

Návod k použití

Vážení zákazníci, děkujeme Vám, že jste si vybrali naše výrobky. Naše jméno je synonymem pro vysoce kvalitní, důkladně vyzkoušené výrobky k použití v oblastech určování energetické spotřeby, tělesné teploty, srdečního tepu, pro jemnou manuální terapii, masáže a vzduchovou terapii. Přečtěte si, prosím, pečlivě tento návod a uschovejte ho pro pozdější použití, dbejte na to, aby byl dostupný pro ostatní uživatele a postupujte podle pokynů v něm uvedených.

Popis přístroje

1. Displej
2. Tlačítko "Dolů"
3. tlačítko "SET"
4. tlačítko "Nahoru"
5. Elektrody

**1. Důležité pokyny - zachovejte pro pozdější použití!****1.1 Bezpečnostní pokyny**

- Váhu nesmí používat osoby s lékařskými implantáty (např. kardiostimulátor), protože by mohla být narušena její funkce.
- Nepoužívejte váhu během těhotenství.
- **Pozor!** Nestoupejte na váhu s mokřýma nohama, a pokud je její povrch vlhký – nebezpečí uklouznutí!
- Spolknutí baterií může mít životu nebezpečné následky. Ukládejte baterie a váhu mimo dosah malých dětí. V případě spolknutí baterie vyhledejte okamžitě lékařskou pomoc.
- Obal uchovávejte mimo dosah dětí (nebezpečí udušení).
- Baterie nenabíjejte a neobnovujte jejich funkci jinými prostředky, nerozebírejte je, nevhazujte do ohně a nezkratujte je.

**1.2 Všeobecné pokyny**

- Přístroj je určen pouze k vlastnímu užití, ne pro lékařské nebo komerční užití.
- Upozorňujeme, že měřicí tolerance jsou možné z technických důvodů, protože váha nebyla kalibrována.
- Lze nastavit věkovou hranici od 10... 100 let a výšku od 100... 220 cm (3-03"–7-03").
- Nosnost: max. 180 kg (396 lb, 28 st). Výsledky v krocích po 100 g (0,2 lb, 0,01 st). Výsledky měření podílu tělesného tuku, vody a svalové hmoty v krocích po 0,1 %.
- Při předání zákazníkovi je váha nastavena na jednotky „cm“ a „kg“. Spínač umístěný na zadní straně váhy Vám umožní přepnout na „palce“, „libry“ a „kameny“ (lb, st).
- Váhu postavte na rovný pevný podklad; pevný podklad je předpokladem pro přesné měření.
- Čas od času očistěte přístroj vlhkým hadříkem. Nepoužívejte žádné abrazivní čisticí prostředky a přístroj nenamáčejte.
- Chraňte přístroj před nárazy, vlhkostí, prachem, chemikáliemi, velkými teplotními výkyvy a nestavte ho do blízkosti tepelných zdrojů (sporák, topná tělesa).
- Opravy směřjí být prováděny pouze zákaznickým servisem firmy Beurer nebo autorizovanými prodejci. Před každou reklamací však nejprve zkontrolujte stav baterií a případně je vyměňte.


2. Provoz**2.1 Vložení baterií**



Pokud je přítomen, vytáhněte izolační pásek z krytu bateriového prostoru nebo odstraňte ochrannou fólii baterie a vložte baterii podle polarit. V případě, že váha přestane fungovat, zcela vyjměte baterii a znovu ji vložte. Vaše váha je vybavena indikátorem "Vyměňte baterii".

Když je váha provozována s baterií, která je příliš slabá, na displeji se zobrazí "LO" a váha se automaticky vypne. V tomto případě je třeba baterii vyměnit (2 x 3V lithiovou baterii CR2032).

2.2 Nastavení uživatelských dat

„SET“

Uživatelská data	Nastavené hodnoty
Místo v paměti P	1 až 10
Výška	100 až 220 cm (3'-03" to 7'-03")
Věk	10 - 100
Pohlaví	Mužské  , ženské 
Stupeň aktivity A	1 až 5

Pomocí tlačítek  a  vyberte a potvrďte "SET".

Stupně aktivity

Stupeň aktivity	Fyzická aktivita
1	Žádná tělesná aktivita.
2	Malá tělesná aktivita. Nárazová a lehká tělesná námaha (např. procházka, lehká práce na zahradě, gymnastická cvičení)
3	Střední tělesná aktivita. Tělesná námaha minimálně 2 až 4krát týdně vždy 30 minut.
4	Vysoká tělesná aktivita. Tělesná námaha minimálně 4 až 6krát týdně vždy 30 minut.
5	Velmi vysoká tělesná aktivita. Intenzivní tělesná námaha, intenzivní trénink nebo těžká tělesná práce, vždy minimálně 1 hodina každý den.



3. Vážení

3.1 Pouze vážení

- Postavte se na váhu bez pohybu a rozložte svoji váhu rovnoměrně na obě nohy. Váha začne ihned vážit. Vaše naměřená hmotnost se zobrazí během chvíle (obr.1).
- Váha se vypne několik sekund poté, co z ní sestoupíte.



3.2 Měření hmotnosti, procenta tělesného tuku a obsahu tělesné vody, procenta svalové a kostní hmoty

- Zapněte váhu (klepnutím na její povrch).
- Vyberte předvolbu paměti, kde jsou vaše základní osobní údaje uloženy opakovaným stiskem tlačítka  nebo . Údaje jsou zobrazovány za sebou, dokud se neobjeví "0.0".
- Stoupněte si na váhu naboso a ujistěte se, že stojíte na obou elektrodách. Nejdříve se zobrazí tělesná hmotnost (obr. 1).
- Zůstaňte na váze a nepohybujte se; je analyzován váš tělesný tuk. To může trvat několik sekund.

Jsou zobrazeny následující údaje:

- Hmotnost v kg (lb, st) (obr. 1)
- Procento tělesného tuku FAT v% (obr. 2)
- Procento vody BW v% (obr. 3)
- Procento svalové hmoty MUS v% (obr. 4)
- Kostní hmota v kg BON (obr. 5)
- Nyní jsou zobrazeny všechny naměřené hodnoty po sobě a váha se vypne.



Obr. 1



Obr. 2



Obr. 3



Obr. 4



Obr. 5

3.3 Rady pro používání diagnostické váhy

Důležité při měření tělesného tuku / vody v těle / procenta svalové hmoty:

- Měření je možno provádět pouze, když se vážíte naboso. Pro lepší kontakt s váhou je vhodné, když jsou chodidla vašich nohou mírně vlhká. Zcela suchá chodidla mohou mít za následek neuspokojivé výsledky, protože mají nedostatečnou vodivost.

- Vaše nohy, nohy, lýtky a stehna se nesmí vzájemně dotýkat, protože v opačném případě měření nelze provést správně.
 - Během měření stůjte klidně.
 - Počkejte s vážením několik hodin (6-8) po neobvykle namáhavé činnosti.
 - Po tom co vstanete, počkejte cca 15 minut, aby se tělní tekutina (voda) mohla správně rozptýlit.
- Při zjišťování množství tělního tuku a dalších veličin mohou být vykázány odchýlné a nehomogénné výsledky, a to v těchto případech:
- Děti ve věku menším, než cca 10 let,
 - Osoby s horečkou, které potřebují dialýzu, se symptomy otoků nebo osteoporózy.
 - Lidé užívající kardiovaskulární léky.
 - Osoby, užívající léky na rozšíření nebo zúžení cév.
 - Osoby se značnými anatomickými odchýlkami na nohou vzhledem k celkové výšce těla (značně zkrácená nebo prodloužená délka nohou).

4. Vyhodnocení výsledků

Procento tělesného tuku

Následující hodnoty procent tělesného tuku jsou pouze orientační (obraťte se na svého lékaře pro další informace).

Muž

Věk	Nizký	Normální	Vysoký	Velmi vysoký
10-14	<11	11-16	16,1-21	>21,1
15-19	<12	12-17	17,1-22	>22,1
20-29	<13	13-18	18,1-23	>23,1
30-39	<14	14-19	19,1-24	>24,1
40-49	<15	15-20	20,1-25	>25,1
50-59	<16	16-21	21,1-26	>26,1
60-69	<17	17-22	22,1-27	>27,1
70-100	<18	18-23	23,1-28	>28,1

Žena

Věk	Nizký	Normální	Vysoký	Velmi vysoký
10-14	<16	16-21	21,1-26	>26,1
15-19	<17	17-22	22,1-27	>27,1
20-29	<18	18-23	23,1-28	>28,1
30-39	<19	19-24	24,1-29	>29,1
40-49	<20	20-25	25,1-30	>30,1
50-59	<21	21-26	26,1-31	>31,1
60-69	<22	22-27	27,1-32	>32,1
70-100	<23	23-28	28,1-33	>33,1

Nižší hodnota tělesného tuku se často vyskytuje u sportovců. V závislosti na druhu sportu, intenzitě tréninku a tělesné konstituci, mohou být naměřeny nižší než doporučené hodnoty, které jsou zde uvedeny.

V případě naměření extrémně nízkých hodnot by mohlo dojít k ohrožení zdraví.

Procento vody v těle

Procento tělesné vody je obvykle v následujícím rozmezí:

Muž

Věk	Špatně	Dobře	Velmi dobře
10-100	<50	50-65	>65

Žena

Věk	Špatně	Dobře	Velmi dobře
10-100	<65	45-60	>60

Tělní tuk obsahuje relativně málo vody. U osob s vysokým podílem tělního tuku může proto podíl vody ležet pod směrovými hodnotami. U vytrvalostních sportovců mohou být naopak kvůli nízkému podílu tuku a vysokému podílu svalové hmoty směrové hodnoty překročeny.

Měření podílu tělní vody, určená pomocí této váhy, nejsou vhodná k uskutečňování lékařských závěrů, např. o věkem podmíněném ukládání vody. Dotazte se raději svého lékaře.

V zásadě je dobré usilovat o vysoký podíl tělní vody.

Procento svalové hmoty

Procento svalové hmoty je obvykle v následujícím rozmezí:

Muž

Věk	Nizká	Normální	Vysoká
10-14	<44	44-57	>57
15-19	<43	43-56	>56
20-29	<42	42-54	>54
30-39	<41	41-52	>52
40-49	<40	40-50	>50
50-59	<39	39-48	>48
60-69	<38	38-47	>47
70-100	<37	37-46	>46

Žena

Věk	Nizká	Normální	Vysoká
10-14	<36	36-43	>43
15-19	<35	35-41	>41
20-29	<34	34-39	>39
30-39	<33	33-38	>38
40-49	<31	31-36	>36
50-59	<29	29-34	>34
60-69	<28	28-33	>33
70-100	<27	37-32	>32

Kostní hmota

Naše kosti podléhají stejně jako zbytek našeho těla přirozeným procesům výstavby, rozpadu a stárnutí. Kostní hmota narůstá velmi rychle v dětském věku a dosahuje maxima ve věku 30 až 40 let. S přibývajícím věkem se podíl kostní hmoty opět o trochu snižuje. Tomuto snížení podílu kostní hmoty lze částečně předcházet zdravou výživou (zvláště vápník a vitamin D) a pravidelným tělesným pohybem. Cíleným zvyšováním podílu svalové hmoty můžete navíc zlepšit stabilitu svého kosterního systému. Upozorňujeme, že váha neměří obsah vápníku v kostech, ale hmotnost všech kostních složek (organické látky, anorganické látky a voda). Kostní hmotu téměř nelze ovlivnit, kolísá však mírně v rámci ovlivňujících faktorů (hmotnost, výška, věk, pohlaví). Neexistují žádné uznávané pokyny nebo doporučení.



DŮLEŽITÉ

Nezaměňujte kostní hmotu s hustotou kostí. Hustota kostí může být zjištěna pouze při lékařském vyšetření (např. počítačová tomografie, ultrazvuk). S touto váhou proto není možné diagnostikovat změny kostí a jejich tvrdosti (např. osteoporóza).

5. Nesprávné měření

V případě, že váha zjistí chybu v průběhu vážení, na displeji se objeví "FFFF" nebo "Err". Jestliže nastoupíte na váhu dříve, než se objeví na displeji "0.0", váha nebude správně fungovat.

Možné příčiny chyb:	Odstranění závad:
- Byla překročena maximální nosnost 180 kg (330 liber)	- Vážte jen osoby s maximální povolenou hmotností
- Elektrický odpor mezi elektrodami a chodidly vašich nohou je příliš vysoký (např. u silně ztvrdlé, mozolnaté kůže).	- Opakujte vážení naboso. - Slabě navlhčete chodila nohou, pokud to bude nutné. Odstraňte z chodidel mozoly, pokud to bude nutné.
- Obsah tělesného tuku leží mimo měřitelný rozsah (méně než 5% nebo více než 55%).	- Opakujte vážení naboso. - Slabě navlhčete chodila nohou, pokud to bude nutné.
- Váha je na koberci.	- Umístěte váhu na rovný a pevný povrch.

6. Likvidace

Použitá a úplně vybité baterie a akumulátory musí být odklizeny do speciálně označených sběrných nádob, do sběren nebezpečného odpadu nebo do specializovaných elektroprodejen. Podle zákona jste povinni baterie likvidovat.

Upozornění: Na bateriích s obsahem škodlivin se nacházejí následující symboly:

Pb = baterie obsahuje olovo, Cd = baterie obsahuje kadmium, Hg = baterie obsahuje rtuť.



Zlikvidujte prosím přístroj dle nařízení o starých elektrických a elektronických přístrojích 2002/96/EC – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Pokud máte dotazy, obraťte se na příslušný komunální úřad, který má na starosti likvidaci.



KONTAKT NA SERVISNÍ STŘEDISKO:

Výhradní dovozce a distributor pro ČR a SR:

BORGY CZ, a.s.

Reklamační / servis

Hlučiv 1353

250 01 Brandýs nad Labem - Stará Boleslav

Česká republika

Tel.: +420 326 320 662

E-mail: reklamace@borgy.cz

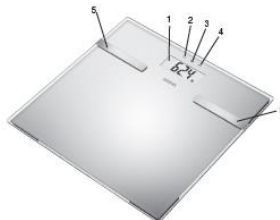
www.borgy.cz

Návod na použitie

Vážení zákazníci, ďakujeme Vám, že ste si vybrali naše výrobky. Naše meno je synonymom pre vysoko kvalitné, dôkladne vyskúšané výrobky na použitie v oblastiach určovaní energetickej spotreby, telesnej teploty, srdcového tepu, pre jemnú manuálnu terapiu, masáže a vzduchovú terapiu. Prečítajte si, prosím, pozorne tento návod a uschovajte ho pre neskoršie použitie, dbajte na to, aby bol dostupný pre ostatných užívateľov a postupujte podľa pokynov v ňom uvedených.

Popis prístroja

1. Displej
2. Tlačidlo "Dole"
3. Tlačidlo "SET"
4. Tlačidlo "Hore"
5. Elektródy

**1. Dôležité pokyny - zachovajte pre neskoršie použitie!****1.1 Bezpečnostné pokyny**

- Váhu nesmú používať osoby s lekáskymi implantátmi (napr. kardiostimulátor), pretože by mohla byť narušená ich funkcia.
- Nepoužívajte váhu počas tehotenstva.
- Pozor! Nestúpajte si na váhu s mokrými nohami, a ak je jej povrch vlhký - nebezpečenstvo pošmyknutia!
- Prehltnutie batérií môže mať životu nebezpečné následky. Ukladajte batérie a váhu mimo dosahu malých detí. V prípade prehltnutia batérie vyhľadajte okamžite lekársku pomoc.
- Obal uchovávajte mimo dosahu detí (nebezpečenstvo udusenía).
- Batérie nenabíjajte a neobnovujte ich funkciu inými prostriedkami, nerozoberajte ich, nehádzte do ohňa a neskratujte ich.

1.2 Všeobecné pokyny

- Prístroj je určený len k vlastnému použitiu, nie pre lekárske alebo komerčné použitie.
 - Upozorňujeme, že meracie tolerance sú možné z technických dôvodov, pretože váha nebola kalibrovaná.
 - Je možné nastaviť vekovú hranicu od 10 ... 100 rokov a výšku od 100 ... 220 cm (3-03 "-7-03").
 - Nosnosť: max. 180 kg (396 lb, 28 st). Výsledky v krokoch po 100 g (0,2 lb, 0,01 st). Výsledky meraní podielu telesného tuku, vody a svalovej hmoty v krokoch po 0,1%.
 - Pri odovzdaní zákazníkovi je váha nastavená na jednotky "cm" a "kg". Spínač umiestnený na zadnej strane váhy Vám umožní prepnúť na "palce", "libry" a "kamene" (lb, st).
 - Váhu postavte na rovný pevný podklad; pevný podklad je predpokladom pre presné meranie.
 - Čas od času očistite prístroj vlhkou handričkou. Nepoužívajte žiadne abrazívne čistiace prostriedky a prístroj nenamáčajte.
 - Chráňte prístroj pred nárazmi, vlhkosťou, prachom, chemikáliami, veľkými teplotnými výkyvmi a nestavajte ho do blízkosti tepelných zdrojov (sporák, vykurovacie telesá).
 - Opravy môžu byť vykonávané iba zákazníckym servisom firmy Beurer alebo autorizovanými predajcami.
- Pred každou reklamáciou však najprv skontrolujte stav batérií a prípadne ich vymeňte.



2. Prevádzka**2.1 Vloženie batérií**



Ak je prítomný, vytiahnite izolačný pásik z krytu batériového priestoru alebo odstráňte ochrannú fóliu z batérií a vložte batérie podľa polarít. V prípade, že váha prestane fungovať, úplne vyberte batérie a znova ich vložte. Vaša váha je vybavená indikátorom "Vymeňte batérie".

Keď je váha prevádzkovaná s batériami, ktoré sú príliš slabé, na displeji sa zobrazí "LO" a váha sa automaticky vypne. V tomto prípade je potrebné batérie vymeniť (2 x 3V lítiovú batériu CR2032).

2.2 Nastavenie užívateľských dát

„SET“

Užívateľské dáta	Nastavené hodnoty
Miesto v pamäti P	1 až 10
Výška	100 až 220 cm (3'-03" to 7'-03")
Vek	10 - 100
Pohlavie	Mužské  , ženské 
Stupeň aktivity A	1 až 5

Pomocou tlačidiel  a  vyberte a potvrdte "SET".

Stupne aktivity

Stupeň aktivity	Fyzická aktivita
1	Žiadna telesná aktivita.
2	Malá telesná aktivita. Nárazová a ľahká telesná námaha (napr. prechádzka, ľahká práca na záhrade, gymnastické cvičenie)
3	Stredná telesná aktivita. Telesná námaha minimálne 2 až 4 krát týždenne vždy 30 minút.
4	Vysoká telesná aktivita. Telesná námaha minimálne 4 až 6 krát týždenne vždy 30 minút.
5	Veľmi vysoká telesná aktivita. Intenzívna telesná námaha, intenzívny tréning alebo ťažká telesná práca, vždy minimálne 1 hodina každý deň.



3. Váženie

3.1 lba váženie

- Postavte sa na váhu bez pohybu a rozložte svoju váhu rovnomerne na obe nohy. Váha začne ihneď vážiť. Vaša nameraná hmotnosť sa zobrazí behom chvíle (obr. 1).
- Váha sa vypne niekoľko sekúnd po tom, čo z nej zostúpíte.



3.2 Meranie hmotnosti, percenta telesného tuku a obsahu telesnej vody, percentá svalovej a kostnej hmoty

- Zapnite váhu (kliknutím na jej povrch).
- Vyberte predvoľbu pamäte, kde sú vaše základné osobné údaje uložené opakovaným stlačením tlačidla  alebo . Údaje sú zobrazované za sebou, až kým sa neobjaví "0.0".
- Postavte sa na váhu naboso a uistite sa, že stojíte na oboch elektródach. Najskôr sa zobrazí telesná hmotnosť (obr. 1).
- Zostaňte na váhe a nehybte sa; je analyzovaný váš telesný tuk. To môže trvať niekoľko sekúnd.

Sú zobrazené nasledujúce údaje:

- Hmotnosť v kg (lb, st) (obr. 1)
- Percento telesného tuku FAT v% (obr. 2)
- Percento vody BW v% (obr. 3)
- Percento svalovej hmoty MUS v% (obr. 4)
- Kostná hmota v kg BON (obr. 5)
- Teraz sú zobrazené všetky namerané hodnoty po sebe a váha sa vypne.



Obr. 1




Obr. 2



Obr. 3



Obr. 4



Obr. 5

3.3 Rady pre používanie diagnostickej váhy

Dôležité pri meraní telesného tuku / vody v tele / percentá svalovej hmoty:

- Meranie je možné prevádzať len keď sa vážite naboso. Pre lepší kontakt s váhou je vhodné, keď sú chodidlá vašich nôh mierne vlhké. Úplne suché chodidlá môžu mať za následok neuspokojivé výsledky, pretože majú nedostatočnú vodivosť.

- Vaše nohy, nohy, lýtky a stehná sa nesmú vzájomne dotýkať, pretože v opačnom prípade merania nemožno vykonať správne.
 - Počas merania stojte pokojne.
 - Počkajte s vážením niekoľko hodín (6-8) po neobvykle namáhavej činnosti.
 - Po tom čo vstanete, počkajte cca 15 minút, aby sa telová tekutina (voda) mohla správne rozptýliť.
- Pri zisťovaní množstva telesného tuku a ďalších veličín sa môžu vykazovať odchýlné a nehodnoverné výsledky, a to v týchto prípadoch:
- Deti vo veku menšom, ako cca 10 rokov,
 - Osoby s horúčkou, ktoré potrebujú dialýzu, so symptómami opuchov alebo osteoporózy.
 - Ľudia užívajúci kardiovaskulárne lieky.
 - Osoby, ktoré užívajú lieky na rozšírenie alebo zúženie ciev.
 - Osoby so značnými anatomickými odchýlkami na nohách vzhľadom k celkovej výške tela (značne skrátená alebo predĺžená dĺžka nôh).

4. Vyhodnotenie výsledkov

Percento telesného tuku

Nasledujúce hodnoty percent telesného tuku sú orientačné (obráťte sa na svojho lekára pre ďalšie informácie).

Muž

Vek	Nizky	Normálny	Vysoký	Veľmi vysoký
10-14	<11	11-16	16,1-21	>21,1
15-19	<12	12-17	17,1-22	>22,1
20-29	<13	13-18	18,1-23	>23,1
30-39	<14	14-19	19,1-24	>24,1
40-49	<15	15-20	20,1-25	>25,1
50-59	<16	16-21	21,1-26	>26,1
60-69	<17	17-22	22,1-27	>27,1
70-100	<18	18-23	23,1-28	>28,1

Žena

Vek	Nizky	Normálny	Vysoký	Veľmi vysoký
10-14	<16	16-21	21,1-26	>26,1
15-19	<17	17-22	22,1-27	>27,1
20-29	<18	18-23	23,1-28	>28,1
30-39	<19	19-24	24,1-29	>29,1
40-49	<20	20-25	25,1-30	>30,1
50-59	<21	21-26	26,1-31	>31,1
60-69	<22	22-27	27,1-32	>32,1
70-100	<23	23-28	28,1-33	>33,1

Nižšia hodnota telesného tuku sa často vyskytuje u športovcov. V závislosti od druhu športu, intenzite tréningu a telesnej konštitúcie, môžu byť namerané nižšie ako odporúčané hodnoty, ktoré sú tu uvedené. V prípade namerania extrémne nízkych hodnôt by mohlo dôjsť k ohrozeniu zdravia.

Percento vody v tele

Percento telesnej vody je obvykle v nasledujúcom rozmedzí:

Muž

Vek	Nesprávne	Dobre	Veľmi dobre
10-100	<50	50-65	>65

Žena

Vek	Nesprávne	Dobre	Veľmi dobre
10-100	<65	45-60	>60

Telesný tuk obsahuje relatívne málo vody. U osôb s vysokým podielom telového tuku môže preto podiel vody ležať pod smerovými hodnotami. U vytrvalostných športovcov môžu byť naopak kvôli nízkemu podielu tuku a vysokému podielu svalovej hmoty smerové hodnoty prekročené.

Meranie podielu telesnej vody, určené pomocou tejto váhy, nie sú vhodné na uskutočňovanie lekárskeho záverov, napr. o vekom podmienenom ukladaní vody. Dopytujte sa radšej svojho lekára. V zásade je dobré snažiť sa o vysoký podiel telesnej vody.

Percento svalovej hmoty

Percento svalovej hmoty je obvykle v nasledujúcom rozmedzí:

Muž

Vek	Nízka	Normálna	Vysoká
10-14	<44	44-57	>57
15-19	<43	43-56	>56
20-29	<42	42-54	>54
30-39	<41	41-52	>52
40-49	<40	40-50	>50
50-59	<39	39-48	>48
60-69	<38	38-47	>47
70-100	<37	37-46	>46

Žena

Vek	Nízka	Normálna	Vysoká
10-14	<36	36-43	>43
15-19	<35	35-41	>41
20-29	<34	34-39	>39
30-39	<33	33-38	>38
40-49	<31	31-36	>36
50-59	<29	29-34	>34
60-69	<28	28-33	>33
70-100	<27	27-32	>32

Kostná hmota

Naše kosti podliehajú rovnako ako zvyšok nášho tela prirodzeným procesom výstavby, rozpadu a starnutiu. Kostná hmota narastá veľmi rýchlo v detskom veku a dosahuje maximum vo veku 30 až 40 rokov. S pribúdajúcim vekom sa podiel kostnej hmoty opäť o trochu znižuje. Tomuto zníženiu podielu kostnej hmoty možno čiastočne predchádzať zdravou výživou (najmä vápnik a vitamín D) a pravidelným telesným pohybom. Cielovým zvyšovaním podielu svalovej hmoty môžete navyše zlepšiť stabilitu svojho kostrového systému.

Upozorňujeme, že váha nemeria obsah vápnika v kostiach, ale hmotnosť všetkých kostných zložiek (organické látky, anorganické látky a voda). Kostná hmota sa takmer nedá ovplyvniť, kolíše však mierne v rámci ovplyvňujúcich faktorov (hmotnosť, výška, vek, pohlavie). Neexistujú žiadne uznávané pokyny alebo odporúčania.



DÔLEŽITÉ

Nezamieňajte kostnú hmotu s hustotou kostí. Hustota kostí môže byť zistená iba pri lekárskom vyšetrení (napr. počítačová tomografia, ultrazvuk). S touto váhou preto nie je možné diagnostikovať zmeny kostí a ich tvrdosti (napr. osteoporóza).

5. Nesprávne meranie

V prípade, že váha zistí chybu počas váženia, na displeji sa objaví "FFFF" alebo "Err". Ak nastúpite na váhu skôr, než sa objaví na displeji "0.0", váha nebude správne fungovať.

Možné príčiny chýb:	Odstránenie chýb:
- Bola prekročená maximálna nosnosť 180 kg (330 libier)	- Vážte len osoby s maximálnou povolenou hmotnosťou.
- Elektrický odpor medzi elektródami a chodidlami vašich nôh je príliš vysoký (napr. u silne stvrdnutej, možoľnatej kože).	- Opakujte váženie naboso. - Slabo navlhčite chodila nôh, ak to bude potrebné. Odstráňte z chodidiel mozole, ak to bude potrebné.
- Obsah telesného tuku leží mimo merateľný rozsah (menej ako 5% alebo viac ako 55%).	- Opakujte váženie naboso. - Slabo navlhčite chodila nôh, ak to bude potrebné.
- Váha je na koberci.	- Umiestnite váhu na rovný a pevný povrch.

6. Likvidácia

Použitá a úplne vybité batérie a akumulátory sa odpracte do špeciálne označených zberných nádob, do zberní nebezpečného odpadu alebo do špecializovaných elektro predajní. Podľa zákona ste povinní batérie likvidovať.

Upozornenie: Na batériách s obsahom škodlivín sa nachádzajú nasledujúce symboly: Pb = batéria obsahuje olovo, Cd = batéria obsahuje kadmium, Hg = batéria obsahuje ortuť.



Zariadenie zlikvidujte v súlade nariadenia o starých elektrických a elektronických prístrojoch 2002/96 / EC - WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Ak máte otázky, obráťte sa na príslušný komunálny úrad, ktorý má na starosti likvidáciu.



KONTAKT NA SERVISNÉ STREDISKO:

Výhradný dovozca a distribútor pre ČR a SR:

BORGY CZ, a. s.

Reklamácia / servis

Hlučov 1353

250 01 Brandýs nad Labem - Stará Boleslav

Česká republika

Tel.: +420 326 320 662

E-mail: reklamace@borgy.cz

www.borgy.cz