

Tisztítás

VIGYÁZAT:

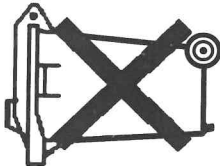
- Ne mérítse a mérleget vízbe: az elektronikai alkatrészek károsodhatnak.
- Ne használjon drótkéfért vagy karcoló hatású anyagokat.
- Ne használjon semmilyen savat vagy sűrűlő tisztítószeret.
- A készüléket enyhén nedves ruhával tisztítsa. Győződjön meg róla, hogy a nedvesség vagy a víz nem szivárog be a készülékbe!
- A tisztításhoz használjon kereskedelmi forgalomban kapható tisztítószeret vagy szappant.
- Alaposan szárítsa meg a készüléket száraz és puha ruhá segítségével.

Az elemek ártalmatlanítása

A készülék elemeket tartalmaz. Az elemek elhasználódása esetén kövesse az alábbi előírásokat:

VIGYÁZAT:

- Az elemek/újratölthető elemek nem ártalmatlaníthatók a háztartási hulladékkal együtt!
- Az elemeket el kell távolítani a készülékből.
- Vigye az elhasználadott elemeket egy erre megfelelő gyűjtőhelyre vagy kereskedőhöz.
- A városi vagy helyi hatóság információival tud szolgálni a nyilvános gyűjtőpontokról.
- Az alábbi jelzés található azokon az elemeken/újratölthető elemeken, melyek veszélyes anyagokat tartalmaznak:

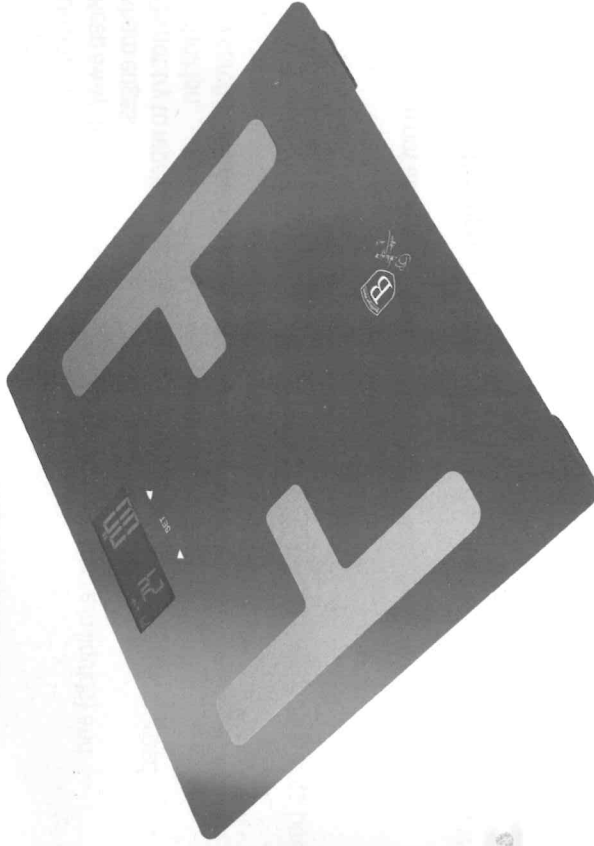


Pb = ólmot tartalmaz
Cd = kadmiumot tartalmaz
Hg = higanyt tartalmaz
Li = lítiumot tartalmaz

**KÖSZÖNJÜK, HOGY
A TERMÉKÜNKET VÁLASZTOTTA.
REMÉLJÜK, ÖRÖMMEL
HASZNÁLJA MAJD
A KÉSZÜLÉKET.**



BerlingerHaus®
PROFESSIONAL PRECISION



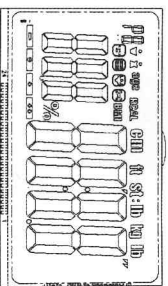
SMART BATHROOM SCALE USER MANUAL



Handwritten signature and date: 2017.05.17

USER MANUAL GENERAL SAFETY INSTRUCTIONS

LCD
display



Read the operating instructions carefully before putting the appliance into operation and keep the instructions including the warranty, the receipt and, if possible, the box with the internal packing. If you give this device to other people, please also pass on the operating instructions.

- The device is designed exclusively for private and not for commercial use.
- Only use the device for the intended purpose.
- Do not use a damaged device.
- Keep away from heat, direct sunlight, damp (never immerse in liquids) and sharp edges.
- Do not try to repair the appliance on your own. Always contact an authorized technician.
- Pay careful attention to the following "Special Safety Instructions".

Children

- In order to ensure your children's safety, please keep all packaging (plastic bags, boxes, polystyrene etc.) out of their reach.

WARNING!

- Caution! Do not allow small children to play with the foil as there is a danger of suffocation!
- Children should be supervised at all times in order to ensure that they do not play with the device.

Special Safety Instructions For This Machine

WARNING:

If the glass surface is moist or covered with water droplets, please wipe the surface dry as there is a danger of slipping.

CAUTION:

- Handle the balance with care, as it is a precise measuring instrument. Do not drop it or jump on it.
- Do not load the appliance with more than 150 kg to avoid damaging the device.
- If the scales are carried or not going to be used, please store them only in a horizontal position.
- The body fat analysis scale is not suitable for the following persons:
 - Children under 10 years and adults over 99 years
 - Persons with symptoms of fever, edema, or osteoporosis
 - Persons undergoing treatment for dialysis
 - Persons who use a pacemaker
 - Persons who take cardiovascular medication
 - Pregnant women

- Sportspersons who perform over 5 hours of intensive sporting activities each day
- Persons with a heartbeat lower than 60 beats/minute

Handling batteries

WARNING:

- Do not expose the batteries to high temperatures or direct sunlight. Never throw batteries into the fire. There is a danger of explosion!
- Keep batteries away from children. They are not a toy!
- Do not open the batteries by force.

WARNING:

- Avoid contact with metallic objects. (Rings, nails, screws etc.) There is a danger of short-circuiting!
- As a result of a short-circuit batteries may heat up considerably or even catch fire. This may result in burns.
- For your own safety the battery poles should be covered with adhesive strips during transport.
- If a battery leaks do not rub the liquid into your eyes or mucous membranes. If hands come into contact with the liquid they should be washed thoroughly and eyes rinsed out with clear water; if symptoms persist please consult a doctor.

Inserting the batteries

NOTE:

Where required, the supplied batteries have been protected for transport with plastic foil.







1. Remove this foil before inserting the batteries into the appliance.
2. Open the battery compartment on the back.
3. Insert 2 batteries of type AAA/R03. Please ensure that the polarity is correct (see the look of the battery compartment)!)
4. Close the battery compartment again.
5. If the device is not used for a prolonged period of time, please take the batteries out in order to prevent leakage of battery acid.
6. If the message "Lo" appears on the display, replace the batteries.

CAUTION:

- Different battery types or new and used batteries must not be used together.
- Batteries are not to be disposed of together with domestic wastes. Dispose of the used batteries at the relevant collection bin.

Location of controls

1. Contact Surfaces
2. Display
3. DOWN-button ▼
4. UP-button ▲
5. SET-button

Display Symbol	Meaning
Kg (lb/st)	Body Weight
USER	User memory space
	Male
	Female
cm (ft:in)	Body height
Age	Age
	Body fat display
	Body water display
	Muscle mass display
	Bone weight display
%	Percentage-body fat/body water/muscle mass/bone weight
KCAL	Daily kilocalorie requirement
Increase	Weight gain in kg(lb/st) compared with previous measurement
Decrease	Weight loss in kg(lb/st) compared with previous measurement

Technical Specifications

Model:756
 Power supply: 2 Batteries 1.5 V Type "AAA" / "R03"
 Net weight of device:1.3 kg
 Memory capacity:10 PO-P9
 Mass alignment:from 100 to 220 cm
 Age:from 18 to 100 years
 Minimum weight:from 3.0 kg
 Maximum weight:150 kg
 Weight measurement unit:100g increments
 Body fat measurement unit:0.1 %
 Body fat measuring range:4.0 % - 50.0 %
 Body water measuring range:35.0 % - 85.0 %
 Muscle mass measuring range:10.0 % - 50.0 %
 Subject to technical changes without prior notice!

This device has been tested according to all relevant current CE guidelines, such as electromagnetic compatibility and low voltage directives, and has been constructed in accordance with the latest safety regulations.

Information on Measuring Body Fat

WARNING:

Do not use the scales if you use a pacemaker or another medical implant with electronic components. The function of the implant may be impaired by the measurement.

NOTE:

The main principle of this device is based on the measurement of the electric impedance within the human body. In order to determine the actual body data, the device leads a weak, unnoticeable electric signal through your body.

The signal is generally safe! However, please read our special safety instructions! The method of measurement is referred to as "bioelectric impedance analysis" (BIA), a factor which is based on the relationship between body weight and associated body water percentages as well as on other biological data (age, gender, body weight).

There are heavy persons with a well-balanced percentage between fat and muscle mass, and there are seemingly slim persons with significantly high body fat values. Fat is a factor that puts serious strain on the body, in particular the cardiovascular system. Therefore, controlling both values (fat and weight) is a prerequisite for health and fitness.

Body Fat

Body fat is an important component of the body. From protecting the joints as a vitamin repository to regulating the body temperature, fat plays a vital role in the body. Thus the goal is not to radically reduce the proportion of body fat, but rather to achieve and maintain a healthy balance between muscle and fat.

The Importance of Water for our Health

Approximately fifty-five to sixty percent of the human body consists of water, depending on age and gender in varying amounts.

Water has to fulfill several tasks within the body:

- It is the building block of our cells. That means that all the cells in our body, whether skin cells, gland cells, muscle cells, brain cells or others, are functional only if they contain enough water.
- It is a solvent for important substances in our body.
- It is a means of conveyance for nutrients, the body's own substances and metabolic products.

Reference values for your fitness profile can be seen in the benchmark table. It shows the dependency of body fat data on age and gender. Always pay attention to your body's water balance, which, as well as the fat level, undergoes strong fluctuations throughout the day. Therefore, to obtain consistent data, always measure at the same time of day.

The calculated results of the body fat and water level should only be considered as reference values. They are not recommended to be used for medical purposes. Please always consult a doctor if you have questions about a medical treatment or a diet in order to achieve a normal body weight.

Guideline values for body fat and body water content as a percentage (approximate figures)

Male	10-20	21-42	43-65	66-80
Underweight	<15%	<17	<18	<19
Healthy	[15, 21)	[17, 23)	[18, 24)	[19, 25)
Overweight	[21, 26)	[23, 28)	[24, 29)	[25, 30)
Obese	>=26	>=28	>=29	>=30
Female				
Underweight	<18%	<20	<21	<22
Healthy	[18, 28)	[20, 30)	[21, 31)	[22, 32)
Overweight	[28, 33)	[30, 35)	[31, 36)	[32, 37)
Obese	>=33	>=35	>=36	>=37

Use

The device has a very sensitive sensor. If you want to adjust the settings, simply touch the buttons gently with your finger.

If the device does not respond to touch, clean the glass surface with a soft, dry cloth.

NOTE:

The scales are factory set with the units "kg" and "cm".

To change the settings to "lb" or "St" as well as "Ft:in", proceed as follows:





- Switch the scales on by applying gentle pressure on the glass surface with your foot or toe.
- Press the UP button, until the required unit of weight is displayed. The unit for the height also automatically changes.

Weighing Function

- Place the scale on a hard, flat surface (avoid carpets). An uneven floor contributes to inaccurate measurements.
- Stand on the scales with both feet. The device switches on automatically.
- Distribute your weight equally and wait for the scale to determine your weight.
- The digits on the display will flash before your exact weight will be shown.
- In order to extend the battery life, the device will automatically turn off 10 seconds after you have stepped off the scale.

NOTE:

- The device can only function correctly if you stand on the device with bare, dry feet!
- If necessary wipe the contact surfaces to improve results.
- Due to the significant fluctuation of body fat, it is difficult to attain a standard value. On average the optimal testing time is between 6 p.m. and 8 p.m., since the body fat remains very consistent during this period of time.
- Press the SET button. The preset stored position data appears on the display (USER flashes). Use the UP / DOWN button to select the stored position at which your data is saved.
- Wait for the USER display and 0.0 kg (0.0 lb/st) to stop flashing.
- Stand on the contact surfaces (!) of the scales with both feet.
- Firstly your weight will flash on the display.
- After a few seconds, the following results will be shown:

1. The body fat content in % ( symbol)
The body water content in % ( symbol)
The results analysis in the form of a bar
 2. The muscle mass content in % ( symbol)
The bone mass content in % ( symbol)
The calorie requirement per day
 3. The preset gender
The preset type
The preset height
The preset age (AGE)
The weight gain (INCREASE) / the weight loss (DECREASE) in kg (lb/st) in comparison to the previous measurement
- Afterwards the determined data will be shown repeatedly. Then the scale will automatically turn off.

Display error Messages

NOTE:

If an error message appears on the display, wait until the device is turned off. Turn it on again to restart the operation. If the error display has not disappeared, take the batteries out of the battery compartment for 10 seconds.

Display Symbol	Meaning
8888	Self-test (when switching on) to check that the numeric display functions properly
----	The scale stands faultily
Lo	Battery is low
Err	The percentage of body fat content lies above or below the limits of the measuring scale
EEEE	The weight lies above the allowed maximum weight

Cleaning**CAUTION:**

- Do not immerse the balance in water: the electronic components can be damaged.
- Do not use a wire brush or any abrasive items.
- Do not use any acidic or abrasive detergents.
- Clean the device with a slightly moist cloth. Make sure that no humidity or waters seeps into the device!
- Use a commercially sold detergent or soap for cleaning.
- Dry the device well after cleaning with a dry and soft cloth.

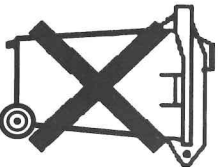
Disposal of batteries

Your appliance contains batteries. If these batteries are spent, follow the instructions below:

CAUTION:

Batteries/rechargeable batteries must not be disposed of with household waste!

- The batteries must be removed from the appliance.
 - Take spent batteries to the appropriate collection point or to a dealer.
 - Your town or local authority can provide information about public collection points.
- This symbol can be found on batteries/rechargeable batteries which contain hazardous substances:



Pb = contains lead

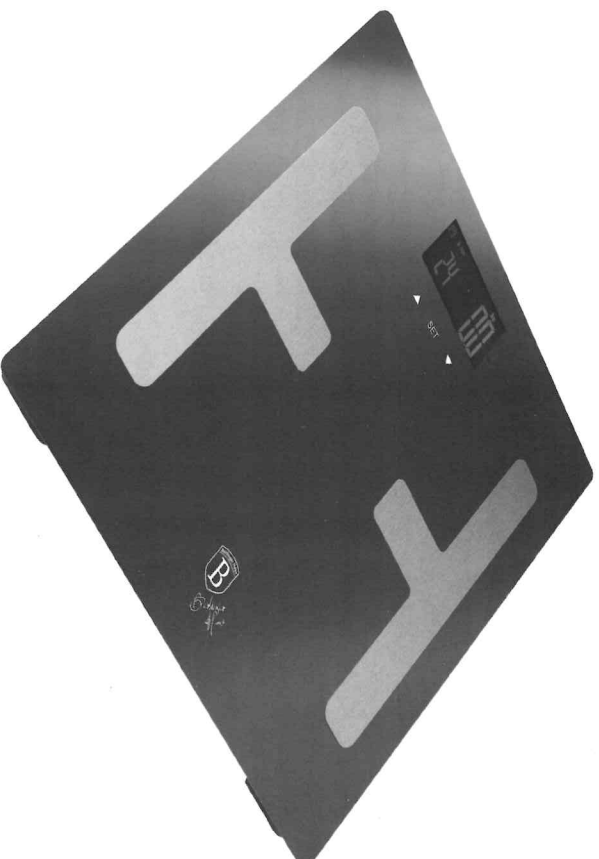
Cd = contains cadmium

Hg = contains mercury

Li = contains lithium

THANK YOU FOR CHOOSING OUR PRODUCT.
WE HOPE YOU ENJOY USING THE APPLIANCE.


BerlingerHaus®
PROFESSIONAL PRECISION



„SMART” WAGA
INSTRUKCJA DLA
UŻYTKOWNIKA



DEUTSCHE
QUALITÄTS
KONTROLLE

BerlingerHaus

Сообщения об ошибках на дисплее**ПРИМЕЧАНИЕ:**

Если на дисплее появляется сообщение об ошибке, подождите, пока устройство не выключится. Включите его снова, чтобы возобновить операцию. Если сообщение об ошибке не исчезло, выньте батареи из батарейного отсека на 10 секунд.

Символы на дисплее	Расшифровка
8888	Самопроверка (при включении) для проверки правильности работы цифрового дисплея
----	Шкала стоит неправильно
Lo	Батарея разряжена
Err	Процент содержания жира в организме находится выше или ниже пределов шкалы измерения
EEEE	Вес выше допустимого максимального веса

Очистка**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ:**

- Не погружайте весы в воду: электронные компоненты могут быть повреждены.
- Не используйте проволоочную щетку или абразивные предметы.
- Не используйте кислотные или абразивные моющие средства.
- Протрите устройство мягкой влажной тканью. Убедитесь, что в устройство не попадает влага и вода!
- Используйте для чистки моющее средство или мыло, продаваемое на рынке.
- Хорошо вытрите устройство после очистки сухой и мягкой тканью.

Утилизация батарей

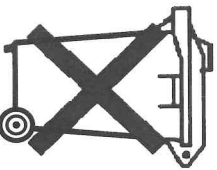
Ваше устройство содержит батареи. Если эти батареи разряжены, следуйте инструкциям ниже:

БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ:

Аккумуляторы / батареи нельзя утилизировать вместе с бытовыми отходами!

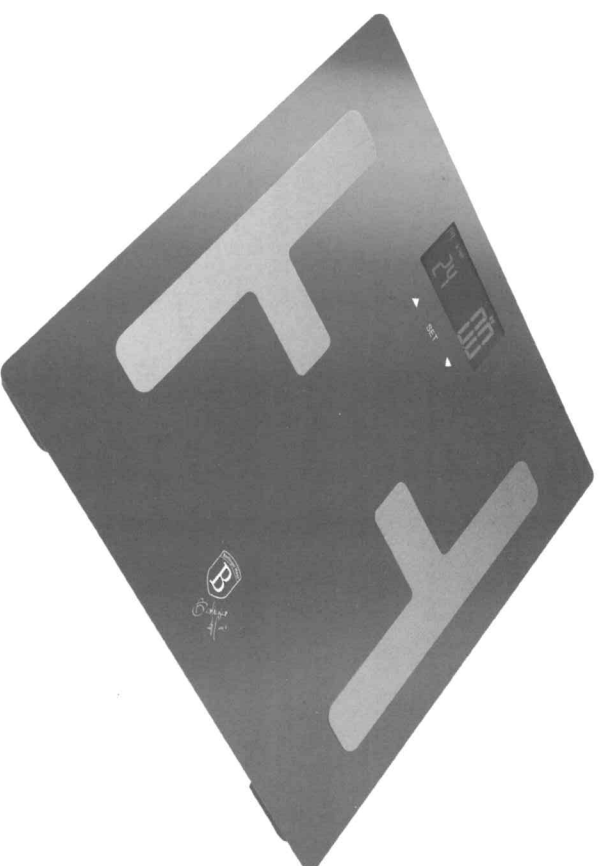
- Батареи должны быть удалены из прибора.
 - Отнесите использованные батареи в соответствующий пункт сбора или дилеру.
 - Ваш город или местные органы власти могут предоставить информацию об общественных пунктах сбора использованных батарей.
- Этот символ можно найти на батареях / аккумуляторах, которые содержат опасные вещества:

Pb = содержит свинец
Cd = содержит кадмий
Hg = содержит ртуть
Li = содержит литий



**НАДЕЕМСЯ, ВАМ ПОНРАВИТСЯ
ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ДАННЫМ
ПРИБОРОМ.**


BerlingerHaus®
PROFESSIONAL PRECISION



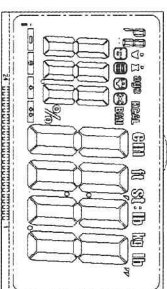
„SMART“ KOUPELNA STUPNICE
UŽIVATELSKÝ
MANUÁL


DEUTSCHE
QUALITÄTS
KONTROLLE



UŽIVATELSKÝ MANUÁL

LCD
displej



Obecné bezpečnostní pokyny

Než uvedete spotřebič do provozu, přečtěte si pozorně tento návod k obsluze a uschovejte jej včetně záruky, účtenky a pokud možno i krabice s vnitřním obalem. Pokud toto zařízení předáte jiným osobám, předejte také návod k obsluze.

- Zařízení je určeno výhradně pro soukromé použití, a ne pro komerční.
- Zařízení používejte pouze k určenému účelu.
- Nepoužívejte poškozené zařízení.
- Chraňte před teplem, přímým slunečním světlem, vlhkostí (nikdy neponořujte do tekutin) a ostrými hranami.
- Nepokoušejte se přístroj sami opravovat. Vždy kontaktujte autorizovaného technika.
- Dbejte pečlivě na následující „Zvláštní bezpečnostní pokyny“.

DĚTI

- Abyste zajistili bezpečnost svých dětí, uchovávejte všechny obaly (plastové sáčky, krabice, polystyren atd.) mimo jejich dosah.

VAROVÁNÍ!

- **Pozor!** Nedovolte malým dětem hrát si s fólií, protože hrozí nebezpečí udušení!
Děti by měly být neustále pod dohledem, aby se zajistilo, že si se zařízením nebudou hrát.

Zvláštní bezpečnostní pokyny pro tento přístroj

VAROVÁNÍ:

Pokud je skleněný povrch vlhký nebo pokrytý kapičkami vody, otřete jej dosucha, protože hrozí nebezpečí uklouznutí.

POZOR:

- S váhou zacházejte opatrně, protože se jedná o přesný měřicí přístroj. Nenechte jej spadnout ani na něj neskákejte.

- Nezařizujte spotřebič hmotností vyšší než 150 kg, aby nedošlo k poškození zařízení.

- Pokud jsou váhy připravovány nebo nebudou použity, skladujte je pouze ve vodorovné poloze.

- Stupnice analýzy tělesného tuku není vhodná pro následující osoby:

- Děti do 10 let a dospělí nad 99 let
- Osoby se symptomy horečky, otoků nebo osteoporózy
- Osoby podstupující léčbu s dialýzou
- Osoby, které používají kardiostimulátor
- Osoby, které užívají kardiiovaskulární léky
- Těhotné ženy
- Sportovci, kteří každý den vykonávají intenzivní sportovní aktivity více než 5 hodin
- Osoby s teplem nižším než 60 tepů za minutu

Manipulace s bateriemi

VAROVÁNÍ:

- Nevystavujte baterie vysokým teplotám ani přímému slunečnímu záření. Nikdy nevhazujte baterie do ohně. Hrozí nebezpečí výbuchu!
- Baterie uchovávejte mimo dosah dětí. Nejedná se o hračky!
- Baterie neotevírejte silou.

VAROVÁNÍ:

- Vyvarujte se kontaktu s kovovými předměty (kroužky, hřebíky, šrouby atd.). Existuje nebezpečí zkratu!
- V důsledku zkratu se mohou baterie značně zahřát nebo dokonce vznítit. To může mít za následek popálení.
- Pro vaši vlastní bezpečnost by měly být póly baterie během přepravy pokryty lepicími proužky.
- Pokud z baterií vytéká tekutina, nezasahujte jí do očí nebo na sliznice. Pokud se ruce dostanou do kontaktu s tekutinou, měly by být důkladně omyty a oči vypláchnuty čistou vodou; pokud příznaky přetrvávají, kontaktujte lékaře.

Vložení baterií

POZNÁMKA:

Dodané baterie byly v případě potřeby chráněny pro přepravu plastovou fólií.







1. Před vložení baterií do spotřebiče tuto fólii vyjměte.
2. Otevřete příhrádku na baterie na zadní straně.
3. Vložte 2 baterie typu AAA / R03. Ujistěte se, že polarita je správná (viz vzhled prostoru pro baterie)!
4. Znovu zavřete příhrádku na baterie.
5. Pokud se zařízení delší dobu nepoužívá, vyjměte prosím baterie, aby nedošlo k úniku kyseliny z baterií.
6. Pokud se na displeji zobrazí zpráva „Lo“, vyměňte baterie.

POZOR:

- Různé typy baterií nebo nové a použité baterie se nesmí používat společně.
- Baterie se nesmí likvidovat společně s domácím odpadem. Použité baterie vyhodte do příslušné sběrné nádoby.

Umístění ovládacích prvků

1. Kontaktní plochy
2. Displej
3. DOLŮ-tlačítko ▼
4. NAHORU-tlačítko ▲
5. SET-tlačítko

Symbol displeje	Význam
Kg (lb/st)	Tělesná hmotnost
USER	Uživatelská paměť
	Muž
	Žena
cm (ft:in)	Tělesná výška
Age	Přednastavený věk
	Zobrazení tělesného tuku
	Zobrazení tělesné vody
	Zobrazení svalové hmoty
	Zobrazení hmotnosti kostí
%	Procento tělesného tuku / tělesné vody / svalové hmoty / hmotnosti kostí
KCAL	Denní požadavek na kcal
Increase	Přírůstek hmotnosti v kg (lb / st) ve srovnání s předchozím měřením
Decrease	Úbytek hmotnosti v kg (lb / st) ve srovnání s předchozím měřením

Technické specifikace

Model:.....756
 Zdroj napájení:.....2 baterie 1.5 V typu "AAA" / "R03"
 Čistá hmotnost zařízení1,3 kg
 Paměťová kapacita:.....10 PO-P9
 Výška:..... od 100 do 200 cm
 Věk:..... od 18 do 100 let
 Minimální váha:..... od 3,0 kg
 Maximální váha:..... 150 kg
 Jednotka pro měření hmotnosti:..... zvyšování po 100g
 Jednotka pro měření tělesného tuku:..... 0,1 %
 Rozsah měření tělesného tuku:..... 4,0 % - 50,0 %
 Rozsah měření tělesné vody:..... 35,0 % - 85,0 %
 Rozsah měření svalové hmoty:..... 10,0 % - 50,0 %
 Technické změny vyhrazeny bez předchozího upozornění!

Toto zařízení bylo testováno v souladu se všemi platnými směrnici CE, jako jsou směrnice o elektromagnetické kompatibilitě a nízkém napětí, a bylo zkonstruováno v souladu s nejnovějšími bezpečnostními předpisy.

Informace o měření tělesného tuku

VAROVÁNÍ:

Váhy nepoužívejte, pokud používáte kardiostimulátor nebo jiný lékařský implantát s elektronickými součástkami. Měření může být narušena funkce implantátu.

POZNÁMKA:

Hlavní princip tohoto zařízení je založen na měření elektrické impedance v lidském těle. Aby bylo možné určit skutečná tělesná data, zařízení vede slabý a nepostřehnutelný elektrický signál vaším tělem.

Signál je obecně bezpečný! Přčtíte si prosím naše speciální bezpečnostní pokyny! Metoda měření se označuje jako „bioelektrická impedance analýza“ (BIA), což je faktor, který je založen na vztahu mezi tělesnou hmotností a přidruženým procentem vody v těle, jakož i na dalších biologických datech (věk, pohlaví, tělesná hmotnost). Existují těžké osoby s vyváženým procentem tuku a svalové hmoty a zdánlivě štíhlé osoby s výrazně vyššími hodnotami tělesného tuku. Tuk je faktorem, který působí na tělo, zejména na kardiovaskulární systém, vážnou zátěž. Proto je kontrola obou hodnot (tuku a hmotnosti) předpokladem pro zdraví a kondici.

Tělesný tuk

Tělesný tuk je důležitou součástí těla. Od ochrany kloubů přes uložení vitamínů až po regulaci tělesné teploty hraje tuk v těle zásadní roli. Cílem tedy není radikálně snížit podíl tělesného tuku, ale spíše dosáhnout a udržovat zdravou rovnováhu mezi svalovinou a tukem.

Význam vody pro naše zdraví

Přibližně padesát až šedesát procent lidského těla sestává z vody v závislosti na věku a pohlaví.

Voda musí v těle plnit několik úkolů:

- Je to stavební blok našich buněk. To znamená, že všechny buňky v našem těle, ať už kožní buňky, žláznové buňky, svalové buňky, mozkové buňky nebo jiné, jsou funkční pouze tehdy, pokud obsahují dostatek vody.
 - Je to rozpouštědlo pro důležité látky v našem těle.
 - Je to prostředek k přenosu živin, vlastních látek těla a metabolických produktů.
- Referenční hodnoty pro váš fitness profil jsou uvedeny v tabulce srovnávacích hodnot. Ukazuje závislost údajů o tělesném tuku na věku a pohlaví. Vždy věnujte pozornost vodní rovnováze vašeho těla, která, stejně jako hladina tuku, podléhá během dne výrazným výkyvům. Proto abyste získali konzistentní údaje, měřte vždy ve stejnou denní dobu.

Vypočítané výsledky hladiny tělesného tuku a vody by měly být považovány pouze za referenční hodnoty. Nedoporučuje se používat pro lékařské účely. Pokud máte nějaké dotazy ohledně lékařského ošetření nebo stravy, vždy se poraďte s lékařem, abyste dosáhli normální tělesné hmotnosti.

Orientační hodnoty pro tělesný tuk a obsah tělesné vody v procentech (přibližné hodnoty)

	10-20	21-42	43-65	66-80
Mužský				
Podváha	<15%	<17	<18	<19
Zdravý	[15, 21]	[17, 23]	[18, 24]	[19, 25]
Nadváha	[21, 26]	[23, 28]	[24, 29]	[25, 30]
Obézní	>=26	>=28	>=29	>=30
Ženský				
Podváha	<18%	<20	<21	<22
Zdravý	[18, 28]	[20, 30]	[21, 31]	[22, 32]
Nadváha	[28, 33]	[30, 35]	[31, 36]	[32, 37]
Obézní	>=33	>=35	>=36	>=37

Použití

Zařízení má velmi citlivý senzor. Pokud chcete upravit nastavení, jednoduše se jemně dotkněte tlačítek prstem.

Pokud zařízení nereaguje na dotek, vyčistěte skleněný povrch měkkým suchým hadříkem.

POZNÁMKA:

Váhy jsou z výroby nastaveny s jednotkami „kg“ a „cm“.





Chcete-li změnit nastavení na „lb“ nebo „st“ a „ft.in“, postupujte takto:

- Váhy zapněte mírným tlakem nohou nebo špičkou na skleněný povrch.
- Stiskněte tlačítko NAHORU, dokud se nezobrazí požadovaná jednotka hmotnosti. Jednotka pro výšku se také automaticky změní.

Funkce vážení

- Položte váhu na pevný, rovný povrch (vyhněte se koberecům). Nerovnoměrná podlaha přispívá k nepřesným měřením.
- Postavte se na váhu oběma nohama. Zařízení se automaticky zapne.
- Váhu rovnoměrně rozložte a vyčkejte, až váha určí vaši hmotnost.
- Číslice na displeji budou blikat dříve, než se zobrazí vaše přesná hmotnost.
- Aby se prodloužila životnost baterie, zařízení se automaticky vypne 10 sekund po tom, co sestoupíte z váhy.

POZNÁMKA:

- Zařízení může správně fungovat, pouze pokud stojíte na zařízení s holýma a suchýma nohama!
- Pokud je to nutné, omyjte kontaktní povrchy, abyste dosáhli lepších výsledků.
- Vzhledem k významnému kolísání tělesného tuku je obtížné dosáhnout standardní hodnoty. V průměru je optimální doba testování mezi 6:00. a 8:00, protože tělesný tuk zůstává v tomto časovém období velmi stálý.
- Stiskněte tlačítko SET. Na displeji se zobrazí přednastavená uložená data polohy (USER bliká). Pomocí tlačítka NAHORU / DOLŮ vyberte uloženou pozici, ve které jsou vaše data uložena.
- Počkejte, až přestane blikat indikátor USER a 0,0 kg (0,0 lb / st).
- Obě chodidla stojí na kontaktních plochách (1) váhy.
- Nejprve bude na displeji blikat vaše hmotnost.
- Po několika sekundách se zobrazí následující výsledky:
 1. - Obsah tělesného tuku v % ( symbol)
 - Obsah vody v těle v % ( symbol)
 - Analýza výsledků ve formě sloupce
 2. - Obsah svalové hmoty v % ( symbol)
 - Obsah kostní hmoty v % ( symbol)
 - Kalorický denní požadavek
 3. - Přednastavené pohlaví
 - Přednastavený typ
 - Přednastavená výška
 - Přednastavený věk (AGE)
 - Přírůstek hmotnosti (INCREASE) / úbytek hmotnosti (DECREASE) v kg (lb / st) ve srovnání s předchozím měřením
- Poté budou zjištěná data opakovaně zobrazena. Potom se váha automaticky vypne.

Zobrazení chybových zpráv

POZNÁMKA:

Pokud se na displeji zobrazí chybová zpráva, počkejte, až se zařízení vypne. Chcete-li operaci restartovat, znovu ji zapněte. Pokud indikace chyb nezmizela, vyjměte baterie z prostoru pro baterie na 10 sekund.

Zobrazený symbol	Význam
8888	Autotest (při zapnutí) pro kontrolu správného fungování numerického displeje
----	Váha stojí chybě
Lo	Baterie je vybitá
Err	Procento obsahu tělesného tuku leží nad nebo pod limity měřicí stupnice
EEEE	Hmotnost leží nad maximální povolenou hmotností

Čištění**POZOR:**

- Váhu neponořujte do vody: elektronické komponenty mohou být poškozeny.
- Nepoužívejte drátěný kartáč ani jiné brusné předměty.
- Nepoužívejte žádné kyselé ani abrazivní čisticí prostředky.
- Zařízení očistěte lehce navlhčeným hadříkem. Dbejte na to, aby do zařízení nevnikla žádná vlhkost ani tekutina!
- K čištění používejte běžně prodávaný čisticí prostředek nebo mýdlo.
- Po vyčištění zařízení dobře osušte suchým a měkkým hadříkem.

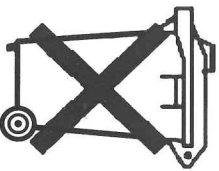
Likvidace baterií

Váš spotřebič obsahuje baterie. Pokud jsou tyto baterie vybité, postupujte podle následujících pokynů:

POZOR:

- Baterie / akumulátory se nesmí likvidovat s domovním odpadem!
- Baterie musí být ze zařízení vyjmuty.
- Vybité baterie odevzdejte na příslušné sběrné místo nebo k prodejci.
- Vaše město nebo místní úřad může poskytnout informace o veřejných sběrných místech.

Tento symbol najdete na bateriích / akumulátorech, které obsahují nebezpečné látky:



Pb = obsahuje olovo

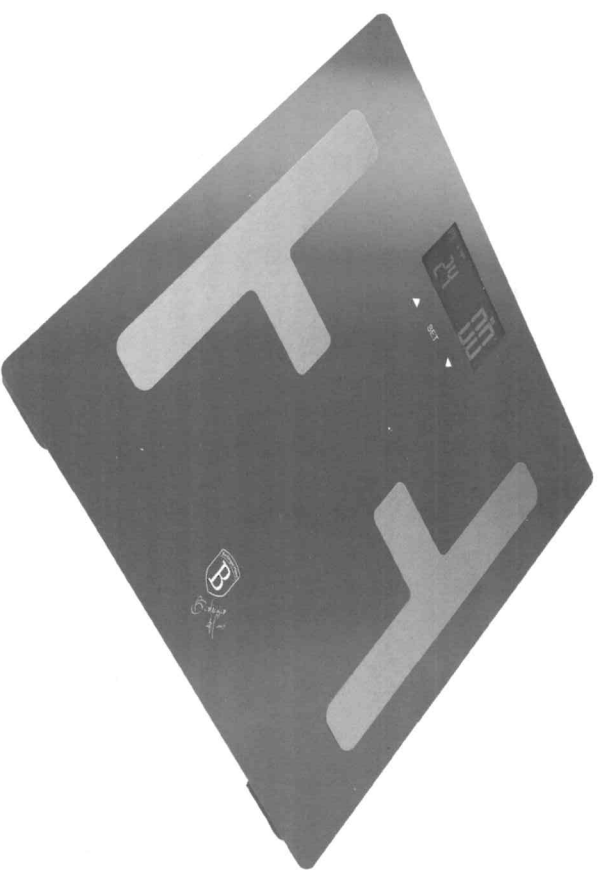
Cd = obsahuje kadmium

Hg = obsahuje rtuť

Li = obsahuje lithium

**DĚKUJEME, ŽE JSTE SI VYBRALI NÁŠ PRODUKT.
DOUFAME, ŽE SE VÁM PŘÍSTROJ BUDE LÍBIT.**


BerlingerHaus®
PROFESSIONAL PRECISION



CÂNȚAR CORPORAL 'SMART'
MANUAL
DE UTILIZARE

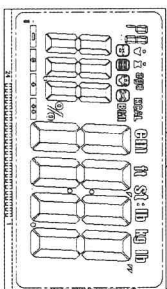


DEUTSCHE
QUALITÄTS
KONTROLLE

Berlinger Haus

MANUAL DE UTILIZARE

Afișaj
LCD



Instrucțiuni generale de siguranță

Citiți cu atenție instrucțiunile de folosire înainte de a pune aparatul în funcțiune și păstrați instrucțiunile de utilizare, împreună cu garanția, chitanța și, dacă este posibil, cutia cu ambalajul intern. Dacă transferați acest aparat altor persoane, vă rugăm să le dați mai departe și aceste instrucțiuni de utilizare.

- Aparat destinat exclusiv utilizării private, non-comerciale.
- Utilizați acest aparat numai în scopul pentru care a fost creat.
- Nu utilizați aparatul dacă este deteriorat.
- Păstrați departe de căldură și de lumina directă a soarelui. Feriți de umezeală și de obiectele cu vârf ascuțit.
- Nu încercați să reparați aparatul de unul singur. Contactați întotdeauna un tehnician autorizat.
- Acondați o atenție deosebită următoarelor Instrucțiuni speciale de siguranță.

Copii

- Pentru a asigura siguranța copiilor dumneavoastră, vă rugăm păstrați toate ambalajele (pungile de plastic, cutiile, polistirenul etc.) departe de ei.

AVERTISMENTE!

- Atenție! Nu lăsați copiii mici să se joace cu folia: pericol de sufocare!
- Copiii trebuie supravegheați tot timpul pentru a nu se juca cu aparatul.

Instrucțiuni speciale de siguranță pentru acest aparat

AVERTISMENT:

Dacă suprafața de sticlă este umedă sau acoperită cu picături de apă, vă rugăm să ștergeți suprafața cu o cârpă uscată pentru a preveni pericolul de alunecare.

ATENȚIE:

- Cântarul trebuie manipulat cu grijă, este un instrument de măsurare precisă. Nu scăpați cântarul pe jos și nu săriți pe cântar.
- Nu încălcați aparatul cu mai mult de 150 kg pentru a evita deteriorarea acestuia.
- Dacă transportați cântarul sau nu îl folosiți pentru un timp îndelungat, atunci vă rugăm să-l păstrați într-o poziție orizontală.
- Cântarul pentru măsurarea grăsimii corporale nu este potrivit pentru următoarele persoane:
 - Copiii sub 10 ani și adulții peste 99 de ani
 - Persoanele cu simptome de febră, edem sau osteoporoză
 - Persoanele care urmează tratament cu dializă
 - Persoanele care folosesc stimulator cardiac
 - Persoanele care iau medicamente cardiovasculare
 - Femelle însărcinate
- Sportivii care desfășoară activități sportive intense de peste 5 ore pe zi
- Persoanele cu frecvența cardiacă mai mică de 60 bătăi/minut

Manipularea bateriilor

AVERTISMENT:

- Nu expuneți bateriile la temperaturi ridicate sau la lumină solară direct. Nu aruncați niciodată bateriile în foc. Pericol de explozie!
- Tineți bateriile departe de copii. Bateriile nu sunt jucării!
- Nu deschideți bateriile cu forța.

AVERTISMENT:

- Evitați contactul cu obiecte metalice (inele, cuie, șuruburi etc.). Pericol de scurtcircuit!
- Ca urmare a unui scurtcircuit, bateriile se pot încălzi considerabil sau chiar pot lua foc. Acest lucru poate cauza arsuri.
- Pentru siguranța dvs. acoperiți poliile bateriilor cu bandă adezivă în timpul transportului.
- Dacă o baterie curge, nu lăsați lichidul să intre în contact cu ochii sau mucoasele dvs. Dacă ați intrat în contact cu lichidul, spălați bine mâinile și clătiți ochii cu apă curată; dacă simptomele persistă, consultați un medic.

Instalarea bateriilor

RETINETE!

Acolo unde este nevoie, bateriile furnizate sunt protejate cu folie de plastic pentru transport.







1. Înlăturați această folie înainte de a introduce bateriile în aparat.
2. Deschideți compartimentul pentru două baterii de pe spatele aparatului.
3. Introduceți 2 baterii tip AAA/RO3. Asigurați-vă că polaritatea este corectă (vedeți marcăjele din interiorul compartimentului bateriilor)!
4. Închideți la loc compartimentul bateriilor.
5. Dacă aparatul nu urmează să fie utilizat o perioadă mai lungă de timp, scoateți bateriile pentru a preveni scurgerile de acid de baterie.
6. Dacă pe afișaj apare mesajul „LO”, înlocuiți bateriile.

ATENȚIE:

- Nu combinați baterii de tipuri diferite sau baterii noi și baterii uzate.
- Nu aruncați bateriile laolaltă cu gunoii menajer. Predați-le la punctele de colectare adecvate.

Localizarea elementelor de comandă

1. Suprafața de contact
2. Afișaj
3. Buton JOS ▼
4. Buton SUS ▲
5. Buton SET

Simbol afișaj	Semnificație
Kg (lb/st)	Greutate corporală
USER	Spațiu memorie utilizator
	Bărbar
	Femele
cm (ft:in)	Înălțime corporală
Age	Vârsta
	Afișajul grăsimii corporale
	Afișajul apei din corp
	Afișajul masei musculare
	Afișajul masei osoase
%	Procentaj – grăsimi corporală / masă musculară / masă osoasă
KCAL	Necesarul zilnic de kilocalorii
Increase	Creșterea în greutate în kg (lb/st) față de măsurătoarea precedentă
Decrease	Scăderea în greutate în kg (lb/st) față de măsurătoarea precedentă

Specificații tehnice

Model:	756
Alimentare:	2 baterii de 1,5 V tip „AAA” / „R03”
Greutatea netă a aparatului:	1,3 kg
Capacitate memorie:	10 PO-P9
Setare înălțime:	de la 100 la 200 cm
Vârsta:	de la 18 până la 100 ani
Greutate minimă:	de la 3 kg
Greutate maximă:	150 kg
Unitatea de măsură a greutateii:	pași de 100 g
Unitatea de măsură a grăsimii corporale:	0,1%
Body fat measuring range:	4,0% – 50,0%
Domeniul de măsurare a grăsimii corporale:	35,0% – 85,0%
Domeniul de măsurare a masei musculare:	10,0% – 50,0%
Sub rezerva modificărilor tehnice fără înștiințare prealabilă!	

Acest aparat a fost testat conform tuturor directivelor CE actuale în vigoare, cum ar fi directivele privind compatibilitatea electromagnetă și joasa tensiune, și a fost fabricat în conformitate cu cele mai recente reguli de siguranță.

Informații referitoare la măsurarea grăsimii corporale

AVERTISMENT:

Nu utilizați cântarul dacă purtați un stimulator cardiac sau alt implant medical cu componente electronice. Funcționalitatea implantului poate fi afectată de măsurătoare.

REȚINEȚI:

Aparatul poate funcționa corect numai dacă stați pe suprafețele de contact cu picioarele goale și uscate!

Principiul major al acestui aparat se bazează pe măsurarea impedanței electrice din corpul uman. Pentru a determina datele corporale actuale aparatul conduce un semnal electric slab și imperceptibil prin corpul dvs.

Semnalul este în general neasociat cu pericolul! În orice caz citiți instrucțiunile speciale de siguranță!

Metoda de măsurare poartă numele de „analiza impedanței bioelectrice” (BIA), un factor care se bazează pe relația dintre greutatea corporală și procentajele de apă din corp asociate precum și pe datele biologice (vârsta, sex, greutate corporală).

Există persoane corpolente cu un procentaj echilibrat între grăsimi și masa musculară și persoane aparent slabe cu valori foarte ridicate ale grăsimii corporale. Grăsimia este un factor foarte solicitant pentru corp, în special pentru sistemul cardiovascular. Prin urmare, controlul acestor două valori (grăsimia și greutatea) este o condiție esențială pentru sănătate și forma fizică.

Grăsimia corporală

Grăsimia corporală este o componentă importantă a corpului. De la protejarea articulațiilor prin rolul de mediu de depozitare a vitaminelor și până la reglarea temperaturii corporale grăsimia joacă un rol vital în corpul uman. Așadar, obiectivul nu este acela de a reduce radical proporția de grăsimi corporală, ci mai curând de a obține și menține un echilibru sănătos între mușchi și grăsimi.

Importanța apei pentru sănătate

Apa reprezintă aproximativ cincizeci și cinci până la șazeci de procente din corpul uman, în funcție de vârstă și sex, în cantități variabile. În corpul uman, apa îndeplinește mai multe roluri:

- Este componenta de bază a celulelor noastre, ceea ce înseamnă că toate celulele din corpul nostru, fie ele celule ale pielii, ale glandelor, fibre musculare, celule cerebrale sau altele, nu pot funcționa decât dacă conțin destulă apă.
- Este solventul pentru substanțele importante din corpul nostru.
- Este mijlocul de transport al nutrienților, al substanțelor proprii corpului și al produșilor metabolici. Valorile de referință pentru profilul formei dvs. fizice sunt prezentate în tabelul de referință. Acesta indică valorile grăsimii corporale în funcție de vârstă și sex. Țineți cont întotdeauna de echilibrul apei din corpul dvs.,

care, la fel ca nivelul de grăsime, înregistrează fluctuații importante pe parcursul zilei. Așadar, pentru a obține date coerente, măsurați întotdeauna la aceeași oră din zi.

Rezultatele calculate ale grăsimii corporale și nivelului apei din corp trebuie considerate numai ca valori de referință. Nu se recomandă utilizarea lor în scopuri medicale. Consultați întotdeauna medicul dacă aveți întrebări referitoare la un tratament medical sau o dietă pentru atingerea unei greutateți corporale normale.

Valori de referință pentru grăsimea corporală și conținutul de apă din organism, exprimate în procente (cifre aproximative)

Masculin	10-20	21-42	43-65	66-80
Subponderali	<15%	<17	<18	<19
Sănătos	[15, 21)	[17, 23)	[18, 24)	[19, 25)
Supraponderal	[21, 26)	[23, 28)	[24, 29)	[25, 30)
Obez	>=26	>=28	>=29	>=30
Femele				
Subponderali	<18%	<20	<21	<22
Sănătos	[18, 28)	[20, 30)	[21, 31)	[22, 32)
Supraponderal	[28, 33)	[30, 35)	[31, 36)	[32, 37)
Obez	>=33	>=35	>=36	>=37

Bărbat

Grăsime corporală redusă

Nivel sănătos

Grăsime corporală crescută

Obezitate

Femeie

Grăsime corporală redusă

Nivel sănătos

Grăsime corporală crescută

Obezitate

Utilizarea

Aparatul este prevăzută cu un senzor foarte sensibil. Dacă doriți să ajustați setările, pur și simplu atingeți butoanele ușor cu degetul.

Dacă aparatul nu reacționează la atingere, curățați suprafața de sticlă cu o cârpă moale și uscată.

REȚINEȚI:

Cântarul este setat din fabrică cu unitățile de măsură „kg” și „cm”.





Pentru a modifica setările în „lb” sau „st” și „ft:in” procedați după cum urmează:

- Porniți cântarul apăsând ușor pe suprafața sa cu piciorul sau cu degetul piciorului.
- Apăsăți butonul UP până la afișarea unității de măsură a greutății pe care doriți să o utilizați. Unitatea de măsură a înălțimii se modifică și ea automat.

Funcția de cântărire

- Așezați cântarul pe o suprafață plată și dură (evitați covorele). O podea cu denivelări duce la măsurători imprecise.
- Stați pe cântar cu ambele picioare. Aparatul pornește automat.
- Repartizați-vă greutatea în mod egal și așteptați până ce cântarul vă determină greutatea.
- Cifrele afișajului vor clipi înaintea de a indica greutatea dvs. exactă.
- Pentru a prelungeți viața bateriei aparatul se oprește automat la 10 secunde după ce ați coborât de pe cântar.

REȚINEȚI:

- Aparatul poate funcționa corect numai dacă stați pe suprafețele de contact cu picioarele goale și uscate!
- Dacă este nevoie, ștergeți suprafețele de contact pentru rezultate mai bune
- Din cauza fluctuațiilor semnificative ale grăsimii corporale este dificil să ajungeți la o valoare standard. În medie, momentul ideal de testare este între 6 p.m. și 8 p.m., deoarece grăsimea corporală se menține foarte constantă în acest interval orar.
- Apăsăți butonul SET. Pe afișaj apar datele poziției memorate presetate (USER clipește). utilizați butonul SUS/JOS pentru a selecta poziția memorată unde sunt salvate datele dvs.
- Așteptați să se afișeze USER iar 0,0 kg (0,0 lb/st) să se oprească din clipi.
- Stați pe suprafețele de contact (1) ale cântarului cu ambele picioare.
- Mai întâi greutatea va clipi pe afișaj.
- După câteva secunde, se vor afișa următoarele rezultate:
 1. Conținutul de grăsime corporală în % (simbolul )
 - Conținutul de apă din corp în % (simbolul )
 - Analiza rezultatelor sub formă de histogramă
 2. Conținutul de masă musculară în % (simbolul )
 - Conținutul de masă osoasă în % (simbolul )
 - Necesarul zilnic de calorii
 3. Sexul presetat
 - Tipul presetat
 - Înălțimea presetată
 - Vârsta presetată (AGE)
- Creșterea în greutate (INCREASE) / scăderea în greutate (DECREASE) în kg (lb/st) față de măsurătoarea precedentă.
- După aceea, valorile determinate vor fi afișate în mod repetat. Apoi cântarul se va opri automat.

Mesaje de eroare pe afișaj**REȚINEȚI:**

Dacă pe afișaj apare un mesaj de eroare, așteptați ca aparatul să se oprească. Porniți-l la loc pentru a reîncepe. Dacă mesajul de eroare nu a dispărut, scoateți bateriile din compartimentul bateriilor pentru 10 secunde.

Simbol afișaj	Semnificație
8888	Autotest (la punerea în funcțiune) pentru verificarea bunei funcționări a afișajului numeric
----	Cântarul este amplasat incorect
Lo	Bateriile sunt descărcate
Err	Procentajul conținutului de grăsime corporală se situează peste sau sub limitele cântarului
EEEE	Greutatea se situează peste greutatea maximă permisă

Curățarea**ATENȚIE:**

- Nu cufundați cântarul în apă: aceasta poate deteriora componentele electronice.
- Nu utilizați perii de sârmă sau alte obiecte abrazive.
- Nu utilizați detergenți acizi sau abrazivi.
- Curățați aparatul cu o cârpă ușor umezită. Aveți grijă ca nicio urmă de umezeală sau apă să nu pătrundă în interiorul aparatului!
- Utilizați pentru curățare un detergent sau un săpun din comerț.
- După curățare uscați bine aparatul cu o cârpă moale și uscată.

Eliminarea bateriilor

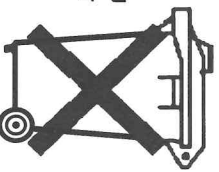
Aparatul dvs. conține baterii. Dacă aceste baterii sunt descărcate, urmați instrucțiunile de mai jos:

ATENȚIE:

- Nu aruncați bateriile/acumulatorarele laolaltă cu gunoii menajeri!
- Bateriile trebuie scoase din aparat.
- Duceți bateriile la un punct de colectare adecvat sau la un magazin
- Pentru informații referitoare la punctele de colectare contactați autoritățile locale.

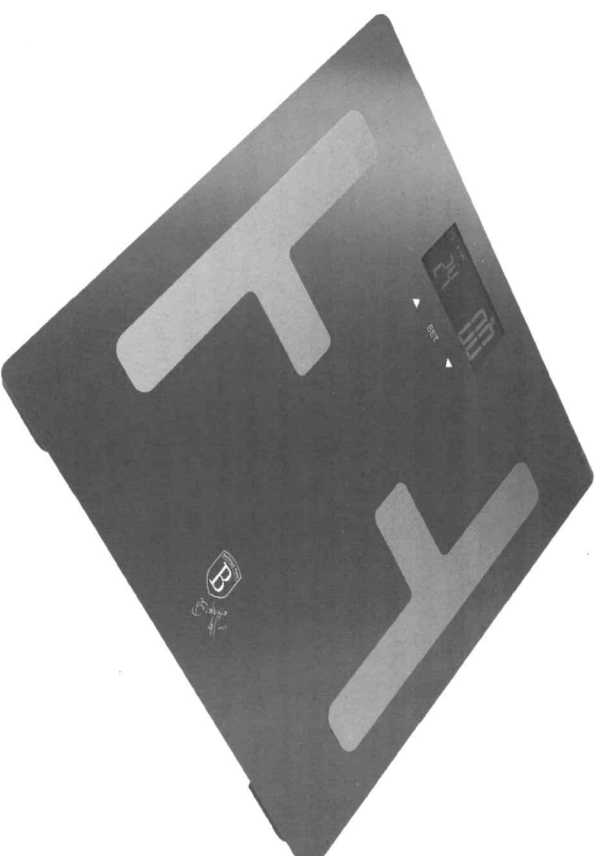
Acest simbol apare pe bateriile/acumulatorarele care conțin substanțe periculoase:

Pb = conține plumb
Cd = conține cadmiu
Hg = conține mercur



VĂ MULȚUMIM PENTRU CĂ AȚI
ALES PRODUSUL NOSTRU. SPERĂM CĂ VĂ
VEȚI BUCURA DE UTILIZAREA APARATULUI.


BerlingerHaus®
PROFESSIONAL PRECISION



„SMART” WEEGSCHAAL
GEBRUIKERSHANDLEIDING


DEUTSCHE
QUALITÄTS
KONTROLLE



REINIGING EN ONDERHOUD**LET OP:**

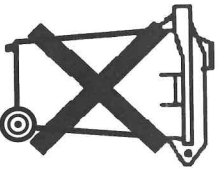
- Dompel de weegschaal nooit in water of in een andere vloeistof onder: de elektronische componenten kunnen beschadigd raken.
- Gebruik geen staalborstel of schuurmiddelen.
- Gebruik geen zure of schurende reinigingsmiddelen.
- Reinig het apparaat met een licht vochtige doek. Zorg ervoor dat er geen vocht of water in het apparaat sijpelt!
- Gebruik een in de handel verkocht schoonmaakmiddel of zachte wasmiddel voor het reinigen.
- Droog het apparaat goed na het reinigen met een droge en zachte doek.

Het weggooien van de batterijen

Het apparaat bevat batterijen. Als deze batterijen leeg zijn, volg je de onderstaande instructies:

LET OP:

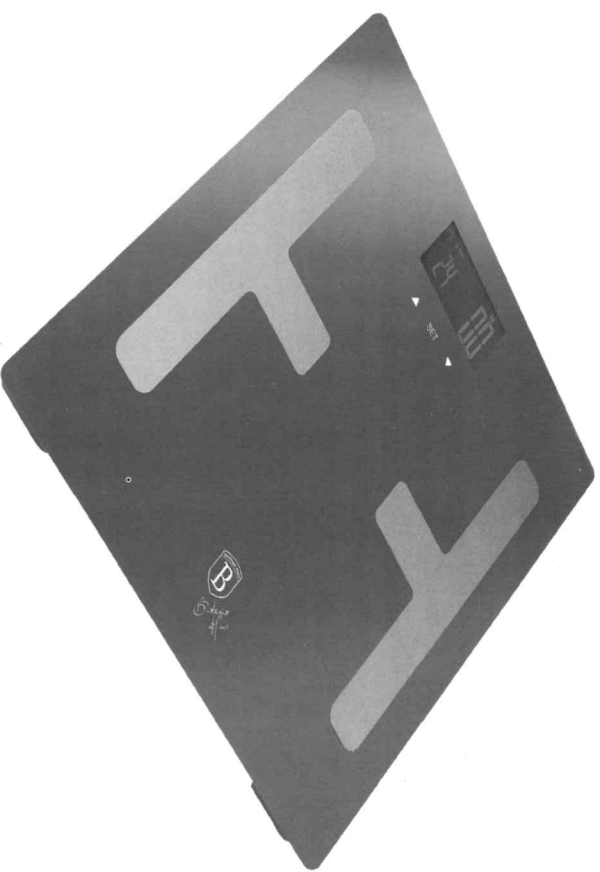
- Batterijen/oplaadbare batterijen mogen niet bij het normale huishoudelijk afval worden gegooid!
- De batterijen moeten uit het apparaat worden verwijderd.
- Breng de lege batterijen naar het juiste inzamelpunt of naar een dealer.
- Uw gemeente of gemeente kan informatie verstrekken over openbare inzamelpunten.
- Dit symbool staat op batterijen/oplaadbare batterijen die gevaarlijke stoffen bevatten:



Pb = bevat lood
 Cd = bevat cadmium
 Hg = bevat kwik
 Li = bevat lithium

**BEDANKT VOOR HET KIEZEN VAN ONS PRODUCT.
 WE HOPEN DAT JE HET APPARAAT
 MET PLEZIER GAAT GEBRUIKEN.**


BerlingerHaus®
 PROFESSIONAL PRECISION



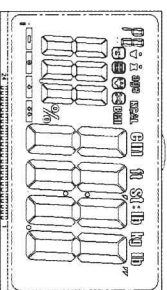
OKOS SZEMÉLYMÉRLEG
HASZNÁLATI
KÉZIKÖNYV


 DEUTSCHE
 QUALITÄTS
 KONTROLLE

BerlingerHaus

HASZNÁLATI KÉZIKÖNYV

LCD
kijelző



Általános Biztonsági Előírások

A készülék működésbe helyezése előtt gondosan tanulmányozza át a kezelési utasításokat, valamint őrizze meg az útmutatót a garanciával együtt, a blokkot, illetve amennyiben lehetséges, a dobozt és a belső csomagolást. Amennyiben továbbadja ezt a készüléket más személynek, kérjük adja át a kezelési útmutatót is.

- A készülék kifejezetten magánhasználatra készült, kereskedelmi célból nem használható.
- Csak a rendeltetésének megfelelően használja a készüléket.
- Ne használjon sérült készüléket.
- Tartsa távol hőtől, közvetlen napfénytől, nedvességtől (soha ne mártsa bele folyadékba) és az éles élektől.
- Ne próbálja maga megjavítani a készüléket. Mindig forduljon illetékes szakemberhez.
- Fordítson nagy figyelmet az alábbi "Különleges Biztonsági Előírásokra".

Gyermekek

- A gyermekei biztonságának megóvása érdekében tartsa az összes csomagolóanyagot (műanyag zacskók, dobozok, polisztirol, stb.) számukra nem hozzáférhető helyen.

FIGYELEMI

Vigyázzat! Kisgyermekeket ne engedjen játszani a fóliával, mert fennáll a fulladás veszélye!

- A gyermekek mindig legyenek felügyelet alatt annak biztosítása érdekében, hogy ne játszanak a készülékkel.

Különleges biztonsági előírások ehhez az eszközhöz

FIGYELEM:

Ha az üvegfelület nedves vagy vízcepppek találhatók rajta, törölje szárazra a felületet a csúszásveszély miatt.

VIGYÁZAT:

- Bánjon óvatosan a mérleggel, mert az egy precíz mérőműszer. Ne ejtse le vagy ügortön rá.
- Ne terhelje a készüléket 150 kg-nál többel a károsodástól való megóvása érdekében.
- Mindig tartsa a mérleget vízszintes helyzetben, ha az szállítás alatt áll, vagy nem kerül sor a használatára.
- A testsúly-analizáló mérleget ne használják a következő személyek:
 - Gyermekek 10 éves kor alatt, és felnőttek 99 éves kor felett
 - Akik láz, ödéma vagy csonttritikulás tüneteivel rendelkeznek
 - Akik dialízis kezelés alatt állnak
 - Akik szívritmus-szabályozót használnak

- Akik szív- és érrendszeri gyógyszereket szednek
- Terhes nők
- Sportolók, akik naponta 5 óránál több intenzív sporttevékenységet végeznek
- Akiknek a szívverése alacsonyabb, mint percenként 60.

Elemek kezelése

FIGYELEM:

- Ne tegye ki az elemeket magas hőmérsékletnek vagy közvetlen napfénynek. Soha ne dobja az elemeket tűzbe. Fennáll a robbanás veszélye!
- Tartsa az elemeket gyermekektől távol. Nem játékok!
- Ne nyissa szét erővel az elemeket.

FIGYELEM:

- Kerülje el az érintkezést fémes tárgyakkal. (Gyűrűk, szögek, csavarok, stb.) Rövidzárlatot okozhatnak!
- Ennek következtében a rövidre zárt elemek felmelegedhetnek vagy akár meg is gyulladhatnak. Ez égési sérüléssel járhat.
- A saját biztonsága érdekében szállítás közben az elemek pólusai legyenek lefedve ragasztócsíkkal.
- Ha az elem szivárog, a folyadékot ne dörzsölje a szemébe vagy a nyálkahártyájába. Amennyiben a kezei érintkeznek a folyadékkal, azokat alaposan meg kell mosni és a szemet ki kell öblíteni tiszta vízzel; ha a tünetek nem múlnak el, orvoshoz kell fordulni!

Elemek behelyezése

MEGJEGYZÉS:







- Szükség esetén a mellékelt elemek a szállítás során műanyag fóliával voltak védve.
1. Távolítsa el a fóliát, mielőtt behelyezné az elemeket a készülékbe.
 2. Nyissa ki az elemtartót a készülék hátoldalán.
 3. Helyezzen be 2 db AAA/R03 típusú elemet. Győződjön meg róla, hogy a polaritásuk megfelelő (lásd az elemtartó kialakítását)!
 4. Zárja le az elemtartót.
 5. Ha a készülék huzamosabb ideig nincs használatban, távolítsa el az elemeket a készülékből, hogy megakadályozza azelemsav szivárgását.
 6. Ha a kijelzőn "LO" felirat jelenik meg, cserélje ki az elemeket.

VIGYÁZAT:

- Különböző típusú elemek, illetve új és használt elemek nem használhatók együtt.
- Az elemek nem ártalmatlaníthatók a háztartási hulladékkal együtt. Az elhasznált elemeket helyezze az erre a célra szolgáló hulladékgyűjtőbe.

Kezelő egységek elhelyezkedése

1. Érintkezési Felületek
2. Kijelző
3. DOWN gomb ▼
4. UP gomb ▲
5. SET gomb

Kijelző Jelzése	Jelentése
Kg (lb/st)	Testsúly
USER	Felhasználói tárhely
	Férfi
	Nő
cm (ft:in)	Testmagasság
Age	Életkor
	Testzsír-kijelző
	Testvíz-kijelző
	Izomtömeg-kijelző
	Csonttömeg-kijelző
%	Százalék – testzsír testvíz izomtömeg csonttömeg
KCAL	Napi kilokalória szükséglet
Increase	Súlygyarapodás kg-ban (lb/st) a korábbi méréshez képest
Decrease	Súlyvesztés kg-ban (lb/st) a korábbi méréshez képest

Műszaki adatok

Modell:.....	756
Tápegység:.....	2 Elem 1.5 V "AAA" / "R03"
Készülék nettó súlya.....	1,3 kg
Memória kapacitás:.....	10 P0-P9
Magasság beállítás:.....	100-tól 200 cm-ig
Életkor:.....	18-től 100 évig
Minimális súly:.....	3,0 kg-tól
Maximális súly:.....	150 kg
Testsúly mérési egysége:.....	100 g-os lépésközök
Testzsír mérési egysége:.....	0,1%
Testzsír mérési tartomány:.....	4,0% - 50,0%
Testvíz mérési tartomány:.....	35,0% - 85,0%
Izomtömeg mérési tartomány:.....	10,0% - 50,0%

A műszaki specifikációkat a gyártó megváltoztathatja előzetes értesítés nélkül!

A készülék le lett tesztelve valamennyi aktuális vonatkozó CE iránymutatásnak, így például az elektromágneses összeegyeztethetőségről és az alacsony feszültség-ről szóló irányelveknek megfelelően, valamint a legújabb biztonsági előírásokkal összhangban lett kialakítva.

Információk a Testzsír Mérésére Vonatkozóan

FIGYELEM:

Ne használja a mérleget, ha szívritmus-szabályozóval, vagy elektronikus alkatrészekkel ellátott egyéb orvosi implantátummal rendelkezik. Az implantátum működése károsodhat a készülék által.

MEGJEGYZÉS:

A készülék fő működési elve az emberi testen belüli elektromos impedancia mérésén alapul. A teste vonatkozó tényleges adatok meghatározása érdekében a készülék egy gyenge, észrevehetetlen elektromos jelet küld át a testen.

A jelzés alapvetően biztonságos! Mindazonáltal kérjük, olvassa el a biztonsági előírásokat!

A mérési módszer neve "bioelektromos impedancia analízis" (BIA), egy olyan tényező, amelynek alapja a testsúly és az ahhoz kapcsolódó testvíz százalékok közötti kapcsolat, valamint egyéb biológiai adatok (életkor, nem, testsúly).

Léteznek nagy súlyú emberek, akik kiegyensúlyozott zsír és izomtömeg százalékkal rendelkeznek, és vannak látszólag sovány emberek kiemelkedően magas testzsír értékekkel. A zsír komoly terhet jelent az emberi test, és különösen a szív- és érrendszer számára. Ennélfogva a két érték (zsír és testsúly) kontrollálása előfeltétele az egészséges és fitt szervezetnek.

Testzsír

A testzsír fontos összetevője az emberi testnek. Az izületek védelmétől kezdve mint vitamintartár egészen a testhőmérséklet szabályozásáig a zsír létfontosságú szerepet tölt be a szervezetünkben. Ezért nem a testzsír arányának radikális csökkentése a cél, hanem az izmok és a zsír közötti egészséges egyensúly elérése és fenntartása.

A Víz Fontossága az Egészségünk Szempontjából

Az emberi test megközelítőleg ötvenöt-hatvan százaléka tartalmaz vizet, életkortól és nemtől függően különböző mennyiségben.

A víznek számos feladatot el kell látnia az emberi testben.

- A víz a sejteink építőeleme. Ez azt jelenti, hogy a testünkben található valamennyi sejt – legyen az bőrsejt, mirigysejt, izomsejt, agysejt vagy egyéb sejt – csak akkor működőképes, ha elegendő vizet tartalmaz.
- Oldószer a testünk fontos anyagai számára.
- Szállítóeszköz a tápanyagok, az emberi test saját anyagai és anyagcseretermékei számára.

A referenciatablázatban láthatók a fitness profilra vonatkozó irányértékek. Ez jól mutatja a testzsír adatok függését az életkortól és nemtől. Mindig fordítson figyelmet a teste vízegyensúlyára, amely a zsírszinttel együtt erős ingadozásokon megy keresztül a nap folyamán. Ebből kifolyólag az adatok következetessége érdekében a nap mindig ugyanazon időszakban mérje meg magát.

A testszír és vízszint kiszámított értékei kizárólag irányértékeként értelmezhetők. Orvosi célból történő felhasználásuk nem javasolt. Amennyiben kérdése van valamely gyógyászati eljárásról vagy diétáról a normális testsúly eléréséhez, minden esetben keressen fel egy orvost.

A testszír és testvíz tartalom százalékos irányértékei (hozzávetőleges értékek)

Férfiak	10-20	21-42	43-65	66-80
Alultáplált	<15%	<17	<18	<19
Egészséges	[15, 21)	[17, 23)	[18, 24)	[19, 25)
Túlzsúlyos	[21, 26)	[23, 28)	[24, 29)	[25, 30)
Elhízott	>=26	>=28	>=29	>=30
Nők				
Alultáplált	<18%	<20	<21	<22
Egészséges	[18, 28)	[20, 30)	[21, 31)	[22, 32)
Túlzsúlyos	[28, 33)	[30, 35)	[31, 36)	[32, 37)
Elhízott	>=33	>=35	>=36	>=37

Használat

A készülék nagyon érzékeny érzékelővel van ellátva. Ha meg kívánja változtatni a beállításokat, egyszerűen csak óvatosan érintse meg az ujjával a gombokat.

Ha a készülék nem reagál az érintésre, tisztítsa meg az üvegfelületet egy puha, száraz ruhával.

MEGJEGYZÉS:

A mérleg gyárilag a "kg" és "cm" mértékegységekre van beállítva.





A beállítások megváltoztatásához "lb" vagy "st", illetve "Ft:in" mértékegységekre a következőképpen járjon el:

- Kapcsolja be a mérleget úgy, hogy a lábával vagy lábujjával gyengéden nyomja meg az üvegfelületet.
- Nyomja meg az UP gombot, amíg a kívánt súly mértékegység nem jelenik meg.
- A magasság mértékegysége ezzel együtt automatikusan megváltozik.

Mérési Funkció

- Helyezze a mérleget kemény, lapos felületre (elkerülve a szőnyeget). Az egyetlen padló pontatlan mérési eredményekhez vezet.
- Álljon rá a mérlegre mindkét lábbal. A készülék automatikusan bekapcsol.
- Egyenlő mértékben ossza el a súlyát a mérlegen, és várjon, amíg a készülék meghatározza a testsúlyát.
- A számjegyek a kijelzőn villogni fognak a pontos testsúly megjelenése előtt.
- Az elemek élettartamának meghosszabbítása érdekében a készülék automatikusan ki fog kapcsolni 10 másodperccel azután, hogy lelépett a mérlegről.

MEGJEGYZÉS:

- A készülék csak akkor tud megfelelően működni, ha mezítláb, száraz lábbal áll rá! Ha szükséges, törölje le az érintkezési felületeit az eredmény/javítása érdekében.
- A testszír jelentős ingadozása miatt nehéz elérni egy standard értéket. Általában az optimális mérési idő 18 és 20 óra között van, mivel ebben az időszakban a testszír rendkívül egyenletes marad.
- Nyomja meg a SET gombot. Az előre eltárolt pozícióadatok jelennek meg a kijelzőn (a USER villog). Az UP/DOWN gombokkal válassza ki azt az eltárolt pozíciót, ahova az adatai el lettek mentve.
- Vária meg, hogy a USER kijelző és a 0.0 kg (0.0 lb/st.) abbahagyja a villogást.
- Álljon mindkét lábával a mérleg érintkezési felületeire (1).
- Először a súlya fog villogni a kijelzőn.
- Néhány másodperc elteltével a következő eredmények jelennek meg:
 1. A test zsírtartalma %-ban ( szimbólum)
 - A test víztartalma %-ban ( szimbólum)
 - Az eredmények elemzése egy sáv formájában
 2. A Test izomtömege %-ban ( szimbólum)
 - A test csonttömege %-ban ( szimbólum)
 - A napi kalóriaszükséglet
 3. Az előre beállított nem
 - Az előre beállított típus
 - Az előre beállított magasság
 - Az előre beállított életkor (AGE)
- A súlygyarapodás (INCREASE) / súlyvesztés (DECREASE) kg-ban (lb/st.) az előző méréshez képest
- Ezt követően a megállapított adatok ismétlődve megjelennek, majd a mérleg automatikusan ki fog kapcsolni.

Hibajüzenetek Megjelentése

MEGJEGYZÉS:

Ha hibajüzenet jelenik meg a kijelzőn, várjon, amíg a készülék kikapcsol. Kapcsolja be ismét a készüléket a működés újraindításához. Amennyiben a hibajüzenetet nem tűnt el, vegye ki az elemeket az elemtartóbból 10 másodpercre.

Kijelző szimbólum	Jelentés
8888	Öntesztelés (bekapcsolásnál) annak ellenőrzése érdekében, hogy a numerikus kijelző megfelelően működik-e
----	A mérleg hibásan áll
Lo	Az elem lemerült
Err	A testszír tartalom a mérési tartomány felső vagy alsó határértékén kívüli esik
EEEE	A testsúly a megengedett maximális súly fölött van