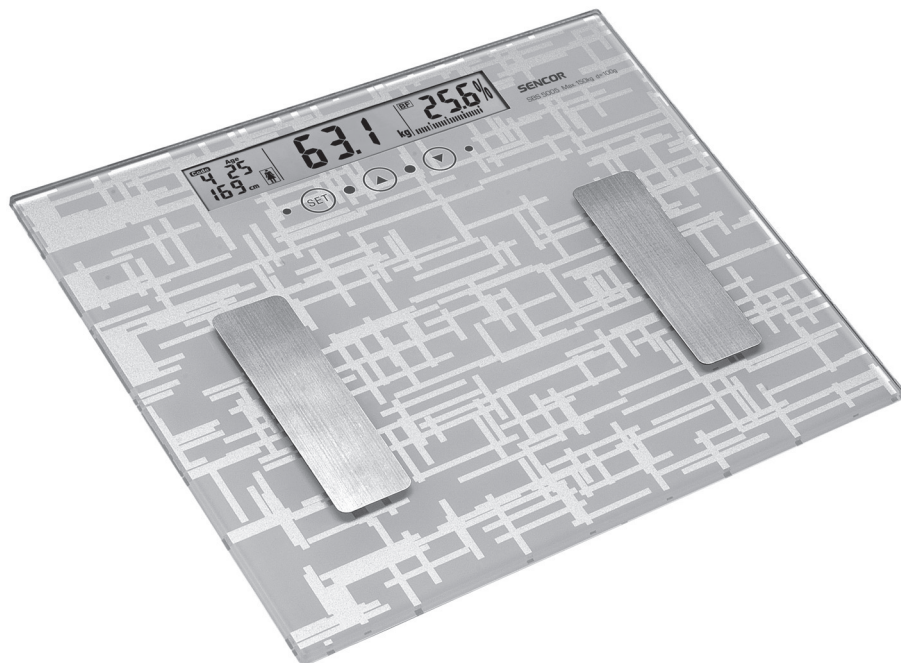


# Электронные напольные весы

инструкция по эксплуатации

RU



**SENCOR®**

SBS 5005

Перед первым применением этого прибора, пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с содержанием инструкции по эксплуатации, а то и в случае, если Вы ознакомлены с применением прибора подобного типа. Прибором пользуйтесь только в соответствии с описанием этой инструкции по эксплуатации. Инструкцию по эксплуатации следует сохранить.

Минимально на время срока гарантии рекомендуем сохранить оригинальный транспортный картон, упаковочный материал, кассовый ордер и гарантийный талон. В случае перевозки упакуйте изделие снова в оригинальную коробку от производителя, так обеспечите максимальную сохранность изделия в случае его возможной транспортировки (например при переселении или посылки изделия в сервисный центр).

RU-1

**СОДЕРЖАНИЕ**

ПРАВИЛА ПО БЕЗОПАСНОСТИ .....	3
ОГЛАВЛЕНИЕ.....	4
ПРАВИЛА ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ.....	5
ОЧИСТКА И УХОД .....	13
РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ.....	13
УТИЛИЗАЦИЯ РАЗРЯЖЕННЫХ БАТАРЕЙ.....	13
ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ .....	14
ИНСТРУКЦИИ ПО УТИЛИЗАЦИИ ИСПОЛЬЗОВАННОГО УПАКОВОЧНОГО МАТЕРИАЛА.....	14
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ПО УТИЛИЗАЦИИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ И ЭЛЕКТРОННЫХ ПРИБОРОВ .....	14

## ПРАВИЛА ПО БЕЗОПАСНОСТИ

- 1) Изделие тщательно распакуйте и будьте внимательны, чтобы ни одна часть упаковочного материала не была выброшена прежде, чем будут найдены все составные детали изделия.
- 2) Это изделие не предназначено для лиц (включая детей) с пониженной физической, чувственной или умственной способностью, или лиц с ограниченным опытом и знаниями, в случае, если они не находятся под специальным надзором или им указаны инструкции включающие использование этого электроприбора лицом ответственным за его безопасность.
- 3) Следите за тем, чтобы с прибором не играли дети.
- 4) Ни в коем случае не проводите ремонт прибора сами. Не проводите на приборе какие либо изменения, так как это может привести к получению травмы от удара электрическим током! Все ремонтные работы и настройку этого прибора доверьте специализированной фирме/сервисному центру. Любое вмешательство в конструкцию прибора во время действия срока гарантии может привести к риску потери потребителем права на гарантийный ремонт.
- 5) Никогда не пользуйтесь прибором, если у Вас мокрые ноги. Вы можете подскользнуться.
- 6) Изделие используйте и храните вне предела досягаемости горючих и летучих веществ.
- 7) Изделие не подвергайте экстремальным температурам, прямому солнечному излучению, чрезмерной влажности и не ставьте его в чрезмерно запыленную среду.
- 8) Изделие не ставьте в близости нагревательных приборов, открытого огня и других приборов или устройств, которые являются источниками тепла.
- 9) Изделие предназначено исключительно для бытовых нужд. Не используйте его в промышленной среде или вне помещения!
- 10) Не используйте изделие для других целей, кроме тех, для которых он предназначен.
- 11) На изделие не брызгайте водой или другой жидкостью. В изделие не лейте воду или другие жидкости.  
Изделие не погружайте в воду или другую какую либо жидкость.
- 12) На весы никогда не прыгайте.
- 13) Не пользуйтесь подзаряжающимися батареями.
- 14) Весы предназначены только и исключительно для взвешивания людей.
- 15) Если прибором не будете длительное время пользоваться, то вытащите из него батареи. В противном случае может произойти их вытекание во внутрь изделия и его необратимому повреждению.
- 16) Производитель не несет ответственность за ущерб, возникший в результате неправильного использования прибора и его принадлежностей (травма, ожоги, пожар, порча продуктов и т.п.).

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Эти персональные „fitness“ весы используются для измерения процентного соотношения содержания жира, мышечной массы, костей и воды в организме методом так называемого биоэлектрического импедансного анализа (БИА).

При этом методе измерения проходит по всему телу слабый электрический ток, который передается и снимается обратно проводящими датчиками на поверхности весов. Два датчика отделены друг от друга так, чтобы после наступления на весы обеих ног произошло к соединению измерительной цепи. Этот очень слабый поток электрического тока является для человеческого организма совершенно безопасным и незаметным.

Сама методика измерения основана на том, что электрический ток проходит через жидкость в наших мышцах легче, чем через жир.

В организме человека содержится в среднем 45–85 % воды, причем мышцы содержат около 90 % воды, а жировая ткань около 45 % воды.



### **Предупреждение:**

По этой причине может процент от суммы отдельных измеренных значений превышать 100 %. Измеряемые процентные значения содержания жира, мышечной массы и воды НЕ МОГУТ БЫТЬ СУММИРОВАНЫ, так как жир и мышцы содержат воду.

С возрастом количество воды в организме уменьшается, причем младенцы могут иметь содержание воды в теле до 85 %. С возрастом обезвоживаются телесные протеины и снижается внеклеточная жидкость. Поэтому у пожилых людей колеблется содержание воды в организме ниже 55 %. Мужчина трудоспособного возраста имеет содержание воды в организме в среднем 62 %, а женщина в среднем 56 %. Меньшее значение для женщин связано с более высоким содержанием жира.

Нормальный предел жировой ткани у мужчин составляет 10–20 %. У женщин физиологически определяется более высокое содержание жира а именно 18–28 %. С возрастом доля жира повышается, например, у женщин старше 50 лет, допустимое количество до 33–35 %.

### **Измерение мышечной массы**

Расчет процентного содержания мышечной массы в организме человека производится на основе отсчета электрического сопротивления во время измерения, когда используется факт, что человеческое тело содержит от определенного возраста определенный процент воды. Указанный тип пола, возраста и роста, помогают последовательно все измерение уточнить.

### **Измерение жировой ткани**

При расчете процентной доли жировой ткани используется разница веса тела и измеряемого содержания мышечной массы. Жир в организме действует как изоляция (снижает способность проводимости электрического потока) и, следовательно, не может быть рассчитана непосредственно.

### **Измерение содержания воды**

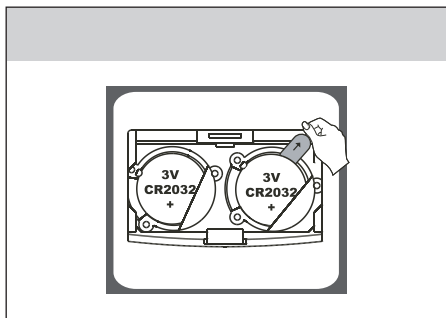
Расчет процентной доли воды в организме человека осуществляются на основании отсчета электрического сопротивления во время измерения, когда используется факт, что электрическое сопротивление прямо пропорционально количеству воды в организме человека. Указанный тип пола, возраста и роста, помогают последовательно все измерение уточнить.

### ПРАВИЛА ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ

#### Перед первым применением

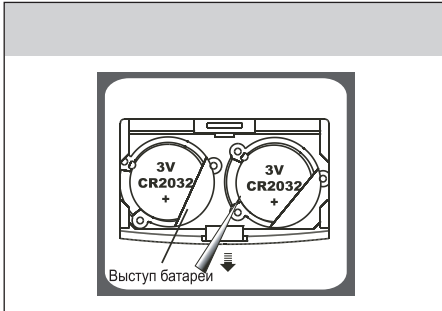
- 1) Для обеспечения точного взвешивания необходимо весы поставить на ровную, прочную поверхность (пол). Не рекомендуем проводить взвешивание на поверхности покрытой ковром.
- 2) Перед взвешиванием обязательно снимите обувь и чисто вытрите ноги.
- 3) Рекомендуем взвешиваться всегда в одно и тоже время дня, а то лучше всего утром сразу после сна, когда не проявляются весовые погрешности возникшие в результате питания, переваривания или физической активности в течении дня.
- 4) Результаты взвешивания могут быть после интенсивной зарядки, диетического режима или экстремальной дегидратации искажены.
- 5) Во время взвешивание стойте спокойно.
- 6) Результаты измерения жировой ткани / воды в организме у нижеуказанных людей, могут показывать искажения:
  - Дети до 10 лет и взрослые над 100 лет (могут весы использовать только для определения общего веса).
  - Культуристы и другие атлеты занимающиеся нерегулярно.
- 7) Прибором нельзя пользоваться людям в нижеприведенном состоянии:
  - Беременные женщины.
  - Люди на диализе.
  - Люди с сердечным стимулятором или другими имплантатами.
- 8) В случае, когда весами не будете продолжительное время пользоваться, то весы храните всегда в горизонтальном положении, которое более бережное для очень чувствительных сенсоров, находящихся в ножках весов.
- 9) Не оставляйте положеными на весах какие либо предметы, которые бы лишний раз загружали их сенсоры.
- 10) Сильные магнетические поля могут влиять на точность взвешивания. Избегайте использование весов в таких помещениях.
- 11) Показатели для соотношения жировой ткани / воды / мышечной массы в организме указанные этим прибором являются только ориентировочными (не предназначены для медицинских целей). Если Ваше соотношение жировой ткани / воды / мышечной массы находится под / над нормой, то посоветуйтесь со своим врачом.

#### Батареи



Перед применением, пожалуйста, удалите изоляционную пленку с контакта батареи. Соблюдайте полярность.

## Установка батареек



Откройте крышку емкости для батареек на нижней стороне весов:

- 1) С помощью острого предмета вытащите разряженные батареи – см. рисунок.
- 2) Установите новые батареи так, же вставьте одну сторону батареи под выступ батареи и вдавите вторую сторону батареи на противоположной стороне.

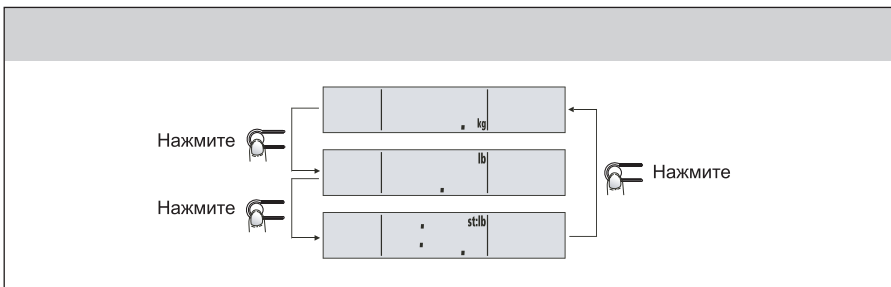
## Установка весов



Если Ваши весы имеют kg/lb/st, то можете для себя выбрать преимущественную единицу нажатием кнопки преобразования.

Кнопку преобразования переключите, пока весы выключены, на ЖК дисплее отобразятся актуально установленные единицы.

Повторным нажатием кнопки установите необходимые единицы.



После установки необходимой единицы, весы через 3 секунды автоматически выключатся. Установленная единица активируется, как только снова включите весы.

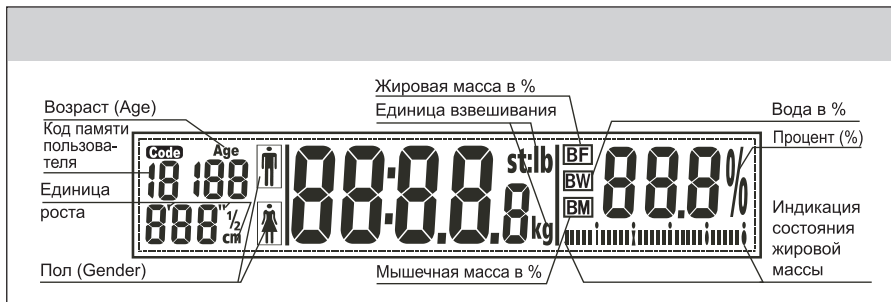
- После установки единицы взвешивания на lb/st, исходной единицей роста является фут/дюйм.
- После установки единицы взвешивания на kg, исходной единицей роста является см.

# Электронные напольные весы

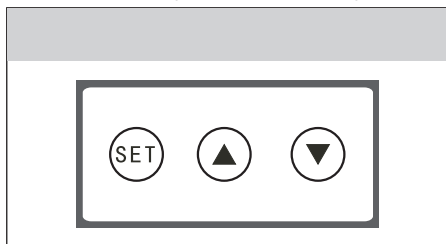
SBS 5005

RU

## ЖК дисплей



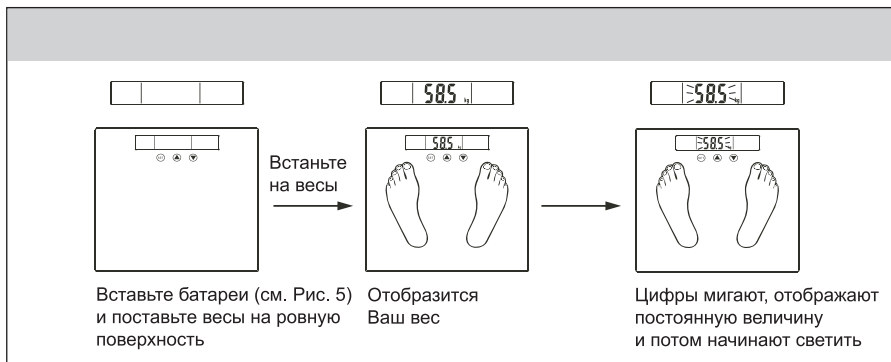
## Описание кнопок (контактные кнопки)



- SET** Весы включите и перейдите на следующий параметр. (См. Установка остальных параметров на следующей странице).
- ▲** После каждого нажатия показатель увеличивается на один интервал. Придержанием кнопки увеличение показателя ускорится.
- ▼** После каждого нажатия показатель уменьшается на один интервал. Придержанием кнопки уменьшение показателя ускорится.

## Нормальный режим взвешивания с возможностью выбора (пропускает установку параметров)

### 1) Автоматическое взвешивание после того, как встанете на весы



## 2) Последующее дополнительное взвешивание

Сразу, как только останутся цифры светить, можете повысить нагрузку весов и продолжать во взвешивании. Для получения нового веса необходимо, чтобы каждая последующая нагрузка имела минимально 2 кг.

Пример: Если хотите взвесить своего ребенка, то сначала можете взвесить себя, после этого взять ребенка на руки и взвесится вместе. Но, при этом Вам нельзя сходить с весов. Вычитанием Вашего нового общего веса от предыдущего веса получите разницу, которая является весом Вашего ребенка.



## Режим измерения жировой ткани / воды / мышечной массы

### 1) Установка личных параметров

① Первый раз после установки батарей все исходные параметры установлены следующим образом:

Пол	Рост	Возраст
Мужчина	165 см	25

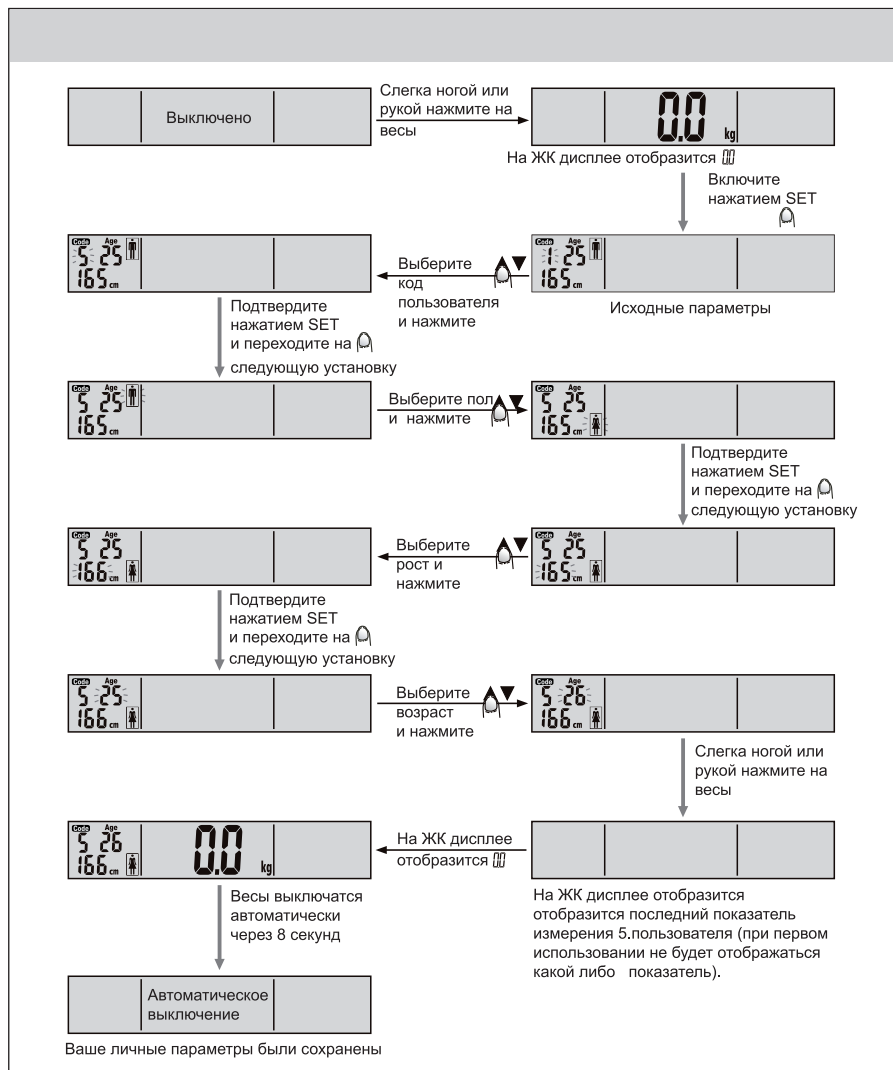
② Параметры можно установить в следующих пределах:

Память	Пол	Рост	Возраст
1–12	Мужчина / женщина	100–250 см	10–100

# Электронные напольные весы

SBS 5005

RU



## Рекомендация:

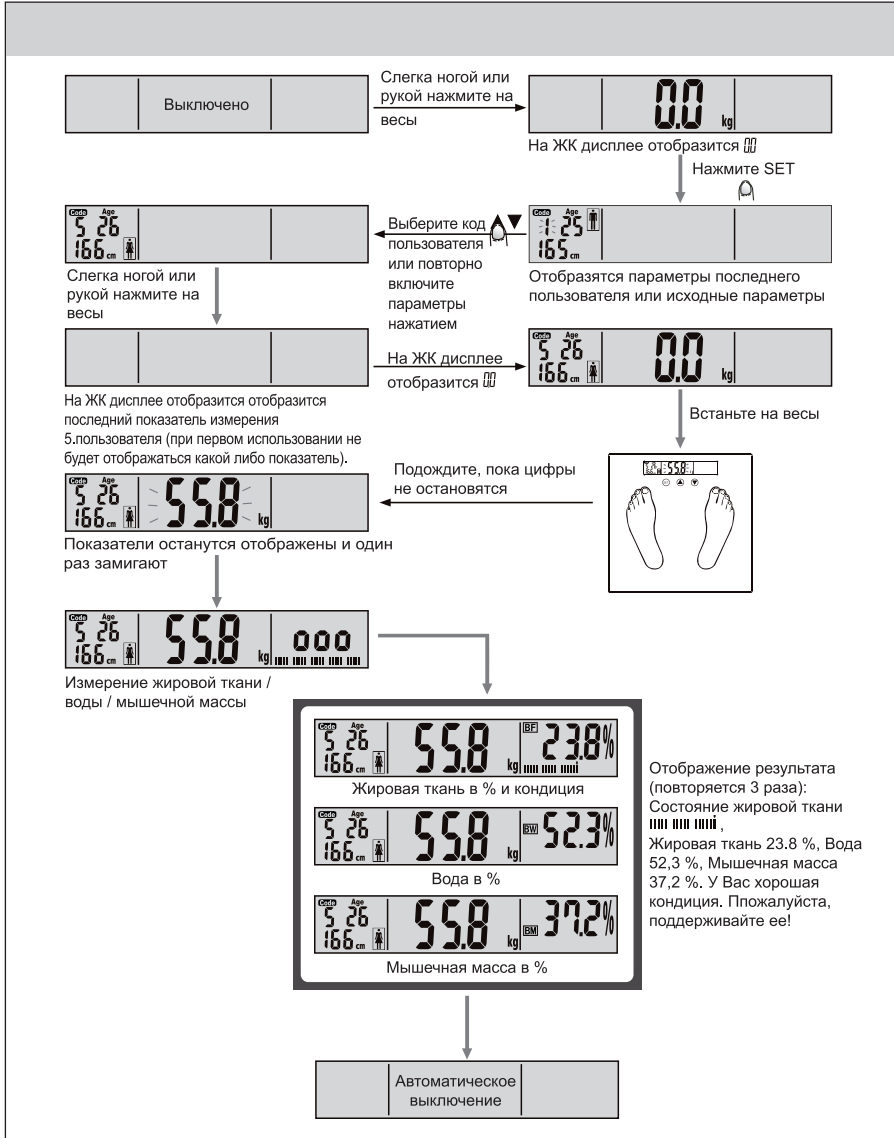
- Во время установки параметров можете в любое время нажатием ноги или руки на поверхность весов, весы обнулить. На основе только что установленных / исправленных параметров можете начать измерение жировой ткани / воды/ мышечной массы в организме.
- После окончания установки можете всегда продолжать снова нажатием кнопки SET и и провести следующую установку всех параметров.

RU-9

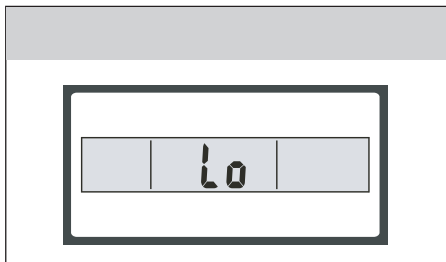
## 2) Начало измерения

Для обеспечения точности, снимите перед взвешиванием обувь и носки.

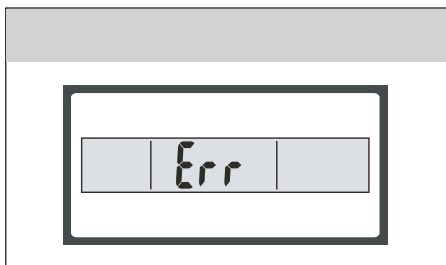
Пример: 5. Пользователь, женщина, рост 166 см, 26 лет может провести измерение следующим образом:



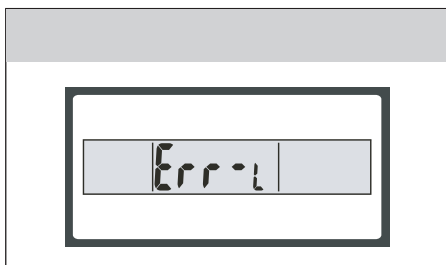
## Предупреждающие показатели



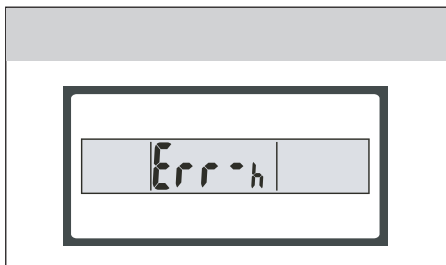
Показание разряженной батареи  
Батареи разряжены, замените их на новые.



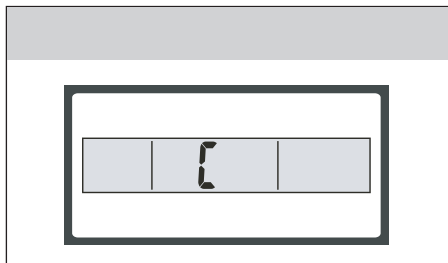
Показание перегрузки  
Вес взвешиваемого человека превысил максимальную нагрузку весов. Во избежание повреждения сенсоров сойдите с весов.



Показание низкого соотношения жировой ткани в %  
Соотношение жировой ткани в % слишком низкое. Кушайте более калорийную пищу и следите за собой.



Показание высокого соотношения жировой ткани в %  
Соотношение жировой ткани в % слишком высокое. Уделяйте больше внимание тому, что едите и больше занимайтесь физической зарядкой.



## Повторный тест

Объявилась ошибка, для получения правильного результата включите проведение теста.

В следующей табличке указана оценка физического состояния в зависимости на измеренном уровне жира и воды в организме:

Возраст	% жира в организме (Ж)	% воды в организме (Ж)	% жира в организме (М)	% воды в организме (М)	Физическое состояние	Графическое изображение состояния на ЖК дисплее
≤30	4,0–16,0 %	66,0–57,8 %	4,0–11,0 %	66,0–61,2 %	Очень низкий уровень жировой ткани	■■■■
	16,1–20,5 %	57,7–54,7 %	11,1–15,5 %	61,1–58,1 %	низкий уровень жировой ткани	■■■■■■
	20,6–25,0 %	54,6–51,6 %	15,6–20,0 %	58,0–55,0 %	нормальный уровень жировой ткани	■■■■■■■■
	25,1–30,5 %	51,5–47,8 %	20,1–24,5 %	54,9–51,9 %	высокий уровень жировой ткани	■■■■■■■■■■
	30,6–45,0 %	47,7–38,8 %	24,6–45,0 %	51,8–37,8 %	Очень высокий уровень жировой ткани	■■■■■■■■■■■■
>30	4,0–20,0 %	66,0–55,0 %	4,0–15,0 %	66,0–58,4 %	Очень низкий уровень жировой ткани	■■■■
	20,1–25,0 %	54,9–51,6 %	15,1–19,5 %	58,3–55,3 %	низкий уровень жировой ткани	■■■■■■
	25,1–30,0 %	51,5–48,1 %	19,6–24,0 %	55,2–52,3 %	нормальный уровень жировой ткани	■■■■■■■■
	30,1–35,0 %	48,0–44,7 %	24,1–28,5 %	52,2–49,2 %	высокий уровень жировой ткани	■■■■■■■■■■
	35,1–45,0 %	44,6–37,8 %	28,6–45,0 %	49,1–37,8 %	Очень высокий уровень жировой ткани	■■■■■■■■■■■■

- Вышеприведенная информация является только ориентировочной.

## ОЧИСТКА И УХОД



### **Предупреждение:**

Перед очисткой обязательно вытащите из этого прибора батарейки.

Для очистки внешних деталей прибора используйте мягкую тряпку смоченную в теплой воде. Во избежание повреждения поверхности прибора, не пользуйтесь абразивными моющими средствами, разбавителями или растворителями.

## РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ

В случае, когда весы отображают случайные значения, или автоматически не выключаются, их необходимо рестартовать. В таком случае приблизительно на 10 секунд вытащите батарейку и после этого снова ее вставьте обратно. Весы должны нормально работать.

## УТИЛИЗАЦИЯ РАЗРЯЖЕННЫХ БАТАРЕЙ

В комплект принадлежностей этого прибора входят щелочные батарейки. Разряженные батарейки не подлежат утилизации вместе с обычными коммунальными отходами.

Ликвидируйте их посредством предназначенной для этой цели сети сбора утиль-сырья. Батарейки никогда не ликвидируйте сжиганием!

## ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Питание .....	от 2 x 3В батарейки типа CR2032
Предел взвешивания .....	от 2,0 до 150 кг
Цена деления шкалы .....	100 г
Предел измерения жировой ткани .....	от 4 до 60 %
Точность измерения жировой ткани .....	0,1 %
Предел измерения воды .....	от 27,5 до 66 %
Точность измерения воды .....	0,1 %
Предел измерения мышечной массы .....	от 20 до 56 %
Точность измерения мышечной массы .....	0,1 %
Переключение единиц взвешивания .....	kg → lb → st
Высота цифр на дисплее .....	26 мм
Размеры (ш x д x в) .....	313 x 300 x 21 мм
Вес .....	1,7 кг

## ИНСТРУКЦИИ ПО УТИЛИЗАЦИИ ИСПОЛЬЗОВАННОГО УПАКОВОЧНОГО МАТЕРИАЛА

Использованный упаковочный материал следует ликвидировать посредством предназначенной для этой цели сети сбора утиль-сырья.

## ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ПО УТИЛИЗАЦИИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ И ЭЛЕКТРОННЫХ ПРИБОРОВ



Указанный символ на изделии или сопроводительной документации обозначает, что используемые электрические или электронные изделия не должны ликвидироваться вместе с коммунальными отходами. С целью правильной утилизации изделия отнесите его в предназначенный для этой цели пункт приема вторичного сырья. Правильной ликвидацией этого изделия можете сохранить ценные природные источники и помогаете таким образом профилактике потенциальных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, которые могли бы быть результатом неправильной утилизации отходов. Для получения дополнительной информации для утилизации этого изделия контактируйте работников местных органов управления или ближайшего пункта утиль-сырья. За неправильную ликвидацию этого вида отходов Вы можете быть в соответствии с национальными указаниями оштрафованы.

### Для юридических лиц в странах Европейского Союза

Для утилизации электрического и электронного оборудования требуйте необходимую информацию от Вашего дилера или поставщика.

### Утилизация в других странах, не входящих в состав Европейского Союза

Этот символ действует на территории Европейского Союза. Для утилизации этого изделия требуйте необходимую информацию о правильных способах утилизации от местных властей или дилера.



Это изделие соответствует всем основным требованиям указаний ЕС, относящихся к этому изделию.

Изменения текста руководства, конструкции и технических характеристик могут быть проведены без предварительного уведомления, производитель оставляет за собой право вносить изменения.