- G Símbol edat
- H Símbol altura
- I Unitat de pes (Kg, Lb, St)
- J Tapa compartiment bateries
- K Botó selector unitats pes
- L Electrodes
- M Percentatge grassa corporal
- N Percentatge contingut d'aigua
- O Percentatge massa òssia
- P Percentatge massa corporal
- Q Indicador del nivell de salut

Cas que el seu model d'aparell no disposi dels accessoris descrits anteriorment, aquests també poden adquirir-se per separat en els Serveis d'Assistència Tècnica.

## UTILITZACIÓ I CURES:

- No superar la capacitat de pesatge de l'aparell.
- Retirar les piles o bateries de l'aparell si no l'usará en molt de temps.
- Aquest aparell està pensat únicament per a un ús domèstic, no per a ús professional o industrial.
- Aquest aparell no és vàlid per a transaccions comercials.
- Guardar aquest aparell fora de l'abast dels nens i/o persones amb capacitats físiques, sensorials o mentals reduïdes o falta d'experiència i coneixement.
- **ADVERTIMENT:** No usar l'aparell si el cristall està esquerdat o trencat.

## MUNTATGE DE LA PILA

- Advertiment: Durant el procés de manipulació de la pila, no tocar simultàniament els seus dos pols, ja que provocaria una descàrrega de part de la seva energia emmagatzemada, afectant directament la seva longevitat.
- Retirar la tapa del compartiment de la pila.
- Verificar que s'ha retirat la làmina de plàstic de protecció de la pila/s (hi ha piles que se subministren amb una làmina de protecció).
- Connectar la pila en el seu allotjament, respectant la polaritat indicada. (Fig.1).
- Tancar de nou la tapa del compartiment de la pila/s.
- Nota: Durant el procés de substitució de la pila la configuració de l'aparell s'esborrarà, sent necessari tornar a configurar els paràmetres de l'aparell.

## INSTRUCCIONS D'ÚS

### NOTES PRÈVIAS A L'ÚS:

- Asseguri's que ha retirat tot el material d'embalatge del producte.

### SELECTOR D'UNITATS DE PES KG/LB/\*ST:

- L'aparell disposa un selector d'unitats de pes, situar el selector en la posició concorde al tipus d'unitats amb les quals desitgi treballar. (Fig.2).

### ÚS:

- Posar l'aparell en marxa, pressionant lleugerament la plataforma de pesatge i esperar fins que en la pantalla aparegui 0,0.
- Situar-se en el centre de la plataforma evitant moviments bruscos, mantenint-se immòbil i sense tocar altres objectes, fins que l'aparell mostri la magnitud referent al pes.

### FUNCIÓ CANVI D'UNITATS DE PES KG/LB/\*ST:

- L'aparell disposa un selector d'unitats de pes. Situi el selector en la posició concorde al tipus d'unitats amb les quals desitgi treballar. Per a això, pressioni sobre el botó "UNIT" seqüencialment apareixerà en pantalla la unitat de mesura seleccionada. (Fig.3).

## PROGRAMACIÓ DE LES DADES PERSONALS:

- Premi suaument amb el peu la superfície de la bàscula per a posar-la en marxa.
- Premi el botó d'ajustos i utilitzi els botons de dalt/a baix per a trobar el número de memòria en el qual desitgi guardar les seves dades personals (hi ha 10 memòries disponibles). Seguidament premi el botó d'Ajustos per a confirmar la seva elecció.
- Seleccioni home o dona utilitzant els botons de dalt/a baix i confirmi prement el botó d'Ajustos.
- Introdueixi la seva edat utilitzant els botons de dalt/a baix i confirmi prement el botó d'Ajustos.
- Introdueixi la seva alçada utilitzant els botons de dalt/a baix i confirmi prement el botó d'Ajustos.
- Pot repetir aquests passos per a programar les 9 memòries restants si ho desitja.

## CÀLCUL DEL PERCENTATGE DE GREIX CORPORAL:

- Aquest aparell presenta l'opció incorporada de calcular el percentatge de greix corporal mitjançant l'ús de tècniques d'impedància bioelèctrica.
- Aquesta anàlisi mesura el diferencial de conductivitat entre la massa muscular i la massa corporal formada per cèl·lules grasses, utilitzant microcorrents de molt baixa intensitat que recorren les extremitats inferiors del cos.
- El percentatge de pes corporal es calcula utilitzant el procediment a dalt descrit i té en compte també les següents variables: altura, edat, sexe i pes.
- La determinació del greix corporal només es pot dur a terme descalç.

## SISTEMA PER A MESURAR EL PERCENTATGE DE GREIX CORPORAL, CONTINGUT D'AIGUA, MASSA MUSCULAR I MASSA ÒSSIA:






- Premi suaument amb el peu la superfície de la bàscula per a posar en marxa la bàscula.
- Premi el botó d'ajust i utilitzi els botons de dalt/a baix per a accedir al codi de memòria en el qual té guardats les seves dades personals.
- Espera uns segons fins que les seves dades personals apareguin en pantalla: sexe, edat,






alçada i unitat de pes.



- Espera que la pantalla mostri "0,0 kg", la qual cosa indica que la bàscula està llesta per a l'ús.
- Pugi descalç a la bàscula i asseguris de secundar-se acuradament, repartint bé el pes entre les dues cames, i de trepitjar els electrodes d'acer.
- No es mogui i els resultats del mesurament s'aniran mostrant seqüencialment en la pantalla (%greix, % aigua, % massa muscular, % massa òssia). Els resultats es mostraran 2 vegades seguides.
- En baixar-se de la plataforma, el sistema de "autoapagado" farà que la bàscula s'apagui automàticament.

## TAULA DE REFERÈNCIA DE VALORS DE MESURAMENT

- Després del mesurament, pot comprovar si el seu mesurament és saludable, usant com a referència les següents taules:

% Greix corporal 					
Edat	Baix 	Normal 	Alt 	Molt alt 	
<12	<11	11-20	20-24	>24	
12-16	<9	9-19	19-23	>23	
16-39	<12	12-20	20-25	>25	
40-60	<15	15-23	23-29	>29	
>60	<17	17-26	26-31	>31	

% Greix corporal 					
Edat	Baix 	Normal 	Alt 	Molt alt 	
<12	<13	13-23	23-27	>27	
12-16	<15	15-24	24-29	>29	
16-39	<19	19-28	28-33	>33	
40-60	<23	23-32	32-37	>37	
>60	<24	24-35	35-40	>40	

	Edat	Aigua corporal (%)	Massa muscular (%)	Massa òssia (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
	12-16	58-69	32-44	15-19
	16-39	55-56	38-44	16-20
	40-60	50-60	36-42	16-20
	>60	45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

- En cas de dubte, consulti amb el seu metge o farmacèutic.

#### **FUNCIÓ AUTO-DESCONNEIXIÓ (STAND-BY):**

- Amb la finalitat de l'estalvi energètic, l'aparell passa a l'estadi d'acte-desconnexió (stand-by) al cap d'uns segons, si durant aquest període l'usuari no ha realitzat cap acció sobre ell.
- Per a tornar al funcionament normal simplement haurà de pressionar lleugerament la plataforma de pesatge i esperar fins que en la pantalla aparegui "0,0".

#### **UN COP FINALITZAT L'ÚS DE L'APARELL:**

- Retirar les piles/bateries de l'aparell si no s'usarà l'aparell en molt de temps.

#### **MISSATGES ESPECIALS:**

- En la pantalla poden aparèixer els següents missatges:
- Err: Significa s'ha sobrepassat la capacitat de l'aparell o que hi ha hagut un error en el mesurament del percentatge de greix corporal.
- El: Significa que és necessari canviar la pila.

## **NETEJA**

- Netejar l'aparell amb un drap humit impregnat amb unes gotes de detergent i assecar-lo després.
- No utilitzar dissolvents, ni productes amb un factor pH àcid o bàsic com el lleixiu, ni productes abrasius, per a la neteja de l'aparell.
- No submergir l'aparell en aigua o un altre líquid, ni posar-lo sota l'aixeta.

## **CONSUMIBLES**

- Aquest aparell només ha d'usar-se amb el següent tipus de consumibles. (Fig.4).
- Piles del tipus: 3V CR2032.
- Podrà aduirir aquest tipus de consumible en botigues especialitzades.

## **CARACTERÍSTIQUES**

	Rang de mesura	Resolució
Pes Màxim	180 Kg (396 lb)	
% Grassa corporal	5-50%	0,1%
% Aigua corporal	15-90%	0,1%
% Massa muscular	5-60%	0,1%
% Massa òssia	1-40%	0,1%



## BESCHRIJVING

- A Weegplaat
- B LCD schermpje
- C Instelknop
- D Knoppen omhoog/omlaag
- E Pictogram mannen
- F Pictogram vrouwen
- G Pictogram leeftijd
- H Pictogram lengte
- I Gewichtseenheid (kg, lb, st)
- J Deksel batterijvak
- K Gewichtseenheidschakelaar
- L Elektroden
- M Lichaamsvetpercentage:
- N Percentage watergehalte
- O Percentage botmassa
- P Percentage lichaamsgewicht
- Q Gezondheidsindicatie

Mocht het model van uw apparaat niet beschikbaar over de hiervoor beschreven hulpstukken, dan kunt u deze ook apart verkrijgen bij de Technische Service.

## GEBRUIK EN ONDERHOUD:

- Houd rekening met de weegcapaciteit van het apparaat.
- Verwijder de batterijen wanneer u het apparaat gedurende langere tijd niet zult gebruiken.
- Dit apparaat is alleen bedoeld voor huishoudelijk gebruik, niet voor professioneel of industrieel gebruik.
- Dit apparaat is niet geschikt voor commercieel gebruik.
- Houd dit apparaat buiten bereik van kinderen en/of personen met lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke beperkingen, of met een gebrek aan ervaring en kennis.
- **WAARSCHUWING** Gebruik het apparaat niet als het glas gebarsten of kapot is.

## PLAATSING VAN DE BATTERIJ

- Waarschuwing: Let er tijdens het plaatsen van de batterij op dat u de twee polen niet tegelijkertijd aanraakt, aangezien hierdoor een deel van de opgeslagen energie weg kan vloeien, wat de levensduur van de batterij kan

verkorten.

- Verwijder het dekseltje van het batterijvak.
- Controleer dat de plastic bescherming van de batterij(en) verwijderd is (sommige batterijen worden met plastic bescherming geleverd).
- Plaats de batterij in het batterijvak; let hierbij op de aangegeven polariteit. (Fig. 1).
- Verwijder het dekseltje van het batterijvak.
- **Opmerking:** Tijdens het vervangen van de batterij(en) zal de instelling van het apparaat gewist worden; u zult het opnieuw moeten instellen.

## GEBRUIKSAANWIJZING

### OPMERKINGEN VOORAFGAAND AAN HET GEBRUIK:

- Controleer dat al het verpakkingsmateriaal van het product verwijderd is.

### KEUZESCHAKELAAR GEWICHTSEENHEID KG/LB/ST:

- Het apparaat beschikt over een schakelaar waarmee de gewichtseenheid gekozen kan worden door de schakelaar in de positie die overeenkomt met de gewenste eenheid te zetten. (Fig. 2).

### GEBRUIK:

- Zet het apparaat aan door zacht op de weegschaal te drukken en te wachten tot het scherm 0,0 aangeeft.
- Ga op het midden van het platform staan zonder bruuske bewegingen te maken, blijf stil staan en raak geen andere voorwerpen aan totdat de weegschaal uw gewicht toont.

### KEUZESCHAKELAAR GEWICHTSEENHEID KG/LB/ST:

- Het toestel beschikt over een gewichtseenheidschakelaar. Zet de schakelaar in de stand met de gewenste eenheid. Druk daarvoor op de knop "UNIT" waarna de achtereenvolgens geselecteerde eenheden op het scherm worden weergegeven. (Fig. 3).

### PROGRAMMERING VAN PERSOONLIJKE GEGEVENS:

- Druk zacht met de voet op de weegschaal om haar aan te zetten.

- Druk op de instelknop en gebruik de knoppen omhoog/omlaag om het nummer van het geheugen waarin u uw persoonlijke gegevens wilt opslaan te selecteren (er zijn 10 geheugens beschikbaar). Druk vervolgens op de instelknop om uw keuze te bevestigen.
- Kies man of vrouw met de knoppen omhoog/omlaag en bevestig uw keuze met de instelknop.
- Voer uw leeftijd in met de knoppen omhoog/omlaag en bevestig uw keuze met de instelknop.
- Voer uw lengte in met de knoppen omhoog/omlaag en bevestig uw keuze met de instelknop.
- Indien gewenst kunt u deze procedure herhalen om de overige 9 geheugens te programmeren.

### BEREKENING VAN HET PERCENTAGE LICHAAMSVET:

- Dit apparaat kan het percentage lichaamsvet berekenen met een techniek op basis van de bio-elektrische impedantie.
- Deze analyse maakt gebruik van het verschil in geleiding tussen de spiermassa en de vetcellen van het lichaam, dat wordt gemeten met behulp van microscopisch kleine stromen van zeer lage intensiteit die door de benen gestuurd worden.
- Het percentage van het lichaamsgewicht wordt berekend op basis van dit gegeven, rekening houdend met de lengte, de leeftijd, het geslacht en het gewicht.
- Het percentage lichaamsvet kan uitsluitend blootsvoets bepaald worden.

### SYSTEEM VOOR HET BEPALEN VAN HET PERCENTAGE LICHAAMSVET, WATERGEHALTE, SPIERMASSA EN BOTMASSA:


- Druk zacht met de voet op de weegschaal om haar aan te zetten.
- Druk op de instelknop en gebruik de knoppen omhoog/omlaag om het nummer van het geheugen waarin uw persoonlijke gegevens zijn opgeslagen op te roepen.
- Wacht enige seconden totdat uw persoonlijke gegevens op het scherm worden weergegeven: geslacht, leeftijd, lengte en gewichtseenheid.
- Wacht tot het scherm "0,0 kg" toont, het-


geen aangeeft dat de weegschaal gereed is voor gebruik.



- Ga blootsvoets op de weegschaal staan en zorg ervoor dat u goed staat, evenveel gewicht plaatsend op beide voeten, en midden op de stalen contacten.
- Beweeg u niet terwijl de meetresultaten achtereenvolgens op het scherm worden weergegeven (% vet, % water, % spiermassa, % botmassa). De resultaten worden tweemaal achtereen getoond.
- Wanneer u van de weegschaal stapt, zal het systeem van "automatische uitschakeling" de weegschaal uitzetten.

### TABEL MET REFERENTIE-MEETWAARDEN

- Na afloop van de meting kunt u met behulp van de volgende tabellen bepalen of uw meetresultaat gezond is:

%  Lichaamsvet				
Leeftijd	Laag	Normaal	Hoog	Zeer hoog
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

%  Lichaamsvet				
Leeftijd	Laag	Normaal	Hoog	Zeer hoog
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

	Leeftijd	Lichaamsvocht	Spiermassa	Botmassa
		(%)	(%)	(%)
	<12	56-67	25-36	15-19
	12-16	58-69	32-44	15-19
	16-39	55-56	38-44	16-20
	40-60	50-60	36-42	16-20
	>60	45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

droog het daarna goed af.

- Gebruik geen oplosmiddelen of producten met een zure of basische pH zoals bleekwater, noch schuurmiddelen, om het apparaat schoon te maken.
- Dompel het apparaat niet onder in water of een andere vloeistof en houd het niet onder de kraan.

## ONDERDELEN

- Dit apparaat mag enkel gebruikt worden met het volgende type batterijen: (Fig. 4).
- Type batterijen: 3V CR2032.
- Dit type verbruiksgoederen is verkrijgbaar in speciaalzaken.

## KENMERKEN

- Raadpleeg bij twijfel uw arts of apotheker.

### AUTOMATISCHE UITSCHAKELING (STANDBY):

- Om energie te sparen gaan het apparaat na enkele seconden in de stand-by stand, wanneer de gebruiker in deze tijd geen enkele handeling heeft verricht.
- Druk zacht op het weegplatform op het apparaat weer te activeren en wacht to het scherm "0,0" aangeeft.

### NA GEBRUIK VAN HET APPARAAT:

- Verwijder de batterijen wanneer u het apparaat gedurende langere tijd niet zult gebruiken.

## SPECIALE MELDINGEN:

- Op het scherm kunnen de volgende meldingen verschijnen:
- Err: Dit betekent dat de weegcapaciteit van het apparaat is overschreden of dat er een fout is opgetreden tijdens de meting van het percentage lichaamsvet.
- Lo: Dit betekent dat de batterij moet worden verwisseld.

## REINIGING

- Maak het apparaat schoon met een vochtige doek met een paar druppels afwasmiddel en

	Meetbereik	Oplossing
Maximum gewicht	180 kg (396 lb)	
% Lichaamsvet	5-50%	0,1%
% Lichaamsvocht	15-90%	0,1%
% Spiermassa	5-60%	0,1%
% Botmassa	1-40%	0,1%

## POPIS

- A. Plocha na vážení
- B. LCD displej
- C. Tlačítko SET (nastavení)
- D. Tlačítka nahoru / dolů
- E. Symbol muže
- F. Symbol ženy
- G. Symbol věku
- H. Symbol výšky
- I. Jednotka hmotnosti (kg, lb, st)
- J. Kryt prostoru pro baterie
- K. Tlačítko pro výběr jednotky hmotnosti
- L. Elektrody
- M. Procento tělesného tuku
- N. Procento vody v těle
- O. Procento kostní hmoty
- P. Procento svalové hmoty
- Q. Ukazatel úrovně zdraví

Pokud model vašeho přístroje výše popsané příslušenství nezahrnuje, může být také zakoupeno odděleně přes technicky asistenční službu.

## POUŽÍVÁNÍ A PÉČE O PŘÍSTROJ:

- Nepřetěžujte nosnost přístroje.
- Pokud přístroj nebudete po delší dobu používat, vyjměte baterie z přístroje.
- Tento přístroj je určen pouze pro domácí použití, ne pro profesionální nebo průmyslové použití.
- Tento přístroj není určen ke komerčním účelům.
- Tento přístroj skladujte mimo dosah dětí a / nebo osob s omezenými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi či osob, které nebyly obeznámeny s jeho používáním.
- **UPOZORNĚNÍ:** Nepoužívejte přístroj, pokud je sklo nádoby prasklé nebo rozbité.

## VLOŽENÍ BATERIE

- **Upozornění!** Při zacházení s baterií/emi se nedotýkejte obou pólů najednou, protože tím by mohlo dojít k částečnému vybití uložené energie a zkrácení životnosti.
- Odstraňte kryt prostoru pro baterii/e.

- Zkontrolujte, zda byl plastový obal chránící baterii odstraněn (některé baterie se prodávají s ochranným obalem).
- Baterii vložte do prostoru pro baterie, respektujte polaritu (Fig.1).
- Nasadte zpět kryt prostoru pro baterie.
- **Pozor:** Při výměně baterií budou veškerá nastavení přístroje odstraněna a vy budete muset resetovat jeho parametry.

## NÁVOD K POUŽITÍ

### PŘED POUŽITÍM:

- Ujistěte se, že veškeré obaly produktu byly odstraněny.

### VOLIČ JEDNOTEK HMOTNOSTI KG / LB / ST:

- Přístroj má přepínač pro volbu jednotek vážení. Umístěte přepínač do polohy jednotek, se kterými chcete pracovat. (Fig.2).

### POUŽITÍ:

- Zapněte přístroj lehkým zatlačením na plochu na vážení a počkejte, až se na displeji zobrazí 0,0.
- Postavte se do středur plošiny, nedělejte prudké pohyby, udržujte se v nepohyblivém stavu a nedotýkejte se jiných předmětů, dokud zařízení neukáže vaši váhu.






### FUNKCE VOLIČE JEDNOTEK HMOTNOSTI KG / LB / ST:






- Přístroj má přepínač pro volbu jednotek vážení. Umístěte přepínač do polohy jednotek, se kterými chcete pracovat. K tomu stiskněte tlačítko „UNIT“ (jednotka), měřící jednotky se zobrazí na displeji jedna po druhé. (Fig.3).

### NAPROGRAMOVÁNÍ OSOBNÍCH ÚDAJŮ

- Zapněte váhu jemným zatlačením nohou na její plochu.
- Stiskněte tlačítko Nastavit a pomocí tlačítek Nahoru / Dolů vyhledejte číslo paměti, pod kterou chcete uložit své osobní údaje (k dispozici je 10 pamětí). Poté stiskněte tlačítko Nastavit pro potvrzení vaší volby.
- Vyberte muže nebo ženu pomocí tlačítek nahoru / dolů a potvrďte stisknutím tlačítka Nastavit.

- Vyberte svůj věk pomocí tlačítek nahoru / dolů a potvrďte pomocí tlačítka Nastavit.
- Vyberte svou výšku pomocí tlačítek nahoru / dolů a potvrďte pomocí tlačítka Nastavit.
- Tyto kroky lze podle potřeby opakovat a naprogramovat zbývajících 9 pamětí.

% Tělesný tuk 				
Věk	Nízký 	Normální 	Vysoký 	Velmi vysoký 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

% Tělesný tuk 				
Věk	Nízký 	Normální 	Vysoký 	Velmi vysoký 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

### VÝPOČET PROCENTA TĚLESNÉHO TUKU


- Tento přístroj má zabudovanou funkci pro výpočet procenta tělesného tuku pomocí techniky bioelektrické impedance.
- Tato analýza měří rozdílnou vodivost mezi svalovou hmotou a tělesnou hmotou tvořenou tukovými buňkami pomocí elektrického mikroproudu s velmi nízkou intenzitou, který prochází spodními končetinami těla.
- Procento tělesného tuku se vypočítává pomocí postupu popsaného výše a zahrnuje také následující proměnné: výška, věk, pohlaví a hmotnost.
- Tělesný tuk lze měřit pouze naboso.


### SYSTÉM PRO MĚŘENÍ PROCENTA TĚLESNÉHO TUKU, VODY V TĚLE, SVALOVÉ HMOTY A KOSTNÍ HMOTY

- Zapněte váhu jemným zatlačením nohou na její plochu.
- Stiskněte tlačítko Nastavit a pomocí tlačítek nahoru / dolů otevřete paměť, pod kterou jsou vaše osobní údaje již uloženy.
- Počkejte několik sekund, než se na displeji krátce objeví vaše osobní údaje: pohlaví, věk, výška a jednotka hmotnosti.
- Počkejte, až se na displeji zobrazí „0,0 kg“. Poté je váha připravena k použití.
- Stoupněte si na váhu bosýma nohama a ujistěte se, že stojíte na místě se stejným rozložením hmotnosti a nehýbete se. Oběma nohama se postavte na elektrody z nerezové oceli.
- Nehýbejte se a naměřené výsledky se budou na displeji zobrazovat postupně (% tělesného tuku, % vody v těle, % svalové hmoty, % kostní hmoty). Výsledky se zobrazí dvakrát.
- Poté, co sestoupíte z váhy, funkce „Automatické vypnutí“ váhu automaticky vypne.

### REFERENČNÍ TABULKA MĚŘENÝCH HODNOT:

- Po měření můžete pomocí následující tabulky zkontrolovat, zda jsou vaše naměřené hodnoty v pořádku:
- V případě pochybností se obraťte na svého lékaře nebo lékárníka.

	Věk	Voda v těle (%)	Voda v těle (%)	Kostní hmota (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
12-16	58-69	32-44	15-19	
16-39	55-56	38-44	16-20	
40-60	50-60	36-42	16-20	
>60	45-60	34-40	15-19	

	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

**POHOTOVOSTNÍ REŽIM:**

- Pokud uživatel váhu nepoužívá, po několika sekundách se z důvodu úspory energie přepne do pohotovostního režimu.
- Chcete-li se vrátit k normálnímu provozu, jednoduše na váhu lehce zatlačte a počkejte, až se na displeji zobrazí „0,0“.

**PO DOKONČENÍ PRÁCE S PŘÍSTROJEM:**

- Pokud přístroj nebudete delší dobu používat, vyjměte z něj baterii.

- **SPECIÁLNÍ ZPRÁVY:**

- Na displeji se mohou zobrazit následující zprávy:
- Err: znamená, že byla překročena nosnost přístroje nebo že došlo k chybě v měření procenta tělesného tuku.
- Lo: znamená, že je třeba nabít baterii.

**ČIŠTĚNÍ**

- Zařízení vyčistěte vlhkou utěrkou s několika kapkami čisticího prostředku a poté vysušte.
- Pro čištění přístroje nepoužívejte rozpouštědla nebo produkty s velmi kyselým nebo zásaditým pH faktorem, jako např. bělidlo nebo abrazivní produkty.
- Přístroj neponořujte do vody ani jiné kapaliny, neumísťujte pod tekoucí vodu.

**NÁHRADNÍ PŘÍSLUŠENSTVÍ**

- S přístroje lze používat pouze následující typ příslušenství. (Fig.4).
- Typ baterie: 3V CR2032.
- Toto příslušenství je dostupné ve specializovaných obchodech.

**SPECIFIKACE:**

	Rozsah měření	Zvýšení
Max. nosnost	180 Kg (396 lb)	
% Tělesný tuk	5-50%	0,1%
% Voda v těle	15-90%	0,1%
% Svalová hmota	5-60%	0,1%
% Kostní hmota	1-40%	0,1%

## OPIS

- A Platforma wagi
- B Ekran LCD
- C Przycisk ustawień
- D Przycisk góra/dół
- E Symbol mężczyzny
- F Symbol kobiety
- G Symbol wieku
- H Symbol wzrostu
- I Jednostka Wagi (Kg, Lb, St)
- J Przegródka na baterie
- K Wybór jednostki wagi
- L Elektrody
- M Procent tkanki tłuszczowej
- N Procent zawartości wody
- O Procent masy kostnej
- P Procent masy ciała
- Q Wskaźnik poziomu zdrowia

W przypadku, jeśli model Państwa urządzenia nie posiada opisanych powyżej akcesoriów, te można również nabyć osobno w Serwisie Technicznym.

## UŻYWANIE I KONSERWACJA:

- Należy przestrzegać maksymalnej wagi użytkownika.
- Wyjąć baterię z urządzenia w razie długiej przerwy w jego użytkowaniu.
- Urządzenie to zaprojektowane zostało wyłącznie do użytku domowego, a nie do użytku profesjonalnego czy przemysłowego.
- Urządzenie to nie jest upoważnione do operacji handlowych.
- Przechowywać urządzenie w miejscu niedostępnym dla dzieci i/lub osób o ograniczonych zdolnościach fizycznych, dotykowych lub mentalnych oraz nie posiadających doświadczenia lub znajomości tego typu urządzeń.
- **OSTRZEŻENIE** Nie należy używać urządzenia, jeśli szkło drzwi jest pęknięte lub zniszczone.

## ZAŁOŻENIE BATERII

- Ostrzeżenie: Podczas założenia baterii, nie dotykać jednocześnie jej dwóch biegunów, gdyż może to spowodować rozładowanie się części zmagazynowanej energii, co bezpośrednio wpływa na ich żywotność.

- Zdjąć pokrywkę przegródki na baterie.
- Upewnić się, że plastik ochronny został usunięty z baterii (niektóre baterie są obleczone plastikiem ochronnym).
- Włożyć baterię do przegródki zgodnie z polaryzacją. (Fig.1).
- Zamknąć pokrywkę przegródki na baterie.
- Uwaga: Podczas zmiany baterii, konfiguracja urządzenia się zresetuje, należy ponownie skonfigurować parametry urządzenia.

## SPOSÓB UŻYCIA

### UWAGI PRZED UŻYCIEM:

- Upewnić się, że z opakowania zostały wyjęte wszystkie elementy urządzenia.

### JEDNOSTKI WAGI KG/LB/ST:

- Urządzenie jest wyposażone w selektor jednostek wagowych, ustawić selektor w pozycji zgodnie z rodzajem jednostek z którymi pragniemy pracować. (Fig.2).

### SPOSÓB UŻYCIA:

- uruchomić urządzenie, naciskając delikatnie platformę przeznaczoną do ważenia i poczekać aż na ekranie pojawi się 0,0.
- Ustawić się na środku platformy unikając gwałtownych ruchów, pozostając nieruchomo oraz nie dotykając innych przedmiotów, aż urządzenie pokarze wielkość odnoszącą się do ciężaru.

### WYBÓR JEDNOSTKI WAGI KG/LB/ST:

- Urządzenie jest wyposażone w przycisk wyboru jednostki wagi: Ustawić selektor w pozycji zgodnie z rodzajem jednostek z którymi pragniemy pracować. W tym celu nacisnąć przycisk "UNIT", na ekranie pojawi się sekwencyjnie wybrana jednostka wagowa. (Fig.3).

### PROGRAMOWANIE DANYCH OSOBOWYCH:

- Aby uruchomić wagę należy nacisnąć delikatnie stopą jej powierzchnię.
- Nacisnąć przycisk Ustawienia i użyć przyciski góra/dół, aby znaleźć numer pamięci w której chcemy zachować dane osobowe (od dyspozycji jest 10 pamięci). Następnie nacisnąć przycisk Ustawienia, aby zatwierdzić swój wybór.

- Wybrać męczyznę lub kobietę za pomocą przycisków góra/dół i zatwierdzić, naciskając przycisk Ustawienia.
- Wprowadzić swój wiek za pomocą przycisków góra/dół i zatwierdzić, naciskając przycisk Ustawienia.
- Wprowadzić swój wzrost za pomocą przycisków góra/dół i zatwierdzić, naciskając przycisk Ustawienia.
- Można powtórzyć te czynności dla pozostałych 9 programów, jeśli tego chcemy.

### OBLICZANIE PROCENTU TKANKI TŁUSZCZOWEJ:

- To urządzenie ma wbudowaną opcję obliczania procentu tkanki tłuszczowej za pomocą technik impedancji bioelektrycznej.
- Ta analiza mierzy różnicę przewodności między masą mięśniową a masą ciała utworzoną przez komórki tłuszczowe, przy użyciu mikroprądów o bardzo niskim natężeniu, które przebiegają przez dolne kończyny ciała.
- Procent masy ciała jest obliczany przy użyciu procedury opisanej powyżej, a także uwzględnia następujące zmienne: wzrost, wiek, płeć i wagę.
- Obliczenie tkanki tłuszczowej można to zrobić tylko na boso.

### SYSTEM POMIARU PROCENTU TKANKI TŁUSZCZOWEJ, ZAWARTOŚĆ WODY, MASY MIĘŚNIOWEJ I MASY KOSTNEJ:






- Aby uruchomić wagę należy nacisnąć delikatnie stopą jej powierzchnię.
- Nacisnąć przycisk Ustawienia i użyć przyciski góra/dół, aby uzyskać dostęp do kodu pamięci, w którym są zapisane nasze dane osobowe.
- Poczekać kilka sekund, aż na ekranie pojawią się nasze dane osobowe: płeć, wiek, wzrost i jednostka masy.
- Poczekać, aż na wyświetlaczu pojawi się „0,0 kg”, co oznacza, że waga jest gotowa do użycia.
- Stać boso na wadze i przytrzymać się dobrze, rozkładając ciężar między dwie nogi, stawiając stopy na stalowych elektrodach.
- Nie ruszać się, a wyniki pomiaru będą wyświetlane kolejno na ekranie (%)






tłuszczu,% wody,% masy mięśniowej,% masy kostnej). Wyniki zostaną wyświetlone 2 razy z rzędu.

- Po zejściu z platformy system „automatycznego wyłączenia” spowoduje automatyczne wyłączenie wagi.



### TABELA ODNIESIENIA WARTOŚCI POMIAROWYCH

- Po pomiarze możemy sprawdzić, czy nasz pomiar jest zdrowy, korzystając z poniższych tabel:

% Tkanka tłuszczowa 				
Wiek	Niski 	W Normie 	Wysoki 	Bardzo wysoki 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

% Tkanka tłuszczowa 				
Wiek	Niski 	W Normie 	Wysoki 	Bardzo wysoki 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40



	Wiek	Woda w	Masa	Masa
		organizmie (%)	tkanki mięśniowej (%)	kostna (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
	12-16	58-69	32-44	15-19
	16-39	55-56	38-44	16-20
	40-60	50-60	36-42	16-20
	>60	45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

- W przypadku wątpliwości, skonsultować ze swoim lekarzem lub farmaceutą.

#### FUNKCJA AUTOMATYCZNEGO WYŁĄCZENIA (STAN-BY):

- W celu oszczędzania energii urządzenie przechodzi w stan automatycznego wyłączenia się (stand-by) po kilku sekundach, jeśli w tym czasie użytkownik nie wykonał żadnych czynności z nim.
- Aby powrócić do normalnej pracy, należy po prostu lekko nacisnąć platformę wagi i poczekać, aż pojawi się na wyświetlaczu "0,0".

#### PO ZAKOŃCZENIU KORZYSTANIA Z URZĄDZENIA:

- Wyjąć baterię z urządzenia w razie długiej przerwy w jego użytkowaniu.

#### KOMUNIKATY SPECJALNE:

- Następujące komunikaty mogą się pojawić na ekranie:
- Err: Oznacza, że została przekroczona zdolność urządzenia lub powstał błąd w pomiarze procentowym tkanki tłuszczowej.
- Lo: Oznacza, że należy wymienić baterię.

#### CZYSZCZENIE

- Czyścić urządzenie wilgotną szmatką

zmoczoną kilkoma kroplami płynu i następnie osuszyć.

- Nie używać do czyszczenia urządzenia rozpuszczalników, ani produktów z czynnikiem PH takich jak chlor, ani innych środków żrących.
- Nie zanurzać urządzenia w wodzie ni innej cieczy, nie wkładać pod kran.

#### MATERIAŁY EKSPLOATACYJNE

- Urządzenie jest zasilane na baterie i zawsze powinno być używane w poniższym typem baterii: (Fig.4).
- Baterie typu: 3V CR2032.
- Baterie można zakupić w specjalizowanych sklepach.

#### CHARAKTERYSTYKA

	Zakres pomiaru	Podziałka
Nośność wagi	180 kg (396 lb)	
% Tkanka tłuszczowa	5-50%	0,1%
% Woda w organizmie	15-90%	0,1%
% Masa tkanki mięśniowej	5-60%	0,1%
% Masa kostna	1-40%	0,1%

## POPIS

- A. Plošina
- B. LCD displej
- C. Tlačidlo SET (nastavenie)
- D. Tlačidlá Up/Down (Hore/Dolu)
- E. Symbol muža
- F. Symbol ženy
- G. Symbol veku
- H. Symbol výšky
- I. Jednotka hmotnosti (kg, lb, st)
- J. Kryt priehradky na batériu
- K. Volič váhovej jednotky
- L. Elektródy
- M. Percento telesného tuku
- N. Percento telesnej tekutiny
- O. Percento kostnej hmoty
- P. Percento svalovej hmoty
- Q. Indikátor úrovne zdravotného stavu

Ak váš model nemá vyššie uvedené príslušenstvo, možno ich dokúpiť samostatne na oddelení technickej pomoci.

## POUŽÍVANIE A STAROSTLIVOSŤ:

- Nepreťažujte váhovou kapacitu váhy.
- Z váhy vyberte batérie, ak ju dlhšiu dobu nebudete používať.
- Táto váha je určená iba na použitie v domácnosti a nie na profesionálne alebo priemyselné použitie.
- Toto zariadenie nie je určené na komerčné použitie.
- Toto zariadenie uchovávať mimo dosahu detí alebo osôb so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo duševnými schopnosťami, ako aj osôb, ktoré nie sú oboznámené s jeho používaním.
- **UPOZORNENIE:** Tento mixér nepoužívajte, ak je sklo prasknuté alebo rozbité.

## VKLADANIE BATÉRIE

- Upozornenie: Pri manipulácii s batériami sa nedotýkajte súčasne obidvoch pólův, pretože môže dôjsť k jej čiastočnému vybitiu a následnému zníženiu výdrže.
- Z priehradky pre batériu odstráňte kryt.
- Skontrolujte, či je odstránená plastová fólia,

ktorá chráni batériu (niektoré batérie sa predávajú s ochrannou fóliou).

- Batériu vložte do priehradky so správnou polaritou (Fig.1).
- Z priehradky pre batériu odstráňte kryt.
- Poznámka: Pri výmene batérie sa odstráni konfigurácia zariadenia, preto budete musieť vynulovať parametre zariadenia.

## NÁVOD NA POUŽITIE

### PRED POUŽITÍM:

- Uistite sa, že zo zariadenia bol odstránený všetok obalový materiál.

### VOLIČ VÁHOVÝCH JEDNOTIEK KG/LB/ST:

- Toto zariadenie je vybavené voličom váhových jednotiek. Volič prepnete do polohy podľa jednotiek, s ktorými chcete pracovať. (Fig.2).

### POUŽITIE:

- Zariadenie zapnite tak, že zľahka zatlačíte na vážiacu plošinu a počkajte, kým nebude na obrazovke zobrazená hodnota 0,0.
- Postavte sa do stredu plošiny, nerobte prudké pohyby, stojte nehybne a nedotýkajte sa žiadnych predmetov, až kým nebude váha zobrazovať vašu hmotnosť.






### FUNKCIA VOLIČA VÁHOVÝCH JEDNOTIEK KG/LB/ST:






- Toto zariadenie je vybavené voličom váhových jednotiek. Volič prepnete do polohy podľa jednotiek, s ktorými chcete pracovať. Stlačením tlačidla „UNIT“ sa na obrazovke budú zobrazovať vybrané jednotky jedna po druhej. (Fig.3).

### PROGRAMOVANIE OSOBNÝCH ÚDAJOV

- Chodidlom jemne zatlačte na povrch váhy, aby sa zapla.
- Stlačte tlačidlo SET (nastavenie) a pomocou tlačidla Up/Down (Hore/Dolu) vyhľadajte číslo pamäte, pod ktorým chcete uložiť svoje osobné údaje (k dispozícii je 10 pamätí). Potom stlačte tlačidlo SET (nastavenie) na potvrdenie svojho výberu.
- Symbol muža alebo ženy vyberte pomocou tlačidiel up/down (hore/dolu) a potvrďte stlačením tlačidla SET (nastavenie).

- Svoj vek prihláste pomocou tlačidiel up/down (hore/dolu) a potvrdíte stlačením tlačidla SET (nastavenie).
- Svoju výšku prihláste pomocou tlačidiel up/down (hore/dolu) a potvrdíte stlačením tlačidla SET (nastavenie).
- Ak je to žiaduce, tieto kroky možno zopakovať pri programovaní zostávajúcich 9 pamätí.

%				
Telesný tuk 				
Vek	Nízky 	Nor- málny 	Vysoký 	Veľmi vysoký 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

%				
Telesný tuk 				
Vek	Nízky 	Nor- málny 	Vysoký 	Veľmi vysoký 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

### VÝPOČET PERCENTA TELESNÉHO TUKU

- Toto zariadenie má vstavanú funkciu na výpočet percenta telesného tuku pomocou bioelektrických impedančných techník.
- Táto analýza meria rozdielnu vodivosť medzi svalovou hmotou a telesnou hmotnosťou tvorenými tukovými bunkami pomocou veľmi malého elektrického prúdu, ktorý prechádza

cez dolné končatiny tela.



- Percento telesnej hmotnosti sa vypočíta pomocou percenta, ktoré je vyššie uvedené, a zahŕňa aj nasledovné premenné hodnoty: výška, vek, pohlavie a hmotnosť.
- Telesný tuk sa môže snímať iba naboso.

### SYSTÉM NA MERANIE PERCENTA TELESNÉHO TUKU, OBSAHU VODY V TELE, SVALOVEJ A KOSTNEJ HMOTY

- Chodidlom jemne zatlačte na povrch váhy, aby sa zapla.
- Stlačte tlačidlo SET (nastavenie) a pomocou tlačidiel up/down (hore/dolu) nájdite kód pamäte, pod ktorým ste už uložili svoje osobné údaje.
- Počkajte pár sekúnd, kým sa vaše osobné údaje krátko nezobrazia na obrazovke: pohlavie, vek, výška a váhová jednotka.
- Počkajte, kým nebude na displeji zobrazené „0,0 kg“, a potom je váha pripravená na použitie.
- Bosými nohami sa postavte na váhu tak, aby ste stáli na mieste s rovnomerným rozložením hmotnosti. Obidvoma chodidlami sa postavte na elektródy z nehrdzavejúcej ocele.
- Nehýbte sa a na obrazovke sa budú následne zobrazovať namerané výsledky (% telesného tuku, obsah vody v tele
- % svalovej hmoty, % kostnej hmoty). Výsledky sú zobrazené 2-krát.
- Keď zostúpíte z váhy, funkcia „Automatické vypnutie“ systém automaticky vypne.

### REFERENČNÁ TABUĽKA NAMERANÝCH HODNÔT:

- Po skončení merania môžete nasledovné tabuľky použiť ako referenčné hodnoty na kontrolu, či je vaše meranie správne:
- Ak máte pochybnosti, poraďte sa so svojim lekárom alebo lekárnikom.

	Vek	Obsah vody v tele(%)	Svalová hmotá (%)	Kostná hmotá (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
	12-16	58-69	32-44	15-19
	16-39	55-56	38-44	16-20
	40-60	50-60	36-42	16-20
	>60	45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

#### FUNKCIA POHOTOVOSTNÉHO REŽIMU:

- Ak používateľ zariadenie nepoužíva, za niekoľko sekúnd prepne do pohotovostného režimu, aby sa šetrilo energiou.
- Ak chcete prejsť do normálnej prevádzky, zľahka zatlačte na vážiacu plošinu a počkajte, kým nebude na obrazovke zobrazená hodnota „0,0“.

#### PO SKONČENÍ POUŽÍVANIA ZARIADENIA:

- Ak zariadenie nebudete dlhšiu dobu používať, vyberte z neho batérie.

#### ŠPECIÁLNE HLÁSENIA:

- Na obrazovke sa môžu zobrazovať nasledujúce hlásenia:
- Err: Znamená, že je prekročená kapacita váhy, alebo že došlo k chybe pri meraní percenta telesného tuku.
- Lo: Znamená, že je potrebné vymeniť alebo nabiť batériu.

#### ČISTENIE

- Zariadenie čistite vlhkou handričkou a niekoľkými kvapkami čistiaceho prostriedku a potom ho vysušte.
- Na čistenie zariadenia nepoužívajte rozpúšťadlá alebo produkty s kyslou bázou alebo vysokou hodnotou pH, ako napríklad bieliadlá alebo drsné čistiace prostriedky.
- Zariadenie neponárajte do vody ani inej tekutiny

a nedávajte ho pod tečúcu vodu z vodovodu.

#### OPOTREBOVATEĽNÉ DIELY

- V tejto váhe môžu byť použité iba nasledujúce typy opotrebovateľných dielov. (Fig.4).
- Typ batérie: 3V CR2032.
- Tieto batérie sú k dispozícii v špeciálnych obchodoch.

#### ŠPECIFIKÁCIE:

	Rozsah merania	Prírastok
Max. nosnosť	180 Kg (396 lb)	
% telesného tuku	5-50%	0,1%
% obsahu vody v tele	15-90%	0,1%
% svalovej hmoty	5-60%	0,1%
% kostnej hmoty	1-40%	0,1%

## LEÍRÁS

- A. Mérőlap
- B. LCD Kijelző
- C. Beállítás gomb
- D. Fel/le gombok
- E. Férfi szimbólum
- F. Női szimbólum
- G. Kor szimbólum
- H. Magasság szimbólum
- I. Súlymértékegység (kg, lb, st)
- J. Elemrekesz fedele
- K. Súlymértékegység-választó gomb
- L. Elektródák
- M. Testzsír arány
- N. Testvíz arány
- O. Csonttömeg arány
- P. Izomtömeg arány
- Q. Egészségügyi mutató

Ha az ön modellje nem rendelkezik a fenti tartozékokkal, külön is megvásárolhatja azokat a márkaszervizen keresztül.

## TISZTÍTÁS ÉS ÁPOLÁS:

- Ne terhelje túl a készülék súlykapacitását.
- Távolítsa el az elemeket a készülékből, ha egy ideig nem fogja használni.
- Ez a készülék csak otthoni használatra való, professzionális vagy ipari használatra nem.
- Ez a készülék nem használható kereskedelmi célokra.
- Tárolja a készüléket gyermekek és/vagy csökkent fizikai, szenzoros vagy mentális képességű személyek, vagy a használatában járatlanok előtt elzárva.
- FIGYELMEZTETÉS: Ne használja a készüléket, ha az üvege repedt vagy törött.

## AZ ELEMEEK BEHELYEZÉSE

- Figyelmeztetés! Az elemek kezelésekor ne érintse meg egyidejűleg a két pólust, mivel az a tárolt energia részleges kisülését okozza, és ezáltal hatással van annak élettartamára.
- Vegye le az elemrekesz fedelét.
- Ellenőrizze, hogy az elemekről el lett-e távolítva a műanyag védőburkolatot (egyes elemeket védőburkolattal árulnak).

- Helyezze az elemet a rekeszbe, a polaritásnak megfelelően (Fig.1).
- Helyezze vissza az elemrekesz fedelét.
- Figyelem! Elemcserekor a készülék konfigurációja törlődik és vissza kell állítania a készülék paramétereit.

## HASZNÁLATI UTASÍTÁS

### HASZNÁLAT ELŐTT:

- Győződjön meg róla, hogy a termékről minden csomagolás el lett távolítva.

### SÚLYMÉRTÉKEGYSÉG-VÁLASZTÓ – KG/LB/ST:

- A készüléknek van egy kiválasztó funkciója a súlymértékegységekhez: állítsa a kiválasztót annak a mértékegységnek a pozíciójába, amellyel dolgozni kíván. (Fig.2).

### HASZNÁLAT:

- Kapcsolja be a készüléket, enyhén megnyomva a mérőlapot, és várja meg, amíg a kijelzőn 0,0 lesz látható.
- Lépjen fel az mérőlap közepére, kerülve a hirtelen mozdulatokat, maradjon mozdulatlan, és ne érintkezzen egyéb tárgyakkal, amíg a készülék ki nem jelzi a mért súlyt.






### SÚLYMÉRTÉKEGYSÉG-VÁLASZTÓ FUNKCIÓ – KG/LB/ST:






- A készüléknek van egy kiválasztó funkciója a súlymértékegységekhez: állítsa a kiválasztót annak a mértékegységnek a pozíciójába, amellyel dolgozni kíván. Ehhez nyomja meg az „UNIT” (MÉRTÉKEGYSÉG) gombot, így a kiválasztott mértékegységek egymás után jelennek meg a kijelzőn. (Fig.3).

### SZEMÉLYES ADATOK BEPROGRAMOZÁSA

- A bekapcsoláshoz finoman nyomja meg a mérleg mérőlapját a lábával.
- Nyomja meg a Set (Beállítás) gombot, és használja a fel/le gombokat a memóriahely számának kiválasztásához, amely alatt személyes adatait el kívánja menteni (10 memóriahely áll rendelkezésre). Ezután nyomja meg a Beállítás gombot a kiválasztás megerősítéséhez.
- Válassza ki, hogy férfi vagy nő a fel/le gombokkal, majd erősítse meg a Beállítás gomb megnyomásával.

- Válassza ki a korát a fel/le gombokkal, és erősítse meg a Beállítás gomb megnyomásával.
- Válassza ki a magasságát a fel/le gombokkal, és erősítse meg a Beállítás gomb megnyomásával.
- Ezeknek a lépéseknek a megismétlésével tudja igény esetén a maradék 9 memóriát is beprogramozni.

%  Testzsír				
Életkor	Alacsony 	Normál 	Magas 	Nagyon magas 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

%  Testzsír				
Életkor	Alacsony 	Normál 	Magas 	Nagyon magas 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

### TESTZSÍR ARÁNY KISZÁMÍTÁSA

- Ez a készülék rendelkezik beépített testzsír arány kiszámítási lehetőséggel bioelektromos impedancia technika révén.
- Ez a mérés a zsírszövetek által előidézett vezetőképességbeli eltérést méri az izomtömeg és testtömeg között a test alsó tagjain áthaladó nagyon kis intenzitású mikroáram segítségével.
- A testtömeg arány a fent leírt eljárással kerül kiszámításra, és a következő változókat is magában foglalja: magasság, életkor, nem és súly.


- A testzsír arány mérése csak mezítlán végezhető.


### A TESTZSÍR, A TESTVÍZ, AZ IZOMTÖMEG ÉS A CSONTTÖMEG ARÁNY MÉRÉSÉNEK MENETE

- A bekapcsoláshoz finoman nyomja meg a mérleg mérőlapját a lábával.
- Nyomja meg a Beállítás gombot, és a fel/le gombok segítségével navigáljon a memória számához, amely alatt személyes adatait elmentette.
- Várjon néhány másodpercet, amíg a személyes adatai röviden megjelennek a kijelzőn: nem, életkor, magasság és súlymértékegység.
- Várjon, amíg a kijelzőn a „0,0 kg” felirat lesz látható, ekkor a mérleg használatra kész.
- Mezítláb lépjen a mérlegre, és ügyeljen rá, hogy egyenlő súlyeloszlással egy helyben álljon. Álljon mindkét lábával a rozsdamentes acél elektrodákra.
- Ne mozogjon. A mért eredmények egymás után megjelennek (testzsír %, testvíz
- %, izomtömeg %, csonttömeg %) a kijelzőn. Az eredményeket 2-szer jeleníti meg a készülék.
- Amikor lelép a mérlegről, az „automatikus kikapcsolás” funkció automatikusan kikapcsolja a készüléket.

### REFERENCIATÁBLÁZAT A MÉRT ÉRTÉKEKHEZ:

- A mérés után a következő táblázatokat használhatja referenciaként annak megállapítására, hogy a mérési eredmények egészséges tartományban vannak-e:
- Kétség esetén pontos adatokért forduljon orvosához vagy gyógyszerészéhez.

	Életkor	Testvíz (%)	Izomtömeg (%)	Csonttömeg (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
12-16	58-69	32-44	15-19	
16-39	55-56	38-44	16-20	
40-60	50-60	36-42	16-20	
>60	45-60	34-40	15-19	

	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

### KÉSZENLÉTI FUNKCIÓ:

- Energiamegtakarítás érdekében, néhány másodperc után a készülék készenléti állapotba kapcsol, ha a használója nem használja.
- A normál működéshez való visszatéréshez csak nyomja meg enyhén a mérőlapot, és várja meg, amíg a kijelzőn „0,0” lesz látható.

### A KÉSZÜLÉK HASZNÁLATA UTÁN:

- Vegye ki az elemeket a készülékből, ha hosszabb időn keresztül nem kívánja használni a készüléket.

### SPECIÁLIS ÜZENETEK:

- A következő üzenetek jelenhetnek meg a kijelzőn:
- Err: azt jelenti, hogy a készülék kapacitása túl lett lépve, vagy hiba lépett fel a testsírszázalék mérése közben.
- Lo: azt jelenti, hogy elemcserére van szükség.

### TISZTÍTÁS

- Tisztítsa meg a készüléket egy nyirkos ronggyal, pár csepp folyékony mosogatószerrel, aztán szárítsa meg azt.
- A készülék tisztításánál ne használjon oldószereket, savas vagy lúgos szereket, mint pl. fehérítőt vagy dörzsölő hatású szereket.
- Sose merítse a készüléke vízbe, vagy más folyadékba, vagy tartsa folyó víz alá.

### TARTOZÉKOK

- Csak az alábbi típusú elemek használhatóak a készülékhez. (Fig.4).
- Elemtípus: 3V CR2032.
- Ezek az elemek szakboltokban kaphatók.

### MŰSZAKI ADATOK:

	Mérési tartomány	Növekmény
Max. teherbírás	180 Kg (396 lb)	
% testsír	5-50%	0,1%
% testvíz	15-90%	0,1%
% izomtömeg	5-60%	0,1%
% csonttömeg	1-40%	0,1%

## ОПИСАНИЕ

- A Платформа
- B Дисплей LCD
- C Бутон настройки
- D Бутони нагоре/надолу
- E Символ мъже
- F Символ жени
- G Символ възраст
- H Символ височина
- I Единица за тегло (kg, lb, st)
- J Капак за разпределението на батериите
- K Бутон селектор на единицата
- L Електроди
- M Процент телесна мазнина
- N Процент водно съдържание
- O Процент костно тегло
- P Процент телесно тегло
- Q Индикатор състояние на дравето

В случай, че уредът, с който разполагате е модел, неокомплектован с гореописаните приставки, тях можете да придобие отделно в сервизите за техническо обслужване.

## УПОТРЕБА И ПОДДРЪЖКА

- Не бива капацитетът за теглене на уреда да се надвишава.
- Отстранете батериите от уреда, ако няма да го използвате за дълго време.
- Този уред е предназначен единствено за битови нужди, а не за професионална или промишлена употреба.
- Настоящият уред не е подходящ за търговска дейност.
- Съхранявайте уреда далеч от достъпа на деца и/или хора с намалени физически, сензорни или умствени възможности, или от такива без опит и познания за боравене с него.
- **ВНИМАНИЕ!**: Не използвайте уреда, ако стъклото е пукнато или счупено.

## ПОСТАВЯНЕ НА БАТЕРИЯТА

- Внимание: Докато боравите с

батериите, не пипайте едновременно и двата полюса, тъй като това ще предизвика частичното им разреждане и пряко ще засегне дълготрайността им.

- Отстранете капака на отделението за батерията-
- Проверете дали сте премахнали пластмасовата лента на батерията/иите (някои батерии се продават с защитна лента).
- Поставете батерията на тяхното място, като спазвате полюсите. (Fig.1).
- Отстранете капака на разпределението за батерията/ батериите.
- Бележка: По време на смяната на батериите, конфигурацията на уреда ще се изтрие, така че ще е необходимо да конфигурирате наново параметрите на уреда.

## НАЧИН НА УПОТРЕБА

### ЗАБЕЛЕЖКИ ПРЕДИ УПОТРЕБА:

- Уверете се, че изцяло сте отстранили опаковката на уреда.

### СЕЛЕКТОР НА ИЗМЕРИТЕЛНАТА ЕДИНИЦА ЗА ТЕГЛО KG/LB/ST:

- Уредът разполага със селектор за единици тегло. Нагласете този селектор в съответствие с единиците, с които искате да работи. (Fig.2).

### УПОТРЕБА:

- Задействайте уреда, като леко натиснете платформата за теглене. Изчакайте, докато на екрана се появи 0,0.
- Застанете в средата на платформата на кантара, като избягвате резки движения. Останете неподвижни и не пипайте други предмети докато кантара не покаже теглото Ви.

### ФУНКЦИЯ ПРОМЯНА НА МЕРНАТА ЕДИНИЦА KG/LB/ST:

- Уредът разполага със селектор на измерителната единица. Нагласете този селектор в съответствие с единиците, с които искате да работи. За целта натиснете бутон "UNIT", след което на екрана ще се появи избраната единица за тегло. (Fig.3).



## ПРОГРАМИРАНЕ НА ЛИЧНИТЕ ПАРАМЕТРИ:

- За да задействате теглилката, натиснете леко с крак повърхността ѝ.
- Натиснете бутона за настройка и използвайте бутоните за "горе" и "долу", за да откриете номера на паметта, в която желаете да съхраните личните си данни (има десет памети на Ваше разположение). След това натиснете бутона за настройка, за да потвърдите своя избор.
- Изберете "мъж" или "жена" посредством бутоните за "горе" и "долу". Потвърдете посредством бутона за настройки.
- Въведете възрастта си посредством бутоните за "горе" и "долу". Потвърдете посредством бутона за настройки.
- Въведете височината си посредством бутоните за "горе" и "долу". Потвърдете посредством бутона за настройки.
- Ако желаете, можете да повтаряте тези стъпки, за да програмирате 9-те останали памети.

## ИЗЧИСЛЯВАНЕ ПРОЦЕНТА ТЕЛЕСНА МАЗНИНА:

- Настоящият уред дава възможност за изчисляване процента телесна мазнина посредством техники на биоелектричен импеданс.
- Анализът изчислява разликата на проводимост между мускулната маса и телесното тегло, образувано от мастните клетки. Той прави това посредством микротокове с много нисък интензитет, течащи по долните крайници на тялото.
- Процентът телесно тегло се изчислява посредством по-горе описаната процедура. Вземат се в предвид и сите променливи величини: височина, възраст, пол и тегло.
- Определянето на телесната мазнина може да се извърши на босо.

## СИСТЕМА ЗА ИЗЧИСЛЕНИЕ НА ТЕЛЕСНАТА МАСА, СЪДЪРЖАНИЕ НА ВОДА, МУСКУЛНА МАСА И КОСТНО ТЕГ:






- За да задействате везната, леко натиснете с крак повърхността ѝ.
- Натиснете бутона за настройки и посредством бутоните за "горе" и "долу" влезте в кода на паметта, където са

съхранени личните данни.





- Изчакайте няколко секунди, докато личните Ви данни се появят на екрана: пол, възраст, височина и единица за тегло.
- Изчакайте везната да покаже "0,0 kg". Това указва, че везната е готова за употреба.
- Качете се бос на везната. Уверете се, че сте застанал/а правилно на нея, като сте разпределили теглото между двата крака, а също и че сте стъпили върху стоманените електроди.
- Не се движете. Резултатите от измерването ще се появят един след друг на екрана (% мазнина, % вода, % мускулна маса, % костно тегло). Резултатите ще се появят последователно два пъти.
- След слизване от везната, системата за самостоятелно изключване на уреда ще се задейства, и той ще се изключи от само себе си.

## РЕФЕРЕНТНА ТАБЛИЦА ЗА СТОЙНОСТИТЕ НА ИЗМЕРВАНЕТО

- След измерването може да проверите, дали резултатите указват добро здраве, като използвате следните таблици:

%  Телесна мазнина				
Възраст	ниско 	Нормално 	Високо 	Много високо 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

%  Телесна мазнина	
--	--


Възраст	ниско	Нормално	Високо	Много високо
				
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

### СЛЕД ПРИКЛЮЧВАНЕ НА РАБОТАТА С УРЕДА:


- Отстранете батериите от уреда, ако не възнамерявате да го използвате в близко бъдеще.

### СПЕЦИАЛНИ СЪОБЩЕНИЯ:

- На екрана могат да се появят следните съобщения:
- Eгг: Означава, че капацитетът на уреда е надхвърлен или че се е появила грешка при измерването на телесната мазнина.
- Lo: Означава, че е необходимо да се смени батерията.

	Възраст	Телесна вода (%)	Мускулна маса (%)	Костно тегло (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
12-16	58-69	32-44	15-19	
16-39	55-56	38-44	16-20	
40-60	50-60	36-42	16-20	
>60	45-60	34-40	15-19	

	Възраст	Телесна вода (%)	Мускулна маса (%)	Костно тегло (%)
	<12	54-65	24-34	15-19
12-16	54-64	28-38	15-19	
16-39	50-60	32-38	15-19	
40-60	45-55	30-36	15-19	
>60	40-55	29-35	14-18	

### ПОЧИСТВАНЕ

- Почистете уреда с влажна кърпа, напоена с няколко капки миещ препарат, след което го подсушете.
- За почистването на уреда не използвайте разтворители и препарати с киселинен или основен pH фактор, като белина и абразивни продукти.
- Не потапяйте уреда във вода или друга течност, и не го поставяйте под течаща вода.

### КОНСУМАТИВИ

- Уредът следва да бъде използван само със следния вид консумативи: (Fig.4).
- Батерии: 3V CR2032.
- Можете да закупите този вид консумативи в специализирани магазини.

- В случай, че имате въпроси, моля обърнете се към своя лекар или фармацевт.

### ФУНКЦИЯ АВТОМАТИЧНО ИЗКЛЮЧВАНЕ (STAND-BY):

- С цел пестене на енергия, уредът преминава в състояние на изчакване (stand-by) след изтичането на няколко секунди, ако през това време потребителят не е извършил никакво действие с него.
- За да се върнете в обичаен работен режим на уреда просто следва леко да натиснете платформата за теглене и да почакате, докато на екрана се появи "0,0".

### ХАРАКТЕРИСТИКИ

	Обсег на измерване	Разрешаване на проблема
Максимално тегло	180 kg (396 lb)	
% Телесна мазнина	5-50%	0,1%
% Телесна мазнина	15-90%	0,1%
% мускулна маса	5-60%	0,1%
% костно тегло	1-40%	0,1%

## DESCRIERE

- A Platformă
- B Ecran LCD
- C Buton setare
- D Butoane Sus/Jos
- E Simbol pentru masculin
- F Simbol pentru feminin
- G Simbol pentru vârstă
- H Simbol pentru greutate
- I Unitate de greutate (Kg, Lb, St)
- J Capacul compartimentului bateriei
- K Buton pentru selectarea unității de greutate
- L Electrozi
- M Procent grăsime corporală
- N Procentul de apă corporală:
- O Procent masă osoasă
- P Procent masă musculară
- Q Indicator nivel sănătate

Dacă modelul aparatului dvs. nu conține accesoriile descrise mai sus, acestea pot fi achiziționate și separat de la Service-ul de asistență tehnică.

## UTILIZARE ȘI ÎNGRIJIRE:

- Nu supraîncărcați capacitatea de greutate a aparatului.
- Scoateți bateriile din aparat, dacă nu îl veți utiliza mai mult timp.
- Acest aparat este destinat exclusiv uzului casnic, nu profesional sau industrial.
- Acest aparat nu este destinat comerțului.
- Depozitați aparatul într-un loc care să nu fie la îndemâna copiilor și/sau a persoanelor cu capacități fizice, senzoriale sau mentale reduse, ori care nu au experiență sau cunoștințele necesare.
- ATENȚIE! Nu utilizați aparatul dacă sticla este fisurată sau spartă.

## ASAMBLAREA BATERIILOR

- Atenție: În timpul manevrării bateriilor, nu atingeți simultan polii acestora, deoarece acest lucru va provoca descărcarea parțială a energiei stocate, afectând astfel longevitatea lor.
- Scoateți capacul compartimentului pentru baterii.
- Verificați dacă ați scos învelișul din plastic

care protejează bateria (unele baterii se vând cu un înveliș de protecție).

- Puneți bateria în compartimentul ei, respectând polaritatea (Fig. 1).
- Înlocuiți capacul compartimentului bateriei.
- Notă: Când schimbați bateriile, configurația aparatului dispare și va trebui să resetați parametrii acestuia.

## INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE

### ÎNAINTE DE UTILIZARE:

- Asigurați-vă că ați îndepărtat toate ambalajele produsului.

### SELECTORUL UNITĂȚII DE CÂNTĂRIRE KG/LB/ST:

- Aparatul are un selector pentru unitățile de cântărire; setați selectorul în poziția corespunzătoare unităților cu care doriți să lucrați. (Fig. 2).

### UTILIZARE:

- Porniți aparatul apăsând ușor pe platforma de cântărire și așteptând ecranul să afișeze 0,0.
- Așezați-vă în centrul platformei, evitând mișcările bruște, rămâneți nemișcat și fără să atingeți alte obiecte până când aparatul vă afișează greutatea.

### SELECTORUL UNITĂȚII DE CÂNTĂRIRE KG/LB/ST:

- Aparatul are un selector al unității de cântărire, setați selectorul într-o poziție conformă cu acele unități cu care doriți să lucrați. Pentru a face acest lucru, apăsați "UNIT" buton, unitatea de măsurare selectată va fi apoi afișată pe ecran în ordin succesiv. (Fig. 3).

### PROGRAMAREA DATELOR PERSONALE

- Apăsați ușor suprafața cântarului cu piciorul pentru a-l porni.
- Apăsați butonul Setare și utilizați butonul Sus/Jos pentru a găsi numărul de memorie sub care doriți să salvați datele personale (10 memorii disponibile). Apoi apăsați butonul Setare pentru a confirma alegerea.
- Selectați bărbat sau femeie utilizând butoanele Sus/Jos și confirmați apăsând butonul

Setare.

- Introduceți vârsta utilizând butoanele Sus/Jos și confirmați utilizând butonul Setare.
- Introduceți înălțimea utilizând butoanele Sus/Jos și confirmați utilizând butonul Setare.
- Acești pași pot fi repetați pentru a programa restul de nouă memorii, dacă doriți.

### CALCULAREA GRĂSIMII CORPORALE

- Acest aparat are o opțiune încorporată pentru a calcula procentul de grăsime corporală utilizând tehnici de impedanță bioelectrică.
- Această analiză măsoară conductivitatea diferită dintre masa musculară și masa corporală formată din celulele grase, utilizând micro-curent electric de intensitate foarte mică, care trece prin membrele inferioare ale corpului.
- Procentul de greutate corporală se calculează utilizând procedura descrisă mai sus și implică, de asemenea, următoarele variabile: înălțime, vârstă, sex și greutate.
- Citirea grăsimii corporale poate fi efectuată doar stând desculț.

### SISTEM PENTRU MĂSURAREA PROCENTULUI DE GRĂSIMI CORPORALĂ, A APEI CORPORALE, A MASEI MUSCULARE ȘI A MASEI OSOASE






- Apăsați ușor suprafața cântarului cu piciorul pentru a-l porni.
- Apăsați butonul Setare și utilizați butoanele Sus/Jos pentru a accesa codul de memorie în care datele dvs. personale au fost deja salvate.
- Așteptați câteva secunde până când datele dvs. personale apar pe ecran pentru scurt timp: sex, vârstă, înălțime și unitate de greutate.
- Așteptați ca afișajul să arate „0,0 kg” și apoi cântarul este gata de utilizare.
- Pășiți pe cântar desculț și asigurați-vă că stați nemișcat cu o distribuție egală a greutății. Stați pe electrozii din oțel inoxidabil cu ambele picioare.
- Nu vă mișcați și rezultatele măsurate vor fi afișate secvențial (% grăsime corporală, % apă corporală, % masă musculară, % masă osoasă) pe ecran. Rezultatele sunt afișate






de două ori.



- După coborâre, sistemul „Oprire automată” va opri automat cântarul.

### TABELE DE REFERINȚĂ A VALORILOR MĂSURATE:

- După măsurare, puteți utiliza următoarele tabele ca referință pentru a verifica dacă măsurarea dvs. este sănătoasă:

%  Grăsime corporală				
Vârsta	Scăzut 	Normal 	Ridicat 	Foarte ridicat 
<12	<11	11-20	20-24	>24
12-16	<9	9-19	19-23	>23
16-39	<12	12-20	20-25	>25
40-60	<15	15-23	23-29	>29
>60	<17	17-26	26-31	>31

%  Grăsime corporală				
Vârsta	Scăzut 	Normal 	Ridicat 	Foarte ridicat 
<12	<13	13-23	23-27	>27
12-16	<15	15-24	24-29	>29
16-39	<19	19-28	28-33	>33
40-60	<23	23-32	32-37	>37
>60	<24	24-35	35-40	>40

	Vârsta	Apă	Masă	Masă
		corporală (%)	musculară (%)	osoasă (%)
	<12	56-67	25-36	15-19
	12-16	58-69	32-44	15-19
	16-39	55-56	38-44	16-20
	40-60	50-60	36-42	16-20
	>60	45-60	34-40	15-19
	<12	54-65	24-34	15-19
	12-16	54-64	28-38	15-19
	16-39	50-60	32-38	15-19
	40-60	45-55	30-36	15-19
	>60	40-55	29-35	14-18

- Dacă aveți îndoieli, consultați medicul sau farmacistul pentru clarificări.

#### FUNCȚIA STARE DE VEGHE (STAND-BY):

- Pentru a economisi energie, aparatul trece în stare de veghe după câteva secunde dacă utilizatorul nu-l mai utilizează.
- Pentru a reveni la funcționarea normală, apăsați ușor pe platforma de cântărire și așteptați să se afișeze ecranul „0,0”.

#### DUPĂ CE AȚI TERMINAT DE UTILIZAT APARATUL:

- Scoateți bateria din aparat dacă nu intenționați să utilizați aparatul pentru o perioadă prelungită de timp.

#### MESAJE SPECIALE:

- Pe ecran pot apărea următoarele mesaje:
- Err: înseamnă că a fost depășită capacitatea aparatului sau că există o eroare la măsurarea procentului de grăsime corporală.
- „Lo”: înseamnă că bateria trebuie să fie schimbată.

#### CURĂȚARE

- Curățați aparatul cu o cârpă umedă și câteva picături de detergent lichid, apoi uscați-l.
- Nu utilizați solvenți sau produse cu pH acid

sau bazic, precum înălbitori sau produse abrazive, pentru curățarea aparatului.

- Nu scufundați niciodată aparatul în apă sau în orice alt lichid și nu lăsați apa să curgă pe acesta.

#### CONSUMABILE

- Numai următoarele tipuri de accesorii trebuie să fie utilizate împreună cu aparatul. (Fig.4).
- Tip baterie: 3V CR2032.
- Aceste consumabile sunt disponibile în magazinele de specialitate.

#### SPECIFICAȚII:

	Intervalul de măsurare:	Creștere
Capacitate max. de încărcare	180 kg (396 lb)	
% Grăsime corporală	5-50%	0,1%
% Apă corporală	15-90%	0,1%
% Masă musculară	5-60%	0,1%
% Masă osoasă	1-40%	0,1%

## التنظيف

نظف الجهاز بقطعة قماش مبللة ومشربة ببضع قطرات من المنظف ومن ثم جففه.  
لا تستخدم مواد مذيبة ولا منتجات بعنصر رقم هيدروجيني حمضي أو أساسي مثل المبيضات ولا منتجات كاشطة لتنظيف الجهاز.  
لا تغسل الجهاز في الماء أو سائل آخر، ولا تضعه تحت الحنفية.

## مواد قابلة للاستهلاك

لا يجب استعمال هذا الجهاز إلا مع النوع التالي من المواد القابلة للاستهلاك (Fig.4).  
بطاريات من نوع: 3V CR2032.  
يمكنك شراء هذا النوع من المواد القابلة للاستهلاك في المتاجر المتخصصة.

## المواصفات

الثبات	نطاق القياس	
	٠.٨١ كغ (٦٩٣ رطل)	وزن أقصى
٪١,٠	٪٠.٥-٥	٪ دهون في الجسم
٪١,٠	٪٠.٩-٥١	٪ الماء في الجسم
٪١,٠	٪٠.٦-٥	٪ كتلة العضلات
٪١,٠	٪٠.٤-١	٪ كتلة العظام

العمر	دهون الجسم %			
	منخفض	عادي	عالي	عالي جداً
> 21	11 >	11-22	22-27	> 27
21-61	9 >	9-18	18-24	> 24
61-93	21 >	21-26	26-31	> 31
93-104	51 >	51-56	56-61	> 61
< 106	71 >	71-76	76-81	> 81

العمر	ماء الجسم (%)		كتلة العضلات (%)	كتلة العظام (%)
	منخفض	عادي	عالي	عالي جداً
> 21	76-80	80-85	73-82	91-95
21-61	76-80	80-85	73-82	91-95
61-93	76-80	80-85	73-82	91-95
93-104	76-80	80-85	73-82	91-95
< 106	76-80	80-85	73-82	91-95

في حالة الاستفسار، راجع طبيبك أو الصيدلي.

وظيفة الفصل التلقائي (stand-by):

يهدف توفير الطاقة، بنقل الجهاز إلى مرحلة الفصل التلقائي (stand-by) بعد عدة ثوانٍ إذا لم يتم المستخدم خلال هذه الفترة بأي إجراء عليه، للعودة إلى التشغيل العادي ما عليك سوى الضغط قليلاً على منصة الوزن وانتظر حتى يظهر على الشاشة "0.0".

بعد الانتهاء من استعمال الجهاز:

قم بإزالة البطاريات من الجهاز إذا لن تستعمل الجهاز لفترة طويلة من الزمن.

### رسائل خاصة:

قد تظهر على الشاشة الرسائل التالية:

Err: تعني أن قدرة الجهاز قد تم تجاوزها أو أن هناك خطأ في قياس نسبة الدهون في الجسم.

LO: تعني أنه من الضروري تغيير البطارية.

برمجة البيانات الشخصية:

اضغط برفق بالقدم على سطح الميزان ليشتغل.  
اضغط على زر الإعدادات واستخدم الأزرار أعلى/أسفل للعثور على رقم الذاكرة الذي تريد حفظ بياناتك الشخصية فيه (هناك ٠١ ذاكرات متوفرة). ثم اضغط على زر الإعدادات لتأكيد اختيارك.  
حدد ذكر أو أنثى باستخدام الأزرار أعلى/أسفل والتأكد عن طريق الضغط على زر الإعدادات.  
أدخل عمرك باستخدام الأزرار أعلى/أسفل والتأكد عن طريق الضغط على زر الإعدادات.  
أدخل طولك باستخدام الأزرار أعلى/أسفل والتأكد عن طريق الضغط على زر الإعدادات.  
يمكنك تكرار هذه الخطوات لبرمجة الذاكرات التسعة المتبقية إذا كنت ترغب في ذلك.

حساب نسبة الدهون في الجسم:

يقدم هذا الجهاز الخيار المدمج في حساب نسبة الدهون في الجسم باستخدام تقنيات المعاوقة الكهربائية الحيوية.  
يقيس هذا التحليل فرق التوصيل بين كتلة العضلات وكتلة الجسم التي تشكلها الخلايا الدهنية، وذلك باستخدام تيارات دقيقة لكثافة منخفضة للغاية تمر عبر الأطراف السفلية للجسم.  
يتم حساب النسبة المئوية لوزن الجسم باستخدام الإجراء الموضح أعلاه، كما تأخذ في الاعتبار المتغيرات التالية: الطول والعمر والجنس والوزن.  
لا يمكن تحديد الدهون في الجسم إلا حافي القدمين.

نظام لقياس نسبة الدهون في الجسم ومحتوى الماء وكتلة العضلات وكتلة العظام:

اضغط برفق بالقدم على سطح الميزان ليشتغل الميزان.  
اضغط على زر الإعدادات واستخدم الأزرار أعلى/أسفل للوصول إلى رمز الذاكرة الذي يتم فيه تخزين بياناتك الشخصية.  
انتظر بضع ثوانٍ لكي تظهر بياناتك الشخصية على الشاشة: الجنس والعمر والطول ووحدة الوزن.  
انتظر حتى تظهر الشاشة "٠.٠ كغ"، مما يشير إلى أن الميزان جاهز للاستخدام.  
اصعد حافي القدمين على الميزان وتأكد بالاستناد بعناية، بحيث يتوزع الوزن جيداً بين الساقين، والدوس على الأقطاب الفولاذية.  
لا تتحرك وسيتم عرض نتائج القياس بالتتابع على الشاشة (X الدهون، % الماء، % كتلة العضلات، % كتلة العظام). ستعرض النتائج مرتين على التوالي.  
عند النزول من المنصة، سيؤدي نظام "الإيقاف التلقائي" إلى إيقاف الميزان تلقائياً.  
الجدول المرجعي لقيم القياس  
بعد القياس، يمكنك التحقق ما إذا كان قياسك صحيحاً، وذلك باستعمال كمرجع الجداول التالية:

%	دهون الجسم	عالي جداً			
		عالي	عادي	منخفض	عالي جداً
٤٢<	عالي جداً	عالي	عادي	منخفض	عالي جداً
٤٢>	عالي جداً	عالي	عادي	منخفض	عالي جداً
٣٢<	عالي جداً	عالي	عادي	منخفض	عالي جداً
٣٢>	عالي جداً	عالي	عادي	منخفض	عالي جداً
٢١<	عالي جداً	عالي	عادي	منخفض	عالي جداً
٢١>	عالي جداً	عالي	عادي	منخفض	عالي جداً
١٣<	عالي جداً	عالي	عادي	منخفض	عالي جداً
١٣>	عالي جداً	عالي	عادي	منخفض	عالي جداً



## الوصف

A	منصة
B	شاشة LCD
C	زر إعدادات
D	أزرار أعلى/أسفل
E	رمز مذكر
F	رمز مؤنث
G	رمز العمر
H	رمز الطول
I	وحدة الوزن (كغ/رطل/ستون)
J	غطاء حجرة البطاريات
K	زر مفتاح تحديد وحدات الوزن
L	الأقطاب الكهربائية
M	N نسبة الدهون في الجسم
N	N نسبة محتوى الماء
O	O نسبة كتلة العظام
P	P نسبة كتلة الجسم
Q	مؤشر مستوى الصحة

في حال لم يكن لدى طراز جهازك الملحقات المذكورة أعلاه، يمكن أيضاً شراؤها بشكل منفصل في مركز خدمات الصيانة التقنية.

## الاستخدام والعناية:

لا تتجاوز قدرة وزن الجهاز.

قم بإزالة البطاريات من الجهاز إذا لن تستعمله لمدة طويلة من الزمن.

تم إعداد هذا الجهاز للاستعمال المنزلي فقط، وليس للاستعمال المهني أو الصناعي.

هذا الجهاز غير مناسب للمعاملات التجارية.

احفظ هذا الجهاز بعيداً عن متناول الأطفال وأو الأشخاص الذين يعانون من انخفاض قدراتهم الجسدية والحسية أو العقلية أو نقص الخبرة والمعرفة.

تحذير: لا تستعمل الجهاز إذا كان الزجاج متصدعاً أو مكسوراً.

## تثبيت البطارية

تحذير: أثناء عملية التعامل مع البطارية، لا تلامس في وقت واحد قطبيها، لأنه قد يسبب تفريغ جزء من الطاقة المخزنة، والذي يؤثر بشكل مباشر على طول عمر البطارية.

قم بإزالة غطاء حجرة البطارية.

تأكد أنه قد تم إزالة رفاقة الحماية البلاستيكية للبطارية/البطاريات (فهناك بطاريات يتم تزويدها برقاقة حماية).

قم بتوصيل البطارية في مكان تثبيتها، مع مراعاة القطبية المشار إليها. (Fig.1).

أغلق من جديد غطاء حجرة البطارية/البطاريات.

ملاحظة: خلال عملية استبدال البطارية/البطاريات سيتم مسح إعدادات الجهاز، ومن الضروري إعادة إعداد قيم الجهاز.

## طريقة الاستخدام

ملاحظات أولية للاستعمال:

تأكد من إزالة جميع مواد التعبئة والتغليف من المنتج.

محدد وحدات الوزن kg/lb/st:

يحتوي هذا الجهاز على محدد وحدات الوزن، ضع المحدد في الوضع وذلك وفقاً لنوع الوحدات التي ترغب العمل بها. (Fig.2).

الاستعمال:

شغل الجهاز عن طريق الضغط قليلاً على منصة الوزن وانتظر حتى يظهر على الشاشة ٠.٠.

كن في وسط المنصة لتجنب الحركات المفاجئة، وحافظ على نفسك بلا حراك وبدون لمس أشياء أخرى، حتى يظهر الجهاز الحجم المرتبط بالوزن.

وظيفة تغيير وحدات الوزن كغ/رطل/ستون:

يحتوي الجهاز على مفتاح تحديد وحدات الوزن. ضع المحدد في الموضع وفقاً لنوع الوحدات التي تريد العمل بها. وللقيام بذلك، اضغط على زر "UNIT"، وبالتالي ستظهر

على الشاشة وحدة القياس المختارة. (Fig.3).



## **ES) GARANTÍA Y ASISTENCIA TÉCNICA**

Este producto goza del reconocimiento y protección de la garantía legal de conformidad con la legislación vigente. Para hacer valer sus derechos o intereses debe acudir a cualquiera de nuestros servicios de asistencia técnica oficiales.

Podrá encontrar el más cercano accediendo al siguiente enlace web: <http://solac.com>

También puede solicitar información relacionada poniéndose en contacto con nosotros por el teléfono que aparece al final de este manual.

Puede descargar este manual de instrucciones y sus actualizaciones en <http://solac.com>

## **EN ) WARRANTY AND TECHNICAL ASSISTANCE**

This product enjoys the recognition and protection of the legal guarantee in accordance with current legislation. To enforce your rights or interests you must go to any of our official technical assistance services.

You can find the closest one by accessing the following web link: <http://solac.com>

You can also request related information by contacting us by phone.

You can download this instruction manual and its updates at <http://solac.com>

## **DE) GARANTIE UND TECHNISCHER SERVICE**

Dieses Produkt ist von der gesetzlichen Garantie gemäß der geltenden Gesetzgebung geschützt. Um Ihre Rechte und Interessen geltend zu machen, müssen Sie eines unserer offiziellen Servicezentren aufsuchen.

Über folgenden Link finden Sie ein Servicezentrum in Ihrer Nähe: <http://solac.com>

Sie können auch Informationen anfordern, indem Sie sich mit uns in Verbindung setzen.

Sie können dieses Benutzerhandbuch und seine Aktualisierungen unter <http://solac.com>

## **FR) GARANTIE ET ASSISTANCE TECHNIQUE**

Ce produit est reconnu et protégé par la garantie établie conformément à la législation en vigueur. Pour faire valoir vos droits ou intérêts, vous devez vous adresser à l'un de nos services d'assistance technique agréés.

Pour savoir lequel est le plus proche, vous pouvez accéder au lien suivant : <http://solac.com>

Vous pouvez aussi nous contacter pour toute information.

Vous pouvez télécharger ce manuel d'instructions et ses mises à jour sur <http://solac.com>

## **PT) GARANTIA E ASSISTÊNCIA TÉCNICA**

Este produto goza do reconhecimento e proteção da garantia legal em conformidade com a legislação em vigor. Para fazer valer os seus direitos ou interesses, deve recorrer sempre aos nossos serviços oficiais de assistência técnica.

Poderá encontrar o mais próximo de si através do seguinte website: <http://solac.com>

Também pode solicitar informações relacionadas, pondo-se em contacto connosco.

Pode fazer o download deste manual de instruções e suas atualizações em <http://solac.com>

## **IT) GARAZIA E ASSISTENZA TECNICA**

Questo prodotto possiede il riconoscimento e la protezione della garanzia legale di conformità con la legislazione vigente. Per far valere i suoi diritti o interessi, dovrà rivolgersi a uno qualsiasi dei nostri servizi ufficiali di assistenza tecnica.

Può trovare il più vicino cliccando sul seguente link: <http://solac.com>

Inoltre, può richiedere informazioni mettendosi in contatto con noi.

Può scaricare questo manuale di istruzioni e i suoi aggiornamenti da <http://solac.com>

## **CA) GARANTIA I ASSISTÈNCIA TÈCNICA**

Aquest producte gaudeix del reconeixement i protecció de la garantia legal de conformitat amb la legislació vigent. Per fer valer els seus drets o interessos ha d'acudir a qualsevol dels nostres serveis d'assistència tècnica oficials.

Podrà trobar el més proper accedint al següent enllaç web: <http://solac.com>

També pot demanar informació relacionada posant-se en contacte amb nosaltres al telèfon que apareix al final d'aquest manual.

Podeu descarregar aquest manual d'instruccions i les seves actualitzacions a <http://solac.com>

com

## **NL) GARANTIE EN TECHNISCHE ONDERSTEUNING**

Dit product valt onder de legale garantië-voorwaarden zoals bepaald in de actuele wetgeving. Om een beroep te doen op uw rechten of aanspraken kunt u contact opnemen met onze officiële technische service.

U kunt de dichtstbijzijnde technische service vin-

den op de website: <http://solac.com>

Voor verdere informatie kunt u ook contact met ons opnemen.

U kunt deze gebruiksaanwijzing en eventuele actualisering en ervan downloaden via <http://solac.com>

## **PL) GWARANCJA I SERWIS TECHNICZNY**

Ten produkt jest uznawany i chroniony prawną gwarancją zgodnie z obowiązującymi przepisami. W celu wyegzekwowania swoich praw lub interesów, należy udać się do dowolnego z naszych oficjalnych usług pomocy technicznej.

Najbliższy punkt można znaleźć, korzystając z poniższego linku: <http://solac.com>

Można również poprosić o informacje, kontaktując się z nami.

Można też pobrać niniejszą instrukcję obsługi i jej aktualizacje <http://solac.com>

## **BG) ГАРАНЦИЯ И ТЕХНИЧЕСКА ПОМОЩ**

Настоящият продукт има законна гаранция, в съответствие с действащото законодателство. За да упражните правата си на потребител следва да се насочите към някой от нашите оторизирани сервиси.

Най-близкия до Вас сервиз можете да откриете на следния линк: <http://solac.com>

Също така, можете да потърсите информация, свързвайки се с нас (вижте на последната страница на наръчника).

Наръчника с указания и неговите осъвременявания можете да свалите на следния <http://solac.com>

## **CZ) ZÁRUKA A TECHNICKÁ PODPORA**

Tento produkt má uznání a ochranu právní záruky v souladu s platnými právními předpisy. Chcete-li uplatnit vaše práva nebo zájmy, musíte navštívit některý z našich oficiálních servisů technické podpory.

Nejbližší můžete najít na následujícím odkazu: <http://solac.com>

Můžete si také vyžádat související informace, a to tak, že nás kontaktujete.

Tento návod k obsluze a jeho aktualizace si můžete stáhnout na adrese <http://solac.com>

## **SK) ZÁRUKA A TECHNICKÁ PODPORA**

Tento výrobok má uznanie a ochranu právnej záruky v súlade s aktuálnou legislatívou. Ak si

chcete presadiť svoje práva, musíte prejsť do našich oficiálnych služieb technickej pomoci.

Najbližšie služby nájdete na nasledujúcom webovom odkaze: <http://solac.com>

Ak požadujete aj súvisiace informácie, môžete sa obrátiť na nás.

Tento návod na obsluhu a jeho aktualizácie si môžete prevziať z lokality <http://solac.com>

## **HU) GARANCIA ÉS TECHNIKAI SEGÍTSÉGNYÚJTÁS**

Ez a termék a hatályos jogszabályokkal összhangban a jogi garancia elismerését és védelmét élvezi. Jogainak vagy érdekeinek érvényesítése érdekében igénybe kell vennie hivatalos technikai segítségnyújtási szolgáltatásainkat.

A legközelebbi irodánkat a következő internetes linken keresztül találhatja meg: <http://solac.com>

Amennyiben további kapcsolódó információkat szeretne kapni, lépjen velünk kapcsolatba.

A jelen használati útmutatót és annak frissítéseit a <http://solac.com> címen töltheti le.

## **RO) GARANȚIE ȘI ASISTENȚĂ TEHNICĂ**

Acest produs beneficiază de recunoașterea și protecția garanției legale în conformitate cu legislația în vigoare. Pentru a vă exercita drepturile sau interesele, trebuie să vă adresați unuia dintre serviciile noastre oficiale de asistență tehnică.

Puteți găsi cel mai apropiat serviciu de asistență tehnică accesând următorul link web: <http://solac.com>

De asemenea, puteți solicita informații conexe, contactând-ne (consultați ultima pagină a manualului).

Puteți descărca acest manual de instrucțiuni și actualizările sale <http://solac.com>.

## **(AR) الضمان والمساعدة التقنية**

يحظى هذا المنتج بالاعتراف والحماية من الضمان القانوني وفقاً للتشريعات النافذة. لطلب حقوقك أو مصالحك يجب عليك مراجعة أي مركز من مراكزنا لخدمات المساعدة التقنية الرسمية. يمكنك العثور على الأقرب عن طريق الدخول إلى رابط الموقع التالي:

(حسب العلامة التجارية) <http://solac.com>  
كما يمكنك طلب المعلومات ذات الصلة عن طريق الاتصال بنا عبر الهاتف.  
ويمكنك تحميل دليل التعليمات هذا وتحديثاته على الموقع <http://solac.com>

**AR) ARGENTINA - SOUTH AMERICA**

Av. del Libertador 1298,(B1638BEY)  
Vicente López (Pcia.Buenos Aires)  
541153685223

**BG) BULGARIA - EUROPE**

265,Okolovrasten Pat, Mladost 4 1766  
SOFIA  
35929211120

**DZ) ARGELIA - AFRICA**

46, Ave MAX MARCHAND  
Oran  
213041532020

**ES) ESPAÑA - EUROPE**

Avda. Los Huetos, 79-81  
1010 Vitoria  
902012539  
atencioncliente@solac.com

**FR) FRANCIA - EUROPE**

ZA Les Bas Musats, 18  
Les Bas Musats 89100  
Malay-le-Grand  
03 86 83 90 90

**HU) HUNGRÍA - EUROPE**

Késmárk utca 11-13 1158  
BUDAPEST  
+36 1 370 4519

**IND) INDIA - ASIA**

C-175, Sector-63, Noida,  
Gautam Budh Nagar - 201301  
Delhi  
(+91) 120 4016200

**LB) LÍBANO - MIDDLE EAST**

Imasdounian Building 701064 Zalka,  
Beirut  
961 1 887 501

**LT) LITUANIA - EUROPE**

Strazdo g. 70A LT-48460  
Kaunas  
8-37 759025

**MAR) MARRUECOS - AFRICA**

Big distribution society  
4 Rue 13 Lot Smara, Oulfa,  
Casablanca  
(+212) 522 89 40 21

**ME) MONTENEGRO - EUROPE**

Rastovac bb, 81400  
Niksic  
+382 40 217 055

**MXN) MEXICO - AMERICA**

Rosas Moreno N° 4-203 Colonia de San Rafael  
C.P. 06470 – Delegación Cuauhtémoc  
Ciudad de México  
(+52) 55 55468162

**NL) HOLANDA - EUROPE**

Wartelstraat 2, 8223 EH  
Lelystad  
0320-237930

**PER) PERU - AMERICA**

Calle los Negocios 428, Surquillo  
Lima  
(511) 421 6047

**PT) PORTUGAL - EUROPE**

Avenida Rainha D. Amélia, nº12-B 1600-677  
Lisboa  
+351 210966324

**SA) SOUTHAFRICA - AFRICA**

Unit 25 & 26, San Croy Office Park, Die Agora  
Road, Croydon, Kempton Park, 1619  
Johannesburg  
(+27) 011 392 5652





**solac**

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

Rev: 08/03/2021