

## JC-438/JC-439 – BODY MONITOR

### **VARIAZIONE DELLA PERCENTUALE DI GRASSO DURANTE IL GIORNO**

I livelli di idratazione del corpo, lo stile di vita e le abitudini quotidiane, possono influire sulle rilevazioni delle percentuali di grasso corporeo. Una rilevazione effettuata nelle prime ore del mattino, calcolerà una percentuale di grasso più alta poiché il corpo tende ad essere disidratato dopo una lunga notte di sonno. Per una lettura

più accurata e per poter confrontare diverse rilevazioni, è consigliabile utilizzare il prodotto alla stessa ora del giorno e nelle stesse condizioni. Prima di procedere alla misurazione quindi è importante ricordare che:

- dopo aver fatto il bagno, la percentuale può essere più bassa
- dopo aver mangiato o bevuto, la percentuale può essere più alta
- durante il ciclo mestruale della donna, le rilevazioni potrebbero essere irregolari
- la percentuale d'acqua del nostro organismo può diminuire dopo un periodo di malattia o dopo una pesante attività fisica: queste condizioni, infatti, inducono ad una sudorazione maggiore rispetto al normale.

### **CHE COS'E' LA PERCENTUALE DI ACQUA NEL CORPO**

La percentuale di acqua presente nel corpo umano corrisponde alla quantità di liquidi espressa in percentuale, in rapporto al peso totale dell'individuo e viene calcolata in base ad una particolare formula scientifica, utilizzata anche dagli esperti dietologi. E' importante sapere che l'acqua, all'interno del nostro organismo, svolge

una funzione fondamentale, si trova in ogni tessuto e organo: il nostro corpo è formato da circa il 50-65% di acqua. Grazie a questa bilancia è possibile tener sotto controllo la percentuale di acqua che è fondamentale per il corretto funzionamento del nostro organismo. I valori in percentuale di acqua presente in un individuo sano sono i seguenti:

DONNE dal 45-60%

UOMINI dal 50-65%

### **VARIAZIONE DELLA PERCENTUALE DI ACQUA DURANTE IL GIORNO**

Al fine di ottenere una rilevazione attendibile, è consigliabile misurare la percentuale di acqua la sera (prima di cena); in questa fascia del giorno i livelli di idratazione sono più regolari. Ad ogni modo, al fine di mettere in relazione le varie misurazioni, è sempre consigliabile rispettare dei determinati orari. La percentuale di acqua tende ad essere inferiore se viene rilevata la mattina, questo perché il corpo si disidrata durante il sonno ma soprattutto perché i liquidi durante la notte tendono a concentrarsi nel tronco (durante il giorno invece si ridistribuiscono omogeneamente nel corpo grazie alle forze di gravità). I fattori che tendono a modificare

la percentuale d'acqua sono: il sonno, il mangiare e/o bere, l'attività fisica, fare il bagno, l'assunzione di medicinali, le condizioni fisiche e la minzione.

### **IMPORTANTI AVVERTENZE E NORME DI SICUREZZA**

I valori che si ottengono da questo Monitor del grasso corporeo sono dati indicativi e non devono per nessuna ragione sostituire un parere medico. Non dimenticare: auto-misurazione significa controllo, non diagnosi o trattamento. I valori insoliti devono essere sempre discussi con il proprio medico. In nessuna circostanza si devono modificare i dosaggi di qualsiasi farmaco prescritto dal proprio medico.

La bilancia non deve essere utilizzata da:

- portatori di pacemaker o di qualsiasi altro dispositivo interno, il debole segnale elettrico, infatti, potrebbe interferire con il corretto funzionamento del dispositivo
- persone affette da edema, osteoporosi e febbre
- persone in dialisi
- in caso di assunzione di farmaci per problemi cardiovascolari
- donne incinte
- atleti che praticano più di 10 ore di allenamento intensivo settimanale
- coloro che hanno una frequenza cardiaca, a riposo, pari o al di sotto di 60 battiti al minuto.

Utilizzare la bilancia solo per gli scopi indicati in questo manuale d'istruzione e per uso esclusivamente domestico. Qualsiasi altro utilizzo è da considerarsi improprio e quindi pericoloso. Prima dell'utilizzo assicurarsi che l'apparecchio si presenti integro senza visibili danni.

In caso di dubbio non utilizzare il prodotto e rivolgersi ad un centro specializzato. Non tentare di riparare il prodotto da soli ma rivolgersi sempre ad un centro specializzato. Al fine di evitare qualsiasi interferenza, si consiglia di utilizzare il prodotto lontano da attrezzature con un forte campo magnetico. Non appoggiare mai la bilancia su superfici bagnate o scivolose. Non immergere mai il prodotto nell'acqua e non riporlo mai in luoghi umidi.

Riporre sempre il prodotto lontano da fonti di calore, dai raggi del sole, da oggetti taglienti e simili.

Quando non si usa l'apparecchio per molto tempo, è consigliabile togliere la batteria in quanto una possibile perdita di liquido potrebbe danneggiare il prodotto. Inoltre poiché la qualità delle batterie varia da modello a modello, la garanzia del prodotto non copre i danni causati da una possibile perdita di liquido. Non lasciare il prodotto incustodito in presenza di bambini e riporlo sempre lontano dalla loro portata.

### **CARATTERISTICHE**

Capacità massima: 180 kg

Divisione: 100g  
Unità di misura del peso: kg/lb/st  
Unità di misura dell'altezza: cm  
Divisione grasso corporeo: 0.1%  
Divisione acqua corporea: 0.1%  
Età: 10-80 anni  
Display LCD  
Memorie :10 utenti  
Indicatore di batterie scariche  
Indicatore di sovraccarico  
Alimentazione: 1 batterie al litio 3V CR2032 (incl)

#### Funzione controllo del peso

La seguente bilancia si accende a pressione. Salire con entrambi i piedi sulla bilancia per la rilevazione del peso.

Selezionare l'unità di misura tramite l'apposito tasto vicino al comparto batterie. Scegliere tra kg/lb/st.

Salire sulla bilancia e stabilizzare il peso distribuendolo in modo uniforme con i due piedi. Attendere fino a che il numero sul display non si sia stabilizzato e lampeggi. La bilancia si spegne automaticamente dopo pochi secondi di non utilizzo.

#### **Funzioni bodyfat e bodywater**

Premere il tasto SET per iniziare la procedura di inserimento dei propri dati personali

Quando sul display compare "P1" scegliere una delle memorie tra 0 e 9 utilizzando i tasti freccia. Il numero relativo alla memoria inizia a lampeggiare e premere di nuovo il tasto SET per confermare il numero della memoria che si vuole utilizzare (la bilancia può memorizzare dati per 10 persone).

Con i tasti freccia selezionare maschio o femmina. Il simbolo relativo al sesso inizia a lampeggiare. Quindi premere SET per confermare.

Con i tasti freccia impostare l'età (10-80). La scritta e il relativo numero iniziano a lampeggiare. Premere quindi il tasto SET per confermare

Con i tasti freccia impostare l'altezza (100-240cm). Il numero inizia a lampeggiare e quindi premere SET per confermare.

Al termine di queste operazioni il display visualizza i dati relativi all'altezza, all'età e 0,0kg.

Controllare i risultati della misurazione

Salire sulla bilancia (senza scarpe) posizionando i piedi sopra gli elettrodi. Tenere una posizione eretta e bilanciata. La bilancia misurerà le percentuali di grasso ed acqua nel corpo, che compariranno a display in pochi secondi.

I valori di body fat sono espressi in (%)

Età	Femmine				Maschi			
	Sottopeso	Peso OK	Sovrappeso	Obeso	Sottopeso	Peso OK	Sovrappeso	Obeso
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

I valori di body water sono espressi in (%)

Età	Femmine			Maschi		
	Sottopeso	Peso OK	Sovrappeso	Sottopeso	Peso OK	Sovrappeso
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

## Messaggi di errore

“EEEE” : compare a display quando la bilancia è sovraccaricata

“LO” : compare a display quando la batteria necessita di essere cambiata

“Err” : compare a display quando la misurazione non è stata effettuata in modo corretto

Altro

Togliere sempre le scarpe e le calze prima di salire sulla bilancia per effettuare la misurazione della percentuale di grasso e acqua

Assicurarsi che la bilancia e i piedi siano sempre ben puliti per una corretta misurazione.

Per assicurare una corretta misurazione, si suggerisce di effettuare la misurazione in orari fissi nella giornata (es: 19:00 – 21:00)

## PULIZIA A MANUTENZIONE

Pulire la piattaforma della bilancia utilizzando un panno morbido. E' possibile utilizzare anche un panno leggermente inumidito con acqua. Non utilizzare sostanze chimiche o abrasive. Dopo aver pulito la piattaforma prima di procedere ad una misurazione, assicurarsi che sia bene asciutta. La superficie se bagnata o umida potrebbe diventare scivolosa. Posizionare sempre la bilancia su una superficie stabile e piana. Evitare tappeti e simili.

Evitare di saltare sulla bilancia, di farla cadere e di sottoporla a particolari urti. I meccanismi interni, infatti, sono molto delicati e di precisione e potrebbero danneggiarsi facilmente.

Evitare di esporre il prodotto ad onde elettromagnetiche che potrebbero causare la perdita dei

dati in memoria. Il venditore non è responsabile in caso di perdita dei dati memorizzati nella bilancia.

Nota: tutte le indicazioni e i disegni si basano sulle ultime informazioni disponibili al momento della stampa del manuale e possono essere soggette a variazioni.

## **AVVERTENZE**

La presente bilancia non è utilizzabile per determinare il peso di oggetti o sostanze nelle transazioni commerciali, per la fabbricazione di medicine, per il calcolo di pedaggi, tariffe, tasse, premi, ammende, remunerazioni, indennità o canoni di tipo analogo determinati in funzione del peso. Questa bilancia BFW è utilizzabile per tenere sotto controllo il proprio peso corporeo, le percentuali di grasso e di acqua e non è utilizzabile per fare diagnosi o trattamenti medici. Valori che possono sembrare insoliti o fuori norma devono sempre essere discussi con il proprio medico.

Al fine di evitare rischi per l'utilizzatore di questo dispositivo, in nessuna circostanza si devono modificare i dosaggi di qualsiasi farmaco o terapia prescritti dal proprio medico basandosi sui dati misurati da questo dispositivo.

Tutte le indicazioni e i disegni si basano sulle ultime informazioni disponibili al momento della stampa del manuale e possono essere soggette a variazioni.

 Questo articolo è stato progettato e fabbricato nel rispetto di tutte le direttive europee applicabili.

## **SMALTIMENTO**

L'apparecchio, incluse le sue parti removibili e accessori, al termine della vita utile non deve essere smaltito insieme ai rifiuti urbani ma in conformità alla direttiva europea 2002/96/EC. Dovendo essere trattato separatamente dai rifiuti domestici, deve essere conferito in un centro di raccolta differenziata per apparecchiature elettriche ed elettroniche oppure riconsegnato al rivenditore al momento dell'acquisto di una nuova apparecchiatura equivalente. In caso di trasgressione sono previste severe sanzioni.

Le batterie utilizzate da questo apparecchio, alla fine della loro vita utile, vanno smaltite negli appositi raccoglitori.

NOTA: tutte le indicazioni e i disegni si basano sulle ultime informazioni disponibili al momento della stampa del manuale e possono essere soggette a variazioni.

## JC-438/JC-439 – BODY MONITOR

### VARIATION OF BODY FAT THROUGHOUT THE DAY

Levels of body hydration, lifestyle and daily habits can influence the detection of the percentage of body fat. A detection performed during the early hours of the morning will calculate a higher percentage of fat because after a long nights sleep, the body tends to be dehydrated. For a more accurate reading and in order to compare different detections it is recommendable to use the product at the same hour of the day and under the same conditions.

Before measuring it is important to remember that:

- The percentage could be lower after having taken a bath
- The percentage could be higher after eating or drinking
- Detections could be irregular during a woman's menstrual cycle
- The percentage of water in our body can be reduced after having been ill or after heavy physical activity, as these conditions make us sweat more than usual.

### WHAT IS THE PERCENTAGE OF WATER IN THE BODY?

The percentage of water present in the human body corresponds to the quantity of liquids expressed in a percentage ,according to the total weight of the individual, and it is calculated using a particular scientific formula, also used by expert dieticians. It is important to know that the water inside our body performs a fundamental function and is in all tissue and body organs: approximately 50-65% of our body is made of water. Thanks to these scales it is possible to keep the percentage of water under control, which is fundamental for correct functioning of our body. The percentage value of water present in a healthy individual is as follows:

WOMEN from 45-60%

MEN from 50-65%

### VARIATION OF THE PERCENTAGE OF WATER THROUGHOUT THE DAY

To obtain a reliable detection it is recommended to measure the percentage of water in the evening (before dinner) as hydration levels are more normal during this hour of the day. In any case, to relate various measurements it is always recommendable to respect established hours. The percentage of water tends to be lower if detected in the morning and this is because the body dehydrates during sleep and above all because during the night liquids tend to concentrate in the torso (whereas during the day thanks to the force of gravity they spread out in a homogeneous manner). Factors that tend to modify the percentage of water are: sleeping,

eating and/or drinking, physical activity, having a bath, consumption of medicines, physical conditions and urination.

## **IMPORTANT WARNINGS AND SAFETY RULES**

The values obtained by this body fatMonitor are indicative data that for no reason whatsoever should replace a doctor's opinion. Do not forget: self-measuring means control, not diagnosis or treatment. Unusual values should always be discussed with your doctor.

Under no circumstances should you modify the dosage of any medicine prescribed by your doctor.

The scales should not be used by:

- People with pacemakers or any other internal device as the weak electric signal could in fact interfere with correct functioning of the device.
- People with oedema, osteoporosis or fever
- People in dialysis
- If taking medicine for cardiovascular problems
- Pregnant women
- Athletes that practise more than 10 hours of intensive training per week
- People who have a resting pulse frequency that is equal to or below 60 beats per minute.

Only use the scales for the intentions indicated in this instruction manual and exclusively for domestic use. Any other type of use is to be considered improper and therefore dangerous. Check that the appliance is whole and is not damaged before use. If in doubt, do not use the product and consult a specialised after sales centre. Do not attempt to repair the product yourself, always go to a specialised after sales centre. To avoid any interference it is recommendable to use the product away from appliances with a strong magnetic field.

Never place the scales on wet or slippery surfaces. Never immerse the product in water and never put it away in a damp place. Always keep the product away from sources of heat, direct sunlight, cutting objects or similar objects.

When the appliance is not used for a long time, it is recommendable to remove the battery as leaking of fluids could damage the product. Also, seeing that the quality of batteries varies between models, the warranty does

not cover damage caused by any possible leaking of fluids. Never leave the product unattended when children are present and always put it away out of their reach.

## **FEATURES**

Capacity: 180kg

Division: 0.1kg

Weight unit: kg / lb / st

Height unit : cm  
Display LCD  
Battery: 1 x CR2032 (incl)  
User No.: 10  
Age range: 10-80  
Fat grade indication : increment of 0,1 %  
Water grade indication : increment of 0,1 %  
Overload indication  
Battery replacement indication

### **Instructions:**

Read through these user's instructions carefully before using the machine. The scale are intended for personal use only and not for medical or commercial use. Always make sure that the machine is on a hard, flat surface and only use it indoors.

Operation:

For weight only :

The following scale turns on in response to pressure. Step on the scale ; the display show your weight. and select the weight unit : kg/lb/st by the key placed near the battery compartment. Stand normally on the scale with your weight distributed evenly on your two legs .Wait until the scale stabilizes your weight after the number on the display flashes twice. The scale will be auto off if no further using after few seconds .

### **For weight , body fat percentage and body fluid percentage:**

Press the SET key for seconds to set your personal data

When the screen shows "P1" Choose one of the memory slots 0-9 using the "▲ or▼" key ,When the code number flashes on the screen and once you reach your target number, please press "SET" to confirm.

(The scale can store data for 10 people)

Then to choose Male or Female using the "▲ or▼"key ,when the gender symbol flashes on the screen and then press "SET" to confirm .

Then press "▲ or▼" key to reach your target age (10-80) , when"AGE" and the number flashes on the screen and then press "SET" to confirm .

Then press "▲ or▼" key to reach your target height (100-240cm) when the number flash on the screen and then press "SET" to confirm.

Finally, the screen will shows data of "height" & "Age" which been already settled ,and also with 0.0kg .

Carry out the above steps to measure your body weight , body fat percentage and body fluid percentage:



Step on the scale gently and keep your bare feet in touch with the electrodes .Stand still and erect to get your weight measured and your body fat ,Fluid percentage will be displayed respectively on the screen within seconds . These results will be repeated for seconds and the scale will be auto off if no further using.

### Values for the percentage of body fat

Age	Woman				Man			
	Slim	Normal	Lightly over-weight	Over-weight	Slim	Normal	Lightly over-weight	Over-weight
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

### Values for the percentage of body fluid:

Age	Woman			Man		
	Low	Normal	High	Low	Normal	High
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

### Error message / maintenance:

“EEEE” appears in the display when the scale are overloaded

“LO” appears on the display when the batteries need to be replaced

“Err” appears on the display when the measurement cannot be carried out correctly

Tip: Dry your feet again and try to stand as still as possible.

### Attention:

Please take off shoes and socks and keep your bare feet in touch with the electrodes when taking body fat ,fluid ,percentage measurement.

The glass platform may be pretty slippery when wet ,thus please make sure both the glass and your feet are dry before use .

Please use soft tissue with alcohol or glass cleaner to clean the surface if it is dirty. No soap or other chemicals.Keep it away from water,heat and extrem coldness.

The scale is high precision measuring device.Never jump or stomp on the scale or disassemble it and please handle it carefully to avoid breaking when moving it.

The scale is for family use only and not suitable for professional use. Body fat ,Fluid rates

measured only. You should consult a doctor when you undertake any diet or exercise program. Please check the batteries if the scale malfunctions, Change new batteries if necessary. For other problems, Please contact the local dealer or our company directly by phone or E-mail.

Caution:

Persons with pacemakers should not use this product.

Persons with metal implants will be unable to obtain accurate measurement.

To ensure accuracy, We suggest you take measurement at a fixed time every day (e.g. 19:00-21:00).

## **CLEANING AND MAINTENANCE**

Use a soft cloth to clean the platform. It is also possible to use a slightly dampened cloth. Do not use chemical or abrasive substances. After cleaning the platform make sure it is completely dry before carrying out a measurement. If the surface is wet or damp it could become slippery. Always position the scales on a stable and flat surface. Avoid rugs and similar objects.

Avoid jumping on the scales, dropping them or subjecting them to particular knocks. As well as for precision, the internal mechanisms are in fact very delicate, and could easily be damaged. Avoid exposing the product to electromagnetic waves that could cause the loss of data in the memory.

The seller is not responsible for loss of data memorised in the scales.

Note: All indications and diagrams are based on the latest information available when the manual was printed and may be subject to change.

## **WARNINGS**

These scales should not be used to weigh objects or substances in commercial transactions, to produce medicines, to calculate tolls, tariffs, taxes, premiums, fines, remunerations, indemnities or fees of a similar kind determined by weight. These BFW scales are to be used for keeping one's own personal body weight, and percentages of fat and water, under control and are not to be used for making diagnoses or for medical treatment. Values that may seem unusual or outside the norm should always be discussed with your doctor.

In order to avoid danger to the user of this device, the doses of any drug or therapy prescribed by one's own doctor should in no circumstances be modified on the basis of data calculated by this device.

Specifications and designs are based on the latest information available at the time of printing and subject to change without notice.

**CE** The product is made conforming with all the applicable European regulations.



## **DISPOSAL**

The device (including its removable parts and accessories) must not be disposed of together with municipal waste at the end of its life, but in compliance with European Directive 2002/96/EC. Since it must be handled separately from household waste, either carry it to a separately-collected waste disposal centre for electrical and electronic appliances or give it back to the retailer on purchasing a new device with the same purpose. Any infringement will be severely prosecuted. The batteries used in this device must be disposed of in the special bins at the end of their life.

NOTE: Specifications and designs are based on the latest information available at the time of printing and subject to change without notice.

**F** JC-438/JC-439

## **JC-438/JC-439 – BODY MONITOR**

### **VARIATION DU POURCENTAGE DE GRAISSE AU COURS DE LA JOURNÉE**

Les niveaux d'hydratation du corps, le style de vie et les habitudes quotidiennes peuvent influencer les relevés des pourcentages de graisse corporelle. Un relevé effectué au cours des premières heures du matin calculera un pourcentage de graisse plus élevé puisque le corps a tendance à être déshydraté après une longue nuit de sommeil. Pour une lecture plus soignée et pour pouvoir comparer différents relevés, nous conseillons d'utiliser le produit à la même heure du jour et dans les mêmes conditions. Avant de prendre les mesures, il est important de ne pas oublier que:

- après avoir pris un bain, le pourcentage peut être plus faible
- après avoir mangé ou bu, le pourcentage peut être plus élevé
- pendant le cycle menstruel chez la femme, les relevés pourraient être irréguliers
- le pourcentage d'eau de notre organisme peut diminuer après une période de maladie ou après une activité physique importante: ces conditions provoquent en effet une transpiration plus importante que normalement.

### **QU'EST-CE QUE LE POURCENTAGE D'EAU DANS LE CORPS**

Le pourcentage d'eau présent dans le corps humain correspond à la quantité de liquides exprimée en pourcentage, par rapport au poids totale de l'individu et se calcule en fonction d'une formule scientifique particulière, utilisée aussi par les experts diététiciens. Il est important de savoir que l'eau, à l'intérieur de notre organisme, joue un rôle fondamental, elle se trouve dans chaque tissu et organe: notre corps est formé d'environ 50-65% d'eau. Cette balance permet de contrôler le pourcentage d'eau qui est fondamental pour le fonctionnement correct

de notre organisme. Les valeurs en pourcentage d'eau présent chez un individu sain sont les suivantes:

FEMMES de 45-60%

HOMMES de 50-65%

### **VARIATION DU POURCENTAGE D'EAU AU COURS DE LA JOURNÉE**

Afin d'obtenir un relevé fiable, nous conseillons de mesurer le pourcentage d'eau le soir (avant le dîner); au cours de cette phase de la journée, les niveaux d'hydratation sont plus réguliers. Dans tous les cas, afin de pouvoir comparer les différentes mesures, nous conseillons de respecter des horaires déterminés. Le pourcentage d'eau a tendance à être inférieur s'il est mesuré le matin parce que le corps se déshydrate pendant le sommeil mais surtout parce que les liquides ont tendance pendant la nuit à se concentrer dans le tronc (au cours de la journée par contre, ils se redistribuent de façon homogène dans le corps grâce aux forces de gravité). Les facteurs qui ont tendance à modifier le pourcentage d'eau sont: dormir, manger et/ou boire, l'activité physique, prendre un bain, prendre des médicaments, les conditions physiques et l'émission d'urine.

### **MISES EN GARDE IMPORTANTES ET NORMES DE SÉCURITÉ**

Les valeurs obtenues de ce Monitor de la graisse corporelle sont des données indicatives et elles ne doivent en aucun cas remplacer l'avis d'un médecin. N'oubliez pas: le relevé personnel signifie contrôle, non diagnostic ou traitement. Les valeurs inhabituelles doivent toujours être discutées avec votre médecin.

En aucun cas, il ne faut modifier les dosages de n'importe quel médicament prescrit par votre médecin.

La balance ne doit pas être utilisée par:

- les porteurs de pacemaker ou de tout autre dispositif interne, le faible signal électrique pourrait, en effet, interférer avec le fonctionnement correct du dispositif
- les personnes souffrant d'oedème, ostéoporose et fièvres
- les personnes en dialyse
- en cas de prise de médicaments pour des problèmes cardiovasculaires
- les femmes enceintes
- les athlètes qui pratiquent plus de 10 heures d'entraînement intensif par semaine
- les personnes ayant une fréquence cardiaque, au repos, égale ou inférieure à 60 battements par minute.

N'utilisez la balance que pour les fonctions indiquées dans ce manuel d'instructions et pour un usage exclusivement domestique. Toute autre utilisation doit être considérée impropre et donc dangereuse. Avant son utilisation, assurez-vous que l'appareil soit en bon état sans dommage

visible. En cas de doute, n'utilisez pas le produit et adressez-vous à un centre spécialisé. N'essayez pas de réparer le produit par vous-même mais adressez-vous toujours à un centre spécialisé. Afin d'éviter toute interférence, nous conseillons d'utiliser le produit loin de tout appareil présentant un fort champ magnétique. N'appuyez jamais la balance sur des surfaces mouillées ou glissantes. Ne plongez jamais le produit dans l'eau et ne le placez jamais dans des lieux humides. Gardez toujours le produit loin de toute source de chaleur, des rayons du soleil, de l'humidité, d'objets tranchants et similaires. Si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une période prolongée, nous conseillons de retirer la batterie car une éventuelle perte de liquide pourrait endommager le produit. D'autre part, étant donné que la qualité des batteries change d'un modèle à l'autre, la garantie du produit ne couvre pas les dommages causés par une possible perte de liquide. Ne laissez pas le produit sans surveillance en présence d'enfants et gardez-le toujours hors de leur portée.

### **Caractéristiques**

Capacité: 180kg

Division: 0.1kg

Unité de poids: kg / lb / st

Ecran d'affichage LCD

Pile: 1 x CR2032 (incl)

Numéro d'utilisateur: 10

Tranche d'âge: 10 - 80

Fonction de mesure de la graisse, de l'eau, Indication du niveau de graisse

Fonction d'extinction automatique

Fonction de contrôle du poids

La balance s'allume par pression. Monter sur la balance, les deux pieds pour la mesure de votre poids

Sélectionner l'unité de mesure à l'aide de la touche près du logement des piles. Choisir entre kg/lb/st.

Monter sur le pèse-personne et stabiliser le poids en le distribuant de façon uniforme sur les deux pieds. Attendre jusqu'à ce que le chiffre sur l'afficheur soit stabilisé et ne clignote plus. Le pèse-personne s'éteint automatiquement au bout de quelques secondes d'inactivité.

### **Fonctions impédancemètre (graisse et eau)**

Appuyer sur la touche SET pour lancer la procédure de saisie des paramètres personnels.

Lorsque l'afficheur indique "P1", choisir une des mémoires entre 0 et 9 en utilisant les touches flèches. Le chiffre correspondant à la mémoire clignote, appuyer de nouveau sur la touche SET pour confirmer le numéro de la mémoire à utiliser (le pèse-personne peut mémoriser les

paramètres de 10 personnes).

À l'aide des touches flèches, sélectionner homme ou femme. Le symbole correspondant au sexe clignote. Appuyer sur la touche SET pour confirmer.

À l'aide des touches flèches, saisir l'âge (10-80). Le message et le chiffre correspondant clignotent. Appuyer sur la touche SET pour confirmer.

À l'aide des touches flèches, configurer la stature (100-240cm). Le chiffre clignote, appuyer sur la touche SET pour confirmer.

À la fin de ces opérations, l'afficheur indique les paramètres correspondant à la stature, à l'âge et aux kilos.

Contrôle des résultats de la mesure

Monter sur le pèse-personne (sans chaussures) en plaçant les pieds sur les électrodes. Rester bien droit et bien équilibré. Le pèse-personne mesurera les pourcentages de graisse et d'eau dans le corps. Ils apparaîtront ensuite sur l'afficheur au bout de quelques secondes.

Les valeurs du taux de graisse corporelle sont exprimées en (%)

Âge	Femmes				Hommes			
	Insuffisance pondérale	Poids OK	Surpoids	Obésité	Insuffisance pondérale	Poids OK	Surpoids	Obésité
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

Les valeurs du taux d'eau corporelle sont exprimées en (%)

Âge	Femmes			Hommes		
	Basse	Normale	Élevée	Basse	Normale	Élevée
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

## Messages d'erreur

« EEEE » : ce message apparaît sur l'afficheur lorsque le pèse-personne est surchargé.

« LO » : ce message apparaît sur l'afficheur lorsque la pile doit être changée.

« Err » : ce message apparaît sur l'afficheur lorsque la mesure n'a pas été effectuée correctement.

## **Autre**

Toujours enlever les chaussures et les chaussettes avant de monter sur le pèse-personne pour effectuer la mesure du pourcentage de graisse et d'eau.

Contrôler que le pèse-personne et les pieds sont toujours bien propres afin d'effectuer une mesure correcte.

Nous suggérons d'effectuer la pesée à heures fixes dans la journée (par ex. 19h00 – 21h00) afin de garantir une bonne mesure des paramètres.

## **NETTOYAGE ET MAINTENANCE**

Utilisez un chiffon souple pour nettoyer la plate-forme de la balance. Vous pouvez aussi utiliser un chiffon légèrement humidifié avec de l'eau. N'utilisez pas de substances chimiques ou abrasives. Après avoir nettoyé la plate-forme, avant d'effectuer un relevé, assurez-vous qu'elle soit bien sèche. Si la surface est mouillée ou humide, elle pourrait devenir glissante. Situez toujours la balance sur une surface stable et plate. Évitez tapis et autres. Évitez de sauter sur la balance, de la faire tomber ou de la soumettre à des chocs particuliers. Les mécanismes internes sont, en effet, très délicats et de précision et ils pourraient s'endommager facilement. Évitez d'exposer le produit à des ondes électromagnétiques qui pourraient provoquer la perte des données en mémoire. Le vendeur n'est pas responsable en cas de perte des données mémorisées dans la balance.

Remarque: toutes les indications et les dessins se basent sur les dernières informations disponibles au moment de l'impression de ce manuel et ils peuvent être sujets à variations.

## **AVERTISSEMENTS GENERAUX**

Cette balance n'est pas utilisable pour déterminer le poids d'objets ou de substances dans les transactions commerciales, pour la fabrication de médicaments, pour le calcul de péages, tarifs, taxes, primes, amendes, rémunérations, indemnités ou redevances analogues déterminés selon le poids. Cette balance BFW est utilisable pour contrôler son poids corporel, les pourcentages de graisse et d'eau, et elle n'est pas utilisable pour émettre des diagnostics ou appliquer des traitements médicaux. Il faut consulter son médecin chaque fois que des valeurs semblent insolites ou hors norme.

Afin d'éviter des risques pour l'utilisateur de ce dispositif, il ne faut jamais modifier les dosages des médicaments ou des thérapies prescrits par son médecin sur la base des données mesurées par ce dispositif.

Tous ces renseignements et illustrations se basent sur les informations disponibles au moment où le manuel d'instruction a été écrit, donc ils peuvent varier dans tous moments.

Le produit a été projeté et fabriqué en respectant toutes les normes européennes applicables.

## **ÉCOULEMENT**

Quand l'appareil et/ou ses pièces déplaçables ne seront plus utilisables, l'élimination sera effectuée selon les normes en vigueur de la Directive européenne 2002/96/EC et ne devra pas être éliminé dans les ordures urbaines. L'appareil ne doit pas être jeté dans les ordures domestiques, mais dans un centre des récoltes différenciées pour les appareils électriques et électroniques, ou renvoyé au revendeur au moment de l'achat d'un nouvel appareil équivalent. En cas d'entorse au règlement, on prévoit des sévères sanctions.

Quand l'appareil ne sera plus utile, les batteries utilisées seront éliminées dans des spéciaux récipients.

NOTE: Tous ces renseignements et illustrations se basent sur les informations disponibles au moment où le manuel d'instruction a été écrit, donc ils peuvent varier dans tous moments.

### **Messages d'erreur**

« EEEE » : ce message apparaît sur l'afficheur lorsque le pèse-personne est surchargé.

« LO » : ce message apparaît sur l'afficheur lorsque la pile doit être changée.

« Err » : ce message apparaît sur l'afficheur lorsque la mesure n'a pas été effectuée correctement.

## **Autre**

Toujours enlever les chaussures et les chaussettes avant de monter sur le pèse-personne pour effectuer la mesure du pourcentage de graisse et d'eau.

Contrôler que le pèse-personne et les pieds sont toujours bien propres afin d'effectuer une mesure correcte.

Nous suggérons d'effectuer la pesée à heures fixes dans la journée (par ex. 19h00 – 21h00) afin de garantir une bonne mesure des paramètres.

## **NETTOYAGE ET MAINTENANCE**

Utilisez un chiffon souple pour nettoyer la plate-forme de la balance. Vous pouvez aussi utiliser un chiffon légèrement humidifié avec de l'eau. N'utilisez pas de substances chimiques ou abrasives. Après avoir nettoyé la plate-forme, avant d'effectuer un relevé, assurez-vous qu'elle soit bien sèche. Si la surface est mouillée ou humide, elle pourrait devenir glissante. Situez toujours la balance sur une surface stable et plate. Évitez tapis et autres. Évitez de sauter sur la balance, de la faire tomber ou de la soumettre à des chocs particuliers. Les mécanismes internes sont, en effet, très délicats et de précision et ils pourraient s'endommager facilement. Évitez d'exposer le produit à des ondes électromagnétiques qui pourraient provoquer la perte des données en mémoire. Le vendeur n'est pas responsable en cas de perte des données mémorisées dans la balance.

Remarque: toutes les indications et les dessins se basent sur les dernières informations



disponibles au moment de l'impression de ce manuel et ils peuvent être sujets à variations.

## **AVERTISSEMENTS GENERAUX**

Cette balance n'est pas utilisable pour déterminer le poids d'objets ou de substances dans les transactions commerciales, pour la fabrication de médicaments, pour le calcul de péages, tarifs, taxes, primes, amendes, rémunérations, indemnités ou redevances analogues déterminés selon le poids. Cette balance BFW est utilisable pour contrôler son poids corporel, les pourcentages de graisse et d'eau, et elle n'est pas utilisable pour émettre des diagnostics ou appliquer des traitements médicaux. Il faut consulter son médecin chaque fois que des valeurs semblent insolites ou hors norme.

Afin d'éviter des risques pour l'utilisateur de ce dispositif, il ne faut jamais modifier les dosages des médicaments ou des thérapies prescrits par son médecin sur la base des données mesurées par ce dispositif.

Tous ces renseignements et illustrations se basent sur les informations disponibles au moment où le manuel d'instruction a été écrit, donc ils peuvent varier dans tous moments.

**CE** Le produit a été projeté et fabriqué en respectant toutes les normes européennes applicables.

### **ECOULEMENT**

Quand l'appareil et/ou ses pièces déplaçables ne seront plus utilisables, l'élimination sera effectuée selon les normes en vigueur de la Directive européenne 2002/96/EC et ne devra pas être éliminé dans les ordures urbaines. L'appareil ne doit pas être jeté dans les ordures domestiques, mais dans un centre des récoltes différenciées pour les appareils électriques et électroniques, ou renvoyé au revendeur au moment de l'achat d'un nouvel appareil équivalent. En cas d'entorse au règlement, on prévoit des sévères sanctions.

Quand l'appareil ne sera plus utile, les batteries utilisées seront éliminées dans des spéciaux réceptacles.

NOTE: Tous ces renseignements et illustrations se basent sur les informations disponibles au moment où le manuel d'instruction a été écrit, donc ils peuvent varier dans tous moments.

**D** JC-438/JC-439

## **JC-438/JC-439 – BODY MONITOR**

### **VERÄNDERUNG DES PROZENTSATZES AN KÖRPERFETT IM TAGESVERLAUF**

Der Flüssigkeitspegel des Körpers, der Lebensstil sowie die täglichen Gewohnheiten können

auf die Erhebung des Prozentsatzes an Körperfett einwirken. Bei einer Erhebung in den frühen Morgenstunden wird es zu einer höheren Berechnung des Prozentsatzes an Körperfett kommen, da der Körper dazu neigt, nach einem langen Schlaf Wasser zu verlieren. Für eine genaue Messung sowie für die Möglichkeit, unterschiedliche Erfassungen zu vergleichen, wird empfohlen, das Produkt zur selben Tageszeit und unter denselben Bedingungen zu verwenden.

Bevor eine Messung vorgenommen wird, ist es darum wichtig, darauf zu achten, dass:

- nach dem Bad der Prozentsatz niedriger sein kann
- nach der Aufnahme von Speisen oder Getränken der Prozentsatz höher sein kann
- während des Zyklus der Frau die Erhebungen unregelmäßig sein könnten
- der Prozentsatz an Wasser in unserem Organismus sich nach einer Krankheit oder einer schweren körperlichen Tätigkeit verringern kann: diese Bedingungen führen in der Tat zu einer Schweißproduktion, die größer ist als üblich.

### **WORUM HANDELT ES SICH BEIM PROZENTSATZ AN WASSER IM KÖRPER**

Der Prozentsatz an Wasser im Körper entspricht der in Prozent ausgedrückten Flüssigkeitsmenge im Verhältnis zum Gesamtgewicht einer Person und wird auf der Basis einer besonderen wissenschaftlichen Formel berechnet, welche auch von Diätetikern angewandt wird. Es ist wichtig zu wissen, dass das Wasser in unserem Organismus eine grundlegende Funktion hat und sich in jedem Gewebe und Organ findet: unser Körper besteht aus circa 50-65% Wasser. Dank dieser Waage ist es möglich, den Prozentsatz an Wasser unter Kontrolle zu halten, was für die reibungslose Arbeitsweise unseres Organismus grundlegend ist. Die Prozentwerte an Wasser bei einem gesunden Individuum sind folgende:

FRAUEN von 45-60%

MÄNNER von 50-65%

### **VERÄNDERUNG DES PROZENTSATZES AN WASSER IM TAGESVERLAUF**

Um eine zuverlässige Erhebung zu erhalten, empfiehlt es sich, den Prozentsatz an Wasser abends (vor dem Abendessen) zu messen; zu diesem Tageszeitpunkt sind die Flüssigkeitspegel regelmäßiger. In jedem Fall ist es immer empfehlenswert, bestimmte Uhrzeiten einzuhalten, um die verschiedenen Messungen untereinander ins Verhältnis zu bringen. Der Prozentsatz an Wasser neigt zu niedrigen Werten, wenn er morgens erhoben wird, dies weil der Körper während des Schlafs Flüssigkeit verliert, aber hauptsächlich weil die Flüssigkeiten während der Nacht dazu neigen, sich im Rumpf anzusammeln (während des Tages verteilen sie sich aufgrund der Schwerkraft wieder gleichmäßig im Körper). Die Faktoren, welche zur einer Abweichung des Prozentsatzes führen, sind: Essen und/oder Trinken, ein Bad nehmen, die Einnahme von Medikamenten, die körperlichen Konditionen sowie der Harnabgang.

## **WICHTIGE HINWEISE UND SICHERHEITSVORSCHRIFTEN**

Die Werte, welche über diesen Monitor bezüglich des Körperfetts erhalten werden, sind nicht verbindliche Daten und dürfen auf keinen Fall die ärztliche Meinung ersetzen. Vergessen Sie nicht: eine selbständige Messung bedeutet Kontrolle, nicht Diagnose oder Behandlung. Ungewöhnliche Werte müssen immer mit dem eigenen Arzt besprochen werden.

Die Dosierung eines jeden vom eigenen Arzt verschriebenen Medikamentes darf unter keinen Umständen verändert werden.

Die Waage darf nicht verwendet werden bei:

- Trägern von Schrittmachern oder anderen inneren Geräten; das schwache elektrische Signal könnte in der Tat den korrekten Betrieb des Gerätes beeinträchtigen
- Personen, die unter Ödemen, Osteoporose oder Fieber leiden
- Dialysepatienten
- der Einnahme von Medikamenten für Herz – Kreislauf - Erkrankungen
- Schwangeren
- Athleten, welche mehr als 10 Stunden wöchentlich ein intensives Training absolvieren
- denjenigen, welche eine Herzfrequenz im Ruhezustand aufweisen, die bei 60 oder weniger Schlägen pro Minute liegt.

Verwenden Sie die Waage nur für die in diesem Bedienungshandbuch angezeigten Zwecke und ausschließlich zum Hausgebrauch. Jede andere Verwendung ist als unangemessen und demzufolge gefährlich zu betrachten.

Vor der Verwendung absichern, dass das Gerät unversehrt ohne sichtbare Defekte ist. Im Zweifelsfall das Gerät nicht verwenden und sich an einen Kundendienst wenden. Nicht versuchen, das Produkt selbst zu reparieren, sondern sich immer an einen Kundendienst wenden. Um eine jede Störung zu vermeiden, empfiehlt es sich, das Produkt entfernt von starken Magnetfeldern zu verwenden. Die Waage nie auf nassen oder glatten Oberflächen verwenden.

Das Produkt niemals in Wasser eintauchen und nie an feuchten Orten aufbewahren. Das Produkt immer von Wärmequellen, Sonneneinstrahlung, Schneidutensilien und ähnlichem entfernt aufbewahren. Wenn der Apparat für eine längere Zeit nicht benutzt wird empfiehlt es sich, die Batterie zu entfernen, da ein mögliches Auslaufen von Flüssigkeit das Produkt beschädigen könnte. Weil die Qualität der Batterie zudem vom Modell abhängt, deckt die Garantie keine Schäden ab, welche durch ein mögliches Auslaufen von Flüssigkeit verursacht würde.

Das Produkt in Anwesenheit von Kindern nicht unbeaufsichtigt lassen und es immer außerhalb von deren Reichweite aufbewahren.

### **Eigenschaften**

Kapazität: 180 kg

Einteilung: 0,1kg  
Gewichtseinheit: kg/lb/st  
Anzeige: LCD  
Batterie: 1 x CR2032 (incl)  
Benutzeranzahl: 10  
Altersbereich: 10 -80  
Körperfett-, Wasser-,

### **Funktion Gewichtskontrolle**

Stellen Sie die Waage auf eine stabile Fläche. Abraten wir Ihnen Teppichboden. Steigen Sie auf die Waageschale um sich zu wiegen.

Wählen Sie die Maßeinheit mittels der entsprechenden Taste, die sich neben dem Batteriefach befindet. Zwischen kg/lb/st auswählen.

Steigen Sie auf die Waage und stabilisieren Sie Ihr Gewicht, indem Sie es gleichmäßig auf beide Füße verteilen. Warten Sie ab, dass sich die Nummer im Display stabilisiert und dann anfängt zu blinken. Die Waage schaltet sich nach wenigen Sekunden der Nichtbenutzung automatisch aus.

### **Funktionen Körperfett und Körperwasser**

Drücken Sie die Taste SET, um mit der Eingabe der persönlichen Daten zu beginnen

Sobald im Display "P1" erscheint, wählen Sie eine der zwischen 0 und 9 liegenden Speicherungen durch Betätigen der Pfeiltasten aus. Die der Speicherung entsprechende Nummer beginnt zu blinken. Drücken Sie nun erneut die Taste SET, um die Nummer der Speicherung, die verwendet werden soll, zu bestätigen (die Waage kann die Daten von bis zu 10 Personen speichern).

Mit den Pfeiltasten wählen Sie Mann oder Frau. Das dem Geschlecht entsprechende Symbol beginnt zu blinken. Drücken Sie SET, um die Wahl zu bestätigen.

Mit den Pfeiltasten stellen Sie das Alter ein (10-80). Der Schriftzug und die entsprechende Nummer blinken auf. Drücken Sie danach die Taste SET, um die Wahl zu bestätigen

Mit den Pfeiltasten stellen Sie die Größe ein (100-240cm). Nach Aufblinken der Nummer drücken Sie SET, um die Wahl zu bestätigen.

Am Ende dieser Vorgänge zeigt das Display die entsprechenden Daten hinsichtlich der Größe und des Alters sowie 0,0kg an.

Kontrolle der Messergebnisse

Steigen Sie (ohne Schuhe) auf die Waage und positionieren Sie Ihre Füße auf den Elektroden. Halten Sie sich gerade und im Gleichgewicht. Die Waage misst den Fett- und Wassergehalt im Körper, die nach nur wenigen Sekunden im Display angezeigt werden.

## Die Körperfettwerte werden in (%) ausgedrückt

Alter	Frauen				Männer			
	Untergewicht	Gewicht OK	Übergewicht	Fettleibig	Untergewicht	Gewicht OK	Übergewicht	Fettleibig
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

## Les valeurs du taux d'eau corporelle sont exprimées en (%)

Alter	Frauen			Hommes		
	Klein	Normal	Groß	Klein	Normal	Groß
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

## Fehlermeldungen

“EEEE” : erscheint im Display, wenn die Waage überlastet ist

“LO” : erscheint im Display, wenn die Batterie ausgetauscht werden muss

“Err” : erscheint im Display, wenn die Messung nicht korrekt ausgeführt wurde

## Sonstiges

Ziehen Sie immer die Schuhe und Strümpfe aus, bevor Sie auf die Waage steigen, um den Fett- und Wassergehalt zu messen

Stellen Sie sicher, dass die Waage und die Füße immer sauber sind, damit eine korrekte Messung vorgenommen werden kann.

Für eine korrekte Messung empfiehlt es sich, diese zu festen Tageszeiten vorzunehmen (z.B. 19:00 – 21:00 Uhr)

## REINIGUNG UND WARTUNG

Die Plattform der Waage mit einem weichen Tuch reinigen. Es kann auch ein leicht angefeuchtetes Tuch verwendet werden. Keine chemischen Substanzen oder Scheuermittel verwenden. Nach der Reinigung der Plattform und vor der Messung überprüfen, dass diese gut getrocknet ist. Die Oberfläche könnte, wenn sie nass oder feucht ist, glatt werden. Die Waage immer auf einer stabilen und ebenen Oberfläche abstellen. Teppiche und ähnliche sind nicht empfehlenswert. Vermeiden Sie, auf die Waage zu springen, sie fallen zu lassen und sie extremen Stößen auszusetzen. Die inneren Mechanismen sind sehr empfindlich und hochpräzise und könnten

leicht beschädigt werden. Vermeiden Sie es, das Produkt elektromagnetischen Strahlungen auszusetzen, welche einen Verlust der gespeicherten Daten verursachen könnten. Der Händler haftet nicht für den Verlust von in der Waage gespeicherten Daten.

Anmerkung: alle Hinweise sowie die Zeichnungen beziehen sich auf die zuletzt verfügbaren Informationen zu dem Zeitpunkt, zu welchem das Handbuch gedruckt wurde, und können Veränderungen unterworfen sein.


## **WARNUNGEN**

Die hier präsentierte Waage wird nicht zur Bestimmung des Gewichts von Objekten oder Substanzen die Gegenstand im Handel mit Medikamenten, für die Berechnung von Gebühren, Tarifen, Steuern, Prämien, Schadensersatz, Vergütungen, Zuschüssen oder Gebühren in Abhängigkeit von Gewicht, verwendet.

Diese BFW-Waage wird zur Kontrollierung des eigenen Körpergewichts und zur Ermittlung des prozentualen Fett- und Wasseranteils verwendet. Sie wird nicht für medizinische Diagnosen oder Behandlungen verwendet. Werte, welche als ungewöhnlich oder außerhalb der Norm erscheinen, müssen immer mit dem Hausarzt besprochen werden.

Um am Ende jedes Risiko für den Verwender des Apparates zu vermeiden, darf unter keinen Umständen, die vom Hausarzt verschriebene Dossierung von Medikamenten oder Therapien, aufgrund von durch den Apparat gemessenen Daten, verändert werden.

Alle die Anleitungen und die Bilder sind auf dem letzten Druck gebracht und können einiger Veränderung unterliegen.

 Dieses Produkt ist in Übereinstimmung mit sämtlichen anzuwendenden europäischen Richtlinien entworfen und hergestellt worden.

## **ENTSORGUNG**

Das Gerät darf einschließlich seiner abnehmbaren Teile und des Zubehörs nach dem Ende des Nutzungszeitraums nicht im städtischen Müll entsorgt werden, sondern muss gemäß der EU-Richtlinie 2002/96/CE entsorgt werden. Da es getrennt vom Hausmüll behandelt werden muss, muss es an eine getrennte Sammelstelle für Elektrogeräte gebracht oder dem Einzelhändler zum Zeitpunkt des Erwerbs eines ähnlichen Neugeräts übergeben werden. Im Falle eines Verstoßes

finden schwere Strafen Anwendung.

Die von diesem Gerät genutzten Batterien müssen am Ende ihres Nutzungszeitraums in den entsprechenden Behältern entsorgt werden.

HINWEIS: alle Angaben und Zeichnungen basieren auf den aktuellsten Informationen, die zum Zeitpunkt des Drucks des Handbuches zur Verfügung standen und können verändert werden.

## **JC-438/JC-439 – BODY MONITOR**

### **VARIACIÓN DEL PORCENTAJE DE GRASA DURANTE EL DÍA**

Los niveles de hidratación del cuerpo, el estilo de vida y los hábitos diarios pueden influir en las mediciones de los porcentajes de grasa corporal. Una medición efectuada en las primeras horas de la mañana calculará un porcentaje de grasa más alto ya que el cuerpo tiende a estar deshidratado después de una larga noche de sueño. Para una lectura más precisa y para poder comparar diferentes mediciones, se aconseja utilizar el producto a la misma hora del día y en las mismas condiciones. Antes de proceder a la medición es importante recordar que:

- después de haberse bañado, el porcentaje puede ser más bajo
- después de haber comido o bebido, el porcentaje puede ser más alto
- durante el ciclo menstrual de la mujer, las mediciones podrían ser irregulares
- el porcentaje de agua de nuestro organismo puede disminuir después de una enfermedad o de una actividad física pesada: estas condiciones inducen a una sudoración superior a la normal.

### **QUÉ ES EL PORCENTAJE DE AGUA EN EL CUERPO**

El porcentaje de agua presente en el cuerpo humano corresponde a la cantidad de líquidos expresada en porcentaje, en relación al peso total del individuo y se calcula en base a una especial fórmula científica, utilizada también por dietistas expertos. Es importante saber que el agua, en el interior de nuestro organismo, realiza una función fundamental, se encuentra en todos los tejidos y órganos: nuestro cuerpo está formado por aproximadamente el 50-65% de agua. Gracias a esta báscula se puede tener bajo control el porcentaje de agua que es fundamental para el correcto funcionamiento de nuestro organismo. Los valores en porcentaje de agua presente en un individuo sano son los siguientes:

MUJERES desde el 45-60%

HOMBRES desde el 50-65%

### **VARIACIÓN DEL PORCENTAJE DE AGUA DURANTE EL DÍA**

Para obtener una medición fiable, se aconseja medir el porcentaje de agua por la noche (antes de la cena); en esta franja del día los niveles de hidratación son más regulares. De cualquier manera, para poner en relación las varias medidas, se aconseja respetar determinados horarios. El porcentaje de agua tiende a ser inferior si se mide por la mañana, ya que el cuerpo

se deshidrata durante el sueño, pero sobre todo porque durante la noche los líquidos tienden a concentrarse en el tronco (en cambio, durante el día se redistribuyen homogéneamente en el cuerpo gracias a la fuerza de la gravedad). Los factores que tienden a modificar el porcentaje de agua son: el sueño, la comida o bebida, la actividad física, tomar un baño, tomar medicamentos, las condiciones físicas y la micción.

### **IMPORTANTES ADVERTENCIAS Y NORMAS DE SEGURIDAD**

Los valores que se obtienen desde este monitor de la grasa corporal son datos indicativos y no deben por ninguna razón sustituir una opinión médica. No olvide: auto-medición significa control, no diagnóstico o tratamiento.

Los valores insólitos deben consultarse siempre con su médico.

En ninguna circunstancia se deben modificar las dosificaciones de cualquier fármaco prescrito por su médico.

La báscula no debe ser utilizada por:

- portadores de marcapasos y cualquier dispositivo interior, la débil señal eléctrica podría interferir con el correcto funcionamiento del dispositivo
- personas afectadas por edemas, osteoporosis y fiebre
- personas en diálisis
- si se toman fármacos para problemas cardiovasculares
- mujeres embarazadas
- atletas que practican más de 10 horas de entrenamiento intensivo semanal
- los que tienen una frecuencia cardíaca, en reposo, igual o inferior a 60 pulsaciones por minuto

Utilizar la báscula solo para los objetivos indicados en este manual de instrucciones y para uso exclusivamente doméstico. Cualquier otra utilización debe considerarse inadecuadas y por lo tanto peligrosa. Antes de la utilización asegurarse de que el aparato esté íntegro sin daños visibles. En caso de duda no utilice el producto y diríjase a un centro especializado. No intentar reparar el producto solo, diríjase siempre a un centro especializado.

Para evitar cualquier interferencia se aconseja utilizar el producto lejos de herramientas con un fuerte campo magnético. No apoyar nunca la báscula en superficies mojadas o que resbalen. No introducir nunca el producto en agua y no colocarlos nunca en lugares húmedos. Volver a colocar siempre el producto lejos de fuentes de calor, de los rayos del sol, de objetos cortantes y parecidos. Cuando no se usa el aparato durante mucho tiempo, es aconsejable quitar la batería ya que una posible pérdida de líquido podría dañar el producto. Además, dado que la calidad de las baterías varía de modelo a modelo, la garantía del producto no cubre los daños causados por una posible pérdida de líquido. No dejar el producto sin protección en presencia de niños y guardarlo siempre lejos de su alcance.



## **Características**

Peso máximo: 180 kg

Variación: 0,1kg

Unidad de peso: kg / lb / st

Pantalla: LCD

Pilas: 1 x CR2032 (incl)

Número de usuarios: 10

Intervalo de edad: 10-80

Función de medición de la grasa corporal, porcentaje de agua

## **Función de control del peso**

Esta báscula se enciende con presión. . Subir sobre la báscula con los dos pies para la revelación del peso. La pantalla muestra el peso revelado.

Seleccionar la unidad de medida a través de la tecla correspondiente que se encuentra en el compartimiento para las pilas. Elegir entre kg/lb/st.

Subir a la balanza y estabilizar el peso distribuyéndolo de manera uniforme con los dos pies. Esperar hasta que el número que aparece sobre la pantalla se haya estabilizado y empiece a parpadear. La balanza se apaga de forma automática unos segundos después de no ser utilizada.

## **Funciones bodyfate y bodywater**

Apretar la tecla SET para iniciar el procedimiento de introducción de los datos personales.

Cuando aparezca en la pantalla "P1" elegir una de las memorias entre 0 y 9 utilizando las teclas flecha. El número relativo a la memoria empieza a parpadear, apretar de nuevo la tecla SET para confirmar el número de la memoria que se pretende utilizar (la balanza puede memorizar datos para 10 personas).

Seleccionar hombre o mujer con las teclas flecha. El símbolo relativo al sexo empieza a parpadear. Apretar a continuación SET para confirmar.

Configurar la edad (10-80) con las teclas flecha. La palabra y el relativo número empezarán a parpadear. Apretar a continuación la tecla SET para confirmar.

Configurar la altura (100-240 cm) con las teclas flecha. El número empieza a parpadear. Apretar SET a continuación para confirmar.

Al finalizar estas operaciones se podrán ver en la pantalla los datos relativos a la altura, a la edad y 0,0kg.

Controlar los datos relativos a la medida

Subir a la balanza (descalzo) colocando los pies sobre los electrodos. Mantener una posición erguida y equilibrada. La balanza medirá los porcentajes de grasa y de agua del cuerpo, que aparecerán en la pantalla en pocos segundos.

Los valores de body fat se expresan en (%)

Edad	Mujeres				Hombres			
	Peso bajo	Peso OK	Sobrepeso	Obeso	Peso bajo	Peso OK	Sobrepeso	Obeso
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

Los valores de body water se expresan en (%)

Edad	Mujeres			Hombres		
	Baja	Normal	Alta	Baja	Normal	Alta
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

### Mensajes de error

«EEEE»: aparece en la pantalla cuando la balanza está sobrecargada

«LO»: aparece en la pantalla cuando hay que cambiar la pila

«Err»: aparece en la pantalla cuando la medición no se ha efectuado de forma correcta

### Varios

Quitarse siempre los zapatos y los calcetines antes de subir a la balanza para medir el porcentaje de grasa y de agua.

Asegurarse de que la balanza y los pies estén siempre limpios para que la medición sea correcta.

Para que la medición sea correcta se sugiere que esta se efectúe siempre a las mismas horas del día (por ejemplo: 19:00 – 21:00)

### LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Limpiar la plataforma de la báscula utilizando un paño suave. Se puede utilizar también un paño ligeramente humedecido con agua. No utilizar sustancias químicas o abrasivas. Después de haber limpiado la plataforma antes de efectuar una medición, asegurarse de que esté bien seca. La superficie si está mojado o húmeda puede resbalar. Colocar siempre la báscula en una superficie estable y plana. Evitar alfombras y otros.

Evitar saltar en la báscula, hacer que se caiga y someterla a golpes fuertes. Los mecanismos

internos son muy delicados y de precisión y podrían dañarse fácilmente. Evitar exponer el producto a ondas electromagnéticas que podrían causar la pérdida de los datos en memoria. El vendedor no es responsable en caso de pérdida de los datos memorizados en la báscula.

Nota: todas las indicaciones y los diseños se basan en las últimas informaciones disponibles en el momento de la impresión del manual y pueden estar sujetas a variaciones.

#### ADVERTENCIAS GENERALES

Esta balanza no es utilizable para determinar el peso de objetos o sustancias en las transacciones comerciales, para la fabricación de medicinas, para el cálculo de peajes, tarifas, tasas, primas, multas, remuneraciones, indemnizaciones o cuotas de tipo análogo determinados según el peso. Esta balanza BFW es utilizable para tener bajo control su peso corpóreo, los porcentajes de grasa y agua, y no es utilizable para emitir diagnósticos o aplicar tratamientos médicos. Consultar su médico en caso de valores que puedan parecer insólitos o fuera de norma.

A fin de evitar riesgos para el usuario de este dispositivo, nunca modificar las dosificaciones de cualquier fármaco o terapia prescritos por su médico basándose en los datos medidos por este dispositivo.

Las especificaciones y planes están basado en la última información disponible en el momento de impresión y pueden sujetarse a cambios sin previo aviso.

 Este artículo ha sido diseñado y fabricado conformemente a todas las directivas europeas aplicables

#### ELIMINACIÓN DEL PRODUCTO

El aparato, incluidas sus partes extraíbles y accesorios, al final de la vida útil no debe ser colocado junto a los residuos urbanos sino según la normativa de la Directiva europea 2002/96/EC. Al tener que diferenciarlo de los residuos domésticos, debe ser llevado en un centro de recogida diferenciada para aparatos eléctricos y electrónicos o bien devuelto al vendedor cuando se compra un nuevo aparato.

Las baterías utilizadas por este aparato, al final de su vida útil, deben ser colocadas en los contenedores habilitados para ello.

NOTA: todas las indicaciones y los dibujos se basan en las últimas informaciones disponibles en el momento de la impresión del manual y pueden ser sujetas a variaciones.

## JC-438/JC-439 – BODY MONITOR

### VARIAÇÃO DA PERCENTAGEM DE GORDURA DURANTE O DIA

Os níveis de hidratação do organismo, o estilo de vida e os hábitos quotidianos podem influenciar as percentagens de gordura corpórea. Se for avaliada nas primeiras horas da manhã a percentagem de gordura será mais alta porque o organismo tem tendência a estar desidratado depois de uma longa noite de sono. Para uma leitura mais acurada e para poder comparar diversos resultados, aconselha-se utilizar o produto na mesma hora do dia e nas mesmas condições. Antes de efectuar a medição é importante lembrar que:

- a percentagem pode ser mais baixa depois do banho;
- a percentagem pode ser mais alta depois de ter ingerido alimentos e ou bebidas;
- os resultados poderiam ser irregulares durante o ciclo menstrual;
- a percentagem de água do nosso organismo pode diminuir depois de um período de doença ou depois de uma intensa atividade física: na verdade, estas condições induzem a uma perspiração maior do que o normal.

### O QUE É A PERCENTAGEM DE ÁGUA NO ORGANISMO

A percentagem de água presente no corpo humano corresponde à quantidade de líquidos expresso em percentagem em relação ao peso total do indivíduo e é calculada com base em uma especial fórmula científica, utilizada também pelos dietistas profissionais. É importante saber que a água no interior do nosso organismo desenvolve uma função fundamental e é encontrada em todos os tecidos e órgãos: o nosso corpo é formado por aproximadamente 50-65% de água. Graças a esta balança, é possível ter sob controle a percentagem de água que é fundamental para o correcto funcionamento do nosso organismo. Os valores em percentagem da água presente no organismo de um indivíduo são sempre os seguintes:

MULHERES de 45-60%

HOMENS de 50-65%

### VARIAÇÃO DA PERCENTAGEM DE ÁGUA DURANTE O DIA

Para obter um resultado confiável, aconselha-se medir a percentagem de água à noite (antes do jantar); neste período do dia os níveis de hidratação são mais regulares. De qualquer modo, para colocar em relação às várias medidas, é sempre aconselhável respeitar determinados horários. A percentagem de água tem tendência a ser inferior se for medida de manhã. Isto ocorre porque o corpo se desidrata durante o sono mas, acima de tudo, porque durante a noite

os líquidos tendem a concentrar-se no tronco (durante o dia se redistribuem homogeneamente no corpo graças à força da gravidade). Os fatores que tendem a modificar a percentagem de água são: sono, ingestão de alimentos e líquidos, atividade física, banho, remédios, condições físicas e a micção.

#### IMPORTANTES ADVERTÊNCIAS E NORMAS DE SEGURANÇA

Os valores que podem ser obtidos com este Monitor de gordura corpórea são dados indicativos e não devem por nenhum motivo substituir um parecer médico. Não esquecer: auto-medição significa controlo, não diagnose ou

tratamento. Os valores irregulares devem sempre ser discutidos com o próprio médico.

Sob nenhuma circunstância devem ser modificadas as dosagens de qualquer tipo de remédio prescrito pelo próprio médico.

A balança não deve ser utilizada por:

- portadores de marca-passo (pacemaker) ou de qualquer outro tipo de dispositivo interno. O débil sinal eléctrico poderia interferir com o correcto funcionamento do dispositivo;
- pessoas com osteoporose e febre;
- pessoas em diálise;
- em caso de assunção de remédios por problemas cardiovasculares;
- mulheres grávidas;
- atletas que praticam mais de 10 horas de treinamento intensivo semanal;
- para as pessoas que possuem uma frequência cardíaca, a repouso, igual ou abaixo de 60 batidas por minuto. Utilizar a balança somente para o uso indicado no manual de instrução, com uso exclusivamente doméstico. Qualquer outro tipo de utilização deve ser considerado impróprio e, de consequência, perigoso.

Antes da utilização, certificar-se de que o aparelho esteja íntegro e não apresente danos visíveis. Em caso de dúvida não utilizar o produto e nunca tente consertá-lo sozinho; dirigir-se exclusivamente a um centro especializado.

Para evitar qualquer interferência aconselha-se utilizar o produto longe de equipamentos com um forte campo magnético. Nunca apoiar a balança em superfícies molhadas ou escorregadias. Nunca mergulhar o produto na água e não levá-lo em locais húmidos. Recolocar sempre o produto longe das fontes de calor, raios de sol, objectos

cortantes e similares. Quando o aparelho não for utilizado por muito tempo é aconselhável retirar as pilhas porque uma possível perda de líquido poderia danificar o produto. Além disso, como a qualidade das pilhas varia de modelo a modelo, a garantia do produto não cobre os danos causados por uma possível perda de líquido.

Manter o produto sempre longe do alcance das crianças e nunca deixá-lo inobservado se houver crianças ao redor.

## **Características**

Capacidade: 180kg

Divisão: 0,1kg

Unidade de peso: kg / lb / st

Visor: LCD

Pilhas: 1 x CR2032 (incl)

Nº. de Utilizador: 10

Amplitude etária: 10-80

Função de medição da gordura corporal, da percentagem de água

## **Função de controlo do peso**

A seguinte balança liga-se mediante pressão. subir sobre a plataforma da balança e levar a medida do peso.

Seleccionar uma unidade de medição mediante a tecla predisposta para o efeito perto do compartimento das pilhas. Escolher entre kg/lb/st.

Subir para a balança e estabilizar o peso distribuindo-o de maneira uniforme com os dois pés. Aguardar até que o número exibido no visor estabilize e não fique intermitente. A balança apaga-se automaticamente após poucos segundos de não utilização.

## **Funções bodyfat (gordura corporal) e bodywater (água corporal)**

Premir a tecla SET para iniciar o procedimento de inserção dos seus dados pessoais

Quando aparece no visor "P1" escolher uma das memórias entre 0 e 9 utilizando as teclas de setas. O número referente à memória fica intermitente, prima novamente a tecla SET para confirmar o número da memória que pretende utilizar (a balança pode memorizar dados para 10 pessoas).

Com as teclas de setas seleccionar homem ou mulher. O símbolo relativo ao sexo fica intermitente. A seguir premir SET para confirmar.

Com as teclas de setas inserir a idade (10-80). Os dizeres e o número respectivo ficam intermitentes. Premir seguidamente a tecla SET para confirmar

Com as teclas de setas inserir a altura (100-240cm). O número fica intermitente, a seguir premir SET para confirmar.

No final destas operações o visor exibirá os dados relativos à altura, à idade e 0,0kg.

Verificar os resultados da medição

Subir para a balança (com os pés descalços) posicionando os pés sobre os eléctrodos. Manter uma posição erecta e equilibrada. A balança medirá os percentuais de gordura e de água existentes no corpo, os quais aparecerão no visor em poucos segundos.

Os valores de body fat (gordura corporal) são expressos em (%)

Idade	Mulheres				Homens			
	Magra	Peso Saudável	Excesso de Peso	Obeso	Magra	Peso Saudável	Excesso de Peso	Obeso
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

Les valeurs du taux d'eau corporelle sont exprimées en (%)

Idade	Mulheres			Homens		
	Baixa	Normal	Alta	Baixa	Normal	Alta
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

## Mensagens de erro

“EEEE”: aparece no visor quando a balança está sobrecarregada

“LO”: aparece no visor quando as pilhas necessitam de ser substituídas

“Err”: aparece no visor quando a medição não foi efectuada de forma correcta

Outro

Descalçar sempre os sapatos e despir as calças antes de subir para a balança a fim de efectuar a medição do percentual de gordura e água

Certifique-se que a balança e os pés estão sempre bem limpos para uma medição correcta.

Para assegurar-se de uma medição correcta, sugerimos que efectue a medição em horários fixos do dia (por exemplo: 19:00 – 21:00)

## LIMPEZA E MANUTENÇÃO

Limpar a plataforma da balança utilizando um pano macio. É possível utilizar também um pano levemente humedecido com água. Não utilizar substâncias químicas ou abrasivas. Depois de limpar a plataforma, antes de efectuar uma medição, certificar-se de que a mesma esteja bem seca. Se a superfície estiver molhada ou húmida poderia tornar-se escorregadia. Posicionar a balança sempre em uma superfície estável e plana. Evitar tapetes e similares. Evitar batidas, quedas e pulos sobre a balança. Os mecanismos internos e de precisão são muito delicados e poderiam danificar-se facilmente. Evitar expor o produto à

ondas electromagnéticas que poderiam causar perdas de dados na memória. O vendedor não é responsável em caso de perda de dados memorizados na balança. Nota: todas as indicações e os desenhos são baseados nas últimas informações disponíveis no momento da impressão do manual e podem ser sujeitas a variações.

## **AVISOS GERAIS**

Esta balança não tem que ser utilizada para estabelecer o peso de objectos ou substâncias nas transações comerciais, e nem sequer para fabricar medicamentos, ou para calcular portagens, tarifas, prémios, coimas, indemnizações ou montantes de tipo análogo determinados com base no peso. Esta balança BFW é utilizável para controlar o peso do corpo, as percentagens de gordura e de água, mas não tem que ser utilizada para fazer diagnósticos ou tratamentos médicos. Os valores que podem parecer inusuais ou fora dos padrões têm que ser sempre discutidos com o médico pessoal.

Com o fim de se evitarem riscos para os utilizadores deste dispositivo, em nenhuma circunstância tem que se modificar a dosagem de qualquer medicamento ou terapia indicados pelo médico pessoal, baseando-se nos dados medidos por este dispositivo.

Todas as instruções e os desenhos baseiam-se nas informações disponíveis na altura da impressão do guia e podem eventualmente ser alteradas.

**CE** Este produto foi projectado e fabricado cumprindo todas as directivas europeias vigentes.



## **ELIMINAÇÃO**

O aparelho, incluídas as suas partes removíveis e acessórios, no fim da vida útil não deve ser eliminado juntamente com o lixo urbano mas de acordo com a directriz europeia 2002/96/EC. Devendo ser tratado separadamente do lixo doméstico, tem de ser entregue a um centro de recolha diferenciada para aparelhos eléctricos e electrónicos ou reentregue ao revendedor altura da compra de um novo aparelho equivalente. Em caso de transgressão são previstas sanções severas. As baterias utilizadas por este aparelho, no fim da sua vida útil, terão de ser deitadas nos recolhedores específicos.

NOTA: todas as instruções e os desenhos baseiam-se nas informações disponíveis na altura da impressão do guia e podem eventualmente ser alteradas.



## JC-438/JC-439 - ВЕЗНА ЗА КОНТРОЛ НА ТЯЛОТО

### ВАРИРАНЕ НА СЪОТНОШЕНИЕТО НА МАЗНИНИ В ТЕЧЕНИЕ НА ДЕНЯ

Нивото на хидратиране на тялото, начинът на живот и всекидневните навици могат да повлияят върху измерването на съотношението на телесните мазнини. Измерване, извършено в първите часове на деня, ще изчисли по-високо съотношение на мазнини, тъй като тялото е склонно да се дехидратира след дългата нощ, прекарана в сън. За по-точно изчисление

и за да можете да съпоставяте различните измервания, ви препоръчваме да използвате уреда в един и същ час на деня, както и при еднакви условия. Затова преди да преминете към измерването, е важно да не забравяте, че:

- след като сте се изкъпали, съотношението може да бъде по-ниско
- след хранене или пиене съотношението може да бъде по-високо
- по време на менструалния цикъл на жената изчисленията може да не са точни
- съотношението на вода в нашия организъм може да намалее след период на болест или след тежка физическа дейност: тези обстоятелства в действителност водят до по-силно изпотяване в сравнение с нормалните условия.

### КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА СЪОТНОШЕНИЕТО НА ВОДА В ТЯЛОТО?

Съотношението на водата, налична в човешкото тяло отговаря на количеството течности, изразено в проценти, в сравнение с общото тегло на индивида и се изчислява въз основа на специална научна формула, използвана също и от специалистите диетолози. Важно е да се знае, че водата в нашия организъм изпълнява основна функция, налична е във всяка тъкан и всеки орган: нашето тяло е съставено от около 50-65% вода. Благодарение на тази везна, е възможно да се контролира съотношението на вода, което е от основно значение за правилното функциониране на нашия организъм. Стойностите в проценти на водата, налична в тялото на даден индивид, са следните:

ЖЕНИ от 45-60%

МЪЖЕ от 50-65%

### ВАРИРАНЕ НА СЪОТНОШЕНИЕТО НА ВОДА В ТЕЧЕНИЕ НА ДЕНЯ

За да получите надеждно измерване, ви препоръчваме да измервате съотношението на вода вечер (преди вечеря); в този интервал на деня нивата на хидратация са по-равномерни. Все пак, с цел да можете да съпоставяте различните измервания, винаги е препоръчително да спазвате определените часове. Съотношението на водата е склонно да бъде по-ниско, ако се измерва сутрин, това е така, защото тялото

се обезводнява по време на сън, но най-вече, защото течностите през нощта са склонни да се събират в торса (докато през деня се разпределят отново равномерно в тялото, благодарение на силата на земното притегляне). Факторите, които често променят съотношението на водата, са: сънят, хранене и/или пиене, физическа активност, къпане, приемане на лекарства, физическо състояние и уриниране.

## **ВАЖНИ ПРАВИЛА ЗА СИГУРНОСТ И ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ**

Стойностите, които се измерват от този апарат за следене на телесните мазнини, са приблизителни и не бива по никаква причина да заместват мнението на лекаря. Не забравяйте: саморъчно измерване означава контрол, а не диагноза или лечение. Необичайни стойности трябва да бъдат винаги обсъждани с личния лекар. При никакви обстоятелства не трябва да променят дозировките на каквото и да е лекарство, предписано от личния лекар.

Везната не бива да бъде използвана от:

- хора с пейсмейкър или каквото и да е вътрешно устройство, слабият електрически сигнал би могъл да наруши правилното функциониране на устройството
- хора, страдащи от едема, остеопороза и с висока температура
- хора на диализа
- в случай на приемане на лекарства за сърдечносъдови проблеми
- бременни жени
- атлети, които практикуват повече от 10 часа на интензивна тренировка на седмица
- тези, които имат сърдечен ритъм, в спокойно състояние, равен или по-нисък от 60 удара в минута.

Използвайте везната само за целите, описани в настоящото ръководство за употреба и само за домашна употреба. Всеки друг вид употреба ще се счита за неподходящ и поради това - за опасен. Преди употреба проверете дали уредът изглежда цялостен без видими повреди. Ако се съмнявате, не използвайте уреда и се свържете със специализиран технически сервиз. Не се опитвайте да ремонтирате уреда сами, а се обръщайте винаги към специализиран технически сервиз.

За да избегнете интерференция, ви препоръчваме да използвате уреда далеч от оборудване със силно магнитно поле. Никога не поставяйте везната върху мокри или хлъзгави повърхности. Никога не потапяйте уреда във вода и не го оставяйте на влажни места. Винаги оставяйте уреда далеч от източници на топлина, от слънчеви лъчи, от режещи предмети и други подобни.

Когато уредът не се използва за продължителен период, е препоръчително да извадите батерията, тъй като евентуално изтичане на течност би могло да го повреди. Освен това, тъй като качеството на батериите варира за различните модели, гаранцията на уреда не покрива щетите, предизвикани от възможно изтичане на течност.

Никога не оставяйте уреда без надзор в присъствието на деца и го прибирайте винаги на място, далеч от техния обсег.

## **ПОЧИСТВАНЕ И ПОДДРЪЖКА**

Почиствайте платформата на везната, като използвате мека кърпа. Възможно е да използвате и кърпа, леко навлажнена с вода. Не използвайте химични или абразивни вещества. След като сте почистили платформата преди да започнете измерване, се уверете, че тя е добре подсушена. Мокра или влажна повърхност може да стане хлъзгава. Поставайте везната винаги върху стабилна и равна повърхност. Избягвайте килими и

подобни на тях материали. Избягвайте да скачате върху везната, да я изпускате и да я подлагате на силни удари. Факт е, че вътрешните механизми са много деликатни и прецизни, поради което биха могли да се увредят лесно. Избягвайте да излагате уреда на електромагнитни вълни, които биха могли да причинят загуба на данните в паметта. Продавачът не носи отговорност в случай на загуба на запаменените данни във везната. Забележка: Всички указания и фигури се основават на най-новите налични данни към момента на отпечатване на ръководството и може да бъдат променени.

## **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ**

Тази везна не може да се използва за определянето на теглото на предмети или вещества при търговски операции, за производството на лекарства, за изчисляване на налози, тарифи, такси, премии, изменения, възнаграждения, дългове или данъци от подобен тип, определяни в зависимост от теглото. Тази везна BFW може да се използва за следене на собственото телесно тегло, на съотношенията на мазнини и вода, като не може да се използва за поставяне на диагнози или медицински лечения. Стойности, които ви се струват необичайни или извън нормата, трябва да бъдат обсъждани винаги с личния лекар.

За да се избегнат рискове за ползвателя на този уред, при никакви обстоятелства не бива да се променят дозите на които и да са лекарства или терапии, предписани от личния лекар, въз основа на данните, измерени от този уред.

## **Функции**

Капацитет: 180 кг

Разделение: 0,1 кг

Мерна единица: кг / фунта / st

Дисплей: LCD

Батерия: 1xCR2032

Брой потребители: 10

Възрастова група: 10~80

Функция за контрол на теглото

Тази везна се включва при натиск

Стъпете и с двата крака върху везната за отчитане на теглото. Изберете мерната единица посредством съответното копче, намиращо се до отделението за батериите. Изберете измежду кг/фунта/stones.

Стъпете върху везната и стабилизирайте теглото, като го разпределите по равномерен начин върху двата крака. Изчакайте, докато цифрата върху дисплея се стабилизира и започне да мига. Везната се изключва

автоматично, след като не я използвате няколко секунди.

### **Функции телесни мазнини и съдържание на вода в тялото**

Натиснете копче SET, за да започнете процедурата за въвеждане на Вашите лични данни.

Когато върху дисплея се покаже "P1", изберете една от паметите между 0 и 9, като използвате копчетата със стрелка. Номерът, съответстващ на паметта, започва да мига; натиснете отново копчето SET, за да потвърдите номера на паметта, която желаете да използвате (везната може да запаzeti данни за 10 души).

С копчетата-стрелки изберете мъж или жена. Символът, съответстващ на пола, започва да мига. След това натиснете SET, за да потвърдите.

С копчетата-стрелки въведете възрастта (10-80). Надписът и съответният номер за започват да мигат. След това натиснете копчето SET, за да потвърдите

С копчетата-стрелки въведете височината (100-240cm). Цифрата започва да мига; след това натиснете SET, за да потвърдите.

В края на тези операции дисплеят извежда данните, показващи височината, възрастта и 0,0кг.

### **Проверка на резултатите от измерването**

Стъпете върху везната (без обувки), като поставите краката върху електродите. Застанете в изправено и балансирано положение. Везната ще измери процентите на мазнини и вода в тялото, които ще бъдат изведени на дисплея след няколко секунди.

Стойностите на телесните мазнини са изразени в (%)

Възраст	Жени				Мъже			
	Тегло под нормата	Тегло в норма	Наднормено тегло	Затлъстялост	Тегло под нормата	Тегло в норма	Наднормено тегло	Затлъстялост
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

Стойностите на вода в тялото са изразени в (%)

Възраст	Жени			Мъже		
	Ниско	Нормално	Високо	Ниско	Нормално	Високо
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

## Съобщения за грешка

“EEEE”: Появява се на дисплея, когато везната е претоварена

“LO”: Появява се върху дисплея, когато батерията трябва да бъде сменена

“Err”: Появява се върху дисплея, когато измерването не е било извършено правилно

## Друго

Винаги събувайте обувките и чорапите си, преди да стъпите върху везната, за да извършите измерване на съдържанието на мазнини и вода в проценти

Уверявайте се, че везната и краката са винаги чисти, за да може да се извърши правилно измерване.

За да гарантирате правилно измерване, Ви препоръчваме да извършвате измерванията в един и същи час на деня (напр.: 19:00 – 21:00)

**CE** Този артикул е проектиран и произведен в съответствие с всички приложими европейски директиви.



## ИЗХВЪРЛЯНЕ

В края на полезния си живот уредът, включително и неговите свалящи се части и принадлежности, не бива да бъде изхвърлян заедно с битовите отпадъци, а в съответствие с европейската директива 2002/96/ЕО. Тъй като е необходимо да се третира отделно от домакинските отпадъци, той трябва да бъде занесен в център за разделно събиране на електрически и електронни уреди, или да бъде върнат на търговския представител при закупуването на нов уред от същия тип. В случай на неспазване на тези разпоредби се предвиждат строги санкции.

Използването за този уред батерии трябва да бъдат изхвърляни в съответните пунктове за събиране в края на техния полезен живот.

**ЗАБЕЛЕЖКА:** Всички указания и изображения се базират на най-скорошната информация, налична към момента на отпечатване на ръководството и могат да подлежат на промени.

JC-438/JC-439 RO

## JC-438/JC-439 – BODY MONITOR

### MODIFICAREA PROCENTULUI DE GRĂSIMЕ ÎN TИMPUL ZILEI

Nivelul de hidratare a corpului, stilul de viață și obiceiurile zilnice, pot avea influență asupra rezultatelor procentului de grăsime corporală. O măsurare efectuată în primele ore ale dimineții, va calcula un процент de grăsime mai mare deoarece corpul tinde să fie dehidratat după o noapte lungă de somn. Pentru o citire mai precisă și pentru a putea compara diferitele rezultate, vă sfătुим să utilizați produsul la aceeași орă в fiecare zi și в aceleași condiții. Înainte de а efectua măsurarea este important prin urmare să țineți cont de următoarele:

- după ce аți făcut baie, procentul poate fi mai scăzut

- după ce ați mâncat sau băut, procentul poate fi mai mare
- în timpul ciclului menstrual al femeii, măsurările ar putea fi neregulate
- procentul de apă al organismului poate scădea după o perioadă de boală sau după o activitate fizică intensă: aceste condiții produc o transpirație mai abundentă în comparație cu stările normale.

### **CE REPREZINTĂ PROCENTUL DE APĂ DIN CORP**

Procentul de apă prezent în corpul uman corespunde cantității de lichide exprimată în procente, în raport cu greutatea totală a individului și este calculat pe baza unei formule științifice specifice, utilizată și de experții dieteticieni. Este important să știți că apa din organismul dumneavoastră are o funcție fundamentală și se află în orice țesut și organ: corpul nostru este format din circa 50-65% apă. Mulțumită acestui cântar puteți ține sub control procentul de apă care este fundamental pentru funcționarea corectă a organismului nostru. Valorile procentuale de apă prezente în corpul unui individ sănătos sunt următoarele:

FEMEII de la 45-60%

BĂRBAȚII de la 50-65%

### **MODIFICAREA PROCENTULUI DE APĂ ÎN TIMPUL ZILEI**

În scopul de a obține o măsurare de încredere, vă sfătuim să vă măsurați procentul de apă seara (înainte de cină); în cadrul acestui orar nivelul de hidratare este mai regulat. În orice caz, pentru a putea compara diferitele măsurări, vă sfătuim să respectați întotdeauna orele stabilite. Procentul de apă tinde să fie inferior dacă este determinat dimineața, aceasta se întâmplă deoarece corpul se dehidratează în timpul somnului dar mai ales deoarece lichidele tind să se concentreze în trunchi în timpul nopții (în timpul zilei sunt redistribuite omogen în corp mulțumită forțelor de gravitație). Factorii ce tind să modifice procentul de apă sunt: somnul, consumarea de mâncare și / sau băuturi, activitatea fizică, dacă faceți baie, consumarea de medicamente, stările fizice și urinarea.

### **AVERTISMENTE IMPORTANTE ȘI STANDARDE DE SIGURANȚĂ**

Valorile care se obțin cu ajutorul acestui Monitor pentru grăsimea corporală sunt date informative și nu trebuie să înlocuiască în niciun caz părerea medicului. Nu uitați: auto-măsurarea înseamnă control, nu diagnostic sau tratament. Valorile neobișnuite trebuie discutate întotdeauna cu medicul personal. Nu trebuie în nici un caz să modificați dozajul oricărui medicament prescris de medicul personal.

Cântarul nu trebuie utilizat de către:

- purtătorii de pacemaker sau de oricare alt dispozitiv intern, semnalul electric slab ar putea să interfereze cu funcționarea corectă a dispozitivului
- persoane cu edem, osteoporoză și febră
- persoane ce fac dializă
- persoane care iau medicamente pentru probleme cardiovasculare
- femeile însărcinate
- atleți care practică mai mult de 10 ore de antrenament intensiv pe săptămână

- cei care au o frecvență cardiacă, în repaus, egală sau sub 60 de bătăi pe minut.

Utilizați cântarul numai în scopul indicat în acest manual de instrucțiuni și numai acasă. Orice altă utilizare trebuie considerată nepotrivită și, în consecință, periculoasă. Înainte de utilizare asigurați-vă că aparatul este integru fără daune vizibile. - În cazul în care aveți dubii, nu utilizați produsul și adresați-vă unui centru specializat. Nu încercați să reparați produsul singuri, adresați-vă mereu unui centru specializat.

În scopul evitării oricărei interferențe, vă sfătuim să utilizați produsul departe de echipamente cu un câmp magnetic puternic. Nu puneți cântarul niciodată pe suprafețe ude sau alunecoase. Nu introduceți niciodată produsul în apă și nu îl așezați niciodată în locuri umede. Întotdeauna depozitați produsul departe de surse de căldură, de razele soarelui, de obiecte ascuțite și de altele asemănătoare.

Când aparatul nu este utilizat pentru o perioadă îndelungată de timp, vă sfătuim să scoateți bateria deoarece o posibilă pierdere de lichid ar putea deteriora produsul. De asemenea, deoarece calitatea bateriilor diferă de la model la model, garanția produsului nu acoperă daunele cauzate de o posibilă pierdere de lichid.

Nu lăsați produsul nesupravegheat în prezența copiilor și nu-l țineți niciodată la îndemâna lor.

## **CURĂȚARE ȘI DEZINFECTARE**

Curățați platforma cântarului utilizând o cârpă moale. Puteți utiliza și o cârpă ușor umezită cu apă. Nu utilizați substanțe chimice sau abrazive. După ce ați curățat platforma înainte de a efectua o cântărire, asigurați-vă că este bine uscată. Dacă suprafața este udă sau umedă poate deveni alunecoasă. Poziționați întotdeauna cântarul pe o suprafață plană și stabilă. Evitați covoarele și altele asemănătoare. Evitați sărirea pe cântar, nu-l lăsați să cadă și nu-l loviți. Mecanismele interne sunt foarte delicate și de precizie și pot fi deteriorate ușor. Evitați expunerea produsului la unde electromagnetice care ar putea cauza pierderea datelor din memorie. Vânzătorul nu este responsabil în caz de pierdere a datelor memorate de cântar. Notă: toate indicațiile și desenele se bazează pe ultimele informații disponibile în momentul editării manualului și pot suferi modificări.

## **AVERTISMENTE**

Acest cântar nu poate fi utilizat pentru a determina greutatea obiectelor sau substanțelor în tranzacțiile comerciale, pentru fabricarea medicamentelor, pentru calcularea dărilor, tarifelor, taxelor, premiilor, amenzilor, remunerărilor, indemnizațiilor sau chiriilor de tip analog determinate în funcție de greutate. Acest cântar BFW poate fi utilizat pentru a ține sub control greutatea corporală, procentul de grăsime și de apă și nu poate fi utilizat pentru diagnosticare sau tratamente medicale. Valorile ce pot părea neobișnuite sau în afara standardelor trebuie discutate întotdeauna cu medicul personal.

În scopul evitării riscurilor față de utilizatorul acestui dispozitiv, nu trebuie în niciun caz modificate dozele oricărui medicament sau terapii indicate de propriul medic bazându-vă pe datele măsurate cu acest dispozitiv.

## **Caracteristici**

Capacitate: 180kg

Diviziune: 0,1kg

Unitate de măsură greutate: kg / lb / st

Afișaj: LCD

Baterie: 1 x CR2032 (incl)

Nr. utilizator: 10

Gamă de vârstă: 10 - 80

### **Funcția de control al greutății**

Cântarul următor se aprinde prin apăsare Urcați-vă cu amândouă picioarele pe cântar pentru a determina greutatea. Selectați unitatea de măsură cu ajutorul tastei din apropierea compartimentului pentru baterii. Alegeți între kg / lb / st.

Urcați pe cântar și stabiliți greutatea distribuind-o în mod uniform pe picioare. Așteptați până când numărul de pe ecran s-a stabilizat și nu mai pâlpaie. Cântarul se stinge în mod automat după câteva secunde în care nu este utilizat.

### **Funcții bodyfat și bodywater**

Apăsați tasta SET pentru a începe procedura de introducere a datelor personale

Când pe ecran apare "P1" alegeți unul dintre spațiile de memorie între 0 și 9 utilizând tastele săgeată. Numărul aferent spațiului de memorie începe să pâlpaie și trebuie să apăsați din nou tasta SET pentru a confirma numărul spațiului de memorie pe care doriți să-l utilizați (cântarul poate memora datele pentru 10 persoane).

Selectați bărbat sau femeie cu tastele săgeată. Simbolul aferent sexului începe să pâlpaie. Apoi apăsați tasta SET pentru a confirma.

Configurați vârsta (10-80) cu tastele săgeată. Înscrisul și numărul aferent încep să pâlpaie. Apăsați apoi tasta SET pentru a confirma

Configurați înălțimea (100-240 cm) cu tastele săgeată. Numărul începe să pâlpaie și apoi apăsați SET pentru confirmare.

La sfârșitul acestor operațiuni, ecranul va afișa datele aferente înălțimii, vârstei și 0.0 kg.

### **Controlați rezultatele măsurării**

Urcați-vă pe cântar (fără încălțări) poziționând picioarele pe electrozi. Păstrați o poziție dreaptă și echilibrată. Cântarul va măsura procentul de grăsime și apă din corp, care vor apărea pe ecran în câteva secunde.

Valorile de body fat sunt exprimate în (%)

Vârsta	Femei				Bărbați			
	Subponderal	Greutate OK	Supraponderal	Obez	Subponderal	Greutate OK	Supraponderal	Obez
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%



Valorile de body water sunt exprimate în (%)

Vârsta	Femei			Bărbați		
	Scăzută	Normală	Înaltă	Scăzută	Normală	Înaltă
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

### Mesaje de eroare

“EEEE”: apare pe ecran când cântarul este supraîncărcat

“LO”: apare pe ecran când bateria trebuie schimbată

“Err”: apare pe ecran când măsurarea nu a fost făcută în mod corect

### Altele

Scoațeți-vă întotdeauna încălțăminte și șosetele înainte de a urca pe cântar pentru a efectua măsurarea procentului de grăsime și apă

Asigurați-vă că picioarele și cântarul sunt curate pentru o măsurare corectă.

Pentru a se asigura o măsurare corectă, vă sugerăm să efectuați măsurarea la ore fixe din zi (ex: 19:00 – 21:00)

 Produsul este fabricat conform tuturor reglementărilor aplicabile din Europa.

### EVACUAREA

Dispozitivul (inclusiv părțile detașabile și accesoriile) nu trebuie evacuat împreună cu deșeurile municipale la sfârșitul duratei de viață, ci în conformitate cu Directiva Europeană 2002/96/EC. Întrucât trebuie tratat separat de deșeurile menajere, fie duceți dispozitivul la un centru de colectare separată a deșeurilor pentru aparatele electrice și electronice, fie îl returnați comerciantului la achiziționarea unui nou dispozitiv cu același scop. Orice încălcare va fi urmărită cu strictețe în justiție.

OBSERVAȚIE: Specificațiile și modelele au la bază cele mai noi informații disponibile la momentul tipăririi și se supun modificărilor fără preaviz.

JC-438/JC-439 HU

## JC-438/JC-439 – TEST MONITOR

### A TESTZSÍR SZÁZALÉKARÁNYÁNAK VÁLTOZÁSA A NAP FOLYAMÁN

A test hidratációs szintje, az életvitel és a hétköznapi szokások befolyásolhatják a testzsír százalékarányának

mérését. A kora reggeli órákban végzett mérés során a testszír százaléka magasabb lesz, mert a test – a hosszú éjszakai pihenő után – hajlamos a dehidratálásra. A pontosabb mérés és a mérések összehasonlítása érdekében célszerű a mérést a napnak mindig ugyanabban az időpontjában és azonos körülmények között elvégezni. A mérés megkezdése előtt ne feledje, hogy:

- fürdést követően a testszír százalékaránya alacsonyabb lehet
- étkezés vagy ivás után a testszír százalékaránya magasabb lehet
- menstruációs ciklus során a mérések lehetnek szabálytalanok
- betegség vagy nehéz fizikai tevékenység után a test víztartalma csökkenhet: ezek a körülmények a normálisnál nagyobb izzadást eredményeznek.

### **MI A TESTBEN LÉVŐ VÍZ SZÁZALÉKOS ARÁNYA**

Az emberi testben lévő víz százalékaránya megfelel az egyén összsúlyához viszonyított folyadékmennyiség százalékos arányának és egy speciális tudományos képlet alapján kerül kiszámításra, melyet tapasztalt dietológusok használnak. Fontos tudni, hogy a víz fontos szerepet játszik szervezetünkben, jelen van minden szövetben és szervben: testünk kb. 50-65% vízből áll. A mérlegnek köszönhetően ellenőrizhetjük a testvíz mértékét, mely szervezetünk megfelelő működése szempontjából alapvető fontosságú. Egy egészséges személy szervezetében jelenlévő víz százalékos aránya a következő:

NŐK 45-60%-ig

FÉRFIAK 50-65%-ig

### **A TESTVÍZ SZÁZALÉKOS ARÁNYÁNAK VÁLTOZÁSA A NAP FOLYAMÁN**

A megbízható mérés érdekében mindig este mérje a testvíz százalékarányát (vacsora előtt); ebben a napszakban a hidratációs szint szabályosabb. Mindazonáltal, a különböző mérési értékek összehasonlítása érdekében célszerű meghatározott időpontot betartani. A víz százalékaránya általában alacsonyabb, ha a mérésre reggel kerül sor, ennek egyik oka az, hogy alvás közben a test veszít víztartalmából, de legfőképpen azért, mert éjjel a folyadékok a törzsben koncentrálnak (napközben, a gravitációs erőnek köszönhetően, inkább egyenletesen megosznak a testben). Íme néhány, a víz százalékarányát befolyásoló tényező: alvás, evés és/vagy ivás, fizikai tevékenység, fürdés, gyógyszeresedés, fizikai állapot és vizelet.

### **FONTOS FIGYELMEZTETÉSEK ÉS BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK**

Az adott Monitor által mért, a testszírra vonatkozó adatok tájékoztató jellegűek és semmi esetre sem helyettesítik az orvos véleményét. Ne feledje: az önkontroll ellenőrzést jelent, nem diagnózist vagy kezelést. Ha szokatlan értékeket észlel, mindig konzultáljon orvosával. Semmilyen körülmények között ne módosítsa az orvos által felírt bármilyen gyógyszer adagolását.

A mérleget nem használhatják a következő személyek:

- pacemaker vagy más, belső készüléket viselő személyek, mert a gyenge elektromos jelzés befolyásolhatja a készülék működését

- ödémában, oszteoporózisban szenvedő, és lázas betegek
- dialízisban részesülő személyek
- szív- és keringési problémára gyógyszerrel szedő személyek
- terhes nők
- sportolók, akik hetente 10 óránál többet edzenek aktívan
- azok a személyek, akiknek szívverése nyugalmi állapotban 60/perc vagy annál alacsonyabb.

A mérleget csak a használati útmutatóban megjelölt célokra használja, és kizárólag házi használatra. Minden ettől eltérő használat helytelen, tehát veszélyes. A készülék használatának megkezdése előtt ellenőrizze, hogy ép-e, nincs-e rajta látható sérülési nyom. Kétség esetén ne használja a készüléket, forduljon szakszervízhez. Ne próbálja egyedül megjavítani a készüléket, mindig forduljon szakszervízhez.

Bármilyen jellegű interferencia elkerülése érdekében javasoljuk, hogy a készüléket erős mágneses térrel rendelkező termékektől távol használja. Sose helyezze a mérleget nedves vagy csúszós felületre. Ne mártsa vízbe és ne helyezze nedves helyre. Mindig hőforrástól, napsugárzástól, éles tárgyaktól és hasonlóktól távol eső helyen tárolja.

Ha huzamosabb ideig nem használja a készüléket, javasoljuk az elemek eltávolítását, mert az esetleg kiszivárgó folyadék megrongálhatja a készüléket. Mivel az elemek minősége modelltől függően változik, a termék garanciája nem terjed ki az esetleges folyadék szivárgásból eredő károokra.

Gyermekek jelenlétében ne hagyja a készüléket őrizetlenül és számukra elérhető helyen.

## **TISZTÍTÁS ÉS KARBANTARTÁS**

A mérleg lábazatát puha ronggyal tisztítsa meg. Használhat enyhén megnedvesített rongyot is. Ne használjon vegyi vagy súroló szereket. A lábazat megtisztítása után, és a mérés megkezdése előtt, győződjön meg arról, hogy a lábazat száraz. Ha a felület vizes vagy nedves marad, csúszóssá válhat. A mérleget mindig sík és stabil felületre helyezze. Kerülje a szőnyegeket és hasonló alátéteket. Ne ugorjon a mérlegre, ügyeljen arra, hogy ne essen le és ne ütközzön semminek. A belső alkatrészek precíziós, nagyon érzékenyek alkatrészek, és könnyen megrongálódnak. Kerülje az elektromágneses térrel történő érintkezést, mely a memóriában tárolt adatok elvesztését okozhatja. A kereskedő nem felelős a mérleg memóriájában tárolt adatok elvesztéséért. Megjegyzés: minden utasítás és rajz a használati útmutató nyomtatásakor rendelkezésre álló információkon alapul, ezért változásnak vannak kitéve.

## **FIGYELMEZTETÉS**

Ez a mérleg nem használható kereskedelmi ügyletekhez, gyógyszergyártáshoz szükséges tárgyak vagy anyagok kimérésére, illetve a tömeg alapján megállapítandó díj, tarifa, adó, jutalom, bírság, díjazás, kártérítés vagy hasonló típusú fizetés megállapítására. Ez a BFW mérleg a testsúly, a zsír- és víz százalékarányának ellenőrzésére szolgál, nem alkalmas diagnózis felállítására vagy orvosi kezelésre. Ha a szokásostól eltérő értékeket észlel, mindig konzultáljon kezelőorvosával.

A készülék használatát fenyegető veszélyek elkerülése érdekében soha, semmilyen körülmény között ne módosítsa az orvos által felírt gyógyszer vagy terápia adagolását az adott készülék által mért adatokra hivatkozva.

## Jellemzők:

Kapacitás: 180 kg

Osztás: 0,1 kg

Mértékegység: kg / lb / st

Kijelző: LCD

Elem: 1 x CR2032 (incl)

Felhasználók száma: 10

Korcsoport: 10~80

## Testsúly ellenőrző funkció

A mérleg nyomás hatására kapcsol be. A testsúly méréséhez mindkét lábbal álljon a mérlegre

Az elemtartóhoz közeli gomb segítségével válassza ki a kívánt mértékegységet. Kg/lb/st közül választhat.

Álljon a mérlegre és lábai segítségével egyenletesen elosztvastabilizálja súlyát. Várjon mindaddig, míg a kijelzőn megjelenő szám nem stabilizálódik és villogni nem kezd. A mérleg, néhány másodperces állás után, automatikusan kikapcsol.

## Testzsír és testvíz funkció

Személyes adatainak beviteléhez nyomja meg a SET gombot.

Amikor a kijelzőn megjelenik a "P1" kijelzés, a nyílombok segítségével válasszon egy memóriát 0 – 9 között. A memóriának megfelelő szám villogni kezd, ekkor a használni kívánt memóriaszám megerősítése érdekében újból nyomja meg a SET gombot (a mérleg 10 személy adatait képes elmenteni).

A nyíl gombokkal válassza ki a nemet: férfi vagy nő. A választott nemnek megfelelő gomb villogni kezd. A megerősítéshez nyomja meg a SET gombot.

A nyíl gombokkal állítsa be az életkort (10-80). A kiírás és az annak megfelelő szám villogni kezdenek. Ezt követően a megerősítéshez nyomja meg a SET gombot.

A nyíl gombokkal válassza ki a testmagasságot (100-240cm). A szám villogni kezd, a megerősítéshez nyomja meg a SET gombot.

A fent leírt műveletek végén a kijelzőn megjelennek a magasságra, életkorra vonatkozó adatok és a 0,0 kg jelzés.

## Ellenőrizze a mérések eredményét

Álljon a mérlegre (cipő nélkül), lábait helyezze az elektródák fölé. Testtartása legyen egyenes és kiegyensúlyozott. A mérleg mérni fogja a testzsír és testvíz százalékos arányát, melyek néhány másodperc elteltével megjelennek a kijelzőn.

A testzsír és testvíz értékek (%) -ban kerülnek megjelenítésre

Életkor	Nők				Férfiak			
	Sovány	Normál testsúly	Túlsúlyos	Elhízott	Sovány	Normál testsúly	Túlsúlyos	Elhízott
10-16	< 18%	18-28%	29-35 %	> 35%	< 10%	10-18%	19-23 %	> 23 %
17-39	<20%	20-32 %	33-38 %	>38 %	< 12 %	12-20 %	21-25 %	>25 %
40-55	< 23 %	23-35 %	36-41 %	> 41%	<13	13-21 %	22-26 %	> 26%
56-80	< 24%	24-36%	37-42 %	> 42%	<14%	14-22%	23-27%	>27%

A testvíztartalom értékei (%)-ban kerülnek megjelenítésre

Életkor	Nők			Bárbatyi		
	Alacsony	Normál	Magas	Scázutá	Normalä	lnaltä
10-16	57%	57-67%	67%	58%	58-72%	72%
17-39	47%	47-57%	57%	53%	53-67%	67%
40-55	42%	42-52%	52%	47%	47-61%	61%
56-80	37%	37-47%	42%	42%	42-56%	56%

### Hibaüzenetek

“EEEE”: akkor jelenik meg a kijelzön, amikor a mérleg túl van terhelve

“LO”: akkor jelenik meg a képernyön, ha cserélni kell az elemeket

“Err”: akkor jelenik meg a képernyön, amikor helytelenül végezték a mérést  
egyéb

A zsír és víz arányának megállapításához a mérlegre lépés előtt mindig vegye le cipőjét és zokniját.

A helyes mérés érdekében mindig győződjön meg arról, hogy mind a mérleg, mind a lába tiszta legyen.

A helyes mérés érdekében javasoljuk, hogy a méréseket minden nap ugyanabban az időpontban végezze (pl: 19:00 – 21:00)

 Ez a berendezés megfelel az összes rá alkalmazható európai előírásnak.

### HULLADÉKKEZELÉS

A készüléket életciklusának lejártát követően nem lehet a települési hulladékkal együtt megsemmisíteni, a hulladékkezeléskor – a készülék eltávolítható részeivel és alkatrészeivel együtt – a 2002/96/EK irányelvet kell figyelembe venni. Mivel a települési hulladéktól külön kell kezelni, ezért a készüléket egy elektromos és elektronikai berendezések gyűjtésére szakosodott hulladéklerakó telepre kell vinni, vagy egy egyenértékű, új készülék vásárlásakor le kell adni a viszonteladónak. A fentiek betartásának elmaradása súlyos büntetést von maga után.

Minden utasítás és rajz a használati útmutató nyomtatásakor rendelkezésre álló információ alapul, ezért változásnak van kitéve.

## TESTO GARANZIA PER ITALIA

**JOYCARE S.P.A** garantisce per 3 anni a partire dalla data d'acquisto, l'eliminazione gratuita dei danni causati da difetti di materiale o di fabbricazione, riparando o sostituendo il prodotto. (Come previsto dalla legislazione dell'EU, D.R, 1999/44/CE e recepita dal DL n. 24 del 2/2/2002, disciplinante la vendita dei beni di consumo e **art. 133 del codice del consumo**). I prodotti e le loro parti sostituibili in garanzia diventano proprietà di Joycare S.P.A. Non sono coperti da garanzia i danni causati da una non corretta installazione del prodotto, uso improprio, manomissioni del prodotto, danni accidentali, riparazioni effettuate da persone non autorizzate e le parti naturalmente soggette ad usura. Consigliamo di leggere attentamente in ogni sua parte il manuale di istruzioni che accompagna il prodotto. Per ottenere l'assistenza nel periodo di garanzia, è necessario restituire al **Centro di Assistenza Tecnica Autorizzato** (su indicazioni fornite dal numero assistenza e comunque esclusi i prodotti da installazione e poltrone) il prodotto difettoso accompagnato dal tagliando di garanzia debitamente compilato in ogni sua parte, e dal documento fiscale d'acquisto (scontrino, fattura o ricevuta. In ogni caso, questo certificato da solo non sostituisce in alcun modo il documento fiscale atto a dimostrare la data di acquisto del prodotto. **Si raccomanda di conservare l'imballo originale del prodotto.**

### Informativa D.Lgs N. 196/2003

Gentile Signore/a

Desideriamo informarla che il D.Lgs n. 196/2003 prevede la tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali. Secondo la legge indicata, tale trattamento sarà improntato ai principi di correttezza, liceità e trasparenza e di tutela della Sua riservatezza e dei Suoi diritti. Ai sensi della legge predetta, Le forniamo, quindi, le seguenti informazioni:

1. I dati da Lei forniti verranno trattati per le seguenti finalità: restituzione del prodotto riparato o sostituito a mezzo trasporto corriere.
2. Trattamento sarà effettuato con le seguenti modalità: manuale/informatizzato.
3. Il conferimento dei dati è obbligatorio e l'eventuale rifiuto a fornire tali dati potrebbe comportare la mancata o parziale esecuzione del contratto.
4. I dati saranno comunicati esclusivamente ai Centri di Assistenza Tecnica Autorizzata.



## **CURIAMO IL TUO BENESSERE - Servizio Post vendita NO PROBLEM**

Hai riscontrato dei problemi con il prodotto? Chiamo il numero 199.151.136 (attivo lunedì-venerdì dalle 9:00 alle 20:00 e il sabato dalle 9:00 alle 14:00) e potrai avere informazioni su:

- il corretto funzionamento dei prodotti
- il ritiro a domicilio dell'articolo acquistato e non funzionante esclusi i prodotti da installazione e poltrone)

**Se l'apparecchio è ancora in garanzia, il ritiro a domicilio, la riparazione e la restituzione sono completamente gratuiti.**

### **GB: WARRANTY CARD**

Joycare S.p.A., a company with a sole shareholder, offers a period of 3 year warranty after the date of purchase. The warranty does not cover damage caused by accidental breakage, transportation, incorrect maintenance or cleaning, misuse, tampering or repairs carried out by non authorised third parties. The following is also excluded: damage caused by incorrect product installation, and damage caused by wear and tear, obviously including parts subject to wear and tear. In order to obtain the replacement/repair of products under warranty in cases other than those mentioned above, but which are instead caused by manufacturing defects, please contact your local importer/distributor. Goods that are not held to be in good condition because of the aforesaid causes must be accompanied by this certificate, duly filled-in, as well as a receipt for the goods (invoices and transport documents) and purchasing documentation.

**Please keep the original packaging of the product.**

### **F: CARTE DE GARANTIE**

Joycare S.p.A. sociétaire unique, offre 3 année de garantie dès la date d'achat. Ne sont pas couverts par la garantie les dommages causés par la casse accidentelle, les dommages dus au transport, par une mauvaise manutention, usage, nettoyage ou une négligence, par altérations ou réparations effectuées par des personnes non autorisées. Sont également exclus les dommages dérivants d'une installation incorrecte du produit et les dommages consécutifs à l'usure des parties, naturellement sujettes à l'usure. Pour obtenir le remplacement/la réparation du produit sous garantie, dans les cas non prévus ci dessus, mais pour défauts de fabrication, nous vous invitons à contacter l'importateur/distributeur local. La marchandise considérée défective pour les raisons

évoquées plus haut, doit être accompagnée du présent certificat dûment complété, de la preuve d'achat des marchandises (facture et dut), et du document d'achat.

**Nous vous recommandons de conserver l'emballage d'origine du produit.**

#### **D: WORTLAUT DER GEWÄHRLEISTUNGSERKLÄRUNG FÜR DAS AUSLAND**

Die Joycare S.p.A. mit einem einzigen Gesellschafter bietet eine Gewährleistung von 3 Jahren ab dem Kaufdatum. Durch die Garantie werden keine Schäden abgedeckt, die durch Unfälle, Transporte, unsachgemäße Wartung und Reinigung, unsachgemäße Handhabung der Waren oder Wartungsarbeiten bzw. Reparaturen, die durch unautorisierte Dritte verursacht werden. Außerdem sind Schäden auszuschließen, die sich aus einer unsachgemäßen Installation des Produkts ergeben sowie Gebrauchsfolgeschäden und die Bestandteile, die für den Gebrauch gedacht sind. Damit das Produkt im Rahmen der Garantie ersetzt/repariert werden kann, wenden Sie sich in anderen Fällen als den oben genannten (d.h., bei Fabrikationsfehlern) an den örtlichen Händler oder Importeur. Wird die Ware aus den oben genannten Gründen für schadhaft befunden, so ist der Rücksendung Folgendes beizulegen: das beiliegende, ausgefüllte Formular, der Kaufbeleg für die Ware (Rechnung) sowie die Kaufquittung.

**Es wird empfohlen, die Originalverpackung des Produkts aufzubewahren.**

#### **P: CERTIFICADO DE GARANTIA**

Joycare S.p.A único sócio, ofrece garantía de 3 años a partir da data da compra. Não estão cobertos pela garantia os danos causados devido a acidente, danos de transporte, manutenção e limpeza indevida, danos causados pelo uso impróprio, manuseamento ou reparações efectuadas por terceiros não autorizados. Estão também excluídos os danos causados pela instalação incorrecta do produto e os danos devidos ao natural desgaste das peças. Para obter a substituição/reparação de produto sob garantia, nos casos não abrangidos pelo disposto acima, mas por defeito de fabrico, entrar em contacto com o "distribuidor / importador. A mercadoria considerada defeituosa pelos motivos acima mencionados deve ser acompanhada por este certificado, devidamente preenchido, comprovativo de compra da mercadoria (factura e nota de entrega), juntamente com o comprovativo de compra.

**Por favor, guarde a embalagem original do produto.**

#### **E : CERTIFICADO DE GARANTIA**

Joycare S.p.A. socio único ofrece 3 años de garantía a partir de la flecha de adquisición.



La garantía no cubre los daños causados por una ruptura accidental, por el transporte, por un mantenimiento y una limpieza incorrectos, por incapacidad en el uso profesional al que se destinan los bienes, y por las violaciones o reparaciones efectuadas por terceros no autorizados. Se excluyen además los daños derivados de una instalación incorrecta del producto, los daños derivados del desgaste y, naturalmente, las partes desgastadas. Para obtener la sustitución/reparación del producto en garantía en los casos no previstos anteriormente sino por defecto de fabricación, se invita a contactar el importador/distribuidor local. La mercancía considerada no eficiente por las causas mencionadas anteriormente deberá ir acompañada del presente certificado debidamente cumplimentado, de la prueba de adquisición de las mercancías (factura y ddt), además del documento de compra.

**Se recomienda conservar el embalaje originario del producto.**

#### **BG : ГАРАНЦИЯ**

„Joycare” S.p.A., едноличен съдружник, предлага 3 години гаранция от датата на закупуването. От гаранцията не са обхванати повредите, причинени от неволно счупване, увреждане при транспорт, неправилна поддръжка и почистване, неподходяща употреба, видоизменения или поправки, извършени от трети неупълномощени лица. В допълнение, изключени са и щетите, предизвикани от неправилна инсталация на продукта, както и щетите, породени от изхабяване, както и естествено от частите, които се изхабяват. За да можете да получите замяна/поправка на продукта в гаранция, в случаите, когато причините не са измежду тези, споменати по-горе, но дължащи се на фабрични дефекти, Ви молим да се свържете с местния вносител/дистрибутор. Стоката, която бъде оценена като неефикасна поради някоя от гореспоменатите причини, трябва да бъде придружена от настоящото изчерпателно попълнено удостоверение, от доказателството за закупуването на стоките (фактура и документ за транспорт), както и от документа за закупуване.

**Препоръчваме Ви да съхранявате оригиналната опаковка на продукта.**

#### **RO : CERTIFICAT DE GARANȚIE**

Joycare SA, unic asociat, oferă 3 ani de garanție, începând cu data achiziționării. Nu sunt acoperite de garanție daunele provocate de lovituri accidentale, daune din timpul transportului, cauzate de o întreținere și o curățire incorectă, de folosire improprie, de modificări și reparații realizate de către terțe persoane neautorizate. Sunt de asemenea excluse daunele ce derivă dintr-o instalare incorectă a produsului și daunele cauzate de uzură și componentele supuse în mod natural la uzură.

Pentru a obține înlocuirea / repararea produsului în garanție, în cazurile care nu sunt prevăzute în rândurile de mai sus, ci din cauza unor defecte de fabricație, vă invităm să contactați importatorul / distribuitorul local. Marfa considerată necorespunzătoare din motivele de mai sus, trebuie să fie însoțită de prezentul certificat completat corect, de dovada de cumpărare a mărfurilor (factură și documentul de transport), împreună cu documentul de cumpărare. **Vă recomandăm să păstrați ambalajul original al produsului.**

**HU:** Az egyfős Joycare S.p.A. társaság, a vásárlás dátumától számított 3 év garanciát biztosít termékeire. A garancia nem vonatkozik a véletlen törésből, a szállítás során történt sérülésből, a nem megfelelő karbantartásból és tisztításból, a nem megfelelő használatból, illetve a felhatalmazással nem rendelkező személyek által végzett beavatkozásokból vagy javításokból eredő károkért. Ezenkívül a garancia nem terjed ki a készülék nem megfelelő beszereléséből eredő károkra, valamint az elhasználódásból eredő károkra és természetesen, az elhasználódásnak kitett alkatrészekre. A készülék garanciális cseréje/javítása érdekében, a fent felsoroltaktól eltérő esetekben, gyártási hiba esetén, lépjen kapcsolatba a helyi importőrrel/kereskedővel. A fent felsorolt okok miatt a nem megfelelő áruhoz csatolni kell a kitöltött, csatolt igazolást, a vásárlást igazoló dokumentumokat (számla és szállítólevél), valamint a blokkot. **Őrizze meg a termék eredeti csomagolását.**



<p><b>PRODOTTO/NUMERO DI SERIE/ MODELLO</b>          PRODUCT/SERIAL NUMBER/MODEL          PRODUIT / NUMÉRO DE SÉRIE/ MODÈLE DU PRODUIT          PRODUKT / SERIENUMMER / MODELL          PRODUCTO / NUMERO DE SERIE/ MODELO          ПРОДУКТ / СЕРИЯ / МОДЕЛ          PRODUȘ/SERIA NUMĂRUL/MODEL          TERMÉK/SOROZATSZÁM</p>	<p><b>DATA DI ACQUISTO</b>          DATE OF PURCHASE          DATE D'ACHAT          KAUFDATUM          DATA DE COMPRA          FECHA DE COMPRA          ЗАКЛУПАНА ДАТА          DATA CUMPARĂRII          BESZERZÉS DÁTUMA</p>
<p><b>INDIRIZZO</b>          SENDER          EXPÉDITEUR          ABSENDER          REMITENTE          REMITENTE          АДРЕС          EXPEDITOR          CIM</p>	<p><b>NOME E TIMBRE DEL RIVENDITORE</b>          DEALER NAME AND STEMPSEL          NOME ET TIMBRE DU REVENDEUR          NAME UND STEMPEL DES HÄNDLERS          REVENDEDOR NOMBRE Y CARIMBRO          NOME DE NEGOCIANTE          ИМЕ И ПЕЧАТ НА ТЪРГОВСКИЯ ПРЕДСТАВИТЕЛ          NUMELE VANZĂTORULUI ȘI ȘTAMPILA          A VÍSZONTÉLADO NEVE ÉS PECSÉTYE</p>
<div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>	

**REV.00-JUL2012**

**JOYCARE S.p.A. socio unico**  
**Sede legale : via Fabio Massimo, 45 – Roma – Italy**  
**e-mail: info@joycare.it – www.joycare.it**  
**Made in China**