

beurer

BF 710 BodyShape



Діагностичні ваги

Інструкція з використання



Бойрер Гмбх • Софлінгер штрассе 218 • 89077 УЛМ, Німеччина
Тел.: +49 (0)731 / 39 89-144 • Факс: +49 (0)731 / 39 89-255
www.beurer.com • Ел. пошта: kd@beurer.de
Дистриб'ютор в Україні ТОВ «Хелс Менеджер»
Тел.: (044) 501-31-25, 501-31-24, (067) 676-69-69
www.beurer.com.ua • Ел. пошта: ofis@beurer.kiev.ua



EAUC CE



Шановний покупець!

**Дякуємо, що придбали німецьку техніку
Beurer. Компанія Beurer-європейський**

лідер у категорії високоякісних приладів для краси і здоров'я.

Надійні електрогрілки, точні кухонні, підлогові та смарт ваги, якісні очищувачі та зволожувачі повітря. Якісні масажери для тіла і ніг, а також б'юті прилади для догляду за обличчям, тілом та волоссям.

Beurer дарує здоров'я та красу, забезпечує комфорт і затишок у Вашому домі.

Щоб користуватись цим приладом надійно та із задоволенням, уважно прочитайте інструкцію. Дотримуйтесь правил користування, і ця техніка служитиме вам довго. Будь-ласка, зберігайте інструкцію в доступному місті.

**З найкращими побажаннями,
компанія Beurer**

Зміст

- | | |
|--|--|
| 1. Для ознайомлення..... | 8. Проведення вимірювання |
| 2. Пояснення символів..... | 9. Оцінювання результатів..... |
| 3. Вказівки з техніки безпеки..... | 10. Інші функції..... |
| 4. Інформація..... | 11. Чищення приладу та догляд..... |
| 5. Опис приладу..... | 12. Утилізація..... |
| 6. Підготовка ваг до використання..... | 13. Що робити при виникненні несправностей?..... |
| 7. Підготовка до використання..... | 14. Гарантія / Сервісне обслуговування..... |

Комплект постачання

- Короткий посібник
- Діагностичні ваги BF 710
- 3 батарейки 1,5 В ААА
- Інструкція з використання

1. Для ознайомлення

Функції приладу

Вказівка

Повний обсяг функцій ваг доступний тільки з додатком. Якщо Ви використовуєте ваги без додатку, то з їх допомогою Ви зможете тільки виміряти вагу.

Ці електронні діагностичні ваги слугують для зважування й оцінювання спортивної форми користувача. Вони призначені для приватного (домашнього) використання. Окрім визначення маси тіла, ваги оснащено комірками пам'яті для 8 осіб та наступними діагностичними функціями:

- індекс маси тіла,
- визначення жирової частки (BF),
- визначення вмісту води(≈)
- визначення м'язової частки, (⚖)
- визначення кісткової маси, а також(⚖)
- основний і активний обмін речовин (основний обмін речовин і обмін речовин з урахуванням фізичної активності).

Системні вимоги

Ваги використовують технологію *Bluetooth®* Smart (Low Energy) і здійснюють передачу в частотному діапазоні 2,4 ГГц.

Системні вимоги: *Bluetooth*[®] 4.0, iOS з версії 7.0, пристрої Android™ з версії 4.3 з *Bluetooth*[®] Smart Ready.












Список пристроїв, що підтримують:

2. Пояснення символів

В інструкції з використання використовуються такі символи:

	Прочитати інструкцію! Дотримуйтесь інструкції з використання
	Попередження Попереджає про небезпеку травмування або завдання шкоди здоров'ю.
	Увага Указує на можливі пошкодження приладу або додаткового обладнання.
	Вказівка Вказує на важливу інформацію.
	Увага Заборона використання Забороняється користуватися вагами з установленими медичними імплантатами (наприклад, електростимулятор серця). Інакше функціонування імплантатів може бути порушене.
	Виробник Назва, контакти компанії виробника
	Утилізація упаковки Утилізувати упаковку необхідно відповідно до приписів з охорони навколишнього середовища
	Утилізація приладу Утилізуйте прилад згідно з WEEE (Директива ЄС

	про утилізацію електричного та електронного обладнання).		
	Утилізація батарейок Обережно! Потрібна спеціальна утилізація батарейок! Заборонено викидати в смітник з загальними відходами бо містять небезпечні речовини для оточуючого середовища.		
	Маркування CE Цей прилад відповідає вимогам діючих європейських і національних директив		
	Знак обігу продукції на ринку держав-членів Євразійського економічного союзу Цей прилад відповідає всім встановленим вимогам технічних регламентів Митного союзу і Євразійського економічного союзу		
 	Не ставайте на самий край ваг з одного боку: Небезпека перекидання!	 	Небезпека падіння внаслідок підсковзування! Не ставайте на ваги мокрими ногами.
	Ставте ваги на стійку, рівну поверхню. Не ставте ваги на килим		Ваги розраховані на вагу до 180 кг./396 фунтів/28 стоунів
3. Вказівки з техніки безпеки Уважно прочитайте інструкцію з використання та дотримуйтеся			

наведених у ній вказівок. Надійно зберігайте інструкцію, щоб мати можливість звернутися до неї також і пізніше. Вона має бути доступною також іншим користувачам.



ПОПЕРЕДЖЕННЯ



- **Забороняється користуватися вагами з установленими медичними імплантатами (наприклад, електростимулятор серця). Інакше функціонування імплантатів може бути порушене.**
- Ваги не призначені для вагітних. Можливі неточності через навколоплідних вод.
- Не ставайте на самий край ваг з одного боку: Небезпека перекидання!
- Не давайте дітям пакувальні матеріали від ваг (небезпека удушення). Не дозволяйте дітям гратися з приладом.



Увага!

- Не ставайте на ваги мокрими ногами

або якщо поверхня ваг волога –
**небезпека падіння внаслідок
підсковзування!**

 **Увага!**

Використання батарейок

- У разі контакту електроліту зі шкірою або очима промийте уражену ділянку великою кількістю води та зверніться до лікаря по допомогу.
- Батарейки містять речовини, які можуть становити небезпеку для життя у випадку потраплення в організм. Прослідкуйте, щоб батарейки та ваги були недоступні для маленьких дітей. У випадку ковтання батарейки необхідно терміново звернутися до лікаря.

 **Увага!**

- **Небезпека удушення!** Маленькі діти можуть проковтнути батарейку та вдавитися нею. **Зберігайте батарейки в недоступних для дітей місцях.**
- Батарейки необхідно вставляти

правильно, відповідно до полярності.

- Якщо батарейка потекла, очистіть відділення для батарейок сухою серветкою, попередньо вдягнувши захисні рукавички.
- Захищайте батарейки від впливу надмірного тепла.

Увага!

- **Небезпека вибуху!** Не кидайте батарейки у вогонь.
- Батарейки не можна заряджати повторно та піддавати їх короткому замиканню.
- Виймайте батарейки з приладу, якщо протягом тривалого періоду часу ним ніхто не користується.
- Використовуйте батарейки однакового типу.
- Завжди замінійте всі батарейки одночасно, якщо розрядилась одна з них.
- Не використовуйте акумуляторні

батарейки!

- Не розбирайте батарейки, не відкривайте та не подрібнюйте їх.



ПОПЕРЕДЖЕННЯ

- Цей прилад можуть використовувати діти у віці від 8 років та особи з обмеженими фізичними, чуттєвими або розумовими можливостями або з недостатністю досвіду й знань, якщо вони перебувають під постійним наглядом або їх проінструктовано щодо безпечного використання приладу та вони розуміють можливі небезпеки.
- Не дозволяйте дітям гратися з приладом.
- Діти не повинні виконувати очищення приладу і догляд за ним без нагляду дорослих.
- Ніколи не використовуйте засоби для чищення, що містять розчинник.

Загальні вказівки

- Прилад розроблений тільки для індивідуального використання та не призначений для використання з медичною або комерційною метою.
- Зверніть увагу, що з технічних причин діапазон похибки вимірювання ваги не є задовільним для використання ваг із професійною медичною метою.
- Допустиме максимальне навантаження на ваги становить 180 кг (396 фунтів, 28 стоун). Під час визначення ваги та кісткової маси результати відображаються з кроком 100 г (0,2 фунта).
- Результати визначення жирової частки, вмісту води та м'язової маси відображаються з кроком 0,1 %.
- Потреба в калоріях відображається з кроком 1 ккал.
- Заводське налаштування для одиниць вимірювання – «см» і «кг». Під час запуску за допомогою додатку можна змінювати налаштування одиниць виміру.
- Встановіть ваги на рівну тверду поверхню. Твердість поверхні є необхідною умовою для правильного вимірювання.
- Ремонтні роботи мають виконуватися тільки в сервісному центрі або авторизованими торговими представниками. У випадку виникнення збоїв у роботі приладу спочатку перевірте батарейки. За потреби замініть їх.
- Цим підтверджуємо, що даний виріб відповідає вимогам європейської директиви R&TTE (Директива ЄС по засобам радіозв'язку і телекомунікаційного кінцевого обладнання) 1999/5/ЄС.
- Для отримання детальної інформації зверніться до сервісного центру за вказаною адресою.

Зберігання та догляд

Точність результатів вимірювання і термін служби приладу залежать від його дбайливого використання.

УВАГА

- Періодично необхідно чистити прилад. Не використовуйте абразивні миючі засоби та ні в якому разі не занурюйте прилад у воду.
- Переконайтеся, що на ваги не потрапила рідина. Ніколи не мийте прилад під проточною водою.
- Якщо ваги не використовуються, не ставте на них жодних предметів.
- Захищайте прилад від ударів, впливу вологи, пилу, хімічних агентів, сильних коливань температури. Не ставте прилад поруч із джерелами тепла (печі, нагрівальні прилади).
- Не натискайте на кнопки гострими предметами або зі значним зусиллям.
- Не піддавайте ваги впливу високих температур або сильних електромагнітних полів (наприклад, мобільні телефони).

4. Інформація

Принцип вимірювання

В основі принципу дії цих ваг лежить біоелектричний імпедансний аналіз (БІА). При цьому протягом кількох секунд на тіло людини впливає абсолютно безпечний для здоров'я електричний струм.

Вимірювання електричного опору (імпеданс) та використання постійних коефіцієнтів або індивідуальних параметрів (вік, ріст, стать, рівень активності) дає змогу визначити жирову частку тіла й інші параметри. М'язова тканина та рідина мають гарну електричну провідність і, відповідно, низький опір. Кістки та жирова тканина, навпаки, мають низьку провідність, оскільки жирові клітини та кістки через високий електричний опір погано проводять струм.

Зверніть увагу, що значення, отримані за допомогою діагностичних ваг, є лише приблизними відносно реальних даних медичних аналізів. Тільки лікар-спеціаліст, використовуючи медичні методи (наприклад, комп'ютерна томографія), може дати точний висновок про жирову частку, вміст води, м'язову та кісткову масу.

Загальні поради

- Щоб отримати точніші результати, зважуйтеся приблизно в один і той самий час (краще вранці), натщесерце, без одягу, відвідавши спочатку туалет.
- Важливо під час вимірювання: Визначення жирової частки тіла обов'язково потрібно виконувати босоніж. При цьому підшви ступень мають бути трохи зволожені.
- Якщо підшви ступень будуть повністю сухі з ороговілістю, результат вимірювання може бути

неправильним через низьку провідність.

- Під час вимірювання стійте прямо та не рухайтесь.
- Після незвичних для тіла навантажень зачекайте кілька годин.
- Після підйому з ліжка зачекайте приблизно 15 хвилин, щоб наявна в тілі рідина рівномірно розподілилася.
- Важливо, що правильною є тільки тривала тенденція. Короточасні відхилення маси в межах кількох днів, як правило, обумовлені втратою рідини; вміст води має дуже важливе значення для здоров'я.

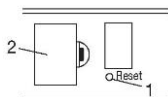
Обмеження

- Під час визначення жирової частки й інших значень результати вимірювання можуть бути неточними або недостовірними в таких випадках:
- для дітей молодше 10 років,
- для професійних спортсменів і тих, хто займається бодібіндингом,
- для вагітних,
- для людей із підвищеною температурою, під час лікування діалізом, при систематичних набряках або остеопорозі,
- для людей, які приймають серцево-судинні препарати,
- для людей, які приймають препарати, що розширюють або звужують судини,
- для людей зі значними анатомічними відхиленнями в ногах відносно всього організму (занадто довгі або занадто короткі ноги).

5. Опис приладу

Зворотній бік

1. Кнопка «Скидання»

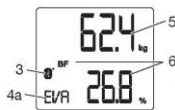


2. Відсік для батарейок

Дисплей

3. *Bluetooth*[®]-символ для з'єднання ваг і смартфона
- 4а. Ініціали користувача, наприклад, EVA
- 4b. Невідомі виміряні значення «---»
5. Вага тіла
6. Дані про тіло, наприклад, ІМТ, частка внутрішнього жиру, \approx , \pm , \bullet , BMR, AMR
7. Виконується аналіз
8. Аналіз неможливий

Користувача визначено



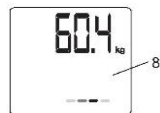
Невідомий користувач



Під час аналізу



Вимірювання тільки ваги



6. Підготовка ваг до використання

- Установлення батарейок

Дістаньте батарейки з упаковки та вставте у відсік на вагах, дотримуючись правильності розташування полюсів. Якщо ваги не працюють, витягніть батарейки та встановіть нові.

- Установлення ваг

Встановіть ваги на рівну тверду поверхню. Твердість поверхні є необхідною умовою для правильного вимірювання.

7. Підготовка до використання

Для визначення жирової частки й інших параметрів тіла

необхідно спочатку ввести особисті дані користувача. У вагах передбачені комірки пам'яті для 8 користувачів, таким чином можна зберігати та знову робити запит про особисті дані для кожного члена сім'ї.

Для того щоб під час введення в експлуатацію Bluetooth®-з'єднання залишалося активним, тримайте смартфон на досить близькій відстані від ваг.

- *Увімкніть Bluetooth®* в налаштуваннях смартфона.
- Встановіть додаток *Beurer BodyShape* в Appstore.
- Відкрийте додаток та дотримуйтесь інструкцій.
- Оберіть BF 710.
- Створіть користувача ваг.

У додатку *Beurer BodyShape* повинні бути обрані наступні налаштування:

Дані користувача	Значення налаштування
Ініціали/скорочений підпис	макс. 3 букви або цифри
Зріст	від 100 до 220 см (від 3'-3,5" до 7' 2,5")
Вік	від 10 до 100 років
Стать	чоловіча (♂), жіноча (♀)
Рівень фізичної активності	від 1 до 5

Рівень фізичної активності

Для вибору рівня фізичної активності має значення середньо та довготривале спостереження.

Рівень фізичної активності	Фізична активність
1	Відсутня.

2	Низька: низьке або легке фізичне навантаження (наприклад, прогулянки, легка праця в саду, гімнастика).
3	Середня: фізичне навантаження щонайменше 2-4 рази на тиждень по 30 хвилин.
4	Висока: фізичне навантаження щонайменше 4-6 разів на тиждень по 30 хвилин.
5	Дуже висока: інтенсивні фізичні навантаження, інтенсивні тренування або тяжка фізична праця щоденно не менше 1 години.

- Відповідно до вказівок додатка встаньте на ваги без взуття

Для автоматичного розпізнавання користувача при першому вимірі необхідно ввести свої дані. Для цього дотримуйтесь вказівок додатку. Встаньте на ваги без взуття. Стійте спокійно на електродах, рівномірно, розподіливши вагу на обидві ноги.

Додаткова інформація
<http://www.beurer.com>

8. Проведення вимірювання

- **Встановіть ваги на рівну тверду поверхню. Твердість поверхні є необхідною умовою для правильного вимірювання.**

Вимірювання ваги та проведення діагностики

- Встаньте на ваги босоніж, зверніть увагу на те, що необхідно спокійно стояти на електродах, рівномірно

розподіливши вагу на обидві ноги.

i **Вказівка**

Слідкуйте, щоб ваші обидві ступні, ноги, литки та стегна не торкалися один до одного. Інакше результат вимірювання може бути неправильним. Якщо під час вимірювання ви були в шкарпетках, результат неправильний.

Спочатку відображається вага тіла.

Під час вимірювання інших параметрів відображається «oooo».

Якщо користувача визначено, на дисплеї з'являються ініціали (наприклад, ІВАН) і відображаються показники ІМТ, частка внутрішнього жиру, тканинної рідини, м'язова частка, кісткова маса, швидкість основного обміну речовин і обміну речовин з урахуванням фізичної активності.

Якщо користувач не визначений, то ініціали не відображаються, а показується тільки вага. Додаткова інформація, див. розділи 10 і 13.

Вимірювання тільки ваги

- Встаньте на ваги у взутті. Стійте на вагах спокійно, рівномірно розподіливши вагу тіла на обидві ноги.

Відобразиться вага тіла, а на дисплеї з'явиться напис « - - - - ».

Якщо користувач зазначений, то на дисплеї відображаються ІМТ, частка внутрішнього жиру, швидкість основного обміну речовин і AMR. У цьому випадку також відображаються ініціали.

Якщо користувач не визначається, то на дисплеї

відображається тільки виміряна вага тіла, ініціали не відображаються.

Вимкнення ваг

Ваги вимикаються автоматично.

9. Оцінювання результатів

Індекс маси тіла (BMI)

Індекс маси тіла (BMI) – це число, яке дуже часто використовується для оцінювання ваги тіла. Це число вираховується зі значень ваги тіла та росту користувача відповідно до формули: Індекс маси тіла = вага тіла: ріст². Одиниця вимірювання для індексу маси тіла – [кг/м²]. Для дорослих (з 20 років) індекс маси тіла має такі значення:

Категорія		Індекс маси тіла
Недостатня вага	Недостатня вага вищого ступеня	< 16
	Недостатня вага середнього ступеня	16-16,9
	Недостатня вага нижчого ступеня	17-18,4
Нормальна вага		18,5-25
Надлишкова вага	Схильність до ожиріння	25,1-29,9
Ожиріння (надлишкова вага)	Ожиріння I ступеня	30-34,9
	Ожиріння II ступеня	35-39,9
	Ожиріння III ступеня	≥ 40

Жирова маса тіла

Нижче наведено нормативні значення жирової частки

тіла у % (для детальнішої інформації зверніться до лікаря).

Чоловік

Вік	мало	норма	багато	дуже багато
10-14	<11 %	11-16%	16,1-21%	>21,1 %
15-19	<12 %	12-17 %	17,1-22 %	>22,1 %
20-29	<13 %	13-18%	18,1-23 %	>23,1 %
30-39	<14 %	14-19%	19,1-24 %	>24,1 %
40-49	<15 %	15-20%	20,1-25 %	>25,1 %
50-59	<16 %	16-21 %	21,1-26 %	>26,1 %
60-69	<17 %	17-22 %	22,1-27 %	>27,1 %
70-100	<18 %	18-23 %	23,1-28 %	>28,1 %

Жінка

Вік	мало	норма	багато	дуже багато
10-14	<16 %	16-21 %	21,1-26 %	>26,1 %
15-19	<17 %	17-22 %	22,1-27 %	>27,1 %
20-29	<18 %	18-23 %	23,1-28 %	>28,1 %
30-39	<19 %	19-24%	24,1-29 %	>29,1 %
40-49	<20 %	20-25 %	25,1-30 %	>30,1 %
50-59	<21 %	21-26%	26,1-31%	>31,1 %
60-69	<22 %	22-27 %	27,1-32 %	>32,1 %
70-100	<23 %	23-28%	28,1-33 %	>33,1 %

Для спортсменів часто визначається занижене значення. Залежно від виду спорту, інтенсивності тренувань і конституції тіла значення можуть виявитися нижчими, ніж вказано в нормативних таблицях. Проте зверніть увагу, якщо ваші значення будуть дуже низькими, це може бути небезпечно для здоров'я.

Вміст води

Нормативні значення вмісту води в тілі у %:

Чоловік

Вік	погано	добре	дуже добре
10-100	<50 %	50-65 %	>65 %

Жінка

Вік	погано	добре	дуже добре
10-100	<45 %	45-60%	>60 %

Жирова частка містить відносно невелику кількість рідини. Тому в людей із високою жировою часткою тіла вміст води в організмі може бути нижче норми. Для витривалих спортсменів нормою навпаки є низька жирова частка та висока м'язова частка.

На основі визначення вмісту води за допомогою цих ваг не можна робити медичні висновки про вікові проблеми із затримкою рідини.

За потреби проконсультуйтеся з лікарем. Це особливо важливо при високому значенні вмісту води.

М'язова частка

Нормативні значення м'язової маси у %:

Чоловік

Вік	мало	норма	багато
10-14	<44 %	44-57 %	>57 %
15-19	<43 %	43-56 %	>56 %
20-29	<42 %	42-54 %	>54 %
30-39	<41 %	41-52 %	>52 %
40-49	<40 %	40-50 %	>50 %
50-59	<39 %	39-48 %	>48 %

60-69	<38 %	38-47 %	>47 %
70-100	<37 %	37-46 %	>46 %

Жінка

Вік	мало	норма	багато
10-14	<36 %	36-43 %	>43 %
15-19	<35 %	35-41 %	>41 %
20-29	<34 %	34-39 %	>39 %
30-39	<33 %	33-38 %	>38 %
40-49	<31 %	31-36 %	>36 %
50-59	<29 %	29-34 %	>34 %
60-69	<28 %	28-33 %	>33 %
70-100	<27 %	27-32 %	>32 %

Кісткова маса

Наші кістки, як і решта частин нашого тіла, розвиваються, ростуть і старіють. У дитинстві кісткова маса швидко зростає і досягає свого максимуму у віці від 30 до 40 років. У старшому віці кісткова маса знову дещо зменшується. Завдяки правильному харчуванню (зокрема, прийому кальцію і вітаміну D) і регулярній фізичній активності Ви зможете призупинити процес зменшення. Правильна побудова м'язового корсета забезпечує додаткове зміцнення скелета. Зверніть увагу, що ці ваги не відображають вміст кальцію в кістках, а визначають кісткову масу в цілому (органічні речовини, неорганічні речовини та вода). Вплинути на кісткову масу майже неможливо, проте вона може коливатися під впливом багатьох факторів (вага, зріст, вік, стать). Не існує загально визнаних приписів і рекомендацій.



УВАГА:

Не плутайте поняття кісткової маси та щільності кісток.

Щільність кісток визначається тільки під час медичного обстеження (наприклад, комп'ютерна томографія або ультразвук). Тому робити будь-які висновки про зміни кісток та їх щільність (наприклад, при остеопорозі) за допомогою даних ваг неможливо.

Основний обмін речовин BMR

Основний обмін речовин (BMR = Basal Metabolic Rate) – це кількість енергії, яка необхідна організму у стані повного спокою для підтримки основних життєвих функцій (наприклад, при постільному режимі протягом 24 годин). Це значення в основному залежить від ваги, росту та віку.

Діагностичні ваги відображають це значення в одиницях ккал/день, а саме значення вираховується за формулою Гарріса-Бенедикта.

Це така кількість енергії, яка необхідна вашому організму в будь-якому випадку, і має бути відновлена під час харчування. Отримання недостатньої кількості енергії протягом тривалого періоду може негативно вплинути на здоров'я.

AMR (активна витрата)

Життєва активність (– Active Metabolic Rate)= кількість енергії, яка необхідна організму для підтримки активної життєдіяльності протягом дня. Витрати енергії збільшуються пропорційно до фізичної активності людини. Діагностичні ваги визначають це значення відповідно до ступеня активності (1-5), встановленого в налаштуваннях ваг.

Щоб підтримувати поточну масу тіла, необхідно відновити витрачену енергію під час харчування. Якщо протягом тривалого періоду енергії споживається менше, ніж витрачається, організм відновлює енергію за рахунок відкладених жирів. Вага тіла при цьому зменшується. І навпаки, якщо протягом тривалого періоду споживання енергії більше, ніж розраховане значення для життєвої активності (AMR), організм отримує надлишок енергії, який забезпечує збільшення жирової маси. Вага тіла при цьому збільшується.

Часовий зв'язок результатів

Зверніть увагу, що це все має значення тільки за умови достатньо тривалого спостереження. Короткочасні відхилення маси в межах кількох днів, як правило, обумовлені втратою рідини.

Пояснення результатів здійснюється на основі змін загальної маси тіла, відсоткового співвідношення жирової частки, вмісту води та м'язової частки тіла, і залежить від проміжку часу, за який ці зміни відбулися. Короткочасні зміни протягом дня можуть значно відрізнятися від середньострокових (протягом тижня) і довгострокових (протягом місяців) змін.

Як правило, короткочасні зміни в основному пов'язані із вмістом рідини, у той час як середньо- та довгострокові зміни спричинені змінами в жировій і м'язовій масах.

- Короткочасне зменшення маси й одночасне збільшення або незмінна кількість жирової частки спричинені виключно зниженням вмісту рідини в організмі, наприклад, у результаті тренування, відвідування сауни або за умови швидкої втрати маси внаслідок дотримання дієти.
- Якщо відбувається середньострокове збільшення маси при зменшенні або незмінній кількості жирової частки, можливо, збільшилася м'язова частка.
- Якщо одночасно зменшуються загальна вага та жирова частка, дієта працює – ви втрачаєте жирову частку.
- Ідеальним є поєднання дієти з фізичною діяльністю, заняттям фітнесом або силовими навантаженнями. У цьому випадку може збільшуватися м'язова частка в середньостроковий період.



Вказівка

Не можна додавати жирову частку, вміст води або м'язову частку, оскільки м'язові тканини також містять рідину, яка враховується у загальний вміст води.

10. Інші функції

Визначення користувача

Під час простого виміру маси тіла (у взутті) та діагностичного виміру (без взуття) можливо зареєструвати до 8 користувачів.

Під час нового вимірювання ваги присвоюють результати користувачу, у якого останнє збережене

значення вимірювання більше або менше на 2 кг. Якщо вага декількох користувачів знаходиться в межах +/- 2 кг, то пристрій намагається визначити користувача відповідно до його останнього збереженого значення для внутрішнього жиру. Якщо і його неможливо співвіднести однозначно, то вимірювання зберігається як вимірювання невідомого користувача.

Вимірювання для неавторизованих користувачів

Якщо неможливо визначити користувача, в комірку пам'яті якого необхідно зберегти виміряне значення, ваги зберігають його як невідоме. На дисплеї з'явиться текст « - - - » в полі ініціалів користувача. На вагах можна зберігати макс. 20 невідомих виміряних значень. За допомогою додатку Ви можете безпосередньо призначити невідомі виміряні значення користувачу або видалити їх.

Збереження призначених результатів в пам'ять ваг

Якщо додаток відкрито на смартфоні, і встановлено активне Bluetooth-з'єднання з вагами, нові результати вимірювань відразу будуть надсилатися у додаток. У цьому випадку значення не зберігаються в пам'яті ваг. Якщо додаток не відкрито, нові присвоєні значення зберігаються в пам'яті ваг. На вагах можна зберігати до 30 результатів вимірювань для кожного користувача. Збережені результати автоматично переносяться в додаток, якщо Ви відкриєте його в межах дії Bluetooth-з'єднання.

Синхронізація даних займає бл. 10 секунд. Можливий автоматичний перенос даних при вимкнених вагах.

Видалення даних з пам'яті ваг

Якщо Ви хочете повністю видалити всі закріплені за користувачем дані і вимірювання з пам'яті ваг, увімкніть ваги і утримуйте кнопку Reset («Скидання») на зворотному боці ваг протягом 3 секунд.

На дисплеї на кілька секунд з'явиться «dEL».

Ця функція необхідна, якщо Ви бажаєте, наприклад, видалити неправильно налаштовані або непотрібні дані користувача.

Після цього знову виконайте дії, описані у розд. 7 («Призначення користувачів»).

Заміна батарейок

Ваги обладнані індикатором заміни батарейок. Під час експлуатації ваг із розрядженими батарейками на дисплеї відображається повідомлення $L0$ і ваги автоматично вимикаються. У цьому випадку батарейки необхідно замінити (3 шт. ААА, 1,5В).



ВКАЗІВКА

- При заміні батарейок використовуйте батарейки того ж типу, тієї ж марки і такої ж ємності.
- Не використовуйте акумуляторні батарейки.

11. Чищення приладу та догляд

Періодично необхідно чистити прилад.

Для чищення використовуйте вологу ганчірку, за потреби нанесіть на неї м'який засіб.



УВАГА

- Не використовуйте сильнодіючі розчинники та чистячі засоби!

- Ніколи не занурюйте прилад у воду!
- Не мийте прилад у посудомийній машині!

12. Утилізація

Утилізація батарейки

- Використані, повністю розряджені батарейки необхідно викидати в спеціальні контейнери або здавати в пункти прийому спеціальних відходів чи повертати продавцям електрообладнання.



За законом утилізація батареек є обов'язковою.

- Ці знаки попереджають про наявність у батарейках таких токсичних речовин:

Pb = свинець, Cd = кадмій, Hg = ртуть.

Утилізація приладів

З метою охорони довкілля після завершення терміну служби прилад необхідно утилізувати окремо від побутового сміття.




Утилізація має здійснюватися через відповідні місцеві приймальні пункти. Утилізуйте прилад згідно з WEEE (Директива ЄС про утилізацію електричного та електронного обладнання). В разі виникнення запитань звертайтеся до місцевої комунальної служби, відповідальної за утилізацію відходів.

13. Що робити при виникненні несправностей?

Якщо під час зважування сталася помилка, на дисплеї відображається одне з таких повідомлень:

Повідомлення, зображення на дисплеї	Причина	Рішення
« - - - » Без ініціалів	Невідоме вимірювання (значення вимірювання виходить за межі відповідності користувачу або взаємно-однозначна відповідність неможлива).	Виконайте призначення невідомого вимірювання в додатку або повторіть процедуру призначення користувачів. Переконайтеся в тому, що в додатку Ваші дані користувача ваг задані правильно.
« - - - - » пройде через дисплей.	Значення жирової частки виходить за межі встановленого діапазону (менше 3 % або більше 65 %).	Повторіть вимірювання босоніж або за потреби трохи зволожите підошви ступень.
Egg	Перевищено максимально допустиме навантаження 180 кг.	Вага не має перевищувати 180 кг.

<p>Відображається Egg або неправильна вага.</p>	<p>Ваги стоять не на рівній і твердій поверхні.</p>	<p>Помістіть ваги на рівну та тверду поверхню.</p>
<p>Відображається Egg або неправильна вага.</p>	<p>Користувач стоїть неспокійно.</p>	<p>Стійте якомога спокійніше та рівно.</p>
<p>Відображається неправильна вага.</p>	<p>Некоректна нульова позначка шкали ваг.</p>	<p>Зачекайте, доки ваги знову вимкнуться. Активувати ваги, дочекайтеся показника «0.0 кг», потім знову повторити вимірювання.</p>
<p>Відсутнє з'єднання Bluetooth® (символ  відсутній).</p>	<p>Ви знаходитесь за межами радіусу дії.</p>	<p>Переконайтеся в тому, що в додатку Ваші дані користувача ваг задані правильно. Значок Bluetooth відображається на дисплеї ваг тільки за потреби. Мінімальний радіус дії у вільному просторі – бл. 25м. Стіни і стелі обмежують радіус дії. З'єднанню</p>

		можуть заважати також інші радіосигнали, тому не ставте ваги поблизу таких пристроїв, як WLAN, мікрохвильова піч, індукційна варильна панель.
FULL	Пам'ять заповнена. Вимірювання більше не зберігаються.	Відкрийте додаток. Дані будуть автоматично перенесені до нього. Це може тривати близько 1 хвилини.
Lo	Батарейки у вагах розряджені.	Замініть батарейки.

14. Гарантія / Сервісне обслуговування

Гарантійний термін на прилад складає 12 місяців з

дати придбання приладу, що має бути підтверджено

документально (наявність чеку). Гарантія

розповсюджується на несправності, що виникли з вини виробника (виробничі дефекти).

Гарантія не розповсюджується на наступні несправності:

- Пошкодження, що виникли у зв'язку з порушенням правил використання;
- Користування приладом не за призначенням;
- випадкові пошкодження (дефекти, спричинені користувачем);
- пошкодження в результаті стихійного лиха;

- пошкодження через неправильне підключення приладу до електромережі.
- Гарантія не розповсюджується на елементи живлення (батареї), а також на природне зношення приладу та на аксесуари, запасні частини і витратні деталі.

Гарантія є недійсною, якщо:

- серійний номер на приладі був видалений або змінений;
- наявні сліди механічного пошкодження приладу;
- всередині приладу присутні рідина або сторонні предмети;
- наявні сліди несанкціонованого відкриття або ремонту приладу;
- гарантійний талон був заповнений неправильно або неповністю (відсутня частина даних або штамп/підпис фірми-продавця);
- прилад, призначений для особистого побутового використання був задіяний у підприємницькій діяльності / масово експлуатувався та / або застосовувався в інших цілях, що не відповідають його прямому призначенню;
- відсутній документ, що підтверджує оплату у відповідності до законодавства України (чек);

З метою забезпечення прав споживачів строк служби цього приладу встановлено рівним гарантійному строку.

При настанні гарантійного випадку покупець має звернутися до:

уповноваженого Сервісного Центру: ТОВ «СЕРВІС СУЧАСНОЇ ЕЛЕКТРОНІКИ», м. Київ, вул. Сім'ї Хохлових, 8, тел.:(044) 247 67 34;

або Фірми-продавця, у якої було придбано цей прилад;
або Дистриб'ютора в Україні : ТОВ Хелс Менеджер,
Тел.:(044) 501-31-25, 501-31-24, (067) 676-69-69,
www.beurer.com.ua Ел. пошта: ofis@beurer.kiev.ua.

В інструкції можливі неточності та зміни.