

# Návod k obsluze

## 1. První použití

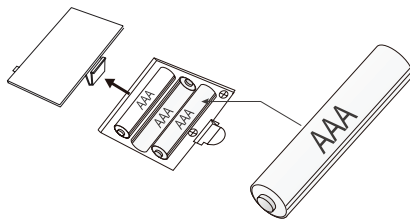
Pokud váhu používáte poprvé nebo jste ji přemísťovali vyžaduje se kalibrace. Váhu zapněte zatlačením na její střed a počkejte, dokud se na displeji nezobrazí nula (0,0). Pak se postavte na váhu a zvažte se. Pokud váha zůstane na jednom místě, další nastavení nejsou zapotřebí. Chcete-li se opět zvážit, jednoduše se postavte na váhu.

## 2. Upozornění

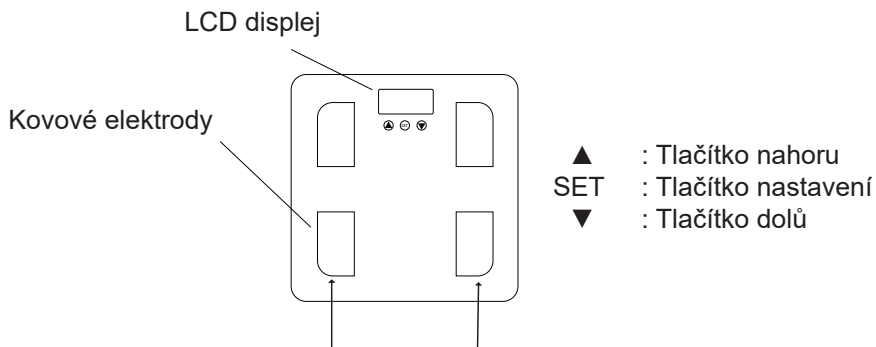
Lidé s kardiostimulátorem nebo jiným typem elektronických implantátů by neměli používat tento výrobek, protože metoda měření může narušit jeho správnou funkci. Těhotným ženám se nedoporučuje používat tento výrobek na tělesné analýzy. Tento produkt je vhodný pro dospělé a děti od 10 let.

## 3. Napájení

Toto zařízení je napájeno pomocí tří AAA baterií, 1,5 V. Před prvním použitím vytáhněte izolační fólii z prostoru pro baterie. Pokud vkládáte nové baterie, ujistěte se, že jsou vloženy správnou polaritou a že kryt baterií je dobře zavřený.



## 4. Popis



Vyžijte si boty i ponožky a udržujte dobrý kontakt mezi bosýma nohama a kovovými elektrodami.

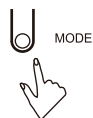
## 5. Technické parametry

- 5-1. Tlačítka nastavení: Nastavení nahoru (▲) / dolů (▼)
- 5-2. Maximální hmotnost: 180 kg / 397 lb / 28st : 5 lb
- 5-3. Minimální hmotnost: 5 kg / 11 lb
- 5-4. Přesnost vážení: 0,1 kg / 0,2 lb
- 5-5. (PB) Číslo uživatele: P0 - P9 10 osob
- 5-6. (fat) Měření podílu tělesného tuku: 5 % ~ 50 %
- 5-7. (TBW) Měření podílu vody v těle: 10 % ~ 80 %
- 5-8. (MUS) Měření podílu svalů v těle: 10 % ~ 80 %
- 5-9. (BONE) Měření hmotnosti kostí v těle: 0,5 Kg ~ 8,0 Kg
- 5-10. (BMI) Parametr indexu tělesné hmotnosti
- 5-11. (KCAL) Denní potřeba kalorií
- 5-12. Indikace přetížení: Err
- 5-13. Indikace vybitých baterií: Lo
- 5-14. **Zapnutí:** Postavte se na váhu nebo déle podržte stisknuté tlačítko „SET“
- 5-15. **Automatické vypnutí:** Váha se automaticky vypne po 10 sekundách nečinnosti.
- 5-16. Impedanční chyba: **Err1**, Na váze se používá metoda bioelektrické impedanční analýzy (BIA) pro měření množství tuku v těle. Pokud se vyskytla chyba **Err1**, váha má problém s měřením množství tuku prostřednictvím elektrod a nohou, viz doporučené řešení problémů v části „10. Řešení problémů“.



## 6. Změna jednotek

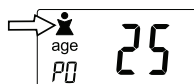
Na dolní části váhy stisknutím tlačítka přepněte požadovanou jednotku, kg => lb => st:lb.



## 7. Jak analyzovat tělesný tuk

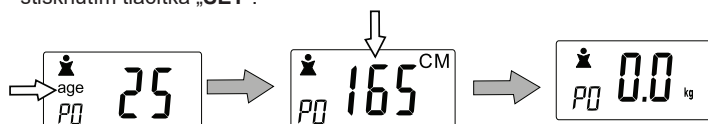
|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>Osobní profil uživatele</b> |  |
| Uživatel č. (P)                | P0 - P9  |
| Pohlaví                        | Muž (♂), žena (♀)                                |
| Věk                            | 10–80 let  |
| 10–80 let                      | 100 ~ 240 cm / 3 stopy 3 palce ~ 7 stop 10 palců |

### 7-1. Nejdříve zadejte osobní profil uživatele



Podržetím tlačítka „SET“ otevřete režim nastavení. Stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ zvolte číslo uživatele. P0–P9. Potvrďte stisknutím tlačítka „SET“.

Stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ zvolte nastavení pro muže nebo ženu. Potvrďte stisknutím tlačítka „SET“.

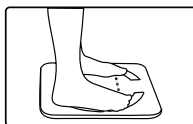
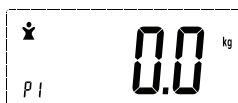


Stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ zvolte věk. Potvrďte stisknutím tlačítka „SET“.

Stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ zvolte výšku. Potvrďte stisknutím tlačítka „SET“.

Po ukončení nastavení se postavte na váhu, abyste provedli analýzu. Několik sekund po analýze se váha vypne.

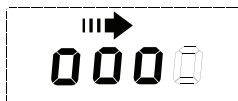
### 7-2. Po dokončení nastavení se zobrazí „0,0“. Vyzujte si boty i ponožky a postavte se na váhu. Zajistěte dobrý kontakt mezi bosýma nohama a kovovými elektrodami.



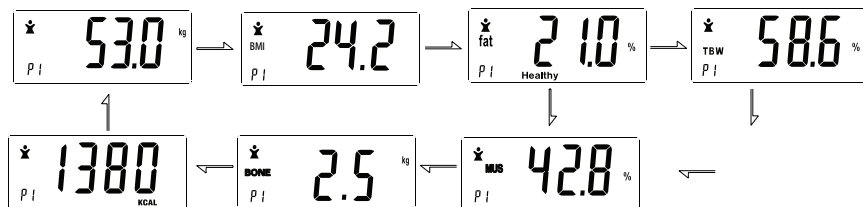
### 7-3. Čekajte, dokud se na displeji nezobrazí vaše hmotnost. Zůstaňte na váze, dokud se na displeji nezobrazí i ostatní hodnoty.



### 7-4. Po chvíli měření zmizí čtyři „0“ po jedné zleva doprava. Počkejte, dokud se nezobrazí další hodnoty.



- 7-5. Měření se zobrazí postupně jedno po druhém. Nyní můžete sestoupit z váhy. Na LCD displeji se zobrazí tělesná hmotnost, BMI, procento tělesného tuku, procento vody, procento svalů, procento kostí, doporučené kalorie a potom opět hmotnost.



## 8. Funkce automatické identifikace uživatele (Rozsah hmotnosti ≥ 2 kg)

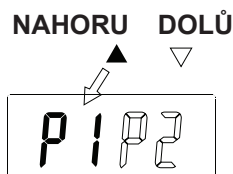
- 8-1. Pokud jste správně naměřili údaje těla poprvé (nebo naposledy, když jste váhu použili), váha si zapamatuje váhu uživatele. Při dalším měření váha automaticky „rozpozná“ uživatelský profil a vy nebudete muset znovu zadávat své osobní údaje. Tato funkce automatické identifikace uživatele vyžaduje, aby dva různí uživatelé měli rozdíl hmotnosti více než 2 kg / 4/4 lb.
- 8-2. Postavte se na váhu a počkejte, až se váha stabilizuje. Při měření zmizí čtyři „0000“ jedna po druhé zleva doprava.



- 8-3. Na váze se zobrazí měření hmotnosti a analýzy těla a také správný uživatelský profil (P0– P9).



- 8-4. Rozsah automatické identifikace je 2 kg (rovno nebo větší). Pokud je hmotnost podobná pro 2 uživatele (nebo více), tj hmotnost P1 je 50,0 kg, hmotnost P2 je 51,8 kg, váha nebude moci automaticky identifikovat uživatele, na LCD displeji a bude blikat číslo uživatele. Pomocí tlačítka ▲ nebo ▼ vyberte správný profil a stiskněte tlačítko „SET“. Pokud nezvolíte profil, systém po 30 sekundách automaticky zvolí jeden z nich.



## 9. Referenční tabulka

| BMI parametr |         |           |         |         |
|--------------|---------|-----------|---------|---------|
|              | podváha | normál    | nadváha | obezita |
| BMI          | <18,5   | 18,5 ~ 25 | 25 ~ 30 | >30     |

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

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

| Analýza svalů v těle MUS (%) |      |      |
|------------------------------|------|------|
| Pohlaví                      | žena | muž  |
| Zdravý                       | >34% | >40% |

| Analýza kostí v těle (kg nebo lb) |        |            |        |        |            |        |
|-----------------------------------|--------|------------|--------|--------|------------|--------|
| Pohlaví                           | Žena   |            |        | Muž    |            |        |
| Hmotnost                          | <45 kg | 45 - 60 kg | >60 kg | <60 kg | 60 - 75 kg | >75 kg |
| Hmotnost kostí                    | 1,8 kg | 2,2 kg     | 2,5 kg | 2,5 kg | 2,9 kg     | 3,2 kg |

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

## 10. Řešení problémů

Pokud při používání váhy narazíte na jakýkoliv problém, před kontaktováním servisního střediska si nejdříve přečtěte informace v následující tabulce.

| Problém                              | Příčina  | Řešení   |
|--------------------------------------|--|--|
| Na displeji se zobrazí <b>Lo</b> .   | Baterie jsou vybité.   | Vyměňte baterie.   |
| Na displeji se zobrazí <b>Err</b> .  | Byla překročena maximální možná hmotnost.  | Maximální přípustná hmotnost je 180 kg.  |
| Na displeji se zobrazí <b>Err%</b> . | Váha má problémy při měření množství tuku v těle pomocí kovových elektrod a nohou. | <ul style="list-style-type: none"> <li>Měření provádějte naboso. Vyzujte si boty i ponožky a udržujte dobrý kontakt mezi nohama a kovovými elektrodami.</li> <li>Pokud jsou vaše nohy velmi suché, mírně si je navlhčete.</li> <li>Odstraňte z chodidla všechny zhrublé části pokožky.</li> <li>Ujistěte se, že jste do profilu zadali správné hodnoty (pohlaví, věk, výšku).</li> </ul> |