

Osobní digitální váha Tanita – Body fat monitor - Model BC-581



Návod k obsluze a reklamační řád

Distributor pro ČR:

Martina Grošupová - Vitalshop, Žizníkov 131, 470 01 Česká Lípa
Doručovací adresa: Vitalshop.cz, Poříční 1918, 470 01 Česká Lípa
IČO: 726 37 765, DIČ: CZ7859062321, vitalshop@vitalshop.cz,
www.vitalshop.cz, tel. 487 837 526, fax: 487 524 652,
Živnostenský list č.j. ZIVCL/U1143/2008/SEB, ev.č. 350101-13051.

Tento návod k použití obsahuje důležité informace a měl by být trvale k dispozici. Vámi zakoupený výrobek obsahuje baterie. Dbejte následujících pokynů. Baterie nesmí do domovního odpadu.

Jako spotřebitel jste ze zákona povinen odevzdat baterie na sběrném místě vaší obce, městské části nebo v obchodě, aby mohly být zpracovány šetrně k životnímu prostředí.



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.

Děkujeme Vám za zakoupení tohoto výrobku. Pečlivě si, prosím, přečtěte tento návod k obsluze a dobře jej uschovejte.

POZOR!!! Tento přístroj nesmí používat lidé s lékařským implantátem, jako např. s podpůrným srdečním přístrojem. Tento přístroj využívá slabý elektrický proud, který může ovlivnit činnost druhého přístroje. Těhotné ženy by měly používat pouze funkci samostatného vážení. Všechny ostatní funkce nejsou určeny pro těhotné ženy.

Nepokládejte prosím produkt na kluzký povrch, jako je třeba mokrá podlaha. Nepoužívejte produkt prosím bezprostředně po koupání nebo vytrvalém cvičení. Vážící platforma může být kluzká, pokud je mokrá. Jestliže kápne voda nebo pot na platformu, může váhu aktivovat a zapnout displej, utřete prosím platformu suchým hadrem.

Důležitá upozornění pro uživatele:

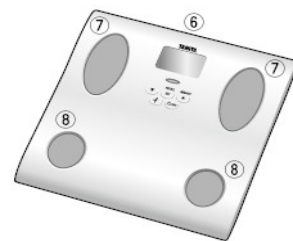
Tento přístroj je osobní váhou s tělesnou analýzou určený pro dospělé a děti (věk 5 až 17 let) standardního a atletického tělesného režimu. Tanita definuje „atleta“ jako osobu podílející se na intenzivní fyzické aktivitě alespoň 10 hodin týdně a zároveň s klidovou tepovou frekvencí okolo 60ti za minutu nebo méně. Tato definice zahrnuje také osoby, které intenzivně cvičili několik let, ale nyní sportují méně než 10 hodin týdně. Funkce podílu procenta tělesného tuku není určena pro těhotné ženy, profesionální atlety nebo kulturisty.

- str. 1 -

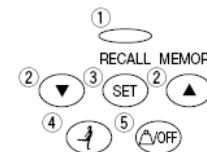
Zaznamenaná data mohou být ztracena, bude-li produkt používán nesprávně nebo bude-li vystaven elektrickému napětí. Tanita nebere žádnou zodpovědnost škody při ztrátě dat v případě poškození produktu.

POZNÁMKA: Hodnota množství tělesného tuku budu kolísat s množstvím vody v těle a může být ovlivněna dehydratací nebo hydratací způsobenými několika faktory jako je např. konzumace alkoholu, menstruace, nemoc, intenzivní cvičení atd.

Popis produktu a funkce:



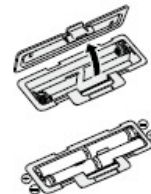
1. FITPLUS indikátor
2. Tlačítko šipka (výběr)
3. Tlačítko nastavení
4. Tlačítko FITPLUS
5. Samostatné vážení/Vypnutí
6. Displej
7. Elektrody chodidel
8. Elektrody pat



Příslušenství: 4xAA baterie (součástí)



Příprava před používáním



zkrácená.



Obráťte produkt, otevřete kryt uvolněním západky, vložte dodané baterie. Dbejte na správnou polaritu.

Upozornění: Ujistěte se, zda je polarita baterií nastavena správně. Při nesprávném vložení může dojít uniknutí tekutiny a poškození podlahy. Jestliže se domníváte, že nebudete produkt dlouhodobě používat, vyndejte všechny baterie.

Váha se dodává s bateriemi z továrny, jejich doba použití může být

Umístění monitoru - Umístěte platformu na pevný, rovný povrch, kde je minimální vibrace k zajištění bezpečného a přesného měření. Vyhněte se zranění, nestoupejte na okraj platformy.

Obsluha

Tento monitor je precizní přístroj využívající nejnovější technologie.

Pro udržení produktu v nejlepší kondici se řiďte prosím následujícím:

Nepokoušejte se rozmontovat vážící platformu.

Umístěte produkt vodorovně a tak, aby nedocházelo k náhodnému stisknutí tlačítek.

Vyvarujte se nadměrnému nárazu nebo vibrací u přístroje. Umístěte produkt v blízkosti přímého slunečního záření, topení, vysokého vlhka nebo s extrémními změnami teplot. Nikdy nepotápějte produkt pod vodu.

Použijte alkohol na očistění elektrod a skleněné desky (nejdříve použijte hadřík), nepoužívejte mýdla.

Ne vstupujte na platformu s mokřými nohama. Nepokládejte žádné objekty na platformu.

Čtěte pozorně

Pro přesné měření by mělo být měření prováděno bez oblečení a za stejných podmínek. Jestliže máte oblečení, vždy si sundejte ponožky nebo punčochy a ujistěte se, že Vaše nohy jsou čisté před tím, než stoupnete na vážící platformu. Ujistěte se, že Vaše chodidla jsou správně zarovnaná na elektrodách. Přesného měření bude dosaženo,



Chodidla umístěna na elektrodách Chodidla mohou přesahovat přes okraj platformy

i když se Vám zdají chodidla větší než platforma. Nejlépe je měřit ve stejnou hodinu. Počkejte 3 hodiny po vstávání, jídle a cvičení. Protože hodnoty při jiné kondici nemusí být přesné, jsou spolehlivé pro určení nějaké změny při měření za konzistentního chování. K měření pokroku, porovnání hmotnosti a hodnoty tělesného tuku měřte vždy za stejných podmínek po určité období.

POZNÁMKA: Nemůže být přesně měřeno, pokud jsou Vaše chodidla špinavá nebo kolena ohnutá nebo jste v pozici v sedě.

Automatické vypnutí

Funkce automatického vypnutí vypne automaticky váhu v těchto případech: Pokud přerušíte měřící proces, váha se vypne automaticky během 10ti 20ti vteřin, závislejší na typu operace.

Pokud je aplikována extrémní hmotnost na platformu.

Během nastavování, pokud nestisknete žádné tlačítko během 60ti vteřin.

Po ukončení celého procesu měření.

Poznámka: Pokud se váha vypne automaticky, opakujte kroky od „Nastavení a ukládání osobních dat v paměti“.

Nastavení (nulování) času

1. Nastavení hodiny - Stiskněte a držte 3 vteřiny pro zapnutí přístroje.

Stiskněte k nastavení hodiny a stiskněte . Přístroj jednou pípne pro potvrzení.

2. Nastavení minuty - Stiskněte k nastavení minut a stiskněte . Přístroj dvakrát pípne pro potvrzení. Poté se váha vypne automaticky.

Vynulování času: Stiskněte a držte 3 vteřiny pro zapnutí přístroje.

Postupujte dle kroků 1 a 2 – Nastavení hodin, minut.

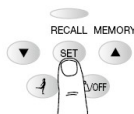
Upozornění: Pokud zvolíte FitPlus režim, nastavte si prosím první den menstruačního cyklu. Vyberte Vaše osobní číslo a vložte před kolika dny začala.

Nastavení a ukládání osobních dat v paměti

Naměřené hodnoty získáte pouze, když budete mít naprogramovaná svoje osobní data v paměti nebo v módu HOST. Monitor uloží data až pro 5 osob.

1. Zapnutí

Stiskněte . Přístroj pípne k potvrzení aktivace, osobní data jsou zobrazena na displeji a displej bliká.



Poznámka: Pokud uděláte chybu nebo chcete-li vypnout přístroj před ukončením programování, stiskněte .

2. Výběr osobního čísla

Stiskněte a vyberte Vaše osobní tlačítko. Pro uložení stiskněte . Přístroj pípne pro potvrzení.

3. Nastavení věku

Použijte a vyberte věk. Pro uložení stiskněte . Přístroj pípne pro potvrzení.

4. Výběr pohlaví

Použijte a vyberte: Žena nebo Muž nebo Žena/Atlet nebo Muž/Atlet . Pro uložení stiskněte . Přístroj pípne pro potvrzení.

5. Určení výšky

Použijte a vyberte výšku. Pro uložení stiskněte . Přístroj pípne pro potvrzení.

6. Výběr úrovně aktivity

Pro správného zobrazení DCI (denní příjem kalorií) je potřeba nastavit úroveň aktivity. Použijte a určete úroveň aktivity.

Pro uložení stiskněte .

Úroveň 1 – neaktivní životní styl (málo nebo žádný pohyb)

Úroveň 2 – mírně aktivní životní styl (příležitostný, více pohybu)

Úroveň 3 – dospělý, který se podílí na intenzivní fyzické aktivitě (na straně 1 je vysvětlení, jak Tanita definuje „atleta“)

Poznámka: Při nastavení režimu „atlet“ bude automaticky nastavena úroveň aktivity 3.

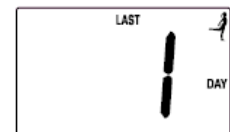
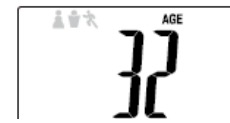
Přístroj pípne dvakrát a displej zobrazí všechna uložená data (pohlaví, věk, výška, úroveň aktivity) třikrát pro potvrzení. Poté se přístroj automaticky vypne.

9. Programování režimu FITPlus (POUZE ŽENY)

Po nastavení úrovně aktivity, použijte a vyberte „on“ (zapnuto) nebo „off“ (vypnuto) pro FITPlus režimu a stiskněte .

Poté přístroj pípne dvakrát pro potvrzení. Obrázek zobrazený na vrchní straně displeje indikuje výběr FITPlus režimu.

Jestliže vyberete „on“, použijte pro zadání před kolika dny začal Váš menstruační cyklus a stiskněte k potvrzení. Přístroj jednou pípne k potvrzení. Přístroj pípne dvakrát a displej zobrazí všechna



uložená data (pohlaví, věk, výška, úroveň aktivity) třikrát pro potvrzení. Poté se přístroj automaticky vypne.

- str. 4 -

Co je FITPlus režim?

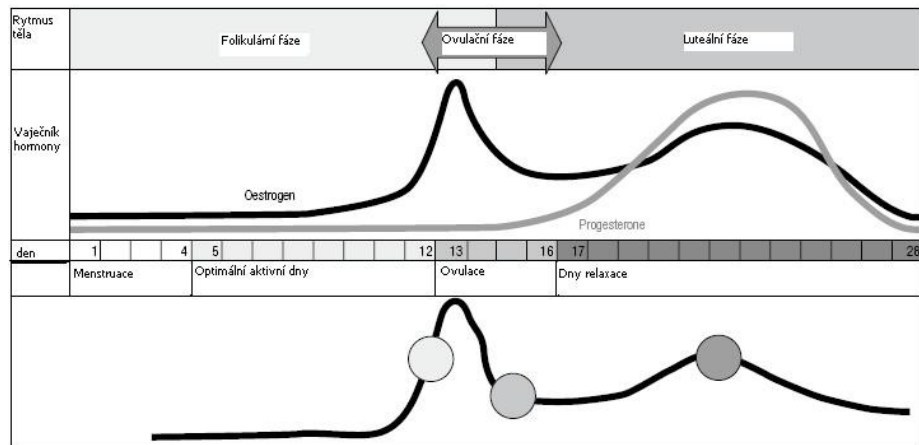
Žena má optimální fitness období, ovulaci a dny, kdy její tělo samozřejmě potřebuje odpočívat. FITPlus režim inspiruje Vaše zdraví podle Vašich přírodních cyklů a ty jednoduše znázorňuje systémem semaforu:

ZELENÉ dny – kolem 5. až 14. dne ve Folikulární fázi, kdy je při optimálním cvičení spáleno dvakrát více kalorií než ostatní dny

ŽLUTÉ dny – kolem 13. až 16. dne indikuje pravděpodobnou ovulaci

ČERVENÉ dny – kolem 17. až 28. v Luteální fázi by mělo být méně aktivit, protože tělo samozřejmě potřebuje více odpočinku

Naměřené výsledky ve FITPlus režimu:



Indikátor barev:

- Zelená – dobré nutriční období
- Žlutá – období střídání
- Červená – období relaxace

Jestliže je naprogramován FITPlus režim, světelné znamení FITPlus se zobrazí po zobrazení všech naměřených hodnot.

Poznámka: Světla se nerozsvítí v těchto případech: nemáte menstruaci, menopauza, těhotenství, mladší 18ti let, není naprogramován začátek menstruačního cyklu.

Ukládání začátku menstruačního cyklu podle přírodního cyklu

K zajištění obdržení osobních hodnot ukládejte každý měsíc začátek periody.

- str. 5 -

Nastavení začátku menstruačního cyklu:

Stiskni . Použij k výběru svého osobního čísla, stiskni k potvrzení. Přístroj pípne a displej zobrazí uložené údaje.

Přístroj pípne ještě jednou a displej zobrazí 0,0, stiskni a použij k nastavení dne začátku menstruační periody. Stiskni k potvrzení. Poté se váha automaticky vypne.

Připomínka naprogramování začátku menstruačního cyklu:

Světlo bude blikat k připomenutí nastavení začátku cyklu.

Nastavte začátku menstruačního cyklu, pokud světlo bliká. Světlo FITPlus režimu nebude blikat, pokud bude programování poopraveno.

Vážení a měření tělesného tuku

1. Výběr osobního čísla

Stiskni k zapnutí. Použij k výběru osobního čísla a potvrď . (tlačítko stiskněte do tří vteřin nebo displej zobrazí „Error“). Přístroj pípne a displej zobrazí naprogramovaná data. **Přístroj pípne ještě jednou a displej zobrazí „0,0“, poté vstupte na platformu.** Poznámka: Jestliže vstoupíte na přístroj před zobrazením 0,0, zobrazí se „Error“ a hodnoty nebudou naměřeny. Kromě toho, jestliže nevstoupíte na přístroj do 30ti vteřin po zobrazení 0,0, váha se automaticky vypne.

2. Obdržení Vašich hodnot

Nejdříve bude zobrazeno Vaše hmotnost.

Zůstaňte stát na platformě.

Na displeji se zobrazí „00000“ a postupně budou ubývat zleva doprava. Hodnota Vašeho procenta tělesného tuku a Rozmezí tělesného tuku se zobrazí na displeji.

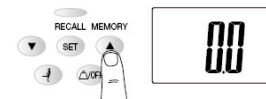
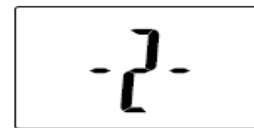
Poznámka: Nesestupujte z vázící platformy.

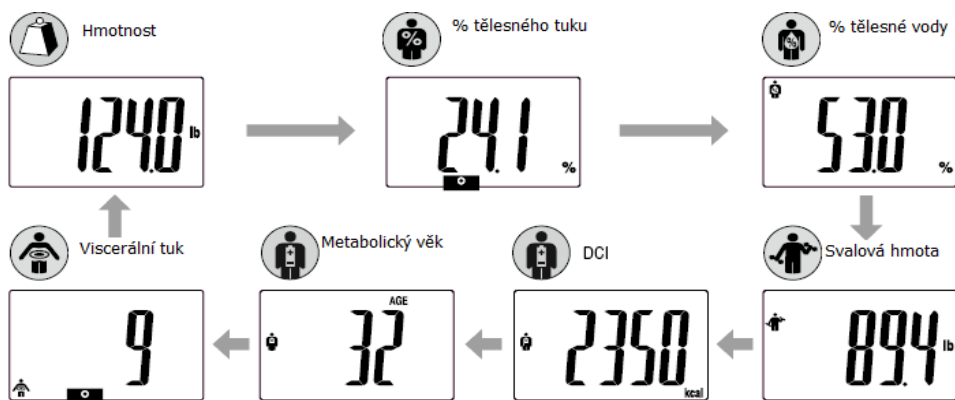
Poznámka: Pro děti (věk 5 – 17 let) displej zobrazí pouze hmotnost a % tělesného tuku.

K zobrazení ostatních hodnot opatrně sestupte z váhy, postupně stiskněte a ostatní hodnoty budou zobrazovány (pro obrácené pořadí stiskněte)

Jestliže budete stát na platformě, nebudou fungovat.

- str. 6 -





3. Funkce Recall – zobrazení předešlých naměřených hodnot

Pro zobrazení těchto předešlých naměřených hodnot použijte funkci Recall:

- Hmotnost
- % tělesného tuku
- % tělesné vody
- Svalová hmota
- DCI – denní příjem kalorií/ Metabolický věk

- Úroveň viscerálního tuku

K obdržení předešlých naměřených hodnot stiskněte **SET** při zobrazení aktuálních naměřených hodnot. Displej zobrazí hodnoty předešlých naměřených hodnot.

K zobrazení dalších předešlých naměřených hodnot stiskněte **▲** **▼** pro každou požadovanou hodnotu. Stiskněte **SET** pro návrat do aktuálních hodnot.

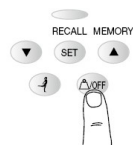
Poznámka: Pro děti (věk 5-17) budou zobrazeny pouze hodnoty předešlé hmotnosti a % tělesného tuku.

Programování režimu Host

Režim Host dovoluje naprogramování přístroje pro jednorázové použití bez vymazání dat osobního čísla.

Stiskněte **▲** pro zapnutí přístroje a vyberte „G“. Poté následujte kroky: nastavení věku, výběr pohlaví, určení výšky. Stiskněte set k potvrzení. Přístroj pípne, zobrazí naprogramované údaje a poté 0,0. Poznámka: Jestliže vstoupíte na přístroj před zobrazením 0,0, zobrazí se „Error“ a hodnoty nebudou naměřeny.

Tlačítko samostatného vážení



Stiskněte **OFF**, do dvou až tří vteřin se na displeji zobrazí 0,0 a přístroj pípne. Až se 0,0 zobrazí, vstupte na platformu. Hmotnost bude zobrazena. Váha se poté vypne automaticky.

- str. 7 -

Řešení problémů

Pokud se vyskytne následující problém.... pak....

- **Lo** se zobrazí na displeji nebo se zobrazí data a ihned zmizí

Baterie jsou slabé. Jestliže se tato zpráva zobrazí na displeji, vyměňte ihned baterie, protože slabé baterie mohou ovlivnit přesnost měření. Vyměňte všechny baterie současně za nové baterie. Poznámka: Vaše uložená data nebudou smazána při výměně baterií.

- **Error** se zobrazí při měření

Stůjte na platformě s minimálním pohybem. Přístroj nemůže měřit přesně, pokud detekuje pohyb. Procento tělesného tuku je více než 75%, informace nemohou být obdrženy z přístroje

- Procento tělesného tuku není zobrazeno nebo se objeví **----** po určení hmotnosti.

Ujistěte se, že jste odstranili ponožky nebo punčocháče, že jsou chodidla čistá a správně srovnaná na platformě dle návodu.

- **OL** se zobrazí při měření

Hodnoty nemohou být zobrazeny, pokud je kapacita hmotnosti překročena.

Specifikace: BC – 581

Kapacita vážení: 330lb / 150 kg / 23st 8lb

Přírůstky měření: 0,2lb / 0,1 kg / 0,2lb

Přírůstky tělesného tuku: 0,1 %

Počet osobních pamětí: 5

Napájecí článek: 4 AA baterie (obsaženy)

Spotřeba: 60mA maximum

Měřicí proud: 50kHz, 6.25 kHz, 100 µA

CE Tento přístroj je odrušen podle EC nařízení 2004/108/EC.

Reklamační řád

Záruční podmínky: Na tento výrobek se poskytuje záruka 36 měsíců ode dne prodeje spotřebiteli. Reklamační uplatněná během záruční doby bude vyřízena opravou nebo výměnou. Záruka se vztahuje na správnou funkci výrobku, výrobní a materiální vady. Záruka se nevztahuje na vady vyvolané neodborným zásahem, vady způsobené vnějšími vlivy, to je nárazem, nešetrným zacházením apod., vady vzniklé použitím nekvalitního napájecího článku.

Reklamační:

1. Kupující je povinen dodané zboží ihned zkontrolovat a o případných zjištěných závadách informovat prodávajícího nejpozději do tří dnů a to písemnou formou (e-mail).
2. Pokud by závada byla způsobena naší stranou, bude Vám zboží v odpovídající kvalitě obratem dodáno na naše náklady.
3. V písemném oznámení kupující uvede zjištěné závady (druh, čím se projevují).

- str. 8 -

ZÁRUČNÍ LIST (BC-581) Datum prodeje: Razítko: Datum reklamace: