beurer

BF 950
black & white

CZ Diagnostická váha
Návod k použití 2
SK Diagnostická váha
Návod na obsluhu 15

CE

ČESKY

Vážená zákaznice, vážený zákazníku,

jsme rádi, že jste si vybrali výrobek z našeho sortimentu. Naše značka je synonymem pro vysoce kvalitní, důkladně vyzkoušené výrobky týkající se tepla, hmotnosti, krevního tlaku, tělesné teploty, srdečního tepu, jemné terapie, masáže, vzduchu, péče o krásu i o dítě.
Přečtěte si pozorně tento návod k použití, uschovejte ho pro pozdější použití, poskytněte ho i ostatním uživatelům a řiďte se pokyny, které jsou v něm uvedené.

S pozdravem
váš tým Beurer

Obsah

1. K seznámení 2
2. Vysvětlení symbolů 3
3. Varovné a bezpečnostní pokyny 3
4. Informace 4
5. Popis přístroje 5
6. Uvedení váhy do provozu s aplikací 6
7. Uvedení váhy do provozu bez aplikace 7
8. Provedení měření 8
9. Vyhodnocení výsledků 9
10. Další informace 12
11. Čištění a ošetřování přístroje 12
12. Likvidace 13
13. Co dělat v případě problémů? 13
14. Záruka/servis 14

Obsah balení

- 2x stručný návod
- diagnostická váha BF 950
- 4 baterie 1,5 V typu AAA
- nožičky na koberec
- tento návod k použití

1. K seznámení

Funkce přístroje

Tato digitální váha slouží k vážení a diagnostice osobních tréninkových údajů. Je určena pro vlastní použití v soukromém prostředí.
Váha má tyto funkce, které mohou být využívány až 8 osobami:

- měření tělesné hmotnosti a výpočet BMI,
- zjištění tělesného tuku,
- podíl vody v těle,
- podíl svalové hmoty,
- hmotnost kostí,
- bazální a aktivní metabolismus a
- barevné zpětné hlášení LED o dosažených cílech.

Kromě toho je váha vybavena ještě dalšími funkcemi:

- přepínání mezi kilogramy „kg“, librami „lb“ a kameny „st“,
- čas a ukazatel teploty při aktivaci váhy (při nastavení kg 24hodinový režim, popř. °C, při nastavení lb/st 12hodinový režim, popř. °F),
- funkce táry (měření hmotnosti),
- těhotenský režim,
- automatické vypínání,
- ukazatel výměny baterií v případě slabých baterií,
- automatické rozpoznání uživatele,
- uložení posledních 30 měření pro 8 osob, jestliže nelze data přenášet do aplikace.
- Produkt využívá technologii *Bluetooth*® low energy technology, frekvenční pásmo 2 400 – 2 480 MHz, vysílací výkon max. 0 dBm.

Systémové požadavky

iOS ≥ 8.0, AndroidTM ≥ 4.4, *Bluetooth*® ≥ 4.0.
Seznam kompatibilních zařízení:

2. Vysvětlení symbolů

V návodu k použití jsou použity následující symboly:

VAROVÁNÍ Varovné upozornění na nebezpečí poranění nebo riziko ohrožení zdraví.

POZOR Bezpečnostní upozornění na možné poškození přístroje/příslušenství.

Upozornění Upozornění na důležité informace.

3. Varovné a bezpečnostní pokyny

Přečtěte si pečlivě tento návod k použití, uschovejte ho pro pozdější použití, poskytněte ho i ostatním uživatelům a řiďte se pokyny, které jsou v něm uvedené.

VAROVÁNÍ

- **Váhu nesmí používat osoby se. lékařskými implantáty (např. kardiostimulátory). Mohlo by dojít k negativnímu ovlivnění jejich funkce.**
- Během těhotenství váhu nepoužívejte, ledaže by byl aktivován těhotenský režim (viz kapitola „Těhotenský režim“).
- Nestoupejte z jedné strany na vnější okraj váhy: Nebezpečí převrhnutí!
- Baterie mohou být v případě spolknutí životu nebezpečné. Uchovávejte baterie a váhu mimo dosah malých dětí. V případě spolknutí baterie vyhledejte neprodleně lékařskou pomoc.
- Obalový materiál nenechávejte v dosahu dětí (nebezpečí udušení).
- Pozor, nestoupejte na váhu s mokrými chodidly, nebo když je její povrch mokrý – nebezpečí uklouznutí!

Pokyny pro zacházení s bateriemi

- Pokud by se tekutina z článku baterie dostala do kontaktu s pokožkou nebo očima, opláchněte postižené místo vodou a vyhledejte lékaře.
- ⚠ **Nebezpečí spolknutí!** Malé děti by mohly baterie spolknout a udusit se. Baterie proto uchovávejte mimo dosah dětí!
- Dbejte na označení polarity plus (+) a minus (-).
- Pokud baterie vyteče, použijte ochranné rukavice a vyčistěte přihrádku na baterie suchou utěrkou.
- Chraňte baterie před nadměrným teplem.
- ⚠ **Nebezpečí výbuchu!** Baterie nevhazujte do ohně.
- Baterie se nesmí být nabíjet nebo zkratovat.
- V případě, že nebudete přístroj delší dobu používat, vyjměte baterie z přihrádky.
- Používejte stejný nebo rovnocenný typ baterií.
- Vyměňujte vždy všechny baterie zároveň.
- Nepoužívejte dobíjecí akumulátory!
- Baterie se nesmí rozebírat, otevírat nebo drtit.

Obecné pokyny

- Přístroj je určen pouze pro vlastní potřebu, ne pro lékařské nebo komerční účely.
- Respektujte, že se mohou vyskytnout nepřesnosti měření, neboť se nejedná o cejchovanou váhu, která by byla určena pro profesionální a lékařské účely.
- V případě různých výsledků měření (mezi váhou a aplikací) používejte výhradně naměřené hodnoty na váze.
- Zatížitelnost váhy je max. 180 kg (396 lb, 28 st). Při zjišťování tělesné hmotnosti a hmotnosti kostí se zobrazují výsledky v krocích po 100 g (0,2 lb).
- Výsledky měření podílu tělesného tuku, vody a svalové hmoty se zobrazují v krocích po 0,1 %.

- Spotřeba kalorií se udává v krocích po 1 kcal.
- Váha je z výroby nastavena na jednotky „cm" a „kg". Během provozu s aplikací můžete měnit nastavení jednotek.
- Postavte váhu na rovný a pevný podklad; pevná podlahová krytina je předpokladem správného měření.
- Opravy mohou provádět jen zákaznické servisy firmy Beurer nebo autorizovaní prodejci. Před každou reklamací však nejdříve zkontrolujte baterie a podle potřeby je vyměňte.
- Potvrzujeme, že tento výrobek odpovídá evropské směrnici 2014/53/EU (směrnice RED). Prohlášení o shodě ES k tomuto výrobku najdete na: www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php.

Uložení a údržba

Přesnost naměřených hodnot a životnost přístroje závisí na tom, jak s ním zacházíte:

POZOR

- Na váhu nestavte žádné předměty, jestliže ji nepoužíváte.
- Přístroj chraňte před nárazy, vlhkostí, prachem, chemikáliemi, silnými teplotními výkyvy a blízkými tepelnými zdroji (kamna, topná tělesa).
- Na tlačítka netlačte velkou silou ani k jejich stlačení nepoužívejte špičaté předměty.
- Váhu nevystavujte vysokým teplotám a působení silných elektromagnetických polí.

4. Informace

Princip měření

Tato váha pracuje na principu B.I.A., analýzy bioelektrické impedance. Během několika sekund je neznatelným, zcela neškodným a bezpečným elektrickým proudem možné určit složení těla.
Tímto měřením elektrického odporu (impedance) a započtením konstant, popř. individuálních hodnot (věk, výška, pohlaví, stupeň aktivity) se může určovat podíl tělesného tuku a další veličiny. Svalová tkáň a voda mají dobrou elektrickou vodivost, a proto menší odpor. Kosti a tuková tkáň mají naproti tomu malou vodivost a kvůli velkému odporu téměř nevedou žádný proud.

Uvědomte si, že hodnoty zjištěné diagnostickou váhou představují jen přibližné hodnoty lékařské, reálné analýzy hodnot těla. Pouze odborný lékař může pomocí lékařských metod (např. počítačová tomografie) provést přesné zjištění tělesného tuku, vody, podílu svalové hmoty a stavby kostí.

Obecné tipy

- Važte se pokud možno vždy ve stejnou denní dobu (nejlépe ráno), po vykonání potřeby, nalačno a bez oděvu, abyste docílili srovnatelných výsledků.
- Důležité při měření: Zjišťování tělesného tuku se může provádět pouze naboso a je dobré si lehce navlhčit chodidla.
- Chodidla, nohy, lýtka a stehna se nesmí vzájemně dotýkat. V takovém případě nelze provést měření správně.
- Během měření stůjte rovně a klidně.
- Po nezvyklé tělesné námaze několik hodin počkejte.
- Když vstanete, počkejte cca 15 minut, aby se voda v těle mohla vyrovnat.
- Důležité je, že se počítá jen dlouhodobý trend. Zpravidla jsou krátkodobé výkyvy hmotnosti během několika dnů podmíněny ztrátou tekutin; tělesná voda však hraje důležitá k tomu, aby se člověk cítil dobře.
- Součet všech hodnoty analýzy dávají je vyšší než 100 %, protože se hodnota vody v těle nesmí přičítat k ostatním hodnotám, neboť je již obsažena v jiných hodnotách analýzy (např. tělesný tuk, podíl svalové hmoty).

Omezení

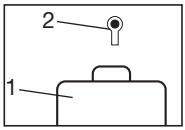
Při zjišťování tělesného tuku a dalších hodnot se mohou objevit různé a nevěrohodné výsledky u:

- dětí mladších cca 5 let,
- vrcholových sportovců a kulturistů,
- osob s horečkou, osob postupujících dialýzu, se symptomy edému nebo osteoporózy,
- osob, které užívají léky proti kardiovaskulárním chorobám (týkající se srdce a cévního systému),
- osob, které užívají léky na rozšíření nebo stahování cév,
- osob s výraznými anatomickými odchylkami u nohou vzhledem k celkové tělesné výšce (délka nohou výrazně zkrácená nebo prodloužená).

5. Popis přístroje

Zadní strana

1. Přihrádka na baterie
2. Tlačítko unit/delete/reset



Displej

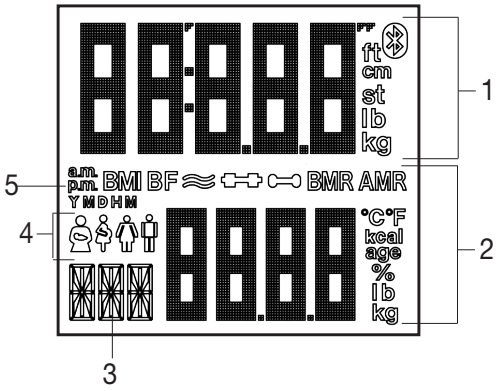
1. Symbol *Bluetooth*®
   Tělesná hmotnost v kg/lb/st
   Tělesná výška v cm/ft

2. **BMI** = interpretace tělesné hmotnosti
   BF = tělesný tuk v %
   = tělesná voda v %
   = podíl svalové hmoty v %
   = podíl kostní hmoty v kg
   BMR = bazální metabolismus v kcal
   AMR = aktivní metabolismus v kcal
   °C°F = teplota ve °C/°F

3. Iniciály uživatele

4. = funkce táry
   = těhotenský režim
   = žena
   = muž

5. Čas (12/24 h)
   Datum (r/m/d)



6. Uvedení váhy do provozu s aplikací

Abyste mohli zjistit hodnoty tělesného tuku a jiné hodnoty, musíte nejdříve uložit osobní uživatelská data do paměti váhy.
Váha má 8 uživatelských paměťových míst, do kterých můžete vy a například členové vaší rodiny ukládat osobní nastavení.
Dodatečně se mohou připojit další uživatelé pomocí jiných mobilních koncových přístrojů s nainstalovanou aplikací „beurer HealthManager“ nebo změnou uživatelského profilu v aplikaci.

Aby během provozu zůstalo spojení s *Bluetooth*® aktivní, buďte s chytrým telefonem blízko váhy.

- Aktivujte nastavení ***Bluetooth*® v chytrém telefonu.**
- **Vložte baterie a váhu postavte na pevný podklad (na LCD displeji váhy bliká nápis „USE APP“).**
- **Stáhněte si bezplatnou aplikaci „beurer HealthManager“ z Apple App Store (iOS) nebo Google Play (Android).**
- **Spusťte aplikaci a postupujte podle příslušných pokynů.**
- **Zadejte údaje vztahující se k váze BF950.**
  V aplikaci „beurer HealthManager“ je nutno nastavit, popř. zadat tyto údaje:

<table>
<tr><th>Uživatelská data</th><th>Nastavené hodnoty</th></tr>
<tr><td>Pohlaví</td><td>mužské ( ), ženské ( )
Pokud je uživatelem žena: těhotná ( ) ano / ne</td></tr>
<tr><td>Iniciály</td><td>max. 3místné (A–Z, 0–9)</td></tr>
<tr><td>Tělesná výška</td><td>40 až 250 cm (1'3,7" až 8'2,4")</td></tr>
<tr><td>Datum narození</td><td>rok, měsíc, den
Pokud uživatel < 2 roky: funkce táry ( ) ano / ne</td></tr>
<tr><td>Stupeň aktivity</td><td>Při volbě stupně aktivity je rozhodující posouzení ze střednědobého a dlouhodobého hlediska.
<table>
<tr><th></th><th>Tělesná aktivita</th></tr>
<tr><td>1</td><td>Žádná.</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Malá: občasná a lehká tělesná námaha (např. procházka, lehká práce na zahradě, gymnastické cvičení).</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Středně velká: tělesná námaha minimálně 2krát až 4krát za týden, vždy 30 minut.</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Velká: tělesná námaha minimálně 4krát až 6krát za týden, vždy 30 minut.</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Velmi velká: intenzivní tělesná námaha, intenzivní cvičení nebo těžká tělesná práce, denně, vždy minimálně 1 hodinu.</td></tr>
</table></td></tr>
<tr><td>Cílová hmotnost</td><td>5–180 kg nebo žádný cíl. Pokud bylo u pohlaví zvoleno „těhotná“, nelze zadat žádnou cílovou hmotnost.</td></tr>
</table>

Aplikace přiřadí nejbližší volnou uživatelskou paměť váhy (P01-P08).

- **Provedení měření**
  Pro automatické rozpoznání osob je třeba k prvnímu měření přiřadit osobní uživatelská data. Počkejte na výzvu aplikace. Postavte se bosýma nohama na váhu a dejte pozor na to, abyste stáli na elektrodách v klidu a s rovnoměrně rozloženou váhou na obou nohách. Pokud jste si vybrali funkci táry, musíte se zvážit 2x, jednou s dítětem a jednou sami.
- **Pokračujte nyní podle popisu v kapitole 8 „Provedení měření“.**

7. Uvedení váhy do provozu bez aplikace

Doporučujeme uvedení do provozu a nastavení všech parametrů pomocí aplikace, viz kapitola 6. „Uvedení do provozu pomocí aplikace“. Alternativně můžete provést základní nastavení (čas, datum, založení uživatele) také přímo na váze.

Nastavení času a data

1. Vyjměte baterie z ochranného obalu a vložte je podle správného pólování do přihrádky ve váze. Na LCD displeji váhy bliká nápis „USE APP“.
2. Postavte váhu na rovný a pevný podklad; pevná podlahová krytina je předpokladem správného měření.
3. Stiskněte tlačítko „SET“.
4. Pomocí tlačítek „∨ ∧“ postupně nastavte datum (rok/měsíc/den) a čas (hodina/minuta) a vždy potvrďte stisknutím tlačítka „SET“.
5. Jednotku hmotnosti (kg/lb/st) změníte krátkým stisknutím tlačítka unit/delete/reset při zapnuté váze.

Založení uživatele

1. Zatěžkejte dvakrát krátce váhu, aby ze zobrazil nápis „0.0“.
2. Stiskněte tlačítko „SET“. Zobrazí se „P-01“
3. Vyberte pomocí tlačítek „∨ ∧“ požadované místo uživatele v paměti (P-01 až P-08). Potvrďte stisknutím tlačítka „SET“.
4. Nastavte pomocí tlačítek „∨ ∧“ uživatelská data a potvrďte vždy stisknutím tlačítka „SET“. Přesný popis všech možných uživatelských dat najdete v tabulce v kapitole „6. Uvedení váhy do provozu s aplikací“.
5. Na konci zadávání se zobrazí PIN. Ten budete potřebovat pro případné pozdější přihlášení do aplikace (viz kapitola „Pozdější přihlášení do aplikace“), nyní však není potřebný. Nakonec se zobrazí „0.0“ s iniciálami.
6. Pro automatické rozpoznání osob je třeba k prvnímu měření přiřadit osobní uživatelská data. Postavte se bosýma nohama na váhu a dejte pozor na to, abyste stáli na elektrodách v klidu a s rovnoměrně rozloženou váhou na obou nohách.

Pozdější přihlášení do aplikace

Pokud jste uvedli váhu do provozu bez aplikace, můžete uživatele přenést do aplikace nebo je tam založit.

- **Stáhněte si bezplatnou aplikaci „beurer HealthManager“ z Apple App Store (iOS) nebo bei Google Play (Android).**
- **Spusťte aplikaci a řiďte se podle pokynů.**
- **Vyberte již existujícího uživatele váhy v aplikaci v nastaveních BF950 a zadejte PIN, který se zobrazí na displeji váhy. Zatěžkejte dvakrát krátce váhu, aby ze zobrazil nápis „0.0“. Stiskněte tlačítko „SET“ a vyberte uživatele tlačítkem „SET“.**

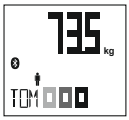
8. Provedení měření

8.1 Diagnostika

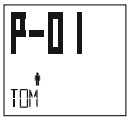
Postavte se **bosýma nohama** na váhu a dejte pozor na to, abyste stáli na elektrodách v klidu a s rovnoměrně rozloženou váhou na obou nohách.

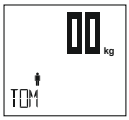
Upozornění: Jestliže budete měření provádět v ponožkách, nebude výsledek správný.

Nejdříve se na 3 sekundy zobrazí čas a teplota, poté hmotnost.



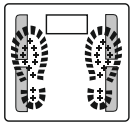
Pokud byl přiřazen uživatel, zobrazí se iniciály. Během analýzy BIA se na displeji zobrazuje „▫▫▫▫“. Zobrazí se všechny následující hodnoty, které se pak uloží.
1. BMI
2. Tělesný tuk v %
3. Tělesná voda v % ≈
4. Podíl svalové hmoty v %
5. Podíl kostní hmoty v kg
6. Bazální metabolismus v kcal (BMR)
7. Aktivní metabolismus v kcal (AMR)



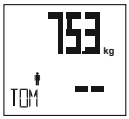


Upozornění: Pokud není uživatel rozpoznán, chybí přidělení paměti (iniciály) a váha zobrazí pouze hmotnost. Naměřené údaje se neuloží do paměti. K tomu dojde, pokud by se naměřená hmotnost lišila o +/– 3 kg od posledního měření nebo pokud by jiný uživatel měl o +/– 3 kg podobné hodnoty. V takovém případě opakujte měření tak, že zapnete váhu a stisknete tlačítko „^“ pro výběr své uživatelské paměti (P01–P08). Opakujte měření.

8.2 Hmotnost



Postavte se **v botách** na váhu a dbejte na to, abyste stáli v klidu a s rovnoměrně rozloženou váhou na obou nohách.
Nejdříve se na 3 sekundy zobrazí čas a teplota, poté hmotnost.



Pokud byl přiřazen uživatel, zobrazí se iniciály a hodnota hmotnosti se uloží.
Na LCD displeji se krátce zobrazí „--“ . Analýza BIA není možná.

8.3 Funkce táry

Funkce táry umožňuje jednoduché vážení malých dětí (méně než 2 roky) pomocí funkce táry. Pro malé dítě musíte v aplikaci „beurer HealthManager“ založit uživatele s uživatelskými daty. Alternativně také můžete založit uživatele s uživatelskými daty přímo na váze (viz „Založení uživatele“ na straně 7).

U funkce táry je pro tohoto uživatele vypnuto automatické přiřazení uživatele. Funkci táry aktivujete takto:

1. Krátce zatěžkejte váhu.
2. Pomocí tlačítek „^“ vyberte uživatelskou paměť malého dítěte a počkejte 3 sekundy. Na displeji se objeví symbol funkce táry .
3. Postavte se na váhu. Můžete si vybrat, zda budete mít dítě v náručí při prvním nebo druhém vážení.
4. Po prvním vážení se krátce zobrazí první hmotnost. Sestupte z váhy, zobrazí se „0.0“ a váha je připravena na druhé vážení. Nejdříve se na displeji zobrazí obě naměřené hodnoty, poté zobrazení přejde k rozdílové hodnotě hmotností, která se také uloží.

8.4 Těhotenský režim

S těhotenským režimem můžete jako těhotná během tohoto speciálního období přesně sledovat a porovnávat svou hmotnost v aplikaci.
Musíte jen založit uživatele pro těhotnou osobu v aplikaci „beurer HealthManager“ a v uživatelských datech zvolit nastavení „těhotná“. Jestliže v uživatelských datech zvolíte nastavení „těhotná“, nemůže zadávat cílovou hmotnost.
Alternativně také můžete založit uživatele s uživatelskými daty přímo na váze (viz „Založení uživatele“ na straně 7).

Pokud je aktivován těhotenský režim, neproudí tělem při vážení žádný proud a nelze zjišťovat žádné hodnoty analýzy. Zobrazuje se pouze hmotnost s iniciálami a bliká symbol těhotné ženy .

Pokud chcete nastavit těhotenský režim, postupujte takto:

1. Krátce zatěžkejte váhu.
2. Vyberte pomocí tlačítka „ “ uživatelskou paměť těhotné osoby. Na displeji se zobrazí symbol těhotné ženy .
3. Postavte se na váhu. Na displeji se zobrazí hmotnost a krátce zabliká symbol těhotné ženy .

9. Vyhodnocení výsledků

Cílová hmotnost – LED motivátor

Funkce „cílová hmotnost“ se musí aktivovat v nastaveních aplikace (nebo alternativně tlačítky na váze) a v příslušných uživatelských datech se musí uložit požadovaná cílová hmotnost. Pokud bylo v uživatelských datech zvoleno nastavení „těhotná“, nelze zadávat žádnou cílovou hmotnost.
LED motivátor poskytne po zvážení barevné zpětné hlášení LED k dosažení vaší cílové hmotnosti.

Existují různé scénáře:

Zachovat hmotnost:	Cílová hmotnost je menší než +/– 1 kg oproti počáteční hodnotě. • Všech 9 diod LED svítí zeleně, jestliže další naměřené hodnoty zůstávají v rozmezí +/–1 kg oproti počáteční hodnotě. • První dioda LED svítí červeně, jestliže jsou naměřené hodnoty mimo toto rozmezí.
Změnit hmotnost (zhubnout nebo přibrat):	Cílová hmotnost je větší než +/– 1 kg oproti počáteční hodnotě. • Pokud se aktuální naměřená hodnota blíží cílové hodnotě, zobrazí se zeleně. Čím více zelených diod LED svítí, tím více se blížíte cílové hmotnosti (lineární rozdělení). Při 9 zelených diodách LED jste dosáhli svého cíle. • Pokud je aktuální naměřená hodnota v rozmezí +/– 0,2 kg oproti počáteční hodnotě, rozsvítí se první dioda LED žlutě. • Pokud je aktuální naměřená hodnota větší než 0,2 kg oproti počáteční hodnotě, rozsvítí se první dioda LED červeně.

Body mass index (index tělesné hmotnosti)

Body mass index (BMI) je číslo používané k posouzení tělesné hmotnosti. Toto číslo se vypočítává z hodnot tělesné hmotnosti a výšky, vzorec je: Body mass index = tělesná hmotnost ÷ tělesná výška^2. Jednotka BMI je pak [kg/m^2]. Hmotnost se na základě BMI rozděluje u dospělých (od 20 let) podle těchto hodnot:

Kategorie		BMI
Podváha	těžká podváha	< 16
	mírná podváha	16–16,9
	lehká podváha	17–18,4
Normální hmotnost		18,5–24,9
Nadváha	nadváha	25–29,9
Obezita (nadváha)	obezita, stupeň I	30–34,9
	obezita, stupeň II	35–39,9
	obezita, stupeň III	≥ 40

Podíl tělesného tuku

U sportovců se často zjistí nižší hodnota. Podle druhu provozovaného sportu, intenzity tréninku a tělesné konstituce mohou být dosaženy hodnoty, které jsou pod hranicí uvedených orientačních hodnot. Přesto si však uvědomte, že v případě příliš nízkých hodnot může dojít k ohrožení zdraví.
Níže uvedené hodnoty tělesného tuku v % jsou určitým vodítkem (další informace získáte u svého lékaře!).

Muž

Věk	málo	normální hodnota	hodně	velmi hodně
10–14	< 11 %	11–16 %	16,1–21 %	> 21 %
15–19	< 12 %	12–17 %	17,1–22 %	> 22 %
20–29	< 13 %	13–18 %	18,1–23 %	> 23 %
30–39	< 14 %	14–19 %	19,1–24 %	> 24 %
40–49	< 15 %	15–20 %	20,1–25 %	> 25 %
50–59	< 16 %	16–21 %	21,1–26 %	> 26 %
60–69	< 17 %	17–22 %	22,1–27 %	> 27 %
70–100	< 18 %	18–23 %	23,1–28 %	> 28 %

Žena

Věk	málo	normální hodnota	hodně	velmi hodně
10–14	< 16 %	16–21 %	21,1–26 %	> 26%
15–19	< 17 %	17–22 %	22,1–27 %	> 27 %
20–29	< 18 %	18–23 %	23,1–28 %	> 28 %
30–39	< 19 %	19–24 %	24,1–29 %	> 29 %
40–49	< 20 %	20–25 %	25,1–30 %	> 30 %
50–59	< 21 %	21–26 %	26,1–31 %	> 31 %
60–69	< 22 %	22–27 %	27,1–32 %	> 32 %
70–100	< 23 %	23–28 %	28,1–33 %	> 33 %

Podíl vody v těle

Podíl tělesné vody v % se obvykle pohybuje v tomto rozmezí:

Muž

Věk	špatně	dobře	velmi dobře
10–100	< 50 %	50–65 %	> 65 %

Žena

Věk	špatně	dobře	velmi dobře
10–100	< 45 %	45–60 %	> 60 %

Tělesný tuk obsahuje relativně málo vody. Proto může být u osob s vysokým podílem tělesného tuku podíl vody nižší než uvedené orientační hodnoty. U vytrvalostních sportovců mohou být naproti tomu orientační hodnoty na základě malého podílu tuků a vysokého podílu svalové hmoty překročeny.
Zjištění podílu vody pomocí této váhy není vhodné pro vyvozování lékařských závěrů např. ohledně hromadění vody podmíněného stářím. Obraťte se případně na svého lékaře. Hodnota vody v těle se nesmí přičítat k ostatním hodnotám, neboť je již obsažena v jiných hodnotách analýzy (tělesný tuk, podíl svalové hmoty).

Podíl svalové hmoty

Při měření podílu svalové hmoty se měří hmotnost kosterních svalů. Nezahrnují se svaly orgánů. Podíl svalové hmoty v % se obvykle pohybuje v tomto rozmezí:

Muž

Věk	málo	normální hodnota	hodně
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	málo	normální hodnota	hodně
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 %

Hmotnost kostí

Jako celé naše tělo, podléhají i kosti přirozenému procesu růstu, dospělosti a stárnutí. Kostní hmota v průběhu dětství prudce roste a mezi 30 a 40 rokem dosahuje maxima. Ve stáří hmotnost kostí postupně klesá. Zdravou výživou (bohatou zejména na vápník a vitamin D) a pravidelným sportováním lze tento proces zpomalit. Stabilitu struktury kostí je možné posílit i cíleným posilováním svalů.
Uvědomte si, že tato váha vykazuje podíl minerálů v kostech a ne organické substance, například bílkoviny nebo buňky. Ovlivnění kostní hmoty je téměř nemožné, avšak na základě určitých faktorů (např. hmotnost, výška, věk, pohlaví) může podléhat určitým výkyvům. K dispozici nejsou žádné uznávané směrnice ani doporučení.

BMR

Bazální metabolismus (BMR = Basal Metabolic Rate) je množství energie, kterou tělo potřebuje při naprostém klidu pro udržování svých základních funkcí (např. když člověk 24 hodin leží v posteli). Tato hodnota v podstatě závisí na hmotnosti, tělesné výšce a věku.
Toto množství energie potřebuje tělo v každém případě a musí mu být dodáno ve formě potravy. Dlouhodobě nižší příjem energie může vést k ohrožení zdraví.

AMR

Aktivní metabolismus (AMR = Active Metabolic Rate) je množství energie, kterou tělo spotřebuje v aktivním stavu za jeden den. Spotřeba energie člověka stoupá se zvyšující se tělesnou aktivitou a je diagnostickou váhou určována pomocí zadaného stupně aktivity (1–5).
Jestliže bude po delší dobu přijímáno méně energie, než tělo spotřebuje, bude rozdíl vyrovnán převážně z uložených zásob tuku a hmotnost se sníží. Jestliže je po delší dobu naopak přijímáno víc energie, než je vypočítaná hodnota aktivního metabolismu (AMR), není tělo schopno přebytek energie spotřebovat, uloží ho ve formě tuku a hmotnost se zvýší.

Časová závislost výsledků

Nezapomeňte, že význam má pouze dlouhodobý trend. Krátkodobé odchylky hmotnosti v rámci několika dní jsou zpravidla způsobeny ztrátou tekutin.

Význam výsledků se řídí změnami celkové hmotnosti a procentuálního podílu tělesného tuku, vody v těle a svalové hmoty a závisí i na časovém období, za které k těmto změnám dojde.
Náhlé změny v rozmezí několika dnů je třeba odlišovat od střednědobých (v rozmezí týdnů) a dlouhodobých změn (v řádu měsíců).

- Pokud vám krátkodobě klesne hmotnost, ale podíl tělesného tuku vzroste nebo zůstane stejný, ztratili jste pouze vodu – např. po tréninku, sauně nebo dietě omezené pouze na rychlé snížení hmotnosti.
- Pokud vám střednědobě vzrůstá hmotnost a podíl tuku klesá nebo zůstává na stejné hodnotě, mohlo naopak dojít k vytvoření hodnotné svalové hmoty.
- Pokud vám současně klesá hmotnost a podíl tělesného tuku, funguje vaše dieta – ztrácíte tuk.

- V ideálním případě je vhodné podpořit dietu tělesnou aktivitou, fitness cvičením nebo posilováním. Tak můžete střednědobě dosáhnout zvýšení podílu svalové hmoty.
- Tělesný tuk, voda v těle nebo podíl svalové hmoty se nedá sčítat (součástí svalové tkáně je také voda).

10. Další informace

Přiřazení uživatele

Přiřazení uživatele k maximálně 8 uloženým uživatelům váhy je možné jen v případě čistého měření hmotnosti (s botami) a při diagnostickém měření (naboso). Přiřazení uživatele při aktivované funkci táry není možné.
Při novém měření přiřadí váha měření uživateli, u něhož je poslední naměřená a uložená hodnota v rozmezí +/– 3kg. Viz kapitola 8.

Uložení přiřazených naměřených hodnot na váze a přenos do aplikace

Jestliže aplikace není otevřená, uloží se nově přiřazená měření na váze. Na váze lze uložit maximálně 30 měření pro jednoho uživatele. Uložené naměřené hodnoty jsou automaticky přeneseny do aplikace, jestliže aplikaci otevřete v dosahu Bluetooth.

Odstranění dat z váhy

- **Odstranit vše**
  Krátce zatěžkejte váhu, zobrazí se čas a teplota. Stiskněte asi na 6 sekund tlačítko unit/delete/reset na zadní straně váhy. Na displeji se na několik sekund zobrazí „CLr“.

ⓘ Všechny uložené hodnoty a nastavení budou odstraněny.

- **Odstranit jednotlivé uživatele**
  Zatěžkejte dvakrát krátce váhu, aby ze zobrazil nápis „0.0“. Stiskněte tlačítka „⌄ ⌃“ pro výběr uživatele. Po zobrazení „0.0“ a iniciál stiskněte asi na 3 sekundy tlačítko unit/delete/reset na zadní straně váhy. Na displeji se zobrazí „dEL“.

ⓘ Tento uživatel bude odstraněn.

Výměna baterií

Váha je vybavena ukazatelem výměny baterií. Při použití váhy s příliš slabými bateriemi se na displeji objeví symbol „Lo“ a váha se automaticky vypne. V tomto případě je nutno baterie vyměnit (4x baterie 1,5 V typu AAA). Všechny uložené údaje o měření a uživateli zůstanou v paměti.
Poté opět propojte váhu s aplikací. Systém se aktualizuje.

ⓘ **UPOZORNĚNÍ:**
- Při každé výměně baterií používejte baterie stejného typu, značky a kapacity.
- Nepoužívejte dobíjecí akumulátory.
- Používejte baterie bez těžkých kovů.

11. Čištění a ošetřování přístroje

Přístroj by se měl po určité době používání očistit.
K čištění používejte navlhčenou utěrku, na kterou můžete nanést v případě potřeby trochu čisticího prostředku.

⚠ **POZOR**
- Nikdy nepoužívejte silná rozpouštědla nebo agresivní čisticí prostředky!
- Nikdy přístroj nenamáčejte do vody!
- Přístroj neumývejte v myčce na nádobí!

12. Likvidace

Použité, zcela vybité baterie se likvidují prostřednictvím speciálně označených sběrných nádob, ve sběrnách pro zvláštní odpady nebo u prodejců elektrotechniky. Podle zákona jste povinni baterie likvidovat.

Na bateriích s obsahem škodlivých látek se nacházejí tyto značky:
Pb = baterie obsahuje olovo,
Cd = baterie obsahuje kadmium,
Hg = baterie obsahuje rtuť.

V zájmu ochrany životního prostředí nelze přístroj po ukončení jeho životnosti likvidovat spolu s domácím odpadem. Likvidace se musí provést prostřednictvím příslušných sběrných míst ve vaší zemi.
Přístroj zlikvidujte podle směrnice o odpadních elektrických a elektronických zařízeních (OEEZ).
Pokud máte otázky, obraťte se na příslušný komunální úřad, který má likvidaci na starost.

Obal zlikvidujte s ohledem na životní prostředí.

13. Co dělat v případě problémů?

Pokud váha zjistí nějakou chybu, na displeji se objeví tyto symboly:

Zobrazení na displeji	Příčina	Odstranění
Pouze zobrazení hmotnosti, iniciály chybí	Neznámé měření, mimo hranice přiřazení uživatele nebo není možné jednoznačné přiřazení.	Krátce zatěžkejte váhu a vyberte uživatele na váze tlačítkem „^“ nebo opakujte přiřazení uživatele v aplikaci. Viz kapitola 10 „Další informace“.
Err	Podíl tuku je mimo měřitelný rozsah (méně než 4 % nebo více než 65 %).	Opakujte měření naboso nebo si případně lehce navlhčete chodidla. Pokud se stále zobrazuje Err, jsou vaše údaje mimo měřitelný rozsah.
0Ld	Byla překročena maximální nosnost 180 kg.	Váhu zatěžujte max. do 180 kg.
Zobrazuje se nesprávná hmotnost.	Nerovná, nestabilní podlaha.	Váhu postavte na rovný a pevný podklad. Nepoužívejte váhu na koberci. Pokud máte koberec, použijte dodávané nožičky na koberec.
Zobrazuje se nesprávná hmotnost.	Neklidný postoj.	Stůjte pokud možno klidně.
Zobrazuje se nesprávná hmotnost.	Váha má chybný nulový bod.	Počkejte, dokud se váha opět sama nevypne. Zatěžkejte dvakrát krátce váhu a vyčkejte na zobrazení „0.0“. Poté opakujte měření.

Zobrazení na displeji	Příčina	Odstranění
Žádné spojení s *Bluetooth*® (chybí symbol ⓑ).	Přístroj je mimo dosah.	Minimální dosah ve volném prostoru je cca 10 m. Stěny a stropy dosah snižují. Jiné rádiové vlny mohou rušit přenos. Váhu proto nepoužívejte v blízkosti zařízení jako např. WLAN router, mikrovlnná trouba, indukční sporák.
	Vytvoření spojení trvá příliš dlouho	Rychlejší interval Bluetooth při zapnuté váze: Krátce zatěžkejte váhu, zobrazí se čas a teplota.
	Žádné spojení s aplikací.	• Zavřete všechny aplikace (i na pozadí). • Vypněte a opět zapněte *Bluetooth*®. • Vypněte a opět zapněte chytrý telefon. • V nastaveních *Bluetooth*® operačního systému nesmí být váha připojena. • Vyjměte na krátkou dobu baterie z váhy a opět je vložte zpět. • Viz často kladené otázky – FAQ na stránkách www.beurer.com.
FULL	Paměťové místo daného uživatele je plné. Nová měření přepisují starší měření.	Otevřete aplikaci. Data budou automaticky přehrána.
Lo	Baterie ve váze jsou vybité.	Vyměňte baterie ve váze.

14. Záruka/servis

Při uplatňování nároků z odpovědnosti za vady se obraťte na místního prodejce nebo místní pobočku (viz seznam „Service international“).
Při zasílání přístroje přiložte kopii dokladu o koupi a stručný popis závady.

Platí tyto záruční podmínky:

1. Záruční doba produktů BEURER činí 5 let nebo – pokud je delší – rozhodující je záruční doba od data nákupu platná v příslušné zemi.
   Při uplatňování nároku z odpovědnosti za vady je nutné doložit datum nákupu dokladem o koupi nebo fakturou.
2. Opravou (celého přístroje nebo jeho částí) se záruční lhůta neprodlužuje.
3. Záruka se nevztahuje na poškození v důsledku
   a. neodborné manipulace, např. při nedodržení uživatelských pokynů.
   b. oprav nebo změn ze strany zákazníka nebo neoprávněných osob.
   c. přepravy od výrobce k zákazníkovi nebo během přepravy do servisního střediska.
   d. Záruka se nevztahuje na příslušenství, které podléhá běžnému opotřebení (manžeta, baterie atd.).
4. Odpovědnost za následné přímé nebo nepřímé škody způsobené přístrojem je vyloučena v případě, že byly při poškození uznány nároky z odpovědnosti za vady.

SLOVENSKY

Vážená zákazníčka, vážený zákazník,

teší nás, že ste sa rozhodli pre výrobok z nášho sortimentu. Naše meno zaručuje hodnotné a dôkladne odskúšané produkty najvyššej kvality z oblasti tepla, hmotnosti, krvného tlaku, telesnej teploty, tepu, jemnej terapie, masáže, krásy, detí a vzduchu.
Prečítajte si pozorne tento návod na obsluhu, uschovajte ho na neskoršie použitie, sprístupnite ho aj iným používateľom a dodržiavajte pokyny v ňom uvedené.

S priateľským odporúčaním
Váš tím Beurer

Obsah

1. Oboznámenie sa....15
2. Vysvetlenie symbolov....16
3. Výstražné a bezpečnostné upozornenia....16
4. Informácia....17
5. Popis prístroja....18
6. Uvedenie do prevádzky s aplikáciou....19
7. Uvedenie do prevádzky bez aplikácie....20
8. Meranie....21
9. Vyhodnocovanie nameraných hodnôt....22
10. Ďalšie informácie....25
11. Čistenie a starostlivosť o prístroj....25
12. Likvidácia....26
13. Čo robiť, ak sa vyskytnú problémy?....26
14. Záruka/Servis....27

Obsah balenia

- 2 x krátky návod
- diagnostická váha BF 950
- 4 x 1,5 V, typ batérie AAA
- nohy na podlahu s kobercom
- tento návod na obsluhu

1. Oboznámenie sa

Funkcie prístroja

Táto digitálna váha slúži na váženie a na diagnostiku vašich osobných telesných údajov. Je určená na vlastné použitie v súkromnej oblasti.
Váha disponuje nasledovnými funkciami, ktoré môže využívať až 8 osôb:

- meranie telesnej hmotnosti a BMI,
- meranie podielu telesného tuku,
- podiel vody v tele,
- podiel svalov,
- kostná hmota a
- základný a aktívny metabolický výdaj
- farebná LED spätná väzba k dosiahnutiu cieľa

Okrem toho váha disponuje nasledovnými funkciami:

- prepínanie medzi jednotkami kilogram „kg“, libra „lb“ a stone „st“,
- zobrazenie času a teploty pri aktivácii váhy (pri kg 24-hod. režime alebo °C, pri lb/st 12h režime alebo °F),
- funkcia tarovania (meranie hmotnosti),
- tehotenský režim,
- funkcia automatického vypnutia,
- ukazovateľ výmeny batérií v prípade slabých batérií,
- automatické rozpoznanie používateľa,
- ukladanie posledných 30 meraní pre 8 osôb do pamäte, ak nie je možné prenášať údaje do aplikácie,
- produkt používa *Bluetooth*® low energy technology, frekvenčné pásmo 2400 – 2480 MHz, vysielací výkon max. 0 dBm.

Požiadavky na systém

iOS ≥ 8.0, AndroidTM ≥ 4.4, *Bluetooth*® ≥ 4.0

Zoznam kompatibilných zariadení:

2. Vysvetlenie symbolov

V tomto návode na obsluhu sa používajú nasledovné symboly:

⚠ **VÝSTRAHA** Výstražné upozornenie poukazujúce na nebezpečenstvo zranenia alebo ohrozenie vášho zdravia.

⚠ **POZOR** Bezpečnostné upozornenie na možné škody na prístroji/príslušenstve.

ⓘ **Upozornenie** Upozornenie na dôležité informácie.

3. Výstražné a bezpečnostné upozornenia

Prečítajte si pozorne tento návod na obsluhu, uschovajte ho pre neskoršie použitie, sprístupnite ho aj iným používateľom a dodržiavajte pokyny v ňom uvedené.

⚠ **VÝSTRAHA**

- **Váhu nesmú používať osoby s medicínskymi implantátmi (napr. kardiostimulátor). V opačnom prípade môže dôjsť k ovplyvneniu ich funkčnosti.**
- Počas tehotenstva nepoužívajte váhu, pokiaľ nebol aktivovaný tehotenský režim (kapitola „Tehotenský režim“).
- Nestúpajte jednostranne na okraj váhy: Nebezpečenstvo prevrátenia!
- Batérie môžu byť pri prehltnutí životu nebezpečné. Uchovávajte batérie a váhu mimo dosahu malých detí. V prípade prehltnutia batérie vyhľadajte okamžite lekársku pomoc.
- Obal uchovávajte mimo dosahu detí (nebezpečenstvo udusenia).
- Pozor, na váhu nevystupujte s mokrými nohami a taktiež ak je povrch vlhký – nebezpečenstvo pošmyknutia!

⚠ **Upozornenia týkajúce sa manipulácie s batériami**

- Ak dôjde ku kontaktu tekutiny z batérie s pokožkou alebo očami, postihnuté miesto vymyte vodou a vyhľadajte lekársku pomoc.
- ⚠ **Nebezpečenstvo prehltnutia!** Malé deti by mohli batérie prehltnúť a zadusiť sa nimi. Z tohto dôvodu skladujte batérie mimo dosahu malých detí!
- Dbajte na označenie polarity plus (+) a mínus (-).
- Keď batéria vytečie, nasaďte si ochranné rukavice a priečinok na batérie vyčistite suchou handričkou.
- Batérie chráňte pred nadmerným teplom.
- ⚠ **Nebezpečenstvo výbuchu!** Batérie nikdy nehádžte do ohňa.
- Batérie sa nesmú nabíjať alebo skratovať.
- Keď prístroj dlhší čas nepoužívate, vyberte batérie z priehradky na batérie.
- Používajte iba rovnaký alebo rovnocenný typ batérií.
- Batérie vždy vymieňajte naraz.
- Nepoužívajte dobíjacie batérie!
- Batérie nerozoberajte, neotvárajte ani neštiepte.

ⓘ **Všeobecné upozornenia**

- Prístroj je určený len na osobné použitie, nie na lekárske alebo komerčné účely.
- Berte do úvahy, že z technických príčin sú možné tolerancie nameraných hodnôt, keďže nejde o kalibrovanú váhu na profesionálne, medicínske použitie.
- V prípade rozdielnych výsledkov merania (medzi váhou a aplikáciou) použite výhradne hodnoty zobrazené na váhe.

- Zaťažiteľnosť váhy je max. 180 kg (396 lb, 28 st). Pri meraní hmotnosti a pri stanovení kostnej hmoty sa výsledky zobrazujú v krokoch po 100 g (0,2 lb).
- Výsledky merania podielu telesného tuku, vody v tele a svalov sa zobrazujú v krokoch po 0,1 %.
- Energetická potreba sa udáva v intervaloch po 1 kcal.
- Pri dodaní je váha nastavená na jednotky „cm" a „kg". Počas používania s aplikáciou môžete meniť nastavenia jednotiek.
- Postavte váhu na rovnú pevnú podlahu. Pevná podlahová krytina je predpokladom pre správne meranie.
- Opravy môže vykonávať len zákaznícky servis spoločnosti Beurer alebo autorizovaní predajcovia. Avšak pred každou reklamáciou najskôr skontrolujte batérie a v prípade potreby ich vymeňte.
- Týmto potvrdzujeme, že tento výrobok zodpovedá európskej smernici RED 2014/53/EU. ES vyhlásenie o zhode pre tento výrobok nájdete na adrese: www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php.

Uskladnenie a údržba

Presnosť nameraných hodnôt a životnosť prístroja závisia od starostlivého zaobchádzania s prístrojom:

POZOR

- Nekladťe na váhu žiadne predmety, pokiaľ ju nepoužívate.
- Chráňte prístroj pred nárazmi, vlhkosťou, prachom, chemikáliami, veľkými teplotnými výkyvmi a neskladujte ho blízko tepelných zdrojov (sporák, radiátor).
- Na tlačidlo netlačte silou ani špicatými predmetmi.
- Váhu nevystavujte vysokým teplotám ani silným elektromagnetickým poliam.

4. Informácia

Princíp merania

Váha pracuje na princípe B.I.A., analýzy bioelektrickej impedancie. Pritom je možné v priebehu niekoľkých sekúnd pomocou neciteľného, úplne nepozorovateľného a bezpečného prúdu určiť podiely zloženia tela. Pomocou merania elektrického odporu (impedancia) a po započítaní konštantných hodnôt, resp. individuálnych hodnôt (vek, výška, pohlavie, stupeň aktivity) je možné určiť podiel telesného tuku a ďalších veličín v tele. Svalové tkanivo a voda majú dobrú elektrickú vodivosť, a preto tiež nízky odpor. Kosti a tukové tkanivo majú naopak malú vodivosť, pretože tukové bunky a kosti nevedú kvôli veľmi vysokému odporu skoro žiadny prúd.

Upozorňujeme, že hodnoty zistené diagnostickou váhou predstavujú iba priblíženie k lekárskym, reálnym hodnotám analýzy tela. Iba odborný lekár môže pomocou medicínskych metód (napr. počítačová tomografia) vykonať presné meranie telesného tuku, vody v tele, podielu svalov a kostí.

Všeobecné tipy

- Vážte sa podľa možnosti v ten istý čas (najlepšie ráno), po toalete, nalačno a bez oblečenia, aby ste dosiahli porovnateľné výsledky.
- Pri meraní je dôležité: Meranie telesného tuku sa smie vykonávať iba naboso a v prípade potreby s jemne navlhčenými chodidlami.
- Nesmie dôjsť ku kontaktu pokožky medzi obidvomi chodidlami, nohami, lýtkami a stehnami. V opačnom prípade nie je možné vykonať správne meranie.
- Počas merania stojte vzpriamene a pokojne.
- Po nezvyklej telesnej námahe počkajte pred meraním niekoľko hodín.
- Po prebudení počkajte približne 15 minút, aby sa voda nachádzajúca sa v tele mohla rozptýliť.
- Dôležité je, aby merania mali dlhodobý trend. Krátkodobé výkyvy hmotnosti v priebehu niekoľkých dní sú spravidla zapríčinené stratou tekutín; avšak telesná voda zohráva pre pocit zdravia a pohody dôležitú úlohu.
- Všetky hodnoty analýzy spolu tvoria viac ako 100 %, pretože sa nesmie pripočítať telesná voda, nakoľko je zahrnutá v ďalších hodnotách analýzy (napr. telesného tuku, percentuálneho podielu svalov).

Obmedzenia

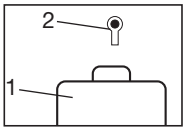
Pri stanovení telesného tuku a ďalších hodnôt sa môžu vyskytnúť odlišné a nepravdepodobné výsledky pri:

- deťoch do cca 5 rokov,
- vrcholových športovcoch a kulturistoch,
- osobách s horúčkou, podstupujúcich liečbu dialýzou, s príznakmi edému alebo osteoporózou,
- osobách, ktoré užívajú lieky na kardiovaskulárne ochorenia (srdce a cievny systém),
- osobách, ktoré užívajú lieky spôsobujúce rozširovanie alebo zužovanie ciev,
- osobách s výraznými anatomickými odlišnosťami na nohách, ktoré sa týkajú celkovej výšky tela (dĺžka nôh výrazne skrátená alebo predĺžená).

5. Popis prístroja

Zadná strana

1. Priehradka na batérie
2. Tlačidlo Unit/Delete/Reset



Displej

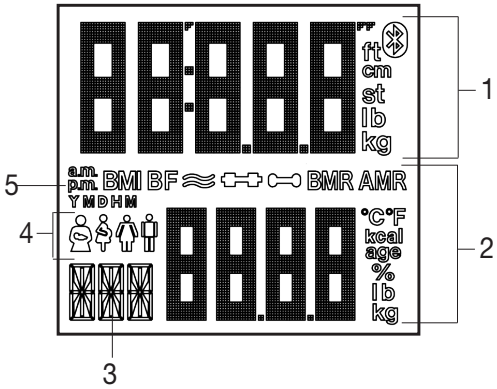
1. Symbol *Bluetooth*®
   Telesná hmotnosť v kg/lb/st
   Telesná výška cm/ft

2. **BMI** = Interpretácia telesnej hmotnosti
   BF = Telesný tuk v %
   = Voda v tele v %
   = Podiel svalov v %
   = Množstvo kostných minerálov v kg
   BMR = Bazálny metabolický výdaj v kcal
   AMR = Aktívny metabolický výdaj v kcal
   °C°F = Teploty v °C / °F

3. Iniciálky používateľa

4. = Funkcia tarovania
   = Tehotenský režim
   = Žena
   = Muž

5. Čas (12/24 h)
   Dátum (R/M/D)



6. Uvedenie do prevádzky s aplikáciou

Aby bolo možné stanoviť váš podiel telesného tuku a ďalšie telesné hodnoty, musíte do pamäte váhy vložiť osobné používateľské údaje.
Váha disponuje 8 miestami v používateľskej pamäti, v rámci ktorých si môžete vy a napríklad členovia vašej rodiny uložiť osobné nastavenia:
Okrem toho je možné aktivovať používateľov prostredníctvom ďalších mobilných koncových zariadení s nainštalovanou aplikáciou „beurer HealthManager“ alebo zmenou používateľského profilu v rámci aplikácie.

Aby bolo možné udržať počas uvádzania do prevádzky aktívne pripojenie cez *Bluetooth*®, zostaňte so smartfónom v blízkosti váhy.

- ***Bluetooth*® aktivujte v nastaveniach smartfónu.**
- **Vložte batérie a váhu postavte na pevnú podlahu (na LCD displeji váhy bliká „USE APP“).**
- **Stiahnite si bezplatnú aplikáciu „beurer HealthManager“ v Apple App Store (iOS) alebo v Google Play (Android).**
- **Spustenie aplikácie a postup podľa pokynov.**
- **Zadajte súvisiace údaje BF950.**
  V aplikácii „beurer HealthManager“ musia byť nastavené resp. zadané nasledovné nastavenia:

<table>
<tr><th>Používateľské údaje</th><th>Nastavené hodnoty</th></tr>
<tr><td>Pohlavie</td><td>muž ( ), žena ( );
Ak je používateľom žena: tehotná ( ) áno/nie</td></tr>
<tr><td>Iniciálky</td><td>max. 3-miestne (A-Z, 0-9)</td></tr>
<tr><td>Telesná výška</td><td>40 až 250 cm (1’ 3,7” až 8’ 2,4”)</td></tr>
<tr><td>Deň narodenia</td><td>Rok, Mesiac, Deň
Ak používateľ <2 roky: Funkcia tary ( ) áno/nie</td></tr>
<tr><td>Stupeň aktivity</td><td>Pri výbere stupňa aktivity je rozhodujúce strednodobé a dlhodobé hľadisko:
<table>
<tr><th></th><th>Telesná aktivita</th></tr>
<tr><td>1</td><td>Žiadna.</td></tr>
<tr><td>2</td><td>Mierna: Malá a ľahká telesná námaha (napr. prechádzky, ľahká práca v záhrade, gymnastické cvičenia).</td></tr>
<tr><td>3</td><td>Stredná: Telesné záťaže minimálne 2 až 4-krát týždenne, po 30 minút.</td></tr>
<tr><td>4</td><td>Vysoká: Telesné záťaže minimálne 4 až 6-krát týždenne, po 30 minút.</td></tr>
<tr><td>5</td><td>Veľmi vysoká: Intenzívna telesná námaha, intenzívny tréning alebo ťažká telesná práca denne, vždy minimálne 1 hodinu.</td></tr>
</table></td></tr>
<tr><td>Cieľová hmotnosť</td><td>5-180 kg alebo žiadny cieľ. Ak sa pri pohlaví zvolilo „tehotná“, nie je možné špecifikovať žiadnu cieľovú hmotnosť.</td></tr>
</table>

Aplikácia vám pridelí nasledovnú voľnú pamäť používateľa váhy (P01 – P08).

- **Realizácia merania**
  Na automatické rozpoznanie osôb sa musí prideliť prvé meranie k vašim osobným používateľským údajom. Aplikácia vás k tomu vyzve. Naboso sa čo najlepšie postavte na váhu a dbajte na to, aby ste stáli pokojne a s rovnomerne rozloženou hmotnosťou obidvomi nohami na elektródach. Ak ste vybrali funkciu tarovania, musíte sa odvážiť dvakrát, raz s dieťaťom a raz bez dieťaťa.
- **Pokračujte teraz s kapitolou 8 „Meranie“.**

7. Uvedenie do prevádzky bez aplikácie

Odporúčame uvedenie do prevádzky a vykonanie všetkých nastavení cez aplikáciu. Pozri kapitolu 6. „Uvedenie do prevádzky s aplikáciou“. Prípadne môžete vykonať nastavenia (čas, dátum, používateľ) priamo na váhe.

Nastavenie času a dátumu

1. Vyberte batérie z ochranného obalu a do váhy vložte batérie podľa označenia so správnym polaritou. Na LCD váhy bliká „USE APP“.
2. Postavte váhu na rovnú pevnú podlahu; pevná podlahová krytina je podmienkou pre správne meranie.
3. Stlačte tlačidlo „SET“.
4. Tlačidlami „⌄ ⌃“ nastavte postupne dátum (rok/mesiac/deň) a čas (hodina/minúta) a nastavenia potvrďte tlačidlom „SET“.
5. Ak chcete zmeniť jednotku hmotnosti (kg/lb/st), na zapnutej váhe krátko stlačte tlačidlo Unit/Delete/Reset.

Zadanie používateľa

1. Dvakrát krátko zaťažte váhu, kým sa na displeji nezobrazí „0.0“.
2. Stlačte tlačidlo „SET“. Zobrazí sa „P-01“
3. Tlačidlami „⌄ ⌃“ zvoľte požadované používateľské miesto (P-01 až P-08). Výber potvrďte tlačidlom „SET“.
4. Tlačidlami „⌄ ⌃“ nastavte svoje používateľské údaje a nastavenie potvrďte tlačidlom „SET“. Podrobný popis všetkých používateľských údajov, ktoré sa majú nastaviť, nájdete v tabuľke v kapitole „6. Uvedenie do prevádzky s aplikáciou“.
5. Na konci vašich zadávaní sa ukáže PIN. Ten bude potrebný pre prípadné neskoršie prihlásenie do aplikácie (pozri kapitolu nižšie „Neskoršie prihlásenie do aplikácie"), no teraz je irelevantný. Nakoniec sa zobrazí „0.0“ s iniciálkami.
6. Na automatické rozpoznanie osôb sa musí prvé meranie priradiť k vašim osobným používateľským údajom. Naboso sa čo najlepšie postavte na váhu a dbajte na to, aby ste stáli pokojne a s rovnomerne rozloženou hmotnosťou obidvomi nohami na elektródach.

Neskoršie prihlásenie do aplikácie

Ak ste museli vykonať uvádzanie váhy do prevádzky bez aplikácie, môžete si svojho používateľa preniesť, resp. vložiť do aplikácie nasledovne.

- **Stiahnite si bezplatnú aplikáciu „beurer HealthManager“ v Apple App Store (iOS) alebo Google Play (Android).**
- **Spustite aplikáciu a postupujte podľa pokynov.**
- **Vyberte už existujúcich používateľov váhy v aplikácii pri nastaveniach BF950 a zadajte PIN, ktorý sa zobrazí na displeji váhy. Na tento účel dvakrát krátko zaťažte váhu, kým sa na displeji nezobrazí „0.0“. Stlačte tlačidlo „SET“ a vyberte používateľa tlačidlom „SET“.**

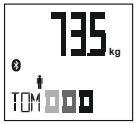
8. Meranie

8.1 Diagnostika

Naboso sa postavte na váhu a dbajte na to, aby ste stáli pokojne a s rovnomerne rozloženou hmotnosťou obidvomi nohami na elektródach.

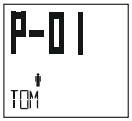
Upozornenie: V prípade merania s ponožkami nie je výsledok merania správny.

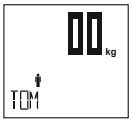
Najskôr sa na 3 sekundy zobrazí čas a teplota a potom hmotnosť.



Ak bol priradený používateľ, potom sa zobrazia vaše iniciálky. Počas BIA analýzy beží „oooo“. Všetky následné hodnoty sa zobrazia a uložia do pamäti.

1. BMI
2. Telesný tuk v %
3. Voda v tele v % ≈
4. Podiel svalov v %
5. Množstvo kostných minerálov v kg
6. Bazálny metabolický výdaj v kcal (BMR)
7. Aktívny metabolický výdaj v kcal (AMR)

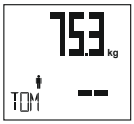




Upozornenie: Ak používateľ nie je rozpoznaný, chýba priradenie používateľa (iniciálky) a ukázaná môže byť len hmotnosť. Nenastane žiadne uloženie merania do pamäte. Ak sa toto stalo, musela sa vaša nameraná hmotnosť odlišovať o +/– 3 kg oproti poslednému meraniu, alebo sa iný používateľ priblížil +/– 3 kg vašej hodnote.
V tomto prípade meranie zopakujte tak, že váhu zapnete a stlačíte tlačidlo „^“, aby ste si zvolili svoju používateľskú pamäť (P01 – P08). Proces merania zopakujte.

8.2 Hmotnosť

Postavte sa **v topánkach** na váhu a dbajte na to, aby ste stáli pokojne a s rovnomerne rozloženou hmotnosťou obidvomi nohami na váhe.
Najskôr sa na 3 sekundy zobrazí čas a teplota a potom hmotnosť.



Ak bol používateľ priradený, ukážu sa vaše iniciálky a hmotnosť sa uloží do pamäte.
Na LCD sa nakrátko ukáže „--“. BIA analýza nie je možná.

8.3 Funkcia tarovania

Funkcia tarvania umožňuje jednoduché váženie malých detí (do 2 rokov) prostredníctvom funkcie dováženia. Pre malé dieťa musíte v aplikácii „beurer HealthManager“ zadať používateľa s používateľskými údajmi. Alternatívne môžete priamo na váhe zadať používateľa s používateľskými údajmi (pozri „Zadanie používateľa“ na strane 20).

Vo funkcii tarovania je pre tohto používateľa vypnuté automatické priradenie používateľov. Pri aktivácii funkcie tarovania postupujte nasledovne:

1. Krátko zaťažte váhu.
2. Tlačidlom „^“ vyberte používateľskú pamäť dieťaťa a počkajte 3 sekundy. Na displeji sa zobrazí symbol funkcie tarovania .
3. Teraz sa postavte na váhu. Môžete si vybrať, či budete dieťa držať na rukách pri prvom alebo druhom vážení.
4. Po prvom vážení sa krátko zobrazí prvá hmotnosť. Zostúpte z váhy, zobrazí sa „0.0“ a váha je pripravená na druhé meranie. Najskôr sa na displeji objavia obe namerané hodnoty, potom displej prepne na rozdiel hmotnosi, ktorý sa tiež uloží.

8.4 Tehotenský režim

Pomocou tehotenského režimu môžete pozornejšie sledovať a porovnávať váhu tehotnej ženy počas tohto špeciálneho obdobia v aplikácii.
Na tento účel musíte v aplikácii „beurer HealthManager“ zadať používateľa a v používateľských údajoch vybrať „tehotná“. Ak v používateľských údajoch vyberiete „tehotná", nemôžete zadať cieľovú váhu. Alternatívne môžete priamo na váhe zadať používateľa s používateľskými údajmi (pozri „Zadanie používateľa“ na strane 20).

Keď je aktivovaný tehotenský režim, počas váženia neprechádza telom žiadny prúd a nemožno určiť žiadne hodnoty analýzy. Zobrazí sa len hmotnosť s iniciálkami a bliká symbol tehotenského režimu.

Pre použitie tehotenského režimu postupujte nasledovne:

1. Krátko zaťažte váhu.
2. Tlačidlom „∧“ vyberte používateľskú pamäť tehotnej ženy. Na displeji sa zobrazí symbol tehotenského režimu.
3. Postavte sa na váhu. Na displeji sa zobrazí váha a krátko zabliká symbol tehotenského režimu.

9. Vyhodnocovanie nameraných hodnôt

Cieľová hmotnosť LED motivátor

Funkcia „Cieľová hmotnosť“ musí byť aktivovaná v nastaveniach aplikácie (alebo alternatívne pomocou tlačidiel na váhe) a príslušná cieľová hmotnosť musí byť uložená v príslušných používateľských údajoch. Ak sa v používateľských údajoch zvolilo „tehotná", nedá sa uložiť cieľová hmotnosť.
LED motivátor poskytne po odvážení farebnú LED spätnú väzbu k dosiahnutiu vašej cieľovej hmotnosti.

Existujú rôzne scenáre:

Udržanie hmotnosti:	Cieľová hmotnosť je menšia ako +/– 1kg v porovnaní s počiatočnou hodnotou. • Všetkých 9 LED diód sa rozsvieti na zeleno, keď budú budúce merania v rozsahu +/– 1 kg v porovnaní s počiatočnou hodnotou. • Prvá LED dióda svieti na červeno, keď sú merania mimo rozsahu.
Zmena hmotnosti (prírastok alebo úbytok hmotnosti):	Cieľová hmotnosť je vyššia ako +/– 1kg v porovnaní s počiatočnou hodnotou. • Ak je aktuálna nameraná hodnota bližšie k cieľovej hmotnosti, rozsvieti sa na zeleno. Čím viac zelených LED svieti, tým bližšie ste k svojej cieľovej hmotnosti (lineárna distribúcia). Ak svieti 9 LED na zeleno, dosiahli ste svoj cieľ. • Ak je aktuálna nameraná hodnota v rozmedzí +/– 0,2 kg v porovnaní s počiatočnou hodnotou, prvá LED sa rozsvieti na žlto. • Ak je aktuálna nameraná hodnota o 0,2 kg vyššia ako počiatočná hodnota, prvá LED dióda sa rozsvieti na červeno.

Body Mass Index (index telesnej hmotnosti)

Body Mass Index (BMI) je číslo, ktoré sa často používa na zhodnotenie telesnej hmotnosti. Toto číslo sa vypočítava z hodnoty telesnej hmotnosti a výšky, pričom vzorec na jeho výpočet je: Body-Mass-Index = telesná hmotnosť ÷ výška^2. Jednotka pre BMI je preto [kg/m^2]. Zaradenie hmotnosti na základe BMI sa pri dospelých (od 20 rokov) uskutočňuje nasledovne:

Kategória		BMI
podvýživa	silná podváha	< 16
	mierna podváha	16 – 16,9
	malá podváha	17 – 18,4
normálna hmotnosť		18,5 – 24,9
nadváha	preadipozita	25 – 29,9
adipozita (nadváha)	adipozita stupňa I	30 – 34,9
	adipozita stupňa II	35 – 39,9
	adipozita stupňa III	≥40

Podiel telesného tuku

Pri športovcoch sa musí často stanoviť nižšia hodnota. V závislosti od vykonávaného športu, intenzity tréningu a stavby tela je možné dosiahnuť hodnoty, ktoré sa nachádzajú ešte pod uvedenými orientačnými hodnotami. Majte však na pamäti, že v prípade extrémne nízkych hodnôt môže hroziť nebezpečenstvo poškodenia zdravia.

Nasledujúce hodnoty telesného tuku v % poskytujú orientačnú informáciu (o ďalšie informácie požiadajte svojho lekára!).

Muž

Vek	málo	normálne	veľa	veľmi veľa
10 – 14	< 11 %	11 – 16 %	16,1 – 21 %	> 21 %
15 – 19	< 12 %	12 – 17 %	17,1 – 22 %	> 22 %
20 – 29	< 13 %	13 – 18 %	18,1 – 23 %	> 23 %
30 – 39	< 14 %	14 – 19 %	19,1 – 24 %	> 24 %
40 – 49	< 15 %	15 – 20 %	20,1 – 25 %	> 25 %
50 – 59	< 16 %	16 – 21 %	21,1 – 26 %	> 26 %
60 – 69	< 17 %	17 – 22 %	22,1 – 27 %	> 27 %
70 – 100	< 18 %	18 – 23 %	23,1 – 28 %	> 28 %

Žena

Vek	málo	nor-málne	veľa	veľmi veľa
10 – 14	< 16 %	16 – 21 %	21,1 – 26 %	> 26%
15 – 19	< 17 %	17 – 22 %	22,1 – 27 %	> 27 %
20 – 29	< 18 %	18 – 23 %	23,1 – 28 %	> 28 %
30 – 39	< 19 %	19 – 24 %	24,1 – 29 %	> 29 %
40 – 49	< 20 %	20 – 25 %	25,1 – 30 %	> 30 %
50 – 59	< 21 %	21 – 26 %	26,1 – 31 %	> 31 %
60 – 69	< 22 %	22 – 27 %	27,1 – 32 %	> 32 %
70 – 100	< 23 %	23 – 28 %	28,1 – 33 %	> 33 %

Podiel vody v tele

Podiel vody v tele v % sa za normálnych okolností nachádza v nasledovnom rozmedzí:

Muž

Vek	zlý	dobrý	veľmi dobrý
10 – 100	< 50 %	50 – 65 %	> 65 %

Žena

Vek	zlý	dobrý	veľmi dobrý
10 – 100	< 45 %	45 – 60 %	> 60 %

Telesný tuk obsahuje relatívne málo vody. Preto sa u ľudí s vysokým podielom telesného tuku môže podiel vody v tele nachádzať pod orientačnými hodnotami. Pri vytrvalostných športovcoch môže oproti tomu z dôvodu nízkeho podielu tuku a vysokého podielu svalovej hmoty dôjsť k prekročeniu orientačných hodnôt. Zisťovanie vody v tele touto váhou nie je vhodné na vyvodzovanie medicínskych záverov, napr. vekom podmienené zadržiavanie vody. V prípade potreby sa poraďte so svojím lekárom. Telesná voda sa nesmie pripočítať k iným podielom, pretože je rovnako obsiahnutá aj v iných hodnotách analýzy tela (napr. telesný tuk, podiel svalov).

Podiel svalov

Podiel svalov sa meria meraním hmotnosti kostrového svalstva. Nezohľadňujú sa orgánové svaly. Podiel svalov v % sa za normálnych okolností nachádza v nasledovnom rozmedzí:

Muž

Vek	málo	normálne	veľa
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	málo	normálne	veľa
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

Rovnako ako celé naše telo, aj kosti podliehajú prirodzeným procesom rastu, dospelosti a starnutia. Množstvo kostnej hmoty v priebehu detstva narastá rôzne a svoje maximum dosahuje vo veku medzi 30. a 40. rokom. Stúpajúcim vekom sa množstvo kostnej hmoty pozvoľna znižuje. Zdravou stravou (obzvlášť bohatou na vápnik a vitamín D) a pravidelnou športovou aktivitou sa tento proces spomaľuje. Stabilita kostných štruktúr sa dá upevňovať aj cielenou tvorbou svalstva.
Všimnite si, že táto váha uvádza minerálny obsah kosti a žiadne organické látky, ako sú proteíny alebo bunky. Je ťažké ovplyvňovať množstvo kostnej hmoty. Rozdiely v jej objemoch sú spôsobené určitými faktormi (akými sú hmotnosť, výška, vek, pohlavie). Nie sú k dispozícii žiadne akceptované návody alebo odporúčania.

BMR

Bazálny metabolický výdaj (BMR = Basal Metabolic Rate) je množstvo energie, ktoré potrebuje telo v absolútnom pokoji na zachovanie základných funkcií (napr. ak človek leží 24 hodín v posteli). Táto hodnota v zásade závisí od hmotnosti, telesnej výšky a veku.
Túto energiu vaše telo potrebuje v každom prípade a musí sa telu dodávať formou potravy. Ak dlhodobo prijímate menej energie, môže to mať negatívny vplyv na vaše zdravie.

AMR

Aktívny metabolický výdaj (AMR = Active Metabolic Rate) je množstvo energie, ktorú telo spotrebuje v aktívnom stave za deň. Energetická spotreba človeka rastie so zvyšujúcou sa telesnou aktivitou a v prípade diagnostickej váhy sa meria prostredníctvom zadaného stupňa aktivity (1 – 5).
V prípade, že sa telu dodáva dlhodobo menej energie, než spotrebuje, potom si telo rozdiel v podstate doplní z uložených tukových zásob a telesná hmotnosť klesá. Naopak, ak sa telu dlhodobo dodáva viac energie než je vypočítaný aktívny metabolický výdaj (AMR), telo nemôže spáliť prebytok energie, ktorý sa v tele uloží ako tuk a hmotnosť stúpa.

Časová súvislosť výsledkov

Majte na pamäti, že význam má iba dlhodobý trend. Krátkodobé výkyvy hmotnosti v priebehu niekoľkých dní sú spravidla podmienené stratou tekutín.

Vyhodnocovanie výsledkov sa riadi zmenami celkovej hmotnosti a percentuálneho podielu telesného tuku, vody a svalovej hmoty, ako aj časovým trvaním týchto zmien.
Je potrebné rozlišovať medzi rýchlymi zmenami v priebehu niekoľkých dní a strednodobými zmenami (v rámci niekoľkých týždňov) a dlhodobými zmenami (v rámci niekoľkých mesiacov).

- Pokiaľ krátkodobo klesne hmotnosť, no podiel telesného tuku sa zvýši alebo zostane rovnaký, stratili ste iba vodu – napr. po tréningu, návšteve sauny alebo diéte zameranej na rýchle zníženie hmotnosti.
- Pokiaľ sa strednodobo zvyšuje hmotnosť, no podiel telesného tuku klesá alebo zostáva rovnaký, je možné, že ste si vybudovali vzácnu svalovú hmotu.
- V prípade, že vaša hmotnosť a podiel telesného tuku klesajú súčasne, vaša diéta funguje – strácate tukovú hmotu.

- Ideálne je, ak svoju diétu podporujete aj prostredníctvom fyzickej aktivity, fitness a silového tréningu. Tak môžete strednodobo zvýšiť podiel svalovej hmoty.
- Telesný tuk, vodu alebo podiely svalov nie je možné spočítať (svalová hmota obsahuje aj určitý podiel vody).

10. Ďalšie informácie

Priradenie používateľa

Pri meraní iba telesnej hmotnosti (s topánkami) a diagnostickom meraní (naboso) je možné priradenie maximálne 8 používateľov váhy. Priradenie používateľa s funkciou tarovania nie je možné.
Pri novom meraní váha priradí meranie tomu používateľovi, pri ktorom je posledná uložená hodnota v rozmedzí +/– 3 kg. Pozri kapitolu 8.

Uloženie priradených nameraných hodnôt na váhe a prenos do aplikácie

Ak nie je aplikácia spustená, nové priradené merania sa uložia vo váhe. Vo váhe je možné uložiť maximálne 30 meraní na jedného používateľa. Uložené namerané hodnoty sa do aplikácie odosielajú automaticky, ak aplikáciu otvoríte v dosahu pripojenia Bluetooth.

Vymazanie údajov váhy

- **Úplné vymazanie**
  Krátko zaťažte váhu, kým sa nezobrazí čas a teplota. Na cca 6 sekúnd stlačte tlačidlo Unit/Delete/Reset na zadnej strane váhy. Na displeji sa na niekoľko sekúnd zobrazí „CLr“.

ⓘ Vymažú sa všetky uložené hodnoty a nastavenia.

- **Vymazanie používateľa**
  Dvakrát krátko zaťažte váhu, kým sa na nej nezobrazí „0.0“. Stlačte tlačidlá „∨ ∧“, čím vyberiete používateľa. Keď sa zobrazí „0.0“ spolu s vašimi iniciálkami, podržte cca 3 sekundy tlačidlo Unit/Delete/Reset na zadnej strane váhy. Na displeji sa zobrazí „dEL“.

ⓘ Tento používateľ sa vymaže.

Výmena batérií

Vaša váha je vybavená ukazovateľom pre výmenu batérií. Pri prevádzkovaní váhy s príliš slabými batériami sa zobrazí na displeji „Lo“ a váha sa automaticky vypne. V tom prípade sa musia batérie vymeniť (4 x 1,5 V AAA). Všetky uložené merania a používatelia zostávajú v pamäti.
Potom znovu spojte váhu s aplikáciou. Systémový čas sa aktualizuje.

ⓘ **UPOZORNENIE:**
- Pri každej výmene batérií používajte batérie rovnakého typu, rovnakej značky a s rovnakou kapacitou.
- Nepoužívajte nabíjateľné batérie.
- Používajte iba batérie bez obsahu ťažkých kovov.

11. Čistenie a starostlivosť o prístroj

Z času na čas je potrebné prístroj vyčistiť.
Na čistenie používajte vlhkú utierku, na ktorú v prípade potreby naneste malé množstvo prostriedku na umývanie riadu.

⚠ **POZOR**
- Nepoužívajte agresívne rozpúšťadlá a čistiace prostriedky!
- Prístroj v žiadnom prípade neponárajte do vody!
- Prístroj neumývajte v umývačke riadu!

12. Likvidácia

Použité úplne vybité batérie musíte likvidovať vložením do špeciálne označených zberných nádob, odovzdaním na zberných miestach alebo v obchodoch s elektronikou. Zo zákona máte povinnosť batérie likvidovať.

Na batériách obsahujúcich škodlivé látky nájdete tieto značky:
Pb = batéria obsahuje olovo,
Cd = batéria obsahuje kadmium,
Hg = batéria obsahuje ortuť.

V záujme ochrany životného prostredia sa prístroj po skončení životnosti nesmie likvidovať spolu s domovým odpadom. Likvidácia sa môže vykonať prostredníctvom vhodných zberných miest vo vašej krajine.

Prístroj zlikvidujte v súlade so smernicou ES o odpadoch z elektrických a elektronických zariadení – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). V prípade otázok sa obráťte na miestny úrad zodpovedný za likvidáciu.
Obal ekologicky zlikvidujte

13. Čo robiť, ak sa vyskytnú problémy?

Ak váha pri vážení zistí chybu, zobrazí sa nasledovný údaj:

Údaj na displeji	Príčina	Odstránenie
Chýba len zobrazenie váhy a iniciálky	Neznáme meranie, pretože meranie sa nachádza mimo ohraničenia pre priradenie používateľa alebo nie je možné jednoznačné priradenie.	Krátko zaťažte váhu a Tlačidlom „^“ na váhe zvoľte používateľa alebo zopakujte priradenie používateľa v aplikácii. Pozri kapitolu 10 „Ďalšie informácie“.
Err	Podiel tuku sa nachádza mimo merateľného rozsahu (menší ako 4 % alebo väčší ako 65 %).	Meranie opakujte naboso a príp. si mierne navlhčite chodidlá. Ak sa Err ukazuje aj naďalej, nachádzate sa mimo merateľného rozsahu.
Old	Maximálna nosnosť 180 kg bola prekročená.	Váhu zaťažujte iba do 180 kg.
Zobrazuje sa nesprávna hmotnosť.	Nerovná podlaha.	Váhu postavte na pevnú a rovnú podlahu. Nekladťe váhu na koberec. Ak je na podlahe koberec, použite dodané nohy na podlahu s kobercom.
Zobrazuje sa nesprávna hmotnosť.	Nepokojné státie.	Stojte čo najpokojnejšie.
Zobrazuje sa nesprávna hmotnosť.	Váha má nesprávny nulový bod.	Čakajte, kým sa váha opäť sama vypne. Dvakrát krátko zaťažte váhu, kým sa na displeji nezobrazí „0.0“. Potom meranie opakujte.

Údaj na displeji	Príčina	Odstránenie
Žiadne *Bluetooth*® spojenie (chýba symbol ᛒ).	Zariadenie mimo dosahu.	Minimálny dosah na voľnom priestranstve je cca 10 m. Steny a stropy túto vzdialenosť zmenšujú. Iné rádiové vlny môžu prípadne rušiť prenos signálu. Váhu preto neumiestňujte do blízkosti zariadení, ako napr. WLAN router, mikrovlnná rúra, indukčná varná doska.
	Vytváranie spojenia trvá príliš dlho.	Rýchlejší interval spojenia Bluetooth pri zapnutej váhe: Krátko zaťažte váhu, kým sa nezobrazí čas a teplota.
	Žiadne pripojenie k aplikácii.	• Úplne zatvorte všetky aplikácie (aj na pozadí). • Vypnite *Bluetooth*® a opäť ho zapnite. • Vypnite a opäť zapnite smartfón. • V nastaveniach *Bluetooth*® operačného systému nesmie byť váha pripojená. • Batérie z váhy na krátko vyberte a znovu vložte. • Pozrite si často kladené otázky na www.beurer.com.
FULL	Miesto používateľskej pamäte je plné. Nové merania prepisujú staršie merania.	Otvorte aplikáciu. Údaje sa odošlú automaticky.
Lo	Batérie vo váhe sú vybité.	Vymeňte batérie váhy.

14. Záruka/Servis

V prípade záručných nárokov sa obráťte na svojho miestneho obchodníka alebo miestne zastúpenie (pozri zoznam „Service international“).
V prípade zaslania prístroja priložte kópiu pokladničného dokladu a krátky popis chyby.

Platia nasledujúce záručné podmienky:

1. Záručná doba pre výrobky BEURER je 5 rokov alebo – ak je dlhšia – je rozhodujúca záručná doba od dátumu kúpy platná v príslušnej krajine.
   V prípade nároku na záruku sa musí preukázať dátum kúpy pomocou pokladničného dokladu alebo faktúry.
2. Opravami (celého prístroja alebo jeho častí) sa záručná doba nepredlžuje.
3. Záruka sa netýka poškodení v dôsledku
   a. nesprávnej manipulácie, napr. v dôsledku nedodržania pokynov na používanie;
   b. opráv alebo zmien zo strany zákazníka alebo nepovolaných osôb;
   c. prepravy od výrobcu k zákazníkovi alebo počas prepravy do servisného strediska;
   d. záruka neplatí na príslušenstvo, ktoré podlieha bežnému opotrebovaniu (manžeta, batérie atď.).
4. Takisto je potom vylúčená záruka na priame alebo nepriame následné škody spôsobené prístrojom, keď sa pri poškodení prístroja uzná nárok na záruku.

The *Bluetooth*® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG,Inc. and any use of such marks by Beurer GmbH is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners.
Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries.
App Store is a service mark of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries.
Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC.
Android is a trademark of Google LLC.

Beurer GmbH • Söflinger Str. 218 • 89077 Ulm (Germany)
• www.beurer.com • www.beurer-healthguide.com

749.11_BF950_2018-07-31_01_IM2_BEU_CZ-SK