

ARDESTO™

ELECTRONIC BODY COMPOSITION SCALES

Instruction manual

ФІТНЕС-ВАГИ ЕЛЕКТРОННІ

Інструкція з експлуатації



SCB-980BL

ADVICES FOR USE

- Read this instruction manual carefully before using the product.
- If you pass on the device to a third party, please include this instruction manual as well.
- This device complies with technical norms and safety requirements for electric devices.
- After removing the packaging, check that the device is not damaged. If in doubt, do not use the device. Contact the seller.
- The manufacturer is not responsible for damages caused by improper use or no observance of this instruction manual.
- Keep children away from the device.
- This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or by those with a lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
- Children should be supervised to ensure that they do not play with the device.
- Do not immerse the device in water. Do not expose the unit to direct sunlight. Do not use the blender near heat-producing units like ovens and cooking stoves.
- Do not use the device if it is damaged. In order to avoid dangers, defective components should only be replaced by the manufacturer, his customer service or by similarly qualified persons. Do not open this device.
- Never attempt to repair this device yourself. Repairs should only be performed by qualified professionals.
- For precise measurements, place the scales on a floor whose surface is solid, stable and horizontal.
- The max. weight the scales can measure is 180 kg.
- To ensure the life of the scales do not put the scales under wet,

hot and cold conditions.

- The product is a high precision electronic weighing apparatus. Therefore, do not drop otherwise the scales can be easily damaged.
- If the scales surface is dirty, please clean the scales with soft cloth, do not use any chemical detergent and don't allow water to get inside the scales.
- If the result appears improperly, please check about whether the batteries and the touching point contact well. Replace with new batteries if used for a long time already, then try again.
- For measuring the percentage of body fat, percentage of water, muscle mass and bone mass, this device uses measurement method is known as bioelectrical impedance analysis (BIA), a factor that is based on the relationship between body weight and associated body water percentages, as well as age, gender and height. The electrodes analyses the soles of the feet, but they may not be adequate (since it could lead to errors in the reading and interpretation of the data) in the following persons:
 - Children under 10 years old and adults over 85 years old.
 - People with symptoms of fever, swelling or osteoporosis.
 - People undergoing treatment for dialysis.
 - People who use pacemakers
 - People who take cardiovascular medications.
 - Pregnant women.
 - Athletes who perform more than 5 hours of training per day.
 - People with a heartbeat less than 60 beats / minute.

NOTES FOR BATTERIES

- Do not expose batteries to extreme heat, such as from sunlight, fire, etc.
- Only use top-quality batteries. Cheap batteries could leak and damage the device as a result.
- If the batteries leak, remove them with a cloth and dispose of them accordingly. Ensure that leaking battery acid does not come into contact with skin and eyes. If you do get battery acid in your eyes, flush them thoroughly with lots of water and consult a physician immediately! If battery acid comes into contact with your skin, wash the affected area with lots of water and soap.
- If the device is not to be used for an extended period of time, then the batteries should be removed, as the device could become damaged should they leak. If the device functions weaken, replace all batteries.
- Batteries are very dangerous if swallowed. Please keep the batteries and the device components away from children. If a battery is swallowed, seek medical attention immediately.
- Batteries must not be recharged or activated with other means, dismantled, thrown into fire or short circuited.

- Remove the battery prior to disposing of the device.



Danger of suffocation!
Keep all packaging material away from children.

The device is intended for private use only and must not be used for commercial purposes.

To reduce the risk of accidents (slippage or possible falls), do not use the scales with wet feet or if there is water on the base, do not stand too close to the edges.

The manufacturer reserves the right to change the design and the specifications of the unit without a preliminary notification.

IN THE SET

Electronic body composition scales – 1 pc.

1.5V AAA battery – 3 pcs.

Instruction manual (warranty card included) – 1 pc.

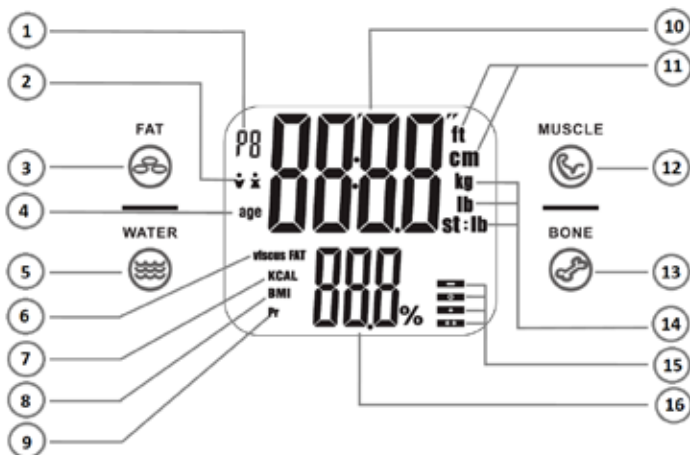
SPECIFICATIONS

Maximum weight:	180 kg
Graduation:	100 g
Weighing units:	kg/lb/st:lb
Memory:	10 users
Age range:	from 10 to 85 years
Height range:	from 75 to 225 cm
Power supply:	3 x 1.5V AAA
LCD display with backlight	
Auto Power Off	
Overload indicator	
Low Battery indicator	

DESCRIPTION



1. Display
2. Weight unit selector (on the back side of device)
3. Measuring electrodes
4. Battery compartment (on the back side of device)
5. Selection button
6. Adjust buttons



- | | |
|----------------------------|-------------------------------|
| 1. User memory icon | 9. Visceral fat icon |
| 2. Gender of user icon | 10. Weight indication |
| 3. Part of fat indicator | 11. Height measuring unit |
| 4. Age of user icon | 12. Part of muscles indicator |
| 5. Part of water indicator | 13. Part of bones indicator |
| 6. Viscus fat icon | 14. Weight measuring unit |
| 7. Calorie icon | 15. BMI status icons |
| 8. BMI icon | 16. Percentage display |

BEFORE THE FIRST USE

This device uses three batteries of 1.5 V type AAA, for the placement or replacement of the same follow the following steps:

1. Remove the lid of the battery compartment located at the base of the scales.
2. Insert three 1.5 V type AAA batteries, respecting the indicated polarity.
3. Replace the battery compartment cover.

With the scales on, press the selector button of the weight unit located at the base of the scales, each press of this button will change the unit of weight kilograms (**kg**), pounds (**lb**) or stones (**st:lb**).

Place the scales on a solid, stable and even floor.

WEIGHT MEASUREMENT

- Gently climb the scales (for maximum precision, do not move until the screen shows a stable reading), the scales will automatically turn on and start reading the weight. When the reading is finished, the screen will show the flashing digits for a moment and then display the measured weight for a few seconds.
- If you want to make a new measurement, get off the scales and go back up.
- The scales will turn off automatically after a few seconds, thus prolonging the life of the batteries.

BODY COMPOSITION MEASUREMENT

The electrodes are located on the surface of the scales to measure the percentage of body fat, water, muscle mass and bone mass. This measurement should be taken barefoot. Before

carrying out the measurement you must first memorize the personal data (gender, age and height), proceed as indicated below:

Saving the personal data

1. With the scales off, touch the **SET** selection button, the display will flash the last selected memory position «**P0...P9**». Touch the adjust buttons ▲ or ▼ and choose the number of desired memory (**P0...P9**).
2. Touch the **SET** selection button to access the selection menu, the corresponding icon will flash.
3. Touch the adjust buttons ▲ or ▼ and choose the gender, man  or woman .
4. Touch the **SET** selection button again, the display will show the «**age**» indication as well as the numeric digits flashing.
5. Touch the ▲ or ▼ adjust buttons and choose the age (between 10 and 85 years).
6. Touch the **SET** selection button again, the display will show the unit of measurement centimeters or inches as well as the numeric digits flashing.
7. Touch the adjust buttons ▲ or ▼ and choose the height in centimeters or feet (between 75 and 225 cm or 2.6 to 7.5 ft).
8. To finish and memorize the data, touch the **SET** selection button and the display will show the digits «**0.0**», after a few seconds the scales will turn off automatically.
9. Repeat steps 1 through 8 to store the data of other users if necessary.

Note: if 30 seconds pass without touching the any control panel button, the scales will turn off and personal data entered until then will not be memorized.

Once the data is stored, to measure the percentage of body fat, water, etc., follow the following steps:

1. With the scales off, touch the **SET** selection button, the display will flash the last selected memory position «**P0...P9**», touch the adjust buttons ▲ or ▼ and choose the number of desired memory position.
2. The screen will show the personal data stored and after a few seconds the screen will show the digits «0.0».
3. With bare feet and without any type of garment (socks, stockings, etc.), gently climb on the scales. The bottom surface of the left and right feet must simultaneously touch the two corresponding left or right electrodes. To obtain maximum precision, do not move until the entire measurement process is finished.
4. The scales will perform the weight measurement and then begin the process of measuring body fat percentage, water, etc. during this time the screen will show the digit «0» moving.
5. After the measurement, the screen will show the weight and will repeat three consecutive times the percentage of body fat along with the BMI status, the percentage of water in the body, muscle mass and bone mass. While the results are displayed, the corresponding icons on the display or indicators will be highlighted. The obtained data can be compared with the table of the following section.

Nutritional status and percentage of body fat

The percentage of body fat indicates the nutritional status of the person considering the following factors: Weight, height, age and gender.

This percentage is the first step to know the nutritional status of any person and indicates if it is below, within or above the established weight as normal for its physical size.

To check your nutritional status and body fat percentage (approximate typical values), compare the measurements obtained with the table in the “INTERPRETATION OF THE OBTAINED DATA” chapter.

Percentage of water in the body

The water content in the body is closely related to weight, gender and age. There is an inverse relationship between what we weigh and the water our organism has: we have less water the greater our weight.

This means that obese people have less water in their body than thin people. Age also influences the amount of water in the body, as we go through years this decreases.

70% of a newborn's weight is water, in adults almost 60% and in the elderly 55%.

The percentage of water in the body of an adult woman ranges between 38% and 75% and in an adult man between 36% and 75%.

Muscles mass index

The body mass index varies depending on a series of parameters such as muscle mass and bone structure. People who practice sports have more muscle mass than sedentary people and, therefore, may have a higher body mass index without being overweight. The table shows the muscle mass index for a person of normal physical constitution.

Percentage of bones mass

The amount of bone mass of a person increases gradually from birth to the maximum at 25 years of age approx. Then come some years of stability and subsequently the bone mass progressively decreases. From 45 years of age, men lose between 8 and 10% of bone mass per decade, while women can lose up to 12% per decade.

INTERPRETATION OF THE OBTAINED DATA

To check your BMI status, percentage of body fat, percentage of water in the body, percentage of muscle mass and percentage of bone mass (approximate typical values) compare the measurements obtained, with the following tables:

Women				
Age (years)	Percentage of body fat	Percentage of water	Nutritional status	General health status
≤ 30	4 – 20,5 %	66 – 54,7 %	—	Extreme thinness
	20,6 – 25 %	54,6 – 51,6 %	0	Thinness
	25,1 –	51,5 – 47,8 %	+	Normal
	30,6 – 50 %	47,7 – 34,4 %	++	Overweight
> 30	4 – 25 %	66 – 51,6 %	—	Extreme thinness
	25,1 – 30 %	51,5 – 48,1 %	0	Thinness
	30,1 – 35 %	48 – 44,7 %	+	Normal
	35,1 – 50 %	44,6 – 34,4 %	++	Overweight

Men				
Age (years)	Percentage of body fat	Percentage of water	Nutritional status	General health status
≤ 30	4 – 15,5 %	66 – 58,1 %	—	Extreme thinness
	15,6 – 20 %	58 – 55 %	0	Thinness
	20,1 – 24,5 %	54,9 – 51,9 %	+	Normal
	24,6 – 50 %	51,8 – 34,4 %	++	Overweight
> 30	4 – 19,5 %	66 – 55,4 %	—	Extreme thinness
	19,6 – 24 %	55,3 – 52,3 %	0	Thinness
	24,1 – 28,5 %	52,2 – 49,2 %	+	Normal
	28,6 – 50 %	49,1 – 34,4 %	++	Overweight

INDICATIONS OR WARNINGS ON DISPLAY

Operating error message

When the display shows the symbols « – – – » it will indicate a malfunction and should be checked by the technical staff. Contact the Authorized Service Center.

Overweight indication

When you exceed the weight limit of the scales 180 kg / 396 lb., the display will show the indication of overload «**EEEE**», to avoid damaging the scales, get off immediately.

Indication out of range percentage

When the display shows this «**Err**» indication, the percentage of body fat content is above or below the limits of the measurement scales.

Low batteries indication

When the display shows «**Lo**» when the scales is turned on, it indicates that the batteries are exhausted and need to be replaced.

CHANGING BATTERIES

- Use three 1.5 V type AAA batteries
- To change the batteries, please open the battery cover on the back of device, put three 1.5 V type AAA battery in the battery case then close the battery cover tight.

CLEANING AND CARE

- If you do not intend to use the device for a long period of time, remove the batteries and store them in a cool place.
- Do not try to disassemble the batteries, do not short them and never heat them or throw them into the fire.
- Batteries contain pollutants from the environment, so once the life of them is exhausted, do not throw them away, put them in the right place for later recycling.
- Clean the scales with a soft cloth moistened with water or a mild detergent. Do not use abrasive chemicals to clean it.
- Store the device in dry and cool locations and avoid exposing the device to extreme temperature and humidity, direct sunlight, water or dust.

CORRECT DISPOSAL OF THE APPLIANCE

The packaging is made entirely of recyclable materials, which you may dispose of at local recycling facilities.



Observe the marking of the packaging materials for waste separation, which are marked with abbreviations (a) and numbers (b) with following meaning:

1–7: plastics / 20–22: paper and fiberboard / 80–98: composite materials.



Dispose of the packaging materials environmentally. The packaging is made entirely of recyclable materials which should be disposed of at local recycling facilities.



To help protect the environment, please dispose of the product properly when it has reached the end of its useful life and not in the household waste. Information on collection points and their opening hours can be obtained from your local authority.



Batteries are disposal. When the appliance reaches the end of its useful life, remove the batteries from the appliance before disposing of it. Dispose of the battery in accordance with local disposal requirements.



Contact your local refuse disposal authority for more details of how to dispose of your worn-out product.

ПОРАДИ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ ТА ЗБЕРІГАННЯ

- Перед використанням виробу уважно прочитайте цю інструкцію з експлуатації.
- Якщо ви передаєте пристрій іншій людині, будь ласка, ознайомте її з цією інструкцією.
- Цей пристрій відповідає технічним нормам і вимогам безпеки для електричних пристроїв.
- Після зняття упаковки перевірте, чи пристрій не пошкоджено. У разі сумнівів не використовуйте пристрій. Зверніться до продавця.
- Виробник не несе відповідальності за пошкодження, спричинені неналежним використанням або недотриманням вимог цієї інструкції.
- Тримайте дітей подалі від пристрою.
- Цей прилад не призначений для використання особами (включаючи дітей) з обмеженими фізичними, сенсорними або розумовими можливостями, або тими, хто має недостатній досвід і знання, якщо тільки вони не отримали нагляду або інструкції щодо використання пристрою відповідальною особою для їхньої безпеки.
- Діти не повинні гратися з пристроєм.
- Не занурюйте пристрій у воду.
- Не піддавайте пристрій впливу прямих сонячних променів. Не використовуйте прилад поблизу теплогенеруючих установок, таких як печі та кухонні плити.
- Не використовуйте пристрій, якщо він пошкоджений. Щоб уникнути небезпеки, пошкоджені деталі повинні бути замінені тільки виробником, сервісним центром або кваліфікованими особами.
- Не розбирайте пристрій.

- Ніколи не намагайтеся самостійно ремонтувати цей пристрій. Ремонтні роботи повинні виконувати лише кваліфіковані фахівці.
- Для точних вимірювань встановлюйте ваги на підлозі, поверхня якої є твердою, стійкою та горизонтальною.
- Максимальна вага, яку може вимірювати прилад, становить 180 кг.
- Не перевантажуйте пристрій, оскільки це може призвести до його пошкодження.
- Для забезпечення тривалого використання, не зберігайте та не встановлюйте ваги в вологих, холодних місцях та запобігайте впливу високих температур.
- Ваги є високоточним приладом. Не кидайте їх. Це може призвести до їх пошкодження.
- Якщо поверхня ваг брудна, протріть ваги м'якою тканиною. Не використовуйте органічні розчинники, абразивні засоби та стежте за тим, щоб вода не потрапила всередину приладу.
- Якщо на вагах висвітився неправильний результат, перевірте, будь ласка, заряд елементів живлення та чи батарейки добре прилягають до контактних площадок. Замініть батарейки у разі тривалого користування приладом. Потім спробуйте ще раз.
- Для вимірювання відсотка жиру в організмі, відсотка води, м'язової маси та кісткової маси цей пристрій використовує метод вимірювання, відомий як біоімпедансний аналіз (БІА), який базується на співвідношенні між масою тіла та відповідним відсотком води в організмі, а також віком, статтю та зростом. Електроди аналізують підшви ніг, але вони можуть бути неадекватними (оскільки це може призвести до помилок у зчитуванні та інтерпретації даних) у таких осіб:

- Діти до 10 років та дорослі старше 85 років.
- Люди з симптомами лихоманки, набряків або остеопорозу.
- Люди, які проходять лікування діалізом.
- Люди, які використовують кардіостимулятори.
- Люди, які приймають серцево-судинні препарати.
- Вагітні жінки.
- Спортсмени, які тренуються більше 5 годин на день.
- Люди з частотою серцевих скорочень менше 60 ударів на хвилину.

ПРИМІТКИ ЩОДО ЕЛЕМЕНТІВ ЖИВЛЕННЯ

- Не піддавайте батарейки впливу сильного тепла, наприклад, прямого сонячного світла, вогню тощо.
- Використовуйте лише елементи живлення високої якості, так як дешеві батарейки можуть протікати і пошкодити пристрій.
- Якщо батарейки протікають, обережно вийміть їх і відповідно утилізуйте їх. Переконайтеся, що кислота з батарейок не контактує з шкірою та очима. Якщо кислота з батарейок потрапила в очі, ретельно промийте їх великою кількістю води і негайно зверніться до лікаря! Якщо кислота з батарейок потрапила на шкіру, промийте уражену ділянку великою кількістю води з милом.
- Якщо пристрій не використовується протя-

гом тривалого періоду часу, батарейки слід вийняти, оскільки пристрій може пошкодитися, якщо вони протечуть. Якщо пристрій вимірює з погрішностями, замініть батарейки.

- Батарейки дуже небезпечні при проковтуванні. Будь ласка, тримайте елементи живлення та компоненти пристрою в недоступному для дітей місці. Якщо проковтнули батарейку, негайно зверніться до лікаря.
- Батарейки не повинні заряджатися або активуватися іншими засобами, розбиратися, бути поміщеними у вогонь.
- Вийміть елементи живлення перед утилізацією пристрою.
- Небезпека задухи!
- Зберігайте весь пакувальний матеріал подалі від дітей.
- Утилізуйте пакувальні матеріали належним чином. Зверніться до органів місцевої влади щодо пунктів збору або розділення відходів.
- Пристрій призначений лише для приватного використання і не може використовуватися в комерційних цілях.
- Виробник зберігає за собою право зміню-

вати дизайн та технічні характеристики пристрою, які не впливають на експлуатаційні показники якості, без попереднього повідомлення.



Небезпека задухи!

Зберігайте весь пакувальний матеріал подалі від дітей.

Пристрій призначений лише для приватного використання і не може використовуватися в комерційних цілях.

Виробник зберігає за собою право змінювати дизайн та технічні характеристики пристрою, які не впливають на експлуатаційні показники якості, без попереднього повідомлення.

КОМПЛЕКТАЦІЯ:

Фітнес-ваги електронні – 1 шт.

Батарейка типу AAA 1,5 В – 3 шт.

Інструкція з експлуатації (містить гарантійний талон) – 1 шт.

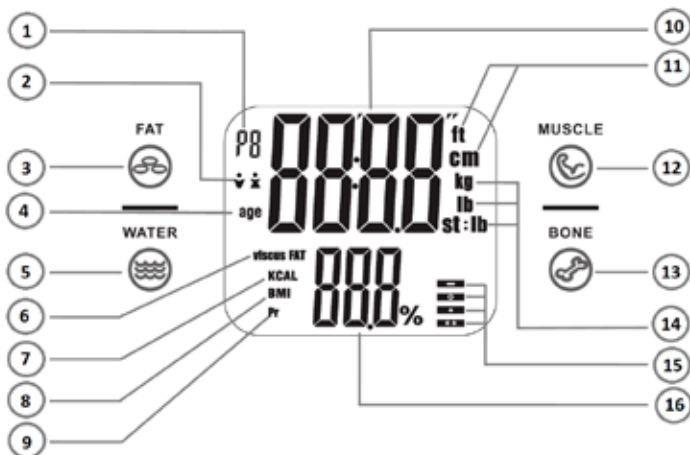
ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ:

Максимальна вага:	180 кг
Дискретність вимірювання:	100 г
Одиниці вимірювання ваги:	кг, фунт, стоун
Пам'ять:	до 10 осіб
Вік особи, що зважується:	від 10 до 85 років
Зріст особи, що зважується:	від 75 до 225 см
Джерело живлення:	3 x 1,5 В AAA
LCD-дисплей з підсвіткою	
Автоматичне вимкнення	
Індикатор перевантаження	
Індикатор низького заряду батареї	

ОПИС



1. Дисплей
2. Перемикач одиниць ваги (на задній панелі пристрою)
3. Вимірювальні електроди
4. Відсік для батарейок (на задній панелі пристрою)
5. Кнопка вибору
6. Кнопки налаштування



1. Іконка користувача
2. Іконка статі користувача
3. Індикатор частки жиру
4. Іконка віку користувача
5. Індикатор частки води
6. Іконка внутрішнього жиру
7. Піктограма калорій
8. Піктограма індексу маси тіла
9. Іконка вісцерального жиру
10. Індикація ваги
11. Одиниці вимірювання зросту
12. Індикатор частки м'язів
13. Індикатор частки кісток
14. Одиниці вимірювання ваги
15. Іконки індексу маси тіла користувача
16. Дисплей для відображення відсотків (частки)

ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ

В цьому пристрої використовуються три батарейки типу AAA 1,5 В. Для встановлення або заміни батарейок виконайте такі дії:

1. Зніміть кришку відсіку для батарейок, розташованого біля основи ваг.
2. Вставте три батарейки типу AAA напругою 1,5 В, дотримуючись зазначеної полярності.
3. Закрийте кришку відсіку для батарейок.

Після цього натисніть кнопку вибору одиниць ваги, розташованої на зворотній стороні пристрою. Кожне натискання цієї кнопки змінюватиме одиницю ваги: кілограми (**kg**), фунти (**lb**) або стоуни (**st:lb**).

Встановіть ваги на тверду, стійку та рівну підлогу.

ВИМІРЮВАННЯ ВАГИ

- Обережно станьте на ваги (для максимальної точності не рухайтесь, доки на екрані не з'являться стабільні показники). Ваги автоматично увімкнуться та почнуть зчитувати вагу. Після завершення зчитування на екрані на деякий час з'являться мигаючі цифри, а потім протягом кількох секунд відображатиметься виміряна вага.
- Якщо ви хочете зробити нове вимірювання, зійдіть з ваг і знову станьте на них.
- Ваги автоматично вимкнуться через кілька секунд, щоб подовжити термін служби батарейок.

ВИМІРЮВАННЯ СКЛАДУ ТІЛА

Електроди, розташовані на поверхні ваг, слугують для вимірювання відсотка жиру, води, м'язової та кісткової маси в організмі. Таке вимірювання потрібно проводити босоніж. Перед проведенням вимірювання необхідно спочатку

запам'ятати особисті дані (стать, вік та зріст), виконуючи такі дії:

Запис персональних даних

1. На вимкнених вагах натисніть кнопку вибору SET. На дисплеї блиматиме остання вибрана позиція пам'яті «P0 ... P9». Натисніть кнопки налаштування ▲ або ▼ та виберіть номер потрібного запису (P0 ... P9).
2. Натисніть кнопку вибору SET, щоб перейти до меню вибору налаштувань. Відповідний іконка налаштувань блиматиме.
3. Натисніть кнопки регулювання ▲ або ▼ та виберіть стать: чоловіча  або жіноча .
4. Знову натисніть кнопку вибору SET. На дисплеї підсвітиться іконка вибору віку «age», а також почнуть блимати цифри.
5. Натисніть кнопки налаштування ▲ або ▼ та виберіть вік (від 10 до 85 років).
6. Знову натисніть кнопку вибору SET. На дисплеї засвітиться відповідна іконка одиниця вимірювання зросту сантиметри (cm) або фути (ft), а також почнуть блимати цифри.
7. Натисніть кнопки налаштування ▲ або ▼ та виберіть висоту в сантиметрах або футах (від 75 до 225 см або від 2,6 до 7,5 футів).
8. Щоб завершити та записати дані, натисніть кнопку вибору SET, і на дисплеї з'являться цифри «0.0», через кілька секунд ваги автоматично вимкнуться.
9. Повторіть кроки з 1 по 8, щоб зберегти дані інших користувачів (за потреби).

Примітка: якщо протягом 30 секунд кінчиком пальця не торкатися жодного елемента керування, ваги вимкнуться, а введені до цього часу особисті дані не будуть збережені.

Після збереження даних користувача, виконайте такі дії, щоб виміряти відсоток жиру в організмі, води тощо:

1. На вимкнених вагах натисніть кнопку вибору **SET**. На дисплеї блиматиме остання вибрана позиція пам'яті «**P0 ... P9**». За необхідності натисніть кнопки налаштування ▲ або ▼ та виберіть номер потрібної позиції пам'яті.
2. На екрані з'являться збережені персональні дані, а через кілька секунд на екрані з'являться цифри «**0.0**».
3. Босоніж (без шкарпеток, панчіх тощо) обережно станьте на ваги. Нижня поверхня лівої та правої стопи повинна одночасно торкатися двох відповідних лівих або правих електродів. Для досягнення максимальної точності не рухайтесь, доки не завершиться весь процес вимірювання.
4. Ваги виконують вимірювання ваги, а потім почнуть процес вимірювання відсотка жиру, води в організмі тощо. Протягом цього часу на екрані буде переміщуватися цифра «0».
5. Після вимірювання на екрані з'явиться вага, а потім тричі поспіль відображатиметься по черзі відсоток жиру, а також індекс ваги, відсоток води в організмі, м'язова та кісткова маси. Під час відображення результатів будуть підсвічуватися відповідні іконки на дисплеї чи індикатори. Отримані дані можна порівняти з таблицею в розділі «ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ОТРИМАНИХ ДАНИХ».

Відсоток води в організмі

Вміст води в організмі тісно пов'язаний з вагою, статтю та віком. Існує зворотна залежність між нашою вагою та кількістю води в організмі: чим більше наша вага, тим менше води. Це означає, що люди з ожирінням мають менше води в орга-

нізмі, ніж худі. Вік також впливає на кількість води в організмі, з віком вона зменшується.

70% ваги новонародженого становить вода, у дорослих майже 60%, а у літніх людей – 55%.

Відсоток води в організмі дорослої жінки коливається від 38% до 75%, а у дорослого чоловіка – від 36% до 75%.

Індекс м'язової маси

Індекс маси тіла змінюється залежно від низки параметрів, таких як м'язова маса та структура кісток. Люди, які займаються спортом, мають більше м'язової маси, ніж люди, які ведуть малорухливий спосіб життя, і тому можуть мати вищий індекс маси тіла без надмірної ваги. У таблиці наведено індекс м'язової маси для людини нормальної фізичної конституції.

Відсоток кісткової маси

Кількість кісткової маси людини поступово збільшується від народження до максимуму приблизно у 25 років. Потім настають роки стабільної частки кісткової маси і згодом кісткова маса прогресивно зменшується. Починаючи з 45 років, чоловіки втрачають від 8 до 10% кісткової маси протягом 10 років, тоді як жінки протягом 10 років можуть втрачати до 12% кісткової маси.

ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ОТРИМАНИХ ДАНИХ

Щоб перевірити свій індекс маси тіла, відсоток жиру в організмі, відсоток води в організмі, відсоток м'язової маси та відсоток кісткової маси (приблизні типові значення), порівняйте отримані вимірювання з наступними таблицями:

Жінки				
Вік (роки)	Відсоток жиру в організмі	Відсоток води в організмі	Індекс ваги тіла	Загальний стан здоров'я
≤ 30	4 – 20,5 %	66 – 54,7 %	—	Надзвичайна худорлявість
	20,6 – 25 %	54,6 – 51,6 %	0	Худорлявість
	25,1 –	51,5 – 47,8 %	+	Нормальна вага
	30,6 – 50 %	47,7 – 34,4 %	++	Надмірна вага
> 30	4 – 25 %	66 – 51,6 %	—	Надзвичайна худорлявість
	25,1 – 30 %	51,5 – 48,1 %	0	Худорлявість
	30,1 – 35 %	48 – 44,7 %	+	Нормальна вага
	35,1 – 50 %	44,6 – 34,4 %	++	Надмірна вага

Чоловіки				
Вік (роки)	Відсоток жиру в організмі	Відсоток води в організмі	Індекс ваги тіла	Загальний стан здоров'я
≤ 30	4 – 15,5 %	66 – 58,1 %	—	Надзвичайна худорлявість
	15,6 – 20 %	58 – 55 %	0	Худорлявість
	20,1 – 24,5 %	54,9 – 51,9 %	+	Нормальна вага
	24,6 – 50 %	51,8 – 34,4 %	++	Надмірна вага
> 30	4 – 19,5 %	66 – 55,4 %	—	Надзвичайна худорлявість
	19,6 – 24 %	55,3 – 52,3 %	0	Худорлявість
	24,1 – 28,5 %	52,2 – 49,2 %	+	Нормальна вага
	28,6 – 50 %	49,1 – 34,4 %	++	Надмірна вага

ПОКАЗНИКИ АБО ПОПЕРЕДЖЕННЯ НА ДИСПЛЕЇ

Індикація про помилку в роботі

Якщо на дисплеї відображаються символи «— — — —», це свідчить про несправність та необхідність перевірки спеціалістом. Зверніться до авторизованого сервісного центру.

Індикатор надмірної ваги

Якщо вага особи, що зважується, перевищує 180 кг / 396 фунтів, на дисплеї з'явиться індикація перевантаження «**EEEE**». Щоб уникнути пошкодження ваг, негайно зійдіть з них.

Індикатор відсотка поза діапазоном

Якщо на дисплеї відображається індикація «**Err**», відсоток вмісту жиру в організмі перевищує або нижчий за межі вимірювання.

Індикатор низького заряду батарейок

Якщо на дисплеї відображається «**Lo**», коли ваги ввімкнені, це означає, що батарейки розряджені та потребують заміни.

ЗАМІНА БАТАРЕЙОК

- Використовуйте 3 x 1,5 В батарейки типу AAA.
- Для заміни батарейок зніміть кришку відсіку для батарейок, що розташована на зворотному боці пристрою. Встановіть 3 нові батарейки типу AAA у відсік для батарейок відповідно до полярності та закрийте відсік.

ЧИЩЕННЯ ТА ДОГЛЯД

- Якщо ви не плануєте використовувати пристрій протягом тривалого часу, вийміть батарейки та зберігайте їх у прохолодному місці.
- Не намагайтеся розбирати батарейки, не замикайте їх, ніколи не нагрівайте та не кидайте у вогонь.
- Батарейки містять небезпечні для навколишнього середовища речовини, тому після закінчення терміну служби не викидайте їх у сміття, а утилізуйте належним чином.
- Протирайте ваги м'якою тканиною, злегка змоченою водою або м'яким миючим засобом. Не використовуйте абразивні хімікати для очищення.
- Зберігайте пристрій у сухому та прохолодному місці та уникайте впливу екстремальних температур і вологості, прямих сонячних променів, води або пилу.

УТИЛІЗАЦІЯ

Упаковка повністю виготовлена з матеріалів, придатних для вторинної переробки, які ви можете утилізувати на місцевих переробних підприємствах.



Зверніть увагу на маркування пакувальних матеріалів для роздільного збирання відходів, які позначені абревіатурами (a) та цифрами (b) з наступним значенням:

1-7: пластик / 20-22: папір і ДВП / 80-98: композитні матеріали.



Утилізуйте пакувальні матеріали екологічно. Упаковка повністю виготовлена з матеріалів, придатних для вторинної переробки, які слід утилізувати на місцевих переробних підприємствах.



Щоб допомогти захистити навколишнє середовище, будь ласка, утилізуйте виріб належним чином після закінчення терміну його експлуатації, а не разом з побутовими відходами.



Інформацію про пункти збору та години їх роботи можна отримати у місцевих органах влади.



Елементи живлення підлягають утилізації. Після закінчення терміну служби приладу, перш ніж передати його на утилізацію, обов'язково вийміть із нього елементи живлення. Утилізація повинна проводитися відповідно до місцевих вимог щодо утилізації відходів.



Зверніться до місцевого органу з утилізації відходів для отримання більш детальної інформації про те, як утилізувати прилад після закінчення його експлуатації.

Умови гарантії:

Завод гарантує нормальну роботу виробу протягом 12 місяців з моменту його продажу за умови дотримання споживачем правил експлуатації і догляду, передбачених цією інструкцією.

Термін служби виробу становить 5 років.

Щоб уникнути непорозумінь, переконливо просимо Вас уважно вивчити Інструкцію з експлуатації, умови гарантійних зобов'язань, перевірити правильність заповнення гарантійного талона. Гарантійний талон дійсний тільки за наявності правильно та чітко зазначених: моделі, серійного номера виробу, дати продажу, чітких відбитків печаток фірми-продавця, підпису покупця. Модель та серійний номер виробу повинні відповідати зазначеним у гарантійному талоні.

При порушенні цих умов, а також у випадку, коли дані, зазначені в гарантійному талоні змінені, стерті або переписані, гарантійний талон визнається недейсним. Налаштування та установка (монтаж, підключення тощо) виробу, описані в документації, що додається до нього, можуть бути виконані як самим користувачем, так і фахівцями авторизованого СЦ відповідного профілю і фірм-продавців (на платній основі). При цьому особа (організація), що встановила виріб, несе відповідальність за правильність і якість установки (налаштування). Просимо Вас звернути увагу на важливість правильної установки виробу як для його надійної роботи, так і для отримання гарантійного та безкоштовного сервісного обслуговування. Вимагайте від спеціаліста з налаштування внести всі необхідні відомості про установку до гарантійного талона. Дана гарантія не поширюється на монтаж та демонтаж приладу. Всі витрати, пов'язані з монтажем та демонтажем приладу (зокрема у випадку гарантійного ремонту), несе клієнт.

У разі виходу виробу з ладу протягом гарантійного терміну експлуатації з вини виробника, власник має право на безкоштовний гарантійний ремонт при пред'явленні правильно заповненого гарантійного талона, виробу в заводській комплектації та упаковці до гарантійної майстерні або до місця придбання. Задоволення претензій споживача через провину виробника провадиться відповідно до закону «Про захист прав споживачів». При гарантійному ремонті термін гарантії продовжується на час ремонту та пересилання.

Warranty conditions:

The plant guarantees normal operation of the product within 12 months from the date of the sale, provided that the consumer complies with the rules of operation and care provided by this Manual.

Service life of the product is 5 years.

In order to avoid any misunderstanding we kindly ask you to carefully study the Owner's Manual, the terms of warranty, and check the correctness of filling the Warranty Card. The Warranty Card is valid only if the following information is correctly and clearly stated: model, serial number of the product, date of sale, clear seals of the company-seller, signature of the buyer. The model and serial number of the product must correspond to those specified in the Warranty Card.

If these terms are violated, and if the information specified in the Warranty Card is changed, erased or rewritten, the Warranty Card is considered invalid.

Setup and installation (assembly, connection, etc.) of the appliance are described in the attached documentation; they can be carried out both by the user, and by specialists having the necessary qualification sent by Authorized Service Center or selling companies (on a paid basis). In this case, the person (the institution) installing the appliance shall be responsible for the correctness and quality of installation (setup). Please pay attention to the importance of the correct installation of the appliance, both for its reliable operation, and for obtaining warranty and free service. Require the installation specialist to enter all the necessary information about the installation in the Warranty Card. This warranty does not cover installation and uninstallation of the appliance. All costs associated with the installation and uninstallation of the appliance (including warranty repairs cases) are borne by the customer.

In case of failure of the appliance during the warranty period by the fault of the manufacturer, the owner is entitled to free warranty repair upon presentation of the correctly filled Warranty Card together with the appliance in the factory configuration packed in the original packaging to the warranty workshop or the place of its purchase. Satisfaction of the customer's claim due to the fault of the manufacturer shall be made in accordance with the law «On Protection of Consumers' Rights». In the case of warranty repair the warranty period shall be extended for the period of repair and shipment.

WARRANTY CARD



Dear Buyer! Congratulations on your purchase of the ARDESTO brand appliance, which was designed and manufactured in accordance with the highest quality standards, and we thank you for choosing this product.

Keep this card during the warranty period. When purchasing a product ask for the warranty card to be completely filled out.

1. Warranty service is carried out only if there is a correctly and clearly filled original warranty card, which indicates: product model, date of sale, serial number, warranty service period, and the seller's seal. *
2. The service life of household appliances is 5 years.
3. The product is intended for consumer use. When using the product in commercial activities, the seller / manufacturer does not bear warranty obligations, after-sales service is performed on a paid basis.
4. Warranty repair is carried out within the period specified in the warranty card for the product in an authorized service center on the conditions and terms determined by applicable law.
5. The product is withdrawn from the warranty in case of violation by the consumer of the operating rules set forth in the instruction manual.
6. The product is removed from warranty service in the following cases:
 - misuse and non-consumer use;
 - mechanical damage;
 - damage caused by the ingress of foreign objects, substances, liquids, insects;
 - damage caused by natural disasters (rain, wind, lightning, etc.), fire, domestic factors (excessive humidity, dust, aggressive environment, etc.)
 - damage caused by non-compliance of power and cable network parameters with state standards and other similar factors;
 - when operating equipment in the power supply network with a missing single ground loop;
 - in case of violation of seals installed on the product;
 - lack of serial number of the device, or inability to identify it.
7. The warranty does not cover consumables and accessories as well as blades, filters, shelves, drawers, stands and other containers for storing products, etc.
8. The warranty period is 12 months from the date of sale.

* Tear-off maintenance tickets are provided by an authorized service center.

The completeness of the product is checked. I have read the terms of the warranty service, no complaints.

Customer signature _____

Шановний Покупець! Вітаємо Вас з придбанням приладу торговельної марки ARDESTO, який був розроблений та виготовлений у відповідності до найвищих стандартів якості, та дякуємо Вам за те, що Ви обрали саме цей прилад.

Просимо Вас зберігати талон протягом гарантійного періоду. При купівлі виробу вимагайте повного заповнення гарантійного талону.

1. Гарантійне обслуговування здійснюється лише за наявності правильно і чітко заповненого оригінального гарантійного талону, у якому вказані: модель виробу, дата продажу, серійний номер, термін гарантійного обслуговування, та печатки фірми-продавця.*
 2. Строк служби побутової техніки складає 5 років.
 3. Виріб призначений для використання у споживчих цілях. У разі використання виробу в комерційній діяльності продавець/виробник не несуть гарантійних зобов'язань, сервісне обслуговування виконується на платній основі.
 4. Гарантійний ремонт виконується впродовж терміну, вказаного в гарантійному талоні на виріб, в уповноваженому сервіс-центрі на умовах та в строки, визначені чинним законодавством України.
 5. Виріб знімається з гарантії у випадку порушення споживачем правил експлуатації, викладених в інструкції з виробу.
 6. Виріб знімається з гарантійного обслуговування у випадках:
 - використання не за призначенням та не у споживчих цілях;
 - механічні пошкодження;
 - пошкодження, що виникли у наслідок потрапляння всередину виробу сторонніх предметів, речовин, рідин, комах;
 - пошкодження, що викликані стихійними лихами (дощем, вітром, блискавкою та ін.), пожежею, побутовими факторами (надмірна вологість, запиленість, агресивне середовище та ін.);
 - пошкодження, що викликані невідповідністю параметрів живлення, кабельних мереж державним стандартам та інших подібних факторів;
 - при експлуатації обладнання в електромережі з відсутнім єдиним контуром заземлення;
 - при порушенні plomb встановлених на виробі;
 - відсутності серійного номера пристрою, або неможливості його ідентифікувати.
 7. Гарантія не розповсюджується на витратні матеріали та аксесуари, а також леза, фільтри, полиці, ящики, підставки та інші ємності для зберігання продуктів тощо.
 8. Термін гарантійного обслуговування складає 12 місяців з дня продажу.
- * Відривні талони на технічне обслуговування надаються авторизованим сервісним центром.

Комплектність виробу перевірено. Із умовами гарантійного обслуговування ознайомлений, претензій не маю.

Підпис покупця _____

Авторизований сервісний центр ІП «І-АР-СІ»

Адреса: вул. Марка Вовчка, 18-А, Київ, 04073, Україна

Тел.: 0 800 300 345; (044) 230 34 84; 390 55 12

www.erc.ua/service

Warranty card/Гарантійний талон

Product information/Інформація про виріб

Product/Виріб

Model/Модель

Serial number/Серійний номер

Seller Information/Інформація про продавця

Trade organization name/Назва торгової організації

Address/Адреса

Date of sale/Дата продажу

Seller stamp/Штамп продавця

Coupon/Талон № 3

Seller stamp/

Штамп продавця/

Date of application/Дата звернення

Cause of damage/Причина пошкодження

Date of completion/Дата виконання

Coupon/Талон № 2

Seller stamp/

Штамп продавця/

Date of application/Дата звернення

Cause of damage/Причина пошкодження

Date of completion/Дата виконання

Coupon/Талон № 1

Seller stamp/

Штамп продавця/

Date of application/Дата звернення

Cause of damage/Причина пошкодження

Date of completion/Дата виконання