

# beurer

## BF 400 / 410 Signature Line



**HU** Diagnosztikai mérleg  
Használati útmutató

EAC CE



**Figyelmesen olvassa át ezt a használati útmutatót, és tartsa be a benne foglalt utasításokat. Őrizze meg az útmutatót későbbi használatra, és tegye azt más használók számára is hozzáférhetővé.**

## Tisztelt Vásárlónk!

Köszönjük, hogy a kínálatunkban szereplő termékek egyikét választotta. Nevünk garanciát jelent a kiváló minőségű és részletesen ellenőrzött minőségi termékekre olyan területeken, mint a hő-, súly-, vérnyomás-, testhőmérséklet- és pulzusz mérés, valamint a kímélő terápiák, masszáz, levegőtisztítás, szépségápolás és csecsemőgondozás.

Termékeinket szívesen ajánljuk figyelmébe!

Az Ön Beurer-csapata

## Tartalom

1. A csomag tartalma .....	3	8. Alkalmazás .....	7
2. Jelmagyarázat .....	3	9. Tisztítás és ápolás .....	10
3. Rendeltetésszerű használat .....	4	10. Mi a teendő probléma esetén? .....	10
4. Figyelmeztetések és biztonsági tudnivalók .....	4	11. Ártalmatlanítás .....	11
5. A készülék leírása .....	6	12. Műszaki adatok .....	11
6. Üzembe helyezés .....	6	13. Garancia/szerviz .....	11
7. Felhasználói adatok beállítása .....	6		

## A készülék ismertetése

### A készülék funkciói

Ez a digitális mérleg súlymérésre és az Ön fitneszadatainak diagnosztizálására szolgál.

Csak magánszférában történő, saját használatra készült.

A mérleg a következő funkciókkal rendelkezik, amelyeket összesen legfeljebb 10 személy használhat:

- testsúlymérés és testtömegindex,
- testzsírarány,
- testvízarány,
- izomarány,
- csonttömeg,
- alap- és aktív anyagcsere megállapítása.

Ezekon kívül a mérleg a következő funkciókkal is rendelkezik:

- átkapcsolás a kilogramm („kg”), a font („lb”) és a stone („st”) között,
- automatikus kikapcsolási funkció,
- elemcsere kijelzése gyenge elemek esetén,
- a felhasználó automatikus felismerése.

### A mérés elve

Ez a mérleg a bioelektromos impedancia analízis (BIA) elvén működik. A test összetételének meghatározása egyáltalán nem érezhető, teljesen ártalmatlan és veszélytelen elektromos áram segítségével történik másodpercek alatt.

Az elektromos ellenállás (impedancia) mérésével, illetve az egyéni értékek (kor, magasság, nem, aktivitási fok) és állandók figyelembevételével meghatározható a testzsírarány és számos más érték. Az izomszövet és a víz elektromos vezetőképessége nagy, ellenállása viszont alacsony. A csontok és a zsírszövet elektromos vezetőképessége ezzel szemben alacsony, mivel a zsírszövetek és a csontok nagy ellenállásuk miatt alig vezetik az áramot.

Vegye figyelembe, hogy a diagnosztikai mérleg segítségével meghatározott értékek csak megközelítőek az orvosilag megállapított valós vizsgálati értékekhez viszonyítva. Csak szakorvos tudja orvosi eljárásokkal (pl. komputertomográfia) pontosan meghatározni a testzsír, a testvíz, az izomarány és a csonttömeg mennyiségét.














## 1. A csomag tartalma


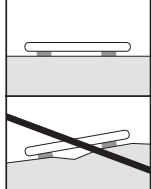
Ellenőrizze a csomagolás esetleges külső sérüléseit és a tartalom teljességét. Használat előtt győződjön meg arról, hogy a készüléken vagy a tartozékokon nincsenek látható sérülések, és minden csomagolóanyagot eltávolított. Kétes esetekben ne használja a készüléket, hanem forduljon a kereskedőjéhez vagy a megadott ügyfélszolgálathoz.

- BF 400, illetve BF 410 diagnosztikai mérleg
- 3 x 1,5 V-os AAA elem
- jelen használati útmutató

## 2. Jelmagyarázat

A készüléken, a használati útmutatóban, a csomagoláson, valamint a készülék típustábláján a következő szimbólumok használatosak:

	<b>FIGYELMEZTETÉS</b> Sérülésveszélyre vagy egészségkárosodás veszélyére figyelmeztető információ.		
	<b>FIGYELEM</b> Figyelmeztetés a készülék vagy a tartozékok meghibásodásának veszélyére.		
	<b>Megjegyzés</b> Fontos információkra vonatkozó megjegyzések		
	Vegye figyelembe a használati útmutatót		
	Ártalmatlanítás az elektromos és elektronikus berendezések hulladékairól szóló (WEEE – Waste Electrical and Electronic Equipment) európai uniós irányelv szerint		
	A veszélyes anyagot tartalmazó elemeket tilos a háztartási hulladékkal együtt ártalmatlanítani		
 PAP	A csomagolást környezettudatosan ártalmatlanítsa		
	A termék eleget tesz az érvényes európai és nemzeti irányelveknek.		
	A készüléket orvosi implantátumot (pl. szívritmus-szabályozót) viselő személyek nem használhatják. Ellenkező esetben a készülék azok működését befolyásolhatja.		
	Gyártó		
	Ne terhelje a mérleget 200 kg/440 lb/31 st fölötti súllyal.	 	Csúszásveszély: Ne lépjen nedves lábbal a mérlegre.

	<p>Borulásveszély: A mérlegfelület közepére álljon.</p>		<p>Állítsa sík felületre a mérleget.</p>
--	---	--	--

### 3. Rendeltetésszerű használat

A készülék csak emberek súlyának mérésére és személyes fitneszadatainak rögzítésére szolgál. A készülék csak saját használatra szolgál, orvosi vagy kereskedelmi alkalmazásra nem alkalmas.

### 4. Figyelmeztetések és biztonsági tudnivalók



#### FIGYELMEZTETÉS

• **A mérleget orvosi implantátumot (pl. szívritmus-szabályozót) viselő személyek nem használhatják. Ellenkező esetben a készülék azok működését befolyásolhatja.**



- Terhesség alatt nem szabad használni.
- Soha ne álljon a mérleg egyik külső peremére: Borulásveszély!
- Az elemek lenyelése életveszélyes lehet. Kisgyermekektől elzárt helyen tárolja az elemeket és a mérleget. Az elemek lenyelése esetén azonnal orvoshoz kell fordulni.
- Tartsa távol a gyermekeket a csomagolóanyagtól (fulladásveszély).
- Figyeljen arra, hogy ne álljon nedves lábbal a mérlegre, és ne lépjen a mérlegre, ha nedves a felülete – csúszásveszély!

#### Az elemekkel kapcsolatos figyelmeztetések

- Ha valamelyik elemcella folyadék a bőrre vagy a szembe jut, az érintett területet öblítse le vízzel, és forduljon orvoshoz.
- **⚠ Fennáll a lenyelés veszélye!** A kisgyermek az elemeket lenyelhetik, és azok fulladást okozhatnak. Ezért tartsa az elemeket kisgyermekektől elzárt helyen!
- Ügyeljen a pozitív (+) és negatív (-) polaritásra.
- Ha valamelyik elem kifolyt, akkor húzzon védőkesztyűt, majd száraz ruhával tisztítsa meg az elemtartó rekeszt.
- Védje az elemeket a túlzott hőtől.
- **⚠ Robbanásveszély!** Ne dobja az elemeket tűzbe.
- Az elemeket nem szabad tölteni vagy rövidre zární.
- Ha hosszabb időn keresztül nem használja a készüléket, vegye ki az elemeket az elemtartó rekeszből.
- Csak azonos vagy egyenértékű elemtípust használjon.
- Az elemeket mindig egyidejűleg cserélje ki.
- Ne használjon akkumulátorokat!
- Az elemeket nem szabad szétszedni, kinyitni vagy feldarabolni.



#### Általános tudnivalók

- Vegye figyelembe, hogy műszaki okokból előfordulhatnak mérési tűrések, mivel nem professzionális orvosi felhasználásra hitelesített mérlegről van szó.
- A mérleg maximális terhelhetősége 200 kg (440 lb/31 st). Súlymérésnél és a csonttömeg meghatározásánál az eredmények 100 grammos lépésekben (0,2 lb/0–19 st; 0,2 lb; 20–31 st: 1 lb) jelennek meg.
- A testszír, testvíz és izomtömeg mérési eredményei 0,1%-os lépésekben jelennek meg.
- A kalóriaszükséglet 1 kcal-ás lépésekben jelenik meg.
- Kiszállításkor a mérleg „cm” és „kg” egységekre van beállítva.
- Állítsa a mérleget sík, szilárd felületre; a szilárd padlóburkolat előfeltétele a helyes mérésnek.

- Javításokat csak a Beurer ügyfélszolgálat vagy arra felhatalmazott kereskedő végezhet. Reklamáció előtt azonban minden esetben ellenőrizze az elemeket, és szükség esetén cserélje ki őket.

## Tárolás és ápolás

A mérési értékek pontosságát és a készülék élettartamát jelentősen befolyásolja a készülék körültekintő használata:



### FIGYELEM

- A készüléket időnként meg kell tisztítani. Ne használjon erős tisztítószeret, és soha ne tartsa víz alá a készüléket.
- Gondoskodjon arról, hogy ne juthasson folyadék a mérlegre. Ne merítse vízbe a mérleget. Soha ne mossa le a készülékeket folyó víz alatt.
- Soha ne helyezzen tárgyakat a mérlegre, amikor éppen nem használja.
- Ne nyomja meg a mérleg gombját túl erősen vagy hegyes tárgyakkal.
- Ne tegye ki a mérleget magas hőmérsékletnek vagy erős elektromágneses mezőknek (pl. mobiltelefonok).
- Védje a készüléket az ütközéstől, nedvességtől, portól, vegyszerektől és az erős hőmérséklet-ingadozásoktól, és ne tartsa hőforrások (kályhák, fűtőtestek) közelében.

## Általános tippek

- Lehetőség szerint a nap mindig azonos időpontjában (célszerűen reggelente) mérje meg magát, WC-használat után, éhgyomorral, ruha nélkül, hogy összehasonlítható eredményeket kapjon.
- A mérésnél fontos: A testsúly meghatározását csak mezítláb és célszerűen kissé benedvesített talpakkal szabad végezni.  
A teljesen száraz vagy erősen elszarusodott talpak nem kielégítő eredményhez vezethetnek, mivel túl alacsony a vezetőképességük.
- Álljon egyenesen és nyugodtan, amíg tart a mérés.
- Megszokottól eltérő testmozgás után várjon néhány órát.
- Felkelés után várjon kb. 15 percet, hogy a testben található víz eloszolhasson.
- Fontos, hogy csak a hosszú távú trend számít. A néhány napon belüli, rövid távú súlyingadozások általában a folyadékvesztéssel magyarázhatók, a testvíz viszont fontos a jó közérzet szempontjából.

## Korlátozások

A testsúly és a többi érték meghatározásánál eltérő és nem megbízható eredmények is kijöhetnek:

- kb. 10 év alatti gyermekeknél,
- versenysportolóknál és testépítőknél,
- lázas, dialíziskezelés alatt álló, ödémás tünetekkel rendelkező vagy csontritkulásos személyeknél,
- kardiovaszkuláris (szív- és érrendszeri betegségek elleni) gyógyszereket szedő személyeknél,
- értágító vagy érszűkítő gyógyszereket szedő személyeknél,
- a teljes testmagassággal összevetve a lábakon jelentős anatómiai eltérésekkel rendelkező személyeknél (jelentősen megrövidült vagy meghosszabbodott lábszár).

## 5. A készülék leírása

### Áttekintés

1. Elektródák
2. Le gomb ✓
3. Set gomb **SET**
4. Fel gomb ^
5. Kijelző



## 6. Üzembe helyezés

### Elemek behelyezése

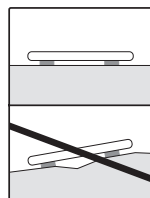
Vegye ki az elemeket a védőcsomagolásból, és helyezze őket a pólusoknak megfelelően a mérlegbe (a mérleg hátoldalán). Ha semmilyen funkció sem látható a mérlegen, akkor vegye ki az elemeket, és tegye be őket újra.

### A súlyegység változtatása

Kiszállításkor a készülék „kg” egységre van beállítva. Kapcsolja be a mérleget úgy, hogy egyik lábával röviden (kb. 1-2 másodpercig) rálép a fellépőfelületre. Várja meg, hogy megjelenjen a „0.0 kg” kijelzés. A mérleg hátoldalán egy gomb található, amellyel „font” és „stone” (lb, st) egységekre válthat.

### A mérleg felállítása

Állítsa a mérleget sík, szilárd felületre; a szilárd padlóburkolat előfeltétele a helyes mérésnek.



## 7. Felhasználói adatok beállítása

Testszírárányának és további testértékeinek meghatározásához meg kell adnia személyes felhasználói adatait.

A mérlegben 10 felhasználói tárhely van, ahol Ön és a családtagjai a személyes beállításait tárolhatják és lekérdezhetik.



- **Állítsa a mérleget sík, szilárd felületre; a szilárd padlóburkolat előfeltétele a helyes mérésnek.**
- Kapcsolja be a mérleget úgy, hogy egyik lábával röviden (kb. 1-2 másodpercig) rálép a fellépőfelületre. Várja meg, hogy megjelenjen a „0.0 kg” kijelzés.
- Indítsa el a beállítást a **SET** gombbal. A kijelzőn megjelenik az első tárhely.
- Válassza ki a ^/✓ gombbal a kívánt tárhelyet, és választását erősítse meg a **SET** gombbal.
- A következő beállításokat végezheti el:

Felhasználói adatok	Beállítási értékek
Felhasználók/személyek	P-1-től P-10-ig
Testmagasság	100–220 cm (3' 3,5"–7' 2,5")
Életkor	10–100 év
Nem	férfi (♂), nő (♀)
Aktivitási fok	1-től 5-ig

## Aktivítási fokok

Az aktivítási fok kiválasztásánál a közép- és hosszú távú vizsgálat a döntő.

Aktivítási fok	Fizikai aktivitás
1	Nincs.
2	Csekély: kevés és könnyű testmozgás (pl. séta, könnyű kerti munka, gimnasztikai gyakorlatok).
3	Közepes: testmozgás, hetente legalább 2–4 alkalommal 30 percen át.
4	Nagy: testmozgás, hetente legalább 4–6 alkalommal 30 percen át.
5	Nagyon nagy: intenzív testmozgás, intenzív tréning vagy nehéz fizikai munka naponta legalább 1 órán át.

- Értékek módosítása: Nyomja meg a  vagy a  gombot, illetve a gyors átfutás érdekében tartsa nyomva.
- Bevitel megerősítése: Nyomja meg a **SET** gombot.
- Az értékek beállítása után a kijelzőn megjelenik a „0.0 kg” felirat.
- A „0.0 kg” kijelzés alatt álljon **mezítláb** a mérlegre.
- A súlymérés után megjelenik a kijelzőn a BMI, a testzsír (BF), a testvíz, az izomarány, a csonttömeg, a BMR és az AMR.

**i Megjegyzés:** A mért súly hozzá lett rendelve a kiválasztott felhasználóhoz, és el lett mentve. Ez az automatikus felhasználófelismeréshez szükséges.

## 8. Alkalmazás

### 8.1 A mérés elvégzése

**Állítsa a mérleget sík, szilárd felületre; a szilárd padlóburkolat előfeltétele a helyes mérésnek.**

#### A testsúly mérése, a diagnosztika elvégzése

Lépjön mezítláb a mérlegre, és ügyeljen arra, hogy nyugodtan, egyenletes súlyeloszlással, mindkét lábával az elektródákon álljon.

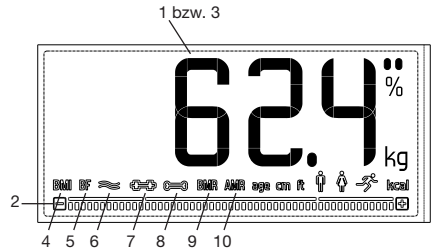
**i Megjegyzés:** Zokniban végzett mérés esetén a mérési eredmény nem lesz helyes.

A mérleg azonnal megkezdi a mérést. Először a súly jelenik meg a kijelzőn.



Hozzárendelt felhasználó esetén a következő értékek jelennek meg: BMI, testzsír (BF), testvíz, izomarány, csonttömeg, BMR és AMR.

A következő kijelzések jelennek meg:

1. Súly (kg)
2. BIA mérés és értelmezőskála
3. Felhasználói tárhely (pl. „U1”)
4. BMI
5. Testzsír (%) (BF)
6. Testvíz (%)  $\approx$
7. Izomarány (%)  $\leftrightarrow$
8. Csonttömeg (kg)  $\hookrightarrow$
9. Alapanyagcsere (kcal) (BMR)
10. Aktív anyagcsere (kcal) (AMR)



**i Megjegyzés:** Kettő vagy több lehetséges felismert felhasználó esetén a felhasználók a kijelzőn váltakoznak. A **SET** gomb megnyomásával válassza ki felhasználói profilját.

Ha a mérleg nem ismert fel felhasználót, csak a súly és az „U -” kerül kijelzésre. Ekkor a   gombokkal kiválaszhatja a megfelelő felhasználót.

#### Csak a súly mérése

Álljon fel cipőben a mérlegre. Álljon nyugodtan, a két lábára egyforma súlyt helyezve a mérlegre. A mérleg azonnal megkezdi a mérést.

#### A mérleg kikapcsolása

A mérleg automatikusan kikapcsol.

## 8.2 Az eredmények értékelése

A mért értékek értelmezése rögtön megjelenik a kijelzőn, így egyszerűbb és érthetővé válik azok besorolása.

### Testzsír aránya

A következő, %-ban megadott testzsírértékek iránymutatást adnak (további információkért forduljon orvosához!).

#### Férfi

Életkor	kevés	normális	mérsékelt	sok
10–14	<11%	11–16%	16,1–21%	>21,1%
15–19	<12%	12–17%	17,1–22%	>22,1%
20–29	<13%	13–18%	18,1–23%	>23,1%
30–39	<14%	14–19%	19,1–24%	>24,1%
40–49	<15%	15–20%	20,1–25%	>25,1%
50–59	<16%	16–21%	21,1–26%	>26,1%
60–69	<17%	17–22%	22,1–27%	>27,1%
70–100	<18%	18–23%	23,1–28%	>28,1%

#### Nő

Életkor	kevés	normális	mérsékelt	sok
10–14	<16%	16–21%	21,1–26%	>26,1%
15–19	<17%	17–22%	22,1–27%	>27,1%
20–29	<18%	18–23%	23,1–28%	>28,1%
30–39	<19%	19–24%	24,1–29%	>29,1%
40–49	<20%	20–25%	25,1–30%	>30,1%
50–59	<21%	21–26%	26,1–31%	>31,1%
60–69	<22%	22–27%	27,1–32%	>32,1%
70–100	<23%	23–28%	28,1–33%	>33,1%

Sportolónál gyakran alacsonyabb érték állapítható meg. Az izzasztó sport fajtájától, az edzés intenzitásától és a testalkattól függően olyan értékek érhetők el, amelyek még a megadott irányértékek alatt vannak. Ugyanakkor vegye figyelembe, hogy rendkívül alacsony értékek esetén egészségügyi veszélyek állhatnak fenn.

### Testvíz aránya

A testvíz %-ban megadott aránya rendszerint a következő tartományokban van:

#### Férfi

Életkor	rossz	jó	nagyon jó
10–100	<50%	50–65%	>65%

#### Nő

Életkor	rossz	jó	nagyon jó
10–100	<45%	45–60%	>60%

A testzsír viszonylag kevés vizet tartalmaz. Ezért magas testzsírarányú személyek esetében a testvíz aránya az irányértékek alatt lehet. A kitartó sportolóknál viszont az értékek a csekély zsírarány és a magas izomarány miatt túlléphetik az irányértékeket.

A testvíznek ezen mérleggel történő megállapítása arra nem alkalmas, hogy orvosi következtetéseket lehessen levonni belőle pl. az életkorfüggő vízbeágyazódásokra vonatkozóan. Adott esetben kérdezze meg orvosát. Alapvetően érvényes, hogy törekedni kell a testvíz magas arányára.

### Izomarány

A %-ban megadott izomarány rendszerint a következő tartományokban van:

#### Férfi

Életkor	kevés	normális	sok
10–14	<44%	44–57%	>57%
15–19	<43%	43–56%	>56%
20–29	<42%	42–54%	>54%
30–39	<41%	41–52%	>52%
40–49	<40%	40–50%	>50%
50–59	<39%	39–48%	>48%
60–69	<38%	38–47%	>47%
70–100	<37%	37–46%	>46%

#### Nő

Életkor	kevés	normális	sok
10–14	<36%	36–43%	>43%
15–19	<35%	35–41%	>41%
20–29	<34%	34–39%	>39%
30–39	<33%	33–38%	>38%
40–49	<31%	31–36%	>36%
50–59	<29%	29–34%	>34%
60–69	<28%	28–33%	>33%
70–100	<27%	27–32%	>32%

## Csonttömeg

Csontjainkra testünk többi részéhez hasonlóan természetes felépülési, leépülési és öregedési folyamatok hatnak. A csonttömeg gyermekkorban gyorsan nő, és 30–40 éves korra éri el a maximumot. A kor előrehaladtával aztán valamelyest csökken a csonttömeg. Egészséges táplálkozással (különösen kalciummal és D-vitaminnal) és rendszeres testmozgással valamelyest késleltetni lehet ezt a leépülést. Célzott izomépi-téssel még tovább lehet erősíteni a csontozat stabilitását. Vegye figyelembe, hogy ez a mérleg nem a teljes csonttömeget, hanem csupán a csontok ásványianyag-tartalmát méri (víztartalom és szerves anyagok nélkűl). A csonttömeg alig befolyásolható, de kismértékben ingadozik a befolyásoló tényezőkön (súly, magasság, életkor, nem) belül. Nincsenek elismert irányelvek és ajánlások.



### FIGYELEM:

Ne keverje össze a csonttömeget a csontsűrűséggel.

A csontsűrűséget csak orvosi vizsgálattal (pl. komputertomográfiával, ultrahanggal) lehet meghatározni. Ezért ezzel a mérleggel nem lehet következtetéseket levonni a csontok és a csontkeménység változásaira (pl. csontritkulás) vonatkozóan.

## BMR

Az alapanyagcsere (BMR = basal metabolic rate) az az energiamennyiség, amelyre teljes nyugalom esetén a testnek szüksége van az alapfunkciók fenntartásához (pl. ha az ember 24 órán át ágyban fekszik). Ez az érték alapvetően a testsúlytól, a testmagasságtól és az életkortól függ.

A diagnosztikai mérleg kcal/nap egységben adja meg, és a tudományosan elismert Harris–Benedict-képlet alapján számolja ki.

Erre az energiamennyiségre a testnek feltétlenül szüksége van, és táplálék formájában ismét fel kell venni. Ha hosszú távon kevesebb energiát veszünk magunkhoz, az egészségkárosodáshoz vezethet.

## AMR

Az aktív anyagcsere (AMR = active metabolic rate) az az energiamennyiség, amelyet a szervezet aktív állapotban naponta felhasznál. Az ember energiafelhasználása testmozgás növekedésével emelkedik, és értékét a diagnosztikai mérleg a megadott aktivitási fok (1–5) alapján határozza meg.

A jelenlegi testsúly megtartásához a felhasznált energiát ételek és italok formájában vissza kell juttatni a szervezetbe.

Ha hosszabb időn keresztül kevesebb energiát juttatunk a szervezetbe, mint amennyit felhasználunk, a szervezet a különbséget elsősorban az elraktározott zsírból pótolja, így a testsúly csökken. Ha azonban hosszabb időn keresztül több energiát juttatunk a szervezetbe, mint a kiszámolt aktív anyagcsere (AMR) értéke, akkor a testünk ezt az energiátöbbletet nem tudja felhasználni, így azt zsírként elraktározza, és a testsúly növekszik.

## Az eredmények időbeli összefüggései



**Megjegyzés:** Vegye figyelembe, hogy csak a hosszú távú trend számít. A néhány napon belüli, rövid távú súlyingadozásokat általában a folyadékvesztés okozza.

Az eredmények értelmezése a teljes testsúlynak, a test százalékban megadott zsír-, vízarányának és izomtömegének változásaitól, valamint attól az időtartamtól függ, amely alatt ezek a változások végbemennek. A néhány napon belüli gyors változásokat meg kell különböztetni a középtávú (hetek) és hosszú távú (hónapok) változásoktól.


Alapszabály, hogy a rövid távú súlyváltozások szinte minden esetben a víztartalom változásaira vezethetők vissza, míg a közép- és hosszú távú változások már érinthetik a zsír- és izomarányt is.

- Ha a testsúly rövid távon csökken, de a testzsírarány nő vagy azonos marad, csak vízvesztés történt – pl. edzés, szaunázás vagy gyors súlyvesztéseget eredményező diéta után.
- Ha a testsúly középtávon nő, a testzsírarány pedig csökken vagy azonos marad, értékes izomtömegeket építhetett fel.
- Ha a testsúly és a testzsírarány egyidejűleg csökken, működik a diéta – a zsírtömeg csökken.
- A diétát ideális módon ki lehet egészíteni testmozgással, fitness- vagy erőnléti edzéssel. Ezzel középtávon növelni lehet az izomarányt.
- A testzsír, a testvíz vagy az izomarány nem adható össze (az izomszövet testvízből álló alkotóelemeket is tartalmaz).

### 8.3 További funkciók

#### Felhasználó hozzárendelése

Egy (mezítáblá végzett) diagnosztikai mérés esetén legfeljebb 10 elmentett felhasználóhoz lehetséges a hozzárendelés.

Új mérés esetén a mérleg ahhoz a felhasználóhoz rendeli hozzá a mérést, akinek a legutóbbi tárolt értéke +/- 3 kg-mal tér el az aktuális méréstől. Kettő vagy több lehetséges felismert felhasználó esetén a felhasználók a kijelzőn váltakoznak. A  gomb megnyomásával válassza ki felhasználói profilját.

#### A mérleg adatainak törlése

Ha a mérlegről teljesen törölni kíván minden mérést és régi felhasználói adatot, kapcsolja be a mérleget, és nyomja le kb. 6 másodpercig a mérleg hátoldalán található UNIT gombot.

A kijelzőn pár másodpercre a „CLR” felirat jelenik meg.

Erre akkor van szükség, ha pl. rosszul létrehozott vagy már nem használt felhasználói profilokat kíván törölni.

#### Az elemek cseréje

A mérleg elemcsere-kijelzéssel van ellátva. Ha túlságosan gyenge elemekkel működik a mérleg, akkor a „Lo” felirat jelenik meg a kijelzőmezőben, és a mérleg automatikusan kikapcsol. Ebben az esetben ki kell cserélnie az elemeket (3 x 1,5 V AAA).

#### MEGJEGYZÉS:

- Minden elemcserénél azonos típusú, márkájú és kapacitású új elemeket használjon.
- Ne használjon újratölthető elemeket.
- Nehézfémmentes elemeket használjon.

## 9. Tisztítás és ápolás

A készüléket időnként meg kell tisztítani.


A tisztításhoz használjon enyhén benedvesített kendőt, amelyre szükség esetén egy kevés mosogatószer is tehető.

#### FIGYELEM

- Soha ne használjon erős oldó- és tisztítószerkeket!
- Semmiképpen ne merítse vízbe a készüléket!
- Ne tisztítsa mosogatógépben a készüléket!

## 10. Mi a teendő probléma esetén?

Ha a mérleg mérés közben hibát észlel, akkor a következő jelenik meg a kijelzőn:

Kijelzés	Ok	Elhárítás
<b>U -</b>	Ismeretlen mérés, mert kívül esik a felhasználói hozzárendelés határain vagy nem lehetséges egyértelmű hozzárendelés.	A  gombok segítségével válassza ki felhasználói profilját.
<b>BF Err</b>	A zsírárány a mérhető tartományon kívül van (kisebb, mint 3% vagy nagyobb, mint 65%).	Ismételje meg a mérést mezítáblá, vagy talpát enyhén nedvesítse be.
<b>oLd</b>	A 200 kg-os maximális terhelhetőség túllépve.	Csak 200 kg-ig terhelje a mérleget.
<b>Hibás súlyérték jelenik meg.</b>	A mérést nem sík és nem szilárd talajon végezte, pl. szőnyegen.	Állítsa sík, szilárd talajra a mérleget.
<b>Hibás súlyérték jelenik meg.</b>	Mozgólódott álló helyzetben.	Álljon olyan nyugodtan, amennyire lehetséges.

Kijelzés	Ok	Elhárítás
Hibás súlyérték jelenik meg.	Hibás a mérleg nullpontja.	Várjon, míg a mérleg automatikusan kikapcsol. Kapcsolja be a mérleget, várja meg a „0,0 kg” kijelzést, majd ismételje meg a mérést.
Lo	A mérleg elemei lemerültek.	Cserélje ki a elemeket.
BF - - -	BIA mérés nem lehetséges.	Ismételje meg a mérést meztláb, vagy talpát enyhén nedvesítse be. A súlymérés után egészen addig álljon a rozsdamentes acél elektródákon, amíg meg nem jelennek az elemzési eredmények.

## 11. Ártalmatlanítás

Az elhasznált, teljesen lemerült elemeket a külön megjelölt gyűjtőtartályokba helyezve, veszélyeshulladék-gyűjtőhelyeken vagy villamossági boltokba leadva ártalmatlanítsa. Az elemek ártalmatlanítására törvény kötelezi Önt.

A káros anyagot tartalmazó elemeken a következő jelölések szerepelnek:

Pb = az elem ólmot tartalmaz,

Cd = az elem kadmiumot tartalmaz,

Hg = az elem higanyt tartalmaz.



A környezetvédelem érdekében a készüléket az élettartamának lejártá után nem szabad a háztartási hulladékok közé dobni. Az ártalmatlanítást az Ön országában található megfelelő gyűjtőhelyeken kell elvégezni.

A készüléket az elektromos és elektronikus berendezések hulladékairól szóló (WEEE – Waste Electrical and Electronic Equipment) európai uniós irányelv szerint ártalmatlanítsa. Esetleges további kérdéseivel forduljon a hulladékkezelésben illetékes helyi szervekhez.



A csomagolást környezettudatosan ártalmatlanítsa.



## 12. Műszaki adatok

Modell:	BF 400	BF 410
Méretek:	31 x 31 x 2,8 cm	35 x 30 x 2,8 cm
Súly:	2170 g	2660 g
Mérési tartomány:	5–200 kg	

Műszaki változtatások joga fenntartva.

## 13. Garancia/szerviz

A Beurer GmbH (székhelye: D-89077 Ulm, Söflinger Straße 218, a továbbiakban: „Beurer”) az alábbi feltételek mellett és az alábbiakban meghatározott mértékben garanciát vállal ezért a termékért.

**Az alábbi garanciális feltételek az eladónak a vevővel kötött adásvételi szerződésből eredő, törvényileg meghatározott garanciakötelezettségeit nem módosítják.**

**A garancia ezenkívül megfelel a felelősségre vonatkozó, kötelező érvényű, törvényileg meghatározott rendelkezéseknek.**

A Beurer garanciát vállal a termék hibátlan működéséért és hiánytalanságáért.

A garanciális idő világszerte az új, nem használt termék megvásárlásától számított 5 évig tart.

A garancia csak azon termékekre érvényes, amelyeket a vevő mint fogyasztó vásárolt meg, és kizárólag személyes célokra, otthon használ.

A német jogszabályok irányadóak.

Amennyiben a termék a garanciális időszak alatt hiányosnak bizonyul, vagy az alábbiakban meghatározottak alapján hibásan működik, a Beurer a jelen garanciális feltételeknek megfelelően díjmentesen kicseréli vagy megjavítja azt.

**Ha a vevő be kívánja jelenteni garanciaigényét, elsőként a helyi kereskedőhöz fordulhat (lásd a szervizcímek mellékelt „Service International” című listáját).**

A vevő ezt követően bővebb tájékoztatást kap a garancia érvényesítésének menetéről, pl. arról, hogy hova küldheti a terméket, és milyen dokumentumokra van szükség.

A garancia csak akkor vehető igénybe, ha a vevő

- a számla másolatát/a vásárlást igazoló nyugtát, valamint
- az eredeti terméket

be tudja mutatni a Beurernek vagy annak felhatalmazott partnerének.

A garancia nem érvényes:

- a termék normál használatából vagy elhasználódásából eredő kopásra;
- a termék szakszerű használata során elhasználódott, illetve elkopott tartozékokra (pl. elemek, akkumulátorok, mandzsetták, tömítések, elektródák, fényforrások, feltétek és inhalátortartozékok);
- azon termékekre, amelyeket szakszerűtlenül és/vagy a használati útmutatóban leírtaktól eltérően használtak, tisztítottak vagy tartottak karban, valamint azon termékekre, amelyeket a vevő vagy egy, a Beurer által nem felhatalmazott szerviz felnyitott, javított vagy átépített;
- a gyártótól az ügyfélhez, illetve a szervizközpontból az ügyfélhez történő szállítás során keletkezett károokra;
- azon termékekre, amelyeket második választható árucikként vagy használtan vásároltak;
- a termék hiányossága miatt bekövetkezett következménykárokra (ilyen esetekben azonban termék-felelősségi vagy más, kötelező érvényű, törvényileg meghatározott felelősségi rendelkezésekből eredő igénnyel lehet élni).

A javítás vagy a termék teljes cseréje miatt semmi esetben sem hosszabbodik a garanciális időszak.

