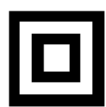


# Instrukcja obsługi

## Waga łazienkowa BF4



Item No. 3414

---

<b>1</b>	<b>Instrukcja obsługi</b> .....	<b>3</b>
1.1	Informacje ogólne.....	3
1.2	Informacje o instrukcji .....	3
1.3	Ostrzeżenia .....	3
1.4	Ograniczenia odpowiedzialności .....	4
1.5	Ochrona praw autorskich .....	4
<b>2</b>	<b>Bezpieczeństwo</b> .....	<b>4</b>
2.1	Przeznaczenie produktu .....	4
2.2	Ogólne informacje dotyczące bezpieczeństwa.....	5
<b>3</b>	<b>Często zadawane pytania</b> .....	<b>6</b>
<b>4</b>	<b>Uruchomienie</b> .....	<b>6</b>
4.1	Informacje dotyczące bezpieczeństwa .....	6
4.2	Zakres kontroli dostaw i transportu.....	6
4.3	Funkcje.....	7
4.4	Rozpakowywanie.....	7
4.5	Zalecenia dotyczące pakowania.....	7
4.5	Jak używać nóżek do ważenia na dywanie? .....	7
4.5	Źródło energii .....	7
4.8	Tabliczka znamionowa.....	8
<b>5</b>	<b>Działanie</b> .....	<b>8</b>
5.1	Tkanka tłuszczowa .....	8
5.2	Pomiar procentowy tkanki tłuszczowej.....	8
5.3	Konfiguracja urządzenia .....	8
5.4	Wybór jednostek masy .....	8
5.5	Włączanie .....	9
5.6	Wyłączanie .....	9
5.7	Przyciski dotykowe i wyświetlacz .....	9
5.8	Szybki pomiar jednym przyciskiem .....	9
5.9	Ustawienia.....	10
5.10	Ważenie i mierzenie .....	10
5.11	Pomiar .....	11
5.12	Komunikaty o błędach.....	12
<b>6</b>	<b>Czyszczenie i konserwacja</b> .....	<b>13</b>
6.1	Czyszczenie .....	13
<b>7</b>	<b>Utylizacja zużytego sprzętu</b> .....	<b>13</b>
<b>8</b>	<b>Dane techniczne</b> .....	<b>13</b>

# 1 Instrukcja obsługi

## 1.1 Informacje ogólne

Proszę zapoznać się z informacjami zawartymi w niniejszej instrukcji obsługi, aby można było bezpiecznie korzystać ze wszystkich funkcji urządzenia.

Życzymy przyjemnego użytkowania!

## 1.2 Informacje o instrukcji

Niniejsza instrukcja obsługi jest częścią składową wagi i dostarczy ważnych informacji dotyczących pierwszego uruchomienia, bezpieczeństwa, przeznaczenia i konserwacji urządzenia.

Instrukcja obsługi musi być dostępna w każdym momencie. Z niniejszą instrukcją obsługi musi się zapoznać każda osoba, która będzie obsługiwała urządzenie, osoba ta musi stosować się do wymagań:

- Uruchomienia
- Działania
- Rozwiązywania problemów
- Czyszczenia

Należy przechowywać instrukcję obsługi w bezpiecznym miejscu i przekazać ją następnemu właścicielowi wraz z urządzeniem.

## 1.3 Ostrzeżenia

### **▲WARNUNG** Ostrzeżenie

**Taka ikona wskazuje potencjalnie niebezpieczne sytuacje.**

Jeżeli nie uniknie się niebezpiecznych sytuacji mogą one prowadzić do poważnych obrażeń.

► Należy postępować zgodnie z instrukcją obsługi, aby uniknąć poważnych obrażeń.

### **▲VORSICHT** Uwaga

**Taka ikona wskazuje potencjalnie niebezpieczne sytuacje.**

Jeżeli nie uniknie się niebezpiecznych sytuacji mogą one prowadzić do poważnych obrażeń.

► Należy postępować zgodnie z instrukcją obsługi, aby uniknąć poważnych obrażeń.

### **HINWEIS** Wskazówka

Taka ikona oznacza dodatkowe informacje, które ułatwią obsługę urządzenia.

## 1.4 Ograniczenia odpowiedzialności

Wszystkie dane techniczne i uwagi w odniesieniu do instalacji, obsługi, czyszczenia są całkowicie aktualne w momencie druku tej instrukcji. Instrukcja została sporządzona z najwyższą starannością bazując na latach doświadczeń.

Producent nie ponosi żadnej odpowiedzialności za szkody powstałe w wyniku:

- Nieprzestrzegania instrukcji
- Wykorzystania do innych celów niż wymienione w niniejszej instrukcji
- Napraw wykonywanych przez nieautoryzowane serwisy
- Modyfikacji technicznych
- Używania nieoryginalnych części zamiennych

Modyfikacje urządzenia nie są zalecane i nie są objęte gwarancją.

## 1.5 Ochrona praw autorskich

Ta instrukcja jest chroniona prawami autorskimi.

Braukmann GmbH rezerwuje wszystkie prawa do niniejszej instrukcji, włączając jakikolwiek sposób kopiowania, nawet częściowy.

Braukmann GmbH zastrzega sobie prawo do zmiany zawartości oraz zmian technicznych.

## 2 Bezpieczeństwo

Ten rozdział zawiera ważne wskazówki bezpieczeństwa, do których należy się stosować obsługując urządzenie.

Urządzenie jest zgodne z wymogami bezpieczeństwa. Niewłaściwe używanie może doprowadzić do uszkodzeń ciała lub mienia.

### 2.1 Przeznaczenie produktu

Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku w gospodarstwach domowych do analizy:

- Wagi ciała
- Tkanki tłuszczowej
- Zawartości wody
- Określenia wskaźnika masy ciała (BMI)
- Określenia masy kości
- Określenia masy mięśni

Używanie urządzenia do innych celów niż wyżej wypisane uważane jest za niezgodne z przeznaczeniem.

**▲WARNUNG** Ostrzeżenie**Zagrożenie w przypadku niezamierzonego użycia!**

Jeżeli urządzenie jest używane niezgodnie z instrukcją mogą wystąpić zagrożenia dla ludzi i mienia.

- ▶ Należy używać urządzenia zgodnie z jego przeznaczeniem.
- ▶ Należy przestrzegać zaleceń zawartych w niniejszej instrukcji obsługi.

Roszczenia wszelkiego rodzaju ze względu na szkody wynikające z nieprzewidzianych zastosowań są wyłączone.

**2.2 Ogólne informacje o bezpieczeństwie****HINWEIS** Wskazówka**Należy zwrócić uwagę na następujące ogólne uwagi dotyczące bezpieczeństwa.**

- ▶ Przed użyciem należy sprawdzić czy urządzenie nie posiada uszkodzeń. Nigdy nie można używać uszkodzonego urządzenia.
- ▶ To urządzenie może być używane przez dzieci powyżej 8 roku życia oraz przez osoby o ograniczonej zdolności fizycznej lub psychicznej tylko w przypadku, gdy zapoznają się one z instrukcją obsługi oraz rozumieją zagrożenia związane z używaniem urządzenia.
- ▶ Dzieci nie mogą bawić się urządzeniem.
- ▶ Czyszczenie i konserwacja nie może być wykonywana przez dzieci bez nadzoru.
- ▶ Tylko przeszkoleni przez producenta serwisanci mogą naprawiać urządzenie.
- ▶ Tylko autoryzowany serwis może wykonywać naprawy w czasie trwania okresu gwarancji, w przeciwnym razie uprawnienia gwarancyjne będą nieważne.
- ▶ Uszkodzone części muszą być wymienione na oryginalne części zamienne, tylko takie części dają pewność, że wymogi bezpieczeństwa zostaną zachowane.
- ▶ Waga nie może być używana przez osoby, które posiadają rozrusznik serca lub inne wszczepione urządzenia.
- ▶ Nie można zanurzać urządzenia w wodzie lub innych płynach.
- ▶ Nie należy upuszczać urządzenia lub skakać na wadze, w przeciwnym razie waga może być łatwo uszkodzona.
- ▶ Należy zdjąć skarpetki przed ważeniem oraz upewnić się, że stopy są suche.
- ▶ Waga nie może być stosowana przez:
  - osoby w wieku poniżej 10 lat i powyżej 80 lat
  - osoby atletyczne
  - kobiety w ciąży
  - osoby z obrzękami
- ▶ Nie należy przeciążać urządzenia, w przeciwnym razie czujnik ulegnie uszkodzeniu.
- ▶ Nie należy przechowywać wagi w pozycji pionowej.
- ▶ Podczas ważenia należy zachować równowagę.
- ▶ Należy wyjąć baterię, gdy waga nie jest używana przez dłuższy czas.

► Urządzenie jest przeznaczone do użytku domowego.

### 3 Często zadawane pytania

- Waga wyłącza się po kilku sekundach

Należy sprawdzić czy baterie są poprawnie zamontowane

- Czy coś jest nie tak, gdy pojawia się „-” na wyświetlaczu?

Należy poczekać, aż pojawi się „0” na wyświetlaczu.

Należy podać swoje dane.

- Skala pokazuje tylko ciężar, nie znaleziono tkanki tłuszczowej?

Pomiar zawartości tkanki tłuszczowej może być zakłócany przez to, że źle stoimy na wadze. Należy stanąć nieruchomo w pozycji pionowej, i upewnić się, że nie stoimy w skarpetkach.

- Procentowy tłuszcz jest o wiele wyższy niż normalnie?

Należy upewnić się, że stoimy, na powierzchni gołymi stopami.

Nadmierna utrata wody i stres może wpływać na pomiar procentu tkanki tłuszczowej.

### 4 Uruchomienie

Ten rozdział zawiera ważne wskazówki bezpieczeństwa dotyczące pierwszego uruchomienia urządzenia. Należy przestrzegać poniższych zaleceń, aby uniknąć zagrożeń.

#### 4.1 Informacje dotyczące bezpieczeństwa

##### **▲WARNUNG** Ostrzeżenie

**Podczas uruchomienia urządzenia mogą powstać szkody!**

Należy przestrzegać poniższych zaleceń, aby uniknąć niebezpieczeństwa:

Opakowanie nie może być używane do zabawy, istnieje ryzyko uduszenia.

#### 4.2 Zakres kontroli dostaw i transportu

Waga jest dostarczana z następującymi komponentami:

- Waga łazienkowa BF4
- 4 nóżki do ważenia na dywanie
- Instrukcja obsługi

##### **HINWEIS** Uwaga

- Należy dokładnie obejrzeć opakowanie czy nie posiada jakichkolwiek uszkodzeń
- Należy niezwłocznie powiadomić sprzedawcę o zaobserwowanych uszkodzeniach lub niekompletnym wyposażeniu.

## 4.3 Funkcje

Główną funkcją wagi jest ważenie.

## 4.4 Rozpakowywanie

Aby rozpakować urządzenie należy:

- Wyjąć urządzenie z opakowania oraz usunąć wszystkie materiały zabezpieczające.

## 4.5 Zalecenia dotyczące pakowania

Opakowanie chroni urządzenie podczas transportu. Opakowanie jest wykonane z przyjaznych środowisku materiałów oraz może być łatwo przetworzone.



Opakowanie, które nie jest dłużej potrzebne można przekazać do punktów recyklingu.

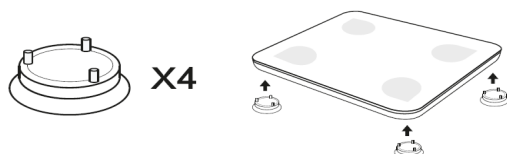
### HINWEIS

### Uwaga

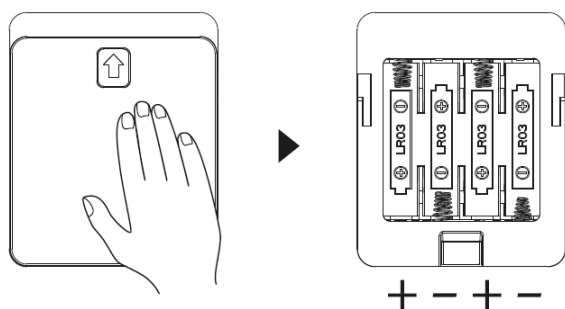
- ▶ Jeżeli to możliwe należy zachować oryginalne opakowanie w okresie trwania gwarancji, aby w razie potrzeby móc dobrze zabezpieczyć urządzenie w razie wysyłki do serwisu.

## 4.6 Jak używać nożek do ważenia na dywanie?

Przed ważeniem, należy zamontować 4 nóżki w celu zapewnienia dokładności pomiarów.



## 4.7 Źródło energii



Odwróć wagę, komora baterii jest umieszczona na tylnej stronie wagi.

### Wkładanie baterii:

Pociągnij pokrywę baterii w kierunku strzałki.

Włóż 4 x 1,5 baterie AA jak pokazano na grafice.

Po zainstalowaniu baterii należy umieścić z

powrotem pokrywę i przesunąć.

Aby wymienić baterie należy wyjąć jedną środkową z biegunem ujemnym do innych.

Należy pamiętać, że nieprawidłowe polaryzacje spowodują trwałe uszkodzenie elementów elektronicznych.

## 4.8 Tabliczka znamionowa

Tabliczka znamionowa znajduje się z tyłu urządzenia.

## 5 Działanie

Ten rozdział zawiera ważne wskazówki bezpieczeństwa dotyczące funkcjonalności urządzenia.

### 5.1 Tkanka tłuszczowa

Tkanka tłuszczowa wyrażana w procentach jest pochodną pomiędzy wagą ciała, a tkanką tłuszczową znajdującą się w ciele.

### 5.2 Pomiar procentowy tkanki tłuszczowej



Aby określić tkankę tłuszczową, została opracowana metoda BIA (analiza impedancji bioelektrycznej).

Odporność ciała jest mierzona podczas gdy mały i nieszkodliwy prąd elektryczny jest przesyłany przez organizm. Oporność jest wyższa w tkance tłuszczowej, podczas gdy prąd przepływa łatwiej w masie beztłuszczowej. Ze względu na pomiary rezystencji rozmiarów ciała osoby, jej wieku i płci, można oszacować procent tłuszczu i wody w organizmie.

Procentowa zawartość tłuszczu wpływa na hydratację ciała. Kilka godzin po odstaniu, procent tłuszczu w organizmie ma wpływ na dopływ wody. Kiedy mierzymy w różnych porach dnia, można zaobserwować niewielką różnicę między danymi pomiarowymi.

Dzięki tej metodzie, pomiary w niezmiennych warunkach doprowadzą do najlepszych wyników.

Procent tłuszczu zależy również od innych czynników, takich jak rodzaj odżywiania lub treningu.

### 5.3 Konfiguracja urządzenia

Należy umieścić wagę na płaskim i twardym podłożu.

### 5.4 Wybór jednostek masy



Unit Switch Otwórz pokrywę pojemnika baterii i naciśnij przycisk, aby zmienić jednostki pomiędzy kg i lb.



**HINWEIS**

**Uwaga**

Przed ważeniem wybierz należy wybrać jednostkę wagi. W trakcie używania wagi, nie jest możliwa zmiana ustawień.

**5.5 Włączanie**

Przed użyciem należy włożyć baterie do komory baterii. Należy umieścić wagę na twardej i płaskiej powierzchni a następnie dotknąć stopą, aby rozpocząć działanie urządzenia.

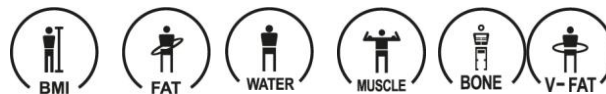
**5.6 Wyłączenie**

Waga wyłącza się automatycznie po upływie około 8 sekund.

**5.7 Przyciski dotykowe i wyświetlacz**



Naciśnij 1, aby zwiększyć dane lub zmienić płeć.  
Naciśnij 2, aby zmniejszyć dane lub zmienić płeć.  
Naciśnij 3 w celu potwierdzenia danych.  
Wciśnij i przytrzymaj przyciski aby szybko dostosować parametr.  
Wświetlacz cyfrowy

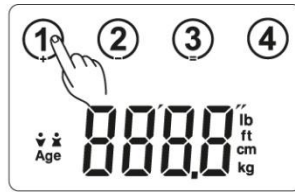
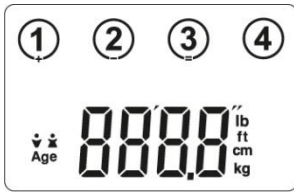


**5.8 Szybki pomiar jednym przyciskiem**



Wybierz klawisz numeryczny z 1/2/3/4 i wpisz swoje dane osobowe do pamięci przed „pomiarem jednym przyciskiem“/ Przyciśnij wybrany klawisz 1/2/3/4 przez kilka sekund, aby rozpocząć pomiar.

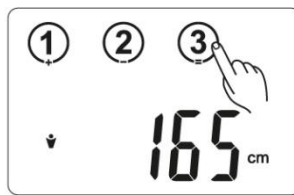
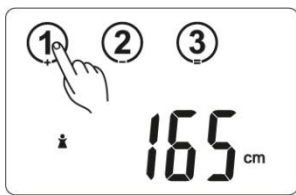
## 5.9 Ustawienia



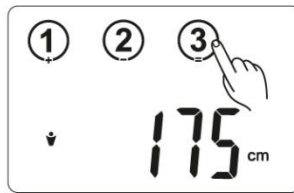
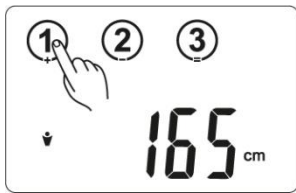
Krok 1: Wybór numeru użytkownika:  
Należy dotknąć i przytrzymać 1 (lub 2/3/4), aż numer zacznie migać i wybierz użytkownika.

trybu gościa automatycznie, jeśli nie zostanie to wykonane w ciągu 10 sekund. Należy zresetować każdą zmianę gościa.

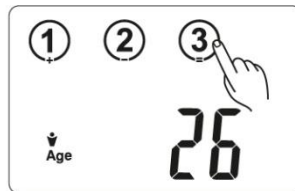
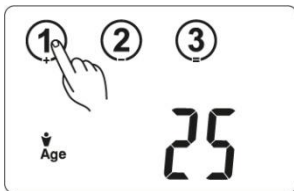
Tryb Gościa: Będzie można przejść do trybu gościa automatycznie, jeśli nie zostanie to wykonane w ciągu 10 sekund. Należy zresetować każdą zmianę gościa.



Krok 2: Wybór płci:  
Naciśnij 1 lub 2, aby wybrać płć męską lub żeńską, naciśnij 3 aby potwierdzić.

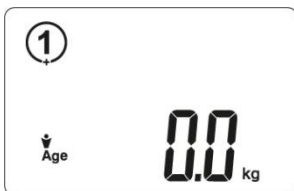


Krok 3: Ustawianie wysokości:  
Naciśnij 1 lub 2 do wskazania wysokości, naciśnij 3, aby potwierdzić.



Krok 4: Ustawianie wieku:  
Naciśnij 1 lub 2 aby wskazać wiek, naciśnij 3, aby potwierdzić.

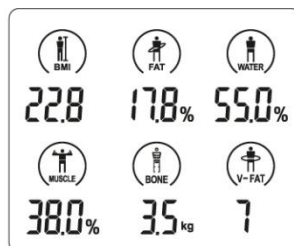
## 5.10 Ważenie i mierzenie



Krok 5: Ważenie i mierzenie:

Gdy „0“ jest wyświetlane od lewej do prawej strony, to urządzenie jest w trakcie analizy.

Nie należy zostawiać wagi, aż proces ważenia się zakończy.



W celu uzyskania bardziej dokładnych odczytów należy stanąć na wadze bosymi stopami. Należy upewnić się, że stopy są czyste i suche.

**HINWEIS****Wskazówka**

- ▶ Gdy pojawi się „0.0“, stań na wagę gołymi stopami. Stopy muszą być umieszczone równomiernie na elektrodach.
- ▶ W celu zapewnienia dokładności, należy używać urządzenia bez jakiegokolwiek odzieży.
- ▶ Każdy wstrząs na wadze spowoduje niedokładnie ważenie.

**5.11 Pomiar**

BMI



Procent tłuszczu



Procent wody



Procent mięśni



Procent kości



V-FAT Aktywne tkanki tłuszczowe

**Procent tłuszczu w organizmie (%)**

Wiek	Płeć Żeńska				Płeć Męska			
	Zbyt mało tłuszczu	Zbyt dużo tłuszczu (+)	Zdrowy (0)	Otyły	Zbyt mało tłuszczu	Zdrowy (0)	Zbyt dużo tłuszczu (+)	Otyły
10-20	<= 19,5	19,6 – 33,5	33,6 – 38,5	>= 38,6	<= 9,5	9,6 – 20,5	20,6 – 25,5	>= 25,6
21-30	<= 20,0	20,1 – 34,0	34,1 – 39,0	>= 39,1	<= 10,0	10,1 – 21	21,1 – 26,0	>= 26,1
31-40	<= 20,5	20,6 – 34,5	34,6 – 39,5	>= 39,6	<= 10,5	10,6 – 21,5	21,6 – 26,5	>= 26,6
41-50	<= 21,0	21,1 – 35,0	35,1 – 40,0	>= 40,1	<= 11,0	11,1 – 22,0	22,1 – 27,0	>= 27,1
51-60	<= 21,5	21,6 – 35,5	35,6 – 40,5	>= 40,6	<= 12,0	12,1 – 23,0	23,1 – 28,0	>= 28,1
61-70	<= 22,0	22,1 – 36,0	36,1 – 41,0	>= 41,1	<= 13,0	13,1 – 24,0	24,1 – 29,0	>= 29,1
71-80	<= 22,5	22,6 – 36,5	36,6 – 41,5	>= 41,6	<= 14,0	14,1 – 25,0	25,1 – 30,0	>= 30,1

BMI = Waga (kg) / (Size)<sup>2</sup> (m2)%

Ciało	Zbyt mało tłuszczu	Standard	Zbyt dużo tłuszczu	Otyły
BMI	< 16.5	16.5-25	25-30	> 30

Procent tkanki mięśniowej:

Mięśnie	Płeć żeńska	Płeć męska
	> 30%	> 35%

Masa kości (kg):

	Płeć żeńska			Płeć męska		
	Waga	<45kg	45-60kg	>60kg	<60kg	60-75kg
Masa kości	>1,8kg	>2,2kg	>2,5kg	>2,5kg	>2,9kg	>3,2kg

Procent wody w organizmie (hydration) (%)

Wiek	Female				Male			
	Niskie(-)	Normalne (O)	Wysokie (+)	Bardzo wysokie(+)	Niskie(-)	Normalne (O)	Wysokie (+)	Bardzo wysokie (++)
10-20	<= 56,0	56,1 – 62,0	62,1 – 68,0	>= 68,1	<= 58,0	58,1 - 65,0	65,1 - 72,0	>= 72,1
21-30	<= 54,0	54,1 – 60,0	60,1 – 66,0	>= 66,1	<= 56,0	56,1 - 63,0	63,1 – 70,0	>= 70,1
31-40	<= 51,0	51,1 – 57,0	57,1 – 63,0	>= 63,1	<= 54,0	54,1 - 61,0	61,1 – 68,0	>= 68,1
41-50	<= 48,0	48,1 – 54,0	54,1 – 60,0	>= 60,1	<= 51,0	51,1 – 58,0	58,1 – 65,0	>= 65,1
51-60	<= 45,0	45,1 – 51,0	51,1 – 57,0	>= 57,1	<= 48,0	48,1 - 55,0	55,1 - 62,0	>= 62,1
61-70	<= 42,0	42,1 – 48,0	48,1 – 54,0	>= 54,1	<= 45,0	45,1 - 52,0	52,1 – 59,0	>= 59,1
71-80	<= 38,0	38,1 – 44,0	44,1 – 50,0	>= 50,1	<= 42,0	42,1 – 49,0	49,1 – 56,0	>= 56,1

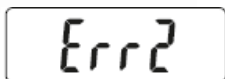
## 5.12 Komunikaty o błędach

Lo

Niski pobór mocy – należy wymienić baterie.

Err 1

Waga nadmiernie obciążona (ponad 150 kg).



Błąd pomiaru tkanki tłuszczowej.

## 6 Czyszczenie i konserwacja

Ten rozdział zawiera informacje dotyczące czyszczenia oraz konserwacji urządzenia. Stosowanie się do poniższych uwag pozwoli na bezawaryjną pracę urządzenia.

### 6.1 Czyszczenie

- Nie można używać produktów chemicznych
- Należy za pomocą wilgotnej ściereczki przetrzeć powierzchnię skali.

## 7 Utylizacja zużytego sprzętu



Zużyty sprzęt często zawiera w sobie wartościowe materiały. Jednakże często zawiera również szkodliwe substancje, które były niezbędne ze względów funkcjonalnych lub bezpieczeństwa

Jeżeli zużyty sprzęt zostanie umieszczony w pojemnikach na odpady nie recyklingowe, może spowodować szkody dla człowieka lub środowiska.

### HINWEIS

### Wskazówki

- ▶ Należy wykorzystać punkty zbiórki zużytego sprzętu.
- ▶ Jeżeli urządzenie nie jest używane, należy upewnić się, że dzieci nie mają do niego dostępu.

## 8 Dane techniczne

Urządzenie	Waga
Nazwa	BF4
Item No.:	3414
Bateria	4 x 1,5 V AA
Pojemność	Max. 150 kg
Miara	320 mm x 27 mm x 320 mm
Waga	2450 g
Pamięć	4 osoby

