

TECHNICKÉ PARAMETRY:

- 1/ Rozmezí měření tělesného tuku (v procentech) 5.0-50%
- 2/ Rozlišovací schopnost 0.1%
- 3/ Rozsah vložených osobních dat:
 - Výška 90.0cm-240.0cm
 - Váha 10.0kg-250.0kg
 - Věk 10 let-99 let
 - Pohlaví Muž / Žena
- Čas reakce 6 sec.
- 4/ Příkon okolo 0.001watt.
- 5/ funkce paměti uskladnění až 8 osobních profilů
- 6/ Životnost baterie vložená baterie alespoň 1000 měření
- 7/ Operační prostředí 10.0°C – 40.0°C při relativní vlhkosti do 95%
- 8/ Rozměry (délka/výška/šířka) 9.4cmX7.1cmX1cm
- 9/ Váha cca 40g



Starý výrobek zanechtejte tam, kde si obstaráváte výrobek nový.

- starý výrobek zanechtejte tam, kde si obstaráváte výrobek nový
- starý výrobek odložte na místo k tomu určené (místo určené pro sběr nebezpečného odpadu, speciální sběrné místo, atd.)

Tímto přispějete k recyklaci a zhodnocení prošlého elektrického i elektronického zařízení, jež by mohlo mít v opačném případě negativní důsledky na životní prostředí a lidské zdraví.

Dovozce: SEDCO Prostějov

MĚŘIČ-ANALYZÉR TĚLESNÉHO TUKU

Model: JS-203

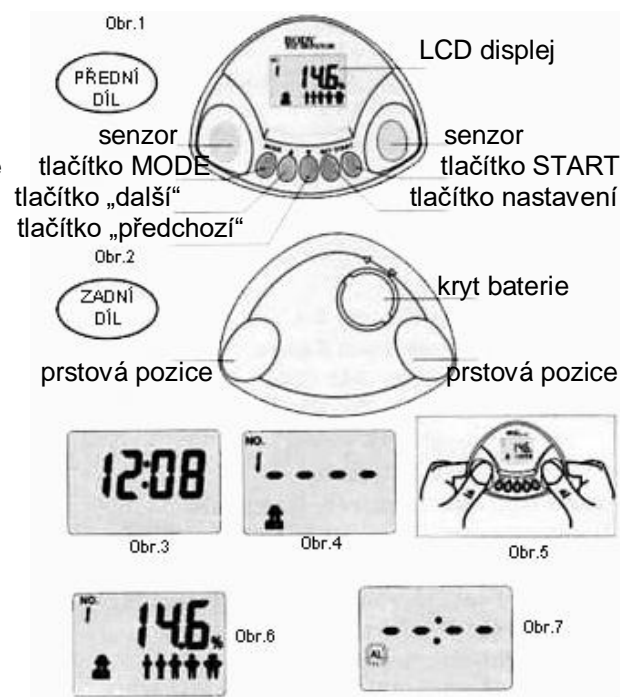
Návod k obsluze

Děkujeme Vám, že jste si zakoupili náš výrobek. Analyzátor tělesného tuku můžete použít kdekoli a kdykoli. Jeho plochý a kompaktní design umožňuje snadnou přepravu.

JS-203 měří tělesný tuk téměř do 6 sekund. Vložte jednoduše osobní data a stiskněte tlačítko START. Tělesný tuk ukázaný v procentech Vás upozorní na vaši tělesnou kondici. Jen pět tlačítek a paměťový sklad až na 8 osobních profilů Vám dají snadný přístup a obsluhu.

Upozornění:

1. Nevystavujte měřidlo extrémním teplotám, nadměrné vlhkosti nebo přímému slunečnímu světlu.
2. Neoplachujte ani neomývejte měřidlo jakoukoli tekutinou.
3. Vyhněte se extrémním šokům, nárazům, upuštění měřidla na zem apod.
4. Nerozkládejte, nedemontujte měřidlo.



FUNKCE:

1/ Nastavení hodin

- Stiskněte tlačítko MODE až se dostanete do režimu hodin. Viz obrázek 3.
- Stisknutím tlačítka SET na 2 sekundy se dostanete do nastavení hodin. Na displeji se zobrazí „24H“ nebo „12H“. Stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ vyberte formát času a volbu potvrdíte stisknutím tlačítka SET. Poté začne na displeji blikat nastavení hodiny.
- Stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ zadejte hodinu. Stiskněte tlačítko SET. Poté bude na displeji blikat nastavení minut.
- Stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ zadejte minuty. Poté stiskněte tlačítko SET.

2/ Nastavení osobních údajů

- Stiskněte tlačítko MODE pro vstup do režimu měření těl.tuku.
- Na displeji bude blikat profil „No.“, stiskněte tlačítko ▲ nebo ▼ a vyberte požadované číslo profilu (je možno uložit 8 různých osobních profilů). Stiskněte tlačítko SET pro zadání osobních údajů. Stiskněte tlačítko ▲ nebo ▼ pro výběr správné hodnoty. Pro uložení údaje stiskněte SET pro potvrzení. Stejným postupem pokračujte u všech údajů: váha – výška - věk – pohlaví.

Upozornění: Jakmile budete vyměňovat baterii, Vaše osobní data budou vymazána. Zadejte je znovu.

3/ Měření

- V režimu měření vyberte stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ profil uživatele. Pokud se chystá k měření nový uživatel, zadejte jeho osobní údaje dle postupu v bodu 2/ Nastavení osobních údajů.
- Pokud jsou osobní data kompletní, stiskněte tlačítko START. Viz obr.4. Správně položte palce na senzory a pevně je stiskněte. Viz obr.5. Díky malým elektrickým signálům z palců vedených přes senzory dochází k měření. Měřidlo spočítá Vaše procento tělesného tuku a to se zobrazí na displeji. Viz. obr.6.

4/ Nastavení alarmu

- Stisknutím tlačítka MODE zvolte režim alarmu (na displeji bliká „AL“)
- Stisknutím tlačítka SET na 2 sekundy vstoupíte do nastavení. Stiskněte tlačítko ▲ nebo ▼ a alarm zapnete nebo vypnete. Pokud je alarm vypnut na displeji bliká --:--. Viz obr. 7. Pokud je režim zapnut, na displeji bliká čas předešlého alarmu.
- Pokud jste alarm aktivovali, stiskněte tlačítko SET a hodiny alarmu budou blikat. Stisknutím tlačítka ▲ nebo ▼ zadejte požadovanou hodinu alarmu. Stiskněte tlačítko SET a stejně zadejte minuty alarmu. Pro potvrzení zadaného stiskněte tlačítko SET.

5/ Tipy pro měření

- Měření provádějte čistými prsty.
- Ranní doba není vhodná pro měření. Tělo je po nočním spánku často dehydrováno.
- Pro přesnější měření doporučujeme vymočít se před testováním. Zdržte se močopudných nápojů, kofeinu, alkoholu a dalších látkám ovlivňující normální hydrataci. Biologické faktory včetně menstruačního cyklu, choroby a nemoci mohou ovlivnit přesnost měření. Vyhněte se měření během těchto období.
- Doporučujeme měřit těl.tuk dvakrát v měsíci. Častější kontrolování procenta těl.tuku není užitečné, změny nejsou znatelné. Jakmile začnete měřit procento tělesného tuku a přitom se snažíte o snížení tělesné váhy, pak spolu s dodržováním zdravých stravovacích návyků se tělesné cvičení stane snadnější.

Typy tělesného tuku: podle procenta rozsahu tělesného tuku

POHLAVÍ/VĚK	PODVÁHA	ZDRAVÝ	LEHKÁ NADVÁHA	NADVÁHA	OBEZITA
Muž/ 30 a méně	Méně než 14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	Více než 35%
Muž/ nad 30	Méně než 17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	Více než 38%
Žena/30 a méně	Méně než 17%	17%-24%	24,1%-30%	30,1%-40%	Více než 40%
Žena/ nad 30	Méně než 20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	Více než 43%

ZPRÁVA O CHYBĚ:

Když se na displeji zobrazí „Err“ (viz. obr. 8) může to znamenat:

- palce nejsou umístěny správně
- palce jsou příliš suché pro působení jako vodič
- tlak palců není dostatečně pevný a z toho důvodu je špatný kontakt mezi palci a měřičem.



obr.8

UPOZORNĚNÍ:

1/ Měření procenta těl.tuku a tabulka typů je pouze pro orientaci. Neslouží jako zdravotní pomůcka. V případě potřeby se poraďte se svým lékařem.

2/ Pro zajištění správného měření doporučujeme otřít senzory suchým a čistým hadříkem před a po každém použití.

3/ Udržujte měřič z dosahu dětí (především baterii).

! Pro jistotu, nedoporučujeme měřidlo používat těhotným ženám nebo osobám se srdečním stimulatorem nebo s implantovaným jiným lékařským přístrojem.

VÝMĚNA BATERIÍ:

Pokud poklesne napětí v baterii měřiče JS-203, začne displej slábnout nebo se zcela ztratí. V tomto případě je baterii nutno vyměnit. Necháte-li vybitou baterii v přístroji, hrozí vytečení a nevratné poškození měřiče. Používejte značkové baterie nebo jejich ekvivalent!

Pomocí mince nebo podobného nástroje otevřete kryt baterie. Vyjměte vybitou a vložte odpovídající novou baterii. Dbejte na správnou polaritu = nápísem nahoru. Pak kryt baterie opět zavřete. Nevhazujte staré baterie do ohně a nesnažte se je dobít. Nenechávejte baterie volně v dosahu dětí!

Upozornění: při vystavení měřiče po delší dobu přímému slunci a při vyšších teplotách vzduchu nad 50°C, může displej dočasně zčernat nebo se trvale poškodit.