

Tack för att Ni har köpt Vår mätare, som är en bra hjälp till att mäta fettprocent, BMI och grundämnen.

Läs vänligen följande instruktioner noga innan användning.

Varning:

1. Placera inte mätare i höga temperaturer, i solen eller inom barns räckvidd
2. Lägg vänligen inte ner apparaten i vätska.
3. Undvik slag på apparaten; och öppna inte apparaten.
4. Rengör apparaten regelbundet – endast med fuktig trasa, inte med kemikalier, starka rengöringsmedel eller liknande.
5. Kroppsfett och andra mätningresultaten från denna maskin är endast referenspunkter i förhållande till omhändertagande av din kropp; vid tvivel eller frågor kontakta din läkare.
6. Apparaten skall inte användas på gravida kvinnor eller personer med pacemaker eller med andra maskiner inopererade i kroppen.
7. Apparaten använder 2 AAA 1,5V batterier; som rekommenderar byte av batteri, när de börjar ta slut.

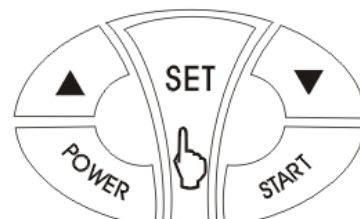
Instruktioner till ”Key & Sign”??

SET: Se basinformation och gör om på funktionerna

POWER: Brytare

START: Mätning påbörjas

▲ / ▼: Modularar värden och kön



Fat Ratio:

Kroppsfett

Measuring/Measuring end:

Mätning pågår/färdig

Stature:

Personens längd

Weight:

Personens vikt

Age:

Ålder på person som skall vägas

Guest:

Person som skall mätas

Man/woman:

Man / kvinna

BMI:

BMI står för Body Mass Index. Det är ett tal, som visar kroppsvikten relaterat i förhållande till längden, och det kan räknas på följande sätt:

$$\text{BMI} = \frac{\text{vikt i kilo}}{\text{_____}}$$

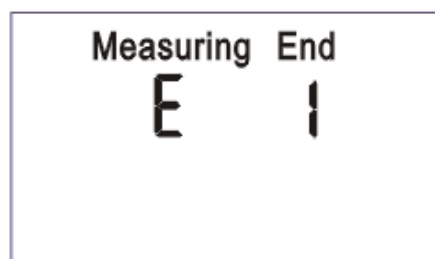
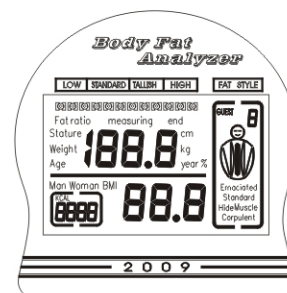
$$(\text{Längd i meter}) \times (\text{Längd i meter})$$

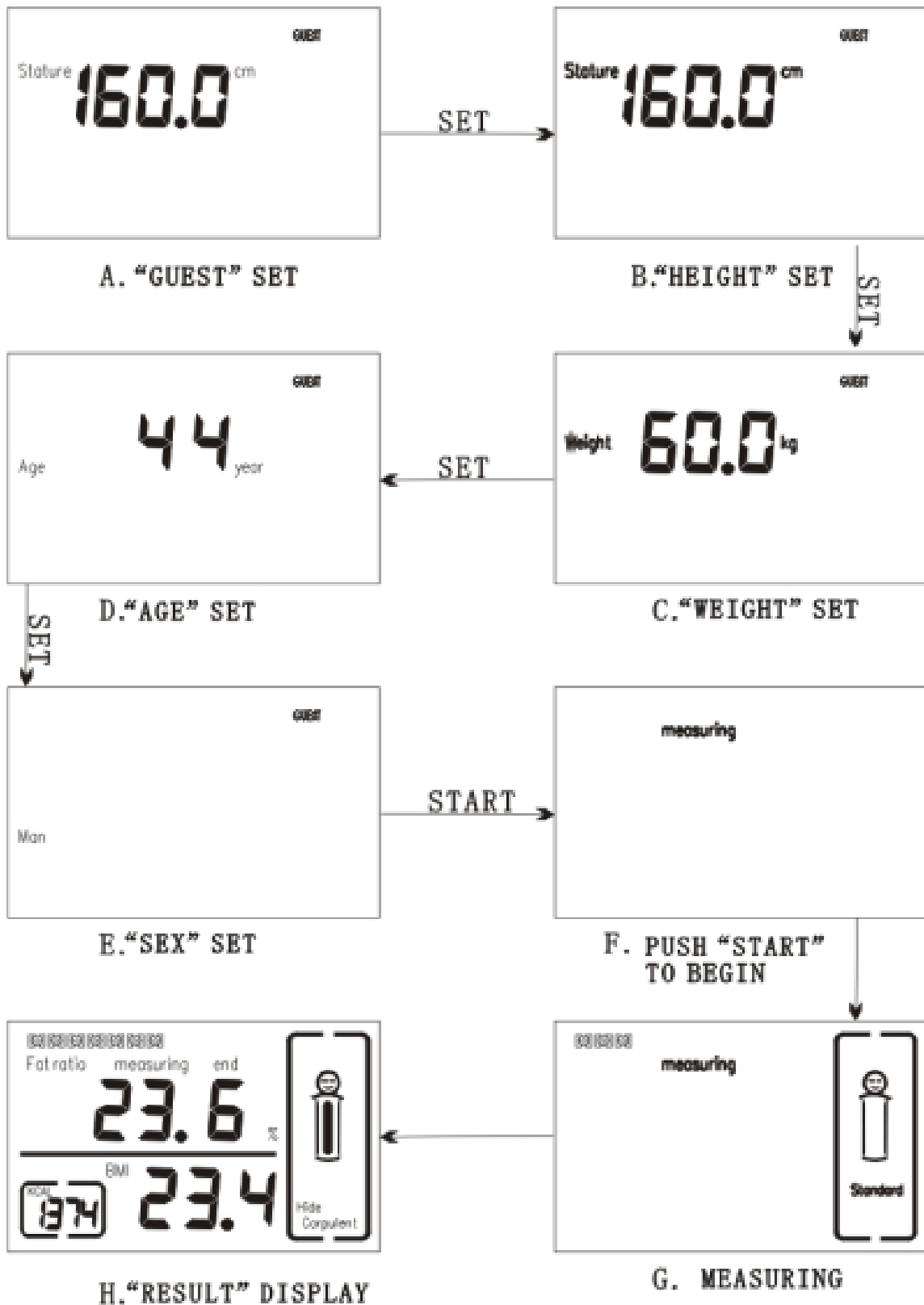
KCAL:

Kilokalorier; representerar värden av grundämnen

Bruksanvisning

1. Placera batterierna och tryck på knappen "Power", och displayen kommer att börja lysa. När ett "pip" ljud hörs, är apparaten klar för insättning av värden för kunden ("Code Setting").
2. Tryck "SET" för att sätta in personliga värden såsom längd, vikt, ålder, kön, osv. och använd ▲/ ▼ för att välja värden: Värden kommer att gå upp eller ner varje gång du trycker:
Kod och ålder på personen: med 1 enhet
Längd: med 0,5 cm.
Vikt: med 0,5 kg.
Kön: Antingen för man eller kvinna
Fortsätt att trycka på knappen ▲/ ▼ i 2 sekunder för att komma in i snabb modulering.
3. När du är färdig med ovannämnda inställning så tryck på "Start" för att påbörja mätning. Håll i handtaget med båda händer för att mäta kroppsfettet, värden av grundämnet och BMI.
4. Resultatet av mätningen visas följande:
Smal
Normal
Lätt korpulent
Mer korpulent
Korpulent
5. Om resultatet är E1, E2 eller E3 betyder det:
E1: Händerna som mäts är för torra
E2: Händerna håller inte korrekt på handtaget
E3: Det är utom apparatens mätningsskapacitet
Urskilj vänligast de ovannämnda olika situationer (illustrerade på bild)
6. Apparaten system kommer automatiskt att släckas, om inte mätningar görs på mer än 2 minuter. Tryck på "power" för att återstarta apparaten.
7. Räckvidd för personlig information:
Längd: 100-199,5 cm
Vikt: 10-199,8 kg.
Ålder: 10-99 år
Grupp: 1-9 grupper





Standard för kroppsfett:

Sex	Age	Thin	Standard	Hide Corpulent	Muscle Corpulent	Corpulent
Male	< 30	≤ 9.8%	9.9-19.8%	19.9-23.8%	23.9-24.8%	≥ 24.9%
Male	> 30	≤ 9.8%	9.9-19.8%	19.9-23.8%	23.9-24.8%	≥ 24.9%
Female	< 30	≤ 19.8%	19.9-29.8%	29.9-33.8%	33.9-34.8%	≥ 34.9%
Female	> 30	≤ 19.8%	19.9-29.8%	29.9-33.8%	33.9-34.8%	≥ 34.9%

BMI standarder:

SEX	AGE	LOW	STANDARD	HIGHER	HIGH
Male	< 30	>17.8	17.9-23.7	23.8-30.3	< 30.4
Male	> 30	>16.4	16.5-22.1	22.2-28.5	< 28.6
Female	< 30	>19.7	19.8-25.8	25.9-30.3	< 30.4
Female	> 30	>18.4	18.5-24.0	24.1-28.9	< 29.0

Mätning av kroppsfett:

- Värden av kroppsfett kommer nå det högsta värdet flera timmar efter man har gått upp på morgonen, för att hydreringen kommer att påverka kroppsfettet, pga. vatteninnehållet i kroppen kommer att reduceras, när man sover i under natten
 - För att uppnå precision är det därför bättre att mäta kroppsfettet på kvällen.
 - Därefter kan resultatet av mätningen på olika tider variera på dagen.
 - Men skall det vara precist, skall det mätas på samma tidpunkt på dagen och under samma villkor
- Det rekommenderas att mäta 2 gånger per månad.