

LAICA®

TAGLIANDO
DI CONTROLLO

PS7025

PESAPERSONE
ELETTRONICA

LC168 - 10/2020

The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by Laica S.p.A. is under licence.
Other trademarks and trade name are those of their respective owners.

iOS, iPhone, iPad mini, iPod touch, App Store are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries - Android™, Play Store™ and Google Play™ are trademarks of Google Inc.

LAICA®

LAICA S.p.A.

Viale del Lavoro, 10
36048 Barbarano Mossano (VI) - Italy
Tel. +39 0444.795314
info@laica.com
Made in China

www.laica.it

LAICA®



ISTRUZIONI E GARANZIA

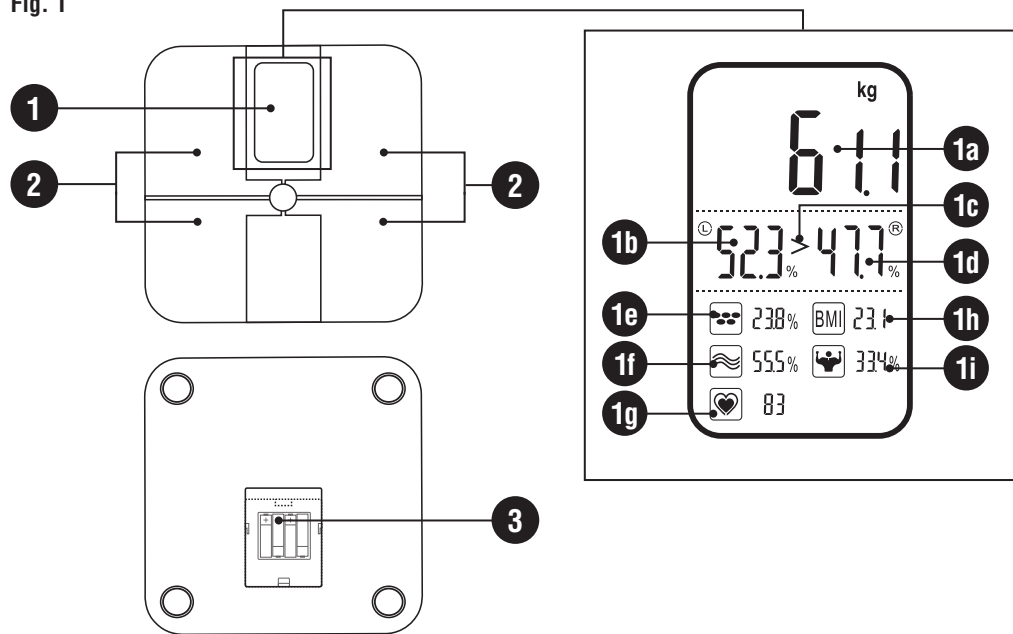
PS7025

PESAPERSONE ELETTRONICA SMART CON CALCOLO DELLA % DI GRASSO, % DI ACQUA, % DI MUSCOLATURA SCHELETRICA, METABOLISMO BASALE, INDICE MASSA CORPOREA, BILANCIAMENTO CORPOREO E RILEVAZIONE DEL BATTITO CARDIACO

EN	<u>Instructions and warranty</u> SMART ELECTRONIC BATHROOM SCALE WITH CALCULATION OF % FAT, % WATER, % SKELETAL MUSCLE, BASAL METABOLIC RATE, BODY MASS INDEX, BODY BALANCE AND HEART RATE
ES	<u>Instrucciones y garantía</u> BALANZA PARA PERSONAS ELECTRÓNICA INTELIGENTE CON CÁLCULO DEL % DE GRASA, % DE AGUA, % DE MUSCULATURA ESQUELÉTICA, METABOLISMO BASAL, ÍNDICE DE MASA CORPORAL, EQUILIBRIO CORPORAL Y DETECCIÓN DEL LATIDO CARDÍACO
PT	<u>Instruções e garantia</u> BALANÇA ELETRÓNICA SMART COM CÁLCULO DE % GORDURA, % ÁGUA, % MÚSCULO ESQUELÉTICO, METABOLISMO BASAL, ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, EQUILÍBRIO CORPORAL E DETERMINAÇÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA
DE	<u>Anleitungen und Garantie</u> SMARTE ELEKTRONISCHE PERSONENWAAGE MIT BERECHNUNG DES % AN FETT, WASSER UND SKELETTMUSKELMASSE, DES GRUNDUMSATZES, DES KÖRPERMASSEINDEX, DER VERTEILUNG AUF DEM KÖRPER UND ERMITTLUNG DES PULSES
FR	<u>Instructions et garantie</u> PÈSE-PERSONNE ÉLECTRONIQUE SMART AVEC CALCUL DU % DE GRAISSE, DU % D'EAU, DU % DE MUSCULATURE SQUELETTIQUE, DU MÉTABOLISME BASAL, DE L'INDICE DE MASSE CORPORELLE, DE L'EQUILIBRE CORPOREL ET DETECTION DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE
EL	<u>Οδηγίες και εγγύηση</u> ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΖΥΓΑΡΙΑ SMART ΜΕ ΥΠΟΛΟΓΙΣΜΟ % ΛΙΠΟΥΣ, % ΝΕΡΟΥ, % ΣΚΕΛΕΤΙΚΩΝ ΜΥΩΝ, ΒΑΣΙΚΟΥ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ, ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ, ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΚΑΙ ΜΕΤΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΠΑΛΜΟΥ – ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΕΓΓΥΗΣΗ
RO	<u>Instrucțiuni și garanție</u> CÂNȚAR ELECTRONIC SMART PENTRU PERSOANE, CU CALCUL AL % DE GRĂSIMI CORPORALĂ, AL % DE APĂ, AL % DE TESUT MUSCULAR SCHELETIC, METABOLISM BAZAL, INDICE DE MASĂ CORPORALĂ, ECHILIBRU CORPORAL ȘI DETECTARE A PULSULUI
CS	<u>Návod a záruka</u> CHYTRÁ ELEKTRONICKÁ OSOBNÍ VÁHA S VÝPOČTEM % TUKU, % VODY, % KOSTERNÍHO SVALSTVA, BAZÁLNÍHO METABOLISMU, INDEXU TĚLESNÉ HMOTNOSTI, TĚLESNÉ ROVNOVÁHY A DETEKCI SRDEČNÍ TĚPU
SK	<u>Návod a záruka</u> INTELIGENTNÁ ELEKTRONICKÁ OSOBNÁ VÁHA S VÝPOČTOM PERCENTUÁLNEHO PODELIU TUKU, VODY, KOSTROVÉHO SVALSTVA, BAZÁLNEHO METABOLIZMU A INDEXU TELESNEJ HMOTNOSTI A UKAZOVATEĽOM ROZLOŽENIA HMOTNOSTI A PULZU
HU	<u>Használati utasítások és garancia</u> ELEKTROMOS OKOS SZEMÉLYMÉRLEG TESTZSÍR-, TESTVÍZ-, IZOMTÖMEG-százalék, ALAPANYAGCSERE-, TESTTÖMEG INDEX, TESTTÖMEG-EGYENSÚLY KISZÁMÍTÁSÁVAL ÉS A SZÍVVERÉS MÉRÉSÉVEL
SL	<u>Navodila in garancija</u> PAMETNA ELEKTRONSKA OSEBNA TEHTNICA ZA MERJENJE % TELESNE MASČOBE, % VODE, % MIŠIČNE MASE, BAZALNE PRESNOVE, INDEKSA TELESNE MASE, URAVNOVEŠENOSTI TELESNA IN SRČNEGA UTRIPA
HR	<u>Upute i jamstvo</u> PAMETNA ELEKTRONSKA VAGA SA IZRAČUNOM % MASNOĆE, % VODE, MIŠIČNE MASE, % SKELETNIH MIŠIĆA, % BAZALNOG METABOLIZMA, INDIKATOROM TJELESNE MASE, RAVNOTEŽU TIJELA I OTKRIVANJEM OTKUČAJA SRCA

PS7025

Fig. 1



IT DESCRIZIONE PRODOTTO

1. Display
 - a. Peso
 - b. Percentuale di peso a sinistra
 - c. Simbolo del bilanciamento corporeo
 - d. Percentuale di peso a destra
 - e. % massa grassa
 - f. % di acqua
 - g. Battito cardiaco
 - h. Indice di massa corporea
 - i. % di massa muscolare
2. Elettrodi ITO
3. Vano batterie

EN PRODUCT DESCRIPTION

1. Display
 - a. Weight
 - b. Percentage of weight on left
 - c. Body balance symbol
 - d. Percentage of weight on right
 - e. % body fat
 - f. % water
 - g. Heart rate
 - h. Body mass index
 - i. % muscle mass
2. Electrodes ITO
3. Battery compartment

Disegni - Drawing - Dibujos - Figuras - Zeichnungen - Dessins - Εικόνες - Desenele
Obrázky - Obrázky - Képek - Slike - Crteže



ANNI DI GARANZIA
 YEARS GUARANTEE
 ANOS DE GARANTIA
 ANOS DE GARANTIA
 JAHRE GARANTIE
 ANS DE GARANTIE
 XPONIA ΕΓΓΥΗΣΗ
 ANI DE GARANTIE
 ROK ZÁRUKA
 ROK ZÁRUKA
 ËV GARANCIA
 LET GARANCIJE
 GODINA GARANCIJE

LAICA S.p.A.
 Viale del Lavoro, 10
 36048 Barbarano Mossano (VI) - Italy
 Tel. +39 0444.795314
 info@laica.com
 Made in China

www.laica.it

Data - Date

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Timbro rivenditore
 Retailer's stamp
 Cachet du revendeur
 Sello del revendedor
 Carimbo do revendedor
 Stempel des Händlers
 Σφραγίδα καταστήματος
 Stampilã distributor
 Razítko prodejce
 Pečiatka predajcu
 Bolti peçset
 Pečat prodajalca
 Pečat prodavaoca



PESAPERSONE ELETTRONICA SMART CON CALCOLO DELLA % DI GRASSO, % DI ACQUA, % DI MUSCOLATURA SCHELETRICA, METABOLISMO BASALE, INDICE MASSA CORPOREA, BILANCIAMENTO CORPOREO E RILEVAZIONE DEL BATTITO CARDIACO
ISTRUZIONI E GARANZIA

Gentile cliente, Laica desidera ringraziarLa per la preferenza accordata al presente prodotto, progettato secondo criteri di affidabilità e qualità al fine di una completa soddisfazione.

IMPORTANTE
LEGGERE ATTENTAMENTE PRIMA DELL'USO
CONSERVARE PER UN RIFERIMENTO FUTURO

Il manuale di istruzioni deve essere considerato come parte del prodotto e deve essere conservato per tutto il ciclo di vita dello stesso. In caso di cessione dell'apparecchio ad altro proprietario consegnare anche l'intera documentazione.



Per un utilizzo sicuro e corretto del prodotto, l'utente è tenuto a leggere attentamente le istruzioni e avvertenze contenute nel manuale in quanto forniscono importanti informazioni relative a sicurezza, istruzioni d'uso e manutenzione. In caso di smarrimento del manuale di istruzioni o necessità di ricevere maggiori informazioni o chiarimenti compilare l'apposito form presente sul sito <https://www.laica.it/> alla sezione [Faq](#) e Assistenza.

Pesapersona elettronica che misura il peso, calcola la composizione corporea (percentuale di grasso, di acqua, di muscolatura scheletrica, indice di massa corporea) e il metabolismo basale in funzione dell'altezza, dell'età e del sesso. La pesapersona rileva inoltre il bilanciamento corporeo e il battito cardiaco. Compatibile con tecnologia bluetooth 4.0 e superiore per l'invio automatico dei dati rilevati al proprio smartphone in modo da monitorare in ogni momento i propri progressi.

Tecnologia a elettrodi ITO (indium tin oxide): innovativo rivestimento conduttore sensibile che rileva, con velocità e precisione, informazioni sulla composizione corporea.

INDICE

- LEGENDA SIMBOLI** pag. 4
- AVVERTENZA SULLA SICUREZZA** pag. 4
- COMPOSIZIONE CORPOREA** pag. 5
- DESCRIZIONE DEL PRODOTTO** pag. 6
- ISTRUZIONI PER L'USO** pag. 6
- MANUTENZIONE** pag. 7
- PROBLEMI E SOLUZIONI** pag. 7
- PROCEDURA DI SMALTIMENTO** pag. 8
- GARANZIA** pag. 8

LEGENDA SIMBOLI



Avvertenza



Divieto

AVVERTENZE SULLA SICUREZZA

- Prima dell'utilizzo del prodotto controllare che l'apparecchio si presenti integro senza visibili danneggiamenti. In caso di dubbio non utilizzare l'apparecchio e rivolgersi al proprio rivenditore.
- Tenere il sacchetto di plastica della confezione lontano dai bambini: pericolo di soffocamento.
- Questo apparecchio dovrà essere destinato esclusivamente all'uso per il quale è stato concepito e nel modo indicato nelle istruzioni d'uso. Ogni altro utilizzo è da considerarsi improprio e quindi pericoloso. Il costruttore non può essere considerato responsabile per eventuali danni derivanti da usi impropri o errati.
- Questo apparecchio può essere utilizzato in modo autonomo da bambini di età uguale o superiore agli 8 anni.
- Questo apparecchio può essere utilizzato da persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte, o da persone inesperte, solo se preventivamente istruite sull'utilizzo in sicurezza e solo se informate sui pericoli legati al prodotto stesso. I bambini non devono giocare con l'apparecchio.
- Le operazioni di pulizia e di manutenzione non possono essere effettuate dai bambini senza la sorveglianza di un adulto.
- In caso di guasto e/o cattivo funzionamento, spegnere l'apparecchio senza manometterlo. Per le riparazioni rivolgersi sempre al proprio rivenditore.
- Trattare la bilancia con cura, proteggerla da urti, variazioni estreme di temperatura, umidità, polvere, luce diretta del sole e fonti di calore.
- **NON** far penetrare liquidi nel corpo della bilancia. Questo apparecchio non è impermeabile. **NON** lasciare e **NON** utilizzare la bilancia in ambienti saturi d'acqua; un'umidità superiore all' 85% o il contatto con acqua o altri liquidi può provocare corrosione e compromettere il corretto funzionamento del dispositivo.
- **NON** salire sulla bilancia con i piedi bagnati o se la superficie della stessa è bagnata: pericolo di scivolamento.

	ATTENZIONE! PRIMA DI UTILIZZARE QUESTO APPARECCHIO
--	---

- **La percentuale di grasso corporeo, di acqua, e di muscolatura scheletrica, il valore del metabolismo basale, i dati relativi al bilanciamento corporeo e al battito cardiaco calcolati dalla bilancia devono essere considerati solamente come dati indicativi. Per qualsiasi ulteriore informazione, consultare il medico o dietologo.**
- **Auto-misurazione significa controllo, non diagnosi o trattamento. I valori insoliti devono essere sempre discussi con il proprio medico. In nessuna circostanza si devono modificare i dosaggi di qualsiasi farmaco prescritti dal proprio medico.**
- **Tramite gli elettrodi posizionati sulla pedana, la bilancia invia una debole corrente elettrica a bassa intensità che attraversa la massa corporea. La bilancia non presenta nessun pericolo.**
- **È sconsigliato l'utilizzo per le seguenti persone in quanto i dati rilevati dalla bilancia potrebbero non essere attendibili:**
 - portatori di pace-maker o altro materiale elettronico medico
 - persone con febbre
 - bambini al di sotto dei 12 anni
 - donne in gravidanza
 - persone in dialisi, con edemi alle gambe, persone affette da osteoporosi
 - persone che assumono farmaci per il sistema cardiovascolare.

UTILIZZO IN SICUREZZA DELLE BATTERIE

- Rimuovere le batterie se non si usa la bilancia per lunghi periodi di tempo e conservarle in un luogo fresco e asciutto a temperatura ambiente.
- **NON** ricaricare le batterie se non ricaricabili.
- **NON** eseguire la ricarica delle batterie ricaricabili con modalità diverse da quelle indicate nel manuale o con apparecchiature non indicate.
- **NON** esporre mai le batterie a fonti di calore e alla luce diretta del sole. L'inosservanza di questa indicazione può danneggiare e/o fare esplodere le batterie.
- **NON** gettare le batterie nel fuoco.
 - La rimozione o sostituzione delle batterie deve essere effettuata da persone adulte.
 - Tenere le batterie lontano dalla portata dei bambini: l'ingestione delle batterie costituisce pericolo mortale. In caso di ingestione consultare immediatamente un medico.
 - L'acido contenuto nelle batterie è corrosivo. Evitare il contatto con la pelle, gli occhi o gli indumenti.

COMPOSIZIONE CORPOREA

- massa magra: tutte le componenti libere da grasso (acqua, muscolo, tessuto connettivale e altre componenti organiche non grassose), ossa, visceri, organi, sangue;
- massa grassa: tutti i grassi estraibili del tessuto adiposo e da altri tessuti/organi.
- massa ossea.

Tramite gli elettrodi posizionati sulla pedana, la bilancia trasmette una debole corrente elettrica a bassa intensità che attraversa la massa corporea. Le diverse masse rispondono in modo differente al flusso di corrente: la massa magra oppone una resistenza inferiore rispetto a quella opposta dalla massa grassa.

Questa resistenza del corpo è chiamata impedenza bioelettrica. La percentuale relativa delle diverse masse corporee varia in funzione del sesso, dell'età e della statura della persona.

% di massa grassa (dato visibile nel display della bilancia e nell'applicazione)

La percentuale di grasso indicata nella tabella che segue rappresenta il grasso totale che è dato dalla somma del grasso essenziale e del grasso di deposito. Il grasso essenziale è necessario per le diverse funzioni dell'organismo: la percentuale è 3% nell'uomo e 12% nella donna. Il grasso di deposito dà energia, protegge contro traumi fisici e isola il corpo per preservarne il calore.

Tali percentuali variano con l'età e il sesso dell'individuo come da tabella sotto riportata. **Se le percentuali indicate dalla bilancia sono al di fuori dei valori indicati come "normale" dalla tabella, si consiglia di consultare il proprio medico.**

TABELLA BODYFAT					
	Età	SOTTOPESO	NORMALE	SOVRAPPESO	OBESO
DONNA	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
UOMO	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% di massa muscolare (dato visibile nel display della bilancia e nell'applicazione)

Esistono tre diversi tipi di tessuto muscolare: liscio, striato scheletrico e striato cardiaco. Il muscolo liscio è formato da fibre lisce, le quali si trovano nelle pareti del tubo digerente, delle vie respiratorie e delle vie genitali, nella parete dei vasi sanguigni venosi e arteriosi. Il tessuto muscolare striato scheletrico costituisce nell'uomo la muscolatura scheletrica ed i muscoli della faccia. Il muscolo striato cardiaco è rappresentato dal cuore. La presente bilancia calcola la % di muscolatura scheletrica e del tessuto muscolare liscio nell'organismo. In media, il 40% del peso corporeo è composto da muscoli scheletrici. Gli uomini hanno solitamente una muscolatura più accentuata delle donne e in genere la percentuale può aumentare negli sportivi. La percentuale di muscolatura inizia a diminuire con l'avanzare dell'età.

% d'acqua (dato visibile nel display della bilancia e nell'applicazione)

La % di acqua corporea è diversa nella donna e nell'uomo: nelle donne adulte in stato di salute va dal 45% al 60%, mentre per gli uomini dal 50% al 65%. La percentuale d'acqua è maggiore nell'infanzia e diminuisce con l'età. Le variazioni di peso corporeo possono avvenire in tempi brevi (ore), medi (giorni) o lunghi (settimane). Piccole variazioni di peso in poche ore sono del tutto normali e sono dovute alla ritenzione idrica essendo infatti l'acqua extracellulare (che comprende il liquido interstiziale, il plasma, la linfa ed il liquido transcellulare) l'unico compartimento in grado di variare così rapidamente. Quando diminuzioni di peso avvengono in pochi giorni è molto probabile che siano a carico dell'acqua totale.

Metabolismo basale (dato visibile solo nell'applicazione)

Il metabolismo basale (o BMR, basal metabolic rate) è la quantità minima di calorie necessaria al corpo umano per sopravvivere, quindi per effettuare i processi di base come la circolazione, la respirazione, la digestione, il mantenimento della temperatura corporea.

Il metabolismo basale viene calcolato su un soggetto a riposo mentale e fisico in posizione supina, a digiuno da 12 ore, dopo almeno 8 ore di sonno e con una temperatura ambientale costante di circa 20°C. Il metabolismo basale per gli adulti oscilla tra i 1200 e le 1800 kcal. Il BMR è influenzato da molti fattori: età, sesso, altezza, composizione corporea, febbre, stress, stato di nutrizione e temperature ambientali.

Indice di massa corporea (dato visibile nel display della bilancia e nell'applicazione)

TABELLA IMC	VALORE IMC
SOTTOPESO	<18,5
NORMALE	18,5-24,9
SOVRAPPESO	25,0-29,9
OBESO	>30

L'indice di massa corporea mette in relazione il peso corporeo e l'altezza di un individuo.

La classificazione sotto riportata è correlata al rischio che un inadeguato peso corporeo può costituire per lo stato di salute: quando l'IMC rientra tra 18,5 e 24,9 significa che il peso non incide statisticamente sullo stato di salute ed è quindi da considerarsi normale.

Ogni deviazione, per difetto o per eccesso da tale intervallo di

valori di IMC deve essere considerata a rischio per il proprio stato di salute; è consigliabile in questo caso consultare il proprio medico. Abituarsi a seguire una dieta equilibrata e fare attività fisica aiuta sicuramente a migliorare la qualità della vita, favorire la salute e prevenire patologie, aumentare la vitalità, mantenere il peso-forma!

È importante sapere però che l'indice di massa corporea non permette di distinguere variazioni del peso

dovute all'entità della massa muscolare, della massa ossea, al contenuto di acqua o all'accumulo di grasso. Quindi, la semplicità di calcolo dell'IMC non deve trarre in inganno, portando a diete "fai da te". La sua valutazione deve essere appannaggio del medico o di altre figure specializzate come il nutrizionista o il dietista.

Bilanciamento corporeo (dato visibile solo nel display della bilancia)

La bilancia permette di tenere traccia del proprio bilanciamento corporeo.

Il display visualizza la percentuale del peso rispettivamente nella parte destra e sinistra del proprio corpo e indica con i seguenti simboli la situazione di bilanciamento:

SIMBOLO	SIGNIFICATO
≈	Situazione di bilanciamento corporeo
>	Possibile sbilanciamento corporeo a sinistra
<	Possibile sbilanciamento corporeo a destra

Considerazioni

Nel valutare l'andamento della propria composizione corporea è necessario tenere presente che:


- La sola diminuzione di peso accompagnata da una percentuale di grasso corporeo invariata o addirittura in aumento, indica che il corpo ha perso semplicemente acqua (ad esempio dopo un allenamento, una sauna o una dieta limitata alla rapida perdita di peso).
- L'aumento di peso accompagnato da una percentuale di grasso corporeo in diminuzione o invariata indica lo sviluppo di massa muscolare.
- Quando peso e grasso corporeo diminuiscono contemporaneamente significa che la dieta funziona e si perde volume.

DESCRIZIONE DEL PRODOTTO (vedi fig.1)

1. Display
 - a. Peso
 - b. Percentuale di peso a sinistra
 - c. Simbolo del bilanciamento corporeo
 - d. Percentuale di peso a destra
 - e. % massa grassa
 - f. % di acqua
 - g. Battito cardiaco
 - h. Indice di massa corporea
 - i. % di massa muscolare
2. Elettrodi ITO
3. Vano batterie

CARATTERISTICHE TECNICHE

- Portata: 180 kg / 400 lb
- Divisione: 100 g / 0.2 lb
- 4 batterie alcaline 1.5V AAA sostituibili
- Display LCD VA (Vertical Alignment) a colori
- Frequenza operativa: 2426-2460 MHz, potenza irradiata effettiva: <0.9 dBm
- Condizioni ambientali di esercizio: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Condizioni ambientali di conservazione: +10°C +50°C; RH ≤85%

	La bilancia calcola la composizione corporea su persone di età compresa fra 12 e 99 anni e con un'altezza compresa fra 90 e 220 cm.
---	---

CONSIGLI PER L'USO

- Pesarsi sempre sulla stessa bilancia e alla stessa ora, preferibilmente al risveglio e svestiti.
- Attendere circa 15 minuti dopo essersi alzati, in modo che l'acqua possa distribuirsi nel corpo.
- È importante pesarsi a piedi nudi, ben asciutti e posizionati correttamente sugli elettrodi (vedi figura). Evitare che ci siano contatti fra le gambe affinché la bilancia funzioni correttamente.
- La precisione dei dati forniti dalla bilancia può essere compromessa nei seguenti casi:
 - a) alto tasso alcolico
 - b) alto livello di caffeina o droghe
 - c) dopo pasti pesanti
 - d) dopo una rigorosa attività sportiva
 - e) durante una malattia
 - f) in gravidanza
 - g) in presenza di problemi di disidratazione
 - h) piedi bagnati o non puliti
 - i) gambe gonfie

ISTRUZIONI PER L'USO

PRIMO UTILIZZO

- La presente bilancia funziona con 4 batterie alcaline sostituibili da 1.5V tipo AAA.
- Per inserire le batterie aprire il vano batterie facendo scivolare il coperchio in direzione della freccia.
- Inserire le batterie tenendo presente la polarità indicata. Chiudere il coperchio.


SELEZIONE UNITÀ DI MISURA

E' possibile selezionare l'unità di misura per la pesata nell'app "LAICA Home Wellness". Non è possibile cambiare l'unità di misura visualizzata sul display LCD della bilancia.

UTILIZZO

a. Misurazione solo peso corporeo

- 1) Posizionare la bilancia su una superficie piana e rigida. La presenza di un pavimento cedevole o sconnesso (es. tappeto, moquettes, linoleum) può pregiudicare l'esattezza del peso.
- 2) A bilancia spenta salire sulla piattaforma con i piedi paralleli ed il peso equamente distribuito (v. disegni). Attendere senza muoversi che la bilancia computi il vostro peso e visualizzi il bilanciamento corporeo. Non appoggiarsi a nulla durante la misurazione per evitare di alterare i valori rilevati.
- 3) Scendere dalla bilancia, il display continua a mostrare il peso per pochi secondi, quindi la bilancia si spegne automaticamente.

	Per visualizzare sul display LCD i dati relativi alla composizione corporea, la bilancia deve connettersi all'app "LAICA Home Wellness".
--	--





b. Funzionamento con app: calcolo della composizione corporea

Elenco dispositivi compatibili:





- **iOS:** iPhone con sistema operativo dal 10.
- **Per device con sistema operativo Android™:** dalla versione 6.0 (Marshmallow).


Compatibile con tecnologia bluetooth 4.0 e superiore, la bilancia invia i dati relativi alla composizione corporea (percentuale di grasso, acqua, muscolatura scheletrica, dato relativo al metabolismo basale e indice di massa corporea) allo smartphone per meglio analizzare la composizione del proprio peso. **Connettendosi con l'applicazione, la bilancia visualizza i dati della composizione corporea anche sul display della stessa.** Durante le seguenti operazioni si consiglia di tenere lo smartphone nelle vicinanze della bilancia per mantenere la connessione attiva.

1. Attivare il bluetooth nelle impostazioni dello smartphone
2. Installare nello smartphone l'App gratuita "LAICA Home Wellness"
3. Avviare l'App e seguire le istruzioni per aggiungere il prodotto e per creare il nuovo utente inserendo i propri dati personali.
4. Accendere la bilancia premendo la piattaforma: il display visualizza "0.0".
5. Premere nell'app il tasto "RILEVA PESO" per connettere l'applicazione alla bilancia e salire sulla pedana facendo attenzione a posizionare correttamente i piedi nudi sopra gli elettrodi ITO. La bilancia visualizza:
 - a. il peso
 - b. il bilanciamento corporeo
6. Restare fermi sulla bilancia fino a quando il display LCD visualizza i seguenti dati:

• il peso	• la percentuale di acqua	
• il bilanciamento corporeo	• la percentuale di massa muscolare	
• la percentuale di grasso corporeo	• il battito cardiaco	
• l'indice di massa corporea		


Contemporaneamente l'applicazione visualizza:

- il peso
- l'obiettivo di peso (se impostato nell'app)
- la percentuale di grasso corporeo 
- la percentuale di acqua 
- il metabolismo basale **Kcal**
- l'indice di massa corporea (BMI) 
- la percentuale di massa muscolare 

	<ul style="list-style-type: none"> • Se si scende dalla bilancia prima della visualizzazione di tutti i dati, l'applicazione e la bilancia stessa non mostrano i dati relativi alla composizione corporea. • La bilancia visualizza i dati con un decimale dopo la virgola, l'applicazione visualizza i dati con due decimali.
---	--

7. La bilancia si spegne automaticamente dopo circa 10 secondi di non utilizzo. Confrontare la percentuale di grasso ottenuta con i parametri riportati nella "tabella bodyfat": se cade al di fuori dei valori normali, consultare il proprio medico. Valutare inoltre la percentuale d'acqua come da paragrafo "%

d'acqua" e la percentuale di muscolatura come da paragrafo "% di massa muscolare".

	<p>A partire dal secondo utilizzo della bilancia con l'app "Laica Home Wellness", la bilancia è in grado di riconoscere l'utente dal suo peso (per variazioni di peso entro i 2 kg). In questo caso, quando la bilancia visualizza il peso e il bilanciamento corporeo, automaticamente visualizza i dati relativi alla composizione corporea anche senza l'uso dell'applicazione "LAICA Home Wellness". I dati visualizzati dalla bilancia senza l'uso dell'applicazione non vengono registrati nell'app e non possono essere inviati successivamente. Nel caso in cui ci siano più utilizzatori con pesi simili (entro i 2 kg), la bilancia potrebbe utilizzare i parametri dell'altro utente. Si consiglia di usare la bilancia con l'applicazione "LAICA Home Wellness" per evitare di confondere i propri dati di composizione corporea con quelli degli altri utenti e per poterli registrare e monitorare nell'applicazione.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durante la pesata assicurarsi che l'app sia attiva e visualizzata sullo smartphone in modo da verificare l'invio immediato dei dati relativi alla vostra composizione corporea. • Prima di procedere con una nuova pesata, verificare sempre che la connessione bluetooth del proprio smartphone sia attiva. • Per device Android™ è necessario attivare i servizi di localizzazione. • Prima di procedere con una nuova pesata selezionare sempre sullo smartphone l'utente. • I dati del bilanciamento corporeo e il battito cardiaco sono visibili solo nel display della bilancia. • Ogni volta che la pesapersona viene spostata o sollevata e poi riposta sul piano di appoggio, la prima pesata non dovrà essere considerata, a causa di un necessario riassetto della scheda elettronica rispetto alle celle di carico. Considerare la seconda e le successive pesate, poiché in alcuni casi la prima potrebbe essere alterata dal motivo sopra indicato.
---	---

SOSTITUZIONE BATTERIE

Quando il display mostra "LO" o il simbolo della batteria procedere alla sostituzione con batterie dello stesso tipo.

1. Aprire il vano batterie facendo scivolare il coperchio nella direzione della freccia.
2. Estrarre le batterie scariche e smaltirle come indicato nel paragrafo "Procedura di smaltimento".
3. Inserire le nuove batterie tenendo presente la polarità indicata.
4. Chiudere il vano batterie.

MANUTENZIONE

- Conservare l'apparecchio in un luogo fresco e asciutto.
- Conservare l'apparecchio in posizione orizzontale
- Pulire la bilancia usando esclusivamente un panno morbido e asciutto.
- Non utilizzare mai prodotti chimici o abrasivi.


PROBLEMI E SOLUZIONI

Problema	Possibile causa	Soluzione
La bilancia non si accende.	Non si è saliti in modo corretto sulla bilancia.	Salire sulla bilancia con i piedi paralleli. Attenzione: si accende solo una volta saliti.
	Le batterie sono esaurite.	Sostituire le batterie.

Problema	Possibile causa	Soluzione
Il display visualizza "Lo" o il simbolo della batteria.	Le batterie sono scariche.	Procedere con la sostituzione.
Il display visualizza "Err".	Peso superiore alla portata della bilancia.	Togliere subito il peso dalla bilancia per non danneggiarla e verificarne la portata massima.
Il display visualizza solo il peso e il bilanciamento corporeo.	Ci si è pesati per la prima volta senza utilizzare l'app "LAICA Home Wellness".	Per visualizzare tutti i dati relativi alla composizione corporea bisogna connettere la bilancia all'app "LAICA Home Wellness". Rileggere il paragrafo "Funzionamento con app: calcolo della composizione corporea."
	Si è scesi dalla bilancia prima della visualizzazione dei dati della composizione corporea.	Attendere senza muoversi sulla bilancia fino a quando il display visualizza tutti i dati.
	Non si è saliti sulla bilancia a piedi nudi.	Salire sulla bilancia con i piedi nudi.
L'app "LAICA Home Wellness" non visualizza nessun dato	La pelle dei piedi è troppo secca.	Inumidire leggermente la pelle dei piedi.
	Non è stato attivato il bluetooth nelle impostazioni dello smartphone.	Attivare il bluetooth nello smartphone.
	Lo smartphone è andato in stand-by durante la pesata.	Mantenere l'app attiva sullo smartphone durante la pesata per verificare l'invio immediato dei dati.
L'app "LAICA Home Wellness" visualizza solo il peso corporeo.	Non è stato premuto il tasto "RILEVA PESO" nell'app.	Premere nell'app il tasto "RILEVA PESO" per inviare i dati dalla bilancia all'app.
	Non si è saliti sulla bilancia a piedi nudi.	Salire sulla bilancia con i piedi nudi.
	La pelle dei piedi è troppo secca.	Inumidire leggermente la pelle dei piedi.

Tutti i pesi sono approssimati essendo arrotondati per eccesso o per difetto alla divisione più prossima. Garantiamo una precisione con tolleranza entro +/-1% + 1 divisione.

PROCEDURA DI SMALTIMENTO (Dir.2012/19/Ue-RAEE)

 Il simbolo posto sul fondo dell'apparecchio indica la raccolta separata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche. Al termine della vita utile dell'apparecchio, non smaltirlo come rifiuto municipale solido misto ma smaltirlo presso un centro di raccolta specifico situato nella vostra zona, oppure riconsegnarlo al distributore all'atto dell'acquisto di un nuovo apparecchio dello stesso tipo ed adibito alle stesse funzioni. Nel caso in cui l'apparecchio da smaltire sia di dimensioni inferiori ai 25 cm, è possibile riconsegnarlo ad un punto vendita con metratura superiore ai 400 mq senza l'obbligo di acquisto di un nuovo dispositivo similare. Questa procedura di raccolta separata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche viene effettuata in visione di una politica ambientale comunitaria con obiettivi di salvaguardia, tutela e miglioramento della qualità dell'ambiente e per evitare effetti potenziali sulla salute umana dovuti alla

presenza di sostanze pericolose in queste apparecchiature o ad un uso improprio delle stesse o di parti di esse. Attenzione! Uno smaltimento non corretto di apparecchiature elettriche ed elettroniche potrebbe comportare sanzioni.

Per lo smaltimento corretto delle batterie (**Dir. 2013/56/Ue**) non gettare le batterie nei rifiuti domestici ma smaltirle come rifiuto speciale presso i punti di raccolta indicati per il riciclo. Per maggiori informazioni circa lo smaltimento delle pile scariche contattare il negozio dove è stato acquistato l'apparecchio che conteneva le batterie, il Comune oppure il servizio locale di smaltimento rifiuti.

CE Questo prodotto è indicato per uso domestico. La conformità, comprovata dalla marcatura CE riportata sul dispositivo, è relativa alla direttiva 2014/30/Ue inerente la compatibilità elettromagnetica. Questo prodotto è uno strumento elettronico che è stato verificato per garantire, allo stato attuale delle conoscenze tecniche, sia di non interferire con altre apparecchiature poste nelle vicinanze (compatibilità elettromagnetica) sia di essere sicuro se usato secondo le indicazioni riportate nelle istruzioni per l'uso. In caso di comportamenti anomali del dispositivo, non prolungare l'impiego ed eventualmente contattare direttamente il produttore.

Il produttore, Laica S.p.A., dichiara che l'apparecchio è conforme alla Direttiva 2014/53/Ue. La dichiarazione di conformità completa è disponibile nel seguente indirizzo internet: www.laica.it.

GARANZIA

Il presente apparecchio è garantito 2 anni dalla data di acquisto che deve essere comprovata da **timbro o firma del rivenditore e dallo scontrino fiscale che avrete cura di conservare qui allegato**. Tale periodo è conforme alla legislazione vigente ("Codice del Consumo" D. Lgs. nr. 206 del 06/09/2005) e si applica solo nel caso in cui il consumatore sia un soggetto privato. I prodotti Laica sono progettati per l'uso domestico e non ne è consentito l'utilizzo in pubblici esercizi. La garanzia copre solo i difetti di produzione e non è valida qualora il danno sia causato da evento accidentale, errato utilizzo, negligenza o uso improprio del prodotto. Utilizzare solamente gli accessori forniti; l'utilizzo di accessori diversi può comportare la decadenza della garanzia. Non aprire l'apparecchio per nessun motivo; in caso di apertura o manomissione, la garanzia decade definitivamente. La garanzia non si applica alle parti soggette ad usura e alle batterie quando fornite in dotazione. Trascorsi i 2 anni dall'acquisto, la garanzia decade; in questo caso gli interventi di assistenza tecnica verranno eseguiti a pagamento. Informazioni su interventi di assistenza tecnica, siano essi in garanzia o a pagamento, potranno essere richieste contattando info@laica.com. Non è dovuta nessuna forma di contributo per le riparazioni e sostituzioni di prodotti che rientrino nei termini della garanzia. In caso di guasti rivolgersi al rivenditore; NON spedire direttamente a LAICA. Tutti gli interventi in garanzia (compresi quelli di sostituzione del prodotto o di una sua parte) non prolungheranno la durata del periodo di garanzia originale del prodotto sostituito. La casa costruttrice declina ogni responsabilità per eventuali danni che possono, direttamente o indirettamente, derivare a persone, cose ed animali domestici in conseguenza della mancata osservanza di tutte le prescrizioni indicate nell'apposito libretto istruzioni e concernenti, specialmente, le avvertenze in tema di installazione, uso e manutenzione dell'apparecchio. È facoltà della ditta Laica, essendo costantemente impegnata nel miglioramento dei propri prodotti, modificare senza alcun preavviso in tutto o in parte i propri prodotti in relazione a necessità di produzione, senza che ciò comporti nessuna responsabilità da parte della ditta Laica o dei suoi rivenditori. Per ulteriori informazioni: www.laica.it



SMART ELECTRONIC BATHROOM SCALE WITH CALCULATION OF % FAT, % WATER, % SKELETAL MUSCLE, BASAL METABOLIC RATE, BODY MASS INDEX, BODY BALANCE AND HEART RATE - INSTRUCTIONS AND WARRANTY

Dear customer, Laica would like to thank you for choosing one of our products, designed according to strict performance and quality criteria in order to ensure total satisfaction.

IMPORTANT READ CAREFULLY BEFORE USE KEEP IN A SAFE PLACE FOR FUTURE REFERENCE

The instruction manual must be considered an integral part of the product and must be kept for its entire life. If the product is transferred to another owner, its documentation must also be transferred in its entirety.



To ensure the safe and correct use of the product, the user must carefully read the instructions and warnings contained in the manual insofar as they provide important information regarding safety, user and maintenance instructions. Should the instruction manual get mislaid or you require additional information or clarifications, please fill in the relevant form on the website: <https://www.laica.it/> in the FAQ and Support section.

Electronic personal scale which measures your weight and calculate your body composition (percentage of fat, water, skeletal muscle and body mass index) and basal metabolic rate based on your height, age and gender. The personal scale also detects your body balance and heart rate. Compatible with bluetooth 4.0 technology or above, it allows you to automatically send the data to your smartphone so you can monitor your progress at any time. Technology featuring ITO (indium tin oxide) electrodes: innovative sensitive conductor coating which rapidly and accurately detects information about body composition.

INDEX

SYMBOLS KEY page 9
SAFETY WARNINGS page 9
BODY COMPOSITION page 10
PRODUCT DESCRIPTION page 11
INSTRUCTIONS FOR USE page 11
MAINTENANCE page 12
TROUBLESHOOTING page 12
DISPOSAL PROCEDURE page 13
WARRANTY page 13

SYMBOLS KEY



Warning



Prohibition

SAFETY WARNINGS

- Before using, make sure the device is intact with no visible damage. If you have any doubts, do not use the device and contact the retailer.
- Keep the plastic bag used for packaging out of reach of children: suffocation hazard.
- This device must only be used for its intended purpose and in the manner indicated in the instructions. All other uses are considered improper and therefore hazardous. The manufacturer cannot be considered responsible for any damage due to improper or incorrect use.
- This device can be used by children on their own from the age of 8 upwards.
- Individuals with reduced physical, sensory or mental capacities or unskilled people must only use the product if previously instructed on its use, in safety and only if informed of the dangers connected to the product itself. Children must not play with the device. Cleaning and maintenance operations must not be performed by children without adult supervision.
- In the event of a failure and/or malfunction, do not tamper with the device. Always contact your retailer for repairs.
- Handle the scale with care, protect it against knocks, extreme temperature fluctuations, humidity, dust, direct sunlight and sources of heat.
- ⊘ Do NOT allow liquids to penetrate into the body of the scale. This appliance is not waterproof. Do NOT leave and do NOT use the scale in water-saturated environments; humidity rates greater than 85% or contact with water or other liquids may cause corrosion or compromise proper scale operation.
- ⊘ Do NOT step onto the scale with wet feet, or if the surface of the scale is wet: slipping hazard.



ATTENTION! BEFORE USING THIS APPLIANCE

- **The percentage of body fat, water and skeletal muscle, the basal metabolic rate, data related to the body balance and heart rate calculated by the scale must be considered as indicative data only. For further information, consult a doctor or dietician.**
- **Self-measurement means checking, not diagnosis or treatment. Unusual readings must always be discussed with your physician. Under no circumstances should you alter the dosages of any medication prescribed by your physician.**
- **Through the electrodes located on the platform, the scale sends a weak, low intensity electrical current that passes through the body. The scale is not dangerous in any way.**
- **The scale is not recommended for the following individuals as the data detected by the scale may not be accurate:**
 - o individuals wearing a pacemaker or other electronic medical device
 - o people with fever
 - o children under 12 years of age
 - o pregnant women
 - o individuals undergoing dialysis, with oedema in the legs or osteoporosis
 - o people who take cardiovascular medication

SAFE USE OF BATTERIES

- Remove the batteries if the scale is not used for long periods of time and keep them in a well-ventilated and dry place, at room temperature.
- Do NOT recharge the batteries if they are not rechargeable.
- Do NOT recharge rechargeable batteries using methods other than those indicated in the manual or using unsuitable equipment.
- NEVER expose the batteries to sources of heat or direct sunlight.
- Failure to observe these instructions may result in damage to and/or the explosion of the batteries.
- Do NOT throw the batteries into an open flame.
- The removal or replacement of batteries must always be performed by an adult.
- Keep the batteries far from the reach of children: swallowing batteries carries the risk of death. If batteries are swallowed, immediately contact a doctor.
- The acid contained in the batteries is corrosive. Avoid contact with the skin, eyes or garments.

BODY COMPOSITION

The body composition is made up of:

- lean mass: all components without fat (water, muscle, connective tissue, and other non-fatty organic components), bone, bowels, organs, and blood;
- fatty mass: all fats that can be extracted from adipose tissue and other tissues/organs;
- bone mass.

Through the electrodes located on the platform, the scale sends a weak, low intensity electrical current that passes through the body. The different masses respond differently to the current: lean mass provides less resistance than the opposite. This body resistance is called bioelectrical impedance. The relative percentage of the various body masses varies based on gender, age, and physical stature.

Body fat % (info visible on the display of the scale and in the app)

The body fat percentage indicated in the table below represents the total fat that is calculated by adding essential fat and storage fat.

Essential fat is necessary for various bodily functions. The percentage is 3% in men and 12% in women. Storage fat gives energy, protects against physical trauma, and insulates the body to preserve heat. These percentages vary with the age and gender of the individual as shown in the table below. **If the percentages indicated by the scale do not fall within the values indicated as "normal" in the table, we recommend consulting with your family physician.**

BODYFAT TABLE					
	Age	UNDERWEIGHT	NORMAL	OVERWEIGHT	OBESE
WOMEN	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
MEN	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% of muscle mass (info visible on the display of the scale and in the app)

There are three different types of muscle: smooth, striated skeletal, and striated cardiac.

Smooth muscle is made of smooth fibres.

These are found in the walls of the digestive tract, respiratory tract and genital tract and in the wall of the venous and arterial blood vessels.

Human striated skeletal muscle is in the skeletal and facial muscles. Cardiac striated muscle is found in the heart. This scale calculates the % of skeletal muscle and smooth muscle tissue in the body. On average, 40% of body mass is made up of skeletal muscle. Men usually have more pronounced muscles than women and the percentage may increase in those who practice sports.

The percentage of muscle starts to decrease with age.

Water % (info visible on the display of the scale and in the app)

The % of water in the body differs based on gender: in healthy adult women it ranges from 45% to 60% while in men it ranges from 50% to 65%.

The percentage of water is greater in childhood and decreases with age. Body weight variations can occur in a short period of time (hours), a medium period of time (days) or over a long period (weeks). Small variations in weight over a few hours is normal and due to water retention since extracellular water (which includes the interstitial fluid, plasma, lymph and transcellular fluid) is the only part capable of varying so rapidly. When weight losses occur in just a few days, it is very likely that it is part of the total water.

Basal metabolic rate (info visible in the app only)

The Basal Metabolic Rate, or BMR, is the minimum calories required for the human body to survive, in order to carry out basic functions such as circulation, breathing, digestion, and maintaining body temperature.

BMR is calculated on a person when at physical and mental rest, lying down on their back, having not eaten for 12 hours, after at least 8 hours' sleep and with a constant body temperature of 20°C.

Adult BMR varies from 1200 to 1800 kcal. BMR is influenced by many factors: age, gender, height, body composition, fever, stress, nutritional state and ambient temperature.

Body mass index (info visible on the display of the scale and in the app)

The body mass index (BMI) is the relation of body weight to height.

The classification given below is correlated to the risk that body weight exerts on health.

When BMI is between 18.5 and 24.9 it means that the weight does not statistically impact health and is to be considered normal. Any deviation, above or below this BMI interval should be

considered a health risk. In this case, we recommend consulting a physician. Getting in the habit of following a balanced diet definitely helps improve quality of life, promote health and prevent illness, increase vitality and maintain ideal weight!

It is important to know that BMI does not allow accounting for weight variations due to muscle mass, bone mass, water content or fat accumulation.

Therefore, a simple BMI calculation alone should not be misinterpreted, leading to "DIY" diets. The evaluation of the BMI should be made by a doctor or other specialists such as a nutritionist or dietitian.

Body balance (info only visible on the display of the scale)

The scale allows you to keep track of your personal body balance.

The display shows the percentage of weight respectively in the right and left part of the body and indicates the balance status with the following symbols:

SYMBOL	MEANING
≈	Body balance status
>	Possible body imbalance on left side
<	Possible body imbalance on right side

Considerations

When assessing your body composition trend, it is necessary to keep the following in mind:


- A decrease in weight accompanied by no change in body fat or even an increase in body fat means that your body only lost water (for example, after exercising, time in the sauna or a limited diet for rapid weight loss).
- An increase in weight accompanied by a decrease or no change in body fat indicates the development of muscle mass.
- When the weight and body fat decrease at the same time it means that your diet is working and volume is being lost.

PRODUCT DESCRIPTION (see fig.1)

- Display
 - Weight
 - Percentage of weight on left
 - Body balance symbol
 - Percentage of weight on right
 - % body fat
 - % water
 - Heart rate
 - Body mass index
 - % muscle mass
- Electrodes ITO
- Battery compartment

TECHNICAL CHARACTERISTICS

- Capacity: 180 kg / 400 lb
- Division: 100 g / 0.2 lb
- 4 disposable 1.5V AAA alkaline batteries
- LCD VA (Vertical Alignment) colour display
- Operating frequency: 2426-2460 MHz, effective radiated power: <0.9 dBm
- Environmental conditions for use: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Environmental storage conditions: +10°C +50°C; RH ≤85%

	The scale calculates the body composition for individuals aged 12 to 99 measuring between 90 and 220 cm in height.
---	--

RECOMMENDATIONS FOR USE

- Always weigh yourself on the same scale at the same time, preferably when you wake up and before getting dressed.
- Wait about 15 minutes after getting up so the water can distribute itself through your body.
- It is important to weigh yourself with dry, bare feet positioned correctly on the electrodes (see figure). Avoid contact between the legs so the scale operates correctly.
- Scale precision could vary in the following cases:
 - high level of alcohol
 - high level of caffeine or drugs
 - after heavy meals
 - after rigorous sports activities
 - during illness
 - during pregnancy
 - when dehydrated
 - with wet or unclean feet
 - swollen legs

INSTRUCTIONS FOR USE**FIRST USE**


- This scale works with 4 disposable 1.5V AAA alkaline batteries.
- To insert the batteries, open the battery compartment by sliding the cover in the direction of the arrow.
- Insert the batteries according to the pole markings. Close the cover.

UNIT SELECTION

The unit of weight measurement can be selected in the "LAICA Home Wellness" app. The unit of measurement shown on the LCD display of the scale cannot be changed.

USE**a. Body weight measurement only**

- Place the scale on a flat, sturdy surface. An uneven or disjointed floor (e.g., rug, carpet, linoleum) may compromise the accuracy of the reading.
- With the scale turned off, step onto it with your feet parallel and your weight evenly distributed (see diagrams). Wait without moving until the scale has calculated your weight and displayed the body balance reading. Do not lean on anything while the scale measures your weight in order to avoid altering the readings.
- Step off the scale. The display will continue to show the reading for a few seconds before automatically turning off.

	To view the body composition data on the LCD display, the scale must be connected to the "LAICA Home Wellness" app.
---	---






b. Operation with app: calculation of body composition**List of compatible devices:**

- iOS: iPhone with 10 operating system.






- **For device with Android™ operating system:** from version 6.0 (Marshmallow). Compatible with bluetooth 4.0 and higher technology, the scale sends data on body composition (fat percentage, water, skeletal muscle, basal metabolic data and body mass index) to the smartphone to better analyse personal weight composition.


When it connects to the app, the scale shows the body composition data on the app display as well. During the following operations, we recommend keeping the smartphone near the scale to keep the connection active.

1. Activate bluetooth in the smartphone settings
2. Install the free "LAICA Home Wellness" app on your smartphone
3. Start the app and follow the instructions to add the product and to create the new user by entering your personal data.
4. Turn on the scale by pressing the platform: the display will show "0.0".
5. Press the "DETECT WEIGHT" key on the app to connect the app to the scale and step onto the scale taking care to stand correctly on the ITO electrodes with bare feet. The scale shows:
 - a. your weight,
 - b. your body balance
6. Stand on the scale without moving until the LCD display shows the following data:


• your weight		
• your body balance		
• percentage of body fat		• percentage of water 
• body mass index		• percentage of muscle mass 
		• heart rate 

At the same time, the app shows:

- your weight
- target weight (if set in the app)
- percentage of body fat 
- percentage of water 
- basal metabolic rate 
- body mass index (BMI) 
- percentage of muscle mass 

	<ul style="list-style-type: none"> • If you step off the scale before all the data have been displayed, the app and the scale will not show the body composition data. • The scale displays the data with one decimal after the comma; the app displays the data with two decimals.
--	---

7. The scale switches off automatically after approximately 10 seconds of non-use. Compare the body fat percentage with the parameters given in the "body fat table". If it is outside normal values, consult your physician. Assess the percentage of water shown in the paragraph "% water" and the percentage of muscle mass shown in the paragraph "% muscle mass".

	<p>Starting from when you use the "Laica Home Wellness" scale for the second time, the scale will recognise the user from his/her weight (allowing for a weight variation of up to 2 kg). In this case, when the scale displays the body weight and balance, it automatically displays the data for the body composition, even without using the "LAICA Home Wellness" app. The data displayed by the scale without using the app are not recorded in the app and cannot be sent later.</p> <p>If there is more than one user with similar weights (less than 2 kg), the scale may use the parameters of another user. We recommend using the scale with the "LAICA Home Wellness" app to avoid confusing your body composition data with that of other users and ensure that it is recorded and monitored in the app.</p> <ul style="list-style-type: none"> • When you weigh yourself, make sure that the app is active and displayed on your smartphone so that you can check that the data has been promptly sent with your body composition. • Before taking a new reading, always make sure that the bluetooth connection on your smartphone is active. • For Android™ devices it is necessary to activate the localisation services. • Before weighing yourself for the first time, always select the user on your smartphone. • The body balance and heart rate are only displayed on the scale. • Each time the scale is moved or lifted and then placed back on its support surface, the first weighing must not be considered due to the fact that the electronic board needs to readjust with respect to the load cells. Consider the second and successive weights, as in certain cases the first one could be altered for the reason mentioned above.
---	--

BATTERY REPLACEMENT

- When the "LO" or battery symbol appears on the display, replace the batteries with the same type.
1. Open the battery compartment by sliding the cover in the direction of the arrow.
 2. Remove the worn batteries and dispose of them according to the instructions in the paragraph "Disposal Procedure".
 3. Insert the new batteries according to the pole markings.
 4. Close the battery compartment.

MAINTENANCE

- Store the device in a cool, dry area.
- Store the device in a horizontal position
- Only clean the scale with a soft, dry cloth.
- Never use chemicals or abrasive products


TROUBLESHOOTING

Problem	Possible cause	Solution
The scale doesn't turn on.	You have not stepped onto the scales properly.	Step onto the scale with your feet parallel. Note: the scale will turn on only after stepping onto it.
	The batteries have run out.	Replace the batteries.

Problem	Possible cause	Solution
"Lo" or the battery symbol is shown on the display.	The batteries are low.	Replace them.
The display shows "Err".	Weight greater than the scale capacity.	Step off the scale immediately so as not to damage it and check the maximum capacity.
The display only shows your weight and body balance.	You have weighed yourself for the first time without using the "LAICA Home Wellness" app.	To display all the body composition data, you must connect the scale to the "LAICA Home Wellness" app. Read the paragraph on "Operation with app: calculation of body composition."
	You stepped off the scale before the body composition data was displayed.	Stand on the scale without moving until all the data is shown on the display.
	You did not step on the scale with bare feet.	Step onto the scale with bare feet.
The skin on your feet is too dry.	The skin on your feet is too dry.	Slightly dampen your feet.
	The "LAICA Home Wellness" app doesn't display any data.	The bluetooth function has not been enabled in the smartphone settings.
The "LAICA Home Wellness" app only shows your body weight.	The smartphone went into standby during weighing.	Keep the app active on your smartphone during weighing to check that data is sent instantly.
	The "DETECT WEIGHT" button has not been pressed in the app.	Press the "DETECT WEIGHT" button in the app to send the data from the scale to the app.
The "LAICA Home Wellness" app only shows your body weight.	You did not step on the scale with bare feet.	Step onto the scale with bare feet.
	The skin on your feet is too dry.	Slightly dampen your feet.

All weights are approximate having been rounded up or down to the nearest whole number. We guarantee accuracy within +/-1% + 1 division.


DISPOSAL PROCEDURE

 The symbol on the bottom of the device indicates the separated collection of electric and electronic equipment (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). At the end of life of the device, do not dispose it as mixed solid municipal waste, but dispose it referring to a specific collection centre located in your area or returning it to the distributor, when buying a new device of the same type to be used with the same functions. If the appliance to be disposed of is less than 25 cm, it can be returned to a retail location that is over 400 m² without having to purchase a new, similar device. This procedure of separated collection of electric and electronic devices is carried out forecasting a European environmental policy aiming at

safeguarding, protecting and improving environment quality, as well as avoiding potential effects on human health due to the presence of hazardous substances in such equipment or to an improper use of the same or of parts of the same. Caution! The wrong disposal of electric and electronic equipment may involve sanctions.

To correctly dispose of batteries (**Dir. 2013/56/Eu**) **do not throw them into household waste** but rather dispose of them as special waste at specialised recycling centres.

For more information about disposal of used batteries, contact the store where you purchased the equipment containing the batteries, the municipality or the local waste disposal service.

 This product is meant for domestic use. The conformity, certified by the CE-marking on the device, refers to the Directive 2014/30/Eu on electromagnetic compatibility. This product is an electronic device that was tested to assure, according to the current technical knowledge, that it does not interfere with other nearby located equipment (electromagnetic compatibility) and that it is safe if used according to the advices given in the instructions for use. In case of operation anomalies, do not keep using the device and, if necessary, refer to the manufacturer directly.

The manufacturer, Laica S.p.A., declares that the device is compliant with Directive 2014/53/Eu. The complete statement of compliance is available at the following Internet site: www.laica.it.

WARRANTY

This equipment is covered by a 2-year warranty starting from the purchase date, which has to be proven by means **of the stamp or signature of the dealer and by the fiscal payment receipt that shall be kept enclosed to this document.**

This warranty period complies with the laws in force and applies only in case the consumer is an individual. Laica products are designed for domestic use only; therefore, their use for commercial purposes is forbidden. The warranty covers only production defects and does not apply, if the damage is caused by accidental events, misuse, negligence or improper use of the product. Use the supplied accessories only; the use of other accessories invalidate the warranty cover. Do not open the equipment for any reason whatsoever; the opening or the tampering of the equipment, definitely invalidate the warranty. Warranty does not apply to parts subject to tear and wear along the use, as well as to batteries, when they are included. Warranty decays after 2 years from the purchase date.

In this case, technical service interventions will be carried out against payment. Information on technical service interventions, under warranty terms or against payment, may be requested by writing at info@laica.com. Repair or replacement of products covered by the warranty terms are free of charge. In case of faults, refer to the dealer; DO NOT send anything directly to LAICA.

All interventions covered by warranty (including product replacement or the replacement of any of its parts) shall not be meant to extend the duration of the original warranty period of the replaced product. The manufacturer cannot be made liable for any damages that may be caused, directly or indirectly, to people, things and pets resulting from the inobservance of the provisions contained in the suitable user manual, especially with reference to the instructions related to installation, use and maintenance of the equipment. Being constantly involved in improving its own products, Laica reserves the right to modify its product, totally or partially, with reference to any production need, without that this involves any responsibility whatsoever by Laica or its dealers.



BALANZA PARA PERSONAS ELECTRÓNICA INTELIGENTE CON CÁLCULO DEL % DE GRASA, % DE AGUA, % DE MUSCULATURA ESQUELÉTICA, METABOLISMO BASAL, ÍNDICE DE MASA CORPORAL, EQUILIBRIO CORPORAL Y DETECCIÓN DEL LATIDO CARDÍACO INSTRUCCIONES Y GARANTÍA

Estimado cliente, Laica desea agradecerle por haber elegido el presente producto, diseñado según criterios de fiabilidad y calidad para su completa satisfacción.

**IMPORTANTE
LEER ATENTAMENTE ANTES DEL USO
CONSERVAR PARA UNA REFERENCIA FUTURA**

El manual de instrucciones se debe considerar como parte del producto y se debe conservar durante todo el ciclo de vida útil del mismo. En caso de cesión del aparato a otro propietario entregar también toda la documentación.



Para el uso seguro y correcto del producto, el usuario debe leer atentamente las instrucciones y advertencias contenidas en el manual puesto que suministran importantes informaciones con respecto a la seguridad, instrucciones de uso y mantenimiento.

En caso de pérdida del manual de instrucciones o necesidad de recibir más informaciones o aclaratorias llenar el respectivo formulario presente en el sitio https://www.laica.it/ en la sección Faq y Asistencia.

Balanza para personas electrónica que mide el peso, calcula la composición corporal (porcentaje de grasa, de agua, de musculatura esquelética, índice de masa corporal) y el metabolismo basal en función de la altura, de la edad y del sexo.

La balanza detecta además el equilibrio corporal y el latido cardíaco. Compatible con la tecnología bluetooth 4.0 y superior para el envío automático de los datos recopilados a su smartphone para que pueda verificar sus progresos en todo momento.

Tecnología con electrodos ITO (indium tin oxide): innovador revestimiento conductor sensible que detecta, con rapidez y precisión, informaciones sobre la composición corporal.

ÍNDICE

- NOTA SÍMBOLOS
- ADVERTENCIAS SOBRE LA SEGURIDAD
- COMPOSICIÓN CORPORAL
- DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO
- INSTRUCCIONES PARA EL USO
- MANTENIMIENTO
- PROBLEMAS Y SOLUCIONES
- PROCEDIMIENTO DE ELIMINACIÓN
- GARANTÍA

- página 14
- página 14
- página 15
- página 16
- página 16
- página 17
- página 17
- página 18
- página 18

NOTA SÍMBOLOS



Advertencia



Prohibición

ADVERTENCIAS SOBRE LA SEGURIDAD

- Antes del uso del producto controlar que el aparato esté íntegro y sin daños visibles. En caso de dudas no utilizar el aparato y dirigirse a su vendedor.
- Tener la bolsa de plástico de la confección lejos de los niños: peligro de asfixia.
- Este aparato está destinado exclusivamente para el uso al cual se ha proyectado y de la manera que se describe en las instrucciones de uso. Cualquier otro uso se considera inadecuado y por lo tanto peligroso. El fabricante no se puede considerar responsable por eventuales daños derivados de usos inadecuados o errados.
- Este aparato puede ser utilizado de manera autónoma por niños de edad igual o superior a 8 años.
- Este aparato puede ser utilizado por personas con capacidades físicas, sensoriales o mentalmente reducidas, o por personas inexpertas, sólo si previamente han sido instruidas sobre el uso en condiciones de seguridad y si se han informado sobre los peligros relacionados con el producto mismo. Los niños no deben jugar con el aparato. Las operaciones de limpieza y de mantenimiento no se pueden realizar por niños sin la adecuada vigilancia de un adulto.
- En caso de avería y/o mal funcionamiento, apagar el aparato sin alterarlo. Para las reparaciones dirigirse siempre a su vendedor.
- Tratar con precaución la balanza, protegerla de golpes, cambios de temperatura extremos, humedad, polvo, luz directa del sol y fuentes de calor.
- Asegurarse que nunca entren líquidos en el cuerpo de la balanza. Este aparato no es impermeable. No deje y no utilice la balanza en ambientes saturados de agua; una humedad superior al 85 % o el contacto con agua u otros líquidos pueden causar corrosión y comprometer el correcto funcionamiento del dispositivo.
- NO subir a la balanza con los pies mojados si la superficie de la misma está mojada: peligro de resbalamiento.



¡ATENCIÓN! ANTES DE UTILIZAR ESTE APARATO

- **El porcentaje de grasa corporal, de agua, y de musculatura esquelética, el valor del metabolismo basal, los datos relativos al equilibrio corporal y al latido cardíaco calculados por la balanza deben considerarse únicamente como datos indicativos. Para cualquier ulterior información consulte con su médico o dietólogo.**
- **La auto-medición significa control, no diagnóstico o tratamiento. Los valores insólitos deben ser discutidos siempre con el propio médico. Bajo ningún concepto se deben modificar las dosis de cualquier fármaco prescrito por el propio médico.**
- **A través de los electrodos colocados en la peana, la balanza envía una débil corriente eléctrica de baja intensidad, que atraviesa la masa corporal. La balanza no presenta ningún peligro.**
- **No se recomienda el uso para las siguientes personas puesto que los datos detectados por la balanza podrían no ser fiables:**
 - o portadoras de pace-maker u otro material electrónico médico
 - o personas con fiebre
 - o niños menores de 12 años
 - o mujeres embarazadas
 - o personas en diálisis, con edemas en las piernas, que sufren osteoporosis
 - o personas que toman medicamentos para el sistema cardiovascular.

USO EN SEGURIDAD DE LAS BATERÍAS

- Quitar las baterías si no se usa la balanza por largos períodos de tiempo y conservarlas en un lugar fresco y seco a temperatura ambiente.
- ⊗ NO recargar las baterías si no son recargables.
- ⊗ NO realizar la recarga de las baterías recargables con distinta modalidad de la que se indican en el manual o con aparatos no indicados.
- ⊗ No exponer las baterías a fuentes de calor y a los rayos directos del sol. El incumplimiento de esta indicación puede dañar y/o hacer explotar las baterías.
- ⊗ NO arrojar las baterías al fuego.
- La remoción o la sustitución de las baterías se debe realizar por personal adulto.
- Tener las baterías lejos del alcance de los niños: la ingestión de las baterías constituye un peligro mortal. En caso de ingestión consultar inmediatamente un médico.
- El ácido contenido en las baterías es corrosivo. Evitar el contacto con la piel, los ojos y las vestimentas.

COMPOSICIÓN CORPORAL

La composición corporal está constituida por:

- masa magra: todos los componentes sin grasa (agua, músculo, tejido conectivo y otros componentes orgánicos no grasos), huesos, vísceras, órganos, sangre;
- masa grasa: todas las grasas extraíbles del tejido adiposo y de otros tejidos/órganos;
- masa ósea.

A través de los electrodos colocados en la peana, la balanza transmite una débil corriente eléctrica de baja intensidad, que atraviesa la masa corporal. Las distintas masas responden de manera diferente al flujo de corriente: la masa magra opone una resistencia inferior respecto a la que opone la masa grasa.

Esta resistencia del cuerpo se llama impedancia bioeléctrica. El porcentaje relativo de las distintas masas corpóreas varía también en función del sexo, de la edad y de la estatura de la persona.

% de masa grasa (dato visible en el display de la balanza y en la aplicación)

El porcentaje de grasa indicado en la siguiente tabla representa la grasa total integrada por la suma de la grasa esencial y de la grasa de reserva. La grasa esencial es necesaria para las distintas funciones del organismo: el porcentaje es 3% en el hombre y 12% en la mujer. La grasa de depósito otorga energía, protege contra traumas físicos y aísla el cuerpo para preservar el calor. Dichos porcentajes varían con la edad y el sexo del individuo, como se puede apreciar en la siguiente tabla. **Si los porcentajes indicados en la balanza quedan fuera de los valores indicados como "normal" en la tabla, se aconseja consultar con el propio médico.**

TABLA BODYFAT					
	Edad	PESO BAJO	NORMAL	SOBREPESO	OBESO
MUJERES	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
HOMBRES	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% de masa muscular (dato visible en el display de la balanza y en la aplicación)

Existen tres tipos diferentes de tejido muscular: liso, estriado esquelético y estriado cardíaco. El músculo liso está formado por fibras lisas, que se encuentran en las paredes del tubo digestivo, de las vías respiratorias y de las vías genitales, en la pared de los vasos sanguíneos venosos y arteriales. El tejido muscular estriado esquelético constituye en el hombre la musculatura esquelética y los músculos de la cara. El músculo estriado cardíaco está representado por el corazón. La presente balanza calcula el % de musculatura esquelética y del tejido muscular liso en el organismo. Como media, el 40% del peso corporal está compuesto de músculos esqueléticos. Por lo general, los hombres tienen una musculatura más acentuada que las mujeres y el porcentaje puede aumentar en caso de deportistas. El porcentaje de musculatura empieza a disminuir con el paso de la edad.

% de agua (dato visible en el display de la balanza y en la aplicación)

El % de agua corporal es distinta en la mujer y en el hombre: en las mujeres adultas en estado de buena salud va del 45% al 60%, mientras que para los hombres del 50% al 65%. El porcentaje de agua es mayor en la infancia y disminuye con la edad. Las variaciones de peso corporal se pueden producir en tiempos breves (horas), medios (días) o largos (semanas). Las pequeñas variaciones de peso en pocas horas son absolutamente normales, y se deben a la retención hídrica, dado que el agua extracelular (que incluye el líquido intersticial, el plasma, la linfa y el líquido transcelular) es el único compartimento capaz de variar de forma tan rápida. Cuando las disminuciones de peso se producen en pocos días es muy probable que afecten al agua total.

Metabolismo basal (dato visible solo en la aplicación)

El metabolismo basal o BMR, basalmetabolic rate) es la cantidad mínima de calorías que necesita el cuerpo humano para sobrevivir, es decir, para realizar procesos básicos como la circulación, la respiración, la digestión y el mantenimiento de la temperatura corporal. El metabolismo basal se calcula en los sujetos en reposo mental y mental, en posición supina, tras 12 horas de ayunas, después de, al menos, haber dormido 8 horas y con una temperatura ambiental constante de unos 20° C. En los adultos el metabolismo basal oscila entre las 1200 y las 1800 kcal. El BMR está determinado por muchos factores: edad, sexo, altura, composición corporal, fiebre, estrés, estado de nutrición y temperatura ambiental.

Índice de masa corporal (dato visible en el display de la balanza y en la aplicación)

TABLA IMC	VALORE IMC
PESO BAJO	<18.5
NORMAL	18.5-24.9
SOBREPESO	25.0-29.9
OBESO	>30

El índice de masa corporal pone en relación el peso corporal con la altura de una persona. La clasificación que figura a continuación está relacionada con el riesgo que un peso corporal inadecuado puede suponer para el estado de salud: cuando el IMC se encuentra entre 18,5 y 24,9 significa que el peso no incide estadísticamente en el estado de salud y que, por tanto, debe considerarse normal. Cada desviación, por defecto o por exceso de dicho intervalo de valores de IMC, debe considerarse un riesgo para el propio estado de salud; en este caso se aconseja consultar con el propio médico. Acostumbrarse a seguir una dieta equilibrada y a practicar actividad física ayuda, sin lugar a dudas, a mejorar la calidad de vida, a favorecer la salud y a prevenir las patologías, a aumentar la vitalidad y a mantener el peso forma. Con todo, es importante saber que el índice de masa corporal no permite distinguir variaciones de peso debidas a la entidad de la masa muscular, de la masa ósea, al contenido de agua o a la acumulación de grasa. Así pues, la facilidad para calcular el IMC no

debe engañarnos e inducirnos a probar dietas "caseras". Su evaluación corresponde al médico o a otras figuras especializadas, como el nutricionista o dietista.

Equilibrio corporal (dato visible solo en el display de la balanza)

La balanza permite llevar un registro del equilibrio corporal. El display visualiza el porcentaje del peso respectivamente en la parte derecha e izquierda de su cuerpo e indica con los siguientes símbolos la situación de equilibrio:

SÍMBOLO	SIGNIFICADO
≈	Situación de equilibrio corporal
>	Posible desequilibrio corporal a la izquierda
<	Posible desequilibrio corporal a la derecha

Consideraciones

- Así pues, a la hora de evaluar el desarrollo de la propia composición corporal es necesario tener presente que:
 - La pérdida exclusiva de peso acompañada de un porcentaje de grasa corporal invariado o incluso superior indica que el cuerpo sólo ha perdido agua (por ejemplo, después de un entrenamiento, de una sauna o de una dieta limitada a la pérdida rápida de peso).
 - El aumento de peso acompañado de un porcentaje de grasa corporal en disminución o invariado indica el desarrollo de masa muscular.
- Cuando el peso y la grasa corporal disminuyen a la vez significa que la dieta funciona y que se pierde volumen.

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO (ver fig.1)

- Display
 - Peso
 - Porcentaje de peso a la izquierda
 - Símbolo del equilibrio corporal
 - Porcentaje de peso a la derecha
 - % masa grasa
 - % de agua
 - Latido cardíaco
 - Índice de masa corporal
 - % de masa muscular
- Electrodos ITO

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

- Capacidad: 180 kg / 400 lb
- División: 100 g / 0.2 lb
- 4 baterías alcalinas 1.5V tipo AAA reemplazables
- Display LCD VA (Alineamiento Vertical) a colores
- Frecuencia de funcionamiento: 2426-2460 MHz, potencia irradiada efectiva: <0,9 dBm
- Condiciones ambientales de funcionamiento: +10°C +40°C; HR ≤85%
- Condiciones ambientales de conservación: +10°C +50°C; HR ≤85%

	La balanza calcula la composición corporal en personas de edad comprendida entre 12 y 99 años y con una estatura comprendida entre 90 y 220 cm.
--	---

CONSEJOS DE USO

- Pesarse siempre en la misma balanza y a la misma hora, preferiblemente al despertar y desvestidos.
- Espere unos 15 minutos después de levantarse, de forma que el agua pueda distribuirse por el cuerpo.
- Es importante pesarse con los pies descalzos, bien secos y correctamente colocados en los electrodos (ver figura). Evitar que haya contacto entre las piernas para que la balanza funcione correctamente.
- La precisión de los datos suministrados por la balanza puede estar comprometida en los siguientes casos:
 - alta tasa de alcohol
 - alto nivel de cafeína o drogas
 - después de comidas pesadas
 - después de una rigurosa actividad deportiva
 - durante una enfermedad
 - durante el embarazo
 - en caso de problemas de deshidratación
 - pies mojados o sucios
 - piernas hinchadas

INSTRUCCIONES PARA EL USO

PRIMER USO

- La presente balanza funciona con 4 baterías alcalinas sustituibles de 1,5V tipo AAA.
- Para colocar las baterías abra el compartimiento de las baterías haciendo deslizar la tapa en dirección de la flecha.
- Introducir las baterías teniendo presente la polaridad indicada. Cerrar la tapa.


SELECCIÓN UNIDAD DE MEDIDA

Es posible seleccionar la unidad de medida para el pesaje en la app "LAICA Home Wellness". No es posible cambiar la unidad de medida visualizada en el display LCD de la balanza.

USO

a. Medición solo del peso corporal

- Coloque la balanza en una superficie plana y rígida. La presencia de un pavimento que cede o inconstante (por ejemplo: alfombra, moqueta, linóleo) puede perjudicar la exactitud del peso.
- Con la balanza apagada suba a la plataforma con los pies paralelos y el peso igualmente distribuido (v. imágenes). Espere sin moverse a que la balanza detecte su peso y visualice el equilibrio corporal. No se apoye en nada durante la medición para evitar que se alteren los valores detectados.
- Baje de la balanza, el display sigue mostrando el peso unos segundos, después la balanza se apaga automáticamente.

	Para visualizar en el display LCD los datos relativos a la composición corporal, la balanza debe conectarse a la app "LAICA Home Wellness".
---	---

b. Funcionamiento con app: cálculo de la composición corporal

Lista de los dispositivos compatibles:

- iOS:** iPhone con sistema operativo desde el 10.
- Para dispositivos con sistema operativo Android™:** desde la versión 6.0 (Marshmallow).






Compatible con tecnología bluetooth 4.0 y superior, la balanza envía los datos relativos a la composición corporal (porcentaje de grasa, agua, musculatura esquelética, dato relativo al metabolismo basal e índice de masa corporal) al smartphone para analizar mejor la composición del propio peso.


Conectándose con la aplicación, la balanza visualiza los datos de la composición corporal también en el display de la misma. Durante las siguientes operaciones se aconseja tener el smartphone cerca de la balanza para mantener la conexión activa.

- Active el bluetooth en las formulaciones del smartphone
- Instale en el smartphone la App gratuita "LAICA Home Wellness"
- Encienda la App y siga las instrucciones para agregar el producto y para crear el nuevo usuario introduciendo los propios datos personales.
- Encienda la balanza presionando la plataforma: el display visualiza "0.0".
- Presione en la app la tecla "DETECTA PESO" para conectar la aplicación a la balanza y subir a la plataforma prestando atención a colocar correctamente los pies descalzos en los electrodos ITO. La balanza visualiza:
 - el peso
 - el equilibrio corporal
- Manténgase detenido en la balanza hasta que el display LCD visualice los siguientes datos:


- el peso
- el equilibrio corporal
- el porcentaje de agua
- el porcentaje de masa muscular
- el índice de masa corporal
- el latido cardíaco

Al mismo tiempo la aplicación visualiza:

- el peso
- el objetivo de peso (si está configurado en la app.)
- el porcentaje de grasa corporal 
- el porcentaje de agua 
- el metabolismo basal 
- el índice de masa corporal (BMI) 
- el porcentaje de masa muscular 

	<ul style="list-style-type: none"> Si se baja de la balanza antes de la visualización de todos los datos, la aplicación y la misma balanza no muestran los datos relativos a la composición corporal. La balanza visualiza los datos con un decimal después de la coma, la aplicación visualiza los datos con dos decimales.
---	--

7. La balanza se apaga automáticamente al cabo de unos 10 segundos sin utilizar. Compare el porcentaje de grasa obtenida con los parámetros que figuran en la "tabla bodyfat". Si queda fuera de los valores normales consulte con su médico. Evalúe además el porcentaje de agua según el párrafo "% de agua" y el porcentaje de musculatura según el párrafo "% de masa muscular".

	<p>A partir del segundo uso de la balanza con la app "Laica Home Wellness", la balanza es capaz de reconocer al usuario por su peso (para variaciones de peso dentro de los 2 kg). En esto caso, cuando la balanza visualiza el peso y el equilibrio corporal, automáticamente visualiza los datos relativos a la composición corporal incluso sin el uso de la aplicación "LAICA Home Wellness". Los datos visualizados por la balanza sin el uso de la aplicación no son registrados en la app y no pueden ser enviados luego.</p> <p>En el caso de que haya más usuarios con pesos similares (dentro de los 2 kg), la balanza podría utilizar los parámetros del otro usuario. Se recomienda usar la balanza con la aplicación "LAICA Home Wellness" para evitar confundir los propios datos de composición corporal con los de los otros usuarios y para poder registrar y monitorear en la aplicación.</p> <ul style="list-style-type: none"> Durante el pesaje asegúrese de que la app esté activa y visualizada en el smartphone de modo de verificar el envío inmediato de los datos relativos de su composición corporal. Antes de proceder a un nuevo pesaje, controlar siempre que la conexión bluetooth de su smartphone esté activa. Para dispositivo Android™ es necesario activar los servicios de localización. Antes de proceder con un nuevo pesaje seleccione siempre en el smartphone el usuario. Los datos del equilibrio corporal y el latido cardíaco son visibles solo en el display de la balanza. Cada vez que la balanza se cambia de sitio o se levanta y luego se coloca en el plano de apoyo, el primer pesaje no se deberá considerar, a causa de un reajuste necesario de la tarjeta electrónica respecto a las celdas de carga. Considere el segundo y los sucesivos pesajes, puesto que en algunos casos el primero podría ser alterado a causa del motivo anteriormente citado.
---	---

SUSTITUCIÓN DE LAS BATERÍAS

Cuando la pantalla muestra "LO" o el símbolo de la batería, realice la sustitución con baterías del mismo tipo.

- Abra el compartimiento de las baterías haciendo deslizar la tapa en dirección de la flecha.
- Quitar las baterías descargadas y eliminar como se indica en el párrafo "Procedimiento de eliminación".
- Introducir las nuevas baterías teniendo presente la polaridad indicada.
- Cerrar el compartimiento de las baterías.

MANTENIMIENTO

- Conservar el aparato en un lugar fresco y seco.
- Conservar el aparato en posición horizontal
- Limpe la balanza usando exclusivamente un trapo suave y seco.
- No utilice nunca productos químicos o abrasivos.


PROBLEMAS Y SOLUCIONES

Problema	Posible causa	Solución
La balanza no se enciende.	No se ha subido de manera correcta en la balanza.	Subir en la balanza con los pies paralelos. Atención: sólo se enciende después de que se ha subido.
	Las baterías están descargadas.	Sustituir las baterías.
La pantalla visualiza "Lo" o el símbolo de la batería.	Las baterías están descargadas.	Realizar la sustitución.

Problema	Posible causa	Solución
El display visualiza "Err".	Peso superior a la capacidad de la balanza.	Quitar rápidamente el peso de la balanza para no dañarla y controlar la capacidad máxima.
El display visualiza solo el peso y el equilibrio corporal.	Se ha pesado por primera vez sin utilizar la app "LAICA Home Wellness".	Para visualizar todos los datos relativos a la composición corporal es necesario conectar la balanza a la app "LAICA Home Wellness". Vuelva a leer el párrafo "Funcionamiento con app: cálculo de la composición corporal."
	Se ha bajado de la balanza antes de la visualización de los datos de la composición corporal.	Espere sobre la balanza sin moverse hasta que el display visualice todos los datos.
	No se ha subido en la balanza con los pies descalzos.	Suba en la balanza con los pies descalzos.
La app "LAICA Home Wellness" no muestra ningún dato.	La piel de los pies está demasiado seca.	Humedezca levemente la piel de los pies.
	No se ha activado el bluetooth en las configuraciones del smartphone.	Activar el bluetooth en el smartphone.
La app "LAICA Home Wellness" visualiza solo el peso corporal.	No se ha subido en la balanza con los pies descalzos.	Suba en la balanza con los pies descalzos.
	El smartphone entró en stand-by durante el pesaje.	Mantener la app activa en el smartphone durante el pesaje para verificar el envío inmediato de los datos.
La app "LAICA Home Wellness" visualiza solo el peso corporal.	No ha sido presionada la tecla "DETECTA PESO" en la app.	Presione en la app la tecla "DETECTA PESO" para enviar los datos desde la balanza a la app.
	La piel de los pies está demasiado seca.	Humedezca levemente la piel de los pies.


Todos los pesos son aproximados siendo redondeados por exceso o defecto a la división más cercana. Aseguramos una precisión con tolerancia de +/-1% + 1 div.

PROCEDIMIENTO DE ELIMINACIÓN

 El símbolo colocado en el fondo del aparato indica la recogida separada de los equipos eléctricos y electrónicos (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). Al término de la vida útil del aparato, no eliminar como residuo municipal sólido mixto sino eliminarlo en un centro de recogida específico colocado en vuestra zona o entregarlo al distribuidor a la hora de comprar un nuevo aparato del mismo tipo y destinado a las mismas funciones. En caso de que el aparato a eliminar tenga una dimensión inferior a los 25 cm es posible entregarlo en un punto de venta con un metraje superior a los 400 metros cuadrados sin obligación de comprar un nuevo dispositivo similar. Este procedimiento de recogida separada de los equipos eléctricos y electrónicos se realiza con el propósito de una política del medioambiente comunitaria con objetivos de salvaguardia, defensa y mejoramiento de la calidad del medioambiente y para evitar efectos potenciales en la salud de los seres humanos debido a la presencia de sustancias peligrosas dentro de estos

equipos o a un uso inapropiado de los mismos o de algunas de sus partes. Cuidado! Una eliminación no correcta de equipos eléctricos y electrónicos podría conllevar sanciones.

Para la correcta eliminación de las baterías (**Dir.2013/56/Eu**) **no arrojar las baterías en la basura doméstica** sino eliminar como residuo especial en los puntos de recogida indicados para el reciclaje. Para mayor información sobre la eliminación de las pilas descargadas contacte con la tienda donde ha comprado el aparato que contenía las baterías, con el municipio o con el servicio local de eliminación de residuos.

 Este producto está indicado para un uso doméstico. La conformidad, probada por el marcado CE indicado en el dispositivo, es relativa a la directiva 2014/30/Eu inherente la compatibilidad electromagnética. Este producto es un instrumento electrónico que ha sido averiguado para garantizar, al estado actual de los conocimientos técnicos, sea de no interferir con otros aparatos en las cercanías, (compatibilidad electromagnética) sea de estar seguro si utilizado según las indicaciones de las instrucciones para el uso. En caso de comportamientos anómalos del dispositivo, no continuar con el uso y eventualmente contactar directamente al productor.

El productor, Laica S.p.A., declara que el aparato cumple con la Directiva 2014/53/Eu. La declaración de conformidad completa está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.laica.it.

GARANTÍA

Este aparato está garantizado por 2 años a partir de la fecha de compra, que debe estar certificada **por el sello y firma del revendedor y el recibo fiscal, que se conservará adjunto**. Dicho período es conforme a la legislación vigente y se aplica solamente en el caso en que el consumidor sea un sujeto particular. Los productos Laica han sido proyectados para el uso domestico y no se permite el empleo en ejercicios públicos. La garantía ampara sólo los defectos de producción y no es válida si el daño fuera causado por un accidente, uso incorrecto, negligencia o uso impropio del producto. Emplee sólo los accesorios entregados, el empleo de otros accesorios puede hacer que la garantía pierda su validez. No abra por ningún motivo el aparato; en caso de apertura o alteración, la garantía pierde definitivamente su validez. La garantía no se aplica a las partes sometidas a desgaste debido al uso y a las baterías cuando se suministren en dotación. Pasados los 2 años desde la compra, la garantía se vence; en este caso las intervenciones de asistencia técnica se realizarán bajo pago. Informaciones sobre las intervenciones de asistencia técnica, sea en garantía o bajo pago, se pueden solicitar contactando info@laica.com. No es debida ninguna forma de contribución para las reparaciones o sustituciones de productos incluso en los términos de la garantía. En caso de averías, diríjase al revendedor; NO envíe directamente a LAICA. Todas las intervenciones en garantía (incluso aquellas de sustitución del producto o de una de sus partes) no extienden la duración del periodo de garantía original del producto sustituido. El fabricante no se considera responsable por posibles daños que puedan, directa o indirectamente, afectar a personas, cosas o animales domésticos por la inobservancia de todas las disposiciones indicadas en este manual de instrucciones y, especialmente, referidas a las advertencias sobre la instalación, uso y mantenimiento del aparato. Es facultad de la sociedad Laica, al estar constantemente empeñada en la mejora de sus propios productos, modificar sin preaviso alguno totalmente o en parte los productos presentes en el catálogo en relación a necesidades de producción, sin que ello comporte responsabilidad alguna por parte de la sociedad Laica o de sus vendedores.

Laica Iberia Distribución, S.L.
 C.I.F.: B67044362 - Ronda Narciso Monturiol N.º 4 (Edificio A), Planta 1ª, Oficina 117 - Parque Tecnológico de Paterna - 46980-Paterna (Valencia) - España - Teléfono: 961 484 164 - E-mail: info@laicaiberia.com




BALANÇA ELETRÓNICA SMART COM CÁLCULO DE % GORDURA, % ÁGUA, % MÚSCULO ESQUELÉTICO, METABOLISMO BASAL, ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, EQUILÍBRIO CORPORAL E DETERMINAÇÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA - INSTRUÇÕES E GARANTIA

Caro cliente, a Laica deseja agradecer-ló pela por ter escolhido este produto, projetado consoante os critérios de fiabilidade e de qualidade para uma completa satisfação.

IMPORTANTE LER ATENTAMENTE ANTES DA UTILIZAÇÃO CONSERVAR PARA CONSULTA FUTURA

O manual de instruções deve ser considerado parte integrante do produto e deve ser conservado durante todo o ciclo de vida do mesmo. Em caso de cessão do aparelho a outro proprietário, entregue também toda a documentação.

 Para uma utilização segura e correta do produto, o utilizador deverá ler atentamente as instruções e advertências contidas no manual uma vez que fornecem informações importantes relativas à segurança, instruções de utilização e manutenção. Em caso de extravio do manual de instruções ou de necessidade de receber mais informações ou esclarecimentos, preencha o formulário para o efeito presente no website <https://www.laica.it/> na secção FAQ e Assistência.

Balança eletrónica que mede o peso, calcula a composição corporal (percentagem de gordura, água, músculo esquelético, índice de massa corporal) e a metabolismo basal em função da altura, idade e género. A balança também determina o equilíbrio corporal e a frequência cardíaca. Compatível com a tecnologia bluetooth 4.0 e superior para o envio automático dos dados determinados para o seu smartphone a fim de monitorar a qualquer momento os seus progressos. Tecnologia por eléctrodos ITO (óxido de índio e estanho): revestimento condutor inovador sensível que determina, com rapidez e precisão, as informações sobre a composição corporal.

ÍNDICE

LEGENDA SÍMBOLOS AVISOS SOBRE A SEGURANÇA página 19
COMPOSIÇÃO CORPORAL página 19
DESCRIÇÃO DO PRODUTO página 20
INSTRUÇÕES PARA O USO página 21
MANUTENÇÃO página 21
PROBLEMAS E SOLUÇÕES página 22
PROCESSO DE ELIMINAÇÃO página 23
GARANTIA página 23

LEGENDA SÍMBOLOS



Aviso



Proibição

AVISOS SOBRE A SEGURANÇA

- Antes da utilização do produto verificar que o aparelho apresente-se íntegro sem danos visíveis. Caso tenha dúvidas não utilizar o aparelho e contactar o próprio revendedor.
- Manter o saco de plástico da embalagem longe das crianças: perigo de sufocamento.
- Este aparelho destina-se exclusivamente ao uso para o qual foi concebido e do modo indicado nas instruções de uso. Qualquer outra utilização será considerada imprópria e, portanto, perigosa. O fabricante não pode ser considerado responsável por eventuais danos decorrentes de utilizações impróprias ou erradas.
- Este aparelho pode ser utilizado de forma autónoma por crianças com 8 anos ou mais.
- Este aparelho pode ser utilizado por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou por pessoas com pouca experiência, desde que sejam previamente instruídas sobre a utilização de modo seguro e apenas se forem informadas sobre os perigos relacionados ao produto. Crianças não devem brincar com o aparelho. As operações de limpeza e de manutenção não podem ser efetuadas por crianças sem a supervisão de um adulto.
- Em caso de avaria e/ou mau funcionamento, desligar o aparelho sem adulterá-lo. Para as reparações contactar sempre o próprio revendedor.
- Tratar a balança com cuidado, protegê-la contra impactos, variações extremas de temperatura, humidade, poeira, luz direta do sol e fontes de calor.
- ⊘ NÃO deixar líquidos penetrarem no corpo da balança. Este aparelho não é impermeável. NÃO guarde e NÃO utilize a balança em ambientes muito húmidos; um teor de humidade superior a 85% ou o contacto com a água e outros líquidos podem provocar corrosão e comprometer o funcionamento da balança.
- ⊘ NÃO subir na balança com os pés molhados ou se a superfície desta está molhada: perigo de escorregamento.



ATENÇÃO! ANTES DE USAR ESTE APARELHO

- **A percentagem de gordura corporal, água e músculo esquelético, o valor do metabolismo basal, os dados relativos ao equilíbrio corporal e à frequência cardíaca calculados pela balança devem ser considerados apenas com dados indicativos. Para qualquer informação adicional, consulte o médico ou o nutricionista.**
- **Automedição significa monitorização e não diagnóstico ou tratamento. Os valores invulgares devem ser sempre discutidos com o seu médico. Em nenhuma circunstância se deve alterar as dosagens de qualquer medicamento prescritas pelo próprio médico.**
- **Através dos eléctrodos posicionados na base, a balança envia uma leve corrente elétrica de baixa intensidade que atravessa a massa corporal. A balança não apresenta nenhum perigo.**
- **O uso pelas pessoas a seguir não é aconselhado, uma vez que os dados levantados pela balança podem não ser fidedignos:**
 - o portadores de pacemakers ou de outros dispositivos médicos eletrónicos
 - o pessoas em estado febril
 - o crianças com menos de 12 anos
 - o mulheres grávidas
 - o hemodialisados ou indivíduos com edemas nas pernas, osteoporose

o **indivíduos a tomar medicamentos para o sistema cardiovascular.**

UTILIZAÇÃO SEGURA DAS BATERIAS

- Remover as baterias se não se usa a balança por longos períodos de tempo e conservá-las num lugar fresco e seco com temperatura ambiente.

ⓘ NÃO recarregar as baterias se não forem recarregáveis.

ⓘ NÃO efetuar a recarga das baterias recarregáveis com modalidades diferentes das indicadas no manual ou com aparelhos não indicados.

ⓘ NUNCA expor as baterias a fontes de calor e à luz direta do sol. O descumprimento desta indicação pode danificar e/ou causar as explosão de baterias.

ⓘ NÃO deitar as baterias no fogo.

- A remoção ou substituição das baterias deve ser efetuada por adultos.
- Manter as baterias longe do alcance das crianças: a ingestão das baterias constitui perigo morta. Em caso de ingestão consultar um médico.

- O ácido contido nas baterias é corrosivo. Evite o contacto com a pele, olhos e vestuário.

COMPOSIÇÃO CORPORAL

A composição corporal é formada por:

- massa magra: todos os componentes livres de massa gorda (água, músculos, tecido conjuntivo e outros componentes orgânicos não gordos), ossos, vísceras, órgãos e sangue;
- massa gorda: todas as gorduras que podem ser extraídas do tecido adiposo e de outros tecidos/órgãos;
- massa óssea.

Através dos elétrodos posicionados na base, a balança transmite uma leve corrente elétrica de baixa intensidade que atravessa a massa corporal. As diversas massas respondem de maneira diferente ao fluxo da corrente: a massa magra opõe uma resistência menor do que aquela exercida pela massa gorda.

Essa resistência do corpo é chamada impedância bioelétrica. A percentagem relativa das diferentes massas corporais varia de acordo com o sexo, a idade e a estatura da pessoa.

% de massa gorda (dado visível no visor da balança e na aplicação)

A percentagem de gordura indicada na tabela a seguir representa o total de massa gorda, dado pela soma da gordura essencial e da gordura de reserva. A gordura essencial é necessária para as diferentes funções do organismo, e a percentagem é de 3% em homens e de 12% em mulheres. A gordura de reserva dá energia, protege contra traumas físicos e isola o corpo para preservar o calor. Estas percentagens variam com a idade e o sexo do indivíduo, tal como indica a tabela abaixo. **Consulte o médico se as percentagens indicadas pela balança estiverem fora dos valores mencionados como “normais” pela tabela.**

TABELA BODYFAT					
	Idade	ABAIXO DO PESO	NORMAL	ACIMA DO PESO	OBESO
MULHER	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
HOMEM	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% de massa muscular (dado visível no visor da balança e na aplicação)

Existem três tipos diferentes de tecido muscular: liso, estriado esquelético e estriado cardíaco.

Os músculos lisos são constituídos pelas fibras lisas, e se encontram nas paredes do tubo digestivo, das vias respiratórias e do aparelho genital, bem como nas paredes dos vasos sanguíneos venosos e arteriais.

O tecido muscular estriado esquelético constitui, no ser humano, a musculatura esquelética e os músculos do rosto. O músculo estriado cardíaco é representado pelo coração. Esta balança calcula a percentagem de musculatura esquelética e de tecido muscular liso existente no organismo. Em média, 40% do peso corporal é composto por músculos esqueléticos. Os homens normalmente apresentam uma musculatura mais acentuada do que as mulheres e, em geral, a percentagem pode aumentar nos esportistas. A percentagem de massa muscular começa a diminuir com o avanço da idade.

% de água (dado visível no visor da balança e na aplicação)

A percentagem de água corporal difere em mulheres e homens: em mulheres adultas em bom estado de saúde, vai de 45% a 60%, enquanto, em homens, vai de 50% a 65%. A percentagem de água é maior durante a infância e diminui com a idade. As alterações do peso corporal podem ocorrer em curto (horas), médio (dias) ou longo prazo (semanas). As pequenas variações de peso em poucas horas são absolutamente normais e devem-se à retenção hídrica, sendo que a água extracelular (que compreende o líquido intersticial, a linfa, o plasma e o líquido transcelular) é o único componente capaz de se alterar tão rapidamente. Quando há diminuições de peso em poucos dias, é muito provável que elas se devam à quantidade total de água.

Metabolismo basal (dado visível só na aplicação)

O metabolismo basal (ou BMR, basal metabolic rate) é a quantidade mínima de calorías necessária ao corpo humano para sobreviver; assim, para efetuar os processos básicos como a circulação, a respiração, a digestão, a manutenção da temperatura corporal. O metabolismo basal é calculado num sujeito em repouso mental e físico em posição supina, em jejum há 12 horas, após pelo menos 8 horas de sono e com uma temperatura ambiente constante de cerca de 20°C. O metabolismo basal para adultos oscila entre 1200 e 1800 kcal. O BMR é influenciado por muitos fatores: idade, sexo, altura, composição corporal, febre, stress, estado de nutrição e temperaturas ambientais.

Índice de massa corporal (dado visível no visor da balança e na aplicação)

TABELA IMC	VALOR IMC
ABAIXO DO PESO	<18.5
NORMAL	18.5-24.9
ACIMA DO PESO	25.0-29.9
OBESO	>30

IMC deve ser considerado como um sinal de alerta de que a saúde está em risco e, portanto, é aconselhável consultar o médico. Seguir uma dieta equilibrada e praticar exercício físicoajuda a melhorar a sua qualidade de vida, favorecendo a saúde, prevenindo as doenças, aumentando a vitalidade e mantendo o peso ideal! No entanto, é importante saber que o índice de massa corporal não permite distinguir alterações de peso devido à entidade da massa muscular, massa óssea, conteúdo de água ou acumulação de gordura. Assim, a simplicidade de cálculo do IMC não deve levar ao engano, conduzindo a dietas "faça você mesmo". A sua avaliação deve ser feita por um médico ou outras figuras especializadas, como um nutricionista ou um dietista.

Equilíbrio corporal (dado visível só no visor da balança)

A balança permite rastrear o seu equilíbrio corporal. O visor mostra a percentagem do peso respetivamente no lado direito e esquerdo do seu corpo e indica a situação de equilíbrio com os seguintes símbolos:


SÍMBOLO	SIGNIFICADO
≈	Situação de equilíbrio corporal
>	Possível desequilíbrio corporal à esquerda
<	Possível desequilíbrio corporal à direita

CONSIDERAÇÕES

- Visor
 - Peso
 - Percentagem de peso à esquerda
 - Símbolo de equilíbrio corporal
 - Percentagem de peso à direita
 - % massa gorda
 - % de água
 - Frequência cardíaca
 - Índice de massa corporal
 - % de massa muscular
- Elétrodos ITO
- Compartimento das pilhas

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

- Capacidade: 180 kg / 400 lb
- Divisão: 100 g / 0.2 lb
- 4 pilhas alcalinas de 1,5V, AAA substituíveis
- Visor LCD VA (Vertical Alignment) a cores
- Frequência de operação: 2426-2460 MHz, potência irradiada efetiva: <0,9 dBm
- Condições ambientais de funcionamento:+10 °C +40 °C; HR ≤85%
- Condições ambientais de conservação: +10 °C +50 °C; HR ≤ 85%

	A balança calcula a composição corporal em pessoas com idade compreendida entre 12 e 99 anos de idade e com altura compreendida entre 90 e 220 cm.
--	--

CONSELHOS PARA O USO

- Pesar-se sempre na mesma balança e à mesma hora, de preferência ao acordar e sem roupa.
- Esperar cerca de 15 minutos depois de se levantar, para que a água se possa distribuir pelo corpo.
- É importante pesar-se com os pés descalços, bem secos e corretamente posicionados sobre os elétrodos (veja a figura). Evitar que hajam contactos entre as pernas, para que a balança funcione corretamente.
- A precisão dos dados fornecidos pela balança pode ser comprometida nos casos a seguir:
 - elevada taxa alcoólica
 - níveis elevados de cafeína ou de drogas
 - depois de refeições pesadas
 - depois de uma atividade física exigente
 - durante uma doença
 - na gravidez
 - na presença de problemas de desidratação
 - pés molhados ou sujos
 - pernas inchadas

INSTRUÇÕES PARA O USO

PRIMEIRA UTILIZAÇÃO

- Esta balança funciona com 4 pilhas alcalinas substituíveis de 1,5 V tipo AAA.
- Para inserir as pilhas, abra o compartimento das pilhas fazendo deslizar a tampa na direção da seta.
- Insira as pilhas tendo em conta a polaridade indicada. Feche a tampa.


SELEÇÃO DE UNIDADE DE MEDIDA

É possível selecionar a unidade de medida para a pesagem na app "LAICA Home Wellness". Não é possível alterar a unidade de medida exibida no visor LCD da balança.

UTILIZAÇÃO

a. Medição somente do peso corporal

- Posicione a balança numa superfície plana e rígida. A presença de um pavimento pouco firme ou desconexo (por ex., tapete, alcatifa, linóleo) pode prejudicar a exatidão do peso.
- Com a balança desligada, suba para a plataforma com os pés paralelos e o peso igualmente distribuído (veja os desenhos).
- Esper e sem se mover que a balança calcule o seu peso e exiba o seu equilíbrio corporal. Não se apoie em nada durante a medição para evitar de alterar os valores medidos.
- Desça da balança; o visor continua a exibir o peso durante alguns segundos; a seguir, a balança desliga-se automaticamente.

	Para visualizar os dados relativos à composição corporal no visor LCD, a balança deve conectar-se com a app "LAICA Home Wellness".
---	--

b. Funcionamento com a app: cálculo da composição corporal

Lista de dispositivos compatíveis:

- iOS** : iPhone com sistema operativo a partir do 10.
- Para dispositivos com sistema operativo Android™**: a partir da versão 6.0 (Marshmallow).

Compatível com a tecnologia bluetooth 4.0 e superior, a balança envia os dados relativos à composição corporal (percentagem de gordura, água, músculos esqueléticos, dados relativos ao metabolismo basal e índice de massa corporal) para o smartphone a fim de analisar melhor a composição do seu peso. **Ao se conectar com a aplicação, a balança também exibe no seu visor os dados da composição corporal.** Durante as seguintes operações, é aconselhável ter o smartphone próximo da balança para manter a conexão ativa.

1. Ative o bluetooth nas configurações do smartphone
2. Instale no seu smartphone a App gratuita "LAICA Home Wellness"
3. Inicie a App e siga as instruções para adicionar o produto e para criar o novo utilizador inserindo os seus dados pessoais.
4. Ligue a balança pisando a plataforma: o visor mostra "0,0".
5. Pressione a tecla na app "REGISTAR PESO" para conectar a aplicação à balança e suba para a plataforma, prestando atenção para posicionar corretamente os pés descalços sobre os eletrodos ITO. A balança exibe:
 - a. o peso,
 - o equilíbrio corporal
6. Permaneça parado na balança até que o visor LCD exiba os seguintes dados:

• o peso	• a percentagem de água
• o equilíbrio corporal	• a percentagem de massa muscular
• a percentagem de gordura corporal	• a frequência cardíaca
• o índice de massa corporal	

- Simultaneamente a aplicação exibe:
- o peso
 - o peso ideal (se configurado na app)
 - a percentagem de gordura corporal
 - a percentagem de água
 - o metabolismo basal
 - o índice de massa corporal (BMI)
 - a percentagem de massa muscular

- Se sair da balança antes da exibição de todos os dados, a aplicação e a própria balança não mostram os dados relativos à composição corporal.
- A balança exibe os dados com um decimal depois da vírgula, a aplicação exibe os dados com dois decimais.

7. A balança desliga-se automaticamente após cerca de 10 segundos de inatividade. Compare a percentagem de gordura obtida com os parâmetros indicados na "tabela bodyfat": se saltar fora dos valores normais, consulte o seu médico. Avalie ainda a percentagem de água conforme o parágrafo " % de água" e a percentagem de musculatura conforme o parágrafo " % de massa muscular".

A partir da segunda utilização da balança com a app "Laica Home Wellness", a balança consegue reconhecer o utilizador pelo seu peso (para variações de peso até 2 kg). Neste caso, quando a balança exibe o peso e equilíbrio corporal, exibe automaticamente os dados relativos à composição corporal mesmo sem a utilização da aplicação "LAICA Home Wellness". Os dados exibidos pela balança sem a utilização da app não são gravados na app e não podem ser enviados posteriormente. **Se existirem mais utilizadores com pesos semelhantes (até 2 kg de diferença), a balança pode utilizar os parâmetros de outro utilizador. Recomendamos que utilize a balança com a aplicação "LAICA Home Wellness" para evitar de confundir os seus dados de composição corporal com os de outros utilizadores e poder gravá-los e monitorizá-los na aplicação.**

- Durante a pesagem certifique-se de que a app esteja ativa e exibida no smartphone de forma a verificar o envio imediato de dados relativos à sua composição corporal.
- Verificar sempre se a ligação bluetooth do próprio smartphone está ativa antes de proceder a uma nova pesagem.
- Para os dispositivos Android™ é necessário ativar os serviços de localização.
- Antes de proceder a uma nova pesagem, seleccione sempre o utilizador no smartphone.
- Os dados do equilíbrio corporal e da frequência cardíaca são visíveis apenas no visor da balança.
- Todas as vezes que a balança for deslocada ou levantada e, em seguida, recolocada no plano de apoio, a primeira pesagem não deverá ser levada em consideração devido à necessidade de restabelecimento da placa eletrónica em relação às células de carga. Considere a segunda e as subsequentes pesagens, pois que em alguns casos a primeira pode estar alterada pelo motivo acima indicado.

SUBSTITUIÇÃO DAS PILHAS

- Quando o visor mostrar "LO" ou o símbolo da pilha, proceder à substituição por pilhas do mesmo tipo.
1. Abra o compartimento das pilhas fazendo deslizar a tampa na direção da seta.
 2. Extraia as pilhas descarregadas e elimine-as conforme indicado no parágrafo "Procedimento de eliminação".
 3. Insira as pilhas novas tendo em conta a polaridade indicada.
 4. Feche o compartimento das pilhas.

MANUTENÇÃO

- Conserve o aparelho num local fresco e seco.
- Conserve o aparelho na posição horizontal
- Limpe o equipamento unicamente com um pano macio e seco.
- Nunca utilize produtos químicos ou abrasivos.

PROBLEMAS E SOLUÇÕES

Problema	Causa possível	Solução
A balança não acende.	Não subiu de forma correta para a balança.	Suba para a balança com os pés paralelos. Atenção: a balança só acende depois de ter subido.
	As pilhas estão gastas.	Substitua as pilhas.

Problema	Causa possível	Solução
O visor exibe "Err".	Peso superior à capacidade da balança.	Retire imediatamente o peso da balança para não a danificar e verifique a respetiva capacidade máxima.
O visor exibe apenas o peso e equilíbrio corporal.	Pesou-se pela primeira vez sem usar a app "LAICA Home Wellness".	Para visualizar todos os dados relativos à composição corporal, é necessário conectar a balança à app "LAICA Home Wellness". Releia o parágrafo "Funcionamento com a app: cálculo da composição corporal."
	Saiu da balança antes que os seus dados da composição corporal fossem exibidos.	Esperre sem se mover em cima da balança até que o visor exiba todos os dados.
	Não subiu para a balança com os pés descalços.	Suba para a balança com os pés descalços.
	A pele dos pés está seca demais.	Humedeça ligeiramente a pele dos pés.
A app "LAICA Home Wellness" não exibe nenhum dado.	Não foi ativado o bluetooth nas configurações do smartphone.	Ative o bluetooth no smartphone.
	O smartphone ficou em stand-by durante a pesagem.	Mantenha a app ativa no smartphone durante a pesagem para verificar o envio imediato dos dados.
	Não foi pressionada na App a tecla "REGISTAR PESO" para enviar os dados a partir da balança para a app.	Pressione na App a tecla "REGISTAR PESO"
A app "LAICA Home Wellness" exibe apenas o peso corporal.	Não subiu para a balança com os pés descalços.	Suba para a balança com os pés descalços.
	A pele dos pés está seca demais.	Humedeça ligeiramente a pele dos pés.

Todos os pesos são aproximados sendo arredondados por excesso ou por defeito para a divisão mais próxima. Garantindo uma precisão com tolerância até +/-1% + 1 div.

PROCESSO DE ELIMINAÇÃO

O símbolo na parte inferior do dispositivo indica que o recolha separada de equipamentos eléctricos e electrónicos (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). No final da vida útil do dispositivo, não remova a misturas de resíduos urbanos sólidos, mas para eliminar um centro de recolha colocados especiais em sua área ou entregue ao comerciante, quando comprar um novo aparelho do mesmo tipo e para as mesmas funções. Caso o aparelho a ser eliminado tenha dimensões inferiores a 25 cm, é possível levá-lo até um ponto de venda com tamanho superior a 400 mq sem a obrigação de comprar um novo dispositivo similar. Este procedimento de recolha separada de equipamentos eléctricos e electrónicos é realizado com o objectivo de uma política ambiental objectivos comunitários de salvaguarda, protecção e melhoria da qualidade ambiental e evitar os efeitos potenciais para a saúde humana devido à presença de substâncias perigosas

em equipamentos ou uso inadequado, ou mesmo algumas de suas partes. Cuidado! Incorrecta disposição dos equipamentos eléctricos e electrónica pode levar a sanções.

Para a eliminação correta das baterias (**Diret. 2013/56/Eu**) **não deitar as baterias nos detritos domésticos mas** eliminá-las como detrito especial nos pontos de recolha indicados para a reciclagem. Para mais informações sobre a eliminação das pilhas, dirija-se à loja onde comprou o equipamento, à Câmara Municipal ou a um centro de recolha de resíduos para reciclagem.

Este produto é destinado para uso doméstico. Conformidade, evidenciada pela marcação CE o dispositivo é sobre a directiva 2014/30/Eu inerentes compatibilidade electromagnética. Este produto é um instrumento electrónico que tenha sido determinada por garantir o estado actual do conhecimento técnico é não interferir com outros dispositivos nas proximidades, (Compatibilidade electromagnética) é ter a certeza se uso, conforme indicado nas instruções de uso. Em caso de comportamento anómalo do dispositivo, não continuar a utilizar e, eventualmente, contactar directamente produtor.

O produtor Laica S.p.A., declara que o aparelho está em conformidade com a Diretiva 2014/53/Eu. A declaração de conformidade completa está disponível no endereço de internet seguinte: www.laica.it.

GARANTIA

O sistema de garantia de 2 anos a contar da data da compra, que **devem ser certificadas pelo carimbo e assinatura do revendedor**. O recibo, deve manter-se junto. Este período é nos termos da legislação em vigor e só se aplica se o consumidor for um sujeito passivo e particular. Os produtos são projectados para uso doméstica e o seu emprego não é permitido em local público. A garantia cobre apenas defeitos de fabricação e não se aplica se o dano foi causado por um acidente, abuso, negligência ou uso impróprio do produto. Utilize apenas acessórios das marcas, o uso de outros podem fazer perde a validade da GARANTIA. Não abra por algum motivo o aparelho ao abrir a alteração, a garantia é definitivamente anulada.

A garantia não se aplica a peças sujeitas a desgaste e às pilhas quando são fornecidas. Após dois anos desde a compra, a garantia expira, neste caso, as intervenções de assistência técnica serão feitas por orçamento e consequente sujeitas a pagamento.

Para informações sobre as intervenções para reparações ou substituição de produtos, contacte info@laica.com. ou o seu fornecedor. Todas as intervenções de reparação (Incluindo as de substituição do produto ou parte dele) não prorrogam a duração da garantia do produto original substituído. O fabricante não se responsabiliza por quaisquer danos que podem, directa ou indirectamente, afectar as pessoas, coisas ou animais. Admitidos por não cumprir todos os requisitos especificados neste manual. Advertências sobre a instalação, utilização e manutenção dos equipamentos. A LAICA, sociedade secular, procura constantemente melhorar os seus produtos. Alterações ou substituições são da sua inteira responsabilidade pelo que o pode fazer livremente, não havendo lugar a reclamações. Para qualquer dúvida ou esclarecimento contacte:

Laica Iberia Distribución, S.L.
 C.I.F.: B67044362 - Ronda Narciso Monturiol N.º 4 (Edificio A), Planta 1ª, Oficina 117 - Parque Tecnológico de Paterna - 46980-Paterna (Valencia) - España - Teléfono: 961 484 164 - E-mail: info@laicaiberia.com



SMARTE ELEKTRONISCHE PERSONENWAAGE MIT BERECHNUNG DES % AN FETT, WASSER UND SKELETTMUSKELMASSE, DES GRUNDUMSATZES, DES KÖRPERMASSEINDEX, DER VERTEILUNG AUF DEM KÖRPER UND ERMITTLUNG DES PULSES - ANLEITUNG UND GARANTIE

Sehr geehrter Kunde, Laica dankt Ihnen, dass Sie sich für dieses Produkt, das nach Kriterien der Zuverlässigkeit und Qualität zur vollsten Zufriedenheit gestaltet wurde, entschieden haben.

WICHTIG AUFMERKSAM VOR DEM GEBRAUCH LESEN FÜR ZUKÜNFTIGEN BEZUG AUFBEWAHREN

Das Benutzerhandbuch ist als Bestandteil des Produkts zu betrachten und muss für die gesamte Lebensdauer des Geräts aufbewahrt werden. Sollte das Gerät den Eigentümer wechseln, so sind diesem auch alle Begleitunterlagen auszuhändigen.



Zur sicheren und korrekten Verwendung des Produkts ist der Anwender dazu aufgerufen, die im Handbuch enthaltenen Anweisungen und Hinweise sorgfältig zu lesen, da diese wichtige Informationen in Bezug auf Sicherheit, Gebrauch und Wartung liefern. Bei Verlust der Bedienungsanleitung oder wenn Sie weitere Informationen oder Klarstellungen benötigen, füllen Sie bitte das entsprechende Formular auf der Website <https://www.laica.it/> im Abschnitt Faq und Support aus.

Elektronische Personenwaage, die das Gewicht wiegt, die Körperzusammensetzung berechnet (Prozentsatz an Fett, Wasser, Skelettmuskelmasse und Körpermasseindex) sowie den Grundumsatz abhängig von Größe, Alter und Geschlecht ermittelt. Die Personenwaage misst außerdem die Verteilung auf dem Körper sowie den Puls. Kompatibel mit bluetooth-Technologie 4.0 und höher zur automatischen Sendung der ermittelten Daten an das eigene Smartphone, um in jedem Moment die eigenen Fortschritte zu überwachen.

Elektrodeentechnologie ITO (indium tin oxide): Innovative und sensible leitfähige Beschichtung, die schnell und präzise Informationen zur Körperzusammensetzung ermittelt.

INHALT

- LEGENDE SYMBOLE** Seite 24
- SICHERHEITSHINWEISE** Seite 25
- KÖRPERZUSAMMENSETZUNG** Seite 25
- BESCHREIBUNG DES PRODUKTS** Seite 26
- GEBRAUCHSANLEITUNGEN** Seite 26
- WARTUNG** Seite 27
- PROBLEME UND LÖSUNGEN** Seite 27
- ENTSORGUNGSVERFAHREN** Seite 28
- GARANTIE** Seite 28

LEGENDE SYMBOLE



Hinweis



Verbot

SICHERHEITSHINWEISE

- Versichern Sie sich vor dem Gebrauch, dass das Gerät sich als unversehrt ohne sichtbare Schäden erweist. Im Zweifelsfall gebrauchen Sie das Gerät nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler.
- Halten Sie den Plastikbeutel der Verpackung von Kindern fern: Erstickungsgefahr.
- Dieses Gerät ist ausschließlich zu dem Gebrauch bestimmt, für das es entwickelt wurde und darf nur auf die in den Gebrauchsanleitungen angezeigte Art verwendet werden. Jede andere Verwendung wird als unsachgemäß und daher als gefährlich betrachtet. Der Hersteller kann nicht für eventuelle Schäden durch unsachgemäßen oder falschen Gebrauch verantwortlich gemacht werden.
- Dieses Gerät kann von Kindern, die mindestens 8 Jahre oder älter sind, eigenständig verwendet werden.
- Dieses Gerät kann von Personen mit beeinträchtigten körperlichen, geistigen Fähigkeiten bzw. eingeschränkter Wahrnehmung oder von Personen mit unzureichender Erfahrung nur unter der Bedingung ihrer vorhergehenden Anleitung zum Gebrauch hinsichtlich der sicheren Handhabung des Geräts und der damit verbundenen Risiken verwendet werden.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die Vorgänge der Reinigung und Wartung können nicht von Kindern ohne Aufsicht eines Erwachsenen ausgeführt werden.
- Im Fall von Defekt und/oder Fehlfunktion, schalten Sie das Gerät ohne weitere Manipulation ab. Wenden Sie sich für Reparaturen immer an Ihren Händler.
- Behandeln Sie die Waage mit Sorgfalt, schützen Sie sie vor Stößen, extremen Temperaturschwankungen, Feuchtigkeit, Staub, direkter Sonneneinstrahlung und Wärmequellen.
- ⊗ In den Körper der Waage dürfen KEINE Flüssigkeiten eindringen. Dieses Gerät ist nicht wasserdicht. Die Waage NICHT in feuchten Räumen lassen oder verwenden. Eine Feuchtigkeit von über 85 % oder der Kontakt mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten können zu Korrosion führen und den einwandfreien Betrieb der Waage beeinträchtigen.
- ⊗ Steigen Sie NICHT mit nassen Füßen oder wenn die Oberfläche selbst nass ist, auf die Waage: Rutschgefahr.



ACHTUNG! VOR DER VERWENDUNG DIESES GERÄTS

- **Der Prozentsatz an Körperfett, Wasser und Skelettmuskulatur, der Wert des Grundumsatzes, die Daten zu Verteilung auf dem Körper und Herzschlag, die von der Waage ermittelt wurden, sind lediglich als Richtwerte anzusehen. Für weitere Informationen einen Arzt oder Ernährungswissenschaftler konsultieren.**
- **Die Selbstmessung bedeutet Kontrolle, nicht Diagnose oder Behandlung. Ungewöhnliche Werte müssen stets mit dem eigenen Hausarzt besprochen werden. Die vom Hausarzt verschriebenen Dosierungen dürfen keinesfalls geändert werden.**
- **Mithilfe von Elektroden an der Trittfläche sendet die Waage einen schwachen Strom, der die Körpermasse passiert. Die Waage stellt keine Gefahr dar.**
- **Die Waage sollte nicht von den folgenden Personen benutzt werden, da die Messdaten nicht zuverlässig sein könnten:**
 - o Träger von Herzschrittmachern oder anderen medizinischen elektronischen Geräten
 - o Personen mit Fieber
 - o Kinder unter 12 Jahren
 - o Schwangere
 - o Dialysepatienten und Personen mit Ödemen an den Beinen, Osteoporose
 - o Personen, die Medikamente für das Herz-Kreislaufsystem einnehmen.

SICHERER GEBRAUCH DER BATTERIEN

- Entfernen Sie die Batterien, wenn die Waage für längere Zeiträume nicht verwendet wird und bewahren Sie sie an einem kühlen und trockenen Ort bei Raumtemperatur auf.
- ⊗ Laden Sie die Batterien NICHT auf, wenn es sich um keine aufladbaren handelt.
- ⊗ Laden Sie die Akkus NICHT auf andere als die im Handbuch aufgeführten Arten oder durch nicht angegebene Geräte auf.
- ⊗ Setzen Sie die Batterien NIEMALS Wärmequellen und direkter Sonneneinstrahlung aus. Die Nichtbeachtung dieses Hinweises kann die Batterien beschädigen und/oder explodieren lassen.
- ⊗ Werfen Sie die Batterien NICHT ins Feuer.
- Die Entfernung oder der Austausch der Batterien muss durch Erwachsene erfolgen.
- Halten Sie die Batterien von Kindern fern: Das Verschlucken der Batterien bedeutet Lebensgefahr. Bei Verschlucken konsultieren Sie umgehend einen Arzt.
- Die in den Batterien enthaltene Säure ist korrosiv. Vermeiden Sie den Kontakt mit der Haut, den Augen oder mit der Kleidung.

KÖRPERZUSAMMENSETZUNG

Das Körpergewicht setzt sich aus den folgenden Massen zusammen:

- Magermasse: Die fettfreie Körpermasse (Wasser, Muskeln, Bindegewebe und fettfreie Organe), Knochen, Eingeweide, Organe, Blut;
- Fettmasse: Das gesamte im Fettgewebe und in anderen Geweben/Organen angelagerte Fett;
- Knochenmasse

Mithilfe von Elektroden an der Trittfläche sendet die Waage einen schwachen Strom, der die Körpermasse passiert. Die verschiedenen Massen antworten unterschiedlich auf den Stromfluss: Die Magermasse hat einen kleineren als der von der Fettmasse entgegengesetzten Widerstand. Dieser Widerstand des Körpers wird bioelektrische Impedanz genannt. Der jeweilige Prozentanteil der verschiedenen Körpermassen variiert nach Geschlecht, Alter und Statur.

Fettanteil (Auf dem Display der Waage sowie in der App zu sehen)

Der in der nachfolgenden Tabelle angegebene Fettanteil stellt die Gesamtfettmasse dar, die sich aus der Summe des Strukturfetts (oder Primärfett) und des Depotfetts (eingelagertes Fett) ergibt. Das Struktur Fett ist für die verschiedenen Funktionen des Organismus notwendig; der Anteil liegt bei Männern um die 3% bei Frauen um die 12%. Das Depotfett liefert Energie, schützt vor physischen Traumata und isoliert den Körper, damit er warm bleibt. Diese Anteile variieren mit dem Alter und dem Geschlecht entsprechend der unten aufgeführten Tabelle. **Wenn die Prozentsätze außerhalb der von der Tabelle als "normal" ausgewiesenen Werte liegen, sollte der Hausarzt konsultiert werden.**

BODYFAT-TABELLE					
	Alter	UNTERGEWICHT	Normalgewicht	ÜBERGEWICHT	FETTSÜCHTIG
FRAU	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
MANN	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

Prozentanteil der Muskelmasse (Auf dem Display der Waage sowie in der App zu sehen)

Es gibt drei verschiedene Arten von Muskelgewebe: quer gestreifte Skelett-, quer gestreifte Herz- und glatte Muskulatur. Die glatte Muskulatur besteht aus glatten Fasern, die sich ausschließlich in den Wänden des Verdauungskanal, der Atemwege und der Geschlechtswege und in den Blutgefäßwänden der Venen und Arterien befinden. Das quer gestreifte Skelettmuskelgewebe sind beim Menschen die Skelettmuskulatur und die Gesichtsmuskeln. Die quer gestreifte Herzmuskulatur ist das Herz. Diese Waage zeigt den Anteil der Skelettmuskulatur und des glatten Muskelgewebes im Organismus an. Im Durchschnitt machen die Skelettmuskeln 40 % des Körpergewichtes aus. Die Männer haben in der Regel eine akzentuierte Muskulatur als die Frauen und im Allgemeinen kann der Anteil der Skelettmuskeln in der Körpermasse bei Sportlern steigen. Der Muskelanteil beginnt mit dem Alter zu sinken.

Wasseranteil (Auf dem Display der Waage sowie in der App zu sehen)

Der Wasseranteil im Körper ist bei Frauen anders als bei den Männern: bei gesunden erwachsenen Frauen liegt er zwischen 45% und 60%, während er bei den Männern zwischen 50% und 65% schwankt. Der Wasseranteil ist höher im Kindesalter und sinkt mit zunehmendem Alter. Die Änderungen des Körpergewichtes können in kurzen (Stunden), mittleren (Tage) oder langen (Wochen) Zeitabständen erfolgen. Kleine Gewichtsänderungen in wenigen Stunden sind völlig normal und auf die Wasserückhaltung zurückzuführen, die es sich um extrazelluläres Wasser handelt, das die interstitielle Flüssigkeit, Plasma, Lympfflüssigkeit und transzelluläre Flüssigkeit umfasst und der einzige Teil ist, der sich so schnell ändern kann. Wenn das Körpergewicht innerhalb von wenigen Tagen sinkt, ist es wahrscheinlich, dass er das gesamte Wasser verliert.

Grundumsatz (Ausschließlich in der App zu sehen)

Der Grundumsatz (oder BMR, basal metabolic rate) ist die Mindestmenge an Kalorien, die dem Körper notwendig sind, um sich am Leben zu erhalten, d.h. die grundlegenden Prozesse wie Kreislauf, Atmung, Verdauung, die Aufrechterhaltung der Körpertemperatur durchzuführen. Der Grundumsatz wird bei geistiger und körperlicher Ruhe in Rückenlage, nüchtern seit 12 Stunden, nach mindestens 8 Stunden Schlaf und bei einer konstanten Umgebungstemperatur von etwa 20°C berechnet. Der Grundumsatz für Erwachsene beträgt zwischen 1.200 und 1.800 kcal. Die BMR wird durch viele Faktoren beeinflusst: Alter, Geschlecht, Körpergröße, Körperzusammensetzung, Temperatur, Stress, Ernährungsstatus und Umgebungstemperaturen.

Körpermasseindex (Auf dem Display der Waage sowie in der App zu sehen)

KMI-TABELLE	KMI-TABELLE
UNTERGEWICHT	<18,5
NORMAL	18,5-24,9
ÜBERGEWICHT	25,0-29,9
FETTLEIBIGKEIT	>30

Der Körpermasseindex setzt Körpergewicht und Größe einer Person zueinander in Beziehung. Die unten aufgeführte Einstufung steht in Verbindung mit dem Risiko, das ein unangemessenes Körpergewicht für den Gesundheitszustand darstellen kann: wenn sich der KMI zwischen 18,5 und 24,9 befindet, bedeutet dies, dass das Gewicht statistisch nicht den Gesundheitszustand beeinflusst und daher als normal betrachtet wird. Jede Abweichung, nach oben oder nach unten, von diesem Intervall des KMI-Wertes, muss als Gefährdung der Gesundheit betrachtet werden. In diesem Fall sollte der Hausarzt konsultiert werden. Sich daran zu gewöhnen, sich ausgewogen zu ernähren und Sport zu treiben, trägt sicherlich zur Verbesserung der Lebensqualität bei, verbessert die Gesundheit und beugt Erkrankungen vor, erhöht die Vitalität und hilft das ideale Gewicht zu halten. Es ist jedoch wichtig zu wissen, dass der KMI nicht erlaubt, Veränderungen im Gewicht aufgrund der Größe der Muskelmasse, der Knochenmasse, des Wassergehalts oder der Anhäufung von Fett zu unterscheiden,

Daher sollte die Einfachheit der Berechnung des KMI nicht irreführend sein und zu Diäten "do it yourself" führen. Ihre Bewertung muss das Vorrecht des Arztes oder anderer spezialisierte Figuren wie der Ernährungsberater oder der Diätist sein.

Verteilung auf dem Körper (lediglich auf dem Display der Waage zu sehen)

Mit der Waage kann die eigene Körperzusammensetzung über die Zeit beobachtet werden. Am Display wird der Prozentsatz des Körpergewichts auf der rechten und linken Körperseite mit folgenden Symbolen angezeigt:

SYMBOL	BEDEUTUNG
≈	Situation betreffend die Verteilung auf dem Körper
>	Mögliches Ungleichgewicht links
<	Mögliches Ungleichgewicht rechts

Zur Berücksichtigung

Für die Bewertung des Verlaufs der Körperzusammensetzung muss Folgendes berücksichtigt werden:

- Die reine Verringerung des Gewichts, begleitet von einem unveränderten oder gar erhöhten Fettanteil, bedeutet lediglich, dass der Körper Wasser verloren hat (z.B. nach einem Training, einer Sauna oder einer nur auf den schnellen Gewichtsverlust beschränkten Diät).
- Die Erhöhung des Gewichts, begleitet von einem verringerten oder unveränderten Fettanteil, zeigt die Entwicklung von wertvoller Muskelmasse an.
- Wenn sich Gewicht und Körperfett gleichzeitig verringern, bedeutet dies, dass die Diät funktioniert und man Volumen verliert.

PRODUKTBESCHREIBUNG (siehe Abb.1)

- Display
 - Gewicht
 - Prozentsatz an Gewicht links
 - Symbol der Verteilung auf dem Körper
 - Prozentsatz an Gewicht rechts
 - % Fettmasse
 - % Wasser
 - Puls
 - Körpermasseindex
 - % Muskelmasse
- Elektroden ITO
- Batteriefach

TECHNISCHE EIGENSCHAFTEN

- Tragfähigkeit: 180 kg / 400 lb
- Teilung: 100 g / 0.2 lb
- 4 austauschbare 1,5-V-Alkalibatterien (AAA)
- Farbdisplay LCD VA (Vertical Alignment)
- Betriebsfrequenz: 2426-2460 MHz, effektive Strahlungsleistung: <0,9 dBm
- Umgebungsbedingungen für den Betrieb: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Umgebungsbedingungen für die Aufbewahrung: +10°C +50°C; RH ≤85%

	Die Waage kann die Körperzusammensetzung von Personen im Alter zwischen 12 und 99 Jahren und von einer Größe zwischen 90 und 220 cm messen.
---	---

EMPFEHLUNGEN FÜR DEN GEBRAUCH

- Wiegen Sie sich immer auf der gleichen Waage und zur selben Uhrzeit, vorzugsweise nach dem Aufwachen und ohne Kleidung.
- Circa 15 Minuten nach dem Aufstehen warten, sodass sich das Wasser im Körper verteilen kann.
- Es ist wichtig, sich barfuß, trocken und korrekt auf den Elektroden positioniert (siehe Abbildung) zu wiegen. Außerdem sollten sich die Beine nicht berühren, damit die Waage korrekt funktioniert.
- Die Genauigkeit der von der Waage gemessenen Daten kann in den folgenden Fällen beeinträchtigt werden:
 - bei einem hohen Alkoholpegel
 - bei einem hohen Koffein- oder Drogenpegel
 - nach schweren Mahlzeiten
 - nach einer anstrengenden sportlichen Aktivität
 - während einer Krankheit
 - in der Schwangerschaft
 - bei Problemen der Dehydratation
 - feuchte oder nicht saubere Füße
 - geschwollene Beine

GEBRAUCHSANLEITUNGEN

ERSTMALIGER GEBRAUCH

- Diese Waage funktioniert mit 4 austauschbaren 1,5-V-Alkalibatterien (AAA).
- Um die Batterien einzusetzen das Batteriefach öffnen, indem der Deckel in Pfeilrichtung geschoben wird.
- Setzen Sie die Batterien ein und beachten Sie dabei die angegebene Polarität. Schließen Sie den Deckel.

AUSWAHL DER MASSEINHEIT

Die Maßeinheit für den Wiegevorgang kann in der App „LAICA Home Wellness“ gewählt werden. Die Maßeinheit, die am LCD-Display der Waage angezeigt wird, kann nicht verändert werden.

GEBRAUCH

a. Messung des Körpergewichtes

- Stellen Sie die Waage auf eine ebene und harte Oberfläche. Bei einem nachgiebigen oder unebenen Boden (z.B. Teppichboden, Teppiche, Linoleum) kann die Genauigkeit des Gewichtes beeinträchtigt werden.
- Bei ausgeschalteter Waage auf die Wiegefläche steigen, dabei die Füße parallel ausrichten und das Gewicht gleichmäßig verteilen (siehe Abbildungen). Ohne sich zu bewegen so lange warten, bis die Waage das Gewicht ermittelt hat und die Verteilung auf dem Körper anzeigt. Während der Messung nirgendwo anlehnen, um zu vermeiden, dass die gemessenen Werte verändert werden.
- Von der Waage steigen. Das Display zeigt für einige Sekunden weiterhin das Gewicht an. Dann schaltet sich die Waage automatisch aus.

	Um auf dem LCD-Display die Daten zur Körperzusammensetzung anzeigen zu können, muss die Waage mit der App „LAICA Home Wellness“ verbunden sein.
---	---

b. Funktionsweise mit App: Ermittlung der Körperzusammensetzung






Liste der kompatiblen Geräte:

- iOS:** : iPhone mit Betriebssystem 10 und höher.
- Für Geräte mit Android™-Betriebssystem:** ab Version 6.0 (Marshmallow).





Kompatibel mit der bluetooth-Technologie 4.0 und höher, übermittelt die Waage die Daten zur Körperzusammensetzung (Fettanteil, Wasseranteil, Skelettmuskulatur, Daten zum Grundumsatz und BMI) auf das Smartphone, um die Zusammensetzung des Körpergewichts besser analysieren zu können.

Während des Verbindungsvorganges mit der App werden auch auf dem Display der Waage die Daten zur Körperzusammensetzung angezeigt. Während der folgenden Vorgänge sollte sich das Smartphone in der Nähe der Waage befinden, damit die Verbindung aktiviert bleibt.

- Bluetooth in den Einstellungen des Smartphone aktivieren
- Auf dem Smartphone die kostenlose App „LAICA Home Wellness“ installieren
- Die App starten und den Anweisungen zum Hinzufügen des Produkts sowie zum Erstellen eines neuen Benutzers folgen und dabei die persönlichen Daten eingeben.
- Die Waage durch Betätigen der Wiegefläche einschalten: Am Display erscheint die Anzeige „0.0“.
- In der App die Taste „GEWICHT ERMITTELN“ drücken, um die App mit der Waage zu verbinden, und auf die Wiegefläche steigen. Achten Sie dabei darauf, dass die nackten Füße auf die ITO-Elektroden aufgesetzt werden. Die Waage zeigt an:
 - das Gewicht
 - die Verteilung auf dem Körper
- Bleiben Sie still auf der Waage stehen, bis auf dem LCD-Display folgende Daten angezeigt werden:

• das Gewicht	• die Verteilung auf dem Körper	• der Prozentsatz an Wasser	
• der Prozentsatz an Körperfett		• der Prozentsatz an Muskelmasse	
• der Körpermasseindex		• der Puls	


Gleichzeitig erscheint in der App folgende Anzeige:

- das Gewicht
- das Zielgewicht (falls in der App eingestellt)
- der Prozentsatz an Körperfett 
- der Prozentsatz an Wasser 
- der Grundumsatz **Kcal**
- der Körpermasseindex (BMI) 
- der Prozentsatz an Muskelmasse 

	<ul style="list-style-type: none"> Wenn Sie von der Waage absteigen bevor alle Daten angezeigt werden, erscheinen in der App sowie auf der Waage keine Daten zur Körperzusammensetzung. Auf der Waage erfolgt die Anzeige mit einer Nachkommastelle, in der App mit zwei Nachkommastellen.
---	--

7. Die Waage schaltet sich automatisch nach ungefähr 10 Sekunden des Nichtgebrauchs ab. Vergleichen Sie den erhaltenen Fettanteil mit den in der "Tabelle Bodyfat" aufgeführten Parametern: wenn er sich außerhalb der Normalwerte befindet, konsultieren Sie Ihren Arzt. Interpretieren Sie den Prozentsatz an

Wasser wie im Absatz „% an Wasser“ und den Prozentsatz an Muskulatur wie im Absatz „% an Muskelmasse“ angegeben.

	<p>Ab der zweiten Verwendung der Waage mit der App "Laica Home Wellness" erkennt die Waage den Benutzer aufgrund seines Gewichts (gilt für Gewichtsveränderungen von maximal 2 kg). In diesem Fall erscheinen mit der Anzeige des Gewichts und der Daten der Verteilung auf dem Körper auf der Waage gleichzeitig die Daten zur Körperzusammensetzung, auch wenn die App „LAICA Home Wellness“ nicht genutzt wird. Die auf der Waage ohne Verwendung der App angezeigten Daten werden nicht in der App registriert und können anschließend nicht übermittelt werden. Falls es mehrere Nutzer mit ähnlichem Körpergewicht (bis zu 2 kg Unterschied) gibt, könnte die Waage die Parameter des anderen Nutzers verwenden. Wir empfehlen Ihnen die Waage mit der App „LAICA Home Wellness“ zu nutzen, um den Vergleich von Daten zur eigenen Körperzusammensetzung mit anderen Nutzern zu vermeiden und sie in der App zu speichern und überwachen zu können.</p> <ul style="list-style-type: none"> Während des Wiegevorgangs sollten Sie sicherstellen, dass die App aktiv ist und auf dem Smartphone die Anzeige erscheint, um die unmittelbare Übermittlung zu Ihrer Körperzusammensetzung überprüfen zu können. Vor einem erneuten Wiegen stets überprüfen, ob die bluetooth-Verbindung Ihres Smartphones aktiv ist. Bei Android™-Geräten müssen die Standortdienste aktiviert werden. Bevor Sie mit einem neuen Wiegevorgang fortfahren, müssen Sie am Smartphone stets den Benutzer auswählen. Die Daten der Verteilung auf dem Körper sowie der Herzschlag werden nur am Display der Waage angezeigt. Jedes Mal wenn die Personenwaage bewegt oder hochgehoben und dann wieder auf die Auflage abgesetzt wird, darf die erste Messung aufgrund der notwendigen Neueinstellung der Elektronikarte hinsichtlich der Ladezellen nicht berücksichtigt werden. Berücksichtigen Sie die zweite und die folgenden Messungen, da die erste in einigen Fällen aus dem oben angegeben Grund verändert sein kann.
---	---

AUSTAUSCH DER BATTERIEN

Nehmen Sie, wenn das Display "LO" oder das Symbol der Batterie anzeigt, den Austausch der Batterien des gleichartigen Typs vor.

- Das Batteriefach öffnen, indem der Deckel in Pfeilrichtung geschoben wird.
- Nehmen Sie die leeren Batterien heraus und entsorgen Sie sie entsprechend dem Abschnitt "Prozedur der Entsorgung".
- Setzen Sie die neuen Batterien ein und beachten Sie dabei die angegebene Polarität.
- Schließen Sie das Batteriefach.

WARTUNG

- Bewahren Sie das Gerät an einem kühlen und trockenen Ort auf.
- Bewahren Sie das Gerät in horizontaler Position auf
- Die Waage ausschließlich mit einem weichen und trockenen Tuch reinigen.
- Niemals chemische oder scheuernde Produkte verwenden.

PROBLEME UND LÖSUNGEN

Problem	Mögliche Ursache	Problemlösungen
Die Waage schaltet sich nicht ein.	Sie stehen nicht korrekt auf der Waage.	Mit parallelen Füßen auf die Waage steigen. Achtung: Sie schaltet sich erst ein, wenn man auf der Waage steht.
	Die Batterien sind leer.	Die Batterien austauschen.

Problem	Mögliche Ursache	Problemlösungen
Das Display visualisiert "Lo" oder das Symbol der Batterie.	Die Batterien sind leer.	Den Austausch vornehmen.
Das Display zeigt "Err".	Das Gewicht übersteigt die Tragfähigkeit der Waage.	Das Gewicht umgehend von der Waage nehmen, um sie nicht zu beschädigen, und die maximale Tragfähigkeit prüfen.
Am Display werden lediglich das Gewicht und die Daten der Verteilung auf dem Körper angezeigt.	Der Wiegevorgang wurde zum ersten Mal ohne die App „LAICA Home Wellness“ zu verwenden durchgeführt.	Um alle Daten zur Körperzusammensetzung anzuzeigen, muss die Waage mit der App „LAICA Home Wellness“ verbunden werden. Den Absatz „Funktionsweise mit App: Berechnung der Körperzusammensetzung“ erneut durchlesen
	Sie sind von der Waage abgestiegen bevor die Daten zur Körperzusammensetzung angezeigt wurden.	Warten Sie so lange auf der Waage ohne sich zu bewegen, bis am Display alle Daten erscheinen.
	Sie stehen nicht barfußig auf der Waage.	Mit parallelen Füßen auf die Waage steigen.
	Die Haut der Fußsohlen ist zu trocken.	Benetzen Sie die Haut der Fußsohlen.
Die App "LAICA Home Wellness" zeigt keine Daten an.	Bluetooth wurde nicht in den Einstellungen des Smartphone aktiviert.	Bluetooth im Smartphone aktivieren.
	Das Smartphone ging während des Wiegens auf Stand-by über.	Die App während des Wiegens aktiv erhalten, um die umgehende Datenübertragung zu prüfen.
	Die Taste „GEWICHT ERMITTELN“ wurde in der App nicht gedrückt.	In der App die Taste „GEWICHT ERMITTELN“ drücken, um die Daten von der Waage an die App zu übermitteln.
In der App „LAICA Home Wellness“ wird lediglich das Körpergewicht angezeigt.	Sie stehen nicht barfußig auf der Waage. Die Haut der Fußsohlen ist zu trocken.	Mit parallelen Füßen auf die Waage steigen. Benetzen Sie die Haut der Fußsohlen.

Gewichtangaben sind annähernd auf die nächste Teilung auf- bzw. abgerundet sind; wir gewährleisten eine Präzision mit Abweichung innerhalb von +/-1% + 1 Eint.

ENTSORGUNGSVERFAHREN

Das Symbol auf dem Boden des Geräts gibt die weentliche Müllsammlung der elektrischen und elektronischen Ausrüstungen an (**Dir. 2012/19/EU-WEEE**). Am Ende der Lebensdauer vom Gerät es nicht als gemischter fester Gemeindefüllstoff, sondern es bei einem spezifischen Müllsammelzentrum in Ihrem Gebiet entsorgen oder es dem Händler zurückgeben, wenn Sie ein neues Gerät desselben Typ mit denselben Funktionen kaufen. Im Falle, dass das zu entsorgende Gerät von geringeren Ausmaßen

als 25 cm ist, besteht die Möglichkeit, es an eine Verkaufsstelle von mehr als 400 mq ohne Pflicht des Erwerbs einer ähnlichen Vorrichtung zurückzugeben. Diese Prozedur getrennter Müllsammlung der elektrischen und elektronischen Ausrüstungen wird im Hinblick auf eine zukünftige gemeinsame europäische Umweltschutzpolitik vorgenommen, welche darauf zielen wird, die Umwelt zu schützen und sichern, als auch die Umweltqualität zu verbessern und potentielle Wirkungen auf die menschliche Gesundheit wegen der Anwesenheit von gefährlichen Stoffen in diesen Vorrichtungen oder Missbrauch derselben oder von Teilen derselben zu vermeiden. Vorsicht! Die fehlerhafte Entsorgung von elektrischen und elektronischen Vorrichtungen könnte Sanktionen mit sich bringen.

Werfen Sie zur korrekten Entsorgung der Batterien (**Richtlinie 2013/56/Eu**) dieselben nicht in den **Hausmüll, sondern** entsorgen Sie sie als Sondermüll bei für das Recycling angegebenen Sammelstellen. Für weitere Informationen bezüglich der Entsorgung der leeren Batterien, nehmen Sie mit dem Händler, bei dem das Gerät, das die Batterien enthielt, erworben wurde, der Gemeinde oder mit der lokalen Abfallentsorgungsstelle Kontakt auf.

C Dieses Produkt ist für Haushaltgebrauch bestimmt. Die Konformität, welche durch die auf das Gerät aufgetragene CE-Kennzeichnung bewiesen ist, bezieht sich auf die Richtlinie 2014/30/Eu über elektromagnetische Verträglichkeit. Dieses Produkt ist ein elektronisches Gerät, das geprüft wurde, um beim gegenständlichen Zustand der Technik zu sichern, dass es mit anderen in der Nähe vorhandenen Vorrichtungen (elektromagnetische Verträglichkeit) nicht interferiert und dass es sicher ist, wenn es nach den Hinweisen verwendet wird, die in den Gebrauchsanweisungen angegeben sind. Im Falle von Anomalien beim Gerät, es nicht weiter verwenden und, falls notwendig, sich unmittelbar an den Hersteller wenden.

Der Hersteller Laica S.p.A. erklärt, dass das Gerät der Richtlinie 2014/53/Eu entspricht. Die vollständige Konformitätserklärung ist unter folgender Adresse abrufbar: www.laica.it.

GARANTIE

Die gegenständliche Vorrichtung ist für 2 Jahre vom Einkaufsdatum garantiert. Das Einkaufsdatum **ist durch den Stempel oder die Unterschrift vom Vertragshändler und durch den Kassenzettel zu beweisen, welche als Beilage zu diesem Dokument aufzubewahren sind**. Diese Periode stimmt mit der gültigen Gesetzgebung überein und wird erst dann angewandt, wenn der Verbraucher eine Privatperson ist. Laica-Produkte sind als Haushaltsprodukte entworfen und dürfen nicht in öffentlichen Geschäften verwendet werden. Die Garantie deckt ausschließlich Produktionsfehler und ist nicht gültig, wenn der Schaden durch willkürliche Handlung, falschen Gebrauch, Nachlässigkeit oder Missbrauch vom Produkt entsteht. Ausschließlich die standardgelieferten Zubehörteile verwenden. Der Gebrauch von anderen Zubehörteilen kann das Ungültigkeitswerden der Garantie als Folge haben. Die Vorrichtung keinesfalls öffnen. Wird die Vorrichtung geöffnet oder missbräuchlich geändert, verfällt die Garantie endgültig. Die Garantie ist für verschleißbare Teile als auch für die Batterien nicht gültig, wenn diese letzten standardgeliefert werden. Die Garantie verfällt nach zwei Jahren vom Einkauf. In diesem Fall werden die Serviceeingriffe gegen Zahlung vorgenommen. Für Auskünfte über Serviceeingriffe – eingeschlossen in der Garantie oder gegen Zahlung – schreiben Sie bitte an info@laica.com. Für in den Garantiebedingungen eingeschlossene Reparatur- und Austauscheingriffe ist keine Sorte von Beitrag zu leisten. Im Falle von Ausfällen sich an den Vertragshändler wenden. KEINE direkte Lieferung zur LAICA vornehmen. Alle Eingriffe nach Garantiebedingungen (Austausch vom Produkt oder von einem Teil desselben eingeschlossen) werden die Dauer der ursprünglichen Garantieperiode für den ausgetauschten Produkt nicht verlängern. Der Hersteller lehnt jede Haftung für etwaige direkte oder indirekte Schäden an Personen, Sachwerten und Haustieren ab, welche von der Missachtung der Vorschriften entstehen, welche im zweckmäßigen Gebrauchshandbuch enthalten sind – vor allem mit Rücksicht auf Hinweise über Installation, Gebrauch und Wartung der Vorrichtung. Die Firma Laica, welche ständig nach der Verbesserung der eigenen Produkte strebt, behält sich das Recht vor, ohne Voranmeldung ihre Produkte vollkommen oder teilweise nach Herstellungserfordernissen zu ändern, ohne dass dadurch irgendwelche Haftung seitens der Firma Laica oder ihrer Vertragshändler entsteht.

PÈSE-PERSONNE ÉLECTRONIQUE SMART AVEC CALCUL DU % DE GRAISSE, DU % D'EAU, DU % DE MUSCULATURE SQUELETTIQUE, DU MÉTABOLISME BASAL, DE L'INDICE DE MASSE CORPORELLE, DE L'ÉQUILIBRE CORPOREL ET DÉTECTION DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE - INSTRUCTIONS ET GARANTIE

Cher client, Laica souhaite vous remercier pour la préférence accordée à ce produit, conçu selon des critères de fiabilité et de qualité qui sauront vous satisfaire pleinement.

IMPORTANT LIRE ATTENTIVEMENT AVANT UTILISATION CONSERVER POUR TOUTE REFERENCE FUTURE

Le mode d'emploi doit être considéré comme faisant partie du produit et conservé pendant tout le cycle de vie de celui-ci.

En cas de cession de l'appareil à un autre propriétaire, lui remettre toute la documentation. Pour une utilisation sûre et correcte du produit, l'utilisateur doit lire attentivement les instructions et les avertissements contenus dans le manuel car ils fournissent des informations importantes concernant la sécurité, les instructions pour l'utilisation et l'entretien.

En cas de perte du manuel d'instructions ou de nécessité d'obtenir plus d'informations, remplir le formulaire prévu que l'on peut trouver sur le site <https://www.laica.it/> dans la section Faq et Assistance.

Pèse-personne électronique qui mesure le poids, calcule la composition corporelle (pourcentage de graisse, eau, musculature squelettique, indice de masse corporelle) et le métabolisme de base en fonction de la taille, de l'âge et du sexe. Le pèse-personne détecte également l'équilibre corporel et la fréquence cardiaque. Compatible avec la technologie bluetooth 4.0 et supérieure pour l'envoi automatique des données vers votre smartphone afin de suivre vos progrès à tout moment. Technologie à électrodes ITO (oxyde d'étain indium) : revêtement conducteur sensible innovant qui détecte rapidement et précisément les informations sur la composition corporelle.

SOMMAIRE

LEGENDE DES SYMBOLES page 29
CONSIGNES DE SÉCURITÉ page 29
COMPOSITION CORPORELLE page 30
DESCRIPTION DU PRODUIT page 31
INSTRUCTIONS D'UTILISATION page 31
ENTRETIEN page 32
PROBLEMES ET SOLUTIONS page 32
PROCÉDURE D'ÉLIMINATION page 33
GARANTIE page 33

LEGENDE DES SYMBOLES

Avertissement

Interdiction

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Contrôler, avant l'utilisation du produit, que l'appareil soit intègre, sans dommages visibles. En cas de doute, ne pas utiliser l'appareil et s'adresser au revendeur.
- Tenir le sachet en plastique de l'emballage hors de portée des enfants: risque d'asphyxie.
- Cet appareil est destiné exclusivement à l'utilisation pour laquelle il a été conçu et de la façon indiquée dans la notice. Toute autre utilisation est non-conforme et donc dangereuse. Le fabricant ne peut être retenu responsable pour les éventuels dommages dérivant d'usages impropres ou erronés.
- Cet appareil peut être utilisé, de manière autonome, par les enfants de plus de 8 ans.
- Cet appareil peut être utilisé par des personnes aux capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou par des personnes inexpertes, seulement après qu'elles aient été instruites sur l'utilisation en toute sécurité, et uniquement si elles ont été informées sur les dangers liés à l'appareil lui-même. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Les opérations de nettoyage et de maintenance ne peuvent pas être réalisées par des enfants sans la surveillance d'un adulte.
- En cas de panne et/ou de mauvais fonctionnement, éteindre immédiatement l'appareil sans l'altérer. Pour les réparations, s'adresser toujours au revendeur de confiance.
- Traiter la balance avec soin: la protéger contre les chocs, les variations extrêmes de température, l'humidité, la poussière, la lumière directe du soleil et les sources de chaleur.
- ⊘ NE PAS faire pénétrer de liquides dans le corps de la balance. Cet appareil n'est pas imperméable. NE PAS laisser NI utiliser la balance dans des milieux plein d'eau; une humidité supérieure à 85% ou le contact avec l'eau ou d'autres liquides peut provoquer la corrosion et compromettre le bon fonctionnement du dispositif.
- ⊘ NE PAS monter sur la balance avec les pieds mouillés ou si la surface de cette dernière est mouillée: risque de glissade.

⚠ ATTENTION! AVANT D'UTILISER CET APPAREIL

- **Le pourcentage de graisse corporelle, d'eau et de musculature squelettique, la valeur du métabolisme de base, les données relatives à l'équilibre corporel et à la fréquence cardiaque calculées par la balance doivent être considérés comme indicatifs. Pour de plus amples informations, consulter le médecin ou le diététicien.**
- **Auto-mesure signifie contrôle et non diagnostic ou traitement. Les valeurs insolites doivent toujours être communiquées au médecin traitant. Il ne faut en aucun cas modifier les dosages d'un médicament prescrit par le médecin.**
- **Grâce aux électrodes positionnées sur la balance, celle-ci envoie un courant électrique faible à basse intensité qui traverse la masse corporelle. La balance ne présente aucun risque.**
- **Nous en déconseillons l'utilisation aux personnes suivantes car les données relevées par la balance peuvent ne pas être crédibles:**
 - o porteurs de pacemakers ou autre dispositif électronique médical
 - o personnes ayant de la fièvre
 - o enfants de moins de 12 ans
 - o femmes enceintes
 - o personnes en dialyse, avec œdèmes aux jambes, personnes atteintes d'ostéoporose.
 - o personnes sous traitement de médicaments pour le système cardio-vasculaire.

UTILISATION SURE DES PILES

- Rétirer les piles en cas d’inutilisation prolongée de la balance et les conserver dans un endroit frais et sec à température ambiante.

- ⓘ NE PAS recharger les piles si elles ne sont pas rechargeables.
- ⓘ NE PAS effectuer le rechargement des piles rechargeables avec des modalités différentes de celles indiquées dans le manuel ou avec des appareils non indiqués.
- ⓘ NE jamais exposer les piles à des sources de chaleur et à la lumière directe du soleil. Le non-respect de cette indication peut endommager et/ou faire exploser les piles.
- ⓘ NE PAS jeter les piles au feu.
- Le retrait ou le remplacement des piles doit être effectué par des personnes adultes.
- Tenir les piles hors de portée des enfants: l'ingestion des piles représente un risque mortel. En cas d'ingestion, consulter immédiatement un médecin.
- L'acide contenu dans les piles est corrosif. Éviter le contact avec la peau, les yeux ou les vêtements.

COMPOSITION CORPORELLE

La composition corporelle est constituée de:

- masse maigre: tous les composants exempts de graisse (eau, muscle, tissus connectif et autres composants organiques non grasseux), os, viscères, organes, sang;
- masse grasse: toutes les graisses extractibles du tissu adipeux et d'autres tissus/organes;
- masse osseuse.

Grâce aux électrodes positionnées sur la balance, celle-ci transmet un courant électrique faible à basse intensité qui traverse la masse corporelle. Les différentes masses répondent de manière différente au flux de courant: la masse grasse résiste plus que la la masse maigre. Cette résistance du corps est appelée impédance bioélectrique. Le pourcentage relatif des différentes masses corporelles varie en fonction du sexe, de l’âge et de la structure de la personne.

% de masse grasse (données visibles sur l'affichage de la balance et dans l'application)

Le pourcentage de graisse indiqué dans le tableau suivant représente la graisse totale donnée par la somme de la graisse essentielle et de la graisse de réserve.Le gras essentiel est nécessaire pour les différentes fonctions de l'organisme: le pourcentage est de 3% pour l'homme et 12% pour la femme.Le gras déposé donne de l'énergie, protège contre les traumatismes physiques et isole le corps pour en préserver la chaleur. Ces pourcentages varient avec l'âge et le sexe de l'individu comme indiqué sur le tableau ci-dessous.
Si les pourcentages indiqués par la balance dépassent les valeurs dites normales, nous conseillons de consulter le médecin traitant.

TABLEAU BODYFAT					
	Age	INSUFFISANCE PONDÉRALE	NORMALE	SURPOIDS	OBÈSE
FEMME	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
HOMME	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% de masse musculaire (données visibles sur l'affichage de la balance et dans l'application)

Il existe trois types de tissus musculaires: lisse, strié squelettique et strié cardiaque.

Le muscle lisse est formé de fibres lisses qui se trouvent exclusivement dans les parois du tube digestif, des voies respiratoires et des voies génitales, dans la paroi des vaisseaux sanguins des veines et des artères.

Le tissu musculaire strié squelettique est constitué par la masse osseuse et les muscles du visage. Le muscle strié cardiaque est représenté par le cœur. Cette balance indique le % de masse musculaire et de tissu musculaire lisse dans l'organisme. En moyenne, 40% du poids corporel est composé de muscles squelettiques. Les hommes ont généralement une musculature plus accentuée que les femmes et le pourcentage peut augmenter chez les sportifs. Le pourcentage de musculature commence à diminuer avec l'âge.

% d'eau (données visibles sur l'affichage de la balance et dans l'application)

Le % d'eau est différent chez la femme et l'homme: chez les femmes adultes en bonne santé il va de 45% à 60%, alors que pour les hommes de 50% à 65%. Le pourcentage d'eau est supérieur pendant l'enfance et diminue avec l'âge. Les variations de poids corporel peuvent advenir dans des temps brefs (heures), moyens (jours) ou longs (semaines). Des petites variations de poids en l'espace de quelques heures sont absolument normales et dues à la rétention d'eau puisque l'eau extracellulaire (qui comprend le liquide interstitiel, le plasma, la lymphe et le liquide transcellulaire) le seul compartiment en mesure de varier si rapidement. Lorsque les pertes de poids se font en quelques jours il probable qu'il s'agisse seulement d'eau.

Métabolisme de base (données visibles uniquement dans l'application)

Le métabolisme de base (ou BMR, basal metabolic rate) est la quantité minimale de calories indispensable au corps pour survivre, pour exercer les processus de base comme la circulation, la respiration, la digestion et le maintien de la température corporelle. Le métabolisme de base est calculé sur un sujet au repos mental et physique, couché sur le dos, à jeun depuis 12 heures, après au moins 8 heures de sommeil et avec une température ambiante constante d'au moins 20°C. Le métabolisme de base pour les adultes varie entre 1200 et 180 kcal. Le BMR est influencé par de nombreux facteurs: l'âge, le sexe, la hauteur, la composition corporelle, la fièvre, le stress, la nourriture et la température ambiante.

Indice de masse corporelle (données visibles sur l'affichage de la balance et dans l'application)

TABLEAU IMC	VALEUR IMC
INSUFFISANCE PONDÉRALE	<18.5
NORMALE	18.5-24.9
SURPOIDS	25.0-29.9
OBÈSE	>30

L'indice de masse corporelle met en relation le poids corporel et la taille d'un individu. La classification indiquée ci-dessous est liée au risque qu'un poids corporel inadéquat exerce sur l'état de santé: quand l'IMC est compris entre 18,5 et 24,9 le poids ne grève pas statistiquement sur l'état de santé et est dans la norme. Toute déviation, par défaut ou par excès de cet intervalle de valeurs de IMC doit être considéré à risque pour l'état de santé; nous déconseillons dans ce cas de consulter un médecin. S'habituer à suivre un régime équilibré et exercer une activité sportive contribue certainement à améliorer la qualité de la vie, promouvoir la santé et prévenir les pathologies, augmenter la vitalité et maintenir le poids de forme! Il est important de savoir que l'indice de masse corporelle ne permet pas de distinguer des variations de poids dues à l'ampleur de la masse musculaire, de la masse osseuse, au contenu d'eau ou à l'accumulation de graisse. Par conséquent, la simplicité de calcul de l'IMC ne doit pas induire en erreur en optant pour les régimes "improvisés". Son évaluation doit être faite par un médecin ou par d'autres personnes spécialisées telles que le nutritionniste ou le diététicien

Équilibre corporel (données visibles uniquement sur l'affichage de la balance)

La balance permet de garder une trace de votre équilibre corporel.L'écran affiche le pourcentage de poids respectivement sur le côté droit et gauche de votre corps et indique la situation d'équilibre à l'aide des symboles suivants :

SYMBOLE	SIGNIFICATION
≈	Situation d'équilibre corporel
>	Possible déséquilibre corporel à gauche
<	Possible déséquilibre corporel à droite

Remarques

Pour évaluer l'évolution de la composition corporelle il faut prendre en considération :

- La seule diminution de poids accompagnée d'un pourcentage de graisse corporelle invarié ou en augmentation, indique que le corps a perdu simplement de l'eau (par exemple après un entraînement, un sauna ou un régime limité à la perte de poids rapide).
- L'augmentation de poids accompagnée d'un pourcentage de graisse corporelle en diminution ou inchangée indique le développement de masse musculaire précieuse.
- Quand le poids et la graisse corporelle diminuent simultanément pour signaler que le régime fonctionne et que l'on perd du volume.

DESCRIPTION DU PRODUIT (voir fig.1)

- Afficheur
 - Poids
 - Pourcentage de poids à gauche
 - Symbole de l'équilibre corporel
 - Pourcentage de poids à droite
 - e. % masse grasseuse
 - % d'eau
 - Rythme cardiaque
 - Indice de masse corporelle
 - % de masse musculaire
- Électrodes ITO
- Compartiment des piles

CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

- Portée : 180 kg / 400 lb
- Graduation : 100 g / 0.2 lb
- 4 piles alcalines 1.5V type AAA remplaçables
- Écran LCD couleur VA (Vertical Alignment - alignement vertical)
- Fréquence opérationnelle : 2426-2460 MHz, puissance apparente rayonnée : <0,9 dBm
- Conditions environnementales de fonctionnement : +10°C +40°C ; RH ≤85%
- Conditions environnementales de conservation : +10°C +50°C ; RH ≤85%

ⓘ	La balance calcule la composition corporelle des personnes âgées de 12 à 99 ans et d'une hauteur de 90 à 220 cm.
-----------------------------	--

CONSEILS D'UTILISATION

- Il faut toujours se peser sur la même balance et à la même heure, de préférence au matin et dévêtus.
- Attendre environ 15 minutes après s'être levé de façon que l'eau puisse se distribuer dans le corps.
- Il est important de se peser à pieds nus, bien secs et de se positionner correctement sur les électrodes (voir figure). Éviter aussi de coller les jambes pour que la balance correctement.
- La précision des données fournies par la balance peut être compromise dans les cas suivants :
 - niveau élevé d'alcool
 - niveau de caféine ou de drogues élevé
 - après des repas copieux
 - après une rigoureuse activité sportive
 - pendant une maladie
 - pendant la grossesse
 - en présence de problèmes de déshydratationen cas de problèmes de déshydratation
 - avec les pieds mouillés ou sales
 - avec les jambes enflées

INSTRUCTIONS D'UTILISATION

PREMIÈRE UTILISATION

- Cette balance fonctionne avec 4 piles alcalines remplaçables de 1,5V type AAA.
- Pour insérer les piles, ouvrir le compartiment des piles en faisant glisser le couvercle dans le sens de la flèche.
- Insérer les piles en respectant la polarité indiquée. Fermer avec le couvercle.

SELECTION DE L'UNITE DE MESURE

Il est possible de sélectionner l'unité de mesure pour la pesée dans l'application « LAICA Home Wellness ». Il n'est pas possible de changer l'unité de mesure affichée sur l'écran LCD de la balance.

UTILISATION

a. Mesure du poids corporel uniquement

- Positionner la balance sur une surface plate et rigide. La présence d'un sol meuble (ex. : tapis, moquettes, linoléum) peut compromettre l'exactitude du poids.
- Avec la balance éteinte, monter sur la plate-forme avec les pieds parallèles et votre poids réparti de façon égale (voir dessins). Attendre sans bouger que la balance calcule votre poids et affiche votre équilibre corporel. Ne pas s'appuyer pendant la mensuration, pour éviter d'altérer les valeurs relevées.
- Descendre de la balance, l'afficheur indique encore le poids quelques secondes puis la balance s'éteint automatiquement.

ⓘ	Pour afficher les données de composition corporelle sur l'écran LCD, la balance doit se connecter à l'application « LAICA Home Wellness ».
-----------------------------	--

b. Fonctionnement avec l'application : calcul de la composition corporelle

Liste des dispositifs compatibles :

- iOS** : iPhone avec système d'exploitation à partir de 10.
- Pour dispositifs avec système d'exploitation Android™** : à partir de la version 6.0 (Marshmallow).

Compatible avec la technologie bluetooth 4.0 et supérieure, la balance envoie les données de composition corporelle (pourcentage de graisse, eau, musculature squelettique, données sur le métabolisme de base et indice de masse corporelle) au smartphone pour mieux analyser la composition de votre poids. **En se connectant à l'application, la balance affiche les données de composition corporelle également sur son écran.** Pendant les opérations suivantes nous conseillons de garder le Smartphone à proximité de la balance pour ne pas couper la connexion activée.

1. Activer le bluetooth dans les configurations du Smartphone
2. Installer l'application gratuite « LAICA Home Wellness » sur le smartphone
3. Lancez l'application et suivez les instructions pour ajouter le produit et créer le nouvel utilisateur en entrant vos données personnelles.
4. Allumer la balance en appuyant sur la plate-forme : l'écran affiche « 0.0 ».
5. Appuyer sur le bouton « LECTURE POIDS » de l'application pour connecter l'application à la balance et monter sur la plate-forme, en veillant à positionner correctement vos pieds nus sur les électrodes ITO. La balance affiche :
 - a. le poids,
 - b. l'équilibre du corps
6. Rester immobile sur la balance jusqu'à ce que l'écran LCD affiche les données suivantes :





- le poids


- l'équilibre du corps

- le pourcentage de graisse corporelle


- l'indice de masse corporelle

En même temps, l'application affiche :

- le poids
- l'objectif de poids (si programmé dans l'app)
- Le pourcentage de graisse corporelle 
- Le pourcentage d'eau 
- Le métabolisme de base **Kcal**
- L'indice de masse corporelle (BMI) 
- Le pourcentage de masse musculaire 

	<ul style="list-style-type: none"> • Si vous descendez de la balance avant que toutes les données ne soient affichées, l'application et la balance n'afficheront pas les données relatives à la composition corporelle. • La balance affiche les données avec une décimale après la virgule, l'application affiche les données avec deux décimales.
--	---

7. La balance s'éteint automatiquement après environ 10 secondes d'inutilisation. Comparer le pourcentage de graisse obtenue avec les paramètres indiqués dans le "tableau bodyfat" : s'il n'est pas compris dans les valeurs normales, consulter le médecin traitant. Évaluer également le pourcentage d'eau en faisant référence au paragraphe « % d'eau » et le pourcentage de muscles en faisant référence au paragraphe « % de masse musculaire ».

	<p>À partir de la deuxième utilisation de la balance avec l'application « Laica Home Wellness », la balance est capable de reconnaître l'utilisateur à son poids (pour des variations de poids inférieures à 2 kg). Dans ce cas, lorsque la balance affiche le poids et l'équilibre corporel, elle affiche automatiquement les données relatives à la composition corporelle même sans utiliser l'application « LAICA Home Wellness ». Les données affichées par la balance sans utiliser l'application ne sont pas enregistrées dans l'application et ne peuvent pas être envoyées ultérieurement.</p> <p>Dans le cas où il y aurait plusieurs utilisateurs avec des poids similaires (moins de 2 kg), la balance pourrait utiliser les paramètres de l'autre utilisateur. Nous vous recommandons d'utiliser la balance avec l'application « LAICA Home Wellness » pour éviter de confondre vos données de composition corporelle avec celles des autres utilisateurs et pour pouvoir les enregistrer et les suivre dans l'application.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lors de la pesée, s'assurer que l'application est active et affichée sur le smartphone afin de vérifier l'envoi immédiat des données relatives à votre composition corporelle. • Vérifier, avant chaque nouveau pesage, que la connexion bluetooth du smartphone soit activée. • Pour les dispositifs Android™, il est nécessaire d'activer les services de localisation. • Avant de procéder à une nouvelle pesée, toujours sélectionner l'utilisateur sur le smartphone. • Les données d'équilibre corporel et le rythme cardiaque ne sont visibles que sur l'affichage de la balance. • Toutes les fois que le pèse-personne est déplacé ou soulevé puis reposé sur le sol, la première pesée ne doit pas être prise en compte, il faut un temps de remise en place de la fiche électronique par rapport aux cellules de chargement. Prendre en compte la seconde et les autres pesées, car dans certains cas la première peut être fautive pour les susdits motifs.
---	--

SUBSTITUTION DES PILES

Il faut remplacer les piles quand l'afficheur affiche "LO" ou le dessin de la pile, avec des piles du même type.

1. Ouvrir le compartiment à piles en faisant glisser le couvercle dans le sens de la flèche.
2. Extraire les piles épuisées et les jeter en suivant les instructions du paragraphe "Procédure pour l'élimination".
3. Insérer les piles neuves en respectant la polarité indiquée.
4. Fermer le compartiment des piles.

ENTRETIEN

- Conserver l'appareil dans un lieu frais et sec.
- Conserver l'appareil en position horizontale
- Nettoyer la balance en utilisant exclusivement un chiffon doux et sec.
- Ne jamais utiliser de produits chimiques ou abrasifs.

PROBLÈMES ET SOLUTIONS

Problème	Cause possible	Solution
La balance ne s'éclaire pas.	Il faut monter correctement sur la balance. Les piles sont épuisées.	Monter sur la balance avec les pieds parallèles. Attention : il s'éclaire seulement quand on est dessus. Remplacer les piles.
Le message « Lo » ou le symbole de la pile s'affiche.	Les piles sont épuisées.	Remplacer les piles.

Problème	Cause possible	Solution
L'écran affiche "Err".	Le poids est supérieur à la capacité de la balance.	Enlever immédiatement le poids de la balance pour ne pas l'endommager et vérifier la portée maximale.
L'écran affiche uniquement le poids et l'équilibre corporel.	Vous vous êtes pesé pour la première fois sans utiliser l'application « LAICA Home Wellness ».	Pour visualiser toutes les données relatives à la composition corporelle, connecter la balance à l'application « LAICA Home Wellness ». Relire le paragraphe « Fonctionnement avec l'application : calcul de la composition corporelle. »
	Vous êtes descendu de la balance avant l'affichage de vos données de composition corporelle.	Attendre sans bouger sur la balance jusqu'à ce que l'écran affiche toutes les données.
	Vous n'êtes pas monté à pieds nus sur la balance.	Monter sur la balance avec les pieds nus.
	La peau des pieds est trop sèche.	Mouiller légèrement la peau des pieds.
L'application « LAICA Home Wellness » n'affiche aucune donnée.	Le bluetooth n'est pas activé dans les configurations du Smartphone. Le Smartphone est passé en mode veille pendant le pesage.	Activer la fonction bluetooth sur le Smartphone. Maintenir l'application activée sur le Smartphone pendant le pesage pour vérifier l'envoi immédiat des données.
	La touche « LECTURE POIDS » de l'application n'a pas été appuyée.	Appuyer sur la touche « LECTURE POIDS » de l'application pour envoyer les données de la balance à l'application.
L'application « LAICA Home Wellness » affiche uniquement le poids corporel.	Vous n'êtes pas monté à pieds nus sur la balance. La peau des pieds est trop sèche.	Monter sur la balance avec les pieds nus. Mouiller légèrement la peau des pieds.

Tous les poids sont approximatifs car ils sont arrondis par excès ou par défaut à la division la plus proche. Nous garantissons une précision avec une tolérance +/-1% + 1 division.

PROCÉDURE D'ÉLIMINATION



Le symbole placé sur le fond de l'appareil indique la récolte séparée des appareils électriques et électroniques (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). A la fin de la vie utile de l'appareil, il ne faut pas l'éliminer comme déchet municipal solide mixte; il faut l'éliminer chez un centre de récolte spécifique situé dans votre zone ou bien le rendre au distributeur au moment de l'achat d'un nouveau appareil du même type et prévu pour les mêmes fonctions. Dans le cas où l'appareil à éliminer serait de dimensions inférieures à 25 cm, on peut le rendre à un point de vente ayant un mètre supérieur à 400 m² sans l'obligation d'acheter un nouveau dispositif similaire. Cette procédure de récolte séparée des appareils électriques et électroniques se réalise dans une vision d'une politique de sauvegarde, protection et amélioration de la qualité de l'environnement et pour éviter des effets potentiels sur la santé humaine dus à la présence de

substances dangereuses dans ces appareils ou bien à un emploi non autorisé d'elles ou de leurs parties. Attention! Une élimination incorrecte des appareils électriques pourrait impliquer des pénalités.

Pour la mise au rebut correcte des piles (**Dir.2013/56/Eu**), **ne pas jeter les piles dans les déchets domestiques** mais comme déchet spécial dans les points de collecte indiqués pour le recyclage. Pour plus d'informations concernant l'élimination des piles déchargées contacter le magasin où a été acheté l'appareil qui contenait les piles, la commune ou bien le service local d'élimination des déchets.

CE Ce produit est indiqué pour en emploi domestique. La conformité, prouvée par le marquage CE indiqué sur le dispositif, est relative à la directive 2014/30/Eu concernant la compatibilité électromagnétique. Ce produit est un instrument électronique qui a été vérifié pour garantir, à l'état actuel des connaissances techniques, soit de ne pas interférer avec d'autres appareils placés aux alentours (compatibilité électromagnétique) soit d'être sécurisé si utilisé selon les indications des instructions pour l'emploi. En cas de comportements anormaux du dispositif, ne pas prolonger l'emploi et éventuellement contacter directement le producteur.

Le producteur, Laica S.p.A., déclare que l'appareil est conforme à la Directive 2014/53/Eu. La déclaration de conformité complète est disponible à l'adresse internet suivante: www.laica.it.

GARANTIE

Cet appareil est garanti pour une durée de 2 ans à partir de la date d'achat qui doit apparaître **sur le tampon et la signature du revendeur et sur le reçu fiscal ci-joint que vous garderez avec soin.**

Cette période est conforme à la législation en vigueur et s'applique seulement au cas où le consommateur soit un sujet particulier. Les produits Laica sont projetés pour un emploi à la maison et on ne permet pas son emploi dans les locaux publics. La garantie couvre uniquement les défauts de production et n'est pas valable si les dommages sont causés par des événements accidentels, par une utilisation incorrecte, par négligence ou par utilisation impropre du produit. Utiliser uniquement les accessoires fournis; l'utilisation d'accessoires divers peut entraîner l'annulation de la garantie. N'ouvrir en aucun cas l'appareil; en cas d'ouverture ou d'endommagement, la garantie sera annulée définitivement. La garantie n'est pas valide pour les pièces soumises à usure suite à leur emploi et aux batteries lorsqu'elles sont fournies en dotation. Une fois écoulés 2 ans dès la date d'achat, la garantie s'échoit; dans ce cas les interventions d'assistance technique seront réalisées sous paiement. Les informations sur les interventions d'assistance technique, soient elles en garantie ou sous paiement, pourront être demandées en contactant notre société à info@laica.com. Aucune forme de contribution est due pour les réparations et les remplacements inclus dans les termes de la garantie. En cas de pannes, s'adresser à son revendeur; NE PAS expédier directement à LAICA. **Toutes les interventions en garantie (inclues celles de remplacement du produit ou bien d'une de ses parties) ne prolongeront pas la durée de la période de garantie originale du produit remplacé.** La maison constructrice décline toute responsabilité en cas d'éventuels dommages causés, directement ou indirectement, aux personnes, choses et animaux domestiques suite au manque d'attention à toutes les prescriptions indiquées sur le livret d'instruction et concernant, de manière particulière, les conseils relatifs à l'installation, l'utilisation et l'entretien de l'appareil. Il est faculté de la société Laica, qui est constamment engagée dans l'amélioration de ses produits, de modifier sans aucun avis au préalable totalement ou partiellement ses propres produits en relation avec la nécessité de production, sans que cela implique aucune responsabilité de la part de la société Laica ou de ses vendeurs.



ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΖΥΓΑΡΙΑ SMART ΜΕ ΥΠΟΛΟΓΙΣΜΟ % ΛΙΠΟΥΣ, % ΝΕΡΟΥ, % ΣΚΕΛΕΤΙΚΩΝ ΜΥΩΝ, ΒΑΣΙΚΟΥ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ, ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ, ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΚΑΙ ΜΕΤΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΠΑΛΜΟΥ – ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΕΓΓΥΗΣΗ

Αγαπητέ πελάτη, η Laica σας ευχαριστεί για την προτίμηση που δείξατε στο προϊόν μας το οποίο σχεδιάστηκε με κριτήρια αξιοπιστίας και απώτερο σκοπό να ικανοποιήσουμε τις απαιτήσεις σας.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΜΕΛΕΤΗΣΤΕ ΠΡΟΣΕΧΤΑ ΠΡΙΝ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΝΑ ΦΥΛΑΣΣΕΤΑΙ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ

Το γυγχειρίδιο οδηγιών πρέπει να θεωρείται αναπόσπαστο μέρος του προϊόντος και πρέπει να διατηρείται καθ' όλη τη διάρκεια ζωής του προϊόντος. Σε περίπτωση μεταβίβασης της συσκευής σε άλλο κάτοχο, παραδώστε και όλα τα συνοδευτικά έγγραφα. Για μια ασφαλή και σωστή χρήση του προϊόντος, ο χρήστης υποχρεούται να διαβάσει προσεκτικά τις οδηγίες και προειδοποιήσεις που περιέχονται στο γυγχειρίδιο καθώς παρέχουν σημαντικές πληροφορίες σχετικά με την ασφάλεια, οδηγίες χρήσης και συντήρησης. Σε περίπτωση που χάσετε το γυγχειρίδιο οδηγιών ή χρειάζεστε περισσότερες πληροφορίες ή διευκρινίσεις συμπληρώστε το σχετικό έντυπο που βρίσκεται στην ιστοσελίδα [https://www.laica.it/](https://www.laica.it) στην ενότητα Faq και Υποστήριξη.

Ηλεκτρονική ζυγαριά που μετρά το βάρος, υπολογίζει τη σύσταση του σώματος (ποσοστό λίπους, νερού, σκελετικών μυών, δείκτη μάζας σώματος) και τον βασικό μεταβολισμό με ανάλογα με το ύψος, την ηλικία και το φύλο. Η ζυγαριά ανιχνεύει επίσης τη σωματική ισορροπία και τον καρδιακό παλμό. Συμβατή με τη ζυγαριά bluetooth 4.0 και άνω για αυτόματη αποστολή των δεδομένων που ανιχνεύονται στο smartphone σας έτσι ώστε να μπορείτε να παρακολουθείτε ανά πάσα στιγμή την πρόοδό της. Τεχνολογία με ηλεκτρόδια ITO (indium tin oxide): πρωτοποριακή ευαίσθητη αγωγή επιστρωση η οποία ανιχνεύει, με ταχύτητα και ακρίβεια, πληροφορίες σχετικά με τη σύσταση του σώματος.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΛΕΖΑΝΤΑ ΣΥΜΒΟΛΩΝ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΣΥΣΤΑΣΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΕΠΙΛΥΣΗ ΔΗΛΩΔΙΚΑΣΙΑ ΑΠΟΡΡΙΨΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗ

σελίδα 34
σελίδα 34
σελίδα 35
σελίδα 36
σελίδα 36
σελίδα 37
σελίδα 37
σελίδα 38
σελίδα 38

ΛΕΖΑΝΤΑ ΣΥΜΒΟΛΩΝ



Προειδοποίηση



Απαγόρευση

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

- Πριν προχωρήσετε στη χρήση του προϊόντος, σιγουρευτείτε ότι αυτό είναι άθικτο και ότι δεν παρουσιάζει εμφανείς φθορές. Σε περίπτωση οποιασδήποτε αμφιβολίας απευθυνθείτε στον αντιπρόσωπό σας.
- Το πλαστικό σακουλάκι συσκευασίας του προϊόντος θα πρέπει να φυλάσσεται μακριά από παιδιά: ενέχει κίνδυνος ασφιεξίας.
- Ο τρόπος χρήσης της συσκευής υποδεικνύεται στις οδηγίες χρήσης. Οποιοδήποτε άλλο είδος χρήσης θεωρείται μη ενδεδειγμένο και, επομένως, επικίνδυνο. Ο κατασκευαστής δεν είναι υπεύθυνος για ζημιές που τυχόν προκληθούν λόγω μη ενδεδειγμένης ή λανθασμένης χρήσης.
- Η συσκευή αυτή μπορεί να χρησιμοποιηθεί αυτόνομα από παιδιά ηλικίας 8 ετών και πάνω.
- Η συσκευή αυτή μπορεί να χρησιμοποιηθεί από άτομα με μειωμένες σωματικές, αισθητήριες ή νοητικές ικανότητες ή από άτομα χωρίς εμπειρία, εφόσον προηγουμένως εκπαιδευτούν στη χρήση της υπό συνθήκες ασφαλείας καθώς και στους κινδύνους που συνδέονται με αυτό. Τα παιδιά δεν θα πρέπει να παίζουν με τη συσκευή. Οι εργασίες καθαρισμού και συντήρησης δεν θα πρέπει να διενεργούνται από παιδιά, χωρίς την επίτηρηση ενηλίκων.
- Σε περίπτωση βλάβης ή κακής λειτουργίας, απενεργοποιήστε τη συσκευή, χωρίς να παρέμβετε σε αυτή. Σε ό,τι αφορά τις διαδικασίες επιδιόρθωσης απευθυνθείτε στον αντιπρόσωπό σας.
- Μεταχειριστείτε τη ζυγαριά με φρονιδα, προστατεύοντάς την από χτυπήματα, ακραίες μεταβολές της θερμοκρασίας, υγρασία, σκόνη, απευθείας ηλιακή ακτινοβολία και πηγές θερμότητας.
- Μην αφήνετε να ενοχωρών υγρά εντός της ζυγαριάς. Η συσκευή αυτή δεν είναι αδιάβροχη. Μην αφήνετε και MHN χρησιμοποιείτε τη ζυγαριά σε χώρους κορεσμένους από νερό, όπου καταγράφονται ποσοστά υγρασίας άνω του 85%. Επιπλέον, η συσκευή δεν θα πρέπει να έρχεται σε επαφή με νερό ή άλλου είδους υγρών που μπορούν να προκαλέσουν διάβρωση ή να θέσουν εν αμφιβόλω την ορθή λειτουργία της.
- MHN ανεβείτε στη ζυγαριά με υγρά πόδια ή στην περίπτωση που η επιφάνειά της είναι υγρή.: υπάρχει κίνδυνος ναλιστήσετε.



ΠΡΟΣΟΧΗ! ΠΡΟΤΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΑΥΤΗ ΤΗ ΣΥΣΚΕΥΗ

- **Το ποσοστό του σωματικού λίπους, του νερού και των σκελετικών μυών, η τιμή του βασικού μεταβολισμού, καθώς και τα στοιχεία που αφορούν τη σωματική ισορροπία και τον καρδιακό παλμό που υπολογίζονται από τη ζυγαριά θα πρέπει να θεωρούνται αποκλειστικά και μόνο ως ενδεικτικά στοιχεία. Για οποιαδήποτε άλλη πληροφορία παρακαλώ απευθυνθείτε σε έναν γιατρό ή διαιτολόγο.**
- Η αυτομέτρηση σημαίνει έλεγχο και όχι διάγνωση ή θεραπεία. Οι ασυνήθιστες τιμές θα πρέπει πάντα να αναφέρονται στον γιατρό σας. Σε καμία περίπτωση δεν θα πρέπει να αλλάζουν οι δοσολογίες οποιουδήποτε φαρμάκου που έχει συνταγογραφήσει ο γιατρός σας.
- Με τη βοήθεια των ηλεκτροδίων που βρίσκονται στη βάση της συσκευής, η ζυγαριά εκπέμπει ηλεκτρική τάση χαμηλής έντασης που διαπερνά τη μάζα του σώματος. Η ζυγαριά δεν παρουσιάζει κανέναν κίνδυνο για τους χρήστες.
- Δεν ενδεικνύεται η χρήση της εν λόγω συσκευής για τις ακόλουθες κατηγορίες χρηστών κι αυτό διότι τα στοιχεία που παρέχει η ζυγαριά δεν μπορούν να θεωρηθούν αξιόπιστα:
 - ο χρήστες race-maker ή άλλης ηλεκτρικής συσκευής ιατρικού χαρακτήρα.
 - ο άτομα με πυρετό.
 - ο παιδιά ηλικίας κάτω των 12 ετών.
 - ο γυναίκες σε περίοδο κύησης.
 - ο άτομα σε αιμοκάθαρση, με οίδηματα στα πόδια, άτομα με οστεοπόρωση.
 - ο άτομα που λαμβάνουν φάρμακα για την καρδιά.

ΑΣΦΑΛΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΜΠΑΤΑΡΙΩΝ

- Αφαιρέστε την μπαταρία σε περίπτωση που η συσκευή δεν πρόκειται να χρησιμοποιηθεί για μεγάλο χρονικό διάστημα και αποθηκεύστε την σε θερμοκρασία περιβάλλοντος εντός δροσερού και χωρίς υγρασία χώρου.
- MHN φορτίζετε τις μπαταρίες εφόσον δεν είναι επαναφορτιζόμενου τύπου.
- MHN επαναφορτίζετε μπαταρίες –επαναφορτιζόμενες- με τρόπους που δεν αναφέρονται στο εγχειρίδιο ή μέσω μη ενδεδειγμένων συσκευών.
- MHN τοποθετείτε τις μπαταρίες έναντι πηγών θερμότητας ή σε σημεία με ηλιακή ακτινοβολία. Κάτι τέτοιο θα οδηγούσε σε βλάβη ή ακόμη και έκρηξη των μπαταριών.
- MHN πετάτε τις μπαταρίες στη φωτιά.
- Η αφαίρεση ή η αντικατάσταση των μπαταριών θα πρέπει να διενεργείται από ενήλικες.
- Κρατήστε τις μπαταρίες μακριά από παιδιά: η κατάποση μπαταριών μπορεί να επιφέρει τον θάνατο. Σε περίπτωση κατάποσης μπαταριών, επικοινωνήστε άμεσα με έναν γιατρό.
- Το οξύ που περιέχουν οι μπαταρίες είναι διαβρωτικό. Έτσι, θα πρέπει αποφεύγεται η επαφή του με το δέρμα, τα μάτια και τα ρούχα.

ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΣΥΣΤΑΣΗ

Η σωματική σύσταση αποτελείται από:

- μη λιπώδη μάζα: όλα τα συστατικά που δεν περιέχουν λίπος (νερό, μύες, συνδετικός ιστός ή άλλα οργανικά συστατικά που δεν περιέχουν λιπαρά στοιχεία), τα οστά, τα όργανα και το αίμα.
- λιπώδη μάζα: όλα τα λίπη που περιέχονται στους λιπώδεις ιστούς ή σε άλλους ιστούς/όργανα.
- οστική μάζα.

 Με τη βοήθεια των ηλεκτροδίων που βρίσκονται στη βάση της συσκευής, η ζυγαριά εκπέμπει ηλεκτρική τάση χαμηλής έντασης που διαπερνά τη μάζα του σώματος. Οι μάζες –ανάλογα με το είδος τους- αντιπρόσω με διαφορετικό τρόπο όταν διαπερνώνται από ηλεκτρικό ρεύμα: η μη λιπαρή μάζα ασκεί π.χ. μικρότερη αντίσταση σε σχέση με εκείνη που ασκεί η λιπαρή μάζα. Αυτή η αντίσταση που ασκεί το σώμα ονομάζεται βιοηλεκτρική εμπέδηση. Το ποσοστό που σχετίζεται με τις διάφορες σωματικές μάζες ποικίλει ανάλογα με το φύλο, την ηλικία και το ύψος του ατόμου.

% λιπώδης μάζας (στοιχείο που φαίνεται στην οθόνη της ζυγαριάς και στην εφαρμογή)
 Το ποσοστό λίπους που υποδεικνύεται στον ακόλουθο πίνακα απεικονίζει το συνολικό λίπος που προκύπτει από το άθροισμα βασικού και αποθηκευμένου λίπους. Το βασικό λίπος είναι απαραίτητο για διάφορες λειτουργίες του οργανισμού: το ποσοστό για τους άνδρες είναι 3%, ενώ για τις γυναίκες 12%. Το αποθηκευμένο λίπος δίνει ενέργεια, σας προστατεύει από τραυματισμούς και, τέλος, μονώνει το σώμα διατηρώντας έτσι τη θερμοκρασία του. Τα εν λόγω ποσοστά ποικίλουν ανάλογα με την ηλικία και το φύλο του κάθε ατόμου –όπως υποδεικνύει και η πινακίδα που ακολουθεί. **Στην περίπτωση που τα ποσοστά της ζυγαριάς υποδείξουν μία τιμή που βρίσκεται εκτός του «φυσιολογικού εύρους» της ταμπέλας, σας συμβουλευόμαστε να απευθυνθείτε σε έναν γιατρό.**

ΠΙΝΑΚΑΣ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΛΙΠΟΥΣ «BODYFAT»					
	Ηλικία	ΛΙΠΟΒΑΡΗΣ	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΟΣ	ΥΠΕΡΒΑΡΟΣ	ΠΑΧΥΣΑΡΚΟ
ΓΥΝΑΙΚΑ	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
ΑΝΔΡΑΣ	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% μιλκής μάζας (στοιχείο που φαίνεται στην οθόνη της ζυγαριάς και στην εφαρμογή)
 Υπάρχουν 3 διαφορετικά είδη μιλκού ιστού: Λείος, γραμμωτός μιλκός ιστός και γραμμωτός καρδιακός μιλκός ιστός. Ο λείος μιλς αποτελείται από ίνες και που βρίσκονται στα τοιχώματα του πεπτικού σωλήνα, των αναπνευστικών οδών, των γεννητικών οργάνων, των αιμοφόρων αγγείων και των αρτηριών. Ο γραμμωτός μιλκός ιστός, στον άνδρα, συνθέτει το σκελετικό μιλκό σύστημα και τους μύες του προσώπου. Ο γραμμωτός καρδιακός μιλκός ιστός την καρδιά. Η παρούσα ζυγαριά υπολογίζει α. το σκελετικό μιλκό σύστημα και β. τον λείο μιλκό ιστό [σε ποσοστό επί τοις εκατό %] του οργανισμού. Κατά μέσο όρο, το 40% του σωματικού βάρους αποτελείται από σκελετικούς μύες. Ο άνδρας διαθέτουν συνήθως ένα εντονότερο μιλκό σύστημα σε σχέση με τις γυναίκες, ενώ στην περίπτωση των αθλητών η ένταση αυξάνεται περαιτέρω. Το ποσοστό μιλκής μάζας φθίνει με την πάροδο του χρόνου.

% νερό (στοιχείο που φαίνεται στην οθόνη της ζυγαριάς και στην εφαρμογή)
 Τα ποσοστά % συγκέντρωσης νερού στο σώμα είναι διαφορετικά στους άνδρες και τις γυναίκες. Στις γυναίκες που δεν παρουσιάζουν κάποιο πρόβλημα υγείας κυμαίνεται από 45% έως 60%, ενώ στους άντρες από 50% έως 65%. Τα ποσοστά συγκέντρωσης νερού είναι μεγαλύτερα σε νεαρά άτομα και μειώνονται με την πάροδο του χρόνου. Διακυμάνσεις του σωματικού βάρους μπορεί να σημειωθούν μέσα σε ένα μικρό (ώρες), μεσαίο (ημέρες) ή μεγάλο (εβδομάδες) χρονικό διάστημα. Μικρές μεταβολές σε επίπεδο βάρους μέσα σε λίγες μόνον ώρες είναι φυσιολογικές και οφείλονται στην κατακράτηση υγρών, ήτοι στο εξωκυττάριο νερό (το οποίο συμπεριλαμβάνει το διάμεσο και διακυτταρικό υγρό, το πλάσμα και τη λέμφο) το μόνο στοιχείο που μπορεί να εναλλάσσεται τόσο γρήγορα. Στην περίπτωση που καταγράφονται μειώσεις του βάρους μέσα σε λίγες μόνον ημέρες είναι σχεδόν σίγουρο ότι αυτές οφείλονται σε διακυμάνσεις των ποσοτήτων νερού.

Βασικός μεταβολικός ρυθμός (στοιχείο που φαίνεται μόνο στην εφαρμογή)
 Ο βασικός μεταβολικός ρυθμός (ή BMR, basal metabolic rate) είναι η ελάχιστη αναγκαία ποσότητα θερμίδων για το σώμα ώστε να λειτουργήσει, δηλαδή για την κυκλοφορία του αίματος, την αναπνοή, την πέψη, τη διατήρηση της θερμοκρασίας του σώματος. Ο βασικός μεταβολικός ρυθμός υπολογίζεται στο άτομο που βρίσκεται σε κατάσταση ηρεμίας, ξεπλυμένο ανάσκελα, χωρίς να έχει καταναλώσει τροφή για 12 ώρες, μετά από τουλάχιστον 8 ώρες ύπνου και σε θερμοκρασία περιβάλλοντος περίπου 20°C. Ο βασικός μεταβολικός ρυθμός για τους ενήλικες κυμαίνεται μεταξύ 1200 και 1800 kcal. Ο βασικός μεταβολικός ρυθμός επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες: ηλικία, φύλο, ύψος, σωματική σύσταση, πυρετός, καταπόνηση, διατροφική κατάσταση και θερμοκρασία περιβάλλοντος.

Δείκτης μάζας σώματος (στοιχείο που φαίνεται στην οθόνη της ζυγαριάς και στην εφαρμογή)
 Ο δείκτης μάζας σώματος είναι η αναλογία σωματικού βάρους και ύψους του ατόμου. Η κατάταξη που αναφέρεται παρακάτω, συσχετίζεται με τον κίνδυνο που ενδέχεται να προκύψει για την υγεία σε περίπτωση ακατάλληλου σωματικού βάρους: όταν ο ΔΜΣ βρίσκεται μεταξύ 18,5 και 24,9 σημαίνει ότι το βάρος δεν επηρεάζει την κατάσταση της υγείας και μπορεί να θεωρηθεί κανονικό. Κάθε απόκλιση προς τα πάνω ή κάτω του ΔΜΣ μπορεί να θεωρηθεί επικίνδυνο για την κατάσταση της υγείας και συνιστάται να συμβουλευτείτε τον γιατρό σας. Μια εξισορροπημένη διαίτα και η άσκηση βοηθούν να βελτιώσετε την ποιότητα ζωής σας, την υγεία σας, να προλάβετε παθήσεις, να αυξήσετε την ενεργητικότητα σας και να διατηρήσετε το ιδανικό σας βάρος! Σημαντικό είναι να γνωρίζετε, ωστόσο, ότι ο δείκτης μάζας σώματος δεν διαχωρίζει τις διακυμάνσεις του βάρους που οφείλονται στην μιλκή μάζα, στην οστική μάζα, στο νερό ή στη συσσώρευση λίπους. Επομένως, ο απλός υπολογισμός του ΔΜΣ δεν πρέπει να μας ωθεί σε αυτοσχέδιες διαίτες. Η αξιολόγηση θα πρέπει να γίνει από έναν γιατρό ή άλλους ειδικούς όπως διατροφολόγος ή ένας διαιτολόγος.

Σωματική ισορροπία (στοιχείο που φαίνεται μόνο στην οθόνη της ζυγαριάς)

Η ζυγαρία σας επιτρέπει να παρακολουθείτε την πορεία της σωματικής σας ισορροπίας. Η οθόνη εμφανίζει το ποσοστό του βάρους αντίστοιχα στο δεξί και στο αριστερό τμήμα του σώματός σας και δείχνει με τα ακόλουθα σύμβολα την κατάσταση της ισορροπίας:

ΣΥΜΒΟΛΟ	ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ
≈	Κατάσταση σωματική ισορροπίας
>	Πιθανή σωματική ανισορροπία αριστερά
<	Πιθανή σωματική ανισορροπία δεξιά

Υποδείξεις


- Κατά την αξιολόγηση της σωματικής σύστασης θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη:
 - Η μείωση βάρους στην περίπτωση που το ποσοστό σωματικού λίπους παραμένει σταθερό (ή αυξάνεται) υποδεικνύει ότι το σώμα έχει χάσει υγρά (όπως συμβαίνει π.χ. μετά από μία προπόνηση, μία σάουνα ή μία διαίτα που περιορίζεται σε μία γρήγορη απώλεια βάρους).
 - Μία αύξηση του βάρους που συνοδεύεται από μία μείωση των ποσοτών σωματικού λίπους (ή όταν αυτό παραμένει σταθερό) υποδεικνύει μία αύξηση της μυϊκής μάζας.
 - Όταν το βάρος και τα επίπεδα σωματικού λίπους μειώνονται ταυτόχρονα σημαίνει ότι η διαίτα λειτουργεί κι έτσι χάνεται όγκο.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ (βλέπε εικ.1)

- Οθόνη
 - Βάρος
 - Ποσοστό βάρους αριστερά
 - Σύμβολο σωματικής ισορροπίας
 - Ποσοστό βάρους δεξιά
 - % μάζας λίπους
 - % νερού
 - Καρδιακός παλμός
 - Δείκτης μάζας σώματος
 - % μυϊκής μάζας
- Ηλεκτρόδια ITO
- Θήκη μπαταριών

ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

- Ικανότητα: 180 kg / 400 lb
- Υποδιάρθρωση: 100 g / 0.2 lb
- 4 αντικαταστάσιμες αλκαλικές μπαταρίες 1.5V AAA
- Έγχρωμη οθόνη LCD VA (Vertical Alignment)
- Συχνότητα λειτουργίας: 2426-2460 MHz, ενεργός ακτινοβολούμενη ισχύς: <0,9 dBm
- Περιβαλλοντικές συνθήκες λειτουργίας:+10 °C +40 °C, RH ≤85%
- Περιβαλλοντικές συνθήκες φύλαξης: +10 °C +50 °C, RH ≤ 85%

	Η ζυγαρία υπολογίζει τη σύσταση του σώματος ατόμων ηλικίας από 12 έως 99 ετών με ύψος από 90 έως 220 εκ.
--	--

ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

- Να ζυγίζετε πάντα στην ίδια ζυγαρία και την ίδια ώρα, κατά προτίμηση όταν ξυπνάτε και χωρίς ρούχα.
- Αφού σηκωθείτε, περιμένετε 15 λεπτά περίπου ούτως ώστε το νερό να διανεμηθεί σωστά σε όλο το σώμα.

- Είναι σημαντικό να ζυγίζεστε με γυμνά πόδια, εντελώς στεγνά και τοποθετημένα σωστά επάνω στα ηλεκτρόδια (δείτε εικόνα). Οι γόμπες δεν θα πρέπει να είναι κολλημένες μεταξύ τους ούτως ώστε η ζυγαρία να λειτουργεί σωστά.
- Η ακρίβεια των δεδομένων που παρέχει η ζυγαρία μπορεί να αλλοιωθεί στις ακόλουθες περιπτώσεις:
 - υψηλά επίπεδα αλκοόλ
 - υψηλά επίπεδα καφεΐνης ή ναρκωτικών ουσιών
 - μετά από βαριά γεύματα
 - έντονη αθλητική δραστηριότητα
 - κατά τη διάρκεια αρωστίας
 - κατά την κύηση
 - υπό την παρουσία προβλημάτων αφυδάτωσης
 - βρεγμένα ή ακάθαρτα πόδια
 - πρησμένες γόμπες

ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

ΠΡΩΤΗ ΧΡΗΣΗ

- Η παρούσα ζυγαρία λειτουργεί με 4 αντικαταστάσιμες αλκαλικές μπαταρίες 1.5V τύπου AAA.
- Για να τοποθετήσετε τις μπαταρίες ανοίξτε την υποδοχή των μπαταριών ωθώντας το καπάκι προς την κατεύθυνση του βέλους.
- Εισάγετε τις μπαταρίες λαμβάνοντας υπόψη την πολικότητα που υποδεικνύεται. Κλείστε το καπάκι.


ΕΠΙΛΟΓΗ ΜΟΝΑΔΑΣ ΜΕΤΡΗΣΗΣ

Μπορείτε να επιλέξετε τη μονάδα μέτρησης για το ζύγισμα στην εφαρμογή «LAICA Home Wellness». Δεν μπορείτε να αλλάξετε τη μονάδα μέτρησης που εμφανίζεται στην οθόνη LCD της ζυγαριάς.

ΧΡΗΣΗ

α. Μόνο μέτρηση του σωματικού βάρους

- Τοποθετήστε τη ζυγαρία πάνω σε μία επίπεδη και σκληρή επιφάνεια. Στην περίπτωση που το πάτωμα υποχωρεί ή είναι ασυνεχές (όπως π.χ. στην περίπτωση χαλιών, μοκέτας ή μουσαμά) οι ενδείξεις βάρους μπορεί να είναι ανακριβείς.
- Με τη ζυγαρία απενεργοποιημένη ανεβείτε πάνω της έχοντας τα πόδια παράλληλα μεταξύ τους και το βάρος ομοιόμορφα κατανομημένο (δείτε σχέδια). Περιμένετε χωρίς να κινείστε έως ότου η ζυγαρία υπολογίσει το βάρος σας και εμφανίσει τη σωματική ισορροπία. Κατά τη διάρκεια της μέτρησης μην ακουμπάτε σε σταθερά ή άλλοι είδους αντικείμενα ή επιφάνειες ούτως ώστε να μην αλλοιώσετε τις τιμές βάρους.
- Κατεβείτε από τη ζυγαρία. Η οθόνη εξακολουθεί να δείχνει το βάρος για λίγα δευτερόλεπτα και στη συνέχεια σβήνει αυτόματα.

	Για να εμφανίσετε στην οθόνη LCD τα στοιχεία που αφορούν τη σύσταση του σώματος, η ζυγαρία θα πρέπει να συνδεθεί στην εφαρμογή «LAICA Home Wellness».
---	---




β. Λειτουργία με εφαρμογή: υπολογισμός της σύστασης του σώματος

- Κατάλογος συμβατών συστημάτων:
- iOS:** iPhone με λειτουργικό σύστημα από 10.
 - Για συσκευή με λειτουργικό σύστημα Android™:** από έκδοση 6.0 (Marshmallow).





Συμβατή με τεχνολογία bluetooth 4.0 και άνω, η ζυγαρία αποστέλλει τα δεδομένα που αφορούν τη σύσταση του σώματος (ποσοστό λίπους, νερού, σκελετικών μωών, τιμή βασικού μεταβολισμού και δείκτη μάζας σώματος) στο smartphone για την καλύτερη ανάλυση της σύστασης του βάρους. **Όταν είναι συνδεδεμένη με την εφαρμογή, η ζυγαρία δείχνει τα στοιχεία της σύστασης του σώματος και στην οθόνη της.** Κατά τη διάρκεια των ακόλουθων εργασιών συνιστάται να έχετε το smartphone κοντά στη ζυγαρία για να διατηρήσετε ενεργή τη σύνδεση.


- Ενεργοποιήστε το bluetooth από τις ρυθμίσεις του smartphone
- Εγκαταστήστε στο smartphone τη δωρεάν εφαρμογή «LAICA Home Wellness»
- Ανοίξτε την εφαρμογή και ακολουθήστε τις οδηγίες για να προσθέσετε το προϊόν και για να δημιουργήσετε έναν νέο χρήστη εισάγοντας τα προσωπικά σας στοιχεία.
- Ενεργοποιήστε τη ζυγαρία πατώντας στο κέντρο της: η οθόνη θα εμφανίσει την ένδειξη «0.0».
- Πατήστε στην εφαρμογή το κουμπί «ΑΝΙΧΝΕΥΣΗ ΒΑΡΟΥΣ» για να συνδεθεί η εφαρμογή στη ζυγαρία και ανεβείτε επάνω στη ζυγαρία φροντίζοντας να τοποθετήσετε σωστά τα γυμνά πόδια επάνω στα ηλεκτρόδια ITO. Η ζυγαρία εμφανίζει:
 - το βάρος,
 - τη σωματική ισορροπία

- Μείνετε ακίνητοι πάνω στη ζυγαρία έως ότου η οθόνη LCD εμφανίσει τα εξής στοιχεία:
 - το βάρος


• τη σωματική ισορροπία	• το ποσοστό νερού	
• το ποσοστό σωματικού λίπους	• το ποσοστό μυϊκής μάζας	
• τον δείκτη μάζας σώματος	• τον καρδιακό παλμό	


Ταυτόχρονα η εφαρμογή δείχνει:

- το βάρος
- το βάρος-στόχος (αν έχει ρυθμιστεί στην εφαρμογή)
- το ποσοστό σωματικού λίπους 
- το ποσοστό νερού 
- τον βασικό μεταβολισμό **Kcal**
- τον δείκτη μάζας σώματος (ΔΜΣ) 
- το ποσοστό μυϊκής μάζας 

	• Αν κατεβείτε από τη ζυγαρία προτού εμφανιστούν όλα τα στοιχεία, η εφαρμογή και η ζυγαρία δεν θα δείξουν τα στοιχεία που αφορούν τη σύσταση του σώματος. • Η ζυγαρία εμφανίζει τις τιμές με ένα δεκαδικό ψηφίο μετά την υποδιαστολή, ενώ η εφαρμογή δείχνει τις τιμές με δύο δεκαδικά ψηφία.
---	--

7. Η ζυγαρία σβήνει αυτόματα μετά από περίπου 10 δευτερόλεπτα εκτός χρήσης. Συγκρίνετε το ποσοστό λίπους που ανιχνεύεται με τις παραμέτρους που αναφέρονται στον «πίνακα bodyfat»: αν βρίσκεται εκτός των κανονικών τιμών, συμβουλευτείτε τον γιατρό σας. Ελέγξτε επίσης το ποσοστό νερού όπως υποδεικνύεται στην παράγραφο «% νερού» και το ποσοστό μυϊκής μάζας όπως υποδεικνύεται στην παράγραφο «% μυϊκής μάζας».

	Από τη δεύτερη χρήση της ζυγαριάς με την εφαρμογή «Laica Home Wellness», η ζυγαρία θα μπορεί να αναγνωρίσει τον χρήστη από το βάρος του (για μεταβολές βάρους έως 2 kg).
--	--

	Σε αυτή την περίπτωση, όταν η ζυγαρία δείχνει το βάρος και τη σωματική ισορροπία, αυτόματα εμφανίζει τα στοιχεία που αφορούν τη σύσταση του σώματος ακόμη και χωρίς τη χρήση της εφαρμογής «LAICA Home Wellness». Τα στοιχεία που εμφανίζονται από τη ζυγαρία χωρίς τη χρήση της εφαρμογής δεν καταχωρούνται στην εφαρμογή και δεν μπορούν μετέπειτα να αποσταλούν. Σε περίπτωση που υπάρχουν περισσότεροι χρήστες με παρόμοιο βάρος (έως 2 kg), η ζυγαρία ενδέχεται να χρησιμοποιήσει τις παραμέτρους του άλλου χρήστη. Συνιστάται η χρήση της ζυγαριάς με την εφαρμογή «LAICA Home Wellness» ώστε να μην μπερδεύονται τα στοιχεία της σωματικής σύστασης με εκείνα των άλλων χρηστών και για να μπορείτε να τα καταχωρείτε και να τα παρακολουθείτε στην εφαρμογή. <ul style="list-style-type: none"> Κατά τη διάρκεια του ζυγίσματος βεβαιωθείτε ότι η εφαρμογή είναι ενεργοποιημένη στο smartphone προκειμένου να επιβεβαιώσετε την άμεση αποστολή των στοιχείων σχετικά με τη σύσταση του σώματός σας. Προτού προχωρήσετε στο επόμενο ζύγισμα, επιβεβαιώστε ότι η σύνδεση bluetooth του smartphone σας είναι ενεργή. Για συσκευές με Android™ θα πρέπει να ενεργοποιήσετε τις υπηρεσίες εντοπισμού τοποθεσίας. Προτού προχωρήσετε στο επόμενο ζύγισμα θα πρέπει πάντα να επιλέγετε τον χρήστη στο smartphone. Τα στοιχεία της σωματικής ισορροπίας και του καρδιακού παλμού εμφανίζονται μόνο στην οθόνη της ζυγαριάς. Κάθε φορά που η ζυγαρία μετατοπίζεται ή ανασηκώνεται κι εν συνεχεία τοποθετείτε εκ νέου επάνω σε μία επιφάνεια, το πρώτο ζύγισμα δεν θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κι αυτό διότι απαιτείται αναδιοργάνωση της ηλεκτρονικής κάρτας. Λάβετε υπόψη το δεύτερο καθώς και τα επόμενα ζυγίσματα, διότι σε ορισμένες περιπτώσεις το πρώτο ενδέχεται να έχει επηρεαστεί από την παραπάνω αιτία.
---	--

ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΜΠΑΤΑΡΙΩΝ

- Όταν στην οθόνη εμφανιστεί η ένδειξη “LO” ή το σύμβολο της μπαταρίας προχωρήστε με την αντικατάσταση των μπαταριών, χρησιμοποιώντας μπαταρίες ίδιου τύπου.
- Ανοίξτε την υποδοχή των μπαταριών ωθώντας το καπάκι προς την κατεύθυνση του βέλους.
 - Αφαιρέστε τις αποφορτισμένες μπαταρίες όπως υποδεικνύεται στην παράγραφο “Διαδικασία απόρριψης”.
 - Τοποθετήστε τις μπαταρίες με προσοχή ώστε να διατηρήσετε την πολικότητα που υποδεικνύεται.
 - Κλείστε τη θήκη των μπαταριών.

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

- Αποθηκεύστε τη συσκευή σε δροσερό και στεγνό περιβάλλον.
- Φυλάξτε τη συσκευή σε οριζόντια θέση
- Καθαρίζετε τη ζυγαρία χρησιμοποιώντας αποκλειστικά ένα απαλό και στεγνό πανί.
- Μη χρησιμοποιείτε ποτέ χημικά ή διαβρωτικά προϊόντα.


ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΕΠΙΛΥΣΗ

Πρόβλημα	Πιθανή αιτία	Επίλυση
Η ζυγαρία δεν ανάβει.	Δεν έχετε ανέβει με το σωστό τρόπο στη ζυγαρία.	Ανεβείτε στη ζυγαρία με τα πόδια παράλληλα. Προσοχή: ανάβει μόνο όταν ανεβείτε.
	Οι μπαταρίες έχουν εξαντληθεί.	Αντικαταστήστε τις μπαταρίες.

Πρόβλημα	Πιθανή αιτία	Επίλυση
Στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη «Lo» ή το σύμβολο της μπαταρίας.	Οι μπαταρίες έχουν αποφορτιστεί.	Προχωρήστε στην αντικατάσταση.
Στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη «Err».	Βάρος εκτός εύρους ζυγαριάς.	Αφαιρέστε αμέσως το βάρος από τη ζυγαριά για να μην την καταστρέψετε και ελέγξτε τις μέγιστες επιτρεπόμενες τιμές βάρους.
Η οθόνη δείχνει μόνο το βάρος και τη συμμετρική ισορροπία.	Ζυγιατήκατε για πρώτη φορά χωρίς να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή «LAICA Home Wellness».	Για να εμφανιστεί όλα τα στοιχεία που αφορούν τη σύσταση του σώματος θα πρέπει να συνδέσετε τη ζυγαριά στην εφαρμογή «LAICA Home Wellness». Ξαναδιαβάστε την παράγραφο «Λειτουργία με εφαρμογή: υπολογισμός της σύστασης του σώματος.»
	Κατεβήκατε από τη ζυγαριά προτού εμφανιστούν τα στοιχεία της σύστασης του σώματος.	Περιμένετε χωρίς να κινείστε επάνω στη ζυγαριά έως ότου στην οθόνη εμφανιστούν όλα τα στοιχεία.
	Δεν ανεβήκατε επάνω στη ζυγαριά με γυμνά τα πόδια.	Ανεβείτε στη ζυγαριά με γυμνά τα πόδια.
	Η επιδερμίδα των ποδιών είναι υπερβολικά ξηρή.	Θα πρέπει να υγράνετε λίγο την επιδερμίδα των ποδιών.
Η Εφαρμογή «LAICA Home Wellness» δεν εμφανίζει κανένα δεδομένο.	Το bluetooth δεν έχει ενεργοποιηθεί μέσω των ρυθμίσεων της συσκευής smartphone.	Ενεργοποιήστε το bluetooth της συσκευής smartphone.
	Η συσκευή smartphone έχει περάσει σε κατάσταση αναμονής (stand-by) κατά τη διάρκεια της διαδικασίας ζυγίσματος.	Διατηρήστε την εφαρμογή ενεργοποιημένη στο smartphone κατά τη διάρκεια του ζυγίσματος για να ελέγχετε ανά πάσα στιγμή την άμεση αποστολή των δεδομένων.
	Δεν πατήθηκε το κουμπί «ANIXNEYSH BAP0YΣ» στην εφαρμογή.	Πατήστε το κουμπί «ANIXNEYSH BAP0YΣ» στην εφαρμογή για να αποστείλετε τα δεδομένα από τη ζυγαριά στην εφαρμογή.
Η εφαρμογή «LAICA Home Wellness» δείχνει μόνο το συμμετρικό βάρος.	Δεν ανεβήκατε επάνω στη ζυγαριά με γυμνά τα πόδια.	Ανεβείτε στη ζυγαριά με γυμνά τα πόδια.
	Η επιδερμίδα των ποδιών είναι υπερβολικά ξηρή.	Θα πρέπει να υγράνετε λίγο την επιδερμίδα των ποδιών.

Όλα τα βάρη είναι κατά προσέγγιση, και στρωγγυλοποιούνται κατά το μέγιστο ή το ελάχιστο προς το πλησιέστερο αριθμό, εξασφαλίζοντας, ωστόσο, ακρίβεια της τάξης του +/-1% + 1 διαχωρισμός.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΠΟΡΡΙΨΗΣ

 Το σύμβολο που βρίσκεται στο κάτω μέρος της συσκευής υποδεικνύει την ξεχωριστή αποκομιδή των ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών μηχανημάτων (Dir. 2012/19/Eu-WEEE). Στο τέλος της ωφέλιμης ζωής της συσκευής, μην την πετάξετε ως δημόσιο στερεό μεικότο απόρριμμα, αλλά πετάξτε τη στο ειδικό κέντρο αποκομιδής που βρίσκεται στην περιοχή σας ή επιστρέψτε τη στην αντιπρόσωπο κατά την αγορά μιας καινούριας συσκευής ίδιου τύπου και με τις ίδιες λειτουργίες. Αν η συσκευή προς διάθεση είναι διαστάσεων μικρότερων των 25 εκ, μπορείτε να το παραδώσετε σε ένα σημείο πώλησης με διαστάσεις άνω των 400 τμ. Χωρίς υποχρέωση αγοράς νέας παρόμοιας διάταξης.Αυτή η διαδικασία της ξεχωριστής αποκομιδής των ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών

μηχανημάτων γίνεται με την προοπτική μας κοινής περιβαλλοντικής πολιτικής με σκοπό την προστασία, τη φροντίδα και τη βελτίωση της ποιότητας του περιβάλλοντος και για την αποφυγή πιθανών επενεργειών στην υγεία των ανθρώπων που θα προκαλούνται από την παρουσία επικινδύνων ουσιών στα μηχανήματα αυτά ή από μια εσφαλμένη χρήση αυτών ή μερών τους. Προσοχή! Η μη σωστή απόρριψη ή των ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών μηχανημάτων μπορεί να επιφέρει κυρώσεις.

Σε ό,τι αφορά την ορθή διαδικασία απόρριψης των αποφορτισμένων μπαταριών (Οδηγία 2013/56/Eu) αυτές δεν θα πρέπει να τοποθετούνται σε κοινούς κάδους απορριμμάτων, αλλά να προσκομίζονται σε ειδικά σημεία περιουλολής με σκοπό την ανακύκλωσή τους. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις διαδικασίες απόρριψης των μπαταριών, επικοινωνήστε με το κατάστημα από το οποίο αγοράσατε τη συσκευή που περιείχε τις μπαταρίες, το Δήμο ή την τοπική υπηρεσία διάθεσης απορριμμάτων.

CE Αυτό το προϊόν ενδείκνυται για οικιακή χρήση. Η συμμόρφωση, που τεκμηριώνεται από το σήμα της ΕΕ πάνω στη συσκευή, έχει σχέση με την οδηγία 2014/30/Eu της για την ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα. Αυτό το προϊόν είναι ένα ηλεκτρονικό εργαλείο και έχει ελεγχθεί έτσι ώστε να εξασφαλίζεται, με το τωρινό επίπεδο των τεχνικών γνώσεων, τόσο το ότι δε θα παρεμποδίζει άλλα μηχανήματα που βρίσκονται κοντά (ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα) όσο και το ότι θα είναι ασφαλές αν χρησιμοποιείται σύμφωνα με τις ενδείξεις που αναφέρονται στις οδηγίες χρήσης. Σε περίπτωση που η συσκευή έχει μη αναμενόμενη συμπεριφορά, σταματήστε τη χρήση της και αν είναι απαραίτητο επικοινωνήστε κατευθείαν με τον κατασκευαστή.

Ο κατασκευαστής, Laica S.p.A., δηλώνει ότι η συσκευή είναι σύμφωνη με την Οδηγία 2014/53/Eu. Η πλήρης δήλωση συμμόρφωσης είναι διαθέσιμη στην εξής ηλεκτρονική διεύθυνση: www.laica.it.

ΕΓΓΥΗΣΗ

Η παρούσα συσκευή έχει εγγύηση 2 ετών από την ημερομηνία της αγοράς που πρέπει να τεκμηριώνεται με **εφθραγίδα ή υπογραφή του αντιπροσώπου και με την αποδείξη πληρωμής που θα φροντίσετε να έχετε συνημμένη εδώ.** Η περίοδος αυτή είναι σύμφωνη με την ισχύουσα νομοθεσία και ισχύει μόνο σε περίπτωση ιδιότης καταναλωτή. Τα προϊόντα Laica έχουν σχεδιαστεί για οικιακή χρήση και δεν επιτρέπεται η χρήση τους σε καταστήματα. Η εγγύηση καλύπτει μόνο ελαττώματα κατασκευής και δεν ισχύει όταν οι βλάβες έχουν προκληθεί από τυχαίο γεγονός, εσφαλμένη χρήση, αμέλεια ή ακατάλληλη χρήση του προϊόντος. Να χρησιμοποιείτε μόνο τα εξαρτήματα που παρέχονται. Η χρήση διαφορετικών εξαρτημάτων μπορεί να επιφέρει ακύρωση της εγγύησης. Μην ανοίγετε τη συσκευή για κανένα λόγο. Αν υφίσταται ή σκοπιάσει τη συσκευή, η εγγύηση ακυρώνεται οριστικά. Η εγγύηση δεν ισχύει για μέρη που υφίστανται φθορά λόγω χρήσης και για μπαταρίες που παρέχονται μαζί με τη συσκευή. Όταν περάσουν 2 χρόνια από την αγορά, η εγγύηση ακυρώνεται. Σε αυτή την περίπτωση οι επεμβάσεις τεχνικής βοήθειας γίνονται με πληρωμή. Μπορείτε να ζητήσετε πληροφορίες για επεμβάσεις τεχνικής βοήθειας, είτε είναι μέσα στην εγγύηση είτε γίνονται με πληρωμή, επικοινωνώντας με το info@laica.com. Δεν χρειάζεται καμία συμβολή για επισκευές και αντικαταστάσεις προϊόντων που εμπίπτουν στους όρους της εγγύησης. Σε περίπτωση βλάβης απευθυνθείτε στον αντιπρόσωπο. ΜΗΝ αποστείλετε κατευθείαν στη LAICA. Όλες οι επεμβάσεις εντός της εγγύησης (όπου συμπεριλαμβάνονται και η αντικατάσταση του προϊόντος ή ενός εξαρτήματός του) δε θα παρατείνουν τη διάρκεια της περιόδου της αρχικής εγγύησης του προϊόντος που αντικαταστάθηκε. Η κατασκευαστική εταιρεία απορρίπτει κάθε ευθύνη για τυχόν βλάβες που μπορεί, άμεσα ή έμμεσα, να προκληθούν σε άτομα, αντικείμενα ή κατοικίδια ζώα εξαιτίας της μη τήρησης όλων των προδιαγραφών που υποδεικνύονται στο ειδικό φυλλάδιο οδηγιών και που αφορούν, ειδικά, τις προειδοποιήσεις σχετικά με την εγκατάσταση, τη χρήση και τη συντήρηση της συσκευής. Η επιχείρηση Laica, εφόσον ασχολείται συνεχώς με τη βελτίωση των προϊόντων της, διατηρεί το δικαίωμα να τροποποιήσει χωρίς καμία προειδοποίηση καθ' ολοκληρία ή εν μέρει τα προϊόντα της σε σχέση με τις ανάγκες παραγωγής, χωρίς αυτό να συνεπάγεται ευθύνη εκ μέρους της επιχείρησης ή των αντιπροσώπων της.



CÂNTAR ELECTRONIC SMART PENTRU PERSOANE, CU CALCUL AL % DE GRĂSIME CORPORALĂ, AL % DE APĂ, AL % DE ȚESUT MUSCULAR ȘCHELETIC, METABOLISM BAZAL, INDICE DE MASĂ CORPORALĂ, ECHILIBRU CORPORAL ȘI DETECTARE A PULSULUI – INSTRUCȚIUNI ȘI GARANȚIE

Stimate client, societatea Laica (vă mulțumeste pentru că ați ales acest produs, realizat conform unor criterii de fiabilitate și calitate, pentru deplina satisfacție a clienților noștri.

IMPORTANT CITIȚI CU ATENȚIE ÎNAINTE DE A UTILIZA PRODUSUL PĂSTRAȚI INSTRUCȚIUNILE PENTRU A LE PUTEA CONSULTA PE VIITOR

Manualul de instrucțiuni reprezintă o parte integrantă a produsului și trebuie păstrat pe toată perioada de utilizare a acestuia. În cazul în care aparatul este cedat unui nou proprietar, predați acestuia și întreaga documentație aferentă.



Pentru o utilizare sigură și corectă a produsului, utilizatorul are obligația de a citi cu atenție instrucțiunile și avertismentele din cuprinsul manualului, deoarece acestea conțin informații importante cu privire la siguranță, instrucțiuni de utilizare și întreținere. În caz de pierdere a manualului de instrucțiuni sau dacă aveți nevoie de mai multe informații sau lămuriri, vă rugăm să completați formularul aferent, disponibil pe site-ul <https://www.laica.it/> în secțiunea Întrebări Frecvente și Asistență.

Cântar electronic pentru persoane - măsoară greutatea, calculează compoziția corporală (procent de grăsime corporală, de apă, de țesut muscular scheletic, indice de masă corporală) și metabolismul bazal, în funcție de înălțime, vârstă și sex. De asemenea, cântarul pentru persoane detectează echilibrul corporal și pulsul. Compatibil cu tehnologia bluetooth 4.0 l și versiunile superioare, pentru transmiterea automată a datelor măsurate către propriul smartphone, pentru a putea monitoriza, în orice moment, propriile progrese. Tehnologie cu electrozi din material ITO (oxid de indiu și staniu): un inovator învelș conductor sensibil ce detectează, rapid și precis, informațiile privind compoziția corporală.

CUPRINS

LEGENDĂ SIMBOLURI
AVERTISMENTE PRIVIND SIGURANȚA
COMPOZIȚIE CORPORALĂ
DESCRIEREA PRODUSULUI
INSTRUCȚIUNI DE FOLOSIRE
ÎNȚEȚINERE
PROBLEME ȘI SOLUȚII
PROCEDURI DE DEPOZITARE
GARANȚIE

pagina 39
pagina 39
pagina 40
pagina 41
pagina 41
pagina 42
pagina 42
pagina 43
pagina 43



Avertisment



Interdicție

LEGENDĂ SIMBOLURI

AVERTISMENTE PRIVIND SIGURANȚA

- Înainte de a utiliza produsului, verificați integritatea aparatului, controlând dacă acesta nu este deteriorat. Dacă aveți neclarități, nu utilizați aparatul și adresați-vă distribuitorului dumneavoastră.
- Nu lăsați punga de plastic în care este ambalat produsul la îndemâna copiilor: pericol de sufocare.
- Acest aparat este destinat exclusiv utilizării pentru care a fost proiectat și în modul indicat în instrucțiunile de utilizare. Orice altă utilizare este considerată necorespunzătoare și prin urmare este periculoasă. Producătorul nu își asumă responsabilitatea pentru eventualele daune cauzate de o utilizare necorespunzătoare sau eronată a aparatului.
- Acest aparat nu poate fi utilizat de către copii cu vârstă mai mică de 8 ani fără a fi supravegheați.
- Aparatul poate fi utilizat de persoane cu capacități fizice, senzoriale sau mentale reduce, sau lipsite de experiența necesară, numai după ce acestea au fost instruite în prealabil cu privire la utilizarea sigură a aparatului și după ce au înțeles pericolele pe care le implică utilizarea acestuia. Nu lăsați aparatul la îndemâna copiilor. Operațiunile de curățare și întreținere nu trebuie efectuate de copii, decât dacă sunt supravegheați de un adult.
- În cazul avarierii sau funcționării necorespunzătoare, opriți aparatul, fără a încerca să-l reparați. Pentru reparații, adresați-vă întotdeauna distribuitorului dumneavoastră.
- Cântarul trebuie manevrat cu atenție, trebuie ferit de loviturii, de variații extreme de temperatură, de umezeală, praf, raze directe ale soarelui și surse de căldură.
- ⊗ SE INTERZICE introducerea unor lichide în corpul cântarului. Acest aparat nu este impermeabil. NU lăsați și NU utilizați cântarul în medii saturate cu apă; o umiditate de peste 85% sau contactul cu apa sau cu alte lichide pot cauza coroziunea aparatului, compromițând buna funcționare a acestuia.
- ⊗ NU vă urcați pe cântar cu picioarele ude sau dacă suprafața cântarului este umedă: pericol de alunecare.



ATENȚIE! ÎNAINTE DE A UTILIZA ACEST APARAT

- **Procentul de grăsime corporală, de apă și de țesut muscular scheletic, valoarea metabolismului bazal, datele privind echilibrul corporal și pulsul, calculate de către cântar, trebuie să fie considerate ca fiind date strict orientative. Pentru orice informații suplimentare, adresați-vă medicului sau nutriționistului.**
- **Măsurarea automată înseamnă control, nu diagnosticare sau tratament. Valorile anormale trebuie întotdeauna discutate cu medicul dumneavoastră. Sub nici o formă nu este permisă modificarea dozelor vreunui medicament prescris de medicul dumneavoastră.**
- **Prin intermediul electrozilor montați pe platformă, cântarul transmite o undă usoaară de curent electrică de intensitate redusă, ce traversează masa corporală. Cântarul nu prezintă nici un fel de pericol.**
- **Nu se recomandă utilizarea cântarului de către următoarele categorii de persoane, deoarece datele detectate de către cântar pot fi inexacte:**
 - o persoane cu stimulator cardiac sau cu alt dispozitiv electronic medical
 - o persoane cu febră
 - o copii cu vârstă sub 12 ani
 - o femei însărcinate
- **o persoane care fac dializă, cu edeme la picioare, persoane care suferă de osteoporoză**

o persoane aflate sub tratament medicamentos pentru sistemul cardiovascular. UTILIZAREA SIGURĂ A BATERIILOR

- În cazul în care cântarul nu se utilizează pe o lungă perioadă de timp, bateriile trebuie scoase și păstrate în loc uscat și răcoros, la temperatura mediului ambiant.
- ⊗ NU reîncărcați bateriile, dacă acestea nu sunt reîncărcabile.
- ⊗ NU reîncărcați bateriile reîncărcabile în alte moduri decât cele indicate în manual, sau cu aparate necorespunzătoare.
- ⊗ NU expuneți bateriile la surse de căldură sau la razele directe ale soarelui. Nerespectarea acestei indicații poate duce la avarierea și/sau explozia bateriilor.
- ⊗ NU aruncați bateriile în foc.
- Îndepărtarea și înlocuirea bateriilor pot fi efectuate numai de persoane adulte.
- Nu lăsați bateriile la îndemâna copiilor: înghițirea bateriilor reprezintă un pericol mortal. În caz de înghițire, consultați de urgență un medic.
- Acidul din baterii este coroziv. Evitați contactul cu pielea, ochii sau îmbrăcămintea.

COMPOZIȚIE CORPORALĂ

Compoziția corporală este reprezentată de:

- masa slabă: toate componentele fără grăsime (apă, mușchi, țesut conjunctiv și alte componente organice fără grăsimi), oase, viscere, organe, sânge;
- masa grasă: toate grăsimile ce pot fi extrase din țesutul adipos și din alte țesute/organe;
- masa osoasă.

Prin intermediul electrozilor montați pe platformă, cântarul transmite o undă ușoară de curent electric de intensitate redusă, care traversează masa corporală. Diferitele mase răspund în manieră diferită la această undă de curent: masa slabă opune o rezistență mai mică, față de cea opusă de masa grasă. Această rezistență a corpului se numește impedanță bioelectrică. Procentul corespunzător diferitelor mase corporale diferă în funcție de sex, de vârstă și de înălțimea persoanei.

% de masă grasă (informație vizibilă pe afișajul optic al cântarului și în aplicație)
 Procentul de grăsime indicat în tabelul de mai jos reprezintă grăsimea totală, care este reprezentată de suma dintre grăsimea esențială și grăsimea de rezervă.
 Grăsimea esențială este necesară pentru îndeplinirea diferitelor funcții ale organismului: procentul este de 3% la bărbați și de 12% la femei. Grăsimea de rezervă dă energie, protejează împotriva traumatisemelor fizice și izolează corpul, pentru a păstra căldura acestuia. Aceste procente variază în funcție de vârstă și de sexul individului, așa cum puteți observa în tabelul de mai jos. **Dacă procentele indicate de cântar nu se încadrează în valorile indicate ca fiind "normale" în tabel, se recomandă să vă adresați medicului dumneavoastră.**

TABEL GRĂSIME CORPORALĂ					
	Vârstă	SUBPONDERAL	NORMAL	SUPRAPONDERAL	OBEZ
FEMEIE	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
ANΔPAΣ	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% de masă musculară (informație vizibilă pe afișajul optic al cântarului și în aplicație)
 Există trei tipuri diferite de țesut muscular: neted, striat de tip scheletic și striat de tip cardiac. Mușchiul neted este format din fibre netede, care se găesc în pereții tubului digestiv, ai căilor respiratorii și ai căilor genitale, în peretele vaselor sanguine venoase și arteriale. Țesutul muscular striat scheletic reprezintă, la om, musculatura scheletică și mușchii feței. Mușchiul striat cardiac este reprezentat de inimă.
 Acest cântar calculează procentul % de țesut muscular scheletic și de țesut muscular neted din organism. În medie, 40% din greutatea corporală este reprezentată de mușchii scheletici. De regulă, bărbații au o musculatură mai accentuată decât femeile, iar în general procentul poate să crească la sportivi. Procentul de țesut muscular începe să scadă, o dată cu înaintarea în vârstă.

% de apă (informație vizibilă pe afișajul optic al cântarului și în aplicație)
 Procentul de apă din corp diferă de la femei la bărbați: la femeile adulte sănătoase variază între 45% și 60%, iar la bărbați se încadrează între 50% și 65%.
 Procentul de apă din organism este mai mare în copilărie și scade o dată cu înaintarea în vârstă. Modificările greutății corporale pot să apară în timp scurt (ore), mediu (zile) sau lung (săptămâni). Modificările reduse în greutate, în decurs de câteva ore, sunt absolut normale și se datorează retenției de apă, practic apa extracelulară (care include lichidul interstițial, plasma, limfa și lichidul transcelular) fiind singurul segment ce poate să varieze într-un timp atât de scurt. Atunci când se pierde în greutate în numai câteva zile, este posibil ca această pierdere să fie din procentul total de apă din organism.

Metabolismul bazal (informație vizibilă doar în aplicație)
 Metabolismul bazal (sau BMR, rata metabolică bazală) reprezintă cantitatea minimă de calorii necesară corpului omenesc pentru a supraviețui, adică pentru desfășurarea proceselor de bază, cum ar fi circulația, respirația, digestia, menținerea temperaturii corporale. Metabolismul bazal este calculat la un individ în stare de repaus mental și fizic, în poziția întins pe spate, care nu a mâncat timp de 12 ore, după cel puțin 8 ore de somn și la o temperatură a mediului ambiant constantă de circa 20°C. Metabolismul bazal la adulți oscilează între 1200 și 1800 kcal. BMR este influențat de mulți factori: vârstă, sex, înălțime, compoziție corporală, febră, stres, starea de nutriție și temperatura mediului ambiant.

Indicele de masă corporală (informație vizibilă pe afișajul optic al cântarului și în aplicație)

TABEL IMC	TABEL IMC
SUBPONDERAL	<18.5
NORMAL	18.5-24.9
SUPRAPONDERAL	25.0-29.9
OBEZ	>30

Indicele de masă corporală face legătura dintre greutatea corporală și înălțimea unei persoane. Clasificarea indicată mai jos este corelată cu riscul pe care greutatea corporală inadecvată îl poate reprezenta pentru sănătate: când IMC este între 18,5 și 24,9 înseamnă că greutatea nu afectează statistic starea de sănătate și poate fi considerată normală.

Orice abateri, din cauza unei defecțiuni sau a depășirii intervalului de valori IMC, trebuie considerată ca având risc pentru sănătatea proprie; se recomandă să consultați medicul. Obișnuința de a urma o dietă echilibrată și de a desfășura activitate fizică ajută cu siguranță la îmbunătățirea calității vieții, a stării de sănătate și la prevenirea patologiei, creșterea vitalității, menținerea greutății țintă! Este important de știut că indicele de masă corporală nu permite distingerea variațiilor de greutate datorate masei musculare, masei osoase, conținutului de apă sau acumulării de grăsime. Așadar, modul simplu de calcul al IMC nu trebuie să vă inducă în eroare,

conducând la diete "independente". Evaluarea acestuia trebuie făcute de către medic sau late persoane specializate, precum nutriționistul sau dieteticianul.

Echilibrul corporal (informație vizibilă doar pe afișajul optic al cântarului)

Cântarul vă permite să monitorizați echilibrul propriului corp. Pe afișajul optic este vizualizat procentul de greutate distribuit în partea dreaptă și respectiv în partea stângă a propriului corp cu indicarea, cu ajutorul următoarelor simboluri, a gradului de echilibrare:

SIMBOL	SEMNIFICAȚIE
≈	Grad de echilibrare a corpului
>	Posibilă dezechilibrare a corpului spre stânga
<	Posibilă dezechilibrare a corpului spre dreapta

Considerații
 Totuși, atunci când analizați evoluția propriei compoziții corporale, este necesar să țineți cont că:


- Simpla scădere în greutate, însoțită de un procent de grăsime corporală neschimbat sau chiar în creștere, indică faptul că organismul a pierdut pur și simplu apă (de exemplu după un antrenament, o saună sau o dietă limitată doar la o pierdere rapidă în greutate).
- Creșterea în greutate, însoțită de un procent de grăsime corporală în scădere sau neschimbat indică dezvoltarea masei musculare.
- Atunci când greutatea și grăsimea corporală scad simultan, înseamnă că dieta funcționează și se pierde în volum.

DESCRIEREA PRODUSULUI (consultați fig.1)

- Afișaj optic
 - Greutate
 - Procent de greutate în partea stângă
 - Simbol al echilibrului corporal
 - Procent de greutate în partea dreaptă
 - % de masă grasă
 - % de apă
 - Puls
 - Indice de masă corporală
 - % de masă musculară
- Electrozi ITO
- Compartiment baterii

CARACTERISTICI TEHNICE

- Capacitate: 180 kg / 400 lb
- Diviziune: 100 g / 0.2 lb
- 4 baterii alcaline 1,5 V tip AAA de unică folosință
- Afișaj optic LCD VA (Vertical Alignment), color
- Frecvență de funcționare: 2426-2460 MHz, putere iradiată efectivă: <0,9 dBm
- Condiții ale mediului de funcționare: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Condiții ale mediului de depozitare: +10°C +50°C; RH ≤85%

	Cântarul calculează compoziția corporală pentru persoane cu vârsta cuprinsă între 12 și 99 de ani și cu o înălțime cuprinsă între 90 și 220 cm.
---	---

RECOMANDĂRI PENTRU UTILIZAREA PRODUSULUI

- Cântăriți-vă întotdeauna pe același cântar, la aceeași oră, de preferință dezbrăcat, după ce v-ați trezit.
- Așteptați circa 15 minute după ce v-ați trezit, pentru ca apa să se distribuie în corp.
- Este important să vă cântăriți cu picioarele goale, bine uscate și corect poziționate deasupra electrozilor (consultați figura). În plus, pentru o corectă funcționare a cântarului, picioarele nu trebuie să se atingă între ele.
- Precizia datelor furnizate de cântar poate fi compromisă în următoarele situații:
 - a. concentrație mare de alcool în sânge
 - b. consum ridicat de cafeină sau de droguri
 - c. după mese copioase
 - d. după o activitate sportivă riguroasă
 - e. în timpul unei boli
 - f. în timpul sarcinii
 - g. în prezența unor probleme de deshidratare
 - h. picioare umede sau murdare
 - i. picioare umflate

INSTRUCȚIUNI DE FOLOSIRE

PRIMA UTILIZARE

- Acest cântar funcționează cu 4 baterii alcaline de unică folosință de 1,5V tip AAA.
- Pentru a introduce bateriile, deschideți compartimentul bateriilor, împingând capacul în direcția indicată de săgeată.
- Introduceți bateriile, respectând polaritatea indicată. Închideți capacul.

SELECTAREA UNITĂȚII DE MĂSURĂ

Unitatea de măsură utilizată pentru cântărire poate fi selectată în aplicația „LAICA Home Wellness”. Unitatea de măsură vizualizată pe afișajul optic LCD al cântarului nu poate fi modificată.

UTILIZARE

- a. Doar măsurarea greutății corporale**
 - 1) Așezați cântarul pe o suprafață plană și rigidă. O pardoseală lipsită de rezistență sau denivelată (de ex. covor, mochetă, linoleum) poate compromite precizia de măsurare a greutății.
 - 2) Cu cântarul oprit, urcați pe cântar, cu tălpile paralele și cu greutatea distribuită în mod egal (consultați desenele). Așteptați, fără să vă mișcați, până când cântarul vă calculează greutatea și afișează echilibrul corporal. Nu vă sprijiniți pe nimic, în timpul măsurătorii, pentru a nu compromite valorile măsurate.
 - 3) Coborâți de pe cântar. Pe afișajul optic greutatea va mai fi afișată timp de câteva secunde, după care cântarul se va închide automat.

	Pentru a vizualiza pe afișajul optic LCD datele privind compoziția corporală, cântarul trebuie să fie conectat la aplicația „LAICA Home Wellness”.
---	--







b. Funcționarea prin intermediul aplicației: calcul al compoziției corporale

- Lista dispozitivelor compatibile:
- iOS: iPhone cu sistem de operare începând cu versiunea 10.
 - **Pentru dispozitive cu sistem de operare Android™**: începând cu versiunea 6.0 (Marshmallow).






Compatibil cu tehnologia bluetooth 4.0 și versiunile superioare, cântarul transmite datele referitoare la compoziția corporală (procent de grăsime corporală, apă, țesut muscular scheletic, date privind metabolismul bazal și indicele de masă corporală) către smartphone, pentru a putea analiza mai bine compoziția propriului corp. **Conectându-se la aplicație, cântarul va afișa datele privind compoziția corporală și pe afișajul optic al acestuia.** În timpul următoarelor operațiuni se recomandă să țineți smartphone-ul în apropierea cântarului pentru a menține conexiunea activă.


1. Activați funcția bluetooth din setările smartphone-ului
2. Instalați pe smartphone aplicația gratuită „LAICA Home Wellness”
3. Porniți aplicația și urmați instrucțiunile, pentru a adăuga produsul și pentru a crea noul utilizator, introducând propriile date personale.
4. Porniți cântarul, apăsând pe placa acestuia: pe afișajul optic apare mesajul „0.0”.
5. În aplicație, apăsați tasta „DETECTARE GREUTATE” pentru a conecta aplicația la cântar și apoi urcați-vă pe cântar, având grijă să poziționați corect tălpile goale peste electrozii ITO. Cântarul afișează:
 - a. greutatea,
 - b. echilibrul corporal

6. Rămâneți nemișcat pe cântar, până când pe afișajul optic LCD apar următoarele date:

- greutatea 
- echilibrul corporal 
- procentul de grăsime corporală 
- procentul de masă musculară 
- indicele de masă corporală 
- pulsul 


Concomitent, în aplicație vor fi afișate:


- greutatea
- obiectivul de greutate (dacă este setat în aplicație)
- procentul de grăsime corporală 
- procentul de apă 
- metabolismul bazal 
- indicele de masă corporală (BMI) 
- procentul de masă musculară 

 În cazul în care coborâți de pe cântar înainte de afișarea tuturor datelor, aplicația și cântarul nu vor afișa datele corespunzătoare compoziției corporale.

• Cântarul afișează datele cu o zecimală după virgulă, iar aplicația afișează datele cu două zecimale.

7. Cântarul se închide automat, după aproximativ 10 secunde de neutilizare a acestuia. Confrunțați procentul de grăsime obținut, cu parametrii indicați în „tabelul bodyfat”: dacă nu se încadrează în valorile normale, adresați-vă medicului dumneavoastră. De asemenea, analizați și procentul de apă, conform paragrafului „% de apă” și procentul de masă musculară, conform paragrafului „% de masă musculară”.

 Începând de la a doua utilizare a cântarului cu aplicația „Laica Home Wellness”, cântarul va putea recunoaște utilizatorul, după greutatea acestuia (pentru variații de greutate de cel mult 2 kg).

 În acest caz, atunci când cântarul afișează greutatea și echilibrul corporal, va afișa automat datele aferente compoziției corporale, chiar și fără utilizarea aplicației „LAICA Home Wellness”. Datele afișate de către cântar fără folosirea aplicației nu vor fi înregistrate în aplicație și nu vor putea fi transmise ulterior.

În cazul în care există mai mulți utilizatori cu greutăți asemănătoare (cu diferențe de cel mult 2 kg), cântarul ar putea să folosească parametrii celuilalt utilizator. Se recomandă folosirea cântarului cu aplicația „LAICA Home Wellness”, pentru a evita confundarea propriilor date privind compoziția corporală, cu datele celorlalți utilizatori și pentru a le putea înregistra și monitoriza în aplicație.

- În timpul cântării, asigurați-vă că aplicația este activată și afișată pe ecranul smartphone-ului, astfel încât să puteți verifica transmiterea imediată a datelor aferente compoziției dvs. corporale.
- Înainte de a efectua o nouă cântărire, verificați întotdeauna dacă este activată conexiunea bluetooth a smartphone-ului dumneavoastră.
- Pentru dispozitivele Android™ este necesară activarea serviciilor de localizare.
- Înainte de a efectua o nouă cântărire, selectați întotdeauna utilizatorul, pe smartphone.
- Datele privind echilibrul corporal și pulsul pot fi vizualizate doar pe afișajul optic al cântarului.
- Ori de câte ori cântarul este mutat sau ridicat, iar apoi așezat din nou pe suprafața de sprijin, prima cântărire nu va trebui luată în considerare, din cauză că placa electronică trebuie să se restabilească în raport cu celulele de sarcină. Luați în considerare cea de-a doua și următoarele cântăriri, deoarece, în unele situații, prima cântărire poate fi alterată, din cauza motivelor sus-menționate.

ÎNLOCUIREA BATERIILOR

Atunci când pe afișajul optic apare „LO” sau simbolul bateriei, înlocuiți bateriile cu altele de același tip.

1. Deschideți compartimentul bateriei, împingând capacul în direcția indicată de săgeată.
2. Scoateți bateriile consumate și eliminați-le, conform instrucțiunilor din paragraful „Procedură de eliminare”.
3. Introduceți noile baterii, respectând polaritatea indicată.
4. Închideți compartimentul bateriilor.

ÎNTREȚINERE

- Păstrați aparatul într-un loc uscat și răcoros.
- Păstrați aparatul în poziție orizontală
- Curățați cântarul folosind exclusiv o cârpă moale și uscată.
- Nu utilizați niciodată produse chimice sau abrazive.

PROBLEME ȘI SOLUȚII

Problemă	Cauza posibilă	Soluție
Cântarul nu pornește.	Nu ați urcat pe cântar în mod corect. Bateriile sunt consumate.	Urcați pe cântar ținând picioarele paralele. Atenție: cântarul pornește numai după ce v-ați urcat pe el. Înlocuiți bateriile.
Pe afișajul optic apare mesajul „LO” sau simbolul bateriei.	Bateriile sunt consumate.	Înlocuiți bateriile.

Problemă	Cauza posibilă	Soluție
Pe afișajul optic apare mesajul „Err”.	Greutatea depășește capacitatea cântarului.	Îndepărtați imediat greutatea de pe cântar, pentru a nu-l avaria și verificați capacitatea maximă a acestuia.
Pe afișajul optic apar numai greutatea și echilibrul corporal.	V-ați cântărit pentru prima dată fără a folosi aplicația „LAICA Home Wellness”. Ați coborât de pe cântar, înainte de afișarea datelor privind compoziția corporală. Nu ați urcat pe cântar cu picioarele goale. Pielea de pe tălpi este prea uscată.	Pentru a vizualiza toate datele privind compoziția corporală, trebuie să conectați cântarul la aplicația „LAICA Home Wellness”. Recitiți paragraful „Funcționarea prin intermediul aplicației: calcul al compoziției corporale.” Așteptați nemișcat pe cântar, până când pe afișajul optic apar toate datele. Urcați pe cântar cu picioarele goale. Umeziți ușor pielea de pe tălpi.
Aplicația „LAICA Home Wellness” nu afișează niciun fel de date.	Funcția bluetooth nu a fost activată în setările smartphone-ului. Smartphone-ul a intrat în standby în timpul cântării. Nu a fost apăsată tasta „DETECTARE GREUTATE”, din aplicație.	Activați funcția bluetooth pe smartphone. Mențineți aplicația activă pe smartphone în timpul cântării pentru a vă asigura că datele sunt trimise imediat. Apăsați tasta „DETECTARE GREUTATE” din aplicație, pentru a transmite datele de la cântar la aplicație.
Aplicația „LAICA Home Wellness” afișează numai greutatea corpului.	Nu ați urcat pe cântar cu picioarele goale. Pielea de pe tălpi este prea uscată.	Urcați pe cântar cu picioarele goale. Umeziți ușor pielea de pe tălpi.

Toate greutățile sunt aproximative, valoarea fiind rotunjită în sus sau în jos către diviziunea cea mai apropiată; garantăm o precizie c o toleranță de +/-1% + 1 div.

PROCEDURI DE DEPOZITARE

 Simbolul de pe partea inferioară a aparatului indică colectarea separată a echipamentelor electrice sau electronice (Dir. 2012/19/EU-WEEE). Când aparatul nu mai este utilizat, nu îl depozitați împreună cu celelalte deșeuri, ci duceți-l la un centru de colectare din zonă sau la distribuitor atunci când achiziționați unul nou din aceeași gamă. În cazul în care aparatul care trebuie casat are dimensiuni mai mici de 25 cm, acesta poate fi predat unui punct de vânzare cu suprafața mai mare de 400 mp fără a fi obligați să cumpărați un aparat nou similar. Procedura de depozitare a deșeurilor electrice

și electronice respectă politica de mediu europeană care face referire la protejarea, păstrarea și îmbunătățirea calității mediului, precum și la evitarea efectelor potențiale asupra sănătății oamenilor datorită prezenței substanțelor periculoase sau datorită utilizării necorespunzătoare. Atenție! Depozitarea improprie a aparatelor electrice sau electronice duce la sancțiuni.

Pentru o corectă eliminare a bateriilor (Dir.2013/56/Eu), acestea nu trebuie aruncate la un loc cu deșeurile menajere, ci se vor elimina ca și deșeuri speciale, la punctele de colectare indicate pentru reciclare. Pentru mai multe informații cu privire la eliminarea bateriilor descărcate, contactați magazinul de unde ați achiziționat aparatul ce conține bateriile, Primăria sau serviciul local de eliminare a deșeurilor.

CE Acest produs este destinat uzului casnic. Conformitatea, certificată de marcajul CE de pe dispozitiv, se referă la directiva 2014/30/Eu cu privire la compatibilitatea electromagnetică. Acest produs este un dispozitiv electronic care a fost testat pentru a asigura că în conformitate cu cunoștințele tehnice actuale, nu interferează cu alt echipament situat în apropiere (compatibilitate electromagnetică) și este sigur dacă este utilizat conform sfaturilor date în instrucțiunile de folosire. În cazul apariției unor anomalii în funcționare, nu continuați să folosiți instrumentul și, dacă este necesar, adresați-vă direct producătorului.

Producătorul, Laica S.p.A., declară că aparatul este conform Directivei 2014/53/Eu. Declarația de conformitate completă este disponibilă la următoarea adresă internet: www.laica.it.

GARANȚIE

Prezentul aparat are garanție 2 ani de la data cumpărării, dată ce trebuie demonstrată de către **ștampila sau semnătura vânzătorului și de bonul fiscal, pe care trebuie să îl păstrați, atașat aici.** Această perioadă este în conformitate cu legislația în vigoare și se aplică numai în cazul în care consumatorul este persoană fizică. Produsele Laica sunt proiectate pentru uz casnic și nu este permisă utilizarea acestora pentru servicii publice. Garanția acoperă numai defectele de producție și nu este valabilă dacă daunele sunt produse de un eveniment accidental, utilizare greșită, neglijență sau folosire incorectă a produsului. Utilizați numai accesoriile furnizate; utilizarea unor alte accesorii poate duce la anularea garanției. Nu defaceți aparatul din niciun motiv, dacă îl defaceți sau dacă îl manevrați, garanția se anulează automat. Garanția nu se aplică pieselor supuse uzurii din cauza utilizării și din cauza bateriilor când acestea sunt furnizate din dotare. După 2 ani de la cumpărare, garanția expiră; în acest caz intervențiile de asistență tehnică vor fi efectuate contra cost. Puteți obține informații despre intervențiile de asistență tehnică, chiar dacă sunt în garanție sau contra cost, contactând info@laica.com. Nu este necesară nicio contribuție pentru reparațiile și înlocuirile de produse care se încadrează în termenul de garanție. În caz de defecțiuni adresați-vă vânzătorului; NU expediți direct către LAICA. Toate intervențiile în garanție (inclusiv cele de înlocuire a produsului sau a unei componente) nu vor prelungi durata inițială a garanției produsului înlocuit. Fabricantul neagă orice responsabilitate pentru eventualele daune care pot fi cauzate, direct sau indirect, persoanelor, lucrurilor și animalelor de companie din cauza nerespectării tuturor indicațiilor date în manualul de instrucțiuni corespunzător și care privesc în mod special instrucțiunile pe tema instalării, utilizării și întreținerii aparatului. Compania Laica, fiind mereu implicată în îmbunătățirea propriilor produse, are dreptul de a modifica fără niciun preaviz, complet sau parțial, propriile produse în raport cu nevoile de producție, fără ca acest lucru să implice o responsabilitate din partea companiei Laica sau din partea vânzătorilor acestora.



CHYTRÁ ELEKTRONICKÁ OSOBNÍ VÁHA S VÝPOČTEM % TUKU, % VODY, % KOSTERNÍHO SVALSTVA, BAZÁLNÍHO METABOLISMU, INDEXU TĚLESNÉ HMOTNOSTI, TĚLESNÉ ROVNOVÁHY A DETEKCI SRDEČNÍ TĚPU – NÁVOD K POUŽITÍ A ZÁRUKA

Vážený zákazníku, Laica Vám tímto děkuje za zakoupení tohoto výrobku, který byl navržen v souladu se standardy spolehlivosti a kvality k zaručení naprosté spokojenosti.

DŮLEŽITÉ PŘED POUŽITÍM SI PEČLIVĚ PŘEČTĚTE USCHOVEJTE PRO BUDOUCÍ POUŽITÍ

Návod k použití musí být považován za součást výrobku a musí být uchováván po celou dobu jeho životnosti. V případě předání výrobku jinému vlastníkovi předejte rovněž celou dokumentaci. Pro bezpečné a správné používání výrobku je uživatel povinen si pečlivě přečíst pokyny a upozornění obsažené v tomto návodu, protože poskytují důležité informace týkající se bezpečnosti, pokynů pro použití a údržbu. V případě ztráty návodu k použití nebo potřebujete-li získat další informace nebo vysvětlení, vyplňte příslušný formulář na webových stránkách <https://www.laica.it/> v části Časté dotazy (FAQ) a pomoc.

Elektronická osobní váha, která měří hmotnost, vypočítává tělesné složení (procento tuku, vody, kosterního svalstva, index tělesné hmotnosti) a bazální metabolismus podle výšky, věku a pohlaví. Osobní váha dále zjišťuje tělesnou rovnováhu a srdeční tep. Kompatibilní s technologií bluetooth 4.0 a vyšší pro automatické odesílání shromážděných dat do vašeho chytrého telefonu tak, abyste mohli v jakémkoliv okamžiku sledovat vaše pokroky. Technologie s elektrodami ITO (Indium Tin Oxide): inovativní citlivý vodivý povlak, který rychle a přesně detekuje informace o tělesném složení.

OBSAH

- VYSVĚTLENÍ SYMBOLŮ str. 44
- BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ str. 44
- TĚLESNÉ SLOŽENÍ str. 45
- POPIS VÝROBKU str. 46
- NÁVOD K POUŽITÍ str. 46
- ÚDRŽBA str. 47
- PROBLÉMY A ŘEŠENÍ str. 47
- POSTUP PRO LIKVIDACI str. 48
- ZÁRUKA str. 48

VYSVĚTLENÍ SYMBOLŮ

- Upozornění
- Zákaz

BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ

- Před použitím výrobku zkontrolujte, že je přístroj neporušený bez viditelných známek

poškození. V případě pochybností přístroj nepoužívejte a obraťte se na svého prodejce.

- Udržujte plastový sáček, který je součástí obalu, mimo dosah dětí: nebezpečí udušení.
- Tento přístroj musí být používán výhradně k účelu, k němuž je určen, a v souladu s pokyny uvedenými v návodu k použití. Jakékoli jiné použití je považováno za nesprávné a tudíž nebezpečné. Výrobce nenese odpovědnost za případné škody vzniklé v důsledku nevhodného či chyběného použití.
- Tento přístroj může být používán samostatně u dětí mladších 8 let.
- Tento přístroj může být používán osobami se sníženými tělesnými, smyslovými nebo duševními schopnostmi, nebo nezkušenými osobami, pouze tehdy, pokud byly předem poučeny o bezpečném používání a pouze, pokud byly informovány o nebezpečích spojených se samotným výrobkem. Děti si nesmí s přístrojem hrát.
- Ukony čištění a údržby nemohou provádět děti bez dozoru dospělých.
- V případě poruchy a/nebo špatné funkčnosti přístroje vypněte a nemanipulujte s ním. Pro opravy se obračtejte vždy na svého prodejce.
- Zacházejte s váhou opatrně, chraňte ji před nárazy, extrémními změnami teplot, vlhkosti, prachem, přímým slunečním zářením a zdroji tepla.
- **NEDOVLTE**, aby do těla váhy vnikly tekutiny. Tento přístroj není vodotěsný. **NENECHÁVEJTE** a **NEPOUŽÍVEJTE** váhu v prostředích nasycených vodou; vlhkost nad 85% nebo kontakt s vodou nebo jinými tekutinami může způsobit korozi a ohrozit správnou funkčnost zařízení.
- **NESTOUPEJTE** na váhu s mokřými nohama nebo pokud je její povrch mokřý: nebezpečí uklouznutí.

⚠ POZOR! PŘED POUŽITÍM TOHOTO PŘÍSTROJE

- **Procento tělesného tuku, vody a kosterního svalstva, hodnota bazálního metabolismu, údaje týkající se tělesné rovnováhy a srdečního tepu vypočítané váhou musí být považovány pouze za orientační. Pro jakoukoli další informaci se obraťte na lékaře nebo dietologa.**
- **Měření samotným pacientem znamená kontrolu, nikoli diagnostiku nebo léčbu. Neobvyklé hodnoty je nutné vždy konzultovat se svým lékařem. Za žádných okolností byste neměli měnit dávkování jakýchkoliv léků předepsaných lékařem.**
- **Prostřednictvím elektrod, umístěných na plošině, váha vyšle slabý elektrický proud o nízké intenzitě, který proběhne tělesnou hmotou. Váha nepředstavuje žádné nebezpečí.**
- **Nedoporučuje se použití pro následující osoby, jelikož data zjištěná váhou by nemusela být věrohodná:**
 - **osoby s kardiostimulátorem nebo jiným lékařským elektronickým materiálem**
 - **osoby s horečkou**
 - **děti mladší 12 let**
 - **těhotné ženy**
 - **osoby na dialýze, s otoky nohou, osoby s osteoporózou**
 - **osoby užívající kardiiovaskulární léky.**
- **BEZPEČNÉ POUŽÍVÁNÍ BATERIÍ**
 - Vyjměte baterie, pokud nebudete váhu používat po dlouhou dobu, a uložte je při pokojové teplotě na větraném a suchém místě.

- **NENABÍJEJTE** baterie, pokud nejsou dobíjecí.
- **NEPROVÁDĚJTE** nabíjení dobíjecích baterií jinak, než jak je uvedeno v návodu nebo zařízeními zde neuvedenými.
- **NEVYŠTAVUJTE** nikdy baterie horku a přímému slunečnímu záření. Nedodržení tohoto pokynu může způsobit poškození a/nebo explozi baterií.
- **NEVHAZUJTE** baterie do ohně.
- Vyjmutí nebo výměna baterií musí být prováděné dospělou osobou.
- Uchovávejte baterie mimo dosah dětí: požití baterií představuje smrtelné nebezpečí. V případě požití okamžitě vyhledejte lékařskou pomoc.
- Kyselina obsažená v bateriích má leptavé účinky. Vyhněte se kontaktu s kůží, očima nebo oděvem.

TĚLESNÉ SLOŽENÍ

Složení těla se skládá z:

- beztuková hmota: všechny složky bez tuku (voda, svaly, pojivové tkáně a jiné organické beztukové složky), kosti, vnitřnosti, orgány, krev;
- tuková hmota: všechny extrahovatelné tuky tukové tkáně a z dalších tkání/orgánů;
- kostní hmota.

Prostřednictvím elektrod, umístěných na plošině, váha vyšle slabý elektrický proud o nízké intenzitě, který proběhne tělesnou hmotou. Odlišné hmoty reagují rozdílně na elektrický proud: beztuková hmota má menší odpor než má tuková hmota. Tento odpor těla se nazývá bioelektrická impedance. Procento týkající se odlišných hmot se liší v závislosti na pohlaví, věku a postavě osoby.

% tukové hmoty (údaj viditelný na displeji váhy a v aplikaci)
Procento tuku uvedené v následující tabulce představuje celkový tuk, který je dán součtem esenciálního tuku a rezervního tuku. Esenciální tuk je nezbytný pro odlišné funkce organismu: procentuální podíl je asi 3% u mužů a 12% u žen. Rezervní tuk poskytuje energii, chrání před fyzickými traumaty a izoluje tělo pro zachování jeho tepla. Tyto procentuální podíly se mění s věkem a pohlavím jednotlivce, jak je uvedeno v dále uvedené tabulce. **Pokud váhou zjištěné procentuální podíly spadají mimo tzv. „normální“ hodnoty uvedené v tabulce, poraďte se se svým lékařem.**

TABULKA TĚLESNÉHO TUKU (BODYFAT)					
	Věk	PODVÁHA	NORMA	NADVÁHA	OBEZITA
ŽENA	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
MUŽ	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% svalové hmoty (údaj viditelný na displeji váhy a v aplikaci)
Existují tři různé typy svalové tkáně: hladká svalovina, příčně pruhovaná kosterní svalovina a příčně pruhovaná srdeční svalovina. Hladký sval se skládá z hladkých vláken, které se nacházejí pouze ve stěnách zaživacího traktu, dýchacího ústrojí a pohlavního ústrojí, ve stěnách venózních a arteriálních cév. Kosterní příčně pruhovaná svalovina představuje v člověku kosterní svalovinu a obličejové svaly. Srdeční svalovinu tvoří srdce. Tato váha vypočítává % kosterní svaloviny a hladké svaloviny v organismu. V průměru je 40% tělesné hmotnosti složeno z kosterní svaloviny. Muži mají zpravidla výraznější svalovinu než ženy a obecně se procentuální podíl zvyšuje u sportovců. Procento svalstva se začíná snižovat postupujícím věkem.

% vody (údaj viditelný na displeji váhy a v aplikaci)
Procentuální podíl tělesné vody je u mužů a u žen různý, u dospělých zdravých žen je to od 45% do 60 %, zatímco u mužů od 50% do 65%. Procentuální podíl vody je vyšší v dětství a klesá s věkem. Ke změnám tělesné hmotnosti může docházet v krátkých časových obdobích (hodiny), středních (dny) nebo dlouhých (týdny). Drobné výkyvy ve hmotnosti během několika hodin jsou normální a jsou vyvolávány zadržováním vody, která je ve skutečnosti vodou extracelulární (jež zahrnuje intersticiální tekutiny, plazmu, lymfu a transcelulární kapalinu), jediný prostor schopný se tak rychle měnit. Dojde-li k poklesu hmotnosti v několika málo dnech, je velmi pravděpodobné, že je to na úkor celkové vody.

Bazální metabolismus (údaj viditelný pouze v aplikaci)
Bazální metabolismus (neboli BMR, basal metabolic rate) je minimální množství kalorií potřebných pro lidské tělo k přežití, tedy k provádění základních procesů, jako je například krevní oběh, dýchání, trávení, udržování tělesné teploty. Bazální metabolismus se vypočítává na osobě při psychickém a fyzickém odpočinku v poloze na zádech, na lačno po dobu 12 hodin, po nejméně 8 hodinách spánku a při konstantní pokojové teplotě přibližně 20 °C. Bazální metabolismus pro dospělé se pohybuje mezi 1200 a 1800 kcal. BMR je ovlivněn mnoha faktory: věk, pohlaví, výška, tělesné složení, horečka, stres, nutriční stav a okolní teploty.

Index tělesné hmotnosti (údaj viditelný na displeji váhy a v aplikaci)

TABULKA BMI	HODNOTA BMI
PODVÁHA	<18.5
NORMA	18.5-24.9
NADVÁHA	25.0-29.9
OBEZITA	>30

za ohrožené vlastního zdraví; v takovém případě je vhodné se poradit se svým lékařem. Zvyknout si na vyváženou stravu a vykonávat fyzickou aktivitu rozhodně pomáhá zlepšit kvalitu života, podporovat zdraví a předcházet patologiím, zvyšovat vitalitu, udržovat hmotnostní formu! Je však důležité vědět, že index tělesné hmotnosti neumožňuje rozlišit rozdíly v hmotnosti v důsledku rozsahu svalové hmoty, kostní hmoty, obsahu vody nebo hromadění tuku. Proto jednoduchost výpočtu IMC nesmí být zavádějící a věst k dietám

„udělej si sám“. Její posouzení by mělo být výsadou lékaře nebo jiné specializované osoby, jako je odborník na výživu nebo dietolog.

Tělesná rovnováha (údaj viditelný pouze na displeji váhy)

Váha umožňuje sledovat vaši tělesnou rovnováhu.

Na displeji se zobrazí procentuální hmotnost na pravé a levé straně vašeho těla s označením rovnováhy pomocí následujících symbolů:

SYMBOL	VÝZNAM
≈	Grad de echilibrare a corpului
>	Posibilă dezechilibrare a corpului spre stânga
<	Posibilă dezechilibrare a corpului spre dreapta

Uvážení

Při posuzování vývoje vlastního složení těla je třeba mít na paměti, že:


- Pouhé snížení hmotnosti doprovázené se stejným nebo dokonce zvýšeným procentem tělesného tuku značí, že tělo prostě ztratilo vodu (například po tréninku, sauně nebo dietě zaměřené na rychlý úbytek tělesné hmotnosti).
- Zvýšení hmotnosti doprovázené poklesem procenta tělesného tuku, nebo beze změny, indikuje vývoj cenné svalové hmoty.
- Když hmotnost a tělesný tuk klesají současně, znamená to, že dieta funguje a ztrácí se objem.

POPIS VÝROBKU (viz obr.1)

1. Displej
 - a. Hmotnost
 - b. Hmotnostní procento vlevo
 - c. Symbol tělesné rovnováhy
 - d. Hmotnostní procento vpravo
 - e. % tukové hmoty
 - f. % vody
 - g. Srdeční tep
 - h. Index tělesné hmotnosti
 - i. % svalové hmoty
 2. Elektrody ITO
 3. Příhrádka na baterie

TECHNICKÉ PARAMETRY

- Nosnost: 180 kg / 400 lb
- Dělení: 100 g / 0.2 lb
- 4 vyměnitelné alkalické baterie 1,5V AAA
- Barevný displej LCD VA (Vertical Alignment)
- Provozní frekvence: 2426-2460 MHz, efektivní vyzařovaný výkon: <0,9 dBm
- Okolní podmínky pro provoz: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Okolní podmínky pro skladování: +10°C +50°C; RH 85%

	Váha počítá tělesné složení u osob ve věku od 12 do 99 let a s výškou mezi 90 a 220 cm.
--	---

RADY PRO POUŽITÍ

- Váže se vždy na stejné váze a ve stejnou denní dobu, nejlépe po probuzení a bez oblečení.
- Počkejte 15 minut po té, co jste vstali, tak aby se voda mohla v těle rozmístit.
- Je důležité vážit se naboso, se suchými chodidly správně umístěnými na elektrodách (viz obrázek). Také se vyhněte jakémukoliv kontaktu mezi nohami tak, aby váha fungovala správně.
- Přesnost údajů zjištěných váhou může být ovlivněna v následujících případech:
 - a. vysoký obsah alkoholu
 - b. vysoká hladina kofeinu nebo drog
 - c. po těžkém jídle
 - d. po náročné sportovní činnosti
 - e. během nemoci
 - f. v těhotenství
 - g. v přítomnosti dehydratačních problémů
 - h. mokré nebo nečisté nohy
 - i. otoklé nohy

NÁVOD K POUŽITÍ

PRVNÍ POUŽITÍ

- Tento váha funguje na 4 vyměnitelné alkalické baterie 1,5 V typu AAA.
- Pro vložení baterií otevřete příhrádku na baterie posunutím krytu ve směru šipky.
- Vložte baterie a mějte na paměti označenou polaritu. Zavřete kryt.

VOLBA MĚRNÉ JEDNOTKY

V aplikaci „LAICA Home Wellness“ lze zvolit měrnou jednotku. Není možné měnit měrnou jednotku zobrazenou na LCD displeji váhy.

POUŽITÍ

a. Měření pouze tělesné hmotnosti

- 1) Umístěte váhu na rovnou a pevnou plochu. Nerovný nebo měkký povrch podlahy (např. koberce, linoleum) může způsobit nepřesnost vážení.
- 2) Když je váha vypnutá, stoupněte si na plošinu s rovnoběžnými chodidly a s rovnoměrně rozloženou hmotností (viz obrázky). Počkejte, a nehýbejte se, než váha vypočte vaši hmotnost a zobrazí tělesnou rovnováhu. O nic se během vážení neopírejte, aby nedošlo k ovlivnění výsledku vážení.
- 3) Sestupte z váhy, na displeji se i nadále ukazuje váhu po dobu několika sekund, pak se váha automaticky vypne.







	Pro zobrazení údajů o tělesném složení na LCD displeji se musí váha připojit k aplikaci „LAICA Home Wellness“.
---	--

b. Provoz s aplikací: výpočet tělesného složení






Seznam kompatibilních zařízení:
 • **iOS**: : iPhone s operačním systémem 10 a vyšší.
 • **Pro zařízení s operačním systémem Android™**: od verze 6.0 (Marshmallow).
 Váha je kompatibilní s technologií bluetooth 4.0 a vyšší a zasilá data o tělesném


složení (procentuální obsah tuku, vody, kosterní svaloviny, údaje týkající se bazálního metabolismu a index tělesné hmotnosti) do chytrého telefonu pro lepší analýzu složení vlastní hmotnosti. **Po připojení k aplikaci váha zobrazí údaje o tělesném složení také na svém displeji.** Během následujících operací se doporučuje udržovat chytrý telefon v blízkosti váhy, aby bylo spojení aktivní.

1. V nastavení chytrého telefonu aktivujte bluetooth.
2. Nainstalujte do svého chytrého telefonu bezplatnou aplikaci „LAICA Home Wellness“
3. Spusťte aplikaci a podle pokynů přidejte produkt a vytvořte nového uživatele zadáním svých osobních údajů.
4. Zapněte váhu stlačením plošiny: na displeji se zobrazí „0,0“.
5. Stiskněte v aplikaci tlačítko „ZJISTIT HMOTNOST“ pro propojení aplikace s váhou a stoupněte si na plošinu tak, aby byla vaše bosá chodidla správně umístěná na elektrodách ITO. Váha zobrazí:
 - a. hmotnost,
 - b. tělesnou rovnováhu
6. Zůstaňte nehybně na váze, dokud LCD displej nezobrazí následující údaje:
 - hmotnost

• tělesná rovnováha		• procento vody	
• procento tělesného tuku		• procento svalové hmoty	
• index tělesné hmotnosti		• srdeční tep	


Současně aplikace zobrazí:

- hmotnost
- cíl hmotnosti (pokud je nastaven v aplikaci)
- procento tělesného tuku 
- procento vody 
- bazální metabolismus 
- index tělesné hmotnosti (BMI) 
- procento svalové hmoty 

	<ul style="list-style-type: none"> • Pokud sestoupíte z váhy před zobrazením všech údajů, aplikace a samotná váha nezobrazí údaje týkající se tělesného složení. • Váha zobrazuje údaje s jedním desetinným místem za čárkou, aplikace zobrazuje údaje se dvěma desetinnými místy.
---	--

7. Váha se po asi 10 sekundách nepoužívání automaticky vypne. Porovnejte získaná procenta tuku s parametry uvedenými v „tabulce tělesného tuku (body fat)“: pokud spadají mimo normální hodnoty, poraďte se se svým lékařem. Vyhodnoťte také procento vody podle odstavce „% vody“ a procento svalové hmoty podle odstavce „% svalové hmoty“.

	Od druhého použití váhy s aplikací „Laica Home Wellness“ je váha schopná rozpoznat uživatele podle jeho hmotnosti (při změnách hmotnosti do 2 kg).
---	--

	<p>V takovém případě, když váha zobrazí hmotnost a tělesnou rovnováhu, automaticky zobrazí údaje týkající se tělesného složení i bez použití aplikace „LAICA Home Wellness“. Údaje zobrazené na váze bez použití aplikace se v aplikaci nezaznamenávají a nelze je odeslat později.</p> <p>V případě přítomnosti více uživatelů s podobnou hmotností (do 2 kg) by váha mohla použít parametry jiného uživatele. Doporučujeme používat váhu s aplikací „LAICA Home Wellness“, aby nedošlo k záměně údajů o tělesném složení s údaji jiných uživatelů, a aby bylo možné je v aplikaci zaznamenávat a sledovat.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Během vážení se ujistěte, že je aplikace aktivní a zobrazuje se na chytrém telefonu tak, abyste ověřili okamžité odeslání údajů týkajících se tělesného složení. • Před zahájením nového vážení vždy zkontrolujte, zda je připojení bluetooth vašeho chytrého telefonu aktivní. • U zařízení Android™ je nutné aktivovat služby určování polohy. • Před provedením nového vážení vždy na chytrém telefonu vyberte uživatele. • Údaje tělesné rovnováhy a srdečního tepu jsou viditelné pouze na displeji váhy. • Pokudé, když je osobní váha přemístěna nebo zvednuta a poté znovu umístěna na nosný povrch, nemůže být první vážení vzato v potaz, z důvodu nezbytného přenastavení elektronické karty vůči buňkám zařízení. Vezměte v úvahu druhé a následující vážení, protože v některých případech může být to první pozměněno z výše uvedeného důvodu.
---	---

VÝMĚNA BATERIÍ

Když se na displeji zobrazí „LO“ nebo symbol baterie, vyměňte baterie za baterie stejného typu.

1. Otevřete příhrádku na baterie posunutím krytu ve směru šipky.
2. Vyměňte vybité baterie a odstraňte je tak, jak je uvedeno v odstavci “Postup při likvidaci”.
3. Vložte baterie a mějte na paměti označenou polaritu.
4. Zavřete příhrádku na baterie.

ÚDRŽBA

- Skladujte váhu na chladném a suchém místě.
- Skladujte váhu ve vodorovné poloze
- K čištění váhy používejte výhradně měkký a suchý hadřík.
- Nikdy nepoužívejte chemické ani abrazivní čisticí prostředky.


PROBLÉMY A ŘEŠENÍ

Problém	Možná příčina	Řešení
Váha se nezapíná.	Nestoupil jste si na váhu správně.	Stoupněte si na váhu s chodidly paralelně vedle sebe. Pozor: váha se zapíná až po stoupnutí na ni.
	Baterie jsou vybité.	Vyměňte baterie.

Problém	Možná příčina	Řešení
Na displeji se zobrazuje "Lo" nebo symbol baterie.	Baterie jsou vybité.	Proveďte výměnu.
Na displeji se zobrazí „Err“.	Hmotnost převyšuje nosnost váhy.	Okamžitě odstraňte zátěž z váhy, abyste ji nepoškodili a ověřte maximální nosnost.
Displej zobrazuje pouze hmotnost a tělesnou rovnováhu.	Poprvé jste se zvážili bez použití aplikace „LAICA Home Wellness“.	Pro zobrazení všech údajů týkajících se tělesného složení připojte váhu k aplikaci „LAICA Home Wellness“. Znovu si přečtěte odstavec „Provoz s aplikací: výpočet tělesného složení.“
	Sestoupili jste z váhy před zobrazením údajů o tělesném složení.	Počkejte, dokud se na váze nezobrazí všechny údaje.
	Nestoupili jste si na váhu naboso.	Stoupněte si na váhu naboso.
	Kůže chodidel je příliš suchá.	Lehce navlhčete kůži chodidel.
Aplikace „LAICA Home Wellness“ nezobrazuje žádná data.	Bluetooth nebyl v nastavení chytrého telefonu aktivován.	Aktivujte bluetooth v chytrém telefonu.
	Během vážení chytrý telefon přešel do pohotovostního režimu.	Při vážení nechte aplikaci v chytrém telefonu aktivní pro ověření okamžitého odeslání dat.
	V aplikaci nebylo stisknuto tlačítko „ZJISTIT HMOTNOST“.	Stisknutím tlačítka „ZJISTIT HMOTNOST“ v aplikaci odešlete data z váhy do aplikace.
Aplikace „LAICA Home Wellness“ zobrazuje pouze tělesnou hmotnost.	Nestoupili jste si na váhu naboso.	Stoupněte si na váhu naboso.
	Kůže chodidel je příliš suchá.	Lehce navlhčete kůži chodidel.

Všechny hmotnosti jsou přibližné, protože jsou zaokrouhlené nahoru nebo dolů k nejbližšímu dělení. Zaručujeme přesnost s tolerancí v rámci +/- 1% + 1 dělení.

POSTUP PRO LIKVIDACI

 Symbol na spodní straně přístroje označuje povinnost tříděného sběru odpadu elektrických a elektronických zařízení (**Dir. 2012/19/Eu-WEEE**). Na konci životnosti přístroje jej nelikvidujte jako pevný směsný komunální odpad, nýbrž ve sběrném dvoře ve své oblasti, nebo jej vraťte distributorovi při nákupu nového přístroje téhož typu sloužícího ke stejnému účelu. V případě, že má spotřebič

určený k likvidaci menší rozměry než 25 cm, je možné zaslat jej zpět do prodejního místa s půdorysnou plochou nad 400 m² bez povinnosti nákupu nového podobného spotřebiče. Tento postup odděleného sběru elektrických a elektronických zařízení vychází z politiky Společenství, která má za cíl zachovat, chránit a zlepšovat životní prostředí a vyhnout se potenciálnímu dopadu nebezpečných látek v těchto zařízeních na lidské zdraví a nepatřičnému použití těchto zařízení či jejich částí. Upozornění: Nesprávná likvidace elektrických a elektronických zařízení může mít za následek postih.

Chcete-li baterie správně zlikvidovat (**Směrnice 2013/56/Eu**), nevyhazujte je do běžného domovního odpadu, ale nechte je zlikvidovat jako speciální odpad ve vhodných recyklačních sběrnách. Podrobnější informace ohledně likvidace vybitých baterií získáte v prodejním místě, kde byl přístroj zakoupen; odpovídající informace může poskytnout i obecní úřad nebo místní středisko sběrných surovin.

CE Tento výrobek je určen pro domácí použití. Výrobek je v souladu se směrnicí 2014/30/Eu o elektromagnetické kompatibilitě, což potvrzuje značka CE na přístroji. Jedná se o elektronický přístroj, u něhož bylo na základě současného stavu technických znalostí ověřeno, že neovlivňuje funkci jiných zařízení umístěných v blízkosti (elektromagnetická kompatibilita) a že je bezpečný, je-li používán v souladu s pokyny uvedenými v návodu.

Výrobce, Laica S.p.A., prohlašuje, že zařízení je v souladu se směrnicí 2014/53/Eu. Úplné prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese: www.laica.it.

ZÁRUKA

Na tento přístroj se poskytuje záruka 2 roky od data zakoupení, **které je nutné prokázat razítkem a podpisem prodejce a dokladem o zaplacení.** Ten laskavě uschovejte společně se záručním listem. Tato lhůta je v souladu s platnou legislativou a je použitelná pouze v případech, kdy spotřebitel je soukromý subjekt. Výrobky Laica jsou určeny pro domácí použití a není povoleno jejich využívání ve veřejných zařízeních. Záruka se vztahuje pouze na výrobní vady a nevztahuje se na škody způsobené nehodou, zanedbáním nebo nesprávným či nevhodným použitím výrobku. Používejte pouze dodávané příslušenství. Použití jiného příslušenství může mít za následek zánik záruky. Přístroj z žádného důvodu neotvírejte. V případě otevření či zásahu do přístroje záruka s konečnou platností zaniká.

Záruka se nevztahuje na díly podléhající opotřebení a na baterie, pokud byly dodány v příslušenství. Po uplynutí 2 let od nákupu záruka zaniká a případné opravy v technickém servisu budou provedeny za úhradu. Informace o opravách v technickém servisu, ať již se jedná o opravy pokryté zárukou či za úhradu, si můžete vyžádat na adrese info@laica.com. Za opravy a náhrady výrobků, na které se vztahuje záruka, nic neplatíte. V případě poruchy kontaktujte svého prodejce. **NEZASÍLEJTE přístroj přímo společnosti LAICA. Jakékoli záruční práce (včetně výměny výrobku nebo jeho částí) neprodlužují původní záruční dobu nahrazeného výrobku.** Výrobce odmítá jakoukoli odpovědnost za případné škody, které mohou přímo nebo nepřímo vzniknout osobám, na majetku a domácích zvířatech v důsledku nedodržení veškerých požadavků uvedených v příslušném návodu, zejména pak výstrah týkajících se instalace, používání a údržby přístroje. Společnost Laica neustále vylepšuje své výrobky a vyhrazuje si právo bez předchozího upozornění úplně či částečně upravit své výrobky podle potřeb výroby, aniž to zakládá odpovědnost ze strany společnosti Laica či jejich prodejců.



INTELEKTUÁLNÍ ELEKTRONICKÁ OSOBNÁ VÁHA S VÝPOČTOM PERCENTUÁLNĚHO PODÍLU TUKU, VODY, KOSTROVÉHO SVALSTVA, BAZÁLNĚHO METABOLIZMU A INDEXU TELESNÉJ HMOTNOSTI A UKAZOVATELŮM ROZLOŽENIA HMOTNOSTI A PULZU NÁVOD NA POUŽÍVANIE A ÚDRŽBU

Vážený zákazník, spoločnosť Laica Vám ďakuje, že ste si vybrali práve tento výrobok, ktorý bol na záručenie Vašej úplnej spokojnosti navrhnutý podľa kritérií spoľahlivosti a kvality.

DÔLEŽITÉ UPOZORNENIE PRED POUŽÍVANÍM SA DÔKLADNE OBOZNÁMTE S OBSAHOM TOHTO NÁVODU A ODLOŽTE SI HO NA BUĎÚCE POUŽITIE

Tento návod na používanie tvorí neoddeliteľnú súčasť výrobku a je potrebné ho uchovávať počas celej jeho životnosti. V prípade zmeny vlastníka odovzdajte novému vlastníkovi aj všetky súvisiace doklady.



V záujme bezpečného a správneho používania výrobku si používateľ musí pozorne prečítať pokyny a upozornenia uvedené v návode na používanie, pretože obsahujú dôležité informácie týkajúce sa bezpečnosti, používania a údržby. V prípade straty návodu na používanie alebo ak potrebujete bližšie informácie alebo vysvetlenia, vyplňte príslušný formulár, ktorý sa nachádza na stránke <https://www.laica.it/> v časti Často kladené otázky a podpora.

Elektronická osobná váha, ktorá meria hmotnosť a vypočítava zloženie tela (podiel tuku, vody, kostrového svalstva a index telesnej hmotnosti) a bazálny metabolizmus na základe výšky, veku a pohlavia. Váha zisťuje tiež rozloženie hmotnosti a pulz. Váha je kompatibilná s technológiou bluetooth 4.0 a vyššie a automaticky posiela zistené údaje do Vášho smartfónu, takže si môžete kedykoľvek kontrolovať svoj pokrok. Technológia s elektródami ITO (indium tin oxide): inovatívny, citlivý povrch vodiča, ktorý rýchlo a presne zisťuje údaje o zložení tela.

OBSAH

VYSVETLIVKY K POUŽÍTYM SYMBOLOM	str. 49
BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA	str. 49
ZLOŽENIE TELA	str. 50
POPIS VÝROBKU	str. 51
NÁVOD NA POUŽÍVANIE	str. 51
ÚDRŽBA	str. 52
PROBLÉMY A RIEŠENIA	str. 52
POSTUP LIKVIDÁCIE	str. 53
ZÁRUKA	str. 53

VYSVETLIVKY K POUŽÍTYM SYMBOLOM



Upozornenie



Zákaz

BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA

- Pred použitím výrobku sa uistite, že zariadenie je neporušené a bez viditeľného poškodenia. V prípade pochybností zariadenie nepoužívajte a obráťte sa na svojho predajcu.
- Plastové obalové vrecká uchovávajte mimo dosahu detí: nebezpečenstvo udusenía.
- Toto zariadenie sa smie používať výhradne na účely, na ktoré je určené, a spôsobom, ktorý je uvedený v návode na používanie. Akékoľvek iné použitie sa považuje za neprimerané, a teda nebezpečné. Výrobca nie je zodpovedný za prípadné škody spôsobené neprimeraným alebo nesprávnym použitím.
- Toto zariadenie smú samostatne používať deti od 8 rokov.
- Osoby so zníženými telesnými, zmyslovými alebo duševnými schopnosťami alebo s nedostatočnými skúsenosťami smú toto zariadenie používať iba vtedy, ak boli vopred poučené o bezpečnom používaní a nebezpečenstvách súvisiacich s výrobkom. Deti sa s prístrojom nesmú hrať.
- Deti nesmú čistiť výrobok a vykonávať údržbu bez dohľadu dospeléj osoby.
- V prípade poruchy alebo chybného fungovania prístroj okamžite vypnite a nijak doň nezasahujte. V súvislosti s opravami sa vždy obráťte na svojho predajcu.
- Zaochádzajte s váhou opatrne, chráňte ju proti nárazom, extrémnym zmenám teploty, vlhkosti, prachu, priamemu slnečnému svetlu a zdrojom tepla.
- Do tela váhy sa **NESMÚ dostať žiadne tekutiny**. Toto zariadenie nie je vodeodolné. **NEPOUŽÍVAJTE** zariadenie v prostrediach s vysokou vlhkosťou, ani ho v takých prostrediach nenechávajte odložené: vlhkosť vyššia než 85 % alebo kontakt s vodou či inými tekutinami môžu spôsobiť koróziu a narušiť správne fungovanie zariadenia.
- **NESTÚPAJTE** na váhu s mokrymi chodidlami alebo ak je povrch váhy mokry: nebezpečenstvo pošmyknutia.



POZOR! PRED POUŽÍVANÍM TOHTO VÝROBKU

- **Percentuálny podiel telesného tuku, vody a kostrového svalstva, hodnotu bazálneho metabolizmu a údaje o rozložení hmotnosti a pulze, ktoré váha vypočíta, je potrebné brať iba ako orientačné údaje. Pre akékoľvek ďalšie informácie sa poraďte so svojím lekárom alebo dietológom.**
- **Meranie vlastných telesných parametrov predstavuje kontrolu, nie diagnostiku alebo liečbu. Nezvyčajné hodnoty je potrebné vždy konzultovať so svojím lekárom. Za žiadnych okolností nemeňte dávkovanie akýchkoľvek liekov predpísaných lekárom.**
- **Prostredníctvom elektród umiestnených na plošine váha vysiela slabý elektrický prúd nízkej intenzity, ktorý prechádza telom. Váha nepredstavuje žiadne nebezpečenstvo.**
- **Váhu by nemali používať nižšie uvedené osoby, pretože namerané údaje by nemuseli byť vierohodné:**
 - o osoby s kardiosťimulátorom alebo iným elektronickým zdravotníckym materiálom
 - o osoby s horúčkou
 - o deti mladšie než 12 rokov
 - o tehotné ženy
 - o osoby na dialýze, osoby s opuchmi na nohách, osoby s osteoporózou

o osoby, ktoré užívajú lieky na kardiovaskulárny systém.

BEZPEČNÉ POUŽÍVANIE BATÉRIÍ

- V prípade, že sa váha dlhší čas nepoužíva, vyberte batérie a odložte ich na chladné a suché miesto pri izbovej teplote.
- ⊗ NENABÍJAJTE batérie, ak nie sú nabíjacie.
- ⊗ NENABÍJAJTE nabíjacie batérie iným spôsobom, ako je uvedené v návode alebo inými zariadeniami, ako sú uvedené v návode.
- ⊗ NEVYSTAVUJTE batérie tepelným zdrojom a priamemu slnečnému svetlu. Pri nedodržaní tohto pokynu môže dôjsť k poškodeniu alebo explózií batérií.
- ⊗ NEVHADZUJTE batérie do ohňa.
- Vyberať alebo vymieňať batérie smú iba dospelé osoby.
- Uchovávať batérie mimo dosahu detí: prehltnutie batérií predstavuje smrteľné nebezpečenstvo. V prípade prehltnutia okamžite vyhľadajte lekársku pomoc.
- Kyselina v batériách má leptavé účinky. Zabráňte kontaktu s kožou, očami alebo odevom.

ZLOŽENIE TEĽA

Zloženie tela pozostáva z:

- beztuková hmota: všetky zložky bez tuku (voda, svalstvo, spojovacie tkanivá a iné organické zložky bez tuku), kosti, vnútornosti, orgány, krv;
- tuková hmota: všetky tuky extrahovateľné z tukového tkaniva a iných tkanív/orgánov.
- kostná hmota.

Prostredníctvom elektród umiestnených na plošine váha prenáša slabý elektrický prúd nízkej intenzity, ktorý prechádza telom. Rôzne hmoty reagujú na prúd rôznym spôsobom: beztuková hmota kladie menší odpor než tuková hmota. Tento odpor tela sa nazýva bioelektrická impedancia. Pomerný podiel jednotlivých telesných hmôt sa líši v závislosti od pohlavia, veku a telesnej konštrukcie jedinca.

Podiel tukovej hmoty (údaj sa zobrazuje aj na displeji váhy aj v aplikácii)

Podiel tuku uvedený v tabuľke nižšie predstavuje celkový telesný tuk, ktorý je súčtom esenciálneho a uloženého tuku. Esenciálny tuk je nevyhnutný pre rôzne telesné funkcie organizmu, jeho podiel je 3 % u mužov a 12 % u žien. Uložený tuk dodáva energiu, chráni proti fyzickým traumám a izoluje telo za účelom udržiavania telesnej teploty. Tieto podiely závisia od veku a pohlavia jedinca, ako je uvedené v tabuľke nižšie.

Ak je podiel, ktorý váha vypočíta, mimo rozsahu hodnôt označených v tabuľke ako "normálne", odporúčame Vám poradiť sa so svojím lekárom.

TABUĽKA TELESNÝ TUK					
	VĚK	PODVÁHA	NORMÁLNA HMOTNOSŤ	NADVÁHA	OBEZITA
ŽENA	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
MUŽ	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

Podiel svalovej hmoty (údaj sa zobrazuje aj na displeji váhy aj v aplikácii)

Existujú tri rôzne typy svalového tkaniva: hladké, priečne pruhované kostrové a priečne pruhované srdcové.Hladké svalové tkanivo sa skladá z hladkých vláknien, ktoré sa nachádzajú v stenách tráviacej sústavy, dýchacieho a pohlavného ústrojenstva a na stenách venózných a arteriálnych ciev. Priečne pruhované kostrové svalové tkanivo tvorí u ľudí kostrové a tvárové svaly. Priečne pruhované srdcové svalové tkanivo predstavuje srdce.

Váha vypočítava percentuálny podiel kostrového svalstva a hladkého svalového tkaniva v organizme. V priemere je 40 % hmotnosti tela zložených z kostrového svalstva. Muži majú zvyčajne výraznejšie svalstvo ako ženy a vo všeobecnosti môže byť tento podiel vyšší u športovcov. Podiel svalstva v organizme začína klesať s narastajúcim vekom.

Podiel vody (údaj sa zobrazuje aj na displeji váhy aj v aplikácii)

Podiel vody v tele závisí od pohlavia: u zdravých dospelých žien sa pohybuje od 45 do 60 %, zatiaľ čo u mužov od 50 do 65 %. Podiel vody je vyšší v detstve a klesá s narastajúcim vekom. K zmenám telesnej hmotnosti môže dôjsť v krátkom čase (hodiny), v stredne dlhom čase (dni) alebo v dlhom čase (týždne).Drobné zmeny hmotnosti v priebehu niekoľkých hodín sú úplne normálne a sú spôsobené zadržaním vody v tele, pretože extracelulárna tekutina (ktorá zahŕňa intersticiálnu tekutinu, plazmu, lymfu a transcelulárnu tekutinu) je jediným kompartmentom schopným takej rýchlej zmeny. Ak dôjde k poklesu hmotnosti v priebehu niekoľkých dní, je veľmi pravdepodobné, že je spôsobený celkovou telesnou vodou.

Bazálny metabolizmus (údaj sa zobrazuje iba v aplikácii)

Bazálny metabolizmus (BMR, basal metabolic rate) je minimálne množstvo kalórií potrebných pre ľudské telo, aby prežilo, čiže aby mohlo vykonávať základne procesy ako krvný obeh, dýchanie, trávenie a udržiavanie telesnej teploty. Bazálny metabolizmus sa vypočítava u mentálne a fyzicky odpočívajúceho jedinca, ležiaceho na chrbte, ktorý je nalačno 12 hodín, po aspoň 8-hodinovom spánku a pri konštantnej izbovej teplote zhruba 20 °C. Hodnota bazálneho metabolizmu sa u dospelých jedincov pohybuje medzi 1200 a 1800 kcal. BMR je ovplyvnený mnohými faktormi: vek, pohlavie, výška, zloženie tela, horúčka, stres, nutričný stav a teplota prostredia.

Index telesnej hmotnosti (BMI) (údaj sa zobrazuje aj na displeji váhy aj v aplikácii)

TABUĽKA INDEXU BMI	HODNOTA INDEXU BMI
PODVÁHA	<18.5
NORMÁLNA HMOTNOSŤ	18.5-24.9
NADVÁHA	25.0-29.9
OBEZITA	>30

lekárom. Ak si zvyknete na vyváženú stravu a pravidelnú fyzickú aktivitu, určite Vám to pomôže zlepšiť kvalitu života a zdravotný stav, a tiež predchádzať chorobám, zvýšiť vitalitu u udržiavať hmotnosť v norme! Je však potrebné vedieť, že index telesnej hmotnosti neumožňuje rozpoznať zmeny hmotnosti následkom prítomnosti svalovej hmoty, kostnej hmoty, obsahu vody alebo hromadeniu tuku. Takže sa nedajte oklamať jednoduchosťou výpočtu indexu BMI a následnými

diétami typu „urob si sám“. Posúdenie indexu BMI náleží lekárovi alebo inému odborníkovi, napr. dietológovi alebo výživovému špecialistovi.

Rozloženie hmotností (údaj sa zobrazuje iba na displeji váhy)

Váha umožňuje sledovať si rozloženie telesnej hmotnosti.		
Na displeji sa zobrazuje percentuálny podiel telesnej hmotnosti v pravej a ľavej časti tela. Nižšie uvedené symboly signalizujú stav rozloženie:	SYMBOL	VÝZNAM
	≈	Telesná hmotnosť je rovnomerne rozložená
	>	Možné vychýlenie telesnej hmotnosti na ľavej strane
	<	Možné vychýlenie telesnej hmotnosti na pravej strane

Poznámky

Pri posudzovaní zloženia vlastného tela je potrebné mať na pamäti, že:


- Čisté zníženie hmotnosti bez zmeny podielu telesného tuku alebo dokonca so zvýšením telesným tukom znamená, že telo jednoducho stratilo vodu (napríklad po tréningu, saune alebo prísnej diéte s rýchlym úbytkom telesnej hmotnosti).
- Zvýšenie telesnej hmotnosti sprevádzané poklesom podielu telesného tuku alebo bez zmeny podielu telesného tuku indikuje rozvoj svalovej hmoty.
- Ak sa telesná váha a telesný tuk znižujú súčasne, znamená to, že dieťa funguje a vy chudnete.

POPIS VÝROBKU (pozri obr. 1)

1. Displej
 - a. Hmotnosť
 - b. Percentuálny podiel hmotnosti na ľavej strane
 - c. Symbol rozloženia hmotnosti
 - d. Percentuálny podiel hmotnosti na pravej strane
 - e. Percentuálny podiel tukovej hmoty
 - f. Percentuálny podiel vody
 - g. Pulz
 - h. Index telesnej hmotnosti
 - i. Percentuálny podiel svalovej hmoty
2. Elektródy ITO
3. Priestor pre batérie

TECHNICKÉ VLASTNOSTI

- Nosnosť: 180 kg / 400 lb
- Citlivosť: 100 g / 0.2 lb
- 4 alkalické batérie 1,5V AAA vymeniteľné
- Farebný displej LCD VA (Vertical Alignment)
- Prevádzková frekvencia: 2426-2460 MHz, efektívny vyžarovaný výkon: <0,9 dBm
- Prevádzkové podmienky prostredia: +10°C +40°C; RH ≤ 85%
- Podmienky prostredia pri skladovaní: +10°C +50°C; RH ≤ 85%

	Váha vypočítava zloženie tela u ľudí vo veku od 12 do 99 rokov s výškou od 90 do 220 cm.
---	--

ODPORÚČANIA PRI POUŽÍVANÍ

- Vážte sa vždy na tej istej váhe a v rovnakom čase, najlepšie ráno po prebudení a bez oblečenia.
- Po prebudení počkajte aspoň 15 minút, aby sa voda dostala do celého tela.
- Je dôležité vážiť sa naboso, so suchými chodidlami, správne umiestnenými na elektródach (pozri obr.). Aby váha fungovala správne, vyhnite sa kontaktu chodidiel medzi sebou.
- Presnosť údajov zobrazených na váhe môže byť narušená v týchto prípadoch:
 - a. vysoký obsah alkoholu
 - b. vysoká hladina kofeínu alebo drog
 - c. po ťažkom jedle
 - d. po intenzívnom športovom výkone
 - e. počas choroby
 - f. v tehotenstve
 - g. pri problémoch spojených s dehydratáciou
 - h. pri mokrých alebo špinavých chodidlách
 - i. pri opuchnutých nohách

NÁVOD NA POUŽÍVANIE

PRVÉ POUŽITIE

- Táto váha sa používa so 4 vymeniteľnými alkalickými batériami 1,5 V typu AAA.
- Pri vkladaní batérií otvorte priestor pre batérie tak, že posuniete kryt v smere šípky.
- Vložte batérie s prihliadnutím na označenú polaritu. Zatvorte kryt.


VOĽBA MERNEJ JEDNOTKY

V aplikácii „LAICA Home Wellness“ je možné zvoliť memú jednotku, používanú pri vážení. Používanú memú jednotku nie je možné zmeniť na displeji váhy.

POUŽÍVANIE

a. Meranie iba telesnej hmotnosti

- 1) Položte váhu na pevný a rovný povrch. Ak je podlaha mäkká alebo nedostatočne pevná (napr. koberec, rohožka, linoleum), môže to narušiť presnosť merania.
- 2) Postavte sa na vypnutú váhu, pričom chodidlá musia byť rovno vedľa seba a váha rovnomerne rozložená (pozri obrázky). Bez pohybu počkajte, kým váha nevypočíta vašu hmotnosť a na displeji sa nezobrazí údaj o rozložení hmotnosti. Pri vážení sa o nič neopierajte, aby nedošlo k nepresnostiam.
- 3) Zostúpte z váhy, na displeji sa bude ešte niekoľko sekúnd zobrazovať hmotnosť, potom sa váha sama vypne.

	Aby sa na displeji LCD zobrazili údaje o zložení tela, musí byť váha pripojená k aplikácii „LAICA Home Wellness“.
---	---

b. Používanie s aplikáciou: výpočet zloženia tela

Zoznam kompatibilných zariadení:

- **iOS:** iPhone s operačným systémom od verzie 10.
- **Zariadenie s operačným systémom Android™:** od verzie 6.0 (Marshmallow).

Váha je kompatibilná s technológiou bluetooth 4.0 a vyššie a posiela údaje o zložení tela (podiel tuku, vody, kostrového svalstva, hodnotu bazálneho metabolizmu a index telesnej

hmotnosti) do vášho smartfónu, aby sa umožnila presnejšia analýza zloženia vašej hmotnosti. **Po pripojení k aplikácii sa údaje o zložení tela zobrazujú aj na displeji váhy.** Pri úkonoch uvedených nižšie odporúčame mať smartfón v blízkosti váhy, aby sa zachovalo aktívne spojenie.

1. V nastaveniach smartfónu aktivujte bluetooth
2. Nainštalujte si do smartfónu bezplatnú aplikáciu „LAICA Home Wellness“
3. Spustíte aplikáciu a podľa pokynov pridajte výrobok a vytvorte nového používateľa vložením svojich osobných údajov.
4. Zapnite váhu zatlačením na plošinu: na displeji sa zobrazí text „0,0“.
5. Stlačením tlačidla „ZISTI HMOTNOST“ v aplikácii pripojte aplikáciu k váhe a postavte sa bosými chodidlami na plošinu, pričom dbajte na to, aby boli správne umiestnené na elektródach ITO. Na váhe sa zobrazí:
 - a. hmotnosť,
 - b. rozloženie hmotnosti
6. Zostaňte na váhe bez pohybu, kým sa na displeji LCD nezobrazia tieto údaje:

- hmotnosť
 - rozloženie hmotnosti
 - percentuálny podiel telesného tuku
 - index telesnej hmotnosti
- percentuálny podiel vody
 - percentuálny podiel svalovej hmoty
 - pulz


Súčasne sa v aplikácii zobrazia tieto údaje:

- hmotnosť
- cieľ hmotnosti (ak je nastavený v aplikácii)
- percentuálny podiel telesného tuku
- percentuálny podiel vody
- bazálny metabolizmus
- index telesnej hmotnosti (BMI)
- percentuálny podiel svalovej hmoty

- Ak zostúpíte z váhy predtým, ako sa zobrazia všetky údaje, v aplikácii ani na displeji váhy sa nezobrazia údaje o zložení tela.
- Na váhe sa údaje zobrazujú s jedným desiatinným číslom po čiarku, v aplikácii sa údaje zobrazujú s dvomi desiatinnými číslami.

7. Váha sa zhruba po 10 sekundách nečinnosti automaticky vypne. Porovnajete zobrazený podiel tuku s parametrami uvedenými v tabuľke „Telesný tuk“: ak nespadá do rozsahu normálnych hodnôt, poraďte sa so svojim lekárom. Posúďte tiež podiel vody podľa odseku „Percentuálny podiel vody“ a podiel svalovej hmoty podľa odseku „Percentuálny podiel svalovej hmoty“.

- Od druhého použitia váhy s aplikáciou „Laica Home Wellness“ dokáže váha rozoznať používateľa podľa jeho telesnej hmotnosti (pri rozdieloch hmotnosti do 2 kg).

	<p>V takom prípade sa popri zobrazení hmotnosti a údajov o rozložení hmotnosti na displeji váhy automaticky zobrazia aj údaje o zložení tela aj bez použitia aplikácie „LAICA Home Wellness“. Údaje, ktoré sa zobrazia na displeji váhy bez použitia aplikácie, sa nedajú uložiť do aplikácie ani neskôr do nej poslať. V prípade, že váhu používajú viacerí používatelia s podobnou hmotnosťou (rozdiel 2 kg), je možné, že váha použije parametre iného používateľa. Odporúčame používať váhu s aplikáciou „LAICA Home Wellness“, aby nedošlo k zámene údajov o zložení tela jedného používateľa s údajmi iných používateľom, a aby bolo možné uložiť tieto údaje v aplikácii a následne ich monitorovať.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pri vážení sa ubezpečte, že aplikácia je aktívna a zobrazená na smartfóne, aby ste mohli skontrolovať okamžité odoslanie údajov o zložení vášho tela. • Pred ďalším vážením sa vždy ubezpečte, že spojenie bluetooth so smartfónom je aktívne. • Pri zariadeniach s operačným systémom Android™ je potrebné aktívovať lokalizačné služby. • Pred vykonaním nového váženia vždy zvolte príslušného používateľa v aplikácii. • Údaje o rozložení hmotnosti a pulze sa zobrazujú iba na displeji váhy. • Vždy, keď sa váha presunie alebo zdvihne a umiestni na opornú plochu, prvé váženie sa nesmie považovať za smerodajné z dôvodu nevyhnutného vyváženía elektronickej karty vzhľadom na dynamometre. Za smerodajné možno považovať až druhé a ďalšie váženia, keďže prvé váženie môže byť z vyššie uvedeného dôvodu nepresné.
---	--

VÝMENA BATÉRIÍ

Ak sa na displeji zobrazí nápis „LO“ alebo symbol batérie, je potrebné vymeniť batérie za nové rovnakého typu.

1. Otvorte priestor pre batérie tak, že posuniete kryt v smere šípky.
2. Vyberte vybité batérie a zlikvidujte ich podľa pokynov uvedených v odseku „Postup pri likvidácii“.
3. Vložte nové batérie s prihliadnutím na označenú polaritu.
4. Zatvorte priestor pre batérie.

ÚDRŽBA

- Uchovávajte zariadenie na chladnom a suchom mieste.
- Uchovávajte zariadenie vo vodorovnej polohe
- Čistite zariadenie iba mäkkou a suchou utierkou.
- Na čistenie nikdy nepoužívajte chemikálie ani abrazívne čistiace prostriedky.


PROBLÉMY A RIEŠENIA

Problém	Možná příčina	Riešenie
Váha sa nezapína.	Nepostavili ste sa na váhu správnym spôsobom. Batérie sú vybité.	Postavte sa na váhu s chodidlami rovno vedľa seba. Pozor: váha sa zapne, až keď sa na ňu postavíte. Vymeňte batérie.
Na displej sa zobrazuje nápis „Lo“ alebo symbol batérie.	Batérie sú vybité.	Vymeňte batérie.

Problém	Možná příčina	Riešenie
Na displeji sa zobrazuje nápis „Err“.	Hmotnosť je vyššia než nosnosť váhy.	Okamžite zložte záťaž z váhy, aby nedošlo k jej poškodeniu, a skontrolujte maximálnu nosnosť.
Na displeji sa zobrazuje iba hmotnosť a údaj o rozložení hmotnosti.	Vážili ste sa prvý raz, bez použitia aplikácie „LAICA Home Wellness“.	Na zobrazenie všetkých údajov o zložení tela pripojte váhu k aplikácii „LAICA Home Wellness“. Prečítajte si odsek „Používanie s aplikáciou: výpočet zloženia tela.“
	Zostúpili ste z váhy predtým, ako sa zobrazili údaje o zložení tela.	Bez pohybu počkajte na váhe, kým sa na displeji nezobrazia všetky údaje.
	Nepostavili ste sa na váhu s bosými chodidlami.	Postavte sa na váhu s bosými chodidlami.
	Koža chodidiel je príliš suchá.	Mierne si navlhčite kožu chodidiel.
V aplikácii „LAICA Home Wellness“ sa nezobrazuje žiadny údaj.	V nastaveniach smartfónu nebolo aktivované pripojenie bluetooth.	Aktivujte v smartfóne pripojenie bluetooth.
	Smartfón počas váženia prešiel do pohotovostného režimu.	Pri vážení udrzte aplikáciu v smartfóne aktívnu, aby sa zaručilo okamžité odoslanie údajov.
	V aplikácii nebolo stlačené tlačidlo „ZISTI HMOTNOST“.	Stlačte v aplikácii tlačidlo „ZISTI HMOTNOST“, aby sa údaje odoslali z váhy do aplikácie.
V aplikácii „LAICA Home Wellness“ sa zobrazuje iba telesná hmotnosť.	Nepostavili ste sa na váhu s bosými chodidlami. Koža chodidiel je príliš suchá.	Postavte sa na váhu s bosými chodidlami. Mierne si navlhčite kožu chodidiel.


Všetky hmotnosti sú len približné, pretože sú zaokrúhlené smerom hore alebo dole k najbližšiemu stupňu presnosti. Výrobca zaručuje presnosť s toleranciou max. +/-1 % + 1 stupeň presnosti.

POSTUP LIKVIDÁCIE

 Symbol umiestnený na spodnej strane prístroja označuje separovaný zber elektrických a elektronických zariadení (Dir. 2012/19/Eu-WEEE). Po ukončení životnosti sa zariadenie nesmie likvidovať ako komunálny pevný odpad, ale umiestnite ho v zbernom dvore vo vašom okolí alebo ho vráťte predajcovi pri kúpe nového prístroja rovnakého typu s rovnakými funkciami. V prípade, ak je veľkosť prístroja, ktorý sa má zlikvidovať, menšia ako 25 cm, je možné ho odovzdať v obchodnom mieste s metrážou väčšou ako 400 m² bez povinnosti kúpy nového podobného zariadenia. Tento postup separovaného zberu elektrických a elektronických prístrojov sa uskutočňuje vo vízií obecnej politiky životného prostredia s cieľmi záchrany, ochrany a zlepšenia kvality životného prostredia a aby sa zabránilo potenciálnym

účinkom na ľudské zdravie spôsobeným prítomnosťou nebezpečných látok v týchto prístrojoch alebo nevhodným používaním týchto prístrojov alebo ich častí. Upozornenie! Nesprávna likvidácia elektrických a elektronických zariadení môže byť postihovaná.

Pre správnu likvidáciu batérií (Nariadenie 2013/56/Eu) nevyhadzovať batérie do domáceho odpadu, ale zlikvidovať ich ako špeciálny odpad v zberných miestach, kde bude zabezpečená ich recyklácia. Pre viac informácií o likvidácii použitých batérií obráťte sa na predajcu, u ktorého ste si zariadenie obsahujúce batérie kúpili, obec alebo miestne služby pre likvidáciu odpadu.

 Tento produkt je určený na domáce používanie. Značka CE umiestnená na zariadení potvrdzuje zhodu podľa smernice 2014/30/Eu týkajúcej sa elektromagnetickej kompatibility. Tento produkt je elektronický prístroj otestovaný za účelom zabezpečenia toho, že za súčasného stavu technických znalostí neovplyvňuje ďalšie prístroje umiestnené v jeho okolí (elektromagnetická kompatibilita) a je bezpečný, ak sa používa v súlade s podmienkami uvedenými v návode na používanie. V prípade anomálneho správania sa zariadenia nepredlžujte jeho používanie a prípadne sa skontaktujte priamo s výrobcom.

Výrobca Laica S.p.A. vyhlasuje, že spotrebič je v súlade so smernicou 2014/53/Eu. Úplné vyhlásenie o zhode je k dispozícii na tejto internetovej adrese: www.laica.it.

ZÁRUKA

Na tento prístroj sa vzťahuje záruka 2 roky od dátumu kúpy, ktorý musí byť potvrdený pečiatkou alebo podpisom predajcu a doložený pokladničným blokom, ktorý je potrebné si uschovať. Toto obdobie je v súlade s platnou legislatívou a aplikuje sa iba v prípade, ak spotrebiteľ je súkromným subjektom. Výrobky Laica sú vyrobené pre domáce používanie a nie je dovolené ich používať vo verejných prevádzkach. Záruka pokrýva iba výrobné chyby a nie je platná, ak by poškodenie bolo spôsobené náhodnou udalosťou, chybným používaním, nedbanlivosťou alebo nevhodným používaním výrobku. Používajte iba príslušenstvo určené pre výrobok; používanie iného príslušenstva môže mať za následok neplatnosť záruky. V žiadnom prípade prístroj neotvárajte; v prípade otvorenia alebo poškodenia záruka definitívne stráca platnosť. Záruka sa nevzťahuje na časti podliehajúce opotrebeniu počas používania a na batérie, ak sú k prístroju dodané. Po uplynutí 2 rokov od kúpy záruka stráca platnosť; v tomto prípade sú zášahy uskutočnené technickým servisom sponplatené. Informácie o poskytovaní technického servisu, či už v rámci záruky alebo za poplatok, získate na emailovej adrese info@laica.com. Na opravy a výmenu výrobkov, ktoré spadajú do záručnej lehoty, sa nevzťahujú žiadne poplatky. V prípade porúch sa obráťte na predajcu; NEPOSIELAJTE prístroj priamo spoločnosti LAICA. **Všetky zášahy v rámci záručnej lehoty (vrátane výmeny výrobku alebo jeho časti) nepredlžujú trvanie pôvodnej záručnej lehoty vymeneného výrobku.** Výrobca odmieta akákoľvek zodpovednosť za prípadné škody, ktoré môžu vzniknúť, priamo alebo nepriamo, na osobách, veciach a domácich zvieratách následkom nedostatočného dodržania všetkých predpisov uvedených v tomto návode na používanie a týkajúce sa obzvlášť upozornení vzhľadom na inštaláciu, používanie a údržbu prístroja. Firma Laica je vzhľadom na neustále zlepšovanie vlastných výrobkov oprávnená zmeniť bez akéhokoľvek predbežného upozornenia celkom alebo sčasti vlastné výrobky vzhľadom na nevyhnutnosť výroby bez toho, aby tým vznikla akákoľvek zodpovednosť firme Laica alebo jej predajcom.



ELEKTROMOS OKOS SZEMÉLYMÉRLEG TESTZSÍR-, TESTVÍZ-, IZOMTÖMEG-SZÁZALÉK, ALAPANYAGCSERE-, TESTTÖMEG INDEX, TESTTÖMEG-EGYENSÚLY KISZÁMITÁSÁVAL ÉS A SZÍVVERÉS MÉRÉSÉVEL - UTASÍTÁSOK ÉS GARANCIA

Tisztelt Ügyfél! A Laica szeretné megköszönni, hogy ezt a terméket választotta, amelyet megbízhatósági és minőségi kritériumok alapján terveztünk a teljes megelégedésének céljából.

FONTOS HASZNÁLAT ELŐTT FIGYELMESEN OLVASSA EL ŐRIZZE MEG KÉSŐBBI HIVATKOZÁS CÉLJÁBÓL

A használati utasítások a termék szerves részét képezik és annak egész életciklusára meg kell őrizni őket. A készülék más tulajdonosra történő átruházása esetén át kell adni a teljes dokumentációt. A termék biztonságos és helyes használata érdekében a felhasználónak figyelmesen el kell olvasnia a kézikönyvben leírt utasításokat és figyelmeztetéseket, mivel a biztonságra, a használati és karbantartási utasításokra vonatkozó fontos információkat tartalmaznak.



A használati útmutató elvesztése esetén vagy ha bővebb információra vagy felvilágosításra van szüksége, töltsse ki a www.laica.it weboldal GYIK és Segítség szakaszában található űrlapot.

Elektromos személymérleg, mely súlyt mér, kiszámolja a testösszetételt (testzsír-, testvíz-, izomtömeg-százalék, testtömeg-index) és az alapanyagcserét a magasság, az életkor és a nem függvényében.

A személymérleg ezenkívül méri a testtömeg-egyensúlyt és a szívverést. Kompatibilis a bluetooth 4.0 és az annál magasabb szintű technológiával, így automatikusan elküldi a kapott adatokat okostelefonjára, hogy mindig nyomon tudja követni fejlődését.

ITO (indium-ön-oxid) elektródákon alapuló technológia: olyan innovatív, érzékeny szigetelő bevonat, amelyik gyorsan és pontosan érzékeli a testösszetételre vonatkozó információkat.

TARTALOM

SZIMBÓLUMOK MAGYARÁZATA
BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉSEK
TESTÖSSZETÉTEL
A TERMÉK LEÍRÁSA
HASZNÁLATI UTASÍTÁSOK
KARBANTARTÁS
PROBLÉMAK ÉS ELHÁRÍTÁSUK
ÁRTALMATLANÍTÁS
GARANCIA

oldal 54
 oldal 54
 oldal 55
 oldal 56
 oldal 57
 oldal 57
 oldal 58
 oldal 58

SZIMBÓLUMOK MAGYARÁZATA



Figyelmeztetés



Tiltás

BIZTONSÁGI FIGYELMEZTETÉSEK

- A termék használata előtt ellenőrizze, hogy a készülék ép, látható károsodások nélkül. Kétségek esetén ne használja a készüléket és keresse fel a viszonteladót.
- A csomagoló műanyagot tartsa gyermekektől távol: fulladásveszélyt jelentenek.
- Ez a készülék kizárólag arra a célra alkalmas, amelyre tervezték, és hogyan a használati utasításokban előírták.
- Bármilyen más alkalmazás nem megfelelőnek vagyis veszélyesnek minősül. A gyártó nem felelős az esetleges helytelen vagy hibás használat következményeként történt károkért.
- Ezt a készüléket 8 éves vagy annál idősebb gyermekek önállóan használhatják.
- Ezt a készüléket csökkent fizikai, érzékszervi vagy szellemi képességű személyek illetve tapasztalat nélküli személyek csak akkor használhatják, ha előzőleg biztonsági képzést kaptak és tájékoztatták őket a termékre vonatkozó veszélyekről.
- A gyermekek ne játszanak a készülékkel. A tisztítást és a karbantartást gyermekek nem végezhetik felhívott felügyelete nélkül.
- Hiba és/vagy hibás működés esetén kapcsolja ki a készüléket a károsítása nélkül. A javításhoz mindig forduljon a saját viszonteladójához.
- A mérleget óvatosan kezelje, védje ütközésekkel, extrém hőmérsékletváltozásokkal, nedvességgel, porral, közvetlen napfényvel és hőforrásokkal szemben.
- NE engedje, hogy a mérleg testébe folyadék kerüljön. Ez a készülék nem vízálló. NE hagyja és NE használja a mérleges vízzel teli környezetben; a 85%-nál nagyobb páratartalom illetve a vízzel vagy egyéb folyadékkal érintkezés rozsdásodást eredményezhetnek és befolyásolhatják a készülék helyes működését.
- NE lépjen fel a mérlegre nedves lábbal vagy ha a mérleg felülete nedves: elcsúszhat.



FIGYELEM! A KÉSZÜLÉK HASZNÁLATA ELŐTT

- A mérleg által számolt, a testzsír-, testvíz-és izomtömeg-százalékra, az alapanyagcsere értékére, a testtömeg-egyensúlyra és a szívverésre vonatkozó adatokat csak tájékoztató jellegűnek kell tekinteni. További információkért kérdezze orvosát vagy dietetikusát.**
- Az otthoni mérés ellenőrzést jelent, nem diagnózist vagy kezelést. A szokatlan adatokat minden esetben vitassák meg orvosukkal. Semmilyen esetben sem szabad önhatalmúlag megváltoztatni az orvos által felírt gyógyszerek adagolását.**
- A lábtámaszon elhelyezett elektródok révén a mérleg alacsony intenzitású gyengeáramot küld, mely áthalad a testtömegben. A mérleg nem jelent semmilyen veszélyt.**
- Az alábbi személyeknek nem javasoljuk a mérleg használatát, mivel a mérleg által mért adatok pontatlanok lehetnek:**
 - o pace-maker't vagy más elektronikus orvosi eszközt használó személyek**
 - o lázás személyek**
 - o 12 évesnél fiatalabb gyermekek**
 - o várandós nők**
 - o dialízisben részesülő, lábödémás személyek, csonttritkulásban személyek**
 - o olyan személyek, akik gyógyszereket szednek szív- és érrendszerükre.**

AZ AKKUMULÁTOROK BIZTONSÁGOS HASZNÁLATA

- Távolítsa el az akkumulátorokat, ha hosszú időn keresztül nem használja a mérleget és tárolja friss és száraz helyen, környezeti hőmérsékleten.
- NE töltsse fel az akkumulátorokat, ha egyszer használatosak.
- NE töltsse fel a feltölthető akkumulátorokat a kézikönyvben megadott folyamattól eltérően vagy nem előírt készülékkel.
- NE tegye ki az akkumulátorokat hőnek és közvetlen napfénynek. Ezen utasítások be nem tartása károsíthatja és/vagy felrobbanthatja az akkumulátorokat.
- NE dobja az akkumulátorokat tűzbe.
- Az akkumulátorokat felhívott személy távolítsa el vagy cserélje.
- Tartsa az akkumulátorokat gyermekektől távol: az akkumulátorok lenyelése halálos veszélyt jelent. Ha lenyeli, akkor azonnal hívja fel a háziorvosát.
- Az akkumulátorokban tartalmazott sav korrozív. Kerülje a bőrrel, szemmel vagy ruhával érintkezést.

TESTÖSSZETÉTEL

A testösszetétel az alábbi összetevőkből áll:

- zsírmentes testtömeg: az összes testzsírtól mentes testrész (víz, izom, kötőszövet és más, zsírt nem tartalmazó szerves összetevő), csontok, inerek, szervek, vér;
- zsírtömeg: a zsírszövetből és a többi szövetből/szervből kivonható összes zsír;
- csonttömeg.

A lábtámaszon elhelyezett elektródok révén a mérleg alacsony intenzitású gyengeáramot küld, mely áthalad a testtömegben. A különböző testtömegek eltérően reagálnak az áramra: a zsírmentes testtömeg a zsírtömeghez viszonyítva kisebb ellenállást fejt ki. A testnek ezt az ellenállást bioelektromos impedenciának nevezik. A különböző testtömegek eltérő százalékos aránya az egyén nemének, életkorának és természetének függvényében változik.

Zsírtömeg-százalék (a mérleg és az alkalmazás kijelzőjén megjelenő adat)

Az alábbi táblázatban feltüntetett zsír százalékos aránya az összes zsírt jelöli, mely az esszenciális zsír és a lerakódott zsír összege. Az esszenciális zsírra a szervezetnek a különböző funkciók ellátásához van szüksége: ez 3% a férfiakban és 12% a nőkben. A lerakódott zsír biztosítja az energiát, véd a fizikai sérülésekkel szemben és szigeteli a testet a hő megóvása érdekében. Ezek a százalékos arányok az egyén életkorának és nemének függvényében változnak, amint az az alábbi táblázatban látható. **Ha a mérleg által kijelzett százalékos értékek a táblázatban feltüntetett "normál" értékeken kívül esnek, ajánlott orvoshoz fordulni.**

TESTZSÍR TÁBLÁZAT					
	Életkor	SOVÁNY	NORMÁL	ELHÍZOTT	TÚLSÚLYOS
NŐ	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
FÉRFI	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

Izomtömeg % (a mérleg és az alkalmazás kijelzőjén megjelenő adat)

Három különböző típusú izomszövet létezik: simaizom, harántcsikolt csontszövet és szívizomszövet.A simaizom sima rostokból áll, amelyek a bélcsatorna, a légutak és a nemi szervek, illetve a vénás és artériás erek falaiban találhatók. A harántcsikolt vázizomszövet alkotja az emberben a vázizmot és az arcmuskokat. A szívizom a szívben található. Ez a mérleg a szervezetben található vázizom és sima izomszövet százalékos arányát számolja ki. Átlagosan a testsúly 40% vázizomból áll. A férfiak izomzata általában hangsúlyosabb a nők izomzatánál és annak százalékos aránya növekedhet a sportolókban. Az izomzat százalékos aránya az életkor előrehaladtával csökken.

Testvíz százalék (a mérleg és az alkalmazás kijelzőjén megjelenő adat)

A testvíz százalékos aránya eltérő a nők és férfiak esetében: az egészséges felnőtt nőkben 45-60% között, míg a férfiak esetében 50-65% van. A testvíz százalék gyermekkorban magasabb és az életkorral előrehaladva csökken. A testsúly változás bekövetkeztét rövid idő alatt (órák), közép (napok) vagy hosszú távon (hetek). A néhány óra alatt bekövetkező kismértékű testsúlyváltozás normális jelenség, melynek oka a vízvisszatartás, ugyanis a sejten kívüli víz (melybe beletartozik a szövetek közötti folyadék), a plazma, a lina és a transzcelluláris folyadék), az egyetlen ilyen, gyors változásra képes rész. Amikor a testsúlycsökkenés néhány napon belül következik be, nagyon valószínű, hogy az az össz víz terhére történik.

Alap metabolikus ráta (csak az alkalmazásban látható adat)

Az alap metabolikus ráta (BMR) a test túléléséhez, tehát az alapvető biológiai folyamatok (pl. vérkeringés, légzés, emésztés, a testhőmérséklet megtartása) elvégzéséhez szükséges minimális kalória mennyisége. Az alap metabolikus ráta egy olyan személyen van kiszámolva, aki mentálisan és fizikálisan pihen hanyatt fekvve, 12 órája nem evett, legalább 8 órát aludt, és egy változatlan hőmérsékletű helyiségben van, ami kb. 20°C fokban. Az alap metabolikus ráta a felnőtteknél körülbelül 1200 és 1800 kcal között van. A BMR-t számos tényező befolyásolja: kor, nem, magasság, testösszetétel, láz, stressz, táplálkozási állapot és környezeti hőmérsékletek.

Testtömeg-index (a mérleg és az alkalmazás kijelzőjén megjelenő adat)

IMC TÁBLÁZAT	IMC ÉRTÉK
SOVÁNY	<18.5
NORMAL	18.5-24.9
TÚLSÚLYOS	25.0-29.9
ELHÍZOTT	>30

Az IMC testtömeg-index összefüggésbe hozza testsúlyt és a testmagasságot. A lent található besorolás annak kockázatával áll kapcsolatban, melyet a nem megfelelő testsúly jelent az egészségi állapotra nézve: ha az IMC 18,5 és 24,9 között van, az arra utal, hogy a testsúly statisztikailag nincs hatással az egészségi állapotra, és normálisnak mondható. Az ettől az IMC tartománytól való bármilyen eltérést kockázatosnak kell megítélni

az egyén egészsége szempontjából: ebben az esetben javasolt orvoshoz fordulni. A kiegyensúlyozott étrend és mozgás biztosan hozzájárulnak az életminőség javulásához, elősegítik az egészséges állapotot, segítenek megelőzni a betegségeket, növelik a vitalitást és hozzájárulnak az egészséges testsúly-tesztalkat fenntartásához is. Fontos tudni azonban, hogy a testtömeg-index megismerésével nem lehet különbséget tenni aközött, hogy a testsúly változásai az izomtömeg, a csonttömeg, a testvíz vagy az elraktározott zsír változásainak tudhatók be. Fontos tehát, hogy a testtömeg-index egyszerű kiszámítása ne vezesse félre a felhasználót, és vezessen "csináld magad!" diétákhoz. A testtömeg-index kiértékelését orvosra vagy más szakemberre, táplálkozástudományi szakértőre vagy dietetikusra kell bízni.

Testtömeg-egyensúly (csak a mérleg kijelzőjén látható adat)

A mérleg lehetővé teszi a testtömeg-egyensúly nyomonkövethetőségét.

A kijelzőn megjelenik a testnek a jobb és bal oldalán mért súly százalékos értéke és a testtömeg-egyensúlyt az alábbi szimbólumokkal jelzi:

SZIMBÓLUM	JELENTÉS
≈	Testtömeg-egyensúly helyzete
>	Valószínű testtömeg eltolódás balra
<	Valószínű testtömeg eltolódás jobbra

Megjegyzések

A saját testösszetétel értékelése során az alábbiakat kell figyelembe venni:

- A változatlan vagy növekvő testszír százalék kíséretében bekövetkező testsúlycsökkenés azt jelzi, hogy a test egyszerűen vizet veszített (például edzés, szauna vagy gyors súlycsökkenésre korlátozóó diétát követően).
- A súlygyarapodás csökkenő vagy változatlan testszír százalékkal társulva az értékes izomtömeg fejlődését mutatja.
- Amikor a testsúly és a testszír ugyanabban az időben csökken, az azt jelenti, hogy a diéta hatékony és veszünk testtömegünkből.

A TERMÉK LEÍRÁSA (lásd 1. ábra)

- Kijelző
 - Súly
 - Súly százalék balra
 - Testtömeg-egyensúly szimbólum
 - Súly százalék jobbra
 - testszír %
 - víz %
 - Szívverés
 - Testtömeg-index
 - izomtömeg %
- ITO elektródok
- Elemtartó

MŰSZAKI SAJÁTOSSÁGOK

- Teherbírás: 180 kg / 400 lb
- Osztás: 100 g / 0,2 lb
- 4 db 1.5V-os AAA típusú alkáli elem
- Színes LCD VA (Vertical Alignment) kijelző
- Üzemi frekvencia: 2426-2460 MHz, effektív kisugárzott teljesítmény: <0,9 dBm
- Üzemi környezeti feltételek: +10 °C +40 °C; RH ≤85%
- Környezeti feltételek a tároláshoz: +10 °C +50 °C; RH ≤85%

	A mérleg a testösszetétel kiszámolását 12 és 99 év közötti, 90 és 220 cm magas személyeken végzi.
---------------	--

JAVASLATOK A HASZNÁLATHOZ

- Mindig ugyanazon a mérlegen és ugyanabban az órában méretkezzen, lehetőleg

ébredéskor és ruhák nélkül.

- Felkelés után várjon 15 percet, hogy a víz el tudjon oszolni a testben.
- Fontos, hogy a méréskor mezítláb legyen és lábai szárazak legyenek, illetve tökéletesen illeszkedjenek az elektródákra (lásd az ábrát). Továbbá, a mérleg megfelelő működésének érdekében lábai ne érjenek egymáshoz.
- A mérleg által adott adatok pontosságát befolyásolhatják az alábbi körülmények:
 - magas alkoholszint
 - magas koffein- vagy kábítószer-szint
 - nehéz ételek után
 - intenzív sporttevékenység után
 - betegség közben
 - terhesség során
 - dehidratáltság esetén
 - nedves vagy nem tiszta lábak
 - bedagadt lábak

HASZNÁLATI UTASÍTÁSOK

ELSŐ HASZNÁLAT

- Ez a mérleg 4 db 1.5V-os AAA cserélhető alkáli elemmel működik.
- Az elemek behelyezéséhez nyissa ki az elemtartót úgy, hogy a fedelet a nyíl irányába csúsztassa.
- Tegyék be az elemeket, ügyeljenek a feltüntetett polarításra. Zárja be a fedőlapot.

MÉRTÉKEGYSÉG KIVÁLASZTÁSA

A „LAICA Home Wellness” alkalmazásban kiválaszthatja a méréshez használt mértékegységet. Nem lehet a mérleg LCD kijelzőjén megjelenített mértékegységet módosítani.

HASZNÁLAT

a. Csak testsúly mérés

1) Helyezze a mérleget sima és kemény felületre.

A puha, egyenetlen padló (pl. rongyszőnyeg, szőnyeg, linóleum) hátrányosan befolyásolhatja a mérés pontosságát.

2) Kikapcsolt mérleg mellett, párhuzamos lábakkal és egyenletesen elosztott testsúllyal lépjen a mérleg fellépő felületére (lásd a rajzokat). Ne mozogjon, várja meg, amíg a mérleg megméri a testsúlyát és megjeleníti a testtömeg-egyensúlyt. A pontos eredmény érdekében ne támaszkodjon semmire a mérés közben.

3) A mérlegről való leszállás után a mérleg még néhány másodpercig jelzi az eredményt, majd automatikusan kikapcsol.

	A testösszetételre vonatkozó adatoknak az LCD kijelzőn való megjelenítéséhez a mérlegnek össze kell kapcsolódnia a „LAICA Home Wellness” alkalmazással.
---------------	---

b. Alkalmazással történő működés: a testösszetétel kiszámolása

Összeférhető eszközök listája:

- iOS:** iPhone, 10-es operációs rendszertől.
- Android™ operációs rendszerrel rendelkező eszközök:** a 6.0 verziótól (Marshmallow). 4.0 vagy későbbi bluetooth technológiával kompatibilis, a mérleg elküldi a testösszetételre

vonatkozó adatokat (testszír-százalék, testvíz-százalék, vázizomzat, az alap anyagcserére vonatkozó adat és a testtömeg-index) az okostelefonra, a súly összetételének részletesebb elemzése érdekében.
Az alkalmazással összekapcsolódva a mérleg megjeleníti a testösszetétel adatait magán a kijelzőn is. A következő műveletek során javasolt az okostelefont a mérleg közelében tartani az aktív kapcsolat fenntartása érdekében.

- Okostelefonján kapcsolja be a bluetooth.
- Telepítse az okostelefonjára a „LAICA Home Wellness” ingyenes alkalmazást
- Indítsa el az alkalmazást és kövesse az utasításokat a termék hozzáadása és egy új felhasználó létrehozása céljából, a saját személyes adatainak megadásával.
- Kapcsolja be a mérleget a fellépő felület megnyomásával: a kijelzőn „0.0” jelenik meg.
- Az alkalmazásban nyomja meg a „SÚLY MÉRÉSE” gombot, hogy az alkalmazást összekapcsolja a mérleggel és lépjen fel a fellépő felületre, ügyeljen arra, hogy meztelen lábait megfelelően helyezze az ITO elektródákra. A mérleg a következőt mutatja:
 - súly,
 - testtömeg-egyensúly
- Addig álljon mozdulatlanul a mérlegen, amíg az LCD kijelzőn meg nem jelennek az alábbi adatok:

• súly			
• testtömeg-egyensúly		• testvíz százalék	
• testszír százalék		• izomtömeg százalék	
• testtömeg index		• szívverés	

Ezzel egyidőben az alkalmazás az alábbi adatokat jeleníti meg:

- súly
- célsúly (ha beállították az alkalmazásban)
- testszír százalék
- testvíz százalék
- alpanyagcsere Kcal
- testtömeg index (BMI)
- izomtömeg százalék

	<ul style="list-style-type: none">Ha az összes adat kijelzése előtt leszáll a mérlegről, sem az alkalmazás, sem a mérleg nem mutatják a testösszetételre vonatkozó adatokat. A mérleg a vessző után álló egy tizedes számmal, az alkalmazás két tizedes számmal jeleníti meg az adatokat.
---------------	--

7. Ha a mérleget 10 másodpercig nem használják, magától kikapcsol. Hasonlítsa össze a kapott testszír százalékot a testszír táblázatban található adatokkal: ha az eredmény a normál értékeken kívülre esik, forduljon orvosához. Ezenkívül értékelje a testvíz százalékot a „testvíz százalék” bekezdésben, illetve az izomtömeg százalékot az „izomtömeg százalék” bekezdésben leírtak szerint.

	<p>A mérlegnek a „Laica Home Wellness” alkalmazással való második alkalmazásától kezdve a mérleg képes felismerni a felhasználót a súlya alapján (2 kg-os súlyváltozási határon belül). Ebben az esetben, amikor a mérleg megjeleníti a súlyt és a testtömeg-egyensúlyt, automatikusan megjeleníti a testösszetételre vonatkozó adatokat a „LAICA Home Wellness” alkalmazás használata nélkül is. A mérleg által az alkalmazás használata nélkül megjelenített adatok nem kerülnek rögzítésre az alkalmazásban és nincs lehetőség azok későbbi elküldésére. Amennyiben több, hasonló súlyú felhasználó van (2 kg-os tartományon belül), előfordulhat, hogy a mérleg egy másik felhasználó paramétereit használja. Javasoljuk, hogy a mérleget a „LAICA Home Wellness” alkalmazással együtt használják, hogy elkerüljék a saját testösszetételükre vonatkozó adatoknak más felhasználók adataival való keveredését, illetve lehetővé tegyék saját adataik rögzítését és figyelemmel kísérését.</p> <ul style="list-style-type: none">Súlymérés során meg kell győződni arról, hogy az okostelefonon lévő alkalmazás aktív legyen azért, hogy ellenőrizni lehessen a testösszetételre vonatkozó adatok azonnali elküldését. Egy új mérés előtt mindig ellenőrizze, hogy okostelefonján aktív-e a bluetooth kapcsolat. Az Android™-os eszközök esetén aktiválni kell a helymeghatározás szolgáltatást. Mielőtt újabb súlymérést végez, az okostelefonon válassza ki a felhasználót. A testtömeg-egyensúlyra és a szívverésre vonatkozó adatok a mérleg kijelzőjén láthatók. Ha a mérleget áthelyezi vagy megemeli és visszatesszi a tartólapra, akkor az első mérést ne vegye figyelembe, mivel az elektromos kártya helyre kell álljon a töltőcellákhoz képest. A második és az azt követő méréseket vegye figyelembe, mert néhány esetben az első mérés a fenti okok miatt torz lehet.
---------------	---

ELEMCSERE

Amikor a kijelzőn "LO" felirat vagy az elem szimbóluma jelenik meg, cseréljék ki az elemeket ugyanolyan típusúakkal.

1. Nyissa ki az elemtartót úgy, hogy a fedelet a nyíl irányába csúsztatja.

2. Vegye ki a lemerült elemeket és az "Ártalmatlanítás folyamata" szakaszban leírtak szerint ártalmatlanítsa őket.

3. Tegybe be az új elemeket, ügyeljen a feltüntetett polarításra.

4. Zárja be az elemtartót.

KARBANTARTÁS

- A készüléket hűvös és száraz helyen tárolja.
- A készüléket vízszintes helyzetben tárolja
- A mérleget csak egy puha és száraz ruhával tisztítsa.
- Soha ne használjon más vegyszert vagy dörzshatású tisztítószert.


PROBLÉMÁK ÉS ELHÁRÍTÁSUK

Probléma	Lehetséges ok	Megoldás
A mérleg nem kapcsol be.	Nem megfelelően lépett a mérlegre.	Lépjen a mérlegre párhuzamos lábakkal. Figyelem: a mérleg csak felszállás után kapcsol be.
	Az elemek lemerültek.	Cserélje ki őket.
A kijelzőn "Lo" vagy az elem szimbóluma jelenik meg.	Az elemek lemerültek.	Végezzék el cseréjüket.

Probléma	Lehetséges ok	Megoldás
A kijelzőn „Err” felirat jelenik meg.	A mérleg teherbírását meghaladó súly.	Azonnal vegye le a súlyt a mérlegről, hogy ne okozzon benne kárt és ellenőrizze a maximális teherbírást.
A kijelzőn csak a súly és a testtömeg-egyensúly adatok jelennek meg.	Először mért súlyt, de a súlyméréshez nem használta a „LAICA Home Wellness” alkalmazást.	A testösszetételre vonatkozó adatok megjelenítéséhez a mérleget össze kell kapcsolni a „LAICA Home Wellness” alkalmazással. Olvassa el újra a „Működés alkalmazással: a testösszetétel kiszámolása” bekezdést.
	Leszállt a mérlegről a testösszetételre vonatkozó adatok megjelenítése nélkül.	Mozdulatlanul álljon a mérlegen, amíg a kijelzőn meg nem jelenik az összes adat.
	Nem mezítláb állt a mérlegre.	Mezítláb lépjen a mérlegre.
A láb bőre túl száraz.		Enyhén nedvesítse meg a láb bőrét.
A „LAICA Home Wellness” alkalmazás semmilyen adatot nem jelenít meg.	Okostelefonjának beállításában nem aktiválta a bluetooth funkciót.	Aktiválja a bluetooth funkciót okostelefonjában.
	Az okostelefon a mérés során készenléti állapotba állt.	A mérés során tartsa nyitva az applikációt okostelefonján, hogy ellenőrizni tudja az adatok azonnali küldését.
A „LAICA Home Wellness” alkalmazás csak a testsúlyt jeleníti meg.	Nem nyomta meg a „SÚLY MÉRÉSE” gombot az alkalmazásban.	A mérleg adatainak az alkalmazásra küldéséhez nyomja meg a „SÚLY MÉRÉSE” gombot az alkalmazásban.
	Nem mezítláb állt a mérlegre.	Mezítláb lépjen a mérlegre.
	A láb bőre túl száraz.	Enyhén nedvesítse meg a láb bőrét.


Az összes tömegérték megközelítőleges, az értékek természetesen felfelé vagy lefelé, a legközelebbi beosztáshoz vannak kerekítve, +/-1%+ 1 beosztás túréhatáron belüli mérési pontosságot garantálunk.

ÁRTALMATLANÍTÁS

 A készülék alján lévő szimbólum az elektromos és elektronikus készülékek szelektív gyűjtését jelzi (Dir. 2012/19/EU-WEEE). A készülék élettartama végén ne ártalmatlanítsa azt a vegyes háztartási hulladékokkal, hanem adja át egy megfelelő helyi hulladékgyűjtő központnak vagy szolgáltatása vissza a viszonteladónak egy azonos típusú és funkciójú új készülék vásárlásakor. Amennyiben az ártalmatlanítandó készülék mérete 25cm-nél kisebb, lehetőség van annak 400 nm-nél nagyobb alapterületű viszonteladónál történő leadására, hasonló készülék vásárlási kötelezettsége nélkül. Az

elektromos és elektronikus készülékek szelektív gyűjtése a közösségi környezetvédelmi politikának megfelelően kerül végrehajtásra, melynek célja a környezet védelme és a környezet minőségének a javítása, valamint annak az elkerülése, hogy a készülékben található esetleges veszélyes anyagok, ezek vagy ezek részeinek a helytelen felhasználása káros hatással legyenek az emberi egészségre. Figyelem! Az elektromos és elektronikus készülékek helytelen ártalmatlanítása büntetést vonhat maga után.


Az elemek helyes eltávolításánál vegye figyelembe a (2013/56/Eu irányelvet) ne dobja az elemeket háztartási hulladékba, hanem selejtezze le speciális hulladékként, újrahasznosított helyeken. A lemerült elemek ártalmatlanításával kapcsolatban forduljon az üzlethez, ahol a készüléket vásárolta az elemekkel együtt, az önkormányzathoz vagy a helyi hulladékgyűjtő szolgálatához.

 Ez a termék háztartási használatra készült. A készüléken lévő CE jelzéssel tanúsított megfelelés az elektromágneses kompatibilitásról szóló 2014/30/Eu irányelvre vonatkozik. Ez a termék egy elektronikus eszköz, mely a jelenlegi műszaki ismereteknek megfelelően ellenőrizve lett, hogy ne zavarja a közelben lévő többi készüléket (elektromágneses kompatibilitás), és biztonságos legyen, ha a használati utasításban foglaltaknak megfelelően kerül használatra. Abban az esetben, ha a készülék rendellenesen működik, ne folytassa a használatát és szükség esetén forduljon közvetlenül a gyártóhoz.

A gyártó, Laica S.p.A., kijelenti, hogy a készülék megfelel a 2014/53/Eu irányelvnek. A teljes megfelelési nyilatkozat az alábbi internetcimen található: www.laica.it.

GARANCIA

A készüléket a vásárlástól számított 2 éves garancia fedi. **A vásárlás dátumát a viszonteladó bélyegzőjének vagy aláírásának és a számlának kell tanúsítania, ezért a mellékelt számlát gondosan meg kell őrizni.** Ez az időszak megfelel az érvényben lévő előírásoknak és csak akkor alkalmazható, ha a vásárló magánszemély. A Laica termékek háztartási használatra készültek és ezért nem használhatók közszolgáltatásokban. A garancia csak a gyártási hibákra érvényes és nem alkalmazható akkor, ha a hibát véletlen esemény, helytelen használat, hanyagság vagy a termék nem megfelelő használat okozta. Csak a mellékelt kiegészítőket használja. Az ezektől eltérő kiegészítők a garancia érvényvesztését okozhatják. Semmilyen okból ne nyissa ki a mérleget. Kinyitás vagy módosítás esetén a garancia véglegesen érvényét veszíti. A garancia nem érvényes a kopásnak kitett alkatrészekre és a mellékelt elemekre. A vásárlás után 2 évvel a garancia lejár. Ezután a Műszaki támogatás beavatkozásaiért fizetni kell. A Műszaki támogatás beavatkozásaival kapcsolatos információkért, érvényes garancia vagy fizetés esetében is, küldjön e-mailt az info@laica.com címre. Érvényes garancia esetén a termékek javításáért vagy cseréjéért nincs szükség semmiféle hozzájárulásra. Hiba esetén forduljon a viszonteladóhoz, NE küldje el a terméket közvetlenül a LAICA címére. **A garanciális beavatkozások (beleértve a termék vagy annak egy alkatrészének a cseréjét) nem hosszabbítják meg a kicserélt termék eredeti garanciájának az időtartalmát.** A gyártó nem vállal semmiféle felelősséget sem az esetleges károkért, melyek közvetlenül vagy közvetetten a személyeket, tárgyakat vagy háziállatokat érintik a megfelelő használati utasításban foglalt összes utasítás, és elsősorban a készülék telepítésével, használatával és karbantartásával kapcsolatos utasítások be nem tartása esetén. Mivel folyamatosan a termékek javításán dolgozik, a Laica fenntartja magának a jogot a termékek vagy azok részeinek az újozetes értesítés nélküli módosítására, anélkül, hogy ez bármiféle felelősséget jelentene a Laicára vagy a viszonteladókra nézve.

 **PAMETNA ELEKTRONSKA OSEBNA TEHTNICA ZA MERJENJE % TELESNE MAŠČOBE, % VODE, % MIŠIČNE MASE, BAZALNE PRESNOVE, INDEKSA TELESNE MASE, URAVNOVEŠENOSTI TELESA IN SRČNEGA UTRIPA - NAVODILA IN GARANCIJA**

Spoštovani kupec, Laica se vam želi zahvaliti za vašo izbrno izdelka, zasnovanega po kriterijih zanesljivosti in kakovosti za vaše popolno zadovoljstvo.

POMEMBNO PRED UPORABO POZORNO PREBERITE SHRANITE ZA NADALJNO UPORABO

Navodila za uporabo je treba šteti kot sestavni del izdelka in jih morate hraniti za vso življenjsko dobo izdelka. V primeru prenosa aparata drugemu lastniku, morate izročiti le-temu tudi celotno dokumentacijo. Uporabnik je za varno in pravilno uporabo izdelka dolžan natančno prebrati navodila in opozorila, ki jih vsebuje priložnik, saj zagotavljajo pomembne informacije za varnost, uporabo in vzdrževanje izdelka. Če navodila izgubite, ali potrebujete več informacij ali pojasnila, izpolnite ustrezen obrazec na spletni strani <https://www.laica.it/> v razdelku Faq in pomoč.

Elektronska osebna tehtnica meri težo, izračuna sestavo telesa (odstotek maščobe, vode, mišične mase, indeks telesne mase) in bazalne presnove v razmerju z višino, starostjo in spolom. Osebna tehtnica zazna tudi ravnovesje telesa in srčni utrip. Združljiva s tehnologijo bluetooth 4.0 ali višjo, za samodejno pošiljanje podatkov v pametni telefon, da lahko v vsakem trenutku nadzirate svoj napredek.

Tehnologija z ITO elektrodami (indijski kositrov oksid): inovativna občutljiva prevodna prevleka, ki hitro in natančno zaznava informacije o sestavi telesa.

KAZALO

LEGENDA SIMBOLOV VARNOSTNA OPOZORILA TELESNA SESTAVA OPIS IZDELKA NAVODILA ZA UPORABO VZDRŽEVANJE TEŽAVE IN REŠITVE POSTOPEK ODSTRANJEVANJA GARANCIJA	stran 59 stran 59 stran 60 stran 61 stran 61 stran 62 stran 62 stran 63 stran 63
---	--

LEGENDA SIMBOLOV

 Opozorilo

 Prepoved

VARNOSTNA OPOZORILA

- Pred uporabo izdelka preverite, če je aparat brezhiben in brez vidnih poškodb. V primeru dvoma aparata ne uporabljajte in se obrnite na prodajalca.
- Plastično vrečko ovojnine hranite otrokom nedosegljivo: nevarnost zadušitve.
- Ta aparat se mora uporabljati izključno samo za namene, za katere je zasnovan, in na način, ki je opisan v navodilih za uporabo. Vsaka drugačna uporaba se smatra za neprimerno in zato nevarno. Proizvajalec ne more biti odgovoren za morebitno škodo, ki bi nastala z neprimerno ali napačno rabo izdelka.
- Ta aparat lahko samostojno uporabljajo otroci, ki so starejši od 8 let.
- Ta aparat lahko uporabljajo osebe z zmanjšanimi fizičnimi, senzoričnimi ali mentalnimi sposobnostmi ter neizkušene osebe samo, če se jih prej pouči o načinu varne uporabe in nevarnostih v zvezi s samim izdelkom.
- Otroci se z aparatom ne smejo igrati. Otroci ne smejo čistiti in vzdrževati aparata brez nadzora odraslih oseb.
- V primeru okvare oziroma nepravilnega delovanja aparatugasnite in ga ne spremenjajte. Za popravilo se vedno obrnite na prodajalca.
- S tehtnico ravajte skrbno, varujte jo pred udarci, ekstremnimi temperaturnimi nihanjem, vlago, prahom, neposredno sončno svetlobo in toplotnimi viri.
- ⊗ NE dovolite vstopa tekočine v ohišje tehtnice. Ta aparat ni vodoodporen. Tehtnice NE hranite in NE uporabljajte v zelo vlažnem okolju. Vlažnost nad 85% ali stik z vodo in drugimi tekočinami lahko povzroči rjavenje in ogrozi pravilno delovanje aparata.
- ⊗ Na tehtnico NE stopajte z mokrimi nogami ali, če je površina slednje mokra: nevarnost zdrsa.

 **POZORI! PRED UPORABO TEGA APARATA**

- **Odstotek telesne maščobe, vode in mišične mase, vrednost osnovnega metabolizma, podatke o telesnem ravnovesju in srčnemu utripu, ki jih izmeri tehtnica, je treba šteti le kot orientacijske. Za vse dodatne informacije se posvetujte z zdravnikom ali dietetikom.**
- **Lastna meritev predstavlja nadzor, ne pa diagnozo ali terapijo. V primeru nenavadnih vrednosti se morate vedno posvetovati z zdravnikom. V nobenem primeru ne spreminjajte odmerkov kakršnih koli zdravil, ki jih je predpisal zdravnik.**
- **Z elektrodami, ki so nameščene na podnožniku, tehtnica pošilja šibek signal električnega toka nizke intenzitete, ki gre skozi telesno maso. Tehtnica ne predstavlja nobene nevarnosti.**
- **Uporabo odsvetujemo naslednjim osebam, kajti s tehtnico pridobljeni podatki verjetno ne bodo verodostojni:**
 - osebe s srčnim spodbujevalnikom ali drugimi medicinskimi elektronskimi pripomočki
 - osebe z vročino
 - otroci mlajši od 12 let
 - nosečnice
- **osebe na dializi, z otekanjem nog, osebe z osteoporozo**
- **osebe, ki jemljejo zdravila za srce in ožilje.**

VARNA UPORABA BATERIJ

- Če tehtnice ne nameravate uporabljati daljše obdobje, odtrinite baterije in jih shranite na svežem in suhem mestu s sobno temperaturo.
- ⊖ Baterij NE polnite, če niso za polnljive.
- ⊖ Polnljivih baterij ne polnite na drugačne načine, kot je navedeno v priločniku, ali z neprimernimi napravami.
- ⊖ Baterij nikoli NE izpostavljajte toplotnim virom in neposredni sončni svetlobi.
- ⊖ Neupoštevanje teh napotkov je lahko vzrok poškodovanja in/ali eksplozije baterij.
- ⊖ Baterij nikoli NE vrzite na ogenj.
- Odstranitev ali zamenjavo baterij mora oraviti odrasla oseba.
- Baterije hranite izven dosega otrokom: zaužitje baterije pomeni smrtno nevarnost. V primeru zaužitja takoj poiščite zdravniško pomoč.
- Kislina, ki jo vsebujejo baterije, je jedka. Izogibajte se stiku s kožo, očmi in oblačili.

TELESNA SESTAVA

Telesno sestavo predstavljajo:

- pusta masa: sestavljena je iz sestavin brez maščobe (voda, mišice, vezivno tkivo in druge organske sestavine brez maščob), kosti, notranji organi, organi, kri;
- maščobna masa: vse maščobe, ki se nahajajo v maščobnem tkivu in drugih tkivih/organih. Z elektrodami, ki so nameščene na podnožniku, tehtnica pošlje šibek signal električnega toka nizke intenzitete, ki gre skozi telesno maso. Različne mase se različno odzivajo na električni tok: pusta masa nudi manjšo upornost kot na primer maščobna masa. To upornost telesa imenujemo bioelektrična impedanca. Relativni delež raznih telesnih mas se spreminja glede na spol, starost in postavo osebe.

% maščobne mase (podatek viden na prikazovalniku tehtnice in na aplikaciji)

Odstotek maščob, ki je naveden v naslednji tabeli, predstavlja vso maščobo, dobljeno s seštevkom esencialnih maščob in maščobnih zalog. Esencialna maščoba je potrebna raznim funkcijam organizma: delež znaša 3% pri moških in 12% pri ženskah. Maščobne zaloge dajejo energijo, varujejo pred fizičnimi travmami in preprečujejo izgubljanje telesne toplote.

Ti deleži se razlikujejo glede na starost in spol osebka, kot je prikazano v spodnji tabeli. **Če deleži, ki jih navaja tehtnica, niso skladni vrednostmi, ki so v tabeli opredeljene kot "normalne", vam svetujemo posvet s svojim zdravnikom.**

TABELA BODYFAT					
	Starost	Nezadostna teža	Normalna	Čezmerna teža	Debelost
ŽENSKA	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
MOŠKI	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% mišične mase (podatek viden na prikazovalniku tehtnice in na aplikaciji)

Obstajajo tri različne vrste mišičnega tkiva: gladko, progasto skeletno in srčno. Gladka mišica je sestavljena iz gladkih vlaken, ki se nahajajo na stenah prebavnega trakta, respiratornega trakta in spolovil, v stenah venskih in arterijskih žil. Progasto skeletno mišično tkivo pri ljudeh sestavlja skeletne mišice in mišice obraza. Srčne mišice predstavljaja srce. Ta tehtnica izračuna % skeletnih mišic in gladkega mišičnega tkiva v organizmu. V povprečju 40 % telesne teže predstavljajo skeletne mišice. Moški imajo običajno bolj izrazite mišice kot ženske in na splošno se ta odstotek lahko poveča s športom. Delež mišičevja se prične zmanjševati s staranjem.

% vode (podatek viden na prikazovalniku tehtnice in na aplikaciji)

Delež % vode v telesu je pri moških in ženskah različen, pri zdravih odraslih ženskah znaša od 45% do 60%, medtem ko je pri moških od 50% do 65%. Delež vode je večja v otroštvu in se z leti zmanjšuje. Sprememba telesne teže se lahko zgodi v zelo kratkem (urah), srednjem (dni) ali daljšem času (tednih). Majhne spremembe teže v nekaj urah so povsem normalne in so posledica zadrževanja vode, pri čemer je to zunajcelična voda (ki vključuje intersticijske tekočine, plazmo, limfo in transcelularno tekočino), edina sestavine, ki se lahko tako hitro spreminja. Ko se zmanjšanje teže zgodi v nekaj dneh, st to zelo verjetno zgodi na račun celotne količine vode.

Bazalni metabolizem (podatek viden samo na aplikaciji)

Bazalni metabolizem (ali BMR ali stopnja bazalnega metabolizma) je najmanjša količina kalorij, ki jih človeško telo potrebuje za preživetje, torej za osnovne procese, kot so cirkulacija, dihanje, prebava, vzdrževanje telesne temperature. Bazalni metabolizem se izračuna na osebk, ki mentalno in telesno počiva, v ležečem položaju na hrbtu, po 12 urah brez hrane, po vsaj 8 urah spanja in v prostoru s konstantno temperaturo približno 20°C. Bazalni metabolizem pri odraslih osebah znaša med 1200 in 1800 kcal. Na BMR vpliva veliko dejavnikov: starost, spol, višina, sestava telesa, vročina, stres, prehranjenost in temperatura okolja.

Indeks telesne mase (podatek viden na prikazovalniku tehtnice in na aplikaciji)

TABELA ITM	VREDNOST ITM
NEZADOSTNA TEŽA	<18.5
NORMALNA	18.5-24.9
PREKOMERNA TEŽA	25.0-29.9
DEBELOST	>30

Indeks telesne mase je razmerje med telesno težo in višino posamezne osebe. Spodaj navedena razvrstitev je povezana s tveganjem, ki ga neustrezna telesna teža lahko predstavlja za zdravje: ko ITM pade med 18,5 in 24,9 pomeni, da teža statistično ne vpliva na zdravstveno stanje in se torej smatra za normalno. Vsako odstopanje navzdol ali navzgor od tega razpona vrednosti ITM se mora smatrati kot tvegano za lastno zdravje; v tem primeru je priporočljivo

se posvetovati z zdravnikom. Uživanje uravnotežene prehrane in telesna aktivnost definitivno pomagata izboljšati kakovost življenja, pozitivno vplivata na zdravje in preprečevanje bolezni, povečujeta vitalnost in ohranjanje telesne teže! Pomembno je vedeti, da indeks telesne mase ne dopušča nihanja teže zaradi količine mišične mase, kostne mase, vsebnosti vode ali kopičenja maščob. Zato preprostost izračun ITM-ja ne zavesti, da bi pričeli s samostojno dieto. Ocena o tem je v pristojnosti zdravnika ali drugih specializiranih profilov, kot je strokovnjak za prehrano ali dietetik.

Uravnoteženost telesa (podatek viden samo na prikazovalniku tehtnice)

Tehtnica omogoča sledenju lastne uravnoteženosti telesa.	
SIMBOL	POMEN
≈	Stanje uravnovešenosti telesa
>	Možna neuravnovešenost telesa na levo
<	Možna neuravnovešenost telesa na desno

Poudarki


- Pri ocenjevanju uspešnosti svoje telesne sestave je treba imeti v mislih, da:
- Samo zmanjšanje telesne teže ob nespremenjenem deležu telesnih maščob ali celo s povečanjem slednjega pomeni, da je telo le izločilo vodo (na primer po vadbi, savnanju ali dieti, ki je omejena na hitro izgubo teže).
- Povečanje teže z istočasnim zmanjšanim ali enakim deležem telesnih maščob pomeni naraščanje mišične mase.
- Ko se istočasno zmanjšata teža in telesne maščobe pomeni, da dieta učinkuje in da hujšate.

OPIS IZDELKA (glejte sliko 1)

- Zaslón
 - Teža
 - Odstotek teže na levi
 - Simbol uravnovešenosti telesa
 - Odstotek teže na desni
 - % telesne maščobe
 - % vode
 - Srčni utrip
 - Indeks telesne mase
 - % mišične mase
- ITO Elektrode
- Prostor za akumulatorja

TEHNIČNE KARAKTERISTIKE

- Nosilnost: 180 kg / 400 lb
- Razdelitev: 100 g / 0.2 lb
- 4 alkalne baterije 1.5V AAA zamenljive
- Barvni prikazovalnik LCD VA (Navpična poravnava)
- Delovna frekvenca: 2426-2460 MHz, efektivna sevana moč: <0,9 dBm
- Okoljski pogoji uporabe: +10°C +40°C; RV ≤85%
- Okoljski pogoji shranjevanja: +10°C +50°C; RH ≤85%

	Tehtnica izračuna telesno sestavo pri ljudeh, starih med 12 in 99 let, in z višino med 90 in 220 cm.
---	--

NASVETI ZA UPORABO

- Vedno se tehtajte na isti tehtnici in ob istem času dneva, najbolje, ko se zbudite in brez obleke.

- Po vstajanju počakajte približno 15 minut , da se voda porazdeli po telesu.
- Pomembno je, da se tehtate bosi, s suhimi nogami in pravilno postavljenimi na elektrodah (glejte sliko). Izogibajte se stiku med nogama, tako da bo tehtnica pravilno delovala.
- Natančnost podatkov, ki jih nudi tehtnica, je lahko napačna v naslednjih primerih:
 - a.visoka vsebnost alkohola
 - b.visoke stopnje kofeina ali mamil
 - c.po težkih obrokih
 - d.po intenzivni športni aktivnosti
 - e.v primeru bolezn
 - f. v nosečnosti
 - g.v prisotnosti dehidracije
 - h.mokre ali nečiste noge
 - i. otekle noge

NAVODILA ZA UPORABO

PRVA UPORABA

- Ta tehtnica deluje s 4 zamenljivimi alkalnimi baterijami po 1.5V tipa AAA.
- Da bi vstavili baterije, odprite predal za baterijo tako, da pokrov potisnete v smeri puščice.
- Vstavite baterije, pazite na označeno polarnost. Zaprite pokrov.


IZBIRA MERSKE ENOTE

V aplikaciji "LAICA Home Wellness" je mogoče izbrati mersko enoto za tehtanje. Merske enote, ki je prikazana na LCD zaslonu, ni mogoče spremeniti.

UPORABA

1. Meritev samo telesne teže

- Tehtnico postavite na vodoravno in trdno površino. Prisotnost mehkih ali neravnih tal (npr. preproge, tapisona, linoleja) lahko vpliva na natančnost tehtanja.
- Na izklopljeno tehtnico stopite z vzporedno postavljenima nogama in enakomerno porazdelitvijo teže (glejte silke). Ne premikajte se in počakajte, da tehtnica izmeri vašo težo in prikaže telesno ravnovesje. Med tehtanjem se nikamor ne naslanjajte, da se izognete napačnemu prikazu izmerjenih vrednosti.
- Stopite s tehtnice, teža bo na zaslonu prikazana še nekaj sekund, nato tehtnica samodejno ugasne.






	Za ogled podatkov o sestavi telesa na LCD prikazovalniku, se mora tehtnica povezati na aplikacijo "LAICA Home Wellness".
---	--

b. Delovanje z aplikacijo: izračun telesne sestave






- Seznam združljivih naprav:
- **iOS:** iPhone z operacijskim sistemom od 10.
 - **Za naprave z operacijskim sistemom Android™:** od različice 6.0 (Marshmallow).
- Združljiva s tehnologijo bluetooth 4.0 in višjo tehnologijo, tehtnica pošilja podatke o sestavi telesa (odstotek maščobe, vode, mišične mase, bazalni presnovni podatki in indeks telesne mase) pametnemu telefonu, da bolje analizira sestavo teže.
- S povezovanjem na aplikacijo tehtnica na prikazovalniku prikaže tudi podatke o telesni sestavi.** Med temi operacijami je priporočljivo, da se pametni telefon nahaja v bližini


tehtnice, da se ohranja aktivna povezava.

1. V nastavitvah pametnega telefona vključite bluetooth
2. Na pametni telefon namestite brezplačno aplikacijo »LAICA Home Wellness«
3. Zaženite aplikacijo in sledite navodilom, da dodate izdelek in ustvarite novega uporabnika z vnosom osebnih podatkov.
4. Tehtnico vklopite s pritiskom na ploščo: na prikazovalniku se pokaže "0.0".
5. Na aplikaciji pritisnite tipko "DETECT WEIGHT", da aplikacijo povežete s tehtnico in stopite na ploščad, pri čemer poskrbite, da boste pravilno postavili boste noge na elektrode ITO. Tehtnica prikaže:
 - a. telesno težo,
 - b. telesno ravnovesje
6. Ostanite pri miru na tehtnici, dokler se na LCD prikazovalniku ne prikažejo sledeči podatki:

• telesna teža		• odstotek vode	
• telesno ravnovesje		• odstotek mišične mase	
• odstotek telesne maščobe		• srčni utrip	
• indeks telesne mase			


Istočasno aplikacija prikaže:


- telesno težo
- ciljna teža (če je nastavljena v aplikaciji)
- odstotek telesne maščobe 
- odstotek vode 
- bazalno presnovno 
- indeks telesne mase (BMI) 
- odstotek mišične mase 

	<ul style="list-style-type: none"> • Če stopite s tehtnice, preden so prikazani vsi podatki, aplikacija in tehtnica sama ne prikazujeta podatkov o sestavi telesa. • Tehtnica prikaže podatke z decimalno vrednostjo po vejici, aplikacija pa prikazuje podatke z dvema decimalkama.
--	--

7. Tehtnica se samodejno ugasne po 10 sekundah neuporabe.

Primerjajte odstotek maščob, pridobljen s parametri v "tabeli bodyfat": če je izven normalne vrednosti, se posvetujte z zdravnikom. Poleg tega ocenite odstotek vode, po poglavju "% vode" in odstotek mišične mase, po poglavju "% mišična masa".

	<p>Od druge uporabe tehtnice z aplikacijo "Laica Home Wellness", lahko tehtnica prepozna uporabnika glede na njegovo težo (ob spremembi teže do 2 kg). V tem primeru, ko tehtnica prikazuje težo in telesno ravnovesje, samodejno prikaže podatke, ki se nanašajo na sestavo telesa, tudi brez uporabe aplikacije "LAICA Home Wellness". Podatki, prikazani na tehtnici brez uporabe aplikacije, se ne shranijo v aplikaciji in jih ni mogoče prenesti pozneje.</p> <p>V primeru, da je več uporabnikov s podobno telesno težo (znotraj 2 kg), bi lahko tehtnica uporabila meritve drugega uporabnika.</p>
--	---

	<p>Priporočamo, da uporabljate tehtnico z aplikacijo "LAICA Home Wellness", da ne boste zamenjali podatkov o sestavi telesa s podatki drugih uporabnikov in da bi jih lahko shranili in spremljali v aplikaciji.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Med tehtanjem preverite, da je aplikacija aktivna in prikazana na pametnem telefonu, kar omogoča takojšnje pošiljanje podatkov o telesni sestavi. • Preden opravite novo tehtanje vedno preverite, da je bluetooth povezava pametnega telefona aktivna. • Za naprave Android™ morate aktivirati lokacijske storitve. • Pred novim tehtanjem izberite uporabnika na aplikaciji. • Podatki o telesnem ravnovesju in srčnem utripu so prikazani samo na prikazovalniku tehtnice. • Vsakokrat, ko osebno tehtnico premaknete ali dvignete ter nato zopet postavite na podlago, prvega tehtanja ne upoštevajte, kajti elektronska kartica se mora znova umeriti z merilnimi celicami. • Upoštevajte drugo in naslednje tehtanje, kajti, zaradi zgoraj navedenih razlogov, bi lahko bilo prvo tehtanje nenatančno.
---	--

ZAMENJAVA BATERIJ

Ko je na zaslonu prikazan izraz "LO" ali simbol baterije, morate baterije zamenjati z novimi enake vrste.

1. Odprite predal za baterije tako, da potegnete pokrov v smeri puščice.
2. Vzemite ven prazne baterije in jih odstranite, kot je navedeno v odstavku "Postopek odstranjevanja".
3. Vstavite nove baterije, pazite na označeno polarnost.
4. Zaprite predal baterij.

VZDRŽEVANJE

- Aparat hranite na hladnem in suhem mestu.
- Aparat hranite v vodoravnem položaju
- Tehtnico čistite le z mehko in suho krpo.
- Nikoli ne uporabljajte kemičnih ali grobih izdelkov.


TEŽAVE IN REŠITVE

Težava	Možen vzrok	Rešitev
Tehtnica se ne vklopi.	Na tehtnico niste pravilno stopili.	Na tehtnico stopite z vzporednima nogama. Pozor: vklopi se šele, ko nanjo stopite.
	Baterije so iztrošene.	Zamenjajte baterije.
Zaslon prikazuje "Lo" ali simbol baterije.	Baterije so prazne.	Zamenjajte baterije.
Tehtnica se ne vklopi.	Na tehtnico niste pravilno stopili.	Na tehtnico stopite z vzporednima nogama. Pozor: vklopi se šele, ko nanjo stopite.
	Baterije so iztrošene.	Zamenjajte baterije.

Težava	Možen vzrok	Rešitev
Zaslon prikazuje "Lo" ali simbol baterije.	Baterije so prazne.	Zamenjajte baterije.
Na zaslonu je prikazano "Err".	Teža je večja od zmogljivosti tehtnice.	Težo nemudoma odstranite s tehtnice, da se slednja ne poškoduje, preverite največjo zmogljivost.
Na zaslonu je prikazana samo telesna teža in telesno ravnovesje.	Prvič ste se tehtali, ne da bi uporabljali aplikacijo "LAICA Home Wellness".	Če si želite ogledati vse podatke o sestavi telesa, povežite tehtnico z aplikacijo "LAICA Home Wellness". Ponovno preberite odstavek "Delovanje z aplikacijo: izračun telesne sestave."
	Iz tehtnice ste stopili pred prikazom podatkov telesne sestave.	V miru počakajte na tehtnici, dokler se na zaslonu ne pokažejo vsi podatki.
	Na tehtnico niste stopili bosi.	Na tehtnico stopite z bosima nogama.
	Suha koža na nogah.	Kožo rahlo navlažite.
Aplikacija "LAICA Home Wellness" ne prikazuje nobenih podatkov.	Bluetooth ni aktiviran v nastavitvah pametnega telefona.	V pametnem telefonu aktivirajte bluetooth.
	Pametni telefon se med tehtanjem postavi v stanje pripravljenosti.	Ohranajte aktivno aplikacijo med tehtanjem, da preverite takojšnje pošiljanje podatkov.
	V aplikaciji ni bil pritisnjen gumb "DETECT" ali "DETECT WEIGHT".	V aplikaciji pritisnite gumb "DETECT WEIGHT", da pošljete podatke od tehtnice v aplikacijo.
Aplikacija "LAICA Home Wellness" prikazuje samo telesno težo.	Na tehtnico niste stopili bosi.	Na tehtnico stopite z bosima nogama.
	Suha koža na nogah.	Kožo rahlo navlažite.


Vse prikazane teže so približne, zaokrožene so navzgor ali navzdol na najbližje celo število. Zagotavljamo natančnost prikaza s toleranco +/- 1 % + 1 enota razdelitve.

POSTOPEK ODSTRANJEVANJA (Dir.2012/19/Eu-WEEE)

 Simbol, ki se nahaja na dnu aparata, označuje ločeno zbiranje električnih in elektronskih naprav. Ob koncu dobe koriščenja aparata tega ne odstraniti kot mešan komunalni trden odpadke, ampak ga izročite posebnemu zbirnemu centru na vašem območju, ali ga vrnite distributerju, ko kupite nov aparat iste vrste in namenjen za isto uporabo. V primeru, da je aparat, ki ga odlagate, manjši od 25 cm, ga lahko vrnete na prodajnem mestu z več kot 400 m² površine, brez obveznosti za nakup podobne nove

naprave. Ta postopek ločenega zbiranja električne in elektronske opreme se izvaja z vizijo okoljske politike Skupnosti s ciljem ohranjanja, varstva in izboljšanja kakovosti okolja in da bi se izognili morebitnim potencialnim učinkom na zdravje ljudi zaradi prisotnosti nevarnih snovi v tej opremi ali zaradi nepravilne uporabe slednje oziroma delov slednje. Pozor! Nepravilna odstranitev električne in elektronske opreme lahko pomeni sankcije.

Za odstranitev baterij (**Dir.2013/56/Eu**) slednjih ne odvrzite med gospodinjske odpadke, ampak jih odstranite kot poseben odpadke na zbirnih mestih, ki so določeni za recikliranje. Za več informacij o odstranjevanju rabljenih baterij se obrnite na trgovino, kjer ste kupili aparat, ki vsebuje baterije, na občino ali na lokalno službo za odstranjevanje odpadkov.

 Ta izdelek je namenjen za domačo uporabo. Skladnost potrjuje na napravi nameščen znak CE in ustreza direktiva 2014/30/Eu o elektromagnetni združljivosti. Ta izdelek je elektronski instrument, preverjen za zagotavljanje, glede na trenutno stanje tehničnega znanja, tako odsotnosti motenja drugih naprav v bližini (elektromagnetna združljivost) kot tudi varne uporabe v skladu z napotki, ki so navedeni v navodilih za uporabo. V primeru nepravilnega delovanja naprave ne uporabljajte in se po potrebi obrnite neposredno na proizvajalca.

Proizvajalec, Laica S.p.A., izjavlja, da je naprava v skladu z Direktivo 2014/53/Eu. Celotna izjava o skladnosti je na voljo na naslednjem spletnem naslovu: www.laica.it.

GARANCIJA

Garancija za ta aparat velja 2 leti od dneva nakupa, kar potrjuje žig ali podpis prodajalca in davčni račun, ki ju morate hraniti kot prilogo tej publikaciji. Trajanje garancije je skladno z veljavno zakonodajo in se lahko uveljavlja samo, če je potrošnik zasebni uporabnik. Izdelki Laica so zasnovani za uporabo v gospodinjstvu. Uporaba v javnih storitvah ni dovoljena. Garancija krije samo pomanjkljivosti izdelave in ne velja v primeru škode, nastale zaradi nezgodnega dogodka, napačne uporabe, malomarnosti ali nenamenske rabe izdelka. Uporabljajte samo priloženi pribor; raba drugačnega pribora lahko vodi v razveljavitev garancije. V nobenem primeru ne odpirajte ohišja izdelka; v primeru odprtja ali spreminjanja se garancija dokončno razveljavi. Garancija ne velja za obrabi podvržene dele in baterije, če so te dobavljene v priboru. Garancija preneha veljati po preteku 2 let od nakupa; po tem roku se bo servisne posege zaračunalo. Informacije o servisnih posegih, bodisi v garancijskem roku kot tudi plačljivih, lahko dobite z zahtevkom na naslov info@laica.com. Za popravilo ali zamenjavo izdelka v skladu z garancijskimi pogoji ni potrebno plačati nobenega prispevka. V primeru okvare se obrnite na prodajalca; NE pošiljajte direktno v podjetje LAICA. V primeru posegov v garancijskem roku (vključno z zamenjavo izdelka ali njegovega dela) se trajanje originalne garancijske dobe zamenjanega izdelka ne podaljša. Proizvajalec zavrta vsako odgovornost za morebitno škodo, ki bi bila neposredno ali posredno povzročena osebam, predmetom ali domačim živalim kot posledica neupoštevanja vseh določil, navedenih v ustreznih knjižicih z navodili, posebej tistih, ki se nanašajo na opozorila o namestitvi, uporabi in vzdrževanju aparata. Podjetje Laica se nenehno trudi izboljšati svoje izdelke, zato si jemlje pravico, brez predhodnega obveščanja, do delnega ali celotnega spreminjanja svojih izdelkov v skladu s potrebami proizvodnje, ne da bi to predstavljalo kakršno koli odgovornost podjetja Laica ali njenih prodajalcev. Za dodatne informacije: www.laica.com



PAMETNA ELEKTRONSKA VAGA SA IZRAČUNOM % MASNOĆE, % VODE, MIŠIČNE MASE, % SKELETNIH MIŠIĆA, % BAZALNOG METABOLIZMA, INDIKATOROM TJELESNE MASE, RAVNOTEŽU TIJELA I OTKRIVANJEM OTKUCAJA SRCA - UPUTE I JAMSTVO

Poštovani korisniče, Laica Vam se zahvaljuje na odabiru ovog proizvoda, dizajniranoga sukladno standardima pouzdanosti i kvalitete za potpuno zadovoljstvo.

**VAŽNO
PRIJE UPORABE POZORNO PROČITATI
SAČUVATI ZA BUDUĆE REFERENCE**

Priručnik se smatra sastavnim dijelom proizvoda i mora se pohraniti za buduće konzultacije, sve do kraja njegovog radnog vijeka.

U slučaju prodaje uređaja drugom vlasniku, isporučite također i cjelokupnu dokumentaciju. Za sigurnu i ispravnu upotrebu proizvoda, korisnik mora pažljivo pročitati upute i upozorenja sadržane u priručniku jer daju važne informacije koje se odnose na sigurnost, upute za uporabu i održavanje. U slučaju da izgubite priručnik ili ako trebate dodatne informacije ili pojašnjenja popunite odgovarajući obrazac na web stranici <https://www.laica.it/> u odjeljku Česta pitanja i pomoć.

Elektronska vaga koja mjeri težinu, izračunava tjelesni sastav (postotak masnoće, vode, skeletnih mišića, tjelesnu masu) i bazalnog metabolizma, ovisno o visini, dobi i spolu. Vaga također otkriva ravnotežu tijela i otkucaje srca. Kompatibilna sa bluetooth tehnologijom 4.0 i novijom kako biste automatski slali dobivene podatke na vaš pametni telefon, te time u svakom trenutku pratili vaš napredak.

Tehnologija sa ITO elektrodama (oksid indija i kositra): inovativni osjetljivi provodljivi premaz koji brzo i precizno otkriva podatke o sastavu tijela.

KAZALO

SIMBOLI	str. 64
SIGURNOSNA UPOZORENJA	str. 64
SASTAV TIJELA	str. 65
OPIS PROIZVODA	str. 66
UPUTE ZA UPORABU	str. 66
ODRŽAVANJE	str. 68
PROBLEMI I RJEŠENJA	str. 68
POSTUPAK ODLAGANJA	str. 68
JAMSTVO	str. 69

SIMBOLI



Upozorenje



Zabrana

SIGURNOSNA UPOZORENJA

- Prije korištenja proizvoda uvjerite se da je uređaj bez vidljivih oštećenja. U slučaju nedoumice, nemojte koristiti uređaj, već se obratite ovlaštenom zastupniku.
- Držite plastičnu vrećicu za pakiranje izvan dohvata djece: opasnost od gušenja.
- Ovaj uređaj mora se koristiti isključivo u svrhu za koju je namijenjen i na način naveden u uputama.
- Svaka druga upotreba smatra se nepravilnom i stoga opasnom. Proizvođač se ne može smatrati odgovornim za bilo kakvu štetu uzrokovanu neodgovarajućom ili nepravilnom upotrebom.
- Ovaj uređaj mogu koristiti djeca od 8 ili više godina starosti.
- Ovaj uređaj mogu koristiti osobe sa smanjenim tjelesnim, osjetilnim ili mentalnim sposobnostima, ili osobe bez potrebnog iskustva, samo ako su prethodno upućena u sigurno korištenje i samo ako su obaviještene o opasnostima vezanim uz sam proizvod. Djeca se ne smiju igrati s uređajem.
- Djeca se ne smiju vršiti čišćenje i održavanje uređaja bez nadzora odraslih.
- U slučaju kvara i/ili neispravnog rada, odmah isključite uređaj. Za popravke uvijek se obratite dobavljaču.
- Pažljivo postupajte vagon, zaštitite je od udara, ekstremnih promjena temperature, vlage, prašine, izravnog sunčevog svjetla i izvora topline.
- Tekućine NE SMIJU prodirjeti u tijelo vage. Uređaj nije vodootporan. NE ostavljajte i NE koristite vagu u sredinama zasićenim vodom; vlažnost viša od 85% ili dodir s vodom ili drugim tekućinama može izazvati koroziju i utjecati na pravilan rad uređaja.
- NE penjite se na vagu s mokrim nogama ili kada je površina vage mokra: opasnost od klizanja.



OPREZ! PRIJE UPOTREBE UREĐAJA

- Postotak tjelesne masnoće, vode, skeletnih mišića, težina i vrijednosti bazalnog metabolizma, podaci koji se odnose na ravnotežu tijela i otkucaje srca koje vaga izračuna moraju se smatrati samo kao indikativni podaci. Za bilo kakvu dalju informaciju, pitajte svog liječnika dijetetičara.**
- Automatsko mjerenje znači kontrolu, ne dijagnozu ili tretman. O neobičajenim vrijednostima uvijek trebate razgovarati sa svojim liječnikom. Ni pod kojim uvjetima ne mijenjajte doze bilo kojeg lijeka propisanog od strane liječnika.**
- Kroz elektrode postavljene na platformi, vaga emitira slabu električnu struju niskog intenziteta koja prolazi kroz tjelesnu masu. Vaga nije opasna.**
- Savjetuje se da slijedeće osobe ne koriste vagu, budući da dobiveni podaci mogu biti nepouzdan:**
 - o osobe koje nose pace-maker ili drugi elektronski medicinski materijal**
 - o osobe sa visokom tjelesnom temperaturom**

- o djeca mlađa od 12 godina**
- o trudnice**
- o osobe na dijalizi, sa oteklim nogama, osobe sa osteoporozom**
- o osobe koje piju lijekove za kardiovaskularni sustav.**

SIGURNO KORIŠTENJE BATERIJA

- Uklonite baterije ako se vaga ne koristi duže vrijeme i pohranite ih na hladnom, suhom mjestu, na sobnoj temperaturi.
- NEMOJTE puniti baterije ako nisu punjive.
- NEMOJTE puniti punjive baterije na različite načine od onih navedenih u uputama ili s uređajima koji nisu navedeni.
- NEMOJTE izlagati baterije izvorima topline i izravnom utjecaju sunca. Ne poštivanje ovih uputa može dovesti do oštećenja/eksplozije baterija.
- NE BACAJTE baterije u vatru.
- Uklanjanje ili zamjena baterija mora biti provedena od strane odraslih.
- Držite baterije izvan dohvata djece: gutanje baterija predstavlja smrtnu opasnost. U slučaju gutanja, odmah potražiti savjet liječnika.
- Kiselina sadržana u baterijama je korozivna. Izbjegavajte dodir s kožom, očima ili odjećom.

SASTAV TIJELA

Sastav tijela sastoji se od:

- nemasna tjelesna masa: sva tkiva bez masti (voda, mišići, vezivno tkivo i druge nemasne organske komponente), kosti, crijeva, organi, krv;
- masna tjelesna masa: sva ekstrahirana mast iz masnog tkiva i drugih tkiva/organa.
- koštane mase.

Kroz elektrode postavljene na platformi, vaga emitira slabu električnu struju niskog intenziteta koja prolazi kroz tjelesnu masu.

Različite mase reagiraju različito na protok struje: nemasna masa ima manji otpor u odnosu na masnu masu.

Ovaj otpor tijela se zove bioelektrička impedancija. Relativni udio različitih tjelesnih masa varira ovisno o spolu, dobi i stasu osobe.

Procent tjelesne masnoće (podatak vidljiv na zaslonu vage i u aplikaciji)

Procent masnoće koji je naznačen u tablici ispod predstavlja ukupnu masnoću koja je rezultat zbira esencijalne masnoće i masnih naslaga.

Esencijalna masnoća je potrebna za različite funkcije u tijelu: postotak iznosi 3% kod muškaraca i 12% žena. Masne naslage su izvor energije, štite od fizičkih trauma i izoliraju tijelo očuvanjem topline.

Ovi postoci ovise o dobi i spolu pojedinca, kao što se vidi iz donje tablice.

Ukoliko su postoci koje prikaže vaga izvan "normalnih" parametara, savjetujemo da potražite liječnika.

TABELLA BODYFAT					
	Dob	Pothranjen/a	Normalan/a	Lagana pretilost	Pretilost
ŽENA	10-39	14-19%	19.1-29%	29.1-34%	> 34.1%
	40-55	15-20%	20.1-30%	30.1-35%	> 35.1%
	56-80	16-21%	21.1-31%	31.1-36%	> 36.1%
MUŠKARAC	10-39	11-19%	19.1-24%	24.1-29%	> 29.1%
	40-55	12-20%	20.1-25%	25.1-30%	> 30.1%
	56-80	13-21%	21.1-26%	26.1-31%	> 31.1%

% mišićne mase (podatak vidljiv na zaslonu vage i u aplikaciji)

Postoje različite vrste mišićnog tkiva: glatko, skeletno poprečno prugasto i srčano poprečno prugasto.

Glatki mišić formiran je od glatkih vlakana koja se nalaze samo u zidovima probavnog trakta, dišnih puteva i genitalija, u zidu venskih i arterijskih krvnih sudova. Strukturno poprečno prugasto mišićno tkivo kod osoba sa skeletni mišići i mišići lica. Srčani poprečno prugasti mišić se nalazi na srcu.

Ova vaga prikazuje procent skeletnih mišića i glatkog mišićnog tkiva u organizmu. U prosjeku, 40% tjelesne težine se sastoji od skeletnih mišića.

Muškarci obično imaju izraženije mišiće od žena i općenito postotak mišića se može povećati u sportu. Sa godinama, procent mišića se počinje smanjivati.

% vode (podatak vidljiv na zaslonu vage i u aplikaciji)

% tjelesne vode razlikuje se kod muškaraca i žena, u odraslih, zdravih žena ide od 45% do 60%, a kod muškaraca od 50% do 65%.

Postotak vode je veći u djetinjstvu i smanjuje se s dobi.

Promjene u tjelesnoj težini mogu se desiti u kratko vrijeme (sati), srednje dugo vrijeme (dani) ili dugo vrijeme (tjedni).

Male izmjene težine u nekoliko sati su sasvim normalne te su posljedica zadržavanja izvanstanične vode (koja podrazumijeva intersticijsku tekućinu, plazmu, limfu i transcelularnu tekućinu), te je time težina jedina mjera koja se može tako brzo mijenjati. Kada dođe do smanjenja težine u kratkom vremenskom periodu (nekoliko dana), vjerojatno će biti na teret ukupne vode.

Bazalni metabolizam (podatak vidljiv samo u aplikaciji)

Bazalni metabolizam (ili BMR, basal metabolic rate) je minimalna količina kalorija potrebna ljudskom tijelu da preživi, te time da obavlja osnovne procese kao što su cirkulacija, disanje, varenje, održavanje tjelesne temperature.

bazalni metabolizam se računa na ispitaniku koji je psihički i fizički odmoran u ležećem položaju, nakon 12 sati posta, te nakon najmanje 8 sati sna i na stalnoj sobnoj temperaturi od oko 20° C.

Bazalni metabolizam za odrasle varira između 1200 i 1800 kalorija. BMR je pod utjecajem brojnih čimbenika: dobi, spola, visine, sastava tijela, temperature, stresa, nutritivnog

statusa i temperature okoliša.

Tjelesna masa (podatak vidljiv na zaslonu vage i u aplikaciji)

TABLICA BMI	VRIJEDNOST BMI
POTHRANJENOST	<18.5
NORMALNA TEŽINA	18.5-24.9
LAGANA PRETILOST	25.0-29.9
TEŠKA PRETILOST	>30

Indeks tjelesne mase povezuje tjelesnu težinu i visinu pojedinca. Klasifikacija u nastavku odnosi se na rizik koji neadekvatna tjelesna težina može predstavljati za zdravstveno stanje: kada BMI (body mass index - indeks tjelesne mase) padne između 18,5 i 24,9 znači da težina statistički ne utječe na zdravlje te je stoga treba smatrati normalnom.

Svaka promjena ovog intervala BMI na manje ili više smatra se rizičnom po zdravlje, te stoga treba potražiti liječničku pomoć. Ukoliko se naviknete na uravnoteženu ishranu i fizičku aktivnost, to će Vam sigurno pomoći poboljšati kvalitetu Vašeg života, unaprijediti zdravlje i spriječiti bolest, povećati vitalnost i održati idealnu tjelesnu težinu! Ipak, važno je znati da nam oznaka tjelesne mase ne omogućava razlikovati da li se varijacije u težini dešavaju zbog veličine mišićne mase, koštane mase, sadržaja vode ili nakupljanja masnoće. Stoga ne dozvolite da vas jednostavnost računanja BMI odvede na krivi put, što bi dovelo do dijeta koje ćete sprovesti "na svoju ruku". Njegovu procjenu treba pratiti liječnik ili drugo specijalizirano osoblje poput nutricioniste ili dijetetičara.

Ravnoteža tijela (podatak vidljiv samo na zaslonu vage)

Vaga vam omogućava praćenje ravnoteže tijela. Na zaslonu se prikazuje postotak težine, s desne i lijeve strane vašeg tijela i pokazuje stanje ravnoteže sa sljedećim simbolima:

SIMBOL	ZNAČENJE
≈	Stanje ravnoteže tijela
>	Moguća neravnoteža tijela s lijeve strane
<	Moguća neravnoteža tijela s desne strane

Razmatranja

- Prilikom procjene funkcioniranja Vašeg tijela, potrebno je imati na umu sljedeće:
 - Samo smanjenje težine praćeno nestabilnim ili povećanim procentom tjelesne masnoće jednostavno znači da tijelo gubi vodu (primjerice nakon treninga, saune ili dijete sa brzim gubitkom težine).
 - Povećanje težine praćeno smanjenim ili nepromijenjenim procentom tjelesne masnoće znači razvoj dragocjene mišićne mase.
 - Kada se tjelesna masnoća i težina smanjuju istovremeno, to znači da dijeta funkcionira i da gubite na težini.

OPIS PROIZVODA (vidi Sl.1)

- Zaslon
 - Težina
 - Postotak težine s lijeve strane
 - Simbol ravnoteže tijela

- Postotak težine s desne strane
 - % tjelesne masnoće
 - % vode
 - Otkucaji srca
 - Tjelesna masa
 - % mišićne mase
- ITO elektrode
 - Pretinac za baterije

TEHNIČKE KARAKTERISTIKE

- Kapacitet: 180 kg / 400 lb
- Podjela: 100 g / 0.2 lb
- 4 alkalne baterije 1,5 V tipa AAA
- LCD VA (okomito poravnanje) zaslon u boji
- Radna frekvencija: 2426-2460 MHz, efektivna izračena snaga: <0,9 dBm
- Radni uvjeti okoliša: +10°C +40°C; RH ≤85%
- Okolišni uvjeti za čuvanje: +10°C +50°C; RH ≤85%

Vaga izračunava sastav tjelesne mase osoba u dobi između 12 i 99 godina, visine između 90 i 220 cm.

SAVJETI ZA UPORABU

- Vagati se uvijek na istoj vagi i u isto vrijeme, po mogućnosti kada se probudite i bez odjeće.
- Pričekajte oko 15 minuta nakon ustajanja, tako da voda može biti raspoređena po cijelom tijelu.
- Je da se vagate bosi, suhih stopala i ispravno postavljenih na elektrode (vidi sliku). Razmaknite noge kako bi vaga ispravno funkcionirala.
- Moguće je da podaci koje vaga prikaže neće biti točni u sljedećim slučajevima:
 - visok sadržaj alkohola
 - visoka razina kofeina ili droge u krvi
 - nakon hrane koja teško pada na želudac
 - nakon naporne športske aktivnosti
 - tijekom bolesti
 - u trudnoći
 - ukoliko ste dehidrirani
 - Ukoliko imate vlažna ili prljava stopala
 - ukoliko su vam noge natečene

UPUTE ZA UPORABU

PRVA UPORABA

- Ova vaga funkcionira sa 4 zamjenjive alkalne baterije od 1.5V tipa AAA.
- Da biste umetnuli baterije, otvorite pretinac za baterije pomicanjem poklopca u smjeru strelice.

- Umetnite baterije vodeći računa na prikazani polaritet. Zatvorite poklopac.

ODABIR MJERNE JEDINICE

Moguće je odabrati mjernu jedinicu za vaganje u aplikaciji "LAICA Home Wellness". Nije moguće promijeniti mjernu jedinicu koja je prikazana na LCD zaslonu vage.

UPOTREBA

a. Samo mjerenje tjelesne težine

- Postavite vagu na tvrdnu i ravnu površinu. Ukoliko je podloga propustljiva ili odvojena (primjerice tepih, sag, linoleum), to može utjecati na točnost vaganja.
- Stanite na podlogu dok je isključena postavivši stopala paralelno te težinu ravnomjerno rasporedite (vidi crteže). Sačekajte bez micanja da vaga izračuna vašu težinu i prikaže tjelesnu ravnotežu. Nemojte se tijekom mjerenja oslanjati na bilo koji predmet jer bi se time rezultati mogli promijeniti.
- Kada sidete sa vage, zaslon će i dalje prikazivati težinu tijekom nekoliko sekundi, a zatim se vaga automatski gasi.

Za prikaz podataka o sastavu tijela na LCD zaslonu, vaga se mora povezati s aplikacijom "LAICA Home Wellness".

b. Rad s aplikacijom: izračun sastava tijela

- Popis kompatibilnih uređaja:
 - iOS:** iPhone s operativnim sustavom od 10.
 - Za uređaje s operativnim sustavom Android™:** od verzije 6.0 (Marshmallow).
- Budući da je kompatibilna sa bluetooth tehnologijom 4.0 ili višom, vaga šalje podatke koji se odnose na tjelesni sastav (postotak masti, vode, skeletne muskulature, bazalne metaboličke podatke i indeks tjelesne mase) na vaš pametni telefon kako biste bolje analizirali sastav vaše težine. **Povezivanjem s aplikacijom, vaga prikazuje i podatke o sastavu tijela na svom zaslonu.** Tijekom sljedećih radnji savjetuje se držati pametni telefon u blizini vage kako bi veza ostala aktivna.
 - Aktivirajte bluetooth u postavkama pametnog telefona
 - Instalirajte besplatnu aplikaciju "LAICA Home Wellness" na telefon
 - Pokrenite aplikaciju i slijedite upute za dodavanje proizvoda i stvaranje novog korisnika unosom osobnih podataka.
 - Uključite vagu pritiskom na podlogu: na zaslonu se prikazuje "0.0".
 - Pritisnite gumb "DETECT WEIGHT" u aplikaciji kako bi aplikaciju povezali s vagom i stanite na podlogu pazeći da bosa stopala pravilno postavite na ITO elektrode. Vaga prikazuje:
 - težinu,
 - ravnotežu tijela
 - Ostanite mirno na vagi dok LCD zaslon ne pokaže sljedeće podatke:

- težinu
- ravnotežu tijela
- postotak vode



- postotak tjelesne masnoće
- postotak mišićne mase
- indeks tjelesne mase
- otkucaje srca

Aplikacija istodobno prikazuje:

- težinu
- željenu težinu (ukoliko je postavljena u aplikaciji)
- postotak tjelesne masnoće
- postotak vode
- bazalni metabolizam
- indeks tjelesne mase (BMI)
- postotak mišićne mase

- Ako sidete s vage prije prikazivanja svih podataka, aplikacija i sama vaga ne prikazuju podatke koji se odnose na sastav tijela.
- Vaga prikazuje podatke s jednom decimalom nakon zarez, a aplikacija prikazuje podatke s dvije decimale.

7. Vaga se automatski isključuje nakon 10 sekundi neuporabe.

Provjerite dobijeni procent masnoće sa parametrima koji su prikazani u tablici "tabella bodyfat": ukoliko se ne uklapa u normalne vrijednosti, potražite savjet liječnika. Također procijenite postotak vode prema stavku "% vode" i postotak mišića prema stavku "% mišićne mase".

Počevši od druge upotrebe vage pomoću aplikacije "Laica Home Wellness", vaga je u stanju prepoznati korisnika po njegovoj težini (za razlike u težini unutar 2 kg). U ovom slučaju, kada vaga prikazuje težinu i ravnotežu tijela, ona automatski prikazuje podatke koji se odnose na sastav tijela, čak i bez upotrebe aplikacije "LAICA Home Wellness". Podaci koje vaga orikazuje bez upotrebe aplikacije ne bilježe se u aplikaciju i ne mogu se kasnije poslati.

U slučaju da postoji više korisnika sa sličnim težinama (unutar 2 kg), vaga bi mogla koristiti parametre drugog korisnika. Preporučujemo da vagu koristite s aplikacijom "LAICA Home Wellness" kako biste izbjegli zamjenu podataka o sastavu tijela s podacima drugih korisnika i kako biste ih mogli snimati i nadzirati u aplikaciji.

- Tijekom vaganja uvjerite se da je aplikacija aktivirana i prikazana na telefonu, tako da neposredno provjerite slanje podataka vašeg tjelesnog sastava.
- Prije započinjanja novog vaganja, uvijek provjerite bluetooth vezu između vage i vašeg telefona.
- Za Android™ uređaje potrebno je aktivirati usluge lociranja.
- Prije nego što nastavite s novim vaganjem, uvijek odaberite korisnika na pametnom telefonu.
- Podaci o ravnoteži tijela i otkucajima srca vidljivi su samo na zaslonu vage.
- Svaki put kada se vaga premješta ili podigne i ponovo stavi na pod, prvo vaganje se ne smije uzeti u obzir, zbog nužnog podešavanja elektronske kartice u odnosu na stanicu opterećenja. Uzmite u obzir drugo i naknadna vaganja, jer u nekim slučajevima prvo vaganje može biti promijenjeno zbog gore navedenoga razloga.

ZAMIJENA BATERIJA

Kada se na zaslonu prikazuje "LO", ili simbol baterije, treba zamijeniti baterije istim tipom baterija.

1. Otvorite pretnac za baterije pomicanjem poklopca u smjeru strelice.
2. Uklonite stare baterije i odložite ih kao što je navedeno u odjeljku "Postupak zbrinjavanja".
3. Postavite nove baterije vodeći računa na prikazani polaritet.
4. Zatvorite pretnac za baterije.

ODRŽAVANJE

- Čuvajte uređaj na hladnom i suhom mjestu.
- Čuvajte uređaj u vodoravnom položaju
- Vagu čistite samo mekom, suhom krpom.
- Nemojte nikada koristiti kemijske ili abrazivne proizvode.

PROBLEMI I RJEŠENJA

Problem	Mogući uzrok	Rješenje
Vaga se ne uključuje.	Niste se ispravno popeli na vagu.	Popnite se sa paralelno postavljenim stopalima. Pozornost: vaga se pali tek kad stanete na nju.
	Baterije su istrošene.	Zamijenite baterije.
Zaslon prikazuje "Lo" ili simbol baterije.	Baterije su istrošene.	Zamijenite baterije.
Vaga se ne uključuje.	Niste se ispravno popeli na vagu.	Popnite se sa paralelno postavljenim stopalima. Pozornost: vaga se pali tek kad stanete na nju.
	Baterije su istrošene.	Zamijenite baterije.
Zaslon prikazuje "Lo" ili simbol baterije.	Baterije su istrošene.	Zamijenite baterije.
Zaslon prikazuje "Err".	Težina prelazi kapacitet vage.	Odmah uklonite težinu s vage kako se ne bi oštetila i provjerite maksimalni kapacitet.
Zaslon prikazuje samo težinu i ravnotežu tijela.	Prvi put ste se izvicali bez upotrebe aplikacije "LAICA Home Wellness".	Da biste pogledali sve podatke koji se odnose na sastav tijela, povežite vagu s aplikacijom "LAICA Home Wellness". Pročitajte ponovo odlomak "Rad s aplikacijom: izračun sastava tijela."
	Sišli ste s vage prije nego što su prikazani podaci o sastavu tijela.	Pričekajte bez pomicanja na vagi dok zaslon ne pokaže sve podatke.

Problem	Mogući uzrok	Rješenje
Zaslon prikazuje samo težinu i ravnotežu tijela.	Niste se popeli na vagu bosih stopala.	Popnite se sa bosim stopalima.
	Koža stopala je suviše suha.	Blago navlažite kožu stopala.
Aplikacija "LAICA Home Wellness" ne prikazuje nikakve podatke.	Bluetooth nije aktiviran u postavkama pametnog telefona.	Aktivirajte bluetooth na telefonu.
	Pametni telefon je prešao u stanje pripravnosti tijekom procesa vaganja.	Tijekom vaganja držite aplikaciju na telefonu aktivnom, kako bi provjerili neposredno slanje podataka.
	U aplikaciji nije pritisnuta tipka "DETECT WEIGHT".	Pritisnite u aplikaciji tipku "DETECT WEIGHT" za slanje podataka s vage na aplikaciju.
Aplikacija "LAICA Home Wellness" prikazuje samo tjelesnu težinu.	Niste se popeli na vagu bosih stopala.	Popnite se sa bosim stopalima.
	Koža stopala je suviše suha.	Blago navlažite kožu stopala.

Sva su mjerenja približna jer su zaokružena na najbližu višu ili nižu cijelu vrijednost. Jamčimo točnost u okviru +/-1 % + 1podjela.

POSTUPAK ODLAGANJA (Dir. 2012/19/EU - WEEE)



Simbol na dnu označava odvojeno prikupljanje otpada električne i elektroničke opreme. Na kraju korisnog vijeka trajanja uređaja, ne smije se odlagati kao kruti komunalni otpad, već se mora odložiti u određenom sabirnom centru u vašem području ili se mora vratiti distributeru prilikom kupnje novog uređaja iste vrste i iste funkcije.

U slučaju u kojem je uređaj koji treba zbrinuti veličine manje od 25 cm, moguće ga je vratiti na prodajno mjesto površine veće od 400 četvornih metara, bez obaveze za kupnju novog, sličnog uređaja.

Ovaj odvojeni postupak prikupljanja električne i elektroničke opreme provodi se u pogledu politike zaštite okoliša EU, s ciljevima očuvanja, zaštite i poboljšanja kvalitete okoliša i kako bi se izbjegle potencijalni učinci na ljudsko zdravlje zbog prisutnosti opasnih tvari u takvim uređajima ili nepravilna upotreba istih ili njihovih dijelova. Oprez! Neispravno odlaganje električne i elektroničke opreme može dovesti do sankcija.

A pravilno zbrinjavanje baterija (**Dir. 2013/56/Eu**) nemojte ih odlagati zajedno s **kućnim otpadom**, već ih odložite kao opasni otpad u sabirnim mjestima za recikliranje.

Za više informacija o odlaganju baterija obratite se trgovini u kojoj ste kupili uređaj koji sadrži baterije, općini ili komunalnoj usluzi.



Ovaj proizvod je prikladan za kućnu upotrebu. Sukladnost, što dokazuje CE oznaka na uređaju, odnosi se na Direktivu 2014/30/Eu u vezi s elektromagnetskom kompatibilnosti. Ovaj proizvod je elektronski instrument koji je provjeren za osiguravanje, u trenutnom stanju tehničkog znanja, ne miješanja s drugim električnim uređajima u blizini (EMC) i da je siguran ako se koristi prema uputama za uporabu. U slučaju nenormalnog ponašanja uređaja, prekinite upotrebu, a po potrebi se obratite izravno proizvođaču.

Proizvođač, Laica S.p.A., izjavljuje da je aparat usklađen s Direktivom 2014/53/Eu. Puna izjava o usklađenosti dostupna je na sljedećoj internetskoj adresi: www.laica.it.

JAMSTVO

Jamstvo na ovaj uređaj traje 2 godine od datuma kupnje uz pečat ili potpis prodavača i račun koji trebate sačuvati u privitku.

Taj je jamstveni rok u skladu s važećim zakonima i primjenjuje se samo na potrošače koji su fizičke osobe.

Proizvodi Laica su namijenjeni uporabi u domaćinstvu i nije dozvoljena njihova uporaba u javnim prostorijama. Jamstvo pokriva samo greške u proizvodnji i ne važi kada je šteta prouzročena slučajnim događajem, pogrešnom uporabom, nemarom ili neprikladnom uporabom proizvoda.

Koristite samo priloženi pribor; uporaba drukčijeg pribora može poništiti jamstvo. Nemojte otvarati uređaj ni zbog kojeg razloga; u slučaju otvaranja ili preinake, jamstvo trajno prestaje vrijediti. Jamstvo ne pokriva dijelove koji se troše uporabom, niti baterije kada su priložene. Nakon isteka roka od 2 godine od datuma kupnje, jamstvo prestaje vrijediti; u tom se slučaju servis naplaćuje. Informacije o servisu, kako onom pod jamstvom, tako i onom koji se naplaćuje, možete zatražiti na adresi info@laica.com. Nije potrebna nikakva naknada za popravke i zamjene proizvoda koji su obuhvaćeni uvjetima o jamstvu.

U slučaju kvara obratite se prodavaču; NEMOJTE slati izravno u poduzeće LAICA. Bilo kakve servisne radnje pokrivene jamstvom (uključujući i zamjenu cijelog proizvoda, ili njegovog dijela) ne produžavaju trajanje izvornog jamstvenog razdoblja zamijenjenog proizvoda.

Proizvođač ne prihvaća odgovornost za štete koje bi mogle nastati izravno ili neizravno osobama, stvarima ili kućnim ljubimcima uslijed nepridržavanja bilo koje od uputa navedenih u odgovarajućim uputama za uporabu te naročito onih koje se odnose na upozorenja o postavljanju, uporabi i održavanju uređaja.

Budući da stalno poboljšava vlastite proizvode, poduzeće Laica zadržava pravo na potpune ili djelomične izmjene svojih proizvoda, bez ikakve prethodne obavijesti, prema potrebama proizvodnje, a da za to poduzeće Laica ili njezini prodavači ne snose nikakvu odgovornost.

