

PROFI CARE. PC PW 3007 – 8 v 1 osobní váha

Návod k obsluze

UPOZORNĚNÍ

Než začnete přístroj používat, pozorně si přečtěte návod k použití.

BEZPEČNOSTNÍ PŘEDPISY:

ZACHÁZENÍ A ÚDRŽBA PŘÍSTROJE

Při používání elektrického přístroje by měli být vždy dodrženy následující základní bezpečnostní opatření:

1. Přečtěte si všechny pokyny.
2. Před použitím zkontrolujte, zda síťové napětí souhlasí s hodnotami uvedenými na energetickém štítku hodnot.
3. Nepoužívejte přístroj s poškozenou zástrčkou či kabelem nebo s jinou poruchou, případně po pádu přístroje. Vraťte jej výrobci nebo předejte autorizovanému technikovi na přezkoušení, opravu nebo elektrickou nebo mechanickou úpravu.
4. Pro předejítí úrazu elektrickým proudem nepokládejte šňůru, zástrčku nebo přístroj do vody či jiné kapaliny.
5. Pokud se přístroj nepoužívá, před nasazením/odnímáním součástí nebo čištěním odpojte přístroj ze zásuvky.
6. Nenechávejte šňůru viset přes okraj stolu nebo na horkém povrchu.
7. Použití příslušenství, nedoporučených výrobcem přístroje, může způsobit zranění či poškození přístroje.
8. Přísný dozor je nezbytný, pokud se přístroj používá v blízkosti dětí nebo nemožoucích osob.
9. Nepokládejte v blízkosti plynového nebo elektrického hořáku či horkých kamen.
10. Při provozu se nedotýkejte žádných pohyblivých částí přístroje.
11. Nepřekrývejte přístroj látkami či jiným materiálem, teplo musí volně odcházet – hrozí přehřátí přístroje. Zakrytím může vzniknout oheň, nenechávejte tedy v blízkosti nebo ve styku s hořlavými materiály.
12. Vždy nejprve připojte kabel do zásuvky. Pro vypnutí sepněte na pozici OFF, pak vyjměte kabel ze zásuvky.
13. Nepoužívejte přístroj pro jiné účely, než ke kterým je určen.
14. Nepoužívejte ve venkovních prostorech.
15. Uschovejte tyto instrukce.

DĚTI A NEMOHOUCÍ OSOBY

- Z důvodu zajištění bezpečnosti Vašich dětí neopouštějte v jejich dosahu žádné součásti obalu (plastové pytlíky, kartón, styropor atd.). **VÝSTRAHA:** Zabraňte tomu, aby si malé děti hrály s fólií. Hrozí nebezpečí udušení!
- Za účelem ochrany dětí a slabých osob před nebezpečím elektrických přístrojů dbejte na to, aby byl tento přístroj používán pouze pod dohledem. Tento přístroj není hračka. Zabraňte tomu, aby si s ním hrály malé děti.

SPECIFICKÉ PŘEDPISY BEZPEČNOSTI

VÝSTRAHA: Je-li kontaktní povrch váhy zaprášený, či jsou na něm kapky vody, před vážením povrch otřete do sucha. Nebezpečí uklouznutí.

VAROVÁNÍ:

- Manipulujte se zařízením s velkou opatrností, jde o velmi přesný měřicí nástroj. Zabraňte jeho pádu či skočení na něj.
- Zařízení má omezení na vstupní zatížení o hodnotě 150 kg (330,7 lb, 23,62 st). Větší zatížení může mít za následek zničení zařízení.
- Není-li váha používána, vždy ji skladujte ve vodorovné poloze.
- Tato váha není určena pro tyto osoby:
 - děti pod 10 let a osoby starší 85 let věku
 - osoby s příznaky teploty, edému či osteoporózy
 - osoby podstupující léčbu dialýzou
 - osoby používající kardiostimulátor
 - osoby s léčbou kardiovaskulárních obtíží
 - těhotné ženy
 - sportovci podstupující každodenní více jak 5hodinovou fyzickou zátěž
 - osoby se srdečním tepem nižším jak 60 úderů/minutu

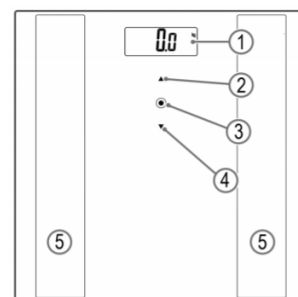
ÚČEL POUŽITÍ

Zařízení je navrženo pro vážení a měření váhy těla, tělesného tuku, množství vody, kostní a svalové hmoty. Zařízení je navrženo výhradně k těmto účelům. Zařízení používejte pouze ve vnitřních suchých prostorách. Zařízení je určeno pro běžné užití v domácnosti, není určeno ke komerčním účelům. Používejte pouze, jak je popsáno v tomto návodu. Jakékoliv jiné použití je v rozporu s tímto návodem a může mít za následek poškození zařízení, ale i ublížení na zdraví. V takovém případě se výrobce zřídka jakékoliv odpovědnosti za poškození zařízení či vašeho zdraví z důvodu nesprávného používání.

ROZBALENÍ















- Vyjměte zařízení z balení.
 - Odstraňte veškerý obalový materiál jako igelitové sáčky, výplně, svorky a kartony.
 - Překontrolujte úplnost balení.
 - Zkontrolujte zařízení na možné mechanické závady vzniklé během transportu.
- POZNÁMKA:** Na zařízení mohly ulpět nečistoty, jako prach, konzervační látky aj. Očistěte zařízení podle pokynů v kapitole „ČIŠTĚNÍ“.

1. Displej
2. Tlačítko - šipka nahoru
3. Tlačítko – kolečko
4. Tlačítko – šipka dolů
5. Kontaktní plocha



Display
Display • Affichage • Pantalla • Display • Display • Wyświetlacz • Kijelző • Дисплей • شاشة العرض



Ukazatel na displeji	Význam
Kg (lb)	Tělesná váha
P1 – P9	Uživatelská pozice v paměti
	Muž
	Žena
cm 	Výška těla
age 	Věk
	Během přenosu dat bliká tento ukazatel
	Bez připojení k aplikaci.
	Zobrazení tělesného tuku.
	Zobrazení množství vody v těle.
	Zobrazení svalové hmoty
	Váha kostí
	Zobrazení tuku v orgánech
%	Hodnoty v procentech – tělesný tuk / tělesná voda / svalová hmota / váha kostí
	Analytická škála: podváha, normální váha, nadváha, obezita
	Denní požadavek kilokalorií
	Hodnota BMI

NAPÁJENÍ - VÝSTRAHA:

- Nevystavujte baterie vysokým teplotám nebo přímému slunci. Nevhazujte baterie do ohně. Nebezpečí výbuchu!
- Udržte baterie mimo dosah dětí. Nejsou to hračky!
- Neotevírejte násilím baterie.
- Zabraňte v kontaktu s kovovým materiálem (prsteny, hřebíky, šroubky aj.) – nebezpečí zkratování!
- Zkratované baterie se mohou zahřívát, a to může mít za následek jejich vznícení a následně požár.
- Pro vaši bezpečí bývají póly baterií, během transportu, chráněny lepicí fólií.
- Pokud baterie „vyteče“ (dojde k úniku kyseliny z baterie ven), zabraňte vniknutí takové látky do očí či v kontaktu se sliznicemi. Zasažené ruce důkladně omyjte vodou a mýdlem a oči vypláchněte pod tekoucí vodou. I přes přetrvávající příznaky zasažená vyhledejte pomoc lékaře!

VLOŽENÍ BATERIÍ

POZNÁMKA: Kde je nezbytné bývá baterie chráněna bezpečnostní fólií – to prodlužuje její životnost během transportu.

1. Před vložením baterií odeberte tuto bezpečnostní fólii.
2. Otevřete prostor pro baterie na zadní straně.
3. Vložte 3 baterie typu AAA/R03. Dbejte na správnou polaritu (ilustrace na dně prostoru pro baterie)!
4. Uzavřete prostor víčkem.
5. Pokud nebudete zařízení používat delší čas, vyjměte baterie ven, zabráníte tak možnosti úniku kyseliny z baterií do zařízení.

VAROVÁNÍ: • Nemíchejte dohromady odlišné typy baterií či nové se starými. • Baterie nepatří do běžného odpadu! Použité baterie odkládejte pouze na určených sběrných místech.

INFORMACE PŘI MĚŘENÍ

TĚLESNÉHO TUKU

VÝSTRAHA: Osoby používající kardiostimulátor či jiný implantát s elektronickými součástmi nejsou oprávněni používat tuto váhu – u implantátů může být narušena správná funkcionálna.

POZNÁMKA: Správnosti naměřených výsledků lze dosáhnout pouze při rovném stání na ploše váhy, bosí a se suchými chodidly! Základní princip zařízení je založený na měření elektrického odporu v rámci lidského těla. Pro získání příslušných údajů, váha vysílá slabý nepostřehnutelný elektrický signál skrze vaše tělo.

Signál je zcela bezpečný! Metoda měření je popisována jako „analýza bioelektrického odporu“ (BIA), faktor založený na vzájemném příbuzenství těla a váhy a přidruženém procentu množství vody v těle, stejně tak jako na dalších biologických datech (věk, pohlaví, tělesná váha). Existují silné osoby s vyrovnaným procentem mezi tukem

a tělesnou hmotou a také štíhlé osoby se znatelně vysokou hodnotou tělesného tuku. Tělesný tuk je faktor, který dokáže velmi významně zatížit např. kardiovaskulární systém. Proto je kontrola obou hodnot (tuk a váha) vhodná pro udržení těla v kondici a v dobrém zdravotním stavu.

TĚLESNÝ TUK-Tělesný tuk je významnou komponentou těla – od ochrany kloubů, tak jako zdroj vitamínů po regulaci tělesné teploty, zastává tuk neoddelitelnou roli v lidském těle. Není vhodné

jej radikálně redukovat, ale zajistit jeho správnou hladinu a udržovat rovnováhu mezi svalovinou a tukem.

DŮLEŽITOST VODY PRO NAŠE ZDRAVÍ

Lidské tělo se skládá přibližně z 55 – 60 % vody, v závislosti na věku a pohlaví v různém poměru.

Voda má několik úloh v lidském těle: • sestavuje bloky našich buněk; to znamená, že každá buňka jako např. buňka kůže, mozku, svalů aj. fungují správně pouze tehdy, pokud obsahují dostatek vody, • je důležitou látkou uvolňovanou v našem těle, • opravuje živiny a metabolické produkty těla.

Referenční hodnoty pro váš fitness profil si můžete porovnat s následující tabulkou. Zobrazuje závislost tělesného tuku na věku a pohlaví. Zaměřte se více na rovnováhu vody v těle, která, stejně jako hladina tuku, kolísá během celého dne. Pro získání relevantních výsledků, provádějte měření ve stejný čas dne. Získané výsledky měření tělesného tuku a vody berte spíše jako informativní. Nejsou doporučeny pro medicínské účely.

Věk (v letech)	Ženy		Muži		Typ
	Tělesný tuk	Voda v těle	Tělesný tuk	Voda v těle	
30 a méně	4,0 – 20,5	66,0 – 54,7	4,0 – 15,5	66,0 – 58,1	Podváha
	20,6 – 25,0	54,6 – 51,6	15,6 – 20,0	58,0 – 55,0	Normální
	25,1 – 30,5	51,5 – 47,8	20,1 – 24,5	54,9 – 51,9	Nadváha
	30,6 – 50,0	47,7 – 34,4	24,6 – 50,0	51,8 – 34,4	Obezita
nad 30	4,0 – 25,0	66,0 – 51,6	4,0 – 19,5	66,0 – 55,4	Podváha
	25,1 – 30,0	51,5 – 48,1	19,6 – 24,0	55,3 – 52,3	Normální
	30,1 – 35,0	48,0 – 44,7	24,1 – 28,5	52,2 – 49,2	Nadváha
	35,1 – 50,0	44,6 – 34,4	28,6 – 50,0	49,1 – 34,4	Obezita

Vždy raději konzultujte tato měření s vaším lékařem, pokud budete uvažovat o radikálních zásadách do vaší životosprávy.

MĚŘENÍ A ANALÝZA Uložení Vašich dat do paměti.

POZNÁMKA: • Zařízení funguje správně pouze tehdy, stojíte-li na něm bosí a se suchýma nohama! • Je-li nezbytné, otřete kontaktní povrch váhy. • Vzhledem k výraznému kolísání tělesného tuku, je obtížné dosáhnout standardní hodnoty. Optimální čas pro provádění měření je mezi 18 a 20 hodinou, kdy tělesný tuk je v tuto dobu velmi vyrovnaný. • Stiskněte tlačítko SET. Data uložená pod danou pozicí se zobrazí (USER bliká). Tlačítka UP / DOWN vyberte uloženou pozici, kam chcete naměřená data uložit. • Vyčkejte, kdy USER a 0,0 kg (0,0 lb/st) přestanou blikat. • Postavte se na kontaktní plochu oběma nohama. • Nejprve bude na displeji blikat vaše váha. • Po několika vteřinách se zobrazí následující měření:

- obsah tělesného tuku v % (symbol) - množství vody v těle v % (symbol) - výsledek analýzy formou lišty
- obsah svalové hmoty v % (symbol) - obsah kostní hmoty v % (symbol) - požadavek kalorií na den
- předvolba pohlaví - předvolba typu - předvolba výšky - předvolba věku (AGE) - navýšení tělesné hmotnosti (INCREASE) / úbytek tělesné hmotnosti (DNCREASE) v kg (lb/st) v porovnání s dříve naměřenými hodnotami

• Poté se zjištěné informace opakovaně zobrazí. Pak se váha sama vypne.

ULOŽENÍ OSOBNÍCH DAT

POZNÁMKA:

- Váha obsahuje výchozí hodnoty, které můžete kdykoliv změnit tak, jak je popsáno níže.
- Dodržujte následující postup změny nastavení a dobu mezi jednotlivými kroky. Jinak zařízení automaticky ukončí proces změny nastavení vstupních hodnot.
- Stiskněte tlačítko SET. Na displeji se rozbliká pozice v paměti (USER). Nastavení potvrďte stisknutím SET či vyberte jinou pozici v paměti pomocí tlačítek UP /DOWN. Poté stiskněte SET a pokračujte dál.
- Rozbliká se symbol "muže" či "ženy". Potvrďte výběr pomocí SET či vyberte tlačítka UP / DOWN správný symbol pohlaví. Poté stiskněte SET a pokračujte dál.
- Rozbliká se nastavení výšky. Tlačítka UP / DOWN vyberte vaši výšku. Přidržením vybraného tlačítka zrychlíte výběr hodnoty. Potvrďte váš výběr pomocí SET.
- Rozbliká se nastavení věku (AGE). Tlačítka UP / DOWN vyberte váš věk. Přidržením vybraného tlačítka zrychlíte výběr hodnoty. Potvrďte váš výběr pomocí SET.
- Rozbliká se výchozí symbol pro "neatletický" typ. Který typ Vás nejlépe vystihuje? Tlačítka UP / DOWN vyberte vhodný typ: "unathletic" (neatletický), "average" (průměrný) či "athletic" (atletický). Tlačítkem SET potvrďte výběr.
- Zobrazuje-li se pouze uložená pozice a hodnoty 0.0 kg (0.0 lb/0:0 st), je vstupní proces zadání hodnot dokončen. Nyní máte následující možnosti:
- Nyní můžete změnit jednotky měření váhy a typu. Používejte tlačítko UNIT do doby, dokud se nezobrazí požadovaná jednotka pro váhu. Jednotka pro měření výšky se automaticky změní s ní.
- Tlačítkem SET znovu zobrazíte vybrané nastavení.
- Vyvolání dalších pozic v paměti. Celkem můžete obsadit 10 pozic v paměti. Stiskněte SET a tlačítka UP / DOWN vyberte další pozici. Pokračujte tak, jak je uvedeno výše.
- Chcete-li provést změnu, stiskněte SET (USER bliká). Vyberte uloženou pozici pomocí UP / DOWN. Pokračujte tak, jak je uvedeno výše.
- Okamžitě můžete provést měření.

Množství tuku v těle:

Věk	Žena			
	Podváha	Normální váha	Nadváha	Obezita
10 – 17	3,0 – 15,0	15,1 – 22,0	22,1 – 26,4	26,5 – 50,0
18 – 30	3,0 – 15,4	15,5 – 23,0	23,1 – 27,0	27,1 – 50,0
31 – 40	3,0 – 16,0	16,1 – 23,4	23,5 – 27,4	27,5 – 50,0
41 – 60	3,0 – 16,4	16,5 – 24,0	24,1 – 28,0	28,1 – 50,0
61 – 99	3,0 – 17,0	17,1 – 24,4	24,5 – 28,4	28,5 – 50,0

Věk	Muž			
	Podváha	Normální váha	Nadváha	Obezita
10 – 17	3,0 – 12,0	12,1 – 17,0	17,1 – 22,0	22,1 – 50,0
18 – 30	3,0 – 12,4	12,5 – 18,0	18,1 – 23,0	23,1 – 50,0
31 – 40	3,0 – 13,0	13,1 – 18,4	18,5 – 23,0	23,1 – 50,0

Obsah je uzamčen

Dokončete, prosím, proces objednávky.

Následně budete mít přístup k celému dokumentu.



Proč je dokument uzamčen? Nahněvat Vás rozhodně nechceme. Jsou k tomu dva hlavní důvody:

- 1) Vytvořit a udržovat obsáhlou databázi návodů stojí nejen spoustu úsilí a času, ale i finanční prostředky. Dělali byste to Vy zadarmo? Ne*. Zakoupením této služby obdržíte úplný návod a podpoříte provoz a rozvoj našich stránek. Třeba se Vám to bude ještě někdy hodit.

**) Možná zpočátku ano. Ale vězte, že dotovat to dlouhodobě nelze. A rozhodně na tom nezbohatneme.*

- 2) Pak jsou tady „roboti“, kteří se přiživují na naší práci a „vysávají“ výsledky našeho úsilí pro svůj prospěch. Tímto krokem se jim to snažíme překazit.

A pokud nemáte zájem, respektujeme to. Urgujte svého prodejce. A když neuspějete, rádi Vás uvidíme!