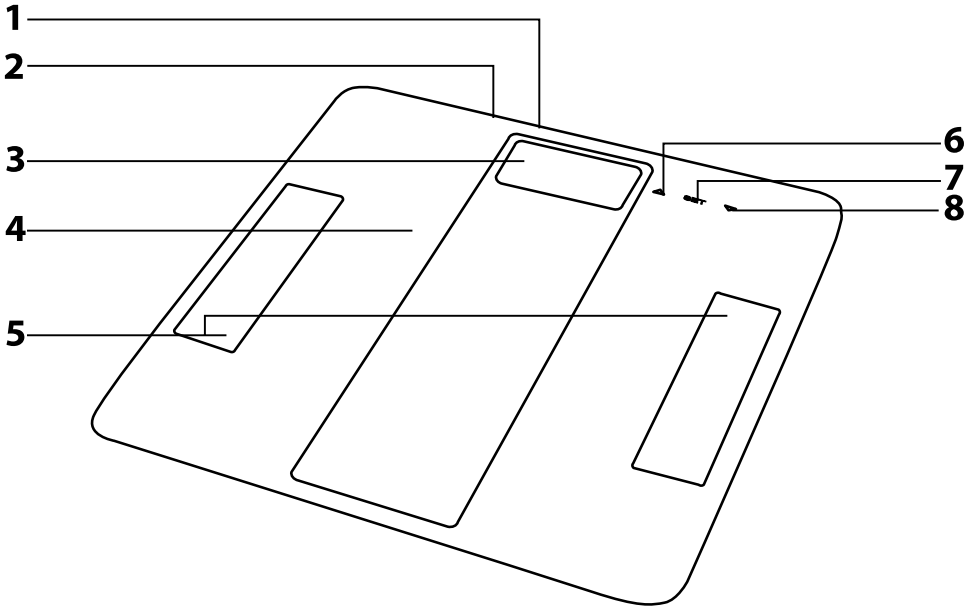




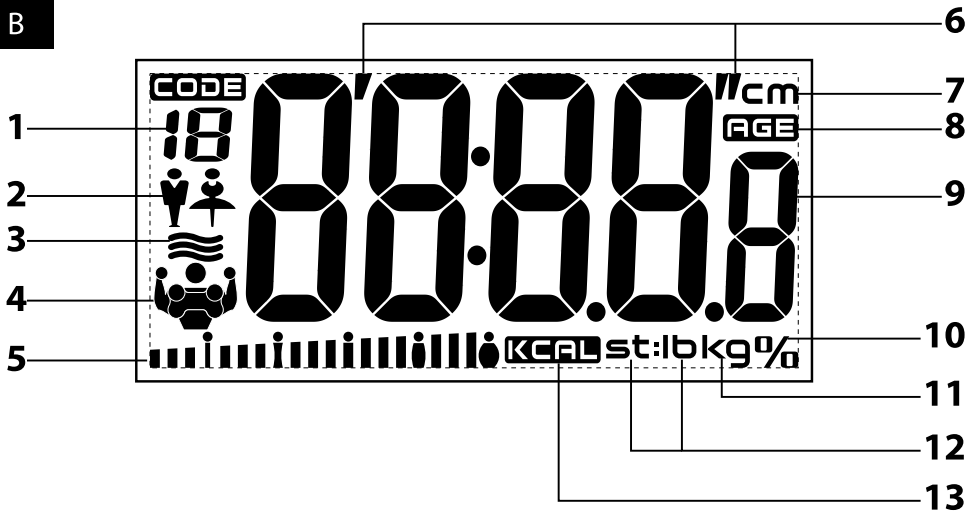
BG ■ Лично кантарче за фитнес с Bluetooth

Превод на оригиналното ръководство

A



B

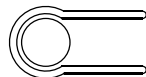


C

1



2



Лично кантарче за фитнес с Bluetooth

Ръководство за потребителя

ИНСТРУКЦИИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ И ВАЖНИ БЕЛЕЖКИ

- Преди да използвате този уред молим да прочетете ръководството за потребителя внимателно дори и в случаите, когато преди това сте се запознали с предишна употреба на подобни видове уреди. Използвайте уреда само по начина, описан в това ръководство за потребителя. Съхранявайте това ръководство за потребителя на сигурно място, от където може да бъде лесно извадено за бъдеща употреба.
- Препоръчваме да се запазят оригиналният кашон, опаковъчният материал, касовата бележка, декларацията за отговорност на продавача или гаранционната карта най-малко в течение на срока на действие на правната отговорност за незадоволително изпълнение или качество. В случай на превоз препоръчваме уредът да се опакова в ориги-

налния кашон от производителя.

- Уредът е предназначен за употреба в домакинства, офиси и други подобни видове сфери. Не го използвайте за търговски, медицински или други цели.
- Този уред може да бъде използван от деца и хора с намалени физически, сетивни или умствени способности, или с недостатъчен опит и познания, ако се наблюдават правилно.
- Децата следва да бъдат наблюдавани, за да се гарантира, че няма да си играят с уреда.
- Не използвайте уреда на открито и не го поставяйте върху нестабилни повърхности или в близост до открит огън и други източници на топлина.
- Не излагайте уреда на пряка слънчева светлина или висока влажност на въздуха и не го използвайте в изключително прашна среда.
- Уверете се, че уредът е разположен върху равна, гладка, твърда и стабилна повърхност. Това важи особено при използване на уреда. В противен случай би могло да последва неточно измерване.
- Не използвайте уреда в непосредствена близост до силно

електромагнитно поле.

- Преди да стъпвате върху платформата за претегляне проверявайте дали тя не е влажна и дали краката ви не са мокри. В противен случай това представлява опасност от подхлъзване.
- Не скачайте върху уреда и не надвишавайте капацитета му за максимално тегло. Това може да го повреди.
- При претегляне с измерване и анализ на режима за параметри на тялото е необходимо да се стои върху платформата за претегляне с чисти боси крака, като и двата крака трябва да бъдат разположени върху електродите.
- Измереният процентен дял на костите, мазнините, мускулната тъкан и съдържанието на вода в организма има само информативно естество. Молим да не основавате медицински диагнози върху тези резултати. Ако процентът на мастната тъкан и нивото на хидратация се различават значително от нормата, се препоръчва това състояние да се обсъди с лекар или диетичен консултант. За препоръки относно подходящите мерки за постигане на оптимално телесно тегло се консултирайте по подобен на-

чин с вашия лекар или диетичен консултант.

- Отклоненията при измерването на процентния дял на костите, мазнините, мускулната тъкан и съдържанието на вода в организма може да са по-големи при лица над 70-годишна възраст и спортни специалисти.
- Резултатите от измерването могат да бъдат нарушени след интензивни физически упражнения, по време на екстремно обезводняване на организма, или когато сте на драстична диета за отслабване.
- Измерването на костите, мазнините, мускулната тъкан и съдържанието на вода в организма не се препоръчва за:
 - лица с имплантиран пейсмейкър или други медицински импланти,
 - бременни жени,
 - лица със симптоми на оток (подуване) или лица, подложени на диализно лечение.
- Деца под 10-годишна възраст и лица на възраст над 100 години могат да използват уреда само в режим за измерване на тегло.
- Не използвайте уреда като място за поставяне на предмети. Съхранявайте го в хоризонтално по-

ложение и се старайте да няма поставени върху него предмети.

- Изваждайте батериите, ако решите да не използвате уреда в течение на продължителен период от време (повече от 3 месеца). Ако батериите протекат във вътрешността на уреда, това може да доведе до негова повреда.
- Не използвайте акумулаторни батерии за захранване на този уред.
- Съхранявайте батериите на недостъпно за деца място, тъй като те могат да представляват опасност. В случай на поглъщане на батерия от дете незабавно потърсете медицинска помощ.
- Пазете уреда чист. При почистване спазвайте инструкциите в глава „Почистване и поддръжка“. Не потапяйте уреда под вода или друга течност и не го изплаквайте под течаща вода.
- Не поправяйте уреда сами и не правете каквито и да било корекции по него. Погрижете се всички ремонти или настройки да бъдат извършвани в упълномощен сервисен център. Като манипулирате уреда, рискувате да анулирате законовите си права, произтичащи от незадоволително изпълнение или гаранция за качество.

ОПИСАНИЕ НА КАНТАРЧЕТО

- A1** Превключвател за превключване на единици за тегло (не е показан), разположен в долната част на кантарчето.
- A2** Отделение за батерията (не е показана), намиращо се в долната част на кантарчето.
- A3** Течнокристален дисплей
- A4** Платформа за претегляне от 6 mm дебло закалено стъкло
- A5** Метални електроди за измерване на процентното съдържание на мускулни тъкани, кости, мазнини и съдържание на вода в организма.
- A6** Сензорен бутон ▼
- A7** Сензорен бутон SET
- A8** Сензорен бутон ▼

ОПИСАНИЕ НА ДИСПЛЕЯ

- B1** Личен потребителски код
- B2** Пол (мъжки/женски)
- B3** Процент вода в тялото
- B4** Процентно съдържание на кости, мазнини и мускулна тъкан
- B5** Графично представяне на измервания процент мазнини в тялото
- B6** Британска единица за дължина
- B7** Метрична единица за дължина
- B8** Възраст
- B9** Резултат от измерването
- B10** Процент
- B11** Метрична единица за тегло
- B12** Британска единица за тегло
- B13** Единица за енергия

ПРИНЦИП НА ИЗМЕРВАНЕ НА ПРОЦЕНТНИЯ ДЯЛ НА КОСТИТЕ, МАЗНИНТЕ, МУСКУЛНАТА ТЪКАН И СЪДЪРЖАНИЕТО НА ВОДА В ОРГАНИЗМА

- Това лично кантарче за фитнес е снабдено с функция за измерване и анализ на телесни параметри. Измерването на костите, мазнините, мускулната тъкан и съдържанието на вода в организма се основава на метода за анализ на биоелектричния импеданс (АБЕИ). Методът за АБЕИ позволява определяне на тези стойности въз основа на електрическото съпротивление на човешките тъкани, което се измерва с помощта на слаб електрически импулс. Протектите се изчисляват въз основа на разликите в електрическото съпротивление на отделните човешки тъкани. Измерените стойности не могат да бъдат сумирани.
- Електрическият импулс се изпраща и реакцията се приема от метални електроди **A5**, които са разположени върху платформата за претегляне **A4** по такъв начин, че измервателната верига да се затваря, когато и двата крака стоят върху платформата за претегляне **A4**.

ИЗТОЧНИК НА ЗАХРАНВАНЕ

- За захранване на това кантарче се използват две батерии тип AAA (2 x 1,5 V) и те са включени в доставката на уреда. Свалете капака **A2** на отделението за батерии и поставете батериите в него. Уверете се, че е спазена правилната полярност и че батериите пасват правилно на мястото си. Затворете капака.
- Сменяйте батериите, когато на дисплея **A3** се появи „Lo“ (изтощена батерия), или когато дисплеят **A3** не светва, когато се стъпи върху платформата за претегляне **A4**, или се натисне бутонът SET **A7**.
- Изваждайте батериите, ако решите да не използвате кантарчето в течение на продължителен период от време (повече от 3 месеца).



Внимание:

използвайте само батерии тип AAA за захранване на кантарчето. Не комбинирайте стари и нови батерии и не използвайте акумулаторни батерии.

ИЗПОЛЗВАНЕ НА КАНТАРЧЕТО

- Разположете кантарчето върху равна, гладка, твърда и стабилна повърхност. Не го поставяйте върху килим или други меки повърхности, защото в противен случай резултатът от измерване на теглото може да бъде неточен.
- Когато си измервате теглото, стойте неподвижно и не се облягайте. За да бъдат сравними резултатите от измерванията е необходимо да се претегляте по едно и също време на деня, в идеалния случай – сутрин. Резултатите от измерванията се влияят от дрехите, които носите, както и от храната и пиететата, които сте консумирали, преди да се претеглите.
- Претеглянето и измерването и анализът на телесните параметри изисква брети крака, като и двата крака трябва да бъдат разположени върху електродите **A5**.

1. РЕЖИМ ЗА ПРЕТЕГЛЯНЕ

- Кантарчето е снабдено с функция „Auto-On“, която започва автоматично процеса на претегляне веднага след като се стъпи върху платформата за претегляне **A4**.
- Застанете с двата крака върху платформата за претегляне **A4** и изчакайте, докато показваното на дисплея **A3** измерено тегло се стабилизира. Показваното измерено тегло примигва веднъж и след това кантарчето се изключва автоматично.
- Преди кантарчето да се изключи автоматично, може да увеличите натоварването върху него и да продължите с претеглянето. За ново измерване на тегло всяко следващо натоварване трябва да бъде най-малко 2 kg. Например, ако искате да претеглите детето си, първо претеглете себе си и след това вземете детето без да слизате от кантарчето и се претеглете заедно. По този начин получавате общото тегло. Теглото на детето ви е равно на разликата между текущото и предходното тегло.

2. РЕЖИМ ЗА ПРЕТЕГЛЯНЕ С ИЗМЕРВАНЕ И АНАЛИЗ НА ТЕЛЕСНИ ПАРАМЕТРИ

- Натиснете бутона SET **A7** и въведете личните си параметри. Когато кантарчето се पुсне за първи път след поставяне на батериите, параметрите по подразбиране се задават както следва: личен потребителски код – 01, пол – женски, височина 165 cm (5'05.0") и възраст 25 години. Лични параметри могат да бъдат задавани в диапазона: личен потребителски код 01 – 12, пол – женски/мъжки, височина 100 до 250 cm (3'03.5" – 8'02.5") и възраст 10 до 100 години.
- За да изберете личен потребителски код, използвайте бутоните **A6** и **A8**. За да потвърдите настройките, натиснете бутона SET **A7**. Използвайте бутоните **A6** и **A8**, за да изберете пол и потвърдете избора с натискане на бутона SET **A7**. По същия начин задайте височината и възрастта. Задаването на параметрите се ускорява със задържане натиснат на бутон **A6** или **A8**. След като въведете възрастта си, натиснете върху платформата за претегляне **A4** или изчакайте 6 секунди. Дисплеят **A3** показва нулево тегло и след няколко секунди кантарчето се изключва автоматично.



Забелжка:

Ако не се натисне никой бутон в режим за задаване на параметри в рамките на 6 секунди, тогава се показва нулево тегло на дисплея **A3**. Това е сигнал, че е започнало претегляне с измерване и анализ на телесните параметри. Зададените преди кантарчето да превключи в режим на измерване параметри се съхраняват автоматично в паметта. Натискането и задържането на бутона SET **A7** в течение на 3 секунди ви връща в режим за задаване на лични параметри.

- За да включите кантарчето, натиснете бутона SET **A7**. На дисплея **A3** се показват параметрите на последния потребител или настройката по подразбиране. Използвайте бутоните **A6** и **A8**, за да изберете потребителски код, под който да се съхраняват личните ви параметри. Натиснете с крак върху платформата за претегляне **A4**. На дисплея **A3** се показва нулево тегло. Уверете се, че краката ви са чисти и сухи, след което стъпете върху платформата за претегляне **A4** по такъв начин, че и двата ви крака да са разположени върху електродите **A5**. В противен случай няма да има измерване и анализ на телесните параметри. Стойте неподвижно върху кантарчето и изчакайте, докато показваното на дисплея **A3** измерено тегло се стабилизира. Измереното тегло примигва веднъж. Впоследствие се извършват измерване и анализ на телесните параметри. В рамките на кратък период от време на дисплея **A3** постепенно се показват три пъти измереното тегло, процентът на мазнини в тялото в % с графичен дисплей на процента мазнини в тялото, съдържанието на вода в организма в %, процента на мускулни тъкани в %, процента на костни тъкани в %, индекса на телесната маса (BMI) и препоръчителният дневен прием на енергия в kcal (BMR). След това кантарчето се изключва автоматично. Резултатите от измерването се съхраняват в паметта и се показват на дисплея **A3** по време на следващото измерване.

3. ОЦЕНКА НА ТЕЛЕСНИТЕ ПАРАМЕТРИ

- Човешкото тяло съдържа средно 45 – 85 % вода, докато съдържанието на вода в мускулите е около 90 %, а в мазните тъкани около 45 %. Като се има предвид, че тялото на бебе може да е със съдържание на вода до 85 %, с нарастване на възрастта съдържанието на вода в тялото намалява, телесните протеини се дехидратират и се губят извънклетъчните течности. Поради тази причина по-възрастните хора са със съдържание на вода в тялото си под нивото от 55 %. Мъжете в продуктивна възраст са със средно съдържание на вода в тялото 62 %, а жените – 56 %. По-ниската стойност за жените е резултат от тяхното по-високо съдържание на мазнини в тялото.
- За мъжете обичайният процент на мазнини в тялото следва да бъде в диапазона 15 – 25 %. По физиологични причини жените са с ниво на мазнини 18 – 28 %. Процентът на мазнините се увеличава с възрастта, например процентът на мазнини в тялото на ниво 33 – 35 % е съвсем обичаен при жени над 50-годишна възраст.

Възраст	Жени		Мъже		Оценка на състоянието	Графично изображение (показвано на дисплея)
	Мазнини в тялото (%)	Хидратация (%)	Мазнини в тялото (%)	Хидратация (%)		
	4,0 – 16,0	66,0 – 57,8	4,0 – 11,0	66,0 – 61,2	Много нисък процент мазнини в тялото	■■■
	16,1 – 20,5	57,7 – 54,7	11,1 – 15,5	61,1 – 58,1	Нисък процент мазнини в тялото	■■■■
≤ 30	20,6 – 25,0	54,6 – 51,6	15,6 – 20,0	58,0 – 55,0	Нормален процент мазнини в тялото	■■■■■■
	25,1 – 30,5	51,5 – 47,8	20,1 – 24,5	54,9 – 51,9	Висок процент мазнини в тялото	■■■■■■■■
	30,6 – 60,0	47,7 – 27,5	24,6 – 60,0	51,8 – 27,5	Много висок процент мазнини в тялото	■■■■■■■■■■
	4,0 – 20,0	66,0 – 55,0	4,0 – 15,0	66,0 – 58,4	Много нисък процент мазнини в тялото	■■■
	20,1 – 25,0	54,9 – 51,6	15,1 – 19,5	58,3 – 55,3	Нисък процент мазнини в тялото	■■■■
> 30	25,1 – 30,0	51,5 – 48,1	19,6 – 24,0	55,2 – 52,3	Нормален процент мазнини в тялото	■■■■■■
	30,1 – 35,0	48,0 – 44,7	24,1 – 28,5	52,2 – 49,2	Висок процент мазнини в тялото	■■■■■■■■
	35,1 – 60,0	44,6 – 27,5	28,6 – 60,0	49,1 – 27,5	Много висок процент мазнини в тялото	■■■■■■■■■■



Забелжка:

горепосочената информация е само с информативен характер.

4. ПРЕПОРЪЧИТЕЛЕН ДНЕВЕН ПРИЕМ НА ЕНЕРГИЯ

- Препоръчителният дневен прием на енергия (BMR) се изчислява по време на измерване и анализ на телесните параметри. Той е енергията, необходима за осигуряване на основните жизнени функции на организма, в неподвижен режим в течение на 24 часа. BMR взема под внимание теглото, височината, възрастта и пола. Всяка физическа или психическа дейност, като например бягане, ходене и т.н., увеличава разхода на енергия, който трябва да бъде отразен в общия дневен прием на енергия. Колкото по-активен е човек, толкова по-високо е дневното му потребление на енергия.
- Ако желаете да отслабнете, най-ефективният метод е съветен дневен прием на енергия, балансирана диета и достатъчно количество физическа активност.

5. ПРЕГЛЕД НА ПОКАЗВАНИТЕ НА ДИСПЛЕЯ СЪОБЩЕНИЯ

- Ако на дисплея **A4** се появи „C“, когато стъпите върху кантарчето, това означава, че е възникнала грешка при претегляне Претеглете се отново.
- В случай, че максималният капацитет за претегляне се превиши, на дисплея **A3** се появява „Err“. За да се избегне повреда на кантарчето е необходимо да се слеза от платформата за претегляне **A4**.
- В случай, че на дисплея **A3** се появи „ErrL“, тогава измереният процент на мазнини в тялото е твърде нисък.
- В случай, че на дисплея **A3** се появи „ErrH“, тогава измереният процент на мазнини в тялото е твърде висок.
- Когато на дисплея **A3** се появи „Lo“, тогава батерията е почти изтощена.

6. ИЗБОР НА ЕДИНИЦИ ЗА ТЕГЛО

- Превключвателят **A1** позволява избиране на метрични (kg) или британски единици (lb, st) за тегло.

- Външният вид и местоположението на превключвателя **A1** зависят от типа на кантарчето. Преобразуването на мерните единици се извършва чрез:
 - преместване на превключвателя в желаното положение kg-lb-st, вж. фигура С1.
 - натискане на превключвателя при включване на кантарчето, вж. фигура С2. Когато се натисне бутонът **A1** за първи път, на дисплея **A3** се появяват текущо зададените единици за тегло. Натиснете бутона **A1** отново, за да преобразувате единиците.



Забелжка:

- 1 kg (килограм) = 2,2 lb (паунда)
- 1 lb (паунда) = 0,454 kg (килограма)
- 1 st (стоун) = 14 lb (паунда) = 6,35 kg (килограма)

7. КАПАЦИТЕТ ЗА ПРЕТЕГЛЯНЕ И ТОЧНОСТ

- Максималният капацитет за претегляне е 180 kg/400 lb. В случай, че максималният капацитет за претегляне се превиши, на дисплея **A3** се появява „Err“. За да се избегне повреда на кантарчето е необходимо да се слиза от платформата за претегляне **A4**.
- Точността на измерване от $\pm 0,1 \text{ kg}/\pm 0,2 \text{ lb}$ може да не бъде гарантирана за предмети с тегло, по-малко от 2 kg/4 lb.

8. НАСТРОЙКА И ИЗПОЛЗВАНЕ НА МОБИЛНИ ПРИЛОЖЕНИЯ

- Това кантарче дава възможност за съхранение и търсене на резултати от измерванията с помощта на мобилно приложение. Измерените стойности се прехвърлят към мобилно устройство с помощта на Bluetooth технология. В приложението тези стойности се обработват в ясна графика, на която може да се наблюдава развитието на отделните параметри. Приложението дава също така възможност за настройка на индивидуални потребителски профили и език на комуникация (EN, CZ, SK, HU, PL, LR, HR, IT, ES, FR, DE, PT, AR или GR).
- Следвайте инструкциите по-долу, за да изтеглите приложението на мобилното си устройство. Влезте в магазина да приложения, „AppStore“ или „GooglePlay“ Потърсете и изтеглете приложението, озаглавено „SensorHealth“. Ако имате инсталирано приложение за четене на QR код на мобилното си устройство, можете да използвате QR кода, разположен в долната част на скалата, за да намерите и изтеглите приложението.
- Приложението изисква поддръжка на Bluetooth версия 4.0 и операционна система iOS 7.0/Android 4.3 или по-висока и е съвместимо с iPhone4 или по-високи версии, Samsung Galaxy S3, HTC One, Huawei Honor 6, Xiaomi 3, Meizu MX3, LG G2 и др. Това приложение не е оптимизирано за таблети. Инструкциите за софтуера, който се осъвременява непрекъснато, се намират в приложението.
- За да прехвърляте измерените стойности се уверете, че функцията Bluetooth е активирана на мобилното ви устройство. Натиснете с крак върху платформата за претегляне **A4**. Не е необходимо устройствата да бъдат вдвоаяни. Вдвоаянето става автоматично. Обхватът на Bluetooth сигнала е около 5 до 10 метра.
- Ако софтуерът не успее в процеса на събиране на измерените стойности, проверете дали:
 - мобилното ви устройство поддържа Bluetooth версия 4.0 или по-висока;
 - е активиран Bluetooth на мобилното ви устройство;
 - мобилното устройство е в обхвата на Bluetooth сигнала;
 - се осъществява връзка с едно единствено мобилно устройство;
 - батерията на вашето кантарче не е почти изтощена.

ПОЧИСТВАНЕ И ПОДДРЪЖКА

- За почистване на кантарчето използвайте леко навлажнена кърпа. След това избърсвайте всичко, така че да е напълно сухо. При почистване проверявайте дали не прониква вода в отделението за батериите **A2**.
- За почистване не използвайте стоманена вълна, продукти за почистване с абразивно действие, разтворители и др. В противен случай почистваната повърхност може да бъде повредена.
- Не потапяйте везната под вода или друга течност и не я изплаквайте под течаща вода.

ТЕХНИЧЕСКИ СПЕЦИФИКАЦИИ

Източник на захранване.....	2x 1,5V батерии тип AAA
Капацитет за претегляне	180 kg/400 lb
Точност на претегляне.....	0,1 kg/0,2 lb
Избор на единици за тегло.....	kg/st/lb
Диапазон за измерване на мазини в тялото	4 – 60 %
Точност на измерване на мазини в тялото	0,1 %
Диапазон за измерване на процентното съдържание на вода в тялото	27,5 – 66 %
Точност на измерване на процентното съдържание на вода в тялото	0,1 %
Диапазон за измерване на мазини в тялото	20 – 56 %
Точност на измерване на мускулни тъкани.....	0,1 %
Диапазон за измерване на костни тъкани	2 – 20 %
Точност на измерване на костни тъкани	0,1 %
Точност на пресмятане на дневния прием на калории (BMR).....	1 kcal
Памет	за 12 потребителя

Запазваме си правото да променяме текста и техническите спецификации.

ИНСТРУКЦИИ И ИНФОРМАЦИЯ ОТНОСНО ИЗХВЪРЛЯНЕ НА УПОТРЕБЯВАНИ ОПАКОВЪЧНИ МАТЕРИАЛИ

Изхвърлете използваните опаковъчни материали на място, определено за отпадъци във вашата община.

ИЗХВЪРЛЯНЕ НА УПОТРЕБЯВАНИТЕ БАТЕРИИ



Батериите съдържат вредни за околната среда вещества и затова не се отнасят към стандартните домакински отпадъци. Предавайте употребяваните батерии за правилно депониране в предназначения за тяхното събиране пунктове.

ИЗХВЪРЛЯНЕ НА УПОТРЕБЯВАНО ЕЛЕКТРИЧЕСКО И ЕЛЕКТРОННО ОБОРУДВАНЕ



Този символ върху продукти или оригинални документи означава, че употребяваните електрически или електронни продукти не трябва да бъдат добавяни към обикновените битови отпадъци. За правилно изхвърляне, подновяване и рециклиране предавайте тези уреди в определените пунктове за събиране. Като алтернатива в някои държави от Европейския съюз и други европейски страни можете да връщате уредите си на местния търговец на дребно при покупката на равностоен нов уред.

Правилното изхвърляне на този продукт спомага за пестене на ценни природни ресурси и предпазва от потенциални негативни последици за околната среда и човешкото здраве, които могат да настъпят вследствие на неправилно изхвърляне на отпадъци. За повече информация се обърнете към местните власти или служби за събиране.

В съответствие с националните разпоредби могат да бъдат налагани санкции за неправилно изхвърляне на този вид отпадъци.

За стопански субекти в държави от Европейския съюз

Ако искате да изхвърлите електрически или електронни уреди, се посъветвайте с търговеца си или доставчик за необходимата информация.

Изхвърляне в други страни извън Европейския съюз.

Този символ е валиден в Европейския съюз. Ако желаете да изхвърлите този продукт, поискайте необходимата информация за метода на правилното му изхвърляне от местния общински съвет или от търговеца си на дребно.



Този уред отговаря на всички свързани с него основни изисквания на директивите на ЕС.

С настоящото SENCOR декларира, че радиостройството с номер на модела SBS 8000BK е в съответствие с Директива 2014/53 / ЕС. Пълната формулировка на Декларацията за съответствие на ЕС е достъпна на уебсайта: www.sencor.eu.