

*Analytická osobní váha se Smart aplikací* • NÁVOD K OBSLUZE **CZ** 2 - 14

*Analytická osobná váha so Smart aplikáciou* • NÁVOD NA OBSLUHU **SK** 15 - 27

*Analytic bathroom scale with a Smart application* • INSTRUCTIONS FOR USE **GB** 28 - 39

*Analitikus személyi mérleg Smart aplikációval* • KEZELÉSI ÚTMUTATÓ **H** 40 - 51

*Osobowa waga analityczna z aplikacją Smart* • INSTRUKCJA OBSŁUGI **PL** 52 - 63



22/2/2019

*eta*

# eta 7780

## NÁVOD K OBSLUZE

Vážený zákazníku, děkujeme Vám za zakoupení našeho produktu. Před uvedením tohoto přístroje do provozu si velmi pozorně přečtěte návod k obsluze a tento návod spolu se záručním listem, pokladním dokladem a podle možností i s obalem a vnitřním obsahem obalu dobře uschovejte.



### I. BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ

- Instrukce v návodu považujte za součást spotřebiče a postupte je jakémukoliv dalšímu uživateli spotřebiče.
- **Spotřebič je určen pouze pro použití v domácnosti a podobné účely! Není určen pro použití v lékařských zařízeních a komerční použití!**
- Tento spotřebič mohou používat děti ve věku 8 let a starší a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými či mentálními schopnostmi nebo nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jsou pod dozorem nebo byly poučeny o používání spotřebiče bezpečným způsobem a rozumí případným nebezpečím. Děti si se spotřebičem nesmějí hrát. Čištění a údržbu prováděnou uživatelem nesmějí provádět děti, pokud nejsou starší 8 let a pod dozorem.
- Nikdy spotřebič nepoužívejte, pokud nepracuje správně, pokud upadl na zem a poškodil se nebo pokud spadl do vody. V takových případech zanechte spotřebič do odborného servisu k prověření jeho bezpečnosti a správné funkce.
- **Nestoupejte na váhu s mokřými chodidly nebo na vlhký povrch váhy, jinak hrozí nebezpečí uklouznutí!**
- **Váhu nikdy neponořujte do vody (ani částečně)!**
- Nestoupejte na okraj váhy! Hrozí zvrtnutí váhy a nebezpečí úrazu!
- Pokud byla váha skladována při nižších teplotách, nejprve ji aklimatizujte.
- Váhu používejte pouze ve vodorovné poloze na místech, kde nehrozí její převrhnutí, v dostatečné vzdálenosti od tepelných zdrojů (např. **kamna, krb, tepelné zářiče**), zdrojů zvýšené vzdušné vlhkosti (např. **sauna, koupelna, bazén**) a zařízení se silným elektromagnetickým polem (např. **MV trouba, rádio**).
- Mějte na zřeteli, že údaje, které byly zjištěny na této váze, jsou pouze přibližné a nepřesné ve srovnání s výsledky skutečných medicínských analýz. Přesné určení biometrických charakteristik může určit pouze lékař pomocí medicínských metod.
- Nepoužívejte váhu v průběhu těhotenství, při dialyzační léčbě a při otocích.
- Funkci analýzy tuku na této váze nepoužívejte také tehdy, pokud používáte některé z následujících zařízení: kardiostimulátor, elektrokardiograf a/nebo jiné zdravotní zařízení implantované do těla nebo používané jako podpora.
- Vždy se važte bez oděvů, bez obuvi a před jídlem. Ideální čas pro vážení je hned po ránu.
- Osobní váhu chraňte proti prachu, chemikáliím, nadměrné vlhkosti, toaletním potřebám, tekutým kosmetickým přípravkům, velkým změnám teplot a nevystavujte ji přímému slunečnímu záření.
- Váhu neumísťujte na nerovný povrch nebo povrch pokrytý kobercem. Nestabilní nebo měkká podložka pod váhou může negativně ovlivnit přesnost vážení.
- Při manipulaci s váhou postupujte tak, aby nedošlo k poranění osob nebo poškození spotřebiče.
- S váhou manipulujte opatrně. Neházejte s ní ani na ni neskákejte. Váha je odolná, ale nesprávné zacházení může zničit její elektronické snímače.

- Váhu nerozebírejte a nevyjímejte z ní žádné součástky.
- Neumísťujte žádné předměty na povrch váhy při skladování, mohlo by dojít k jejímu poškození.
- Pokud váhu nebudete dlouhodobě používat, vyjměte z ní baterie.
- Nepoužívejte dobíjecí akumulátory.
- Pokud baterie teče, okamžitě ji vyměňte, v opačném případě může poškodit váhu.
- Vybité baterie zlikvidujte vhodným způsobem (viz odst.VIII. **EKOLOGIE**).
- Udržujte baterie a váhu mimo dosah dětí a nesvéprávných osob.  
Osoba, která spolkne baterii, musí okamžitě vyhledat lékařskou pomoc!
- Nepřetěžujte spotřebič větší váhou, než je maximální kapacita váhy (180 kg)!
- Spotřebič nikdy nepoužívejte pro žádný jiný účel, než pro který je určen a popsán v tomto návodu!
- **VAROVÁNÍ:** Při nesprávném používání přístroje, které není v souladu s návodem k obsluze, existuje riziko poranění.
- Případné texty v cizím jazyce a obrázky uvedené na obalech, nebo výrobku, jsou přeloženy a vysvětleny na konci této jazykové mutace.
- Výrobce neodpovídá za škody způsobené nesprávným používáním spotřebiče (např. **poškození povrchu desky apod.**) a není odpovědný ze záruky za spotřebič v případě nedodržení výše uvedených bezpečnostních upozornění.

### Bezdrátové spojení a kompatibilita

- Společnost ETA nemůže být žádným způsobem zodpovědná za jakékoliv náhodné, nepřímé nebo následné škody, ani za ztráty dat či ztráty způsobené únikem informací během komunikace prostřednictvím technologie Bluetooth.
- Úspěšnou bezdrátovou komunikaci nelze 100% zaručit u všech Smart zařízení. To musí vyhovovat specifikaci Bluetooth předepsané společností Bluetooth SIG, Inc., a jejich shoda se specifikací musí být certifikována. Přesto však platí, že i když zařízení tomuto vyhovuje, mohou vzhledem k rozmanitosti přístrojů na trhu nastat případy, kdy charakter či specifikace daného Smart zařízení znemožňuje připojení, případně je nějakým způsobem narušeno. Tato skutečnost není důvodem k reklamaci spotřebiče.
- Rádiové vlny vysílané zařízeními mohou rušit fungování některých lékařských zařízení. Toto rušení může mít za následek závadu. Z tohoto důvodu nepoužívejte zařízení na těchto místech:
  - v nemocnicích, ve vlacích, v letadlech, na čerpacích stanicích a všude, kde se mohou vyskytovat hořlavé plyny,
  - v blízkosti automatických dveří či hlásičů požáru.

## II. VŠEOBECNÉ INFORMACE

Zakoupili jste si zařízení, které na první pohled vypadá a chová se jako obyčejná váha. Pokud však k němu pomocí bluetooth připojíte jakékoliv Smart zařízení s operačním systémem Android či iOS s nainstalovanou aplikací **VITAL BODY**, stane se váha multifunkčním moderním pomocníkem pro sledování a analýzu různých tělesných charakteristik.

Po spárování váhy a Smart zařízení zobrazuje aplikace **VITAL BODY** výsledky měření v reálném čase.



### Vlastnosti aplikace VITAL BODY

- zobrazuje, analyzuje a shrmažďuje naměřená data - tělesný tuk, vodu v těle, svalovinu, kosti, viscerální tuk, metabolický věk, doporučuje minimální kalorický příjem a vyhodnocuje index BMI;
- má paměť až pro 10 profilů/osob (lze vložit: pohlaví, věk, výšku, jméno, vlastní fotografii a požadovanou cílovou váhu, které chcete dosáhnout);
- umožňuje přepnutí jednotek hmotnosti (kg/lb/st.lb) a výšky (cm);
- zobrazuje rozdíl mezi aktuální a poslední zváženou hodnotou;
- umožňuje sledovat pokroky jednotlivých změřených hodnot v čase (včetně grafického znázornění);
- možnost stanovení a sledování cíle jednoho uživatele (požadované hmotnosti) za libovolné časové období;
- funkce připomenutí sportovních aktivit (tzv. sportovní režim).

### Pro analýzu tuku je důležité:

- počkat cca 15 minut poté co vstanete z postele, protože voda v našem těle může být nerovnoměrně rozložena.
- odpočinout si několik hodin (cca 6-8) po neobvykle vyčerpávající aktivitě.

**Analýza tuku neposkytne užitečné informace dětem pod 10 let a dospělým nad 80 let, osobám s horečkou; po absolvování dialýzy; osobám se symptomy osteoporózy nebo osobám, které užívají kardiovaskulární léky; těhotným ženám; sportovcům, kteří mají hodně svalové hmoty; protože jejich výsledky mohou být zkreslené. Obézní lidé, kteří chtějí zhubnout a velmi hubení lidé, kteří chtějí přibrat, by měli způsob léčby a diety konzultovat se svým ošetřujícím lékařem.**

### Proč je důležité vědět, jakou máte hodnotu tuku v těle a vody v organizmu?

Analýza procentuálního poměru tělesného tuku nebo vaší tělesné kompozice je účinným způsobem stanovení úrovně vašeho zdraví. Obsah vody v organizmu je ukazatelem dobrého zdraví. Pokud se hmotnost nemění a hodnota % TBW (celkového obsahu vody v organizmu) vzrůstá, znamená to, že svalová hmota v těle narůstá (což je pro zdraví dobré). Pokud hodnota % TBW klesá, znamená to úbytek svalové hmoty v těle a nárůst množství tuku, případně to indikuje nesprávné vyvážení vody v organizmu nebo některé možné nemoci spojené s nedostatkem vody v organizmu. Obecně platí, čím více má člověk svalové hmoty, tím vyšší je obsah vody v těle.

### Orientační tabulka množství tělesného tuku v těle

Věk	Ženy (%)				Muži (%)			
	Podváha	Zdravá	Nadváha	Obezita	Podváha	Zdravý	Nadváha	Obezita
<30	<14	14 - 21	21 - 29	29>	<9	9 - 15	16 - 23	23>
31 - 50	<15	15 - 23	24 - 30	30>	<11	11 - 18	19 - 25	25>
51>	<16	16 - 25	26 - 33	33>	<12	12 - 20	21 - 28	28>

Optimální množství vody v organizmu je pro muže přibližně 50 - 65 %, pro ženy pak 45 - 60 %.

## Orientační tabulka množství svalové proporce v těle

Věk	Žena %			Muž %		
	Málo	Normálně	Hodně	Málo	Normálně	Hodně
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

### BMI

Technologie používaná přístrojem - Bio-elektronická analýza impedance se liší od starší metody BMI. Při používání metody BMI je % tuku počítáno pomocí poměru výšky a váhy. Technologie BIA používá 5 parametrů pro získání přesnějšího rozlišení pro analýzu. Hmotnost a biologický odpor je změřen váhou. Ostatní tři údaje je nutno zadat ručně (pohlaví, výška, věk). Tento index stanovuje vzájemný poměr mezi tělesnou hmotností a výškou. Lze pomocí něj zjistit, zda člověk trpí podváhou, nadváhou či obezitou nebo zda jeho tělesný stav je v normě. Také z hlediska srdečních a cévních onemocnění je body mass index poměrně dobrý ukazatel rizika, především u zdravých osob. Nicméně je to ukazatel pouze orientační. Odborníci doporučují doplnit výpočet alespoň o měření obvodu pasu, upřesňujícího rozložení tělesného tuku. BMI neposkytne příliš spolehlivé informace malým dětem, starším lidem a aktivním sportovcům, kteří mají hodně svalové hmoty; protože jejich výsledky mohou být zkreslené.

BMI	Podváha	Normální stav	Nadváha	Obezita
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

### Minimální energetická spotřeba KCAL

Představuje minimální množství energetického příjmu potřebné pro zachování základních životních funkcí. Data ukazují minimální denní spotřebu energie, kterou při vaší hmotnosti, výšce, věku a pohlaví vydáte.

239 cal = 1 kJ

### Metabolický věk

Je orientační hodnota, kterou váha získá porovnáním naměřených hodnot s průměrnou hodnotou v běžné populaci. Popisuje celkovou kondici a aktivitu metabolismu a je vhodným doplňkovým ukazatelem stavu vaší kondice. Pokud se vypočítaná hodnota shoduje s vaším kalendářním věkem, jste na tom dobře. Pokud je dokonce nižší, než váš kalendářní věk, je to pro vás dobrá zpráva. Pokud však je hodnota mnohem vyšší, než váš kalendářní věk (někdy i o desítky let), měli byste přehodnotit svoji životosprávu - jíst zdravěji, mít dostatek aktivního pohybu a zvýšit podíl svalové hmoty.

### Viscerální tuk

Většina tělesného tuku se nachází pod kůží a má důležité funkce (ochrana těla, obalování kloubů, zásobárna energie a některých vitamínů...); tento tuk je v optimálním množství důležitý a prospěšný. Problém však nastává, pokud je podíl tuku větší než optimální. Ne jinak tomu je s tukem viscerálním (nebo orgánovým), který se nachází okolo a uvnitř našich orgánů a slouží k jejich ochraně. Zákeřnost tohoto tuku je v tom, že není tak snadno rozpoznatelný, jako tuk podkožní a může vést k celé řadě vážných onemocnění. Proto je vhodné jeho množství v našem těle alespoň orientačně znát a případně dle těchto zjištění upravit životosprávu.

**Pokud vaše hodnoty dosahují:**

1 - 9 = normální hodnoty

10 - 14 = vysoké hodnoty

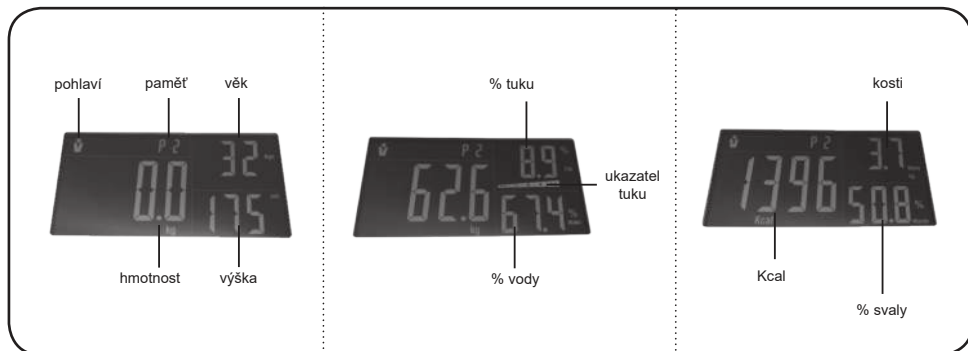
&gt;15 = velmi vysoké hodnoty

**Důležité poznámky:**

- 1) Tato váha vyžaduje, abyste se vážili bosí z důvodu správné vodivosti během analýzy tělesného tuku. **Pokud neproběhne analýza (ale zobrazí se jen vaše hmotnost) očistěte si nohy a vážící plochu nejlépe vlhkým ubrouskem pro zlepšení vodivosti.**
- 2) Váhu neumísťujte na nerovný povrch nebo povrch zakrytý kobercem.
- 3) Nadměrná konzumace tekutin a potravin, cvičení, zdravotní podmínky, užívané léky, ženský menstruační cyklus apod., mají vliv na výsledky analýzy.
- 4) Při měření nesmí být kontakt mezi chodidly, lýtky ani stehny. V opačném případě měření nemusí být přesné. Proti vzájemnému doteku stehen nebo lýtek můžete mezi ně vložit ručník.
- 5) Z důvodu přirozených odlišností mezi lidmi jsou výše uvedené tabulky a údaje pouze pro informační účely.

**III. PŘÍPRAVA K POUŽITÍ**

Odstraňte veškerý obalový materiál a vyjměte váhu. Z váhy odstraňte všechny případné adhezivní fólie, samolepky nebo papír. Otevřete kryt baterií na spodní straně váhy, **vložte baterie správnou polaritou** a kryt opačným způsobem uzavřete. Umístěte váhu na rovný, pevný a suchý povrch.

**Displej váhy**

Displej váhy po jejím zapnutí a spárování se smart zařízením zobrazí údaje z profilu, který je zvolen v aplikaci Vital Body (pohlaví, pozice v paměti, věk a výšku). Po úspěšné analýze se pak v příslušných sektorech displeje budou zobrazovat jednotlivé výsledky.

**Jednotky hmotnosti a výšky**

Váha samotná disponuje přepínačem jednotek hmotnosti „UNIT“ na spodní straně váhy, tím můžete změnit jednotky mezi kg - lb - st:lb. Jednotky hmotnosti můžete změnit také v samotné aplikaci.

kg = kilogram

lb = libra (britská jednotka hmotnosti)

st = stone (americká jednotka hmotnosti)

1 kg = 2,2 lb

1 lb = 0,454 kg

1 st = 6,356 kg

## Výměna baterie

Otevřete kryt baterií na spodní straně váhy. Vložte baterie správnou polaritou a kryt uzavřete. Pro tento spotřebič používejte typ AAA baterií (4 ks). Pokud spotřebič nepoužíváte delší dobu, baterie z něj vyjměte!

### Poznámka

Nepoužívejte rozdílné typy baterií. Nepoužívejte spolu ani použité a nové baterie.

## IV. POKYNY K OBSLUZE

Vaše váha je jemné elektronické zařízení. Jednou z věcí, které se nejsložitěji váží, je lidské tělo, protože je stále v pohybu. Pokud chcete dosáhnout spolehlivých výsledků, vždy se snažte stoupnout celými chodidly na stejné místo na váze a stůjte nepohnutě. Přitom se nenaklánějte a váhu používejte pokud možno na stejném místě (podložce). Pokud je to možné, vaňte se během dne ve stejný čas (nejlépe ráno), aby bylo dosaženo srovnatelných výsledků. Pamatujte, že nadbytečné oblečení může zvýšit vaši hmotnost, rovněž jako jídlo a pití před vážením. Krátkodobé kolísání hmotnosti je všeobecně přisuzováno úbytku (ztrátě) tekutin.

### 1) STANDARDNÍ VÁŽENÍ

Bez použití aplikace **VITAL BODY** na Smart přístroji poskytuje zařízení základní funkci vážení hmotnosti, kterou disponují všechny obyčejné váhy.

**Pro zahájení vážení můžete použít 2 možnosti zapnutí:**

- Postavte se na váhu, tím se váha automaticky zapne. Nehýbejte se a počkejte na zvážení.
- Váhu zapněte nášlapem a vyčkejte, až se na displeji zobrazí „0.0“. Po zobrazení „0.0“ si stoupněte na váhu a počkejte na zvážení.

– Po chvilce zvážená hmotnost zabliká a hodnota zůstane ještě 7 vteřin zobrazena na displeji. **Potom se váha automaticky vypne.**

### Poznámky

- Váha se automaticky vypne, pokud na ni nestoupnete do 30 vteřin po zobrazení „0.0“.
- Váhu doporučujeme používat od cca 8 kg hmotnosti vážené osoby.

## 2) VÁŽENÍ S ANALÝZOU A S POUŽITÍM VITAL APLIKACE

### 2.1 První kroky

Před prvním použitím zdarma stáhněte do svého Smart zařízení aplikaci s názvem **VITAL BODY**. Tu naleznete v databázi aplikací Apple Store či Google Play, nebo můžete pro urychlení použít následující QR kód:



### Poznámky

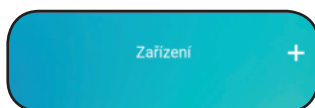
- Pokud není QR kód aktivní, vyhledejte aplikaci manuálně podle názvu „Vital Body“.
- Pro stažení české verze aplikace musíte mít nastavenou ve smart zařízení češtinu jako systémový jazyk.

## 2.2 Párování zařízení

Tento postup provedte jak pro první párování, tak v případě potřeby spárování během pravidelného používání.

- Zapněte funkci Bluetooth na vašem Smart zařízení.
- Zapněte aplikaci **VITAL BODY**.
- Při prvním zapnutí se zobrazí úvodní obrazovka, kde si vytvoříte svůj profil (vyberte pohlaví, napište jméno, vložte datum narození, svoji výšku a hmotnost, které chcete dosáhnout. Pokud budete chtít, po kliknutí na obrázek postavy můžete vložit vlastní fotografii). Po vložení všech informací stiskněte „**Další**“. Profil budete moci později editovat.

- V pravém horním rohu klikněte na ikonu „+“.




- Zvolte „**Váha s tělesnou analýzou**“.



- f) Váhu zapněte. Poté ihned začne detekovat kompatibilní zařízení v nejbližším okolí.
- g) Jakmile Smart zařízení váhu nalezne, zobrazí ji na displeji; poté stiskněte „**Spárovat**“.



Pokud je spárování úspěšné, ve vrchní části se zobrazí název zařízení. Zároveň také symbol .

#### Důležité

Párování s váhou neprovádějte přímo v nastavení vašeho telefonu! Párování mobilu s váhou probíhá pouze přes aplikaci.

### 2.3 Inicializace (kalibrace) váhy


Tento proces je nutné opakovat vždy, když je váha přemístěna.

- zapněte váhu nášlapem (stoupněte doprostřed vážicí plochy).
- zobrazí se „0.0“.
- vyčkejte na automatické vypnutí, poté je váha připravena k další analýze.

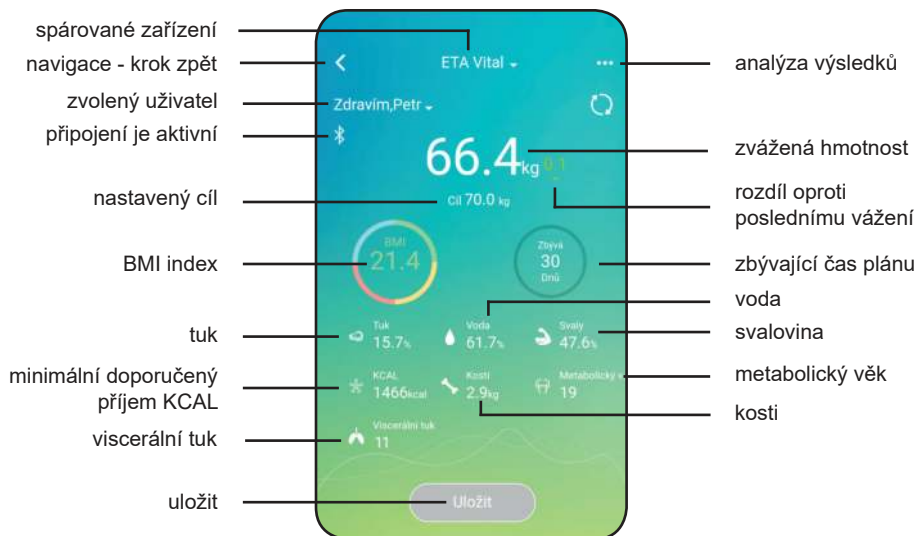
### 2.4 Vážení a analýza dat

- zapněte aplikaci **VITAL BODY**, aktivujte funkci bluetooth, zvolte body fat váhu a vyberte si svůj uložený profil.
- na bosu si stoupněte doprostřed vážicí plochy. Stůjte klidně, aby váha co nejpřesněji změřila vaše charakteristiky.

#### !Důležité!

Před samotným vážením nejprve váhu nášlapem zapněte a nechejte váze několik sekund pro spárování se smart zařízením. Připravenost váhy pro analýzu je signalizována zobrazením symbolu  v levé horní části aplikace a zároveň zobrazením údajů profilu (který je zvolen v aplikaci) na displeji váhy.

- váha začne měřit vaši hmotnost; jakmile se hodnota na displeji váhy ustálí, proklikne na displeji ukazatel tuku a váha i aplikace zobrazí výsledky měření.
- pokud chcete aktuální měření uložit do historie, aby byla součástí statistiky, stiskněte v aplikaci tlačítko „**Uložit**“.



### Pokud zařízení mezi sebou nekomunikují

Občas se u Smart zařízení stává, že se spárování nezdaří (ať už párování první, nebo během opakovaného používání). Pokud je to i váš případ, zkuste některý z těchto postupů, případně jejich kombinaci:

- 1) dejte k sobě zařízení co nejbližší (cca 50 - 100 cm)
- 2) ujistěte se, že systém není rušen jiným el. zařízením (např. dálkový ovladač TV apod.)!
- 3) ujistěte se, že váha není spárována s jiným zařízením v okolí.  
Před spárováním s jiným zařízením je nutné zrušit spárování s aktuálním zařízením.
- 4) restartovat váhu (dle instrukcí v sekci 2.3 inicializace váhy; případně vyjměte a znovu vložte baterie).
- 5) restartovat aplikaci **VITAL BODY**, případně ji vynuceně v systému vypnout a zapnout.
- 6) restartovat celé Smart zařízení.
- 7) vyzkoušejte aplikaci na jiném zařízení.

### Poznámka:

- Ujistěte se, že máte na svém Smart zařízení aktivovanou funkci bluetooth s trvalou viditelností pro ostatní zařízení.
- **Další rady a podporu naleznete na stránkách <http://eta.cz/vitalbody>**
- Pokud se vám nepodaří aplikaci spárovat ani po vyzkoušení všech výše uvedených možností a váha nebude reagovat ani na jiné kompatibilní Smart zařízení, váhu reklamujte.

## 2.5 Práce s aplikací VITAL BODY

Základem pro orientaci v aplikaci je spodní lišta: **Zařízení - Analýza - Plán - Nastavení**

**Poznámka** - krok zpět provedete v aplikaci kliknutím na ikonu „<“ v levém horním rohu.

		BMI VÁHA			
Zařízení	+	VÁHA S TĚLESNOU ANALÝZOU			
		BMI VÁHA			
		VÁHA S TĚLESNOU ANALÝZOU	Hlavní obrazovka měření	VYBERTE ZAŘÍZENÍ	
				Výběr uživatele	
		...		ČÍSELNÁ ANALÝZA	Výsledky číselné
				GRAFICKÁ ANALÝZA	Výsledky v grafu (dle týdne, měsíce, roku)
					DATUM

Po zapnutí se aplikace aktivuje v sekci „**Zařízení**“ a nabídne výběr ze 2 zařízení. Vy zvolte vždy „**Váha s tělesnou analýzou**“, případně přidejte zařízení nové, viz postup ze sekce 2.2 (b,d,e).

Po výběru váhy se zobrazí hlavní obrazovka měření, ve které si dále můžete zvolit uložený profil uživatele, vybrat zařízení, nebo otevřít statistiky dřívějšího měření.

Analýza	ČÍSELNÁ ANALÝZA	Číselné výsledky	DATUM	Výběr dle dnů/měsíců
	GRAFICKÁ ANALÝZA	Výsledky v grafu (dle týdne, měsíce, roku)		

Další ze základních sekcí je „**Analýza**“.

**Číselné výsledky** - poskytují náhled na změřené hodnoty hmotnosti a indexu BMI v čase. Po kliknutí na příslušnou položku měření se rozvinou i hodnoty další. Po kliknutí na „**Datum**“ lze tyto výsledky dále vyhledávat v kalendáři a filtrovat podle jednotlivých dnů.

**Výsledky v grafu** - poskytují grafické znázornění jednotlivých výsledků v čase. Je možný náhled za jednotlivé týdny, měsíce či roky. Po kliknutí na příslušnou ikonu měřené veličiny (voda, tuk, svaly...) se ukáže její grafický trend za zvolený časový interval.

#### Poznámka

- Výsledky se v této sekci zobrazí vždy **pro aktuálně zvoleného uživatele/jméno**.
- Uložené údaje lze v seznamu číselných výsledků smazat tahem prstu po dané položce směrem vlevo. To odkryje pole „**smazat**“, které poté kliknutím potvrdíte.

Plán	+	Vložení cíle + sportovního režimu	Uložení
		Seznam cílů	

V sekci „**Plán**“ lze vytvořit cíl, případně skupinu cílů, kde si můžete zvolit cílovou váhu, které chcete v předem definovaném čase dosáhnout. Zvolte si název cíle, cílovou hmotnost a datum začátku a konce plánu.

U stanovení plánu lze aktivovat také tzv. sportovní režim, který vám ve stanovený čas připomene, že se máte věnovat nějaké sportovní aktivitě, např. běhání. Poté v předem definovaný čas připomene konec této aktivity.

#### Poznámka

- Stanovený cíl je platný pouze pro první užitý profil, který je aplikací pokládán za výchozího uživatele. Pro ostatní uživatele nebude aktivní.
- Uložené cíle lze v seznamu plánů smazat tahem prstu po dané položce směrem vlevo. To odkryje pole „**smazat**“, které poté kliknutím potvrdíte.

				Uložení	
<b>Nastavení</b>	<b>UŽIVATEL</b>	+	Přidání uživatele	Úprava + vložení foto	
		Výběr uloženého uživatele	Editace uživatele	Úprava + vložení foto	
				Uložení	
	<b>ZAŘÍZENÍ</b>	Náhled na spárované zařízení + přejmenování/ odpojení			
		+	Obrazovka pro přidání zařízení	BMI VÁHA	
			VÁHA S TĚLESNOU ANALÝZOU	Spárovat/ Spárováno	
<b>JEDNOTKY</b>	Změna jednotek				

Sekce „**Nastavení**“ pak poskytuje možnosti vložení dalších **profilů uživatelů** a jejich editaci. Lze zde uložit a následně editovat celkově až 10 profilů osob. Při ukládání/editaci profilu vkládejte jednotlivé údaje (vždy je potvrďte tlačítkem „**potvrdit**“ či zrušte tlačítkem „**Zrušit**“) a nakonec celé uložte stiskem tlačítka „**Uložit**“.

Podsekce **Zařízení** umožňuje zobrazení aktuálního spárovaného zařízení, jeho přejmenování/smazání, nebo přidání nového (viz postup ze sekce 2.2 (b,d,e)).

#### Poznámka

- Smazání/přejmenování zařízení provedete tahem prstu po dané položce směrem vlevo, čímž odkryjete pole „**přejmenovat/smazat**“. To poté kliknutím vyberte a potvrdíte.

Podsekce **Jednotky** slouží pro změnu jednotek hmotnosti. Jednotky můžete měnit také na hlavní obrazovce měření po kliknutí na výsledek vážení (číslo představující vaši hmotnost).

## V. ŘEŠENÍ MOŽNÝCH PROBLÉMŮ

### Pokud máte s váhou potíže:

- Zkontrolujte, zda jsou správně vloženy baterie.
- Zkontrolujte, zda je váha na rovné podlaze a nedotýká se zdi.
- Pokud se po stoupnutí na váhu (když ji chcete zapnout) na displeji neobjeví vůbec nic nebo pouze „Lo“, vyměňte baterie.
- Pokud se na displeji objeví „O - Ld“, byla váha přetížena.
- Pokud se na displeji objeví neobvyklé znaky, nebo máte problémy se spárováním zařízení, vyjměte a znovu vložte baterie.
- Pokud se na displeji objeví „Err2“, nebyla úspěšná analýza.
- Pokud se na displeji objeví pouze hodnota hmotnosti (neproběhne analýza) přerušte vážení, sestupte z váhy a proveďte očistění chodidel a sensorů váhy např. vhodným vlhkým ubrouskem.
- Pokud se projeví příznaky jako blikání displeje nebo chybné znázornění, snažte se přemístit váhu pryč z dosahu rušivého zdroje nebo zajistěte vypnutí tohoto zdroje po dobu používání váhy.

**Další rady a pomoc naleznete na stránkách <http://eta.cz/vitalbody>**

## VI. SKLADOVÁNÍ

Po použití váhu uložte do vodorovné polohy (ne svisle), mimo dosah dětí a nesvéprávných osob (viz odst. I. **BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ**).

## VII. ÚDRŽBA

Nepoužívejte drsné a agresivní čisticí prostředky (např. **ostré předměty, ředidla nebo jiná rozpouštědla**). Čištění povrchu desky váhy provádějte otíráním měkkým vlhkým hadříkem. Dbejte na to, aby se do vnitřních částí nedostala voda.

## VIII. EKOLOGIE



Pokud to rozměry dovolují, jsou na všech kusech vytištěny znaky materiálů použitých na výrobu balení, komponentů a příslušenství, jakož i jejich recyklace. Uvedené symboly na výrobku nebo v průvodní dokumentaci znamenají, že použité elektrické nebo elektronické výrobky nesmí být likvidovány společně s komunálním odpadem. Za účelem jejich správné likvidace je odevzdejte na k tomu určených sběrných místech, kde budou přijaty zdarma. Správnou likvidací tohoto produktu pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu nebo nejbližšího sběrného místa. Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národními předpisy uděleny pokuty. Vybité baterie z váhy vyjměte a vhodným způsobem prostřednictvím k tomu určených speciálních sběrných sítí bezpečně zlikvidujte. Baterie nikdy nelikvidujte spálením!

**Údržbu rozsáhlejšího charakteru nebo údržbu, která vyžaduje zásah do vnitřních částí spotřebiče, musí provést odborný servis!**

**Nedodržením pokynů výrobce zaniká právo na záruční opravu!**

Případné další informace o spotřebiči a servisní síti získáte na infolince +420 545 120 545 nebo na internetové adrese [www.eta.cz](http://www.eta.cz).

## IX. TECHNICKÁ DATA

Váživost max.:	180 kg / 396 lb / 28 st
Rozlišení:	0,1 kg
Baterie:	4 x 1,5 V AAA (jsou součástí balení)
Váha přístroje cca:	1,9 kg
Rozměry cca (D x H x V) (mm):	320 x 320 x 25
Spotřebič třídy ochrany:	III.
Frekvenční rozsah:	2402 - 2480 MHz
Výstupní výkon (max.):	0 dBm
Bluetooth verze:	4.0
Kompatibilní operační systémy:	Android 4.4; iPhone4S a iOS 8.0 (a novější)
Maximální komunikační dosah:	10 m (volný prostor bez rušení a překážek)

Tímto ETA a.s. prohlašuje, že typ rádiového zařízení ETA7780 je v souladu se směrnicí 2014/53/EU. Úplné znění EU prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese: <http://eta.cz/declaration-of-conformity>

**Změna technické specifikace a obsahu případného příslušenství dle modelu výrobku vyhrazena výrobcem. Výrobce si také vyhrazuje právo na změny/aktualizace aplikace VITAL BODY bez předchozího upozornění. Charakter těchto změn/aktualizací může způsobit, že některé informace či postupy uvedené v tomto návodu budou neaktuální či nebudou popsány.**

### UPOZORNĚNÍ A SYMBOLY POUŽITÉ NA SPOTŘEBIČI, OBALECH NEBO V NÁVODU:

HOUSEHOLD USE ONLY – Pouze pro použití v domácnosti. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Neponořovat do vody nebo jiných tekutin.



TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.

Nebezpečí udušení. Nepoužívejte tento sáček v kolébkách, postýlkách, kočárkách nebo dětských ohrádkách. PE sáček odkládejte mimo dosah dětí. Sáček není na hraní.



**IHNED VÁŽÍ:** na váhu se stačí postavit - dojde automaticky k zapnutí a zvážení.



Nestoupejte na váhu s mokřými chodidly nebo na vlhký povrch váhy, jinak hrozí nebezpečí uklouznutí!

Symbol ⚠ znamená UPOZORNĚNÍ.

# eta 7780

## NÁVOD NA OBSLUHU

Vážený zákazník, ďakujeme Vám za zakúpenie nášho produktu. Pred uvedením tohto prístroja do prevádzky, si veľmi pozorne prečítajte návod na obsluhu a tento návod spolu so záručným listom, dokladom o predaji a podľa možnosti aj s obalom a vnútorným vybavením obalu dobre uschovajte.

## I. BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA



- Inštrukcie v návode považujte za súčasť spotrebiča a postúpte ich akémukoľvek ďalšiemu užívateľovi spotrebiča.
- **Spotrebič je určený len na použitie v domácnostiach a podobné účely!**  
**Nie je určený na použitie v lekárskech zariadeniach a na komerčné použitie!**
- Tento spotrebič môžu používať deti vo veku 8 rokov a staršie a osoby so zníženými fyzickými alebo mentálnymi schopnosťami alebo nedostatkom skúseností a znalostí, pokiaľ sú pod dozorom alebo boli poučené o používanie tohto spotrebiča bezpečným spôsobom a rozumie prípadným nebezpečenstvom. Deti si so spotrebičom nesmú hrať. Čistenie a údržbu vykonávanú užívateľom nesmú vykonávať deti bez dozoru.
- Nikdy spotrebič nepoužívajte, ak nepracuje správne, ak spadol na zem a poškodil sa alebo ak spadol do vody. V takých prípadoch zaneste spotrebič do odborného servisu pre preverenie jeho bezpečnosti a správnej funkcie.
- **Odporúčame nestúpať na váhu s mokrými chodidlami alebo na vlhký povrch váhy, inak hrozí nebezpečenstvo poklznutia!**
- **Váhu nikdy neponárajte do vody (ani čiastočne)!**
- Ak bola váha skladovaná pri nižších teplotách, najskôr ju nechajte aklimatizovať.
- Nestúpajte na okraj váhy! Hrozí zvrtnutí váhy a nebezpečenstvo úrazu!
- Váhu používajte iba vo vodorovnej polohe na mieste, kde nehrozí jej prevrátenie, v dostatočnej vzdialenosti od tepelných zdrojov (napr. **kachlí, krbu, tepelných žiaričov**), zdrojov zvýšenej vlhkosti (napr. **sauny, kúpeľne, bazénu**) a zariadení so silným elektromagnetickým poľom (napr. **MV rúra, rádio**).
- Majte na zreteli, že údaje, ktoré boli zistené na tejto váhe, sú iba približné a nepresné v porovnaní s výsledky skutočných medicínskych analýz. Presné určenie biometrických charakteristík môže určiť iba lekár pomocou medicínskych metód.
- Nepoužívajte v priebehu tehotenstva.
- Funkciu analýzy tuku na tejto váhe nepoužívajte, ak používate niektoré z nasledujúcich zariadení: kardiostimulátor, elektrokardiograf a / alebo iné zdravotné zariadenie implantované do tela alebo používané ako podpora.
- Osobnú váhu chráňte pred prachom, chemikáliami, nadmernou vlhkosťou, toaletnými potrebami, tekutými kozmetickými prípravkami a veľkými zmenami teplôt a nevystavujte ju priamemu slnku.
- Vždy sa vážte bez odevov, bez obuvi a pred jedlom. Ideálny čas pre váženie je hneď ráno
- Nepreťažujte spotrebič väčšou váhou, než je maximálna kapacita váhy (180 kg)! Zabráňte tým poškodeniu zariadenia.
- Váhu neumiestňujte na nerovný povrch alebo na povrch pokrytý kobercom. Nestabilná alebo mäkká podložka pod váhou môže negatívne ovplyvniť presnosť váženia.

- Pri manipulácii s váhou postupujte tak, aby sa nikto neporanil a váha sa nepoškodila.
- S váhou manipulujte opatrne. Nehádzte ju, ani na ňu neskáčte. Váha je odolná, ale nesprávne zaobchádzanie môže zničiť jej elektronické snímače.
- Váhu nerozoberajte a nevyberajte z nej žiadne súčiastky.
- Pri skladovaní na povrch váhy nič neukladajte. Váha by sa mohla poškodiť.
- Ak váhu nebudete dlhšie používať, vyberte z nej batérie.
- Ak batéria tečie, okamžite ju vyberte, v opačnom prípade môže váhu poškodiť
- Nepoužívajte dobíjacie akumulátory.
- Vybité batérie zlikvidujte vhodným spôsobom (pozri text **VIII. EKOLÓGIA**).
- Udržujte batérie a váhu mimo dosahu detí a nesvojprávnych osôb. Osoba, ktorá prehltnie batériu, musí okamžite vyhľadať lekársku pomoc.
- Spotrebič nikdy nepoužívajte na žiadny iný účel, než na ktorý je určený a opísaný v tomto návode!
- Prípadné texty v cudzom jazyku a obrázky uvedené na obaloch, alebo výrobku, sú preložené a vysvetlené na konci tejto jazykovej mutácie.
- **VAROVANIE:** Pri nesprávnom používaní prístroja, ktoré nie je v súlade s návodom na obsluhu, existuje riziko poranenia.
- Výrobca nezodpovedá za škody spôsobené nesprávnym používaním spotrebiča (napr. **poškodeniu povrchu plochy**) a nie je povinný poskytnúť záruku na spotrebič v prípade nedodržania zhora uvedených bezpečnostných upozornení.

### Bezdrôtové spojenie a kompatibilita

- Spoločnosť ETA nemôže byť žiadnym spôsobom zodpovedná za akékoľvek náhodné, nepriame alebo následné škody, ani za straty dát či straty spôsobené únikom informácií počas komunikácie prostredníctvom technológie BLUETOOTH.
- Úspešnú bezdrôtovú komunikáciu nemožno 100% zaručiť u všetkých Smart zariadení. To musí vyhovovať špecifikácii BLUETOOTH predpísanej spoločnosťou Bluetooth SIG, Inc., a ich zhoda so špecifikáciou musí byť certifikovaná. Napriek tomu však platí, že aj keď zariadenie tomuto vyhovuje, môžu vzhľadom na rozmanitosť prístrojov na trhu nastať prípady, keď charakter či špecifiká daného Smart zariadenia znemožňujú pripojenie, prípadne je nejakým spôsobom narušené. Táto skutočnosť nie je dôvodom na reklamáciu spotrebiča.
- Rádiové vlny vysielané zariadeniami môžu rušiť fungovanie niektorých lekárskeho zariadení. Toto rušenie môže mať za následok poruchu. Z tohto dôvodu nepoužívajte zariadenia na týchto miestach:
  - v nemocniciach, vo vlakoch, v lietadlách, na čerpacích staniciach a všade, kde sa môžu vyskytovať horľavé plyny,
  - v blízkosti automatických dverí či hlásičov požiaru.

## II. VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE

Zakúpili ste si zariadenie, ktoré na prvý pohľad vyzerá a správa sa ako obyčajná váha. Ak však k nemu pomocou bluetooth pripojíte akékoľvek Smart zariadenie s operačným systémom Android či iOS s nainštalovanou aplikáciou VITAL BODY, stane sa váha multifunkčným moderným pomocníkom pre sledovanie a analýzu rôznych telesných charakteristík.

Po spárovaní váhy a Smart zariadenia zobrazuje aplikácia VITAL BODY výsledky merania v reálnom čase.



## Vlastnosti aplikácie VITAL BODY

- po spárovaní s váhou zobrazuje, analyzuje a zhromažďuje namerané dáta - telesný tuk, vodu v tele, svalovinu, kosti, viscerálny tuk, metabolický vek, odporúča minimálny kalorický príjem a vyhodnocuje index BMI
- pamäť až pre 10 osôb (možné vložiť: pohlavie, vek, výšku, meno, vlastné fotografiu a požadovanú cieľovú váhu)
- umožňuje prepnutie jednotiek hmotnosti (kg / lb / st) a výšky (cm)
- zobrazuje rozdiel medzi aktuálnou a poslednou zváženú hodnotou
- umožňuje sledovať pokroky jednotlivých zameraných hodnôt v čase (vrátane grafického znázornenia)
- možnosť stanovenia a sledovanie cieľa jedného používateľa (požadovanej hmotnosti) za ľubovoľné časové obdobie
- funkcia pripomenutie športových aktivít (tzv. športový režim)

### Pre analýzu tuku je dôležité:

- Počkať cca 15 minút potom čo vstanete z postele, pretože voda v našom tele môže byť nerovnomerne rozložená.
- Oddýchnuť si niekoľko hodín (cca 6-8) po neobvyklej vyčerpávajúcej aktivite.

**Analýza tuku neposkytne užitočné informácie deťom pod 10 rokov a dospelým nad 80 rokov**, osobám s horúčkou; po absolvovaní dialýzy; osobám so symptómami osteoporózy alebo osobám, ktoré užívajú kardiovaskulárne lieky; tehotným ženám; športovcom, ktorí majú veľa svalovej hmoty; pretože ich výsledky môžu byť skreslené. Obézni ľudia, ktorí chcú schudnúť a veľmi chudí ľudia, ktorí chcú priať, by mali spôsob liečby a diéty konzultovať so svojím ošetrojúcim lekárom.

### Prečo je dôležité vedieť, akú máte hodnotu tuku v tele a vody v organizme?

Analýza percentuálneho pomeru telesného tuku alebo vašej telesnej kompozície je účinným spôsobom stanovenia úrovne vášho zdravia. Obsah vody v organizme je ukazovateľom dobrého zdravia. Ak sa hmotnosť nemení a hodnota% TBW (celkového obsahu vody v organizme) rastie, znamená to, že svalová hmota v tele narastá (čo je pre zdravie dobré). Ak hodnota% TBW klesá, znamená to úbytok svalovej hmoty v tele a nárast množstva tuku, prípadne to indikuje nesprávne vyváženie vody v organizme alebo niektoré možné choroby spojené s nedostatkom vody v organizme. Všeobecne platí, čím viac má človek svalovej hmoty, tým vyšší je obsah vody v tele.

### Orientačná tabuľka množstva telesného tuku v tele

Vek	Žena (%)				Muž (%)			
	Podváha	Zdravá	Nadváha	Obezita	Podváha	Zdravý	Nadváha	Obezita
<30	<14	14 - 21	21 - 29	29>	<9	9 - 15	16 - 23	23>
31 - 50	<15	15 - 23	24 - 30	30>	<11	11 - 18	19 - 25	25>
51>	<16	16 - 25	26 - 33	33>	<12	12 - 20	21 - 28	28>

Optimálne množstvo vody v organizme je pre mužov približne 50 - 65 %, pre ženy 45 - 60 %.

## Orientačná tabuľka množstva svalovej proporcie v tele

Vek	Žena %			Muž %		
	Málo	Normálne	Veľa	Málo	Normálne	Veľa
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

### BMI

Technológia používaná prístrojom – Bio - elektronická analýza impedancia sa líši od staršej metódy BMI. Pri používaní metódy BMI je % tuku sa počíta pomocou pomeru výšky a váhy. Technológia BIA používa 5 parametrov pre získaní presnejšieho rozlíšenia pre analýzu. Hmotnosť a biologický odpor je meraný váhou. Ostatné tri údaje je nutné zadať ručne (pohlaví, výška, vek). Tento index stanovuje vzájomný pomer medzi telesnou hmotnosťou a výškou. Pomocou neho je možné zistiť, či človek trpí podváhou, nadváhou alebo obezitou, alebo či jeho telesný stav je v norme. Taktiež z hľadiska srdcových a cievnych ochorení je body mass index pomerne dobrý ukazovateľ rizika, predovšetkým u zdravých osôb. Jednako len, je to ukazovateľ iba orientačný. Odborníci odporúčajú doplniť výpočet aspoň o meranie obvodu pásu, upresňujúceho rozloženie telesného tuku. BMI neposkytne príliš spoľahlivé informácie malým deťom, starším ľuďom a aktívnym športovcom, ktorí majú veľa svalovej hmoty; pretože ich výsledky môžu byť skreslené.

BMI	Podváha	zdravý	Nadváha	Obezita
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

### Minimálna energetická spotreba KCAL

Predstavuje minimálne množstvo energetického príjmu potrebného pre zachovanie základných životných funkcií. Dáta ukazujú minimálnu dennú spotrebu energie, ktorou pri vašej hmotnosti, výške, veku a pohlaví vydáte.

239 cal = 1 kJ

### Metabolický vek

Je orientačná hodnota, ktorú váha získa porovnaním nameraných hodnôt s priemernou hodnotou v bežnej populácii. Popisuje celkovú kondíciu a aktivitu metabolizmu a je vhodným doplnkovým ukazovateľom stavu vašej kondície. Ak sa vypočítaná hodnota zhoduje s vaším kalendárnym vekom, ste na tom dobre. Ak je dokonca nižšia, než váš kalendárny vek, je to pre vás dobrá správa. Ak však je hodnota oveľa vyššia, než váš kalendárny vek (niekedy aj o desiatky rokov), mali by ste prehodnotiť svoju životosprávu - ješť zdravšie, mať dostatok aktívneho pohybu a zvýšiť podiel svalovej hmoty.

### Viscerálny tuk

Väčšina telesného tuku sa nachádza pod kožou a má dôležité funkcie (ochrana tela, obaľovanie kĺbov, zásobáreň energie a niektorých vitamínov ...); tento tuk je v optimálnom množstve dôležitý a prospešný. Problém však nastáva, ak je podiel tuku väčší ako optimálny. Nie inak tomu je s tukom viscerálnym (alebo orgánovým), ktorý sa nachádza okolo a vo vnútri našich orgánov a slúži k ich ochrane. Zákernosť tohto tuku je v tom, že nie je tak ľahko rozpoznateľný, ako tuk podkožný a môže viesť k celej rade vážnych ochorení. Preto je vhodné jeho množstvo v našom tele aspoň orientačne poznať a prípadne podľa týchto zistení upraviť životosprávu.

### Pokiaľ vaše hodnoty dosahujú:

- 1 - 9 = normálne hodnoty
- 10 - 14 = vysoké hodnoty
- >15 = veľmi vysoké hodnoty

#### Dôležité poznámky:

- 1) Táto váha vyžaduje, aby ste sa vážili bosí, z dôvodu správnej vodivosti počas analýzy telesného tuku. **Pokiaľ neprebehne analýza (ale zobrazí sa len vaša hmotnosť) očistite si nohy a vážiacu plochu vlhkou utierkou pre zlepšenie vodivosti.**
- 2) Váhu neumiestňujte na nerovný povrch alebo povrch zakrytý kobercom.
- 3) Nadmerná konzumácia tekutín a potravín, cvičenie, zdravotné podmienky, užívané lieky, ženský menštruačný cyklus a pod, majú vplyv na výsledky analýzy.
- 4) Pri meraní nesmie byť kontakt medzi chodidlami, lýtkami ani stehnami.  
V opačnom prípade nemusí byť meranie presné.
- 5) Z dôvodu prirodzených odlišností medzi ľuďmi sú vyššie uvedené tabuľky a údaje len pre informačné účely.

## III. PRÍPRAVA NA POUŽITIE

Odstráňte všetok obalový materiál a vyberte váhu. Z váhy odstráňte všetky prípadné adhézne fólie, nálepky alebo papier. Otvorte kryt batérie na spodnej strane váhy, vložte batérie (pozor na správnu polaritu) a opačným spôsobom kryt uzavrite. Umiestnite váhu na rovný, pevný a suchý povrch.

### Displej váhy



Displej váhy po jej zapnutí a spárovaní so smart zariadením zobrazí údaje z profilu, ktorý je zvolený v aplikácii Vital Body (pohlavie, pozície v pamäti, vek a výšku). Po úspešnej analýze sa potom v príslušných sektoroch displeja budú zobrazovať jednotlivé výsledky.

### Jednotky hmotnosti a výšky

Váha samotná disponuje prepínačom jednotiek hmotnosti „UNIT“ na spodnej strane váhy, tým môžete zmeniť jednotky medzi kg - lb - st. Jednotky hmotnosti môžete zmeniť tiež v samotnej aplikácii viď nižšie.

kg = kilogram

lb = libra (britská jednotka hmotnosti)

st = stone (americká jednotka hmotnosti)

1 kg = 2,2 lb

1 lb = 0,454 kg

1 st = 6,356 kg

## Výmena batérie

Otvorte kryt batérií na spodnej strane váhy. Vložte batérie (pozor na správnu polaritu) a kryt uzavrite. Pre tento prístroj používajte typ AAA batérií (4 ks). Pokiaľ prístroj nepoužívate dlhšiu dobu, vyberte z neho batérie!

### Poznámka

Nepoužívajte rozdielne typy batérií. Nepoužívajte spolu ani použité a nové batérie.

## IV. NÁVOD NA OBSLUHU

Vaša váha je jemné elektronické zariadenie. Jednou z vecí, ktoré sa najzložitejšie vážia, je ľudské telo, pretože je stále v pohybe. Ak chcete dosiahnuť spoľahlivé výsledky, vždy sa snažte stúpiť celými chodidlami na rovnaké miesto na váhe a stojte nehybne. Ak je to možné, vážte sa počas dňa v rovnakom čase (najlepšie ráno), aby ste dosiahli porovnateľné výsledky. Pamätajte, že nadbytočné oblečenie môže zvýšiť vašu hmotnosť rovnako ako jedlo a pitie pred váženími. Krátkodobé kolísanie hmotnosti je všeobecne prisudzované úbytku (strate) tekutín.

### 1) STANDARDNÉ VÁŽENIE

Bez použitia aplikácie VITAL BODY na Smart zariadení poskytuje zariadenie základnú funkciu váženia hmotnosti, ktorou disponujú všetky obyčajné váhy.

#### Pre zahájenie váženia môžete použiť 2 možnosti zapnutia:

- a) Postavte sa na váhu, tým sa váha automaticky zapne. Nehýbte sa a vyčkajte na zváženie.
- b) Váhu zapnite dotykom nohy na vážiacu plochu a počkajte, až sa na displeji zobrazí „0.0“. Po zobrazení „0.0“ sa postavte na váhu a pokojne stojte.

— Po chvíli odvážená hmotnosť zablíká a zostane ešte 7 sekúnd zobrazená na displeji.  
**Potom sa váha automaticky vypne.**

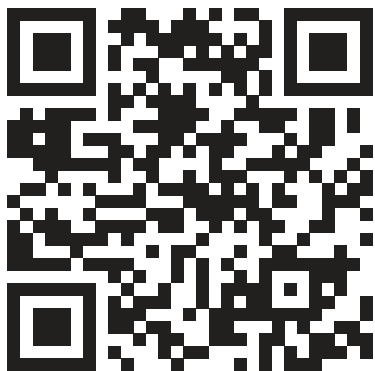
### Poznámka

- Váha sa automaticky vypne, ak sa na ňu nepostavíte do cca 30 sekúnd po zobrazení „0.0“.
- Váhu odporúčame používať od asi 8 kg hmotnosti váženého predmetu.

## 2) VÁŽENIE S ANALÝZOU A S POUŽITÍM VITAL APLIKÁCIE

### 2.1 Prvé kroky

Pred prvým použitím zadarmo stiahnite do svojho Smart zariadenia aplikáciu s názvom **NUTRI VITAL**. Tú nájdete v databáze aplikácií Apple Store alebo Google Play, alebo môžete pre urýchlenie použiť nasledujúce QR kódy:



### Poznámky

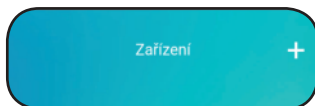
- Pokiaľ nie je QR kód aktívny, vyhľadajte aplikáciu manuálne podľa názvu „Vital Body“.
- Pre stiahnutie slovenskej verzie aplikácie musíte mať nastavenú vo smart zariadení slovenčinu ako systémový jazyk.

## 2.2 Párovanie zariadenia

Tento postup vykonajte ako pre prvé spárovanie, tak v prípade potreby spárovania počas pravidelného používania.

- Zapnite funkciu Bluetooth na vašom Smart zariadení.
- Zapnite aplikáciu **VITAL BODY**.
- Pri prvom zapnutí sa zobrazí úvodná obrazovka, kde si vytvorte svoj profil (vyberte pohlavie, napíšte meno, vložte dátum narodenia, svoju výšku a hmotnosť, ktoré chcete dosiahnuť. Pokiaľ budete chcieť, po kliknutí na obrázok postavy môžete vložiť vlastnú fotografiu). Po vložení všetkých informácií stlačte „**Ďalšie**“. Profil budete môcť neskôr editovať.

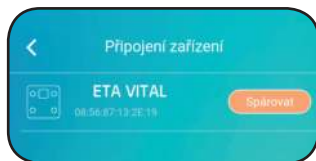
- V pravom hornom rohu kliknite na ikonu „+“.



- Zvoľte „**Váha s telesnou analýzou**“.



- f) Váhu zapnite. Potom ihneď začne detekovať kompatibilné zariadenie v najbližšom okolí.  
 g) Ako náhle Smart zariadenie váhu nájde, zobrazí ju na displeji; potom stlačte „Spárovať“.



Pokiaľ je spárovanie úspešné, vo vrchnej časti sa zobrazí názov zariadenia.

Zároveň tiež symbol .

### Dôležité

Párovanie s váhou nerobte priamo v nastavení vášho telefónu! Párovanie mobilu s váhou prebieha iba cez aplikáciu.

## 2.3 Inicializácia (kalibrácia) váhy


Tento proces je nutné opakovať vždy, keď je váha premiestnená.

- zapnite váhu nášľapom (stúpnite doprostred vážiacej plochy).
- zobrazí sa „0.0“.
- vyčkajte na automatické vypnutie, potom je váha pripravená k analýze.

## 2.4 Váženie a analýza dát

- zapnite aplikáciu **VITAL BODY**, aktivujte funkciu bluetooth, zvolte body fat váhu a vyberte si svoj uložený profil. **Pred samotným vážením najprv váhu nášľapom zapnite.**
- na boso sa postavte doprostred vážiacej plochy. Stojte pokojne, aby váha čo najpresnejšie zmerala vaše charakteristiky.

### !Dôležité!

Pred samotným vážením najprv váhu dotykom nohy zapnite a nechajte váhe niekoľko sekúnd pre spárovanie so smart zariadením. Pripravenosť váhy pre analýzu je signalizovaná zobrazením symbolu  v ľavej hornej časti aplikácie a zároveň zobrazením údajov profilu (ktorý je zvolený v aplikácii) na displeji váhy.

- váha začne merať vašu hmotnosť; ako náhle sa hodnota na displeji váhy ustáli, preblikne na displeji ukazovateľ tuku a váha aj aplikácie zobrazia výsledky merania.
- pokiaľ chcete aktuálne meranie uložiť do histórie, aby bola súčasťou štatistiky, stlačte v aplikácii tlačidlo „Uložiť“.



### Pokiaľ zariadenia medzi sebou nekomunikujú

Občas sa u Smart zariadenia stáva, že sa spárovanie nepodarí (či už prvé párovanie, alebo počas opakovaného používania). Ak je to aj váš prípad, skúste niektorý z týchto postupov, prípadne ich kombináciu:

- 1) dajte k sebe zariadenie čo najbližšie (cca 50 - 100 cm)
- 2) uistite sa, že systém nie je rušený iným el. zariadením! (Např. diaľkový ovládač TV a pod.)!
- 3) uistite sa, že váha nie je spárovaná s iným zariadením v okolí.  
Pred spárovaním s iným zariadením je nutné zrušiť spárovanie s aktuálnym zariadením.
- 4) reštartovať váhu (podľa inštrukcií v sekcii 2.3 inicializácia váhy; prípadne vyberte a znovu vložte batérie)
- 5) reštartovať aplikáciu **VITAL BODY**, prípadne ju vynúteno v systéme vypnúť a zapnúť.
- 6) reštartovať celé Smart zariadenie.
- 7) vyskúšajte aplikáciu na inom zariadení.

#### Poznámka:

- uistite sa, že máte na svojom Smart zariadení aktivovanú funkciu bluetooth s trvalou viditeľnosťou pre ostatné zariadenia.
- **Ďalšie rady a pomoc nájdete na stránkach <http://eta.cz/vitalbody>**
- ak sa vám nepodarí aplikáciu spárovať ani po vyskúšaní všetkých uvedených možností a váha nebude reagovať ani na iné kompatibilné Smart zariadenie, váhu reklamujte.

## 2.5 Práca s aplikáciou VITAL BODY

Základom pre orientáciu v aplikácii je spodná lišta: Zariadenie - Analýza - Plán - Nastavenie.

**Poznámka** - krok späť vykonáte v aplikácii kliknutím na ikonu „<“ v ľavom hornom rohu.

		BMI VÁHA		
Zariadenie	+	VÁHA S TELESNOU ANALÝZOU		
	BMI VÁHA			
	VÁHA S TELESNOU ANALÝZOU	Hlavná obrazovka merania	VYBERTE ZARIADENIE	
			Výber užívateľa	
	...	ČÍSELNÁ ANALÝZA	Výsledky číselné	DATUM
		GRAFICKÁ ANALÝZA	Výsledky v grafe (dle týždňa, mesiaca, roku)	

Po zapnutí sa aplikácia aktivuje v sekcii „Zariadenie“ a ponúkne výber z 2 zariadení.

Vy zvolíte vždy „Váha s telesnou analýzou“, prípadne pridajte zariadenie nové, viď postup zo sekcie 2.2 (b,d,e).

Po výbere váhy sa zobrazí hlavná obrazovka merania, v ktorej si ďalej môžete zvoliť uložený profil užívateľa, vybrať zariadenie, alebo otvoriť štatistiky skoršieho merania.

Analýza	ČÍSELNÁ ANALÝZA	Číselné výsledky	DATUM	Výber dle dní/mesiacov
	GRAFICKÁ ANALÝZA	Výsledky v grafu (dle týždňa, mesiaca, roku)		

Ďalší zo základných sekcií je „Analýza“.

**Číselné výsledky** - poskytujú náhľad na namerané hodnoty hmotnosti a indexu BMI v čase. Po kliknutí na príslušnú položku merania sa rozvinú aj hodnoty ďalšie. Po kliknutí na „Dátum“ možno tieto výsledky ďalej vyhľadávať v kalendári a filtrovať podľa jednotlivých dní.

**Výsledky v grafe** - poskytujú grafické znázornenie jednotlivých výsledkov v čase.

Je možný náhľad za jednotlivé týždne, mesiace či roky. Po kliknutí na príslušnú ikonu meranej veličiny (voda, tuk, svaly ...) sa ukáže jej grafický trend za zvolený časový interval.

### Poznámka

- Výsledky sa v tejto sekcii zobrazia vždy pre aktuálne zvoleného užívateľa.
- Uložené údaje možno v zozname číselných výsledkov vymazať ťahom prstu po danej položke smerom vľavo. To odkryje pole „vymazať“, ktoré potom kliknutím potvrdíte.

Plán	+	Vložení cíle + športového režimu	Uloženie
	Zoznam cieľov		

V sekcii „**Plán**“ možno vytvoriť cieľ, prípadne skupinu cieľov, kde si môžete zvoliť cieľovú váhu, ktorú chcete vopred v definovanom čase dosiahnuť. Zvoľte si názov cieľa cieľovú hmotnosť a dátum začiatku a konca plánu.

Pri stanovení plánu možno aktivovať tiež tzv. športový režim, ktorý vám v stanovený čas pripomenie, že sa máte venovať nejakej športovej aktivite, napr. behaniu. Potom vopred definovaný čas pripomenie koniec tejto aktivity.

#### Poznámka

- Stanovený cieľ je platný len pre prvý uložený profil, ktorý je aplikáciou pokladaný za prednastaveného užívateľa. Pre ostatných užívateľov nebude aktívny
- Uložené ciele možno v zozname plánov vymazať ťahom prstu po danej položke smerom vľavo. To odkryje pole „vymazať“, ktoré potom kliknutím potvrdíte.

Nastavenie	UŽÍVATEĽ	+	Pridanie užívateľa	Uloženie	Úprava + vloženie fotky	
		Výber uloženého užívateľa	Editácia užívateľa	Uloženie	Úprava + vloženie fotky	
	ZARIŽENÍ	Náhľad na spárované zariadenie + premenovanie / odpojenie				
		+	Obrazovka pre pridanie zariadenia	BMI VÁHA	VÁHA S TELESNOU ANALÝZOU	Spárovať/ Spárované
	JEDNOTKY	Zmena jednotiek				

Sekcia „**Nastavenie**“ potom poskytuje možnosti vloženia ďalších profilov užívateľov a ich editácia. Možno tu uložiť a následne editovať celkovo až 10 profilov osôb. Pri ukladaní/editácii profilu vkladajte jednotlivé údaje (vždy ich potvrdíte tlačidlom „**potvrdiť**“ či zrušíte tlačidlom „**Zrušiť**“) a nakoniec celé uložte stlačením tlačidla „**Uložiť**“.

Podsekcia Zariadenie umožňuje zobrazenie aktuálneho spárovaného zariadenia, jeho premenovanie/vymazanie, alebo pridanie nového (viď postup zo sekcie 2.2 (b,d,e)).

#### Poznámka

- Vymazanie/premenovanie zariadenia prevediete ťahom prstu po danej položke smerom vľavo, čím odkryjete pole „premenovať/vymazať“. To potom kliknutím vyberte a potvrdíte.

Podsekcia **Jednotky** slúži pre zmenu jednotiek hmotnosti. Jednotky môžete meniť tiež na hlavnej obrazovke merania po kliknutí na výsledok váženia (číslo predstavujúce vašu hmotnosť).

## V. RIEŠENIE MOŽNÝCH PROBLÉMOV

### Ak máte s váhou problémy:

- Skontrolujte, či sú správne vložené batérie.
- Skontrolujte, či je váha na rovnej ploche a nedotýka sa steny.
- Ak sa po klepnutí na váhu, keď ju chcete zapnúť, na displeji neobjaví vôbec nič alebo len „Lo“, vymeňte batérie.
- Ak sa na displeji objaví „O - Ld“, váha bola preťažená.
- Ak sa na displeji objaví „Err2“, nebola úspešná analýza.
- Pokiaľ sa na displeji objavia nezvyčajné znaky, vyberte a znovu vložte batérie.
- Ak sa prejavujú symptómy, akými sú napríklad zobrazenia chybných alebo nestálych údajov, premiestnite váhu z dosahu rušivého zdroja alebo zaistíte vypnutie tohto zdroja počas váženia.

**Ďalšie rady a pomoc nájdete na stránkach <http://eta.cz/vitalbody>**

## VI. SKLADOVANIE

Po použití váhu uložte vo vodorovnej polohe (nie zvislo), mimo dosah detí a nesvojprávnych osôb (pozri text I. **BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA**).

## VII. ÚDRŽBA

Nepoužívajte drsné a agresívne čistiace prostriedky (napr. **ostré predmety, riedidlá alebo iné rozpúšťadlá**). Desku váhy vyčistite vlhkou mäkkou handričkou. Dbajte na to, aby sa do vnútorných častí nedostala voda.

## VIII. EKOLÓGIA



Ak to rozmery umožňujú, na všetkých dieloch sú vytlačené znaky materiálov, ktoré sú použité na obalový materiál, komponenty a príslušenstvo, ako aj na ich recyklovanie. Uvedené symboly na výrobku alebo v sprievodnej dokumentácii znamenajú, že použité elektrické alebo elektronické výrobky nesmú byť likvidované spoločne s komunálnym odpadom. Za účelom správnej likvidácie výrobkov ich odovzdajte na k tomu určených zberných miestach, kde budú prijaté zdarma. Správnou likvidáciou tohto produktu pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomáhate prevencii potenciálnych negatívnych dopadov na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by mohli byť dôsledky nesprávnej likvidácie odpadov. Ďalšie podrobnosti si vyžiadajte od miestneho úradu alebo najbližšieho zberného miesta (viď. [www.envidom.sk](http://www.envidom.sk)). Pri nesprávnej likvidácii tohto druhu odpadu môžu byť v súlade s národnými predpismi udelené pokuty. Vybitú batériu vyberte z váhy a zlikvidujte ju prostredníctvom špecializovanej zbernej siete. Batériu nikdy nelikvidujte spálením!

**Údržbu rozsiahlejšieho charakteru alebo údržbu, ktorá vyžaduje zásah do vnútorných častí spotrebiča, musí vykonať iba špecializovaný servis!**

**Nedodrzaním pokynov výrobcu zaniká právo na záručnú opravu!**

Prípadné ďalšie informácie o spotrebiči a servisnej sieti získate na infolinke +420 545 120 545 alebo na internetovej adrese [www.eta.sk](http://www.eta.sk).

## IX. TECHNICKÉ ÚDAJE

Váživosť max.	180 kg / 396 lb / 28 st
Rozlíšenie:	0,1 kg
Batérie:	4 x 1,5 V AAA* (sú súčasťou balenia)
Váha prístroja:	1,9 kg
Rozmery (DxHxV), (mm):	320 x 320 x 25
Spotrebič triedy ochrany:	III.
Frekvenčný rozsah:	2402 - 2480 MHz
Výstupný výkon (max.):	0 dBm
Bluetooth verzia:	4.0
Kompatibilné operačné systémy:	Android 4.4; iPhone4S a iOS 8.0 (a novšie)
Maximálny komunikačný dosah:	10 m (voľný priestor bez rušenia a prekážok)

Týmto ETA a.s. prehlasuje, že typ rádiového zariadenia ETA7780 je v súlade so smernicou 2014/53/EU. Úplné znenie prehlásenia o zhode EÚ je k dispozícii na tejto internetovej adrese: <http://eta.cz/declaration-of-conformity>

**Zmena technickej špecifikácie a obsahu prípadného príslušenstvo podľa modelu výrobku je vyhradená výrobcom. Výrobca si tiež vyhradzuje právo na zmenu/aktualizáciu aplikácie VITAL BODY bez predchádzajúceho upozornenia. Charakter týchto zmien/aktualizácii môže spôsobiť, že niektoré informácie či postupy uvedené v tomto návode budú neaktuálne či nebudú popísané.**

HOUSEHOLD USE ONLY — Len na použitie v domácnosti. DO NOT IMMERSE IN WATER. OR OTHER LIQUIDS — Neponárať do vody alebo iných tekutín.



TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.

Nebezpečenstvo udusenia. Nepoužívajte toto vrecúško v kolískach, postieľkach, kočíkoch alebo detských ohrádkach. PE vrecko odkladajte mimo dosahu detí. Vrecko nie je na hranie.

Symbol  znamená UPOZORNENIE.



Nestúpajte na váhu s mokrymi chodidlami alebo na vlhký povrch váhy, inak hrozí nebezpečenstvo poklznutia!



**VÁŽI IHNED:** na váhu sa stačí postaviť - automaticky dôjde k zapnutiu a zváženiu

# eta 7780

## INSTRUCTIONS FOR USE

Dear customer, thank you for purchasing our product. Please read the operating instructions carefully before putting the appliance into operation and keep these instructions including the warranty, the receipt and, if possible, the box with the internal packing.

### I. SAFETY WARNING



- Consider the instructions for use as a part of the appliance and pass them on to any other user of the appliance.
- **The appliance is intended for use in households only and for similar use! It is not intended for use in health-care facilities and for commercial use!**
- This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children shall not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
- Never use the appliance if it malfunctions, if it fell to the ground and got damaged or if it fell into water. In these cases bring the appliance to a specialised service to have the safety and functions of the device checked.
- **We recommend: Do not step onto the scale with wet feet or on wet surface of the scale, there is a risk of slipping.**
- **Never immerse the scale into water (even their parts)!**
- Keep in mind that the data read from this scale are approximate and inaccurate in comparison to results of actual medicinal analyses. The exact determination of biometrical characteristics can be done only by a doctor via medical methods.
- Do not use during pregnancy.
- Do not stand on the edge of the scales!
- Do not use the fat analysis feature on this scale if you are using one of the following devices: pace maker, electrocardiograph and/or other medical device implanted in the body or device used as support.
- If the scale was stored in lower temperatures, let it adjust to the room temperature.
- Use the scale in a horizontal position only and at places where they cannot knock over, in sufficient distance from heat sources (e.g. **stove, fireplace, heat radiators**), sources of increased air humidity (e.g. **sauna, bathroom, swimming pool**) and equipment with strong electromagnetic field (e.g. **microwave oven, radio**).
- Protect the personal scale from dust, chemicals, excessive humidity, toiletries, liquid cosmetic preparations, intensive temperature changes and do not expose them to direct sunlight.
- Weigh yourself without clothing and footwear, before meals and always at the same time of day.
- Do not place the scale on uneven surface or on surface covered with carpet. Unstable or soft surface under the scale can have negative effect on precision of weighing.
- In handling the scale, make sure injury of persons or damage of the appliance is prevented.

- Do not overload the appliance weight greater than the maximum weight capacity!  
This prevents damage to the appliance.
- Handle the scale with care. Do not throw them or jump on them. The scale is durable, but improper handling can destroy their electronic sensors.
- Do not disassemble the scale and do not take any parts out.
- Do not put any objects on the surface of the scale during storing, they could be damaged.
- If you do not intend to use the scale for a long time, remove batteries from them.
- Do not use rechargeable accumulators.
- If the battery is leaking, remove it immediately; it can damage the scale.
- Dispose of a discharged batteries in a suitable way (see par. **VIII.**).
- Keep batteries and scale out of reach of children and incapacitated people.  
A person, who would swallow the batteries, must seek medical help immediately.
- Never use the appliance for any other purpose than for that described in these instructions for use!
- All text in other languages and pictures shown on the packaging, or the product itself, are translated and explained at the end of this language mutation.
- **WARNING:** There is a risk of injury in case of incorrect use (not in accordance with the manual) of the appliance.
- The producer is not responsible for damage caused by improper use of the appliance (e.g. **breaking the board, etc.**) and its guarantee does not cover the appliance in the case of failure to comply with the safety warnings above.

### **Wireless connectivity and compatibility**

- ETA can in no way be held liable for any accidental, indirect or subsequent damage, data loss or any other loss incurred as a result of information leakage during communication through BLUETOOTH technology.
- 100% successful wireless communication cannot be guaranteed with all Smart devices. Devices have to be compatible with BLUETOOTH specifications set forth by the company Bluetooth SIG, Inc., and their compliance with the specifications has to be certified. However, given the variety of devices available in the market, even if a device is in compliance with the specifications, there might be cases when the character or specifications of the given Smart device do not allow connectivity, or hinder connectivity in any way. This is not a reason to make a warranty claim.
- Radio waves transmitted by devices may interfere with operation of medical equipment. Such interference may cause a failure. Therefore, do not use the device in the following places:
  - in hospitals, trains, planes, petrol stations and in areas where flammable gases may be present.
  - in the vicinity of automatic doors or fire detectors.

## **II. GENERAL INFORMATION**

You have bought an appliance which at a first glance looks and behaves like a regular bathroom scale. However, if you connect the scale via Bluetooth to any Smart device with the Android or iOS operating system and the **VITAL BODY** application, the scale becomes a multi-purpose modern assistant which can be used to monitor and analyse various body characteristics.

After the scale is paired with the Smart device, the **VITAL BODY** app starts displaying the measurement results in real time.

## Features of VITAL BODY application

- when paired with the scale, it shows, analyses and collects the data measured - body fat, body water, muscle mass, bones, visceral fat, body age; and it recommends the minimum caloric intake and assesses the BMI index
- memory for up to 10 persons (the following data can be stored: sex, age, height, name, own photograph and desired target weight)
- different units of measure for weight (kg/lb/st:lb) and height (cm)
- displays the difference between the current and previously measured value
- allows you to see your progress in terms of the individual values measured in time (also in the form of a graph)
- you can set and monitor a user's target (desired weight) for any period of time
- sports events alerts (so called sports mode)



### For fat analysis it is essential:

- to wait approx. 15 minutes after getting up from bed because water in our body can be spread out.
- rest for a few hours (approx. 6-8) after an unusual exhausting activity.

### The fat analysis will not provide useful information to children below 10 and adults over 80 years of age,

persons with fever; after undergoing dialysis; persons with osteoporosis syndromes or persons who use cardiovascular medicaments; pregnant women; athletes who have a lot of musculature; because their results may be distorted. Obese people who want to lose weight and very thin people who want to gain weight should consult their diet with their doctor.

### Why is it important to know what the value of fat and water in your organism is?

An analysis of percentage ratio of body fat or your body composition is an effective way of assessing the level of your health. The contents of water in organism is a sign of good health. If the weight is not changing and the TBW % value (total contents of water in organism) is increasing, it means that the musculature in body is increasing (which is good for health). If the TBW % value is decreasing, it means decreasing of musculature and increasing of fat or it may indicate improper distribution of water in organism or some potential diseases relating to lack of water in the organism. In general, the more musculature, the higher the content of water in body.

### Body Fat Ratio Chart

Age	Female (%)				Male (%)			
	Low	Healthy	High	Obese	Low	Healthy	High	Obese
<30	<14	14 - 21	21 - 29	29>	<9	9 - 15	16 - 23	23>
31 - 50	<15	15 - 23	24 - 30	30>	<11	11 - 18	19 - 25	25>
51>	<16	16 - 25	26 - 33	33>	<12	12 - 20	21 - 28	28>

The optimal percentage of body water is about 50-65 % for men and 45-60 % for a women.

## Muscle Ratio Chart

Age	Female %			Male %		
	Low	Healthy	High	Low	Healthy	High
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

## BMI

The technology used in these scales, Bio-electrical Impedance Analysis (BIA) is more technologically advanced than the order Body Mass Index (BMI) method where fat % is calculated using only height and weight. BIA technology uses 5 parameters to get a more accurate resolution for the analysis (weight and biological resistance which are automatically measured by the scales together with the three personal parameters entered manually - sex, height and age). This index sets mutual ratio between the body weight and height. It can be used to determine whether the person suffers from underweight, overweight or obesity or whether his/her health condition is normal. Also with regards to heart and vascular diseases, body mass index is a relatively good risk index, particularly in healthy people. However, the index is for reference only. Experts recommend supplementing the calculation by at least measuring the waist, which makes determining disposition of the body fat more precise. BMI will not provide very reliable information for small children, elderly people and active sportsmen who have a lot of muscle mass as their results can be biased.

BMI	Underfat	Healthy	Overfat	Obese
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

## Minimum energy consumption KCAL

It represents minimum amount of energy consumption necessary for maintaining the basic vital functions. The data show the minimum daily consumption of energy that you give out at your weight, height, age and gender.

239 cal = 1 kJ

## Metabolic age

This is a reference value which the scale obtains by comparing the measured values with the average value in the general population. It indicates the overall fitness and activity of the metabolism and is a suitable complementary indicator of your physical condition. If the calculated value corresponds with your calendar age, you are fit. If it is even lower than your calendar age, it is good news for you. However, if the value is much higher than your calendar age (sometimes even by decades) you should reassess your regimen - eat more healthily, do enough active exercise and increase the proportion of your muscle mass.

## Visceral fat

Most body fat is located under the skin and has many important roles (body protection, covering joints, a source of energy and some vitamins...); this fat in an optimum amount is important and beneficial. However, it becomes a problem if the proportion of fat is higher than an optimum amount.

The same applies to visceral fat (or organ fat) which can be found around our organs and inside them and serves as their protection. However, this fat is treacherous as it is not as easy to recognize as subcutaneous fat and can cause a number of diseases. Therefore it is good to know how much of it, at least approximately, is in our body, so that we could change our regimen if necessary.

#### If your values reach:

1 - 9 = normal values

10 - 14 = high values

>15 = extremely high values

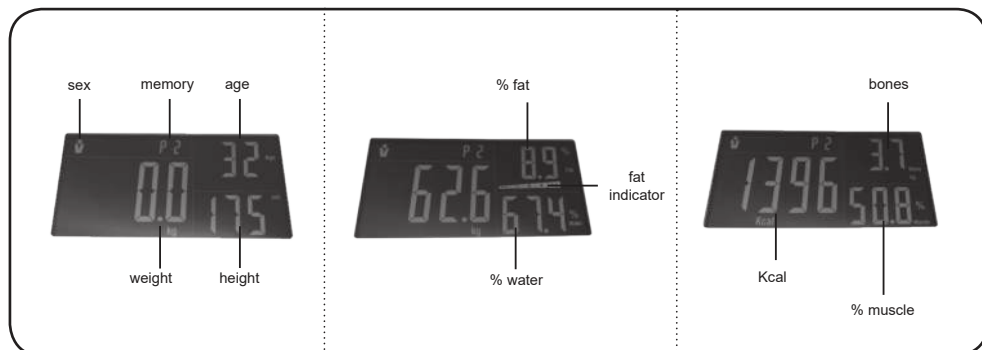
#### Important notes:

- 1) This scale requires you to weigh yourself barefoot for the reason of correct conductivity during the body fat analysis.
- 2) Do not place the scale on an uneven surface or a surface covered with a carpet.
- 3) Excessive drinking, eating, exercising, health conditions, used medicaments, women's menstruation cycle etc. influence the results of the analysis.
- 4) Here must not be a contact between feet, calves or thighs. Otherwise the measurement could be inaccurate.
- 5) Due to differences between people, the tables and figures are for information purposes only.

### III. PREPARATION FOR USE

Remove all the packing material and take the scale out. Remove all possible adhesion foils, stick-on labels or paper from the scale. Open the battery cover on the bottom of the scale, insert the battery with the correct polarity and close the cover in the opposite direction. Place the scale on flat, stable and dry surface.

#### Scale display



After switching on and pairing with a smart device, the scale displays data from the profile selected in Vital Body application (sex, memory position, age and height). After successful analysis, the respective display sectors will show the individual results.

## Weight and height units

The scale features a unit switch - "UNIT" - situated at the bottom of the scale which can be used to change the units between kg - lb - st. Weight units can also be changed in the application.

kg = kilogram	1 kg = 2.2 lb
lb = pound (British weight unit)	1 lb = 0.454 kg
st = stone (American weight unit)	1 st = 6,356 kg
Inch = inches	1 In = 2,54 cm

## Replacing batteries

Open the battery cover on the bottom of the scale. Insert a battery with the right polarity and close the cover. Use AAA batteries (4 pcs) for this appliance. If you are not using the appliance for some time, take the batteries out!

### Note

Do not use different type of batteries: Do not use used and new batteries together.

## IV. INSTRUCTIONS FOR USE

Your scale is fine electronic equipment. One of the things that are most difficult to weigh is human body as it is always in motion. If you want to obtain reliable results, always try to step with your feet at the same place on the scale and stand still. If possible, weigh yourself at the same time of a day (preferably in the morning) to obtain comparable results. Remember that excessive clothes can increase your weight as well as eating and drinking before weighing. Short-term weight fluctuation is generally attributed to loss of liquids.

### 1) STANDARD WEIGHT MEASUREMENT

Without the use of the **VITAL BODY** app in the Smart device, the scale can provide basic weight measurements as any other scale.

- a) Gently step on the scale, then the scale will be automatically turned on. Stand evenly on the scale without moving and wait until your weight shown on display.
- b) Switch on the scale by tapping on the board of the scale with your foot and wait till „0.0“ appears on the display. When „0.0“ appears on the scale, step on them and stand still.
  - After a moment, the measured weight flashes and the value remains displayed for 7 seconds. **Then the scale are switched off automatically.**

### Note

- The scale is switched on automatically if you do not step on it within approx. 30 seconds after „0.0“ is displayed.
- We recommend using the scale from about 8 kg of the subject.

### 2) WEIGHT MEASUREMENT WITH AN ANALYSIS AND USE OF THE VITAL APP

#### 2.1 First steps

Before first use, download the **VITAL BODY** application to your Smart device for free. You can find the application in the Apple Store or Google Play database, or to speed up the process, you can use the following QR codes:



Google Play



Apple Store

### Note

- If the QR code is not active, find the application manually by name.
- To download the English version of the application, you must have English as a system language in the smart device.

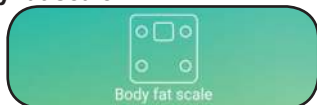
## 2.2 Pairing devices

Apply this process to first pairing and whenever required during regular use.

- Switch on Bluetooth in your Smart device.
- Switch on the **VITAL BODY** application.
- When switched on for the first time, the startup screen appears where you can create your own profile (choose your sex, enter your name, date of birth, height and target weight. If you wish to input your photo, you can do so by clicking on the picture of the figure). When you have input all the information, press **"Next"**. You can edit your profile later.
- In the top right corner, click on the "+" icon.




- Select **"Body fat scale"**.



- Switch on the scale. It will start detecting compatible devices in its immediate vicinity straight away.
- As soon as the Smart device finds the scale, it will display it on the screen; press **"Binding"**.



When pairing is successful, the device name will appear at the top of the screen, along with the  symbol.

### Important

Do not perform pairing with the scale directly in the settings section of your telephone. Mobile phone pairing with the scale is only performed via application.

### 2.3 Scale initialization (calibration)


This process needs to be repeated whenever you move the scale.

- Turn ON the scale > stand in the middle of the weighing platform.
- "0.0" will appear.
- Wait till it switches off automatically. The scale is now ready for an analysis.

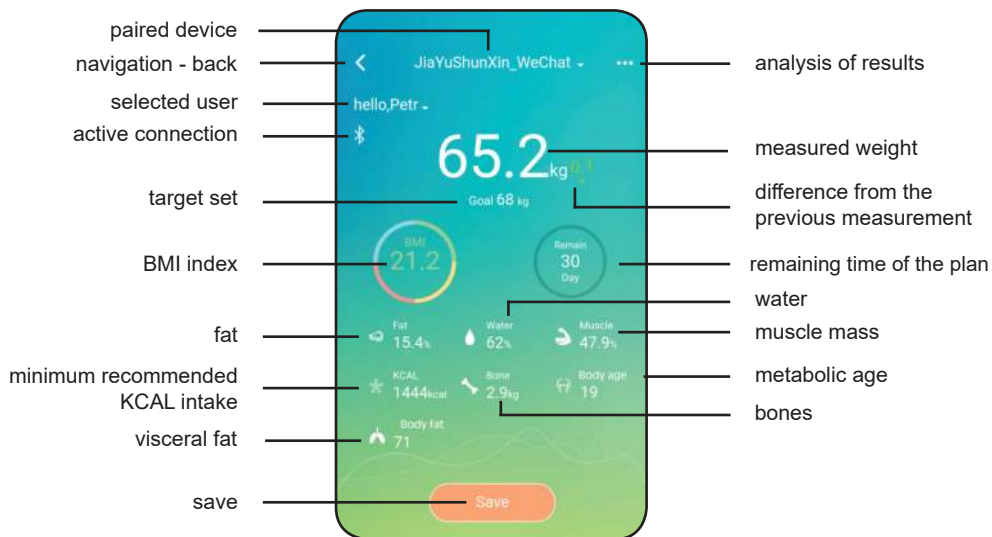
### 2.4 Weight measurement and data analysis

- Switch on the **VITAL BODY** application, activate Bluetooth, select "**Body fat scale**" measurement and your stored profile. **Before weighing, turn on the scale first.**
- Stand bare-footed in the middle of the weighing platform. Stand still so that the scale can accurately measure your characteristics.

### Important!

Before weighing itself, first switch on the scale by stepping on it, and allow the scale several seconds to pair with the smart device. The scale ready status for analysis is signalled by displaying  symbol in the left upper part of the application, and by simultaneous display of data from the profile (selected in application) on the scale's display.

- The scale will start measuring your body weight; once the displayed value stabilises, the fat indicator will shortly appear on the display, and the scale and application will show the measurement results.
- If you wish to store the current measurement in the history to include it in the statistics, press the "**Save**" button in the application.



### If the devices do not communicate

From time to time, pairing with the Smart device might fail (both during first pairing and during repeated use). If this is the case, try one of the following steps, or a combination thereof:

- 1) Place the devices as close as possible to each other (approx. 50 - 100 cm)
- 2) Make sure that the system is not disturbed by another el. appliance! (Eg. remote control TV, etc.)!
- 3) Make sure that the scale is not paired with another device in the vicinity.  
Before pairing with another device, make sure to cancel the pairing with the current device.
- 4) Restart the scale (as per instructions in section 2.3 “Scale initialization”).
- 5) Restart the **VITAL BODY** application, or switch it off and on in the system.
- 6) Restart the entire Smart device.
- 7) Try the application with another device.

#### Note:

- Make sure that you have Bluetooth activated in your Smart device with permanent visibility for other devices.
- When you have your device in a case, try to remove it from the case.
- If you have tried all the above steps and still fail to pair the application and the scale does not react to other compatible Smart devices either, make a warranty claim.

## 2.5 Work with the VITAL BODY application

The bottom bar is the basis for easy navigation in the app. **Device - Analysis - Plan - Setting.**

		BMI SCALE					
Device	+	BODY FAT SCALE					
	BMI SCALE						
	BODY FAT SCALE	Main measurement screen		SELECT DEVICE			
				User selection			
				...	DATA ANALYSIS	Numerical results	DATE
					CHART ANALYSIS	Results in a chart (based on the week, month, year)	

When switched on, the application will activate in the “**Device**” section and you will be offered a selection from 2 devices. Always select the option “**Body fat scale**” or add a new device - see the procedure in section 2.2 (b, d, e).

After this selection, the main measurement screen will appear where you can choose the user’s stored profile, select a device or open the previous measurement statistics.

Analysis	DATA ANALYSIS	Numerical results	DATE	Selection of dates/months
	CHART ANALYSIS	Results in a chart (based on the week, month, year)		

Another basic section is the “**Analysis**”.

**Numerical results** - provide a preview of the measured weight and BMI index in time. When you click on the relevant item of measurement, other values will pop up. When you click on the “**Date**”, you can look up the results in the calendar and filter them based on the individual days.

**Results in a chart** - provide a graphical representation of the individual results in time. You can view the individual weeks, months or years. When you click on the relevant icon of the measured value (water, fat, muscles...), its graphical trend for the given time interval will be displayed.

#### Note

- The results in this section will always appear for the currently selected user.
- The data stored can be deleted from the list of numerical results by dragging your finger over the item to the left. “**Delete**” button will pop up which you need to confirm by clicking on it.

Plan	+	Inputting the target + sports mode	Store
	List of targets		

In the “**Plan**” section, you can create a target, or a group of targets, where you can select your target weight which you want to achieve in a pre-defined time. Select the name of the target, target weight and start and end date of the plan.

When setting the plan, you can also activate the so called sports mode which will remind you at a pre-set time to do a sports activity, e.g. jogging. And then, at a pre-set time again, it will remind you of the end of the activity.

#### Note

- The target set is valid only for the first stored profile which the application takes as the default user. It will not be active for the other users.
- The targets stored can be deleted from the list of targets by dragging your finger over the item to the left. “**Delete**” button will pop up which you need to confirm by clicking on it.

Setting	USER	+	Add user	Store	Modification + photo input	
		Selection of a stored user	User editing	Storage	Modification + photo input	
	DEVICE	View the paired device + re-name/disconnect				
		+	Adding device screen	BMI SCALE		
				BODY FAT SCALE	Binding / Bindinged	
	UNIT	Change units				

In the “**Settings**” section, you can input other users’ profiles and edit them. You can store and edit up to 10 user’s profiles. When storing/editing the profile, input the individual data (to confirm, press the “**Confirm**” button; to cancel, press the “**Cancel**” button) and when finished, press the “**Save**” button.

In the **Device** subsection, you can view the currently paired device, re-name/delete it, or add a new one (see the procedure in section 2.2 (b, d, e).

#### Note

- To delete/re-name the device, drag your finger over the item to the left - “Re-name/Delete” field will appear. Click on the appropriate action and confirm.

In the **Unit** subsection, you can change the weight units. You can also change the units on the main measurement screen when you click on the measurement result (the figure representing your weight).

## V. TROUBLESHOOTING OF POSSIBLE PROBLEMS

If you have problems with weight:

- Check whether the battery is inserted properly.
- Check whether the scale is on a flat floor and they do not touch the wall.
- If nothing appears on the scale when you want to switch them on by tapping on them or if „Lo“ appears only, replace the batteries.
- If „O - Ld“ appears on the display, the scale was overloaded.
- If unusual signs are displayed, remove the insert the battery again.
- If signs appear, such as if the display is flashing or if there is a faulty sign, try to move the scale away from the influence of a source of interference or ensure switching off the source for the time of using the scale.

## VI. STORING

After using the scale, put it into the horizontal position (not vertically), out of reach of children and incapacitated people (see par. I. **SAFETY WARNINGS**).

## VII. MAINTENANCE

Do not use coarse and aggressive cleaning agents (e.g. **sharp objects, scrapers, diluting agents or other solvents**). Clean the board by wiping with a soft wet cloth. Make sure that water does not get inside the appliance.

## VIII. ENVIRONMENTAL PROTECTION



If the dimensions allow, there are labels of materials used for production of packing, components and accessories as well as their recycling on all parts. The symbols specified on the product or in the accompanying documentation mean that the used electrical or electronic products must not be disposed of together with municipal waste. For proper disposal, hand them over at special collection places where they will be accepted free of charge. Suitable disposal of the product can help to maintain valuable natural resources and to prevent possible negative impacts on the environment and human health, which could be the possible consequences of improper waste disposal. Ask for more details at the local authorities or at a collection site. Fines can be imposed for improper disposal of this type of waste in agreement with the national regulations.

Remove a discharged battery and dispose of it in a suitable and safe way through the special collection networks. Never dispose of the battery by burning!

**More extensive maintenance or maintenance requiring intervention in the inner parts of the appliance must be carried out by a professional service! Failure to comply with the instructions of the manufacturer will lead to expiration of the right to guarantee repair!**

## IX. TECHNICAL DATA

Weighing range max.:	180 kg / 396 lb / 28 st
Discrimination:	0.1 kg
Power supply:	4 x Batteries 1.5 V AAA (included)
Net weight of device:	1.9 kg
Size of the product (mm):	320 x 320 x 25
Protection class of the appliance:	III.
Frequency range:	2402 - 2480 MHz
Output power (max):	0 dBm
Bluetooth version:	4.0
Compatible operating systems:	Android 4.4; iPhone4S a iOS 8.0 (and higher)
Maximum communication reach:	10 m (open space without any obstacles and interferences)

Hereby, ETA a.s. declares that the radio equipment type ETA7780 is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: <http://eta.cz/declaration-of-conformity>

**The manufacturer reserves the right to change the technical specifications for the respective model. The manufacturer reserves the right to change/update the VITAL BODY application without prior notice. Due to the character of such changes/updates, some information or procedures in this manual might become obsolete or might be missing.**

HOUSEHOLD USE ONLY. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS.



TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.

The  symbol indicates a WARNING.



Do not step onto the scale with wet feet or on wet surface of the scale, there is a risk of slipping.



AUTO STEP ON – just step on the scale and stand still, the scale will automatically turn ON and start taking measurements.

# eta 7780

## KEZELÉSI ÚTMUTATÓ

Köszönjük, hogy termékünket választotta. A készülék használata előtt nagyon figyelmesen olvassa el ezt a használati útmutatót, és lehetőség szerint a garancialevéllel, pénztári bizonylattal, csomagolással és a csomagolás belső részeivel együtt gondosan őrizze meg.

## I. BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉS



- Az útmutató utasításait tekintse a készülék tartozékaként és juttassa el azt a készülék esetleges további felhasználójának.
- **A készüléket csak háztartási vagy ahhoz hasonló célokra szabad használni! Nem szabad azt orvosi intézményekben továbbá kommersz célokra alkalmazni!**
- Ezt a terméket 8 éves korú és idősebb gyermekek, továbbá csökkent fi zikai és mentális képességű vagy nem elegendő tapasztalattal és ismeretekkel rendelkező személyek is használhatják, amennyiben felügyelet alatt állnak vagy a készülék biztonságos használatára vonatkozóan megfelelő módon kioktatták őket és megértik az esetleges veszélyhelyzetek értelmezését. A gyermekek nem játszhatnak a készülékkel. A felhasználó által történő tisztítást és karbantartást gyermekek nem végezhetik, ha nincsenek legalább 8 évesek és csak felügyelet mellett.
- Ne használja a készüléket, ha az nem működik helyesen, ha leesett és megsérült vagy ha az vízbe esett. Ilyen esetekben adja át a készüléket szakszervizi vizsgálatokra, annak biztonsága és helyes működése ellenőrzése céljából.
- Figyeljen arra, hogy az ezzel a mérleggel mért adatok eredményei, csak körülbelüli adatok az igazi orvosi analízisok eredményeihez képest. Biometrikus jellemzők pontos meghatározását csak orvos végezheti el, orvosi módszerek segítségével.
- Ne használja a mérleget terhesség alatt.
- Ne alkalmazza a zsír analízis funkciót, ha a következő eszközöket használja: kardiostimulátor, EKG és / vagy egyéb orvosi eszköz a testbe beültetve, illetve ha ehhez hasonló eszközöket használ!
- **Javasoljuk: Ne lépjen a mérlegre nedves lábbal vagy a mérleg nedves felületére, mivel elcsúszás veszélye fenyegetheti!**
- **Ne merítse vízbe a mérleget (még részben sem)!**
- Ha a mérleget előzőleg alacsonyabb hőmérsékleten tárolta, akkor azt mindenekelőtt akklimatizálja.
- A mérleget csak annak vízszintes helyzetében használja, olyan helyen, ahol nem fenyeget annak felborulása, hőforrásoktól (pl. **kályha, kandalló, hőszugárzók**), fokozott légnedvességet okozó (pl. **szauna, fürdőszoba, úszómedence**) és erős elektromágneses teret kibocsátó berendezésektől (pl. **MH sütő, rádió**) megfelelő távolságban.
- Védje a mérleget por, vegyi anyagok, túlzott nedvesség, higiéniai termékek, folyékony kozmetikai készítmények behatásaitól, nagy hőmérsékleti ingadozásokkal szemben és ne tegye azt ki közvetlen napsütésnek.
- Ne helyezze a mérleget egyenetlen vagy szőnyeggel takart felületre. A mérleg alá helyezett instabil vagy puha alátét negatívan befolyásolhatja a mérés pontosságát.

- A mérleg áthelyezését úgy végezze, hogy közben ne történjen személyi sérülés vagy ne következzen be a készülék megkárosodása.
- Ne terhelje túl a készüléket nagyobb súllyal, mint a mérleg maximális kapacitása! Ezzel megakadályozhatja a készülék károsodását.
- A mérleggel óvatosan járjon el. Ne dobálja azt és ne ugorjon rá. A mérleg ellenálló kivitelű, de a nem megfelelő bánásmód tönkre teheti annak elektronikus érzékelőjét.
- Ne szedje szét a mérleget és ne vegyen ki abból alkatrészeket.
- A mérlegre annak tárolásakor ne helyezzen el semilyen tárgyat, mert annak megrongálódása következhet be.
- Ha nem használja huzamosabb ideig a mérleget, akkor vegye ki abból az elemet.
- Tartsa az elemeket és a mérleget gyerekektől távol és nem önjogú személyek elől elzárva tárolja. Az elemek lenyelése esetén azonnal forduljon orvoshoz.
- Ha az elemből elektrolit szivárogását észlel, azonnal cserélje ki az elemet, mivel ellenkező esetben megkárosíthatja a mérleget.
- Ne használjon ismételtlen tölthető elemeket.
- A kimerült elemet megfelelő módon ártalmatlanítsa (lásd a **VIII. ÖKOLÓGIA** c. bekezdést).
- A készüléket ne használja más célokra, mint amire az készült és amit ezen utasítás leírása tartalmaz!
- A csomagoláson, illetve a készüléken található esetleges idegen nyelvű szövegek és képek magyarázata és fordítása a nyelv mutációjának végén található.
- **FIGYELEM:** olyan készülék használata, amely nem egyezik meg a használati utasítással, esetén a sérülés veszély léphet elő.
- Gyártó cég nem felel a készülék helytelen használatából eredő károkért (pl. **az lapot összetöréséért stb.**) és nem garanciaköteles a készülékért a fenti biztonsági figyelmeztetések be nem tartása esetén.

### **Vezeték nélküli csatlakozás és kompatibilitás**

- Az ETA társaság nem felelős semmilyen BLUETOOTH technológián keresztüli kommunikáció közben történt véletlen, nem közvetlen, vagy utólagos károsodásért, adat és információk elvesztéséért!
- Nem lehet 100%-an minden Smart készüléken garantálni sikeres vezeték nélküli kommunikációt! A készülék meg kell, hogy feleljen a Bluetooth SIG, Inc. társaság által előírt Bluetooth specifikációnak, illetve a készülék és előírások közötti kompatibilitás hitelesített kell, hogy legyen! Ha a készülék megfelel, akkor is előfordulhat, hogy a piacon lévő készülékek sokfélesége miatt egy adott Smart készülék specifikációja nem engedi a csatlakozást, illetve a csatlakozás nem tökéletes. Ez a jelenség nem jelent okot a készülék reklamációjára!
- A készülék által kibocsátott rádiós hullámok zavarhatják az orvosi berendezéseket! Ezek a zavarások akár a berendezés károsodását is okozhatják! Ezért kérjük, ne használja a készüléket a következő helyeken:
  - kórházakban, vonaton, repülőgépen, töltőállomásokon és mindenhol, ahol robbanás veszélyes gázok találhatóak;
  - automatikus ajtók, vagy tűzoltó készülékek közelében!

## **II. ÁLTALÁNOS INFORMÁCIÓK**

Olyan készüléket vásárolt, amely első ránézésre általános mérlegnek nézhet ki. De nem az, hiszen ha a mérleghez bármilyen Android, vagy iOS rendszerrel és **VITAL BODY** applikációval felszerelt Smart készüléket csatlakoztat, a bluetooth funkció keresztül a mérleg multifunkciós modern segítővé alakul át, a különböző testi jellemzők megfigyeléséhez és analizéséhez.

A mérleg és a Smart készülék párosítása után a **VITAL BODY** applikáció mérési eredményei megjeleníthetők.

### Jellemzői; VITAL BODY

- a mérleggel való párosítás után megjeleníti, analizálja és menti a következő értékeket - testzsír, testvíz, izomtömeg, csontsúly, javasolja a minimális kalória bevitelt és a BMI indexet értékeli
- akár 10 személynek való memória (következő adatok menthetők: nem, életkor, magasság, név, fénykép és kívánt súly)
- súly (kg, lb, st) és magasság (cm) egységek kiválasztási lehetősége
- aktuális és utoljára mért érték közötti különbség megjelenítése
- időben való fejlődés figyelése (grafikonos megjelenítést beleértve)
- egy felhasználó számára való cél beállítása és figyelése (kívánt súly) kiválasztott időn belül
- sport aktivitás emlékeztetése (azaz sport mód)



### A zsír analízishez fontos:

- Várjon 15 percet az ágyból való felkelés után!
- Pihenjen pár órát (6-8) a kimerítő, szokatlan tevékenység után!

**A zsír analízis nem nyújt hasznos információkat a gyermek részére 10 éves kor alatt, a 80 év feletti felnőttek számára,** lázas személyeknél, dialízis befejezése után, azoknál az embereknél, akiknél a csontritkulás tünetei jelennek meg, vagy olyan személyeknél, akik szív és érrendszeri betegségük miatt gyógyszereket szednek, várandós nőknél, valamint nagy izomtömeggel bíró sportolóknál, mert ezek a felsorolt tényezők befolyásolhatják az eredményeket. Az elhízott emberek, vagy azok akik fogyni szeretnének, illetve a nagyon vékony emberek, akik szeretnének hízni, konzultáljanak kezelőorvosukkal a kezelési, vagy diéta módszerével kapcsolatosan.

### Miért fontos tudni, hogy milyen mennyiségű zsír van a testben, valamint víz a szervezetben?

A testzsír analízis, vagy testösszetétel analízis az egészségi szint meghatározási módja. A test víztartalma jelzi, hogy jó-e az egészség. Ha a súly nem változik és a TBW% (teljes test víztartalma) növekszik, az azt jelenti, hogy az izomtömeg a testben növekszik (ami jó az egészségnek.). Ha a TBW% érték csökken, az az izomtömeg elvesztését és a testzsír növekedését jelenti, vagy jelzi, a helytelen víz egyensúlyát a szervezetben, illetve néhány lehetséges vízhiánnyal járó betegséget is jelezhet. Általában a nagyobb izomtömegű embereknek magasabb a víztartalma a szervezetben.

### Testzsír arány táblázat

Életkor	Nő (%)				Férfi (%)			
	Alultáplált	Egészséges	Túltáplált	Elhízott	Alultáplált	Egészséges	Túltáplált	Elhízott
<30	<14	14 - 21	21 - 29	29>	<9	9 - 15	16 - 23	23>
31 - 50	<15	15 - 23	24 - 30	30>	<11	11 - 18	19 - 25	25>
51>	<16	16 - 25	26 - 33	33>	<12	12 - 20	21 - 28	28>

## Testvíz

Nő (%) testvíz = 45 - 60 %; Férfi (%) testvíz = 50 - 65 %

## Izomtömeg táblázat

Életkor	Nő %			Férfi %		
	Alacsony	Normál	Magas	Alacsony	Normál	Magas
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

## BMI

A készülék által használt módszer – bioelektronikus impedanciaelemzés (BIA) – különbözik a korábban használt BMI módszertől. A BMI módszernél a testsírszázalékot a magasság és a testsúly arányából számították ki. A BIA módszer az elemzés során a pontosabb eredmény érdekében 5 paramétert alkalmaz. A testsúly és a biológiai ellenállás mérését a készülék végzi el. A további három adatot (nem, testmagasság, életkor) manuálisan kell megadni. Ez az index a testsúly és testmagasság közötti arányt állapítja meg. Ennek segítségével kideríthető, hogy az ember túlsúlyban van-e és teltebb vagy kövér illetve testsúlya normális-e. Ugyancsak a szív és érrendszeri bántalmak szempontjából a body mass index viszonylag jó kockázati mutató, mindenképp az egészséges személyeknél. Ennek ellenére ez csak tájékoztató jellegű mutató. A szakemberek javasolják a számításokat legalább a derékbőség mérésével bővíteni, ami pontosítja a testben lévő zsír mennyisége eloszlását. A BMI nem nyújt megbízható információkat kisgyermek, idősebb személyek és jelentős izomtömegekkel rendelkező aktív sportolók esetén, mivel az eredmények nem mindig pontosak.

BMI	alultáplált	egészséges	túltáplált	elhízott
	< 18,5	18,5 - 27	28 - 39	> 40

## Az minimális energiaszükséglet KCAL

Azt az minimális energiamennyiség felvételét jelenti, amely az alapvető életfunkciók fenntartásához szükséges és a mozgás aktivitás. A kijelzőn megjelenő adatok az minimális napi energiafelvétel értékét mutatják figyelembevételével, ami az Ön testsúlya, testmagassága, életkora és neme szerint lead. 239 cal = 1 kJ

## Metabolikus életkor

Egy körülbelüli érték, amelyet a mérleg a mért érték és az átlagos lakossági érték összehasonlításával számol ki. A teljes állóképességet és az anyagcsere aktivitást mutatja és az állóképesség állapotát jelzi. Ha a kiszámolt érték azonos az Ön aktuális életkorával, minden rendben van. Ha az érték alacsonyabb, az nagyon jó hírt jelent. Viszont ha a kiszámolt érték magasabb, mint az aktuális életkor (akár több, mint 10 évvel), javasoljuk, hogy gondolja át táplálkozását – egyen egészségesebben, mozogjon többet és növelje az izomtömegét!

## Viszcerális zsír

A testsír nagy része a bőr alatt található és fontos funkciókat biztosít (testvédelem, ízületek „csomagolása”, energia és vitaminok tárolása,...); ez a zsír optimális mennyiségben fontos és hasznos. Akkor van probléma, ha a zsír mennyisége az optimálisnál nagyobb. Ugyanaz a helyzet a viszcerális (szervi) zsírral, amely a szervek körül és szerveken belül található és a szervek védelmét biztosítja. A probléma az, hogy ezt a fajta zsírt nem lehet olyan könnyen felismerni, mint a bőr alatti zsírt és így sok súlyos betegséget okozhat.

Ezért nagyon fontos a viszcerális zsír mennyiségét tudni és ha szükséges a mérések alapján a táplálkozást ehhez igazítani.

### Ha az Ön értékei elérik:

1 - 9 = normális értékek

10 - 14 = magas értékek

>15 = nagyon magas értékek

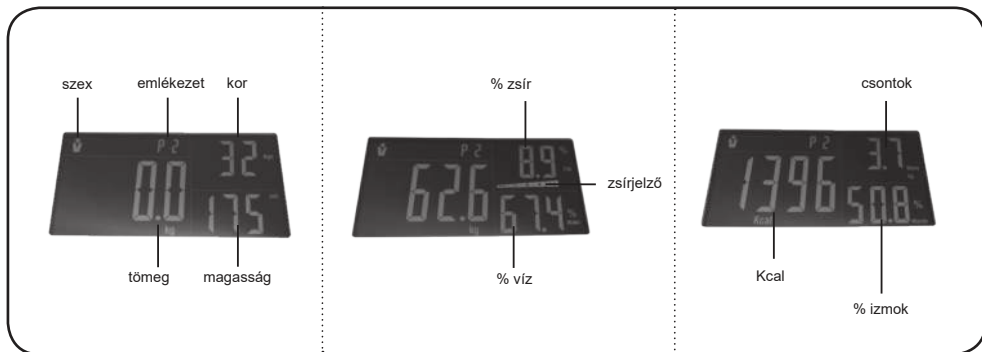
#### Fontos tudnivalók:

- 1) Ez a mérleg megköveteli, hogy mindig mezítláb mérje magát a testszír analízis közben, a megfelelő pontosság érdekében!
- 2) Ne helyezze a mérleget egyenetlen felületre, vagy szőnyegre!
- 3) A túlzott ivás, étkezés, testmozgás, egészségügyi állapot, gyógyszerek, a női menstruációs ciklus, stb. befolyásolják az analízis eredményeit.
- 4) Figyeljen arra, hogy mérés közben ne legyen kontaktus a talpak, vádlik, vagy combok között. Ellenkező esetben lehetséges, hogy a mérés nem lesz pontos.

## III. HASZNÁLATRA TÖRTÉNŐ ELŐKÉSZÍTÉS

Távolítson el a csomagolóanyagokat és vegye ki a mérleget a csomagolásból. A mérlegről távolítson el mindennemű esetleges tapadó fóliát, címkét vagy papírt. Nyissa fel a mérleg alsó lapján levő elemtartó fedelét, az elemtartóba helyezzen be elemet helyes polaritással és a fedelet fordított módon zárja be. Helyezze az ételpárolót szilárd, síma és száraz felületre.

### Mérleg kijelzője



A mérleg kijelzőjén bekapcsolás és a smart berendezéssel való párosítás után profil adatok jelennek meg, amelyeket a Vital Body applikációban kiválasztott (nem, memóriahely, életkor és magasság). Sikeres analízis után a kijelző megfelelő szektorjaiban eredmények jelennek meg.

### Súly és magasság értékei

A mérleg az alsó oldalán „UNIT” súly egység kapcsolóval felszerelt, amely segítségével beállíthatja az egységeket: kg - lb - st. A súly egységei az applikációban is beállíthatóak.

kg = kilogramm    1 kg = 2,2 lb

lb = font (angol tömegegység)

1 lb = 0,454 kg

st = stone (amerikai súlymérték)

1 st = 6,356 kg

Inch = hüvelyk

1 In = 2,54 cm

## Az elemcsere

Nyissa fel az elemtartó fedelét a mérleg alsó lapján. Helyezze be az elemet helyes polaritással és a fedelet zárja be. A készülékhez használjon AAA típusú elemet (4 db). Ha nem használja hosszabb ideig a készüléket, akkor vegye ki az akkumulátort!

### Megjegyzések

Ne használjon különböző típusú elemeket együtt! Ne használjon együtt új és használt elemeket!

## IV. KEZELÉSI UTASÍTÁSOK

A mérleg egy finom kivitelű elektronikus berendezés. A legbonyolultabban mérhető értékek egyike az emberi test súlya, mivel az állandóan mozgásban van. Ha megbízható eredményt kíván elérni, akkor lépjen teljes talpfelületével a mérleg ugyanazon helyére és álljon mozdulatlanul. Ha lehetősége van rá, testsúlyát mindig azonos napszakban mérje (legjobban reggel), hogy összehasonlítható eredményeket kapjon. Ne felejtse el, hogy a fölösleges ruhadarabok növelik tömegét ugyanúgy, mint a mérés előtt fogyasztott étel és ital. A tömeg rövid időn belüli változása általában a test folyadékmennyisége változásaira (veszteségekre) vezethető vissza.

### 1) ALAP SÚLYMÉRÉS

A **VITAL BODY** applikáció segítségével a készülék alap súlymérési funkcióval szolgál, amellyel minden sima mérleg rendelkezik.

- a) Lépjen fel a mérlegre, a mérleg automatikusan bekapcsol! Ne mozogjon, és várjon amíg a készülék megméri a súlyát!
  - vagy**
  - b) A mérleget rálépéssel kapcsolja be és várjon, amíg a kijelzőn meg nem jelenik a „0.0”, amíg a kijelzőn megjelenik a „0.0” érték. A „0.0” érték megjelenése után lépjen a mérlegre és nyugodtan álljon rajta.
- Pár pillanat elteltével a súlyérték villogni kezd és a mért érték néhány másodpercig a kijelzőn lesz látható. **Ezután a mérleg automatikusan kikapcsol.**

### Megjegyzések

- A mérleg automatikusan kikapcsol, ha arra a „0.0” kijelzés megjelenését követő 30 másodpercen belül nem lép fel.
- Javasoljuk, hogy a mérleget olyan tárgy mérésére használja, amelynek minimális súlya legalább 8 kg.

### 2) VITAL APLIKÁCIÓ SEGÍTSÉGÉVEL VALÓ MÉRÉS

#### 2.1 Első lépések

Az első használat előtt töltsse le saját Smart készülékébe a **VITAL BODY** applikációt! Az applikációt az Apple Store-ban, vagy a Google Play-ben találhatja meg, vagy használhatja a következő QR kódokat:



Google Play



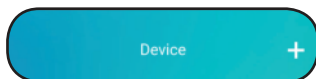
Apple Store

## 2.2 Készülék párosítása

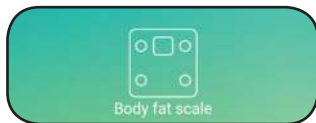
Ezt a folyamatot az első párosításnál használja, vagy mindig, amikor a rendszeres használat mellett a párosítás szükséges.

- Kapcsolja be a saját eszközén lévő Bluetooth funkciót!
- Kapcsolja be a **VITAL BODY** aplikációt!
- Első bekapcsolásnál a bevezető képernyő jelenik meg, amelyen létrehozhatja saját profilját (nem, név, születési dátum, magasság és cél súly). (Ha szeretne, saját képét is beállíthat!) Minden információ megadása után nyomja meg a „**Next**” gombot! A profilját később is szerkesztheti!

- A jobb felső sarokban nyomja meg a „+” ikont!

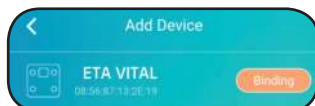



- Válassza ki a „**Body fat scale**” opciót!



- Kapcsolja be a mérleget! A legközelebbi kompatibilis berendezés keresése azonnal elkezdődik.

- Ha a Smart eszköz megtalálja a mérleget, a mérleg neve megjelenik a kijelzőn. Utána nyomja meg a „**Binding**” opciót!



Sikeres párosítás esetén a képernyő felső oldalán megjelenik az eszköz neve és a  szimbólum.



### Fontos

A mérleggel való párosítást ne végezze közvetlen a telefon beállításokban! A telefon és a mérleg párosítása csak az applikációban történik.

### 2.3 Mérleg inicializálása (kalibráció)


Ezt a folyamatot mindig meg kell ismételni, ha a mérleg elhelyezése megváltozott!

- Álljon a mérő felület közepére!
- Megjelenik a „0.0” felirat.
- Várja meg az automatikus kikapcsolást, majd a mérleg készen áll analízisre.

### 2.4 Mérés és adatok analízise

- Kapcsolja be a **VITAL BODY** applikációt és a bluetooth funkciót, válassza ki a „**Body fat scale**” mérleget és a mentett profilt!
- Mezítláb lépjen rá a mérőfelület közepére! Álljon nyugodtan annak érdekében, hogy a mérés minél pontosabb legyen!

### !Fontos!

Mérés előtt rálépéssel kapcsolja be a mérleget és várjon néhány másodpercig a smart berendezéssel való párosításra! Ha a mérleg készen áll az analízisre,  szimbólum jelenik meg az applikáció bal felső részén és a profil (amelyet az applikációban kiválasztott) adatai jelennek meg a mérleg kijelzőjén.

- A mérleg elkezd a súlyt mérni, ha a kijelzőn megáll az érték, a zsír mutatója egy pillanatra felvillan és a mérlegen, illetve az applikációban megjelennek a mérés eredményei.
- Ha leszeretné menteni az aktuális mérést a memóriába úgy, hogy az értéke a statisztika része legyen, nyomja meg a „**Save**” gombot!



### Ha az eszközök nem kommunikálnak

Néha a Smart eszközöknél előfordulhat, hogy a párosítás nem sikerül (akár első, vagy használat közbeni párosítás). Ha ez megtörténik, járjon el a leírások alapján (szükség esetén kombinálhatja azokat):

- 1) Helyezze a két eszközt minél közelebb egymáshoz (kb. 50 - 100 cm)!
- 2) Ellenőrizze, hogy más elektronikus berendezés nem zavarja-e a párosítást!
- 3) Ellenőrizze, hogy a mérleg nincs-e más eszközzel párosítva!  
Bármilyen eszközzel való párosítás előtt szükséges a jelenlegi párosítást törölni!
- 4) Indítsa újra a mérleget (2.3 fejezetben lévő utasítások szerint)!
- 5) Indítsa újra a VITAL BODY aplikációt, ha szükséges, kapcsolja azt ki és be!
- 6) Indítsa újra a Smart eszközt!
- 7) Próbálja ki az aplikációt más készülékkel!

#### Megjegyzés:

- Ellenőrizze a bluetooth funkció bekapcsolását és az eszköz láthatóságát!
- Ha bármilyen tokot használ, vegye ki az eszközt!
- Ha a párosítás akkor se sikeres és a mérleg más Smart eszközökre sem reagál, forduljon a reklamációhoz!

## 2.5 VITAL BODY aplikáció használata

Az alapja a lenti oldalon lévő lista: **Device - Analysis - Plan - Setting**.

		BMI SCALE		
Device	+	BODY FAT SCALE		
	BMI SCALE			
	BODY FAT SCALE	Fő mérési képernyő	SELECT DEVICE	
			Felhasználó kiválasztása	
	...	DATA ANALYSIS	Szám eredmények	DATE
		CHART ANALYSIS	Eredmények grafikonban (hét, hónap, nap alapján)	

Bekapcsolás után az aplikáció az **“Device”** szekcióban kapcsolódik be, 2 eszköz közül választhat. Mindig válassza ki a **“Body fat scale”** -et, vagy esetleg adjon meg új eszközt, lássa a 2.2 (b,d,e) szekciót! A mérleg kiválasztása után a fő mérési képernyő jelenik meg, amelyen kiválaszthatja a mentett profilt és eszközt, vagy megnézheti a régebbi mérések statisztikáit is.

Analízis	DATA ANALYSIS	SZÁM ANALÍZIS	DATE	Napok/hónapok kiválasztása
	CHART ANALYSIS	Eredmények grafikonban (hét, hónap, nap alapján)		

Következő szekció az **“Analysis”**.

**Szám eredmények** - lehetővé teszi a mért értékek és a BMI index figyelését. Az adott tételre való ráklickelés után további értékek jelennek meg. **“Date”** kiválasztása után az eredményeket megnézheti a naptárban, illetve napok szerint szűrheti.

**Eredmények grafikonban** - eredmények grafikus megjelenítése. Hetek, hónapok, vagy évek között lehet választani. A kívánt értékre (víz, zsír, izom,...) való ráklickelés után a kiválasztott időszakban lévő hozzátartozó grafikon jelenik meg.

### Megjegyzés

- Az eredmények mindig az aktuális felhasználó számára jelennek meg.
- A mentett adatokat az ujj bal oldalra való húzásával törölheti. Megjelenik a **“delete”** lehetőség, amelyet ráklickeléssel meg kell erősíteni!

Terv	+	Cél + sport mód megadása	Mentés
	Célok listája		

A **“Plan”** szekcióban lehet a célt létrehozni, esetleg célok csoportját, amelyben beállíthatja azt a súlyt, amelyet adott időszak alatt szeretne elérni. Válassza ki a cél nevét, az elérni kívánt súlyt és az időszak elejét és végét! A terv beállításánál lehet ún. Sport módot is beállítani, amely a beállított időben egy figyelmeztetést fog küldeni, hogy itt az idő sportolni, pl. futni. Utána figyelmezteti a sport aktivitás végére.

### Megjegyzés

- A beállított terv csak az első mentett profil számára használható! Más profilokban nem lesz aktív!
- A mentett célokat az ujj bal oldalra való húzásával törölheti. Megjelenik **“törlés”** lehetőség, amelyet ráklickeléssel meg kell erősíteni.

Beállítás	USER	+	Felhasználó hozzáadása	Mentés		
		Mentett felhasználó kiválasztása	Felhasználó szerkesztése	Szerkesztés + kép mentése	Szerkesztés + kép mentése	
				Mentés		
	DEVICE	Párosított eszköz ellenőrzése + átnevezése/ elválasztása				
		+	Eszköz hozzáadás képernyője	BMI SCALE		
				BODY FAT SCALE	Párosítás/ Párosítva	
UNIT	Egységek változtatása					

A **“Settings”** szekció lehetővé tesz további felhasználói profilok hozzáadását és annak szerkesztését. Akár 10 profilt is lementhet és utána szerkesztheti. A profil mentésénél/ szerkesztésénél adja meg az adatokat (mindig erősítse meg a **“Confirm”** gombbal, vagy törölje a **“Cancel”** gombbal), utána az egész profilt mentse le a **“Save”** gombbal!

Az **Device** szekció lehetővé teszi a jelenleg párosított eszköz megjelenítését, annak átnevezését/törlését, vagy új eszköz hozzáadását (lásza 2.2 (b,d,e fejezetet)!

### Megjegyzés

- Törlést/átnevezést lehet bal oldalra való ujj húzásával végrehajtani, amivel “átnevezés/törlés” opció jelenik meg. Válassza ki a kívánt opciót és erősítse meg.

Az **Unit** szekcióban lehet a súly és magasság egységeit változtatni. Az egységeket a fő mérési képernyőn meg lehet változtatni, a mérési eredményre való ráklikkeléssel.

## V. A LEHETSÉGES PROBLÉMÁK MEGOLDÁSA

Ha a mérleggel valami probléma jelentkezik, akkor:

- Ellenőrizze az elemek helyes elhelyezését.
- Ellenőrizze, hogy a mérleg síma padlófelületen áll és nem érintkezik-e a fallal.
- Ha a mérleg megérintését követően, ha azt be kívánja kapcsolni, a kijelzőn semmi sem jelenik meg vagy csak a „Lo” kijelzés, akkor cserélje ki az elemet.
- Ha a diszplejen az „O - Ld” felirat jelenik meg, akkor a mérleg túlterhelt volt.
- Ha a diszplejen szokatlan jelek jelennének meg, akkor az elemet vegye ki és ismételtelen helyezze vissza.
- Ha olyan jelek mutatkoznak, mint a kijelző villogása vagy hibás értékek kijelzése, igyekezzen a mérleget az esetleges zavaró forrás közeléből áthelyezni vagy biztosítsa ezen zavaróforrás a mérés időtartamára történő kikapcsolását.

## VI. TÁROLÁS

A mérleget annak használata után vízszintes helyzetben tárolja (ne függőlegesen), gyermekektől és nem önjógu személyektől elzárt helyen (lásd az **I. bekezdést a BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉST**).

## VII. KARBANTARTÁS

Ne használjon karcos és agresszív tisztítószerket (pl. **éles tárgyakat, higítókat vagy hasonló oldószereket**). A felületet puha, nedves ruhadarabbal törölje le.

Ügyeljen arra, hogy a belső részekbe ne juthasson be víz.

## VIII. ÖKOLÓGIA



Ha a méretek megengedek, akkor a csomagolóanyagokon, a komponenseken és a tartozékokon valamennyi darabra rányomtatottak az anyagjelzések, illetve azok újrahasznosítási jelzései. A terméken vagy annak kísérő dokumentációjában feltüntetett jelzések azt jelentik, hogy az elhasználdott elektromos és elektronikus termékeket nem szabad a kommunális hulladékokkal együtt ártalmatlanítani. A helyes ártalmatlanítás céljából adja le azokat az arra kijelölt hulladékgyűjtő helyeken, ahol azokat ingyenesen veszik át. A termékek helyes ártalmatlanításával értékes természeti forrásokat segít megőrizni és megelőzi azok nem megfelelő ártalmatlanításból következő potenciálisan negatív hatásait a környezetre és az emberi egészségre. További részleteket kérjen a helyi önkormányzattól vagy a legközelebbi hulladékgyűjtő helyen. Ezen hulladék anyagok helytelen ártalmatlanítása néhány ország előírásai szerint pénzbírsággal is járhat. A kimerült elemet vegye ki a mérlegből és az arra kialakított speciális gyűjtőhálózat útján biztonságosan likvidálja. Az elemet soha ne likvidálja elégetéssel!

**Terjedelmesebb jellegű karbantartást vagy olyan karbantartást, ami a készülék belső részébe történő beavatkozást igényli, csak szakszervíz végezhet! A gyártói utasítások be nem tartása a garancia kötelezettségek megszűnését vonja maga után!**

## IX. MŰSZAKI ADATOK

Méréshatárok max.:	180 kg / 396 lb / 28 st
Érzékenység:	0,1 kg
Elemek:	4 x 1,5 V AAA (csomagolás tartalmazza)
Készülék súlya:	1,9 kg
Termék méretei (mm):	320 x 320 x 25
A készülék érintésvédelmi osztálya:	III.
Frekvencia tartomány:	2402 - 2480 MHz
Kilépő teljesítmény (max):	0 dBm
Bluetooth verzió:	4.0
Kompatibilis operációs rendszerek:	Android 4.4; iPhone4S a iOS 8.0 (és újabb)
Maximális kommunikációs tartomány:	10 m (szabad terület interferenciák és akadályok nélkül)

Ezáltal az ETA a.s. kijelenti, hogy a ETA7780 típusú rádióberendezések megfelelnek a 2014/53/EU irányelvnek. Az EU-megfelelőségi nyilatkozat teljes szövege a következő internetes címen érhető el: <http://eta.cz/declaration-of-conformity>


**A gyártó fenntartja a jogot a VITAL BODY aplikáció előzetes bejelentés nélküli változtatásaira/frissítéseire! A változások/frissítések jellege információk és folyamatok változását okozhatja, ami ebben a használati utasításban lévő adatok elavulásához, vagy hiányához vezethet!**

*HOUSEHOLD USE ONLY – Kizárólag háztartási használatra alkalmas. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Ne merítse vízbe vagy más folyadékba.*



*TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY. Fulladásveszély. Tartsa a PE zacskót gyermekektől elzárt*

*helyen. A zacskó nem játékszer. Ne használja ezt a zacskót bölcsőkben, kiságyakban, babakocsikban, vagy gyerek járókákban.*

Az  szimbólum FIGYELMEZTETÉST jelent.



Ne lépjen a mérlegre nedves lábbal vagy a mérleg nedves felületére, mivel elcsúszás veszélye fenyegetheti!



**AZONNAL MÉR:** a mérlegre elég rálépni - automatikusan bekapcsol és megméri a súlyt

# eta 7780

## INSTRUKCJA OBSŁUGI

Szanowni Państwo, dziękujemy za zakup naszego produktu. Przed rozpoczęciem użytkowania, należy uważnie przeczytać wszystkie instrukcje i zachować je na przyszłość. Dotyczy to także gwarancji, dowodu zakupu oraz – jeśli to możliwe – wszystkich części oryginalnego opakowania.

### I. WSKAZANIA DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA



- Wskazówki podane w instrukcji należy uważać za część urządzenia i przekazać jakiemukolwiek dalszemu użytkownikowi urządzenia.
- **Urządzenie jest przeznaczone do użytku w gospodarstwach domowych i podobnych celach! Urządzenie nie jest przeznaczone do zastosowania w medycynie i obiektach komercyjnych!**
- Z urządzenia mogą korzystać dzieci powyżej 8 roku życia, oraz osoby z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi lub umysłowymi, a także nieposiadające wiedzy lub doświadczenia w użytkowaniu tego typu urządzeń pod warunkiem, że będą one nadzorowane lub zostaną poinstruowane na temat bezpiecznego korzystania z tego urządzenia oraz zagrożeń wiążących się z jego używaniem. Bawienie się urządzeniem jest zabronione dzieciom. Czyszczenie i konserwacja bez nadzoru dorosłych jest dzieciom zabroniona.
- Nigdy nie używaj urządzenia, jeśli nie działa prawidłowo, jeśli upadło na ziemię i uległo zniszczeniu lub wpadło do wody. W takich przypadkach należy zanieść urządzenie do profesjonalnego serwisu w celu przetestowania jego bezpieczeństwa i prawidłowego działania.
- **Zalecamy: Nie należy wchodzić na wagę mokrymi stopami lub na mokrą powierzchnię wagi, w przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!**
- **Wagi nie wolno zanurzać w wodzie (nawet częściowo)!**
- Należy pamiętać, że dane pokazane na wadze są tylko przybliżone i niedokładne w porównaniu z wynikami rzeczywistej analizy medycznej. Dokładne określenie cech biometrycznych może jedynie ustalić lekarz używając metod medycznych.
- Nie należy używać w okresie ciąży.
- Funkcji analizy tłuszczu nie należy używać w przypadku używania następujących urządzeń: rozrusznik serca, elektrokardiograf i / lub innych urządzeń medycznych wszczepionych do organizmu lub stosowanych jako wsparcie.
- Jeżeli waga była przechowywana w niskich temperaturach, najpierw należy ją zaaklimatyzować.
- Wagę należy używać tylko w pozycji poziomej w miejscach, gdzie nie istnieje ryzyko przewrócenia, z dala od źródeł ciepła (np. **piec, kominek, grzejniki**), źródeł wilgoci powietrza (np. **sauna, łazienka, basen**) oraz urządzeń z silnym polem elektromagnetycznym (np. **kuchenka mikrofalowa, radio**).
- Wagę osobową należy chronić przed kurzem, chemikaliami, nadmierną wilgocią, środkami toaletowymi, ciepłymi kosmetykami, dużymi zmianami temperatury i nie należy narażać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.
- Wagi nie należy umieszczać na nierównej powierzchni lub na powierzchni pokrytej dywanem. Niestabilna lub miękka podkładka pod wagą może mieć negatywny wpływ na dokładność ważenia.

- Nie należy przeciążać urządzenia wagą większą niż maksymalna nośność! Zapobiegnie to uszkodzeniu urządzenia.
- Podczas manipulowania z wagą należy postępować starannie, aby uniknąć obrażeń ciała lub uszkodzenia urządzenia.
- Z wagą należy obchodzić się ostrożnie. Nie należy jej rzucać ani po niej skakać. Waga jest trwała, ale złe obchodzenie się może zniszczyć elektroniczne sensory.
- Waż się zawsze bez odzieży, bez obuwia i przed posiłkiem. Rano, to idealny czas na ważenie.
- Wagi nie należy demontować lub wyjmować części.
- Baterie i wagę należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci i osób niekompetentnych. Osoba, która połknie baterię, musi natychmiast skontaktować się z lekarzem.
- Podczas przechowywania nie należy umieszczać żadnych przedmiotów na powierzchni wagi, może ulec uszkodzeniu.
- Jeśli waga nie będzie długo używana, należy wyjąć baterie.
- Nie wolno wkładać nowych i starych baterii razem.
- Nie należy używać akumulatorów doładowujących.
- Jeśli bateria wycieka, należy ją natychmiast wymienić, w przeciwnym razie może to spowodować uszkodzenie wagi.
- Wyładowaną baterie należy w odpowiedni sposób zlikwidować (patrz rozdz.

### **VIII. EKOLOGIA).**

- Nigdy nie należy używać urządzenia do innych celów niż do których jest przeznaczone, oraz opisane w niniejszej instrukcji!
- Wszystkie teksty w innych językach, a także obrazki na opakowaniu lub produkcie są przetłumaczone i wyjaśnione na końcu odpowiedniej mutacji językowej.
- **UWAGA:** Istnieje ryzyko poważnego urazu w przypadku nieprawidłowego użycia urządzenia (niezgodnie z instrukcją).
- Producent nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane przez niewłaściwe traktowanie urządzenia (np. **rozbicie płyty itp.**) i nie jest odpowiedzialny za gwarancje na urządzenie w przypadku nie przestrzegania wyżej przedstawionych ostrzeżeń bezpieczeństwa.

### **Połączenie bezprzewodowe i kompatybilność**

- Firma ETA nie może w żaden sposób być odpowiedzialna za jakiegokolwiek przypadkowe, pośrednie lub wtórne szkody, lub stratę danych, lub straty spowodowane wyciekiem informacji podczas komunikacji przez technologię BLUETOOTH.
- Nie można w 100% zagwarantować udanej komunikacji bezprzewodowej na wszystkich urządzeniach Smart. Urządzenie musi być zgodne ze specyfikacją BLUETOOTH wyznaczoną przez firmę Bluetooth SIG, Inc., a jego zgodność ze specyfikacjami musi być certyfikowana. Nadal jednak nawet jeśli urządzenie spełnia wszystkie warunki, ze względu na różnorodność urządzeń dostępnych na rynku mogą zaistnieć przypadki, gdy charakter i specyfikacje danego urządzenia Smart uniemożliwia podłączenie lub jest ono w jakikolwiek sposób naruszone. To nie jest powodem do reklamacji urządzenia.
- Fale radiowe emitowane przez urządzenia mogą zakłócać działanie niektórych urządzeniach medycznych. Te zakłócenia mogą spowodować awarię.  
Z tego powodu nie należy korzystać z urządzeń w następujących miejscach:
  - W szpitalach, w pociągach, w samolotach, na stacjach benzynowych oraz wszędzie tam, gdzie mogą być łatwopalne gazy.
  - W pobliżu automatycznych drzwi lub czujników pożarowych.

## II. INFORMACJE OGÓLNE

Zakupiłeś urządzenie, które na pierwszy rzut oka wygląda i zachowuje się jak zwykła waga. Jeśli jednak przez bluetooth podłączysz jakiegokolwiek urządzenie Smart z systemem operacyjnym Android lub iOS z zainstalowaną aplikacją **VITAL BODY**, waga staje się nowoczesnym, wielofunkcyjnym narzędziem do monitorowania i analizowania różnych właściwościach fizycznych.

Po sparowaniu wagi i urządzenia Smart wyświetla aplikacja **VITAL BODY** wyniki pomiarów w czasie rzeczywistym.

### Właściwości aplikacji VITAL BODY

- po sparowaniu z wagą wyświetla, analizuje i zbiera zmierzone dane – zawartość wody, proporcje tłuszczu w ciele, mięśni, kości, zalecane minimalne zapotrzebowanie kalorii i analizuje wskaźnik masy ciała BMI
- pamięć dla 10 osób (można włożyć: płeć, wiek, wzrost, nazwisko, własne zdjęcie i pożądaną masę docelową ciała)
- umożliwia przełączanie jednostek masy (kg/lb/st) i wysokości (cm)
- pokazuje różnicę między obecną i ostatnią zważoną wartością
- pozwala na śledzenie postępu poszczególnych wartości zmierzonych w czasie (w tym prezentacja graficzna)
- możliwość określenia i śledzenia celu jednego użytkownika (wagi docelowej) za dowolny okres
- unkcja przypomnienia zajęć sportowych (np. tryb sportowy)



### Do analizy tłuszczu jest ważne:

- odczekać około 15 minut po wstaniu z łóżka, ponieważ woda w naszym organizmie może być rozłożona.
- odpocząć przez kilka godzin (ok. 6-8) po niezwykle wyczerpującej aktywności.

### Analiza tłuszczu nie zawiera przydatnych informacji dla dzieci poniżej 10 roku życia i dorosłych powyżej 80 lat, dla osób z gorączką i po zakończeniu dializy, osób z objawami osteoporozy lub osób, które używają leków nasercowych, kobiet ciężarnych, sportowców, którzy mają wiele mięśni, ponieważ ich wyniki mogą być zniekształcone.

Ludzie otyli, którzy chcą schudnąć i ludzie bardzo chudzi, którzy chcą przytyć, powinni metodę leczenia i dietę skonsultować z lekarzem.

### Dlaczego ważne jest wiedzieć jaka jest wartość tkanki tłuszczowej i wody w organizmie?

Analiza procentowa stosunku tkanki tłuszczowej lub składu ciała jest skutecznym sposobem określenia poziomu zdrowia. Zawartość wody w organizmie jest wskaźnikiem dobrego stanu zdrowia. Jeśli waga nie zmienia się i wartość % TBW (całkowita zawartość wody w organizmie) wzrasta, oznacza to, że następuje wzrost tkanki mięśniowej w ciele, (co jest dobre dla zdrowia). Jeśli wartość % TBW maleje, oznacza to utratę masy mięśniowej i wzrost tkanki tłuszczowej lub oznacza niewłaściwy bilans wodny w organizmie lub niektóre z możliwych chorób związanych z niedoborem wody w organizmie. Generalnie, im więcej masy mięśniowej, tym wyższa zawartość wody w organizmie.

### Tabela ilości tłuszczu w ciele

Wiek	Kobieta (%)				Mężczyzna (%)			
	Niedowaga	Zdrowa	Nadwaga	Otyłość	Niedowaga	Zdrowy	Nadwaga	Otyłość
<30	<14	14 - 21	21 - 29	29>	<9	9 - 15	16 - 23	23>
31 - 50	<15	15 - 23	24 - 30	30>	<11	11 - 18	19 - 25	25>
51>	<16	16 - 25	26 - 33	33>	<12	12 - 20	21 - 28	28>

Kobieta % wody = 45 - 60 %

Mężczyzna % wody = 50 - 65 %

### Tabela proporcji ilości mięśni w ciele

Wiek	Kobieta %			Mężczyzna %		
	Niski	Zdrowy	Wysoka	Niski	Zdrowy	Wysoka
<30	<34	34 - 43	>43	<42	42 - 57	>57
31 - 50	<31	31 - 38	>38	<40	40 - 52	>52
51>	<27	27 - 34	>34	<37	37 - 48	>48

### BMI

Technologia używana przez urządzenie - Bio-elektroniczna analiza impedancji różni się od starszej metody BMI. Przy używaniu metody BMI % tłuszczu jest liczony za pomocą stosunku wysokości i wagi. Technologia BIA do uzyskania dokładniejszej analizy używa 5 parametrów. Wagę i impedancję organizmu zmierzy waga. Pozostałe trzy wartości należy zadać ręcznie (płeć, wysokość, wiek). Wskaźnik ten stanowi wzajemne relacje między masą ciała i wzrostem. Można go używać w celu określenia, czy dana osoba cierpi z powodu niedowagi, nadwagi lub otyłości, czy jego stan fizyczny jest w normie. Również z punktu widzenia chorób serca i naczyń, wskaźnik masy ciała jest dość dobrym wskaźnikiem ryzyka, szczególnie u osób zdrowych. Jednak jest to tylko wskaźnik orientacyjny. Ekspert zalecają uzupełnić obliczenia, co najmniej o pomiar obwodu talii, z uściślającego rozłożenie tkanki tłuszczowej w organizmie. BMI nie dostarcza wiarygodnych informacji dot. bardzo małych dzieci, osób starszych i aktywnych sportowców, którzy mają dużo masy mięśniowej, ponieważ ich wyniki mogą być niewiarygodne.

BMI	niedowaga	zdrowy	nadwaga	otyłość
		< 18,5	18,5 - 27	28 - 39

### Minimalne zużycie energii KCAL

Przedstawia minimalną ilość poboru energii potrzebnej do utrzymania podstawowych funkcji życiowych. Dane pokazują minimalne dzienne zużycie energii, którą przy Twojej wadze, wysokości, wieku i płci wydasz.

239 cal = 1 kJ

### Wiek metaboliczny

To wartość orientacyjna, którą waga otrzyma przez porównanie wartości zmierzonych z wartością średnią w populacji. Opisuje ogólną kondycję i aktywność metabolizmu oraz jest odpowiednim wskaźnikiem stanu kondycji. Jeśli wyliczona wartość jest zgodna z wiekiem kalendarzowym, jesteś w dobrej kondycji. Jeśli jest jeszcze niższa niż wiek kalendarzowy, jest to dobra wiadomość dla Ciebie.

Jednakże, jeśli wartość jest znacznie wyższa niż wiek kalendarzowy (czasami nawet o dziesiątki lat), należy myśleć nad zmianą swojej diety - jeść zdrowiej, mieć wystarczającą ilość aktywnego ruchu i zwiększyć udział masy mięśniowej.

### Tłuszcz trzewny, czyli inaczej wisceralny

Większość tłuszczu w organizmie jest pod skórą i ma ważne funkcje (ochrona ciała, osłona stawów, magazyn energii i niektórych witamin...); Tłuszcz ten jest w optymalnych ilościach ważny i korzystny. Problemy pojawiają się, jeśli ilość tłuszczu jest większa niż optymalna. Tak samo jest z tłuszczem trzewnym (lub organowym), który znajduje się wokół i naszych organów i służy do ich ochrony. Podstępność tego tłuszczu spoczywa w tym, że nie jest łatwo rozpoznawalny tak jak tłuszcz podskórny i może prowadzić do wielu poważnych chorób. Dlatego jest dobrze znać ilość tłuszczu w naszym organizmie przynajmniej orientacyjnie i ewentualnie zgodnie z tymi informacjami, dostosować dietę.

### Jeśli twoje wartości wynoszą:

1 - 9 = normalne wartości

10 - 14 = wysokie wartości

>15 = bardzo wysokie wartości

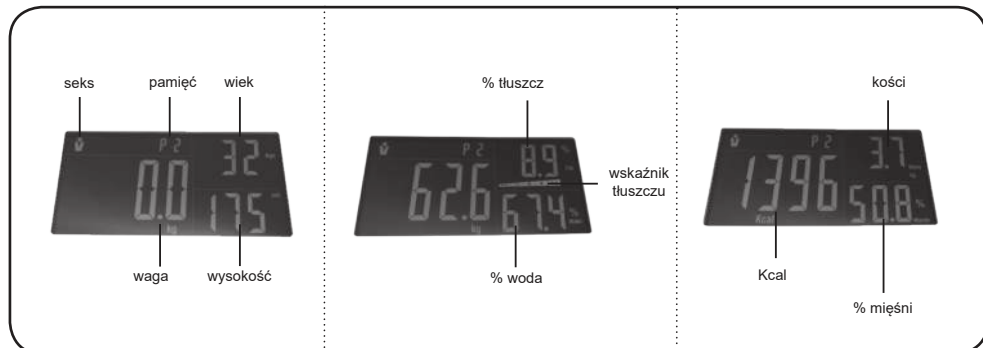
### Ważne uwagi:

- 1) Ważne jest ważyć się boszo ze względu na prawidłowe przewodzenie w trakcie przeprowadzania analizy tkanki tłuszczowej.
- 2) Nie należy umieszczać wagi na nierównej powierzchni lub powierzchni pokrytej dywanem.
- 3) Nadmierne picie, jedzenie, ćwiczenia, problemy zdrowotne, leki, cykl miesięczkowy itp. mogą wpłynąć na wyniki analizy.
- 4) Stopy, łydki i uda nie mogą się dotykać podczas pomiaru. W przeciwnym razie pomiar może być niedokładny.

## III. PRZYGOTOWANIE DO UŻYCIA

Należy usunąć wszystkie opakowania i wyjąć wagę. Z urządzenia usunąć wszystkie folie przyczepne, naklejki lub papier. Następnie otworzyć pokrywę baterii w dolnej części wagi i włożyć baterię zgodnie z polaryzacją i zamknąć pokrywę. Umieścić urządzenie na płaskiej i suchej powierzchni.

### Wyświetlacz wagi



Po włączeniu i sparowaniu z urządzeniem inteligentnym wyświetlacz wagi wyświetla dane z profilu, który jest wybrany w aplikacji Vital Body (pleć, pozycja pamięci, wiek i wzrost). Po pomyślnej analizie poszczególne wyniki są wyświetlane w odpowiednich sektorach wyświetlacza.

### Jednostki masy i wysokości

Waga sama ma przełącznik jednostek masy „UNIT” w dolnej części wagi, można zmieniać jednostki pomiędzy kg - lb - st. Jednostki masy, można także zmienić w samej aplikacji.

kg = kilogram	1 kg = 2,2 lb
lb = funt (brytyjska jednostka masy)	1 lb = 0,454 kg
st = stone (amerykańska jednostka wagi)	1 st = 6,356 kg
Inch = cali	1 In = 2,54 cm

### Wymiana baterii

Otwórz pokrywę baterii w dolnej części wagi. Włóż baterię zgodnie z polaryzacją i zamknij pokrywę. Dla tego typu urządzenia należy stosować baterie AAA (4 szt.). Gdy urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, należy wyjąć baterię!

#### Uwaga

Nie należy używać różnych typów baterii. Nie używać razem używanych i nowych baterii.

## IV. INSTRUKCJA OBSŁUGI

Twoja waga to delikatny sprzęt elektroniczny. Jedną z rzeczy które waży się najtrudniej jest ludzkie ciało, ponieważ jest ciągle w ruchu. Jeśli chcesz osiągnąć wiarygodne wyniki, zawsze staraj się stanąć całymi stopami na to samo miejsce i stój w bezruchu. Jeśli to możliwe, należy ważyć się o tym samym czasie (najlepiej rano), aby uzyskać porównywalne wyniki. Pamiętaj, że ubranie może zwiększyć wagę, a także jedzenie i picie przed ważeniem. Krótkoterminowe wahania wagi są na ogół przypisywane utracie płynów.

### 1) WAŻENIE STANDARDOWE

Bez użycia aplikacji **VITAL BODY** na Smart urządzeniu zapewnia urządzenie podstawowe funkcje pomiaru ciężaru, które mają wszystkie zwykłe wagi.

- Delikatnie stań na wadze, waga włączy się automatycznie. Proszę nie ruszać się i poczekaj chwilę. **lub**
  - Wagę włącz dotykając nogą i poczekaj, aż na wyświetlaczu pojawi się „0.0”. Po wyświetleniu „0.0” należy stanąć na wagę i stać spokojnie.
- Po zważeniu zważona wartość zamiga i wartość zostanie przez 7 sekund wyświetlona na wyświetlaczu. **Następnie waga zostanie automatycznie wyłączona.**

#### Uwaga

- Waga wyłącza się automatycznie, jeśli na nią nie staniesz do 30 sekund po wyświetleniu „0.0”.
- Wagę zaleca się używać dla przedmiotów od ok. 8 kg.

### 2) WAŻENIE Z ANALIZĄ I UŻYCIEM APLIKACJI VITAL

#### 2.1 Pierwsze kroki

Przed pierwszym użyciem pobrać za darmo do urządzenia Smart aplikację o nazwie **VITAL BODY**. Aplikację znaleźć można w bazie Apple Store lub Google Play, lub można przyspieszać proces i skorzystać z następujących kodów QR:



Google Play



Apple Store

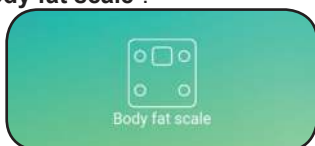
## 2.2 Sparowanie urządzenia

W ten sposób sparować zarówno podczas pierwszego sparowania, jak i podczas sparowania przy regularnym używaniu.

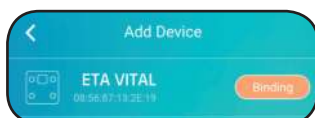
- Włączyć funkcję Bluetooth na urządzeniu Smart.
- Włączyć aplikację **VITAL BODY**.
- Po pierwszym włączeniu pojawia się ekran początkowy, gdzie utworzyć można swój profil (zaznaczyć swoją płeć, imię, nazwisko, wstawić datę urodzenia, wysokość i docelowa masę ciała. Jeśli chcesz, klikając na obrazek postaci, można wstawić własne zdjęcie). Po wprowadzeniu wszystkich informacji naciśnij przycisk „Dalej”. Profil można później edytować.
- W prawym górnym rogu kliknij na ikonę „+“.




- Wybierz **“Body fat scale”**.



- Włącz wagę. Rozpoczyna się natychmiastowe wykrywanie kompatybilnych urządzeń w najbliższej okolicy.
- Gdy tylko urządzenie Smart znajdzie wagę, wyświetli ją na wyświetlaczu; potem należy nacisnąć **“Binding”**.



Jeżeli sparowanie się powiedzie, w górnej części pojawi się nazwa urządzenia, jak również symbol .

### Ważne

Sparowanie z wagą nie wykonywać bezpośrednio w ustawieniach telefonu! Parowanie telefonu komórkowego z wagą następuje tylko za pośrednictwem aplikacji.

### 2.3 Inicjowanie (kalibracja) wagi


Proces ten należy powtarzać zawsze, gdy waga jest przenoszona.

- Stanąc na środku powierzchni do ważenia.
- Pojawi się „0.0“.
- Poczekać na automatyczne wyłączenie, następnie jest waga gotowa do analizy.

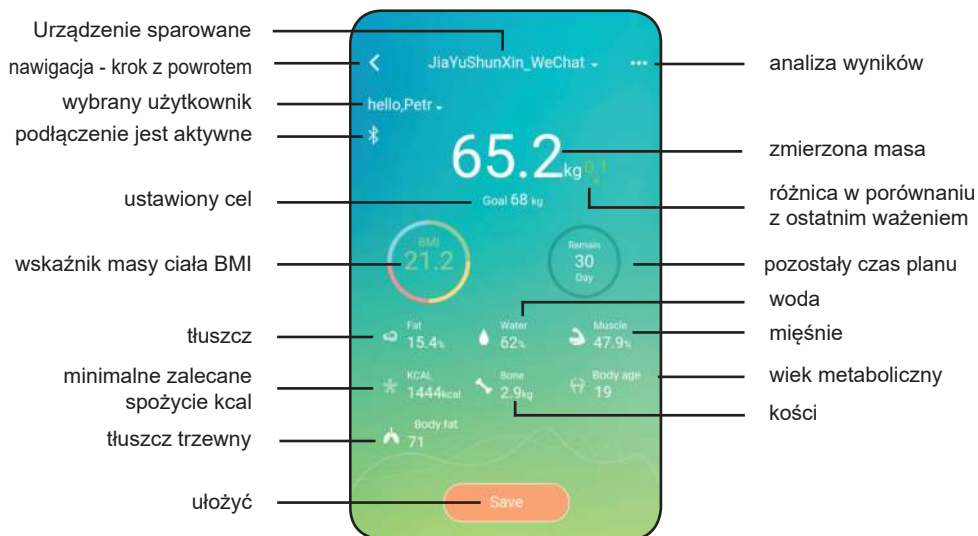
### 2.4 Ważenie i analiza danych

- Włącz aplikację **VITAL BODY**, aktywuj funkcję Bluetooth, wybierz wagę body fat i wybierz swój zapisany profil.
- Boso stanąc na środku powierzchni do ważenia. Stój spokojnie, aby waga jak najdokładniej zmierzyła wszystkie charakterystyki.

### !Ważne!

Przed samym ważeniem najpierw włączyć wagę dotykając ją nogą i pozostawić na kilka sekund, aby sparowała się z inteligentnym urządzeniem. Gotowość wagi do analizy jest sygnalizowana poprzez wyświetlenie symbolu  w lewym górnym rogu aplikacji i równocześnie wyświetlenie danych profilu (wybrany w aplikacji) na wyświetlaczu wagi.

- waga zacznie mierzyć masę ciała; jak tylko wartość na wyświetlaczu wagi jest ustabilizowana, na wyświetlaczu zamiga wskaźnik tłuszczu, waga, jak i aplikacja wyświetlą wyniki pomiarów.
- Jeśli chcesz zapisać aktualny pomiar do historii, aby został uwzględniony w statystykach, należy nacisnąć w aplikacji przycisk „Save“.



### Jeśli urządzenia nie komunikują się ze sobą

W urządzeniach Smart staje się czasami, że sparowanie się nie powiedzie (sparowanie pierwsze lub podczas ponownego używania). Jeśli jest to również Twój przypadek, spróbuj jednej z następujących metod lub ich kombinacji:

- 1) Połóż urządzenia jak najbliżej siebie (ok. 50 - 100 cm).
- 2) Upewnij się, że system nie jest zakłócony przez inne urządzenia!
- 3) Upewnij się, że waga nie jest połączona z innymi urządzeniami w pobliżu.  
Przed sparowaniem z innym urządzeniem, konieczne jest, aby anulować sparowanie z bieżącym urządzeniem.
- 4) Wagę ponownie uruchomić (zgodnie ze wskazówkami podanymi w rozdziale 2.3 inicjowanie wagi).
- 5) Restartować aplikację **VITAL BODY**, ewentualnie wymusić restart, system wyłączyć i włączyć.
- 6) Restartować całe urządzenie Smart.
- 7) Wypróbować aplikację na innym urządzeniu.

#### UWAGA:

- Upewnij się, że masz na swoim Smart urządzeniu aktywowaną funkcję Bluetooth ze stałą widzialnością dla innych urządzeń.
- W przypadku używania futerału należy urządzenie wyjąć z futerału.
- Jeśli nie można sparować aplikacji nawet po wypróbowaniu wszystkich opcji powyżej oraz waga nie reaguje nawet na inne kompatybilne urządzenie Smart, potrzeba wagę reklamować.

## 2.5 Praca z aplikacją VITAL BODY

Podstawą do orientacji w aplikacji jest dolny pasek: **Device - Analysis - Plan - Setting**.

		BMI SCALE		
Urządzenie	+	BODY FAT SCALE		
	BMI SCALE			
	BODY FAT SCALE	Ekran główny pomiaru	SELECT DEVICE	
			Wybór użytkownika	
	...	DATA ANALYSIS	Wyniki liczbowe	DATE
		CHART ANALYSIS	Wyniki na wykresie (tydzień, miesiąc, rok)	

Po włączeniu aplikacja jest aktywowana w sekcji „**Device**“ i zaoferuje wybór z 2 urządzeń. Ty wybierzesz zawsze „**Body fat scale**“ lub dodaj nowe urządzenie, patrz sposób postępowania ze sekcji 2.2 (b,d,e). Po wybraniu wagi pokaże się główny ekran pomiarowy, gdzie można również wybrać zapisany profil użytkownika, wybrać urządzenie lub otworzyć statystykę wcześniejszych pomiarów.

Analiza	DATA ANALYSIS	Wyniki liczbowe	DATE	Wybór wg dni / miesięcy
	CHART ANALYSIS	Wyniki na wykresie (tydzień, miesiąc, rok)		

Kolejną z podstawowych sekcji jest „**Analysis**“.

**Wyniki liczbowe** - dostarczają informacji na temat zmierzonych wartości masy i BMI w danym czasie. Po kliknięciu odpowiednie pozycje pomiarowe zostaną rozwinięte dalsze wartości. Po kliknięciu „Data“ wyniki te można wyszukiwać i filtrować w kalendarzu wg poszczególnych dni.

**Wyniki na wykresie** - graficznie są przedstawione poszczególne wyniki w danym czasie. Możliwy jest podgląd poszczególnych tygodni, miesięcy lub lat. Po kliknięciu daną ikonę mierzonej wielkości (wody, tłuszczu, mięśni...) zostanie pokazany graficzny trend dla wybranego przedziału czasu.

#### UWAGA

- Wyniki w tej sekcji zawsze są wyświetlane dla aktualnie wybranego użytkownika.
- Zapisane dane mogą być usunięte z listy wyników liczbowych, przesuując palcem po pozycji w lewo. Pojawi się pole „Delete”, następnie kliknij, aby potwierdzić.

Plan	+	Włożenie celu + trybu sportowego	Ułożenie
	Lista celów		

W sekcji „**Plan**“ można utworzyć cel lub grupę celów, gdzie można wybrać docelową masę ciała, którą chcesz osiągnąć w ustalonym czasie. Wybierz nazwę celu, docelową masę i datę początku i końca planu. W planie również można aktywować tzw. tryb sportowy, który przypomni Ci w określonym czasie, że należy zająć się aktywnością sportową np. bieganie. Potem w zdefiniowanym wcześniej czasie przypomni koniec tej czynności.

#### UWAGA

- Cel ten jest ważny tylko dla pierwszego ułożonego profilu, który jest przez aplikację uważany za użytkownika domyślnego. Dla innych użytkowników nie będzie aktywny.
- Zapisane cele można usunąć z listy planów, przesuując palcem po danej pozycji w lewo. Zostanie odkryte pole „Delete”, a następnie kliknij, aby potwierdzić.

Ustawienia	USER	+	Dodanie użytkownika	Ułożenie	Zmiana + włożenie zdjęcia	
		Wybranie ułożonego użytkownika	Edycja użytkownika		Zmiana + włożenie zdjęcia	
	DEVICE	Podgląd sparowanych urządzeń + zmiana nazwy/ odłączenie			Ułożenie	
		+	Ekran do dodania urządzenia	BMI SCALE		
				BODY FAT SCALE	Sparować/Sparowano	
	UNIT	Zmiana jednostek				

Sekcja **“Settings”** umożliwia włożenie innych profili użytkowników i ich edycję. Tutaj można zapisywać i edytować profile w sumie dla 10 osób. Podczas układania / edycji profilu wkładać poszczególne dane (zawsze nacisnąć przycisk **“Confirm”** lub anulować przyciskiem **“Cancel”** a następnie zapisać całość przyciskiem **“Save”**. Podsekcja **Device** umożliwia wyświetlenie aktualnego sparowanego urządzenia, jego zmiany nazwy / usunięcia lub dodania nowego (patrz procedura sekcji 2.2 (b,d,e).

#### UWAGA

- Usunięcie/zmianę nazwy urządzenia należy wykonać, ciągnąc palcem po danej pozycji w lewo, przez co zostanie odkryte pole „zmienić nazwę/usunąć”. Pole następnie przez kliknięcie wybrać i potwierdzić.

Podsekcja **Unit** służy do zmiany jednostek masy. Jednostki zmieniać można również na głównym ekranie pomiaru po kliknięciu wyniku ważenia (liczba przedstawia Twoją wagę).

## V. ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Jeśli masz problemy z wagą:

- Upewnij się, że bateria jest prawidłowo włożona.
- Upewnij się, że waga jest na płaskiej powierzchni i nie dotyka ściany.
- Jeśli chcesz włączyć wagę, a po kliknięciu na wagę na wyświetlaczu nie wyświetla się nic lub tylko „Lo“, należy wymienić baterie.
- Jeśli na wyświetlaczu pojawi się napis „O - Ld“, waga została przeciążona.
- Następnie wagę należy umieścić na twardej, płaskiej powierzchni.
- W przypadku wystąpienia objawów takich jak miganie na ekranie lub błędne wyświetlanie, należy spróbować przenieść wagę w inne miejsce z zasięgu źródła zakłóceń lub wyłączyć dane źródło podczas używania wagi.

## VI. PRZECHOWYWANIE

Po użyciu wagę należy położyć w pozycji poziomej (nie pionowo) z dala od dzieci i osób niekompetentnych (zobacz rozdz. I. **WSKAZANIA DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA**).

## VII. KONSERWACJA

Nie należy używać szorstkich i agresywnych środków czyszczących (np. **ostrych przedmiotów, rozcieńczalnika ani innych rozpuszczalników**). Powierzchnię otrzyj miękką i wilgotną szmatką. Należy uważać, aby do wewnętrznej części nie dostała się woda.

## VIII. EKOLOGIA



Jeżeli tylko pozwoliły na to rozmiary, na wszystkich elementach wydrukowano znaki materiałów zastosowanych do produkcji opakowań, komponentów i wyposażenia, jak również ich przetwarzania wtórnego. Symbole umieszczone na produktach lub w załączonej dokumentacji oznaczają, że zastosowanych elementów elektrycznych lub elektronicznych nie można poddawać utylizacji wraz z odpadem komunalnym. Produkt należy odnieść do specjalnych punktów zbiorczych, w których będą przyjęte bez opłaty. Dzięki poprawnej utylizacji pomogą Państwo zachować cenne źródła i pomogą w profilaktyce ewentualnych negatywnych wpływów na środowisko naturalne i zdrowie ludzkie. W celu uzyskania innych szczegółowych informacji dotyczących utylizacji należy zwrócić się do najbliższego urzędu lub punktu zbiorczego ([www.elektroeko.pl](http://www.elektroeko.pl)).

Niewłaściwy sposób utylizacji urządzenia może podlegać karze – zgodnie z przepisami krajowymi i międzynarodowymi. Rozładowaną baterię należy usunąć z wagi w odpowiedni sposób poprzez specjalne punkty zbioru. Nigdy nie należy likwidować baterii przez spalanie!

**Rozległą konserwację lub konserwację, która wymaga ingerencji do wewnętrznej części urządzenia, może wykonać wyłącznie specjalistyczny serwis! Nieprzestrzeganie wskazówek producenta powoduje utratę prawa do napraw gwarancyjnych!**

## IX. DANE TECHNICZNE

Obciążenie max. // Dokładność:	180 kg / 396 lb / 28 st // 0,1 kg
Baterie:	4 x 1.5 V AAA (w zestawie)
Waga urządzenia / Wymiary produktu (mm):	1,9 kg / 320 x 320 x 25
Klasa izolacyjna:	III.
Zakres częstotliwości:	2402 - 2480 MHz
Moc wyjściowa (maks.):	0 dBm
Wersja Bluetooth:	4.0
Obsługiwane systemy operacyjne:	Android 4.4; iPhone4S a iOS 8.0 (i nowsze)
Maksymalny zasięg komunikacji:	10 m

(otwarta przestrzeń bez zakłóceń i przeszkód)

**Zmiana specyfikacji technicznych i akcesoriów w zależności od modelu produktu jest zastrzeżona przez producenta. Producent zastrzega sobie prawo do zmiany / aktualizacji VITAL BODY bez uprzedzenia. Charakter tych zmian / aktualizacji może spowodować, że niektóre informacje i procedury w tej instrukcji będą nieaktualne lub nie będą opisane.**


Niniejszym ETA a.s. oświadcza, że sprzęt radiowy typu ETA7780 spełnia wymagania dyrektywy 2014/53/EU. Pełny tekst deklaracji zgodności jest dostępny pod poniższym adresem internetowym: <http://eta.cz/declaration-of-conformity>

**HOUSEHOLD USE ONLY – Tylko do zastosowania w gospodarstwie domowym. DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Nie zanurzać do wody lub innych cieczy.**



**TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.**

**Niebezpieczeństwo uduszenia. Tego worka nie należy używać w kołyskach, łóżeczkach, wózkach lub kojcach dziecięcych. Torebkę z PE położyć w miejscu będącym poza zasięgiem dzieci. Torebka nie służy do zabawy!**

Symbol  oznacza OSTRZEŻENIE.



Nie należy wchodzić na wagę mokrymi stopami lub na mokrą powierzchnię wagi, w przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!



Włączania wagi (AUTOMATYCZNE WŁĄCZANIE)- stań na wagę i poczekaj, waga włączy się automatycznie i rozpocznie pomiar

**ZÁRUČNÍ PODMÍNKY**

Na výrobek uvedený v tomto záručním listu je poskytována záruka po dobu dvacet čtyř měsíců od data prodeje spotřebiteli.

Záruka se vztahuje na poruchy a závady, které v průběhu záruční doby vznikly chybou výroby nebo vadou použitých materiálů.

Výrobek je možno reklamovat u prodejce, který výrobek prodal spotřebiteli nebo v autorizovaném servisu.

Při reklamaci je nutné předložit: reklamovaný výrobek, originální nákupní doklad, ve kterém je zřetelně uveden typ výrobku a jeho datum prodeje spotřebiteli, případně tento řádně vyplněný záruční list. Záruka platí pouze tehdy, je-li výrobek používán podle návodu k obsluze a připojen na správné síťové napětí.

**Spotřebitel ztrácí nárok na záruční opravu nebo bezplatný servis v případě:**

- zásahu do přístroje neoprávněnou osobou.
- nesprávné nebo neodborné montáže výrobku.
- poškození přístroje vlivem živelné pohromy.
- používání výrobku pro jiné účely, než je obvyklé.
- používání výrobku k profesionální či jiné výdělečné činnosti.
- používání výrobku s jiným než doporučeným příslušenstvím.
- nesprávné údržby výrobku.
- nepravidelného čištění výrobků zejména v případě, kdy je závada způsobena zbytky potravin, vlasů, domovního prachu nebo jiných nečistot.
- vystavení výrobku nepříznivému vnějšímu vlivu, zejména vniknutím cizích předmětů nebo tekutin (včetně elektrolytu z baterií) dovnitř.
- mechanického poškození výrobku způsobeného nesprávným používáním výrobku nebo jeho pádem.

Pokud zboží při uplatňování vady ze strany spotřebitele bude zasíláno poštou nebo přepravní službou, musí být zabaleno v obalu vhodném pro přepravu tak, aby se zabránilo poškození výrobku přepravou.

Aktuální seznam servisních středisek naleznete na: **[www.eta.cz](http://www.eta.cz)**

Případné další dotazy zasílejte na **[info@eta.cz](mailto:info@eta.cz)**, nebo volejte +420 545 120 545.

Veškeré náležitosti uvedené v tomto záručním listu platí pouze pro výrobky nakoupené a reklamované na území České republiky.

Typ výrobku:

Datum prodeje:

Výrobní číslo:

Razítko a podpis prodávajícího:

## ZÁRUČNÉ PODMIENKY

Na výrobok uvedený v tomto záručnom liste je poskytovaná záruka na dobu dvadsaťštyri mesiacov od dátumu prevzatia tovaru spotrebiteľom. Ak má výrobok viesť do prevádzky iný podnikateľ než predávajúci, začne záručná doba plynúť až odo dňa uvedenia výrobku do prevádzky, pokiaľ kupujúci objednal uvedenie do prevádzky najneskôr do troch týždňov od prevzatia veci a riadne a včas poskytol na vykonanie služby potrebnú súčinnosť. Záruka sa vzťahuje na vady, ktoré v priebehu záručnej doby vznikli chybou výroby alebo chybou použitých materiálov.

Výrobok je možné reklamovať v ktorejkoľvek prevádzkarni predávajúceho ktorý výrobok predal spotrebiteľovi, v ktorej je prijatie reklamácie v zmysle zákona možné, alebo osoby oprávnenej výrobcom výrobku na vykonávanie záručných opráv.

Pri reklamacii je nutné predložiť: reklamovaný výrobok, originál nákupného dokladu, v ktorom je zreteľne uvedený typ výrobku a jeho dátum predaja spotrebiteľovi prípadne tento riadne vyplnený záručný list.

Výrobok je treba používať podľa návodu na obsluhu a musí byť pripojený na správne sieťové napätie.

Pokiaľ výrobok pri uplatňovaní poruchy zo strany spotrebiteľa bude zasielaný poštou alebo prepravnou službou, musí byť zabalený v obale vhodnom pre prepravu tak, aby sa zabránilo poškodeniu výrobku prepravou.

Aktuálny zoznam servisných stredísk nájdete na: [www.eta.sk](http://www.eta.sk)

Prípadné ďalšie dotazy zasielajte na [info@eta.cz](mailto:info@eta.cz) alebo volajte +420 545 120 545.

Všetky náležitosti uvedené v tomto záručnom liste platia len pre výrobky nakúpené a reklamované na území Slovenskej Republiky.

Typ prístroja:

Dátum predaja:

Výrobné číslo:

Pečiatka a podpis predajca:

## WARUNKI GWARANCJI

- 1) Niniejsza gwarancja dotyczy produktów produkowanych pod marką **ETA**, zakupionych w sklepach na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.
- 2) Okres gwarancji wynosi 24 miesiące od daty zakupu produktu.
- 3) Naprawy gwarancyjne odbywają się na koszt Gwaranta we wskazanym przez Gwaranta Autoryzowanym Zakładzie Serwisowym.
- 4) Gwarancją objęte są wady produktu spowodowane wadliwymi częściami i/lub defektami produkcyjnymi.
- 5) Gwarancja obowiązuje pod warunkiem dostarczenia do Autoryzowanego Zakładu Serwisowego urządzenia w kompletnym opakowaniu albo w opakowaniu gwarantującym bezpieczny transport wraz z kompletem akcesoriów oraz z poprawnie i czytelnie wypełnioną kartą gwarancyjną i dowodem zakupu (paragon, faktura VAT, etc.).
- 6) Autoryzowany Zakład Serwisowy może odmówić naprawy gwarancyjnej jeśli Karta Gwarancyjna nosić będzie widoczne ślady przeróbek, jeżeli numery produktów okażą się inne niż wpisane w karcie gwarancyjnej a także jeśli numer dokumentu zakupu oraz data zakupu na dokumencie różnią się z danymi na Karcie Gwarancyjnej.
- 7) Usterki ujawnione w okresie gwarancji będą usunięte przez Autoryzowany Zakład Serwisowy w terminie 14 dni roboczych od daty przyjęcia produktu do naprawy przez zakład serwisowy, termin ten może być przedłużony do 21 dni roboczych w przypadku konieczności sprowadzenia części zamiennych z zagranicy.
- 8) Gwarancją nie są objęte:
  - wadliwe działanie lub uszkodzenie spowodowane niewłaściwym użytkowaniem (np. znaczące zabrudzenie urządzenia, zarówno wewnątrz jak i na zewnątrz, zalanie płynami itp.) lub użytkowanie niezgodne z instrukcją obsługi i przepisami bezpieczeństwa
  - zużycie towaru przekraczające zakres zwykłego używania przez indywidualnego odbiorcę końcowego (zwłaszcza jeżeli był wykorzystywany do profesjonalnej lub innej czynności zarobkowej)
  - uszkodzenia spowodowane czynnikami zewnętrznymi (w tym: wylądowaniami atmosferycznymi, przepięciami sieci elektrycznej, środkami chemicznymi, czynnikami termicznymi) i działaniem osób trzecich
  - uszkodzenia powstałe w wyniku podłączenia urządzenia do niewłaściwej instalacji współpracującej z produktem
  - uszkodzenia powstałe w wyniku zalania wodą, użycia nieodpowiednich baterii (np. ładowanych powtórnie baterii nie będących akumulatorami)
  - produkty nie posiadające wypełnionej przez Sprzedawcę Karty Gwarancyjnej
  - produkty z naruszoną plombą gwarancyjną lub wyraźnymi oznakami ingerencji przez osoby trzecie (nie będące Autoryzowanym Zakładem Serwisowym lub nie działające w jego imieniu i nie będące przez niego upoważnionymi)
  - kable przyłączeniowe, piloty zdalnego sterowania, słuchawki, baterie
  - uszkodzenia powstałe wskutek niewłaściwej konserwacji urządzenia
  - uszkodzenia powstałe w wyniku zdarzeń losowych (np. powódź, pożar, klęski żywiołowe, wojna, zamieszki, inne nieprzewidziane okoliczności)
  - czynności związane ze zwykłą eksploatacją urządzenia (np. wymiana baterii)
  - zapisane na urządzeniu dane w formie elektronicznej (w szczególności Gwarant zastrzega sobie prawo do sformatowania nośników danych zawartych w urządzeniu, co może skutkować utratą danych na nich zapisanych)
  - **uszkodzenia (powodujące np. brak odpowiedzi urządzenia lub jego nie włączanie się) powstałe wskutek wgrania nieautoryzowanego oprogramowania.**
- 9) Jeżeli Autoryzowany Zakład Serwisowy stwierdzi, iż przyczyną awarii urządzenia są przypadki wymienione w pkt. 8 lub nie stwierdzi żadnego uszkodzenia, koszty serwisu oraz całkowite koszty transportu urządzenia pokrywa nabywca.

- 10) W wypadku wystąpienia wypadków wymienionych w pkt. 8 Autoryzowany Zakład Serwisowy wyceni naprawę urządzenia i na życzenie klienta może dokonać naprawy odpłatnej. Uszkodzenia urządzenia powstałe w wyniku wypadków opisanych w pkt. 8 powodują utratę gwarancji.
- 11) Wszelkie wadliwe produkty lub ich części, które zostały w ramach naprawy gwarancyjnej wymienione na nowe, stają się własnością Gwaranta.
- 12) W wypadku gdy naprawa urządzenia jest niemożliwa lub spowodowałaby przekroczenie terminów określonych w pkt. 7 a także kiedy naprawa wiązałaby się z poniesieniem przez Gwaranta kosztów niewspółmiernych do wartości urządzenia Gwarant może wymienić Klientowi urządzenie na nowe o takich samych lub wyższych parametrach. W razie niedostarczenia urządzenia w komplecie Gwarant może wymienić jedynie zwrócone części urządzenia lub dokonać zwrotu zapłaconej ceny jednak wówczas jest upoważniony do odjęcia kosztu części zużytych lub nie dostarczonych przez użytkownika (np. baterii, słuchawek, zasilacza) wraz z reklamowanym urządzeniem.
- 13) Okres gwarancji przedłuża się o czas przebywania urządzenia w Autoryzowanym Zakładzie Serwisowym.
- 14) W wypadku utraty karty gwarancyjnej nie wydaje się jej duplikatu.
- 15) Producent może uchylić się od dotrzymania terminowości usługi gwarancyjnej gdy zaistnieją zakłócenia w działalności firmy spowodowane nieprzewidywalnymi okolicznościami (tj. niepokoje społeczne, klęski żywiołowe, ograniczenia importowe itp).
- 16) Gwarancja nie wyklucza, nie ogranicza ani nie zawiesza praw konsumenta wynikających z niezgodności towaru z umową sprzedaży.
- 17) W sprawach nieuregulowanych niniejszymi warunkami mają zastosowanie przepisy Kodeksu Cywilnego.

**Uszkodzenie wyposażenia nie jest automatycznie powodem dla bezpłatnej wymiany kompletnego urządzenia. Jeżeli reklamujesz słuchawki, pilota, kable przyłączeniowe lub inne akcesoria NIE PRZYSYŁAJ całego urządzenia. Skontaktuj się ze sprzedawcą lub producentem w celu uzgodnienia sposobu przeprowadzenia procedury reklamacyjnej bez konieczności przesyłania całego kompletu do serwisu.**

Kontakt w sprawach serwisowych: Digison Polska Sp. z o.o., Tel. (071) 3577027, Fax. (071) 7234552, internet: <http://www.digison.pl/sonline/>, e-mail: [serwis@digison.pl](mailto:serwis@digison.pl)

Nazwa:	Pieczęć i podpis sprzedawcy:
Data sprzedaży:	
Numer serii:	
1. Data Przyjęcia/Nr Naprawy/ Pieczęć i Podpis Serwisanta:	2. Data Przyjęcia/Nr Naprawy/ Pieczęć i Podpis Serwisanta:
3. Data Przyjęcia/Nr Naprawy/ Pieczęć i Podpis Serwisanta:	4. Data Przyjęcia/Nr Naprawy/ Pieczęć i Podpis Serwisanta:

*eta*

© DATE 5/6/2018

e.č. 47/2018