Digitální osobní váha s tělesnou analýzou • NÁVOD K OBSLUZE **CZ** 3 – 10
Digitálna osobná váha s telesnou analýzou • NÁVOD NA OBSLUHU **SK** 11 – 18
Digital body analysis scale • INSTRUCTIONS FOR USE **GB** 19 – 26
Személyi mérleg test analízissel • KEZELÉSI ÚTMUTATÓ **H** 27 – 34
Waga łazienkowa z analizą ciała • INSTRUKCJA OBSŁUGI **PL** 35 – 42
Personenwaage mit einer Körperanalyse • BEDIENUNGSANLEITUNG **D** 43 – 51

Christine



22 PAP

CE

eta

3/3/2020

1



2



– Obrázky jsou pouze ilustrační.
– Obrázky sú len ilustračné.
– The pictures are only illustrative.
– A képek csak illusztrációk.
– Ilustracje są tylko poglądowe.
– Die Abbildungen dienen nur zur Illustration.

Digitální osobní váha s tělesnou analýzou

eta 1781

Christine

NÁVOD K OBSLUZE

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

I. BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ



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

– Pokud baterie teče, okamžitě ji vyměňte, v opačném případě může váhu poškodit.
– Nevkládejte staré a nové baterie dohromady.
– Nepoužívejte dobíjecí akumulátory.
– Spotřebič nikdy nepoužívejte pro žádný jiný účel, než pro který je určen a popsán v tomto návodu!
– Spotřebič nikdy neponořujte do vody (ani částečně)!
– Vybité baterie zlikvidujte vhodným způsobem (viz odst. **VIII. EKOLOGIE**).
– Mějte na zřeteli, že údaje, které byly zjištěny na této váze, jsou pouze přibližné a nepřesné ve srovnání s výsledky skutečných medicínských analýz. Přesné určení biometrických charakteristik může určit pouze lékař pomocí medicínských metod.
– Udržujte baterie a váhu mimo dosah dětí a nesvéprávných osob. **Osoba, která spolkne baterie, musí okamžitě vyhledat lékařskou pomoc!**
– Nepoužívejte váhu v průběhu těhotenství, při dialyzační léčbě a při otocích.
– Funkci analýzy tuku na této váze nepoužívejte, pokud používáte některé z následujících zařízení: kardiostimulátor, elektrokardiograf a/nebo jiné zdravotní zařízení implantované do těla nebo používané jako podpora.
– Případné texty v cizím jazyce a obrázky uvedené na obalech, nebo výrobku, jsou přeloženy a vysvětleny na konci této jazykové mutace.
– Výrobce neodpovídá za škody způsobené nesprávným používáním spotřebiče (např. **poškození povrchu desky apod.**) a není odpovědný ze záruky za spotřebič v případě nedodržení výše uvedených bezpečnostních upozornění.

II. VŠEOBECNÉ INFORMACE

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

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

Analýza tuku neposkytne užitečné informace dětem pod 10 let a dospělým nad cca 100 let; osobám s horečkou; po absolvování dialýzy; osobám se symptomy osteoporózy nebo osobám, které užívají kardiovaskulární léky; těhotným ženám a sportovcům, kteří mají hodně svalové hmoty, protože jejich výsledky mohou být zkreslené.

Proč je důležité vědět, jakou máte hodnotu tuku v těle a vody v organizmu?
Obezita (přítomnost nadměrného množství tělesného tuku) je známým rizikem pro zdraví člověka, jenž je těsně propojeno s vážnými nemocemi jako je vysoký krevní tlak, nemoci srdce, cukrovka, osteoartritida a některé formy rakoviny. Existují i jiné, méně časté symptomy jako je dočasné zastavení dýchání během spánku a ospalost během dne, které může zapříčiňovat obezita. Analýza procentuálního poměru tělesného tuku nebo vaší tělesné kompozice je účinným způsobem stanovení úrovně vašeho zdraví. Obsah vody v organizmu je ukazatelem dobrého zdraví. Pokud se hmotnost nemění a hodnota % TBW (celkového obsahu vody v organizmu) vzrůstá, znamená to, že svalová hmota v těle narůstá (což je pro zdraví dobré).

Pokud hodnota % TBW klesá, znamená to úbytek svalové hmoty v těle a nárůst množství tuku, případně to indikuje nesprávné vyvážení vody v organizmu nebo některé možné nemoci spojené s nedostatkem vody v organizmu.
Obecně platí, čím více má člověk svalové hmoty, tím vyšší je obsah vody v těle.

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

Orientační tabulka množství tělesného tuku v těle

Věk	Ženy (%)				Muži (%)			
	Podváha	Zdravá	Nadváha	Obezita	Podváha	Zdravý	Nadváha	Obezita
<39	<21	21 - 33	33 - 39	39>	<8	8 - 19	19 - 25	25>
40-59	<23	23 - 35	35 - 40	40>	<11	11 - 22	22 - 28	28>
60>	<24	24 - 36	36 - 42	42>	<13	13 - 25	25 - 30	30>

Optimální množství vody v organizmu je pro muže přibližně 50 - 65 %, pro ženy pak 45 - 60 %.

Orientační tabulka množství svalové proporce v těle

Věk	Žena %			Muž %		
	Málo	Normálně	Hodně	Málo	Normálně	Hodně
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

BMI
Technologie používaná přístrojem - Bio-elektronická analýza impedance se liší od starší metody BMI. Při používání metody BMI je % tuku počítáno pomocí poměru výšky a váhy. Technologie BIA používá 5 parametrů pro získání přesnějšího rozlišení pro analýzu. Hmotnost a biologický odpor je změřen váhou. Ostatní tři údaje je nutno zadat ručně (pohlaví, výška, věk). Tento index stanovuje vzájemný poměr mezi tělesnou hmotností a výškou. Lze pomocí něj zjistit, zda člověk trpí podváhou, nadváhou či obezitou nebo zda jeho tělesný stav je v normě. Také z hlediska srdečních a cévních onemocnění je body mass index poměrně dobrý ukazatel rizika, především u zdravých osob. Nicméně je to ukazatel pouze orientační. Odborníci doporučují doplnit výpočet alespoň o měření obvodu pasu, upřesňujícího rozložení tělesného tuku. BMI neposkytne příliš spolehlivé informace malým dětem, starším lidem a aktivním sportovcům, kteří mají hodně svalové hmoty; protože jejich výsledky mohou být zkreslené.

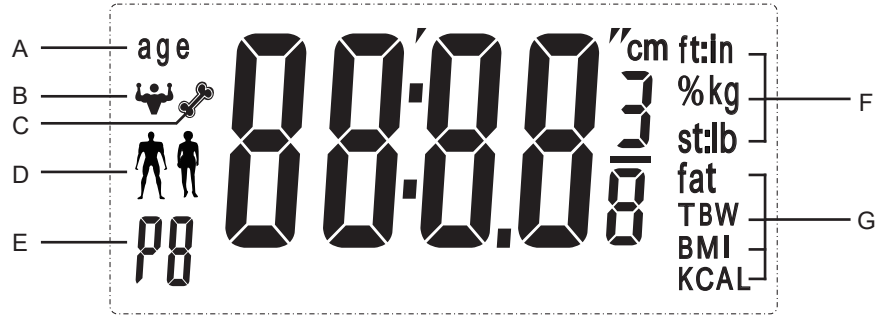
BMI	Podváha	Normální stav	Nadváha	Obezita
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

Doporučená denní energetická spotřeba KCAL
Představuje optimální množství energetického příjmu potřebné pro zachování základních životních funkcí a vyrovnaného metabolismu. Data na displeji ukazují optimální denní spotřebu energie, kterou při vaší hmotnosti, výšce, věku a pohlaví vydáte. Takové množství energie byste měli také přijmout, abyste si udrželi vyrovnaný metabolismus. Pokud se chystáte snížit svoji hmotnost, měl by být Váš denní příjem energie o něco nižší. Nezapomeňte však také na vyvážení sacharidů, tuků a bílkovin. 239 cal = 1 kJ

Důležité poznámky:

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

III. PŘÍPRAVA K POUŽITÍ



Zobrazené symboly na displeji
A – věk
B – ikona analýzy svalové hmoty
C – ikona analýzy kostí
D – Muž / žena
E – Pamět uživatele 0 až 9
F – Jednotky výšky a hmotnosti
G – Jednotlivé položky analýzy („fat“=tuk; „TBW“=voda v těle; „BMI“=Body Mass Index; „KCAL“=doporučená denní dávka kalorií

Ukazatel výsledku analýzy
Underfat=podvýživa
Healthy=normální
Overfat=nadváha
Obese=obezita

Odstraňte veškerý obalový materiál a vyjměte váhu. Z váhy odstraňte všechny případné adhezní fólie, samolepky nebo papír. Otevřete kryt baterie na spodní straně váhy, vložte baterie správnou polaritou a kryt opačným způsobem uzavřete. Umístěte váhu na rovný, pevný a suchý povrch. Pokud si přejete nastavit jednotku st:lb nebo lb, přepněte je po zapnutí váhy (v režimu vážení) stisknutím jedné ze směrových šipek (▲, ▼).

kg = kilogram	1 kg = 2,2 lb
lb = libra (britská jednotka hmotnosti)	1 lb = 0,454 kg
st:lb = stone:libra (americká/britská jednotka hmotnosti)	1 st = 6,356 kg
FT;In = stopa;palec	1 FT = 30.48 cm; 1 In = 2,54 cm

Výměna baterií
Otevřete kryt baterií na spodní straně váhy (obr. 2). Vložte baterie správnou polaritou a kryt uzavřete. Pro tento přístroj používejte typ AAA baterií (3 ks). Pokud přístroj nepoužíváte delší dobu, baterie z něj vyjměte!

Poznámka

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

IV. POKYNY K OBSLUZE

Vaše váha je jemné elektronické zařízení. Jednou z věcí, které se nejsložitěji váží, je lidské tělo, protože je neustále v pohybu. Pokud chcete dosáhnout spolehlivých výsledků, vždy se snažte stoupnout celými chodidly na stejné místo na váze a stůjte nepohnutě (obr. 1). Pokud je to možné, važte se během dne ve stejný čas (nejlépe ráno) a ideálně také na stejném místě, aby bylo dosaženo srovnatelných výsledků. Pamatujte, že nadbytečné oblečení může zvýšit vaši hmotnost, rovněž jako jídlo a pití před vážením. Krátkodobé kolísání hmotnosti je všeobecně přisuzováno úbytku (ztrátě) tekutin.

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

B) Mód vážení a celkové tělesné analýzy
Nastavení (změna) osobních údajů pro analýzu tělesného tuku a vody v organizmu
Před samotnou první analýzou je nutné zadat osobní údaje (pohlaví, výšku a věk), které se uloží do paměti. Ve váze je možné uložit údaje 10–ti osob.

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

Paměť	Pohlaví	Výška	Věk
0 – 9	muž / žena	80 – 220 cm 2´07.5“ – 7´02.5“	6 - 100

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

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

Po několika sekundách se začnou zobrazovat následující údaje:
1. – Hmotnost v nastavených jednotkách
2. – Obsah tělesného tuku v % (fat)
3. – Obsah vody v těle v % (TBW)
4. – Obsah svalové hmoty v %
5. – Obsah hmotnosti kostí v kg
6. – Doporučená denní dávka kilokalorií (KCAL)
7. – Hodnota BMI (Body Mass Index)

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

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

Pro opakovanou analýzu tělesných charakteristik (po uložení vstupních hodnot příslušné osoby do paměti – např. 1), postupujte následovně:
1) Stiskněte ⦿ (pokud jste váhu používali v módu běžného vážení), nebo váhu zapněte stisknutím ⦿.
2) Vyčkejte zobrazení 0,0, případně tlačítkem ▲ nebo ▼ zvolte číslo paměti, ve které je uloženo Vaše nastavení.
3) Po zvolení příslušného čísla paměti nic nemačkejte (vyčkejte zobrazení 0,0). Stoupněte na váhu. Vaše hmotnost a tělesné charakteristiky se začnou analyzovat.

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

Chybové hlášení a jejich symboly

Zobrazené symboly	Význam
Lo	Baterie je vybitá

Err2	Velmi nízké % tuku
	Velmi vysoké % tuku
	Chyba analýzy
Err	Změřená hmotnost je vyšší, než maximální povolená hodnota hmotnosti.

V. ŘEŠENÍ MOŽNÝCH PROBLÉMŮ

Pokud máte s váhou potíže:
– Zkontrolujte, zda jsou správně vloženy baterie.
– Zkontrolujte, zda jste správně zvolili jednotku hmotnosti.
– Zkontrolujte, zda je váha na rovné podlaze a nedotýká se zdi.
– Pokud se po klepnutí na váhu, když ji chcete zapnout, na displeji neobjeví vůbec nic nebo pouze „**Lo**“, vyměňte baterii.
– Pokud se na displeji objeví „**Err**“, váha byla přetížena.
– Pokud se na displeji objeví „**Err2**“, jedná se o chybu analýzy (např. nejste naboso).
– Pokud se na displeji objeví neobvyklé znaky, vyjměte a znovu vložte baterii.
– Pokud se projeví příznaky jako blikání displeje nebo chybné znázornění, snažte se přemístit váhu pryč z dosahu rušivého zdroje nebo zajistěte vypnutí tohoto zdroje po dobu používání váhy.

VI. SKLADOVÁNÍ

Po použití váhu uložte do vodorovné polohy (ne svisle), mimo dosah dětí a nesvéprávných osob (viz odst. **I. BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ**).

VII. ÚDRŽBA

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

Údržbu rozsáhlejšího charakteru nebo údržbu, která vyžaduje zásah do vnitřních částí spotřebiče, musí provést odborný servis!
Nedodržením pokynů výrobce zaniká právo na záruční opravu!

Případné další informace o spotřebiči a servisní síti získáte na infolince +420 545 120 545 nebo na internetové adrese www.eta.cz.

VIII. EKOLOGIE



Pokud to rozměry dovolují, jsou na všech kusech vytištěny znaky materiálů použitých na výrobu balení, komponentů a příslušenství, jakož i jejich recyklace. Uvedené symboly na výrobku nebo v průvodní dokumentaci znamenají, že použité elektrické nebo elektronické výrobky nesmí být likvidovány společně s komunálním odpadem. Za účelem jejich správné likvidace je odevzdejte na k tomu určených sběrných místech, kde budou přijaty zdarma. Správnou likvidací tohoto produktu pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu nebo nejbližšího sběrného místa.

Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národními předpisy uděleny pokuty. Vybitou baterii z váhy vyjměte a vhodným způsobem prostřednictvím k tomu určených speciálních sběrných sítí bezpečně zlikvidujte. Baterii nikdy nelikvidujte spálením!

IX. TECHNICKÁ DATA

Váživost max.	180 kg / 397 lb / 28.3 st
Rozlišení:	0,1 kg
Baterie:	3 x 1,5 V AAA (součástí balení)
Hmotnost přístroje:	1,5 kg
Kapacita paměti:	10 osob
Rozsah nastavitelné výšky:	od 80 do 220 cm (2´07.5“ – 7‘02,5 „Ft:in)
Věk:	od 6 do 100 let
Minimální hmotnost:	od cca 5 kg (11 lb / 0:8 st)
Maximální hmotnost:	180 kg (397 lb / 28.3 st)
Rozsah měření tělesného tuku:	5 % – 85 %
Rozsah měření vody v těle:	7 % – 75 %
Rozsah měření svalové hmoty v těle:	13 % – 82 %
Rozsah měření kostí:	0,5 kg – 8 kg
Rozměry cca (DxHxV) (mm)	300 x 300 x 25

Změna technické specifikace a obsahu případného příslušenství dle modelu výrobku vyhrazena výrobcem.

UPOZORNĚNÍ A SYMBOLY POUŽITÉ NA SPOTŘEBIČI, OBALECH NEBO V NÁVODĚ:

HOUSEHOLD USE ONLY – Pouze pro použití v domácnosti. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Neponořovat do vody nebo jiných tekutin.



TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY. Nebezpečí udušení. Nepoužívejte tento sáček v kolébkách, postýlkách, kočárcích nebo dětských ohrádkách. PE sáček odkládejte mimo dosah dětí. Sáček není na hraní.

⚠ UPOZORNĚNÍ



Nestoupejte na váhu s mokrými chodidly nebo na vlhký povrch váhy, jinak hrozí nebezpečí uklouznutí!



IHNED VÁŽÍ: na váhu se stačí postavit – dojde automaticky k zapnutí a zvážení

Digitálna osobná váha s telesnou analýzou

eta 1781

Christine

NÁVOD NA OBSLUHU

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

I. BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA

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

— Váhu nerozoberajte a nevyberajte z nej žiadne súčiastky.
— Ak váhu nebudete dlhšie používať, vyberte z nej batérie.
— Ak batérie tečú, okamžite ich vyberte, v opačnom prípade môžu váhu poškodiť.
— Nevkladajte naraz staré a nové batérie a nepoužívajte dobíjacie akumulátory.
— Vybité batérie zlikvidujte vhodným spôsobom (pozri text **VIII. EKOLÓGIA**).
— Spotrebič nikdy nepoužívajte na žiadny iný účel, než na ktorý je určený a opísaný v tomto návode!
— Pri skladovaní na povrch váhy nič neukladajte. Váha by sa mohla poškodiť.
— Majte na zreteli, že údaje, ktoré boli zistené na tejto váhe, sú iba približné a nepresné v porovnaní s výsledky skutočných medicínskych analýz. Presné určenie biometrických charakteristík môže určiť iba lekár pomocou medicínskych metód.
— Udržujte batérie a váhu mimo dosahu detí a nesvojprávnych osôb. Osoba, ktorá prehltne batérie, musí okamžite vyhľadať lekársku pomoc.
— Nepoužívajte v priebehu tehotenstva, pri dialyzačnej liečbe a pri opuchoch.
— Prípadné texty v cudzom jazyku a obrázky uvedené na obaloch, alebo výrobku, sú preložené a vysvetlené na konci tejto jazykovej mutácie.
— Výrobca nezodpovedá za škody spôsobené nesprávnym používaním spotrebiča (napr. **poškodeniu povrchu plochy**) a nie je povinný poskytnúť záruku na spotrebič v prípade nedodržania zhora uvedených bezpečnostných upozornení.

II. VŠEOBECNÉ INFORMACIE

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

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

Analýza tuku neposkytne užitočné informácie deťom pod 10 rokov a dospelým nad 100 rokov; osobám s horúčkou; po absolvovaní dialýzy; osobám so symptómami osteoporózy alebo osobám, ktoré užívajú kardiovaskulárne lieky; tehotným ženám; športovcom, ktorí majú veľa svalovej hmoty; pretože ich výsledky môžu byť skreslené.

Prečo je dôležité vedieť, akú máte hodnotu tuku v tele a vody v organizme?
Obezita (prítomnosť nadmerného množstva telesného tuku) je známym rizikom pre zdravie človeka, ktoré je tesne prepojené s vážnymi chorobami ako je vysoký krvný tlak, choroby srdca, cukrovka, osteoartritída a niektoré formy rakoviny. Existujú aj iné, menej časté symptómy ako je dočasné zastavenie dýchania počas spánku a ospalosť počas dňa, ktoré môže zapríčiňovať obezita. Analýza percentuálneho pomeru telesného tuku alebo vašej telesnej kompozície je účinným spôsobom stanovenia úrovne vášho zdravia. Obsah vody v organizme je ukazovateľom dobrého zdravia. Ak sa hmotnosť nemení a hodnota% TBW (celkového obsahu vody v organizme) rastie, znamená to, že svalová hmota v tele narastá (čo je pre zdravie dobré).

Ak hodnota% TBW klesá, znamená to úbytok svalovej hmoty v tele a nárast množstva tuku, prípadne to indikuje nesprávne vyváženie vody v organizme alebo niektoré možné choroby spojené s nedostatkom vody v organizme. Všeobecne platí, čím viac má človek svalovej hmoty, tým vyšší je obsah vody v tele.

Ako váha funguje

Monitor tuku využíva metódu analýzy telesnej kompozície, BIA (skratka pre bioelektrickú impedančná analýzu). BIA meria odpor, ktorý je priamo úmerný s tukom v tele, pri prietoku slabého a neškodného elektrického prúdu. Zdrojové elektródy vpúšťajú prúd na jednej strane a detekčné elektródy zachytávajú tento prúd na druhej strane. Do softvérového programu pre analýzu sa následne vložia dáta zo zariadenia BIA, ako pohlavie, vek a výška. Hmotnosť a telesný tuk sa vypočítajú automaticky.

Percento tuku a vody v tele, ktoré sa zobrazí na displeji, vyhľadáte v jednom z rozmedzí uvedenom v Referenčnej tabuľke a tým zistíte, do ktorej skupiny spadáte. Presnosť váhy závisí od niekoľkých zákazníkových premenných. Odporúčame, aby ste si vytvorili z váženia rutinu, vždy sa vážte v približne rovnaký denný čas a za rovnakých podmienok.

Tabuľka množstva telesného tuku v tele

Vek	Žena (%)				Muž (%)			
	Podváha	Zdravá	Nadváha	Obezita	Podváha	Zdravý	Nadváha	Obezita
<39	<21	21 - 33	33 - 39	39>	<8	8 - 19	19 - 25	25>
40-59	<23	23 - 35	35 - 40	40>	<11	11 - 22	22 - 28	28>
60>	<24	24 - 36	36 - 42	42>	<13	13 - 25	25 - 30	30>

Optimálne množstvo vody v organizme je pre mužov približne 50 - 65 %, pre ženy 45 - 60 %.

Tabuľka množstva svalovej proporcie v tele

Vek	Žena %			Muž %		
	Málo	Normálne	Veľa	Málo	Normálne	Veľa
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

BMI

Technológia používaná prístrojom – Bio - elektronická analýza impedancia sa líši od staršej metódy BMI. Pri používaní metódy BMI je % tuku sa počíta pomocou pomeru výšky a váhy. Technológia BIA používa 5 parametrov pre získaní presnejšieho rozlíšenia pre analýzu. Hmotnosť a biologický odpor je meraný váhou. Ostatné tri údaje je nutné zadať ručne (pohlaví, výška, vek). Tento index stanovuje vzájomný pomer medzi telesnou hmotnosťou a výškou. Pomocou neho je možné zistiť, či človek trpí podváhou, nadváhou alebo obezitou, alebo či jeho telesný stav je v norme. Taktiež z hľadiska srdcových a cievnych ochorení je body mass index pomerne dobrý ukazovateľ rizika, predovšetkým u zdravých osôb. Jednako len, je to ukazovateľ iba orientačný.

Odborníci odporúčajú doplniť výpočet aspoň o meranie obvodu pásu, upresňujúceho rozloženie telesného tuku. BMI neposkytne príliš spoľahlivé informácie malým deťom, starším ľuďom a aktívnym športovcom, ktorí majú veľa svalovej hmoty; pretože ich výsledky môžu byť skreslené.

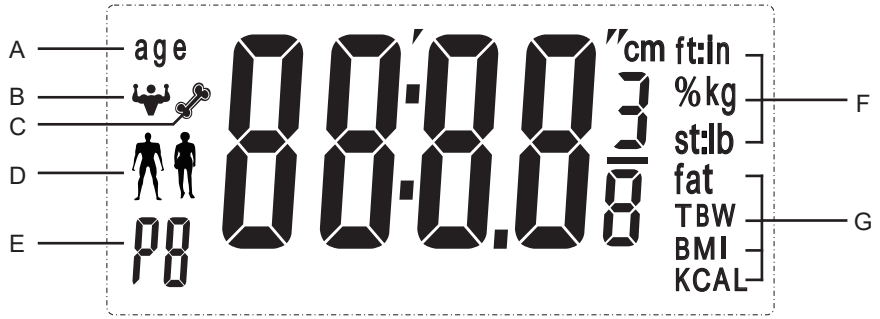
BMI	Podváha	zdravý	Nadváha	Obezita
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

Optimálna energetická spotreba KCAL
Predstavuje optimálne množstvo energetického príjmu potrebného pre zachovanie základných životných funkcií a vyrovnaného metabolizmu. Data na displeji ukazujú optimálnu dennú spotrebu energie, ktorou pri vašej hmotnosti, výške, veku a pohlaviu vydáte. Takéto množstvo energie byste mali taktiež prijať, abyste si udržali vyrovnaný metabolizmus. Pokiaľ sa chystáte znížiť svoju hmotnosť, mal by byť Váš denný príjem energie o niečo nižší. Nezabudnite však taktiež na vyváženie sacharidov, tukov a bielkovín. 239 cal = 1 kJ

Dôležité poznámky:

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

III. PRÍPRAVA NA POUŽITIE



Zobrazené symboly na displeji
A – vek
B – ikona analýzy svalovej hmoty
C – ikona analýzy kostí
D – Muž/žena
E – Pamäť používateľa 0 až 9

F – Jednotky výšky a hmotnosti
G – Jednotlivé položky analýzy („fat“ = tuk; „TBW“ = voda v tele; „BMI“ = Body Mass Index; „KCAL“ = odporúčaná denná dávka kalórií

Ukazovateľ výsledku analýzy
Underfat = podvýživa
Healthy = normálna hmotnosť
Overfat = nadváha
Obese = obezita

Odstráňte všetok obalový materiál a vyberte váhu. Z váhy odstráňte všetky prípadné adhézne fólie, nálepky alebo papier. Otvorte kryt batérie na spodnej strane váhy, vložte batérie (pozor na správnu polaritu) a opačným spôsobom kryt uzavrite. Umiestnite váhu na rovný, pevný a suchý povrch. Ak si prajete nastaviť jednotku st:lb alebo lb, prepnite ich po zapnutí váhy (v režime váženia) stlačením jednej zo smerových šípok (▲, ▼).

kg = kilogram	1 kg = 2,2 lb
lb = libra (britská jednotka hmotnosti)	1 lb = 0,454 kg
st:lb = stone:libra (americká/britská jednotka hmotnosti)	1 st = 6,356 kg
FT;In = stopa;palec	1 FT = 30.48 cm; 1 In = 2,54 cm

Výmena batérií
Otvorte kryt batérií na spodnej strane váhy (obr.2). Vložte batérie (pozor na správnu polaritu) a kryt uzavrite. Pre tento prístroj používajte typ AAA batérií (3 ks). Pokiaľ prístroj nepoužívate dlhšiu dobu, vyberte z neho batérie!

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

IV. NÁVOD NA OBSLUHU

Vaša váha je jemné elektronické zariadenie. Jednou z vecí, ktoré sa najzložitejšie vážia, je ľudské telo, pretože je stále v pohybe. Ak chcete dosiahnuť spoľahlivé výsledky, vždy sa snažte stúpiť celými chodidlami na rovnaké miesto na váhe a stojte nehybne (obr. 1). Ak je to možné, vážte sa počas dňa v rovnaký čas (najlepšie ráno) a ideálne tiež na rovnakom mieste, aby sa dosiahli porovnateľné výsledky. Pamätajte, že nadbytočné oblečenie môže zvýšiť vašu hmotnosť rovnako ako jedlo a pitie pred vážením. Krátkodobé kolísanie hmotnosti je všeobecne prisudzované úbytku (strate) tekutín.

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

B) Mód váženie a celkovej telesnej analýzy
Nastavenie (zmena) osobných údajov pre analýzu telesného tuku a vody v organizme
Pred samotnou prvou analýzou treba zadať osobné údaje (pohlavie, výšku a vek), ktoré sa uloží do pamäte. Vo váhe je možné uložiť údaje 10 osôb.

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

Pamäť	Pohlavie	Výška	Vek
0 — 9	muž / žena	80 – 220 cm 2´07.5“ – 7´02.5“	6 — 100

1. Stlačte tlačidlo ◉. Na displeji začne blikať číslo pamäte (napr. 1).
2. Tlačidlom ▲ alebo ▼ zvoľte číslo pamäte, do ktorej chcete uložiť údaje pre osobu, ktorá sa bude vážiť.
   Potvrďte stlačením tlačidla ◉.
3. Tlačidlom ▲ alebo ▼ nastavte svoje pohlavie:
   muž / žena
   Potvrďte stlačením tlačidla ◉.
4. Tlačidlom ▲ alebo ▼ nastavte svoju výšku.
   Potvrďte stlačením tlačidla ◉.
5. Tlačidlom ▲ alebo ▼ nastavte svoj vek (Age).
   Potvrďte stlačením tlačidla ◉.

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

Po niekoľkých sekundách sa začnú zobrazovať:
1. — Hmotnosť v nastavených jednotkách
2. — Obsah telesného tuku v % (fat)
3. — Obsah vody v tele v % (TBW)
4. — Obsah svalovej hmoty v % ()
5. — Obsah hmotnosti kostí v kg ()
6. — Odporúčaná denná dávka kilokalórií (KCAL)
7. — BMI (Body Mass Index)

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

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

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

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

Poznámka
Váha sa automaticky vypne, ak sa na ňu nepostavíte do cca 20 sekúnd po zobrazení „0.0“. Váhu môžete tiež vypnúť stlačením tlačidla ◉.

Chybové hlásenie a jeho symboly

Zobrazené symboly	Význam
LO	Batéria je vybitá
Err2	Veľmi nízke % tuku
	Veľmi vysoké % tuku
Err	Nameraná váha je vyššia, než maximálna povolená hodnota váhy.

V. RIEŠENIE MOŽNÝCH PROBLÉMOV

Ak máte s váhou problémy:
— Skontrolujte, či sú správne vložené batérie.
— Skontrolujte, či ste správne zvolili jednotku hmotnosti.
— Skontrolujte, či je váha na rovnej ploche a nedotýka sa steny.
— Ak sa po klepnutí na váhu, keď ju chcete zapnúť, na displeji neobjaví vôbec nič alebo len „**Lo**“, vymeňte batériu.
— Ak sa na displeji objaví „Err“, váha bola preťažená.
— Ak sa na displeji objaví **"Err2"**, jedná sa o chybu analýzy (napr. nie ste bosí).
— Pokiaľ sa na displeji objavia nezvyčajné znaky, vyberte a znovu vložte batériu.
— Ak sa prejavujú symptómy, akými sú napríklad zobrazenia chybných alebo nestálych údajov, premiestnite váhu z dosahu rušivého zdroja alebo zaistite vypnutie tohto zdroja počas váženia.

VI. SKLADOVANIE

Po použití váhu uložte vo vodorovnej polohe (nie zvislo), mimo dosah detí a nesvojprávnych osôb (pozri text **I. BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA**).

VII. ÚDRŽBA

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

Údržbu rozsiahlejšieho charakteru alebo údržbu, ktorá vyžaduje zásah do vnútorných častí spotrebiča, musí vykonať iba špecializovaný servis!
Nedodržaním pokynov výrobcu zaniká právo na záručnú opravu!

Prípadné ďalšie informácie o spotrebiči a servisnej sieti získate na infolinke +420 545 120 545 alebo na internetovej adrese www.eta.sk.

VIII. EKOLÓGIA



Ak to rozmery umožňujú, na všetkých dieloch sú vytlačené znaky materiálov, ktoré sú použité na obalový materiál, komponenty a príslušenstvo, ako aj na ich recyklovanie. Uvedené symboly na výrobku alebo v sprievodnej dokumentácii znamenajú, že použité elektrické alebo elektronické výrobky nesmú byť likvidované spoločne s komunálnym odpadom.

Za účelom správnej likvidácie výrobkov ich odovzdajte na k tomu určených zberných miestach, kde budú prijaté zdarma. Správnou likvidáciou tohto produktu pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomáhate prevencii potenciálnych negatívnych dopadov na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by mohli byť dôsledky nesprávnej likvidácie odpadov. Ďalšie podrobnosti si vyžiadajte od miestneho úradu alebo najbližšieho zberného miesta. Pri nesprávnej likvidácii tohto druhu odpadu môžu byť v súlade s národnými predpismi udelené pokuty. Vybitú batériu vyberte z váhy a zlikvidujte ju prostredníctvom špecializovanej zbernej siete. Batériu nikdy nelikvidujte spálením!

IX. TECHNICKÉ ÚDAJE

Váživosť max.	180 kg / 397 lb / 28.3 st
Rozlíšenie:	0,1 kg
Batérie:	3 x 1,5 V AAA“ (súčasťou balenia)
Váha prístroja:	1,5 kg
Kapacita pamäte:	10 osob
Rozsah nastaviteľnej výšky:	od 80 do 220 cm (2´07.5“ — 7‘02,5 „Ft:in)
Vek:	od 6 do 100 rokov
Minimálna váha:	od 5 kg (11 lb / 0:8 st)
Maximálna váha:	180 kg (397 lb / 28.3 st)
Rozsah merania telesného tuku:	5 % – 85 %
Rozsah merania vody v tele:	7 % – 75 %
Rozsah merania svalovej hmoty v tele:	13 % – 82 %
Rozsah merania kostí:	0,5 kg – 8 kg
Rozmery (DxHxV), (mm)	300 x 300 x 25

Zmena technickej špecifikácie a obsahu prípadného príslušenstvo podľa modelu výrobku je vyhradená výrobcom.

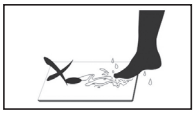
UPOZORNENIA A SYMBOLY POUŽITÉ NA SPOTREBIČI, OBALOCH ALEBO V NÁVODE:

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

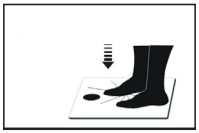


TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY. Nebezpečenstvo udusenia. Nepoužívajte toto vrecúško v kolískach, postieľkach, kočíkoch alebo detských ohrádkach. PE vrecko odkladajte mimo dosahu detí. Vrecko nie je na hranie.

⚠ UPOZORNENIE



Nestúpajte na váhu s mokrými chodidlami alebo na vlhký povrch váhy, inak hrozí nebezpečenstvo pokĺznutia!



VÁŽI IHNEĎ: na váhu sa stačí postaviť – automaticky dôjde k zapnutiu a zváženiu

Digital body analysis scale

eta 1781

Christine

INSTRUCTIONS FOR USE

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

I. SAFETY WARNING



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

– Do not disassemble the scale and do not take any parts out.
– Do not put any objects on the surface of the scale during storing, they could be damaged.
– If you do not intend to use the scale for a long time, remove batteries from them.
– If the battery is leaking, remove it immediately; it can damage the scale.
– Do not use worn and new batteries together and do not use rechargeable accumulators.
– Dispose of a discharged batteries in a suitable way.
– Never use the appliance for any other purpose than for that described in these instructions for use!
– Keep in mind that the data read from this scale are approximate and inaccurate in comparison to results of actual medicinal analyses. The exact determination of biometrical characteristics can by done only by a doctor via medical methods.
– Keep batteries and scale out of reach of children and incapacitated people. A person, who would swallow the batteries, must seek medical help immediately.
– Do not use during pregnancy, with symptom of edema and during dialysis treatment.
– All text in other languages and pictures shown on the packaging, or the product itself, are translated and explained at the end of this language mutation.
– The producer is not responsible for damage caused by improper use of the appliance (e.g. **breaking the board, etc.**) and its guarantee does not cover the appliance in the case of failure to comply with the safety warnings above.

II. GENERAL INFORMATION

Body Fat Ratio Chart

Age	Female (%)				Male (%)			
	Low	Healthy	High	Obese	Low	Healthy	High	Obese
<39	<21	21 - 33	33 - 39	39>	<8	8 - 19	19 - 25	25>
40-59	<23	23 - 35	35 - 40	40>	<11	11 - 22	22 - 28	28>
60>	<24	24 - 36	36 - 42	42>	<13	13 - 25	25 - 30	30>

The optimal percentage of body water is about 50-65 % for men and 45-60 % for a women.

Muscle Ratio Chart

Age	Female %			Male %		
	Low	Healthy	High	Low	Healthy	High
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

BMI

The technology used in these scales, Bio-electrical Impedance Analysis (BIA) is more technologically advanced than the order Body Mass Index (BMI) method where fat % is calculated using only height and weight. BIA technology uses 5 parameters to get a more accurate resolution for the analysis (weight and biological resistance which are automatically measured by the scales together with the three personal parameters entered manually - sex, height and age). This index sets mutual ratio between the body weight and height.

It can be used to determine whether the person suffers from underweight, overweight or obesity or whether his/her health condition is normal. Also with regards to heart and vascular diseases, body mass index is a relatively good risk index, particularly in healthy people. However, the index is for reference only. Experts recommend supplementing the calculation by at least measuring the waist, which makes determining disposition of the body fat more precise. BMI will not provide very reliable information for small children, elderly people and active sportsmen who have a lot of muscle mass as their results can be biased.

	Underfat	Healthy	Overfat	Obese
BMI	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

Optimum energy consumption KCAL

It represents optimum amount of energy consumption necessary for maintaining the basic vital functions and balanced metabolism. The data on the display show the optimum daily consumption of energy that you give out at your weight, height, age and gender. You should also take in this amount of energy to keep your metabolism balanced. If you intend to reduce your weight, your daily energy intake should be a bit lower. However, remember to keep carbohydrates, fats and proteins balanced in your diet. 239 cal = 1 kJ

Important notes:

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

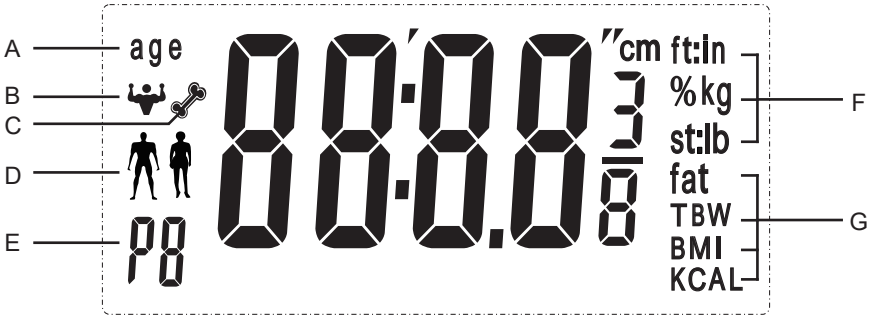
III. PREPARATION FOR USE

Symbols shown on the display

A – age
B – symbol for muscle mass analysis
C – symbol for bone analysis
D – Male / Female
E – User memory 0 to 9
F – Units of height and weight
G – Particular items of the analysis (“fat”; “TBW”=total body water; “BMI”=Body Mass Index; „KCAL“=recommended daily calorie amount

Analysis result indicator

Underfat=malnutrition
Healthy=normal
Overfat=overweight
Obese=obesity



Remove all the packing material and take the scale out. Remove all possible adhesion foils, stick–on labels or paper from the scale. Open the battery cover on the bottom of the scale, insert the battery with the correct polarity and close the cover in the opposite direction. Place the scale on flat, stable and dry surface. Turn on the scale by tapping your foot on the weighing surface and check the weight unit displayed on the display (**kg**). If you prefer to set st:lb or lb unit, you can switch it over after you turn on the scales (in weighing mode) by pushing one of the directional arrow-button (▲, ▼).

kg = kilogram	1 kg = 2.2 lb
lb = pound (British weight unit)	1 lb = 0.454 kg
st:lb = stone:pound (American/British weight unit)	1 st = 6,356 kg
FT;In = feet;inches	1 FT = 30.48 cm; 1 In = 2,54 cm

Replacing the batteries

Open the battery cover on the bottom of the scale (pic. 2). Insert a battery with the right polarity and close the cover. Use AAA batteries (3 pcs) for this appliance. If you are not using the appliance for some time, take the batteries out!

Note

Do not use different type of batteries: Do not use used and new batteries together.

IV. INSTRUCTIONS FOR USE

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

A) Regular weighing mode

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

B) Weighing and total body analysis mode

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

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

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

Memory	Gender	Height	Age
0 – 9	male / female	80 – 220 cm 2´07.5“ – 7´02.5“	6 - 100

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

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

The following data will start to show after a few seconds:
1. – Weight in set units
2. – Body fat contents in % (fat)
3. – Body water contents in % (TBW)
4. – Musculature contents in % ( )
5. – Bone weight contents in kg ( )
6. – Daily kilocalorie requirement (KCAL)
7. – BMI (Body Mass Index)

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

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

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

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

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

Error messages and their symbols

Symbols displayed	Interpretation
LO	Battery is dead
Err2	Very low % of fat
	Very high % of fat
Err	The measured weight is higher than maximum allowed value of the scale.

V. TROUBLESHOOTING OF POSSIBLE PROBLEMS

If you have problems with weight:
– Check whether the batteries are inserted properly.
– Check whether you selected the proper weight unit.
– Check whether the scale is on a flat floor and they do not touch the wall.
– If nothing appears on the scale when you want to switch them on by tapping on them or if „Lo“ appears only, replace the battery.

– If „Err“ appears on the display, the scale was overloaded.
– If unusual signs are displayed, remove the insert the battery again.
– If signs appear, such as if the display is flashing or if there is a faulty sign, try to move the scale away from the influence of a source of interference or ensure switching off the source for the time of using the scale.

VI. STORING

After using the scale, put it into the horizontal position (not vertically), out of reach of children and incapacitated people (see par. **I. SAFETY WARNINGS**).

VII. MAINTENANCE

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

VIII. ENVIRONMENTAL PROTECTION



If the dimensions allow, there are labels of materials used for production of packing, components and accessories as well as their recycling on all parts. The symbols specified on the product or in the accompanying documentation mean that the used electrical or electronic products must not be disposed of together with municipal waste. For proper disposal, hand them over at special collection places where they will be accepted free of charge. Suitable disposal of the product can help to maintain valuable natural resources and to prevent possible negative impacts on the environment and human health, which could be the possible consequences of improper waste disposal. Ask for more details at the local authorities or at a collection site. Fines can be imposed for improper disposal of this type of waste in agreement with the national regulations. Remove a discharged battery and dispose of it in a suitable and safe way through the special collection networks. Never dispose of the battery by burning!

More extensive maintenance or maintenance requiring intervention in the inner parts of the appliance must be carried out by a professional service! Failure to comply with the instructions of the manufacturer will lead to expiration of the right to guarantee repair!

IX. TECHNICAL DATA

Weighing range max	180 kg / 397 lb / 28.3 st
Discrimination:	0.1 kg
Power supply:	3x Batteries 1.5 V AAA (included)
Net weight of device:	1,5 kg
Memory capacity:	10
Mass alignment:	from 80 to 220 cm (2´07.5“ – 7‘02,5 „Ft:in)
Age:	from 6 to 100 years
Minimum weight:	from 5 kg (11 lb / 0:8 st)
Maximum weight:	180 kg (397 lb/28.3 st)
Body fat measuring range:	5 % – 85 %
Body water measuring range:	7 % – 75 %

Muscle mass measuring:	13 % – 82 %
Bone measuring range:	0,5 kg – 8 kg
Size of the product (mm)	300 x 300 x 25

The manufacturer reserves the right to change the technical specifications and accessories for the respective models.

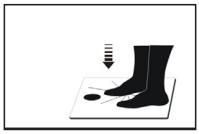
WARNINGS AND SYMBOLS USED ON THE APPLIANCE, PACKAGING OR IN THE INSTRUCTIONS MANUAL:

HOUSEHOLD USE ONLY. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS.



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

NOTICE



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



Do not step onto the scale with wet feet or on wet surface of the scale, there is a risk of slipping.

Személyi mérleg test analízissel

eta 1781

Christine

KEZELÉSI ÚTMUTATÓ

Köszönjük, hogy termékünket választotta. A készülék használata előtt nagyon figyelmesen olvassa el ezt a használati útmutatót, és lehetőség szerint a garancialevéllel, pénztári bizonylattal, csomagolással és a csomagolás belső részeivel együtt gondosan őrizze meg.

I. BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉS

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

– Ne lépjen a mérleg oldalára! A mérleg kibillenhet, ami személyi sérülést okozhat!
– A mérleggel óvatosan járjon el. Ne dobálja azt és ne ugorjon rá. A mérleg ellenálló kivitelű, de a nem megfelelő bánásmód tönkre teheti annak elektronikus érzékelőjét.
– Ne szedje szét a mérleget és ne vegyen ki abból alkatrészeket.
– A mérlegre annak tárolásakor ne helyezzen el semilyen tárgyat, mert annak megrongálódása következhet be.
– Ha nem használja huzamosabb ideig a mérleget, akkor vegye ki abból az elemet.
– Ha az elemből elektrolit szivárogását észlel, azonnal cserélje ki ay elemet, mivel ellenkező esetben megkárosíthatja a mérleget.
– Ne használjon egyidejűleg a készülékben régi és új elemeket.
– Ne használjon ismételten tölthető elemeket.
– A kimerült elemet megfelelő módon ártalmatlanítsa (lásd a **VIII. ÖKOLÓGIA** c. bekezdést).
– A készüléket ne használja más célokra, mint amire az készült és amit ezen utasítás leírása tartalmaz!
– Figyeljen arra, hogy az ezzel a mérleggel mért adatok eredményei, csak körülbelüli adatok az igazi orvosi analízisok eredményeihez képest. Biometrikus jellemzők pontos meghatározását csak orvos végezheti el, orvosi módszerek segítségével.
– Tartsa az elemeket és a mérleget gyerekektől távol és nem önjogú személyek elől elzárva tárolja.. Az elemek lenyelése esetén azonnal foruljon orvoshoz.
– Ne használja a mérleget terhesség alatt.
– A csomagoláson, illetve a készüléken található esetleges idegen nyelvű szövegek és képek magyarázata és fordítása a nyelv mutációjának végén található.
– Gyártócég nem felel a készülék helytelen használatából eredő károkért (pl. **az lapot összetöréséért stb.**) és nem garanciaköteles a készülékért a fenti biztonsági figyelmezetések be nem tartása esetén.

II. ÁLTALÁNOS INFORMÁCIÓK

Testzsír arány táblázat

Életkor	Nő (%)				Férfi (%)			
	Alultáplált	Egészséges	Túltáplált	Elhízott	Alultáplált	Egészséges	Túltáplált	Elhízott
<39	<21	21 - 33	33 - 39	39>	<8	8 - 19	19 - 25	25>
40-59	<23	23 - 35	35 - 40	40>	<11	11 - 22	22 - 28	28>
60>	<24	24 - 36	36 - 42	42>	<13	13 - 25	25 - 30	30>

Testvíz
Nő (%) testvíz = 45 - 60 %
Férfi (%) testvíz = 50 - 65 %

Izomtömeg táblázat

Életkor	Nő %			Férfi %		
	Alacsony	Normál	Magas	Alacsony	Normál	Magas
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

BMI

A készülék által használt módszer – bioelektronikus impedanciaelemzés (BIA) – különbözik a korábban használta BMI módszertől. A BMI módszernél a testzsírszázalékot a magasság és a testsúly arányából számították ki. A BIA módszer az elemzés során a pontosabb eredmény érdekében 5 paramétert alkalmaz. A testsúly és a biológiai ellenállás mérését a készülék végzi el. A további három adatot (nem, testmagasság, életkor) manuálisan kell megadni. Ez az index a testsúly és testmagasság közötti arányt állapítja meg. Ennek segítségével kideríthető, hogy az ember túlsúlyban van-e és teltebb vagy kövér illetve testsúlya normális-e. Ugyancsak a szív és érrendszeri bántalmak szempontjából a body mass index viszonylag jó kockázati mutató, mindenekelőtt az egészséges személyeknél. Ennek ellenére ez csak tájékoztató jellegű mutató. A szakemberek javasolják a számításokat legalább a derékbőség mérésével bővíteni, ami pontosítja a testben lévő zsír mennyisége eloszlását. A BMI nem nyújt megbízható információkat kisgyermekek, idősebb személyek és jelentős izomtömegekkel rendelkező aktív sportolók esetén, mivel az eredmények nem mindig pontosak.

BMI	alultáplált	egészséges	túltáplált	elhízott
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

Az optimális energiaszükséglet KCAL

Azt az optimális energiamennyiség felvételét jelenti, amely az alapvető életfunkciók fenntartásához szükséges és a metabolizmus kiegyenlítettségéhez, a mozgás aktívitás. A kijelzőn megjelenő adatok az optimális napi energiafelvétel értékét mutatják figyelembevételével, ami az Ön testsúlya, testmagassága, életkora és neme szerint lead. Azonos energiamennyiséget kell felvennia ahhoz, hogy metabolizmusa kiegyenlített maradjon. Ha testsúlyát csökkenteni kívánja, akkor napi energiafelvétele valamivel kisebb kell, hogy legyen, Ne feledkezzen el azonban a cukor, zsír és fehérjetartalom pótlásáról.
239 cal = 1 kJ

Fontos tudnivalók:

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

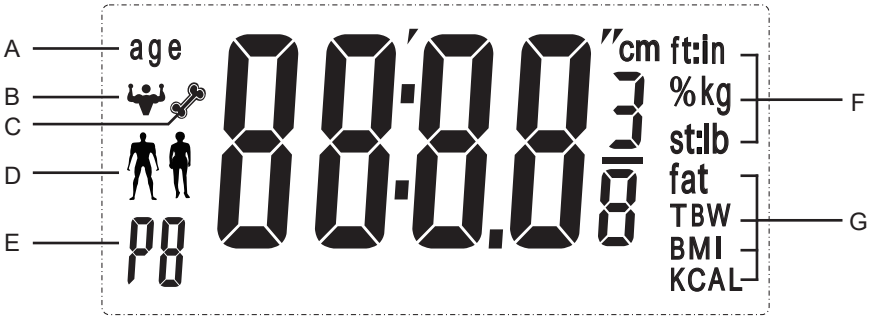
III. HASZNÁLATRA TÖRTÉNŐ ELŐKÉSZÍTÉS

Kijelzőn megjelent szimbólumok

A – kor
B – izomtömeg elemzési ikon
C – csont elemzési ikon
D – férfi / nő
E – a felhasználó memóriája 0-tól 9-ig
F – magasság és tömeg egységei
G – Az elemzés egyedi rovatai ("fat" = zsír; "TBW" = testvíz; "BMI" = testtömeg-index; "KCAL" = ajánlott napi kalóriadózis)

Az elemzés eredményének mutatója

Underfat=alultápláltság
Healthy=normál
Overfat=túlsúly
Obese=elhízás



Távolítson el a csomagolóanyagokat és vegye ki a mérleget a csomagolásból. A mérlegről távolítson el mindennemű esetleges tapadó fóliát, címkét vagy papírt. Nyissa fel a mérleg alsó lapján levő elemtartó fedelét, az elemtartóba helyezzen be elemet helyes polaritással és a fedelet fordított módon zárja be. Helyezze az ételpárolót szilárd, síma és száraz felületre. A mérleget kapcsolja be a mérőfelületre való rálépéssel és ellenőrizze a súly egységét, amely a kijelzőn megjelenik (**kg**). Ha az st:lb vagy lb egységet szeretné beállítani, kapcsolja át a mérleg bekapcsolása után az egyik irány-nyíl benyomásával (▲, ▼).

kg = kilogramm	1 kg = 2,2 lb
lb = font (angol súlymérték)	1 lb = 0,454 kg
st:lb = stone:font (amerikai:angol súlymérték)	1 st = 6,356 kg
FT;In = láb;hüvelyk	1 FT = 30.48 cm; 1 In = 2,54 cm

Elem csere

Nyissa ki a mérleg alsó oldalán lévő elemtartó fedelét. Helyezze be az elemet helyes polaritással és a fedelet zárja be. A készülékhez használjon AAA típusú elemet 3 db). Ha nem használja hosszabb ideig a készüléket, akkor vegye ki az akkumulátort!

Megjegyzések

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

IV. KEZELÉSI UTASÍTÁSOK

A mérleg egy finom kivitelű elektronikus berendezés. A legbonyolultabban mérhető értékek egyike az emberi test súlya, mivel az állandóan mozgásban van. Ha megbízható eredményt kíván elérni, akkor lépjen teljes talpfelületével a mérleg ugyanazon helyére és álljon mozdulatlanul (1. ábra). Ha lehetséges, mérje magát minden nap azonos időben (legjobb, ha reggel) és ideális esetben ugyanazon a helyen, annak érdekében, hogy összehasonlítható eredményeket érjen el. Ne felejtse el, hogy a fölösleges ruhadarabok növelik tömegét ugyanúgy, mint a mérés előtt fogyasztott étel és ital. A tömeg rövid időn belüli változása általában a test folyadékmennyisége változásaira (veszteségekre) vezethető vissza.

A) Súlymérés

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

B) Mérési és test analízis módja

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

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

Bemeneti adatokat lehet beállítani és utána változtatni a következő tartományban:

Memória	Nem	Magasság	Életkor
0 – 9	férfi/nő	80 – 220 cm 2´07.5“ – 7´02.5“	6 - 100

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

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

Néhány másodperc múlva megjelennek következő információk:
1. – Súly a beállított egységben
2. – Testzsírtartalma %–ban (fat)
3. – Testvíz tartalma %–ban (TBW)
4. – Izomtömeg tartalma %–ban ( )
5. – Csontok súlyának a tartalma kg-ban ( )
6. – Ajánlott kilókalória napi adag (KCAL)
7. – BMI érték (Testtömeg-index)

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

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

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

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

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

Hibaüzenetek és jelek

Megjelenített szimbólumok	Jelentősége
LO	Akkumulátor lemerült
Err2	Nagyon alacsony zsír %
	Nagyon magas zsír %
Err	A mért súly nagyobb, mint a mérleg maximális kapacitása.

V. A LEHETSÉGES PROBLÉMÁK MEGOLDÁSA

Ha a mérleggel valami probléma jelentkezik, akkor:
– Ellenőrize az elemek helyes elhelyezését.
– Ellenőrizze a tömegegység helyes megválasztását.
– Ellenőrizze, hogy a mérleg síma padlófelületen áll és nem érintkezik–e a fallal.
– Ha a mérleg megérintését követően, ha azt be kívánja kapcsolni, a kijelzőn semmi sem jelenik meg vagy csak a „Lo“ kijelzés, akkor cserélje ki az elemet.

– Ha a diszplejen az „Err“ felirat jelenik meg, akkor a mérleg túlterhelt volt.
– Ha a diszplejen szokatlan jelek jelennének meg, akkor az elemet vegye ki és ismételten helyezze vissza.
– Ha olyan jelek mutatkoznak, mint a kijelző villogása vagy hibás értékek kijelzése, igyekezzen a mérleget az esetleges zavaró forrás közeléből áthelyezni vagy biztosítsa ezen zavaróforrás a mérés időtartamára történő kikapcsolását.

VI. TÁROLÁS

A mérleget annak használata után viszszintes helyzetben tárolja (ne függőlegesen), gyermekektől és nem önjogú személyektől elzárt helyen (lásd az **I.bekezdést a BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉST**).

VII. KARBANTARTÁS

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

Terjedelmesebb jellegű karbantartást vagy olyan karbantartást, ami a készülék belső részébe történő beavatkozást igényli, csak szakszervíz végezhet! A gyártói utasítások be nem tartása a garancia kötelezettségek megszűnését vonja maga után!

VIII. ÖKOLÓGIA



Ha a méretek megengedik, akkor a csomagolóanyagokon, a komponenseken és a tartozékokon valamennyi darabra rányomtatottak az anyagjelzések, illetve azok újrahasznosítási jelzései. A terméken vagy annak kísérő dokumentációjában feltüntetett jelzések azt jelentik, hogy az elhasználódott elektromos és elektronikus termékeket nem szabad a kommunális hulladékokkal együtt ártalmatlanítani. A helyes ártalmatlanítás céljából adja le azokat az arra kijelölt hulladékgyűjtő helyeken, ahol azokat ingyenesen veszik át. A termékek helyes ártalmatlanításával értékes természeti forrásokat segít megőrizni és megelőzi azok nem megfelelő ártalmatlanításból következő potenciálisan negatív hatásait a környezetre és az emberi egészségre. További részleteket kérjen a helyi önkormányzattól vagy a legközelebbi hulladékgyűjtő helyen. Ezen hulladék anyagok helytelen ártalmatlanítása néhány ország előírásai szerint pénzbírsággal is járhat. A kimerült elemet vegye ki a mérlegből és az arra kialakított speciális gyűjtőhálózat útján biztonságosan likvidálja. Az elemet soha ne likvidálja elégetéssel!

IX. MŰSZAKI ADATOK

Méréshatárok max.	180 kg / 397 lb / 28.3 st
Érzékenység:	0,1 kg
Elemek:	3 x 1,5 V AAA (csomagolás tartalmazza)
Készülék súlya:	1,5 kg
Memória kapacitása:	10 fő
Állítható magasság:	80 – 220 cm (2´07.5“ – 7‘02,5 „Ft:in)
Kor:	6 évtől – 100 éves korig
Minimális súly:	5 kg (11 lb / 0:8 st)

Maximális súly:	180 kg (397 lb / st 28.3)
A testzsír mérési tartomány:	5 % – 85 %
A testvíz mérési tartomány:	7 % – 75 %
Az izomtömeg mérési tartománya a szervezetben:	13 % – 82 %
Csontok mérési tartománya:	0,5 kg – 8 kg
Termék méretei (mm)	300 x 300 x 25

A KÉSZÜLÉKEN, ANNAK CSOMAGOLÁSÁN VAGY ÚTMUTATÓJÁBAN TALÁLHATÓ FIGYELMEZTETÉSEK ÉS SZIMBÓLUMOK:

HOUSEHOLD USE ONLY – Kizárólag háztartási használatra alkalmas. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Ne merítse vízbe vagy más folyadékba.

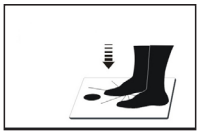


TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT TOY. Fulladásveszély. Tartsa a PE zacskót gyermekektől elzárt helyen. A zacskó nem játékszer. Ne használja ezt a zacskót bölcsőkben, kiságyakban, babakocsikban, vagy gyerek járókákban.

FIGYELMEZTETÉS



Ne lépjen a mérlegre nedves lábbal vagy a mérleg nedves felületére, mivel elcsúszás veszélye fenyegetheti!



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

Waga łazienkowa z analizą ciała

eta 1781

Christine

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Szanowni Państwo, dziękujemy za zakup naszego produktu. Przed rozpoczęciem użytkowania, należy uważnie przeczytać wszystkie instrukcje i zachować je na przyszłość. Dotyczy to także gwarancji, dowodu zakupu oraz – jeśli to możliwe – wszystkich części oryginalnego opakowania.

I. WSKAZANIA DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

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

– Nie należy stawać na krawędzi wagi! Grozi niebezpieczeństwo jej przechylenia i ryzyko obrażeń.
– Podczas manipulowania z wagą należy postępować starannie, aby uniknąć obrażeń ciała lub uszkodzenia urządzenia.
– Z wagą należy obchodzić się ostrożnie. Nie należy jej rzucać ani po niej skakać. Waga jest trwała, ale złe obchodzenie się może zniszczyć elektroniczne sensory.
– Wagi nie należy demontować lub wyjmować części.
– Podczas przechowywania nie należy umieszczać żadnych przedmiotów na powierzchni wagi, może ulec uszkodzeniu.
– Jeśli waga nie będzie długo używana, należy wyjąć baterie.
– Jeśli bateria wycieka, należy ją natychmiast wymienić, w przeciwnym razie może to spowodować uszkodzenie wagi.
– Wyładowaną baterie należy w odpowiedni sposób zlikwidować (patrz rozdz. **VIII. EKOLOGIA**).
– Nie wolno wkładać nowych i starych baterii razem.
– Nie należy używać akumulatorków doładowujących.
– Nigdy nie należy używać urządzenia do innych celów niż do których jest przeznaczone, oraz opisane w niniejszej instrukcji!
– Należy pamiętać, że dane pokazane na wadze są tylko przybliżone i niedokładne w porównaniu z wynikami rzeczywistej analizy medycznej. Dokładne określenie cech biometrycznych może jedynie ustalić lekarz używając metod medycznych.
– Baterie i wagę należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci i osób niekompetentnych. Osoba, która połknie baterię, musi natychmiast skontaktować się z lekarzem.
– Nie należy używać w okresie ciąży.
– Wszystkie teksty w innych językach, a także obrazki na opakowaniu lub produkcie są przetłumaczone i wyjaśnione na końcu odpowiedniej mutacji językowej.
– Producent nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane przez niewłaściwe traktowanie urządzenia (np. **rozbicie płyty itp.**) i nie jest odpowiedzialny za gwarancje na urządzenie w przypadku nie przestrzegania wyżej przedstawionych ostrzeżeń bezpieczeństwa.

II. INFORMACJE OGÓLNE

Tabelka ilości tłuszczu w ciele

Wiek	Kobieta (%)				Mężczyzna (%)			
	Niedowaga	Zdrowa	Nadwaga	Otyłość	Niedowaga	Zdrowy	Nadwaga	Otyłość
<39	<21	21 - 33	33 - 39	39>	<8	8 - 19	19 - 25	25>
40-59	<23	23 - 35	35 - 40	40>	<11	11 - 22	22 - 28	28>
60>	<24	24 - 36	36 - 42	42>	<13	13 - 25	25 - 30	30>

Kobieta % wody = 45 - 60 %

Mężczyzna % wody = 50 - 65 %

Tabelka proporcji ilości mięśni w ciele

Wiek	Kobieta %			Mężczyzna %		
	Niski	Zdrowy	Wysoka	Niski	Zdrowy	Wysoka
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

BMI

Technologia używana przez urządzenie - Bio-elektroniczna analiza impedancji różni się od starszej metody BMI. Przy używaniu metody BMI % tłuszczu jest liczony za pomocą stosunku wysokości i wagi. Technologia BIA do uzyskania dokładniejszej analizy używa 5 parametrów. Wagę i impedancję organizmu zmierzy waga. Pozostałe trzy wartości należy zadać ręcznie (płeć, wysokość, wiek). Wskaźnik ten stanowi wzajemne relacje między masą ciała i wzrostem. Można go używać w celu określenia, czy dana osoba cierpi z powodu niedowagi, nadwagi lub otyłości, czy jego stan fizyczny jest w normie. Również z punktu widzenia chorób serca i naczyń, wskaźnik masy ciała jest dość dobrym wskaźnikiem ryzyka, szczególnie u osób zdrowych. Jednak jest to tylko wskaźnik orientacyjny. Eksperci zalecają uzupełnić obliczenia, co najmniej o pomiar obwodu talii, z uściślającego rozłożenie tkanki tłuszczowej w organizmie. BMI nie dostarcza wiarygodnych informacji dot. bardzo małych dzieci, osób starszych i aktywnych sportowców, którzy mają dużo masy mięśniowej, ponieważ ich wyniki mogą być niewiarygodne.

BMI	niedowaga	zdrowy	nadwaga	otyłość
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

Optymalne zużycie energii KCAL

przedstawia optymalną ilość poboru energii potrzebnej do utrzymania podstawowych funkcji życiowych i zrównoważonego metabolizmu. Dane na wyświetlaczu pokazują optymalne dzienne zużycie energii, którą przy Twojej wadze, wysokości, wieku i płci wydasz. Taką ilość energii, należy również przyjąć, aby utrzymać zrównoważony metabolizm. Jeśli zamierzasz obniżyć swój ciężar, należy z dzienne spożycie energii nieco obniżyć. Należy jednak pamiętać, również na bilans węglowodanów, tłuszczów i białek. 239 cal = 1 kJ

Ważne uwagi:

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

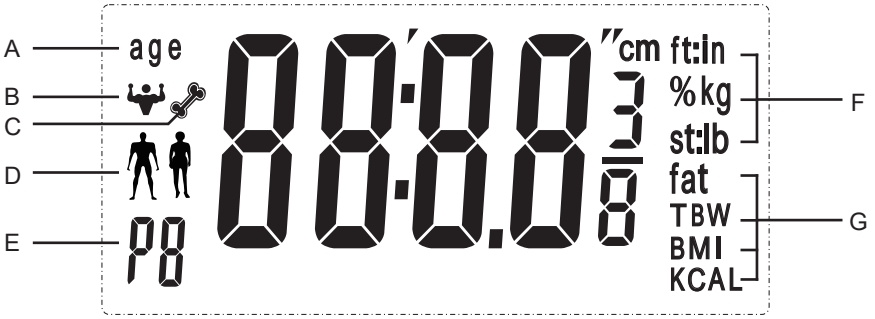
III. PRZYGOTOWANIE DO UŻYCIA

Symbole wyświetlane na ekranie

A – Wiek
B – Ikona analizy masy mięśniowej
C – Ikona analizy kości
D – Mężczyzna / Kobieta
E – Pamięć użytkownika 0 do 9
F – Jednostki wysokości i wagi
G – Poszczególne elementy analizy („fat“ = tłuszcz; „TBW“ = woda w ciele; „BMI“= Body Mass Index /wskaźnik masy ciała/; „KCAL“= zalecana dzienna dawka kalorii.

Wskaźnik wyników analizy

Underfat = niedożywienie
Healthy = normalna
Overfat = nadwaga
Obese = otyłość



Należy usunąć wszystkie opakowania i wyjąć wagę. Z urządzenia usunąć wszystkie folie przyczepne, naklejki lub papier. Następnie otworzyć pokrywę baterii w dolnej części wagi i włożyć baterię zgodnie z polaryzacją i zamknąć pokrywę. Umieścić urządzenie na płaskiej i suchej powierzchni. Wagę włącza się, dotykając nogą powierzchni ważącej, potrzeba sprawdzić jednostkę masy, która jest wyświetlana na ekranie (**kg**). Jeśli chcesz ustawić jednostkę st:lb lub lb, przełącz ją po włączeniu wagi (w trybie ważenia), naciskając jedną ze strzałek kierunkowych (▲, ▼).

kg = kilogram	1 kg = 2,2 lb
lb = funt (brytyjska jednostka masy)	1 lb = 0,454 kg
st:lb = stone:funt (amerykańska: brytyjska jednostka wagi)	1 st = 6,356 kg
FT;In	1 FT = 30.48 cm; 1 In = 2,54 cm

Wymiana baterii

Otworzyć komorę baterii na tylnej stronie wagi (rys. 2). Włóż baterię zgodnie z polaryzacją i zamknij pokrywę. Dla tego typu urządzenia należy stosować baterie AAA (3 szt.). Gdy urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, należy wyjąć baterię!

Uwaga

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

IV. INSTRUKCJA OBSŁUGI

Twoja waga to delikatny sprzęt elektroniczny. Jedną z rzeczy które waży się najtrudniej jest ludzkie ciało, ponieważ jest ciągle w ruchu. Jeśli chcesz osiągnąć wiarygodne wyniki, zawsze staraj się stanąć całymi stopami na to samo miejsce i stój w bezruchu (rys. 1). Jeśli jest to możliwe, należy ważyć się w ciągu dnia w tym samym czasie (najlepiej rano), najlepiej również na tym samym miejscu, w celu uzyskania porównywalnych wyników. Pamiętaj, że ubranie może zwiększyć wagę, a także jedzenie i picie przed ważeniem. Krótkoterminowe wahania wagi są na ogół przypisywane utracie płynów.

A) Ważenie

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

B) Tryb ważenia i całkowita analiza ciała

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

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

Bemeneti adatokat lehet beállítani és utána változtatni a következő tartományban:

Pamięć	Płeć	Wysokość	Wiek
0 – 9	Mężczyzna / Kobieta	80 – 220 cm 2´07.5“ – 7´02.5“	6 - 100

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

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

Po kilku sekundach zostaną wyświetlone następujące informacje:
1. – Waga w wybranych jednostkach
2. – Ilość tkanki tłuszczowej w % (**fat**)
3. – Ilość wody w ciele w % (**TBW**)
4. – Ilość mięśni w % ( )
5. – Zawartość masy kostnej w kg ( )
6. – Dzienne zapotrzebowanie na kalorie (**KCAL**)
7. – Wskaźnik masy ciała (BMI – Body Mass Index)

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

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

Do powtórnej analizy cech fizycznych (po ułożeniu wartości wejściowych osoby do pamięci – na przykład **1**), wykonaj następujące czynności:
1) Nacisnąć ■ (jeśli waga była używana w normalnym trybie ważenia) lub włączyć wagę naciskając ■.
2) Naciśnij przycisk ▲ lub ▼ wybierz numer pamięci, w której są ułożone Twoje ustawienia
3) Po wybraniu numeru pamięci nic nie naciskaj (poczekać aż zostanie wyświetlone 0,0). Stań na wadze, masa ciała oraz cechy fizyczne zostaną przeanalizowane.

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

Komunikaty o błędach i ich symbole

Wyświetlane symbole	Znaczenie
LO	Bateria jest wyładowana
Err2	Bardzo niska zawartość tłuszczu %
	Bardzo wysoka zawartość tłuszczu %
Err	Zmierzona waga jest większa niż maksymalna dopuszczalna granica wagi.

V. ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Jeśli masz problemy z wagą:
– Upewnij się, że bateria jest prawidłowo włożona.
– Upewnij się, czy jest wybrana odpowiednia jednostka masy.
– Upewnij się, że waga jest na płaskiej powierzchni i nie dotyka ściany.
– Jeśli chcesz włączyć wagę, a po kliknięciu na wagę na wyświetlaczu nie wyświetla się nic lub tylko „Lo“, należy wymienić baterię.
– Jeśli na wyświetlaczu pojawi się napis „Err“, waga została przeciążona.

– Następnie wagę należy umieścić na twardą, płaską powierzchnię.
– W przypadku wystąpienia objawów takich jak miganie na ekranie lub błędne wyświetlanie, należy spróbować przenieść wagę w inne miejsce z zasięgu źródła zakłóceń lub wyłączyć dane źródło podczas używania wagi.

VI. PRZECHOWYWANIE

Po użyciu wagę należy położyć w pozycji poziomej (nie pionowo) z dala od dzieci i osób niekompetentnych (zobacz rozdz. **I. WSKAZANIA DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA**).

VII. KONSERWACJA

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

Rozległą konserwację lub konserwację, która wymaga ingerencji do wewnętrznej części urządzenia, może wykonać wyłącznie specjalistyczny serwis!
Nieprzestrzeganie wskazówek producenta powoduje utratę prawa do napraw gwarancyjnych!

VIII. EKOLOGIA



Jeżeli tylko pozwoliły na to rozmiary, na wszystkich elementach wydrukowano znaki materiałów zastosowanych do produkcji opakowań, komponentów i wyposażenia, jak również ich przetwarzania wtórnego. Symbole umieszczone na produktach lub w załączonej dokumentacji oznaczają, że zastosowanych elementów elektrycznych lub elektronicznych nie można poddawać utylizacji wraz z odpadem komunalnym. Produkt należy odnieść do specjalnych punktów zbiorczych, w których będą przyjęte bez opłaty. Dzięki poprawnej utylizacji pomogą Państwo zachować cenne źródła i pomogą w profilaktyce ewentualnych negatywnych wpływów na środowisko naturalne i zdrowie ludzkie. W celu uzyskania innych szczegółowych informacji dotyczących utylizacji należy zwrócić się do najbliższego urzędu lub punktu zbiorczego. Niewłaściwy sposób utylizacji urządzenia może podlegać karze – zgodnie z przepisami krajowymi i międzynarodowymi. Rozładowaną baterię należy usunąć z wagi w odpowiedni sposób poprzez specjalne punkty zbioru. Nigdy nie należy likwidować baterii przez spalenie!

IX. DANE TECHNICZNE

Obciążenie max.	180 kg / 397 lb / 28.3 st
Dokładność:	0,1 kg
Baterie:	3 x 1.5V AAA (w zestawie)
Waga urządzenia:	1,5 kg
Pojemność pamięci:	10 osob
Zakres regulacji wysokości :	od 80 do 220 cm (2´07.5“ – 7‘02,5 „Ft:in)
Wiek:	od 6 do 100 years
Minimalna waga:	od 5 kg (11 lb / 0:8 st)
Maksymalna waga:	180 kg (397 lb / 28,3 st)
Zakres pomiaru tkanki tłuszczowej:	5 % – 85 %
Zakres pomiaru wody w ciele:	7 % – 75 %

Zakres pomiaru tkanki mięśniowej w ciele:	13 % – 82 %
Zakres pomiaru kości:	0,5 kg – 8 kg
Wymiary produktu (mm)	300 x 300 x 25

Zmiana specyfikacji technicznych i akcesoriów w zależności od modelu produktu jest zastrzeżona przez producenta.

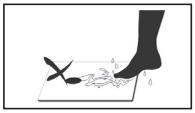
OSTRZEŻENIA I SYMBOLE UŻYTE NA URZĄDZENIACH, OPAKOWANIACH LUB W INSTRUKCJI:

HOUSEHOLD USE ONLY – Tylko do zastosowania w gospodarstwie domowym. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Nie zanurzać do wody lub innych cieczy.

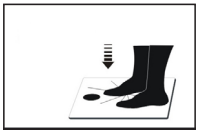


TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY. Niebezpieczeństwo uduszenia. Tego worka nie należy używać w kołyskach, łóżeczkach, wózkach lub kojcach dziecięcych. Torebkę z PE położyć w miejscu będącym poza zasięgiem dzieci. Torebka nie służy do zabawy!

OSTRZEŻENIE



Nie należy wchodzić na wagę mokrymi stopami lub na mokrą powierzchnię wagi, w przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!



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

Digitale Personenwaage mit einer Körperanalyse

eta 1781

Christine

BEDIENUNGSANLEITUNG

Sehr geehrter Kunde, wir danken Ihnen für den Kauf unseres Produkts. Bitte lesen Sie vor Inbetriebnahme dieses Geräts sehr aufmerksam die Bedienungsanleitung und bewahren Sie diese Anleitung gemeinsam mit dem Garantieschein, dem Kassenbeleg und nach Möglichkeit auch mit der Verpackung und dem inneren Inhalt der Verpackung gut auf.

I. SICHERHEITSHINWEISE



– Betrachten Sie die Instruktionen der Anleitung als Bestandteil des Geräts und geben Sie sie jedwedem weiteren Benutzer des Geräts weiter.
– Das Gerät ist nur zum Haushaltsgebrauch und zu ähnlichen Zwecken bestimmt. Es ist nicht zum Gebrauch in den Gesundheitseinrichtungen oder zum kommerziellen Gebrauch bestimmt!
– Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn dieses nicht richtig arbeitet, wenn dieses auf den Boden gefallen und beschädigt ist oder ins Wasser gefallen ist. In solchen Fällen ist das Gerät in einen Fachservice zur Überprüfung seiner Sicherheit und der richtigen Funktion zu holen.
– Dieses Gerät kann von Kindern ab dem Alter von 8 Jahren und von Menschen mit verminderten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mit Mangel an Erfahrung und Wissen bedient werden, sofern sie während der Gerätebenutzung beaufsichtigt werden oder unterwiesen wurden, wie das Gerät in einer sicheren Weise zu nutzen ist und wenn sie die möglichen Gefahren verstehen. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die Reinigung und Wartung des Gerätes dürfen von unbeaufsichtigten Kindern unter 8 Jahren nicht durchgeführt werden.
– Treten Sie aufs Gerät nicht mit nassen Füßen oder auf seine nasse Oberfläche auf, sonst droht Rutschgefahr!
– Überlasten Sie das Gerät nicht mit einem größeren Gewicht, als seine maximale Kapazität ist! So vermeiden Sie seine Beschädigung.
– Treten Sie nicht an Rand der Waage! Es drohen Umstürzen des Gerätes und Unfallgefahr!
– Wenn die Waage bei niedrigeren Temperaturen gelagert wurde, ist diese zuerst zu akklimatisieren.
– Die Waage ist nur in einer waagrechten Lage zu benutzen, wo ihr Umstürzen nicht droht, sowie in einem ausreichenden Abstand von Wärmequellen (z.B. Ofen, Kamin, Wärmestrahler), Quellen einer höheren Luftfeuchtigkeit (z.B. Sauna, Bad, Pool) und Anlagen mit einem starken elektromagnetischen Feld (z.B. Mikrowelle, Rundfunk, Handy).
– Das Gerät ist gegen Staub, Chemikalien, übermäßige Temperatur, Toilettenmittel, kosmetische Mittel, große Temperaturschwankungen zu schützen und ist nicht der direkten Sonnenstrahlung auszusetzen.
– Die Waage ist nicht auf eine unebene Oberfläche oder eine mit Teppich bedeckte Oberfläche zu installieren. Eine instabile oder weiche Unterlage unter dem Gerät kann die Wiegegenauigkeit negativ beeinflussen.

– Bei dem Umgang mit der Waage ist so zu verfahren, dass es nicht zur Personenverletzung oder Gerätbeschädigung kommt.
– Manipulieren Sie mit der Waage vorsichtig. Werfen Sie nicht mit ihr sowie springen Sie nicht darauf. Die Waage ist beständig, ein unsachgemäßer Umgang kann ihre elektronischen Sensoren jedoch zerstören.
– Demontieren Sie nicht die Waage sowie nehmen Sie davon keine Bestandteile heraus.
– Platzieren Sie auf die Oberfläche der Waage keine Gegenstände bei der Lagerung, es könnte zu ihrer Beschädigung kommen.
– Wenn Sie die Waage eine längere Zeit nicht benutzen, ist der Akku daraus herauszunehmen.
– Wenn der Akku fließt, ist dieser sofort zu wechseln, im Gegenfall kann es zur Waagebeschädigung kommen.
– Legen Sie nicht alte und neue Akkus zusammen ein.
– Benutzen Sie keine Nachladeakkus.
– Das Gerät nur bestimmungsgemäß benutzen, wie in dieser Anleitung beschrieben!
– Das Gerät nie ins Wasser eintauchen (sowie teilweise)!
– Leere Akkus auf geeignete Weise entsorgen (siehe Abs. VIII. UMWELTSCHUTZ).
– Darauf achten, dass die auf dieser Waage ermittelten Angaben nur ungefähre Angaben und ungenau im Vergleich mit den Ergebnissen der wirklichen medizinischen Analysen sind. Eine genaue Ermittlung von biometrischen Charakteristiken kann nur ein Arzt mit Hilfe der medizinischen Methoden bestimmen.
– Akku und Waage außerhalb der Kinder und rechtsunfähigen Personen fernhalten. Person, die den Akku verschluckt, muss sofort eine ärztliche Hilfe aufsuchen!
– Benutzen Sie die Waage nicht in der Schwangerschaft, bei einer Dialyse oder Ödemen.
– Benutzen Sie die Funktion der Fettanalyse auf dieser Waage nicht, wenn Sie eines der folgenden Geräte benutzen: Herzschrittmacher, Elektrokardiograf und/oder ein anderes Gesundheitsgerät, das in Körper implantiert oder als Unterstützung verwendet wird.
– Eventuelle Texte in der Fremdsprache und auf der Verpackung oder dem Produkt angeführte Abbildungen sind am Ende dieser Sprachenversion übersetzt und erklärt.
– Der Hersteller haftet nicht für die durch einen nicht bestimmungsgemäßen Umgang mit Gerät verursachten Schäden (z.B. Beschädigung der Plattenoberfläche usw.) und haftet auch nicht aus der Garantie für das Gerät im Falle der Nichteinhaltung der oben genannten Sicherheitshinweise.

II. ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Warum ist die Kenntnis von Ihrem Gewicht wichtig?
Ein Übergewicht oder Untergewicht sind ein wichtiger Indikator von Ihrer Gesundheit. Das Übergewicht kann Risiko von einigen Krebsformen, Herzerkrankungen, Diabetes, Schlaganfall, hohem Blutdruck, Gichtanfall, Gallenblasenerkrankungen, Apnoe usw. erhöhen. Das Untergewicht trägt Risiken wie eine niedrigere Organismusimmunität, Osteoporose, bei Frauen Menstruationsauslassen mit, was eine Fruchtlosigkeit verursacht usw. Korpulente Leute, die abnehmen wollen, und sehr hagere Leute, die zunehmen wollen, sollten die Behandlungsweise und Diäten mit ihrem Behandlungsarzt oder einem Ernährungsfachmann konsultieren.

Zur Fettanalyse ist es wichtig:
– ca. 15 Minuten zu warten, nachdem Sie aus dem Bett aufstehen, weil das Wasser in unserem Körper ungleichmäßig verteilt werden kann.
– sich einige Stunden (ca. 6 – 8) nach einer ungewöhnlichen erschöpfenden Aktivität auszuruhen.

Die Fettanalyse gewährt keine nützlichen Informationen bei den Kindern unter 10 Jahre und Erwachsenen über ca. 100 Jahre; Personen mit Fieber, nach einer Dialyse; Personen mit den Osteoporosesymptomen oder Personen, die kardiovaskulare Medikamente nutzen; schwangeren Frauen und Sportlern, die zu viel Muskelmasse haben, denn die Ergebnisse können verzerrt sein.

Warum ist wichtig zu wissen, wie hoch der Körperfett- und Körperwasserwert im Organismus ist? Die Beleibtheit (Anwesenheit einer übermäßigen Menge eines körperlichen Fetts) stellt ein bekanntes Risiko für menschliche Gesundheit dar, die mit ernsthaften Erkrankungen wie hoher Blutdruck, Diabetes, Herzerkrankungen, Osteoartritide und einige Krebsformen eng verbunden ist. Es gibt auch andere selten auftretende Symptome, wie vorübergehendes Anhalten der Atmung während des Schlafes und Schläfrigkeit während des Tages, die von der Korpulenz verursacht werden können. Eine Analyse des prozentuellen Verhältnisses des körperlichen Fetts oder Ihrer körperlichen Komposition stellt eine wirksame Weise der Ermittlung eines Niveaus von Ihrer Gesundheit dar. Der Wasserinhalt im Organismus ist eine Kennzahl eines guten Gesundheitszustandes. Wenn sich das Gewicht nicht ändert und der Wert % TBW (Gesamtwasserinhalt im Organismus) steigt, bedeutet es, dass die Muskelmasse im Körper steigt (was für die Gesundheit vom Vorteil ist). Wenn der Wert % TBW sinkt, bedeutet dies einen Rückgang der Muskelmasse im Körper und einen Anstieg der Fettmenge, bzw. es indiziert eine unrichtige Ausgewogenheit des Wassers im Organismus oder einige mögliche Erkrankungen, die mit dem Wassermangel im Organismus verbunden sind. Im Allgemeinen gilt es, je mehr Muskelmasse man hat, desto höher ist der Wasserinhalt im Körper.

Wie funktioniert die Waage

Der Fettmonitoring nutzt die Methode der Analyse der körperlichen Komposition, BIA (Abkürzung für eine bioelektrische Impedanzanalyse) aus. BIA misst den Widerstand, der mit dem Fett im Körper direkt proportional ist, bei einem Durchfluss eines schwachen und unschädlichen elektrischen Stromes. Die Quellenelektroden lassen den Strom einerseits ein und die Detektionselektroden ermitteln diesen Strom andererseits. In ein Softwareprogramm zur Analyse werden im Anschluss daran die Daten aus der BIA-Anlage, wie Geschlecht, Alter und Höhe eingegeben.

Das Gewicht und das körperliche Fett werden automatisch berechnet. Das Prozent vom Fett und Wasser im Körper, das auf der Anzeige abgebildet wird, suchen Sie in einem der in der Referenztabelle aufgeführten Bereiche und dadurch stellen Sie fest, in welche Gruppe Sie gehören. Die Wiegegenauigkeit hängt von einigen Kundenvariablen ab. Wir empfehlen, aus dem Wiegen eine Routine zu machen, wiegen Sie sich immer in derselben Tageszeit und zu denselben Bedingungen.

Orientierungstabelle der Menge des körperlichen Fetts im Körper

Alter	Frauen (%)				Männer (%)			
	Untergewicht	Gesund	Übergewicht	Beleibtheit	Untergewicht	Gesund	Übergewicht	Beleibtheit
<39	<21	21 - 33	33 - 39	39>	<8	8 - 19	19 - 25	25>
40-59	<23	23 - 35	35 - 40	40>	<11	11 - 22	22 - 28	28>
60>	<24	24 - 36	36 - 42	42>	<13	13 - 25	25 - 30	30>

Optimale Wassermenge im Organismus ist für die Männer ungefähr 50 - 65 %, für Frauen dann 45 - 60 %.

Orientierungstabelle der Menge der Muskelproportion im Körper

Alter	Frauen %			Männer %		
	Wenig	Normal	Viel	Wenig	Normal	Viel
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

BMI

Die vom Gerät genutzte Technologie - Bioelektronische Analyse der Impedanz weicht sich von der älteren BMI-Methode ab. Bei der Verwendung der BMI-Methode wird das Prozent des Fetts mit Hilfe des Verhältnisses der Höhe und des Gewichtes berechnet. Die BIA-Technologie nutzt 5 Parameter zur Gewinnung einer genaueren Auflösung für die jeweilige Analyse. Das Gewicht und der biologische Widerstand werden mit Waage gemessen. Sonstige drei Angaben sind manuell einzugeben (Geschlecht, Höhe, Alter). Dieser Index legt ein gegenseitiges Verhältnis zwischen dem körperlichen Gewicht und der Höhe fest. Danach kann man ermitteln, ob die jeweilige Person an Beleibtheit, Untergewicht oder Übergewicht leidet oder ob ihr körperlicher Stand in Norm liegt. Der BMI ist auch aus Sicht der Herz- und Adererkrankungen eine relativ gute Risikokennzahl vor allem bei gesunden Personen. Nichtsdestoweniger ist es nur eine Orientierungskennzahl. Die Fachleute empfehlen, die Berechnung mindestens mit einer Messung eines Taillenumfangs zu ergänzen, die die Verteilung des körperlichen Fetts präzisiert. BMI gewährt nicht zu viel zuverlässige Informationen bei kleinen Kindern, älteren Menschen und aktiven Sportlern, die sehr viel Muskelmasse haben; ihre Ergebnisse können verzerrt sein.

BMI	Untergewicht	Normalstand	Übergewicht	Beleibtheit
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

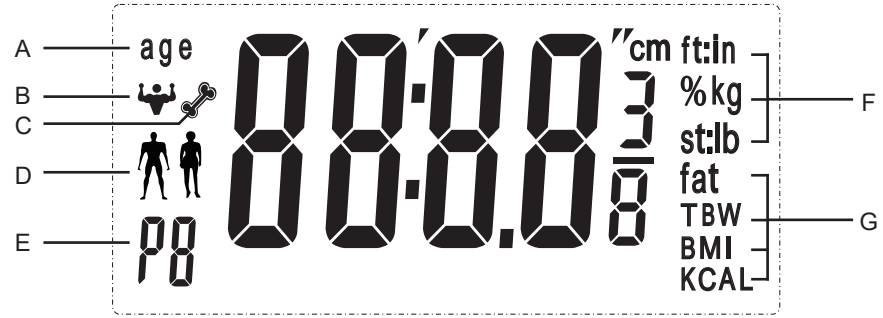
Empfohlener energetischer Tagesverbrauch von KCAL

Dies stellt eine optimale Menge der energetischen Einnahme dar, die zur Aufrechterhaltung von grundlegenden Lebensfunktionen und eines ausgewogenen Metabolismus erforderlich ist. Die Daten auf der Anzeige zeigen optimalen Tagesverbrauch der Energie, den Sie bei Ihrem Gewicht, Höhe, Alter und Geschlecht ausgeben. Solche Energiemenge sollten Sie dann auch einnehmen, um einen ausgeglichenen Stoffwechsel zu erhalten. Wenn Sie abnehmen wollen, sollte Ihre energetische Tageseinnahme ein bisschen niedriger sein. Vergessen Sie jedoch nicht die Ausgewogenheit von Sachariden, Fett und Proteinen. 239 cal = 1 kJ

Wichtige Hinweise:

1) Dieses Gerät benötigt, dass Sie sich nur barfuß aufgrund einer richtigen Leitfähigkeit während der Analyse des körperlichen Fetts wiegen.
2) Installieren Sie das Gerät nicht auf eine unebene Oberfläche oder mit Teppich bedeckte Oberfläche.
3) Benutzen Sie die Funktion der Fettanalyse auf dieser Waage nicht, wenn Sie eines der folgenden Geräte benutzen: Herzschrittmacher, Elektrokardiograf und/oder ein anderes Gesundheitsgerät, das in Körper implantiert oder als Unterstützung verwendet wird.
4) Übermäßige Konsumation von Flüssigkeiten und Lebensmitteln, Turnen, Gesundheitsbedingungen, Medikamente, Menstruationszyklus bei Frauen usw. haben einen Einfluss auf die Analyseergebnisse.
5) Angeführte Tabellen und Informationen über optimale Verteilung von körperlichen Charakteristiken sind nur Orientierungsangaben.

III. VORBEREITUNG ZUM GEBRAUCH



Abgebildete Symbole auf der Anzeige

A – Alter
B – Schaltfläche Analyse der Muskelmasse
C – Schaltfläche Knochenanalyse
D – Mann / Frau
E – Benutzerspeicher 0 bis 9
F – Höhen- und Gewichtseinheiten
G – Einzelne Analyseposten („fat“=Fett; „TBW“=Wasser im Körper; „BMI“=Body Mass Index; „KCAL“= empfohlene Tagesdosis von Kalorien)

Kennzahl des Analyseergebnisses

Underfat=Untergewicht
Healthy = Normal
Overfat = Übergewicht
Obese = Beleibtheit

Beseitigen Sie sämtliches Verpackungsmaterial und nehmen Sie das Gerät heraus. Beseitigen Sie aus dem Gerät eventuelle Adhäsionsfolien, Etiketten oder Papier. Öffnen Sie die Akku-Abdeckung auf der unteren Seite des Gerätes, legen Sie die Akkus mit einer richtigen Polarität ein und schließen Sie die Abdeckung in der umgekehrten Weise. Installieren Sie das Gerät auf eine ebene, feste und trockene Oberfläche. Wenn Sie die Einheit st:lb oder lb einstellen wollen, schalten Sie diese nach der Geräteinschaltung um (im Wiegeregime) durch Drücken eines der Richtungspfeile (▲,▼) um.

kg = Kilogramm	1 kg = 2,2 lb
lb = Pfund (britische Gewichtseinheit)	1 lb = 0,454 kg
st:lb = stone: Pfund (amerikanische/britische Gewichtseinheit)	1 st = 6,356 kg
FT;In = Fuß; Zoll	1 FT =30,48 cm; 1 In = 2,54 cm

Akku-Austausch

Öffnen Sie die Akku-Abdeckung auf der unteren Gerätseite (Abb. 2). Legen Sie die Akkus mit einer richtigen Polarität ein und schließen Sie die Abdeckung. Benutzen Sie für dieses Gerät nur Akku-Typ AAA (3 Stück). Wenn Sie das Gerät eine längere Zeit nicht benutzen, sind die Akkus herauszunehmen!

Anmerkung

Benutzen Sie nicht unterschiedliche Akku-Typen. Benutzen Sie nicht gebrauchte und neue Akkus zusammen.

IV. BEDIENUNGSANWEISUNGEN

Ihre Waage ist eine sehr feine elektronische Anlage. Eine der Sachen, die am schwierigsten zu wiegen sind, ist der menschliche Körper, denn dieser ist immer in Bewegung. Wenn Sie zuverlässige Ergebnisse erzielen wollen, treten Sie auf die Waage mit ganzem Fuß auf dieselbe Stelle auf der Waage und stehen Sie ohne Bewegung (Abb. 1). Wenn es möglich ist, wiegen Sie sich während des Tages in derselben Zeit (am besten frühmorgens) und idealerweise auch auf derselben Stelle, um vergleichbare Ergebnisse zu erreichen. Achten Sie darauf, dass eine übermäßige Bekleidung Ihr Gewicht erhöhen kann, dasselbe gilt auch für Essen und Trinken vor dem Wiegen. Eine kurzzeitige Schwankung des Gewichtes wird allgemein einem Abfall (Verlust) von Flüssigkeiten zugeschrieben.

A) Modus Laufendes Wiegen
Schalten Sie das Gerät durch Treten auf die Wiegefläche ein. Das gewogene Gewicht blinkt in einer Weile und der Wert bleibt auf der Anzeige noch ein paar Sekunden abgebildet. Das Gerät schaltet dann automatisch aus.

B) Modus Wiegen und Gesamtkörperanalyse
Einstellung (Änderung) der Personaldaten zur Analyse vom körperlichen Fett und Wasser im Organismus Vor der eigenen ersten Analyse sind Personaldaten (Geschlecht, Alter und Höhe) einzugeben, die gespeichert werden. In die Waage kann man die Daten von 10 Personen speichern.

Die Eingangsdaten können im folgenden Bereich eingestellt und kontinuierlich geändert werden:

Speicher	Geschlecht	Höhe	Alter
0 – 9	Mann / Frau	80 – 220 cm 2´07.5“ – 7´02.5“	6 - 100

1. Drücken Sie die Auf der Anzeige beginnt die Speichernummer zu blinken (z.B. 1) Taste ◉
2. Mit der Taste ▲ ▼ wählen Sie die Speichernummer aus, in den Sie die Daten für die jeweilige Person speichern wollen oder die sich wiegen wird.
   Bestätigen Sie mit der Taste ◉.
3. Mit der Taste oder ▲ ▼ stellen Sie Geschlecht Mann / Frau ein.
   Bestätigen Sie mit der Taste ◉.
4. Mit der Taste oder ▲ ▼ stellen Sie Ihre Höhe ein. Bestätigen Sie mit der Taste ◉.
5. Mit der Taste oder ▲ ▼ stellen Sie Ihr Alter (Age) ein. Bestätigen Sie mit der Taste ◉.

Nun sind alle Personaldaten gespeichert (geändert). Warten Sie auf die Anzeige 0,0. Treten Sie auf die Waage und warten Sie, bis die Ergebnisse abgebildet werden.

Nach ein paar Sekunden beginnt man mit der Abbildung der folgenden Angaben:

1. – Gewicht in eingestellten Einheiten
2. – Inhalt des körperlichen Fetts in % (fat) + Lichtkennzahl des Ergebnisses der Analyse (blau=Untergewicht; grün=normal; rot=Übergewicht)
3. – Wasserinhalt im Körper in % (TBW)
4. – Inhalt der Muskelmasse in ( )
5. – Inhalt des Knochengewichts ( )
6. – BMI-Wert (Body Mass Index)
7. – Empfohlene Tagesdosis von Kalorien (KCAL)

Die Ergebnisse werden kontinuierlich abgebildet und das Gerät schaltet nach drei Wiederholungen automatisch aus.

Vorsicht
Beim Messen darf kein Kontakt zwischen Füßen, Waden sowie Oberschenkel bestehen. Im umgekehrten Fall muss die Messung nicht genau sein.

Zur erneuten Analyse von körperlichen Charakteristiken (nach der Speicherung von Eingangswerten der jeweiligen Person – z.B. 1) verfahren Sie wie folgt:
1) Drücken Sie ◉ (wenn Sie die Waage im Modus des laufenden Wiegens benutzt haben), oder schalten Sie die Waage durch Drücken ein ◉.
2) Warten Sie auf die Anzeige 0,0, bzw. wählen Sie mit der Taste ▲ oder ▼ die Speichernummer, in der Ihre Einstellungen gespeichert sind.
3) Nach der Wahl der jeweiligen Speichernummer drücken Sie nichts (warten Sie auf die Anzeige 0,0). Treten Sie auf die Waage. Ihr Gewicht und Ihre körperlichen Charakteristiken werden analysiert.

Anmerkung
Die Waage schaltet automatisch aus, wenn Sie darauf in ca. 10 Sekunden nach der Anzeige „0.0“ nicht treten. Die Waage kann man auch durch Drücken der Taste ausschalten ◉.

Fehlermeldungen und ihre Symbole

Abgebildete Symbole	Bedeutung
Lo	Akku ist leer
Err2	Sehr niedriges % Fett
	Sehr hohes % Fett
	Analyse nicht erfolgreich
Err	Gemessenes Gewicht ist höher als maximaler zulässiger Gewichtswert.

V. LÖSUNG MÖGLICHER PROBLEME

Im Falle der Probleme mit dem Gerät:
– Überprüfen Sie, ob die Akkus richtig eingelegt sind.
– Überprüfen Sie, ob die Gewichtseinheit gut ausgewählt ist.
– Überprüfen Sie, ob das Gerät auf einer ebenen Unterlage steht und die Wände nicht berührt.
– Wenn nach dem Berühren des Gerätes, wenn Sie dieses einschalten wollen, auf der Anzeige gar nichts erscheint, oder nur „**Lo**“ erscheint, ist der Akku auszutauschen.
– Wenn auf der Anzeige „**Err**“ erscheint, wurde das Gerät überlastet.
– Wenn auf dem Display „**Err2**“ erscheint, war die Analyse nicht erfolgreich.
– Wenn auf der Anzeige ungewöhnliche Symbole erscheinen, ist der Akku herauszunehmen und wieder einzulegen.
– Wenn Anzeichen wie Blinken der Anzeige oder fehlerhafte Abbildungen erscheinen, versuchen Sie die Waage von der Reichweite einer Störquelle zu entfernen oder stellen Sie die Ausschaltung dieser Störquelle für die Zeit der Gerätbenutzung sicher.

VI. AUFBEWAHRUNG

Nach dem Gebrauch ist das Gerät in eine waagrechte Lage aufzubewahren (nicht vertikal), außerhalb von Kindern und rechtsunfähigen Personen fernhalten (siehe Abs. I. SICHERHEITSHINWEISE).

VII. INSTANDHALTUNG

Verwenden Sie keine rauen und aggressiven Reinigungsmittel (z.B. scharfe Gegenstände, Verdünnungsmittel oder sonstige Lösemittel). Reinigen Sie die Oberfläche der Wiegeplatte durch Wischen mit einem feuchten weichen Tuch. Darauf achten, dass in die inneren Teile Wasser nicht eindringt.

Wartung eines größeren Charakters oder Wartung, die einen Eingriff in innere Teile des Gerätes erfordert, muss ein Fachservice durchführen! Mit der Nichtbeachtung der Hinweise des Herstellers erlischt das Recht auf eine Garantiereparatur!

VIII. UMWELTSCHUTZ



Sofern es die Maße zuließen, sind alle Teile des Geräts, die Verpackung und das Zubehör mit dem verwendeten Material sowie auch deren Recycling gekennzeichnet. Die am Produkt oder in der Begleitdokumentation aufgeführten Symbole bedeuten, dass die verwendeten elektrischen bzw. elektronischen Produkte nicht zusammen mit kommunalem Abfall entsorgt werden dürfen. Geben Sie ihn für eine richtige Entsorgung in dafür bestimmten Wertstoffsammelstellen ab, wo er kostenlos entgegengenommen wird. Durch eine richtige Entsorgung dieser Produkte tragen Sie dazu bei, wertvolle Rohstoffe zu erhalten und vorbeugend negative Auswirkungen auf die Umwelt und die menschliche Gesundheit zu vermeiden, was die Folgen einer falschen Entsorgung von Abfällen sein könnten. Zum Schutz der Umwelt ist erforderlich, nach Ablauf der Lebensdauer des Geräts den leeren Akkumulator auszubauen und auf geeignete Art und Weise mithilfe der dafür bestimmten speziellen Altstoffhandelsnetze, den Akkumulator sowie das Gerät sicher zu entsorgen. Fordern Sie weitere Einzelheiten von Ihrer örtlichen Behörde bzw. von der nächstliegenden Wertstoffsammelstelle an. Bei einer falschen Entsorgung dieser Art von Abfall können im Einklang mit den nationalen Vorschriften Geldstrafen verhängt werden. Entsorgen Sie die Batterien niemals durch Verbrennung!

IX. TECHNISCHE DATEN

Wiegevermögen max.	180 kg / 397 lb / 28.3 st
Auflösung:	0,1kg
Akku:	3 x 1,5 V AAA (Bestandteil der Verpackung)
Gewicht des Gerätes:	1,5 kg
Speicherkapazität:	10 Personen
Bereich der einstellbaren Höhe:	von 80 bis 220 cm (2´07.5“ – 7‘02,5 „Ft:in)
Alter:	von 6 bis 100 Jahre
Minimales Gewicht:	von ca. 5 kg (11 lb / 0:8st)
Maximales Gewicht:	180 kg (397 lb / 28.3 st)
Messbereich Fett:	5 % – 85 %
Messbereich Wasser im Körper:	7 % – 75 %
Messbereich Muskelmasse im Körper:	13 % – 82 %

Messbereich Knochenmasse:	0,5 kg – 8 kg
Abmessungen ca. (LxTxH) (mm)	300 x 300 x 25

Jeder Austausch von Teilen, der Eingriffe in die Elektroteile des Geräts mit sich bringt, muss von einer Fachwerkstatt durchgeführt werden! Ein Verstoß gegen diese Anweisung des Herstellers zieht den Verlust der Garantie nach sich!
Änderungen im Sinne des technischen Fortschrittes behalten wir uns vor.

AUF DEM GERÄT, DEN VERPACKUNGEN ODER IN DER ANLEITUNG VERWENDETE HINWEISE UND SYMBOLE.

HOUSEHOLD USE ONLY – Nur für den Hausgebrauch bestimmt, DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Nicht ins Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen.

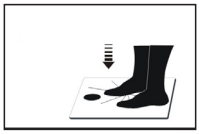


TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY. Erstickungsgefahr. Verwenden Sie diesen Beutel nicht in Wiegen, Kinderbetten, kinderwagen oder Kinderwagen. Legen Sie den PE-Beutel außerhalb der Reichweite von Kindern ab. Der Beutel ist kein Spielzeug.


VORSICHT



SOFORT WIEGEN: stellen Sie sich auf die Waage - es schaltet sich automatisch ein und wiegt.



Treten Sie nicht mit nassen Füßen auf die Waage. Andernfalls besteht Rutschgefahr!

Hersteller/ Inverkehrbringer: ETA a.s., Křižíkova 148/34, Karlín, 186 00 Praha 8 CZECH REPUBLIK.
Service: Omega electric GmbH, Servicezentrale, Industriering 2, D- 04626 Schmölln.
Bei Fragen zu Reparaturen und Bestellung von Ersatzteilen wenden Sie sich bitte an unsere deutsche Servicezentrale:
Tel.: 034491/58860, Fax: 034491/5886189 Email: info@omega-hausgeraete.de

CZ

ZÁRUČNÍ LIST

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY

Na výrobek uvedený v tomto záručním listu je poskytována záruka po dobu dvacet čtyři měsíců od data prodeje spotřebiteli.
Záruka se vztahuje na poruchy a závady, které v průběhu záruční doby vznikly chybou výroby nebo vadou použitých materiálů.
Výrobek je možno reklamovat u prodejce, který výrobek prodal spotřebiteli nebo v autorizovaném servisu.
Při reklamaci je nutné předložit: reklamovaný výrobek, originální nákupní doklad, ve kterém je zřetelně uveden typ výrobku a jeho datum prodeje spotřebiteli, případně tento řádně vyplněný záruční list. Záruka platí pouze tehdy, je-li výrobek používán podle návodu k obsluze a připojen na správné síťové napětí.

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

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

Pokud zboží při uplatňování vady ze strany spotřebitele bude zasíláno poštou nebo přepravní službou, musí být zabaleno v obalu vhodném pro přepravu tak, aby se zabránilo poškození výrobku přepravou.
Aktuální seznam servisních středisek naleznete na: **www.eta.cz**
Případné další dotazy zasílejte na **info@eta.cz,** nebo volejte +420 545 120 545.

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

Typ výrobku:	
Datum prodeje:	Výrobní číslo:
Razítko a podpis prodávajícího:	

ZÁRUČNÝ LIST

ZÁRUČNÉ PODMIENKY

Na výrobok uvedený v tomto záručnom liste je poskytovaná záruka na dobu dvadsaťštyri mesiacov od dátumu prevzatia tovaru spotrebiteľom. Ak má výrobok uviesť do prevádzky iný podnikateľ než predávajúci, začne záručná doba plynúť až odo dňa uvedenia výrobku do prevádzky, pokiaľ kupujúci objednal uvedenie do prevádzky najneskôr do troch týždňov od prevzatia veci a riadne a včas poskytol na vykonanie služby potrebnú súčinnosť. Záruka sa vzťahuje na vady, ktoré v priebehu záručnej doby vznikli chybou výroby alebo chybou použitých materiálov.

Výrobok je možné reklamovať v ktorejkoľvek prevádzkarni predávajuceho ktorý výrobok predal spotrebiteľovi, v ktorej je prijatie reklamácie v zmysle zákona možné, alebou osoby oprávnenej výrobcom výrobku na vykonávanie záručných opráv.
Pri reklamácii je nutné predložiť: reklamovaný výrobok, originál nákupného dokladu, v ktorom je zreteľne uvedený typ výrobku a jeho dátum predaja spotrebiteľovi prípadne tento riadne vyplnený záručný list.

Výrobok je treba používať podľa návodu na obsluhu a musí byť pripojený na správne sieťové napätie.

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

Aktuálny zoznam servisných stredísk nájdete na: **www.eta.sk**
Prípadné ďalšie dotazy zasielajte na **info@eta.cz** alebo volajte +420 545 120 545.

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

Typ prístroja:	
Dátum predaja:	Výrobné číslo:
Pečiatka a podpis predajca:	

PL

KARTA GWARANCYJNA

WARUNKI GWARANCJI

1) Niniejsza gwarancja dotyczy produktów produkowanych pod marką **ETA**, zakupionych w sklepach na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.
2) Okres gwarancji wynosi 24 miesiące od daty zakupu produktu.
3) Naprawy gwarancyjne odbywają się na koszt Gwaranta we wskazanym przez Gwaranta Autoryzowanym Zakładzie Serwisowym.
4) Gwarancją objęte są wady produktu spowodowane wadliwymi częściami i/lub defektami produkcyjnymi.
5) Gwarancja obowiązuje pod warunkiem dostarczenia do Autoryzowanego Zakładu Serwisowego urządzenia w kompletnym opakowaniu albo w opakowaniu gwarantującym bezpieczny transport wraz z kompletem akcesoriów oraz z poprawnie i czytelnie wypełnioną kartą gwarancyjną i dowodem zakupu (paragon, faktura VAT, etc.).
6) Autoryzowany Zakład Serwisowy może odmówić naprawy gwarancyjnej jeśli Karta Gwarancyjna nosić będzie widoczne ślady przeróbek, jeżeli numery produktów okażą się inne niż wpisane w karcie gwarancyjnej a także jeśli numer dokumentu zakupu oraz data zakupu na dokumencie różnią się z danymi na Karcie Gwarancyjnej.
7) Usterki ujawnione w okresie gwarancji będą usunięte przez Autoryzowany Zakład Serwisowy w terminie 14 dni roboczych od daty przyjęcia produktu do naprawy przez zakład serwisowy, termin ten może być przedłużony do 21 dni roboczych w przypadku konieczności sprowadzenia części zamiennych z zagranicy.
8) Gwarancją nie są objęte:

- wadliwe działanie lub uszkodzenie spowodowane niewłaściwym użytkowaniem (np. znaczące zabrudzenie urządzenia, zarówno wewnątrz jak i na zewnątrz, zalanie płynami itp.) lub użytkowanie niezgodne z instrukcją obsługi i przepisami bezpieczeństwa
- zużycie towaru przekraczające zakres zwykłego używania przez indywidualnego odbiorcę końcowego (zwłaszcza jeżeli był wykorzystywany do profesjonalnej lub innej czynności zarobkowej)
- uszkodzenia spowodowane czynnikami zewnętrznymi (w tym: wyładowaniami atmosferycznymi, przepięciami sieci elektrycznej, środkami chemicznymi, czynnikami termicznymi) i działaniem osób trzecich
- uszkodzenia powstałe w wyniku podłączenia urządzenia do niewłaściwej instalacji współpracującej z produktem
- uszkodzenia powstałe w wyniku zalania wodą, użycia nieodpowiednich baterii (np. ładowanych powtórnie baterii nie będących akumulatorami)
- produkty nie posiadające wypełnionej przez Sprzedawcę Karty Gwarancyjnej
- produkty z naruszoną plombą gwarancyjną lub wyraźnymi oznakami ingerencji przez osoby trzecie (nie będące Autoryzowanym Zakładem Serwisowym lub nie działające w jego imieniu i nie będące przez niego upoważnionymi)
- kable przyłączeniowe, piloty zdalnego sterowania, słuchawki, baterie
- uszkodzenia powstałe wskutek niewłaściwej konserwacji urządzenia
- uszkodzenia powstałe w wyniku zdarzeń losowych (np. powódź, pożar, klęski żywiołowe, wojna, zamieszki, inne nieprzewidziane okoliczności)
- czynności związane ze zwykłą eksploatacją urządzenia (np. wymiana baterii)
- zapisane na urządzeniu dane w formie elektronicznej (w szczególności Gwarant zastrzega sobie prawo do sformatowania nośników danych zawartych w urządzeniu, co może skutkować utratą danych na nich zapisanych)
- **uszkodzenia (powodujące np. brak odpowiedzi urządzenia lub jego nie włączanie się) powstałe wskutek wgrania nieautoryzowanego oprogramowania.**

9) Jeżeli Autoryzowany Zakład Serwisowy stwierdzi, iż przyczyną awarii urządzenia są przypadki wymienione w pkt. 8 lub nie stwierdzi żadnego uszkodzenia, koszty serwisu oraz całkowite koszty transportu urządzenia pokrywa nabywca.

W wypadku wystąpienia wypadków wymienionych w pkt. 8 Autoryzowany Zakład Serwisowy wyceni naprawę urządzenia i na życzenie klienta może dokonać naprawy odpłatnej. Uszkodzenia urządzenia powstałe w wyniku wypadków opisanych w pkt. 8 powodują utratę gwarancji.

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

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

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

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



© DATE 28/6/2019

e.č. 24/2019