

# Osobní váha pro vážení a určení tělesného tuku Bettina



Obj. č.: 84 04 91



## **CZ** NÁVOD K OBSLUZE

### Vážení zákazníci,

děkujeme Vám za Vaši důvěru a za nákup osobní váhy Bettina

Tento návod k obsluze je součástí výrobku. Obsahuje důležité pokyny k uvedení přístroje do provozu a k jeho obsluze. Jestliže výrobek předáte jiným osobám, dbejte na to, abyste jim odevzdali i tento návod.

Ponechejte si tento návod, abyste si jej mohli znovu kdykoliv přečíst!

### Účel použití

Váha na měření tělesného tuku slouží ke zjištění a zobrazení tělesné hmotnosti a podílu tělesného tuku v těle. Přístroj je určen pouze pro domácí využití.

**Váha není vhodná pro lékařské či terapeutické účely. Přístroj neodpovídá požadavkům týkajících se lékařských výrobků dle směrnice 93/45/EWG.**


Jiný účel použití, než ten, který je popsán výše, není povolen a může vést k poškození přístroje. Žádná část výrobku nesmí být modifikována či konvertována. Neotvírejte kryt přístroje!

Bezpečnostní pokyny musí být dodržovány za každých okolností!

### Bezpečnostní pokyny


**Před použitím přístroje si pečlivě přečtěte celý návod k obsluze, obsahuje důležité informace týkající se správné činnosti s přístrojem. Záruka se nevztahuje na škody způsobené činnostmi, které byly v rozporu s tímto návodem k použití a jeho bezpečnostními pokyny! Výrobce nenes zodpovědnost za takto vzniklé škody! Výrobce dále nenes zodpovědnost za materiální škody a zranění osob způsobené nevhodnou manipulací s přístrojem, která nebyla v souladu s uvedenými bezpečnostními pokyny. Záruka v těchto případech zaniká!**

Tento výrobek byl vyroben v perfektním stavu z hlediska bezpečnostní techniky. K zachování tohoto stavu a k zajištění bezpečné činnosti je nutné postupovat dle bezpečnostních pokynů a varování uvedených v tomto návodu k obsluze. Sledujte následující symboly:

 **Vykřičník uprostřed trojúhelníku značí důležitou informaci v tomto návodu k použití. Tato informace musí být vždy dodržována.**


 **Tento výrobek byl CE – testován a splňuje nezbytné požadavky Evropské směrnice.**

 **Ujistěte se, že přístroj je nastaven správně. Postupujte dle pokynů v tomto návodu.**

 **Přístroj nevystavujte přímému, intenzivnímu slunečnímu svitu, vysokým teplotám, silným vibracím, vysoké vlhkosti a silné mechanické zátěži. Přístroj chraňte před nepříznivými okolními podmínkami (př. vysoké teploty >50°C či nízké teploty >-10°C)**

- Pouze 9 V baterie je možná jako zdroj napětí. Nikdy se nepokoušejte přístroj napájet jiným zdroje napětí nebo používat jiný typ baterií.
- Přístroj neumísťujte přímo nebo do blízkosti elektrických či magnetických polí, může dojít k ovlivnění výsledků měření. Tyto oblasti jsou v blízkosti bezdrátových telefonů apod.
- Přístroj není vhodný pro komerční či profesionální využití, např. ve fitness centrech, nemocnicích nebo ordinacích.
- Váha není vhodná pro lékařské či terapeutické účely.
- Pokud jste diabetici, využití váhy konzultujte se svým ošetřujícím lékařem.
- Tento přístroj nepoužívejte, pokud máte srdeční stimulátor, lékařskou pumpu nebo jiné implantáty.
- Přístroj neumísťujte na kluzké, mokré či vlhké povrchy. Hrozí nebezpečí uklouznutí.
- Nestoupejte na okraj váhy, na váhu neskákejte, hrozí nebezpečí pádu.
- Na váhu nestoupejte, pokud jsou vaše nohy či vaše tělo mokré. Hrozí nebezpečí pádu a zranění.
- Před použitím váhy se pečlivě oťete.
- Výrobce či dodavatel nenes zodpovědnost za nesprávné zobrazení údajů či za následky z tohoto vyplývající.
- Postižené osoby a děti by neměly přístroj používat bez asistence. Hrozí nebezpečí zranění.
- Váhu nepřetěžujte. Osoby vážící více než 150 kg by neměly přístroj používat.
- Přístroj je určen pouze k určení váhy a tělesného tuku člověka. Váhu proto nevyužívejte pro jiné vážení př. domácích zvířat apod.
- Nestoupejte na displej, mohlo by dojít k jeho poškození.
- Přístroj používejte pouze ve vnitřních prostorách.
- Přístroj není považován za dětskou hračku, držte jej tedy mimo dosah dětí.
- Vyhněte se kontaktu s vodou, na přístroj neumísťujte př. vázy apod. Pokud se voda dostane dovnitř přístroje, okamžitě odstraňte baterie a kontaktujte odborný personál.
- Obalový materiál nenechávejte ležet bez dozoru. Může se stát velmi nebezpečnou hračkou pro děti.

### Vložení/výměna baterií

 **Baterie udržujte mimo dosah dětí. Baterie nenechávejte ležet bez dozoru. Hrozí nebezpečí spolknutí buď dětmi nebo domácími zvířaty. Pokud k tomu dojde, okamžitě kontaktujte lékaře. Ujistěte se, že baterie nejsou zkratovány, poškozeny či nebyly vhozeny do ohně. Hrozí nebezpečí výbuchu. Při vkládání baterií dbejte správné polaritě (+/-). Pozor na poničené baterie, které mohou téci a tím poškodit přístroj. Proto baterie odstraňte, pokud bude přístroj delší dobu mimo provoz (měsíc a déle). Poškozené baterie mohou způsobit podráždění pokožky, při manipulaci s nimi proto noste ochranné rukavice. Používejte baterie pouze určeného typu a velikosti.**

- Schránka na baterie je umístěna na spodní straně výrobku. K otevření krytu přístroj otočte směrem vzhůru. S přístrojem manipulujte opatrně, aby nedošlo k poškřábání povrchu.
- Otevřete kryt. Novou baterii (9V) připevněte na bateriový klip a to se správnou polaritou.
- Nyní baterii připevněte baterii ke svorkám bateriového krytu (viz obrázek).
- Kryt zavřete.

Pokud se na displeji zobrazí symbol „LO“ nebo již není dále možné přístroj zapnout, je nutné baterii vyměnit. Používejte pouze daný typ baterií.

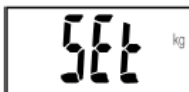


## Nastavení přístroje

Nastavení vašich osobních údajů

K tomu, aby mohla být provedena analýza vašeho tělesného tuku, je nutné nejprve nastavit vaše osobní data. Přístroj je schopen uložení osobních dat až 12 osob.

Stiskněte klávesu . Na displeji se zobrazí symbol „SET“ a začnou blikat jednotky „kg“ nebo „lb“.



Vyberte požadovanou jednotku hmotnosti a to za použití kláves or . Váš výběr hmotnostní jednotky bude vždy platný pro všechna uložená data.

Stiskněte klávesu . Začne blikat současné místo uložení. Vyberte požadovaný slot paměti a to opět tlačítky . K nastavení osobních dat, znovu stiskněte tlačítko .



Na displeji začne blikat pohlaví. Příslušné pohlaví vyberte klávesami .



K potvrzení využijte klávesu .

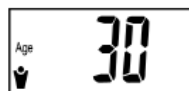
Nyní začne blikat symbol pro zadání výšky (v cm nebo ft). Příslušnou výšku zadejte pomocí tlačítek . Pokud jednu klávesu necháte stisknutou po delší dobu, zahájíte rychlejší mód. K uložení a potvrzení výběru stiskněte tlačítko .



Nyní pomocí tlačítek zadejte váš věk. Pokud jednu klávesu necháte stisknutou po delší dobu, zahájíte rychlejší mód. K uložení a potvrzení výběru stiskněte tlačítko .



Klávesy nyní přestanou blikat. Po 3 vteřinách se přístroj automaticky vypne.



Pokud jste v módu zadávání osobních dat a po dobu 30 vteřin nedojde ke stisknutí žádné klávesy, přístroj se automaticky vypne. Pokud je zvolena jednotka hmotnosti v kg, jednotka výšky se automaticky přepne na cm.

## Měření hmotnosti a tělesného tuku

**Tento přístroj nepoužívejte, pokud máte kardiostimulátor nebo jiné implantáty. Váha není vhodná pro lékařské či terapeutické účely. Na základě zjištěných výsledků si sami nesestavujte žádnou dietu či cvičební program. Výsledky vždy konzultujte s vaším ošetřujícím lékařem.**

**Výsledek měření může být ovlivněn mnoha faktory. K získání přesných výsledků měření postupujte dle pokynů uvedených v tomto návodu k obsluze.**

Výsledek měření může ovlivnit i třeba více vrstev oblečení.

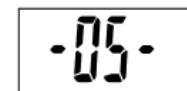
Při vážení nenoste ponožky. Na váhu stoupejte pouze bosí. Vaše šlapky by měly být čisté, suché.

Stoupte si přímo na znázorněné elektrody (kulaté kovové stopy uvedené na platformě váhy). Šlapky nohou a stehna by se neměly dotýkat.

Výsledky měření jsou také silně ovlivněny např. fyzickým výkonem, nemocí, dehydratací (př. po náročné alkoholové noci), po jídle/pití (vyčkejte alespoň 2 hodiny), po koupeli, v době menstruace, v době těhotenství, krátce po vstávání apod.

Pokud je to tedy možné, měření provádějte vždy ve stejnou denní dobu a vždy za stejných podmínek.

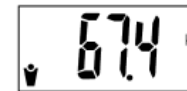
Stiskněte tlačítka . Váha se zapne. Číslo místa paměti se rozblíká. Tlačítky si vyberte vaše paměťové místo.



Na displeji se zobrazí „0,0 kg“ (3). Poté je přístroj připraven k vážení.



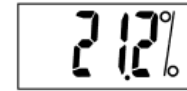
Stoupte si na váhu a zůstaňte stát, dokud není vážení a měření kompletní. Měření je dokončeno, jakmile se ustálí hodnoty na displeji.



Nyní se displej automaticky změní na změření hodnot tělesného tuku. Měření je dokončeno, jakmile symbol na displeji " " zmizí.



Výsledek měření na displeji bliká po dobu asi 10 vteřin. Poté se váha automaticky vypne. Nyní můžete váhu opustit.



V následující tabulce si můžete porovnat jednotlivé hodnoty:

Věk	Žena				Muž			
	Štíhlá	Normal	Silná	Velmi silná	Štíhlý	Normal	Silný	Velmi silný
10-16	<18%	18–28%	29–35%	> 35%	<10%	10–18%	19–23%	> 23%
17-39	<20%	20–32%	33–38%	> 38%	<12%	12–20%	21–25%	> 25%
40-55	<23%	23–35%	36–41%	> 41%	<13%	13–21%	22–26%	> 26%
56- 85	<24%	24–36%	37–42%	> 42%	<14%	14–22%	23–27%	> 27%




Prosím, přečtěte si pozorně následující informace, budete lépe srozuměni s hodnotami uvedenými v tabulce.

Jelikož váhou získané procentuální hodnoty tělesného tuku jsou ovlivněné mnoha faktory, je třeba je vnímat jako pouze jako orientační, ne absolutní hodnoty. Podle tělesné konstrukce osoby se nedá bezpodmínečně předpokládat, že se tělesný tuk nachází ve vhodné oblasti. Osoby stejného věku, pohlaví a tělesné stavby nemusí mít stejné hodnoty tuku. O zjištěném výsledku se tedy nejprve poraďte s vaším ošetřujícím lékařem. Váha Vám pak pomocí naměřených hodnot pomůže sledovat tendenci změn v delším časovém úseku.

Pro následně uvedené osoby nemají údaje v tabulce vypovídající hodnotu:

- Děti do 10 let a osoby starší 85 let
- Osoby postižené horečkou, otoky, osteoporózou
- Osoby užívající léky na srdce
- Pacienti docházející na dialýzu
- Těhotné ženy
- Profesionální sportovci, kteří trénují i více než 10 hodin týdně

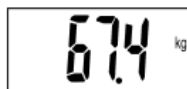
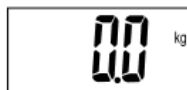
## Použití přístroje jako osobní váhy

Krátce stiskněte tlačítko . Váha se zapne. Na displeji se na přibližně dobu 2 vteřin zobrazí „8888“

(v tuto dobu na váhu nestoupejte).

Jakmile se na displeji zobrazí „0,0 kg“ nebo „0,0 lb“, přístroj je připraven na vážení. Stoupněte si na platformu váhy a vyčkejte, dokud vážení není dokončeno.

Vážení je ukončeno, jakmile se hodnoty na displeji ustálí a poté 3x zablikají. Nyní můžete váhu opustit. Naměřená váha na displeji zůstane pro dobu 5 vteřin. Poté se váha automaticky vypne.



## Manipulace s přístrojem

Přístroj nezapínejte ihned po jeho přemístění z chladnější místnosti. Vzniklá kondenzace by mohla přístroj poškodit.

**Vyčkejte, dokud přístroj nedosáhne pokojové teploty a vzniklá kondenzovaná voda se nevypaří.**

Přístroj nevystavujte přímému, intenzivnímu slunečnímu svitu, vysokým teplotám, silným vibracím, vysoké vlhkosti a silné mechanické zátěži. Přístroj chraňte před nepříznivými okolními podmínkami

- vysoké teploty >50°C či nízké teploty >-10°C)
- nadměrné vlhkosti (>90% relativní vlhkosti), prachu, výbušných plynů, výparů a rozpouštědel

## Údržba přístroje

Před prováděním údržby přístroje dbejte následujících bezpečnostních pokynů:



Pouze odborný personál, který je srozuměn s funkcí a stavem tohoto přístroje a případnými riziky, může provádět opravy přístroje.

Údržba přístroje není nutná. Z tohoto důvodu není důvod k otevírání krytu přístroje. Pokud kryt přístroje otevřete, může dojít k omezení platnosti záruky.

Pouze povrch přístroje očistěte jemným, lehce navlhčeným hadříkem nebo suchým kartáčkem. Nepoužívejte chemická činidla, která mohou přístroj poškodit .

## Recyklace

Elektronické a elektrické produkty nesmějí být vyhazovány do domovních odpadů.

Likviduje odpad na konci doby životnosti přístroje přiměřeně podle platných zákonných ustanovení.

**Šetřete životní prostředí! Přispějte k jeho ochraně!**

## Manipulace s bateriemi a akumulátory



Nenechávejte baterie (akumulátory) volně ležet. Hrozí nebezpečí, že by je mohly spolknout děti nebo domácí zvířata! V případě spolknutí baterií vyhledejte okamžitě lékaře! Baterie (akumulátory) nepatří do rukou malých dětí! Vyteklé nebo jinak poškozené baterie mohou způsobit poleptání pokožky. V takovém případě použijte vhodné ochranné rukavice! Dejte pozor nato, že baterie nesmějí být zkratovány, odhazovány do ohně nebo nabíjeny! V takovýchto případech hrozí nebezpečí exploze! Nabíjet můžete pouze akumulátory.



Vybité baterie (již nepoužitelné akumulátory) jsou zvláštním odpadem a nepatří do domovního odpadu a musí být s nimi zacházeno tak, aby nedocházelo k poškození životního prostředí!

K těmto účelům (k jejich likvidaci) slouží speciální sběrné nádoby v prodejnách s elektrospotřebiči nebo ve sběrných surovinách!



**Šetřete životní prostředí!**

## Případné potíže

Koupí tohoto měřicího přístroje jste získali výrobek, který je navržen dle úrovně své doby a je provozně spolehlivý. Nicméně případné problémy či poruchy se mohou vyskytnout. V následující sekci jsme se pokusili o popis těchto možných problémů a jejich řešení:



**Vždy postupujte dle bezpečnostních pokynů!**

Problém	Příčina	Řešení
Na displeji je zobrazeno „FFFF“	Došlo k překročení měřicí rozsahu (nad 150 kg)	Není možné měření vykonat
Na displeji je zobrazeno „Err“	Příliš nízké napětí baterie (při měření jste měli ponožky či pantofle)	Vyměňte baterii
Na displeji je zobrazené „LO“	Naměřená hmotnost a podíl tuku se neshodují s hodnotami zadaným do paměťového místa.	Zvolili jste správné paměťové místo?



**Jiné, než uvedené opravy může vykonávat pouze autorizovaný pracovník.**

## Rozsah dodávky

- Váha na měření tělesného tuku
- Baterie 9 V

## Technické údaje

Baterie	9 V
Příkon	6 mA
Rozsah měření – hmotnost/rozlišení	2 kg (min) až 150kg (max / 0,1 kg
Rozsah měření – tělesný tuk / rozlišení	3% až 75% / 0,1%
Rozsah nastavení – výška	100 až 220 cm
Rozsah nastavení – věk	5 až 85

**Příklad tohoto návodu zajistila společnost Conrad Electronic Česká republika, s. r. o.**

Všechna práva vyhrazena. Jakékoliv druhy kopií tohoto návodu, jako např. fotokopie, jsou předmětem souhlasu společnosti Conrad Electronic Česká republika, s. r. o. Návod k použití odpovídá technickému stavu při tisku! **Změny vyhrazeny!**

© Copyright Conrad Electronic Česká republika, s. r. o.

**DO/1/2010**