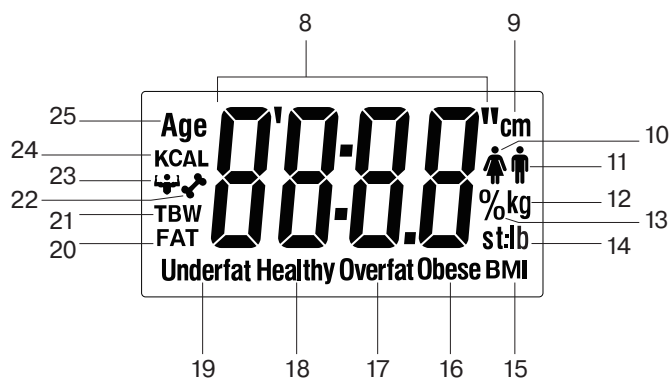
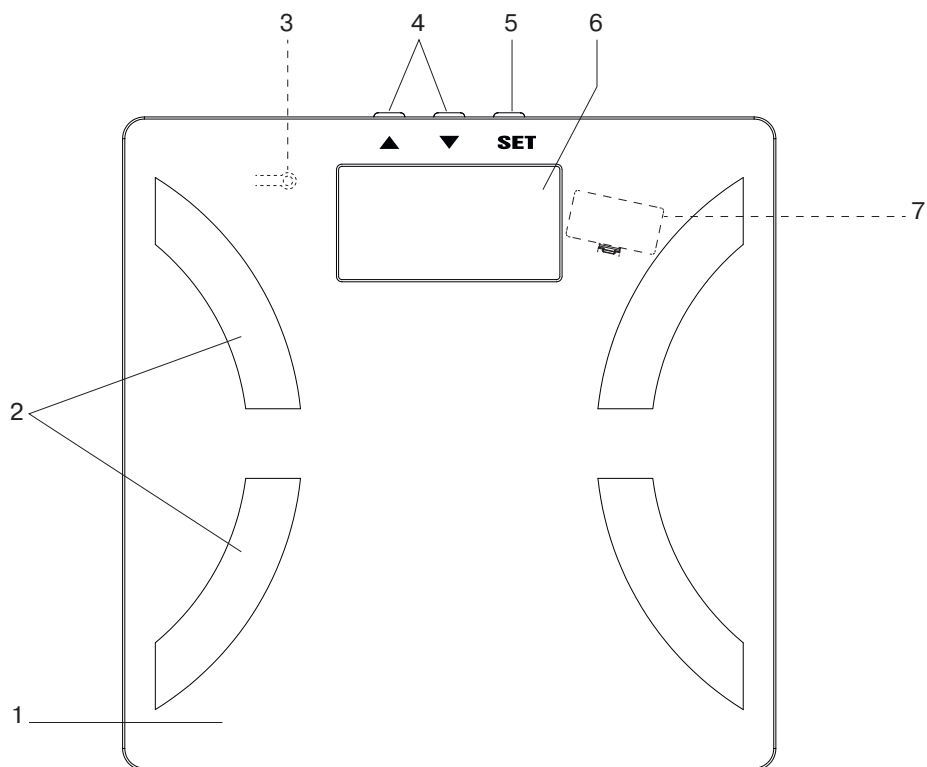


VT-1951Electronic
personal scaleЭлектронные
напольные весы

Инструкция по эксплуатации

RUS Инструкция по эксплуатации	3
GB Manual instruction	7
KZ Пайдалану нұсқасы	11
UA Інструкція з експлуатації	15
KG Пайдалануу боюнча нускама	19
RO Instrucțiune de exploatare	23



ЭЛЕКТРОННЫЕ НАПОЛЬНЫЕ ВЕСЫ VT-1951

В данной модели весов использован метод биоэлектрического анализа полного сопротивления тела (импеданса) «BIA», позволяющий с высокой точностью вычислить процентное содержание жировой ткани, воды, костной и мышечной ткани, рассчитать индивидуальную массу тела, необходимое количество суточных калорий с учетом введенных в память личных данных пользователя (пол, рост, возраст).

ОПИСАНИЕ

1. Платформа для взвешивания
2. Контактные площадки
3. Кнопка выбора единиц взвешивания «Unit»
4. Кнопки выбора данных «▲▼»
5. Кнопка выбора и подтверждения ввода данных «SET»
6. Дисплей
7. Крышка батарейного отсека

Символы на дисплее

8. Цифровые показания
9. Рост пользователя в сантиметрах «cm»
10. Символ пола женщина «♀»
11. Символ пола мужчина «♂»
12. Символ веса в килограммах «kg»
13. Символ процентного содержания «%»
14. Символ веса в стоунах и футах «st:lb»
15. Символ индекса массы тела «BMI»
16. Символ измерение процентного содержания жировой ткани «избыточного веса» «OBES»
17. Символ измерение процентного содержания жировой ткани «выше нормы» «OVERFAT»
18. Символ измерение процентного содержания жировой ткани «нормы» «HEALTHY»
19. Символ измерение процентного содержания жировой ткани «ниже нормы» «UNDER FAT»
20. Символ измерение процентного содержания жировой ткани «FAT»
21. Символ процентного содержания воды в организме «TBW»
22. Символ костной массы «☼»
23. Символ мышечной массы «☼»
24. Рекомендуемое значения дневного потребления калорий «KCAL»
25. Символ возраста пользователя «Age»

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

ВНИМАНИЕ!

- Запрещается пользоваться весами людям с электрокардиостимуляторами или прочими медицинскими приборами.
- Запрещается пользоваться весами беременным женщинам.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

Перед началом эксплуатации электронных напольных весов (далее весы), внимательно прочитайте настоящую инструкцию по эксплуатации и сохраните ее для использования в качестве справочного материала.

Используйте весы только по его прямому назначению, как изложено в данной инструкции. Неправильное обращение с весами может привести к их поломке, причинению вреда пользователю или его имуществу.

- Обращайтесь с весами аккуратно, как с любым измерительным прибором.
- Избегайте воздействия прямых солнечных лучей и не роняйте весы.
- Не подвергайте весы воздействию высоких или низких температур.
- Запрещается хранить или использовать весы в местах с повышенной влажностью (более 80%), не допускайте

контакта корпуса весов с водой или любыми другими жидкостями во избежание нарушения правильности показаний весов или выхода их из строя.

- Используйте весы вдали от нагревательных приборов.
- Размещайте весы на ровной, сухой и устойчивой поверхности.
- Для увеличения точности показаний не следует пользоваться весами на коврах или ковровых покрытиях.
- Не вставляйте на весы мокрыми ногами или на влажную платформу для взвешивания. Вы можете поскользнуться и получить травму.
- Соблюдайте осторожность, когда встаете на весы, встаньте на весы сначала одной ногой, убедитесь в их устойчивости и только затем поставьте вторую ногу.
- Во время взвешивания стойте на весах неподвижно. Запрещается прыгать на платформе для взвешивания.
- Если вы не будете пользоваться весами в течение длительного периода времени, необходимо вынуть элементы питания из батарейного отсека.
- При установке элементов питания строго соблюдайте полярность в соответствии с обозначениями.
- Своевременно меняйте элементы питания.
- Из соображений безопасности детей не оставляйте без надзора полиэтиленовые пакеты, используемые в качестве упаковок.

Внимание! Не разрешайте детям играть с полиэтиленовыми пакетами или пленкой. **Опасность удушья!**

- Дети должны находиться под присмотром для недопущения игр с прибором.
- Данное устройство не предназначено для использования детьми. Размещайте устройство в местах, недоступных для детей.
- Прибор не предназначен для использования лицами (включая детей) с пониженными физическими, сенсорными, психическими или умственными способностями или при отсутствии у них опыта или знаний, если они не находятся под контролем или не проинструктированы об использовании прибора лицом, ответственным за их безопасность.
- Запрещается превышать максимально допустимый предел взвешивания весов 180 кг.
- Запрещается самостоятельно ремонтировать прибор. Не разбирайте прибор самостоятельно, при возникновении любых неисправностей извлеките элементы питания из батарейного отсека и обратитесь в любой авторизованный (уполномоченный) сервисный центр по контактному адресу, указанному в гарантийном талоне и на сайте www.vitek.ru.
- Перевозите устройство только в заводской упаковке.
- Храните устройство в местах, недоступных для детей и людей с ограниченными возможностями.

ДАННЫЙ ПРИБОР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТОЛЬКО В БЫТОВЫХ УСЛОВИЯХ. ЗАПРЕЩАЕТСЯ КОММЕРЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИБОРА В ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ ЗОНАХ И РАБОЧИХ ПОМЕЩЕНИЯХ.

ВАЖНО

Электромагнитная совместимость

Электронные весы могут быть чувствительны к электромагнитному излучению других устройств, расположенных в непосредственной близости (мобильных телефонов, портативных радиостанций, пультов радиоуправления и микроволновых печей). В случае, если появились признаки такого воздействия (на дисплее отображаются ошибочные или противоречивые данные), используйте весы вдали от источника помех.

ПЕРЕД ПЕРВЫМ ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ

После транспортировки или хранения устройства при пониженной температуре необходимо выдержать его при комнатной температуре не менее 3 часов.

РУССКИЙ

- Протрите весы мягкой, слегка влажной тканью, после чего вытрите насухо.

УСТАНОВКА И ЗАМЕНА ЭЛЕМЕНТОВ ПИТАНИЯ

ВНИМАНИЕ!

Протечка элементов питания может стать причиной травм или повреждения устройства. Чтобы избежать повреждения, следуйте приведенным инструкциям:

- используйте элементы питания только типоразмера «AAA»;
- не используйте одновременно старый и новый элементы питания, а также элементы питания разных типов;
- запрещается перезаряжать элементы питания;
- устанавливайте элементы питания, строго соблюдая полярность;
- вынимайте элементы питания, если устройство не будет использоваться в течение длительного времени;
- сдавливайте элементы питания в специализированные пункты для их дальнейшей утилизации;
- не допускайте замыкания выводов элементов питания.
- Снимите крышку батарейного отсека (7) и установите 2 элемента питания «AAA» (входят в комплект поставки), строго соблюдая полярность.
- Установите крышку батарейного отсека (7) на место.

Замена элементов питания

- При низком заряде элементов питания на дисплее (6) отобразится символ «LO».
- Откройте крышку батарейного отсека (7), замените элементы питания новыми элементами «AAA», строго соблюдая полярность, закройте крышку батарейного отсека (7).
- Если вы не будете пользоваться весами продолжительное время, выньте элементы питания из батарейного отсека.

РЕКОМЕНДАЦИИ

- Старайтесь устанавливать и использовать весы в одном и том же месте.
- Проводите взвешивания в одно и то же время суток.
- Измерение процентного содержания жира и воды рекомендуется проводить вечером перед ужином.
- После приема пищи должно пройти не менее 2-3 часов.
- После интенсивных физических упражнений должно пройти не менее 10-12 часов.
- Процентное содержание жира в организме зависит от различных факторов и может меняться в течение дня.
- При вычислении процентного содержания жира и воды у детей младше 10 лет могут быть получены неточные результаты.
- Неточные результаты вычисления содержания жира и воды могут быть выявлены у профессиональных спортсменов, у лиц, склонных к отекам, у людей с нестандартными пропорциями тела.

Примечание: Данные о процентном содержании жира и воды могут быть вычислены только при правильно введенных личных данных (пол, возраст, рост) и в том случае, если вы стоите на весах босиком.

ВЗВЕШИВАНИЕ

Выбор единиц взвешивания

- Для выбора единиц взвешивания последовательно нажимайте кнопку (3) «Unit», расположенную на нижней части корпуса весов.
- Единицы взвешивания отображаются на дисплее (6) символами:
 - «kg» – измерение веса в килограммах (12);
 - «lb» – вес в фунтах (14);
 - «st» – вес в стоунах (14).
- Поставьте весы на ровную твердую поверхность, если пол неровный, покрыт ковром или ковровым покрытием, то точность взвешивания может снизиться.

- Соблюдайте осторожность, когда встаете на весы, встаньте на весы сначала одной ногой, убедитесь в их устойчивости и только затем поставьте вторую ногу.
- Встаньте на весы и равномерно распределите свой вес. Во время процесса взвешивания стойте неподвижно. Запрещается прыгать на платформе для взвешивания. Показания вашего веса отображаются на дисплее (6) цифровыми символами (8) в выбранных единицах взвешивания.

ВНИМАНИЕ!

- Если на дисплее (6) отобразился символ «Err», это означает, что весы перегружены.
- Срочно сойдите с платформы для взвешивания (1), для предотвращения их повреждения.
- Весы автоматически отключатся через 42 секунд после их включения.

ВВОД ЛИЧНЫХ ДАННЫХ

- Включите весы, нажав на платформу для взвешивания (1). Нажмите кнопку (5) «SET», на дисплее (6) символами (8) отобразится мигающий номер одного из пользователей «P1», «P2», ..., «P13».
- Выберите нужный номер пользователя нажатием кнопки (4) «▲▼». Возможен ввод и запоминание данных для 13 пользователей. Подтвердите выбор номера пользователя, нажав кнопку (5) «SET».
- На дисплее (6) отобразится мигающий символ пола пользователя. Нажатием кнопки (4) «▲▼» выберите символ (10) «♂» для мужчины или символ (11) «♀» для женщины, нажмите кнопку (5) «SET» для подтверждения.
- На дисплее (6) отобразятся мигающие цифровые значения роста пользователя, цифровые значения роста вводятся в значениях, соответствующих установленным единицам взвешивания «kg/st/lb». Если установлены единицы взвешивания (12) «kg», то значения роста пользователя вводятся в сантиметрах (9) «cm». Установка значений роста производится нажатием кнопки (4) «▲▼», нажмите кнопку (5) «SET» для подтверждения.
- На дисплее (6) отобразятся мигающие цифровые значения возраста пользователя (25) «Age». Установите возраст пользователя, нажатием кнопки (4) «▲▼», нажмите кнопку (5) «SET» для подтверждения.

ВЗВЕШИВАНИЕ С РЕЗУЛЬТАТАМИ ВЫЧИСЛЕНИЙ

- Включите весы, нажав на платформу для взвешивания (1). Нажмите кнопку (5) «SET», на дисплее (6) символами (8) отобразится мигающий номер одного из пользователей «P1», «P2», ..., «P13».
- Выберите нужный номер пользователя нажатием кнопки (4) «▲▼». На дисплее (6) отобразится символ номера пользователя.
- Дождитесь появления на дисплее (6) символов «0.0 kg», «0.0 lb» или «0:0 st» в зависимости от установленных единиц взвешивания.
- Встаньте босиком на платформу для взвешивания (1) так, чтобы ваши стопы находились на контактных площадках (2), во время взвешивания стойте на весах неподвижно и дождитесь отображения показаний вашего веса на дисплее (6).

Примечание: Если вы не встанете на весы в течение 42 секунд, то они автоматически выключатся.

- Продолжайте неподвижно стоять на платформе для взвешивания (1), на дисплее (6) отобразятся перемещающиеся символы «0...0», при этом происходит вычисление данных.
- Вычисленные данные отображаются на дисплее (6) в следующем порядке:
 - «FAT» - процентное содержание в организме жировой ткани (20);
 - «TBW» - процентное содержание в организме воды (21);
 - «M» - процентное содержание мышечной ткани (23);
 - «B» - массы костной ткани (22);

- «**KCAL**» - рекомендуемое значение дневного потребления килокалорий (24);
- «**BMI**» - индекса массы тела (15);
- после показа результатов вычислений, ещё раз будет показан ваш собственный вес;
- после этого веса выключатся.

В результате вычислений на дисплее (6) могут отображаться следующие символы:

- символ «избыточного веса» «**OBESE**» (16);
- символ «выше нормы» «**OVERFAT**» (17);
- символ «нормы» «**HEALTHY**» (18);
- символ «ниже нормы» «**UNDER FAT**» (19);
- появление символа «**ErrL**» показывает ошибку в процентном содержании жира в организме, или очень низкое содержание жира в организме.
- появление символа «**ErrH**» показывает ошибку в процентном содержании жира в организме, или очень высокое содержание жира в организме.

Таблица соотношения жировой ткани в организме человека

Возраст	Женщины (%)				Мужчины (%)			
	Ниже нормы	Норма	Выше нормы	Избыточный вес	Ниже нормы	Норма	Выше нормы	Избыточный вес
< 20	< 23	23-33	33-42,3	> 42,3	< 18	18-28,2	28,3-35,6	> 35,6
20-30	< 21,6	21,6-33	33-41,2	> 41,2	< 16,9	16,9-27,2	27,2-34,6	> 34,6
30-40	< 20,5	20,5-31,9	31,9-40	> 40	< 15,9	15,9-26,2	26,2-33,7	> 33,7
40-50	< 19,4	19,4-30,8	30,8-39	> 39	< 14,9	14,9-26,2	26,2-32,7	> 32,7
50-60	< 18,3	18,3-29,7	29,7-37,8	> 37,8	< 13,9	13,9-24,3	24,3-31,7	> 31,7
> 60	< 17,2	17,2-28,6	28,6-36,7	> 36,7	< 12,9	12,9-23,3	23,3-30,7	> 30,7

Примечание: Приведённые в таблице данные носят рекомендательный характер и могут отличаться в зависимости от индивидуальных параметров пользователя.

- «**TBW**» - процентное содержание воды в организме человека - это количество жидкости в теле человека в процентах к общему весу. Организм человека состоит на 50-65% из воды, поэтому вода играет первостепенную роль для тканей и органов.
- Данные веса помогут контролировать процентное количество воды в организме.

Таблица соотношения воды (%)

Возраст	Женщины (%)			Мужчины (%)		
	Низкий	Норма	Высокий	Низкий	Норма	Высокий
10-15	< 57	57-67	> 67	< 58	58-72	> 72
16-30	< 47	47-57	> 67	< 53	53-67	> 67
31-60	< 42	42-52	> 67	< 47	47-61	> 61
61-80	< 37	37-47	> 67	< 42	42-56	> 56

Примечание: Приведённые в таблице данные носят рекомендательный характер и могут отличаться в зависимости от индивидуальных параметров пользователя.

- «**LM**» - процентное содержание мышечной ткани зависит от пола, веса, роста, возраста человека, а также от образа его жизни.

Средние показатели для женщин составляют: - > 34%, для мужчин: - > 40%

- «**LM**» - масса костной ткани.

Скелет человека состоит из твёрдых костных тканей, которые защищают внутренние органы, и совместно с мышечной тканью обеспечивают способность человека к движению.

В вычислениях массы костной ткани заложен принцип определение массы минеральных веществ, в частности кальция и других минеральных веществ. Результаты исследований показали, развитие мышечных тканей усиливает кости

РЕЗУЛЬТАТЫ ВЫЧИСЛЕНИЙ

- «**FAT**» - результат вычисления процентного содержания в организме жировой ткани, этот параметр не постоянный и может изменяться в течение дня. Показатели процентного содержания жировой ткани в организме зависят от образа жизни, физических нагрузок, общего состояния здоровья и от количества жидкости в организме.
- При анализе вычисленных показаний содержания жировой ткани в организме, учитывайте следующие факторы:
 - данные о содержании жировой ткани в организме могут быть выше после приёма пищи или жидкости;
 - данные о содержании жировой ткани могут быть ниже после приёма ванны или душа;
 - если содержание жидкости в организме уменьшится, то и изменятся показатели процентного содержания жировой ткани.

скелета человека. Учитывайте это при расчёте физических нагрузок и составлении диеты. Масса костной ткани практически не меняется, но некоторое её снижение возможно под воздействием многих факторов (пол, вес, рост, возраст).

- «**KCAL**» - рекомендуемое значение дневного потребления килокалорий

Таблица рекомендаций дневного потребления килокалорий (%)

Возраст/Вес		< 17 лет	18-29 лет	30-50 лет	> 50 лет
Мужчины	< 50 кг	1350	1200	1115	1075
	50-65 кг	1485	1320	1227	1183
	65-80 кг	1890	1680	1561	1505
	80-95 кг	2295	2040	1896	1828
	> 95 кг	2700	2400	2230	2150
Женщины	< 50 кг	1265	1180	1085	1035
	50-65 кг	1392	1298	1194	1139
	65-80 кг	1771	1652	1519	1449
	80-95 кг	2151	2006	1845	1760
	> 50 кг	2530	2360	2170	2070

Примечание: Приведённые в таблице данные носят рекомендательный характер и могут отличаться в зависимости от индивидуальных параметров пользователя.

- «**BMI**» - индекса массы тела

Индекс массы тела - позволяет оценить степень соответствия массы человека и его роста, по этим данным можно косвенно оценить, является ли масса тела человека недостаточной, нормальной или избыточной.

РУССКИЙ

Индекс массы тела следует применять с осторожностью, исключительно для ориентировочной оценки, например, попытка оценить с его помощью телосложение профессиональных спортсменов может дать неверный результат (высокое значение индекса в этом случае объясняется развитой мускулатурой).

В таблице приведены данные индекса массы тела по оценке ВОЗ

Параметр «ВМ1»	Ниже нормы	Нормальный вес	Выше нормы	Избыточный вес
Индекс массы тела	< 18,5	18,5-25	25-30	> 30

Примечание: Приведённые в таблице данные носят рекомендательный характер и могут отличаться в зависимости от индивидуальных параметров пользователя.

СОПОСТАВЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ВЗВЕШИВАНИЯ И ВЫЧИСЛЕНИЯ ПАРАМЕТРОВ

- Результаты вычисления параметров и простых взвешиваний имеют значение только при длительном сопоставлении результатов, так, как кратковременные изменения индекса массы тела, как правило, вызваны незначительной потерей жидкости в тканях вашего организма.
- Оценивайте результаты на основании изменений общего веса тела, процентного соотношения жировой ткани и содержания жидкости в тканях, в течение периода времени, когда эти изменения произошли. Кратковременные изменения показаний в течение дня могут значительно отличаться от изменений показаний в течение недели или месяца.
- Кратковременное снижение веса и одновременный рост, или неизменное процентное количество жировой ткани могут быть вызваны уменьшением количества жидкости при физической нагрузке, посещении сауны или при быстрой потере веса.
- Среднесрочное увеличение веса, снижение процентного количества жировой ткани или неизменное количество жировой ткани в организме человека может быть вызвано увеличением мышечной массы.
- Одновременное снижение общего веса и содержания жировой ткани, говорит о том, что ваша диета работает.
- Сочетайте диеты с различными физическими нагрузками, при этом вы будете наблюдать среднесрочное увеличение мышечной массы в тканях организма.

ЧИСТКА И УХОД

- Протирайте платформу для взвешивания (1) мягкой, слегка влажной тканью, после чего вытрите насухо.
- Запрещается использовать для чистки весов абразивные чистящие средства или любые растворители.
- Запрещается погружать весы в воду или любые другие жидкости.
- Храните весы в сухом прохладном месте, недоступном для детей и людей с ограниченными возможностями.

КОМПЛЕКТ ПОСТАВКИ

Весы – 1 шт.
Элемент питания «AAA» – 2 шт.
Инструкция – 1 шт.
Гарантийный талон – 1 шт.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Электропитание: 3 В, 2 элемента питания типа «AAA» (входят в комплект поставки)
Наибольший предел взвешивания: 180 кг
Наименьший предел взвешивания: 5 кг

Шкала деления*: 100 г

* Для бытовых весов величина погрешности не оговаривается, поэтому в технических характеристиках она не указывается.

Термин «погрешность» используют для промышленных, аналитических и медицинских весов. Эти весы имеют метрологические сертификаты, подтверждающие точность измерений. Более того, для подтверждения точности этих весов специально утверждённые организации производят ежегодное «подтверждение точности измерений весов» (поверку).

УТИЛИЗАЦИЯ



В целях защиты окружающей среды, после окончания срока службы прибора и элементов питания (если входят в комплект), не выбрасывайте их вместе с обычными бытовыми отходами, передайте прибор и элементы питания в специализированные пункты для дальнейшей утилизации. Отходы, образующиеся при утилизации изделий, подлежат обязательному сбору с последующей утилизацией в установленном порядке.

Для получения дополнительной информации об утилизации данного продукта обратитесь в местный муниципалитет, службу утилизации бытовых отходов или в магазин, где Вы приобрели данный продукт.

Производитель сохраняет за собой право изменять дизайн, конструкцию и технические характеристики, не влияющие на общие принципы работы устройства, без предварительного уведомления, из-за чего между инструкцией и изделием могут наблюдаться незначительные различия. Если пользователь обнаружил такие несоответствия, просим сообщить об этом по электронной почте info@vitek.ru для получения обновленной версии инструкции.

Срок службы устройства – 3 года



Данное изделие соответствует всем требуемым европейским и российским стандартам безопасности и гигиены.

ИЗГОТОВИТЕЛЬ: СТАР ПЛЮС ЛИМИТЕД (STAR PLUS LIMITED)

МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ И ПОЧТОВЫЙ АДРЕС ДЛЯ СВЯЗИ:
ЮНИТ А, 15-Й ЭТАЖ, КЭИСИ АБЕРДИН ХАУС, №38,
ХЕНГ ИП РОУД, ВОНГ ЧУК ХАНГ, ГОНКОНГ, КНР

ИМПОРТЕР И УПОЛНОМОЧЕННОЕ ИЗГОТОВИТЕЛЕМ ЛИЦО: ООО «ВИТЕК.РУС»

МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ И ПОЧТОВЫЙ АДРЕС ДЛЯ СВЯЗИ:
РФ, 117452, Г. МОСКВА, ЧЕРНОМОРСКИЙ БУЛЬВАР,
ДОМ 17, КОРП. 1, ЭТАЖ 4, ОФИС 401, КАБ. 1.
Тел.: +7 (499) 685-48-18, e-mail: info@vitek.ru

Ответственность за несоответствие продукции требованиям технических регламентов Таможенного союза возложена на уполномоченное изготовителем лицо.

www.vitek.ru
ТЕЛЕФОН ДЛЯ СПРАВОК: 8-800-100-18-30

СДЕЛАНО В КНР

ELECTRONIC PERSONAL SCALE VT-1951

This model of scale uses BIA bioelectric body total resistance (impedance) analysis, which provides highly accurate calculations of the percentage of fat tissue, water, bone and muscle tissue to calculate individual body mass, necessary daily calorie intake, based on user's personal data (sex, height, age) input into the unit memory.

DESCRIPTION

1. Weighing platform
2. Contact areas
3. Weight measurement unit selection button «Unit»
4. Data selection buttons «▲▼»
5. Data selection and confirmation button «SET»
6. Display
7. Battery compartment lid

Display symbols

8. Digital indications
9. User's height in centimeters «cm»
10. Symbol of the sex: female «♀»
11. Symbol of the sex: male «♂»
12. Weight symbol in kilograms «kg»
13. Percentage symbol «%»
14. Weight symbol in stones and pounds «st:lb»
15. Body mass index symbol «BMI»
16. Symbol of measurement of the percentage of adipose tissue «obese» «**OBESE**»
17. Symbol of measurement of the percentage of adipose tissue «above normal» «**OVERFAT**»
18. Symbol of measurement of the percentage of adipose tissue «norm» «**HEALTHY**»
19. Symbol of measurement of the percentage of adipose tissue «below normal» «**UNDER FAT**»
20. Fat percentage measurement symbol «**FAT**»
21. Water percentage symbol «**TBW**»
22. Bone mass symbol «**B**»
23. Muscle bulk symbol «**M**»
24. Recommended daily calorie intake «**KCAL**»
25. User's age symbol «**Age**»

SAFETY PRECAUTIONS

ATTENTION!

- People having pacemakes and other medical devices should not use the scale.
- Pregnant women should not use the scale.

SAFETY MEASURES AND OPERATION RECOMMENDATIONS

Before using the personal electronic scale (hereinafter - the scale), read this instruction carefully and keep it for further reference.

Use the scale for its intended purpose only, as specified in this manual. Mishandling the scale can lead to its breakage and cause harm to the user or damage to their property.

- Handle the scale with care, as any measuring instrument.
- Avoid exposing the scale to direct sunlight and do not drop the scale.
- Do not expose the scale to high or low temperatures.
- Do not keep or use the scale in a room with high humidity (above 80%), make sure that the scale body does not come into contact with water or any other liquids as this may cause scale reading malfunction or its damage.
- Use the scale away from heating units.
- Place the scale on a flat dry and steady surface.
- For more precise readings do not use the scale on carpets or rugs.
- Do not step on the scale with wet feet or if the weighing platform is damp. You can slip and get injured.
- Be careful while stepping on the scale: step on the scale first with one foot; make sure that the scale is steady and only then step on it with the both feet.

- Stand still while weighing. Do not jump on the weighing platform.
- If you are not planning to use the scale for a long time, remove the batteries from the battery compartment.
- Strictly follow the polarity according to the markings when replacing the batteries.
- Replace the batteries in time.
- For children safety reasons do not leave polyethylene bags, used as a packaging, unattended.

Attention! Do not allow children to play with polyethylene bags or packaging film. **Danger of suffocation!**

- Do not leave children unattended to prevent using the unit as a toy.
- This unit is not intended for usage by children. Place the unit out of reach of children.
- The unit is not intended for usage by physically, sensory or mentally disabled persons (including children) or by persons lacking experience or knowledge if they are not under supervision of a person who is responsible for their safety or if they are not instructed by this person on the usage of the unit.
- Do not exceed the maximum capacity of the scale which is 180 kg.
- Do not repair the unit by yourself. Do not disassemble the unit by yourself, if any malfunctions are detected, remove the batteries from the battery compartment and apply to any authorized service center at the contact addresses given in the warranty certificate and on the website www.vitek.ru.
- Transport the unit in the original packaging only.
- Keep the unit out of reach of children and disabled persons.

THIS UNIT IS INTENDED FOR HOUSEHOLD USE ONLY. ITS COMMERCIAL USAGE AND USAGE IN PRODUCTION AREAS AND WORK SPACES IS PROHIBITED.

IMPORTANT

Electromagnetic compatibility

Electronic scale can be sensitive to the electromagnetic emission of other units located in close proximity (such as cell phones, portable radio transmitters, remote controllers and microwave ovens). Should the signs of such emission appear (false or inconsistent data readings on the display), use the unit away from the source of interferences.

BEFORE THE FIRST USE

After unit transportation or storage at low temperature keep it for at least 3 hours at room temperature before switching on.

- Wipe the scale with a soft, slightly damp cloth and then wipe it dry.

BATTERIES INSTALLATION AND REPLACEMENT

ATTENTION!

Batteries leakage can cause injuries or damage to the unit. Please follow the instructions to avoid damage:

- use the «AAA» type batteries only;
- do not use old and new batteries at the same time or different types of batteries;
- do not recharge the batteries;
- observe the polarity strictly while installing the batteries;
- remove the batteries if you are not planning to use the unit for a long time;
- apply to specialized centers for further recycling of the batteries;
- avoid short circuiting the battery clips.
- Remove the battery compartment lid (7) and insert 2 «AAA» batteries (supplied with the unit), strictly following the polarity.
- Install the battery compartment lid (7) back to its place.

ENGLISH

Battery replacement

- When the batteries are low, the symbol «**LO**» will appear on the display (6).
- Open the battery compartment lid (7), replace the «AAA» batteries with new ones, strictly following the polarity, and close the battery compartment lid (7).
- If you are not planning to use the scale for a long time, remove the batteries from the battery compartment.

RECOMMENDATIONS

- Try to install and use the scale in the same place.
- Weigh yourself at the one and the same time of the day.
- We recommend measuring the percentage of fat and water in the evening before evening meal.
- 2-3 hours should pass after last meal.
- At least 10-12 hours should pass after intensive physical exercises.
- Percentage of fat in the body depends on different factors and can change during the day.
- When calculating percentage of fat and water of children younger than 10 years the results may be inaccurate.
- Professional sportsmen, people inclined to edemas and people with nonstandard body proportions can show inaccurate results of calculation of fat and water percentage.

Note: Fat and water percentage data can be calculated only if personal data (sex, age, height) are entered correctly and if you step on the scale barefeet.

WEIGHT MEASUREMENT

Weight measurement unit selection

- To select the weight measurement unit, consequently press the button (3) «**Unit**» on the bottom part of the scale body.
- Measurement units are shown on the display (6) with the symbols:
«**kg**» – weight measurement in kilograms (12);
«**lb**» – weight in pounds (14);
«**st**» – weight in stones (14).
- Place the scale on a flat solid surface; if the floor is uneven or covered with carpet or rug, the weighing accuracy may decrease.
- Be careful while stepping on the scale: step on the scale first with one foot; make sure that the scale is steady and only then step on it with the both feet.
- Step on the scale and dispose your weight evenly. Stand still while being weighted. Do not jump on the weighing platform. The digital indications (8) on the display (6) will show your weight in the selected measurement units.

ATTENTION!

- If a symbol «**Err**» appeared on the display (6), it means that the scale is overloaded.
- Immediately step off the weighing platform (1) to avoid damaging the scale.
- The scale will be automatically switched off in 42 seconds after switching on.

ENTERING PERSONAL DATA

- Switch the scale on by pressing on the weighing platform (1). Press the «**SET**» button (5), the flashing symbols (8) on the display (6) will show one of the user numbers «**P1**», «**P2**», ..., «**P13**».
- Select the desired user number by pressing the buttons (4) «**▲▼**». You can enter and save data for 13 users. Confirm your selection of the user number by pressing the «**SET**» button (5).
- The flashing symbol of the user's sex will be shown on display (6). By pressing the buttons (4) «**▲▼**» select the symbol (10) «**♀**» for woman or the symbol (11) «**♂**» for man, press the «**SET**» button (5) to confirm.

- The flashing digital indications of user's height will be shown on the display (6), the digital values of height are entered in values corresponding to the selected weight measurement units «**kg/st/lb**». If the weight measurement units (12) are set in «**kg**», the user's height values are entered in centimeters (9) «**cm**». Set the height values by pressing the buttons (4) «**▲▼**», press the «**SET**» button (5) to confirm.
- The flashing values of the user's age (25) «**Age**» will appear on the display (6). Set the user's age by pressing the buttons (4) «**▲▼**», press the «**SET**» button (5) to confirm.

WEIGHT MEASUREMENT WITH CALCULATION

RESULTS

- Switch the scale on by pressing on the weighing platform (1). Press the «**SET**» button (5), the flashing symbols (8) on the display (6) will show one of the user numbers «**P1**», «**P2**», ..., «**P13**».
- Select the desired user number by pressing the buttons (4) «**▲▼**». The user's number symbol will appear on the display (6).
- Wait until the symbols «**0.0 kg**», «**0.0 lb**» or «**0:0 st**» appear on the display (6), depending on the selected measurement units.
- Step with your bare feet on the weighing platform (1) so that your feet are on the contact areas (2), stay still during the weight measurement and wait until the weight indications appear on the display (6).

Note: If you don't step on the scale within 42 seconds, it will switch off automatically.

- Keep standing still on the weighing platform (1), the display (6) will show moving symbols «**0...0**», while the data is being calculated.
- The calculated data will be shown on the display (6) in the following order:
 - «**FAT**» - fat tissue percentage (20);
 - «**TBW**» - water percentage (21);
 - «**MB**» - muscle bulk percentage (23);
 - «**BM**» - bone mass percentage (22);
 - «**KCAL**» - recommended daily calorie intake (24);
 - «**BMI**» - body mass index (15);
 - after the calculated results, your weight will be shown once again;
 - after that the scale will switch off.

As a result of calculations, the display (6) can show the following symbols:

- obesity symbol «**OBESE**» (16);
- overnutrition symbol «**OVERFAT**» (17);
- healthy body symbol «**HEALTHY**» (18);
- excessive fat symbol «**UNDER FAT**» (19);
- the appearance of the symbol «**ErrL**» indicates an error in the percentage of body fat, or very low body fat.
- the appearance of the symbol «**ErrH**» indicates an error in the percentage of body fat, or very high body fat.

CALCULATION RESULTS

- «**FAT**» - the result of calculating the percentage of fat tissue in the body, this parameter is not constant and may change during the day. The percentage of fat tissue in the body depends on lifestyle, physical activity, general health and the amount of fluid in the body.
- When analyzing calculated readings of fat tissue in the body, consider the following factors:
 - the fat percentage indications may be higher after having a meal or a drink,
 - the fat percentage indications may be less after taking a bath or a shower,
 - if the fluid content in the body decreases, then the fat tissue percentage indications will change.

Fat tissue correlation table

Age	Women (%)				Men (%)			
	Under Fat	Healthy	Overfat	Obese	Under Fat	Healthy	Overfat	Obese
< 20	< 23	23-33	33-42.3	> 42.3	< 18	18-28.2	28.3-35.6	> 35.6
20-30	< 21.6	21.6-33	33-41.2	> 41.2	< 16.9	16.9-27.2	27.2-34.6	> 34.6
30-40	< 20.5	20.5-31.9	31.9-40	> 40	< 15.9	15.9-26.2	26.2-33.7	> 33.7
40-50	< 19.4	19.4-30.8	30.8-39	> 39	< 14.9	14.9-26.2	26.2-32.7	> 32.7
50-60	< 18.3	18.3-29.7	29.7-37.8	> 37.8	< 13.9	13.9-24.3	24.3-31.7	> 31.7
> 60	< 17.2	17.2-28.6	28.6-36.7	> 36.7	< 12.9	12.9-23.3	23.3-30.7	> 30.7

Note: The data in this table is given for recommendation purposes only and can vary, depending on individual parameters of the user.

- «**TBW**» - water percentage in a human body is the percentage of liquid in the human body to total weight. The human body consists of 50-65% water, so water plays a primary role for tissues and organs.

This scale helps to control the water percentage in a body.

Water correlation table (%)

Age	Women (%)			Men (%)		
	Low	Normal	High	Low	Normal	High
10-15	< 57	57-67	> 67	< 58	58-72	> 72
16-30	< 47	47-57	> 67	< 53	53-67	> 67
31-60	< 42	42-52	> 67	< 47	47-61	> 61
61-80	< 37	37-47	> 67	< 42	42-56	> 56

Note: The data in this table is given for recommendation purposes only and can vary, depending on individual parameters of the user.

- «**BM**» - muscle tissue percentage depends on the sex, weight, height, age of the person and on their lifestyle.

Average values for women are: - > 34%, for men: - > 40%

- «**B**» - bone tissue mass.

The human skeleton consists of hard bone tissues that protect the internal organs, and together with muscle tissue provide a person's ability to move.

The calculation of bone mass is based on the principle of determining the mass of mineral substances, in particular calcium and other mineral substances. Research results have shown that development of muscle tissues makes the human skeleton stronger. Take this into account when calculating physical activity and diet. The mass of bone tissue practically does not change, but its slight decrease is possible under the influence of many factors (sex, weight, height, age).

- «**KCAL**» - recommended daily calorie intake value

Recommended daily calorie intake table (%)

Age/Weight		< 17 years	18-29 years	30-50 years	> 50 years
Men	< 50 kg	1350	1200	1115	1075
	50-65 kg	1485	1320	1227	1183
	65-80 kg	1890	1680	1561	1505
	80-95 kg	2295	2040	1896	1828
	> 95 kg	2700	2400	2230	2150
Women	< 50 kg	1265	1180	1085	1035
	50-65 kg	1392	1298	1194	1139
	65-80 kg	1771	1652	1519	1449
	80-95 kg	2151	2006	1845	1760
	> 50 kg	2530	2360	2170	2070

Note: The data in this table is given for recommendation purposes only and can vary, depending on individual parameters of the user.

- «**BM**» - body mass index

The body mass index allows to assess the degree of conformity of a person's weight with their height and thus indirectly tell whether the person's body weight is insufficient, normal or excessive.

Apply the body weight index with caution, only for a rough estimate – for example, an attempt to assess by its means the body build of professional athletes can lead to incorrect results (high index value in this case is accounted for by the athlete's well developed musculature).

In the table below the body mass index data are given according to the WHO estimation

«BM1» parameter	Under Fat	Healthy	Overfat	Obese
Body weight index	< 18.5	18.5-25	25-30	> 30

Note: The data in this table is given for recommendation purposes only and can vary, depending on individual parameters of the user.

COMPARISON OF THE RESULTS OF WEIGHING AND CALCULATION OF PARAMETERS

- The results of parameter calculations and simple weighing are only relevant for long-term comparison of results, since short-term changes in body mass index are usually caused by a slight loss of fluid in your body tissues.
- Evaluate results based on changes in total body weight, percentage of body fat, and fluid content in the tissues, during the period of time when these changes occurred. Short-term indication changes during a day can be significantly different from the indication changes within a week or a month.
- Short-term weight loss and simultaneous growth or constant fat percentage in body tissues may be caused by decreasing of liquid amount as a result of physical exercises, visiting sauna or quick weight loss.
- Medium-term increase of weight, decrease of fat percentage or constant fat tissue amount in the human body may be caused by increasing of muscle bulk.
- Simultaneous decrease of total weight and fat tissue amount shows that your diet is working.
- Combine diet with different physical exercises. In this case you will observe the medium-term increase of muscle mass in body tissues.

CLEANING AND CARE

- Clean the weighing platform (1) with a soft slightly damp cloth, and then wipe dry.
- Do not use abrasive cleaners or solvents to clean the scale.
- Do not immerse the scale into water or any other liquids.
- Keep the scale in a dry cool place out of reach of children and disabled persons.

ENGLISH

DELIVERY SET

Scale – 1 pc.
«AAA» battery – 2 pcs.
Instruction manual – 1 pc.
Warranty certificate – 1 pc.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Power supply: 3 V, 2 «AAA» batteries
(included in the delivery set)
Maximum weight limit: 180 kg
Minimum weight limit: 5 kg.
Division scale*: 100 g

* For household scales the extent of error is not specified, so it is not stated in technical specifications.
The term «margin of error» is used for industrial, analytical, and medical scales. These scales have pattern approval certificates which confirm the measurement accuracy. Moreover, specially appointed organizations perform annual "measurement accuracy confirmation" (checking) to confirm the scales accuracy.

RECYCLING



For environment protection do not throw out the unit and the batteries (if included), do not discard the unit and the batter-

ies with usual household waste after the service life expiration; apply to specialized centers for further recycling.

The waste generated during the disposal of the unit is subject to mandatory collection and consequent disposal in the prescribed manner.

For further information about recycling of this product apply to a local municipal administration, a disposal service or to the shop where you purchased this product.

The manufacturer preserves the right to change design, structure and specifications not affecting general principles of the unit operation without a preliminary notification due to which insignificant differences between the manual and product may be observed. If the user reveals such differences, please report them via e-mail info@vitek.ru for receipt of an updated manual.

Unit operating life is 3 years

Guarantee

Details regarding guarantee conditions can be obtained from the dealer from whom the appliance was purchased. The bill of sale or receipt must be produced when making any claim under the terms of this guarantee.



This product conforms to the EMC Directive 2014/30/EU and to the Low Voltage Directive 2014/35/EU.

ЭЛЕКТРОНЫҢ ЕДЕНДІК ТАРАЗЫ VT-1951

Бұл таразы моделінде «BIA» (импеданс) дененің толық кедергісін биоэлектрлік талдау әдісі қолданылды, бұл май тінінің, судың, сүйек пен бұлшықет тінінің пайызын жоғары дәлдікпен есептеуге, жеке дене салмағын, пайдаланушының жеке мәліметтерін (жынысы, бойы, жасы) ескере отырып, күнделікті калориялардың қажетті мөлшерін есептеуге мүмкіндік береді.

СИПАТТАМАСЫ

1. Өлшеуге арналған платформа
2. Түйісу алаңшалары
3. Өлшеу бірліктерін таңдайтын батырма «Unit»
4. Деректерді таңдау түймелері «▲▼»
5. Деректерді таңдайтын және енгізілгенін растайтын түйме «SET»
6. Дисплей
7. Батарея бөлігінің қақпағы

Дисплейдегі таңбалар

8. Цифрлық көрсеткіштер
9. Пайдаланушының бойы сантиметрмен «cm»
10. Жыныс таңбасы әйел «♀»
11. Жыныс таңбасы ер «♂»
12. Салмақ таңбасы килограмм «kg»
13. Пайыздық құрам таңбасы «%»
14. Стоунмен және фентлен берілген салмақ белгісі «st:lb»
15. Дене салмағының индексі «BMI»
16. «Артық салмақ» май тінінің пайыздық мазмұнын өлшейтін белгі «OBESE»
17. «Қалыптан жоғары» май тінінің пайыздық мазмұнын өлшейтін белгі «OVERFAT»
18. «Қалыпты» май тінінің пайыздық мазмұнын өлшейтін белгі «HEALTHY»
19. «Қалыптан төмен» май тінінің пайыздық мазмұнын өлшейтін белгі «UNDER FAT»
20. Май тінінің пайыздық құрамын өлшеу таңбасы «FAT»
21. Ағзадағы судың пайыздық құрамы таңбасы «TBW»
22. Сүйек массасы таңбасы «B»
23. Бұлшықет массасы таңбасы «M»
24. Күнделікті калория тұтынудың ұсынылатын мөні «KCAL»
25. Пайдаланушы жасының таңбасы «Age»

САҚТАНДЫРУ ШАРАЛАРЫ

НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ!

- Электроникардиоимпульсаторлары немесе өзге де медициналық аспаптары бар адамдарға таразыны пайдалануға тыйым салынады.
- Жүкті әйелдерге таразыны қолдануға тыйым салынады.

ҚАУІПСІЗДІК ШАРАЛАРЫ ЖӘНЕ ПАЙДАЛАНУҒА БЕРУ ЖӨНІНДЕГІ НҰСҚАУЛЫҚ

Электронды едендік таразыны (бұдан әрі таразы) пайдалануды бастамас бұрын осы пайдалану жөніндегі нұсқаулықты мұқият оқып шығыңыз және оны анықтамалық материал ретінде пайдалану үшін сақтаңыз.

Таразыны осы нұсқаулықта баяндалғандай тікелей мақсаты бойынша ғана пайдаланыңыз. Таразыны дұрыс пайдаланбау оның сынуына, пайдаланушыға немесе оның мүлгіне зиян келтіруге әкелуі мүмкін.

- Таразыны кез-келген өлшеу құралы сияқты ұқыпты ұстаңыз.
- Тікелей күн сәулесінің әсеріне ұшыратпаңыз және таразыны құлатпаңыз.
- Таразыны жоғары немесе төмен температура әсеріне ұшыратпаңыз.
- Таразыны ылғалдылығы жоғары (80% -дан аса) жерлерде қалдыруға немесе пайдалануға тыйым салынады, таразы көрсеткіштерінің дұрыстығы бұзылуына немесе оның істен шығуына жол бермеу үшін, құрылғының сумен немесе басқа сұйықтықтармен жанасуына жол бермеңіз.
- Таразыны қыздырғыш аспаптардан алшақ жерде пайдаланыңыз.
- Құрылғыны түзу, құрғақ және тұрақты бетте орналастырыңыз.

- Көрсеткіштердің дәлдігін арттыру үшін таразыны кілемдердің немесе кілем жабындарының үстінде пайдалануға болмайды.
- Таразыға суланған аяқтарыңызбен немесе өлшеуге арналған платформа дымқыл болса тұрмаңыз. Сіз тайып кетуіңіз және жарақат алуыңыз мүмкін.
- Таразыға тұратын кезде абай болыңыз, таразының үстіне алдымен бір аяғыңызбен тұрыңыз, оның тұрақтылығына көз жеткізіп алғаннан кейін ғана екінші аяғыңызды қойыңыз.
- Өлшеу кезінде таразыда қозғалыссыз тұрыңыз. Өлшеуге арналған платформа үстінде секіруге тыйым салынады.
- Егер сіз таразыны ұзақ уақыт пайдаланбасаңыз, қуат элементтерін батарея бөлігінен алып тастау керек.
- Қуат элементін орнатқан кезде белгілеуге сәйкес үйектілігін қатаң сақтаңыз.
- Қуаттау элементтерін өз уақытында ауыстырып отырыңыз.
- Балалардың қауіпсіздігі мақсатында орау ретінде пайдаланылатын полиэтилен қаптарды қараусыз қалдырмаңыз.

Назар аударыңыз! Балаларға полиэтилен пакеттермен немесе үлдірмен ойнауға рұқсат етілгені. Баланың тұншығу қаупі бар!

- Аспаппен ойнауларына жол бермеу үшін балаларды қадағалау керек.
- Берілген құрылғы балалардың пайдалануына арналмаған. Құрылғыны балалардың қолы жетпейтін жерде қойыңыз
- Дене, сенсорлық, жүйке немесе ақыл-сана мүмкіндіктері төмендетілген тұлғалардың (балаларды қоса) пайдалануына арналмаған немесе оларда тәжірибесі немесе білімі болмаса, егер олар бақыланбаса немесе олардың қауіпсіздігі үшін жауап беретін тұлғамен аспапты пайдалану туралы нұсқаулықтар берілмеген болса, осы аспап олардың пайдалануына арналмаған.
- Таразыда максималды рұқсат етілген өлшеу шегінен 180 кг-нан асыруға тыйым салынады.
- Аспапты өз бетіңізбен жөндеуге тыйым салынады. Өздігіңізден құралды бөлшектемеңіз, кез-келген ақау шыққан жағдайда қуаттандыру элементтерін батареялық бөліктен шығарыңыз және байланыс мекен-жайлары бойынша кепілдеме талонның көрсетілген кез-келген авторланған (үкілетті) сервистік орталыққа, және www.vitek.ru сайтына жүгініңіз.
- Құрылғыны тек зауыт қаптамасында ғана тасымалдаңыз.
- Құралды балалардың және мүмкіндіктерді шектеулі адамдардың қолы жетпейтін жерде сақтаңыз.

ОСЫ АСПАП ТЕК ТҰРМЫСТЫҚ ЖАҒДАЙЛАРДА ПАЙДАЛАНУҒА АРНАЛҒАН. ӨНДІРІСТІК АЙМАҚТАР МЕН ЖҰМЫС ҮЙ-ЖАЙЛАРЫНДА АСПАПТЫ ПАЙДАЛАНУҒА ЖӘНЕ КОММЕРЦИЯЛЫҚ ПАЙДАЛАНУҒА ТЫЙЫМ САЛЫНАДЫ.

МАҢЫЗДЫ

Электромангниттік сәйкестілік

Электрондық таразы тікелей жақын орналасқан басқа құрылғылардың (мысалы, ұялы телефондар, портативті радиостанциялар, радио басқару пульттерінің және қысқа толқынды пештердің) электр магниттік сәулеленуіне сезімтал болуы мүмкін. Осындай әсердің белгілері пайда болған жағдайда (дисплейде қате немесе қарама-қайшы деректер пайда болады), таразыны кедергі кездерінен алшақ пайдаланыңыз.

АЛҒАШ ПАЙДАЛНАР АЛДЫНДА

Құрылғыны төмен температура жағдайларында сақтаған немесе тасымалдаған кезде оны белме температурасында 3 сағаттан кем емес уақыт бойы ұстау керек.

- Таразыны сәл дымқыл жұмсақ матамен сүртіп, содан кейін құрғатып сүртіңіз.

ҚУАТТАНДЫРУ ЭЛЕМЕНТІН ОРНАТУ ЖӘНЕ АУЫСТЫРУ НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ!

Қуаттандыру элементтерінің ағуы құрылғының бұзылуы немесе жарақаттың себептері болуы мүмкін. Бұзылысқа жол бермеу үшін төменде берілген нұсқаулықты сақтау керек:

- қуаттандыру элементтерін тек «AAA» типті өлшемдерде ғана пайдаланыңыз;

ҚАЗАҚША

- бір уақытта ескі және жаңа қуаттандыру элементтерін, сонымен қатар әртүрлі типті қуаттандыру элементтерін пайдаланбаңыз;
- қуаттандыру элементтерін қайта зарядтауға тыйым салынады;
- қуаттандыру элементтерін қатаң түрде қарама-қайшылықты сақтап орнатыңыз;
- егер құрылғы ұзақ уақыт бойы пайдаланылмайтын болса қуаттандыру элементін алып тастаңыз;
- қуаттандыру элементтерін оларды ары қарай көдеге асыру үшін мамандандырылған орындарға өткізіңіз;
- қуаттандыру элементтері шығыстарының қысқа тұйықталуына жол бермеңіз;
- Батареялық бөлік қақпағын (7) шешіп алыңыз және үйектілікті қатаң сақтап 2 «AAA» қуаттандыру элементін (жеткізілім жинағына кіреді) орнатыңыз.
- Батареялық бөліктің (7) қақпағын орнатыңыз.

Қуат элементін ауыстыру

- Қуат элементінің заряды аз болған кезде дисплейде (6) «LO» таңбасы көрінеді.
- Таразының батарея бөлігінің қақпағын (7) ашыңыз, қуат элементін жаңа «AAA» типті элементімен, үйектілігін қатаң сақтай отырып ауыстырыңыз, батарея бөлігінің қақпағын (7) жабыңыз.
- Егер таразыны ұзақ уақыт бойы пайдаланбайтын болсаңыз, онда қуат элементін батарея бөлігінен алып тастаңыз.

ҰСЫНЫСТАР

- Таразыны бір жерге орнатуға және сол жерде қолдануға тырысыңыз.
- Өлшеуді тәуліктің бір уақытында жүргізіңіз.
- Май мен судың пайыздық мөлшерін кешке кешкі ас ішер алдында өлшеген жөн.
- Тамақтанғаннан кейін кемінде 2-3 сағат өту керек.
- Қарқынды дене жаттығуларын жасағаннан кейін кемінде 10-12 сағат өту керек.
- Ағзадағы майдың пайыздық мөлшері түрлі әсерлерге байланысты болады және бір күн ішінде өзгеріп отыруы мүмкін.
- 10 жастан кіші балалардағы май мен судың пайыздық мөлшерін есептеген кезде нәтижелер дәл болмауы мүмкін.
- Май мен су мөлшерінің дәл емес есептеу нәтижелері кәсіпқой спортмендерде, ісінуге шалдыққан адамдарда, дене бітімі стандартты емес адамдарда байқалуы мүмкін.

Ескерте: Май мен судың пайыздық мөлшері туралы деректер жеке деректерді (жиыныс, жас, бой) дұрыс енгізген жағдайда ғана және таразы үстінде жалаң аяқ тұрған кезде ғана есептеледі.

ӨЛШЕУ

Өлшеу бірліктерін таңдау

- Өлшеу бірліктерін таңдау үшін таразы корпусының төменгі жағында орналасқан (3) «Unit» түймесін дәйекті түрде басып отырыңыз.
- Өлшеу бірліктері дисплейде (6) таңбалар арқылы көрінеді: «kg» – салмақ өлшемдері килограммен (12); «lb» – салмақ фунттармен (14); «st» – салмақ стонмен (14).
- Таразыны тегіс қатты бетке қойыңыз, егер еден түзу болмаса, еденге кілем немесе кілем жабыны төселген болса, онда өлшеу дәлдігі төмендейді.
- Таразыға тұратын кезде абай болыңыз, таразының үстіне алдымен бір аяғыңызбен тұрыңыз, оның тұрақтылығына көз жеткізіп алғаннан кейін ғана екінші аяғыңызды қойыңыз.
- Таразының үстіне шығып, өз салмағыңызды біркелкі етіп ұстаның. Салмақты өлшеу процесі уақытында қозғалмай тұрыңыз. Өлшеуге арналған платформа үстінде секіруге тыйым салынады. Сіздің салмағыңыздың көрсеткіші дисплейде (6) цифрлық таңбалармен (8) таңдалған өлшем бірліктерінде көрсетіледі.

HAZAP АУДАРЫҢЫЗ!

- Егер дисплейде (6) «Err» таңбасы көрінген болса, бұл таразыға артық салмақ түскенін білдіреді.

- Олардың зақымдалуын болдырмау үшін (1) өлшеу платформасынан дереу түсіңіз.
- Таразы қосылғаннан кейін шамамен 42 секундтан соң автоматты түрде сөніп қалады.

ЖЕКЕ МӘЛІМЕТТЕРДІ ЕНГІЗУ

- Өлшеу платформасын (1) басу арқылы таразыны қосыңыз. «SET» (5) түймесіне басыңыз, дисплейде (6) пайдаланушылардың біреуінің жыпылықтаған «P1», «P2», ..., «P13» нөмірі көрсетіледі.
- Түймелерді (4) «▲▼» басу арқылы қажетті пайдаланушы нөмірін таңдаңыз. 13 пайдаланушы үшін дерек енгізуге болады. Түймені (5) «SET» басу арқылы пайдаланушы нөмірін таңдауды растаңыз.
- Бұдан әрі дисплейде (6) пайдаланушы жынысының таңбасы көрінеді. Түймені (4) «▲▼» басу арқылы өйелдерге (10) «♀» немесе ерлерге (11) «♂» арналған таңбаны таңдаңыз, растау үшін түймені (5) «SET» басыңыз.
- Дисплейде (6) пайдаланушы бойының жыпылықтайтын цифрлық мәндері көрсетіледі, бойдың цифрлық мәндері белгіленген өлшем бірліктерге «kg/st/lb» сәйкес мәндерде енгізіледі. Егер өлшеу бірліктері (12) «kg» болып орнатылса, пайдаланушы бойының мәндері сантиметрмен (9) «cm» енгізіледі. Бойдың мәндерін орнату түймелерді (4) «▲▼» басу арқылы жүзеге асырылады, растау үшін түймені (5) «SET» басыңыз.
- Дисплейде (6) пайдаланушы жасының жыпылықтайтын цифрлық мәндері (25) «Age» көрсетіледі. Түймелерді (4) «▲▼» басу арқылы пайдаланушының жасын орнатыңыз, растау үшін түймені (5) «SET» басыңыз.

ЕСЕПТЕУ НӘТИЖЕЛЕРІМЕН ӨЛШЕУ

- Өлшеу платформасын (1) басу арқылы таразыны қосыңыз. «SET» (5) түймесіне басыңыз, дисплейде (6) пайдаланушылардың біреуінің жыпылықтаған «P1», «P2», ..., «P13» нөмірі көрсетіледі.
- Түймелерді (4) «▲▼» басу арқылы қажетті пайдаланушы нөмірін таңдаңыз. Дисплейде (6) пайдаланушы нөмірінің таңбасы көрсетіледі.
- Дисплейде (6) белгіленген өлшем бірліктеріне байланысты таңбалар «0.0 kg», «0.0 lb» немесе «0.0 st» пайда болғанша күтіңіз.
- Өлшеу платформасына (1) аяғыңыз түйсу алаңшаларында (2) болатындай етіп жалаң аяқ тұрыңыз, өлшеу кезінде таразыда қозғалыстың тұрыныз және дисплейде (6) салмағыңыздың көрсеткіші көрсетілгенше күтіңіз.

Ескерте: Егер сіз таразыға 42 секунд ішінде тұрмасаңыз, онда ол автоматты түрде өшіп қалады.

- Өлшеу платформасында (1) қозғалыссыз тұруды жалғастырыңыз, дисплейде (6) жүгіртелі таңбалар «o...o» көрсетіледі, бұл жағдайда деректерді есептеу жүріп жатады.
- Есептелген деректер дисплейде (6) келесі ретпен көрсетіледі:
 - «FAT» - ағза құрамындағы май тінінің пайызы (20);
 - «TBW» - ағза құрамындағы судың пайызы (21);
 - «» - ағза құрамындағы бұлшықет тінінің пайызы (23);
 - «» - сүйек тінінің массасы (22);
 - «KCAL» - күнделікті килокалорияны тұтынудың ұсынылатын мәні (24);
 - «BMI» - дене салмағының индексі (15);
 - есептеу нәтижелерін көрсеткеннен кейін, сіздің өз салмағыңыз тағы бір рет көрсетіледі;
 - осыдан кейін таразы өшеді.

Есептеулер нәтижесінде дисплейде (6) келесі таңбалар көрсетілуі мүмкін:

- «артық салмақ» таңбасы «OBES» (16);
- «нормадан жоғары» таңбасы «OVERFAT» (17);
- «норма» таңбасы «HEALTHY» (18);
- «нормадан төмен» таңбасы «UNDER FAT» (19);
- таңбаның «ErrL» пайда болуы ағза құрамында майдың пайыздық мөлшерінің қатесін немесе ағза құрамында майдың пайыздық мөлшерінің өте төмен екенін көрсетеді.

- таңбаның «ErrH» пайда болуы ағза құрамындағы май пайызының қатесін немесе ағза құрамындағы майдың өте жоғары екенін көрсетеді.

ЕСЕПТЕУ НӘТИЖЕЛЕРІ

- «FAT» - ағза құрамындағы май тінінің пайызын есептеу нәтижесі, бұл параметр тұрақты емес және күн барысында өзгеруі мүмкін. Ағза құрамындағы май тінінің пайыздық көрсеткіштері өмір салтына, физикалық белсенділікке, жалпы денсаулыққа және ағзадағы сұйықтық мөлшеріне байланысты.

- Ағза құрамындағы май тінінің есептелген көрсеткіштерін таңдау кезінде келесі факторларды ескеріңіз:
 - ағза құрамындағы май тінінің мөлшері туралы деректер тағам немесе сұйықтық ішкеннен кейін жоғары болуы мүмкін.
 - ағза құрамындағы май тінінің мөлшері ваннаға немесе душқа түскеннен кейін төмен болуы мүмкін.
 - егер ағзадағы сұйықтықтың мөлшері азаятын болса, онда май тінінің пайыздық көрсеткіштері де өзгереді.

Адам ағзасындағы май тінінің арақатынасы кестесі

Жасы	Өйелдер (%)				Ерлер (%)			
	Нормадан төмен	Норма	Нормадан жоғары	Артық салмақ	Нормадан төмен	Норма	Нормадан жоғары	Артық салмақ
< 20	< 23	23-33	33-42,3	> 42,3	< 18	18-28,2	28,3-35,6	> 35,6
20-30	< 21,6	21,6-33	33-41,2	> 41,2	< 16,9	16,9-27,2	27,2-34,6	> 34,6
30-40	< 20,5	20,5-31,9	31,9-40	> 40	< 15,9	15,9-26,2	26,2-33,7	> 33,7
40-50	< 19,4	19,4-30,8	30,8-39	> 39	< 14,9	14,9-26,2	26,2-32,7	> 32,7
50-60	< 18,3	18,3-29,7	29,7-37,8	> 37,8	< 13,9	13,9-24,3	24,3-31,7	> 31,7
> 60	< 17,2	17,2-28,6	28,6-36,7	> 36,7	< 12,9	12,9-23,3	23,3-30,7	> 30,7

Ескертпе: Кестедегі мәліметтер ұсыныс сипатына ие және қолданушының дербес шамаларына қарай ерекшеленуі мүмкін.

- «TBW» - ағзадағы судың пайыздық мөлшері - бұл адам денесіндегі сұйықтықтың жалпы салмаққа пайызбен көрсетілген мөлшері. Адам ағзасы 50-65% судан тұрады, сондықтан су тіңдер мен мүшелер үшін маңызды рөл атқарады.

Бұл таразы ағзадағы судың пайыздық мөлшерін бақылауға көмектеседі.

Судың арақатынасы кестесі (%)

Жасы	Өйелдер (%)			Ерлер (%)		
	Төмен	Норма	Жоғары	Төмен	Норма	Жоғары
10-15	< 57	57-67	> 67	< 58	58-72	> 72
16-30	< 47	47-57	> 67	< 53	53-67	> 67
31-60	< 42	42-52	> 67	< 47	47-61	> 61
61-80	< 37	37-47	> 67	< 42	42-56	> 56

Ескертпе: Кестедегі мәліметтер ұсыныс сипатына ие және қолданушының дербес шамаларына қарай ерекшеленуі мүмкін.

- «BMI» - бұлшықет тінінің пайызы адамның жынысына, салмағына, бойына, жасына, сондай-ақ оның өмір салтына байланысты.

Өйелдер үшін орташа көрсеткіштер құрайтыны: - > 34%, ерлер үшін: - > 40%

- «L» - сүйек тінінің массасы.

Адамның сүйек қаңқасы ішкі мүшелерді қорғайтын және бұлшықет тінімен бірге адамның қозғалу қабілетін қамтамасыз ететін қатты сүйек тіңдерінен тұрады.

Сүйек тінінің массасын есептеуде минералдардың, атап айтқанда кальций мен басқа минералдардың массасын анықтау принципі бар. Бұлшық ет тіңдерінің дамуы қаңқа сүйектерін күшейтетінін зерттеулер көрсетті. Мұны физикалық белсенділікті есептеу және диетаны құру кезінде ескеріңіз. Сүйек тінінің массасы іс жүзінде өзгермейді, бірақ оның кейбір төмендеуі көптеген факторлардың әсерінен мүмкін болады (жынысы, салмағы, бойы, жасы).

- «KCAL» - күнделікті килокалорияны тұтынудың ұсынылатын мөні.

Тәуліктік килокалорияны тұтыну бойынша ұсыныстар кестесі (%)

Жасы / Салмағы	< 17 жас	18-29 жас	30-50 жас	> 50 жас
Ерлер	< 50 кг	1350	1200	1175
	50-65 кг	1485	1320	1227
	65-80 кг	1890	1680	1561

Жасы / Салмағы	< 17 жас	18-29 жас	30-50 жас	> 50 жас
Ерлер	80-95 кг	2295	2040	1896
	> 95 кг	2700	2400	2230
Өйелдер	< 50 кг	1265	1180	1085
	50-65 кг	1392	1298	1194
	65-80 кг	1771	1652	1519
	80-95 кг	2151	2006	1845
	> 95 кг	2530	2360	2170

Ескертпе: Кестедегі мәліметтер ұсыныс сипатына ие және қолданушының дербес шамаларына қарай ерекшеленуі мүмкін.

- «BMI» - дене салмағының индексі

Дене салмағының индексі – адам салмағының оның бойына сәйкестілік деңгейін бағалауға, және осы арқылы дене салмағының жеткіліксіз, қалыпты немесе артық болып табылатындығын жанама бағалауға мүмкіндік беретін шама.

Дене салмағының индексін тек индикативті бағалау үшін сақтықпен қолдану керек, мысалы, кәсіби спортшылардың дене бітімін бағалау әрекеті дұрыс нәтиже бермеуі мүмкін (бұл жағдайда индекстің жоғары мәні бұлшықеттің дамығандығымен түсіндіріледі).

Кестеде ДДСҰ бағалауы бойынша дене салмағының индексі туралы мәліметтер келтірілген

«BM1» параметрі	Нормадан төмен	Қалыпты салмақ	Нормадан жоғары	Артық салмақ
Дене салмағының индексі	< 18,5	18,5-25	25-30	> 30

Ескертпе: Кестедегі мәліметтер ұсыныс сипатына ие және қолданушының дербес шамаларына қарай ерекшеленуі мүмкін.

ӨЛШЕУ НӘТИЖЕЛЕРІН САЛЫСТЫРУ ЖӘНЕ ПАРАМЕТРЛЕРДІ ЕСЕПТЕУ

- Параметрлерді есептеу нәтижелері мен қарапайым өлшеу нәтижелері ұзақ уақыт салыстырылған мәндер негізінде ғана мәнді болады, өйткені дене салмағы индексындағы қысқа мерзімді өзгерістер әдетте сіздің дене тіңдеріңіздігі сұйықтықтың шамалы жоғалуынан болады.

ҚАЗАҚША

- Нәтижелерді осы өзгерістер болған уақыт аралығында жалпы дене салмағының, май тінінің пайызының және тіндердегі сұйықтықтың өзгеруіне негіздеп бағалаңыз. Күн бойғы көрсетімдердің қысқаша уақыт ішінде өзгеруі апта немесе ай ішіндегі көрсетім өзгерулерінен айырмашылықты болуы мүмкін.
- Салмақтың қысқа уақытты төмендеуі және бір уақытта өсуі немесе ағза тіндеріндегі майдың өзгермейтін мөлшері денеге күш түсіру, саунаға бару нәтижесінде немесе салмақты тез жоғалту кезінде сұйықтық мөлшерінің азаюынан туындауы мүмкін.
- Салмақтың орташа мерзімдік артуы, май тіні мөлшерінің пайыздық санының төмендеуі немесе ағза тіндеріндегі майдың өзгермейтін мөлшері бұлшық ет массасының артуынан туындаған.
- Жалпы салмақ пен құрамдағы май тінінің бір мезгілде төмендеуі сіздің диетаныздың жұмыс істейтінін көрсетеді.
- Диеталарды әртүрлі физикалық жаттығулармен біріктіріңіз, сонда сіз дене тіндерінде бұлшықет массасының орташа мерзімді өсуді байқайсыз.

ТАЗАЛАУ ЖӘНЕ КҮТІМ

- Таразының өлшеуге арналған алаңшасын (1) жұмсақ, сәл дымқыл матамен сүртіп, содан кейін құрағатып сүртіңіз.
- Таразыны тазарту үшін қажағыш тазартқыш заттарды немесе кез келген еріткіштерді пайдалануға тыйым салынады.
- Таразыны суға немесе басқа да кез келген сұйықтықтарға батыруға тыйым салынады.
- Таразыны салқын және құрғақ жерде, балалардың және мүмкіндігі шектеулі адамдардың қолы жетпейтін жерде сақтаңыз.

ЖЕТКІЗІЛІМ ЖИЫНТЫҒЫ

Таразы – 1 дн.
«ААА» қуаттау элементі – 2 дн.
Нұсқаулық – 1 дн.
Кепілдік талоны – 1 дн.

ТЕХНИКАЛЫҚ СИПАТТАМАЛАРЫ

Электрқуаттандыруы: 3 В, 2 қуаттандыру элементі «ААА» (жеткізілім жиынтығына кіреді)
Салмақты өлшеудің ең жоғарғы шегі: 180 кг
Салмақты өлшеудің ең төменгі шегі: 5 кг
Бөлу шкаласы*: 100 г

* Тұрмыстық таразылар үшін қателік мәні айтылмайды, сондықтан ол техникалық сипаттамаларында көрсетілмейді.
«Қателік» терминін өндірістік, аналитикалық және медициналық таразылар үшін пайдаланады. Осы таразылардың

өлшеу дәлдігін растайтын метрологиялық сертификаттары бар. Сонымен қоса, осы таразылардың дәлдігін растау үшін арнайы бекітілген ұйымдар жыл сайынғы «таразылардың өлшеу дәлдігін растауды» (сәйкестік тексеріс) жүргізеді.

ҚАЙТА ӨНДЕУ



Қоршаған ортаны қорғау мақсатында, аспаптың және қуаттандыру элементтерінің (егер жинақтың құрамына кірсе) қызмет ету мерзімі аяқталғаннан кейін, оларды күнделікті тұрмыстық қалдықтармен бірге тастауға болмайды, аспап пен қуаттандыру элементтерін ары қарай кәдеге асыру үшін мамандандырылған орындарға өткізу керек.

Бұйымдарды қайта өңдеу кезінде пайда болатын қалдықтар белгіленген тәртіп бойынша келесі қайта өңделетін міндетті жинауға жатады.

Берілген өнімді қайта өңдеу туралы қосымша ақпаратты алу үшін жергілікті муниципалитетке, тұрмыстық қалдықтарды қайта өңдеу қызметіне немесе берілген өнімді Сіз сатып алған дүкенге хабарласыңыз.

Дайындаушы аспапты жақсарту мақсатында, алдын-ала хабарламай, аспаптың дизайнын, конструкциясы және оның жұмыс қағидатына есер етпейтін техникалық сипаттарын өзгерту құқығын өзіне қалдырады, соған байланысты нұсқаулық пен бұйымның арасында кейбір айырмашылықтар болуы мүмкін. Егер пайдаланушы осындай сәйкессіздіктерді анықтаса, нұсқаулықтың жаңартылған нұсқасын алу үшін сәйкессіздік туралы info@vitek.ru электрондық поштасына хабарлауыңызды сұраймыз.

Құралдың қызмет ету мерзімі – 3 жыл

Гарантиялық міндеттілігі

Гарантиялық жағдайдағы қаралып жатқан бөлшектер дилерден тек сатып алынған адамға ғана беріледі. Осы гарантиялық міндеттілігіндегі шағымдалған жағдайда төлеген чек немесе квитанциясын көрсетуі қажет.

EAC

ЕЛЕКТРОННІ ПІДЛОГОВІ ВАГИ VT-1951

У цій моделі ваг використаний метод біоелектричного аналізу повного опору тіла (імпедансу) «BIA», що дозволяє з високою точністю обчислити процентний вміст жирової тканини, води, кісткової та м'язової тканини, розрахувати індивідуальну масу тіла, необхідну кількість добових калорій, з урахуванням введених у пам'ять особистих даних користувача (стать, зріст, вік).

ОПИС

1. Платформа для зважування
2. Контактні майданчики
3. Кнопка вибору одиниць зважування «Unit»
4. Кнопки вибору даних «▲ ▼»
5. Кнопка вибору та підтвердження введення даних «SET»
6. Дисплей
7. Кришка батарейного відсіку

Символи на дисплеї

8. Цифрові показання
9. Зріст користувача в сантиметрах «cm»
10. Символ статі жінка «♀»
11. Символ статі чоловік «♂»
12. Символ ваги в кілограмах «kg»
13. Символ відсоткового вмісту «%»
14. Символ ваги в стовнах та фунтах «st:lb»
15. Символ індексу маси тіла «BMI»
16. Символ вимірювання відсоткового вмісту жирової тканини «надмірної ваги» «OBES»
17. Символ вимірювання відсоткового вмісту жирової тканини «вищий за норму» «OVERFAT»
18. Символ вимірювання відсоткового вмісту жирової тканини «норма» «HEALTHY»
19. Символ вимірювання відсоткового вмісту жирової тканини «нижчий за норму» «UNDER FAT»
20. Символ вимірювання відсоткового вмісту жирової тканини «FAT»
21. Символ відсоткового вмісту води в організмі «TBW»
22. Символ кісткової маси «B»
23. Символ м'язової маси «M»
24. Рекомендоване значення добового споживання калорій «KCAL»
25. Символ віку користувача «Age»

ЗАПОБІЖНІ ЗАХОДИ

УВАГА!

- Забороняється користуватися вагами людьми з електрокардіостимуляторами або іншими медичними приладами.
- Забороняється користуватися вагами вагітним жінкам.

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ

Перед початком експлуатації електронних підлогових ваг (далі ваги), уважно прочитайте цю інструкцію з експлуатації та збережіть її для використання як довідковий матеріал.

Використовуйте ваги тільки за їх прямим призначенням, як вказано у цій інструкції. Неправильне поводження з вагами може призвести до їх поломки, завдання шкоди користувачеві або його майну.

- Поводьтеся з вагами акуратно, як з будь-яким вимірвальним приладом.
- Не допускайте дії прямих сонячних променів та не опускайте ваги.
- Не піддавайте ваги впливу високого чи низьких температур.
- Забороняється зберігати або використовувати ваги у місцях з підвищеною вологістю (більше 80%), не допускайте контакту корпусу ваг з водою або з будь-якими іншими рідинами, щоб уникнути порушення правильності показань ваг або виходу їх з ладу.
- Використовуйте ваги далеко від нагрівальних приладів.
- Розміщайте ваги на рівній, сухій та стійкій поверхні.

- Для збільшення точності показань не слід користуватися вагами на килимах або килимових покриттях.
- Не вставляйте на ваги мокримі ногами або на вологу платформу для зважування. Ви можете посковзнутися та отримати травму.
- Будьте обережні, коли встаєте на ваги, встаньте на ваги спочатку однією ногою, переконайтеся в їх стійкості і тільки потім поставте другу ногу.
- Під час зважування стійте на вагах нерухомо. Забороняється стрибати на платформі для зважування.
- Якщо ви не користуватиметесь вагами протягом тривалого періоду часу, необхідно витягнути елементи живлення з батарейного відсіку.
- Коли установлюєте елементи живлення, неухильно дотримуйтеся полярності відповідно до позначень.
- Своечасно міняйте елементи живлення.
- З міркувань безпеки дітей не залишайте без нагляду поліетиленові пакети, що використовуються як упаковка.

Увага! Не дозволяйте дітям грати з поліетиленовими пакетами або плівкою. небезпека задуси!

- Діти мають перебувати під наглядом для недопущення ігор з приладом.
- Цей пристрій не призначений для використання дітьми. Розміщайте пристрій у місцях, недоступних для дітей.
- Прилад не призначений для використання особами (у тому числі дітьми) зі зниженими фізичними, сенсорними, психічними або розумовими здібностями, або за відсутності в них досвіду чи знань, якщо вони не знаходяться під контролем або не проінструктовані щодо використання приладу особою, відповідальною за їх безпеку.
- Забороняється перевищувати максимально допустиму межу зважування ваг 180 кг.
- Забороняється самостійно ремонтувати прилад. Не розбирайте прилад самостійно, у разі виникнення будь-яких несправностей витягніть елементи живлення з батарейного відсіку та зверніться до будь-якого авторизованого (уповноваженого) сервісного центру за контактною адресою, вказаною в гарантійному талоні та на сайті www.vitek.ru.
- Перевозьте пристрій лише у заводській упаковці.
- Зберігайте пристрій у місцях, недоступних для дітей та людей з обмеженими можливостями.

ЦЕЙ ПРИЛАД ПРИЗНАЧЕНИЙ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ ЛИШЕ У ПОБУТОВИХ УМОВАХ. ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ КОМЕРЦІЙНЕ ВИКОРИСТАННЯ ТА ВИКОРИСТАННЯ ПРИЛАДУ У ВИРОБНИЧИХ ЗОНАХ ТА РОБОЧИХ ПРИМІЩЕННЯХ.

ВАЖЛИВО

Електромагнітна сумісність

Електронні ваги можуть бути чутливі до електромагнітного випромінювання інших пристроїв, які знаходяться у безпосередній близькості (мобільних телефонів, портативних радіостанцій, пультах радіокерування та мікрохвильових печей). Якщо з'явилися ознаки такого впливу (на дисплеї відображаються помилкові або суперечливі дані), використовуйте ваги далеко від джерела перешкоди.

ПЕРЕД ПЕРШИМ ВИКОРИСТАННЯМ

Після транспортування або зберігання пристрою в умовах зниженої температури необхідно витримати його в умовах кімнатної температури не менше 3 годин.

- Протріть ваги м'якою, злегка вологою тканиною, після чого витріть насухо.

УСТАНОВЛЕННЯ ТА ЗАМІНА ЕЛЕМЕНТІВ ЖИВЛЕННЯ

УВАГА!

Протікання елементів живлення може стати причиною травм або пошкодження пристрою. Щоб уникнути пошкодження, дотримуйтеся наведених нижче інструкцій:

- використовуйте елементи живлення тільки типорозміру «AAA»;

УКРАЇНЬКА

- не використовуйте одночасно старий та новий елементи живлення, а також елементи живлення різних типів;
- забороняється перезаряджати елементи живлення;
- установлюйте елементи живлення, неухильно дотримуйтеся полярності;
- виймайте елементи живлення, якщо пристрій не використовується протягом тривалого часу;
- здавайте елементи живлення в спеціалізовані пункти для їх подальшої утилізації;
- не допускайте замикання виводів елементів живлення.
- Зніміть кришку батарейного відсіку (7) та установіть 2 елементи живлення «AAA» (входять до комплексу постачання), неухильно дотримуйтеся полярності.
- Установіть кришку батарейного відсіку (8) на місце.

Заміна елементів живлення

- Якщо заряд батареї низький, на дисплеї (6) з'явиться символ «LO».
- Відкрийте кришку батарейного відсіку (7), замініть елементи живлення новими елементами «AAA», неухильно дотримуючись полярності, закрийте кришку батарейного відсіку (7).
- Якщо ви не користуватиметесь вагами тривалий час, вийміть елементи живлення з батарейного відсіку.

РЕКОМЕНДАЦІЇ

- Намагайтеся встановлювати та використовувати ваги в одному й тому самому місці.
- Робіть зважування в один і той же час доби.
- Вимірювання відсоткового вмісту жиру та води рекомендується робити ввечері перед вечерею.
- Після приймання їжі має пройти щонайменше 2-3 години.
- Після інтенсивних фізичних вправ має пройти щонайменше 10-12 годин.
- Відсотковий вміст жиру в організмі залежить від різних факторів та може змінюватися протягом дня.
- У разі обчислення відсоткового вмісту жиру та води у дітей молодше 10 років, можуть бути отримані неточні результати.
- Неточні результати обчислення вмісту жиру та води можуть бути виявлені у професійних спортсменів, у осіб, схильних до набряків, у людей з нестандартними пропорціями тіла.

Примітка: Дані про відсотковий вміст жиру та води можуть бути обчислені тільки у разі правильно введених особистих даних (стать, вік, зріст) та у тому випадку, якщо ви стоїте на вагах босоніж.

ЗВАЖУВАННЯ

Вибір одиниць зважування

- Щоб вибрати одиниці зважування, послідовно натискайте кнопку (3) «Unit», яка знаходиться на нижній частині корпусу ваг.
- Одиниці зважування відображаються на дисплеї (6) символами:
 - «kg» – вимірювання ваги в кілограмах (12);
 - «lb» – вага в фунтах (14);
 - «st» – вага в стонах (14).
- Поставте ваги на рівну тверду поверхню, бо якщо підлога нерівна, покрита килимом або килимовим покриттям, то точність зважування може знизитися.
- Будьте обережні, коли встаете на ваги, встаньте на ваги спочатку однією ногою, переконайтеся в їх стійкості і тільки потім поставте другу ногу.
- Встаньте на ваги та рівномірно розподіліть свою вагу. Під час процесу зважування стійте нерухомо. Забороняється стрибати на платформі для зважування. Показання вашої ваги з'являться на дисплеї (6) цифровими символами (8) у вибраних одиницях зважування.

УВАГА!

- Якщо на дисплеї (6) відобразився символ «Err», це означає, що ваги перевантажені.

- Негайно зійдіть з платформи для зважування (1), щоб запобігти їх пошкодженню.
- Ваги автоматично вимкнуться приблизно через 42 секунд після їх увімкнення.

ВВЕДЕННЯ ОСОБИСТИХ ДАНИХ

- Увімкніть ваги, для чого натисніть на платформу для зважування (1). Натисніть кнопку (5) «SET», на дисплеї (6), символами (8) відобразиться мерехтливий номер одного з користувачів «P1», «P2», ..., «P13».
- Виберіть потрібний номер користувача натисненням кнопок (4) «▲▼». Можливо введення та запам'ятання даних для 13 користувачів. Підтвердіть вибір номера користувача, натиснувши кнопку (5) «SET».
- На дисплеї (6) з'явиться миготливий символ користувача. Натисненням кнопок (4) «▲▼» виберіть символ (10) «♂» для жінки або символ (11) «♂» для чоловіка, натисніть кнопку (5) «SET» для підтвердження.
- На дисплеї (6) з'являться миготливі цифрові значення зросту користувача, цифрові значення зросту вводяться у значення, що відповідають установленим одиницям зважування «kg/st/lb». Якщо встановлено одиниці зважування (12) «kg», то значення зросту користувача вводяться у сантиметрах (9) «cm». Установлення значень зросту проводиться натисненням кнопок (4) «▲▼», натисніть кнопку (5) «SET» для підтвердження.
- На дисплеї (6) відобразяться миготливі цифрові значення віку користувача (25) «Age». Установіть вік користувача за допомогою натискання кнопки (4) «▲▼», натисніть кнопку (5) «SET» для підтвердження.

ЗВАЖУВАННЯ З РЕЗУЛЬТАТАМИ ОБЧИСЛЕНЬ

- Увімкніть ваги, для чого натисніть на платформу для зважування (1). Натисніть кнопку (5) «SET», на дисплеї (6), символами (8) відобразиться мерехтливий номер одного з користувачів «P1», «P2», ..., «P13».
- Виберіть потрібний номер користувача натисненням кнопок (4) «▲▼». На дисплеї (6) з'явиться символ номера користувача.
- дочекайтеся появи на дисплеї (6) символів «0.0 kg», «0.0 lb» або «0.0 st» залежно від установлених одиниць зважування.
- Встаньте босоніж на платформу для зважування (1) так, щоб ваші стопи знаходилися на контактних майданчиках (2), під час зважування стійте на вагах нерухомо і дочекайтеся відображення показань вашої ваги на дисплеї (6).

Примітка: Якщо ви не встанете на ваги протягом 42 секунд, вони автоматично вимкнуться.

- Продовжуйте нерухомо стояти на платформі для зважування (1), на дисплеї (6) з'являться символи, «o...o», які будуть переміщуватися, у цей час відбувається обчислення даних.
- Обчислені дані відображаються на дисплеї (6) в такому порядку:
 - «FAT» - відсотковий вміст в організмі жирової тканини (20);
 - «TBW» - відсотковий вміст в організмі води (21);
 - «» - відсотковий вміст м'язової тканини (23);
 - «» - маси кісткової тканини (22);
 - «KCAL» - рекомендоване значення добового споживання кілокалорій (24);
 - «BMI» - індексу маси тіла (15);
 - після показу результатів обчислень, ще раз буде показано вашу власну вагу;
 - після цього ваги вимкнуться.

В результаті обчислень на дисплеї (6) можуть відображатися такі символи:

- символ «надмірної ваги» «OBESE» (16);
- символ «вищий за норму» «OVERFAT» (17);
- символ «норма» «HEALTHY» (18);
- символ «нижчий за норму» «UNDER FAT» (19);

- поява символу «ErrL» показує помилку у відсотковому вмісті жиру в організмі, або дуже низький вміст жиру в організмі.
- поява символу «ErrH» показує помилку у відсотковому вмісті жиру в організмі, або дуже високий вміст жиру в організмі.

РЕЗУЛЬТАТИ ОБЧИСЛЕНЬ

- «FAT» - результат обчислення відсоткового вмісту в організмі жирової тканини, цей параметр не є постійним і може змінюватися протягом дня. Показники відсоткового вмісту жирової тканини в організмі

залежать від способу життя, фізичних навантажень, загального стану здоров'я та кількості рідини в організмі.

- Під час аналізу обчислених показань вмісту жирової тканини в організмі враховуйте такі фактори:
 - дані про вміст жирової тканини в організмі можуть бути вищими після прийому їжі або рідини;
 - дані про вміст жирової тканини можуть бути нижчими після прийому ванни або душі;
 - якщо вміст рідини в організмі зменшиться, то й зміняться показники відсоткового вмісту жирової тканини.

Таблиця співвідношення жирової тканини в організмі людини

Вік	Жінки (%)				Чоловіки (%)			
	Нижче норми	Норма	Вище норми	Зайва вага	Нижче норми	Норма	Вище норми	Зайва вага
< 20	< 23	23-33	33-42,3	> 42,3	< 18	18-28,2	28,3-35,6	> 35,6
20-30	< 21,6	21,6-33	33-41,2	> 41,2	< 16,9	16,9-27,2	27,2-34,6	> 34,6
30-40	< 20,5	20,5-31,9	31,9-40	> 40	< 15,9	15,9-26,2	26,2-33,7	> 33,7
40-50	< 19,4	19,4-30,8	30,8-39	> 39	< 14,9	14,9-26,2	26,2-32,7	> 32,7
50-60	< 18,3	18,3-29,7	29,7-37,8	> 37,8	< 13,9	13,9-24,3	24,3-31,7	> 31,7
> 60	< 17,2	17,2-28,6	28,6-36,7	> 36,7	< 12,9	12,9-23,3	23,3-30,7	> 30,7

Примітка: Наведені в таблиці дані мають рекомендаційний характер і можуть відрізнятися залежно від індивідуальних параметрів користувача.

- «TBW» - відсотковий вміст води в організмі людини – це кількість рідини в тілі людини у відсотках до загальної ваги. Організм людини складається на 50-65% із води, тому вода грає першорядну роль для тканин та органів.

Ці ваги допоможуть контролювати відсоткову кількість води в організмі.

Таблиця рекомендацій добового споживання калорій (%)

Вік/Вага	< 17 років	18-29 років	30-50 років	> 50 років
Чоловіки	< 50 кг	1350	1200	1115
	50-65 кг	1485	1320	1227
	65-80 кг	1890	1680	1561
	80-95 кг	2295	2040	1896
	> 95 кг	2700	2400	2230
Жінки	< 50 кг	1265	1180	1085
	50-65 кг	1392	1298	1194
	65-80 кг	1771	1652	1519
	80-95 кг	2151	2006	1845
	> 95 кг	2530	2360	2170

Примітка: Наведені в таблиці дані мають рекомендаційний характер і можуть відрізнятися залежно від індивідуальних параметрів користувача.

- «BMI» - індекс маси тіла

Індекс маси тіла – дозволяє оцінити ступінь відповідності маси людини та її зросту, за цими даними можна побічно оцінити, чи є маса тіла людини недостатньою, нормальною чи надмірною.

Індекс маси тіла слід застосовувати з обережністю, виключно для орієнтовної оцінки, наприклад, спроба оцінити за його допомогою статуру професійних спортсменів може дати невірний результат (високі значення індексу в такому разі пояснюються розвиненою мускулатурою).

У таблиці наведені дані індексу маси тіла за оцінкою ВООЗ

Параметр «BMI»	Нижче норми	Нормальна вага	Вище норми	Зайва вага
Індекс маси тіла	< 18,5	18,5-25	25-30	> 30

Примітка: Наведені в таблиці дані мають рекомендаційний характер і можуть відрізнятися залежно від індивідуальних параметрів користувача.

Таблиця співвідношення води (%)

Вік	Жінки (%)			Чоловіки (%)		
	Низький	Норма	Високий	Низький	Норма	Високий
10-15	< 57	57-67	> 67	< 58	58-72	> 72
16-30	< 47	47-57	> 67	< 53	53-67	> 67
31-60	< 42	42-52	> 67	< 47	47-61	> 61
61-80	< 37	37-47	> 67	< 42	42-56	> 56

Примітка: Наведені в таблиці дані мають рекомендаційний характер і можуть відрізнятися залежно від індивідуальних параметрів користувача.

- «B» - відсотковий вміст м'язової тканини залежить від статі, ваги, зросту, віку людини, а також від способу її життя.

Середні показники для жінок становлять: - > 34%, для чоловіків: - > 40%

- «B» - маса кісткової тканини.

Скелет людини складається з твердих кісткових тканин, які захищають внутрішні органи, і разом із м'язовою тканиною забезпечують здатність людини до руху.

У обчисленні маси кісткової тканини закладено принцип визначення маси мінеральних речовин, зокрема кальцію та інших мінеральних речовин. Результати досліджень показали, що розвиток м'язових тканин посилює кістки скелета людини. Беріть це до уваги коли розраховуєте фізичні навантаження та складаєте дієти. Маса кісткової тканини практично не змінюється, але деяке її зниження можливе під впливом багатьох факторів (стать, вага, зріст, вік).

- «KCAL» - рекомендоване значення добового споживання калорій.

УКРАЇНЬКА

ЗІСТАВЛЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗВАЖУВАННЯ ТА ОБЧИСЛЕННЯ ПАРАМЕТРІВ

- Результати обчислення параметрів і простих зважувань мають значення лише при тривалому зіставленні результатів, оскільки короточасні зміни індексу маси тіла, як правило, викликані незначною втратою рідини в тканинах вашого організму.
- Оцінюйте результати на підставі змін загальної ваги тіла, відсоткового співвідношення жирової тканини та вмісту рідини в тканинах протягом періоду часу, коли ці зміни відбулися. Короточасні зміни показань протягом дня можуть значно відрізнятися від змін показань протягом тижня чи місяця.
- Короточасне зниження ваги та одночасне зростання, або незмінна відсоткова кількість жирової тканини можуть бути викликані зменшенням кількості рідини у разі фізичного навантаження, відвідування сауни або швидкої втрати ваги.
- Середньострокове збільшення ваги, зниження відсоткової кількості жирової тканини або незмінна кількість жирової тканини в організмі людини може бути спричинено збільшенням м'язової маси.
- Одночасне зниження загальної ваги та вмісту жирової тканини говорить про те, що ваша дієта працює.
- Поеднуйте дієти з різними фізичними навантаженнями, за такі умови ви спостерігатимете середньострокове збільшення м'язової маси в тканинах організму.

ЧИЩЕННЯ ТА ДОГЛЯД

- Протирайте платформу для зважування (1) м'якою, злегка вологою тканиною, після чого витріть досуха.
- Забороняється використовувати для чищення ваг абразивні очищувальні засоби або будь-які розчинники.
- Забороняється занурювати ваги у воду або в будь-які інші рідини.
- Зберігайте ваги у сухому прохолодному місці, недоступному для дітей та людей з обмеженими можливостями.

КОМПЛЕКТ ПОСТАЧАННЯ

Ваги – 1 шт.
Елементи живлення «ААА» – 2 шт.
Інструкція – 1 шт.
Гарантійний талон – 1 шт.

ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Електроживлення: 3 В, 2 елементи «ААА» (не входять до комплекту постачання)
Найбільша межа зважування: 180 кг
Найменша межа зважування: 5 кг
Шкала поділки*: 100 г

* Для побутових ваг величина похибки не обмовляється, тому у технічних характеристиках вона не вказується. Термін «похибка» використовують для промислових, аналітичних та медичних ваг. Ці ваги мають метрологічні сертифікати, що підтверджують точність вимірювань. Більш того, для підтвердження точності цих ваг спеціально затверджені організації виконують щорічне «підтвердження точності вимірювань ваг» (перевіряння).

УТИЛІЗАЦІЯ



Для захисту навколишнього середовища після закінчення терміну служби пристрою та елементів живлення (якщо входять до комплекту) не викидайте їх разом зі звичайними побутовими відходами, передайте пристрій та елементи живлення у спеціалізовані пункти для подальшої утилізації. Відходи, що утворюються при утилізації виробів, підлягають обов'язковому збору з подальшою утилізацією установами.

Для отримання додаткової інформації про утилізацію даного продукту зверніться до місцевого муніципалітету, служби утилізації побутових відходів або до крамниці, де Ви придбали цей продукт.

Виробник зберігає за собою право змінювати дизайн, конструкцію та технічні характеристики, які не впливають на загальні принципи роботи пристрою, без попереднього повідомлення, через що між інструкцією та виробом можуть спостерігатися незначні відмінності. Якщо користувач виявив такі невідповідності, просимо повідомити про це по електронній пошті info@vitek.ru для отримання оновленої версії інструкції.

Термін служби пристрою – 3 років

Гарантія

Докладні умови гарантії можна отримати в дилера, що продав дану апаратуру. При пред'явленні будь-якої претензії протягом терміну дії даної гарантії варто пред'явити чек або квитанцію про покупку.



Даний продукт відповідає вимогам Директиви 2014/30/ЄС щодо електромагнітної сумісності та Директиви 2014/35/ЄС щодо низьковольтного обладнання.

ПОЛГО КОЮЛУУЧУ ЭЛЕКТРОНДУК ТАРАЗА VT-1951

Таразанын ушул моделинде эсине салынган колдонуучун жеке маалыматын (жынысын, боюн, курагын) эске алып, май ткандын, суунун, сөөк менен булчуң ткандын проценттик өлчөмүн жогору аныктыгы менен билүүнү, дененин жеке массасын, зарыл болгон күндүк калориялардын санын аныктоону мүмкүн кылган дененин толук каршылыгын (импеданстын) биоэлектрик анализдөө «BIA» методу колдонулат.

СЫПАТТАМА

1. Тарттыруу үчүн платформа
2. Тийишүү аянтчалар
3. «Unit» өлчөм бирдигин тандоо баскычы
4. Көрсөткүчтөрдү тандоо баскычтары «▲▼»
5. Көрсөткүчтөрдү тандоо жана тандоону ырастоо баскычы «SET»
6. Дисплей
7. Батарея бөлүктүн капкагы

Дисплейдеги көрсөтүүлөр

8. Цифралуу көрсөткүчтөрү
9. Колдонуучунун сантиметрлер менен ченелген бою «cm»
10. Аял жыныстын белгиси «♀»
11. Эркек жыныстын белгиси «♂»
12. Килограмм менен ченелген салмагы «kg»
13. Проценттик өлчөмүнүн белгиси «%»
14. Салмак символу стоун жана фут «st:lb» менен
15. Дене салмактын индексинин белгиси «BMI»
16. Май тканынын «ашыкча салмак» пайыздык камтылышын өлчөө символу «OBES»
17. Май тканынын «нормадан жогору» пайыздык камтылышын өлчөө символу «OVERFAT»
18. Май тканынын «нормалык» пайыздык камтылышын өлчөө символу «HEALTHY»
19. Май тканынын «нормадан төмөн» пайыздык камтылышын өлчөө символу «UNDER FAT»
20. Май ткандын проценттик өлчөмүн ченөө белгиси «FAT»
21. Денедеги суунун проценттик өлчөмүнүн белгиси «TBW»
22. Сөөк салмактын белгиси «☼»
23. Булчуң салмактын белгиси «☼»
24. Күнүмдүк калорияларды алуунун кеңештелген өлчөмү «KCAL»
25. Колдонуучунун жашынын белгиси «Age»

КООПСУЗДУК ЧАРАЛАРЫ

КӨНҮЛ БУРУНУЗ!

- Таразаны электр кардиостимуляторлору же башка медициналык шаймандар орнотулган адамдар колдонууга тыйуу салынат.
- Бююнда бар аялдарга таразаны колдонууга тыйуу салынат.

КООПСУЗДУК ЧАРАЛАР МЕНЕН КОЛДОНУУ БОЮНЧА КЕҢЕШТЕР

- Полго коюлуучу электрондук таразаны (мындан ары тараза) пайдалануудан мурда ушул колдонмону көнүл коюп окуп-үйрөнүп, аны маалымат катары сактап алыңыз.
- Таразаны түздөн-түз арналышы боюнча гана, ушул колдонмодо баяндалганга ылайык колдонуңуз. Таразаны туура эмес пайдалансаңыз, ал тез бузулуп, колдонуучуга же анын мүлкүнө залакасы тийип калышы мүмкүн.
- Таразаны ар өлчөө аспап катары акырындык менен колдонуңуз.
 - Тике күн нурлардын таасирине жол бербей, таразаны кулатып түшүрбөңүз.
 - Жогору же төмөн температуралардын таасири тийүүгө жол бербей.
 - Тараза салмакты туура эмес көрсөтүп же бузулуп калганын жол келтирбөө үчүн аны нымдуулугу өйдө (80% өйдө)

болгон жерлерде калтырбаңыз, корпусун суу же башка суюктуктарга тийгенине жол бербей.

- Таразаны ысытуучу аспаптардан алыс жерде колдонуңуз.
 - Таразаны тегиз, кургак, тайгаланбас беттин үстүнө коюңуз.
 - Көрсөткүчтөрдүн аныктыгын жогорулатуу үчүн таразаны килемдердин түзүндө колдонуусу кеңештелбейт.
 - Бутуңуз же тарттыруу үчүн аянтчасы суу болсо, анын үстүнө турбаңыз. Тайгаланып, жаракат алууңуз мүмкүн.
 - Таразага түшкөндө акырын болуңуз, алгач, таразага бир бутуңузду коюп, анын туруктуулугун текшерип, андан соң гана экинчи бутуңузду коюңуз.
 - Тарттыруу учурунда таразага кыймылдабай туруңуз. Тарттыруу үчүн платформанын үстүндө секирүүгө тыйуу салынат.
 - Таразаны көп убакытка чейин колдонбой турсаңыз, азыктандыруучу элементин батарея бөлүгүнөн чыгаруу зарыл.
 - Азыктандыруучу элементин орноткондо белгилерине ылайыктуу полярдүүлүгүн сактаңыз.
 - Азыктандыруучу элементтерди убактылуу түрдө алмаштырып туруңуз.
 - Балдардын коопсуздугу үчүн таңгак катары колдонулган полиэтилен баштыктарды кароосуз таштабаңыз.
- Көңүл буруңуз! Полиэтилен баштыктар же таңгак пленкасы менен ойногонго балдарга уруксат бербей.** Бул тумчуугуунун коркунучун жаратат!
- Балдар түзмөк менен ойногонго жол бербегени үчүн аларга көз салуу зарыл.
 - Бул түзмөк балдар колдонгонго үчүн арналган эмес. Түзмөктү балдар жетпеген жерде сактаңыз.
 - Бул шайман дене күчү, сезими же акыл-эси жагынан жөндөмдүүлүгү төмөн (ошонун ичинде балдар да) адамдар же колдонуу боюнча тажрыйбасы же билими жок болгон адамдар, эгерде алардын коопсуздугуна жооптуу адам аларды көзөмөлдөп же инструкциялаган болбосо колдонуу үчүн ылайыкташтырылбаган.
 - Таразанын максималдуу таразалоо 180 кг чегин ашырганга тыйуу салынат.
 - Шайманды өз алдынча оңдогонго тыйуу салынат. Шайманды өз алдынча ажыратпай, ар кыл бузулуулар пайда болгон учурларда азыктандыруучу элементтерин батарея отсегинен чыгарып, кепилдик талонундагы же www.vitek.ru сайтындагы тизмесине кирген автордоштурулган (ыйгарым укуктуу) тейлөө борборуна кайрылыңыз.
 - Түзмөктү заводдук таңгагында гана транспорттоо зарыл.
 - Түзмөктү балдардын жана жөндөмдүүлүгү чектелген адамдардын колу жетпеген жерлерде сактаңыз.

БУЛ ТҮЗМӨК ТУРМУШ-ТУРУКТУУ ШАРТТАРДА КОЛДОНГОНУ ҮЧҮН ГАНА АРНАЛГАН. ШАЙМАНДЫ КОММЕРЦИЯЛЫК ПАЙДАЛАНУУГА ЖАНА ӨНДҮРҮШ ЗОНАЛАРДА ЖАНА ЖУМУШЧУ ИМАРАТТАРДА ТҮЗМӨКТҮ ИШТЕТҮҮГӨ ТЫЮУ САЛЫНАТ.

МААНИЛУУ

Электромагниттик шайкештиги

Электрондук тараза тике жакынчылыкта турган башка аспаптардын (уюлдук телефон, портативдүү радиостанциялар, радиобашкаруу пульттар, микротопкундуу меш ж.б.) электромагниттүү таратуусуна сезгич болгону мүмкүн. Мындай таасирдин белгилери пайда болгондо (дисплейде ката же бири бирине каршы болгон көрсөткүчтөр болот), таразаны тоскоол кылган аспаптан алыс колдонуңуз.

БИРИНЧИ ЖОЛУ КОЛДОНООРДУН АЛДЫНДА

Электр шайманы төмөнкү температурада ташылып же сакталган болсо, бөлмөнүн температурасында кеминде 3 саат кармап туруп, анан иштетүү керек.

- Таразаны жумушак, бир аз нымдуу чүпүрөк менен сүртүп, андан кийин кургатып сүртүңүз.

КЫРГЫЗ

КУБАТАНДЫРУУ ЭЛЕМЕНТТЕРИН ОРНОТУУ ЖАНА АЛМАШТЫРУУ

КӨНҮЛ БУРУҢУЗ!

Азыктандыруу элементи азып кетүүсү жаракат алуунун же түзмөк бузулушун себеби болуу мүмкүн. Бузулууга жол бербөө үчүн төмөнкүдө жазылган колдонмону аткарыңыз:

- «AAA» түрүндөгү кубаттандыруу элементтерин гана колдонуңуз.
- эски менен жаңы азыктандыруучу элементтерин жана түрү башкача болгон азыктандыруучу элементтерин чогу колдонбоңуз;
- кубаттандыруучу элементтерин кайрадан кубаттандырууга тыюу салынат;
- кубаттандыруучу элементтерди полярдүүлугу боюнча туура коюңуз;
- шайман көпкө чейин иштетилбей турган учурларда кубаттандыруучу элементтерин чыгарып алыңыз;
- кубаттандыруучу элементтерин адистештирилген пункттарга кайрадан иштетүүгө тапшырыңыз;
- кубаттандыруучу элементтердин чыгуучу сымдарында чүпкүл туташуу пайда болгонун жол бербейиз.
- Батарея бөлүктүн капкагын (7) ачып, 2 «AAA» азыктандыруучу элементин (жабдыктын жыйынтыгына кирет) полярдүүлүгүн сактап орнотуңуз.
- Батарея бөлүгүнүн капкагын (7) ордуна коюңуз.

Азыктандыруучу элементтерин алмаштыруу

- Азыктандыруучу элементинин кубаты аз болсо, дисплейде (4) «LO» белгиси пайда болот.
- Батарея бөлүктүн капкагын (7) ачып, азыктандыруучу элементтерди жаңы «AAA» азыктандыруучу элементтерине полярдүүлүгүн сактап алмаштырыңыз, батарея бөлүктүн капкагын (7) жабыңыз.
- Таразаны көпкө чейин колдонбой турсаңыз, азыктандыруучу элементтерин батарея бөлүгүнөн чыгарып алыңыз.

РЕКОМЕНДАЦИЯЛАР

- Таразаны бир жерде орнотуп колдонууга аракет кылыңыз.
- Таразага такай бир убакытта туруңуз.
- Май менен суунун проценттик бөлүктөрүн кечинде кечки тамактын алдында текшерүү кеңештелет.
- Тамактануудан кийин 2-3 сааттан кем эмес убакыт өтүү зарыл.
- Интенсивдүү машыгуудан кийин 10-12 сааттан кем эмес убакыт өтүү зарыл.
- Денедеги майдын проценттик бөлүгү ар кандай факторлорго көз каранды болуп, күндүн ичинде өзгөрүп туруу мүмкүн.
- 10 жаштан кичүү балдардын денесиндеги май менен суунун бөлүгүн санаганда туура эмес натыйжа алуу мүмкүн.
- Кесиптик спортсмендердин, шишиктери бар, денелеринин пропорциялары стандарттуу эмес адамдардын денелериндеги май менен суунун бөлүгүн санаганда дагы туура эмес натыйжа алуу мүмкүн.

Эңсертүү: Май менен суунун проценттик бөлүгү адамдын жеке маалыматы (жынысы, курагы, бою) туура киргизилгенде жана таразада жылаңаяк турганда гана саналуу мүмкүн.

ТАРТТЫРУУ

Өлчөм бирдигин тандоо

- Өлчөм бирдигин тандоо үчүн таразанын корпусунун асты жагында жайгашкан (3) «Unit» баскычын улам басыңыз.
- Өлчөм бирдиктери дисплейде (6) төмөнкү белгилери менен көрсөтүлөт:
 - «kg» – килограммдарда ченелген салмак (12);
 - «lb» – фунттарда ченелген салмак (14);
 - «st» – стондарда ченелген салмак (14).
- Таразаны тегиз катуу беттин үстүнө коюңуз, жер тегиз эмес болсо же килемдин үстүнө койгондо таразалоонун атыктыгы төмөндөшү мүмкүн.

- Таразага түшкөндө акырын болуңуз, алгач, таразага бир бутунузду коюп, анын туруктуулугун текшерип, андан соң гана экинчи бутунузду коюңуз.
- Таразанын үстүнө туруп, салмагыңызды бирдей таратыңыз. Таразалоо процессинин мөөнөтүндө кыймылдабай туруу зарыл. Тарттыруу үчүн платформанын үстүндө секирүүгө тыюу салынат. Салмагыңыз дисплейде (6) цифралуу белгилери (8) аркылуу таңдалган өлчөм бирдиктеринде көрсөтүлөт.

КӨНҮЛ БУРУҢУЗ!

- Дисплейде (6) «Err» белгиси көрсөтүлгөнү тараза ашыра жүктөлүп калганын белгилейт.
- Тараза бузулганына жол бербегени үчүн тез таразалоо платформасынан (1) түшүңүз.
- Тараза иштетилгеннен кийин чамалуу 42 секунддан кийин автоматтык түрдө өчөт.

ЖЕКЕ МААЛЫМАТТЫ КИРГИЗҮҮ

- Таразалоо платформасын (1) басып, таразаны иштетиниз. (5) «SET» баскычын басыңыз, дисплейде (6) белгилери (8) аркылуу бир колдонуучунун номери «P1», «P2», ..., «P13» үлпүлдөп турган белгилери менен көрсөтүлөт.
- Баскычтарды (4) «▲▼» басып, керектүү колдонуучунун номерин тандаңыз. 13 колдонуучунун маалыматын эске салсаңыз болот. (5) «SET» баскычын басып, колдонуучунун номерин тандаңыз.
- Дисплейде (6) колдонуучунун жынысынын белгиси үлпүлдөп көрсөтүлөт. Баскычтарды (4) «▲▼» басып, аялдар үчүн (10) «♀» белгини же эркектер үчүн (11) «♂» белгини таңдап, ырастоо үчүн (5) «SET» баскычын басыңыз.
- Дисплейде (6) колдонуучунун боюнун цифралуу белгилери үлпүлдөп турат, бойдун цифралуу көрсөткүчтөрү таңдалган өлчөм бирдиктери «kg/st/lb» жараша киргизилет. (12) «kg» өлчөм бирдиги таңдалганда, колдонуучунун боюнун көрсөткүчтөрү сантиметр (9) «cm» менен ченелет. Бойдун көрсөткүчтөрүн (4) «▲▼» баскычтарын басып таңдап, ырастоо үчүн (5) «SET» баскычын басыңыз.
- Дисплейде (6) колдонуучунун жашынын цифралуу көрсөткүчтөрү (25) «Age» көрсөтүлөт. Колдонуучунун жашын (4) «▲▼» баскычтарды басып таңдап, ырастоо үчүн (5) «SET» баскычын басыңыз.

ЭСЕПТӨӨ НАТЫЙЖАСЫ МЕНЕН ТАРТТЫРУУ

- Таразалоо платформасын (1) басып, таразаны иштетиниз. (5) «SET» баскычын басыңыз, дисплейде (6) белгилери (8) аркылуу бир колдонуучунун номери «P1», «P2», ..., «P13» үлпүлдөп турган белгилери менен көрсөтүлөт.
- Баскычтарды (4) «▲▼» басып, керектүү колдонуучунун номерин тандаңыз. Дисплейде (6) колдонуучунун номерин белгиси көрсөтүлөт.
- Дисплейде (6) таңдалган өлчөм бирдигине жараша «0.0 kg», «0.0 lb» же «0.0 st» белгилери пайда болгонун күтүңүз.
- Таразалоо платформасына (1) таманыңыз контакт аянтчаларда (2) болгондой жыңайлак туруп, тарттыруу убагында таразада кыймылдабай туруп, дисплейде (6) салмагыңыздын көрсөткүчтөрү көрсөтүлгөнүн күтүңүз.

Эңсертүү: Таразага 42 секунданын ичинде турбасаңыз, ал автоматтык түрдө өчөт.

- Тарттыруу платформасында (1) кыймылдабай туруңуз, дисплейде (6) кыймылдап турган «o...o» белгилери көрсөтүлөт, ошондо маалымат эсептелип турат.
- Эсептелген маалымат дисплейде (6) төмөнкү ирээтинде көрсөтүлөт:
 - «FAT» - денеде май ткандын проценттик өлчөмү (20);
 - «TBW» - денеде суунун проценттик өлчөмү (21);
 - «I» - булчуң ткандын проценттик өлчөмү (23);
 - «A» - сөөк ткандын салмагы (22);
 - «KCAL» - кеңештелген күнүмдүк килокалорияларды алуу көрсөткүчү (24);

- «**BMI**» - Дене салмактын индекси (15);
- эсептөөнүн натыйжасы көрсөтүлгөнүнөн кийин өзүңүздүн салмагыңыз кайрадан көрсөтүлөт;
- андан соң тараза өчөт.

Эсептөө натыйжасында дисплейде (6) төмөнкү белгилери көрсөтүлүү мүмкүн:

- «ашыкча салмак» белгиси «**OBESE**» (16);
- «нормадан жогору» белгиси «**OVERFAT**» (17);
- «норма» белгиси «**HEALTHY**» (18);
- «нормадан төмөн» белгиси «**UNDER FAT**» (19);
- «**ErrL**» белгиси пайда болгону денедеги майдын проценттик өлчөмүн эсептөөсүндө ката бар болгонун же денедеги май өтө аз болгонун белгилейт.
- «**ErrH**» белгиси пайда болгону денедеги майдын проценттик өлчөмүн эсептөөсүндө ката бар болгонун же денедеги май өтө көп болгонун белгилейт.

Адам денедеги май ткандын катнашынын таблицасы

Жаш	Аялдар (%)				Эркектер (%)			
	Нормадан төмөн	Норма	Нормадан жогору	Ашыкча салмак	Нормадан төмөн	Норма	Нормадан жогору	Ашыкча салмак
< 20	< 23	23-33	33-42,3	> 42,3	< 18	18-28,2	28,3-35,6	> 35,6
20-30	< 21,6	21,6-33	33-41,2	> 41,2	< 16,9	16,9-27,2	27,2-34,6	> 34,6
30-40	< 20,5	20,5-31,9	31,9-40	> 40	< 15,9	15,9-26,2	26,2-33,7	> 33,7
40-50	< 19,4	19,4-30,8	30,8-39	> 39	< 14,9	14,9-26,2	26,2-32,7	> 32,7
50-60	< 18,3	18,3-29,7	29,7-37,8	> 37,8	< 13,9	13,9-24,3	24,3-31,7	> 31,7
> 60	< 17,2	17,2-28,6	28,6-36,7	> 36,7	< 12,9	12,9-23,3	23,3-30,7	> 30,7

Эңгекертүү: Таблицада жазылган көрсөткүчтөр кеңеш катары берилип, колдонуучунун жеке параметрлерине карата өзгөрүү мүмкүн.

- «**TBW**» - адамдын денесиндеги суунун проценттик өлчөмү - бул адамдын денесиндеги суюктуктун жалпы салмагына салыштырмалуу проценти. Адамдын денеси 50-65% суудан турат, ошол үчүн суу ткан менен органдарда биринчи даражалуу ролун аткарат.

Ушул тараза денедеги суунун проценттик өлчөмүн көзөмөлдөөсүнө жардамдашат.

Суу катнашынын таблицасы (%)

Жаш	Аялдар (%)			Эркектер (%)		
	Төмөн	Норма	Жогору	Төмөн	Норма	Жогору
10-15	< 57	57-67	> 67	< 58	58-72	> 72
16-30	< 47	47-57	> 67	< 53	53-67	> 67
31-60	< 42	42-52	> 67	< 47	47-61	> 61
61-80	< 37	37-47	> 67	< 42	42-56	> 56

Эңгекертүү: Таблицада жазылган көрсөткүчтөр кеңеш катары берилип, колдонуучунун жеке параметрлерине карата өзгөрүү мүмкүн.

- «**LCI**» - булчуң ткандын проценттик өлчөмү адамдын жынысы, салмагы, бою, жашы менен анын жашоо мүнөзүнө көз каранды.

Аялдар үчүн орточо көрсөткүчтөрү: - > 34%, эркектер үчүн: - > 40%

- «**LCI**» - сөөк ткандын салмагы.

Адамдын скелети катуу сөөк ткандардан турат, алар ички органдарды коргоп, булчуң ткани менен адамдын кыймылдоо мүмкүнчүлүгүн камсыз кылат.

Сөөк ткандын салмагы минералдык заттардын, атап айтканда кальций менен башка минералдык заттардын салмагын аныктоосунун негизинде эсептелет. Изилдөөлөр булчуң ткандардын өнүгүүсү адамдын скелетинин сөөктөрүн бекемдеткенин көрсөттү. Буну көнүгүүлөрдү жана диетаны эсептөөдө

ЭСЭПТӨӨНҮН НАТЫЙЖАСЫ

- «**FAT**» - денедеги май ткандын проценттик өлчөмүн эсептөөнүн натыйжасы, бул көрсөткүч туруктуу эмес да күндүн ичинде өзгөрүп туруу мүмкүн. Денедеги май ткандын проценттик өлчөмүнүн көрсөткүчү жашоо мүнөзүгө, көнүгүүлөргө, ден-соолуктун жалпы абалына да денедеги суюктуктун өлчөмүнө көз каранды.
- Эсептелген денедеги май ткандын көрсөткүчтөрүн изилдөөдө төмөнкү факторлорду эске тутуңуз:
 - тамактануудан же суюктукту ичкенден кийин денедеги май ткандын өлчөмүнүн көрсөткүчү жогорулоо мүмкүн;
 - ваннага же душка түшкөндөн кийин май ткандын өлчөмүнүн көрсөткүчтөрү төмөндүрөөк болуу мүмкүн;
 - денедеги суюктуктун өлчөмү төмөндөгөндө, май ткандын өлчөмүнүн көрсөткүчү да өзгөрөт.

эске алыңыз. Сөөк салмагы жалпысынан өзгөрбөйт, бирок көп факторлорго (жыныс, салмак, бой, жаш) байланыштуу ал төмөндөө мүмкүн.

- «**KCAL**» - кеңештелген күнүмдүк килокалориялардын өлчөмү.

Кеңештелген күнүмдүк килокалориялардын өлчөмү (%)

Жаш/Салмак	< 17 жаш	18-29 жаш	30-50 жаш	> 50 жаш
Эркектер	< 50 кг	1350	1200	1175
	50-65 кг	1485	1320	1227
	65-80 кг	1890	1680	1561
	80-95 кг	2295	2040	1896
	> 95 кг	2700	2400	2150
Аялдар	< 50 кг	1265	1180	1085
	50-65 кг	1392	1298	1194
	65-80 кг	1771	1652	1519
	80-95 кг	2151	2006	1845
	> 95 кг	2530	2360	2170

Эңгекертүү: Таблицада жазылган көрсөткүчтөр кеңеш катары берилип, колдонуучунун жеке параметрлерине карата өзгөрүү мүмкүн.

- «**BMI**» - дене салмактын индекси

Дене салмактын индекси адамдын салмагы менен анын бою ылайык болгондун деңгээлин көрүүнү мүмкүн кылат, ушул көрсөткүч адамдын дене салмагы жетиштүү эмес, нормалдуу же ашыкча болгонун жандатып билүүнү мүмкүн кылат.

Дене салмактын индексин акырындык менен, чамалуу баалоо үчүн гана колдонуу зарыл, мисалы, анын жардамы менен кесиптик спортчулардын дене түзүлүшүн баалоосу туура эмес натыйжага алып келүү мүмкүн (ошол учурда индексстин жогору көрсөткүчү өнүккөн булчуңдарга байланыштуу).

КЫРГЫЗ

Таблицата дене салмактын индексинин БДСУ маалыматына ылайык көрсөткүчтөрү берилген

«ВМ1» параметри	Нормадан төмөн	Нормалдуу салмак	Нормадан жогору	Ашыкча салмак
Дене салмактын индекси	< 18,5	18,5-25	25-30	> 30

Эңсүкөртүү: Таблицата жазылган көрсөткүчтөр кеңеш катары берилип, колдонуучунун жеке параметрлерине карата өзгөрүү мүмкүн.

ТАРТТЫРУУ МЕНЕН ПАРАМЕТРЛЕРДИ ЭСЕПТӨӨНҮН НАТЫЙЖАЛАРЫН САЛЫШТЫРУУ

- Параметрлерди эсептөө менен жөнөкөй тарттыруунун натыйжалары узак мөөнөттүн ичинде натыйжаларды салыштырганда гана маанилүү, себеби дене салмак индексинин кыска мөөнөттүк өзгөрүүлөр көпчүлүк учурларда денеңиздин ткандарында суюктугу азайганына байланыштуу болот.
- Натыйжаларды денеңиздин жалпы салмагы, май ткандардын проценттик өлчөмү, ткандарда суюктук өлчөмүнүн өзгөрүүлөрүн ошол өзгөрүүлөр болгон мөөнөттүн ичинде эске алып бааланыз. Бир күндүн ичиндеги кыска мөөнөттүк өзгөрүүлөр көрсөткүчтөрдүн бир жума же бир айдын ичиндеги өзгөрүүлөрдөн абдан айырмалануу мүмкүн.
- Салмактын кыска мөөнөттүк төмөндөшү жана ошол эле убакытта болуучу май ткандын өлчөмүнүн жогорулаганы же бирдей болгону көнүгүүлөр, саунага баргандын себебинен же салмакты тез жоготкондо суюктукту жоготууга байланыштуу болуу мүмкүн.
- Салмактын орточо мөөнөттүк жогорулашы, адамдын денесиндеги май ткандын проценттик өлчөмү төмөндөшү же май ткандын өлчөмү бирдей болгону булчуң ткандын өлчөмү жогорулашына байланыштуу болуу мүмкүн.
- Жалпы салмак менен май ткандын өлчөмү бирдей төмөндөгөнү диетаныз иштегенин белгилейт.
- Диеталарды ар кандай машыгуулар менен бириктириңиз, ошондо денеңиздин ткандарында булчуң салмагынын орточо мөөнөтүндө жогорулаганын көрөсүз.

ТАЗАЛОО ЖАНА КАМ КӨРҮҮ

- Тарттыруу үчүн платформаны (1) жумшак, бир аз нымдуу чүпүрөк менен сүртүп, кургатып сүртүңүз.
- Таразаны тазалоо үчүн абразивдүү жуучу каражаттарды жана эриткичтерди колдонууга тыюу салынат.
- Таразаны сууга же башка суюктуктарга салууга тыюу салынат.
- Таразаны балдар жана жөндөмдүүлүгү төмөн болгон адамдардын колу жетпеген кургак салкын жерлерде сактаңыз.

ЖАБДЫКТЫН ЖЫЙЫНТЫГЫ

Тараза – 1 даана.
Азыктандыруучу элементтер «ААА» – 2 даана.
Колдонуу нускамасы – 1 даана.
Кепилдик талону - 1 даана.

ТЕХНИКАЛЫК МҮНӨЗДӨМӨСҮ

Электр азыктандыруу: 3 В («ААА») түрүндөгү 2 азыктандыруу элементи жабдыгына кирбейт)

Эң оор канча салмакка чейин өлчөөгө болот: 180 кг
Эң жеңил канча салмакка чейин өлчөөгө болот: 5 кг
Шкаланын бөлүгү*: 100 г

* Турмуш-тиричилик ашкана таразалары кетириши мүмкүн болгон жаңылыштыктын мааниси белгиленбейт, андыктан техникалык мүнөздөмөсүндө көрсөтүлбөйт.

«Каталык» термини өнөр жай, аналитикалык жана медициналык таразаларга байланыштуу колдонулат. Мындай таразалардын так өлчөй тургандыгын тастыктаган метрологиялык документтери болот. Андан тышкары, атайын ырастанган уюмдар бул таразанын тууралыгын аныктоо үчүн «таразанын туура өлчөмдөгөндүн далилдөөсүн» (текшерүүсүн) жыл сайын өткөзүшөт.

УТИЛИЗАЦИЯЛОО



Айлана чөйрөнү коргоо максатында шайман менен азыктандыруучу элементтердин (эгерде топтомго кирсе) кызмат мөөнөтү бүткөндөн кийин турмуш-тиричилик калдыктары менен бирге таштабаңыз, шайман менен азыктандыруучу элементти андан ары утилизациялоо үчүн адистештирилген пункттарга бериниз.

Шаймандарды утилизациялоодон пайда болгон калдыктарды милдеттүү түрдө чогултуп, андан соң белгиленген жолунда утилизациялоо зарыл.

Бул шайманды утилизациялоо жөнүндө кошумча маалымат алуу үчүн жергиликтүү өкмөткө, турмуш-тиричилик калдыктарды утилизациялоо кызматына же бул шайманды алган дүкөнгө кайрылыңыз.

Өндүрүүчү шаймандардын жалпы иштөө принциптерине таасир этпеген дизайнын, конструкциясын жана техникалык мүнөздөмөлөрүн алдын ала эскертпей өзгөртүү укугун сактайт, ошол себептен шайман менен колдонмонун арзыбаган айырмалар болуу мүмкүн. Колдонуучу ушундай келишпегендиктерди тапса, ал жөнүндө info@vitek.ru электрондук почтасына жазып, шаймандын жаңырланган версиясын алса болот.

Шаймандын кызмат мөөнөтү – 3 жыл

Кепилдик

Кепилдик берүү шарттары тууралуу толук маалыматтар буюмду саткан сатуучудан алууга болот. Кепилдик шарттарына ылайык талап кылып сатылган товарга чек же дүмүрчөктү көрсөтүү керек.

EAC

CÂNTĂR ELECTRONIC DE PODEA VT-1951

Acest model de cântar utilizează metoda de analiză bioelectrică a rezistenței totale a corpului (impedanță) «BIA», care permite calcularea cu mare precizie a procentului de țesut adipos, apă, țesut osos și muscular, calcularea greutății corporale individuale, numărul necesar de calorii zilnice, ținând cont de datele personale ale utilizatorului introduse în memorie (sex, înălțime, vârstă).

DESCRIERE

1. Platformă pentru cântărire
2. Platforme de contact
3. Buton de selectare a unităților de cântărire «Unit»
4. Butoane de selectare a datelor «▲▼»
5. Butonul pentru selectarea și confirmarea introducerii datelor «SET»
6. Afișaj
7. Capacul compartimentului pentru baterii

Simbolurile pe afișaj

8. Citiri digitale
9. Înălțimea utilizatorului în centimetri «cm»
10. Simbol de gen femeie «♀»
11. Simbol de gen bărbat «♂»
12. Simbolul greutății în kilograme «kg»
13. Simbolul de procentaj «%»
14. Simbolul greutății în pietre și funți «st: lb»
15. Simbolul indicelui de masă corporală «BMI»
16. Simbol de măsurare a procentul de țesut adipos «supraponderal» «OBESE»
17. Simbol de măsurare a procentul de țesut adipos «peste normal» «OVERFAT»
18. Simbol de măsurare a procentul de țesut adipos «norma» «HEALTHY»
19. Simbol de măsurare a procentul de țesut adipos «sub normă» «UNDER FAT»
20. Simbol pentru măsurarea procentului de țesut adipos «FAT»
21. Simbol pentru procentul de apă din organism «TBW»
22. Simbolul masei osoase «☼»
23. Simbolul masei musculare «☼»
24. Aportul caloric zilnic recomandat «KCAL»
25. Simbolul vârstei utilizatorului «Age»

MĂSURI DE PRECAUȚIE

ATENȚIE!

- Este interzisă utilizarea cântarelor pentru persoanele cu stimalatoare cardiace sau alte dispozitive medicale.
- Femeile însărcinate nu au voie să folosească cântarul.

MĂSURI DE SIGURANȚĂ ȘI RECOMANDĂRI DE FUNCȚIONARE

Înainte de a utiliza cântarul electronic de podea (denumit în continuare cântar), vă rugăm să citiți cu atenție acest manual de utilizare păstrați-l pentru referințe ulterioare.

Utilizați cântarul numai în scopul prevăzut, așa cum este prezentat în acest manual. Manipularea necorespunzătoare a cântarului poate duce la defectarea lui sau poate cauza daune utilizatorului sau bunurilor acestuia.

- Manipulați cântarul cu grijă, așa cum ați face cu orice instrument de măsură.
- Evitați acțiunea directă a razelor solare și nu scăpați cântarul.
- Nu expuneți cântarul la temperaturi ridicate sau scăzute.
- Este interzisă depozitarea sau utilizarea cântarului în locuri cu umiditate ridicată (peste 80%), nu permiteți corpului cântarului

să intre în contact cu apa sau orice alte lichide pentru a evita perturbarea corectitudinii măsurărilor cântarului sau defectarea acestuia.

- Utilizați cântarul departe de dispozitive de încălzire.
- Plasați cântarul pe o suprafață plană, uscată și stabilă.
- Pentru a crește precizia citirilor, nu utilizați cântare pe covoraș sau mochete.
- Nu urcați pe cântar cu picioarele umede sau dacă platforma cântarului este umedă pentru cântărire. Puteți să alunecați și să vă răniți.
- Aveți grijă când călcați pe cântar, călcați pe cântar cu un picior mai întâi, asigurați-vă că este stabil și abia apoi puneți celălalt picior.
- Stați nemișcat pe cântar în timpul cântării. Nu săriți pe platforma de cântărire.
- Dacă nu intenționați să utilizați cântarul o perioadă îndelungată de timp, este necesar să scoateți bateria din compartimentul pentru baterii.
- La instalarea bateriilor respectați strict polaritatea în conformitate cu indicațiile.
- Înlocuiți bateriile la timp.
- Din motive de siguranță a copiilor nu lăsați pungile de polietilenă, folosite ca ambalaj, fără supraveghere.

Atenție! Nu permiteți copiilor să se joace cu pungile de polietilenă sau pelicula de ambalare. Pericol de sufocare!

- Copiii trebuie supravegheați pentru a preveni jocul cu dispozitivul.
- Acest dispozitiv nu este destinat utilizării de către copii. Păstrați dispozitivul în locuri inaccesibile pentru copii.
- Dispozitivul nu este destinat pentru a fi utilizat de către persoane (inclusiv copii) cu abilități fizice, senzoriale sau mentale reduse sau dacă nu au experiență sau cunoștințe, dacă aceștia nu sunt sub control sau instruiți cu privire la utilizarea dispozitivului de către persoana responsabilă de siguranța acestora.
- Nu trebuie să se depășească limita maximă admisă de cântărire de 180 kg.
- Nu reparați dispozitivul de sine stătător. Nu dezamblați dispozitivul de sine stătător, în caz de defecțiune extrageți bateriile din compartimentul pentru baterii și adresați-vă la orice centru autorizat (împunernic) de service la adresele de contact specificate în certificatul de garanție și pe site-ul www.vitek.ru.
- Transportați dispozitivul doar în ambalajul original.
- Păstrați dispozitivul în locuri inaccesibile pentru copii și persoane cu dizabilități.

PREZENTUL DISPOZITIV ESTE DESTINAT DOAR PENTRU UZ ÎN CONDIȚII CASNICE. ESTE INTERZISĂ UTILIZAREA COMERCIALĂ ȘI UTILIZAREA DISPOZITIVULUI ÎN ZONELE DE PRODUCȚIE ȘI ÎNCĂPERILE DE LUCRU.

IMPORTANT

Compatibilitate electromagnetice

Cântărele electronice pot fi sensibile la radiațiile electromagnetice ale altor dispozitive aflate în imediata vecinătate (telefoane mobile, radiouri portabile, panouri de control radio și cuptoare cu microunde). În cazul în care există semnele unui astfel de impact (pe afișaj apar date eronate sau contradictorii), mutați cântarul sau dezactivați sursa de interferență pentru o perioadă.

ÎNAINTE DE PRIMA UTILIZARE

După transportarea sau depozitarea dispozitivului la o temperatură scăzută este necesar să-l mențineți la temperatura camerei timp de cel puțin 3 ore.

ROMÂNĂ

- Ștergeți cântarul cu o cârpă moale, ușor umezită, apoi ștergeți-l până la uscat.

INSTALAREA ȘI ÎNLOCUIREA BATERIILOR ATENȚIE!

Scurgerea bateriei poate cauza traume sau deteriorarea dispozitivului. Pentru a evita deteriorarea, urmați recomandările de mai jos:

- utilizați numai baterii de tip «AAA»;
- nu utilizați concomitent baterii vechi și noi, precum și diverse tipuri de baterii;
- este interzisă reincărcarea bateriei;
- instalați bateriile, respectând strict polaritatea;
- scoateți bateriile dacă dispozitivul nu va fi utilizat o perioadă îndelungată de timp;
- duceți bateriile în puncte specializate pentru eliminarea lor ulterioară;
- evitați scurtcircuitarea bornelor de alimentare.
- Deschideți capacul compartimentului pentru baterii (7) și instalați 2 baterii «AAA» (incluse în setul de livrare), respectând strict polaritatea.
- Instalați capacul compartimentului pentru baterii (7) la loc.

Înlocuirea bateriilor

- La încărcătura joasă a bateriei pe afișajul (6) se va afișa simbolul «LO».
- Deschideți capacul compartimentului pentru baterii (7), înlocuiți bateriile cu baterii noi «AAA», respectând strict polaritatea corectă, închideți capacul compartimentului pentru baterii (7).
- Dacă nu veți utiliza cântarul pentru o perioadă lungă de timp, scoateți bateriile din compartimentul pentru baterii.

RECOMANDĂRI

- Încercați să instalați și să utilizați cântarele în unul și același loc.
- Efectuați cântărirea în unul și același timp al zilei.
- Se recomandă măsurarea procentului de grăsime și apă seara înainte de cină.
- După mâncare ar trebui să treacă cel puțin 2-3 ore.
- După exerciții fizice intense ar trebui să treacă cel puțin 10-12 ore.
- Procentul de grăsime corporală depinde de diverși factori și se poate schimba pe parcursul zilei.
- Când se calculează procentul de grăsime și apă la copiii sub 10 ani, se pot obține rezultate inexacte.
- Rezultatele inexacte ale calculării grăsimii și apei pot fi detectate la sportivii profesioniști, la persoanele predispuse la edeme și la persoanele cu proporții corporale nestandardizate.

Remarcă: Procentul de grăsime și de apă poate fi calculat numai dacă ați introdus datele personale corecte (sexul, vârsta, înălțimea) și dacă stați desculți pe cântar.

CÂNTĂRIRE

Selecția unităților de măsură

- Pentru a selecta unitățile de cântărire, apăsați succesiv butonul (3) «Unit», situat în partea de jos a corpului cântarului.
- Unitățile de cântărire sunt indicate pe afișaj (6) prin simbolurile:
 - «kg» – măsurarea greutății în kilograme (12);
 - «lb» – măsurarea greutății în livre (14);
 - «st» – măsurarea greutății în piatră (14).
- Așezați cântarul pe o suprafață plană, dură, dacă podeaua este neuniformă, acoperită cu covor sau mocheta, atunci precizia cântării poate scădea.

- Aveți grijă când călcați pe cântar, călcați pe cântar cu un picior mai întâi, asigurați-vă că este stabil și abia apoi puneți celălalt picior.
- Urcați pe cântar și distribuiți în mod egal greutatea dvs. Nu vă mișcați în timpul procesului de cântărire. Nu săriți pe platforma de cântărire. Citirea greutății dvs. este afișată pe afișaj (6) cu caractere numerice (8) în unitățile de cântărire selectate.

ATENȚIE!

- Dacă pe afișaj (6) a apărut simbolul «Err», acest fapt înseamnă, că cântarul are suprasarcină.
- Coborâți imediat de pe platforma de cântărire (1) pentru a preveni deteriorarea acestora.
- Cântarul se va opri automat la 42 secunde după ce a fost pornit.

INTRODUCEREA DATELOR PERSONALE

- Porniți cântarul prin apăsarea platformei de cântărire (1). Apăsați butonul (5) «SET», pe afișajul (6) cu simbolurile (8) se va afișa intermitent numărul unuia dintre utilizatori «P1», «P2», ..., «P13».
- Selectați numărul de utilizator dorit prin apăsarea butonului (4) «▲▼». Introducerea și memorarea datelor este posibilă pentru până la 13 utilizatori. Confirmați selecția numărului de utilizator prin apăsarea butonului (5) «SET».
- Afișajul (6) va afișa un simbol intermitent al sexului utilizatorului. Apăsând butoanele (4) «▲▼» selectați simbolul (10) «♂» pentru femeii sau simbolul (11) «♀» pentru bărbați, apăsați butonul (5) «SET» pentru a confirma.
- Afișajul (6) va afișa intermitent valorile digitale ale înălțimii utilizatorului, valorile digitale ale înălțimii sunt introduse în valori corespunzătoare unităților de cântărire setate «kg/st/lb». Dacă este setată unitatea de cântărire (12) «kg», atunci înălțimea utilizatorului se introduce în centimetri (9) «cm». Setarea valorilor înălțimii se face prin apăsarea butoanelor (4) «▲▼», apăsați butonul (5) «SET» pentru confirmare.
- Afișajul (6) va afișa cifre intermitente ale vârstei utilizatorului (25) «Age». Setări vârsta utilizatorului prin apăsarea butoanelor (4) «▲▼», apăsați butonul (5) «SET» pentru confirmare.

CÂNTĂRIRE CU REZULTATELE CALCULELOR

- Porniți cântarul prin apăsarea platformei de cântărire (1). Apăsați butonul (5) «SET», pe afișajul (6) cu simbolurile (8) se va afișa intermitent numărul unuia dintre utilizatori «P1», «P2», ..., «P13».
- Selectați numărul de utilizator dorit prin apăsarea butonului (4) «▲▼». Afișajul (6) va afișa simbolul numărului de utilizator.
- Așteptați până când pe afișaj (6) apar simbolurile «0.0 kg», «0.0 lb» sau «0.0 st» în funcție de unitatea de cântărire setată.
- Stați desculți pe platforma de cântărire (1) astfel, încât picioarele să se aple pe suporturile de contact (2), în timp ce vă cântăriți, stați nemișcat pe cântar și așteptați ca greutatea dvs. să apară pe afișaj (6).

Remarcă: Dacă nu urcați pe cântar în decurs de 42 secunde, acesta se va opri automat.

- Continuați să stați nemișcat pe platforma de cântărire (1), afișajul (6) va arăta simbolurile «...» în mișcare, în acest timp se calculează datele.
- Datele calculate sunt afișate pe afișaj (6) în următoarea ordine:
 - «FAT» – procentul de țesut adipos din organism (20);
 - «TBW» – procentul de apă în organism (21);
 - «M» – procentul de țesut muscular (23);
 - «B» – masa osoasă (22);
 - «KCAL» – valoarea recomandată a aportului zilnic de kilocalorii (24);

- «**BMI**» – indicele de masă corporală (15);
- după ce sunt afișate rezultatele calculului, va fi afișată din nou propria greutate;
- după aceasta cântarul se va opri.

În urma calculului pe afișaj (6) pot fi afișate următoarele simboluri:

- simbolul «supraponderal» «**OBES**» (16);
- simbolul «obezitate» «**OVERFAT**» (17);
- simbolul «greutate optimă» «**HEALTHY**» (18);
- simbolul «subponderal» «**UNDER FAT**» (19);
- apariția simbolului «**ErrL**» indică o eroare în procentul de țesut adipos sau un conținut foarte scăzut de grăsime corporală.
- apariția simbolului «**ErrH**» indică o eroare în procentul de țesut adipos sau un conținut foarte ridicat de grăsime corporală.

Tabelul rapoartelor de țesut adipos din corpul uman

Vârsta	Femei (%)				Bărbați (%)			
	Sub normă	Norma	Peste normă	Greutate excesivă	Sub normă	Norma	Peste normă	Greutate excesivă
< 20	< 23	23-33	33-42,3	> 42,3	< 18	18-28,2	28,3-35,6	> 35,6
20-30	< 21,6	21,6-33	33-41,2	> 41,2	< 16,9	16,9-27,2	27,2-34,6	> 34,6
30-40	< 20,5	20,5-31,9	31,9-40	> 40	< 15,9	15,9-26,2	26,2-33,7	> 33,7
40-50	< 19,4	19,4-30,8	30,8-39	> 39	< 14,9	14,9-26,2	26,2-32,7	> 32,7
50-60	< 18,3	18,3-29,7	29,7-37,8	> 37,8	< 13,9	13,9-24,3	24,3-31,7	> 31,7
> 60	< 17,2	17,2-28,6	28,6-36,7	> 36,7	< 12,9	12,9-23,3	23,3-30,7	> 30,7

Remarcă: Datele prezentate în tabel sunt de natură recomandatoare și pot diferi în funcție de parametrii individuali ai utilizatorului.

- «**TBW**» – procentul de apă din corpul uman este cantitatea de lichid din corp ca procent din greutatea totală. Corpul uman este format din 50-65% apă, astfel încât apa joacă un rol primordial pentru țesuturi și organe.

Acest cântar vă poate ajuta să monitorizați procentul de apă din corpul dumneavoastră.

Tabelul raportului de apă (%)

Vârsta	Femei (%)			Bărbați (%)		
	Scăzut	Norma	Ridicat	Scăzut	Norma	Ridicat
10-15	< 57	57-67	> 67	< 58	58-72	> 72
16-30	< 47	47-57	> 67	< 53	53-67	> 67
31-60	< 42	42-52	> 67	< 47	47-61	> 61
61-80	< 37	37-47	> 67	< 42	42-56	> 56

Remarcă: Datele prezentate în tabel sunt de natură recomandatoare și pot diferi în funcție de parametrii individuali ai utilizatorului.

- «**⚖**» – procentul de țesut muscular depinde de sexul, greutatea, înălțimea, vârsta și stilul de viață al unei persoane. Cifrele medii pentru femei sunt: - > 34%, pentru bărbați: - > 40%
- «**⚖**» – masa osoasă.

Scheletul uman este alcătuit din țesut osos dur, care protejează organele interne și, împreună cu țesutul muscular, asigură capacitatea de mișcare a unei persoane.

Calculul masei osoase se bazează pe principiul determinării masei de minerale, în special a calciului și a altor minerale. Cercetările au arătat, că dezvoltarea țesutului muscular întărește oasele scheletului uman. Luați în considerare acest lucru atunci când calculați exercițiile fizice și dieta. Masa țesutului osos practic nu se schimbă, dar o parte din scăderea acestuia este posibilă sub influența multor factori (sexul, greutatea, înălțimea, vârsta).

- «**KCAL**» – valoarea recomandată a aportului zilnic de calorii.

REZULTATELE CALCULULUI

- «**FAT**» – este rezultatul calculării procentului de țesut adipos din organism, acest parametru nu este constant și se poate schimba pe parcursul zilei. Indicatorii procentului de țesut adipos din organism depind de stilul de viață, activitatea fizică, sănătatea generală și cantitatea de lichid din organism.
- Când analizați valorile calculate ale țesutului adipos, luați în considerare următorii factori:
 - datele privind conținutul de țesut adipos din organism pot fi mai mari după ingestia de alimente sau lichide;
 - datele privind conținutul de țesut adipos pot fi mai mici după ce ați făcut baie sau duș;
 - dacă conținutul de lichid din organism scade, atunci procentul de țesut adipos se va schimba.

Tabel de recomandări pentru consumul zilnic de calorii (%)

Vârsta/ Greutate	< 17 ani	18-29 ani	30-50 ani	> 50 ani
Bărbați	< 50 kg	1350	1200	1115
	50-65 kg	1485	1320	1227
	65-80 kg	1890	1680	1561
	80-95 kg	2295	2040	1896
	> 95 kg	2700	2400	2230
Femei	< 50 kg	1265	1180	1085
	50-65 kg	1392	1298	1194
	65-80 kg	1771	1652	1519
	80-95 kg	2151	2006	1845
	> 95 kg	2530	2360	2170

Remarcă: Datele prezentate în tabel sunt de natură recomandatoare și pot diferi în funcție de parametrii individuali ai utilizatorului.

- «**BMI**» – indicele de masă corporală

Indicele de masă corporală – vă permite să estimați gradul de corespondență dintre greutatea unei persoane și înălțimea acesteia, folosind aceste date puteți evalua indirect dacă greutatea unei persoane este subponderală, normală sau excesivă.

Indicele de masă corporală trebuie utilizat cu prudență, numai pentru o evaluare orientativă, de exemplu, o încercare de a evalua fizicul sportivilor profesioniști cu ajutorul acestuia poate da un rezultat incorect (o valoare ridicată a indicelui în acest caz este explicată prin musculatura dezvoltată).

Tabelul prezintă datele indicelui de masă corporală conform Organizației Mondiale a Sănătății

Parametrul «BM1»	Sub normă	Greutate normală	Peste normă	Greutate excesivă
Indicele masei corporale	< 18,5	18,5-25	25-30	> 30

ROMÂNĂ

Remarcă: Datele prezentate în tabel sunt de natură recomandatoare și pot diferi în funcție de parametrii individuali ai utilizatorului.

COMPARAREA REZULTATELOR CÂNTĂRIII ȘI A CALCULELOR PARAMETRILOR

- Rezultatele calculului parametrilor și cântăririle simple sunt importante numai atunci când se compară rezultatele pentru o lungă perioadă de timp, deoarece modificările pe termen scurt ale indicelui de masă corporală sunt de obicei cauzate de o ușoară pierdere de lichid în țesuturile corpului.
- Evaluați rezultatele pe baza modificărilor în greutatea corporală totală, procentul de țesut adipos și conținutul de lichid din țesuturi în perioada de timp, în care au apărut aceste modificări. Modificările pe termen scurt ale citirilor din timpul zilei pot diferi semnificativ de modificările citirilor din timpul săptămânii sau lunii.
- Pierderea în greutate pe termen scurt și creșterea simultană sau un procent constant de țesut adipos pot fi cauzate de o scădere a cantității de lichid în timpul exercițiilor fizice, a vizitelor la saună sau a pierderii rapide în greutate.
- Creșterea în greutate pe termen mediu, o scădere a procentului de țesut adipos sau o cantitate neschimbată de țesut adipos în corpul uman poate fi cauzată de o creștere a masei musculare.
- Reducerea simultană a greutatei totale și a țesutului adipos indică faptul că dieta dvs. funcționează.
- Combinați dieta cu o varietate de activități fizice și veți observa o creștere pe termen mediu a masei musculare în țesuturile corpului dumneavoastră.

CURĂȚARE ȘI ÎNTREȚINERE

- Ștergeți platforma de cântărire (1) cu o lavetă moale, ușor umezită, apoi ștergeți-o până la uscat.
- Nu utilizați pentru curățarea cântarului detergenți abrazivi și orice fel de solvenți.
- Nu scufundați cântarul în apă sau în orice alte lichide.
- Păstrați cântarul la un loc uscat și răcoros, inaccesibil pentru copii și persoane cu dizabilități.

SET DE LIVRARE

Cântar – 1 buc.
Baterie «AAA» – 2 buc.
Manual de utilizare – 1 buc.
Certificat de garanție – 1 buc.

SPECIFICAȚII TEHNICE

Alimentare electrică: 3 V, 2 baterii de tip «AAA»
(fac parte din setul de livrare)
Capacitatea maximă de cântărire: 180 kg

Capacitatea minimă de cântărire: 5 kg
Scala de diviziune*: 100 g

- * Pentru cântarele de uz casnic, valoarea erorii nu este specificată, prin urmare, nu este indicată în specificațiile tehnice. Termenul «eroare» este folosit pentru cântare industriale, analitice și medicale. Aceste cântare au certificate metrologice care confirmă precizia de măsurare. În plus, pentru confirmarea preciziei acestor cântare organizațiile special autorizate efectuează o «confirmare anuală a preciziei de măsurare a cântarelor» (verificare).

RECICLAREA



În scopul protejării mediului înconjurător, după finalizarea termenului de exploatare a dispozitivului și a elementelor de alimentare (dacă sunt incluse în set), nu le aruncați împreună cu deșeurile menajere obișnuite, livrați dispozitivul și elementele de alimentare în punctele specializate pentru reciclare ulterioară.

Deșeurile formate în timpul reciclării produselor sunt supuse colectării obligatorii cu reciclarea ulterioară în modul stabil. Pentru mai multe informații privind reciclarea acestui produs, contactați primăria locală, serviciul de reciclare a deșeurilor menajere sau magazinul de unde ați achiziționat acest produs.

Producătorul își rezervă dreptul de a modifica designul, construcția și caracteristicile tehnice care nu afectează principiile generale de funcționare ale dispozitivului fără notificare prealabilă, din cauza cărora între instrucțiune și produs pot exista diferențe neînsemnate. Dacă utilizatorul a depistat astfel de neconformități, vă rugăm să ne informați prin e-mail info@vitek.ru pentru a obține o versiune actualizată a instrucțiunii.

Durata de funcționare a dispozitivului este de 3 ani

Garanție

În legătură cu oferirea garanției pentru produsul dat, rugăm să Vă adresați la distribuitorul regional sau la compania, unde a fost procurat produsul dat. Serviciul de garanție se realizează cu condiția prezentării bonului de plată sau a oricărui alt document financiar, care confirmă cumpărarea produsului dat.



Acest produs respectă cerințele Directivei UE 2014/30/UE privind compatibilitatea electromagnetică și Directiva UE 2014/35/UE privind produsele de joasă tensiune.



RUS

Дата производства изделия указана в серийном номере на табличке с техническими данными. Серийный номер представляет собой одиннадцатизначное число, первые четыре цифры которого обозначают дату производства. Например, серийный номер 0606xxxxxx означает, что изделие было произведено в июне (шестой месяц) 2006 года.

GB

A production date of the item is indicated in the serial number on the technical data plate. A serial number is an eleven-unit number, with the first four figures indicating the production date. For example, serial number 0606xxxxxx means that the item was manufactured in June (the sixth month) 2006.

KZ

Бұйымның шығарылған мерзімі техникалық деректері бар кестедегі сериялық нөмірде көрсетілген. Сериялық нөмір он бір саннан тұрады, оның бірінші төрт саны шығару мерзімін білдіреді. Мысалы, сериялық нөмір 0606xxxxxx болса, бұл бұйым 2006 жылдың маусым айында (алтыншы ай) жасалғанын білдіреді.

UA

Дата виробництва виробу вказана в серійному номері на табличці з технічними даними. Серійний номер представляє собою одинадцятизначне число, перші чотири цифри якого означають дату виробництва. Наприклад, серійний номер 0606xxxxxx означає, що виріб був виготовлений в червні (шостий місяць) 2006 року.

KG

Буюм иштеп чыгарылган датасы сериялык номурунда техникалык маалыматтар жадыбалында көрсөтүлгөн. Сериялык номуру он бир орундуу сан болот, анын биринчи төрт саны өндүрүш датасын көрсөтөт. Мисалы, сериялык номуру 0606xxxxxx болгон буюм 2006 жылдын июниңде (алтынчы айында) өндүрүлгөн.

RO

Data fabricării este indicată în numărul de serie pe tabelul cu datele tehnice. Numărul de serie reprezintă un număr din unsprezece cifre, primele patru cifre indicând data fabricării. De exemplu, dacă numărul de serie este 0606xxxxxx, înseamnă că produsul dat a fost fabricat în iunie (luna a asea) 2006.



ЗАПРЕЩЕНО УТИЛИЗИРОВАТЬ
С БЫТОВЫМ МУСОРОМ.
ОБРАТИТЕСЬ НА СООТВЕТСТВУЮЩИЙ
ПУНКТ ПЕРЕРАБОТКИ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО
И ЭЛЕКТРОННОГО ОБОРУДОВАНИЯ.

