

BODY ANALYZER SCALE PS 8710

Güvenlik

Cihazı ilk defa kullanmaya başlamadan önce aşağıdaki uyarıları dikkate alınız:

- Bu cihaz, sadece evde kullanılmak üzere tasarlanmıştır.
- Bu cihazı bir halı veya taban halısı üzerinde kullanmayınız.
- Cihazı daima aynı düz ve sert bir zeminde kullanın. Bu sayede ölçüm değerleri birbirleriyle karşılaştırılabilir.
- Cam yüzeyin çerçeve tarafından desteklenen bölümünün sadece kenardan en fazla 2 cm uzakta olan kısmına basınız. Çok dikkatli olunuz.
- Cihazın üzerine itina ile önce sol veya sağ ayağınızla çıkarak, cam yüzeyin çerçeve ile desteklenen kısmına basınız. Bunu yaparken kenardan 2 cm mesafede olmaya dikkat ediniz. Daha sonra da diğer ayağınızı çekerek, aynı şekilde cam yüzeyin diğer tarafına basınız. Tüm bu hareketleri yaparken çok dikkat ediniz.
- Ayağınızı cihazdan indirmeden önce, vücut ağırlığınızı önce cihazın ortasına veriniz. Bunu yaparken cihazın devrilmemesine dikkat ediniz (yaralanma tehlikesi).
- Bu cihazı kesinlikle açık alanlarda kullanmayınız.
- Bu cihazı gök gürlerken kullanmayınız.
- İşlev bozuklukları olan cihazı artık kullanmayınız.
- Camda kırılma veya çatlaklar tespit ettiğinizde, cihazı artık kullanmayınız.
- Cihazın cam yüzeyine eşya bırakmayınız.

- Cihazdan aşağıya atlamayın veya cihazın üzerine sıçramayın.
- Cihaz banyoda kullanıldığında, cihazın su ile temas etmemesine mutlaka dikkat edilmelidir.
- Cihazı suya daldırmayınız.



- Cihaz doğrudan güneş ışınları etkisine, yüksek sıcaklıklara veya sürekli yüksek neme maruz bırakılmamalıdır.
- Cihazı çocuklardan uzak tutunuz.
- Cihazda gözle görülür hasar mevcutsa, cihaz kullanılmamalıdır.
- Cihazın içini kesinlikle açmayınız. Yanlış müdahale sonucu oluşan hasarlarda, verilmiş olan üretici garantisi geçersizdir.

Dikkat

Bu cihaz aşağıda belirtilen kişiler tarafından kullanılmamalıdır:

- Hamileler ve 18 yaşın altındaki gençler (bu kişilerin vücut yağlarının miktarı tam olarak tespit edilemez).
- Cihaz vücuttaki yağ oranını BIA (Bioelectrical Impedance Analysis) ile tespit eder. Bunun için vücuda zararsız bir sinyal gönderilir. Bu sebepten cihaz kalp pili veya ameliyatla tıkanan başka tıbbi cihazları kullanan kişiler için uygun değildir. Gerekğinde doktorunuza danışınız.

BODY ANALYZER SCALE PS 8710

Teslimat İçeriği

- 1 Body Analyzer Scale PS 8710
- 2 çıkartılabilen LCD ekranlı kontrol ünitesi
- 3 Kontrol ünitesinin duvara montajı için duvar bağlantısı

Kısa tanımlama

Üst yüzey

- A** çıkartılabilen LCD ekranlı kontrol ünitesi.
- B** Cihaz çerçevesi.
- C** Cam yüzey.

Alt yüzey

- D** Akü bölmesi kapağı.
- E** Kaymaz ayaklı sensörler.

Çıkartılabilen kontrol ünitesi

- F** Seçme tuşu »◀«.
- G** Seçme tuşu »▶«.
- H** Girilen değerleri onaylamak için »SET« tuşu.
- I** »ON/OFF« tuşu. LCD ekran ile tartıyı açıp kapatır.
- J** LCD ekran.
- K** Metal muhafaza ve baş parmak için tutma yüzeyi (ölçümler burada yapılır).

Kontrol ünitesinin arka yüzü ve aksesuarlar

- L** Duvar montajı bağlantısı.
- M** Manyetik şeritler.
- N** Manyetik girinti.
- O** Sol pil yuvası.
- P** Sağ pil yuvası.

Sayın Müşterimiz,

Body Analyzer Tartı PS 8710'u satın aldığınız için sizi tebrik ederiz. Grundig ürünü cihazınızı uzun yıllar kullanabilmek için, lütfen aşağıdaki kullanıcı uyarılarını dikkatle okuyunuz!

Özellikler

Bu tartı ile aşağıdaki değerler hesaplanabilir:

Vücut ağırlığı

Vücut ağırlığınızı sökülebilen kontrol ünitesi üzerinden kolayca ve hızlı bir şekilde tespit edebilirsiniz. Bu işlem sinyal sesleri ile de desteklenir.

Vücuttaki yağ miktarı

Bu tartı ile kapsamlı bir vücut yağı analizi yapılabilir. Önceden ayarlanmış olan 10 farklı kullanıcı parametresi ve bireysel değer girişi ile aşağıdaki değişkenler hesaplanabilir:

- Vücuttaki yağ oranı
- Vücut dokusundaki su oranı
- Kas ağırlığı oranı
- Kemik ağırlığının vücut ağırlığına oranı

Ayrıca günlük kalori gereksinimi için bir öneri.

Dikkat

- PS 8710 bir wellness ürünüdür, tıbbi bir ürün değildir. Bu sebepten kullanım sonuçları ve gösterdiği değerler temel alınarak tıbbi öneriler verilemez.

BODY ANALYZER SCALE PS 8710

Güç Kaynağı

Tartıyı 4 adet AAA pille çalıştırabilirsiniz (toplam 6 V). Çıkarılabilen kontrol paneli 3 adet AAA pil ile (toplam 4,5 V) çalışır.

Tartı

- 1 Pil yuvasının kapağını açınız.
- 2 Dört AAA pili yerleştiriniz. Burada pil yuvası tabanında işaretlenmiş olan kutuplara dikkat ediniz.

Kontrol paneli

- 1 Sol pil yuvasının kapağını açınız.
- 2 İki adet AAA pili yerleştiriniz. Burada pil yuvası tabanında işaretlenmiş olan kutuplara dikkat ediniz.
- 3 Sağ pil yuvasının kapağını açınız.
- 4 Bir AAA pili yerleştiriniz. Burada pil yuvası tabanında işaretlenmiş olan kutuplara dikkat ediniz.

Devreye Alma

Pilleri ilk kez yerleştirirken veya pilleri değiştirdikten sonra, tartı yeniden ayarlanmalıdır.

- 1 Kontrol ünitesini ve tartıyı »ON/OFF« tuşu ile açın.
- 2 Tartıyı çalıştırmak için ayağınızı hafifçe cam yüzeye **C** dokundurun.
 - Tartının çalıştığı bir sinyal sesi ile belirtilir:
 - Cihaz daha sonra otomatik olarak kapanır. Artık kullanıma hazırdır.

Uyarılar

- Pilleri güneş ışınları, kalorifer, ateş vb. tarafından yayılan sıcaklıklara maruz bırakmayınız.

- Piller zayıfladığında (yakl. 2,3 V), ekranda bir pil simgesi görünür. Bu durumda derhal yeni pilleri yerleştiriniz.
- Tükendiklerinde veya cihaz uzun bir süre kullanılmayacak ise, pilleri çıkartınız. Akmiş pillerin oluşturduğu zararlardan dolayı sorumluluk kabul edilemez.

Çevre Uyarısı

- Piller - ağır metal içermeyenler de dahil - ev çöpüne karıştırılmamalıdır. Lütfen kullanılmış pilleri çevreye zarar vermeden yok etmeye dikkat ediniz, bunun için örneğin özel toplama yerlerini kullanabilirsiniz. Bu konuda sizin için geçerli yasal uygulamalar hakkında bilgi ediniz.

Tartı olarak çalıştırma

Uyarılar

- Vücut ağırlığınızı ölçmek için veri girişi yapmanıza gerek yoktur.
- Tartı vücut ağırlığınızı 100 g'lık adımlarla ölçer.
- Tam bir ölçüm yapmak için 4 nokta ölçüm yöntemi kullanılır.

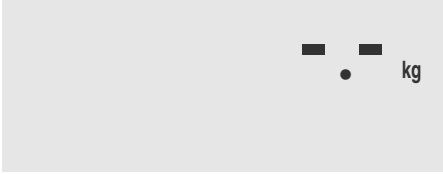
- 1 Kontrol ünitesindeki sağ pil yuvasında **P** bulunan anahtarla İngiliz ölçüleri (lb/in) ve metrik ölçüler (kg/cm) arasında değiştirebilirsiniz.
- 2 Tartıyı düz ve terazili bir zemine yerleştiriniz.
- 3 Çıkartmış olduğunuz kontrol ünitesini **A** her iki elinizle tutunuz.
- 4 Kontrol ünitesini ve tartıyı »ON/OFF« tuşu ile açınız.

BODY ANALYZER SCALE PS 8710

- 5 Tartıyı çalıştırmak için ayağınızı hafifçe cam yüzeye

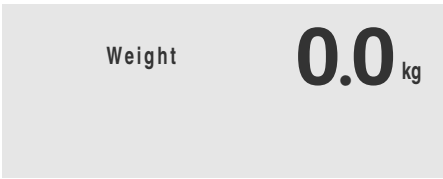
C dokundurun bir defa.

- Tartının çalıştığı bir sinyal sesi ile belirtilir:
- Gösterge:



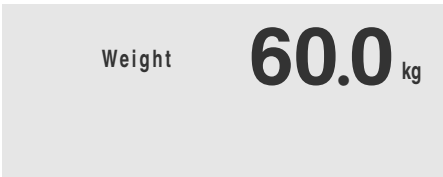
- 6 Ekranda »0.0 kg« görüldüğünde, hemen dikkatlice

C tartının cam yüzeyine basınız.



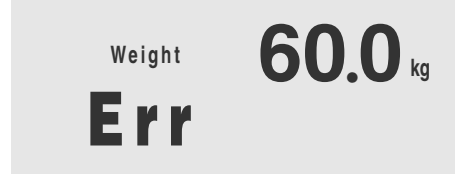
- 7 Hareket etmeden cam yüzeyde durunuz ve sinyal sesinin gelmesini bekleyiniz.

- Ekranda vücut ağırlığınız görünür.
- Tartı yakl. 10 saniye sonra kendiliğinden kapanır.



Uyarı

- Tartıldıktan sonra derhal aşağıdaki mesajın görünmesi bir hata olduğuna işaret etmez. Bu mesajı ihmal edebilirsiniz.



Body Analyzer olarak çalıştırılması

Ölçüm işlemi ya da veri aktarımı, kontrol ünitesini tuttuğunuz baş parmağınız üzerinden gerçekleşir. Her iki baş parmağınızın da tutamak yüzeyinde olmasına dikkat ediniz.

Kullanıcı verilerinin girilmesi

Body Analyzer işlevini ilk kez kullanıyorsanız, önce mutlaka aşağıdaki verileri seçmeli ve cihaza girmelisiniz: Size uygun kullanıcı parametrelerini (seçim 01 - 10), boyunuzu, yaşınızı ve kullanıcı tanımını (seçim A 1 - A 4).

Uyarı

- Kişisel verilerinizi (boyunuzu, yaşınızı) girdikten sonra, tartıyı tekrar kullandığınızda artık »SET« tuşuna basmanıza gerek yoktur. Bu durumda »◀« ve »▶« tuşları ile ilgili parametreleri (01 - 10) seçebilirsiniz.

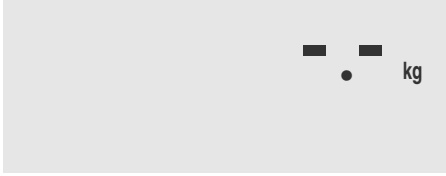
Uyarı

- Veri girişi yaparken 15 saniyeden uzun bir süre herhangi bir tuşa basmazsanız, cihaz otomatik olarak kapanır. Bu durumda tekrar başlamalısınız.

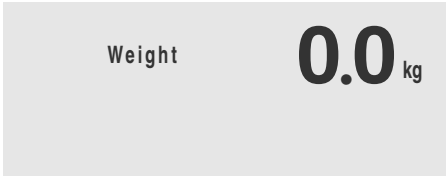
BODY ANALYZER SCALE PS 8710

1 Çıkartmış olduğunuz kontrol ünitesini **A** her iki elinizle tutunuz.

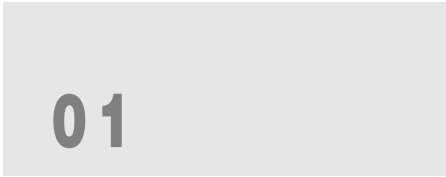
2 Kontrol ünitesini ve tartıyı »ON/OFF« tuşu ile açın.
- Gösterge:



3 Tartıyı çalıştırmak için ayağınızı hafifçe cam yüzeye **G** dokundurun bir defa.
- Tartının çalıştığı bir sinyal sesi ile belirtilir.
- Gösterge:



4 »SET« tuşuna basınız.
- Gösterge: »01« yanıp söner.

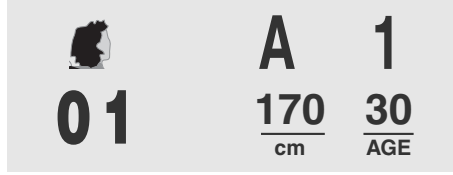


5 İstenen kullanıcı parametrelerini (01 - 10) »◀« ve »▶« tuşları ile seçiniz.

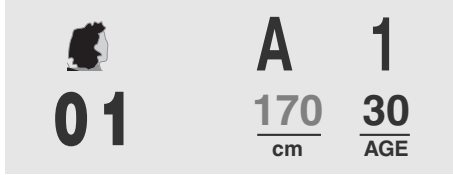
Uyarı

■ Aşağıda örnek olarak 01 seçimi açıklanmaktadır.

6 Onaylamak için »SET« tuşuna basınız.
- Gösterge: Kadın başı simgesi yanıp söner.

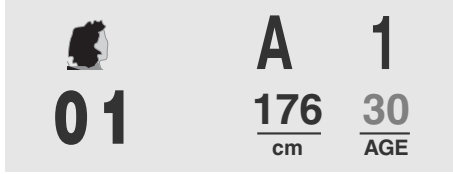


7 Bayan kullanıcı seçimini »SET« tuşu ile onaylayınız.
- Gösterge: Boy yanıp söner.



8 Boyunuzun uzunluğunu »◀« ve »▶« tuşları ile ayarlayınız.

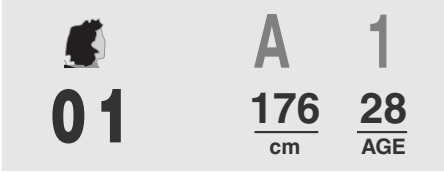
9 Ayarı »SET« tuşu ile onaylayınız.
- Gösterge: Yaş göstergesi yanıp söner.



10 Yaşınızı »◀« ve »▶« tuşları ile ayarlayınız.

BODY ANALYZER SCALE PS 8710

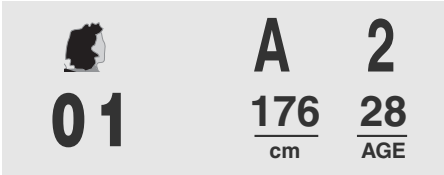
- 11 Ayarı »SET« tuşu ile onaylayınız.
- Gösterge: Kullanıcı özellikleri »A 1« yanıp söner.



- 12 İstenen kullanıcı özelliğini (A1 - A4) »◀« ve »▶« tuşları ile seçiniz:

A 1	Az hareket eden, antremansız kişiler
A 2	Çoğunlukla oturarak çalışanlar
A 3	Çok yorucu olmayan işlerde çalışanlar
A 4	Dansçı, atlet vb. gibi ağır iş yapanlar

- 13 Seçimi, ör. A 2, »SET« tuşu ile onaylayınız.
- Gösterge:

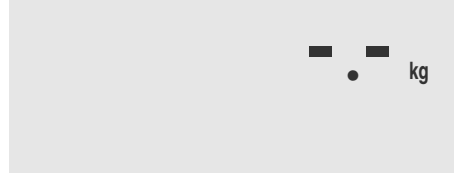


- Veri girişi tamamlanır.
- Cihaz yaklaşık 20 saniye sonra otomatik olarak kapanır.

Analiz yapılıması

Yapılması gerekenler burada 01 kullanıcı parametresi ile açıklanmaktadır.

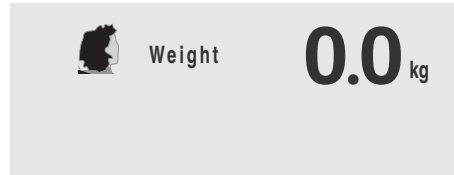
- 1 Tartıyı düz ve terazili bir zemine yerleştiriniz.
- 2 Çıkartmış olduğunuz kontrol ünitesini **A** her iki elinizle tutunuz.
- 3 Kontrol ünitesini ve tartıyı »ON/OFF« tuşu ile açınız.
- Gösterge:



- 4 »◀« ve »▶« tuşları ile kullanıcı parametresi 01'i seçiniz.
- Ekranda önce kişisel verileriniz veya son ölçüm sonuçları görünür, daha sonra da:

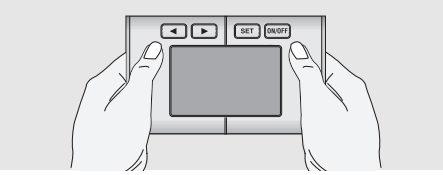


- 5 Tartıyı çalıştırmak için ayağınızı hafifçe cam yüzeye **Q** dokundurun bir defa.
- Tartının çalıştığı bir sinyal sesi ile belirtilir.
- Gösterge:



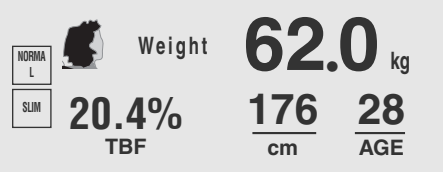
BODY ANALYZER SCALE PS 8710

- 6 Ekranda »0.0 kg« yazılı iken, kontrol ünitesini her iki elinizle sıkıca tutarak tartının cam yüzeyine **G** basın.



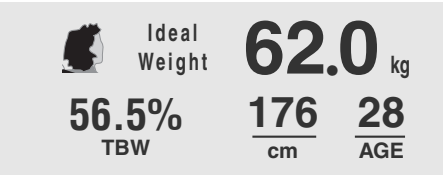
- 7 Ekranda arka arkaya ölçülen değerler görünene kadar hiç hareket etmeden bekleyiniz.
- Ölçülen değerler üç kez arka arkaya gösterilir. Tartı daha sonra otomatik olarak kapanır.
 - Değerler bir kez tam olarak gösterildikten sonra, »►« manuel olarak tekrar seçilebilirler.

TBF değerleri (vücuttaki yağ miktarı):



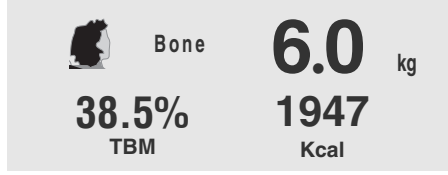
- Kullanıcı (parametre 01) bir bayan.
- Ağırlığı 62 kg, boyu 176 cm, 28 yaşında.
- Vücuttaki yağ oranı %20, 4 ve normal.

TBW değerleri (vücut dokusundaki su oranı):



- Kullanıcı (parametre 01) bir bayan.
- İdeal ağırlığı 62 kg, boyu 176 cm, 28 yaşında.
- Su oranı yakl. %56,5.

TBM değerleri (kemik ağırlığı, kas oranı, kalori miktarı):



- Kullanıcı (parametre 01) bir bayan.
- Kemik ağırlığı yakl. 6,0 kg.
- Kas oranı yakl. %38,5.
- Önerilen günlük kalori miktarı 1974 kcal.

Ölçüm değerleri için uyarı

Gövde dokusundaki su oranı

Su insan vücudunun önemli bir parçasıdır. Vücut ağırlığına oranı %45 ile %60 arasındadır. Su vücuttaki normal işlevler için gerekli biyo-kimyasal reaksiyonları destekler. Hücrelerde bulunan atık ürünler su ile taşınır ve derhal ter ve sidik olarak dışarıya atılır.

Su ayrıca vücut sıcaklığının dengeli olmasını sağlar. Vücutta bulunan su oranı, vücutta örneğin dış ısıya ve harekete bağlı olarak oluşan su kaybının (terleme) miktarına bağlıdır. Bu sebepten vücuttaki su oranının sürekli yüksek olması sağlanmalı ve bu miktar kontrol edilmelidir.

Vücuttaki yağ oranı

Vücuttaki yağ oranının kontrol edilmesi de oldukça önemlidir. Yağ oranının yüksek olması tansiyonu yükseltir, kolesterol seviyesini artırır, kalp hastalıklarına ve vücutta başka anizalara sebep olur. Vücuttaki yağ oranı için American College of Sports Medicine tarafından aşağıdaki öneriler verilmektedir:

BODY ANALYZER SCALE PS 8710

Erkeklerde vücut yağı ve suyu oranları için aşağıdaki talimatlar geçerlidir:

Yaş	Vücuttaki yağ miktarı	Su
19-28	%8-20	%59
29-38	%10-21	
39-48	%12-22	%54
49-58	%14-24	
59-70	%16-28	%49

Kadınlarda vücut yağı ve suyu oranları için aşağıdaki talimatlar geçerlidir:

Yaş	Vücuttaki yağ miktarı	Su
19-28	%19-29	%49
29-38	%21-31	
39-48	%23-33	%48
49-58	%25-35	
59-70	%27-37	%44

Uyarı

- Ağırlığınızı, vücut yağı ve suyunun oranını her gün ve daima aynı saatte, en iyisi akşamları ölçünüz.

Kas oranı

Erkeklerde kas oranı için aşağıdaki talimatlar geçerlidir:

Yaş	az	normal
20-29	%42'nin altında	%42-54
30-39	%41'in altında	%41-52
40-49	%40'in altında	%40-50
50-59	%39'un altında	%39-48
60-69	%38'in altında	%38-47

Kadınlarda kas oranı için aşağıdaki talimatlar geçerlidir:

Yaş	az	normal
20-29	%34'ün altında	%34-39
30-39	%33'ün altında	%33-38
40-49	%31'in altında	%31-36
50-59	%29'un altında	%29-34
60-69	%28'in altında	%28-33

Uyarılar

- Mümkün olduğunca elbiselerinizi çıkartarak tartılınız. Tam ölçüm sonuçlarına ancak bu şekilde erişebilirsiniz.
- Bu tartı ile ölçüm sonuçları tıbbi analizler yapmak için uygun değildir. Gerekliğinde doktorunuza danışınız.
- Ayaklarınız daima temiz ve kuru olmalıdır.

BODY ANALYZER SCALE PS 8710

Çalıştırma ve bakım uyarıları

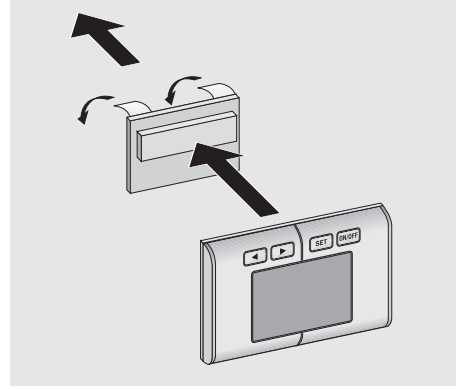
- Tartının kaldırabileceği maksimum ağırlık 180 kg'dir. Daha fazla yük bindiğinde ekranda aşağıdaki gösterge görünür. Bu durumda derhal tartıdan aşağıya ininiz.



- LCD ekranda gösterilen ölçüm değerleri skalasında yazılı olan değerleri geçtiğinizde, ekranda »Err« görünür. Tartı daha sonra otomatik olarak kapanır.
- Tartı ile çıkarılabilen kontrol ünitesindeki mesafe en fazla 2 - 3 m olmalıdır. 3 metreden daha uzağa gittiğinizde sinyal aktarımı zayıflar.
- Pilleri korumak için tartıda bir otomatik kapanma işlevi mevcuttur. Tartı yaklaşık 15 saniye kullanılmadığında, otomatik olarak kapanır.
- Ölçüm sonuçlarının tam olması için, kendinizi kahve, bira, şarap veya başka alkoller aldıktan sonra tartmayınız. Bu durum ağır iş yapıktan sonra da geçerlidir. Bu faktörler vücut dokusundaki su oranını azaltır (dehidrojenerasyon). Böyle durumlarda birkaç saat bekleyiniz.
- Tartıyı ve kontrol ünitesini nemli bir bez ile temizleyiniz. Kesinlikle deterjan kullanmayınız! Cihazları kesinlikle suya batırmayınız.

Kontrol ünitesinin duvara montajı

- 1 Duvar bağlantısını, manyetik şeritler dışarıya bakacak şekilde duvara yaptırınız.
- 2 Kontrol ünitesini manyetik yivi manyetik şeritlerin üzerine gelecek şekilde duvar bağlantısına yerleştiriniz.



BODY ANALYZER SCALE PS 8710

Çevre Uyarısı

Bu ürün, geri dönüşümlü ve tekrar kullanılabilir yüksek kaliteli malzeme ve parçalardan üretilmiştir.

Bu sebepten, artık kullanılamayacak duruma geldiğinde, normal ev çöpüne atılmamalı, elektrikli ve elektronik cihazların geri dönüşümü için kullanılan bir toplama noktasına verilmelidir. Bu durum, ürün üzerinde, kullanma kılavuzunda veya ambalajda bulunan yanda görünen sembol ile belirtilir.



Bu toplama yerlerini, lütfen bulunduğunuz yöredeki yerel yönetime sorunuz.

Eski cihazları geri kazanıma vererek, çevre korumasına önemli bir katkıda bulunursunuz.

Teknik Özellikler



Bu ürün, 2004/108/AT Avrupa Direktiflerine uygundur.

Besleme gerilimi

3 x AAA pil, 4,5 V (kontrol ünitesi)
4 x AAA pil, 6,0 V (tartı)

Maks. ağırlık

180 kg

Min. ağırlık

2,0 kg

Ortam sıcaklığı

20 °C ± 15 °C

Teknik ve optik değişiklik yapma hakkı saklıdır!