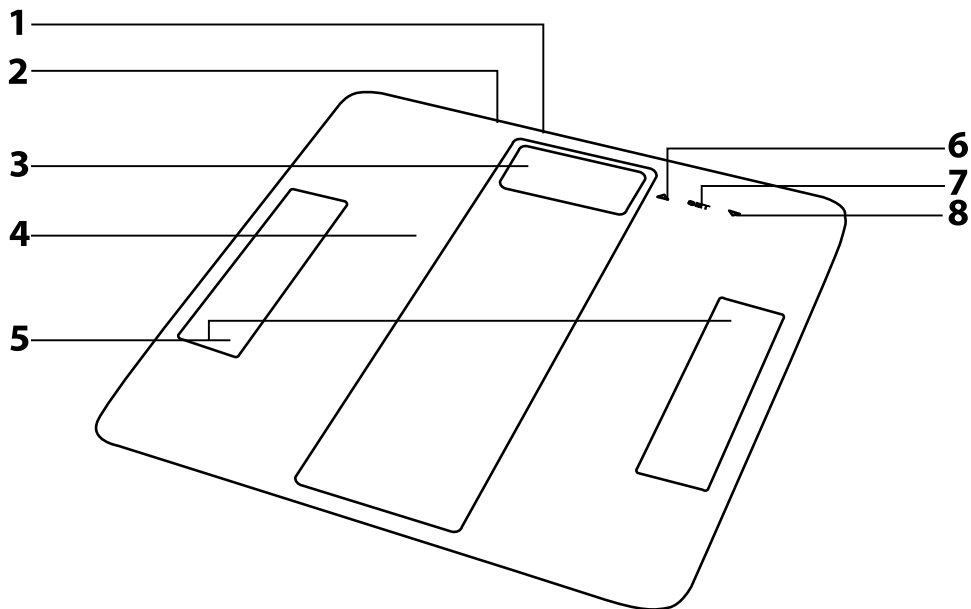


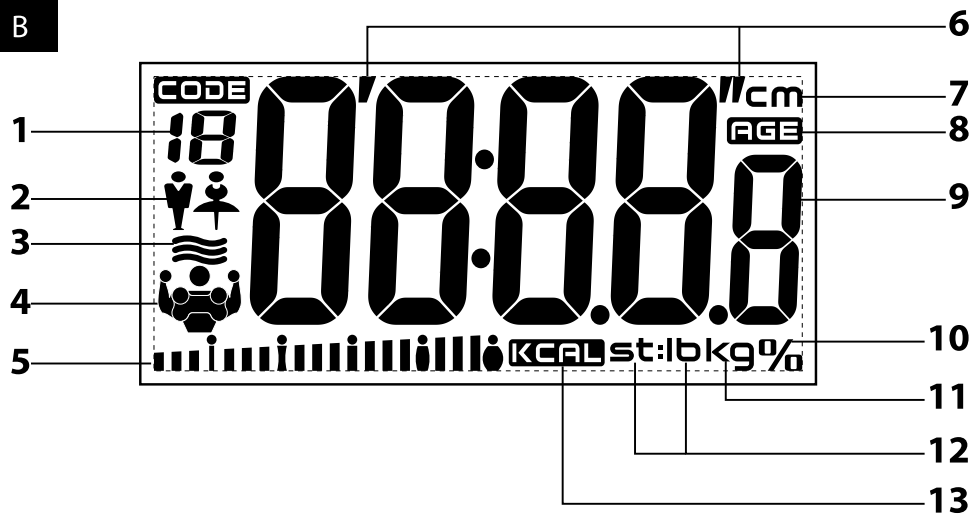


CZ ■ Osobní fitness váha Bluetooth

A

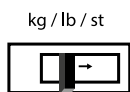


B

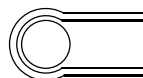


C

1



2



Osobní fitness váha Bluetooth

Návod k použití

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY A DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ

- Před použitím tohoto spotřebiče se prosím seznámte s návodem k jeho obsluze, a to i v případě, že jste již obeznáni s používáním spotřebičů podobného typu. Spotřebič používejte pouze tak, jak je popsáno v tomto návodu k použití. Návod uschovejte pro případ další potřeby.
- Minimálně po dobu trvání zákonného práva z vadného plnění, případně záruky za jakost doporučujeme uschovat originální přepravní karton, balící materiál, pokladní doklad a potvrzení o rozsahu odpovědnosti prodávajícího nebo záruční list. V případě přepravy doporučujeme zabalit spotřebič opět do originální krabice od výrobce.
- Spotřebič je určen pro použití v domácnosti, kancelářích a podobných prostorách. Nepoužívejte jej pro komerční, lékařské nebo jiné účely.
- Tento spotřebič mohou používat děti a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo mentálními schopnostmi nebo s nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jsou pod dozorem.
- Děti by měly být pod dozorem, aby se zajistilo, že si se spotřebičem nebudou hrát.
- Spotřebič nepoužívejte venku, neumísťujte jej na nestabilní povrchy nebo do blízkosti otevřeného ohně a jiných zdrojů tepla.
- Spotřebič nevystavujte přímému slunečnímu záření nebo vysoké vlhkosti a nepoužívejte jej v nadměrně prašném prostředí.
- Dbejte na to, aby byl spotřebič umístěn na rovném, hladkém, tvrdém a stabilním povrchu. To platí zejména při použití spotřebiče. Inak může dojít k nepřesnostem ve vážení.
- Spotřebič nepoužívejte v dosahu silného elektromagnetického pole.
- Než vstoupíte na vážicí plochu, ujistěte se, že její povrch není vlhký a že nemáte mokrá chodidla. V opačném případě hrozí nebezpečí uklouznutí.
- Na spotřebič nesákejte a neprekračujte jeho maximální váživost. Inak by mohlo dojít k jeho poškození.
- V režimu vážení hmotnosti s měřením a analýzou tělesných parametrů je třeba stát na vážicí ploše čistými bosými chodidly, přičemž obě chodidla musí být umístěna na elektrodách.
- Naměřený procentuální podíl kostní, tukové a svalové tkáně a vody v těle je pouze orientační. Nevývozujte prosím z výsledků měření lékařské závěry. Pokud se podíl tukové tkáně a úroveň hydratace výrazně liší od normálu, doporučujeme konzultovat tento stav s lékařem nebo výživovým poradcem. O doporučení vhodných opatření pro dosažení optimální tělesné hmotnosti požádejte rovněž svého lékaře nebo výživového poradce.
- Odchyly měření procentuálního podílu kostní, tukové a svalové tkáně a vody v těle mohou být větší u osob starších 70 let a profesionálních sportovců.
- Výsledky měření mohou být zkresleny po intenzivním cvičení, při extrémní dehydrataci organismu, nebo pokud držíte drastickou redukční dietu.
- Použití funkce měření podílu kostní, tukové a svalové tkáně a vody v těle se nedoporučuje:
 - osobám s implantovaným kardiostimulátorem nebo jiným lékařským implantátem,
 - těhotným ženám,
 - osobám se symptomy edému (otoku) nebo osobám podstupujícím léčbu dialýzou.
- Děti mladší 10 let a osoby starší 100 let mohou používat tento spotřebič pouze v režimu vážení hmotnosti.
- Spotřebič nepoužívejte k odkládání předmětů. Skladujte jej ve vodorovné poloze a dbejte na to, aby na něm nebyly umístěny žádné předměty.
- Pokud se rozhodnete, že spotřebič nebudete používat delší dobu (více než 3 měsíce), vyjměte z něj baterie. Pokud by baterie vytekly do vnitřního prostoru spotřebiče, mohlo by dojít k jeho poškození.
- Pro napájení spotřebiče nepoužívejte dobíjecí baterie.
- Baterie uchovávejte mimo dosah dětí, protože v jejich přítomnosti mohou představovat nebezpečí. Pokud by dítě spolkló baterii, okamžitě vyhledejte lékařskou pomoc.
- Spotřebič udržujte v čistotě. Při čištění dbejte pokynů uvedených v kapitole Čištění a údržba. Spotřebič nepoužívejte do vody nebo jiné tekutiny ani jej neoplachujte pod tekoucí vodou.
- Spotřebič neopravujte sami ani jej nijak neupravujte. Veškeré opravy svěřte autorizovanému servisnímu středisku. Zásahem do spotřebiče se vystavujete riziku ztráty zákonného práva z vadného plnění, případně záruky za jakost.

POPIS VÁHY

- A1** Přepínač jednotek hmotnosti (bez vyobrazení)
je umístěn vespod váhy.
- A2** Prostor pro vložení baterií (bez vyobrazení)
nachází se vespod váhy.
- A3** LCD displej
- A4** Vážicí plocha
z tvrzeného bezpečnostního skla o tloušťce 6 mm
- A5** Kovové elektrody
pro měření kostní, tukové a svalové tkáně a vody v těle.
- A6** Dotykové tlačítko ▲
- A7** Dotykové tlačítko SET
- A8** Dotykové tlačítko ▼

POPIS DISPLEJE

- B1** Osobní kód uživatele
- B2** Pohlaví (muž/žena)
- B3** Podíl vody v těle
- B4** Podíl kostní, tukové a svalové tkáně
- B5** Grafické zobrazení naměřeného podílu tělesného tuků
- B6** Imperiální jednotka délky
- B7** Metrická jednotka délky
- B8** Věk
- B9** Výsledek měření
- B10** Procento
- B11** Metrická jednotka hmotnosti
- B12** Imperiální jednotka hmotnosti
- B13** Jednotka energie

PRINCIP MĚŘENÍ PODÍLU KOSTNÍ, TUKOVÉ A SVALOVÉ TKÁNĚ A VODY V TĚLE

- Tato osobní fitness váha je vybavena funkcí měření a analýzy tělesných parametrů. Měření podílu kostní, tukové a svalové tkáně a vody v těle je založeno na metodě bioelektrické impedance analýzy (BIA). Metoda BIA umožňuje určit tyto hodnoty na základě elektrického odporu lidských tkání, který se měří pomocí slabého elektrického impulsu. Na základě odlišnosti elektrického odporu jednotlivých tkání dojde k výpočtu jejich podílu. Naměřené procentuální hodnoty nelze počítat.
- K vysílání elektrického impulsu a jeho zpětnému snímání slouží kovové elektrody **A5**, které jsou umístěny na vážicí ploše **A4** tak, aby došlo k uzavření měřicího okruhu při postavení obou chodidel na vážicí plochu **A4**.

ZDROJ NAPÁJENÍ

- Pro napájení této váhy se používají 2 ks baterie typu AAA (2x 1,5 V), které jsou součástí balení. Sejměte kryt prostoru **A2** a vložte do něj baterie. Dbejte na to, aby byla dodržena správná polarita a aby baterie řádně zapadly na své místo. Kryt uzavřete.
- Výměnu baterií proveďte, když se na displeji **A3** se zobrazí údaj „Lo“ (slabá baterie) nebo když se displej **A3** nerozsvítí po naštápnutí na vážicí plochu **A4** nebo po stisknutí tlačítka SET **A7**.
- Pokud se rozhodnete, že váhu nebudete delší dobu používat (více než 3 měsíce), vyjměte z ní baterie.



Upozornění:

Pro napájení váhy používejte pouze baterie typu AAA. Nekombinujte staré a nové baterie ani nepoužívejte dobíjecí baterie.

POUŽITÍ VÁHY

- Váhu umístěte na rovný, hladký, tvrdý a stabilní povrch. Neumísťujte ji na koberec nebo jiný měkký povrch, jinak může být zkreslen výsledek vážení.
- Při vážení stůjte klidně a nenakláňejte se. Pro porovnávání výsledků vážení je třeba vážit se ve stejnou denní dobu, a to nejlépe ráno. Výsledek vážení ovlivňuje oblečení, které máte na sobě, stejně jako jídlo a pití, které zkonsumujete před vážením.
- Vážení hmotnosti s měřením a analýzou tělesných parametrů je třeba provádět naboso, přičemž obě chodidla musí být umístěna na elektrodách **A5**.

1. REŽIM VÁŽENÍ HMOTNOSTI

- Váha je vybavena funkcí „Auto-On“, která automaticky zahájí proces vážení ihned po nastoupení na vážicí plochu **A4**.
- Stoupnete si oběma chodidly na vážicí plochu **A4** a vyčkejte až se na displeji **A3** ustálí údaj o naměřené hmotnosti. Údaj o naměřené hmotnosti jednou zablíká a po chvíli se váha automaticky vypne.

- Než dojde k automatickému vypnutí, můžete zvýšit zatížení váhy a pokračovat ve vážení. Abyste získali nový údaj o hmotnosti, musí mít každá další zátěž minimálně 2 kg. Například, pokud chcete zvažit své dítě, zvažte se nejprve sami, poté vezmíte dítě do náruče, aniž byste sestoupili z váhy, a zvažte se společně. Tak získáte vaši celkovou hmotnost. Hmotnost vašeho dítěte je rovna rozdílu aktuální a předchozí hodnoty.

2. REŽIM VÁŽENÍ HMOTNOSTI S MĚŘENÍM A ANALÝZOU TĚLESNÝCH PARAMETRŮ

- Stisknete tlačítko SET **A7** a zadáte osobní parametry. Při prvním spuštění a po instalaci nových baterií jsou výchozí parametry nastaveny následovně: osobní kód uživatele – 01, pohlaví – žena, výška 165 cm (5'05,0") a věk 25 let. Nastavení osobních parametrů lze provést v rozsahu: osobní kód uživatele 01–12, pohlaví – žena/muž, výška 100 až 250 cm (3'03,5" – 8'02,5") a věk 10 až 100 let.
- K výběru osobního kódu použijte tlačítka **A6** a **A8**. Pro potvrzení nastavení stisknete tlačítko SET **A7**. Tlačítka **A6** a **A8** zvolte pohlaví a volbu potvrďte tlačítkem SET **A7**. Stejným způsobem nastavte výšku a věk. Přidržením tlačítka **A6** nebo **A8** se nastavení parametrů urychlí. Jakmile zadáte věk, klepněte chodidlem na vážicí plochu **A4** nebo vyčkejte 6 sekund. Na displeji **A3** se zobrazí nulová hmotnost a po několika sekundách se váha automaticky vypne.



Poznámka:

Pokud v režimu nastavování parametrů nestisknete žádné tlačítko během 6 sekund, na displeji **A3** se zobrazí nulová hmotnost. Tím je signalizováno, že může být zahájeno vážení s měřením a analýzou tělesných parametrů. Parametry, které jste nastavili předtím, než se váha přepnula do režimu vážení, jsou automaticky uloženy v paměti. Stisknutím a přidržením tlačítka SET **A7** po dobu 3 sekund se můžete vrátit zpět do režimu nastavení osobních parametrů.

- K zapnutí váhy stisknete tlačítko SET **A7**. Na displeji **A3** se zobrazí parametry posledního uživatele nebo výchozí nastavení. Tlačítka **A6** a **A8** zvolte kód uživatele, pod kterým jsou uloženy vaše osobní parametry. Chodidlem klepněte na vážicí plochu **A4**. Na displeji **A3** se zobrazí nulová hmotnost. Ujistěte se, že vaše chodidla jsou čistá a suchá a nastupte na vážicí plochu **A4** tak, aby obě chodidla spočívala na elektrodách **A5**. Jinak nedojde k měření a analýze tělesných parametrů. Na váze stůjte klidně a vyčkejte, dokud se na displeji **A3** neustálí údaj o vaší hmotnosti. Naměřený údaj o hmotnosti jednou zablíká. Následně dochází k měření a analýze tělesných parametrů. Během krátké chvíle se na displeji **A3** postupně třikrát zobrazí údaj o naměřené hmotnosti, podíl tělesného tuku v % s grafickým zobrazením podílu tělesného tuku, obsah vody v těle v %, podíl svalové tkáně v %, podíl kostní tkáně v % a doporučený denní příjem energie v kcal (BMR). Poté se váha automaticky vypne. Výsledky měření se uloží do paměti a zobrazí se na displeji **A3** při dalším měření.

3. HODNOCENÍ TĚLESNÝCH PARAMETRŮ

- Lidské tělo obsahuje průměrně 45–85 % vody, přičemž obsah vody ve svalstvu se pohybuje okolo 90 % a v tukové tkáni okolo 45 %. Zatímco u kojenců může být obsah vody v těle až 85 %, s přibývajícím věkem podíl vody v těle klesá, dehydratují se tělesné proteiny a ubývá mimobuněčné tekutiny. Staří lidé se díky této skutečnosti pohybují obsahem vody ve svém těle pod hranici 55 %. Muž v produktivním věku má obsah vody v těle průměrně 62 % a žena průměrně 56 %. Nižší hodnota u žen je dána vyšším obsahem tělesného tuku.
- Normální podíl tukové tkáně by se měl pohybovat u mužů v rozsahu 15–25 %. U žen je fyziologicky dán vyšší podíl tuku a sice 18–28 %. S rostoucím věkem podíl tuku stoupá, např. u žen nad 50 let je normální podíl tuku v těle do 33–35 %.

Věk	Ženy		Muži		Hodnocení stavu	Grafické zobrazení na displeji
	Tělesný tuk (%)	Hydratace (%)	Tělesný tuk (%)	Hydratace (%)		
≤ 30	4,0–16,0	66,0–57,8	4,0–11,0	66,0–61,2	Velmi nízký podíl tělesného tuku	■■■
	16,1–20,5	57,7–54,7	11,1–15,5	61,1–58,1	Nízký podíl tělesného tuku	■■ ■■■
	20,6–25,0	54,6–51,6	15,6–20,0	58,0–55,0	Normální podíl tělesného tuku	■■ ■■■ ■■■
	25,1–30,5	51,5–47,8	20,1–24,5	54,9–51,9	Vysoký podíl tělesného tuku	■■ ■■■ ■■■ ■■■
	30,6–60,0	47,7–27,5	24,6–60,0	51,8–27,5	Velmi vysoký podíl tělesného tuku	■■ ■■■ ■■■ ■■■ ■■■
> 30	4,0–20,0	66,0–55,0	4,0–15,0	66,0–58,4	Velmi nízký podíl tělesného tuku	■■■
	20,1–25,0	54,9–51,6	15,1–19,5	58,3–55,3	Nízký podíl tělesného tuku	■■ ■■■
	25,1–30,0	51,5–48,1	19,6–24,0	55,2–52,3	Normální podíl tělesného tuku	■■ ■■■ ■■■
	30,1–35,0	48,0–44,7	24,1–28,5	52,2–49,2	Vysoký podíl tělesného tuku	■■ ■■■ ■■■ ■■■
	35,1–60,0	44,6–27,5	28,6–60,0	49,1–27,5	Velmi vysoký podíl tělesného tuku	■■ ■■■ ■■■ ■■■ ■■■



Poznámka:

Vše uvedené údaje mají pouze informativní charakter.

4. DOPORUČENÝ DENNÍ PŘÍJEM ENERGIE

- Při analýze tělesných parametrů a naměřených hodnot dochází k výpočtu doporučeného denního příjmu energie (BMR). To je energie nezbytná pro zajištění základních životních pochodů organismu v klidovém režimu za 24 h. Ve výpočtu BMR je zohledněna váha, výška, věk a pohlaví. Jakákoli duševní či fyzická činnost, jako je třeba běh, chůze apod., energetickou spotřebu zvyšuje, což je třeba zohlednit v celkovém denním energetickém příjmu. Čím je člověk aktivnější, tím se denní energetická spotřeba zvyšuje.
- Chcete-li zhubnout, nejúčinnějším způsobem je odpovídající denní příjem energie, vyvážený jídelníček a dostatečné množství pohybových aktivit.

5. PŘEHLED HLÁŠENÍ ZOBRAZENÝCH NA DISPLEJI

- Pokud se na displeji **A3** zobrazí údaj „C“, když sestoupíte váhy, znamená to, že došlo k chybě při vážení. Vážení zopakujte.
- Pokud dojde k překročení maximální váživosti, na displeji **A3** se zobrazí údaj „Err“. Aby nedošlo k poškození váhy, je třeba sestoupit z vážicí plochy **A4**.
- Pokud se na displeji **A3** zobrazí údaj „ErrL“, znamená to, že podíl naměřeného tělesného tuku je příliš nízký.
- Pokud se na displeji **A3** zobrazí údaj „ErrH“, znamená to, že podíl naměřeného tělesného tuku je příliš vysoký.
- Když se na displeji **A3** se zobrazí údaj „Lo“, znamená to, že baterie je téměř vybitá.

6. VOLBA JEDNOTEK HMOTNOSTI

- Přepínač **A1** umožňuje volit mezi metrickou (kg) a imperiální (lb, st) jednotkou hmotnosti.
- Vzhled a umístění přepínače **A1** závisí na typu váhy. Konverze jednotek se provádí:
 - posunutím přepínače do požadované polohy kg-lb-st, viz obrázek C1.
 - stisknutím přepínače, když je váha zapnutá, viz obrázek C2. Po prvním stisknutí tlačítka **A1** se na displeji **A3** zobrazí aktuální nastavení jednotky hmotnosti. Dalším stisknutím tlačítka **A1** dojde ke konverzi jednotek.



Poznámka:

- 1 kg (kilogram) = 2,2 lb (liber)
- 1 lb (libra) = 0,454 kg (kilogramu)
- 1 st (stone) = 14 lb (liber) = 6,35 kg (kilogramů)

7. VÁŽIVOST A PŘESNOST VÁŽENÍ

- Maximální váživost je 180 kg / 400 lb. Pokud dojde k překročení maximální váživosti, na displeji **A3** se zobrazí údaj „Err“. Aby nedošlo k poškození váhy, je třeba sestoupit z vážící plochy **A4**.
- Přesnost vážení $\pm 0,1$ kg / $\pm 0,2$ lb nemusí být zaručena u předmětů o hmotnosti nižší než 2 kg / 4,4 lb.

8. NASTAVENÍ A POUŽITÍ MOBILNÍ APLIKACE

- Tato váha umožňuje ukládat a vyhledávat výsledky měření prostřednictvím mobilní aplikace. Naměřené hodnoty jsou přeneseny do mobilního zařízení pomocí technologie Bluetooth. V aplikaci jsou tyto údaje zpracovány do přehledného grafu, ve kterém můžete sledovat vývoj jednotlivých parametrů. Aplikace umožňuje také nastavení profilu jednotlivých uživatelů a jazyka komunikace (EN, CZ, SK, HU, PL, RU, HR, IT, ES, FR, DE, PT, AR nebo GR).
- Pomocí následujících instrukcí si stáhnete aplikaci do svého mobilního zařízení. Vstupte do obchodu s aplikacemi „AppStore“ nebo „GooglePlay“. Vyhledejte a stáhnete aplikaci s názvem „SencorHealth“. Máte-li v mobilním zařízení nainstalovanou aplikaci pro čtení QR kódů, můžete použít k vyhledání a stažení aplikace QR kód, který je umístěn vespod váhy.
- Aplikace vyžaduje podporu technologie Bluetooth verze 4.0 a operačního systému iOS 7.0/Android 4.3 nebo vyšší a je kompatibilní s iPhone4s nebo vyšší verzí, Samsung Galaxy S3, HTC One, Huawei Honor 6, Xiaomi 3, Meizu MX3, LG G2 atd. Tato aplikace není optimalizována pro tablety. Instrukce k použití softwaru, který je průběžně aktualizován, naleznete v aplikaci.
- Aby došlo k přenosu naměřených hodnot, ujistěte se, že na vašem mobilním zařízení je zapnuta funkce Bluetooth. Chodidlem klepněte na vážící plochu **A4**. Zařízení není třeba párovat. Ke spárování dojde automaticky. Dosah signálu Bluetooth je zhruba 5 až 10 metrů.
- Pokud se softwaru nedaří získat naměřené údaje, ověřte, zda:
 - vaše mobilní zařízení podporuje technologii Bluetooth verze 4.0 nebo vyšší;
 - je zapnuto Bluetooth na vašem mobilním zařízení;
 - je mobilní zařízení v dosahu signálu Bluetooth;
 - k navázání spojení dochází pouze z jedním mobilním zařízením;
 - není baterie ve váze téměř vybitá.

ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA

- Pro čištění váhy použijte lehké navlhčený hadřík. Poté vše řádně vytřete dosucha. Dbejte na to, aby při čištění nevnikla voda do prostoru **A2**.
- K čištění nepoužívejte drátěnky, čisticí prostředky s abrazivním účinkem, ředidla apod. Jinak může dojít k poškození čistěného povrchu.
- Váhu neponořujte do vody nebo jiné tekutiny ani ji neoplachujte pod tekoucí vodou.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájení.....	2× 1,5V baterie typu AAA
Vážížnost	180 kg / 400 lb
Přesnost vážení	0,1 kg / 0,2 lb
Volba jednotek hmotnosti	kg / st / lb
Rozsah měření tělesného tuku	4–60 %
Přesnost měření tělesného tuku	0,1 %
Rozsah měření vody v těle	27,5–66 %
Přesnost měření vody v těle	0,1 %
Rozsah měření svalové tkáně	20–56 %
Přesnost měření svalové tkáně	0,1 %
Rozsah měření kostní tkáně	2–20 %
Přesnost měření kostní tkáně	0,1 %
Přesnost výpočtu doporučeného denního příjmu kalorií (BMR)	1 kcal
Paměť	pro 12 uživatelů

Změny textu a technických specifikací vyhrazeny.

POKYNY A INFORMACE O NAKLÁDÁNÍ S POUŽITÝM OBALEM

Použitý obalový materiál odložte na místo určené obcí k ukládání odpadu.

LIKVIDACE POUŽITÝCH BATERIÍ



Baterie obsahují látky škodlivé pro životní prostředí, a proto nepatří do běžného komunálního odpadu. Použité baterie odevzdejte k řádné likvidaci na místech určených k jejich zpětnému odběru.

LIKVIDACE POUŽITÝCH ELEKTRICKÝCH A ELEKTRONICKÝCH ZAŘÍZENÍ



Tento symbol na produktech anebo v průvodních dokumentech znamená, že použité elektrické a elektronické výrobky nesmí být přidány do běžného komunálního odpadu. Ke správné likvidaci, obnově a recyklaci předejte tyto výrobky na určená sběrná místa. Alternativně v některých zemích Evropské unie nebo jiných evropských zemích můžete vrátit své výrobky místnímu prodejci při koupi ekvivalentního nového produktu.

■ Správnou likvidaci tohoto produktu pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu nebo nejbližšího sběrného místa. Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národními předpisy uděleny pokuty.

Pro podnikové subjekty v zemích Evropské unie

Chcete-li likvidovat elektrická a elektronická zařízení, vyžádejte si potřebné informace od svého prodejce nebo dodavatele.

Likvidace v ostatních zemích mimo Evropskou unii

Tento symbol je platný v Evropské unii. Chcete-li tento výrobek zlikvidovat, vyžádejte si potřebné informace o správném způsobu likvidace od místních úřadů nebo od svého prodejce.



Tento výrobek splňuje veškeré základní požadavky směrnice EU, které se na něj vztahují.