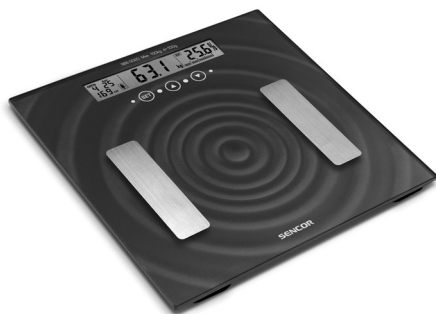


# Электронные напольные весы

Инструкция по эксплуатации

RU



## SENCOR®

SBS 5020 / SBS 5021

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.

RU-1

**СОДЕРЖАНИЕ**

ПРАВИЛА ПО БЕЗОПАСНОСТИ .....	3
ВВЕДЕНИЕ .....	4
ПРАВИЛА ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ .....	5
УХОД И ОЧИСТКА ВЕСОВ .....	13
РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ .....	13
УТИЛИЗАЦИЯ РАЗРЯЖЕННЫХ БАТАРЕЙ .....	13
ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ .....	14
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ПО УТИЛИЗАЦИИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ И ЭЛЕКТРОННЫХ ПРИБОРОВ .....	14
ПРАВИЛА И ИНФОРМАЦИЯ ПО ОБРАЩЕНИЮ С ИСПОЛЬЗОВАННОЙ УПАКОВКОЙ .....	14

## ПРАВИЛА ПО БЕЗОПАСНОСТИ

- 1) Изделие тщательно распакуйте и будьте осторожны, чтобы ни одну часть упаковочного материала не выбросили прежде, чем найдете все составные детали изделия.
- 2) Это изделие не предназначено для лиц (включая детей) с пониженной физической, чувственной или духовной 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 другие жидкости.
- 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 из него вытащите 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.).

## ВВЕДЕНИЕ

В этих персональных «фитнесс» весах используется биоэлектрический анализ сопротивления (биоимпеданс) для измерения процентного содержания жира, мышечной, костной массы и воды в организме.

При таком способе измерения через тело проходит слабый электрический ток, который передается и принимается датчиками, расположенными на поверхности весов. Два датчика расположены таким образом, что измерительная цепь замыкается когда вы становитесь на весы обеими ногами. Очень слабый ток, используемый при измерениях абсолютно безопасен для человека и вы его даже можете не почувствовать.

Этот способ измерения основан на том факте, что электрический ток легко проходит через жидкость в наших мышцах, чем через жировую ткань.

В среднем человеческое тело состоит на 45–85 % из воды, в мышечной ткани содержится около 90 % воды, а жировая ткань на 45 % состоит из воды.



### Внимание:

По этой причине суммарный процент отдельно измеренных значений может превышать 100 %. Это означает, что измеренное процентное соотношение содержания жировой, мышечной массы и воды НЕ МОЖЕТ СУММИРОВАТЬСЯ поскольку как жировая, так и мышечная ткань содержат воду.

С возрастом содержание воды в организме снижается, а у организм младенцев на 85 % состоит из воды. С возрастом происходит дегидратация белков и потеря внутриклеточной жидкости. Поэтому, в организме взрослого человека уровень воды становится ниже 55 %. Организм зрелого мужчины нормального телосложения на 62 % состоит из воды, для женщин, эта цифра составляет 56 %. Меньшее значение для женщин объясняется более высоким содержанием жировой массы.

Нормальное содержание жировой массы для мужчин 10–20 %. По психологическим причинам у женщин эта цифра колеблется между 18 и 28 %. Процентное содержание жировой ткани с возрастом увеличивается, например допускается 33–35 % для женщин старше 50 лет.

### Измерение мышечной массы

Процентное содержание мышечной массы в теле человека рассчитывается посредством вычитания электрического сопротивления во время измерений, принимая во внимание то, что в определенном возрасте тело человека содержит определенное количество воды. Указание пола, возраста и роста помогает увеличить точность измерений в целом.

### Измерение жировой ткани.

Разница между весом тела и измеренной мышечной массой используется для расчета процентного содержания жировой ткани в организме. Жировая ткань работает как изолятор (сокращая возможность прохождения электрического тока) и поэтому не может быть рассчитана напрямую.

### Измерение содержания воды

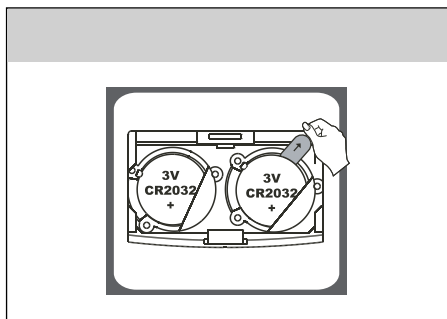
Процентное содержание воды в организме человека рассчитывается путем вычитания электрического сопротивления во время измерения, принимая во внимание тот факт, что электрическое сопротивление прямо пропорционально содержанию воды. Указание пола, возраста и роста помогает увеличить точность измерений в целом.

## ПРАВИЛА ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ

### Перед первым применением

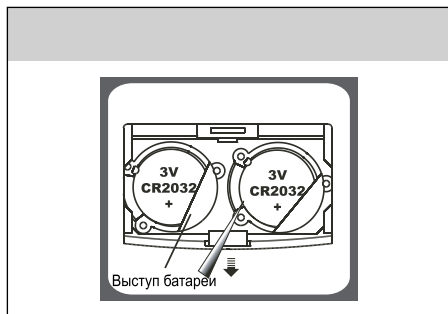
- 1) Для обеспечения точного взвешивания необходимо весы поставить на ровную, прочную поверхность (пол). Не рекомендуем проводить взвешивание на поверхности покрытой ковром.
- 2) Перед взвешиванием обязательно снимите обувь и чисто вытрите ноги.
- 3) Рекомендуем взвешиваться всегда в одно и тоже время 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 взвешивания 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 положенными на весах какие либо предметы, которые бы лишний раз загрузжали 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.

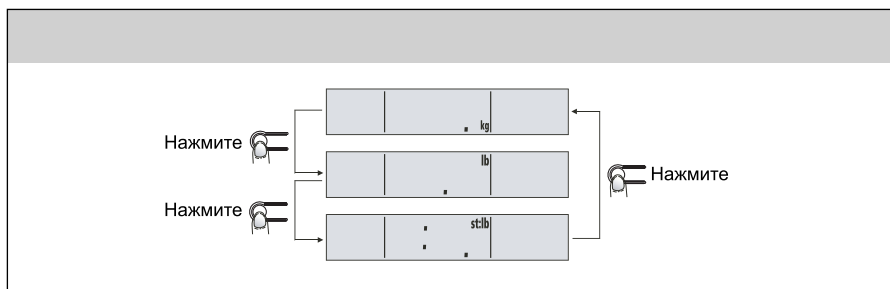
## Установка весов



Если Ваше 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.

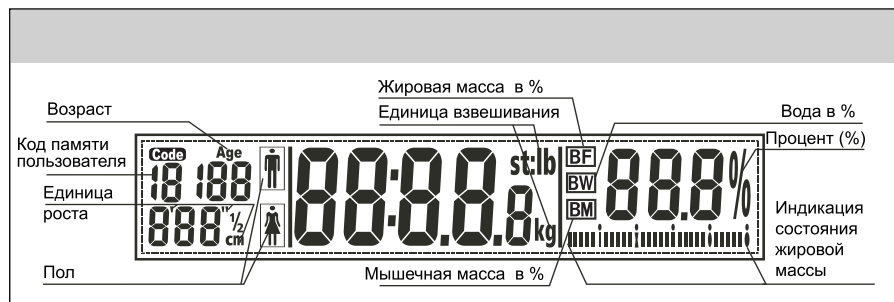
- После установки единицы взвешивания на lb/st, исходной единицей роста является фут/дюйм.
- После установки единицы взвешивания на kg, исходной единицей роста является см.

# Электронные напольные весы

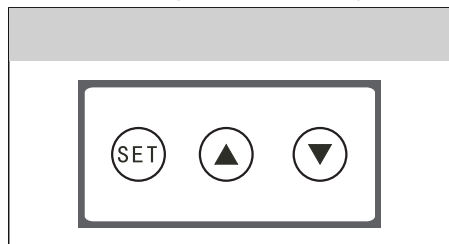
SBS 5020 / SBS 5021

RU

## ЖК дисплей



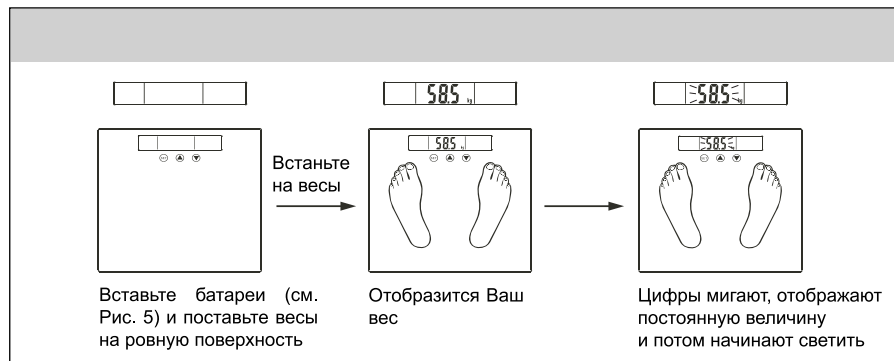
## Описание кнопок (контактные кнопки)



- SET** Весы включите и переходите 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 продолжить 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 взвеситесь 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

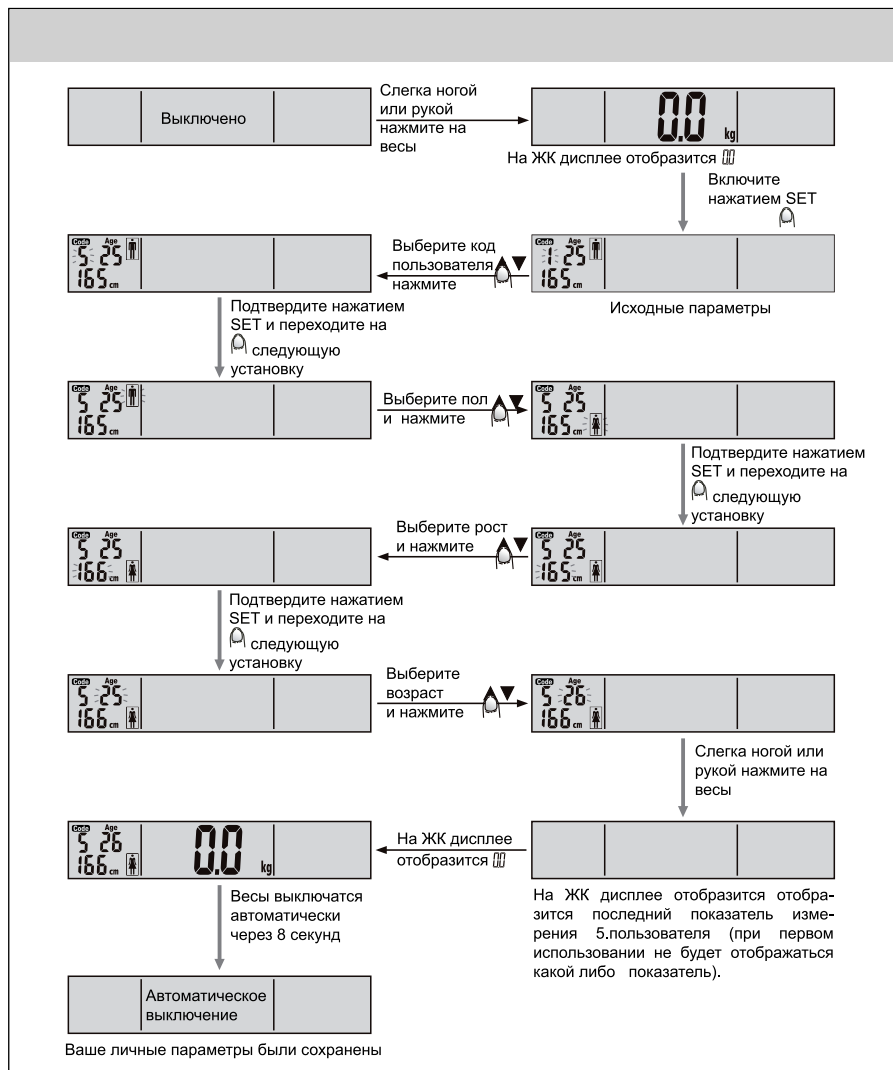
② Параметры можно установить в следующих пределах:

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

# Электронные напольные весы

SBS 5020 / SBS 5021

RU



## Рекомендация:

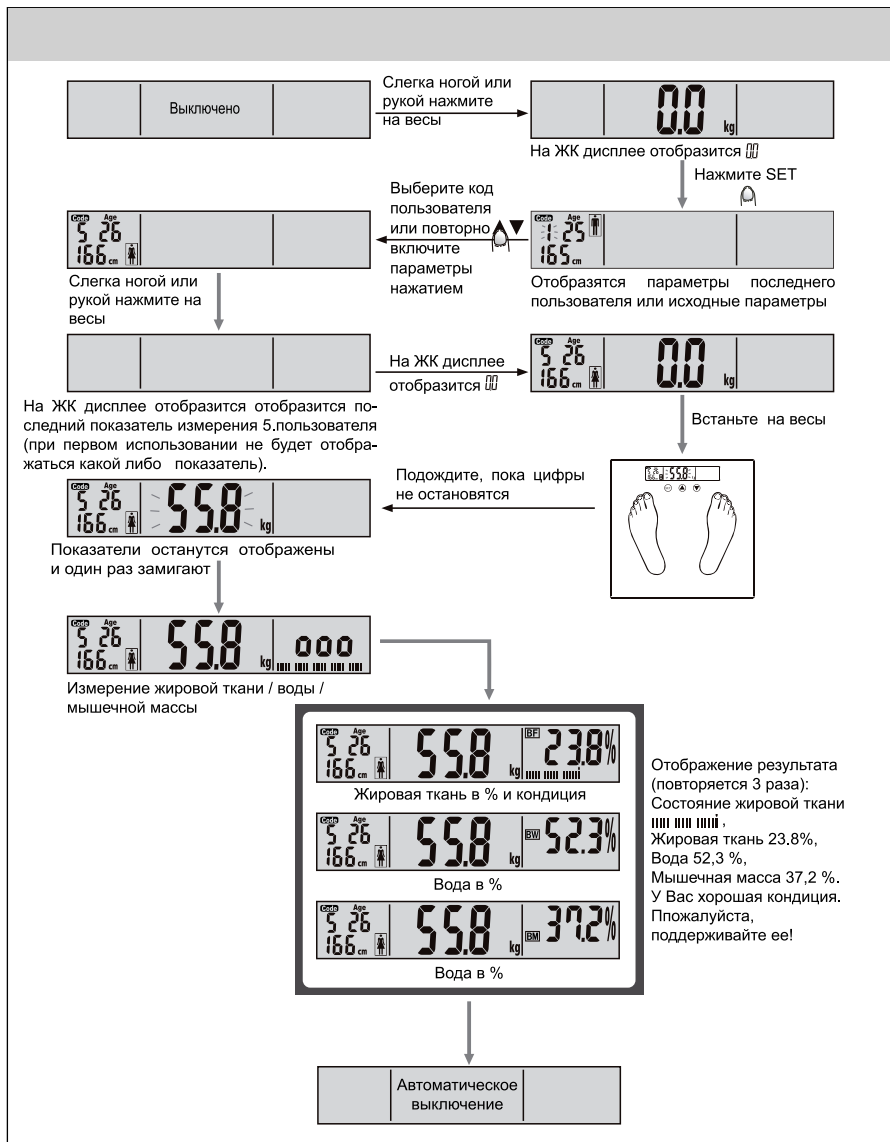
- Во время установки параметров можете в любое время нажатием ноги или руки на поверхность весов, весы обнулить. На основе только что установленных / исправленных параметров можете начать измерение жировой ткани / воды/ мышечной массы в организме.
- После окончания установки можете всегда продолжать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

RU-9

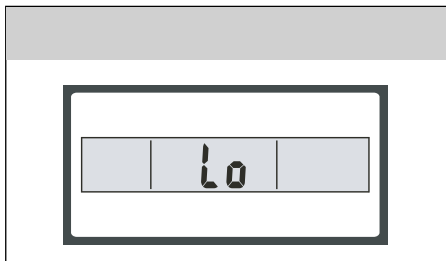
## 2) Начало измерения

Для обеспечения точности, снимите перед взвешиванием обувь и носки.

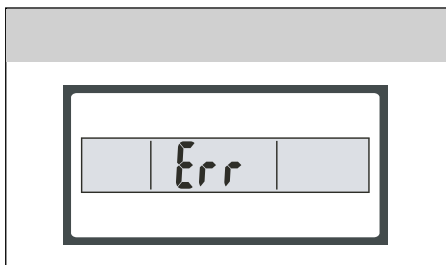
Пример: 5. Пользователь, женщина, рост 166 см, 26 лет может провести измерение следующим образом:



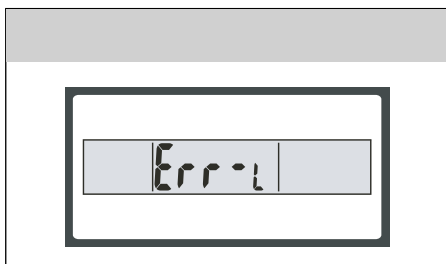
## Предупреждающие показатели



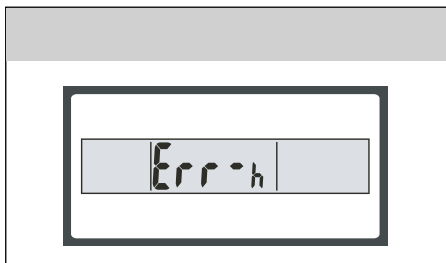
Показание разряженной батареи  
Батареи разряжены, замените их на новые.



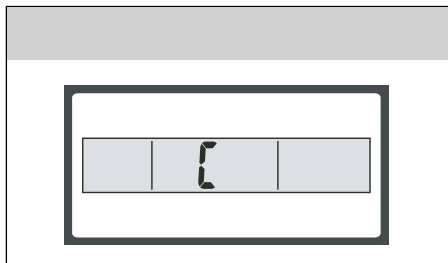
Показание перегрузки  
Вес взвешиваемого человека превысил максимальную нагрузку весов. Во избежание повреждения сенсоров сойдите с весов.



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	iiii
	16,1–20,5 %	57,7–54,7 %	11,1–15,5 %	61,1–58,1 %	низкий уровень жировой ткани	iiiiiii
	20,6–25,0 %	54,6–51,6 %	15,6–20,0 %	58,0–55,0 %	нормальный уровень жировой ткани	iiiiiiiiiii
	25,1–30,5 %	51,5–47,8 %	20,1–24,5 %	54,9–51,9 %	высокий уровень жировой ткани	iiiiiiiiiii
	30,6–45,0 %	47,7–38,8 %	24,6–45,0 %	51,8–37,8 %	Очень высокий уровень жировой ткани	iiiiiiiiiii
>30	4,0–20,0 %	66,0–55,0 %	4,0–15,0 %	66,0–58,4 %	Очень низкий уровень жировой ткани	iiii
	20,1–25,0 %	54,9–51,6 %	15,1–19,5 %	58,3–55,3 %	низкий уровень жировой ткани	iiiiiii
	25,1–30,0 %	51,5–48,1 %	19,6–24,0 %	55,2–52,3 %	нормальный уровень жировой ткани	iiiiiiiiiii
	30,1–35,0 %	48,0–44,7 %	24,1–28,5 %	52,2–49,2 %	высокий уровень жировой ткани	iiiiiiiiiii
	35,1–45,0 %	44,6–37,8 %	28,6–45,0 %	49,1–37,8 %	Очень высокий уровень жировой ткани	iiiiiiiiiii

- 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 перезагрузить. 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 батареек типа CR2032
Предел взвешивания .....	от 2,0 до 150 кг
Весовая чувствительность .....	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**

Упаковочный материал необходимо утилизировать только в специально отведенных местах для сбора мусора.

**ИНСТРУКЦИИ ПО УТИЛИЗАЦИИ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО И ЭЛЕКТРОННОГО ОБОРУДОВАНИЯ**

Данное обозначение на изделии или на оригинальной документации к нему означает, что отработавшее электрическое и электронное оборудование не следует выбрасывать вместе с обычными бытовыми отходами. Следует передать его в специализированные центры сбора отходов для утилизации и повторной переработки. Кроме того, в некоторых странах Европейского Союза отработавшие изделия можно вернуть по месту приобретения при покупке аналогичного нового продукта. Правильная утилизация данного изделия позволит сохранить ценные природные ресурсы и предотвратить вредное воздействие на окружающую среду. Дополнительную информацию можно получить, обратившись в местную информационную службу или в центр сбора и утилизации отходов. В соответствии с местным законодательством, неправильная утилизация отходов данного типа может повлечь за собой наложение штрафа.

**Для предприятий стран ЕС**

Для получения информации о правильной утилизации электрического или электронного оборудования обратитесь в пункт розничной или оптовой продажи.

**Утилизация оборудования в других странах, не входящих в состав ЕС**

Данный символ действителен на территории Европейского Союза. Для получения информации об утилизации данного продукта обратитесь в местную справочную службу или по месту его приобретения. Данное изделие соответствует требованиям ЕС по электромагнитной совместимости и электробезопасности.



Данный продукт соответствует всем соответствующим основным стандартам ЕС.