

## PW 3006 – Nerezová váha



### UPOZORNĚNÍ

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

### BEZPEČNOSTNÍ PŘEDPISY:

#### ZACHÁZENÍ A ÚDRŽBA PŘÍSTROJE

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

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

## DĚTI A NEMOHOUCÍ OSOBY

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

## SPECIFICKÉ PŘEDPISY BEZPEČNOSTI

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

### VAROVÁNÍ:

- Manipulujte se zařízením s velkou opatrností, jde o velmi přesný měřicí nástroj. Zabraňte jeho pádu či skočení na něj.
- Zařízení má omezení na vstupní zatížení o hodnotě 150 kg (330,7 lb, 23,62 st). Větší zatížení může mít za následek zničení zařízení.
- Není-li váha používána, vždy ji skladujte ve vodorovné poloze.
- Tato váha není určena pro tyto osoby:
  - děti pod 10 let a osoby starší 99 let věku
  - osoby s příznaky teploty, edému či osteoporózy
  - osoby podstupující léčbu dialýzou
  - osoby používající kardiostimulátor
  - osoby s léčbou kardiovaskulárních obtíží
  - těhotné ženy
  - sportovci podstupující každodenní více jak 5hodinovou fyzickou zátěž
  - osoby se srdečním tepem nižším jak 60 úderů/minutu

## ÚČEL POUŽITÍ

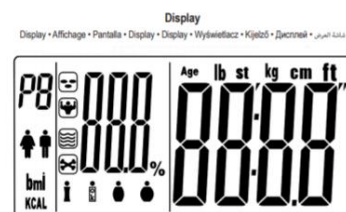
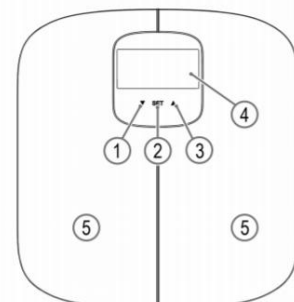
Zařízení je navrženo pro vážení a měření váhy těla, tělesného tuku, množství vody, kostní a svalové hmoty. Zařízení je navrženo výhradně k těmto účelům. Zařízení používejte pouze ve vnitřních suchých prostorách. Zařízení je určeno pro běžné užití v domácnosti, není určeno ke komerčním účelům. Používejte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

## ROZBALENÍ




- Vyměňte zařízení z balení.
- Odstraňte veškerý obalový materiál jako igelitové sáčky, výplně, svorky a kartony.
- Překontrolujte úplnost balení.
- Zkontrolujte zařízení na možné mechanické závady vzniklé během transportu.

**POZNÁMKA:** Na zařízení mohly ulpět nečistoty, jako prach, konzervační látky aj. Očistěte zařízení podle pokynů v kapitole ‚ČIŠTĚNÍ‘.

1. Tlačítko šipka dolů
2. Tlačítko SET
3. Tlačítko šipka nahoru
4. Displej
5. Kontaktní plocha



Věk	Žena		Muž	
	Hmotnost	Kcal	Hmotnost	Kcal
6 – 17	50	1265	60	1620
18 – 29	55	1298	65	1560
30 – 49	60	1302	70	1561
50 - 69	60	1242	70	1505

Ukazatel na displeji	Význam
<b>kg (lb / St:lb)</b>	Tělesná váha
P0 – P9	Uživatelská pozice v paměti
	Muž
	Žena
<b>cm (ft in)</b>	Výška těla
AGE	Věk
	Během přenosu dat bliká tento ukazatel
FAT	Zobrazení tělesného tuku.
WATER	Zobrazení množství vody v těle.
MUSCLE	Zobrazení svalové hmoty
BONE	Váha kostí
%	Hodnoty v procentech – tělesný tuk / tělesná voda / svalová hmota / váha kostí
Underfat Healthy Overfat Obese	Analytická škála: podváha, normální váha, nadváha, obezita
KCAL	Denní požadavek kilokalorií

#### Technické údaje:

Model:.....	PW 3006 FA
Napájení:.....	4 baterie 1,5 V, typu "AAA" / "R03"
Čistá váha zařízení: .....	1,55 kg
Kapacita paměti:.....	10
Tělesné proporce:.....	od 75 do 225 cm (2 '5. " – 7 '4. " ft:in)
Věk pro měření: .....	od 10 do 85 let
Minimální váha: .....	od 5,0 kg (4.4 lb / 0:05 st:lb)
Maximální váha: .....	180 kg (396.8 lb / 28: 3. st:lb)
Jednotka vážení: .....	100g nárůst (0.2 lb / . st:lb)
Jednotka měření těl. tuku: .....	0,1 %
Jednotka měření těl. vody.....	0,1 %
Teplota:.....	0° C - 40° C / 32° F - 104° F
Vlhkost vzduchu:.....	< 85%
Rozsah měření tělesného tuku:.....	4% – 50 %
Rozsah měření tělesné vody:.....	35 % - 85,0 %
Rozsah měření svalstva:.....	1,0% - 50,0 %

Rozsah měření kostí:..... 1,0 % - 15,0 %

Technické změny vyhrazeny bez předchozího upozornění! Toto zařízení je v souladu s příslušnými směrnici CE a je navrženo v souladu s nejnovějšími bezpečnostními předpisy.

## NAPÁJENÍ

### VÝSTRAHA:

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

## VLOŽENÍ BATERIÍ

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

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

### VAROVÁNÍ:

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

## INFORMACE PŘI MĚŘENÍ

### TĚLESNÉHO TUKU

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

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

Signál je zcela bezpečný! Metoda měření je popisována jako "analýza bioelektrického odporu" (BIA), faktor založený na vzájemném příbuzenství těla a váhy a přidruženém procentu množství vody v těle, stejně tak jako na dalších biologických datech (věk, pohlaví, tělesná váha). Existují silné osoby s vyrovnaným procentem mezi tukem a tělesnou hmotou a také štíhlé osoby se znatelně vysokou hodnotou tělesného tuku. Tělesný tuk je faktor, který dokáže velmi významně zatížit např. kardiovaskulární systém. Proto je kontrola obou hodnot (tuk a váha) vhodná pro udržení těla v kondici a v dobrém zdravotním stavu.

### TĚLESNÝ TUK

Tělesný tuk je významnou komponentou těla – od ochrany kloubů, tak jako zdroj vitamínů po regulaci tělesné teploty, zastává tuk neoddelitelnou roli v lidském těle. Není vhodné jej radikálně redukovat, ale zajistit jeho správnou hladinu a udržovat rovnováhu mezi svalovinou a tukem.

## DŮLEŽITOST VODY PRO NAŠE ZDRAVÍ

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

Voda má několik úloh v lidském těle:

- sestavuje bloky našich buněk; to znamená, že každá buňka jako například buňka kůže, mozku, svalů atd. fungují správně pouze tehdy, pokud obsahují dostatek vody,
- je důležitou látkou uvolňovanou v našem těle,

- dopravuje živiny a metabolické produkty těla.

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

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

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

## MĚŘENÍ A ANALÝZA

Uložení Vašich dat do paměti.

### POZNÁMKA:

- Zařízení funguje správně pouze tehdy, stojíte-li na něm bosí a se suchýma nohama!
- Je-li nezbytné, otřete kontaktní povrch váhy.
- Vzhledem k výraznému kolísání tělesného tuku, je obtížné dosáhnout standardní hodnoty. Optimální čas pro provádění měření je mezi 18 a 20 hodinou, kdy tělesný tuk je v tuto dobu velmi vyrovnaný.
- Stiskněte tlačítko SET. Data uložená pod danou pozici se zobrazí (USER bliká). Tlačítka UP / DOWN vyberte uloženou pozici, kam chcete naměřená data uložit.
- Vyčkejte, kdy USER a 0,0 kg (0,0 lb/st) přestanou blikat.
- Postavte se na kontaktní plochu (4) oběma nohama.
- Nejprve bude na displeji blikat vaše váha.
- Po několika vteřinách se zobrazí následující měření:
  1. - obsah tělesného tuku v % (symbol )
    - množství vody v těle v % (symbol )
    - výsledek analýzy formou lišty
  2. - obsah svalové hmoty v % (symbol )
    - obsah kostní hmoty v % (symbol )
    - požadavek kalorií na den
  3. - předvolba pohlaví
    - předvolba typu
    - předvolba výšky
    - předvolba věku (AGE)
    - navýšení tělesné hmotnosti (INCREASE) / úbytek tělesné hmotnosti (DNCREASE) v kg (lb/st) v porovnání s dříve naměřenými hodnotami
- Po té se zjištěné informace opakovaně zobrazí. Pak se váha sama vypne.

## ULOŽENÍ OSOBNÍCH DAT

### POZNÁMKA:

- Váha obsahuje výchozí hodnoty, které můžete kdykoliv změnit tak, jak je popsáno níže.
- Dodržujte následující postup změny nastavení a dobu mezi jednotlivými kroky. Jinak zařízení automaticky ukončí proces změny nastavení vstupních hodnot.
- Stiskněte tlačítko SET. Na displeji se rozbliká pozice v paměti (USER). Nastavení potvrďte stisknutím SET či vyberte jinou pozici v paměti pomocí tlačítek UP /DOWN. Po té stiskněte SET a pokračujte dál.
- Rozbliká se symbol "muže" či "ženy". Potvrďte výběr pomocí SET či vyberte tlačítka UP / DOWN správný symbol pohlaví. Po té stiskněte SET a pokračujte dál.

- Rozbliká se nastavení výšky. Tlačítka UP / DOWN vyberte vaši výšku. Přidržením vybraného tlačítka zrychlíte výběr hodnoty. Potvrďte váš výběr pomocí SET.
- Rozbliká se nastavení věku (AGE). Tlačítka UP / DOWN vyberte váš věk. Přidržením vybraného tlačítka zrychlíte výběr hodnoty. Potvrďte váš výběr pomocí SET.
- Zobrazuje-li se pouze uložená pozice a hodnoty 0.0 kg (0.0 lb/0:0 st), je vstupní proces zadání hodnot dokončený. Nyní máte následující možnosti:
  - Nyní můžete změnit jednotky měření váhy a typu. Použijte tlačítko UNIT do doby, dokud se nezobrazí požadovaná jednotka pro váhu. Jednotka pro měření výšky se automaticky změní s ní.
  - Tlačítkem SET znovu zobrazíte vybrané nastavení.
  - Vyvolání dalších pozic v paměti. Celkem můžete obsadit 10 pozic v paměti. Stiskněte SET a tlačítka UP / DOWN vyberte další pozici. Pokračujte tak, jak je uvedeno výše.
  - Chcete-li provést změnu, stiskněte SET (USER bliká). Vyberte uloženou pozici pomocí UP / DOWN. Pokračujte tak, jak je uvedeno výše.
  - Okamžitě můžete provést měření.

#### Množství tuku v těle:

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

Věk	Muž			
	Podváha	Normální váha	Nadváha	Obezita
10 – 17	3,0 – 12,0	12,1 – 17,0	17,1 – 22,0	22,1 – 50,0
18 – 30	3,0 – 12,4	12,5 – 18,0	18,1 – 23,0	23,1 – 50,0
31 – 40	3,0 – 13,0	13,1 – 18,4	18,5 – 23,0	23,1 – 50,0
41 – 60	3,0 – 13,4	13,5 – 19,0	19,1 – 23,4	23,5 – 50,0
61 - 99	3,0 – 14,0	14,1 – 19,4	19,5 – 24,0	24,1 – 50,0

#### Množství vody v těle:



Věk	Žena			Muž		
	málo	normální	vysoká	málo	normální	vysoká
10 – 17	< 54,0	54,0 – 60,0	> 60,0	< 57,0	57,0 – 62,0	> 62,0
18 – 30	< 53,5	53,5 – 59,5	> 59,5	< 56,5	56,5 – 61,5	> 61,5
31 – 40	< 53,0	53,0 – 59,0	> 59,0	< 56,0	56,0 – 61,0	> 61,0
41 – 60	< 52,5	52,5 – 58,5	> 58,5	< 55,5	55,5 – 60,5	> 60,5
61 - 99	< 52,0	52,0 – 58,0	> 58,0	< 55,0	55,0 – 60,0	> 60,0

#### Kalorie:

Věk	Žena		Muž	
	Váha (kg)	Kcal	Váha (kg)	Kcal
10 – 17	50	1265	60	1620
18 – 30	55	1298	65	1560
31 – 40	60	1302	70	1561
41 - 60	60	1242	70	1505
61 - 99	50	1035	65	1398

## VAROVÁNÍ:

- Před čištěním zařízení odpojte ze sítě vytažením napájecího kabelu.
- Nenořte zařízení do vody! Riziko zničení elektroniky zařízení.
- Nepoužívejte hrubé čistící pomůcky a agresivní chemická čisticí prostředky. Pro očištění zařízení použijte navlhčenou měkkou látku či kuchyňskou houbičku, s trochou kuchyňského saponátu. Osušte po očištění měkkou látkou.

Ukazatele na displeji	Význam
	Test funkčnosti všech segmentů displeje (po každém vložení baterií dojde ke krátkému zobrazení segmentů)
	Vybité baterie.
EEEE	Překročení váhového limitu přístroje.
Err	Procentuální podíl tělesného tuku je pod hodnotou měřicího rozsahu.
----	Váha neleží správně na zemi.

## ZÁRUKA & ZPŮSOB LIKVIDACE

Tento přístroj byl vyroben s největší pečlivostí a nejmodernějšími výrobními metodami. Jsme přesvědčeni, že vám bude bezchybně sloužit, pokud budete dodržovat pokyny v návodu. V případě jakékoliv závady se laskavě obraťte na svého obchodníka nebo přímo na servisní organizaci firmy. Dbejte též, aby vám prodávající řádně vyplnil záruční list. Pokud však budou na přístroji shledány cizí zásahy nebo bude obsluhován v rozporu s pokyny v návodu, záruční nároky zanikají. Rozebírání přístroje je zakázáno.

### OBAL

krabice – tříděný sběr papíru (PAP)

polystyren – tříděný sběr (PS)

PE sáček – tříděný sběr (PE)

### VÝROBEK

kabel bez zástrčky – tříděný sběr mědi

plastové části – tříděný sběr (PP)

kovové části – železný šrot (FE)

### INFORMACE PRO UŽIVATELE K LIKVIDACI

#### ELEKTRICKÝCH A ELEKTRONICKÝCH

#### ZAŘÍZENÍ (DOMÁCNOSTI)

Uvedený symbol na výrobku nebo v průvodní dokumentaci znamená, že použité elektrické nebo elektronické výrobky nesmí být likvidovány společně s komunálním odpadem. Za účelem správné likvidace výrobku jej odevzdejte na určených sběrných místech, kde budou přijata zdarma. Správnou likvidací tohoto produktu pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu nebo nejbližšího sběrného místa. Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národními předpisy uděleny pokuty. Je-li zařízení je vybaveno (dobíjecí) baterií, mějte na paměti, že použité baterie a akumulátory nepatří do domovního odpadu a je nezbytné je odložit ve sběrných střediscích nebo místě nákupu (pokud tuto službu prodejce nabízí). Baterie / akumulátory musí být odstraněny ze zařízení dříve, než bude zařízení předáno do odpadu. Kontaktujte servisního technika či odborného pracovníka. Toto jsou značky nebezpečných látek, uvedených na bateriích:

- Pb olovo
- Cd kadmium
- Hg rtuť
- Li lithium