



Руководство по эксплуатации

весы "Body Fit"

артикул: 3410

1 Общая информация

Благодарим вас за приобретение домашних весов "Body Fit". Пожалуйста, внимательно прочтите данное руководство перед тем, как начнете использовать ваши новые весы, чтобы ознакомиться со всеми их функциями.

На следующих страницах вы узнаете, как правильно ухаживать за вашими весами и безопасно их эксплуатировать, помогая им работать с максимальной эффективностью в течение долгих лет.

1.1 Использование данного руководства

Данное руководство содержит важную информацию о первоначальной настройке, безопасной эксплуатации, использовании по назначению, уходу и очистке весов.

Пожалуйста, храните данное руководство в надежном месте недалеко от весов для удобства поиска информации

1.2 Предупредительные надписи

Пожалуйста, обращайтесь особое внимание на следующие предупреждения и примечания, встречающиеся в настоящем руководстве

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Это предупреждение указывает на возможную опасную ситуацию.

Если опасной ситуации не избежать, это может привести к серьезным травмам

► Соблюдайте указания, содержащиеся в этом предупреждении, чтобы избежать травм

ВНИМАНИЕ

Это предупреждение указывает на возможную опасную ситуацию.

Если опасной ситуации не избежать, это может привести к серьезным травмам

► Соблюдайте указания, содержащиеся в этом предупреждении, чтобы избежать травм

ПРИМИТЕ К СВЕДЕНИЮ

Это замечание предшествует дополнительным советам и полезной информации, которая поможет вам получить максимальную отдачу от вашего устройства

1.3 Ограничение ответственности

Вся техническая информация, данные и замечания, относящиеся к установке, эксплуатации и уходу, полностью обновлены на время печати и составлены в меру наших знаний и убеждений с учетом нашего прошлого опыта и результатов.

Никаких претензий не может быть предъявлено в связи с предоставленной информацией, иллюстрациями или описаниями, содержащимися в данном руководстве.

Изготовитель не несет никакой ответственности за ущерб, возникший в результате следующего:

- Несоблюдения данного руководства
- Использования не по назначению
- Неправильного ремонта
- Технических изменений
- Использования неразрешенных запасных частей

Все переводы выполнены в меру наших знаний. Мы не несем никакой ответственности за возможные ошибки перевода, даже если перевод был выполнен нами или по нашим указаниям. Единственным юридически обязательным остается оригинальный текст на немецком языке.

1.4 Защита авторских прав

Этот документ защищен авторским правом.

Braukmann GmbH сохраняет за собой все права, в том числе на фотомеханическое воспроизведение, копирование и распространение с помощью специальных процессов (например, обработки данных, носителей данных, сетей передачи данных), даже частично.

Производитель сохраняет за собой право на внесение изменений в текст руководства и технических изменений устройства.

2 Безопасность

В этой главе приведены важные замечания по технике безопасности при обращении с устройством.

Устройство соответствует требуемым нормам безопасности. Неправильное использование может привести к получению травм или нанесению ущерба имуществу.

2.1 Использование по назначению

Это устройство предназначено для использования в домашних условиях в закрытых помещениях для

- Взвешивания и
- для определения среднего процента жира в организме
- для определения процента воды
- для определения индекса массы тела (ИМТ)
- для определения костной массы
- для определения мышечной массы

Любое другое использование или применение, выходящее за эти рамки, считается использованием не по назначению.

Предупреждение

Опасность из-за использования не по назначению!

Использование данного устройства не по назначению может быть опасным

- ▶ Используйте устройство исключительно по его назначению.
- ▶ Следуйте всем инструкциям в руководстве по эксплуатации

Претензии любого вида из-за ущерба, возникшего вследствие использования не по назначению, исключаются.

Весь риск несет пользователь.

2.2 Общая информация по безопасности

Примите к сведению

Пожалуйста, соблюдайте следующие общие правила безопасности для предотвращения возможных травм

- ▶ Осмотрите устройство на предмет каких-либо повреждений перед тем, как использовать его. Не используйте устройство, если оно выглядит поврежденным.
- ▶ Лицам, которые не в состоянии эксплуатировать устройство из-за каких-либо физических, психических или двигательных нарушений, можно использовать устройство только под наблюдением или под руководством ответственного лица.
- ▶ Не разрешайте детям использовать устройство, если они не находятся под наблюдением. Дети также должны быть под наблюдением, когда они находятся где-либо поблизости от устройства во время его эксплуатации
- ▶ Только авторизованные производителем отделы сервисного обслуживания клиентов могут производить ремонтные работы на устройстве в течение гарантийного периода, поскольку в противном случае гарантийные права будут недействительными в случае какого-либо последующего ущерба.

- ▶ Дефектные компоненты всегда должны заменяться оригинальными запасными частями. Только замена такими частями будет гарантировать выполнение требований безопасности.
- ▶ Весы не должны использоваться лицами с кардиостимуляторами или другими медицинскими трансплантатами. Ток, который протекает сквозь тело, может повлиять на функционирование вашего имплантата.
- ▶ Пожалуйста, снимайте ваши носки и становитесь на весы босиком чистыми и сухими ногами.
- ▶ Весы не должны использоваться следующими группами лиц:
 - Лицами, не достигшими возраста 10 лет и старше 80 лет
 - Атлетами или мускулистыми людьми
 - Беременными женщинами
 - Лицами с отеками
- ▶ Пожалуйста, не используйте весы в местах с очень высокой или очень низкой температурой.
- ▶ Пожалуйста, не прыгайте на весах. Не допускайте падений весов, поскольку это высокоточное электронное устройство, и при этом оно может быть повреждено.
- ▶ Таблица процента жира в организме приведена только в ознакомительных целях.
- ▶ Пожалуйста, выньте батареи из весов, если они не будут использоваться в течение длительного периода.

3 ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

- **Весы отключаются через несколько секунд.**

Проверьте полярность батарей и убедитесь в том, что они новые. Убедитесь в том, что ваши ноги плотно прилегают к металлической поверхности.

- **Что-то не так, когда на дисплее появляется "-" ?**

Весы автоматически устанавливаются на ноль. Пожалуйста, подождите несколько секунд, пока на дисплее не появится "0".

В памяти весов был сохранен параметр. Пожалуйста, введите на весах свои данные.

- **Весы показывает только вес. Процент жира в организме не определен?**

Измерение процента жира в организме может нарушиться, если на весах не стоять спокойно. Пожалуйста, стойте спокойно и вертикально и убедитесь в том, что ваши ноги босы и плотно прилегают к металлической поверхности весов.

- **Процент жира в организме значительно выше нормального?**

Пожалуйста, проверьте данные, запрограммированные на весах, в отношении пола, размера тела и возраста.

Убедитесь в том, что вы стоите на весах босиком чистыми и сухими ногами так, что ваши ноги плотно прилегают к металлической поверхности.

Чрезмерная потеря воды, стресс или ороговевшая кожа стопы могут повлиять на измерение процента жира в организме.

4 Начало работы

В этой главе представлена информация о безопасной распаковке и настройке вашего нового устройства.

4.1 Информация по технике безопасности

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

При вводе устройства в эксплуатацию могут возникнуть травмы и ущерб имуществу!

Во избежание таких опасностей соблюдайте следующие указания по технике безопасности:

► Упаковочные материалы нельзя использовать для игр. Существует опасность удушья.

Примите к сведению

► Перед использованием положите весы на жесткую, чистую, ровную и гладкую поверхность. Это позволяет выполнять точные измерения.

4.2 Комплект поставки

В комплект поставки домашних весов Body Fit входят следующие компоненты:

- Домашние весы Body Fit
- Руководство по эксплуатации

► Осмотрите упаковку, чтобы убедиться в том, что устройство и руководство в наличии, и осмотрите устройство на предмет каких-либо видимых повреждений.

► Немедленно сообщите перевозчику и/или поставщику в случае неполного комплекта поставки или повреждений в результате несоответствующей упаковки или неправильного обращения.

4.3 Распаковка

Осторожно снимите упаковочный материал и выньте устройство из картонной коробки.

4.4 Утилизация упаковки

Компания Caso верит в важность переработки и выбрала упаковочные материалы, которые не только защищают ваше устройство от повреждений во время транспортировки, но и могут быть переработаны для минимизации воздействия на окружающую среду.

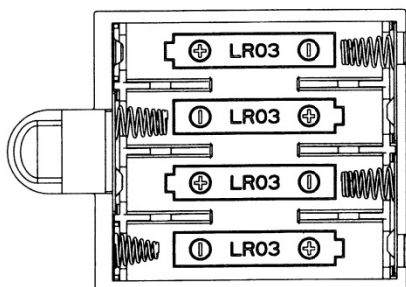
Переработка упаковочных материалов позволяет сохранить сырье и снизить количество отходов. Отвезите упаковочные материалы, которые больше не требуются, в пункт сбора на переработку для их надлежащей утилизации.

Примите к сведению

► Если это возможно, сохраняйте оригинальную упаковку устройства в течение гарантийного срока на случай его возврата при необходимости.

4.5 Источник питания

- Весы работают от 4 батарей x 1,5 В. Батареи не включены в комплект поставки.



5 Паспортная табличка

Паспортная табличка с техническими данными находится на задней панели устройства.

6 Эксплуатация

В данной главе содержится важная информация об эксплуатации устройства. Следуйте инструкциям во избежание опасностей и повреждений.

6.1 Что такое процента жира в организме?

Процент жира в организме выводится из соотношения между массой тела и жиром в организме.

6.2 Измерение процента жира в организме

Для определения процента жира в организме был разработан метод BIA (анализ биоэлектрического сопротивления).

Сопротивление тела измеряется, когда через тело пропускается небольшой и безвредный электрический ток. В жировой ткани сопротивление выше, тогда как в свободной от жира массе ток протекает легче. При измерении сопротивления с учетом размера тела человека, его возраста и пола, можно оценить процент жира и воды в организме.

На процент жира влияет гидратация организма. Через несколько часов после пробуждения на процент жира в организме влияет прием воды. И когда вы измеряете свой вес в разное время суток, вы также видите небольшое различие между данными измерений.

С помощью этого метода измерения при постоянных условиях (в одно и то же время суток и при одних и тех же условиях измерения) приведут к наилучшим результатам.

На процент жира в организме также влияют также и другие факторы, такие как тип питания или тяжелые тренировки.

6.3 Установка

Убедитесь в том, что устройство размещено на ровной поверхности. Избегайте ковров или мягких напольных покрытий.

6.4 Определения кнопок



Нажмите кнопку, чтобы увеличить значение данных или изменить установку пола.



(SET) [ЗАДАТЬ] Нажмите кнопку, чтобы подтвердить ваш ввод данных.

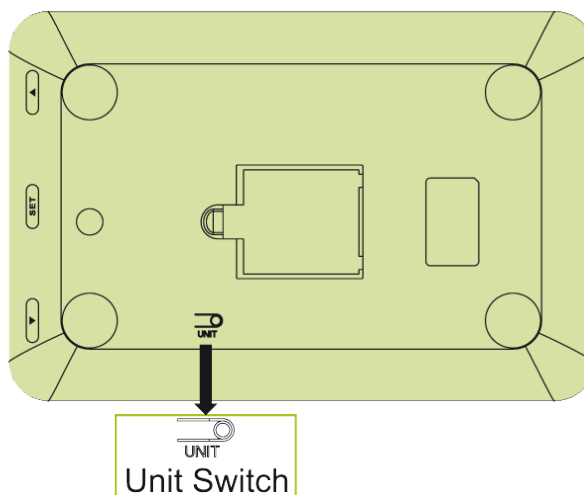


Нажмите кнопку, чтобы уменьшить значение данных или изменить установку пола.



Нажмите и удерживайте кнопку "вверх/вниз", если вы хотите быстро изменить параметр.

- Up Вверх Up ←
- Set Задать Set ←
- Down Вниз Down ←
- Unit Единица измерения
- Unit Switch Переключатель единиц измерения



6.5 Выбор единиц измерения веса и размера

Переключатель ед. изм.

Нажмите кнопку для изменения единиц измерения веса и размера на задней панели устройства.

Перед взвешиванием выберите единицу измерения веса. Во время использования невозможно изменить единицу измерения веса.

6.6 Включение устройства

Вы можете включать весы с помощью кнопок Set [Задать], Up [Вверх] и Down [Вниз] в нижней части устройства.

6.7 Выключение устройства

Весы выключаются автоматически приблизительно через 5 секунд.

6.8 Основные установки

Примечание

► Пожалуйста, не стойте на весах во время установки

Этап 1: Пожалуйста, выберите свой личный номер (P0-P9) и введите параметры тела (пол, размер, возраст) прежде чем вы встанете на весы. В противном случае весы смогут измерить только ваш вес, но не правильный процент воды и жира.

Этап 2: Данные необходимо ввести лишь один раз. Весы будут хранить ваши данные. Пожалуйста, запомните выбранный личный номер. Далее вам нужно будет лишь выбрать ваш номер.

Twinkle Мигание



Этап 3: Нажимайте кнопку (Up) [Вверх] или (Down) [Вниз] для того, чтобы выбрать номер, а затем нажмите SET [ЗАДАТЬ], чтобы подтвердить ваш выбор.



Этап 4: Выберите пол:

Нажимайте кнопку (Up) [Вверх] или (Down) [Вниз] для того, чтобы выбрать ваш пол, а затем нажмите SET [ЗАДАТЬ], чтобы подтвердить ваш выбор.

Этап 5: Введите размер:

Нажимайте кнопку (Up) [Вверх] или (Down) [Вниз] для того, чтобы выбрать ваш размер, а затем нажмите SET [ЗАДАТЬ], чтобы подтвердить ваш выбор.

Этап 6: Введите возраст:

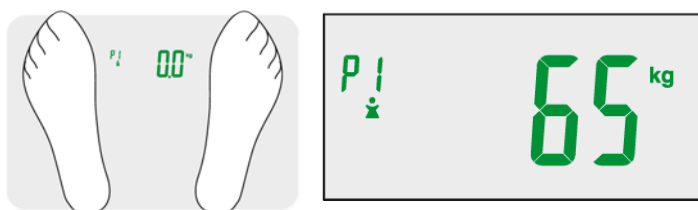
Нажимайте кнопку (Up) [Вверх] или (Down) [Вниз] для того, чтобы выбрать ваш возраст, а затем нажмите SET [ЗАДАТЬ], чтобы подтвердить ваш выбор.

6.9 Взвешивание и измерение:

Этап 7: Взвешивание и измерение

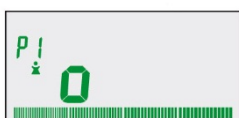
Когда на дисплее появится "0,0", встаньте на весы босиком.

Ваши ноги должны стоять ровно на электродах, как показано на рисунке. На первом этапе измеряется ваш вес.



Если на дисплее появляется 0, это означает, что весы анализируют данные. Пожалуйста, оставайтесь на весах.

Измерение



"Fat" - Процент жира



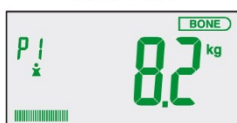
"TBW" - Процент воды



"MUS" - Мышечная масса



"BONE" - Костная масса



ВМІ – ИМТ

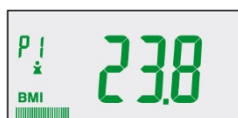


Таблица приведена только в ознакомительных целях. По ней нельзя выполнить точную оценку

ВМІ (Индекс массы тела) = Вес (кг) / (Размер)² (м²)%

ТЕЛО	Очень мало жира	Норма	Очень много жира	Ожирение
ВМІ	< 16.5%	16,5-25%	25-30 %	> 30%

Процент мышц:

Мышцы	Женщина	Мужчина
	> 30%	> 35%

Костная масса (кг)

Вес	Женщина			Мужчина		
	<45кг	45-60кг	>60кг	<60кг	60 - 75кг	>75кг
Костная масса	>1,8кг	>2,2кг	>2,5кг	>2,5кг	>2,9кг	>3,2кг

Процент жира в организме (%)

Возраст	Мужчина				Женщина			
	Очень мало жира	Норма (0)	Очень много жира (+)	Ожирение	Очень мало жира	Норма (0)	Очень много жира (+)	Ожирение
10 - 20	<=16.0	16.1 - 24,0	24.1 - 32,0	>= 32.1	<= 20.0	20.1 - 28,0	28.1 - 36,0	>= 36.1
21 - 30	<= 17.0	17.1 - 25,0	25.1 - 33,0	>= 33.1	<= 21.0	21.1 - 29,0	29.1 - 37,0	>= 37.1
31 - 40	<= 18.0	18.1 - 26,0	26.1 - 34,0	>= 34.1	<= 22.0	22.1 - 30,0	30.1 - 38,0	>= 38.1
41 - 50	<= 19.0	19.1 - 27,0	27.1 - 35,0	>= 35.1	<= 23.0	23.1 - 31,0	31.1 - 39,0	>= 39.1
51 - 60	<= 20.0	20.1 - 28,0	28.1 - 36,0	>= 36.1	<= 24.0	24.1 - 32,0	32.1 - 40,0	>= 40.1
61 - 70	<= 21.0	21.1 - 29,0	29.1 - 37,0	>= 37.1	<= 25.0	25.1 - 33,0	33.1 - 41,0	>= 41.1
71 - 80	<= 22.0	22.1 - 30,0	30.1 - 38,0	>= 38.1	<= 26.0	26.1 - 34,0	34.1 - 42,0	>= 42.1

Процент воды в организме (гидратация) (%)

Возраст	Мужчина				Женщина			
	Низкий (-)	Норма (0)	Высокий (+)	Очень высокий (++)	Низкий (-)	Норма (0)	Высокий (+)	Очень высокий (++)
10-20	<= 58,0	58,1-65,0	65,1-72,0	>= 72,1	<= 56,0	56,1-62,0	62,1-68,0	>= 68,1
21-30	<= 56,0	56,1-63,0	63,1-70,0	>= 70,1	<= 54,0	54,1-60,0	60,1-66,0	>= 66,1
31-40	<= 54,0	54,1-61,0	61,1-68,0	>= 68,1	<= 51,0	51,1-57,0	57,1-63,0	>= 63,1
41-50	<= 51,0	51,1-58,0	58,1-65,0	>= 65,1	<= 48,0	48,1-54,0	54,1-60,0	>= 60,1
51-60	<= 48,0	48,1-55,0	55,1-62,0	>= 62,1	<= 45,0	45,1-51,0	51,1-57,0	>= 57,1
61-70	<=45,0	45,1-52,0	52,1-59,0	>= 59,1	<= 42,0	42,1-48,0	48,1-54,0	>= 54,1
71-80	<= 42,0	42,1-49,0	49,1-56,0	>= 56,1	<= 38,0	38,1-44,0	44,1-50,0	>= 50,1

6.10 Сообщения об ошибках

Err 2 Показывает, что измерение процента жира в организме является неправильным.

Err Показывает, что процесс не был выполнен правильно.

Err1 Если весы перегружены (150 кг), на дисплее появится Err1.

7 Очистка и техобслуживание

Эта глава содержит важную информацию о надлежащей очистке и техобслуживании ваших весов

7.1 Очистка

- Не используйте химические продукты.
- Для очистки поверхности весов используйте влажную ткань.

7.2 Утилизация старого устройства

Для защиты окружающей среды важно утилизировать старые электронные устройства надлежащим образом. Ни при каких обстоятельствах не бросайте старое устройство в контейнер с отходами, не подлежащими вторичной переработке

Примите к сведению

- ▶ Пожалуйста, в целях безопасной утилизации отвезите ваше старое устройство в ближайший центр по переработке отходов
- ▶ До тех пор, когда ваше устройство можно будет утилизировать надлежащим образом, храните его в недоступном для детей месте

caso Germany / Braukmann GmbH

Raiffeisenstraße 9

D-59757 Arnsberg

Тел.: +49 (0) 29 32 / 80 55 4 - 99

Факс: +49 (0) 29 32 / 80 55 4 - 77

Эл. почта: kundenservice@caso-germany.de