

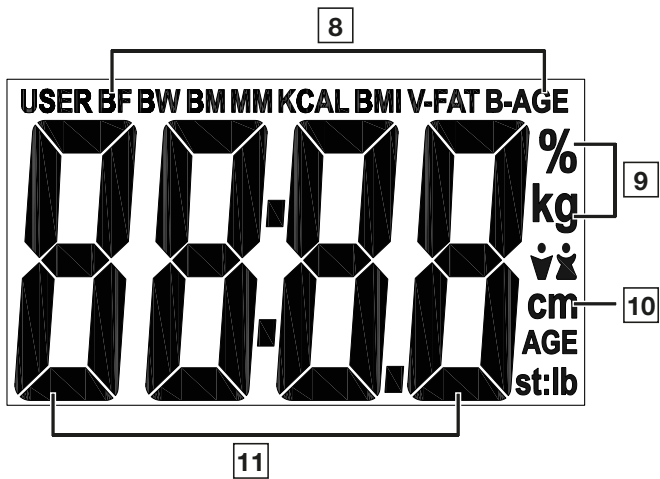
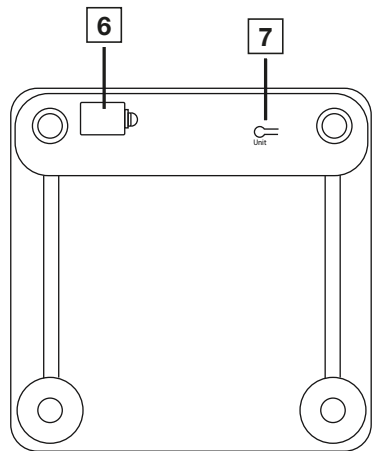
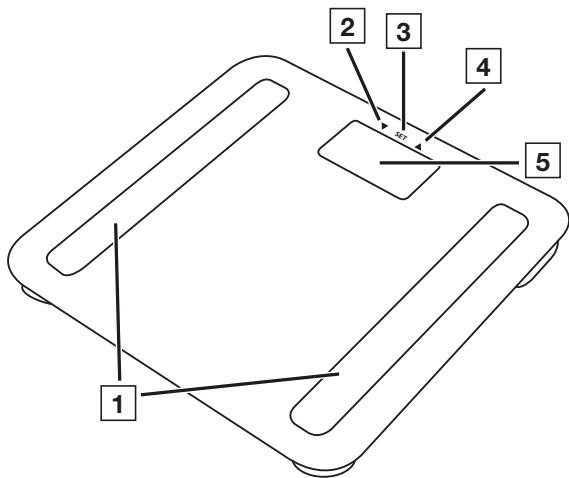
beurer

BF 183

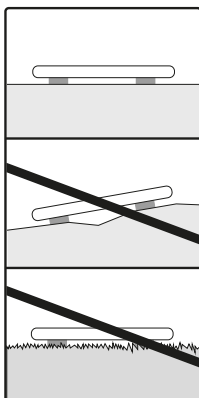


RO Cântar de diagnoză
Instrucțiuni de utilizare

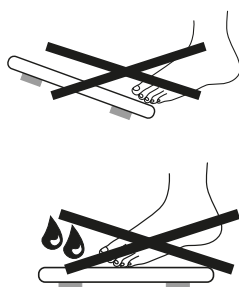
CE



A



B





Citiți cu atenție prezentele instrucțiuni de utilizare. Respectați indicațiile de avertizare și de siguranță. Păstrați instrucțiunile de utilizare pentru consultarea ulterioară. Puneți instrucțiunile de utilizare la dispoziția altor utilizatori. La predarea dispozitivului, înmânați și instrucțiunile de utilizare.

Funcțiile aparatului

Acest cântar digital este utilizat pentru cântărire și diagnosticarea stării dumneavoastră fizice.

Acesta este destinat utilizării proprii în domeniul privat.

Cântarul dispune de următoarele funcții, care pot fi utilizate de un număr de până la 10 persoane:

- Măsurarea greutateii corporale și a IMC-ului,
- Determinarea procentului de țesut adipos,
- Procentul de apă din organism,
- Procentul de țesut muscular,
- Valoarea grăsimii viscerale și vârsta metabolică.

Cântarul dispune de următoarele funcții suplimentare:

- Comutarea între kilogram „kg”, livră „lb” și stone „st”,
- Funcția de oprire automată,
- Afișarea necesității de înlocuire a bateriei în cazul bateriilor descărcate.

Pachet de livrare

Verificați dispozitivul pentru a vă asigura că starea ambalajului este ireproșabilă și conținutul este complet. Înainte de utilizare, asigurați-vă că dispozitivul și accesoriile nu prezintă defecțiuni vizibile și că sunt îndepărtate toate materialele de ambalare. În cazul în care aveți îndoieli, nu utilizați dispozitivul și adresați-vă comerciantului dumneavoastră sau contactați departamentul de service la adresa indicată.

- Cântar de diagnoză BF 183
- 1 baterie 3V CR2032
- Prezentele instrucțiuni de utilizare
- 1x broșură de garanție

CUPRINS

1. INDICAȚII IMPORTANTE PRIVIND SIGURANȚA	4
2. EXPLICAȚIA SIMBOLURILOR	6
3. DESCRIEREA DISPOZITIVULUI	7
4. PUNEREA ÎN FUNCȚIUNE	7
5. SETAREA DATELOR UTILIZATORULUI	8
6. UTILIZARE.....	8
7. CURĂȚAREA ȘI ÎNTREȚINEREA	11
8. CE ESTE DE FĂCUT ÎN CAZUL ÎN CARE APAR PROBLEME?	11
9. ELIMINAREA CA DEȘEU.....	11
10. DATE TEHNICE.....	12
11. GARANȚIE/SERVICE.....	12



1. INDICAȚII IMPORTANTE PRIVIND SIGURANȚA



AVERTIZARE

- Utilizarea conform destinației: Dispozitivul este destinat exclusiv cântăririi persoanelor și înregistrării datelor dumneavoastră personale de fitness. Dispozitivul este destinat exclusiv uzului propriu și nu uzului medical sau comercial. Utilizați dispozitivul numai în scopul pentru care a fost conceput și în modul specificat în aceste instrucțiuni de utilizare.
- **Nu este permisă utilizarea dispozitivului de către persoane cu implanturi medicale (de exemplu, stimulator cardiac). În caz contrar, funcționarea acestora poate fi afectată.**
- **Nu utilizați dispozitivul în timpul sarcinii.**
- Pericol de răsturnare! Nu poziționați niciodată cântarul pe o suprafață care prezintă de-nivelări (a se vedea imaginea [A]). Nu vă urcați niciodată numai cu un picior pe marginea exterioară a cântarului (a se vedea imaginea [B]).
- Pericol de alunecare! Nu urcați pe cântar cu picioarele umede (a se vedea imaginea [B]). Nu urcați pe cântar dacă suprafața acestuia este umedă. Nu purtați șosete atunci când urcați pe cântar.
- Aveți în vedere faptul că există posibilitatea unor toleranțe de măsurare având o cauză tehnică, deoarece cântarul nu este calibrat pentru uzul profesional sau medical.
- Acest cântar funcționează pe baza principiului B.I.A., analiza impedanței bioelectrice. Prin această măsurare a rezistenței electrice (impedanță) și prin includerea în calcul a constantelor, respectiv valorilor individuale (vârstă, înălțime, sex) pot fi determinate procentajul de grăsime corporală și alte valori ale organismului. Aveți în vedere faptul că valorile calculate de cântarul de diagnostic reprezintă numai o aproximare a valorilor de analiză medicală reale ale organismului. Numai un medic specialist poate obține o determinare exactă a grăsimii corporale, a apei din organism, a procentajului muscular și a altor parametri corporali cu ajutorul metodelor medicale (de exemplu, tomografie computerizată).
- În cazul fiecărei diete, respectiv fiecărui tratament care are ca scop câștigarea sau scăderea în greutate, este necesar să consultați personalul de specialitate calificat (de exemplu, un medic). Valorile determinate cu ajutorul cântarului pot ajuta personalul de specialitate în acest sens.
- În cazul copiilor, sportivilor profesioniști sau persoanelor cu restricții medicale/corporale (de exemplu, simptome de edem, osteoporoză, persoane care iau medicamente cardiovasculare sau vasoconstrictoare, persoane cu anomalii anatomice grave la nivelul picioarelor), pot apărea rezultate inexacte sau neplauzibile la determinarea masei de grăsime corporală.
- În cazul unei irigații sanguine insuficiente la nivelul picioarelor, al unei staze venoase grave, al unei îngustări vasculare sau al unei edem extins al piciorului, pot apărea rezultate inexacte sau neplauzibile la determinarea frecvenței cardiace.
- Reparațiile pot fi efectuate exclusiv de către serviciul pentru clienți Beurer sau de către comercianții autorizați. Nu deschideți niciodată cântarul pe cont propriu.
- Sarcina admisă a cântarului este de maxim 180 kg / 396 lb / 28 st. În cazul măsurării greutății, rezultatele sunt afișate în unități de măsurare de 100 g (0,2 lb, 1/4 st).
- Rezultatele măsurării procentului de grăsime corporală, apă din organism și masă musculară sunt afișate în intervale de 0,1 %. Rezultatele măsurării pentru IMC și grăsime viscerală sunt afișate fără unități, iar vârsta metabolică în ani.
- În starea de livrare, cântarul este reglat la unitățile de măsură „cm” și „kg”. Pe partea din spate a cântarului se află o tastă de reglare, cu care puteți comuta tipul afișajului la „livră” (lb) și „stones” (st).



Indicații de siguranță privind manipularea bateriilor

- Introduceți întotdeauna bateriile corect, ținând cont de polaritatea acestora (+/-). Mențineți bateriile curate, în stare uscată și departe de apă. Alegeți întotdeauna tipul de baterie corect.
- Nu scurtcircuitați niciodată bateriile și contactele de la nivelul compartimentului pentru baterii.

- Nu încărcați, nu descărcați forțat, nu supraîncălziți, nu demontați, nu deformați, nu încapsulați și nu modificați niciodată bateriile.
- Nu sudați sau nu lipiți niciodată bateriile.
- Nu utilizați niciodată simultan baterii (noi și uzate) de la fabricanți diferiți ori cu o capacitate, dimensiune și tip diferite în interiorul unui aparat.
- **⚠ Pericol de explozie!** Nerespectarea punctelor menționate poate duce la vătămări, supraîncălzire, scurgere, aerisire, rupere, explozie sau foc.
- Dacă una dintre baterii s-a scurs, puneți-vă mănuși de protecție și curățați compartimentul pentru baterii cu o lavetă uscată.
- În cazul în care lichidul din celula bateriei intră în contact cu pielea sau ochii, clătiți locurile afectate cu apă și căutați ajutor de specialitate.
- **⚠ Pericol de înghițire!** Nu lăsați bateriile la îndemâna copiilor. În caz de înghițire, solicitați imediat asistență medicală.
- Nu lăsați niciodată copiii să schimbe bateriile dacă nu sunt supravegheați de un adult.
- Depozitați bateriile la distanță de obiecte din metal, în încăperi bine aerisite, uscate și răcite.
- Nu expuneți niciodată bateriile la raze directe ale soarelui sau la ploaie.
- În cazul unei perioade mai lungi de neutilizare, scoateți bateriile din aparat.
- Eliminați imediat ca deșeu bateriile descărcate, în mod corespunzător. Nu eliminați niciodată bateriile ca deșeu în foc.
- În timpul eliminării ca deșeu, depozitați bateriile separat de diferitele sisteme electrochimice.

Depozitare și întreținere

Exactitatea valorilor măsurate și durata de viață a aparatului depind de manipularea atentă a acestuia:

⚠ ATENȚIE

- Aparatul trebuie curățat periodic. Nu utilizați agenți de curățare puternici și nu țineți niciodată aparatul sub apă.
- Asigurați-vă că acest cântar nu intră în contact cu lichide. Nu scufundați niciodată cântarul în apă. Nu spălați niciodată aparatele sub jet de apă.
- Nu așezați obiecte pe cântar atunci când nu îl utilizați.
- Nu acționați tastatura cu forța sau cu obiecte ascuțite.
- Nu expuneți cântarul la temperaturi ridicate sau la câmpuri electromagnetice puternice (de exemplu telefoane mobile).
- Protejați aparatul de șocuri, umezeală, praf, substanțe chimice, fluctuații puternice de temperatură și surse de căldură prea apropiate (cuptoare, calorifere).

Recomandări generale

- Cântăriți-vă pe cât posibil la aceeași oră (cel mai indicat dimineața), după ce mergeți la toaletă, pe stomacul gol și fără îmbrăcăminte, pentru a obține rezultate comparabile.
- Important la măsurare: Determinarea masei de grăsime corporală trebuie efectuată numai în picioarele goale și, pentru a obține rezultate eficiente, poate fi realizată cu tălpile ușor umede.
- Atunci când tălpile sunt complet uscate sau dacă sunt acoperite pe suprafețe extinse de bățături se pot obține rezultate nesatisfăcătoare, întrucât conductibilitatea în acest caz este prea redusă.
- În timpul procesului de măsurare stați drept și nemișcat.
- După un efort fizic neobișnuit, așteptați câteva ore înainte de a vă cântări.
- După trezirea din somn, așteptați aproximativ 15 minute înainte de a vă cântări pentru a permite apei din organism să se distribuie proporțional.
- Prezintă importanță numai tendința pe termen lung. De regulă, diferențele de greutate pe termen scurt înregistrate în numai câteva zile se datorează pierderii de lichide; apa din organism joacă un rol important pentru sănătate.














Restricții





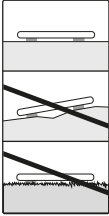
La determinarea procentului de țesut adipos și a celorlalte valori pot fi obținute rezultate anormale și neplauzibile în cazul:

- copiilor care nu au împlinit aproximativ 10 ani,
- sportivilor profesioniști și al culturiștilor,
- persoanelor cu stare febrilă, sub tratament cu dializă, cu simptome de edem sau osteoporoză,
- persoanelor care se tratează cu medicamente pentru afecțiuni cardiovasculare (pentru cord și sistemul vascular),
- persoanelor care iau medicamente vasodilatatoare sau vasoconstrictoare,
- persoanelor cu anomalii anatomice grave la nivelul oaselor cu privire la înălțimea corpului (lungimea picioarelor considerabil redusă sau mărită).

2. EXPLICAȚIA SIMBOLURILOR

Pe aparat, în instrucțiunile de utilizare, pe ambalaj și pe plăcuța de identificare a aparatului sunt utilizate următoarele simboluri:

	Avertizare Indicație de avertizare privind pericolele de vătămare sau pericolele pentru sănătatea dumneavoastră.
	Atenție Indicație de siguranță privind posibila defectare a aparatului/accesoriilor.
	Indicație Indicație privind informații importante
	Respectați instrucțiunile de utilizare
	Eliminare în conformitate cu prevederile Directivei WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) privind deșeurile de echipamente electrice și electronice
	Nu eliminați la gunoiul menajer baterii care conțin substanțe nocive
	Marcaj pentru identificarea materialului de ambalare. A = Abrevierea pentru material, B = Numărul materialului: 1-7 = Material plastic, 20-22 = Hârtie și carton
	Separați componentele ambalajului și eliminați-le conform reglementărilor locale.
	Acest produs îndeplinește cerințele directivelor europene și naționale în vigoare.
	S-a demonstrat că produsele îndeplinesc cerințele reglementărilor tehnice ale Uniunii Economice Eurasiatice (UEE).
	marcaj de evaluare a conformității pentru Regatul Unit
	Nu este permisă utilizarea aparatului de către persoane cu implanturi medicale (de exemplu, stimulator cardiac). În caz contrar, funcționarea acestora poate fi afectată.
	Producător
	Separați produsul și componentele ambalajului și eliminați-le în conformitate cu reglementările locale.

	<p>Nu supuneți cântarul la o greutate mai mare de 180 kg / 396 lb / 28 st.</p>	 	<p>Pericol de alunecare: Nu vă urcați pe cântar cu picioarele umede.</p>
	<p>Pericol de răsturnare: Stați central pe suprafața cântarului.</p>		<p>Poziționați cântarul pe o suprafață plană. Nu utilizați pe covor.</p>

3. DESCRIEREA DISPOZITIVULUI

Desenele aferente sunt ilustrate la pagina 3.

- | | |
|-------------|-------------------------------|
| 1 Electrozi | 6 Compartiment pentru baterii |
| 2 ▼-Tasta | 7 UNIT-Tasta |
| 3 Tasta SET | 8 Valoare măsurată |
| 4 ▲-Tasta | 9 Unitate de măsură |
| 5 Afișaj | 10 Date corporale |

4. PUNEREA ÎN FUNCȚIUNE

Introducerea bateriilor

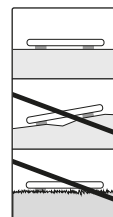
Trageți de benzile de izolare ale bateriei de la nivelul compartimentului pentru baterii (dacă sunt disponibile), respectiv îndepărtați folia de protecție a bateriilor și introduceți bateriile respectând polaritatea. În cazul în care cântarul nu indică nicio funcție, scoateți complet bateriile și introduceți-le din nou. Cântarul dumneavoastră este echipat cu un „Afișaj pentru schimbarea bateriei”. La funcționarea cântarului cu o baterie prea slabă, pe câmpul de afișaj apare „Lo” și cântarul se oprește în mod automat. În acest caz trebuie înlocuită bateria (1 baterie 3V CR2032).

Schimbarea unității de măsură pentru greutate

În starea de livrare, cântarul este reglat la unitatea de măsură „kg”. Apăsăți scurt suprafața de călcat (cca. 1–2 secunde) pentru a porni cântarul. Așteptați până când se afișează „0.0 kg”. Pe partea din spate a cântarului se află o tastă, cu care puteți comuta tipul afișajului la „livră” și „Stones” (lb, st).

Amplasarea cântarului

Amplasați cântarul pe o suprafață fixă plană, rezistentă; stabilitatea reprezintă condiția esențială pentru o măsurare corectă.



5. SETAREA DATELOR UTILIZATORULUI

Pentru a putea determina procentul de țesut adipos și alte valori ale organismului dumneavoastră, trebuie să introduceți și să memorați datele personale.

Cântarul dispune de 10 locații de memorare pentru utilizatori în care puteți salva și accesa din nou setările dumneavoastră personale și ale membrilor familiei.

- **Poziționați cântarul pe o suprafață plană rezistentă; o pardoseală solidă este condiția esențială pentru o măsurare corectă.**
- Apăsăți scurt suprafața de călcat (cca. 1–2 secunde) pentru a porni cântarul. Așteptați până când se afișează „0.0 kg”.
- Inițializați setarea cu tasta **SET**. Pe ecran luminează intermitent primul spațiu de memorare.
- Selectați cu tasta ▲/▼ spațiul de memorare dorit și confirmați cu tasta **SET**.
- Acum puteți efectua următoarele setări:

Datele utilizatorului	Valori setate
Utilizator/Persoane	P-1 până la P-10
Înălțime	100 până la 220 cm (3-03" până la 7-03")
Vârstă	10 până la 100 ani
Sex	masculin (♂), feminin (♀)

- Valorile setate în acest mod sunt afișate încă o dată consecutiv. Cântarul se oprește în mod automat.

6. UTILIZARE

6.1 Realizarea măsurătorii

Așezați cântarul pe o podea fixă netedă; stabilitatea reprezintă condiția esențială pentru o măsurare corectă.

Efectuarea măsurării, inclusiv a diagnosticării

Urcați pe cântar. Stați liniștit(ă) pe cântar distribuind greutatea pe ambele picioare. Cântarul începe imediat măsurarea. Dacă valoarea este afișată continuu, măsurarea s-a încheiat.

Atunci când părăsiți suprafața cântarului, acesta se oprește după câteva secunde.

Realizarea măsurătorii

- Acționați tasta **SET** și, apăsând de mai multe ori tasta ▲/▼, selectați spațiul de memorare în care sunt stocate datele dumneavoastră de bază. Acestea apar succesiv până când se afișează „0.0 kg” și sexul ales.
- Urcați-vă desculț(ă) pe cântar și stați nemișcați și distribuind greutatea pe ambele picioare pe electrozii din oțel superior.
- Stați liniștit(ă) în continuare pe cântar, deoarece în acest timp se analizează procentul de țesut adipos și de apă din organism. Analiza poate dura câteva secunde.

Indicație:

La măsurarea țesutului adipos corporal, se afișează întotdeauna ultimul utilizator selectat.

Se afișează următoarele date:

- Greutate corporală în kg
- Procentul de grăsime corporală **FAT**, în %
- Procentul de apă **BW**, în %
- Procentul de masă musculară **MUS**, în %
- **BMI**
- Valoarea grăsimii viscerale **V-FAT**
- Vârsta metabolică **AGE**
- Datele măsurătorii se afișează încă o dată succesiv, iar apoi cântarul se oprește.

Oprirea cântarului

Cântarul se deconectează automat.

6.2 Interpretarea rezultatelor

Pentru o clasificare simplă și ușor de înțeles, valorile dumneavoastră sunt interpretate direct pe display.

Procentul de țesut adipos

Următoarele valori ale țesutului adipos în % sunt orientative (pentru alte informații, vă rugăm să vă adresați medicului dumneavoastră!).

Bărbat

Vârstă	mic	normal	moderat	mare
10-14	<11 %	11-16 %	16,1-21 %	>21,1 %
15-19	<12 %	12-17 %	17,1-22 %	>22,1 %
20-29	<13 %	13-18 %	18,1-23 %	>23,1 %
30-39	<14 %	14-19 %	19,1-24 %	>24,1 %
40-49	<15 %	15-20 %	20,1-25 %	>25,1 %
50-59	<16 %	16-21 %	21,1-26 %	>26,1 %
60-69	<17 %	17-22 %	22,1-27 %	>27,1 %
70-100	<18 %	18-23 %	23,1-28 %	>28,1 %

Femeie

Vârstă	mic	normal	moderat	mare
10-14	<16 %	16-21 %	21,1-26 %	>26,1 %
15-19	<17 %	17-22 %	22,1-27 %	>27,1 %
20-29	<18 %	18-23 %	23,1-28 %	>28,1 %
30-39	<19 %	19-24 %	24,1-29 %	>29,1 %
40-49	<20 %	20-25 %	25,1-30 %	>30,1 %
50-59	<21 %	21-26 %	26,1-31 %	>31,1 %
60-69	<22 %	22-27 %	27,1-32 %	>32,1 %
70-100	<23 %	23-28 %	28,1-33 %	>33,1 %

În cazul sportivilor se observă adeseori o valoare mai mică. În funcție de tipul de sport practicat, de intensitatea antrenamentului și de constituția fizică, pot fi atinse valori mai mici decât valorile de referință stabilite. Vă rugăm să aveți în vedere faptul că, în cazul unor valori extrem de mici, pot exista riscuri pentru sănătate.

Grăsimă viscerală (grăsimă abdominală)

Grăsimă viscerală este grăsimea care umple spațiile dintre organele abdominale. Se presupune că grăsimea viscerală favorizează apariția unor afecțiuni precum hipertensiune sau diabet.

Grăsimă viscerală este afișată pe display cu un indicator între 1 și 59.

Indicator procentul de grăsime viscerală	Evaluare
1-9	Procentul tău de grăsime viscerală se încadrează în limitele normale.
10-14	Procentul tău de grăsime viscerală se încadrează în intervalul de valori ridicate.
15-59	Procentul tău de grăsime viscerală este prea mare.

Procentul de apă din organism

Procentul de apă din organism în % este cuprins în mod normal în următoarele intervale:

Bărbat

Vârstă	nesatisfăcătoare	corespunzătoare	foarte bine
10-100	<50 %	50-65 %	>65 %

Femeie

Vârstă	nesatisfăcătoare	corespunzătoare	foarte bine
10-100	<45 %	45-60 %	>60 %

Țesutul adipos conține relativ puțină apă. De aceea, în cazul persoanelor cu un procent ridicat de țesut adipos, procentul de apă din organism se poate afla sub valorile de referință. În cazul sportivilor de performanță, valorile de referință pot fi depășite ca urmare a procentului redus de țesut adipos și a procentului ridicat de țesut muscular.

Determinarea procentului de apă din organism cu ajutorul acestui cântar nu are rolul de a formula concluzii medicale referitoare, de exemplu, la reținerile de apă în funcție de vârstă. Dacă este cazul, adresați-vă medicului dumneavoastră. În principiu, obiectivul este acela de a obține un procent cât mai ridicat de apă în organism.

Procentul de țesut muscular

Procentul de țesut muscular în % este cuprins în mod normal în următoarele intervale:

Bărbat

Vârștă	mic	normal	mare
10-14	<44 %	44-57 %	>57 %
15-19	<43 %	43-56 %	>56 %
20-29	<42 %	42-54 %	>54 %
30-39	<41 %	41-52 %	>52 %
40-49	<40 %	40-50 %	>50 %
50-59	<39 %	39-48 %	>48 %
60-69	<38 %	38-47 %	>47 %
70-100	<37 %	37-46 %	>46 %

Femeie

Vârștă	mic	normal	mare
10-14	<36 %	36-43 %	>43 %
15-19	<35 %	35-41 %	>41 %
20-29	<34 %	34-39 %	>39 %
30-39	<33 %	33-38 %	>38 %
40-49	<31 %	31-36 %	>36 %
50-59	<29 %	29-34 %	>34 %
60-69	<28 %	28-33 %	>33 %
70-100	<27 %	27-32 %	>32 %

Indice de masă corporală

Body Mass Index-ul (BMI) este un număr consultat adesea în vederea estimării greutateii corporale. Numărul este calculat pe baza valorilor greutateii corporale și înălțimii, folosind următoarea formulă: Body Mass Index = greutatea corporală: Înălțime². Unitatea de măsură pentru BMI (IMC) este [kg/m²]. Clasificarea greutateii pe baza BMI se realizează în cazul adulților (de la 20 de ani în sus) cu următoarele valori:

Categorie	IMC	
Subponderabilitate	Subponderabilitate accentuată	< 16
	Subponderabilitate moderată	16-16,9
	Subponderabilitate redusă	17-18,4
Greutate normală		18,5-25
Supraponderabilitate	Preobezitate	25,1-29,9
Obezitate (supraponderabilitate)	Obezitate de gradul I	30-34,9
	Obezitate de gradul II	35-39,9
	Obezitate de gradul III	≥ 40

Vârșta metabolică

Vârșta metabolică, numită și vârșta biologică sau vârșta metabolică, poate fi diferită de vârșta reală/calendaristică. Aceasta indică vârșta „interioară” și oferă informații privind starea de sănătate.

Genele joacă un rol important în acest sens, dar și un stil de viață sănătos (alimentație echilibrată, activitate etc.). Greutatea influențează și vârșta biologică - cu cât indicele de masă corporală este mai mare, cu atât este mai afectată condiția fizică.

Legătura temporală a rezultatelor

i **Indicație:** Aveți în vedere faptul că prezintă importanță numai tendința pe termen lung. Oscilațiile de greutate pe termen scurt în decursul câtorva zile sunt de cele mai multe ori determinate numai de pierderea de lichide.

Semnificația rezultatelor depinde de modificările greutateii generale și ale procentelor țesutului adipos, ale apei din organism și ale procentului de țesut muscular, precum și de durata realizării acestor modificări.

Trebuie să diferențiați între schimbările rapide în decurs de câteva zile și schimbările pe termen mediu (în decurs de săptămâni) și lung (luni).

O regulă de bază este că schimbările pe termen scurt ale greutateii reflectă aproape exclusiv schimbări ale procentului de apă din organism, în vreme ce schimbările pe termen mediu sau lung pot viza, de asemenea, procentul țesutului adipos și muscular.

- Dacă greutatea scade pe termen scurt, dar procentul de țesut adipos crește sau rămâne constant, ați pierdut numai o cantitate de apă - de exemplu după un antrenament, un tratament la saună sau o dietă

- care nu provoacă decât pierderea rapidă în greutate.
- În cazul în care greutatea crește pe termen mediu, procentul de țesut adipos scade sau rămâne constant, este posibil să se fi produs în schimb masă musculară valoroasă.
 - Dacă greutatea și procentul de țesut adipos scad concomitent, dieta dumneavoastră funcționează – pierdeți țesut adipos.
 - Puteți susține dieta dumneavoastră în mod ideal prin activități fizice, antrenamente de fitness sau de forță. Astfel vă puteți mări procentul de țesut muscular pe termen mediu.
 - Țesutul adipos, apa din organism sau procentul de țesut muscular nu trebuie însumate (țesutul muscular conține și componente ale apei din organism).

7. CURĂȚAREA ȘI ÎNTREȚINEREA

Aparatul trebuie curățat periodic.

Pentru curățare, utilizați o cârpă umedă pe care puteți aplica, dacă este necesar, puțin detergent de vase.

ATENȚIE

- Nu utilizați niciodată diluanți și agenți de curățare puternici!
- Nu scufundați niciodată aparatul în apă!
- Nu curățați niciodată aparatul în mașina de spălat!

8. CE ESTE DE FĂCUT ÎN CAZUL ÎN CARE APAR PROBLEME?

În cazul în care cântarul determină o eroare de măsurare, se va afișa „Err2” sau „Err”.

Dacă veți urca pe cântar înainte să se afișeze „0.0” pe ecran, cântarul nu va funcționa corect.

Cauze posibile ale erorii	Remediere
– s-a depășit capacitatea portantă maximă de 180 kg.	– cântăriți numai greutatea maximă permisă.
– v-ați mișcat.	– pe cât posibil, nu vă mișcați.
– rezistența electrică dintre electrozi și tălpi este prea ridicată (de exemplu, în cazul unor bătători tari).	– repetați măsurarea în picioarele goale. – Eventual, umeziți-vă ușor tălpile. Îndepărtați eventual bătăturile de pe tălpi.
– procentul de grăsime se află în afara intervalului măsurabil (mai mic de 5% sau mai mare de 80%).	– repetați măsurarea în picioarele goale. – Eventual, umeziți-vă ușor tălpile.
– Procentul de apă se află în afara intervalului măsurabil (sub 43% sau peste 75%).	– Repetați măsurarea în picioarele goale. – Eventual, umeziți-vă ușor tălpile.

9. ELIMINAREA CA DEȘEU

Bateriile uzate, complet goale trebuie eliminate în recipientele de colectare special marcate, la firmele specializate sau la comerciantul de electrice. Aveți obligația legală de a elimina bateriile ca deșeu.

Bateriile care conțin substanțe toxice prezintă aceste simboluri:

Pb = bateria conține plumb,

Cd = bateria conține cadmiu,

Hg = bateria conține mercur.



În vederea protejării mediului înconjurător, aparatul nu trebuie eliminat cu reziduurile menajere la finalul duratei de viață. Eliminarea se poate realiza prin intermediul centrelor de colectare corespunzătoare din țara dumneavoastră.

Eliminați aparatul conform prevederilor Directivei CE privind deșeurile de echipamente electrice și electronice – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Pentru întrebări suplimentare, adresați-vă autorității locale responsabile pentru eliminarea deșeurilor.

Eliminați ambalajul în mod ecologic.



10. DATE TEHNICE

Model:	BF 183
Dimensiuni:	30 x 30 x 1,8 cm
Greutate:	1549 g
Interval de măsurare:	5–180 kg
Valoarea diviziunii d:	Afișajul de pe display poate fi citit în trepte de câte 0,1 kg.
Precizie de repetare:	Toleranța de măsurare la repetarea măsurătorilor este de +/- 0,4 kg (efecuați măsurătorile de mai multe ori, succesiv, pe același cântar și, pe cât posibil, stând în aceeași poziție și fără a mișca cântarul din locul în care se află).
Precizie absolută:	În comparație cu valoarea măsurată cu ajutorul unui cântar calibrat, valoarea de măsurare oferă o precizie de +/- (1% +/-0,1 kg). De exemplu, în cazul unei greutate de 40 kg, precizia corespunde unei valori de +/- 0,5 kg, iar în cazul unei greutate de 100 kg, aceasta corespunde unei valori de +/- 1,1 kg.

Ne rezervăm dreptul de a efectua modificări de natură tehnică.

11. GARANȚIE/SERVICE

Pentru informații suplimentare privind garanția și condițiile de garanție, consultați broșura de garanție inclusă în pachetul de livrare.

