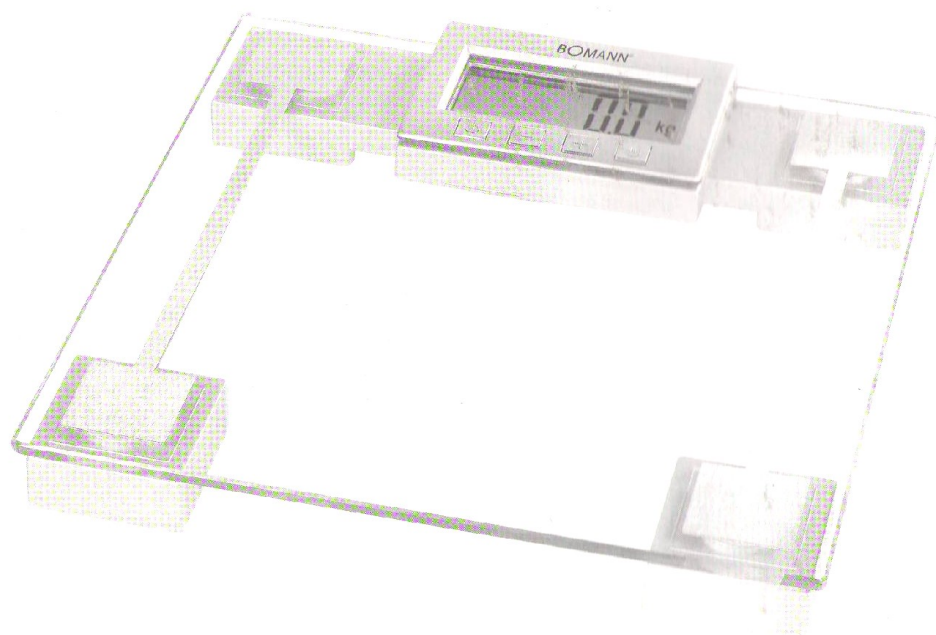
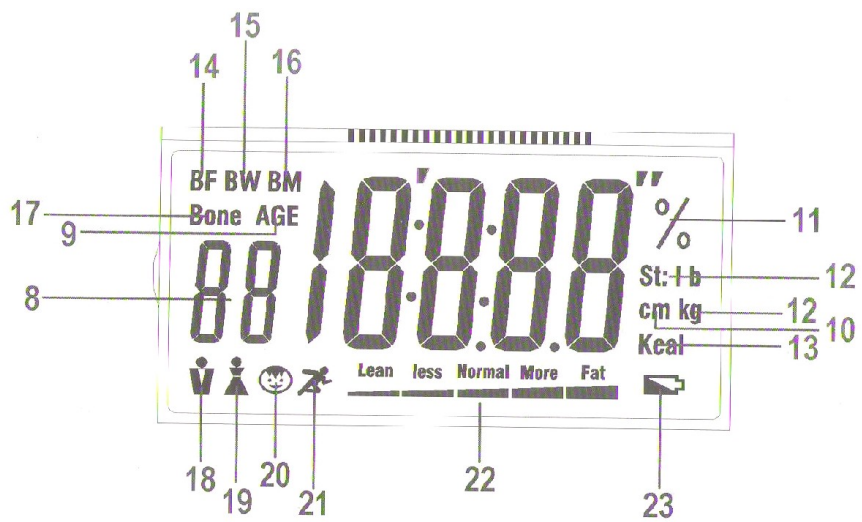
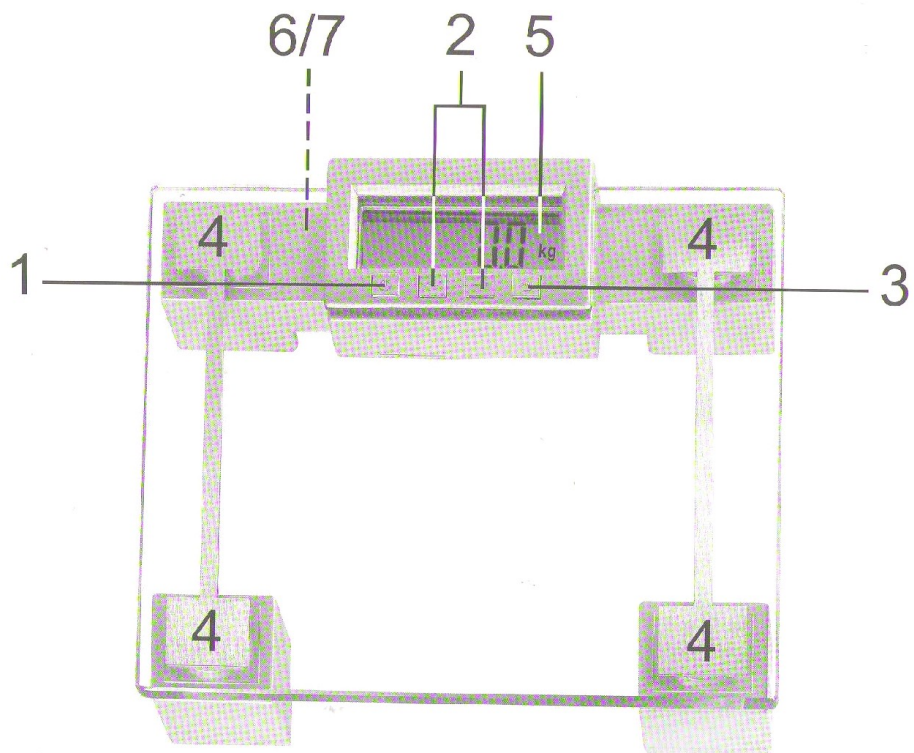


# Інструкція по використанню

## Багатофункціональні Ваги



PW 1409 FA CB



## Загальні вказівки по техніці безпеки

Перед тим, як використовувати пристрій, необхідно уважно прочитати інструкцію по експлуатації, та зберігайте її, а також гарантію, чек, та по можливості, коробку та внутрішню упаковку.

- Використовуйте пристрій лише приватним засобом, для передбаченої мети. Пристрій не підходить для використання у комерційних цілях. Не користуйтеся пристроєм на вулиці (крім пристроїв, що можна використовувати на вулиці). Оберігайте пристрій від жару, прямих сонячних променів, вологи (ні в якому разі не занурюйте його у воду) та ударів о гострі кути. Не доторкайтесь до пристрою вологими руками.
- Регулярно оглядайте пристрій та кабель на предмет можливих пошкоджень. Ні в якому разі не вмикайте пристрій, що має пошкодження.
- Ні в якому разі не ремонтуйте пристрій самостійно, лише звертайтеся, у такому випадку, за допомогою до спеціаліста, що має відповідний допуск.
- Будь ласка, дотримуйтесь нижче приведених «спеціальних вказівок по техніці безпеки...»

## Спеціальні вказівки

- Ваги для вимірювання долі жирових тканин в організмі не призначені для наступного кола осіб:
- Діти до 6 років
- Осіб, що мають симптоми підвищеної температури, остеопорозу та набряками
- Осіб, що лікують дуалізм
- Осіб, що приймають ліки від захворювань серечно-судинної системи
- Вагітних
- Осіб з частотою пульсу нижче 60 ударів/хвилину
- Пристрій сконструйовано для зважування максимум 150 кг! Більша вага може зіпсувати пристрій!

## Огляд деталей пристрою

1. Вмикач
  2. Кнопки зі стрілками
  3. Кнопка запам'ятовування особистих даних
  4. Контактна під ложка для ніг
  5. Дисплей
- Зворотна сторона**
6. Відсік батарейок
  7. Перемикач кг, фунт
- Показання дисплею**
8. Осередок пам'яті
  9. Вік (AGE)
  10. Зріст см
  11. Процент змісту жиру/води/мішечної маси в організмі
  12. Вага кісток/тіла у кг, фунт
  13. Потреба у калоріях (ккал)
  14. Показники долі жирових тканин **BF**
  15. Ступінчастий індикатор долі води в організмі **BW**
  16. Індикатор мішечної маси **BM**
  17. Індикатор ваги кісток **Bone**
  18. Чоловічий

19. Жіночий
20. Дитина
21. Символ «спортсмен»
22. Шкальний індикатор
23. Символ батарейки

### Техніка безпеки при використанні батарейок

- Зберігайте батарейки подалі від дітей. Це **не** іграшка!
- Ні в якому разі не кидайте батарейки у вогонь або воду.
- Встановлюючи батарейки, слідкуйте за правильною полярністю.
- Не дозволяйте контакту батарейок з металевими предметами (кільця, цвяхи, шурупи та т.п.) **Небезпека короткого замикання!**
- Коротке замикання може призвести до сильного нагрівання батарейки, та навіть до її займання. В результаті чого можна отримати опіки.
- З метою безпеки рекомендується закривати полюси батарейок липкою стрічкою на час зберігання та транспортування.
- Якщо батарейка витекла, ні в якому випадку не дозволяйте попадання рідини в очі та на інші слизові оболонки. У разі контакту, помити руки, прополоскати очі чистою водою, якщо симптоми не зникнуть – зверніться до лікаря.
- Не кидайте використані батарейки у домашнє сміття. Здавайте їх до передбачених для цього пунктів прийому.

Німеччина:

- Для всіх споживачів законом передбачено здавання назад відпрацьовані батарейки/акумулятори.
- Старі батарейки/акумулятори можна безкоштовно здавати там, де вони були куплені, а також у громадських пунктах прийому за місцем проживання.

Ці знаки нанесені на батарейки/акумулятори, що містять шкідливі речовини:



- Pb = містить свинець
- Cd = містить кадмій
- Hg = містить ртуть
- Li = містить литій

### Батарейки

Батарейки представляють собою два літєвих елемента з великим строком використання. Якщо під час експлуатації на дисплеї з'явиться повідомлення « », це означає, що батарейки послабшали, та зробіть наступним чином:

- Відчиніть кришку відділення для батарейок на зворотній стороні ваг.
- Замініть батарейки двома елементами типу «CR 2032». Дотримуйтесь правильної полярності (дивіться на дно відсіку або відбитку зовні).
- Закрийте кришку відсіку.
- Не використовуйте одночасно різні типи батарейок або нові батарейки разом з вже використаними.

**Увага:** не викидайте батарейки у домашнє сміття. Будь ласка, здайте відпрацьовані батарейки до спеціального пункту прийому або торгівельну точку. Ні якому разі ні кидайте батарейки у вогонь.

**Відсік батарейок** (зворотна сторона ваг). Дві батарейки, що знаходяться у відсіку, упаковані на час транспортування у фольгу. Це збільшує їх строк використання.

**Перед першим включенням, зніміть фольгу, щоб підготувати ваги до експлуатації.**

### **Інформація щодо вимірювання маси жирових відкладень в організмі**

Особам, що носять серцевий крокомір або інший медичний імплантат, що регулюються електронікою, не рекомендується використовувати ці ваги. Вони можуть негативно вплинути на правильну працю імплантатів. Пристрій працює правильно лише у тому випадку, якщо правильно встати на контактну підлогу босоніж, сухими ногами! Принцип праці ваг базується на вимірюванні електричного опору організму. Для цього ваги пропускають через організм слабкий, нечутний електричний сигнал, щоб таким чином зібрати дані про його актуальний стан. Сигнал, в загалі, абсолютно безпечне! Не дивлячись на це, дотримуйтеся все ж таки наших спеціальних вказівок по техніці безпеки! Ця процедура відома під назвою «Біоелектрична діагностика» (BIA), фактором котрої залежить від долі жирових тканин/води в організмі, а також зв'язав у певної пропорції з іншими біологічними параметрами (вік, стать, зріст). Відомо, що існують товсті люди з урівноваженою пропорцією між мускульною та жировою масою та існують такі, що здаються стрункими, люди з сильно завищеним значенням маси жирових відкладень. Жирові відкладення це фактор, що сильно обтяжують організм людини, особливо серцево-судинну систему. Тому, контроль обох параметрів (мускульної та жирової мас), є основною передумовою здоров'я та досягнення гарного самопочуття.

### **Жирові тканини**

Жирові відкладення є важливою частиною організму. Вони переймають різні, дуже важливі функції в організмі, починаючи з захисту суглобів та накопленню вітамінів, та закінчуючи регуляцією температури. Тому, кінцевою метою є не радикальне зменшення маси жирових відкладень, а досягнення та підтримання врівноваженої пропорції між мускульної та жировою масами.

### **Роль води для нашого здоров'я**

Людський організм складається приблизно на 55-60% з води, більш чи менш у залежності від віку та статі. Вода виконує цілий ряд завдань в організмі:

Вона є основою кожної клітинки. Це означає, що кожна клітинка організму: чи то клітка шкіри, пор, мускул, мозку або будь-яка інша, лише тоді життєздатна, якщо містить достатню кількість води. Вона служить розчинником найважливіших речовин у нашому організмі. Транспортує поживні речовини, речовини, що створює сам організм та продукти обміну речовин. Порівняльні дані для визначення вашого профілю приведені у таблиці рекомендованих значень. Вона показує залежність долі маси жирових відкладень в організмі від віку та статі. Пам'ятайте, що доля жирової маси в організмі змінюється протягом доби, також як і доля води у ньому. Тому, для досягнення сумірних значень, здійснюйте вимірювання в той самий час доби. Результати вимірюваної долі жирових тканин/води в організмі носять лише інформативний характер. Не рекомендується застосовувати їх з медичною метою. Зверніться за консультацією до відповідного лікаря, якщо ви маєте запитання щодо лікування або питання щодо дієти з метою досягнення нормальної ваги.

	<b>Жінки</b>	<b>Чоловіки</b>
--	--------------	-----------------

## Технічні характеристики

Введення даних у пам'ять:

Осередок пам'яті	Стать	Зріст	Вік (AGE)
01	чоловічий	170 см (5'7.0" фут)	30

Кількість осередків пам'яті:	16
Зріст:	від 80 до 240 см (2' 7.5"-7' 10.5"ft)
Мінімальна вага:	від 6 до 100 років
Максимальна вага:	від 2,0 кг
Допустима здатність за вагою:	150 кг (330,7 lb)
Ціна ділення при показанні долі жиру:	кроками по 100г
Діапазон вимірювання долі жир. тканин:	1,0% - 60,0%
Діапазон вимірювання долі води:	20,0% - 75,0%
Область вимірювання мішечної маси:	10,0%-50,0%

Приблизні показники долі жиру в організмі у процентах:

Вік (у роках)	Жінки				Чоловіки			
	Вага нижче норми	Нормальна вага	Вага злегка вище норми	Надлишок вага	Вага нижче норми	Нормальна вага	Вага злегка вище норми	Надлишок вага
6-11	11-13%	14-23%	24-27%	>27%	9-11%	11-20%	21-24%	>24%
12-15	12-15%	16-24%	24-29%	>29%	7-9%	10-19%	20-23%	>23%
16-39	17-20%	21-28%	29-33%	>33%	10-12%	13-20%	21-25%	>25%
40-60	20-24%	24-32%	33-37%	>37%	13-15%	16-23%	24-29%	>29%
Старше 60	21-24%	25-35%	36-40%	>40%	15-17%	18-26%	27-31%	>31%

Вік (у роках)	Жінки			Чоловіки		
	Худий/дуже худий	Нормальний	Повний/товстий	Худий/дуже худий	Нормальний	Повний/товстий
Спортсмен 16-50	<13%	14-26%	>26%	<3%	4-17%	>17%

Приблизний зміст води м'язової маси, кісток в організмі у процентах від ваги тіла та приблизна потреба у калоріях для задоволення добової потреби:

### Приклад обчислювання долі кісткової маси:

Чоловік у віці 35 років важить 70 кг.  
Встановлена вага кісткової маси має 12,6 кг (12,6 x 100 / 70 + 18 %)

	Нормальне значення				Нормальне значення			
	Вода	М'язи	Кістки	Калорії (ккал)	Вода	М'язи	Кістки	Калорії (ккал)
6-11	54-65%	24-34%	15-19%	1500-2000	56-67%	25-36%	15-19%	1600-2200
12-15	54-64%	28-38%	14-18%	2000-2400	58-69%	32-44%	15-19%	2200-2700
16-39	50-60%	32-38%	15-19%	2000	55-65%	38-44%	16-20%	2300
40-60	45-55%	30-36%	15-19%	1800	50-60%	36-42%	16-20%	2100
Старше 60	40-55%	29-35%	14-18%	1600	45-60%	34-40%	15-19%	1800
Спортсмен 16-50	52-64%	34-41%	15-19%	2600	58-70%	41-48%	16-20%	3000

**Примітка!** З причини сильного коливання жирової маси в організмі людини, дуже важко знайти контрольне значення цього параметру. В середньому можна сказати, що самий оптимальний час для проведення вимірювання у дорослої людини знаходиться між 18.00 та 20.00, так як в цей час жирова маса організму має відносно стабільне значення.

### Підготування до роботи

Лише зважування. Встановіть ваги на тверду плоску основу (унікайте килими, та т.п.). нерівна підлога приводе до невірних свідчень.

1. За допомогою перемикача поряд з відділом для батарейок можна перемикаєти настройки "kg" (кг), "lb" (фунт).
2. Увімкніть ваги, злегка натиснувши ногою або пальцями ноги на її скляну поверхню. Також можна натиснути на кнопку включення. Примітка: на дисплеї з'являється «8888».
3. Через декілька секунд на дисплеї (5) з'явиться «0,0» kg (кг) («0,0» lb). Встаньте обома ногами на контактний майданчик ваг. Розподіліть вагу рівномірно на поверхні та зачекайте, доки ваги закінчать вимірювання та розрахунок.
4. Показання на дисплеї двічі заблимають, а потім з'явиться Ваша точна вага. Після того, як Ви зійдете з ваг, вони автоматично відключаться приблизно через 10 секунд. Ви також можете натиснути на кнопку включення.

### Програмування індивідуальних даних

**Примітка!** Наступні кроки необхідно провести послідовно протягом декількох секунд, інакше режим програмування припиниться!

1. Для включення злегка натисніть ногою або носком на скляну поверхню або натисніть на кнопку включення. Зачекайте, доки пристрій покаже «0,0 kg (0.0 lb)». Потім натисніть на кнопку , для того, щоб потрапити до режиму програмування. На дисплеї з'явиться "SET", потім почне блимати «01» (осередок пам'яті), на екрані з'явиться заданий символ для «чоловічої статі» та заданий зріст в см (футах).
2. За допомогою кнопок +/- виберіть осередок пам'яті.
3. Потім натисніть на кнопку , дисплей перемкнеться на наступну настройку.
4. На дисплеї блимає символ для «чоловічої статі». Виберіть настройку (чоловіча або жіноча стать) за допомогою кнопок +/-.
5. Знову натисніть на кнопку , щоб потрапити до настройки зросту. Почне блимати «170» (5'7.0"). За допомогою кнопок +/- виберіть необхідну величину між 80 (2'7.5") та 240 см (7'10.5").

6. Знову натисніть на кнопку , щоб потрапити до настройки віку (AGE). Почне блимати «30». Натиснувши на кнопку – або + та тримаючи її настигнутою, Ви увімкнете прискорений пошук. За допомогою кнопок -/+ виберіть величину між 6 та 100 роками. Якщо вік менш 16 років на дисплеї поряд з символами чоловічої або жіночої статі з'явиться дитяче обличчя.
7. Якщо повторно натиснути на кнопку , на дисплеї декілька секунд блимає осередок пам'яті, статі, віку, та заданого зросту. Якщо блимає лише номер осередку пам'яті, то Ви можете зробити наступне:
  - a. Знову натиснути на кнопку , щоб ще раз побачити усі ведені дані.
  - b. Якщо Ви бажаєте змінити дані, то виберіть осередок пам'яті, дані котрої Ви бажаєте змінити (показання блимають), та натисніть на кнопку . Потім здійсніть кроки, що описані у пунктах 4-6.
  - c. Якщо більше 5 секунд не здійснюються ніякі дії, то ваги вимикаються.

Зараз у вибраному Вами осередку пам'яті, занесені Ваші особисті дані. Усього у Вашому розпорядженні 16 осередків пам'яті. Таким чином, крім Ваших даних Ви можете занести ще в 15 осередків пам'яті особисті дані інших членів родини.

### **Визначення ваги тіла та ваги кісткової маси, змісту жиру, м'язової маси та води в організмі.**

Спочатку задайте Ваші особисті дані до одного з осередків пам'яті. Для включення злегка натисніть ногою або носком на скляну поверхню, або натисніть на кнопку включення. На дисплеї з'явиться «8888». За допомогою кнопок -/+ виберіть осередок пам'яті, до котрого записані Ваші дані.

**Примітка:** Вимірювання повинно здійснюватись лише босоніж. Якщо необхідно, протріть контактну поверхню, щоб покращити провідність. Поставте кожен з босих ніг по напрямленню до двох з чотирьох контактних поверхонь.

- Спочатку на дисплеї з'являться записані в осередку пам'яті дані, тобто номер осередку пам'яті (блимає), Ваш зріст та стать, через декілька секунд дисплей покаже вік (AGE). Потім на дисплеї з'явиться «0,0 kg» (0?0 lb.).

#### Символ спортсмена

До цієї групи входять люди, що займаються спортом щонайменше 10 годин на тиждень та частота серцевих скорочень котрих не перевищує 60 ударів у хвилину.

#### **Вказівка:**

Приблизні величини не розраховані на професійних спортсменів, наприклад культуристів.

- Якщо на дисплеї загоряється «0,0 kg» (0?0 lb.) та Ваш вік між 16 та 5 роками, то після натискання кнопки – на дисплеї загориться символ спортсмена.
- Встаньте на ваги.
- Зачекайте закінчення вимірювального процесу, показання ваги на дисплеї блимає двічі.
- Через декілька секунд на дисплеї з'явиться Ваша виміряна вага, процентний зміст жиру в організмі (символ «BF %»), а потім процентний зміст води в організмі («BW %»). Крім того, ваги вичислюють зміст м'язової маси («BM %»), необхідну потребу в калоріях на день (Kcal) та вагу кісткової маси в кг, фунтах. («Bone / kg (lb)»).
- Під час показання змісту жиру в організмі («BF %») на дисплеї з'явиться шкала, що вказує на те, в яких межах знаходяться ваші дані (LEAN - худий, LESS - вага злегка



нижче норми, NORMAL - нормальний, MORE - вага злегка вище норми, FAT - товстий).

- Потім підраховані величини двічі з'являться на рідкокристалічному індикаторі у вказаному порядку, після чого ваги автоматично вимикаються.

## **Показання дисплею та повідомлення про помилки**

### **Загальні положення**

Якщо на дисплеї з'явиться повідомлення про помилку (Err), зачекайте, док ваги вимкнуться. Після цього увімкніть їх знову. Щоб повністю скинути (Reset) ваги до начального положення відключите на короткий час батарейки, а потім знову підключіть їх.

### **Повідомлення**

- Включення: Всі сегменти загораються одночасно. Це контроль правильної роботи індикатору.
- «0,0 kg» (0,0 lb.): Ваги стоять неправильно або недостатня вага. Вимірювання неможливе. Встановіть ваги на тверду, рівну поверхню.
- “Err”: Виміряна процента доля жиру/води в організмі перевищує верхнє крайнє значення або ж не досягає нижчого крайнього значення в області вимірювання. Вимірювання було перерване до того, як процес вимірювання було закінчено або ж вимірювання не можливо було здійснити.
- “0-LD”: Якщо на дисплеї з'явиться “0-LD”, то вага перевищує 150 кг. Не перевантажуйте пристрій більш дозволеного, щоб уникнути пошкодження пристрою або сенсору. – Встановіть ваги на тверду, рівну поверхню.
- Батарейки ослабшали.

## **Рекомендації щодо застосування та догляду за вагами**

- Зважуйте без одяжі та взуття, перед їжею та завжди в один та самий час доби.
- Ваги округлюють показання в одну чи іншу сторону з точністю до 100 г.
- Якщо Ви зважились двічі та отримали різні показання, то ваша вага лежить між цих показань
- Не занурюйте ваги у воду, це може призвести до зіпсуванню електроніки.
- Якщо ваги довгий час не використовуються, вийміть батарейку.
- Використовуйте ваги обережно, тому що це вимірювальний інструмент. Не роняйте його та не стрибайте на ньому.
- Пристрій не потребує технічного обслуговування.
- Щоб не пошкодити ваги, зважуйтесь на них не більш 150 кг (330,7 lb).

## **Чищення пристрою**

- Протріть пристрій злегка вологою, проте не мокрою тканиною. Слідкуйте за тим, щоб до корпусу до середини не потрапила вологість або вода!
- Не використовуйте сильні миючі засоби та добавки! Вони можуть нашкодити корпусу пристрою!
- В якості добавки можна застосувати звичайні миючі засоби, або слабкий мильний розчин!

Цей пристрій пройшло всі необхідні та актуальні перевірки, що передбачені директивою СЕ, щодо застосування на електромагнітну сумісність та відповідність вимогам до низьковольтної техніки, воно також було сконструйовано та зроблено згідні останніх вимог по техніці безпеки.

Ми залишаємо за собою право на технічні зміни!

### **Після гарантії**

Після закінчення строку гарантії, ремонт пристрою виконується за платню, відповідними майстернями або пунктами сервісного обслуговування.

### **Гарантійне зобов'язання**

Гарантійний строк на території Російської Федерації встановлюється повноваженими представниками.

Касовий чек є гарантійним талоном. Без нього неможливий безкоштовний ремонт або заміна пристрою.

Якщо виникають претензії до гарантії, Ви повинні пред'явити пристрій у повній комплектації, з оригінальною упаковкою та касовим чеком торговельної точки, що продала цей пристрій.

Пошкодження зношуваних частин або деталей, а також чищення, технічне обслуговування або заміна деталей, що зношуються, не попадають під гарантію, тому виконуються за окрему платню!

Гарантія втрачається при розкритті пристрою сторонніми особами.

### **Технічні дані**

Модель:	PW 1409 FA CB
Електропостачання:	2X3В CR 2032
Мін/макс вагове навантаження:	2 кг – 150 кг.