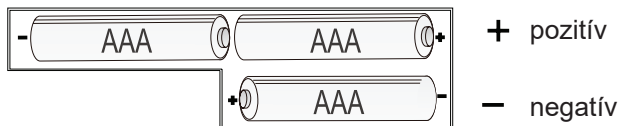


Használati utasítás

1. Tápellátás

Az eszköz tápellátását három darab AAA típusú, 1,5 V elem biztosítja. Az új elemek behelyezésénél ügyeljen a helyes polarításra. Gondosan zárja le az elemtartó rekesz fedelét.



2. Első használat

FONTOS

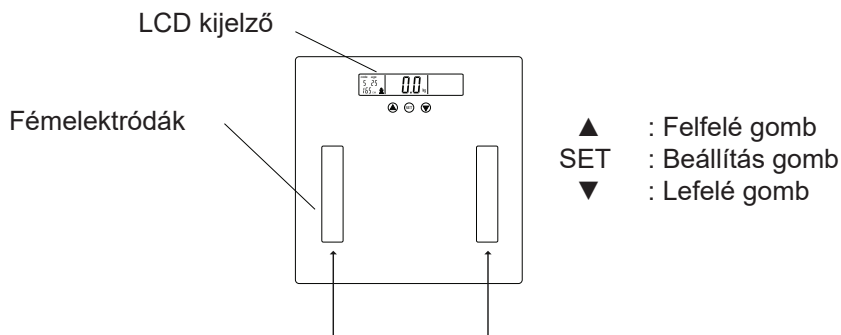
A mérleget kalibrálni kell első használata előtt, illetve áthelyezése után. A bekapcsoláshoz nyomja meg a gombot a mérleg közepén és várjon, amíg a kijelzőn megjelenik a nulla (0,0) ábrázolás. Most álljon a mérlegre és mérje meg magát. Ha a mérleg a helyén marad, nincs szükség további beállításokra. Csak álljon rá a mérlegre, ha meg szeretné mérni a súlyát.

3. Figyelmeztetés

Szívritmus-szabályozót vagy más jellegű orvosi mérőeszközt használó személyek nem használhatják ezt a készüléket, mert a mérleg megzavarhatja az eszköz helyes működését. Terhes nőknek nem javasoljuk az eszköz használatát a testi funkciók elemzésére. A terméket felnőttek és 10 évnél idősebb gyermekek használhatják.



4. Bemutató



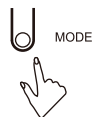
Vesse le a cipőjét és zokniját, és ügyeljen, hogy mindkét mezítelen talpa érintse a fémelektrodákat.

5. Műszaki paraméterek

- 5-1. Beállítás gombok: fel (▲) / le (▼) beállítás
- 5-2. Maximális súly: 180 kg
- 5-3. Minimális súly: 5 kg
- 5-4. Mérési pontosság: 0,1 kg
- 5-5. Felhasználószám: P0 - P9, 10 személy
- 5-6. **(fat)** Testsírmérés: 5% ~ 50%
- 5-7. **(TBW)** Testvízhányad mérése: 10% ~ 80%
- 5-8. **(MUS)** Izomtömeg mérése: 10% ~ 80%
- 5-9. **(BONE)** Csonttömeg mérése: 0,5 kg ~ 8,0 kg
- 5-10. **(BMI)** Testtömeg-index
- 5-11. **(KCAL)** Napi kalóriaszükséglet
- 5-12. Túlterhelés jelzés: **Err**
- 5-13. Gyenge elem jelzés: **Lo**
- 5-14. **Bekapcsolás:** Álljon a mérlegre, vagy nyomja le hosszan a „SET” gombot.
- 5-15. **Automatikus kikapcsolás:** ha 10 másodpercig nem használja a mérleget, akkor az automatikusan kikapcsol.
- 5-16. Impedancia hiba: Err%. A mérleg a bioelektromos impedancia elemzés (BIA) módszerét használja a testsír mérésére. Err% hiba esetén a mérleg nem képes a testsír lemérése az elektrodák és talpak érintkezésével. Olvassa el a javasolt megoldást a „10. Hibaelhárítás” részben.

6. Az egység megváltoztatása

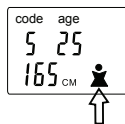
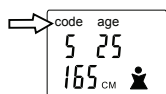
A mérleg alsó részén a gomb megnyomásával ki lehet választani a kívánt egységet kg => lb => st:lb.



7. A testzsír elemzése

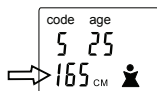
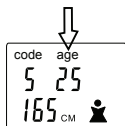
Felhasználói profil	
Felhasználószám č. (P)	P0 - P9
Nem	férfi (♂), nő (♀)
Kor	10 - 80 év
10 - 80 év	100 ~ 240 cm / 3 láb 3 hüvelyk ~ 7 láb 10 hüvelyk

7-1. Először válassza ki a felhasználói profilt.



A „SET” lenyomva tartásával lépjen be a beállítás módba. Állítsa be a felhasználószámot a ▲ vagy ▼ gombbal P0-P9 között. Mentse el a „SET” megnyomásával.

A ▲ vagy ▼ gombbal válassza ki a férfi/nő beállítást. Mentse el a „SET” megnyomásával.

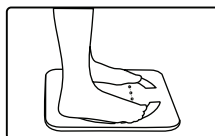


Állítsa be a korát a ▲ vagy ▼ gombbal. Mentse el a „SET”.

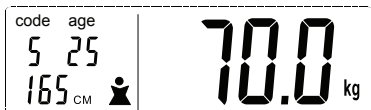
Állítsa be a magasságát a ▲ vagy ▼ gombbal. Mentse el a „SET” megnyomásával

A beállítások után álljon a mérlegre az elemzés elvégzéséhez. A mérleg kikapcsol néhány perccel az elemzés után.

7-2. A beállítások befejezése után megjelenik a „0,0”. Vesse le a cipőjét, zokniját, és álljon a mérlegre. Ügyeljen, hogy mindkét mezíttelen talpa érintse a fémelektrodákat.



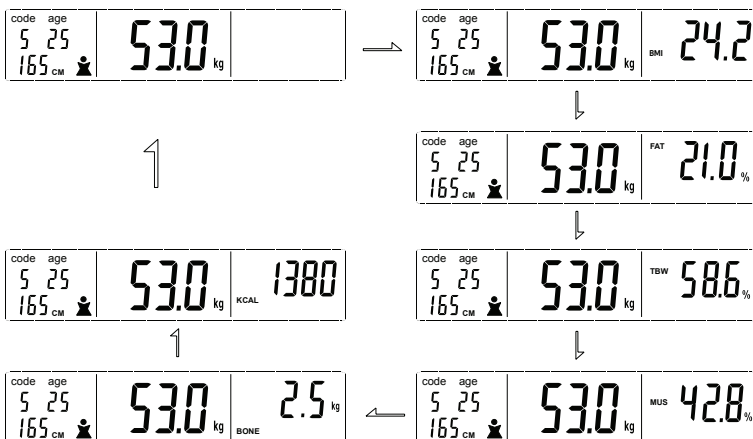
7-3. Várjon, amíg a kijelző megjeleníti a súlyát. Maradjon a mérlegen, amíg a kijelző a többi értéket is megjeleníti.



7-4. Pár pillanat után balról jobbra egyenként eltűnik a négy„0”. Várjon, amíg a többi érték is ábrázolásra kerül.



7-5. Az értékek fokozatosan, egymás után jelennek meg. Most már leszállhat a mérlegről. Az LCD kijelzőn megjelenik a testsúly, BMI, testzsír-százalék, testvíz-százalék, izomtömeg-százalék, csonttömeg-százalék, az ajánlott kalóriák, majd ismét a testsúly.



8. Automatikus felhasználó - azonosító funkció (súlytartomány ≥ 2 kg)

8-1. Ha az első alkalommal (vagy az utolsó használatnál) helyesen mérte meg a súlyát, a mérleg megjegyzi ezt. A következő mérésnél a mérleg automatikusan felismeri a felhasználói profilt, és nem kell ismét beállítani a személyes adatait. Az automatikus felhasználó-azonosító funkció feltétele, hogy két különböző felhasználó súlya között több, mint 2 kg / 4/4 lb eltérés legyen.

8-2. Álljon a mérlegre és várjon, amíg a mérleg stabilizálódik. Mérés közben egymás után, balról jobbra eltűnik a négy "0000".



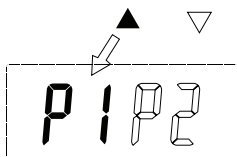
8-3. A mérlegen megjelenik a testsúly és az elemzések, és a megfelelő felhasználói profil (P0 - P9).



- 8-4. Az automatikus azonosítás tartománya 2 kg (egyenlő, vagy több). Ha két vagy több felhasználó súlya hasonló - P1 súlya 50,0 kg, P2 súlya 51,8 kg – akkor a mérleg nem tudja automatikusan azonosítani a felhasználót, és az LCD kijelzőn villogni fog a felhasználószám.

Állítsa be a ▲ vagy ▼ gombbal a megfelelő profilt és nyomja meg a „SET” gombot. Ha nem állítja be a profilt, a rendszer 30 mp után automatikusan kiválaszt egyet.

FEL LE



9. Referencia táblázat

BMI paraméter				
	Alacsony súly	Normál	Túlsúly	Elhízás
BMI	<18,5	18,5 ~ 25	25 ~ 30	>30

Testzsír mérés (%)								
Kor	Nő				Férfi			
	Alatt	Egészséges	Felett	Elhízott	Alatt	Egészséges	Felett	Elhízott
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

Testvíz mérés TBW (%)						
Kor	Nő			Férfi		
	Alatt	Egészséges	Felett	Alatt	Egészséges	Felett
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

Izomtömeg mérés MUS (Unit %)		
Nem;	Nő	Férfi
Egészséges	>34%	>40%

Csonttömeg mérés (kg vagy lb)						
Nem	Nő			Férfi		
Testsúly	<45 kg	45 - 60 kg	>60 kg	<60 kg	60 - 75 kg	>75 kg
Csonttömeg	1,8 kg	2,2 kg	2,5 kg	2,5 kg	2,9 kg	3,2 kg

Kalória mérés (KCAL)					
	Kor	<17	18 ~ 29	30 ~ 50	>50
Férfi	<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
Nő	<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. Hibaelhárítás

Ha probléma merül fel a mérleg használata során, a márkaszerviz értesítése előtt tanulmányozza át a lenti táblázatot.

Probléma	Ok	Megoldás
Lo ábrázolás a kijelzőn.	Lemerült elemek.	Cserélje ki az elemeket.
Err -ábrázolás a kijelzőn	A maximális megengedett súly túllépése.	A maximális megengedett súly 180 kg.
Err% -ábrázolás a kijelzőn.	A mérleg nem képes a testzsír lemérése az elektródák és talpak érintkezésével.	A mérést mezítláb kell elvégezni. Vesse le a cipőjét és zokniját, és ügyeljen, hogy mindkét mezítelen talpa érintse a fémelektrodákat. <ul style="list-style-type: none"> • Vizezze be a lábát, ha túl száraz. • Távolítsa el a talpáról az elszarusodott bőrréteget. • Ellenőrizze, jó értékeket adott-e meg a profilban (nem, kor, magasság).