

Návod na obsluhu

1. Prvé použitie

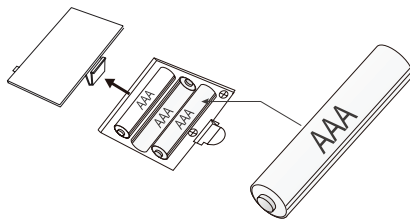
Ak váhu používate prvýkrát alebo ak ste ju premiestňovali vyžaduje sa kalibrácia. Váhu zapnite zatlačením na jej stred a počkajte, pokým sa na displeji nezobrazí nula (0,0). Potom sa postavte na váhu a odvážte sa. Ak váha zostane na jednom mieste ďalšie nastavenia nie sú potrebné. Ak sa chcete opäť odvážiť jednoducho sa postavte na váhu.

2. Upozornenie

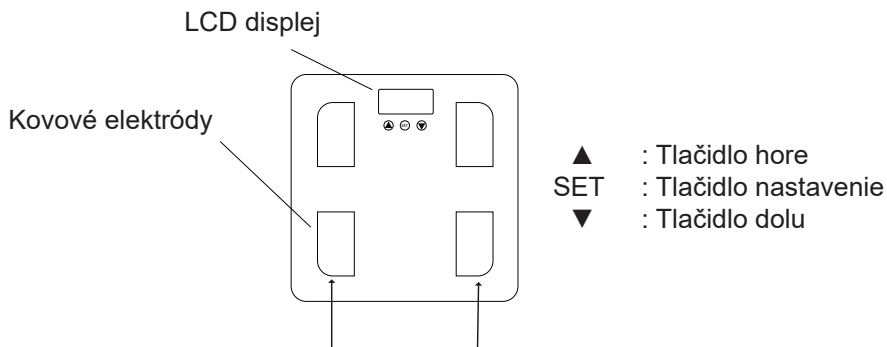
Ľudia s kardiostimulátorom alebo iným typom elektronických implantátov by nemali používať tento výrobok, pretože metóda merania môže narušiť jeho správnu funkciu. Tehotným ženám sa neodporúča používať tento výrobok na telesné analýzy. Tento produkt je vhodný pre dospelých a deti od 10 rokov.

3. Napájanie

Toto zariadenie je napájané pomocou troch AAA batérií, 1,5 V. Pred prvým použitím vytiahnite izolačnú fóliu z priestoru pre batérie. Ak vkladáte nové batérie, uistite sa, že sú vložené správnou polaritou a že kryt batérií je dobre zatvorený.



4. Popis



Vyžujte si topánky aj ponožky a udržiavajte dobrý kontakt medzi bosými nohami a kovovými elektródami.

5. Technické parametre

- 5-1. Tlačidlá nastavenia: Nastavenie hore hore (▲) / dolu (▼)
- 5-2. Maximálna hmotnosť: 180 kg / 397 lb / 28st : 5 lb
- 5-3. Minimálna hmotnosť: 5 kg / 11 lb
- 5-4. Presnosť váženia: 0,1 kg / 0,2 lb
- 5-5. (PB) Číslo používateľa: P0 - P9 10 Osôb'
- 5-6. (fat) Meranie podielu telesného tuku: 5 % ~ 50 %
- 5-7. (TBW) Meranie podielu vody v tele: 10 % ~ 80 %
- 5-8. (MUS) Meranie podielu svalov v tele: 10 % ~ 80 %
- 5-9. (BONE) Meranie hmotnosti kostí v tele: 0,5 Kg ~ 8,0 Kg
- 5-10. (BMI) Parameter indexu telesnej hmotnosti
- 5-11. (KCAL) Denná potreba kalórií
- 5-12. Indikácia preťaženia: **Err**
- 5-13. Indikácia vybitých batérií: **Lo**
- 5-14. **Zapnutie:** Postavte sa na váhu alebo dlhšie podržte stlačené tlačidlo „SET“
- 5-15. **Automatické vypnutie:** Váha sa automaticky vypne po 10 sekundách nečinnosti.
- 5-16. Impedančná chyba: **Err1**, Na váhe sa používa metóda bioelektrickej impedančnej analýzy (BIA) na meranie množstva tuku v tele. Ak sa vyskytla chyba **Err1**, váha má problém s meraním množstva tuku prostredníctvom elektród a nôh, pozrite si odporúčané riešenia problémov v časti „10. Riešenie problémov“.



6. Zmena jednotiek

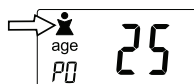
Na dolnej časti váhy stlačením tlačidla prepnete požadovanú jednotku, kg => lb => st:lb.



7. Ako analyzovať telesný tuk

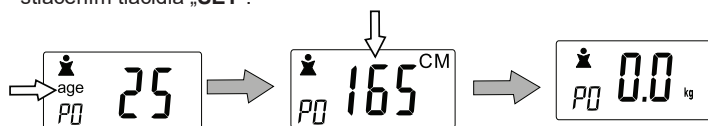
Osobný profil používateľa	
Používateľ č. (P)	P0 - P9
Pohlavie	Muž (♂), žena (♀)
Vek	10 - 80 rokov
10 - 80 rokov	100 ~ 240 cm / 3 stopy 3 palce ~ 7 stôp 10 palcov

7-1. Najskôr zadajte osobný profil používateľa



Podržaním tlačidla „SET” otvoríte režim nastavenia. Stlačením tlačidla ▲ alebo ▼ zvolíte číslo používateľa. P0 - P9. Potvrďte stlačením tlačidla „SET”.

Stlačením tlačidla ▲ alebo ▼ zvolíte nastavenie pre muža alebo ženu. Potvrďte stlačením tlačidla „SET”.

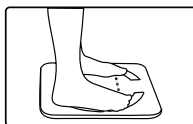
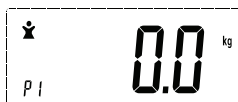


Stlačením tlačidla ▲ alebo ▼ zvolíte vek. Potvrďte stlačením tlačidla „SET”.

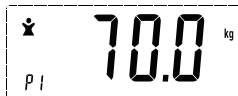
Stlačením tlačidla ▲ alebo ▼ zvolíte výšku. Potvrďte stlačením tlačidla „SET”.

Po ukončení nastavení sa postavte na váhu, aby ste vykonali analýzu. Niekoľko sekúnd po analýze sa váha vypne.

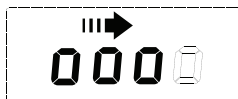
7-2. Po dokončení nastavenia sa zobrazí „0,0”. Využite si topánky aj ponožky a postavte sa na váhu. Zabezpečte dobrý kontakt medzi bosými nohami a kovovými elektródami.



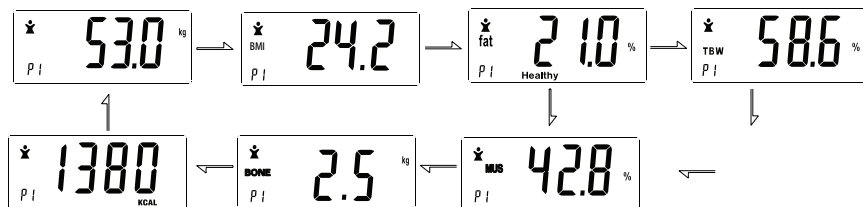
7-3. Čakajte, pokiaľ sa na displeji nezobrazí vaša hmotnosť. Zostaňte na váhe, pokiaľ sa na displeji nezobrazia aj ostatné hodnoty.



7-4. Po chvíli merania zmiznú štyri „0” po jednej zľava doprava. Počkajte, pokiaľ sa nezobrazia ďalšie hodnoty.



- 7-5. Merania sa zobrazia postupne jedno po druhom. Teraz môžete zostúpiť z váhy. Na LCD displeji sa zobrazia telesná hmotnosť, BMI, percento telesného tuku, percento vody, percento svalov, percento kostí, odporúčané kalórie a potom opäť hmotnosť.



8. Funkcia automatickej identifikácie používateľa (Rozsah hmotnosti ≥ 2 kg)

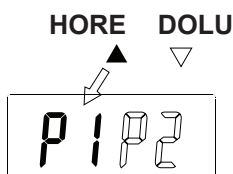
- 8-1. Ak ste správne namerali údaje tela prvýkrát (alebo naposledy, keď ste váhu použili), váha si zapamätá váhu používateľa. Pri ďalšom meraní váha automaticky „rozpozná“ užívateľský profil a vy nebudete musieť znova zadávať svoje osobné údaje. Táto funkcia automatickej identifikácie používateľa vyžaduje, aby dvaja rôzni používatelia mali rozdiel hmotnosti viac ako 2 kg / 4/4 lb.
- 8-2. Postavte sa na váhu a počkajte pokým sa váha stabilizuje. Pri meraní zmiznú štyri “0000” jedna po druhej zľava doprava.



- 8-3. Na váhe sa zobrazia merania hmotnosti a analýzy tela a tiež správny užívateľský profil (P0 - P9).



- 8-4. Rozsah automatickej identifikácie je 2 kg (rovný alebo väčší). Ak je hmotnosť podobná pre 2 používateľov (alebo viacerých), t.j. hmotnosť P1 je 50,0 kg, hmotnosť P2 je 51,8 kg, váha nebude môcť automaticky identifikovať používateľa, na LCD displeji a bude blikať číslo používateľa. Pomocou tlačidla ▲ alebo ▼ vyberte správny profil a stlačte tlačidlo „SET“. Ak nezvolíte profil, systém po 30 sekundách automaticky zvolí jeden z nich.



9. Referenčná tabuľka

BMI parameter				
	podváha	normál	nadváha	obezita
BMI	<18,5	18,5 ~ 25	25 ~ 30	>30

Analýza telesného tuku (%)								
Vek	Žena				Muž			
	Pod	Zdravá	Nad	Obézná	Pod	Zdravá	Nad	Obézná
10 - 39	<20	10 - 21	34 - 39	>39	<10	10 - 21	21 - 26	>26
40 - 59	<21	21 - 35	35 - 40	>40	<11	11 - 22	22 - 27	>27
60 - 80	<22	22 - 36	36 - 41	>41	<13	13 - 24	24 - 29	>29

Analýza vody v tele TBW (%)						
Vek	Žena			Muž		
	Pod	Zdravá	Nad	Pod	Zdravý	Nad
10 - 15	<57	57 - 67	>67	<58	58 - 72	>72
16 - 30	<47	47 - 57	>57	<53	53 - 67	>67
31 - 60	<42	42 - 52	>52	<47	47 - 61	>61
61 - 80	<37	37 - 47	>47	<42	42 - 56	>56

Analýza svalov v tele MUS (%)		
Pohlavie	žena	muž
Zdravý	>34%	>40%

Analýza kostí v tele (kg alebo lb)						
Pohlavie	Žena			Muž		
Hmotnosť	<45 kg	45 - 60 kg	>60 kg	<60 kg	60 - 75 kg	>75 kg
Hmotnosť kostí	1,8 kg	2,2 kg	2,5 kg	2,5 kg	2,9 kg	3,2 kg

Analýza kalórií (KCAL)					
	Vek	<17	18 ~ 29	30 ~ 50	>50
Muž	<50 kg	1350	1200	1115	1075
	50 ~ 65 kg	1485	1320	1227	1183
	65 ~ 80 kg	1890	1680	1561	1505
	80 ~ 95 kg	2295	2040	1896	1828
	>95 kg	2700	2400	2230	2150
Žena	<50 kg	1265	1180	1085	1035
	50 ~ 65 kg	1392	1298	1194	1139
	65 ~ 80 kg	1771	1652	1519	1449
	80 ~ 95 kg	2151	2006	1845	1760
	>95 kg	2530	2360	2170	2070

10. Riešenie problémov

Ak pri používaní váhy narazíte na akýkoľvek problém, pred kontaktovaním servisného strediska si najskôr prečítajte informácie v nasledujúcej tabuľke.

Problém	Príčina	Riešenie
Na displeji sa zobrazí Lo .	Batérie sú vybité.	Vymeňte batérie.
Na displeji sa zobrazí Err .	Bola prekročená maximálna možná hmotnosť.	Maximálna prípustná hmotnosť je 180 kg.
Na displeji sa zobrazí Err% .	Váha má problémy pri meraní množstva tuku v tele pomocou kovových elektród a nôh.	<ul style="list-style-type: none"> • Meranie vykonávajte bosý. Vyzujte si topánky aj ponožky a udržiavajte dobrý kontakt medzi nohami a kovovými elektródami. • Ak sú vaše nohy veľmi suché, mierne si ich navlhčite • Odstráňte z chodidla všetky zhrubnuté časti pokožky. • Uistite sa, že ste do profilu zadali správne hodnoty (pohlavie, vek, výšku).