S3735-220726 290x105/13ящ/1050双铜/单黑/145x103mm/52P/骑马钉

BRAYER

brayer.ru

Instruction manual
Инструкция по эксплуатации

Electronic personal scale BR3735
Напольные электронные весы BR3735

НАПОЛЬНЫЕ ЭЛЕКТРОННЫЕ ВЕСЫ BR3735

Вашы напольные весы предназначены для отслеживания показаний собственного веса.

Использование метода «BIA» (биоэлектрическая анализа полного сопротивления тела) позволяет вычислить процентное содержание в организме – жировой ткани, воды, мышц костной ткани, мышечной ткани, рекомендуемое значение дневного потребления калорий, метаболический возраст тела. Вычисленные проценты с учетом введенных в память устройства личных данных пол, рост и возраст.

ОПИСАНИЕ

1. Платформа для взвешивания
2. Кнопка вкл./выкл. и отладки
3. Кнопка ввода данных «+»
4. Кнопка выбора/подтверждения ввода данных «SET»
5. Кнопка ввода данных «–»
6. Дисплей
7. Опорные ножки
8. Отсек батареек
9. Кнопка выбора единицы взвешивания («LINE»)
10. Символ пола мужчина/женщина

EN 3

ELECTRONIC PERSONAL SCALE BR3735

Personal scale is used to track your own weight readings.

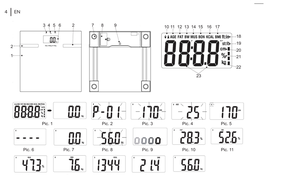
Using the «BIA» (total body impedance bioelectrical analysis) method, it is possible to calculate the percentage of: - fat tissue, water, mass of bone tissue, muscle tissue, recommended daily recommended value of daily intake of kilocalories, and to calculate the body mass index. The calculations are based on personal data input into the unit memory: sex, height and age.

DESCRIPTION

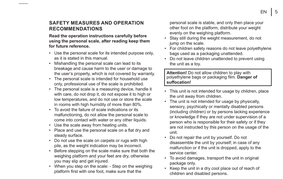
1. Weighing platform
2. Switch on/off
3. Data input button «+»
4. Data selection/confirmation button «SET»
5. Data input button «–»
6. Display
7. Support legs
8. Battery compartment
9. Weight measurement unit selection button («LINE»)
10. Male/female sex symbol «♂/♀»
11. Fat Blue percentage symbol «FAT»
12. Water percentage symbol «WATER»
13. Muscle percentage symbol «MUS»
14. Bone mass symbol «BON»
15. Recommended daily calorie intake value symbol «CALC»
16. Body mass index symbol «BMI»
17. Height in feet and inches symbol «ft.in»
18. Height in centimeters symbol «cm»
19. Weight in centimeters symbol «cm»
20. Percentage symbol «%»
21. Weight in kilograms «kg»
22. Digital weight and calculated data symbols

ATTENTION!

- People with pacemakers or other medical devices should not use the scale.
- Pregnant women should not use the scale.



EN 3



EN 5

SAFETY MEASURES AND OPERATION RECOMMENDATIONS

Read the operation instructions carefully before using the scale for the first time, after reading keep them for future reference.

- Use the personal scale for its intended purpose only, as described in this manual.
- Mishandling the personal scale can lead to its breakage and cause harm to the user or damage to other people's property. Do not dismantle the scale.
- The personal scale is intended for household use only, professional use of the scale is prohibited.
- The personal scale is a measuring device, handle it with care, do not drop it, do not expose it to high or low temperatures, do not place it near heat sources, in rooms with high humidity of more than 80%.
- To avoid the failure of scale indications or its malfunction, do not place the personal scale on surfaces with carpets or on surfaces with water or any other liquids.
- Use the scale away from heating units.
- Place and use the personal scale on a flat and dry steady surface.
- Do not place the scale on carpets or rugs with high pile, as the weight indication may be incorrect.
- Before stepping on the scale make sure that both the scale and your feet are dry, otherwise you may slip and get injured.
- When you step on the scale – Step on the weighing platform first with one foot, make sure that the personal scale is stable, and only then place your other foot on the platform, distribute your weight evenly on the weighing platform.
- Stay still during the weight measurement, do not move or shake your feet.
- For children safety reasons do not leave polyethylene bags used as a packaging unattended.
- Do not allow children or unattended to prevent using the unit as a toy.

Attention! Do not allow children to play with polyethylene bags or packaging film. **Danger of suffocation!**

- This unit is not intended for usage by children, place the unit away from children.
- Do not allow children to use the scale by physically, sensory, psychically or mentally disabled persons (including children) or by persons lacking experience or knowledge if they are not under supervision of a person who is responsible for their safety or if they did not instructed by this person on the usage of the unit.
- Do not repair the unit by yourself. Do not disassemble the unit, in case of the failure or any malfunction or if the unit is dropped, apply to the service center.
- To avoid damages, transport the unit in original package only.
- Keep the unit in a dry cool place out of reach of children and disabled persons.

EN 5

EN 6

THE UNIT IS INTENDED FOR HOUSEHOLD USE ONLY, DO NOT USE THE UNIT FOR COMMERCIAL OR LABORATORY PURPOSES.

BEFORE THE FIRST USE

After the unit's transportation or storage at negative temperature, unpack it and wait for at least 3 hours before using it:

- Unpack the unit and remove all the packaging materials.
- Keep the original package.
- Read the safety measures and operating recommendations.
- Check the delivery set.
- Check the unit for damages; if the unit is damaged, do not use it.
- Clean the weighing platform (1) with a slightly damp cloth and then dry it; if there is a protective film on the platform, remove it.

USING THE SCALE

BATTERY INSTALLATION

To avoid the unit's failure or damage to the unit, use only the batteries from the kit and follow the instructions below:

- Use only the «CR2032» battery in the personal scale.

EN 6

EN 7

- insert the battery strictly following the polarity;
- replace the battery in time;
- do not recharge the battery;
- if the personal scale is not used for a long time, remove the battery from the battery compartment;
- hand the discharged battery over to a specialized collection point for its further disposal.

Attention! Improper use of the battery can result in «CR-2032» battery (supplied with the unit), strictly observe the safety.

- Install the battery compartment lid (8) back to its place.

Note: If there is an isolation insert, open the battery compartment lid (8), remove the isolation insert and install the battery compartment lid (8) back to its place.

BATTERY REPLACEMENT

- When the battery is low, the symbol «LO» will appear on the display (6). Open the battery compartment lid (8), replace the discharged battery with a new «CR-2032» battery, observe the polarity, close the battery compartment lid (8).
- If the personal scale is not used for a long time, remove the battery from the battery compartment.

MEASUREMENT UNITS SELECTION

- Place the scale on a flat, dry and stable surface.
- To switch the scale on, press on the weighing platform (1), press the «UNIT» button (5) to select the weight measurement units «kg/st/lb», the display (6) will show the following symbols:
- «kg» – weight in grams (1g);
- «st» – weight in stones (1st);
- «lb» – weight in pounds (1lb).

WEIGHT MEASUREMENT

Recommendations:

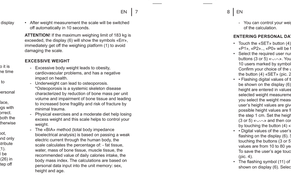
- your weight can fluctuate during the day, so it is recommended to weight yourself at the same time of the day;
- before drawing any conclusions, you need to observe your weight for several days;
- to get the most accurate result, place the personal scale in the same place;
- Place the scale on a solid, flat and stable surface, do not place or use the scale on carpets or rugs with high pile, as the weight indication may be incorrect;
- Before stepping on the scale make sure that both the weighing platform (1) and your feet are dry, otherwise you may slip and get injured;
- Step on the weighing platform first with one foot, make sure that the personal scale is stable, and only then place your other foot on the platform, distribute your weight evenly on the weighing platform (1);
- Stand still on the platform (1), your weight will be shown on the display (6) with digital symbols (26) in the selected measurement units «kg/st/lb». Step off the weighing platform (1);
- After weight measurement the scale will be switched off automatically in 10 seconds.

ATTENTION! If the maximum weighing limit of 180 kg is exceeded, the display (6) will show the symbols «Err», immediately get off the weighing platform (1) to avoid damaging the scale.

EXCESSIVE WEIGHT

- Excessive body weight leads to obesity, cardiovascular problems, and has a negative impact on health.
- Underweight can lead to osteoporosis.
- "Osteoporosis is a systemic skeleton disease characterized by reduction of bone mass per unit volume and deterioration of bone tissue, which the to increased bone fragility and risk of fracture by minimal trauma.
- Overweight/obesity and a moderate diet help losing excess weight and this scale helps to control your weight.
- Body fat mass (total body impedance bioelectrical analysis) is based on passing a weak electric current through the human body, the scale calculates the percentage of - fat tissue, water, mass of bone tissue, muscle tissue, the recommended daily recommended value of calories, body mass index. The calculations are based on personal data input into the unit memory: sex, height and age.

EN 7



EN 8

- You can control your weight relying on the results of the calculation.

ENTERING PERSONAL DATA

- Touch the «SET» button (4), one of the user numbers «P1», «P2», ...«P5» will be flashing on the display (6).
- Select the required user number by pressing the buttons (3 or 5) «+» or «–», if there are up to 10 users marked by symbols «P1», «P2», ...«P10». Confirm your choice of the user number by pressing the button (4) «SET» (pic. 2).
- Flashing digital values of the user's height and age will appear on the display (6). If the user's height are entered in values corresponding to the selected weight measurement units «kg/st/lb», if not, change the measurement units on the weighing platform (1) so that your feet are on the contact areas (2), stay still during the weight measurement and wait until the weight value appears on the display.

Note: If you don't step on the scale during 5 seconds, the scale will switch off automatically.

- Continue to stand still on the weighing platform (1), the display (6) will show moving symbols «o...o», wait for the end of the measurement (pic. 3).
- The calculated data are shown on the display (6) in the following order:
- «FAT» – fat tissue percentage in the body (pic. 10);
- «BW» – water percentage in the body (pic. 11);
- «MUS» –muscle percentage (pic. 12);
- «BON» – bone tissue mass (pic. 13);
- «KCAL» – recommended value of daily calorie intake (pic. 14);
- «BMR» – body mass index (pic. 15);

your weight will be shown once again (pic. 16);

- «BMI» – body mass index (pic. 17); if the value of «BMI» reading will be shown twice, alternately on the display (6), then the scale will switch off.

CALCULATION RESULT PARAMETERS

- «FAT» – the parameter for calculating the percentage of fat tissue in the body is not constant and can change throughout the day. The percentage of fat tissue in the human body is related to overall health, physical activity and the amount of liquid in the body.
- Consider the following factors when analyzing the calculated parameter:
- Fat and water percentage indications may be higher if measured after having a meal or a drink;
- the fat tissue percentage indications may be less if measured after a long or tiring journey;
- if the liquid amount in the body decreases, the fat tissue percentage indications will change too.

EN 9

EN 11

THE TABLE SHOWS THE WHO BODY MASS INDEX DATA.

Показатель ИМТ	Категория	Рекомендуемый	Предупреждает	Необходимо
ИМТ	18,5 – 24,9	18,5 – 24,9	25 – 29,9	30

Note: The data in this table is given for recommendation purposes only and can vary, depending on individual parameters of the unit.

«BIA» – the muscle tissue percentage depends on a person's sex, weight, height, age and lifestyle.

The average indications for women are: - «34%, % of mass»; - «40%».

«BON» – bone tissue mass.

The human skeleton consists of bone tissues, which are a specialized connective tissue, intended for protecting internal organs, and together with the muscular tissue provide the ability to move.

Our body is made up of 50-60% water, so water has primary importance for tissues and organs of a human being.

Well-fed people can control the water percentage in your body.

Table of water ratio (%)

Возраст	Женщины (%)			Мужчины (%)		
	Худощавые	Нормальные	Полные	Худощавые	Нормальные	Полные
19 – 34	60	47 – 53	40 – 46	65	59 – 63	55 – 58
35 – 54	57	45 – 52	40 – 44	62	57 – 61	54 – 56
55 – 64	54	42 – 50	37 – 41	59	55 – 60	51 – 55
65 – 74	51	40 – 47	35 – 39	57	52 – 59	49 – 54
75 – 94	48	37 – 45	32 – 36	55	49 – 57	46 – 51

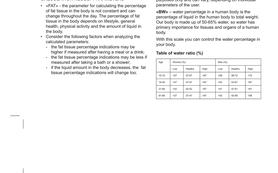
Примечание: приведённые в таблице данные носят рекомендательный характер и могут отличаться в зависимости от индивидуальных параметров пользователя.

«BMR» – индекс массы тела

Индекс массы тела – величина, позволяющая оценить степень соответствия массы человека и его роста, то или данные можно основано оценить, насколько у человека нормальная недостаточная, нормальный или избыточный.

Применять индекс массы тела нужно с осторожностью, и только для ориентировочной оценки, например, индекс массы тела профессиональной спортсмена может показать неверный результат.

RU 25



RU 27

- Дисплейде (6) пайдаланушы бойынша мынадай цифрлық мәндер көрсетіледі, бойдың шарықтау мөлшері белгіленген пайдаланушы нөмірі (егер пайдаланушы 10 болса, «P1», «P2», ...«P10» нөмір көрсетілсе);
- Таңдалған пайдаланушы нөмірін растау үшін «SET» батырмасын басыңыз (4);
- Батырмаларды (3 немесе 5) «+» немесе «–» арқылы бір пайдаланушы нөмірін таңдаңыз (10 нөмірге дейін);
- Жеке рюкзактар жауап сұрауына ие(тер) (6) пайдаланушы үшін деректерді енгізуге бойды, бастапқыда (4) «SET» түймесі арқылы пайдаланушы нөмірін таңдаңыз (сурет. 2).

ДЕРЕК ЕСЕПТЕУ

- «SET» (4) батырмасын түймеңіз, дисплейде (6) пайдаланушы нөмірлерінің бірі, «P1», «P2», ...«P5» жыпылықтайды.
- Батырмаларды (3 немесе 5) «+» немесе «–» арқылы бір пайдаланушы нөмірін таңдаңыз (10 нөмірге дейін). Сіз таңдаған пайдаланушы нөмірін растау үшін «SET» батырмасын (4) басыңыз (сурет. 2).
- Дисплейде (6) пайдаланушы бойының ағымдағы сандық мәндері жыпылықтайды. Егер пайдаланушының бойы таңдалған салмақ өлшеу бірліктерінде «kg/st/lb» болса, бойды өзгертіңіз, егер болмаса, таразы платформасы (1) бойынша, аяқтарыңыз байланыс аймақтарында (2) орналасады, салмақты өлшеу кезінде тоңазытқышта тұрыңыз, дисплейде (6) сандық белгілерінің пайда болуын күтіңіз (сурет. 3).

Ескерту: егер сіз 5 секунд ішінде таразыға шықпасаңыз, сондықтан бір уақытта өшіреді.

- Таразы платформасында (1) сонымен бірге тұрыңыз, дисплейде (6) «o...o» сандық белгілерінің қозғалуы, өлшеудің аяқталуын күтіңіз (сурет. 3).
- Есептелген деректер дисплейде (6) келесі ретпен пайда болады:
- «FAT» – өлшемдегі пайыз бойынша майлы тіндер;
- «BW» – өлшемдегі сулы пайыздағы сулар (сурет. 10);
- «MUS» – бұлшықет тіндерінің пайыздық өлшемі (сурет. 11);
- «BON» – сүйек тіндерінің массасы (сурет. 12);
- «KCAL» – калориялардың күнделікті тұтынуы мөлшерінің ұсынылатын мәні (сурет. 13);
- «BMR» – дене салмағының индексі (сурет. 14);
- «BMI» – бойдың пайыздық өлшемі (сурет. 15);

Жеке рюкзактар жауап сұрауына ие(тер) (6) пайдаланушы үшін деректерді енгізуге бойды, бастапқыда (4) «SET» түймесі арқылы пайдаланушы нөмірін таңдаңыз (сурет. 2).

- Дисплейде (6) пайдаланушы бойының ағымдағы сандық мәндері жыпылықтайды. Егер пайдаланушының бойы таңдалған салмақ өлшеу бірліктерінде «kg/st/lb» болса, бойды өзгертіңіз, егер болмаса, таразы платформасы (1) бойынша, аяқтарыңыз байланыс аймақтарында (2) орналасады, салмақты өлшеу кезінде тоңазытқышта тұрыңыз, дисплейде (6) сандық белгілерінің пайда болуын күтіңіз (сурет. 3).
- Таразы платформасында (1) сонымен бірге тұрыңыз, дисплейде (6) «o...o» сандық белгілерінің қозғалуы, өлшеудің аяқталуын күтіңіз (сурет. 3).
- Есептелген деректер дисплейде (6) келесі ретпен пайда болады:
- «FAT» – өлшемдегі пайыз бойынша майлы тіндер;
- «BW» – өлшемдегі сулы пайыздағы сулар (сурет. 10);
- «MUS» – бұлшықет тіндерінің пайыздық өлшемі (сурет. 11);
- «BON» – сүйек тіндерінің массасы (сурет. 12);
- «KCAL» – калориялардың күнделікті тұтынуды ұсынылатын мәні

RU 29

KZ 31

KZ 33

RU 33

«BIA» – процентное содержание воды в организме человека – это количество жидкости в теле человека в процентах к общему весу. Наш организм состоит из 50-60% воды. Поэтому вода играет первостепенную роль для тканей и органов человека.

Данные весы помогут контролировать процентное количество воды в организме.

Таблица соотношения воды (%)

Возраст	Женщины (%)			Мужчины (%)		
	Худощавые	Нормальные	Полные	Худощавые	Нормальные	Полные
19 – 34	60	47 – 53	40 – 46	65	59 – 63	55 – 58
35 – 54	57	45 – 52	40 – 44	62	57 – 61	54 – 56
55 – 64	54	42 – 50	37 – 41	59	55 – 60	51 – 55
65 – 74	51	40 – 47	35 – 39	57	52 – 59	49 – 54
75 – 94	48	37 – 45	32 – 36	55	49 – 57	46 – 51

Примечание: приведённые в таблице данные носят рекомендательный характер и могут отличаться в зависимости от индивидуальных параметров пользователя.

«BON» – масса костной ткани.

Скелет человека состоит из костных тканей, они твёрдая и устойчивые к внешним воздействиям, при этом защищают внутренние органы, и совместно с мышечной тканью обеспечивают способность человека двигаться.

В основе значительных весов лежит костная ткань состоит из специфической ткани, которая выполняет функции как защищает и другие минеральные вещества.

Наш организм состоит на 50-60% из воды, поэтому вода имеет первостепенное значение для тканей и органов человека.

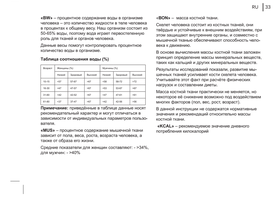
Учитывайте этот факт при расчете процентного содержания воды.

Масса костной ткани практически не меняется, но у пожилых людей с возрастом может уменьшаться минеральная масса (кости ломкие, рост уже) возрастает.

В данной инструкции не содержится нормативные значения и рекомендаций относительно массы костной ткани.

«KCAL» – рекомендуемое значение дневного потребления калорий

RU 33



KZ 35

- Дене, сенсорлық, психикалық немесе ақыл-ой мүмкіндігі төмендейтіген тұлғалардың (бала-лар) осы жүйені пайдалану олардың қауіпсіз болуына, немесе олар бақылайтын немесе тұлғаны осы жүйені пайдалану бойынша нұсқаулар берілмеген жағдайлар болмаса, оларды пайдалануына тағайындалған.
- Қуатты жөндеуге болмайды. Ақаулық немесе тастаулар кезінде, сервис орталығына хабарласыңыз.
- Ешқашан ылғалды шүберекпен сүртпеңіз, сондай-ақ ылғалдылығы 80 пайыздан асатын бөлмелерде, сондай-ақ ылғалдылығы 80 пайыздан асатын бөлмелерде сақтамаңыз немесе пайдаланбаңыз.
- Ешқашан ылғалды қолмен ұстамаңыз.
- Ешқашан ылғалды аяқпен тұрмаңыз.
- Ешқашан ылғалды аяқпен тұрмаңыз.
- Ешқашан ылғалды аяқпен тұрм