

**INSTRUCTION MANUAL**  
**РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ**  
**ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ**  
**ПАЙДАЛАНУ ЖӨНІНДЕГІ НҰСҚАУЛЫҚ**

GB	BATHROOM SCALE .....	4
RUS	НАПОЛЬНЫЕ ВЕСЫ .....	6
UA	ПІДЛОГОВІ ВАГИ .....	9
KZ	ЕДЕНҮСТІ ТАРАЗЫСЫ .....	12
EST	VANNITOAKAAL .....	16
LV	GRĪDAS SVARI .....	19
LT	GRINDINĖS SVARSTYKLĖS .....	22
H	PADLÓMÉRLEG .....	24
RO	CĂNTAR DE PODEA .....	27
PL	WAGA ŁAZIENKOWA .....	30



[www.scarlett.ru](http://www.scarlett.ru)



**GB DESCRIPTION**

1. Body
2. Display
3. Switch of metages
4. Control buttons
5. Electrodes
6. Batteries compartment
7. 2 Batteries 3V CR2032 ( included)

**RUS УСТРОЙСТВО ИЗДЕЛИЯ**

1. Корпус
2. Дисплей
3. Переключатель единиц измерения
4. Кнопки управления
5. Электроды
6. Отсек для батареек
7. 2 Батарейки 3V CR2032 (включены в комплект)

**UA ОПИС**

1. Корпус
2. Дисплей
3. Перемикач одиниць виміру
4. Кнопки управління
5. Електроди
6. Відсік для батарейок
7. 2 Батарейки 3V CR2032 (входять до комплекту)

**KZ СИПАТТАМА**

1. Тұлға
2. Дисплей
3. Айырып-қосқыш өлшем бірлігім
4. Басқару тақтасы
5. Электродтар
6. Батареяларға арналған ұя
7. 2 3V CR2032 батареялар

**EST KIRJELDUS**

1. Korpus
2. Näita
3. Switch Osakute
4. Juhtimispaneel
5. Elektroodid
6. Patareidepesa
7. 2 Patareid, 3V CR2032

**LV APRAKSTS**

1. Korpus
2. Rodyti
3. Perjungti vienetai
4. Vadības panelis
5. Elektrodi
6. Bateriju nodalījums
7. 2 Baterijas 3V CR2032

**LT APRAŠYMAS**

1. Korpusas
2. Displejs
3. Mėrvienību pārslēdzējs
4. Valdymo plokštė
5. Elektrodei
6. Baterijų skyrelis
7. 2 3V CR2032 baterijos (į komplektą)

**H LEIRÁS**

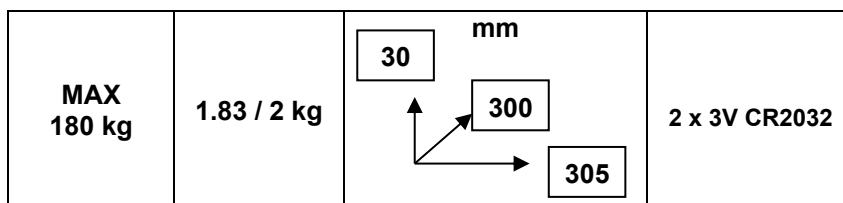
1. Készülékház
2. Prikaz
3. Switch Jedinice
4. Vezérlő
5. Elektrode
6. Elemtároló
7. 2 3V CR2032 elem

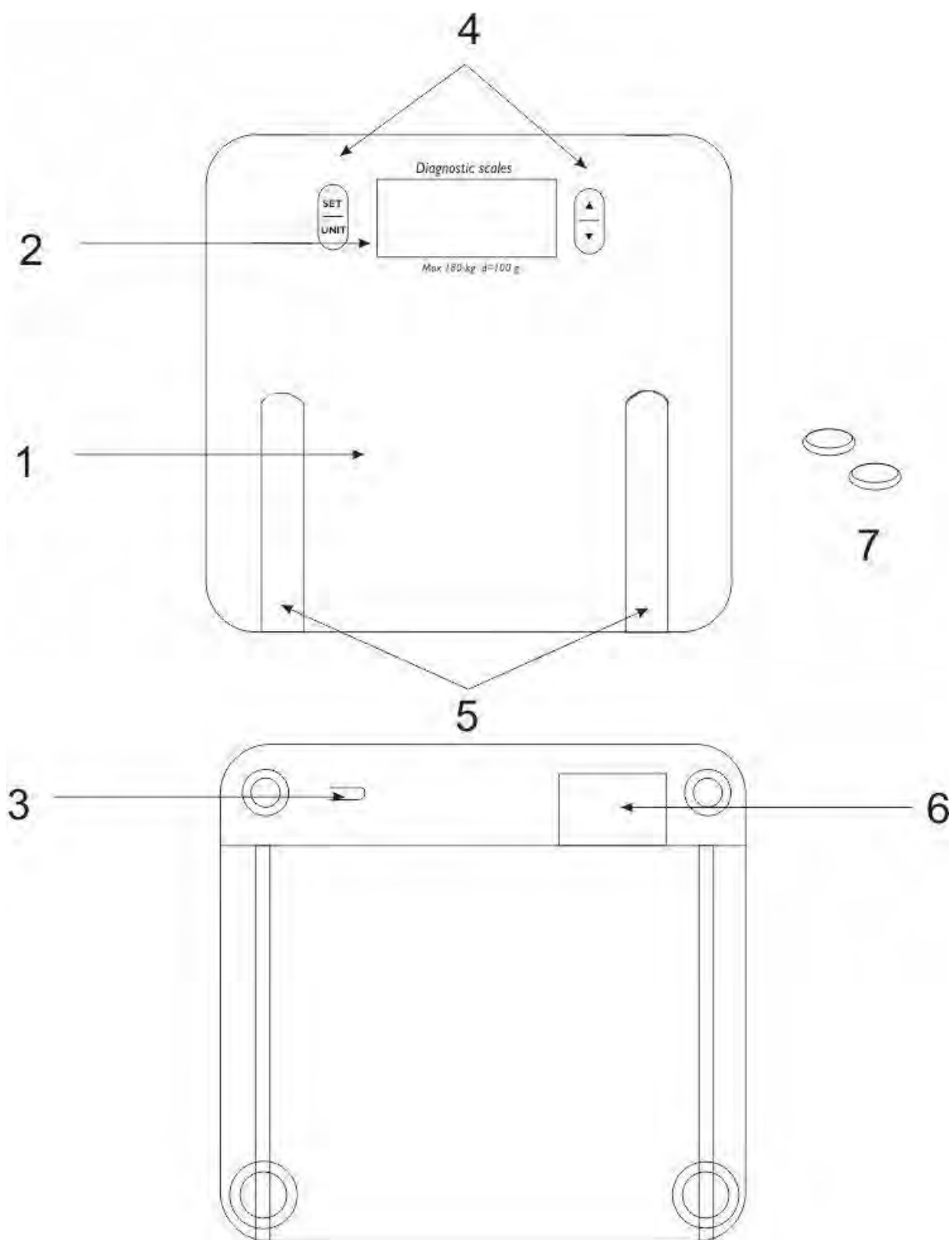
**RO DETALII PRODUS**

1. Corp
2. Display
3. Comutator pentru unități de măsură
4. Panou de control
5. Electrozi
6. Compartiment pentru baterii
7. 2 Baterii 3V CR2032 (incluse în set)

**PL BUDOWA WYROBU**

1. Obudowa
2. Wyświetlacz
3. Przełącznik jednostki miary
4. Przyciski sterowania
5. Elektrody
6. Przedział baterii
7. Baterie 3V CR2032 – 2 sztuki (dołączone do zestawu)





## **GB INSTRUCTION MANUAL**

### **IMPORTANT SAFEGUARDS**

- To avoid breakdown during use read this guide carefully before operating the appliance. Mishandling can cause breakdown of the appliance.
- Only for domestic use. The appliance is not designed for industrial or commercial use.
- Do not expose the scale to shocking.
- Do not jump on the scale.
- Do not overload the scale.
- It is forbidden for use by persons with medical implants (for example, with pacemakers). Otherwise, faulty operation of implants might occur.
- Do not use during pregnancy.
- Attention! Do not step on the scale if your feet or the scale surface are wet – you might slip.
- Batteries may be life-threatening if swallowed.
- Store the batteries and the scale out of the reach of children. The person who swallowed a battery, should immediately consult a doctor.
- Do not allow wrapping material getting into the hands of children (choking hazard).
- It is forbidden to recharge or restore batteries in other manner, disassemble them, or throw into fire.
- Measuring body fat percentage and other parameters in children below 10 years of age may yield invalid results.
- Diagnostic scale may be used for simple weighing without determining water, body fat parameters in children of any age. Minimum weighing limit is 2 kg.
- Unreliable results of measuring body water, body fat might occur in professional athletes, persons prone to oedema, persons with irregular leg-to-body ratio.
- Never try to repair this appliance by yourself. In case of failure, contact the nearest seller.
- If the product has been exposed to temperatures below 0°C for some time it should be kept at room temperature for at least 2 hours before turning it on.
- The manufacturer shall reserve the right to introduce minor changes into the design of the scale, which do not affect its safety, performance capacity or functionality of the appliance.
- Manufacturing date is indicated on the unit and/or on packing as well as in accompanying documents in the following format XX.XXXX where first two figures XX is the month of production, and following four figures XXXX is the year of production.

### **WEIGHING**

#### **PRINCIPLE OF OPERATION**

- The principle behind this scale is bioelectrical impedance analysis (B.I.A.). The measurement of the percentage of different tissues occurs within seconds with electric current, which is not perceptible for a human, safe and harmless.
- It is important that during measurement you take into account the following: measurement of the body fat percentage must be performed only barefoot; it is advisable that you slightly moisturize the soles of your feet. Absolutely dry soles might be the cause of an unsatisfactory result, as they possess extremely low electric conductivity.
- If, when measuring the percentage of fat and water content, the obtained sum of all components has become greater than 100%, this is not a sign of scale defect. It can be explained from the physiological point of view. Operation of the diagnostic scale is based on the analysis of bioimpedance, which determines the amount of fat and water in muscle and bone tissues themselves. Thus the variation of different parameters should be taken into account separately from each other, without summarizing the obtained results.

#### **WEIGHING**

- Make sure the scale stands on a flat, even and firm level surface. Do not put the scale onto a carpet or soft surfaces.
- To ensure correct weight measurement it is advisable that the scale stand in the same place. By moving the scale you risk putting it on an uneven surface, which might affect the correctness of your weight reading.
- To ensure correct weight measurement you need to weigh at the same time, without clothes or footwear, and before eating.
- To ensure precise weight measurement it is not recommended to weigh earlier than 2 hours after waking.
- Step on the scale. Do not lean against anything, stand straight.

#### **GETTING STARTED**

- Open the battery compartment, remove the protective film, then close the compartment.
- The scale is ready to operate.
- By default the scale is set to stones. There is a switch on the rear panel of the scale, for selecting “kilos” or “pounds” as units of measurement.
- Step on the scale to switch it on.
- Wait for some seconds until "0.0" is displayed.



#### **AUTOMATIC SHUTDOWN**


- If nothing happens within 20 seconds after switching on the scale will shut down automatically.

- After weighing the scale shuts down automatically in 6 seconds without load.

#### SETUP OF USER DATA


- You should first set your parameters to perform the analysis.
- Push the SET button, the first storage location out of nine (USER0) will light up on the display. You can set the following:




Display reading	Meaning
	Male
	Female
CM(FT;In)	Height
Age	Age
FAT	Fat
TBW	Water
%	Percentage ratio

- You can set respective values by pushing “up” and “down”  buttons. You should confirm each entered value by pushing the SET button.

#### ENTERING PERSONAL DATA

- Push the SET button. A free storage location will light up on the display – a user name, for example, USER 01.

Confirm the choice by pushing the SET button or select another free user by pushing buttons , for instance, USER 02. Push SET to change to other settings.

- Then a symbol “a man”  or “a woman”  will light up. Confirm your choice by pushing the SET button or select your sex by pushing  buttons.
- Push SET to change to other settings.
- Similarly specify age (age) and height (cm) parameters.
- To confirm each parameter push the SET button.
- After confirming the last parameter (height, cm) The display will show 0.0 KG and user name, for example, USER 2. Begin weighing. Stand still during weighing until the reading settles.
- Attention: during measurement there must be no contact between both feet, calves, shanks or thighs. Otherwise, the measurement cannot be performed properly.
- First the display will show your weight, then in some seconds you will see the following information on the display, which will appear one by one:

Display reading	Meaning
FAT	Fat
TBW	Water
%	Percentage ratio

- The data inform how fit you are at the moment (see the table).

Age	Women		Men		Amount of fat	Display
	Body fat	Body water	Body fat	Body water		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Underweight	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normal	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Overweight	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Obese	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Underweight	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Normal	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Overweight	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Normal	++

#### MESSAGES ON THE DISPLAY

- ATTENTION: If an error message is displayed, wait until the appliance shuts down. Switch it on again to restart the operation. If the error message does not disappear remove batteries from the battery compartment for 10 seconds, after that insert them again and switch on the appliance.

Indicators	Meaning
8888	Selection of the user and personal parameters
0000	Analysis of readings after weighing.
----	- Improper positioning of the scale. Place the scale on a flat, firm surface. - You are standing on the scale with your footwear on. Take off your footwear and step on the scale again.
LO	Indication of the low battery charge. The batteries are discharged, please, replace them with new ones.
ErrH	Indication of the high % of body fat. Body fat percentage is too high. Recommendations: you should keep to a low-calorie diet, do more exercise and pay more attention to your health.
Errl	Indication of the low % of body fat. Body fat percentage is too low. Recommendations: you should keep to a more nourishing diet and pay more attention to your health.
EEEE	Indication of overload. The weight exceeds maximum permissible value for measurement. Please, step off the platform to avoid damage to the scale.

### CLEANING AND MAINTENANCE

- Wipe the scale with a soft cloth using a detergent and wipe dry.
- Do not use organic solvents, aggressive chemicals or abrasives.

### STORAGE

- Observe all requirements from the CLEANING AND MAINTENANCE Section.
- Make sure there are no objects on the scale during storage.
- Store the scale in a cool dry place.

### BATTERIES USAGE RULES

- Battery contains harmful substances for human body. Keep the wrapping materials out of reach of children (choking hazard). The person, who swallowed a battery, should immediately consult a doctor.
- Change the batteries regularly. Change all batteries at once using the elements of the same type.
- It is forbidden to recharge or restore batteries in other manner, disassemble them, or throw into fire or hot-wire.
- The battery must be inserted in the correct polarity.
- Discharged battery can be a reason of scale breakdown. Remove the batteries compartment in case of long out-of-action time.
- Do not throw the batteries into fire! Highly explosive!
- Do not short-circuit the power clamps.



The symbol on the unit, packing materials and/or documentations means used electrical and electronic units and battery's should not be tossed in the garbage with ordinary household garbage. These units should be passed to special receiving point.

For additional information about actual system of the garbage collection address to the local authority.

Valid utilization will help to save valuable resources and avoid negative work on the public health and environment which happens with incorrect using garbage.

## RUS РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

- Внимательно прочитайте данную инструкцию перед эксплуатацией прибора во избежание поломок при использовании. Неправильное обращение может привести к поломке изделия.
- Использовать только в бытовых целях. Прибор не предназначен для промышленного и торгового применения.
- Не подвергайте весы ударным нагрузкам.
- Не прыгайте на весах.
- Не перегружайте весы.
- Запрещается пользоваться весами лицам с медицинскими имплантатами (например, со стимуляторами ритма сердца). В противном случае могут произойти сбои в работе имплантатов.
- Не использовать во время беременности.
- Внимание! Не становитесь на весы, если Ваши ноги или поверхность весов мокрые - Вы можете поскользнуться!

- При попадании в пищеварительный тракт батарейки могут представлять опасность для жизни.
- Храните батарейки и весы в недоступном для детей месте. Лицу, проглотившему батарейку, следует незамедлительно обратиться к врачу.
- Не допускайте попадания упаковочного материала в руки детей (опасность удушья).
- Запрещается заряжать или иными способами восстанавливать батарейки, разбирать их, бросать в огонь.
- При определении процентного содержания жировой ткани и других параметров у детей младше 10 лет могут быть получены недостоверные результаты.
- Диагностические весы могут быть использованы для обычного взвешивания без определения содержания параметров воды, жировой ткани у детей любого возраста. Минимальные параметры взвешивания 2 кг.
- Недостоверные результаты определения воды, жировой ткани могут быть у профессиональных спортсменов, у лиц, склонных к отекам, у лиц с нестандартными пропорциями ног относительно тела.
- Если изделие некоторое время находилось при температуре ниже 0°C, перед включением его следует выдержать в комнатных условиях не менее 2 часов.
- Не пытайтесь самостоятельно ремонтировать устройство. При возникновении неполадок обращайтесь к продавцу.
- Производитель оставляет за собой право без дополнительного уведомления вносить незначительные изменения в конструкцию изделия, кардинально не влияющие на его безопасность, работоспособность и функциональность.
- Дата производства указана на изделии и/или на упаковке, а также в сопроводительной документации, в формате XX.XXXX, где первые две цифры «XX» – это месяц производства, следующие четыре цифры «XXXX» – это год производства.

## **ВЗВЕШИВАНИЕ**

### **ПРИНЦИП РАБОТЫ**

- Данные весы работают по принципу анализа биоэлектрического сопротивления (B.I.A.). При этом определение процентного содержания различных тканей происходит всего за несколько секунд с помощью неощутимого человеком, безопасного и не причиняющего вреда электрического тока.
- При измерении важно учитывать следующее: измерение процентного содержания жировой ткани должно проводиться только босиком; подошвы стоп целесообразно слегка увлажнить. Абсолютно сухие подошвы могут стать причиной недостоверного результата, так как имеют слишком низкую электрическую проводимость.
- Если при измерении процентного соотношения жира и воды сумма процентов всех компонентов получилась больше 100%, это не является браком весов. Данное явление можно объяснить с физиологической точки зрения. Работа диагностических весов основана на биоимпеданском анализе, выявляющем количество жира и воды, которые содержатся и в самих мышечных и костных тканях. Таким образом, динамику изменений различных показателей следует рассматривать отдельно по каждому показателю, не суммируя полученные результаты.

### **ВЗВЕШИВАНИЕ**

- Убедитесь, что весы стоят на плоской, ровной и твердой горизонтальной поверхности. Не устанавливайте весы на ковер или мягкие поверхности.
- Для точного определения веса желательно, чтобы весы стояли в одном и том же месте. Перемещая весы, вы рискуете установить их на неровную поверхность, что может повлиять на точность отображения веса.
- Для точного определения веса, необходимо взвешиваться в одно и то же время, сняв одежду и обувь, и до принятия пищи.
- Для более точного измерения веса, не желательно измерять вес раньше, чем через 2 часа после пробуждения.
- Встаньте на весы. Ни к чему не прислоняйтесь, стойте прямо.

### **НАЧАЛО РАБОТЫ**



- Откройте отсек для батареек, вытащите защитную пленку, закройте отсек.
- Весы готовы к работе.
- Весы по умолчанию настроены на единицу измерения «стоуны». На задней панели весов находится переключатель, при помощи которого Вы можете выбрать в качестве единицы измерения «килограммы» или «фунты».
- Чтобы включить весы, встаньте на них.
- Подождите несколько секунд, пока на дисплее не загорится «0.0».

### **АВТОМАТИЧЕСКОЕ ОТКЛЮЧЕНИЕ**

- Если в течение 20 секунд после включения весов не последует никаких действий, весы автоматически отключатся.
- После взвешивания весы без нагрузки автоматически отключаются через 6 секунд.



### **НАСТРОЙКА ПОЛЬЗОВАТЕЛЬСКИХ ДАННЫХ**





- Для проведения анализа следует сначала задать свои параметры.
- Нажмите кнопку SET, на дисплее отображается первая ячейка памяти из десяти (USER 0). Вы можете сделать следующие настройки:

Показания дисплея	Значение
	Мужской пол
	Женский пол
CM(FT;In)	Рост
Age	Возраст
FAT	Жир
TBW	Вода
%	Процентное соотношение

- Нажимая на кнопки «вверх» или «вниз», вы можете установить соответствующие значения. Ввод каждого значения следует подтвердить, нажав кнопку SET.

#### ВВОД ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ

Нажмите кнопку SET. На экране высветится поле свободной памяти - номер пользователя, например USER 01. Подтвердите выбор нажатием кнопки SET или выберите следующего свободного пользователя, нажимая кнопки  , например USER 02. Нажмите SET, чтобы перейти к дальнейшим настройкам.

- Далее высветится символ «мужчина»  или «женщина» . Подтвердите выбор нажатием кнопки SET или выберите свой пол, нажимая кнопки  .
- Нажмите SET, чтобы перейти к дальнейшим настройкам.
- Аналогично задайте параметры возраста (age) и роста (cm).
- Для подтверждения каждого параметра нажимайте кнопку SET.
- После подтверждения последнего параметра (рост, cm). На экране высветиться 0,0 KG и номер пользователя, например USER 02. Начните взвешивание. Во время взвешивания стойте неподвижно, чтобы показание стабилизировалось
- Внимание: при измерении не должно быть контакта между обеими ступнями, икрами, голеньями и бедрами. В противном случае измерение не может быть выполнено должным образом.
- Вначале на дисплее будет показан ваш вес, затем через несколько секунд вы увидите на дисплее следующую информацию, которая будет отображаться поочередно:

Показания дисплея	Значение
FAT	Жир
TBW	Вода
%	Процентное соотношение

- Данные сообщают, в какой форме вы находитесь на данный момент (см. таблицу).

Возраст	Женский		Мужской		Кол-во жира	Дисплей
	Жир	Вода	Жир	Вода		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Недостаток	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Норма	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Избыток	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Излишний вес	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Недостаток	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Норма	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Избыток	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Излишний вес	++

#### СООБЩЕНИЯ НА ДИСПЛЕЕ

- ВНИМАНИЕ: Если дисплей показывает сообщение об ошибке, дождитесь пока прибор не отключится. Включите его заново, чтобы перезапустить операцию. Если сообщение об ошибке не пропало, выньте батарейки из отсека для батареек на 10 секунд, после чего вставьте их обратно и включите прибор.

Индикаторы	Значение
8888	Выбор пользователя и персональных параметров.
oooo	Анализ показаний после взвешивания.
----	- Неправильное положение весов. Переставьте весы на прямую, твердую поверхность. - Вы стоите на весах, не разувшись. Снимите обувь и заново встаньте на весы.



<b>LO</b>	Индикация разрядки батареек. Батарейки разряжены, замените на новые.
<b>ErrH</b>	Индикация высокого % жира. Процентное содержание жира является слишком высоким. Рекомендации: следует придерживаться низкокалорийной диеты, больше заниматься спортом и быть более внимательным к своему здоровью.
<b>Errl</b>	Индикация низкого% жира. Процентное содержание жира является слишком низким. Рекомендации: следует придерживаться более питательной диеты и быть более внимательным к своему здоровью.
<b>EEEE</b>	Индикация перегрузки. Вес превышает максимально допустимый вес для взвешивания.Сойдите с платформы, чтобы избежать повреждения весов.

## ОЧИСТКА И УХОД

- Протрите весы мягкой тканью с моющим средством и просушите.
- Не применяйте органические растворители, агрессивные химические вещества и абразивные средства.

## ХРАНЕНИЕ

- Выполните требования раздела ОЧИСТКА И УХОД.
- Следите за тем, чтобы во время хранения на весах не было никаких предметов.
- Храните весы в сухом прохладном месте, в горизонтальном положении.

## ОБРАЩЕНИЕ С БАТАРЕЙКОЙ

- Батарейка содержит вредные для организма вещества. Проследите, чтобы маленькие дети не имели доступа к элементам питания. Если кто-либо проглотит элемент питания, следует немедленно обратиться к врачу.
- Регулярно заменяйте батарейку. Используйте при этом элементы одного типа.
- Батарейку следует вставлять с соблюдением полярности.
- Батарейку нельзя перезаряжать или реактивировать с помощью различных средств, не разбирайте их, не бросайте в огонь и не замыкайте накоротко.
- При длительном перерыве в использовании прибора выньте батарейку из прибора.
- Не бросайте элементы питания в огонь. Опасность взрыва!
- Не допускается замыкание зажимов питания.



Данный символ на изделии, упаковке и/или сопроводительной документации означает, что использованные электрические и электронные изделия и батарейки не должны выбрасываться вместе с обычными бытовыми отходами. Их следует сдавать в специализированные пункты приема.

Для получения дополнительной информации о существующих системах сбора отходов обратитесь к местным органам власти.

Правильная утилизация поможет сберечь ценные ресурсы и предотвратить возможное негативное влияние на здоровье людей и состояние окружающей среды, которое может возникнуть в результате неправильного обращения с отходами.

## UA ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

- Шановний покупець! Ми вдячні Вам за придбання продукції торговельної марки SCARLETT та довіру до нашої компанії. SCARLETT гарантує високу якість та надійну роботу своєї продукції за умови дотримання технічних вимог, вказаних в посібнику з експлуатації.
- Термін служби виробу торгової марки SCARLETT у разі експлуатації продукції в межах побутових потреб та дотримання правил користування, наведених в посібнику з експлуатації, складає 2 (два) роки з дня передачі виробу користувачеві. Виробник звертає увагу користувачів, що у разі дотримання цих умов, термін служби виробу може значно перевищити вказаний виробником строк.

## ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ

- Уважно прочитайте дану інструкцію перед експлуатацією приладу, щоб запобігти поломкам під час користування. Невірне використання може призвести до поломки виробу.
- Використовувати тільки в побуті. Прилад не призначений для виробничого і торгівельного використання.
- Не завдавайте вагам ударних навантажень.
- Не стрибайте на вагах.
- Не перенавантажуйте ваги.
- Забороняється користування вагами особам з медичними імплантатами (наприклад, зі стимуляторами ритму серця), інакше можуть статися збої в роботі імплантатів.
- Не використовувати під час вагітності.
- Увага! Не ставьте на ваги, якщо Ваші ноги або поверхня вагів волога - Ви можете посковзнутися!

- При попаданні у травний тракт батарейки можуть представляти небезпеку для життя.
- Зберігайте батарейки і ваги в недоступному для дітей місці. Особі, яка проковтнула батарейку, слід негайно звернутися до лікаря.
- Не допускайте попадання пакувального матеріалу в руки дітей (безпека задухи).
- Забороняється заряджати або іншими способами відновлювати батарейки, розбирати їх, кидати у вогонь.
- При визначенні процентного вмісту жирової тканини та інших параметрів у дітей молодше 10 років можуть бути отримані неточні результати.
- Діагностичні ваги можуть бути використані для звичайного зважування без визначення вмісту параметрів води, жирової тканини у дітей будь-якого віку. Мінімальні параметри зважування 2 кг.
- Неточні результати визначення вмісту води, жирової тканини можуть бути у професійних спортсменів, в осіб, схильних до набряків, в осіб з нестандартними пропорціями ніг відносно тіла.
- Обладнання відповідає вимогам Технічного регламенту обмеження використання деяких небезпечних речовин в електричному та електронному обладнанні.
- Не намагайтесь самостійно ремонтувати пристрій. У разі виникнення збоїв звертайтеся до найближчого продавця.
- Якщо виріб деякий час знаходився при температурі нижче 0°C, перед увімкненням його слід витримати у кімнаті не менше 2 годин.
- Виробник залишає за собою право без додаткового повідомлення вносити незначні зміни до конструкції виробу, що кардинально не впливають на його безпеку, працездатність та функціональність.
- Дата виробництва вказана на виробі та/або на пакуванні, а також у супроводжувачій документації у форматі XX.XXXX, де перші дві цифри «XX» – це місяць виробництва, наступні чотири цифри «XXXX» – це рік виробництва.

## **ЗВАЖУВАННЯ**

### **ПРИНЦИП РОБОТИ**

- Ці ваги працюють за принципом аналізу біоелектричного опору (В.І.А.). При цьому визначення процентного вмісту різних тканин відбувається всього за декілька секунд за допомогою не відчутного людиною, безпечного електричного струму, що не задає шкоди.
- При визначенні важливо враховувати наступне: визначення процентного вмісту жирової тканини повинно проводитися тільки босоніж; підошви стоп доцільно злегка зволожити. Абсолютно сухі підошви можуть стати причиною невірному результату, бо мають дуже низьку електропровідність.
- У процесі вимірювання стійте нерухомо.
- Якщо під час вимірювання процентного співвідношення жиру та води сума відсотків усіх компонентів складає більше 100%, це не є браком вагів. Це явище можна пояснити з фізіологічної точки зору. Робота діагностичних вагів заснована на біоімпедансному аналізі, що виявляє кількість жиру та води, що містяться і в самих м'язових та кісткових тканинах. Таким чином, динаміку змін різних показників слід розглядати окремо за кожним показником, не підсумовуючи отримані результати.

### **ЗВАЖУВАННЯ**

- Переконайтесь, що ваги стоять на плоскій, рівній та твердій горизонтальній поверхні. Не розташовуйте ваги на килимі або на м'яких поверхнях.
- Для точного визначення ваги пожадана, щоб прилад стояв в одному і тому ж місці. Коли ви переміщуєте ваги, ви ризикуєте встановити їх на нерівну поверхню, що може вплинути на точність відображення ваги.
- Для точного визначення ваги, необхідно зважуватись в один і той же час, знявши одяг і взуття, і до прийняття їди.
- Для більш точного виміру ваги, не рекомендується виміряти вагу раніше, ніж через 2 години після пробудження.
- Стоячи на вагах, ні до чого не притуляйтесь, стійте прямо.

### **ПОЧАТОК РОБОТИ**



- Відкрийте відсік для батарейок, витягніть захисну плівку, закрийте відсік.
- Ваги готові до роботи.
- Ваги за умовчанням налаштовані на одиницю вимірювання «стоуни». На задній стінці вагів знаходиться перемикач, за допомогою якого Ви можете обрати в якості одиниці вимірювання «кілограми» або «фунти».
- Щоб увімкнути ваги, встаньте на них.
- Почекайте декілька секунд, поки на дисплеї не засвітиться «0.0».

### **АВТОМАТИЧНЕ ВІДКЛЮЧЕННЯ**

- Якщо протягом 20 секунд після увімкнення вагів не послідує ніяких дій, ваги автоматично вимкнуться.
- Після звужування ваги без навантаження автоматично вимикаються через 6 секунд.

### **НАСТРОЙКА ДАНИХ КОРИСТУВАЧА**

- Для проведення аналізу задайте спочатку свої параметри.
- Натисніть кнопку SET, на дисплеї відобразиться перша комірка пам'яті з дев'яти(USER0). Ви можете зробити наступні настройки:

Показники дисплею	Значення
	Чоловіча стать
	Жіноча стать
CM(FT;In)	Зріст
Age	Вік
FAT	Жир
TBW	Вода
%	Процентне співвідношення

- Натискаючи на кнопки «вгору» або «вниз», Ви можете встановити відповідні значення. Шляхом натискання кнопки SET, необхідно підтвердити введення кожного значення.

#### ВВЕДЕННЯ ОСОБИСТИХ ДАНИХ

- Натисніть кнопку SET. На екрані висвітлиться поле вільної пам'яті - номер користувача, наприклад USER 01. Шляхом натискання SET, підтвердьте свій вибір, або оберіть наступного вільного користувача, натискаючи кнопки, наприклад USER 02. Натисніть SET, Щоб перейти до наступних настройок.

- Далі засвітяться символ «чоловік» або «жінка». Підтвердити вибір натисканням кнопки SET або оберіть свою стать, натискаючи кнопки.

- Натисніть SET, щоб перейти до наступних настройок.
- Аналогічно задайте параметри віку (age) та зросту (cm).
- Для підтвердження кожного параметра натискайте кнопку SET.
- Після підтвердження останнього параметра (зріст, cm). На екрані засвітяться 0,0 KG та номер користувача, наприклад USER 2. Почніть зважування. Під час зважування стійте нерухомо, щоб показання стабілізувалося.
- Увага: під час вимірювання між обома ступнями, литками, гомілками й стегнами не має бути контакту. Інакше вимірювання не може бути виконано належним чином.
- Спочатку на дисплеї буде показана ваша вага, потім через декілька секунд Ви побачите на дисплеї наступну інформацію, яка відобразиться за чергою:

Показники дисплею	Значення
FAT	Жир
TBW	Вода
%	Процентне співвідношення

- Дані повідомляють про те, в якій формі Ви знаходитесь на даний час (див. таблицю)

Вік	Жінки		Чоловіки		Жир	Дисплей
	Жир	Вода	Жир	Вода		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Нестача жиру	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Норма	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Надлишок жиру	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Огрядність	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Нестача жиру	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Норма	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Надлишок жиру	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Огрядність	++

#### ПОВІДОМЛЕННЯ НА ДИСПЛЕІ

- УВАГА: Якщо на дисплеї з'являється повідомлення про помилку, дочекайтеся, поки прилад не вимкнеться. Увімкніть його знову, щоб перезапустити операцію. Якщо повідомлення про помилку не згасло, вийміть батареї з відсіку для батарей на 10 секунд, після чого вставте їх назад й увімкніть прилад.

Індикатори	Значення
8888	Вибір користувача та персональних параметрів.
0000	Аналіз показників після зважування.



- Медициналық қондырымдары (имплантаттары, мысалы, жүрек ырғағы стимуляторлары) бар адамдардың таразыны пайдалануына тыйым салынады. Пайдаланған жағдайда қондырымдардың жұмысында іркіліс орын алуы мүмкін.
- Жүктілік кезінде пайдалануға болмайды.
- Назар аударыңыз! Егер аяғыңыз немесе таразының беткі қабаты дымқыл болса, оның үстіне шықпаңыз – тайып кетуіңіз мүмкін!
- Ас қорыту жолына түсіп кетсе, батареялар өмірге қатер төндіруі мүмкін.
- Батареяларды балалардың қолы жетпейтін жерде сақтаңыз. Батареяны жұтып қойған адам дереу дәрігерге көрінуге тиіс.
- Орауыш материалдың балалардың қолына түсуіне жол бермеңіз (тұншығып қалу қатері бар).
- Батареяларды зарядтауға немесе басқа тәсілдермен қалпына келтіруге, оларды бөлшектеуге, отқа тастауға тыйым салынады.
- 10 жасқа толмаған балалардың майлы тіндерінің пайыздық құрамын және басқа параметрлерін айқындаған кезде дәйексіз, дұрыс емес нәтижелер алынуы мүмкін.
- Диагностикалық таразыны кез келген жастағы балалардың денесіндегі судың, майлы тіндердің және бұлшық ет массасының параметрлерін айқындамастан, әдеттегідей өлшену үшін пайдалануға болады. Ең кіші өлшену параметрлері – 2 кг.
- Судың, майлы тіндердің және бұлшық ет массасының параметрлерін айқындаудағы дұрыс емес нәтижелер кәсіпқой спортшыларда, ісінуге бейім адамдарда, дене тұрқына қатысты аяғының мөлшерлері қалыптан тыс адамдарда болуы мүмкін.
- Құрылғыны өз бетіңізбен жөндеуге әрекет жасамаңыз. Істен сатушыға хабарласыңыз.
- Егер бұйым біршама уақыт 0°C-тан төмен температурада тұрса, іске қосар алдында оны кем дегенде 2 сағат бөлме температурасында ұстау керек.
- Өндіруші бұйымның қауіпсіздігіне, жұмыс өнімділігі мен жұмыс мүмкіндіктеріне түбегейлі әсер етпейтін болмашы өзгерістерді оның құрылмасына қосымша ескертпестен енгізу құқығын өзінде қалдырады.
- Жасап шығарылған күні бұйымда және (немесе) қаптамада, сондай-ақ ілеспе құжаттамада, XX.XXXX пішімінде көрсетілген, мұндағы алғашқы екі сан «XX» – жасап шығарылған айы, келесі төрт сан «XXXX» – жасап шығарылған жылы.

## **ӨЛШЕНУ**

### **ЖҰМЫСЫ**

- Осы таразы биоэлектрлік қарсыласуды (B.I.A.) талдау қағидасы бойынша жұмыс істейді. Бұл орайда түрлі тіндердің пайыздық құрамын айқындау адам сезбейтін, қауіпсіз әрі зиян келтірмейтін электр тоғының көмегімен небары бірнеше секундта іске асады.
- Өлшену кезінде мынаны ескерудің маңызы зор: майлы тіннің пайыздық құрамын тек жалаңаяқ тұрып өлшеу керек; табанды сәл сулаған дұрыс. Табан мүлде құрғақ болса, бұл қанағаттанарлықсыз нәтиже алынуына себеп болуы мүмкін, өйткені табанның электрлік өткізгіштігі тым төмен.
- Егер майдың, бұлшық ет тінінің, сүйек массасының және құрамдастардың сомасы 100%-дан артық болып шықса, бұл таразының ақаулығы емес. Бұл құбылысты физиологиялық тұрғыдан түсіндіруге болады. Диагностикалық таразының жұмысы биоимпеданстық талдауға негізделген, ол бұлшық ет пен сүйек тіндерінің өздерінің де құрамында болатын май мен судың мөлшерін анықтайды. Сондықтан, алынған нәтижелерді қоспастан, түрлі көрсеткіштердің өзгеру динамикасын әр көрсеткіш бойынша бөлек қарастырған дұрыс.

### **ӨЛШЕНУ**

- Таразының жайпақ тегіс жазық жерде тұрғанына көз жеткізіңіз. Таразыны кілемнің немесе жұмсақ заттардың үстіне қоймаңыз.
- Салмақты дәл айқындау үшін таразының үнемі бір жерде тұрғаны дұрыс. Таразының орнын ауыстырған кезде оны тегіс емес жерге қоюыңыз ықтимал, ал бұл салмақтың дәл көрсетілуіне әсер етуі мүмкін.
- Салмақты дәл айқындау үшін үнемі бір уақытта, киіміңіз бен аяқ киіміңізді шешіп, тамақтанардан бұрын өлшену керек.
- Салмақты барынша дәл айқындау үшін ұйқыдан тұрғаннан кейін 2 сағат өтпей тұрып салмақты өлшемеген жөн.
- Таразының үстіне шығыңыз. Ештеңеге сүйенбей, тік тұрыңыз.

### **ЖҰМЫСТЫ БАСТАУ**



- Батарея бөлімін ашыңыз, қорғаныс қабатын алып тастап, содан кейін қақпағын жабыңыз.
- Таразы жұмысқа дайын.
- Таразы әдепкі бойынша «стоун» өлшем бірлігіне бапталған. Таразының артқы қабырғасында ажыратқыш бар, оның көмегімен Сіз өлшем бірлігі ретінде «килограмм» немесе «фунт» мәнін таңдай аласыз.
- Таразыны іске қосу үшін оның үстіне шығыңыз.
- Бейнебетте «0.0» белгісі жанғанша бірнеше секунд күтіңіз.

### **АВТОМАТТЫ ТҮРДЕ СӨНУ**

- Егер таразыны іске қосқаннан кейін 20 секунд ішінде ешқандай іс-әрекет жасалмаса, таразы автоматты түрде сөнеді.
- Өлшенгеннен кейін үстінде жүгі жоқ таразы 6 секундтан кейін автоматты түрде сөнеді.



## ПАЙДАЛАНУШЫ ДЕРЕКТЕРІН ЛАЙЫҚТАУ

- Талдау жасау үшін ең әуелі өзіңіздің параметрлеріңізді енгізу керек.
- SET түймешігін басыңыз, сонда бейнебетте тоғыз жады ұяшығының біріншісі (USER0) көрсетіледі. Келесі параметрлерді орнатуға болады:

Бейнебеттегі көрсеткіштер	Мәні
	Ер адам
	Әйел адам
CM(FT;In)	Бойы
Age	Жасы
FAT	Май
TBW	Су
%	Пайыздық арақатынасы

- «Жоғары» немесе «төмен» түймешіктерін басу арқылы тиісті мәндерді орнатуыңызға болады. Әр мәнің енгізілгенін SET түймешігін басу арқылы растау керек.

## ЖЕКЕ ДЕРЕКТЕРДІ ЕНГІЗУ

- SET түймешігін басыңыз. Бейнебетте бос жады өрісі – пайдаланушының нөмірі, мысалы USER 01 жарықтанады. Таңдауыңызды SET түймешігін басу арқылы растаңыз немесе түймешіктерін басу арқылы келесі бос пайдаланушының бос нөмірін, мысалы, USER 02 таңдаңыз. Одан кейінгі параметрлерге өту үшін SET түймешігін басыңыз.
- Одан кейін «ер адам»  немесе «әйел»  белгішесі жарықтанады. Таңдауыңызды SET түймешігін басу арқылы растаңыз немесе түймешіктерін басу арқылы өз жынысыңызды таңдаңыз.
- Келесі параметрлерге өту үшін SET түймешігін басыңыз.
- Жасыңыз (age) бен бойыңыздың (cm) параметрлерін де осылайша орнатыңыз.
- Әрбір параметрді растау үшін SET түймешігін басыңыз.
- Соңғы параметр (бой, cm) расталғаннан кейін бейнебетте 0,0 KG көрсеткіші мен пайдаланушы нөмірі, мысалы, USER 2 жарықтанады. Өлшенуді бастаңыз. Өлшенген кезде көрсеткіш тұрақтануы үшін қимылсыз тұрыңыз.
- Ескерту: өлшенген кезде екі аяқтың, балтырдың, сирақтың және санның арасы бір біріне тиіп тұрмауға тиіс. Олай болмаған жағдайда өлшеуді тиісті түрде іске асыру мүмкін емес.
- Әуелі бейнебетте сіздің салмағыңыз көрсетіледі, содан кейін бірнеше секунд өткенде сіз кезек-кезек бейнеленетін төмендегі ақпаратты көресіз:

Бейнебеттегі көрсеткіштер	Мәні
FAT	Май
TBW	Су
%	Пайыздық арақатынасы

- Деректер сіздің қазіргі сәтте қандай күйде екеніңізді айтады (кестені қараңыз)

Жас	Әйелдер		Ерлер		Май	Дисплей
	Май	Су	Body fat	Май		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Май жеткіліксіз	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Қалыпты	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Май шамадан артық	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Семіздік	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Май жеткіліксіз	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Қалыпты	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Май шамадан артық	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Семіздік	++

### БЕЙНЕБЕТТЕГІ ХАБАРЛАМАЛАР

- ЕСКЕРТУ: Егер бейнебетте қате туралы хабар көрсетілсе, аспап сөнгенше күте тұрыңыз. Операцияны жаңадан бастау үшін оны қайтадан іске қосыңыз. Егер қате туралы хабар жоғалып кетпесе, батареялар ұяшығынан батареяларды 10 секундқа шығарыңыз да, содан кейін қайтадан салып, аспапты іске қосыңыз.

Индикаторлар	Мәні
<b>8888</b>	Пайдаланушыны және жеке параметрлерді таңдау.
<b>0000</b>	Өлшенгеннен кейін көрсеткіштерді талдау.
<b>----</b>	- Таразының орналасуы дұрыс емес. Таразыны жазық, қатты беткі қабатқа қайта орнатыңыз. - Сіз таразыда аяқкіміңізді шешпей тұрсыз. Аяқкіміңізді шешіңіз де, таразыға тұрыңыз.
<b>LO</b>	Батареялардың қуаты таусылғанының көрсеткіші. Батареялардың қуаты таусылған, оларды жаңасымен ауыстырыңыз.
<b>ErrH</b>	Майдың жоғары пайызының (%) көрсеткіші. Майдың пайыздық құрамы тым жоғары. Ұсыныстамалар: нәрлілігі төмен диетаны ұстанып, спортпен көбірек айналысу керек, және өз денсаулығыңызға көбірек көңіл бөлуіңіз қажет.
<b>Errl</b>	Майдың төмен пайызының (%) көрсеткіші. Майдың пайыздық құрамы тым төмен. Ұсыныстамалар: нәрлілігі көбірек диетаны ұстанып, өз денсаулығыңызға көбірек көңіл бөлуіңіз керек.
<b>EEEE</b>	Асқын жүк түскенінің көрсеткіші. Салмақ өлшенуге рұқсат етілген ең үлкен салмақтан асады. Таразыны бұзып алмас үшін платформадан түсіңіз.

### ТАЗАЛАУ ЖӘНЕ КҮТІП ҰСТАУ

- Таразыны жуғыш затқа шыланған жұмсақ шүберекпен сүртіп, құрғатыңыз.
- Органикалық еріткіштерді, жеміргіш химиялық заттарды және түрпілі құралдарды қолдануға болмайды.

### САҚТАЛУЫ

- ТАЗАЛАУ ЖӘНЕ КҮТІП ҰСТАУ тарауындағы талаптарды орындаңыз.
- Сақтау барысында таразының үстінде ешқандай заттардың болмауын қадағалаңыз.
- Таразыны құрғақ әрі салқын жерде сақтаңыз.
- Держите је на хладном и сувом месту.

### БАТАРЕЯНЫ ҚОЛДАНУ

- Батареяның құрамында ағзаға зиянды заттектер бар. Кішкентай балалардың қорек элементтеріне жете алмауын қадағалаңыз. Егер әлдекім қорек элементін жұтып қойса, дереу дәрігерге көріну керек.
- Батареяны жүйелі түрде ауыстырып тұрыңыз. Бұл орайда бір тұрпатты элементтерді пайдаланыңыз.
- Қорек элементтерін қайтадан зарядтауға немесе түрлі құралдардың көмегімен қайта белсендіруге болмайды, оларды бөлшектемеңіз, отқа тастамаңыз және қысқа тұйықтамаңыз.
- Қуаты таусылған батарея аспаптың бұзылуына себеп болуы мүмкін. Аспапты пайдалануда ұзақ уақыт үзіліс болған кезде, батареяны аспаптан шығарып қойыңыз.
- Қорек элементтерін отқа тастамаңыз. Жарылыс қатері бар!
- Қорек қапсырмаларын қысқа тұйықтауға жол берілмейді.



Өнімдегі, қораптағы және/немесе қосымша құжаттағы осындай белгі қолданылған электрлік және электрондық бұйымдар мен батареялар кәдімгі тұрмыстық қалдықтармен бірге шығарылмауы керек дегенді білдіреді. Оларды арнайы қабылдау бөлімшелеріне өткізу қажет.

Қалдықтарды жинау жүйелері туралы қосымша мәліметтер алу үшін жергілікті басқару органдарына хабарласыңыз.

Қалдықтарды дұрыс кәдеге жарату бағалы ресурстарды сақтауға және қалдықтарды дұрыс шығармай салдарынан адамның денсаулығына және қоршаған ортаға келетін теріс әсерлердің алдын алуға көмектеседі.

## **EST KASUTUSJUHEND** **OHUTUSABINÖUD**

- Lugege käesolev juhend tähelepanelikult läbi enne seadme kasutamist, et vältida rikkeid. Väär kasutamine võib kaasa tuua toote rikkumise.
- Kasutada ainult kodustel eesmärkidel. Seade ei ole ette nähtud tööstuslikuks ega kaubanduslikuks kasutamiseks.
- Hoidke kaalu löökide eest.
- Ärge hüpake kaalul.
- Ärge koormake kaalu üle.
- Seadet on keelatud kasutada inimestel kes kasutavad meditsiinilisi implantaate (näiteks südame stimulaatorit). See võib tekitada häireid implantaatide töös.
- Mitte kasutada kaalu raseduse ajal.
- Tähelepanu! Ärge astuge kaalule, kui teie jalad või kaalu pind on märjad. Te võite libiseda.
- Seedetrakti sattumisel võivad patareid olla eluohtlikud.
- Hoidke patareisid ja kaalu lastele kättesaamatus kohas. Isikul, kes on patarei neelanud, tuleb pöörduda viivitamatult arsti poole.
- Hoidke ära pakendimaterjali sattumine laste kätte (lämbumisoht).
- Keelatud on laadida või muul viisil taastada patareisid, neid lahti võtta ja tulle visata.
- Rasvkoe protsentuaalse sisalduse ja muude parameetrite määramisel alla 10-aastastel lastel võidakse saada ebatäpseid tulemusi.
- Diagnostikakaalu võib kasutada tavaliseks kaalumiseks, määramata vee ja rasvkoe sisaldus ning lihasmassi igas vanuses laste puhul. Minimaalne kaaluparameeter on 2 kg.
- Ebaõiged tulemusi vee, rasvkoe ja lihasmassi määramisel võidakse saada kutselistel sportlastel, isikutel, kes kannatavad tursete all ning neil, kelle jalad on keha suhtes ebaproportsionaalsed.
- Ärge püüdke seadet iseseisvalt remontida. Probleemide ilmnemisel võtke ühendust oma kohaliku edasimüüjaga.
- Kui toode on olnud mõnda aega õhutemperatuuril alla 0 °C, tuleb hoida seda enne sisselülitamist vähemalt 2 tundi toatemperatuuril.
- Tootja jätab endale õiguse teha ette teatamata toote konstruktsioonis väheseid muudatusi, mis ei mõju oluliselt selle ohutusele, töövõimele ja funktsionaalsusele.
- Tootmisaeg on näidatud tootel ja/või pakendil, samuti saatedokumentidel, formaadis XX.XXXX, kus esimesed kaks numbrit XX tähendavad tootmiskuud, järgmised neli numbrit XXXX aga tootmisaastat.

## **KAALUMINE** **TÖÖPÕHIMÖTE**

- See kaal töötab keha bioelektrilise takistuse (B.I.A.) analüüsi põhimõttel. Sealjuures määratakse eri kudede protsendiline sisaldus kõigest mõne sekundi vältel toimiva elektrivoolu abil, mida inimene ei tunne ning mis on ohutu ega ole kahjulik.
- Mõõtmiste puhul tuleb arvesse võtta järgmist: rasvkoe protsentuaalset sisaldust tuleb mõõta ainult paljajalu; jalatallad on soovitatav kergelt niisutada. Täiesti kuivad jalatallad võivad põhjustada ebarahuldavaid mõõtetulemusi, sest neil on liiga madal elektrijuhtivus.
- Kui rasva, lihaskoe, luumassi ja vee protsendilise sisalduse mõõtmisel saadi kõigi nende komponentide summaks üle 100 %, siis ei ole tegemist kaalu praagiga. See nähtus on seletatav füsioloogilisest seisukohast. Diagnostikakaalu töö rajaneb bioimpedantsi analüüsil, millega selgitatakse välja rasva ja vee kogus, mida sisaldavad ka lihas- ja luukoed. Seega tuleb erinevate mõõtmistulemuste muutmisdünaamikat käsitada iga näitaja puhul eraldi, mitte saadud tulemusi kokku liites.

## **KAALUMINE**

- Veenduge, et kaal on siledal, ühtlasel ja tugeval horisontaalsel aluspinnal. Ärge pange kaalu vaibale või pehmetele pindadele.
- Täpseks kaalumiseks on soovitatav, et kaal oleks kogu aeg samas kohas. Kaalu ümber paigutades on oht, et panete selle ebaühtlasele pinnale, mis võib kaalumise tulemuse täpsust mõjutada.
- Kehakaalu täpseks määramiseks tuleb end kaaluda ühel ja samal kellaaajal, võttes ära rõivad ja jalatsid, ning enne sööki.
- Kehakaalu täpsemaks määramiseks ei ole soovitatav kaaluda end varem kui kaks tundi pärast ärkamist.
- Astuge kaalule. Ärge millelegi toetuge. Seiske sirgelt.



## TÖÖ ALUSTAMINE



- Avage akupesa eemaldage kaitsekile, sulgege sahtel.
- Sulgege patareipesa. Kaal on tökorras.
- Kaal on vaikimisi seadistatud mõõtühikule *stone* (St). Kaalu tagaseinal on lüliti, mille abil te saate valida mõõtühikuks kilogrammi (kg) või naela (Lb).
- Kaalu sisselülitamiseks astuge selle peale.
- Oodake mõni sekund, kuni kuvarile ilmub „0.0“.


## AUTOMAATNE VÄLJALÜLITAMINE

- Kui 20 sekundi jooksul pärast kaalu sisselülitamist ei järgne mingeid toiminguid, lülitub kaal automaatselt välja.
- Pärast kaalumist lülitub kaal ilma koormuseta välja 6 sekundi pärast.


## KASUTAJA ANDMETE SISESTAMINE

- Analüüsi läbiviimiseks tuleb teil kõigepealt sisestada oma parameetrid.
- Vajutage nupule SET, kuvarile ilmub esimene mälukoht üheksast (USER0). Te saate teha järgmised seadistused:

Kuvari näidud	Tähendus
	Mees
	Naine
CM(FT;In)	Kasv
Age	Vanus
FAT	Rasv
TBW	Vesi
%	Protsentuaalne sisaldus

- Vajutades nuppudele „üles“ või „alla“,  saate sisestada vastavad väärtused. Iga väärtuse sisestamine tuleb kinnitada, vajutades nupule SET.

## SIKUANDMETE SISESTAMINE

- Vajutage nupule SET. Ekraanile ilmub vaba mälukoht – kasutaj number, näiteks USER 01. Kinnitage valikut, vajutades nupule SET või valige järgmine vaba kasutajakoht, vajutades nuppudele  näiteks USER 02. Vajutage SET, et minna edasi järgmiste seadistuste juurde.

- Seejärel ilmub sümbol „mees“  või „naine“ . Kinnitage valikut, vajutades nupule SET või valige oma sugu, vajutades nuppudele .

- Vajutage nupule SET, et minna edasi järgmiste seadistuste juurde.
- Samal viisil sisestage oma vanus (*age*) ja kasv (*cm*).
- Iga parameetri kinnitamiseks vajutage nupule SET.
- Pärast viimase parameetri kinnitamist (kasv, *cm*) ilmub ekraanile 0,0 kg ja kasutaja number, näiteks USER 2. Alustage kaalumist. Kaalumise ajal seiske liikumatult, et näit stabiliseeruks.
- Tähelepanu! Kaalumisel ei tohi olla kontakti jalalabade, sääremarjade, põlvede ja puusade vahel. Vastasel korral ei pruugi mõõtmistulemus olla õige.
- Kõigepealt ilmub kuvarile teie kaal ning seejärel näete mõne sekundi pärast järgmist informatsiooni, mis kuvatakse järjestuses:

Kuvari näidud	Tähendus
FAT	Rasv
TBW	Vesi
%	Protsentuaalne sisaldus

- Andmed näitavad, millises füüsilises vormis te olete antud hetkel (vt tabelit).

Vanus	Naised		Mehed		Rasv	Display
	Rasv	Vesi	Rasv	Vesi		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Rasva puudujääk	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normaalne	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Liigselt rasva	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Rasvumine	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Rasva puudujääk	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Normaalne	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Liigselt rasva	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Rasvumine	++

#### KUVATAVAD TEATED

TÄHELEPANU! Kui kuvarile ilmub veateade, oodake, kuni seade end välja lülitab. Siis lülitage see uuesti sisse, et operatsiooni korrata. Kui veateade ei ole kadunud, võtke patareid patareipesast 10 sekundiks välja, seejärel pange need tagasi ja lülitage seade sisse.

Indikaatorid	Tähendus
<b>8888</b>	Kasutaja ja isiklike parameetrite valik.
<b>0000</b>	Näitude analüüs pärast kaalumist.
<b>----</b>	- Kaalu vale asend. Asetage kaal horisontaalsele kõvale aluspinnale. - Te seisate kaalul jalatsitega. Võtke jalatsid ära ja astuge uuesti kaalule.
<b>LO</b>	Patareid on tühjaks saanud. Paigaldage uued patareid.
<b>ErrH</b>	Kõrge rasvaprotsendi näit. Protsentuaalne rasvasisaldus on liiga suur. Soovitused: tuleb pidada kalorivaest dieeti, tegelda rohkem spordiga ning olla oma tervise suhtes tähelepanelikum.
<b>Errl</b>	Madala rasvaprotsendi näit. Protsentuaalne rasvasisaldus on liiga väike. Soovitused: tuleb süüa tugevamat toitu ning olla tähelepanelikum oma tervise suhtes.
<b>EEEE</b>	Ülekoorumus näit. Kaalu maksimumnäit on ületatud. Olge hea ja astuge kaalult maha, vältimaks selle vigastamist.

#### PUHASTAMINE JA HOOLDUS

- Pühkige kaalu puhastusvahendis niisutatud pehme lapiga ja kuivatage.
- Ärge kasutage orgaanilisi lahusteid, agressiivseid keemilisi aineid ega abrasiivseid puhastusvahendeid.

#### HOIDMINE

- Täitke nõuded PUHASTAMINE JA HOOLODUS.
- Ärge pange kaalule hoiu ajal mingeid esemeid.
- Hoidke kaalu kuivas jahedas kohas.

#### PATEREI KÄITLEMINE

- Patarei sisaldab organismile kahjulikke aineid. Jälgige, et väikestel lastel ei oleks kütteelementidele juurdepääsu. Kui keegi kütteelemendi alla neelab, tuleb viivitamatult pöörduda arsti poole.
- Vahetage patareid regulaarselt. Kasutage sealjuures üht tüüpi patareid.
- Patareid ei saa uuesti laadida ega eri moodustega aktiveerida. Ärge võtke neid lahti, ärge visake tulle ega lühistage.
- Tühjenenud patarei võib põhjustada seadme rikke. Kui te seadet pikka aega ei kasuta, võtke patareid välja.
- Ärge visake toiteelemente tulle. Plahvatusoht!
- Vältige toiteklemmide lühistamist.



Antud sümbol tootel, pakendil ja/või saatedokumentatsioonis tähendab, et kasutatud elektrilisi ja elektroonilisi tooteid ja patareisid ei tohi ära visata koos tavaliste olmejäätmetega. Need tuleb anda ära spetsialiseeritud vastuvõtupunktidesse.

Täiendava informatsiooni saamiseks olemasolevatest jäätmete kogumise süsteemidest pöörduge kohalike võimuorganite poole.

Õige utiliseerimine aitab hoida kokku hinnalisi ressursse ning ennetada võimalikku negatiivset mõju inimeste tervisele ja ümbritseva keskkonna olukorrale, mis võib tekkida jäätmete ebaõige käitlemise tulemusel.

## **LV LIETOŠANAS INSTRUKCIJA** **DROŠĪBAS PASĀKUMI**

- Pirms ierīces izmantošanas uzmanīgi izlasiet šo instrukciju, lai izvairītos no bojājumiem lietošanas laikā. Nepareiza apiešanās var radīt ierīces bojājumu.
- Izmantot tikai sadzīves vajadzībām. Ierīce nav paredzēta ražošanas un tirdzniecības vajadzībām.
- Nepakļaujiet svarus triecienslodzēm.
- Nelēkājiet uz svāriem.
- Nepārslogojiet svarus.
- Aizliegts izmantot svarus personām ar medicīniskiem implantiem (piemēram, ar sirds ritma stimulatoriem). Pretējā gadījumā var rasties traucējumi implantu darbībā.
- Neizmantot grūtniecības laikā.
- Uzmanību! Nekāpiet uz svāriem, ja jūsu kājas vai svaru virsma ir slapjas – jūs varat paslīdēt!
- Nokļūstot gremošanas traktā, baterijas var apdraudēt dzīvību.
- Glabājiet baterijas un svarus bērniem nepieejamā vietā. Baterijas norīšanas gadījumā steidzami jāgriežas pie ārsta.
- Nepieļaujiet iepakojuma materiāla nokļūšanu bērnu rokās (nosmakšanas draudi).
- Aizliegts uzlādēt vai citādi atjaunot baterijas, izjaukt tās, mest ugunī.
- Nosakot tauku audu procentuālo saturu un citus parametrus bērniem, kas ir jaunāki par 10 gadiem, var tikt iegūti neprecīzi rezultāti.
- Diagnostiskos svarus var izmantot jebkura vecuma bērnu parastai svēršanai, bez ūdens, taukaudu un muskuļu masas satura parametru noteikšanas. Minimālie svēršanas parametri ir 2 kg.
- Neprecīzi ūdens, taukaudu un muskuļu masas noteikšanas rezultāti var būt profesionāliem sportistiem, personām ar noslieci uz tūkumu, cilvēkiem ar nestandarta kāju proporcijām attiecībā pret ķermeni.
- Nemēģiniet patstāvīgi labot ierīci. Bojājumu atklāšanās gadījumā vērsieties tuvākajā pārdevēju.
- Ja izstrādājums kādu laiku ir atradies temperatūrā zem 0°C, pirms ieslēgšanas tas ir jāpatur istabas apstākļos ne mazāk kā 2 stundas.
- Ražotājs patur sev tiesības bez papildu brīdinājuma izdarīt izstrādājuma konstrukcijā nenožīmīgas izmaiņas, kas kardināli neietekmē tā drošību, darbību un funkcionalitāti.
- Izgatavošanas datums ir norādīts uz izstrādājuma un/vai iepakojuma, kā arī pavaddokumentos, formātā XX.XXXX, kur pirmie divi cipari XX ir izgatavošanas mēnesis, nākamie četri XXXX – izgatavošanas gads.

### **SVĒRŠANA**

#### **DARBĪBAS PRINCĪPS**

- Šie svāri darbojas pēc bioelektriskās pretestības analīzes (B.I.A.) principa. Pie tam dažādu audu procentuālā satura noteikšana notiek dažās sekundēs ar cilvēkam nemanāmas, drošas un nekaitīgas elektriskās strāvas palīdzību.
- Mērīšanas laikā ir jāievēro, ka taukaudu procentuālā satura mērīšana jāveic tikai basām kājām; pēdas ieteicams mazliet samitrināt. Absolūti sausas pēdas var kļūt par neapmierinoša rezultāta iemeslu, jo tām ir pārāk maza elektrovadītspēja.
- Ja tauku, muskuļaudu, kaulu masas un ūdens procentuālā satura mērīšanas rezultātā visu komponentu summa ir lielāka par 100%, tas nenožīmē nepareizu svāri darbību. Šo parādību var paskaidrot no fizioloģiskā viedokļa. Diagnostisko svāri darba pamatā ir bioelektriskās pretestības analīze, kas nosaka arī tauku un ūdens saturu pašos muskuļu un tauku audos. Tāpēc dažādu rādītāju mērījumu dinamika ir jāizvērtē katram rādītājam atsevišķi, nesummējot iegūtos rezultātus.

#### **SVĒRŠANA**

- Pārliecinieties, ka svāri stāv uz plakanas, līdzenas un cietas horizontālas virsmas. Nenovietojiet svarus uz paklāja vai mīkstām virsmām.
- Precīzai svāri noteikšanai vēlams, lai svāri stāvētu vienā un tajā pašā vietā. Pārvietojot svarus, jūs riskējat novietot tos uz nelīdzenas virsmas, kas var ietekmēt svāri noteikšanas precizitāti.
- Precīzai svāri noteikšanai ir jāsveras vienā laikā, bez drēbēm un apaviem un pirms ēšanas.
- Precīzākai svāri mērīšanai vēlams svērties ne agrāk kā 2 stundas pēc pamošanās.
- Uzķāpiet uz svāriem. Nepieslienieties nekādiem priekšmetiem, stāviet taisni.

#### **DARBA SĀKUMS**

- Atidarykite akumulatoriaus skyriaus, nuimkite apsauginę plėvelę, tada uždarykite skyrių.



- Aizveriet nodalījumu. Svāri ir gatavi darbam.
- Svāriem noklusējumā iestatītā mērvienība ir stouni. Uz svaru aizmugurējās sienas atrodas pārslēgs, ar kura palīdzību jūs varat izvēlēties kilogramu vai mārciņu mērvienību.
- Lai ieslēgtu svarus, uzkāpiet uz tiem.
- Pagaidiet dažas sekundes, kamēr displejā parādīsies 0.0.

#### AUTOMĀTISKA IZSLĒGŠANĀS

- Ja 20 sekundes pēc svaru ieslēgšanas nenotiek nekādas darbības, svāri automātiski izslēdzas.
- Pēc svēršanas svāri bez slodzes automātiski izslēdzas pēc 6 sekundēm.

#### LIETOTĀJA DATU IEVADĪŠANA

- Analīzes veikšanai vispirms ir jāievada savi parametri.
- Piespiediet taustiņu SET, displejā parādās pirmā atmiņas šūna no deviņām (USER0). Jūs varat ievadīt šādus parametrus:

Displeja rādītājs	Nozīme
	Vīrietis
	Sieviete
CM(FT;In)	Augums
Age	Vecums
FAT	Tauki
TBW	Ūdens
%	Procentuālā attiecība

- Piespiežot taustiņus "uz augšu" vai "uz leju", jūs varat ievadīt attiecīgas vērtības. Katras vērtības ievadīšana ir jāapstiprina, piespiežot taustiņu SET.

#### PERSONĪGO DATU IEVADĪŠANA

- Piespiediet taustiņu SET. Displejā parādīsies brīvas atmiņas lauks – lietotāja numurs, piemēram USER 01.

Apstipriniet izvēli, piespiežot taustiņu SET vai izvēlieties nākamo brīvo lietotāju, spiežot taustiņus, piemēram USER 02. Piespiediet taustiņu SET, lai pārietu pie nākamajiem iestatījumiem.

- Tālāk parādīsies simbols "vīrietis" vai "sieviete". Apstipriniet izvēli, piespiežot taustiņu SET, vai izvēlieties savu dzimumu, spiežot taustiņus.

- Piespiediet taustiņu SET, lai pārietu pie nākamajiem iestatījumiem.
- Līdzīgi ievadiet vecuma (age) un auguma (cm) parametrus.
- Katra parametra apstiprināšanai piespiediet taustiņu SET.
- Pēc pēdējā parametra (augums, cm) apstiprināšanas displejā parādīsies 0,0 KG un lietotāja numurs, piemēram USER 2. Sāciet svēršanu. Svēršanas laikā stāviet nekustīgi, lai rādītājs stabilizētos.
- Uzmanību: mērījumu laikā abas pēdas, ikri, apakšstilbi un augšstilbi nedrīkst saskarties. Pretējā gadījumā mērījumu nevar izpildīt pienācīgi.
- Vispirms displejā parādīsies jūsu svārs, tad, pēc dažām sekundēm jūs ieraudzīsiet displejā informāciju, kas attēlosies šādā secībā:

Displeja rādītāji	Nozīme
FAT	Tauki
TBW	Ūdens
%	Procentuālā attiecība

- Rādītāji ziņo, kādā formā jūs šobrīd atrodaties (sk. tabulu).

Vecums	Sievietes		Vīrieši		Tauki	Parodyti
	Tauki	Udens	Tauki	Udens		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Par maz tauku	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Norma	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Par daudz tauku	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Tuklums	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Par maz tauku	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Norma	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Par daudz tauku	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Tuklums	++

#### ZIŅOJUMI UZ DISPLEJU

- UZMANĪBU: Ja displejs rāda ziņojumu par kļūdu, pagaidiet, kamēr ierīce izslēgsies. Ieslēdziet to vēlreiz, lai atkārtotu operāciju. Ja ziņojums par kļūdu nepazūd, izņemiet baterijas no bateriju nodalījuma uz 10 sekundēm, tad ievietojiet tās atpakaļ un ieslēdziet ierīci.

Indikatori	Nozīme
8888	Lietotāja un personīgo parametru izvēle.
0000	Rādītāju analīze pēc nosvēršanās.
----	- Nepareizs svaru stāvoklis. Pārvietojiet svarus uz līdzenu, cietu virsmu. - Jūs stāvat uz svariem zeķēs vai apavos. Novelciet apavus un zeķes un vēlreiz uzkāpiet uz svariem.
LO	Bateriju izlādēšanās indikācija. Baterijas ir izlādētas, lūdzu, nomainiet tās pret jaunām.
ErrH	Augsta tauku procenta indikācija. Tauku procentuālais saturs ir pārāk augsts. Rekomendācijas: jāievēro diēta ar zemu kaloriju daudzumu, vairāk jānodarbojas ar sportu un jābūt uzmanīgākam pret savu veselību.
Errl	Zema tauku procenta indikācija. Tauku procentuālais saturs ir pārāk zems. Rekomendācijas: jāievēro barojošāka diēta un jābūt uzmanīgākam pret savu veselību.
EEEE	Pārslodzes indikācija. Svars pārsniedz svērsnāi maksimāli pieļaujamo svaru. Lūdzu, nokāpiet no platformas, lai novērstu svaru bojāšanos.

#### TĪRĪŠANA UN APKOPE

- Noslaukiet svarus ar mīkstu audumu un mazgāšanas līdzekli, nožāvējiet tos.
- Neizmantojiet organiskos šķīdinātājus, agresīvas ķīmiskās vielas un abrazīvos līdzekļus.

#### GLABĀŠANA

- Izpildiet sadaļas TĪRĪŠANA UN APKOPE prasības.
- Sekojiet tam, lai glabāšanas laikā uz svariem neatrastos nekādi priekšmeti.
- Glabājiet svarus sausā vēsā vietā.

#### RĪKOŠANĀS AR BATERIJU

- Baterija satur organismam kaitīgas vielas. Sekojiet, lai mazi bērni nevarētu piekļūt barošanas elementiem. Barošanas elementa norīšanas gadījumā steidzami jāgriežas pie ārsta.
- Veiciet regulāru baterijas nomaiņu. Izmantojiet viena tipa elementus.
- Bateriju nedrīkst no jauna uzlādēt vai reaktivēt ar dažādu līdzekļu palīdzību. Neizjauciet baterijas, nemetiet tās ugunī un neveidojiet kontaktu īssavienojumu.
- Izlādēta baterija var kļūt par ierīces darbības pārtraukuma iemeslu. Ja ierīce ilgu laiku netiek izmantota, izņemiet bateriju no ierīces.
- Nemietiet barošanas elementus ugunī. Sprādzienbīstami!
- Nav pieļaujama kontaktpaiļu saslēgšana.



Šis simbols uz izstrādājuma, iepakojuma un/vai pavaddokumentiem nozīmē, ka noliektus elektro- vai elektroniskos izstrādājumus un baterijas nedrīkst izmest kopā ar parastajiem sadzīves atkritumiem. Tie ir jānodod specializētajos pieņemšanas punktos.

Lai iegūtu papildu informāciju par esošajām atkritumu savākšanas sistēmām, vērsieties vietējā pašvaldībā.

Pareiza utilizacija palīdzēs saglabāt vērtīgus resursus un novērst iespējamo negatīvo ietekmi uz cilvēku veselību un apkārtējās vides stāvokli, kas var rasties nepareizas rīkošanās ar atkritumiem rezultātā.

## **LI VARTOTOJO INSTRUKCIJA**

### **SAUGUMO PRIEMONĒS**

- Prieš pradēdami naudotis gaminii, atidžiai perskaitykite Vartotojo instrukciją gedimams išvengti. Neteisingai naudodamiesi prietaisu jūs galite jį sugadinti.
- Prietaisas skirtas naudoti tik buitiniams tikslams. Prietaisas nėra skirtas pramoniniam bei komerciniam naudojimui.
- Smūginė apkrova svarstyklėms yra neleistina.
- Nešokinėkite ant svarstyklių
- Neperkraudkite svarstyklių.
- Draudžiama naudoti žmonėms, naudojantiems kokius nors medicininius implantuos (pavyzdžiui, širdies ritmo stimulatorių). Tai gali neigiamai atsileipti implanto veikimui.
- Nesinaudoti neštumo metu.
- DĖMESIO: Jeigu prietaiso paviršius arba jūsų kojos yra drėgni ar sušlapę, sausai išvalykite juos kritimams išvengti.
- Prarijus maitinimo elementus jie gali kelti pavojų gyvybei.
- Svarstyklės bei maitinimo elementus saugokite vaikams nepasiekiamoje vietoje. Prarijus maitinimo elementus reikia nedelsiant kreiptis pas gydytoją.
- Neleiskite vaikams žaisti su gaminio pakuotę (uždusimo pavojus).
- Draudžiama įkrauti arba kitaip atnaujinti maitinimo elementus, demontuoti juos, mesti į ugnį.
- Nustatant riebalų kiekį procentais bei kitus parametrus vaikams iki 10 metų gamintojas negarantuoja rezultatų tikslumo.
- Diagnostines svarstyklės galima naudoti įprastam svėrimuisi nenustatant vandens, riebalų kiekio bei raumenų masės parametrų bet kurio amžiaus vaikams. Minimali svėrimosi riba – 2 kg.
- Nustatant vandens, riebalų kiekio bei raumenų masės parametrus profesionaliems sportininkams, asmenims su pabrinkimais, asmenims su nestandartinėmis kojų ir kūno proporcijomis gamintojas negarantuoja rezultatų tikslumo.
- Nesistenkite savarankiškai remontuoti prietaiso arba pakeisti kokių nors detalių. Aptikę gedimus, kreipkitės į artimiausią techninės pardavėją.
- Jeigu gaminys kai kurį laiką buvo laikomas žemesnėje nei 0 °C temperatūroje, prieš įjungdami prietaisą palaikykite jį kambario temperatūroje ne mažiau kaip 2 valandas.
- Gamintojas pasilieka teisę be atskiro perspėjimo nežymiai keisti įrenginio konstrukciją išsaugant jo saugumą, funkcionalumą bei esmines savybes.
- Pagaminimo data nurodyta ant gaminio ir (arba) pakuotės, taip pat pridedamoje dokumentacijoje XX.XXXX formatu, kur pirmieji du simboliai „XX“ žymi pagaminimo mėnesį, o toliau einantys keturi simboliai „XXX“ žymi pagaminimo metus.

### **SVĖRIMASIS**

#### **VEIKIMO PRINCIPAS**

- Šios svarstyklės veikia bioelektrinės pilnos varžos analizės principu (BIA – Biometric Impedance Analysis). Jos metu ypatingai silpnos elektros srovės pagalba analizuojama elektrinė varža skirtinguose kūno audiniuose. Ši elektros srovė yra visiškai neįtampa, saugi ir nepavojinga žmogui.
- Besisveriant reikia atsižvelgti į šiuos reikalavimus: riebalų kiekis procentais matuojamas tik stovint ant svarstyklių basomis kojomis; kojų pėdas galima truputi sudrėkinti, nes absoliučiai sausos pėdos gali lemti netinkamą analizės rezultatą, kadangi jų laidumas per mažas.
- Jeigu matuojant procentinį riebalų, raumenų ir kaulų masės santykį visų komponentų procentinių santykių suma viršija 100%, tai nereiškia svarstyklių broką. Šį reiškinį galima paaiškinti, remiantis fiziologiniu požiūriu. Diagnostinių svarstyklių veikimas remiasi „bioimpedanso tyrimo“ principu. Šis tyrimas parodo riebalų ir vandens kiekį raumenyse bei kauluose. Tokiu būdu, skirtingų reikšmių kitimo dinamiką reikia analizuoti kiekvienai reikšmei atskirai, nesumuojant gautų parodymų.

#### **SVĖRIMASIS**

- Įsitinkite, jog svarstyklės stovi ant kieto, lygaus bei horizontalaus paviršiaus. Nestatykite svarstyklių ant kilimų ar minkštų paviršių.
- Parodymų tikslumui išsaugoti reikėtų, kad svarstyklės stovėtų vienoje vietoje. Perkeldami svarstyklės iš vienos vietos į kitą jūs rizikuojate pastatyti jas ant nelygaus paviršiaus, o tai gali pabloginti tikslumą matuojant svori.
- Parodymų tikslumui išsaugoti reikia svertis tuo pačiu laiku, be avalynės ir drabužių iki valgio.
- Norėdami gauti tikslesnius rezultatus, pabudus, nesisverkite ankščiau kaip praėjus dviem valandom.
- Atsistokite ant svarstyklių. Niekur nesiremkite, stovėkite tiesiai.

#### **PRIEŠ PIRMAJĮ NAUDOJIMĄ**

- Atveriet baterijas nodalijumu, noņemiet aizsargplēvi, tad aizveriet nodalijumu.
- Svarstyklės galima naudoti.
- Standartiškai nustatytas svarstyklių matavimo vienetas yra akmens svaras. Apatinėje svarstyklių sienelėje yra perjungiklis, kuriuo jūs galite perjungti matavimo vienetus į „kilogramus“ ir „svarus“.


- Svarstyklėms įjungti, atsistokite ant jų.
- Palaukite kelias sekundes, kol displejuje neišsižiebs užrašas „0.0“.



#### AUTOMATINIS IŠSIJUNGIMAS

- Jeigu įjungus svarstyklės per 20 sekundžių neįvyko jokių veiksmų, svarstyklės automatiškai išsijungs.
- Jums pasivėrus bei nesant krūviui svarstyklės po 6 sekundžių automatiškai išsijungia.

#### VARTOTOJO DUOMENŲ NUSTATYMAS


- Analizei atlikti visų pirma reikia surinkti savo parametrus.
- Paspauskite mygtuką SET. Displejuje išsižiebs pirmas atminties laukelis iš devynių (USER0). Jūs galite surinkti šiuos parametrus:

Simboliai displejuje	Reikšmė
	Vyriškoji lytis
	Moteriškoji lytis
CM(FT;In)	Ūgis
Age	Amžius
FAT	Riebalai
TBW	Vanduo
%	Santykis procentais


- Spausdami mygtukus „į viršų“ ar „į apačią“ (, ) , jūs galite nustatyti reikiamas reikšmes. Kiekvieną reikšmę reikia patvirtinti mygtuku SET.

#### ASMENS DUOMENŲ SURINKIMAS

- Paspauskite mygtuką SET. Displejuje išsižiebs laisvos atminties laukelis – vartotojo numeris, pavyzdžiui, USER 01. Patvirtinkite savo pasirinkimą, paspausdami mygtuką SET, arba pasirinkite kitą laisvą vartotoją, spausdami

mygtukus , pavyzdžiui, USER 02. Norėdami pereiti prie kitų parametrų, dar kartą paspauskite mygtuką SET.

- Toliau išsižiebs simbolis „vyras“  arba „moteris“ . Patvirtinkite savo pasirinkimą, paspausdami mygtuką SET,

arba pasirinkite savo lytį, spausdami mygtukus .

- Norėdami pereiti prie kitų parametrų, dar kartą paspauskite mygtuką SET.
- Tokiu pat būdu surinkite amžiaus (age) bei ūgio (cm) parametrus.
- Kiekvieną reikšmę reikia patvirtinti mygtuku SET.
- Jums patvirtinus paskutinį parametą (ūgis, cm) displejuje išsižiebs 0,0 KG bei vartotojo numeris, pavyzdžiui, P 02. Galima pradėti naudotis prietaisu. Sverdamiesi stovėkite nejudėdami, kol reikšmė stabilizuosis.
- Dėmesio: Sverdamiesi venkite kontakto tarp abiejų pėdų, blauzdų ir šlaunų. Atvirkščiu atveju matavimas gali būti netikslus
- Visų pirma displejuje išsižiebs jūsų svorio reikšmė, po kelių sekundžių jūs pamatysite displejuje matavimo rezultatus. Jie rodomi displejuje tokia eilės tvarka:

Simboliai displejuje	Reikšmė
FAT	Riebalai
TBW	Vanduo
%	Santykis procentais

- Skaičiavimų rezultatai parodo, kokia jūsų forma šiuo metu (žr. lentelę)

Amžius	Moterys		Vyrai		Riebalai	Displejs
	Riebalai	Vanduo	Riebalai	Vanduo		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Riebalų stygius	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Norma	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Riebalų perviršis	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Apkūnumas	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Riebalų stygius	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Norma	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Riebalų perviršis	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Apkūnumas	++

#### DISPLĖJAUS PRANEŠIMAI

- DĖMESIO: Jei displejuje rodomas pranešimas apie klaidą, palaukite kol prietaisas išsijungs. Norėdami pakartotinai paleisti operaciją, įjunkite svarstyklės iš naujo. Jeigu pranešimas apie klaidą išliko, 10 sekundžių išimkite maitinimo elementus iš jiems skirto skyrelio, po to vėl juos įdėkite ir pakartotinai įjunkite svarstyklės.

Indikatoriai	Reikšmė
8888	Vartotojų bei asmens duomenų pasirinkimas.

0000	Parodymų analizė po svėrimosi.
----	- Neteisinga svarstyklių padėtis. Pastatykite svarstykles ant kieto horizontalaus paviršiaus. - Jūs stovite ant svarstyklių avalynėje. Nuimkite avalynę ir dar kartą atsistokite ant svarstyklių.
LO	Baterijų išsekimo indikacija. Baterijos išseko, prašome pakeisti jas naujomis.
ErrH	Aukšto riebalų % indikacija. Riebalų masė yra per didelė. Rekomendacijos: reikia laikytis mažai kaloringos dietos, daugiau sportuoti ir kreipti daugiau dėmesio savo sveikatai.
Errl	Žemo riebalų % indikacija. Riebalų masė yra per maža. Rekomendacijos: reikia laikytis maistingesnės dietos ir kreipti daugiau dėmesio savo sveikatai.
EEEE	Perkrovos indikacija. Svoris viršija maksimaliai šiam prietaisui leistiną svorį. Prašome nulipti nuo platformos, nes galite sugadinti svarstykles.

### VALYMAS IR PRIEŽIŪRA

- Nuvalykite svarstykles minkštu skudurėliu su valymo priemone ir išdžiovinkite.
- Nenaudokite organinių tirpiklių, agresyvių cheminių medžiagų ir šveitimo miltelių.

### SAUGOJIMAS

- Atlikite visus "VALYMAS ir PRIEŽIŪRA" skyriaus reikalavimus.
- Saugojimo metu nedėkite ant svarstyklių jokių daiktų.
- Laikykite svarstykles sausoje vėsioje vietoje.

### KAIP ELGTIS SU MAITINIMO ELEMENTAIS

- Maitinimo elemento sudėtyje yra organizmui žalingų medžiagų. Stebėkite, kad maži vaikai neturėtų prieigos prie maitinimo elementų. Jei kas nors prarytų maitinimo elementą, nedelsiant kreiptis į gydytoją.
- Reguliariai keiskite maitinimo elementą. Naudokite vieno tipo elementus.
- Maitinimo elemento negalima įkrauti iš naujo ar aktyvuoti įvairiomis priemonėmis, neišmontuokite jų, nemeskite į ugnį ir nesujunkite trumpuoju jungimu.
- Išsikrovęs maitinimo elementas gali tapti prietaiso gedimo priežastimi. Ilgai nenaudodami prietaiso, iš jo išimkite maitinimo elementus.
- Nemeskite maitinimo elementų į ugnį. Kyla sprogo pavojus!
- Neleiskite, kad maitinimo elemento gnybtai būtų sujungti trumpuoju jungimu.



Šis simbolis ant gaminio, pakuotėje ir (arba) lydinčioje dokumentacijoje reiškia, kad naudojami elektriniai ir elektroniniai gaminiai bei baterijos neturėtų būti išmetami (išmestos) kartu su įprastinėmis buitinėmis atliekomis. Juos (jas) reikėtų atiduoti specializuotiems priėmimo punkтам.

Norint gauti papildomos informacijos apie galiojančias atliekų surinkimo sistemas, kreipkitės į vietines valdžios institucijas.

Teisingai utilizuojant atliekas, sutaupysite vertingų išteklių ir apsaugosite žmonių sveikatą ir aplinką nuo neigiamo poveikio, galinčio kilti netinkamai apdorojant atliekas.

### HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

#### BIZTONSÁGI INTÉZKEDÉSEK

- A készülék használata előtt meghibásodás elkerülése érdekében figyelmesen olvassa el a Használati útmutatót. A hibás használat a termék meghibásodásához vezethet.
- Kizárólag háztartási célból használható. A készülék nem használható ipari vagy kereskedelmi célból.
- A mérleget védje az ütődéstől.
- Ne ugráljon a mérlegen.
- Ne terhelje túl a mérleget.
- Orvosi implanttal (pl. kardiostimulátor) élő személyeknek a mérleget használni tilos, mert ez megzavarhatja az implant működését.
- Terheseknek használni tilos.
- Figyelem! Ne álljon a mérlegre nedves lábbal, vagy a mérleg nedves felületére mert megcsúszhat!
- Ha a mérleg elemei az emésztőrendszerbe kerülnek, ez életveszélyes lehet.
- Távolja a mérleget és elemeit gyerekektől távol. Az elemet lenyelő személy azonnal forduljon orvoshoz.
- Ne engedje, hogy a csomagolóanyag gyerekek kezébe kerüljön (fulladásveszély).
- Az elemeket feltölteni, szétszerelni vagy tűzbe dobni tilos.
- 10 évnél fiatalabb gyerekeknél a zsírszövet-tartalom és egyéb paraméter meghatározásakor az adatok hibásak lehetnek.



- A diagnosztikai mérleg egyszerű mérésre is alkalmas, víz-, zsírszövet-tartalom, meghatározása nélkül gyerekeknél korhatár nélkül. A minimális súly: 2 kg.
- Hibás víz-, zsírszövet-tartalom, adatok hivatásos sportolók, ödémára hajlamos és a testhez képest aránytalan lábakkal rendelkező személyek mérésekor kaphatók.
- Ne próbálja önállóan megjavítani a készüléket. Ha rendellenesség fordul elő, forduljon a legközelebbi eladóval.
- Amennyiben a készüléket valamennyi ideig 0 °C-nál tárolták, bekapcsolása előtt legalább 2 órán belül tartsa szobahőmérsékleten.
- A gyártónak jogában áll külön értesítés nélkül a szerkezetet jelentéktelen módosítások alá vetni, melyek nincsenek kihatással a termék biztonságosságra, működőképességére.
- A gyártási idő XX.XXXX formátumban a terméken és/vagy a csomagoláson található, valamint a kísérő iratokban, ahol az első két «XX» számjel a gyártási hónapra, a következő «XXXX» számjel pedig a gyártási évre utal.

## MÉRÉS

### MŰKÖDÉSI ELV

- E mérleg működési elve: a bioelektromos ellenállás (B.I.A.) elemzése. Közben a különböző szövettartalom százaléértékének meghatározása biztonságos, emberek által nem érzékelt, káros hatással nem rendelkező elektromos áram segítségével történik, és mindössze néhány másodpercet igényel.
- Méréskor fontos figyelni arra, hogy zsírszövet-tartalom meghatározásakor csak mezítláb kell felállni a mérlegre enyhén nedves talppal. Abszolút száraz talppal való méréskor hibás eredményeket kaphat, mivel a száraz talpak nagyon alacsony elektromos vezetőképességgel rendelkeznek.
- Amennyiben, csonttömeg, zsír-, és vízarány mérésekor a kapott eredmény 100%-nál nagyobb, ez nem jelenti azt, hogy a mérleg meghibásodott. Ez a jelenség fiziológiai szempontból megmagyarázható. A diagnosztikai mérleg a bioimpedance elemzés alapján működik, amely kimutatja az izomzat, csontok zsír-, és víztartalmát. Ennek megfelelően, a különböző értékek változásának dinamikáját külön-külön szükséges tanulmányozni, azok összegezése nélkül.

### SÚLYMÉRÉS

- Győződjön meg arról, hogy a mérleg sík, egyenes és szilárd felületen van felállítva. Ne állítsa fel a mérleget padlószőnyegre vagy puha felületre.
- Pontos mérés érdekében ajánlatos, hogy a mérleg egy és ugyanazon a helyen álljon. A mérleg áthelyezésekor meglehetősen, hogy a mérleg nem egyenes felületre lesz felállítva, ami kihatással lehet a mérés pontosságára.
- A mérés pontossága érdekében végezze a mérést egy és ugyanabban az időben, ruha és cipő nélkül, evés előtt.
- A pontos mérési eredmény érdekében ne mérje magát korábban, mint az ébredéstől számított 2 óra múlva.
- A mérés közben álljon egyenesen, ne érjen semmihez.

### MŰKÖDÉS KEZDETE



- Nyissa ki az elemtartó távolítsa el a védőfóliát, majd zárja vissza a rekeszt.
- A mérleg működésre kész.
- A mérleg eredetileg "stone" mértékegységre lett beállítva. A mérleg hátsó falán található kapcsoló segítségével kiválaszthatja a "kg" vagy "font" mértékegységet.
- Amennyiben be kívánja kapcsolni a mérleget, álljon rá.
- Várjon néhány másodpercig, amíg a kijelzőn megjelenik a "0.0 kg" felirat.


### AUTOMATIKUS KIKAPCSOLÁS

- Amennyiben a mérleg bekapcsolása után 20 másodpercen belül nem történik semmi, a mérleg automatikusan kikapcsol.
- Mérés után – teher nélkül - a mérleg automatikusan kikapcsol 6 másodperc múlva.

### FELHASZNÁLÓI ADATOK BETÁPLÁLÁSA

- Az elemzés érdekében előbb táplálja be adatait.
- Nyomja meg a SET gombot. A kijelzőn megjelenik az első memóriasáv (USER0). Lehetőség nyílik következő adatok betáplálására:

A megjelenő jelek	kijelzőn	Jelentés
		Férfi
		Nő
CM(FT;In)		Magasság
Age		Kor
FAT		Zsír
TBW		Víz
%		Százalékarány

- A "Fel" és "Le"  gombok segítségével betáplálhatja a szükséges adatokat. Mindegyik adatot a SET gomb segítségével kell jóváhagyni.

## SZEMÉLYI ADATOK BETÁPLÁLÁSA

- Nyomja meg a SET gombot. A kijelzőn megjelenik az üres memóriasáv – felhasználói szám, például: USER 01.

Megnyomva a SET gombot, erősítse meg választását, vagy válasszon következő szabad felhasználót a gombok segítségével, például: USER 02. Nyomja meg a SET gombot, és térjen a következő beállításhoz.

- Továbbá, kigyúl a "Férfi" vagy "Nő" jelzés. Megnyomva a SET gombot, erősítse meg választását, vagy válasszon nemet a gombok segítségével.
- Nyomja meg a SET gombot, és térjen a következő beállításhoz.
- Ugyan úgy állítsa be a korral (age) és magassággal (cm) kapcsolatos adatokat.
- Mindegyik paraméter a SET gomb segítségével hagyja jóvá.
- Az utolsó paraméter (magasság, cm) jóváhagyása után a kijelzőn megjelenik a "0,0 KG" jel és a felhasználói szám, pl. USER 2. Kezdje el a mérést. Súlymérés közben álljon mozdulatlanul, hogy az adat stabilizálódjon.
- Figyelem: mérés közben a talpai, lábfejei, térdei és combjai ne érintkezzenek egymással. Ellenkező esetben a mérés nem lesz realizálva megfelelőképpen.
- Először a kijelzőn megjelenik a súlya, továbbá, néhány másodperc múlva a kijelzőn megjelenik egymás után az alábbi információ:

A megjelenő jelek	kijelzőn	Jelentés
FAT		Zsír
TBW		Víz
%		Százalékarány

- Jelen adatok bemutatják, milyen formában van jelenleg (lásd a Táblázatot).

Korhatár	Nők		Férfiak		Mast	Prikaz
	Mast	Voda	Mast	Voda		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Zsírhány	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normál	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Magas zsírtartalom	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Túlsúly	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Zsírhány	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Normál	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Magas zsírtartalom	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Túlsúly	++

## KIJELZŐN MEGJELENŐ TÁJÉKOZTATÁS

- FIGYELEM: Amennyiben a kijelzőn megjelenik a hibáról szóló információ, várja meg, amíg a készülék kikapcsol. Kapcsolja be újra a készüléket, hogy újraindíthassa a műveletet. Amennyiben a hibáról szóló értesítés nem tűnt el, vegye ki az elemrészleget az elemet 10 másodpercre, miután tegye vissza, és kapcsolja be a mérleget.

Indikátorok	Jelentés
8888	Felhasználó és személyi adatok kiválasztása.
0000	Adatelemzés mérés után.
----	- A mérleg hibás felállítása. Állítsa a mérleget egyenes szilárd felültre. - Cipőben áll a mérlegen. Vegye le cipőjét és újra álljon a mérlegre.
LO	Elemmerülési jelzés. Az elemek lemerültek, cserélje ki őket.
ErrH	Magas zsírtartalomérték (%). Túl magas érték. Ajánlatos: tartsa be az alacsonykalóriás diétát, többet sportoljon és szánjon több figyelmet egészségének.
Errl	Alacsony zsírtartalomérték (%). Túl alacsony érték. Ajánlatos: tartsa be a táplálékosabb diétát és szánjon több figyelmet egészségének.
EEEE	Túlterhelési jelzés. Súlya meghaladja a maximálisan megengedett mérési súlyt. Kérjük, szálljon le a mérlegről annak meghibásodása elkerülése érdekében.

## TISZTÍTÁS ÉS KARBANTARTÁS

- Törölje meg a mérleget puha, szappanos törülközővel, és törölje szárazra.
- Ne használjon szerves oldószert, agresszív vegyi anyagokat és súrolószereket.

## TÁROLÁS

- Kövesse a TISZTÍTÁS ÉS KARBANTARTÁS rész lépéseit.
- Figyeljen arra, hogy tároláskor a mérleg tetején ne legyen semmilyen tárgy.
- Tárolja a mérleget száraz hűvös helyen.

## AZ ELEMEK KEZELÉSE

- Az elem szerkezetre káros anyagokat tartalmaz. Ügyeljen arra, hogy kisgyermekeknek ne legyen hozzáférésük az elemekhez. Ha valaki lenyeli az elemet, azonnal forduljon orvoshoz.
- Rendszeresen cserélje az elemeket. Használjon egy és ugyanazon típusú elemeket.
- Az elem nem tölthető újra és nem reaktiválható különböző eszközök segítségével, ne szerelje szét, ne dobja tűzbe és előzze meg a rövidzárlat kialakulását.
- A lemerült elem a készülék meghibásodásához vezethet. Amennyiben hosszas ideig nem használja a mérleget, vegye ki az elemet a készülékből.
- Ne dobja tűzbe a tápegységeket. Robbanásveszély!
- A tápegységi klipeknél zárlat kialakulása tilos.



— Ez a jel a terméken, csomagoláson és/vagy kísérő dokumentumokon azt jelenti, hogy ezeket a használt villamos és elektronikus termékeket és elemeket tilos az általános háztartási hulladékkal kidobni. E tárgyakat speciális befogadó pontokban kell leadni.

A hulladékbe fogadó rendszerrel kapcsolatos kiegészítő információért forduljon a helyi illetékes hatósághoz.

A megfelelő hulladékkezelés segít megőrizni az értékes erőforrásokat és megelőzheti az olyan esetleges negatív hatásokat az emberi egészségre és a környezetre, amelyek a nem megfelelő hulladékkezelés következtében felmerülhetnek fel.

## RO INSTRUȚIUNI DE UTILIZARE MĂSURI DE SIGURANȚĂ

- Citiți cu atenție aceste instrucțiuni înainte de a utiliza aparatul, pentru a evita defectarea în timpul utilizării. Manipularea necorespunzătoare poate duce la deteriorarea produsului.
- A se folosi numai pentru utilizare casnică. Aparatul nu este destinat pentru utilizare industrială și comercială.
- Nu expuneți cântarul impactului brutal.
- Nu săriți pe cântar.
- Nu supraîncărcați cântarul.
- Se interzice folosirea cântarului de către persoanele cu implanturi medicale (de exemplu, cu stimulator al ritmului cardiac). În caz contrar, pot apărea defecțiuni în funcționarea implanturilor.
- Nu se va utiliza în timpul sarcinii.
- Atenție! Nu urcați pe cântar dacă picioarele Dumneavoastră sau suprafața cântarului este udă - puteți aluneca!
- În cazul ingestiei bateriilor acestea ar putea pune viața în pericol.
- Păstrați bateriile și cântarul în locuri inaccesibile copiilor. Persoana ce a înghițit o baterie, trebuie să consulte imediat un medic.
- Nu permiteți ca materialul de ambalare să ajungă în mâinile copiilor (pericol de sufocare).
- Se interzice încărcarea sau regenerarea bateriilor în vreun fel, cât și demontarea și aruncarea acestora în foc.
- La determinarea procentului conținutului de țesut adipos, precum și alți parametri la copiii mai mici de 10 ani se pot obține rezultate eronate.
- Cântarul de diagnosticare poate fi folosit pentru cântărirea normală fără determinarea conținutului parametrilor apei, țesutului adipos la copiii de toate vârstele. Parametrii minimi de cântărire - 2 kg.
- Rezultatele nesigure ale determinării apei, țesutului adipos poate fi la sportivii profesioniști, la persoanele predispuse la umflături, la persoanele cu proporții non-standard ale picioarelor față de corp.
- Nu încercați să reparați aparatul de sine stătător. În caz de apariție a defectelor, adresați-vă la cel mai apropiat distribuitorul.
- Dacă produsul a fost păstrat pentru o perioadă de timp la temperaturi sub 0 °C, atunci înainte de conectare acesta ar trebui să se afle la temperatura camerei, timp de cel puțin 2 ore.
- Producătorul își rezervă dreptul de a introduce fără notificare prealabilă mici modificări în construcția produsului, care nu influențează semnificativ siguranța, capacitatea de funcționare și performanța acestuia.
- Data producerii este indicată pe produs și/sau ambalaj, precum și în documentația însoțitoare, în format XX.XXXX, unde primele două cifre "XX" reprezintă luna producerii, iar următoarele patru cifre "XXXX" reprezintă anul producerii.

## CĂNTĂRIREA

### PRINCIPIILE DE FUNCȚIONARE

- Acest cântar funcționează pe principiul analizei impedanței bioelectrice (BIA). În acest caz, determinarea procentajului conținutului diferitor țesuturi are loc doar în câteva secunde cu ajutorul curentului electric ce este inofensiv, imperceptibil de către om și care nu cauzează daune sănătății.
- La măsurare este important să se ia în considerare următoarele: măsurarea procentului conținutului de țesut adipos trebuie să se realizeze doar cu picioarele desculți; se recomandă a umezi puțin tălpile. Tălpile complet uscate pot fi cauza unor rezultate incorecte, întrucât acestea au o conductivitate electrică foarte joasă.
- Dacă la măsurarea procentului conținutului de țesut adipos, masă osoasă și cantitatea de apă, suma procentelor tuturor componentelor este mai mare de 100%, aceasta nu este o defecțiune a cântarului. Acest fenomen poate fi explicat din punct de vedere fiziologic. Funcționarea cântarului de diagnosticare este bazată pe analiza bioimpedanței ce determină cantitatea de grăsime și apă, care sunt conținute în însuși țesutul muscular și osos. Astfel, dinamica modificărilor diferitor indicatori ar trebui să fie luată în considerare în mod separat pentru fiecare indicator în parte, fără a aduna rezultatele.

### CĂNTĂRIREA

- Asigurați-vă că cântarul este pe o suprafață plană, netedă, orizontală și dură. Nu așezați cântarul pe covor sau pe o suprafață moale.
- Pentru o determinare exactă a greutății, se recomandă aflarea cântarului în același loc. Dacă mutați cântarul riscați să-l poziționați pe o suprafață neuniformă, ceea ce poate influența precizia la afișare greutateii.
- Pentru o determinare exactă a greutății, se recomandă cântărirea la aceeași oră, fără îmbrăcăminte și încălțăminte, înainte de mese.
- Pentru o măsurare mai exactă a greutății, nu se recomandă măsurarea greutății mai devreme de 2 ore după trezire.
- Urcăți pe cântar. Nu vă sprijiniți de nimic, stați drept.

### ÎNCEPUTUL FUNCȚIONĂRII



- Deschideți compartimentul bateriei, îndepărtați folia de protecție, apoi închideți compartimentul.
- Cântarul este pregătit pentru funcționare.
- Cântarul este configurat în mod implicit la unitatea de măsură "Stone". În partea din spate a cântarului se află un comutator, cu ajutorul căruia puteți alege în calitate de unitate de măsură "kilogramele" sau "funții".
- Pentru a conecta cântarul, urcați pe el.
- Așteptați câteva secunde până când pe display va apărea "0.0".


### DECONNECTAREA AUTOMATĂ

- Dacă timp de 20 de secunde după conectarea cântarului nu urmează nici o acțiune, cântarul se va deconecta automat.
- După cântărire cântarul fără greutate se va deconecta automat după 6 secunde.

### SETAREA DATELOR DE UTILIZATOR


- Pentru efectuarea analizei este necesar de a indica în primul rând parametrii personali.
- Apăsăți tasta SET, pe display va apărea prima celulă de memorie din cele zece (USER 0). Puteți efectua următoarele setări:



Indicațiile display	pe	Semnificația
		Gen masculin
		Gen feminin
CM(FT;In)		Înălțimea
Age		Vârsta
FAT		Grăsimea
TBW		Apa
%		Raportul procentual

- Apăsând tastele «sus» sau «jos»,  puteți stabili indicațiile corespunzătoare. Este necesar de a confirma introducerea fiecărei indicații prin apăsarea tastei SET.

### INTRODUCEREA DATELOR PERSONALE

- La apăsarea tastei SET, pe ecran va apărea după memoria liberă – numărul utilizatorului, de exemplu USER 01.

Confirmați selectarea prin apăsarea tastei SET sau selectați următorul utilizator liber, apăsând tastele , de exemplu USER 02. Apăsăți SET, pentru a trece la următoarele setări.

- În continuare se va aprinde simbolul «bărbat»  sau «femeie» . Confirmați selectarea prin apăsarea tastei

SET sau selectați genul Dumneavoastră, apăsând tastele .

- Apăsăți tasta SET pentru a trece la setările următoare.
- În mod similar, setați parametrii de vârstă (vârsta) și înălțime (cm).
- Pentru a confirma fiecare parametru apăsați tasta SET.

- După confirmarea ultimului parametru (înălțimea, cm). Ecranul va afișa 0,0 KG și numărul de utilizator, cum ar fi USER 02. Începeți cântărirea. În timpul cântării stați nemișcat pentru a stabili indicația.
- Atenție: în timpul măsurării nu trebuie să existe contact între cele două tălpi, pulpe, gambe și șolduri. În caz contrar, măsurarea nu poate fi realizată în modul corespunzător.
- La început pe display va fi indicată greutatea Dumneavoastră, iar apoi, după câteva secunde veți vedea pe ecran următoarele informații, care vor apărea pe rând:

Indicațiile pe display	pe	Semnificația
FAT		Grăsimea
TBW		Apa
%		Raportul procentual

- Datele indică în ce formă vă aflați la momentul dat (vezi tabelul).

Vârsta	Genul feminin		Genul masculin		Cantitatea de grăsime	Display
	Grăsimea	Apa	Grăsimea	Apa		
≤30	4.0-20.5	66.0-54.7	4.0-15.5	66.0-58.1	Insuficientă	-
	20.6-25.0	54.6-57.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normă	0
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Exces	+
	30.6-50.0	47.7-34.4	24.6-50.0	51.8-34.4	Supraponderabilitate	++
>30	4.0-25.0	66.0-51.6	4.0-19.5	66.0-55.4	Insuficientă	-
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.3-52.3	Normă	0
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Exces	+
	30.1-50.0	44.6-34.4	28.6-50.0	49.1-34.4	Supraponderabilitate	++

#### MESAJUL PE DISPLAY

- NOTĂ: Dacă pe ecran se afișează un mesaj de eroare, așteptați până când aparatul se deconectează. Conectați-l din nou pentru a porni din nou operația. Dacă mesajul de eroare apare în continuare, scoateți bateriile din compartimentul pentru baterii pentru 10 secunde, apoi introduceți-le din nou la loc și conectați aparatul.

Indicatorii	Semnificația
<b>8888</b>	Selectarea utilizatorului și parametrilor personali.
<b>oooo</b>	Analiza indicațiilor după cântărire.
<b>----</b>	- Poziționarea incorectă a cântarului. Amplasați cântarul pe o suprafață plană și dură. - Stați pe cântar încălzit. Descălțați-vă și urcați din nou pe cântar.
<b>LO</b>	Indicația de descărcare a bateriilor. Bateriile sunt descărcate, înlocuiți-le cu altele noi.
<b>ErrH</b>	Indicația unui % ridicat de grăsime. Conținutul procentual de grăsime este prea ridicat. Recomandări: respectarea unui regim alimentar sărac în calorii, practicarea intensivă a sportului și manifestarea unei griji sporite față de sănătatea personală.
<b>Errl</b>	Indicația unui % scăzut de grăsime. Conținutul procentual de grăsime este prea mic. Recomandări: respectarea unui regim alimentar bogat în calorii și manifestarea unei griji sporite față de sănătatea personală.
<b>EEEE</b>	Indicația de supraîncărcare. Este depășită greutatea maximă admisibilă pentru cântărire. Coborâți de pe platformă pentru a preveni defectarea cântarului.

#### CURĂȚAREA ȘI ÎNTREȚINEREA

- Ștergeți cântarul cu o cârpă moale cu detergent și uscați.
- Nu folosiți solvenți organici, substanțe chimice dure și agenți abrazivi.

#### PĂSTRAREA

- Respectați cerințele de la punctul CURĂȚAREA ȘI ÎNTREȚINEREA.
- Aveți grijă ca pe parcursul depozitării pe cântar să nu fie puse careva obiecte.
- Păstrați cântarul într-un loc răcoros și uscat, în poziție orizontală.

## MANIPULAREA BATERIILOR

- Bateriile conțin substanțe nocive pentru organism. Preveniți accesul copiilor mici la elementele de alimentare. Dacă cineva va înghiți un element de alimentare, adresați-vă imediat la medic.
- Înlocuiți cu regularitate bateriile. În acest scop, folosiți elemente de același tip.
- Bateriile nu pot fi reîncărcate sau reactivate cu ajutorul diferitor mijloace; nu le dezamblați, nu le aruncați în foc și nu le scurtcircuitați.
- Bateriile descărcate pot duce la deteriorarea aparatului. În caz de neutilizare de lungă durată a aparatului, scoateți bateria din aparat.
- Nu aruncați elementele de alimentare în foc. Pericol de explozie!
- Nu se permite scurtcircuitarea clemelor de alimentare.



— Symbolul dat pe produs, ambalaj și/sau documentele însoțitoare înseamnă că aparatele electrice și electronice, și bateriile uzate nu trebuie aruncate împreună cu deșeurile menajere. Acestea trebuie duse la punctele de colectare specializate.

Adresați-vă la autoritățile locale pentru a obține informații suplimentare referitor la sistemele existente de colectare a deșeurilor.

Reciclarea corectă va contribui la păstrarea resurselor valoroase și la prevenirea posibilelor efecte negative asupra sănătății oamenilor și a mediului înconjurător, care ar putea apărea în rezultatul reciclării incorecte a deșeurilor.

## PL INSTRUKCJA OBSŁUGI ŚRODKI BEZPIECZEŃSTWA

- Zalecamy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję przed uruchomieniem urządzenia, aby uniknąć awarii podczas użytkowania. Niewłaściwe postępowanie może doprowadzić do uszkodzenia wyrobu.
- Wykorzystywać wyłącznie do celów domowych. Nie jest urządzeniem do zastosowania w przemyśle ani nie jest przeznaczone do zastosowania w handlu.
- Wagę nie należy narażać na obciążenia udarowe.
- Nie wolno skakać na wadze.
- Nie należy przeciążać wagi.
- Zabrania się korzystania z wagi przez osoby z implantami medycznymi (np. posiadające sztuczne rozruszniki serca). W przeciwnym razie mogą wystąpić zakłócenia w pracy implantów.
- Nie używać w czasie ciąży.
- Uwaga! Na wagę nie należy stawać mokrymi stopami, ani kiedy powierzchnia wagi jest mokra, bo można się poślizgnąć!
- W przypadku dostania się do przewodu pokarmowego baterie mogą stanowić zagrożenie dla życia.
- Należy przechowywać baterie i wagę w miejscu niedostępnym dla dzieci. Osoba, która połknęła baterię, powinna niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.
- Nie dopuszczać dzieci do kontaktu z materiałem opakowaniowym (istnieje ryzyko uduszenia).
- Zabrania się ładowania lub w inny sposób odzyskania baterii, rozebrania jej, wrzucenia do ognia.
- W przypadku ustalania procentowej zawartości tkanki tłuszczowej i innych parametrów u dzieci w wieku poniżej 10 lat mogą być uzyskane nieprawdziwe wyniki.
- Waga diagnostyczna może być wykorzystana do zwykłego ważenia bez określenia zawartości parametrów wody, tkanki tłuszczowej oraz masy mięśniowej u dzieci w każdym wieku. Minimalne parametry ważenia: 2 kg.
- Niedokładne wyniki dla oznaczania wody, tkanki tłuszczowej mogą być u zawodowych sportowców, u osób z tendencją do opuchlizny u osób z niestandardowych proporcjach nóg w stosunku do ciała.
- Nie wolno próbować samodzielnie naprawiać urządzenia. W przypadku usterek należy skontaktować się z sprzedawcą.
- Jeśli urządzenie przez jakiś czas znajdowało się w temperaturze poniżej 0°C, przed włączeniem musi być przechowywane w temperaturze pokojowej nie krócej niż 2 godziny.
- Producent zastrzega sobie prawo, bez dodatkowego powiadomienia, do wprowadzania drobnych zmian w konstrukcji wyrobu, które zupełnie nie wpływają na jego bezpieczeństwo, sprawność lub funkcjonalność.
- Data produkcji jest wskazana na wyrobie i/albo na opakowaniu, a także w dokumentacji towarzyszącej, w formacie XX.XXXX, gdzie pierwsze dwie liczby „XX” to miesiąc produkcji, następne cztery cyfry „XXXX” to rok produkcji.

## WAŻENIE

### ZASADA DZIAŁANIA

- Niniejsza waga działa na zasadzie analizy impedancji bioelektrycznej (B.I.A.). Przy tym oznaczanie procentowej zawartości różnych tkanek odbywa się w ciągu kilku sekund za pomocą niewyczuwalnego przez człowieka, bezpiecznego i nie wyrządzającego szkody prądu elektrycznego.
- Przy pomiarze należy wziąć pod uwagę, co następuje: pomiar procentowej zawartości tkanki tłuszczowej powinien być wykonywany przy bosych stopach i lekko wilgotnych podszewkach. Absolutnie suche stopy mogą stać się przyczyną niepoprawnego wyniku, ponieważ mają zbyt niską przewodność elektryczną.
- Jeśli podczas pomiaru wartości procentowej tłuszczu, tkanki mięśniowej, masy kostnej i wody suma objętości w procentach wszystkich składników wyniosła więcej niż 100%, to nie stanowi defektu wagi. Takie zjawisko można wyjaśnić z fizjologicznego punktu widzenia. Waga diagnostyczna pracuje na zasadzie analizy impedancji, która

wykrywa ilości tłuszczu i wody zawarte również w samych tkankach mięśniowych i kostnych. Tak więc, dynamikę zmian różnych wskaźników należy traktować oddzielnie dla każdego wskaźnika, nie podsumowując uzyskanych wyników.

#### PRZYDATNE WSKAZÓWKI

- Należy upewnić się, że waga stoi na płaskiej, stabilnej i płaskiej poziomej powierzchni. Nie wolno ustawiać wagi na dywanie lub miękkich powierzchniach.
- Dla dokładnego określenia masy wskazane jest, aby waga stała w tym samym miejscu. W przypadku przesunięcia wagi istnieje ryzyko jej ustawienia na nierównej powierzchni, co może wpłynąć na dokładność wyświetlania wartości masy.
- W celu dokładnego określenia masy należy dokonywać ważenie w tym samym czasie, zdejmując buty i ubrania, oraz przed jedzeniem.
- W celu bardziej dokładnego pomiaru masy ciała, nie zaleca się mierzenia masy wcześniej, niż 2 godziny po przebudzeniu.
- Stań na wagę. Nie podpieraj się niczym, stój prosto.

#### WAŻENIE

- Otwórz specjalny przedział baterii na tylnym panelu wagi, wyjmij folię ochronną. Zamknij przedział. Waga jest gotowa do pracy.
- Domyślną jednostką miary jest kilogram "kg". Na tylnym panelu wagi znajduje się przełącznik, za pomocą którego można wybrać jako jednostkę miary stone "st" lub funty "lb".
- Aby włączyć wagę, dotknij jej stopą.
- Poczekaj kilka sekund, aż na wyświetlaczu zapali się "0.0".
- Stań na wagę. Na wadze zostanie wyświetlona Twoja masa.







#### AUTOMATYCZNE WYŁĄCZANIE

- Jeśli w ciągu 20 sekund po włączeniu wagi nie będzie żadnych działań, waga automatycznie się wyłączy.
- Po ważeniu waga bez obciążenia zostanie automatycznie wyłączona po upływie 6 sekund.

#### OPCJA AUTOMATYCZNEGO ZEROWANIA DANYCH

- Twoja waga posiada opcję automatycznego zerowania danych. Po wyświetlaniu danych na wyświetlaczu po kilku sekundach nastąpi automatyczne zerowanie, na wyświetlaczu ponownie będzie 0.0. Możesz wykonać ponowne ważenie lub rozpocząć ważenie z ustawieniem nowego użytkownika.

#### USTAWIANIE DANYCH UŻYTKOWNIKA

- W celu przeprowadzenia analizy należy najpierw ustawić swoje parametry.
- Naciśnij przycisk "SET", na wyświetlaczu pojawi się pierwsza komórka pamięci z dziesięciu "P1".
- Potwierdź numer komórki, naciskając przycisk "SET" lub wybierz numer, naciskając przycisk  , na przykład "P2". Naciśnij przycisk "SET", aby przejść do kolejnych ustawień.
- Następnie zostanie wyświetlony symbol "mężczyzna"  albo "kobieta" . Potwierdź wybór, naciskając przycisk "SET", lub wybierz swoją płeć, naciskając przyciski  .
- Naciśnij przycisk "SET", aby przejść do kolejnych ustawień.
- Podobnie ustaw opcje wieku **AGE** (10-80 lat) i wzrostu **cm** (100-240 cm).
- Aby potwierdzić każdy parametr, naciskaj przycisk "SET".
- Po potwierdzeniu ostatniego parametru (wzrost, cm). Na ekranie zostaną wyświetlone: "0.0" kg oraz numer użytkownika, na przykład "P2". Twoje dane zostały zapisane.
- Przy następnym włączeniu wagi najpierw zostaną wyświetlone ustawienia ostatniego użytkownika.



#### WAŻENIE Z ANALIZĄ

- Po wybraniu danych użytkownika rozpocznij ważenie.
- Podczas ważenia stój nieruchomo, aby wskazanie ustabilizowało się
- Uwaga: podczas pomiaru nie muszą kontaktować ze sobą obie stopy, łydki, golenie i uda. W przeciwnym razie pomiar może być wykonany nie poprawnie.
- Na początku na wyświetlaczu zostanie wyświetlona twoja masa, a następnie przez kilka sekund zobaczysz dane dotyczące procentowej zawartości tłuszczu, wody, mięśni i masy kostnej w swoim organizmie.
- Niniejsza waga pozwala obliczyć wskaźnik masy ciała. Wskaźnik masy ciała jest wielkością, która pozwala ocenić stopień zgodności masy człowieka i jego wzrostu, a przez to pośrednio ocenić, czy masa jest niewystarczająca, normalna lub ma miejsce nadwaga.

Wskaźnik masy ciała	Zgodność masy człowieka z jego wzrostem
16 i mniej	Wyraźny niedobór masy
16—18,5	Niedostateczna (niedobór) masa ciała
18,5—25	Norma
25—30	Nadmierna masa ciała (przedotyłość)
30—35	Otyłość pierwszego stopnia

35—40	Otyłość drugiego stopnia
40 i więcej	Otyłość trzeciego stopnia (otyłość olbrzymia)

- Po wykonaniu analizy będzie wykonane obliczenie zalecanej dla Ciebie dobowej normy kalorii. Dzienna norma kalorii to liczba kalorii, niezbędnych do realizacji prawidłowego funkcjonowania i utrzymania organizmu w dobrej formie, bez odkładania zbędnych kilogramów.
- Informacja analityczna będzie wyświetlana na wyświetlaczu wagi, na przemian:

Wskazania wyświetlacza	Wartość
	Płeć męska
	Płeć żeńska
CM(FT;In)	Wzrost
Age	Wiek
FAT	% zawartość tłuszczu
TBW	% zawartość wody
%	Stosunek procentowy

- Dane świadczą, w jakim stanie fizycznym jesteś w tej chwili (patrz tabelę).

Wiek	Kobieta		Mężczyzna		Zawartość tłuszczu
	Tłuszcz %	Woda %	Tłuszcz %	Woda %	
≤30	4,0-16,0	66,0-57,0	4,0-11,0	66,0-61,2	Bardzo mało
	16,1-20,5	57,7-54,7	11,1-15,5	61,1-58,1	Mało
	20,6-25,0	54,6-57,6	15,6-20,0	58,0-55,0	Norma
	25,1-30,5	51,5-47,8	20,1-24,5	54,9-51,9	Dużo
	30,6-60,0	47,7-27,5	24,6-60,0	51,8-27,5	Bardzo dużo
>30	4,0-20,0	66,0-55,0	4,0-15,0	66,0-58,4	Bardzo mało
	20,1-25,0	54,9-51,6	15,1-19,5	58,3-55,3	Mało
	25,1-30,0	51,5-48,1	19,6-24,0	58,2-52,3	Norma
	30,1-35,5	48,0-44,7	24,1-28,5	52,2-49,2	Dużo
	35,1-60,0	44,6-27,5	28,6-60,0	49,1-27,5	Bardzo dużo

#### KOMUNIKATY NA WYŚWIETLACZU

- UWAGA: Jeśli wyświetlany jest komunikat tekstowy o błędzie, należy poczekać aż urządzenie się wyłączy. Włącz go ponownie, aby ponownie uruchomić operację. Jeśli komunikat o błędzie nie zanikł, należy wyjąć baterie z przedziału baterii na okres 10 sekund, po czym włóż je z powrotem i włącz urządzenie.

Wskaźniki	Wartość
LO	Wskaźnik rozładowania baterii. Baterie są zużyte, należy wymienić na nowe.
ErrH	Wskaźnik wysokiego poziomu tłuszczu (%). Procentowa zawartość tłuszczu jest zbyt wysoka. Wskazówki: Należy rozpocząć i kontynuować przestrzeganie diety niskokalorycznej, więcej uprawiać sport oraz bardziej dbać o swoje zdrowie.
Errl	Wskaźnik niskiego poziomu tłuszczu (%). Procentowa zawartość tłuszczu jest zbyt niska. Wskazówki: Należy rozpocząć i kontynuować przestrzeganie bardziej odżywczej diety oraz bardziej dbać o swoje zdrowie.
Err	Wskaźnik przeciążenia. Masa przekracza dopuszczalną masę do ważenia. Zejdź z platformy wagi, aby uniknąć uszkodzenia wagi.

#### CZYSZCZENIE I KONSERWACJA

- Należy wagę wytrzeć miękką szmatką z użyciem detergentu i wysuszyć
- Nie należy stosować rozpuszczalników organicznych, agresywnych substancji chemicznych i środków ściernych.

#### PRZECHOWYWANIE

- Spełniaj wymagania określone w sekcji CZYSZCZENIE I KONSERWACJA.
- Należy uważać, aby podczas przechowywania na wadze nie było żadnych przedmiotów.
- Przechowaj wagę w chłodnym, suchym miejscu, w pozycji poziomej.

#### OBCHODZENIE SIĘ Z BATERIĄ

- Bateria zawiera substancje szkodliwe dla organizmu. Dopilnuj, aby dzieci nie miały dostępu do baterii. Jeśli ktoś połknie baterię, należy natychmiast skontaktować się z lekarzem.
- Regularnie wymieniaj baterię. Należy zastąpić je bateriami takiego samego typu.
- Baterii nie wolno ładować ani reaktywować za pomocą różnych środków, nie demontuj ich, nie wrzucaj do ognia oraz nie dopuszczaj, aby doszło do zwarcia.



- Zużyta bateria może spowodować uszkodzenie urządzenia. W przypadku długiej przerwy w korzystaniu z urządzenia należy wyjąć baterię z urządzenia.
- Nie wrzucaj baterii do ognia. Niebezpieczeństwo wybuchu!
- Niedopuszczalne jest zwarcie styków zasilania.



Ten symbol umieszczony na wyrobie, opakowaniu i/lub dołączonej dokumentacji oznacza, że zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych oraz baterii nie należy wyrzucać wraz ze zwykłymi odpadami gospodarstwa domowego. Należy je oddawać do specjalnych punktów odbioru.

Aby uzyskać więcej informacji na temat istniejących systemów zbierania odpadów, należy skontaktować się z władzami lokalnymi.

Prawidłowa utylizacja pomaga oszczędzać cenne zasoby i zapobiec ewentualnym negatywnym wpływom na zdrowie ludzi i stan środowiska naturalnego, które mogą powstać w wyniku niewłaściwego postępowania z odpadami.