



MANTA

BODY FAT SCALE

MM442P



Instrukcja obsługi
User's Manual

Instrukcja obsługi

CHARAKTERYSTYKA I FUNKCJE	3
PRZYGOTOWANIE PRZED UŻYCIEM.....	3
WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE OBSŁUGI	4
PRZYDATNE CECHY	4
TYLKO FUNKCJA WAŻENIA.....	4
OKREŚLENIE PROCENTOWEJ ZAWARTOŚCI TKANKI TŁUSZCZOWEJ	5
ODCZYT WAGI I ZAWARTOŚCI TKANKI TŁUSZCZOWEJ	6
SPECYFIKACJA	8

Manual

CHARACTERISTIC AND FUNCTIONS.....	11
PREPARATION BEFORE USE	11
HANDLING TIPS	12
USEFUL FEATURES.....	12
WEIGHT ONLY FUNTION	12
HOW TO DETERMINE BODY FAT PERCENTAGE	13
TAKING WEIGHT AND BODY FAT READINGS	14
SPECIFICATION	17

*CHARAKTERYSTYKA I FUNKCJE



Waga - płyta pomiarowa

1. Wyświetlacz

2. Przycisk nastawy

3. Przyciski wyboru

4. Elektroda pomiaru na stopie

*PRZYGOTOWANIE PRZED UŻYCIEM

Włożenie baterii

Otwórz osłonę kieszeni na baterie z tyłu wagi. Zwróć uwagę na ustawienie anody i katody, a następnie włóż baterie do kieszeni na baterie.

Uwaga: Jeśli nie masz zamiaru korzystać z wagi przez dłuższy czas, zaleca się wyjęcie baterii przed odstawieniem urządzenia.

USTAWIENIE WAGI

Umieść wagę na twardej, równej powierzchni, gdzie vibracje są minimalne, aby zapewnić bezpieczeństwo i dokładność pomiaru.

Uwaga: Aby uniknąć ewentualnych obrażeń ciała, nie stawaj na krawędzi wagi.

***WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE OBSŁUGI**

Waga jest precyzyjnym urządzeniem wykorzystującym najnowocześniejszą technologię. Aby zachować go w jak najlepszym stanie należy ściśle przestrzegać poniższych instrukcji.

- Nie próbuj rozmontowywać wagi.
- Umieść wagę w miejscu nienarażonym na bezpośrednie działanie promieni słonecznych, urządzeń grzewczych, wysokiej wilgotności lub gwałtownych zmian temperatury.
- Nigdy nie zanurzaj wagi w wodzie. Elektrody czyść alkoholem. Używaj środka do mycia powierzchni szklanych (nałożonego na szmatkę) w celu nadania im połysku. Nie wolno używać mydła.
- Nie stawaj na mokrej wadze.
- Osoby z wszczepionym rozrusznikiem serca nie mogą korzystać z wagi.
- Osoby z metalowymi implantami nie uzyskają dokładnych wyników (niedotyczy wyników pomiaru masy ciała).
- W celu zapewnienia porównywalności wyników pomiarów zalecamy, aby wykonywać pomiary zawsze o tej samej porze.

***PRZYDATNE CECHY**

- Waga z pomiarem zawartości tkanki tłuszczowej pozwala jednocześnie zmierzyć masę ciała, procentową zawartość tłuszczu, procentową zawartość wody, odsetek tkanki mięśniowej, masę kostną oraz kalorie; jest to bardzo łatwe – wystarczy stanąć na wadze.
- Istnieje możliwość wstępnego ustawienia danych indywidualnych (użytkownik, kobieta/ mężczyzna, wzrost, wiek) i zapisania ich w pamięci danych indywidualnych.
- Po zakończeniu procesu pomiarowego, zasilanie wyłączy się automatycznie.
- Automatyczna funkcja zerowania.
- Funkcja wskazania niskiego poziomu baterii i przeciążenia.

***TYLKO FUNKCJA WAŻENIA**

Waga posiada tylko funkcję ważenia (automatycznie włączoną). Jeżeli użytkownik nie naciśnie żadnego przycisku w celu ustawienia danych, a jedynie wejdzie na wagę, na ekranie wyświetli się tylko ciężar ciała użytkownika (wartość liczbową zapulsuje dwukrotnie i zatrzyma się na ekranie).

***OKREŚLENIE PROCENTOWEJ ZAWARTOŚCI TKANKI TŁUSZCZOWEJ**

Ustawienie i przechowywanie danych w pamięci

Można korzystać z urządzenia, jeśli dane zostały zaprogramowane w jednej z pamięci danych indywidualnych.

1. Włącz zasilanie



Naciśnij przycisk SET (Ustaw), aby włączyć urządzenie. Urządzenie potwierdzi, że zostało uruchomione; dane indywidualne ostatniego użytkownika będą pulsować na wyświetlaczu.



2. Przełącznikiem na dole wybierz skalę pomiarową, z jakiej chcesz korzystać: metryczną (kg), w funtach (lb) czy kamieniach (ST).



3. Wybierz kod danych indywidualnych

Najpierw naciśnij przycisk SET (Ustaw), kod danych indywidualnych zacznie pulsować Strzałkami w górę/ w dół wybierz kod danych indywidualnych. Gdy wybierzesz kod danych indywidualnych, z którego chcesz skorzystać, naciśnij przycisk SET w celu potwierdzenia.



4. Wybór kobieta/ mężczyzna

Przyciskami góra/ dół przewiń ustawienia płci użytkownika, a następnie naciśnij przycisk Set w celu potwierdzenia.



5. Określ wzrost

Użyj przycisków góra/ dół, aby ustawić wzrost, a następnie naciśnij przycisk Set w celu potwierdzenia (zakres wzrostu użytkownika od 100 cm do 220 cm).



6. Ustaw wiek

Użyj przycisków góra/ dół, aby ustawić wiek, a następnie naciśnij przycisk Set w celu potwierdzenia (zakres wieku użytkownika od 10 do 80 lat).

Uwaga: Jeśli popełniłeś błąd przed zakończeniem programowania, powtórz wszystkie czynności począwszy od p. 3. Wybierz kod danych indywidualnych.

***ODCZYT WAGI I ZAWARTOŚCI TKANKI TŁUSZCZOWEJ**

Po zaprogramowaniu danych indywidualnych możesz dokonać odczytu.

Wybierz kod danych indywidualnych

Włącz przycisk SET (Ustaw). Przyciskami góra/dół wybierz kod danych indywidualnych. Na wyświetlaczu pojawią się zaprogramowane dane. Poczekaj, aż na wyświetlaczu pojawi się wartość „0.0” i wejdź na wagę.

Uwaga: Aby zapewnić dokładny odczyt, na wagę należy wejść boso i ustawić pięty prawidłowo w stosunku do elektrod na powierzchni wagi. Jeśli wejdiesz na wagę zanim na wyświetlaczu pojawi się wartość „0.0” odczyt nie będzie możliwy. Jeśli nie wejdiesz na wagę w ciągu 9 sekund od pojawienia się wartości „0.0”, zasilanie zostanie wyłączone automatycznie.

Odczyt:

Najpierw wyświetli się waga użytkownika. Nie schodź z wagi. Na wyświetlaczu pojawi się wartość „0000”, a cyfry będą po kolei znikać od lewej strony do prawej. Następnie wartość oznaczająca wagę zacznie pulsować na wyświetlaczu i na przemian, dwukrotnie pojawi się wartość oznaczająca procentową zawartość tłuszczu (FAT), procentową zawartość wody (BW), zawartość związków wapnia w kościach (BON), odsetek tkanki mięśniowej (MUS) oraz kalorie (KCAL) i masę ciała (kg).



Uwaga: Nie schodź z wagi do momentu, gdy nie wyświetli się % zawartość tłuszczu. Jeśli zostanie wyświetlona wartość oznaczająca procentową zawartość tłuszczu nawet, gdy zejdziesz z wagi, na wyświetlaczu zacznie pulsować i na przemian, dwukrotnie pojawi się wartość oznaczająca procentową zawartość tłuszczu, procentową zawartość wody, Zawartość związków wapnia w kościach, odsetek tkanki mięśniowej oraz kalorie i masę ciała; następnie urządzenie wyłączy się automatycznie.

Tabela proporcji zawartości tkanki tłuszczowej

WIEK	KOBIEȚA (%)				MĘŻCZYZNA (%)			
	Niska	Prawidłowa	Wysoka	Otyłość	Niska	Prawidłowa	Wysoka	Otyłość
10-39	14-20	21-25	26-31	32-38	11-17	18-23	24-29	30-36
40-55	15-21	22-26	27-32	33-38	12-18	19-24	25-30	31-37
56-80	16-22	23-27	28-33	34-38	13-19	20-25	26-31	32-38

Tabela proporcji zawartości wody (%)

WIEK	KOBIEȚA (%)			MĘŻCZYZNA (%)		
	Niska	Prawidłowa	Wysoka	Niska	Prawidłowa	Wysoka
10-15	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
16-30	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
31-60	<42	42-52	>52	<47	47-61	>61
61-80	<37	37-47	>47	<42	42-56	>56

Tabela przelicznika wagowego

1 lb (funt)	=	0,45 kg (kilogram)
1 kg (kilogram)	=	2,2 lb (funt)
1 st (kamień)	=	6,35 (kilogram)

Zapotrzebowanie na kalorie:

Uwaga!

Wyświetlane dane są szacunkową minimalną wartością niezbędną organizmowi do utrzymania wagi użytkownika podanej podczas pomiaru.

*Założenie przy pasywnym trybie życia

Rzeczywistą wartość zapotrzebowania na kalorie należy dobierać indywidualnie, zależy ona od takich czynników jak aktywność fizyczna czy przemiana materii. Aby uzyskać profesjonalne wskazówki należy udać się do lekarza lub specjalisty od żywienia.

***WYMIANA BATERII**

Gdy baterie wyczerpują się, na wyświetlaczu pojawi się komunikat „Lo” (Niski poziom baterii). Gdy pojawi się taki komunikat, należy niezwłocznie wymienić baterie, ponieważ niski poziom baterii może zaburzyć prawidłowość pomiarów. Należy jednocześnie wymienić wszystkie baterie na nowe.

Uwaga: Wymiana baterii nie spowoduje usunięcia ustawień z pamięci.

***KOMUNIKAT INFORMUJĄCY O BŁĘDZIE**

Mogą pojawić się następujące komunikaty o błędzie:

- Lo: Należy wymienić baterie w wadze.
- Err: Przekroczono maksymalną nośność urządzenia (zakres wagi: tylko funkcja ważenia 3-151 kg, funkcja zawartości tkanki tłuszczowej: 0,8 - 150 kg).
- Err2: Nie można obliczyć procentowej zawartości tkanki tłuszczowej oraz wody. (Jeśli procentowa zawartość tkanki tłuszczowej jest mniejsza niż 5% lub większa niż 85%, odczyt może nie być precyzyjny).

Uwaga!

Konstrukcja produktu i parametry techniczne mogą ulec zmianie bez wcześniejszego powiadomienia. Dotyczy to przede wszystkim parametrów technicznych, oprogramowania oraz podręcznika użytkownika. Niniejszy podręcznik użytkownika służy ogólnej orientacji dotyczącej obsługi produktu.

Producent i dystrybutor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności tytułem odszkodowania za jakiegokolwiek nieścisłości wynikające z błędów w opisach występujących w niniejszej instrukcji użytkownika.

SPECYFIKACJA

Napięcie znamionowe	20-240V~50/60Hz
Przyciski dotykowe:	Tak
Rodzaj baterii w zestawie:	2x1,5V AAA
Skala podziałki:	100 g
Dokładność pomiaru:	100 g
Jednostki pomiarowe:	Kilogramy (kg), Funty (lb) Kamienie (ST).
Maksymalna waga:	150kg
Dodatkowe pomiary:	Procentowa zawartość tłuszczu Procentowa zawartość wody Zawartość związków wapnia w kościach Odsetek tkanki mięśniowej Dzienne zapotrzebowanie na kalorie Masa ciała
Kalibracja:	Automatyczna
Ilość pamięci użytkowników:	10
Rodzaj wagi:	Elektroniczna
Odczyt pomiaru:	Wyświetlacz LCD
Platforma:	Płaska



INFORMACJA O PRAWIDŁOWYM POSTĘPOWANIU W PRZYPADKU UTYLIZACJI URZĄDZEŃ ELEKTRONICZNYCH I ELEKTRYCZNYCH

Umieszczony na naszych produktach symbol przekreślonego kosza na śmieci informuje, że nieprzydatnych urządzeń elektrycznych czy elektronicznych nie można wyrzucać razem z odpadami gospodarczymi.

Właściwe działanie w wypadku konieczności utylizacji urządzeń czy podzespołów lub ich recyklingu polega na oddaniu urządzenia do punktu zbiórki, w którym zostanie ono bezpłatnie przyjęte. W niektórych krajach produkt można oddać podczas zakupu nowego urządzenia.

Prawidłowa utylizacja urządzenia daje możliwość zachowania naturalnych zasobów Ziemi na dłużej i zapobiega degradacji środowiska naturalnego. Informacje o punktach zbiórki urządzeń wydają właściwe władze lokalne.

Nieprawidłowa utylizacja odpadów zagrożona jest karami przewidzianymi prawem obowiązującym na danym terenie.

**INFOLINIA SERWISOWA**

tel: +48 22 332 34 63 lub e-mail: serwis@manta.com.pl
od poniedziałku do piątku w godz. 9.00-17.00

Producent zastrzega sobie możliwość wprowadzenia zmian

***CHARACTERISTICS AND FUNCTIONS**

Weight - plate measuring

1. Display screen

2. Set button

3. Selection buttons

4. ball-of-foot electrodes

PREPARATION BEFORE USE*Inserting the Batteries**

Open the battery cover on the back of the measuring platform. Pay attention to the Anode and Cathode, then put the Battery into the battery Compartment.

Note: If you do not intend to use this unit for a long period of time, it is advisable to remove the battery before storage.

POSITIONING THE MONITOR

Place the measuring platform on a hard, flat surface where there is minimal vibration to ensure safe and accurate measurement.

Note: To avoid possible injury, do not step on the edge of the platform.

***HANDLING TIPS**

This monitor is a precision instrument utilizing state of the art technology. To keep the unit in the best condition, follow these instructions carefully.

- Do not attempt to disassemble the measuring platform.
- Place the unit in an area free from direct sunlight, heating equipment, high humidity, or extreme temperature change.
- Never submerge in water. Use alcohol to clean the electrodes and glass cleaner(applied to cloth first) to keep them shiny, soaps is not allowed.
- Do not step on the platform when wet.
- People with pacemakers can not use weights.
- People with metal implants fail to obtain accurate results (not results of measurement of body weight).
- In order to ensure comparability of measurements we recommend that abywykonywać measurements always at the same time.

***USEFUL FEATURES**

- This Body fat Scale allow you to measure weight, body fat percentage, water percentage, muscle percentage and bone weight simultaneously and easily simply by stepping on the scale.
- Personal data(Female/Male, Age, Height) can be pre-set and stored in personal data memories.
- After you have completed the measuring process, the power shuts off automatically .
- With Automatic Zero function.
- With Low battery and overload indication function.

***WEIGHT ONLY FUNTION**

This scale is with Weight Only function (auto on) when the user doesn't press any key to set any data , only step on the plafrom, the display will show the user as weight only (the weight will flash twice and hold finally).

*HOW TO DETERMINE BODY FAT PERCENTAGE

Setting and Storing Data in Memory The unit can be operated if data has been programmed into one of the personal data memories



1. Turn on the Power

Press SET button to turn on the unit. The unit will confirm activation; the last user's personal data will be appeared alternately.



2. Use the Selector Switch on the bottom to select a weight scale to use: Metric(kg), Pounds(lb), or Stones(ST).



3. Select a Personal data Code

Firstly Press the SET button, the Personal data Code will be flashed. Press the Up/Down buttons to select a Personal data code. Once you reach the Personal data code you wish to use, press the set button to confirm.



4. Select Female or Male

Use the button Up/Down buttons to scroll through female, male settings, and then press the Set button to confirm.



5. Specify the Height

Use the Up/Down buttons to specify Height and then press the Set button to confirm.(range of user height is between 100cm-220cm)



6. Set Age

Use the Up/Down buttons to specify age. When you reach your age, press the Set button to confirm.(range of user age is between 10-80 year)

NOTE: If you make a mistake before you have finished programming it, repeat the steps from Select a Personal data Code.

*TAKING WEIGHT AND BODY FAT READINGS

After programming your personal data, you are ready to take a reading. Select Personal Data Code Press the Up button turn on. Use the Up/Down buttons to select your Personal data code. The display will show the programmed data. Until the display will be show "0.0", now step onto the platform.

Note: To ensure accuracy reading should be with barefoot to step on the platform and be sure that your heels are correctly aligned with the electrodes on the measuring platform. If you step onto the platform before "0.0" appears, you will not obtain a reading. Furthermore, if you do not step onto the measuring platform within about 10 seconds after "0.0" appears, the power is shut-off automatically.

Get Your Reading

Your weight will be shown first. Continue to stand on the platform "0000" will appear on the display and disappear one by one from left to right. The display will then flash your weight, Then the body fat percentage water, percentage bone weight, muscle percentage, calorie and weight will appear alternately twice.



Note:

Do not step off from until when body fat is shown. If the body fat is shown, even if you step off the platform. The alternating display, body fat percentage and water percentage, bone weight, muscle percentage, calories and weight will appear alternately twice, the unit will then shut-off automatically.

Body Fat Ratio Chart (%)

Age	FEMALE (%)				MALE (%)			
	Low	Health	High	Obese	Low	Health		
10-39	14-20	21-25	26-31	32-38	11-17	18-23	24-29	30-36
40-55	15-21	22-26	27-32	33-38	12-18	19-24	25-30	31-37
56-80	16-22	23-27	28-33	34-38	13-19	20-25	26-31	32-38

Water ratio chart (%)

Age	FEMALE (%)			MALE (%)		
	Low	Healthy	High	Low	Healthy	High
10-15	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
16-30	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
31-60	<42	42-52	>52	<47	47-61	>61
61-80	<37	37-47	>47	<42	42-56	>56

Weight conversion table

1 lb (pound)	=	0,45 kg (kilogram)
1 kg (kilogram)	=	2,2 lb (pound)
1 st (Stone)	=	6,35 (kilogram)

The demand for calories:

Note!

The data displayed is an estimate of the minimum value needed for the body to maintain specified when measuring the user's weight.

* Establishment of the passive live mode

The real value of total calories should be selected individually, it depends on factors such as physical activity and metabolism. For professional advice you should go to a doctor or nutritionist.

***REPLACING THE BATTERIES**

When the batteries run low, the Lo message will appear on the display window. When the message appears, be sure to replace the batteries immediately. Since weak batteries will affect the accuracy of your measurements. Change all the batteries at the same time with new batteries.

Note: Your settings will not be erased from the memory when you remove the Batteries.

***ERROR MESSAGE**

The following error messages may appear:

-Lo: The battery in the scales must be replaced.

-Err: The maximum load capacity is exceeded.(range of weight with 3-151kg body fat fuction:0.8-150kg))

-Err2%: The body-fat and body-water percentages cannot be calculated. (If body fat percentage is less than 5% or more than 85%, the reading cannot be accurate.)

Note!

Product design and Technical parameters may be change without notice. This mainly concerns parameters technical, software and user manual present. User's Manual is a general orientation on service product. Manufacturer and distributor do not assume any responsibility as compensation for any inaccuracies errors in the descriptions appearing in this user manual.

Specification

Voltage:	20-240V~50/60Hz
Touch Buttons:	Tak
Battery included:	2x1,5V AAA
Scale bar:	100 g
Accuracy:	100 g
Units of Measurement:	Kilograms (kg), Pounds (lb) Stones (ST).
Maximum weight:	150kg
Additional measurements:	The percentage of fat, The percentage of water content, The content of calcium in the bones Percentage of muscle tissue Daily requirement of calories Weight.
Calibration:	Automatic:
Number of Pre users	10
Type of weight:	Electronic
Reading of measurement:	LCD screen
Platform:	Flat



INFORMATION ON THE CORRECT PROCEEDINGS IN THE CASE OF DISPOSING OF ELECTRONIC AND ELECTRIC DEVICE

The crossed dust bin symbol placed on our products indicates that the redundant electric or electronic products should not be disposed together with household waste.

Appropriate action in the event of having to dispose of equipment or components, or recycle them involves bringing the machine to a collection point where it will be accepted free of charge. In some countries you may dispose of the product when purchasing a new device.

The correct disposal of this product makes it possible to preserve the earth's natural resources for longer and prevents the degradation of the environment. Information about collection points is issued by local authorities. Incorrect disposal of waste is subject to penalties provided for in the law of the relevant area.



CUSTOMER SERVICE

tel: +48 22 332 34 63 or e-mail: serwis@manta.com.pl

FROM MONDAY TO FRIDAY, IN HOURS: 9.00-17.00

The manufacturer reserves the right to introduce changes