

# PROFI CARE®

Naudojimo instrukcijos



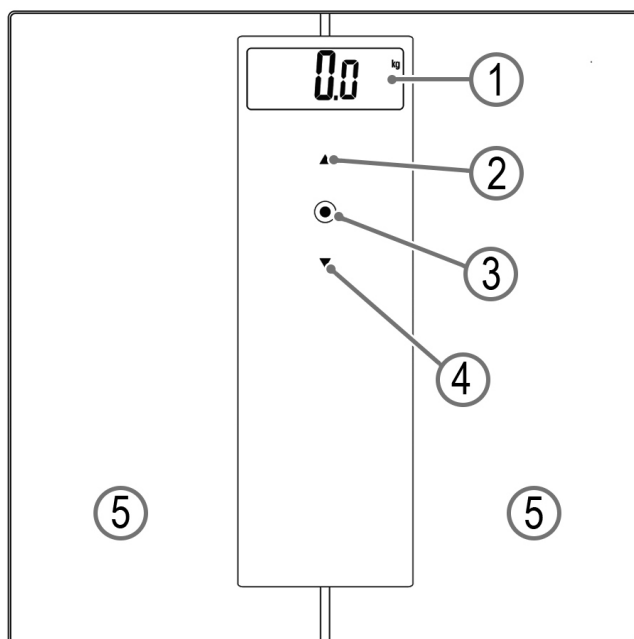
9 in 1 diagnostinė skalė su "Bluetooth" PC-PW 3008 BT

CE

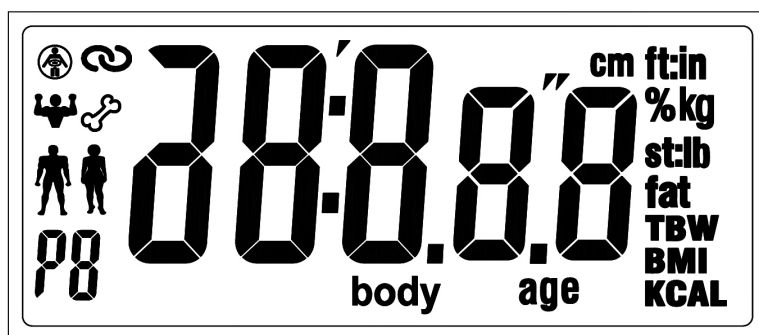
## Turinys

<b>Komponentų apžvalga</b> .....	3
<b>Naudojimo instrukcijos</b> .....	4
Šioje naudojimo instrukcijoje naudojami simboliai.....	4
<b>Bendrosios pastabos</b> .....	4
<b>Specialūs saugos nurodymai šį prietaisą.....</b>	4
Baterijų tvarkymas.....	4
<b>Baterijų įdėjimas</b> .....	4
<b>Komponentų apžvalga</b> .....	4
<b>Techniniai duomenys</b> .....	5
Bluetooth .....	5
Pranešimas apie atitiktį direktyvai .....	5
<b>Informacija apie analizės skalę</b> .....	5
Informacija apie Bluetooth.....	5
<b>Informacija apie programėlę „Dr. Curve+“</b> .....	6
Sistemos reikalavimai programėlei naudoti .....	6
Pradinis naudojimas su programėle .....	6
<b>Naudokite</b> .....	6
Svėrimo funkcija .....	6
Asmens duomenų išsaugojimas .....	6
Matavimas ir analizė.....	7
<b>Rezultatų vertinimas</b> .....	7
Kūno riebalai.....	7
Vandens svarba mūsų sveikatai .....	7
Kūno riebalų procento gairės (apytiksliai skaičiai).....	8
Vandens kiekio kūne ir raumenų masės kiekio procentais lyginamieji rodikliai (apytiksliai skaičiai) .....	8
Kaulų svorio lyginamieji rodikliai kilogramais (apytiksliai skaičiai).....	8
BMR (bazinė medžiagų apykaita / energijos sąnaudos) ...	8
Kilokalorijų paros normos be fizinės veiklos .....	8
BMI (kūno masės indeksas).....	8
BMI pamatinės vertės .....	8
Visceralinių riebalų procentinės dalies gairės (apytiksliai skaičiai) .....	8
<b>Rodyti klaidų pranešimus</b> .....	9
<b>Valymas</b> .....	9
<b>Šalinimas</b> .....	9
Baterijų šalinimas .....	9
Simbolio „Dustbin“ reikšmė .....	9

## Komponentų apžvalga



## Ekranas



## Naudojimo instrukcijos

Dėkojame, kad pasirinkote mūsų gaminį. Tikimės, kad jums patiks naudotis prietaisu.

Šioje naudojimo instrukcijoje naudojami simboliai

Svarbūs nurodymai dėl jūsų saugumo yra specialiai pažymėti. Būtina laikytis šių nurodymų, kad išvengtumėte nelaimingų atsitikimų ir prietaiso sugadinimo:

### ĮSPĖJIMAS:

Tai įspėja apie pavojus sveikatai ir nurodo galimą susižalojimo riziką.

### DĖMESIO:

Tai susiję su galimais pavojais prietaisui ar kitiems objektams.

 **PASTABA:** Čia pateikiami patarimai ir informacija.

## Bendrosios pastabos

Prieš pradėdami naudoti prietaisą, atidžiai perskaitykite naudojimo instrukciją ir išsaugokite instrukciją, įskaitant garantiją, kvitą ir, jei įmanoma, dėžutę su vidine pakuote. Jei šį prietaisą perduodate kitiems asmenims, taip pat perduokite naudojimo instrukciją.

- Šis prietaisas skirtas tik asmeniniam, o ne komerciniam naudojimui.
- Naudokite prietaisą tik pagal paskirtį.
- Nenaudokite pažeisto prietaiso.
- Saugokite nuo karščio, tiesioginių saulės spindulių, drėgmės (niekada nemerkite į skysčius) ir aštrių briaunų.
- Nebandykite prietaiso taisyti patys. Visada kreipkitės į įgaliotąjį meistrą.
- Visą laiką reikia prižiūrėti vaikus, kad jie nežaistų su prietaisu.
- Siekdami užtikrinti vaikų saugumą, laikykite visas pakuotes (plastikinius maišelius, dėžutes, polistirolą ir pan.) vaikams nepasiekiamoje vietoje.

### ĮSPĖJIMAS:

Neleiskite mažiems vaikams žaisti su folija. **Kyla pavojus uždusti!**

## Specialūs saugos nurodymai šį prietaisą

### ĮSPĖJIMAS:

Jei svėrimo paviršius drėgnas arba ant jo yra vandens lašų, pirmiausia jį sausai nušluostykite, nes **kyla pavojus paslysti**.

### DĖMESIO:

- Su svarstyklėmis elkitės atsargiai, nes tai yra tikslus matavimo prietaisas. Nenuleiskite jo ir nešokinėkite ant jo.
- Neapkraukite prietaiso didesne nei 180 kg (396.8 lb, 28: 3/2 st.lb) apkrova, kad nesugadintumėte prietaiso.

- Jei svarstyklės yra nešiojamos arba nesiruošiama jų naudoti, laikykite jas tik horizontalioje padėtyje.
- Kūno riebalų analizės svarstyklės netinka šiems asmenims:
  - Vaikams iki 6 metų ir vyresniems nei 100 metų suaugusiesiems
  - Asmenims, kuriems yra karščiavimo, edemos ar osteoporozės simptomų.
  - Asmenims, kuriems taikomas dializės gydymas
  - asmenims, kurie naudoja širdies stimuliatorių
  - Asmenims, kurie vartoja širdies ir kraujagyslių sistemos vaistus
  - Nėščios moterys
  - Sportuojantys asmenys, kurie kasdien intensyviai sportuoja daugiau kaip 5 valandas
  - Asmenys, kurių širdies ritmas yra žemesnis nei 60 dūžių per minutę
  - Asmenys, turintys didelių anatomišų kojų nuokrypių, palyginti su bendru kūno dydžiu (kojų ilgis labai sutrumpėjęs arba pailgėjęs).

## Baterijų tvarkymas



Neįkraukite!



Nedemontuokite!



Įdėkite teisingai!



Nedarykite trumpojo jungimo!



**Sprogimo pavojus!** Nelaikykite akumuliatorių stipriame karštyje, pavyzdžiui, saulės spinduliuose, ugnyje ar pan.

## Baterijų įdėjimas

(Baterijos į komplektą neįtrauktos)







1. Atidarykite apatinėje dalyje esantį baterijų skyrių.
2. Įdėkite 3 AAA/R03 tipo baterijas. Įsitinkinkite, kad poliarizavimas yra teisingas (žr. baterijų skyriaus apačioje)!
3. Vėl uždarykite baterijų skyrių.
4. Jei ekrane pasirodo pranešimas „Lo“, pakeiskite baterijas.

## Komponentų apžvalga

- 1 Ekranas
- 2 ▲ mygtukas
- 3 ● mygtukas
- 4 ▼ mygtukas
- 5 Kontaktiniai paviršiai

**Apatinė pusė** (nerodoma)

Akumuliatoriaus skyrius

Ekranas indikacijos	Reikšmė
<b>P0-P9</b>	Vartotojo atminties erdvė
	Vyras
	Moteris
<b>cm (ft.in)</b>	Kūno ūgis
<b>age</b>	Amžius
<b>kg (lb/st.lb)</b>	Kūno svoris
<b>fat</b>	Kūno riebalų rodymas
	Raumenų masės rodymas
<b>TBW</b>	Kūno vandens rodymas
	Kaulų svorio rodymas
<b>%</b>	Procentinė dalis - kūno riebalai / kūno vanduo / raumenų masė
<b>KCAL</b>	Bazinės medžiagų apykaitos dienos energijos poreikis kilokalorijomis (BMR)
<b>BMI</b>	Kūno masės indeksas
	Visceraliųjų riebalų rodymas (organų riebalai)
<b>body age</b>	Biologinis amžius
	Sėkmingas Bluetooth ryšys su programa

## Techniniai duomenys

Modelis: ..... PC-PW 3008 BT  
Maitinimo šaltinis: ..... 3 1,5V tipo „AAA“ / „R03“ baterijos  
Prietaiso grynasis svoris: ..... apie 1,7 kg  
Atminties talpa: ..... 10  
Masės suderinimas: ..... nuo 80 iki 220 cm (27 1/2" - 7'2 1/2" ft.in)  
Amžius: ..... nuo 6 iki 100 metų  
Mažiausias svoris: ..... nuo 5,0 kg (11.0 lb / 0: 11 st.lb)  
Didžiausias svoris: ..... 180 kg (396.8 lb / 28: 3 1/2 st.lb)  
Svorio matavimo vienetas: ..... 100 g (0.2 lb / 1/4 st.lb) priaugis  
Kūno riebalų matavimo vienetas: ..... 0,1 %  
Kūno skysčių diferencijavimas: ..... 0,1 %  
Rekomenduojama darbo aplinka:  
Temperatūra: ..... 0 °C - 40 °C / 32 °F - 104 °F  
Santykinė oro drėgmė: ..... < 85 %  
Kūno riebalų matavimo diapazonas: ..... 5 % - 85 %  
Kūno vandens matavimo diapazonas: ..... 7 % - 75 %  
Raumenų masės matavimo diapazonas: ..... 13 % - 82 %  
Kaulų svorio matavimo diapazonas: ..... 0,5 kg - 8 kg

## Bluetooth

Bluetooth palaikymas: ..... V 4.1  
Didžiausia perduodama radijo dažnio galia: ..... 2,5 mW  
Diapazonas: ..... apie 15 metrų  
Perdavimo dažnis: ..... 2,4 GHz

Teisė atlikti techninius ir dizaino pakeitimus nuolat tobulinant gaminių išlieka.

## Pranešimas apie atitiktį direktyvai

Clatronic International GmbH pareiškia, kad PC-PW 3008 BT tipo radijo ryšio įranga atitinka Direktyvą 2014/53/ES.

Be to, prietaisas atitinka RoHS direktyvos 2011/65/EB reikalavimus.

Visą ES atitikties deklaracijos tekstą galima rasti šiuo interneto adresu: [www.sli24.de](http://www.sli24.de).

Srityje „Atsisiųsti“ įveskite modelio pavadinimą PC-PW 3008 BT.

Išbandyta eksploatuoti Lietuvoje.

## Informacija apie analizės skalę

### ĮSPĖJIMAS:

Nenaudokite svarstyklų, jei naudojate širdies stimuliatorių ar kitą medicininį implantą su elektroniniais komponentais. Matuojant gali sutrikti implanto veikimas.

Pagrindinis šio prietaiso veikimo principas pagrįstas žmogaus kūno elektrinės varžos matavimu. Norint nustatyti tikruosius kūno duomenis, prietaisas per kūną praleidžia silpną, nepasitebimą elektros signalą.

Signalas paprastai yra saugus! Tačiau perskaitykite specialias saugos instrukcijas!

Matavimo metodas vadinamas „bioelektrinio impedanso analize“ (BIA) - tai veiksny, kuris remiasi kūno masės ir su ja susijusio vandens kiekio procentais bei kitais biologiniais duomenimis (amžiumi, lytimi, kūno svoriu).


## Informacija apie Bluetooth

Bluetooth - tai nuotolinio belaidžio prietaisų sujungimo nedideliu atstumu technologija. Įrenginiai su Bluetooth standartu perduoda duomenis ISM dažnių juostoje (pramoninė, mokslinė ir medicininė) nuo 2,402 iki 2,480 GHz. Trukdžius gali sukelti, pavyzdžiui, WLAN tinklai, DAB radijo imtuvai, belaidžiai telefonai arba mikrobangų krosnelės, veikiančios tame pačiame dažnių diapazone.

Šiose svarstyklėse yra galimybė apskaiciuoti duomenis Bluetooth ryšiu siųsti į išmanųjį telefoną arba planšetinį kompiuterį. Daugiau informacijos rasite kitame skyriuje (Informacija apie programėlę „Dr. Curve+“).

Dėl daugybės skirtingų prietaisų gamintojų, modelių ir programinės įrangos versijų negalima garantuoti visiško funkcionalumo.

## Informacija apie programėlę „Dr. Curve+“

Programėlę  „Dr. Curve+“ galima naudoti „Android“ ir „iOS“. Nuskaitykite atitinkamą QR kodą ir pateksite tiesiai į atsisiuntimą.

### PASTABA:

Priklausomai nuo paslaugų teikėjo, programėlės atsisiuntimas gali kainuoti.



Google Play



App Store



Be to, norodą programėlei atsisiųsti rasite ir mūsų interneto svetainėje:





### Sistemos reikalavimai programėlei naudoti

- iOS 8.0 arba naujesnė + Bluetooth 4.0 arba naujesnė versija
- Android 4.4 arba naujesnė + Bluetooth 4.0 arba naujesnė

### Pradinis naudojimas su programėle

1. Įdiekite programėlę „Dr. Curve+“ iš atitinkamos „App Store“/„Google Play“ parduotuvės.
  2. Prietaiso nustatymuose įjunkite Bluetooth funkciją.
  3. Programėlėje įveskite naudotojo duomenis.
  4. Tada programėlėje pasirinkite „Body fat scale“ (kūno riebalų skalę).
  5. Įjunkite prietaisą naudodami  mygtuką.
-  PASTABA:**



  - Norint prisijungti prie svarstyklių, reikia atidaryti programėlę išmaniajame telefone.
  - Prietaisas prie programėlės prisijungia tik tada, kai įjungiamas mygtuku .
  - Įsitikinkite, kad pasirinktas jūsų naudotojas.
  - Įsitikinkite, kad programėlėje ir svarstyklėse įvestas tas pats matavimo ir svorio vienetas.
6. Kai svarstyklės prijungiamos prie programėlės, ekrane rodomas simbolis .
  7. Atlikite matavimą, kaip aprašyta 2 punkte skyriuje „Naudokite ⇒ Matavimas ir analizė“.

## Naudokite

### PASTABA:

- Mygtukai yra jutikliniai jutikliniai mygtukai. Norėdami atlikti funkciją, lengvai palieskite mygtukus pirštu.
- Svarstyklėse gamykliškai nustatyti vienetai „kg“ ir „cm“.

Norėdami pakeisti nustatymus į „lb“ arba „st:lb“, taip pat „ft:in“, atlikite toliau nurodytus veiksmus:



1. Įjunkite svarstyklės lengvai spausdami koją į svėrimo paviršių.
2. Keletą kartų paspauskite mygtuką  arba , kol bus rodomas norimas svorio vienetas. Aukščio matavimo vienetas taip pat automatiškai pasikeičia.
















### Svėrimo funkcija

1. Padėkite svarstyklės ant kieto, lygaus paviršiaus (venkite kilimų). Nelygios grindys lemia netikslius matavimus.
  2. Atsistokite ant svarstyklių abiem kojomis. Prietaisas įsijungia automatiškai.
  3. Tolygiai paskirstykite savo svorį ir palaukite, kol svarstyklės nustatys jūsų svorį.
  4. Prieš parodant tikslų jūsų svorį, ekrane mirksės skaitmenys.
- Kad ilgiau veiktų baterija, prietaisas automatiškai išsijungs praėjus 15 sekundžių po to, kai nulipote nuo svarstyklių.
  - Jei svoris nenustatomas, kol rodoma „0,0“, svarstyklės automatiškai išsijungs po 15 sekundžių.

### Asmens duomenų išsaugojimas


### PASTABA:

- Skalė turi numatytąsias vertes, kurias galite keisti, kaip aprašyta toliau.
- Toliau nurodytus veiksmus atlikite iš eilės ir per kelias sekundes. Priešingu atveju prietaisas automatiškai nutrauks įvesties režimą.
- Laikant nuspaustą vieną iš mygtukų (/) maždaug 2 sekundes, pasirenkamas greitis režimas.

1. Paspauskite mygtuką . Ekrane mirksi paskutinė pasirinkta atminties vieta (pvz., **P0**). Patvirtinkite nustatymą paspausdami  arba pasirinkite kitą atminties vietą paspausdami mygtuką /. Tada paspauskite , kad pereitumėte prie kito nustatymo.
2. Mirksės simbolis „male“ (vyriškas) arba „female“ (moteriškas). Patvirtinkite nustatymą paspausdami  arba mygtukais / pasirinkite savo lyties simbolį. Tada paspauskite , kad pereitumėte prie kito nustatymo.
3. Aukščio nustatymas mirksės. Pasirinkite savo ūgį spausdami  arba  mygtuką. Įrašą patvirtinkite paspausdami .
4. Nustatymas amžius mirksės. Pasirinkite savo amžių spausdami  arba  mygtuką. Įrašą patvirtinkite paspausdami .

5. Trumpas rodinys „---“ užbaigs šios atminties vietos įvedimo režimą. Tada ekrane matysite atminties vietą, lyties simbolį ir svorį „0.0 kg“ (0.0lb/0: 00 st:lb).







Dabar galite pasirinkti šias parinktis:

- Galite pasirinkti šias parinktis: pakartotinai paspauskite mygtuką , kad dar kartą parodytumėte nustatymus arba juos pakeistumėte.
- Galite nustatyti tolesnes iš anksto nustatytas vietas. Toliau elkitės taip, kaip aprašyta pirmiau.
- Galite iš karto pradėti matuoti.

### Matavimas ir analizė

Įrašykite savo asmeninius duomenis į atmintį.

#### PASTABA:

- Analizės skalė teisingai veikia tik tada, kai ant kontaktinių paviršių stovite basomis ir, jei įmanoma, šiek tiek sudrėkintais padais. Visiškai sausais pėdų padais galima gauti nepatenkinamus rezultatus, nes jų laidumas yra per mažas.
  - Jei reikia, nuvalykite kontaktinius paviršius, kad rezultatų būtų geresni.
  - Dėl didelių kūno riebalų svyravimų sunku nustatyti standartinę vertę. Todėl, norėdami gauti nuoseklius duomenis, visada matuokite tu pačiu paros metu.
  - Be kita ko, mūsų kūną sudaro kūno riebalai, kūno vanduo, raumenų masė ir kaulų masė. Gautos vertės gali skirtis dėl individualaus vandens sulaikymo šiose pagrindinėse sudedamosiose dalyse. Tai normalu ir labai priklauso nuo mitybos ir gyvenimo būdo.
1. Paspauskite mygtuką . Mygtuku / pasirinkite išsaugotą poziciją, kurioje įrašomi duomenys. Vieta mirksi maždaug 3 sekundes. Tada ekrane matysite atminties vietą, lyties simbolį ir svorį „0.0 kg“ (0.0lb/0: 00 st:lb).
  2. Abiem kojomis atsistokite ant svarstyklių kontaktinių paviršių (5).
  3. Pirmiausia ekrane pradės mirksėti jūsų svoris. Analizė pradeda po to, kai ekranas nustoja mirksėti. Analizės metu ekrane matysite bėgimo takelį „○○○○“. Likite ant svarstyklių tol, kol pasirodys paskutinis rodinys (**body age**).
- Šie rezultatai rodomi vienas po kito:
1. Svoris anksčiau pasirinktu vienetu (kg/lb/st:lb).
  2. Kūno riebalų dalis % (**fat**)
  3. Kūno skysčių dalis % (**TBW**)
  4. Raumenų masės dalis % ()
  5. Kaulų masė kg ()
  6. Bazinės medžiagų apykaitos greitis, išreikštas paros energijos poreikiu **KCAL**
  7. Kūno masės indeksas (**BMI**)
  8. Visceraliniai riebalai ()
  9. Biologinis amžius (**body age**)

## Rezultatų vertinimas

Yra sunkiasvorių asmenų, kurių procentinė riebalų ir raumenų masės dalis yra gerai subalansuota, ir yra iš pažiūros lieknų asmenų, kurių kūno riebalų kiekis yra labai didelis. Riebalai yra veiksnys, kuris labai apkrauna organizmą, ypač širdies ir kraujagyslių sistemą. Todėl abiejų dydžių (riebalų ir svorio) kontrolė yra būtina sveikatos ir geros fizinės formos sąlyga.

### Kūno riebalai

Kūno riebalai yra svarbi kūno sudedamoji dalis. Riebalai atlieka gyvybiškai svarbų vaidmenį organizme - nuo sąnarių apsaugos kaip vitaminų saugykla iki kūno temperatūros reguliavimo. Taigi tikslas yra ne radikaliai sumažinti kūno riebalų dalį, o pasiekti ir palaikyti sveiką raumenų ir riebalų pusiausvyrą.

### Vandens svarba mūsų sveikatai

Maždaug penkiasdešimt penkis-šešiasdešimt procentų žmogaus kūno sudaro vanduo, priklausomai nuo amžiaus ir lyties - skirtingas jo kiekis.

Vanduo organizme turi atlikti keletą užduočių:

- Jis yra mūsų ląstelių sudedamoji dalis. Tai reiškia, kad visos mūsų kūno ląstelės - odos, liaukų, raumenų, smegenų ar kitos - funkcionuoja tik tada, jei jose yra pakankamai vandens.
- Jis yra svarbių mūsų organizmo medžiagų tirpiklis.
- Jis yra maistinių medžiagų, organizmui būdingų medžiagų ir riebiųjų apykaitos produktų pernešimo priemonė.

Savo fizinės būklės profilio etalonines vertes galite matyti etaloninėje lentelėje. Joje parodyta kūno riebalų duomenų prieklausomybė nuo amžiaus ir lyties. Visada atkreipkite dėmesį į savo kūno vandens balansą, kuris, kaip ir riebalų kiekis, per dieną stipriai svyruoja. Todėl, norėdami gauti nuoseklius duomenis, visada matuokite tu pačiu paros metu.

Apskaičiuotus riebalų ir vandens kiekio organizme rezultatus reikėtų laikyti tik orientacinėmis vertėmis. Jų nerekomenduojama naudoti medicininiais tikslais. Visada kreipkitės į gydytoją, jei turite klausimų dėl medicininio gydymo ar dietos, kad pasiektumėte normalų kūno svorį.

## Kūno riebalų procento gairės (apytiksliai skaičiai)

Amžius (metais)	Moterys				Vyrai			
	Nepakankamas svoris	Normalus	Antsvoris	Nutukęs	Nepakankamas svoris	Normalus	Antsvoris	Nutukęs
6-39	<21	21~33	33~39	>39	<8	8~19	19~25	>25
40-59	<23	23~35	35~40	>40	<11	11~22	22~28	>28
60-100	<24	24~36	36~42	>42	<13	13~25	25~30	>30

## Vandens kiekio kūne ir raumenų masės kiekio procentais lyginamieji rodikliai (apytiksliai skaičiai)

Amžius (metais)	Moterys				Vyrai			
	Kūno vanduo			Raumenų masė	Kūno vanduo			Raumenų masė
	Žemas	Normalus	Aukštas		Žemas	Normalus	Aukštas	
6-15	<57	57-67	>67	>34	<58	58-72	>72	>40
16-30	<47	47-57	>57		<53	53-67	>67	
31-60	<42	42-52	>52		<47	47-61	>61	
61-100	<37	37-47	>47		<42	42-56	>56	

## Kaulų svorio lyginamieji rodikliai kilogramais (apytiksliai skaičiai)

	Moterys			Vyrai		
Kūno svoris	<45	45-60	>60	<60	60-75	>75
Kaulų svoris	-2,6	-3,2	-8	-3,4	-3,8	-8

## BMR (bazinė medžiagų apykaita / energijos sąnaudos)

Bazinė medžiagų apykaitos norma (BMR) apibūdina energijos sąnaudas. Energijos sąnaudos naudojamos apibūdinti energijos kiekiui KCAL, kurio organizmui reikia per dieną visiško poilsio metu, esant indiferentiškai temperatūrai (28-30 °C) ir esant tuščiam skrandžiui, kad jis galėtų palaikyti savo funkcijas (pvz., miegant).

## Kilokalorijų paros normos be fizinės veiklos

Amžius (metais)	Moterys		Vyrai	
	Svoris (kg)	KCAL	Svoris (kg)	KCAL
6-17	50	1265	60	1620
18-29	55	1298	65	1560
30-49	60	1416	70	1680
50-69	60	1302	70	1561
70-100	50	1035	65	1397

## BMI (kūno masės indeksas)

Kūno masės indeksas (BMI) yra kūno masės ir ūgio kvadrato santykis.

BMI = Svoris kg: (kūno ūgis m x kūno aukštis m)

## Pavyzdys:

Moteris sveria 55 kg ir yra 1,68 m ūgio. Jos BMI apskaičiuojamas taip:

55 kg : (1,68 m x 1,68 m) ≈ 19,5 kg / m<sup>2</sup> ⇨ Normalus svoris

Reikšmė „kūno ūgio kvadratas“ neturi jokio ryšio su kūno paviršiumi. BMI yra tik apytikslė orientacinė vertė, nes neatšizvelgiama nei į kūno sudėjimą ir lytį, nei į individualią žmogaus kūno masės sudėtį iš riebalinio ir raumeninio audinio.

## BMI pamatinės vertės

BMI	Nepakankamas svoris	Normalus	Antsvoris	Nutukęs
	<18,5	18,5-27	30-39	>40

Atkreipkite dėmesį, kad BMI interpretacija rodo, jog labai raumeningi kūnai (kultūristai) turi viršsvorį. Taip yra dėl to, kad į gerokai didesnę nei vidutinę raumenų masę BMI formulėje neatsižvelgiama.

## Visceralinių riebalų procentinės dalies gairės (apytiksliai skaičiai)


Visceraliniai riebalai	Normalus	Šiek tiek per didelis	Per didelis
	<9	10-14	>15



## Rodyti klaidų pranešimus

### **i** PASTABA:

Jei ekrane pasirodo klaidos pranešimas, palaukite, kol prietaisas bus išjungtas. Vėl jį įjunkite, kad vėl pradėtų veikti. Jei klaidos ekranas neišnyko, 10 sekundžių išimkite baterijas iš baterijų skyriaus.

Rodmenys ekrane	Reikšmė
	Savikontrolės testas (idėjus baterijas), kad ekranas veiktų nepriekaištingai
Lo	Akumulatorius išsikrovęs
Err2	Kūno riebalų kiekio procentinė dalis yra didesnė arba mažesnė už matavimo skalės ribas
Err	Svoris viršija didžiausią leistiną svorį.

## Valymas

### **△** DĖMESIO:

- Nekiškite svarstyklių į vandenį: gali būti pažeisti elektroniniai komponentai.
- Nenaudokite vielinio šepečio ar kitų abrazyvinių daiktų.
- Nenaudokite jokių rūgštinių ar abrazyvinių ploviklių.
- Prietaisą valykite šiek tiek drėgna šluoste. Įsitinkinkite, kad į prietaisą nepatenka drėgmė ar vanduo!
- Valymui naudokite prekyboje parduodamą ploviklį arba muilą.
- Po valymo prietaisą gerai nusausinkite sausa ir minkšta šluoste.

## Šalinimas

### Baterijų šalinimas

Jūsų prietaise yra baterijų. Jei šios baterijos sunaudotos, vadovaukitės toliau pateiktais nurodymais:

### **△** DĖMESIO:

Baterijų / akumuliatorių negalima išmesti kartu su buitėmis atliekomis!

- Baterijos turi būti išimtos iš prietaiso.
- Panaudotas baterijas nuneškite į atitinkamą surinkimo punktą arba pardavėjui.
- Jūsų miesto arba vietos valdžios institucijos gali suteikti informacijos apie viešuosius surinkimo punktus.

### Simbolio „Dustbin“ reikšmė



Saugokite mūsų aplinką: neišmeskite elektros įrangos į buitines atliekas.

Elektros įrangą, kurios nebenaudosite, atiduokite į jiems šalinti skirtas surinkimo vietas.

■ Tai padeda išvengti galimo netinkamo šalinimo poveikio aplinkai ir žmonių sveikatai.

Taip prisidėsite prie elektros ir elektroninės įrangos perdavimo ir kitokio pakartotinio panaudojimo.

Informaciją apie tai, kur galima išmesti įrangą, galite gauti iš vietos valdžios institucijos.

## GARANTIEKARTE

warranty card • garantiekaart • carte de garantie • scheda di garanzia • tarjeta de garantía • cartão de garantia • garantkort • karta gwarancyjna • záruční list • kartica jamstva • carte de garanție • Гаранционна карта • záručný list • garancijski list • garancijajegy • гарантійний формуляр • Гарантійний талон •

بطاقة ضمان

### PC-PW 3008 BT

24 Monate Garantie gemäß Garantieerklärung • 24 months warranty according to warranty declaration • 24 maanden garantie volgens garantieverklaring • 24 mois de garantie selon la déclaration de garantie • 24 mesi di garanzia secondo la dichiarazione di garanzia • 24 meses de garantía de acuerdo con la declaración de garantía • 24 meses de garantía, de acordo com a declaração de garantia • 24 måneders garanti i henhold til garantibetingelsene • 24 mesiace gwarancji na podstawie oświadczenia gwarancyjnego • záruka 24 měsíců podle prohlášení o záruce • 24 mjesечно jamstvo u skladu s jamstvenom deklaracijom • 24 luni garanție conform declarației de garanție • 24 месеца гаранция в съответствие с гаранционната декларация • 24-mesačná záruka podľa vyhlásenia o záruke • 24-mesečna garancija, skladno z garancijsko izjavo • 24 hónap garancia a garanciafeltételekben leírtak szerint • гарантія на 24 місяці відповідно заяві про гарантію • Гарантія 24 місяця согласно заявленним гарантійним правилам • ضمان لمدة 24 شهراً وفقاً لبيان الضمان

Kaufdatum, Händlerstempel, Unterschrift • date of purchase, dealer stamp, signature • aankoopdatum, dealerstempel, handtekening • date d'achat, tampon du concessionnaire, signature • data di acquisto, timbro del rivenditore, firma • fecha de compra, sello del distribuidor, firma • data de compra, carimbo do distribuidor, assinatura • kjøpsdato, forhandlerstempel, signatur • data zakupu, pieczęć sprzedawcy, podpis • datum zakoupení, razítko prodejce, podpis • datum kupovine, žig trgovca, potpis • data de achiziție, ștampila furnizorului, semnătura • Дата на покупката, Печат на Продавача, Подпис • dátum nákupu, pečatka obchodníka/predajcu, podpis • datum nákupa, žig trgovca, potpis • vásárlás dátuma, kereskedő bélyegzője, aláírás • дата придбання, печатка продавця, підпис • Дата приобретения, Штамп продавца, Подпись •  
تاريخ التراء وهدم الوفاء التاريخ والتوقيع

**PROFI CARE**

[www.proficare-germany.de](http://www.proficare-germany.de)

**PROFI CARE**

Internet: [www.proficare-germany.de](http://www.proficare-germany.de)  
Made in P.R.C.

Stand 09/2017