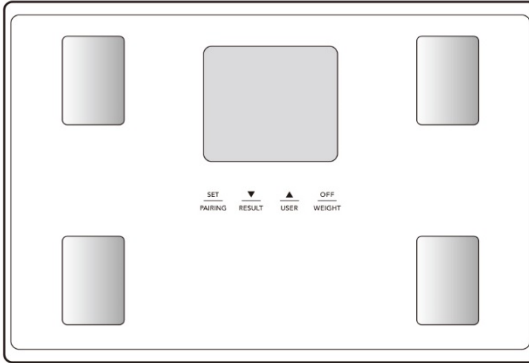


## משקל למדידת הרכב גוף



### דגם: BC-401

### הוראות שימוש

קראו את ההוראות  
בקפידה ושמרו  
לעין עתידי.

התמונות במדריך זה מיועדות למטרות הדגמה בלבד. יש לקרוא מדריך הפעלה זה בעיון ולשמור אותו לעיון חוזר בעתיד.

### תוכן עניינים

1	.....	הקדמה
1	.....	לבטיחותך
4	.....	תכונות ופונקציות
4	.....	הכנות לפני השימוש
5	.....	שינוי יחידת המשקל
5	.....	פעולת כיבוי אוטומטי
5	.....	קבלת קריאה מדויקת
6	.....	הגדרה ראשונית (סוג 1) הגדרה בעזרת טלפון נייד (סמארטפון)
8	.....	הגדרה ראשונית (סוג 2) מהמשקל למדידת הרכב הגוף
9	.....	ביצוע מדידות
10	.....	הגדרה ואחסון נתונים אישיים בזיכרון
11	.....	קבלת תוצאת המשקל ושומן הגוף
13	.....	תכנות מצב אורח
13	.....	ביצוע מדידת משקל גוף בלבד
13	.....	שינוי נתונים אישיים
13	.....	מחיקת נתונים אישיים
14	.....	איתור תקלות ותיקונן



תודתנו על בחירתכם במשקל למדידת הרכב גוף Tanita. משקל זה הוא אחד מתוך היצע רחב של מוצרים לשמירה על הבריאות לשימוש ביתי המיוצרים על ידי Tanita.

חברת הוראות זו תדריך אתכם בביצוע נהלי ההגדרה ותפרט את התכונות העיקריות.

נבקשכם לשמור חוברת זו בהישג יד לעיון בעתיד. אפשר למצוא מידע נוסף על חיים בריאים באתר האינטרנט [www.tanita.com](http://www.tanita.com).

מוצרי Tanita משלבים את המחקר הקליני והחידושים הטכנולוגיים המתקדמים ביותר. כל הנתונים מנוטרים על ידי מועצת הרפואה היועצת של החברה כדי להבטיח דיוק. **הערה:** עליכם לקרוא חוברת הוראות זו בעיון ולשמור אותה בהישג יד לעיון בעתיד.

**אמצעי בטיחות**

לתשומת לבכם, לאנשים בעלי שתלים רפואיים אלקטרוניים, כגון קוצב לב אסור להשתמש במשקל למדידת הרכב גוף היות והמשקל מעביר אות חשמלי חלש בגוף, העשוי לשבש את פעולת השתל. נשים בהיריון תשתמשנה רק בפעולת המשקל של המשקל. כל שאר פעולות המשקל לא מיועדות לנשים הרות.

אסור להניח משקל זה על משטחים חלקלקים כמו רצפה רטובה.

**הערות חשובות למשתמשים**

משקל זה לניטור השומן בגוף מיועד למבוגרים וילידים (בני 5 - 17) המקיימים אורח חיים לא פעיל או פעיל במתינות ולמבוגרים בעלי גוף אתלטי.

**Tanita מגדירה "אתלט" כאדם המעורב בפעילות גופנית מאומצת של כ- 12 שעות בשבוע שקצב ליבו במנוחה הוא כ- 60 פעימות לדקה או פחות. הגדרת "אתלט" של החברה כוללת "חיים שלמים של כושר" אנשים ששמרו על כושר במשך שנים אך כיום מתעמלים פחות מ- 12 שעות בשבוע. פעולת ניטור משקל הגוף לא מיועדת לנשים הרות, אתלטים מקצועיים ומטפחי כושר הגוף.**

נתונים מתועדים עשויים להימחק באם משתמשים במשקל באופן שגוי או חושפים אותו לעליות מתח חשמל. החברה לא נושאת באחריות לכל סוג אובדן כלשהו שנגרם על ידי אובדן נתונים מתועדים. Tanita אינה אחראית לכל סוג נזק או אובדן כלשהם הנגרמים על ידי משקלים אלה, או לכל תביעה שהיא המגיעה מצד ג'.

**הערה:** הערכות אחוז השומן בגוף משתנות לפי כמות המים בגוף ויכולות להיות מושפעות על ידי התייבשות או עודף מים בגלל גורמים כמו צריכת אלכוהול, מחזור, מחלה, תרגול מאומץ וכדומה.


**לבטיחות**

סניף זה מסביר את אמצעי הזהירות שיש לנקוט כדי למנוע פגיעה למשתמשי משקל זה ולאחרים ולמנוע נזק לרכוש. היכרות עם מידע זה תבטיח תפעול בטוח של ציוד זה.

אי ציות להוראות המודגשות בסמל זה יכול לגרום למוות או לפגיעה חמורה.	<b>אזהרה</b>
אי ציות להוראות המודגשות בסמל זה יכול לגרום לפגיעה או לנזק לרכוש.	<b>זהירות</b>
סמל זה מציינ פעולות אסורות.	 <b>אסור</b>
סמל זה מציינ הוראות שיש לפעול תמיד לפיהן.	 <b>נדרש</b>


## אזהרה





<p><b>השימוש במשקל זה אסור לאנשים עם קוצבי לב או שתלים רפואיים אחרים.</b> משקל זה מעביר זרם חשמל חלש דרך הגוף שיכול לשבש ולגרור תקלה לשתלים רפואיים חשמליים, שתוצאה פגיעה חמורה למשתמשים.</p>	 אסור
<p><b>ביאור המדידות (כגון, הערכת המדידות ויצירת תוכניות פעילות גופנית מבוססות על המדידות) חייב להתבצע על ידי אנשי מקצוע.</b> ישנם מדידות ירידה במשקל ותוכניות פעילות גופנית מבוססות על אבחון עצמי יכול להזיק לבריאותך. עליך לפעול תמיד בהתאם ליעוץ אנשי מקצוע מוסמכים.</p>	
<p><b>אין לדרוך על קצה משטח. אין לקפוץ על המשקל.</b> פעולות אלה עשויות לגרום לנפילה או להחלקה שתוצאתן פציעה חמורה.</p>	
<p><b>אסור לשים את המשקל על משטח חלקלק כגון רצפה רטובה.</b> פעולה זו עשויה לגרום לנפילה או להחלקה שתוצאתן פציעה חמורה. תיתכן גם כניסת מים לתוך המשקל שתגרום נזק לרכיבים פנימיים.</p>	
<p><b>אין להפיל עצמים על המשקל. יש למנוע מהמשקל מכה חריגה או רעידה.</b> פעולות אלה עשויות לגרום נזק לזכוכית שתוצאתן פציעה.</p>	

## זהירות



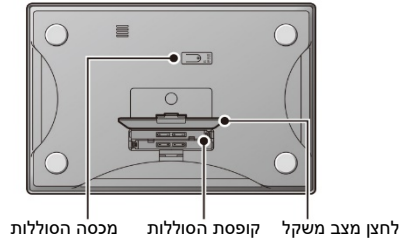
<p><b>אין לעמוד על צג המסך.</b></p>	 אסור
<p><b>אסור להכניס אצבעות לתוך מרווחים או חורים.</b> פעולה זו עשויה לגרום לפציעה.</p>	
<p><b>אסור להשתמש בסוללות נטענות.</b> <b>אסור להשתמש בו-זמנית בסוללות ישנות ביחד עם סוללות חדשות, או תערובת של סוגי סוללות שונים.</b> פעולות אלה עשויות לגרום לנזל הסוללה לדלוף או להתחממות יתר והיסקוק הסוללות שיגרמו נזק למשקל או פציעה.</p>	
<p><b>אסור בתכלית להרשות לפעוט או לילד קטן להרים ולשאת את המשקל.</b> הילד יכול להפיל את המשקל ולגרום לנזק או פציעה.</p>	
<p><b>המשקל מיועד לשימוש ביתי בלבד.</b> משקל זה לא מיועד לשימוש מקצועי, כולל בתי חולים, מתקני רפואה או כושר גופני. המשקל לא מצויד ברכיבים הנדרשים לשימוש מאומץ. השימוש במשקל באתר מקצועי יבטל את האחריות.</p>	

<p><b>עליך לשים את המשקל על משטח קשה, שטוח, בעל רעידה מזערית כדי להבטיח מדידה בטוחה ומדויקת.</b></p>	 נדרש
<p><b>יש להימנע ממכה חזקה או הרעדה של המשקל.</b> פעולה זו עשויה לגרום נזק למשקל או לתקלה בפעולתו, או למחיקת ההגדרות.</p>	
<p><b>אין להשתמש בסוללות או לאחסן משקל זה במקומות הבאים:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• מקומות חשופים לקרינת שמש ישירה, ליד מכשירי חימום, או חשופים ישירות לאוויר מיחידות מיזוג אוויר וכדומה.</li> <li>• מקומות בהם יש שינויי טמפרטורה קיצוניים או כמות רעידה גדולה.</li> <li>• מקומות המכילים רמות לחות או רטיבות גבוהות.</li> </ul> <p>פעולות אלה עשויות לגרום נזק למשקל או לשבש את פעולתו.</p>	
<p><b>יש להרחיק ממים.</b></p>	

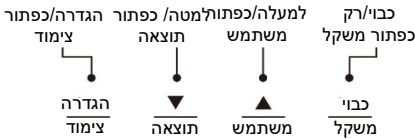
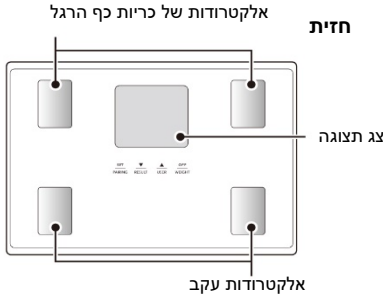
<p><b>אסור להשתמש במים רותחים, בנזן, מדלל וכדומה לניקוי המשקל.</b>  באם המשקל מתלכלך, עליך להספיג מטלית רכה במים או בדטרגנט ניטראלי לשימוש ביתי, לסחוט היטב את המטלית ולנגב את המשקל להסרת הלכלוך ואז להשתמש במטלית יבשה לייבש את המשקל בניגוב.</p>	 <p>נדרש</p>
<p><b>אסור לנסות לפרק את המשקל. אסור לשנות את המשקל בדרך כלשהי.</b>  <b>אסור לרחוץ את המשקל במים.</b>  <b>אסור להטביע את המשקל במים.</b>  פעולות אלה עשויות לגרום נזק למשקל או לשבש את פעולתו.</p>	
<p><b>בהכנסת הסוללות, עליך לוודא שהקוטביות (+, -) של הסוללות נמצאת בכיוון הנכון.</b>  הכנסת הסוללות באופן שגוי עשויה לגרום לדליפת נוזל הסוללה ולנזק לרצפה. (באם ברצונך להפסיק את השימוש במשקל לתקופה ממושכת, מומלץ להוציא את הסוללות לפני האחסון).</p>	
<p><b>אין להשתמש במשקל ליד מוצרים אחרים הפולטים גלים אלקטרומגנטיים כגון תנורי מיקרוגל.</b>  פעולה זו עשויה לגרום לתקלה במשקל ולמנוע מדידה מדויקת.</p>	
<p><b>אדם נוסף צריך לעזור לאנשים עם מוגבלויות שלא יוכלו לבצע את המדידות בעצמם.</b></p>	

## תכונות ופונקציות

גב



חזית

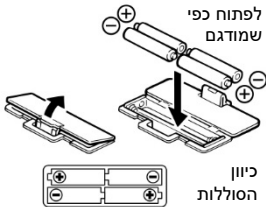


### אביזרים



## הכנות לפני השימוש

### הכנסת הסוללות ⚠



עליך לפתוח את מכסה הסוללה בצד האחורי של משטח המדידה. הכנס את סוללות AAA שסופקו לפי המתואר.

**הערה:** עליך לוודא שקוטביות הסוללות נמצאת בכיוון הנכון. מיקום שגוי של הסוללות עשוי לגרום לדליפת נוזל הסוללה ולגרום נזק לרצפה. באם ברצונך להפסיק את השימוש במשקל לתקופה ארוכה, מומלץ להוציא את הסוללות לפני האחסון.

לתשומת לבך, ייתכן שרמת האנרגיה בסוללות שסופקו מהמפעל ירדה במשך הזמן.

### מיקום המשקל ⚠



עליך לשים את משטח המדידה על משטח קשה, שטוח בעל רעידה מזערית כדי להבטיח מדידה בטוחה ומדויקת.

**הערה:** כדי למנוע פציעה אפשרית, אין לדרוך על קצה משטח המדידה.

### עצות לשימוש ⚠

משקל המדידה זה הוא משקל מדויק המופעל בטכנולוגיה חדשנית מתקדמת. כדי לשמור את המשקל במצב מיטבי, עליך לפעול בהתאם להוראות להלן:

- אין לנסות לפרק את משטח המדידה.
- המשקל יאוחסן במצב אופקי באופן שימנע לחיצה בשוגג על הכפתורים.
- עליך למנוע מהמשקל לחיצה מיותרת או רעידה.

- עליך לשים את המשקל במקום ללא קרינת שמש ישירה, הרחק מצידו חומום, לחות גבוהה או שינוי טמפרטורה קיצוני.
- אסור להחליט לטבול את המשקל במים. עליך להשתמש באלכוהול לנקות את האלקטרודות, וחומר לניקוי זכוכית (מיזשם על מטלית) כדי שיישאר מבריקים; עליך להימנע מכל סוגי הסבון.
- אין לדרוך על המשטח כאשר רטובים.
- אין להפיל חפצים כלשהם על המשטח.

## שינוי יחידת המשקל

אפשר לשנות את יחידת המשקל בעזרת הכפתור בצד האחורי של המשקל. עליך ללחוץ על כפתור הכיבוי (OFF) כאשר הצג ריק. כאשר הצג מציג 0.0kg עליך ללחוץ על כפתור מצב משקל בצד התחתון של היחידה כדי לשנות את יחידת המשקל שהמשקל מציג.

**הערה:** באם יחידת השקילה מוגדרת לפאונד, סטון פאונד, יחידת תכנות הגובה תוגדר אוטומטית לרגל ולאנץ'. בדומה לכך, באם בחרת בקילוגרמים, הגובה יוגדר אוטומטית לס"מ.

## פעולת כיבוי אוטומטי

פעולת כיבוי אוטומטי מכבה אוטומטית את כל החשמל במקרים הבאים:

- כאשר תהליך המדידה מופרע. החשמל יכבה אוטומטית בתוך 30 שניות בתלות בסוג הפעולה.
- בזמן התכנות, כאשר לא נוגעים באחד מהמקשים או הכפתורים בתוך 60 שניות.
- לאחר סיום תהליך המדידה.

## קבלת קריאה מדויקת

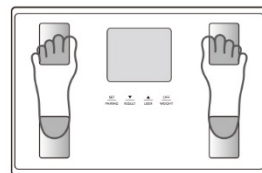
כדי להבטיח דיוק, יש לבצע את השקילה ללא בגדים ובתנאים עקביים של כמות מים בגוף. באם לא מתפשטים, יש להוריד תמיד את הגרביים או הגרביונים ולוודא שכפות הרגליים נקיות לפני עליה על משטח המדידה.

עליך לוודא שעקבין מוצבים נכון על האלקטרודות שעל משטח המדידה. אין צורך לחשוש שכפות הרגליים נראות גדולות מדי לעומת היחידה - אפשר לקבל מדידה מדויקת גם אם הבהונות בולטים מעבר למשטח.

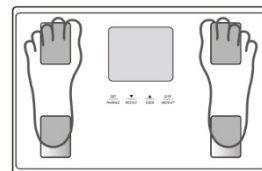
רצוי מאד לבצע את המדידה באותה שעה ביום. רצוי לנסות להמתין כשלוש שעות לאחר יקיצה, אכילה, או אימון מאומץ לפני המדידה.

ייתכן שביצוע מדידה בתנאים אחרים לא יציג ערכים מוחלטים זהים. ערכים אלה מדויקים לקביעת אחוז השינוי כל עוד המדידה מתבצעת באופן עקבי. לניטור ההתקדמות, עליך להשוות משקל ואחוז שומן בגוף במדידה בתנאים זהים למשך תקופת זמן.

**הערה:** לא תתאפשר קריאה מדויקת באם כפות רגליך לא נקיות, או כאשר הברכיים כפופות, הבהונות יכולים לבלוט מעבר למשטח או כשנמצאים במצב ישיבה.



עקבים ממורכזים על האלקטרודות



הבהונות יכולים לבלוט מעבר למשטח

## הגדרה ראשונית (סוג 1) הגדרה בעזרת טלפון נייד (סמארטפון)



1. עליך להפעיל את הגדרת ה- Bluetooth (בלוטות') ולהשתמש ב- URL להוריד את יישום (אפליקצייה) **My Tanita** [www.tanita.eu](http://www.tanita.eu)  
**הערה:** באם לא משתמשים ביישום, יש להקליד את ההגדרה ידנית במשקל למדידת הרכב הגוף (P.10) לפני השימוש.  
אם רכשת טלפון נייד חדש, עליך להתאים את רישום המשקל למדידת הרכב הגוף שלך בהתאם.  
טווח האות המשוער: 5 מטר באזורים ללא הפרעות.



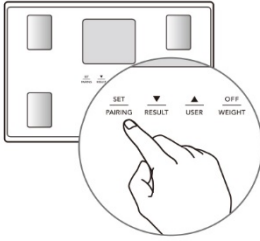
2. עליך להשיק את היישום. יש להירשם כחבר כדי להשתמש ביישום My Tanita. לאחר הרישום, נכנסים בעזרת פרטי הרישום.



3. בחרו ב- "Input Data" (נתוני קלט), ואז בחרו ב- "Input from BCM" (קלט מהמשקל למדידת הרכב גוף). יש לבחור ב- "BC-401" מהמסך הבא.




4. יש להקיש על כפתור "Sync/Pair" (סנכרון/צימוד) של המשקל. פעלו בהתאם להוראות ביישום.  
**הערה:** ניתן לשנות או להוסיף יישומים תואמים ובמקרה זה תצוגות הצג ושיטות התפעול ישתנו בהתאם. במקרה של שאלות או חששות, התקשרו אל מחלקת השירות של אגנטק-טניטה, בטלפון: 09-9657000.  
התצוגה וההוראות על הצג עשויות להשתנות בתלות במפרטי היישום.



תצוגה לפני מדידה

5. יש להפעיל את המשקל למדידת הרכב הגוף לפי הוראות היישום. באם המשקל למדידת הרכב הגוף לא מקבל חשמל, יש ללחוץ במשך 3 שניות או יותר על כפתור SET, ואז להקליד את הנתונים שלך לפי הוראות היישום.

**הערה:** בתלות בעוצמת האות, ייתכן ויידרשו שניות אחדות להתחבר למשקל למדידת הרכב הגוף.

הצלמית  נדלקת בזמן העברת הנתונים.

כדי לשקול את עצמך תוך החזקת הסמארטפון, עליך להקליד תחילה את כמות המשקל שברצונך להפחית במשבצת "משקל בגדים וכו'". הסכום שהוקלד יופחת מתצוגת משקלך.

באם מקלידים 0.20 ק"ג במשבצת "משקל בגדים וכו'", התצוגה הבאה תוצג לפני ביצוע המדידה.

6. עם הפעלת מדידת הרכב הגוף, תופיע תצוגה של  $0.00 \text{ kg}$ .



7. לאחר הצגת  $0.00 \text{ kg}$ , עליך לעלות בזהירות ברגליים יחפות על משטח המדידה.

**הערה:** אגא המנעו/י מכל תנועה בזמן המדידה.

רישום משקל גופך מושלם מיד לאחר סיום המדידה.



## הגדרה ראשונית (סוג 2) מהמשקל למדידת הרכב הגוף

באם קיים כבר צימוד (pairing) בין המשקל (BC-401) לסמארטפון, המיקום, התאריך והשעה כבר מוגדרים, לכן אנו דלגו על נוהל זה. תוכלו לבצע מדידות מייד. במקומות שונים ברחבי העולם קיים כוח משיכה בעוצמה שונה. הבדלים אלה משפיעים על דיוק מדידת המשקל. אפשר לקבל את קריאת המשקל המדויקת ביותר על ידי בחירת ההגדרה הנכונה של כוח המשיכה במשקל, בהתאם למיקום הגיאוגרפי.

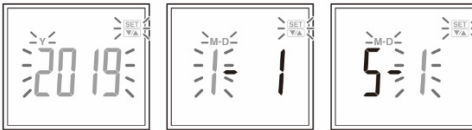


### 1. הגדרת קוד מיקומך

- כאשר המשקל כבוי, עליך ללחוץ על כפתור SET, ▲ או ▼.
- עליך לעיין במפה המצורפת וללחוץ על כפתור SET, ▲ או ▼ כדי לבחור את קוד מיקומך.
- עליך ללחוץ על כפתור SET כדי להיכנס ולשמור את ההגדרה.

### 2. הגדרת התאריך

- עליך ללחוץ על ▼ או ▲ כדי לקבוע את השנה
- ואז ללחוץ על כפתור SET.
- עליך להגדיר את החודש והתאריך באותו אופן.



### 3. הגדרת השעה

- עליך ללחוץ על ▼ או ▲ כדי לקבוע את השעה
- ואז ללחוץ על כפתור SET.



### 4. הגדרת הדקה

- עליך ללחוץ על ▼ או ▲ כדי לקבוע את הדקה
- ואז ללחוץ על כפתור SET.

המשקל כבה אוטומטית לאחר רישום התאריך והשעה.

**הערה:** חוסר פעילות במשך 60 שניות או יותר יגרום כיבוי אוטומטי של תהליך זה. כתוצאה מכך, הנתונים לא יישמרו. במקרה של טעות או באם ברצונך לכבות את המשקל לפני סיום התכנות, עליך ללחוץ על כפתור OFF (כיבוי) כדי לכבות את המשקל. ההגדרות לא תישמרנה במקרה זה.

לשינוי קוד המיקום שלך, עליך ללחוץ לחיצה ממושכת של 3 שניות על כפתור OFF בזמן המשקל כבוי ואז לפעול לפי הנוהל לעיל לשינוי קוד מיקומך.

לשינוי הגדרת התאריך או השעה, עליך ללחוץ לחיצה ממושכת של 3 שניות על כפתור ▼ בזמן שהמשקל כבוי ואז לפעול לפי הנוהל לעיל לשינוי הגדרת התאריך או השעה.

ניתן להריץ את הספרות במהירות כאשר לוחצים ומחזיקים את כפתור ▼ או ▲.

לאחר החלפת סוללות, עליך ללחוץ על SET, על כפתור ▼ או ▲ ואז לפעול לפי שלבי 2 עד 4 לעיל.

## ביצוע מדידות



1. כאשר המשקל כבוי, עליך לבחור ב- "Input Data" ("קליטת נתונים") ביישום ולהמשיך לפעול לפי ההוראות ביישום.  
עליך לעיין במפה המצורפת ולחוץ על כפתור SET, ▲ או ▼ כדי לבחור את קוד מיקומך.  
עליך ללחוץ על כפתור SET כדי להיכנס ולשמור את ההגדרה.  
לאחר הצגת  $0.0\text{kg}$  (0.0 lb, 0.0 2tlb), עליך לעלות על המשקל.

Measurement	Value
step	000000
muscle mass	000000
body fat	00.0%
muscle ratio	00.00%
muscle quality	00.00%
weight	000000g
body water	000000%
body mass index	000000
bone mass	00.0%

2. נתוני המדידה נשלחים אוטומטית לסמארטפון. באם שמורים במשקל נתונים שלא נשלחו, גם נתונים אלה יישלחו לסמארטפון.

**הערה:** בביצוע שקילה תוך החזקת הסמארטפון, עליך להקליד את המשקל שברצונך להפחית ממשקלך המוצג. המשקל שתקליד יופחת ממשקלך המוצג. אפשר להקליד "משקל סמארטפון" עד ל- 2.0 ק"ג (4.4 ליברה, -4 ליברה). המשקל המרבי (יכולת השקילה) מוקטן בכמות שהוקלדה ל"משקל סמארטפון".



- באם הסמארטפון שלך לא איתך בזמן ביצוע המדידה**  
עליך לעלות כרגיל על המשקל. תכונת הזיהוי העצמי תאחר אוטומטית את נתוניך האישיים. המשקל יאחסן עד 10 סדרות של מדידות. נתונים שנשמרו נשלחים לסמארטפון שלך ביחד עם מדידות חדשות בפעם הבאה שהסמארטפון מחובר למשקל בזמן ביצוע המדידות.  
**הערה:** המשקל יכול לשמור עד 10 מדידות לכל מספר זיהוי. כל נתון חדש שמוקלד לאחר כמות זו גורם לנתונים הישנים ביותר להימחק.  
הצלמית תודיע לך באם הצימוד (pairing) הושלם ובאם קיימים נתונים שלא נשלחו.

## הגדרה ואחסון נתונים אישיים בזיכרון

אפשר להפעיל את המשקל רק באם הנתונים תוכנתו בתוך אחד מזיכרונות הנתונים האישיים.

### 1. הדלקה

עליך ללחוץ על כפתור SET כדי להדליק את המשקל. המשקל ישמיע צפצוף לאישור ההפעלה, מספר הנתון האישי יוצג והצג יבהבה.

**הערה:** באם לא מפעילים את המשקל בתוך 60 שניות לאחר ההדלקה, המשקל יכבה אוטומטית. באם שגית וברצונך לכבות את המשקל לפני סיום תכנתו, עליך ללחוץ על כפתור OFF (כיבוי) ליציאה מאולצת.



### 2. בחירת מספר נתון אישי

עליך ללחוץ על כפתור ▼ או ▲ לבחור נתונים אישיים (מספר 1, 2, 3, 4 ו-5). לאחר קבלת המספר שברצונך להשתמש בו, עליך להקיש על כפתור SET. המשקל ישמיע צפצוף אחד לאישור.



### 3. הגדרת יום הולדתך

עליך להגדיר את תאריך יום הולדתך (שנה/חודש/יום) בעזרת כפתור ▼ או ▲. עליך להקיש על כפתור SET לאשר כל פעולת הגדרה. המשקל ישמיע צפצוף אחד לאישור.

**הערה:** אפשר להגדיר שנה רק החל משנת 1900 ואילך.

### 4. בחירת נקבה או זכר

עליך להשתמש בכפתור ▼ או ▲ לגלול בין הגדרת נקבה (♀) או זכר (♂). נקבה אתלטית (🏃‍♀️) וזכר אתלטי (🏃‍♂️) ואז ללחוץ על כפתור SET. המשקל ישמיע צפצוף אחד לאישור.



מי רשאי להשתמש במצב אתלטי?  
מבוגרים מעל גיל 18 ומעלה אשר:

- מתאמנים או מתעמלים במשך 12 שעות או יותר בשבוע ועושים זאת כבר במשך ששה חודשים לפחות.
- העוסקים בפיתוח הגוף.
- אתלטים מקצועיים המבקשים לפקח על התקדמותם בבינם.
- בעלי היסטוריה של חיים שלמים של כושר שהתאמנו בעבר במשך 12 שעות בשבוע ומתאמנים כיום פחות.



5. **פירוט הגובה**  
 ברירת המחדל של המשקל הוא גובה של 170 ס"מ (5'7.0") (טווח הגובה הוא מ-90 ס"מ - 220 ס"מ או 3'0.0" - 3'0.0"). עליך להשתמש בכפתור **▲** או **▲** לפרט את הגובה ואז ללחוץ על כפתור SET. המשקל ישמיע צפצוף אחד לאישור ואז הצג יציג **00.0kg** ויהיה מוכן למדידה.



6. **מידת המשקל ושומן הגוף**  
 עליך לעלות על המשקל לאחר שהצג מציג **00.0kg** בתוך 60 שניות. **מותר לרדת רק שתצוגת "0000" נעלמת.** התוצאה תופיע לאחר 40 שניות. אחר כך המשקל יכבה והתוצאה תישמר בזיכרון.

**הערה:** עליה על המשקל לפני הופעת **00.0kg** על הצג תציג **Err** (שגיאה) ולא מתקבלת תוצאה.

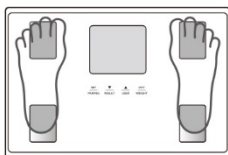
כמו כן, באם לא עולים על המשקל בתוך 60 שניות לאחר הופעת **00.0kg**, המשקל כבה אוטומטית. אנא חזרו שנית על תהליך ההגדרה ושמידת הנתונים האישיים.

## **▲ אזהרה**

אין להשתמש בפעולות מדידת שומן הגוף של משקל זה באם יש לך קוצב לב או שתל רפואי אלקטרוני אחר.

## **קבלת תוצאת המשקל ושומן הגוף**

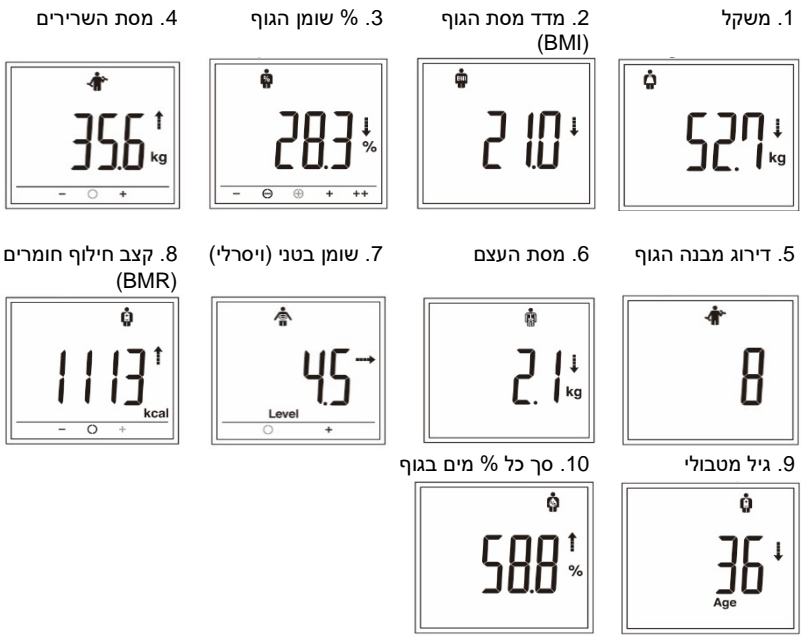
לאחר הכנסת הנתונים האישיים, הגיע הזמן לבצע מדידה.



- עליך לעלות על המשקל**  
 עליך לעלות על המשקל כאשר המשקל כבוי. המשקל נדלק אוטומטית ומתחיל למדוד.
  - קבלת התוצאה**  
 לאחר ביצוע המדידה, התוצאה תוצג אוטומטית בסדר המפורט להלן.  
 לאחר הצגת התוצאה האחרונה, תוצאת המשקל תופיע שנית ואז המשקל יכבה אוטומטית. המשתמש יכול להפעיל את כפתור **▼** כדי לגלול את התוצאות השונות. לחיפוש מתקדם, המשתמש יכול ללחוץ על כפתור **▼** ולהחזיק אותו עד שכל התוצאות הדרושות מוצגות. עליך לשחרר את הכפתור כדי לראות את התוצאה אשר תופיע למשך 40 שניות לפני שהמשקל כבה אוטומטית.
- הערה:** מותר לרדת מהמשקל רק אחרי שתצוגה "0.0/0.0" נעלמת.

**במקרה שהמספר האישי השגוי מופיע על הצג,**

- ניתן לשנות את המספר האישי תוך שימוש בכפתור **▲**.
- עליך ללחוץ על כפתור **▲** עד שהמספר האישי והפרופיל שלך מוצגים.
- לאחר בחירת מספרך האישי הנכון ולחיצה על כפתור SET, הצג יציג את התוצאה הנכונה שלך אוטומטית. התוצאות מאוחסנות בזיכרון תחת מספרך האישי.

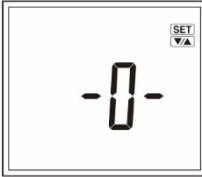


++	+	⊕	○	⊖	-	
שמן	מעל	תקני +		תקני-	מתחת	הערכת אחוז שומן גוף
	גבוהה		ממוצעת		מתחת	הערכת מסת שריר
	גבוהה		ממוצעת			הערכת רמת שומן בטני (ויסרלי)
	גבוהה		ממוצע		נמוך	הערכת קצב חילוף חומרים בסיסי

↑ → ↓ חיצים אלה מצביעים על המגמה בהשוואה למדידה בפעם הקודמת.

**הערה:** לילדים (גיל 5 - 17), המשקל מציג רק משקל, מדד מסת גוף ו- % שומן גוף. לילדים (בני 4 או פחות) ומבוגרים (מעל 100 שנים), המשקל יציג משקל בלבד. סימן השגיאה "Erz" מוצג כאשר אחוז שומן הגוף עולה על הטווח הניתן למדידה. המשתמש יכול להפעיל את כפתור ▼ כדי לגלול את התוצאות השונות. לגלילת תוצאות מהירה, המשתמש יכול ללחוץ על כפתור ▼. לאחר קריאת התוצאות שברצונך לראות, שחרור הכפתור יציג את שאר התוצאות. עליך ללחוץ על כפתור OFF לביטול המדידה או לכיבוי המשקל. אסור להזיז את המשקל במשך כ- 3 שניות לאחר ביצוע מדידה וירידה מהמשקל. למניעת תאונות כגון נפילה מהמשקל, עליך לרדת תמיד מהמשקל לפני הפעלת הכפתורים.

## תכנות מצב אורח



מצב אורח מאפשר לך לתכנת את המשקל לשימוש חד פעמי מבלי לקרוא את מספר הנתונים האישי.

עליך ללחוץ על כפתור ▲ להפעלת המשקל. עליך ללחוץ על כפתור ▼ או ▲ כדי לבחור "0.0". עליך ללחוץ על כפתור SET. אחר כך עליך לפעול בהתאם לשלבים: הגדרת הגיל, המגדר (זכר/נקבה/זכר אתלט/נקבה אתלטית) וגובה.

עליך לעלות על המשקל לאחר הצגת  $0.0\text{kg}$  על הצג. משקלך יוצג תחילה. עליך להמשיך לעמוד על המשקל עד להצגת % שומן גוף על הצג. התוצאות תוצגנה למשך 40 שניות.

**הערה:** מותר לרדת מהמשקל רק אחרי שהתצוגה "0000" נעלמת.

**הערה:** ירידה מהמשקל לפני הופעת  $0.0\text{kg}$  על הצג תציג הודעת Err (שגיאה) ולא יוצגו תוצאות.

## ביצוע מדידת משקל גוף בלבד

עליך ללחוץ על כפתור OFF. עליך לעלות על המשקל לאחר הצגת  $0.0\text{kg}$  על הצג. משקל גופך יוצג. הצג יידלק למשך כ- 20 שניות ואז המשקל יכבה אוטומטית.

## שינוי נתונים אישיים



1. כאשר המשקל כבוי, עליך ללחוץ על כפתור SET.

2. עליך ללחוץ על כפתור ▼ או ▲ לבחור את מספר הנתונים האישיים (מספר 1, 2, 3, 4 ו-5). לאחר קבלת המספר שברצונך להשתמש בו, עליך להקיש על כפתור SET. המשקל ישמיע צפצוף אחד לאישור.

3. עליך לפעול לפי השלבים המפורטים בעמוד 12 כדי לשנות את נתוניך האישיים.

**הערה:** בשינוי יום ההולדת או המגדר, המשקל יציג Err.

בחירה ב-  $YES$  בעזרת כפתור ▼ או ▲ ובלחיצה על כפתור SET לאישור, תמחק את הנתונים האישיים הקיימים.

בחירה ב-  $NO$  בעזרת כפתור ▼ או ▲ ובלחיצה על כפתור SET לאישור, לא תשמור נתונים חדשים כלשהם (הנתונים הקיימים לא ישתנו) ואז המשקל יכבה.

## מחיקת נתונים אישיים

1. כאשר המשקל כבוי, עליך ללחוץ על כפתור SET.

2. עליך ללחוץ על כפתור ▼ או ▲ לבחור את מספר הנתונים האישיים (מספר 1, 2, 3, 4 ו-5). לאחר קבלת המספר שברצונך להשתמש בו, עליך להקיש על כפתור SET. המשקל ישמיע צפצוף אחד לאישור. המשקל יציג Clr.




3. עליך לבחור ב- YES בעזרת כפתור ▼ או ▲ .
4. עליך להקיש על כפתור SET.

## איתור תקלות ותיקון

### במקרה והבעיות הבאות מתעוררות... אז ...

- **מתכונת משקל שגויה ולאחריה ק"ג, ליברה או סטון ליברה.**  
עליך לפעול בהתאם ל"שינוי מצב המשקל" בעמוד 6.
- **Lo מופיע על הצג, או שכל הנתונים מופיעים ונעלמים מייד.**  
הסוללות חלשות. לאחר הופעת הודעה זו, עליך להחליף מייד את הסוללות, מאחר וסוללות חלשות ישיפיעו על דיוק המדידות. עליך להחליף בו זמנית את כל הסוללות בסוללות AAA חדשות.  
הערה: ההגדרות לא תימחקנה מהזיכרון בזמן הוצאת הסוללות.
- **Err מצגי בזמן המדידה.**  
בבקשך לעמוד על המשטח תוך הגבלת תנועתך למינימום. המשקל לא יכול למדוד את משקלך במדויק תוך גילוי תנועה. כאשר % שומן גוף עולה על 75%, אי אפשר לקבל תוצאה מהמשקל.  
כאשר מדד מסת גוף קטן מ-5, אי אפשר לקבל תוצאה מהמשקל.
- **אחוז שומן הגוף שנמדד לא מופיע.**  
נתוניך האישיים לא תוכנתו. עליך לבצע את השלבים המפורטים בעמוד 11.  
עליך לוודא שהסרת גרביים או גרבינום ושסוליות רגליך נקיות ומיזושרות היטב כלפי המוליכים במשטח המדידה.
- **OL מופיע בזמן המדידה.**  
לא ניתן לקבל תוצאה באם המשקל עולה על הקיבולת.
- **OL<sup>-</sup> מופיע על הצג.**

האם עליית על המשקל למדידת הרכב הגוף לפני הצגת  על הצג?

- **Errb מוצג על הצג.**  
עליך להגדיר את התאריך והשעה הנכונים.  
בזמן שהמשקל לא בשימוש, מתבצע בו כיול תקופתי בהכנה לשקילה הבאה. באם המשקל אוחסן במצב אופקי, עם חפצים שהונחו עליו או הועבר ממקום למקום, עליך לבחור את מספר הנתונים האישיים שלה כמפורט בעמוד 11 לפני ביצוע שקילה.

### לא הצלחתי לחבר את הסמארטפון שלי למשקל למדידת הרכב גוף

- **ErEd או ErEP מוצגים על הצג**  
בדוק האם הסוללות מותקנות נכון במשקל למדידת הרכב גוף?  
האם הסוללות נחלשו?  
האם הסמארטפון והמשקל למדידת הרכב גוף נמצאים בטווח קליטה?  
טווח הקליטה של המשקל למדידת הרכב גוף הוא 5 מטרים במיקום ללא הפרעות.  
האם הגדרת הבלוטות' בסמארטפון מופעלת?
- **ErEP מופיע כל הזמן.**  
עליך למחוק את מידע הצמוד מ- "הגדרות" < בלוטות' בסמארטפון, ולבצע שנית צימוד של הסמארטפון עם המשקל למדידת הרכב גוף.

- **ErEU מופיע כל הזמן**  
עליך למחוק את מידע הצימוד מ- "הגדרות" < בלוטות' בסמארטפון, ולבצע שנית צימוד של הסמארטפון עם המשקל למדידת הרכב גוף.
- **ErEG מוצג על הצג**  
עליך להוציא את הסוללות מהמשקל למדידת הרכב גוף ולהחליפן בסוללות חדשות ולהגדיר שנית את התאריך והשעה.
- **הגדרת התאריך והשעה שונתה**  
כאשר משתמשים במשקל למדידת הרכב גוף עם קישור לסמארטפון, הגדרת התאריך והשעה של הסמארטפון נכתבת על גבי ההגדרה במשקל למדידת הרכב גוף.
- **כפתור "נתוני קלט" ביישום לא פועל**  
האם הגדרת הבלוטות' בסמארטפון מופעלת?  
הקישור בין היישום והמשקל למדידת הרכב גוף מופעל רק כאשר המשקל למדידת הרכב גוף כבוי.  
עליך לבדוק שהחשמל במשקל למדידת הרכב גוף כבוי ולנסות שנית.

זה מכשיר אלקטרוני.  
אנא סלקו אותו כמכשיר אלקטרוני ולא כאשפה  
ביתית כללית. אנא מלאו את הוראות התקנות  
המקומיות באזורכם לסילוק מכשיר זה.



#### מפרט

BC-401

#### קיבולת משקל

150 ק"ג (330 ליברות)  
(23 סטון ליברות)

#### עליות במשקל

0 - 150 ק"ג/0.1 ג"ק (0 - 330  
ליברות/0.2 ליברה) (0 - 23 סטון  
ליברה/0.2 סטון ליברה)

#### % שומן גוף

בני 5 - 99 שנים

#### מדד מסת גוף

בני 5 - 99 שנים

#### מסת שריר

בני 18 - 99 שנים

#### דירוג מבנה גוף

בני 18 - 99 שנים

#### מסת עצם

בני 18 - 99 שנים

#### שומן ביטני (ויסרילי)

בני 18 - 99 שנים

#### דירוג חילוף חומרים בסיסי

בני 18 - 99 שנים

#### גיל חילוף חומרים

בני 18 - 99 שנים

#### סך כל % מים בגוף

בני 18 - 99 שנים

#### אסור לערבב סוללות עם אשפה בית!



כצרכנים אתם מחויבים על פי חוק להחזיר סוללות משומשות או ריקות. תוכלו להפקיד את הסוללות הישנות שלכם בנקודות איסוף ציבוריות בעיריכם או בכל מקום בו נמכרות סוללות כאלה בתיבות איסוף מיוחדות מסומנות שהוצבו שם. במקרה של סילוק המכשיר, יש להוציא ממנו את הסוללות ולהפקיד גם אותן בנקודת האיסוף.

חברת TANITA מצהירה בזה שציוד מסוג רדיו BC-401 תואם את הוראות "2014/53/EU ו-2011/65/EU".  
התמליל המלא של הצהרת התאימות זמין בכתובת האינטרנט הבאה: <http://tanita.eu/help-guides/products-manuals>





<b>נתונים אישיים</b> 5 זיכרונות
<b>אספקת כוח</b> 4 סוללות AAA (כלולות)
<b>צריכת כוח</b> 50 מיליאמפר מקסימום
<b>שיטת תקשורת</b> טכנולוגיית בלוטות' באנרגיה נמוכה
<b>גל התדר</b> 2402 - 2480 מגה הרץ
<b>תפוקת כוח תדר רדיו (RF) מרבית</b> (תדר מותאם) 8.499 dBm (2480 מגה הרץ)

- תכנון מוצר זה ומפרטיו עשויים להשתנות בכל עת ללא הודעה מוקדמת.
- סמל המילה בלוטות' והסמלים המסחריים רשומים כסמלים מסחריים בבעלות Bluetooth SIG, Inc. וכל שימוש בסמל זה על ידי Tanita Corporation כפוף לרישיון.
- אנדרואיד הוא סמל מסחרי של Google LLC.

### Manufacturer

TANITA Corporation  
 1-14-2 Maeno-cho, Itabashi-ku,  
 Tokyo 174-8630 Japan  
 TEL: +81-(0)3-3968-7048  
[www.tanita.co.jp](http://www.tanita.co.jp)

© 2019 TANITA Corporation

BC4017601(2)-1907FA