

- **De ce greutatea se afișează după câteva secunde?** Timpul de afișare depinde de rapiditatea cu care vă stabiliți pe platforma cântarului. Este absolut necesar să rămâneți **perfect nemișcat** pentru ca aparatul să vă poată calcula greutatea și să o afișeze. Ca regulă generală, cu cât greutatea este mai mare, cu atât timpul de stabilizare este mai lung.

- **De ce greutatea dvs. este diferită pe un cântar mecanic pentru persoane?** Orice cântar mecanic pentru persoane, chiar și nou, este de până la 10 ori mai puțin exact decât un cântar electronic TEFAL. Pe măsură ce se utilizează, piesele sale în mișcare (tije orizontale- cuțite) se uzează sau se dereglează, generând astfel rezultate mai puțin exacte, cum ar fi o greutate inferioară celei reale.

BG

Съвети за ползване

- **ПРЕТЕГЛЯЙТЕ СЕ ВИНАГИ ПРИ ЕДНИ И СЪЩИ УСЛОВИЯ, ЗА ПРЕДПОЧИТАНЕ СЛЕД СТАВАНЕ ОТ СЪН** (така измерването няма да се влияе от промените в теглото свързани с храненето, храносмилането или физическата дейност). През различните дни могат да бъдат установени значителни разлики в теглото.

- **Защо теглото се изписва след няколко секунди?** Времето за визуализиране на екрана зависи от способността ви да стоите стабилно върху теглилка. Необходимо е да бъдете **съвършено неподвижни**, за да може везната да изчисли и изпише теглото ви. По принцип колкото по-голямо е теглото, толкова по-дълго е времето за стабилизиране.

- **Защо теглото ви е различно при измерване с механична теглилка?** Една нова механична везна е 10 пъти по-неточна от електронната теглилка на TEFAL. С времето движещите ѝ части (тежести, рамена) се изхабяват или се разцентроват и резултатите са още по-неточни, като често измерваното тегло е по-малко от действителното.

SR

VAŽNA UPUTSTVA ZA UPOTREBU

- UVEK SE VAGAЈTE U ISTIM OKOLNOSTIMA, PO MOGUĆNOSTI ODMAH UJUTRO (tako ćete da izbegnete dnevno njihanje težine koje zavisi od dijete, probave i telesnih aktivnosti). Težina može znatno da (njiše) varira od dana do dana.

- **Zašto traje nekoliko sekunda da vaga ispiše težinu?** Vreme potrebno za ispisivanje težine zavisi od toga koliko Vam vremena treba da se postavite sasvim uspravno. Vaga će da izračuna i prikaže težinu samo ako budete stajali **sasvim mirno**. Po pravilu stabilizacija pri većoj težini traje duže vremena.

- **Zašto mehaničke vage prikazuju drugačiji rezultat?** I kada su sasvim nove, mehaničke vage su približno deset puta manje precizne od TEFALOVIH elektroničkih vaga. Vremenom se gipki mehanički delovi (grede, oštre ivice) troše, što znači da ih treba ponovo podesiti, a podešavanje slabi preciznost merenja i tako daje rezultate koji su viši ili niži od prave težine

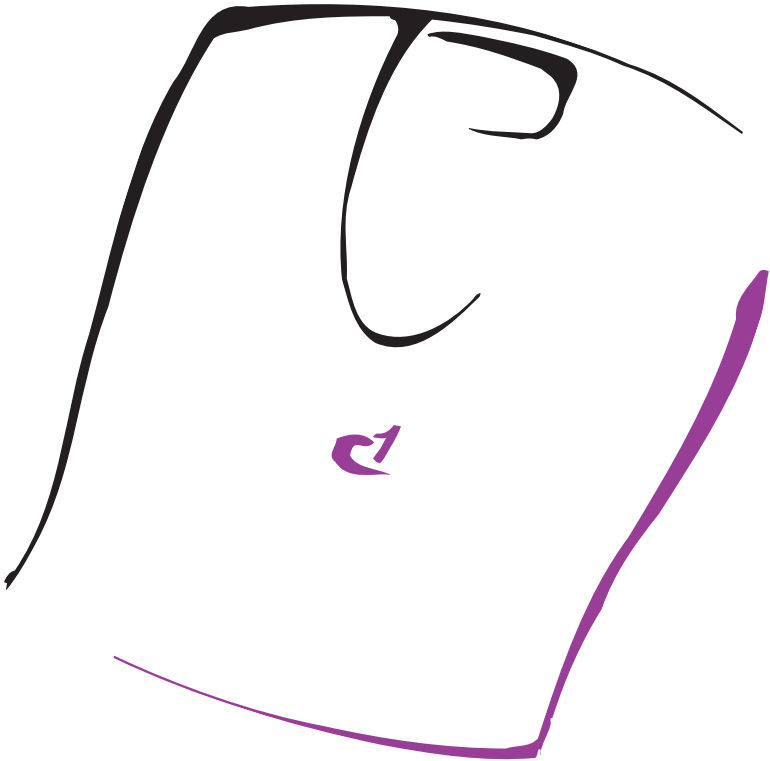


100% recycled paper

www.tefal.com

TEFAL®

ELECTRONIC BATHROOM SCALES with MEMO



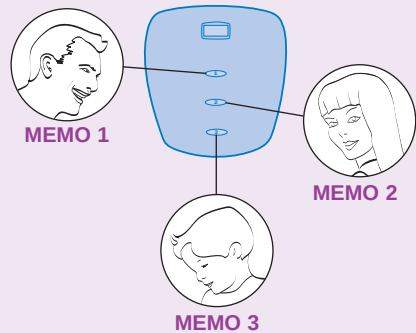
SensitiveCOMPUTER

|                                                                                                                      |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>FRA</b><br>PÈSE-PERSONNES ÉLECTRONIQUES<br>À MÉMOIRES<br>Conseils d'utilisation _____                             | 6  |
| <b>NED</b><br>ELEKTRONISCHE PERSONENWEEGSCHAAL<br>MET GEHEUGENFUNCTIE<br>Gebruiksvoorschriften _____                 | 6  |
| <b>DEU</b><br>ELEKTRONISCHE PERSONENWAAGE MIT<br>SPEICHERFUNKTION<br>Benutzungshinweise _____                        | 6  |
| <b>ITAL</b><br>BILANCE PESAPERSONA<br>ELETTRONICHE CON MEMORIA<br>Consigli d'uso _____                               | 7  |
| <b>ESP</b><br>BÁSCULAS DE BAÑO ELECTRÓNICAS<br>CON MEMORIAS<br>Recomendaciones importantes de uso _____              | 7  |
| <b>POR</b><br>BALANÇAS DE CASA DE BANHO<br>ELECTRÓNICAS COM MEMÓRIA<br>Recomendações de utilização importantes _____ | 8  |
| <b>ENG</b><br>ELECTRONIC BATHROOM<br>SCALES WITH MEMORY<br>Important recommendations for use _____                   | 8  |
| <b>DK</b><br>ELEKTRONISK BADEVÆGT MED<br>HUKOMMELSE<br>Råd for vejning _____                                         | 8  |
| <b>NOR</b><br>ELEKTRONISKE PERSONVEKTER MED<br>MINNEFUNKSJON<br>Råd _____                                            | 9  |
| <b>SVE</b><br>ELEKTRONISKA PERSONVÅGAR MED MINNEN<br>Rekommendationer _____                                          | 9  |
| <b>SF</b><br>MUISTILLA VARUSTETTU<br>ELEKTRONINEN HENKILÖVAAKA<br>Neuvoja _____                                      | 10 |
| <b>TÜRK</b><br>HAFIZALI, ELEKTRONİK BANYO TARTISI<br>Önemli Kullanım tavsiyeleri _____                               | 10 |

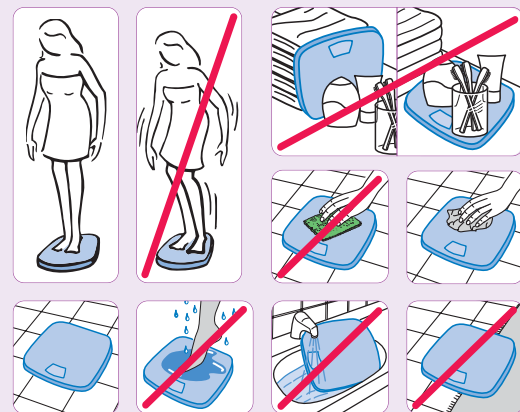
|                                                                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>PYC</b><br>электронные весы с<br>функцией памяти<br>ВАЖНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ<br>ПО ПОЛЬЗОВАНИЮ ВЕСАМИ _____ | 10 |
| <b>ΕΛΛ</b><br>Ηλεκτρονική ζυγαριά<br>μπάνιου με μνήμες<br>ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ<br>ΓΙΑ ΤΟ ΖΥΓΙΣΜΑ _____    | 11 |
| <b>CZ</b><br>ELEKTRONICKÉ OSOBNÍ VÁHY S<br>PAMĚTI<br>Pokyny _____                                         | 11 |
| <b>PL</b><br>PAMIĘCIOWA ELEKTRONICZNA<br>WAGA OSOBOWA<br>Porady _____                                     | 12 |
| <b>H</b><br>MEMÒRIÀS ELEKTRONIKUS<br>SZEMÉLYMÉRLEG<br>Javaslatok _____                                    | 12 |
| <b>SK</b><br>ELEKTRONICKÉ OSOBNÉ<br>VÁHY S PAMÄT'OU<br>Pokyny _____                                       | 12 |
| <b>SLO</b><br>ELEKTRONSKE KOPALNIŠKE<br>TEHTNICE S POMNILNIKOM<br>POMEMBNI NAPOTKI ZA UPORABO _____       | 13 |
| <b>HR</b><br>ELEKTRONSKE OSOBNE VAGE S<br>MEMORIЈOM<br>VAŽNE UPUTE ZA UPORABU _____                       | 13 |
| <b>ROM</b><br>CÂNTAR ELECTRONIC CU MEMORIE<br>PENTRU PERSOANE<br>Instrucțiuni de utilizare _____          | 13 |
| <b>BG</b><br>ИНДИВИДУАЛНА ЕЛЕКТРОННА<br>ТЕГЛИЛКА С ПАМЕТ<br>Съвети за ползване _____                      | 14 |
| <b>SR</b><br>ELEKTRONIČKE KUPATILSKE VAGE<br>SA MEMORIЈOM<br>VAŽNA UPUTSTVA ZA UPOTREBU _____             | 14 |

## PERSONAL MEMORY FUNCTION\*

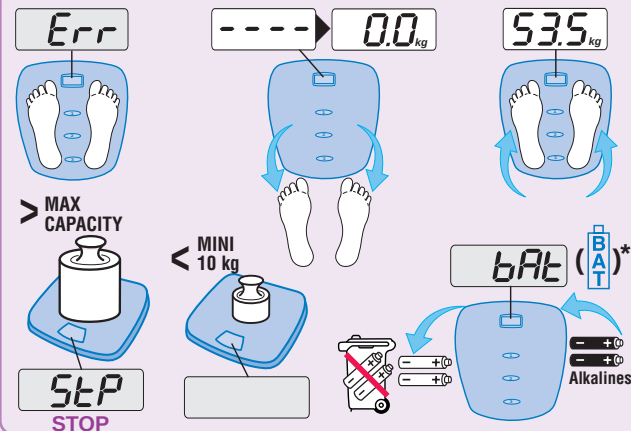
### EXAMPLE



## Precautions

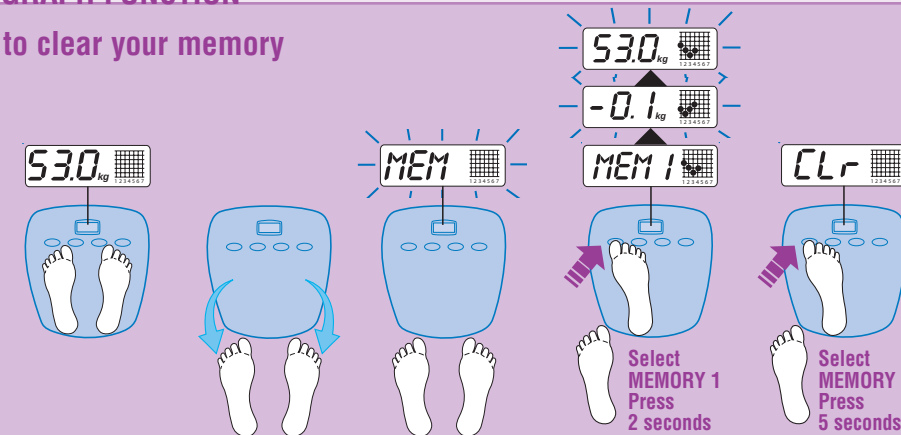


## Specific messages

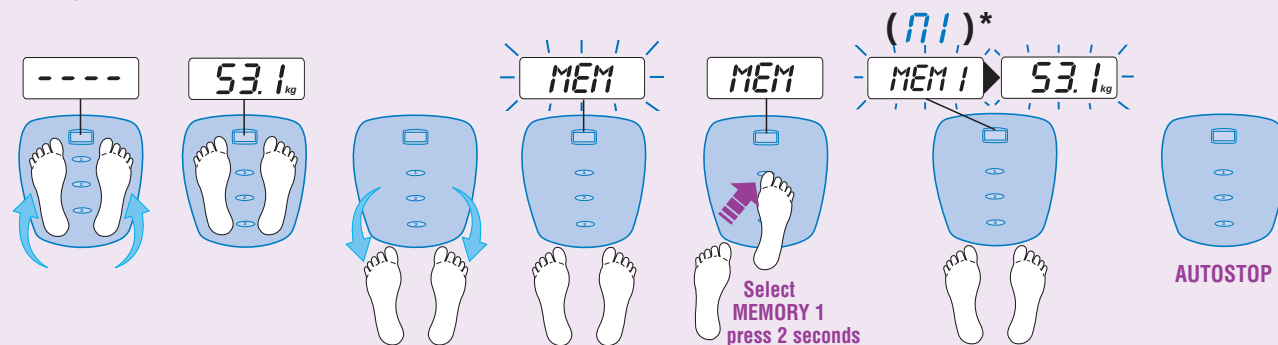


## GRAPH FUNCTION\*

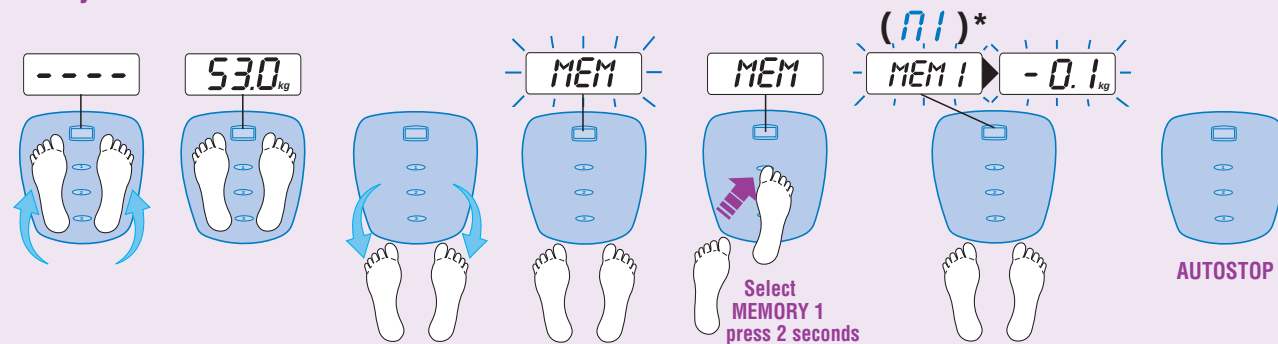
### to clear your memory



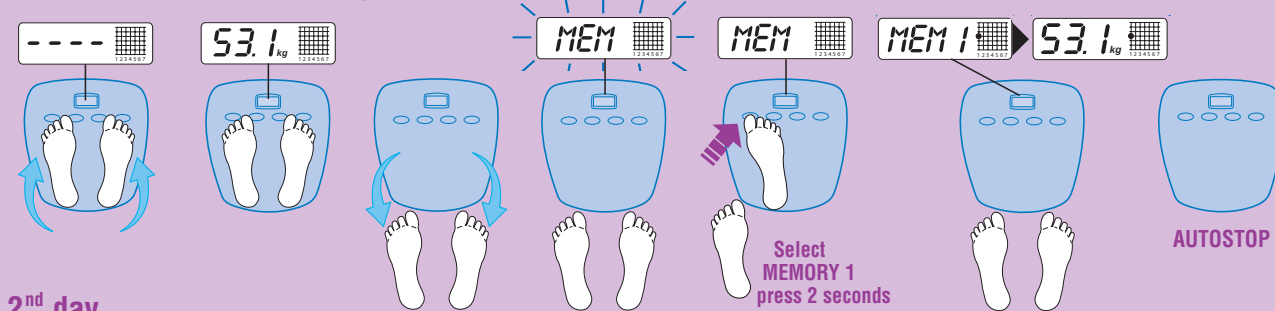
### 1<sup>st</sup> day



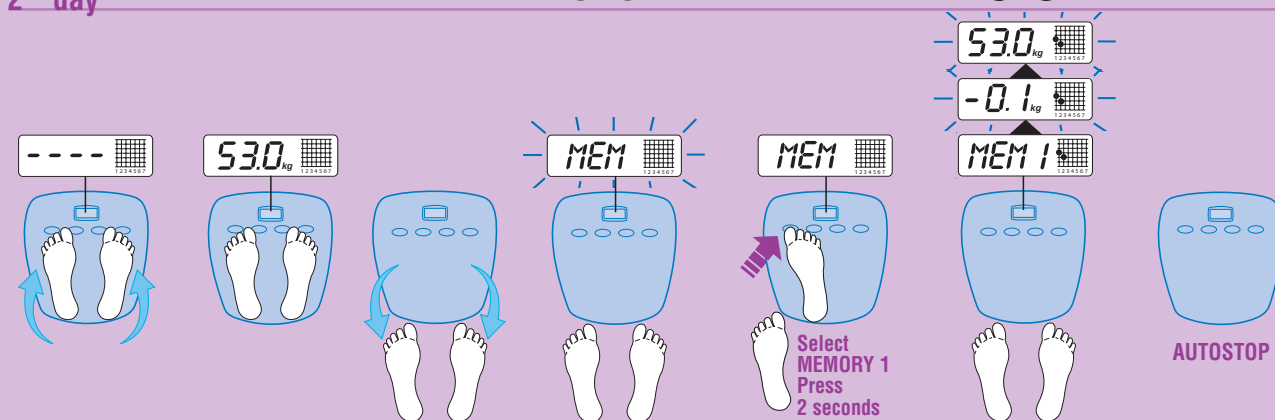
### 2<sup>nd</sup> day



### GRAPH FUNCTION\* 1<sup>st</sup> day



### 2<sup>nd</sup> day



## Conseils d'utilisation

- SE PESER TOUJOURS DANS LES MEMES CONDITIONS DE PREFERENCE AU REVEIL (pour ne pas prendre en compte les fluctuations de poids en cours de journée liées à l'alimentation, la digestion ou l'activité physique de l'individu). Des écarts très sensibles peuvent être mesurés d'un jour sur l'autre.

- **Pourquoi le poids s'affiche-t-il après quelques secondes ?** Le temps d'affichage dépend de votre aptitude à vous stabiliser sur le plateau. Il est indispensable d'être **parfaitement immobile** pour que la balance puisse calculer votre poids et l'afficher. En règle générale, plus le poids est élevé, plus le temps de stabilisation est long.

- **Pourquoi votre poids est-il différent sur un pèse-personne mécanique ?** A l'état neuf, un pèse-personne mécanique est jusqu'à 10 fois moins précis qu'un pèse-personne tout électronique TEFAL. A l'usage ses pièces en mouvement (fléaux-couteaux) s'usent ou se dérèglent entraînant ainsi des résultats moins précis tels qu'un poids inférieur au poids réel.

## Gebruiksvoorschriften

- ALTIJD ONDER DEZELFDE OMSTANDIGHEDEN WEGEN, BIJ VOORKEUR 'S MORGENS NA HET OPSTAAN: (zodat u geen rekening hoeft te houden met gewichtsschommelingen die in de loop van de dag kunnen optreden als gevolg van veranderingen in voeding, spijsvertering en lichamelijke inspanning). Zelfs de kleinste gewichtsverschillen kunnen van de ene op de andere dag waargenomen worden.

- **Waarom verschijnt het gewicht pas na een aantal seconden?** De tijd die nodig is om het gewicht weer te geven hangt af van de tijd die u nodig heeft om stabiel op de weegschaal te staan. Het is absoluut noodzakelijk om **volledig** stil te staan, zodat de weegschaal uw gewicht kan berekenen en weergeven. In het algemeen geldt: hoe hoger het gewicht, hoe langer de stabilisatietijd.

- **Waarom is mijn gewicht anders op een mechanische weegschaal?** Een nieuwe mechanische weegschaal is tot 10 keer minder nauwkeurig dan een volledig elektronische personenweegschaal van TEFAL. Door gebruik slijten of ontregelen de mechanisch bewegende delen van de mechanische weegschaal, waardoor weegresultaten (steeds) minder nauwkeurig worden, zoals een lager gewicht dan het werkelijke gewicht.

## Benutzungshinweise

- SICH STETS UNTER DEN GLEICHEN BEDINGUNGEN ZU WIEGEN, VORZUGSWEISE NACH DEM AUFSTEHEN (um eventuelle Gewichtsschwankungen durch Ernährung, Stoffwechsel, körperliche Anstrengungen zu vermeiden). Gewichtsabweichungen von einem Tag zum anderen sind möglich.

- **Warum wird das Gewicht erst nach einigen Sekunden angezeigt?** Die Anzeigzeit ist abhängig von Ihrer Art und Weise, die Waage zu betreten. Sie müssen völlig ruhig auf der Waage stehen, damit Ihr Gewicht angezeigt wird. In der Regel dauert die Stabilisierungszeit länger, je schwerer und größer die sich wiegende Person ist.

- **Warum gibt es eine Gewichts Differenz im Vergleich zu einer mechanischen Personenwaage?** Bei einer Neuanschaffung ist eine mechanische Waage um ein Vielfaches ungenauer als eine vollelektronische Personen – Computerwaage von TEFAL. Während des Gebrauchs nutzen sich die mechanischen Teile wie z.B. der Wiegebalken ab und die Ergebnisse werden ungenauer. Die mechanische Waage hat die Tendenz, ein niedrigeres Gewicht als das tatsächliche anzuzeigen. Des weiteren gibt die mechanische Nullstellung von Hand auch nur einen Näherungswert an.

## Consigli d'uso

- PESARSI SEMPRE NELLE STESSE CONDIZIONI, PREFERIBILMENTE AL RISVEGLIO (per non considerare le fluttuazioni di peso durante la giornata legate all'alimentazione, alla digestione o all'attività fisica di ogni individuo). Da un giorno all'altro possono esserci scarti molto sensibili.

- **Perchè il peso appare solo dopo qualche secondo ?** Il tempo di visualizzazione dipende dalla vostra capacità di stabilizzarvi sul piatto. " indispensabile essere **perfettamente immobili** perchè la bilancia possa calcolare il vostro peso e visualizzarlo. Generalmente, più il peso è elevato, più il tempo di visualizzazione è lungo.

- **Perchè il vostro peso è diverso da quello indicato su una pesapersona meccanica ?** Una pesapersona meccanica nuova è fino a 10 volte meno precisa di una pesapersona totalmente elettronica TEFAL. All'uso, i suoi pezzi in movimento (barre) si consumano o si sregolano provocando così risultati meno precisi come un peso inferiore al peso reale.

## Recomendaciones importantes de uso

- PESARSE SIEMPRE EN LAS MISMAS CONDICIONES, PREFERENTEMENTE AL LEVANTARSE (para no tener en cuenta las fluctuaciones de peso a lo largo del día relacionadas con la alimentación, la digestión, o la actividad física de cada persona). Pueden apreciarse diferencias mínimas de un día para otro.

- **¿Por qué el peso aparece transcurridos unos segundos?** El tiempo que tarda en aparecer su peso depende de su comportamiento encima de la báscula, ya que es indispensable estar totalmente inmóvil para que la báscula pueda calcular su peso y reflejarlo. Como regla general, a mayor peso más tiempo de espera.

- **¿Por qué su peso es diferente en una báscula mecánica?** Siendo nueva, una báscula mecánica es hasta 10 veces menos precisa que una báscula electrónica TEFAL. Con el uso, la báscula mecánica, fabricada con piezas móviles, se desajusta por lo que su precisión todavía disminuye más. Tiene, por lo tanto, tendencia a mostrar un peso cada vez más alejado del real.

## Recomendações de utilização importantes

- PESE-SE SEMPRE NAS MESMAS CONDIÇÕES, DE PREFERÊNCIA LOGO PELA MANHÃ (para evitar a cariação do peso que poderá ocorrer durante o dia, derivado da alimentação, digestão e actividade física). Diferenças de peso significantes podem ser observadas de um dia para o outro.

- **Porque demora alguns segundos até aparecer o peso?** O tempo utilizado para aparecer o peso depende da demora em se manter quieto na plataforma da balança. Deve por isso manter-se quieto para que a balança calcule o peso. Segundo a regra, quanto mais pesado for mais tempo demora a estabilizar completamente.

- **Porque é que o peso é diferente nas balanças mecânicas?** Mesmo novas, as balanças mecânicas são menos precisas do que as balanças electrónicas da TEFAL. Com o tempo, as partes móveis (ponteiros, eixos da balança) necessitam ou requerem ajustamentos que originam resultados menos precisos, tais como peso inferior ao peso verdadeiro.

## Important recommendations for use

- ALWAYS WEIGH YOURSELF UNDER THE SAME CONDITIONS, PREFERABLY FIRST THING IN THE MORNING (to avoid taking into account the weight variations during the day, relating to diet, digestion and physical activity). Significant weight differences may be observed from one day to the next.

- **Why does it take a few seconds for your scales to display the weight?** The time to display the weight depends on how long it takes you to stand stationary. You must be perfectly still for the scales to calculate your weight and display it. As a rule, the heavier the weight the longer the time until complete stabilisation occurs.

- **Why is your weight different on mechanical scales?** Even when brand new, mechanical scales are up to 10 times less accurate than TEFAL fully electronic scales. In time, the moving parts (beams, knife edges) wear or require adjustment leading to less accurate results such as a weight less than the true weight.

## Råd for vejning

- VEJ DEM ALTID PÅ SAMME TIDSPUNKT AF DAGEN, HELST OM MORGENEN, LIGE NÅR DE ER STÅET OP (for at undgå påvirkning af dagens fødeindtagelse, fordøjelse og fysiske udfoldelser). Ændring af kropsvægten bør måles fra dag til dag.

- **Hvorfor tager det nogle få sekunder for Deres personvægt at vise vejresultatet i displayet ?** Tiden afhænger af Deres evne til at stå helt stille på vejplatformen. Det er nødvendigt at stå så stille som muligt, for at vægten kan vises på displayet. Som regel jo højere vægt, jo længere tid går der før vægten stabiliseres.

- **Hvorfor er Deres vægt anderledes på Deres Tefal personvægt sammenlignet med andre mekaniske personvægte ?** Selvom der er helt ny, er en mekanisk personvægt op til 10 gange mindre præcis sammenlignet med en 100% elektronisk Tefal personvægt. Efter længere tids brug vil de mekaniske dele slides, og vægtens præcision vil aftage yderligere. Den vil være tilbøjelig til at vise mindre vægt end hvad der faktisk er tilfældet.

## Råd

- MAN SKAL ALLTID VEIE SEG UNDER DE SAMME OMSTENDIGHETER, OG HELST RETT ETTER AT MAN HAR VÅKNET OM MORGENEN (for at ikke vektforandringene som kan forekomme i løpet av dagen på grunn av matinntak, fordøyelse eller fysisk aktivitet skal påvirke resultatet). Det kan forekomme store vektavvik fra en dag til en annen.

- **Hvorfor vises vekten først etter noen sekunder?** Visningstiden avhenger av din evne til å stabilisere deg på vektflaten. Det er avgjørende at du står helt rolig for at vekten skal kunne kalkulere vekten din og deretter vise den. Jo høyere vekten er, jo lengre vil som regel stabiliseringstiden være.

- **Hvorfor veier du ikke det samme på en mekanisk vekt?** Selv ny er en mekanisk personvekt inntil 10 ganger mindre presis enn en elektronisk personvekt fra TEFAL. Over tid og i løpet av bruk vil de delene som er i bevegelse (fjærer, kanter) bli slitte eller upresise, noe som fører til mindre presise resultater som lavere vekt enn den reelle vekten.

## Rekommendationer

- VÄG DIG ALLTID I SAMMA FÖRHÅLLANDEN, HELST GENAST PÅ MORGONEN (för att inte ta hänsyn till variationerna i vikten under dagens lopp, som är förknippade med kosten, matsmältningen eller den fysiska aktiviteten). Mycket märkbara skillnader kan mätas från en dag till en annan.

- **Varför visas vikten om några sekunder?** Visningstiden beror på din förmåga att stå stabilt på fotplattan, för det är nödvändigt att vara helt orörlig för att vågen skall kunna räkna ut vikten och visa den. För det mesta är det så att ju tyngre vikten är, desto längre är stabiliseringstiden.

- **Varför är vikten annorlunda på en mekanisk personvåg?** När en mekanisk personvåg är ny, är den upp till 10 gånger mindre noggrann än en heleelektronisk personvåg från TEFAL. Med tiden slits de rörliga delarna (vågbalanser / eggjar) eller förlorar sin inställning, vilket leder till mindre noggranna resultat, som t. ex. en vikt som är lägre än den verkliga vikten.

## Neuvoja

- PUNNITSE ITSESI AINA SAMAA VUOROKAUDEN AIKAAN, MIELUITEN HETI AAMULLA (Paino vaihtelee päivän kuluessa ruokavaliosta, ruoansulatuksesta ja liikunnan määrästä riippuen). Huomattaviakin painonvaihteluja voi esiintyä päivästä toiseen.

- **Miksi paino tulee näkyviin vasta muutaman sekunnin kuluttua?** Näytön viive riippuu siitä, kuinka vakaasti seisot punnitusalustalla. On ehdottoman tärkeää pysyä täysin liikkumatta, jotta vaaka pystyy laskemaan painosi ja näyttämään sen. Nyrkkisääntö: mitä painavampi punnittava on, sitä kauemmin tuloksen näyttö viivästyy.

- **Miksi saat eri painon mekaanisella henkilövaaka'alla?** Uutena ostettu mekaaninen henkilövaaka on jopa 10 kertaa epätarkempi kuin täysin elektroninen TEFAL -vaaka. Käytettäessä mekaanisen vaakan liikkuvat osat (vaakan varret - veitset) kuluvat tai tulevat väärin säädetyiksi, jolloin tulos on epätarkempi esim. vaaka näyttää pienempää painoa kuin todellinen painosi olisi.

## TÜRK

### Önemli Kullanım tavsiyeleri

- HER ZAMAN AYNI KOŞULLAR ALTINDA VE SABAH İLK İŞ OLARAK TARTILIN.(diet, sindirim durumu ve fiziksel aktivite gibi koşullara bağlı olarak, gün içindeki ağırlık farklılıklarını engellemek için). Bir günden diğerine önemli ağırlık farkları oluşabilir.

- **Tartınızın kilonuzu göstermesi niçin birkaç saniye alır?** Tartınızın kilonuzu gösterme zamanı tamamen ne zaman hareketsiz kaldığınızla bağlıdır. Tartınızın kilonuzu hesaplaması ve göstermesi için tamamen hareketsiz kalmalısınız. Kural olarak, ne kadar kiloluysanız, tartılma işleminin tamamlanması o kadar uzun sürer

- **Kilonuz niçin mekanik tartılarda farklıdır?** Tamamen yeni de olsa, mekanik tartılar TEFAL %100 elektronik tartılardan 10 kat daha az hassastır.

Zamanla, tartınızın hareketli parçaları eskir veya aşınır, bu da gerçek kilonuzdan farklı sonuçlar göstermesine neden olur

## РУС

### ВАЖНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОЛЬЗОВАНИЮ ВЕСАМИ

- ПРОИЗВОДИТЕ ВЗВЕШИВАНИЕ ВСЕГДА ПРИ ОДИНАКОВЫХ УСЛОВИЯХ, ПРЕДПОЧТИТЕЛЬНО С УТРА ПЕРЕД ЕДОЙ (т.к.в течение дня ваш вес может изменяться в результате приема пищи, особенностей диеты и физической активности).

- **Почему весы показывают результат взвешивания не сразу, а лишь через несколько секунд?** Время, необходимое для того, чтобы весы начали показывать вес, зависит от статичности вашей позы. Вы должны стоять на весах неподвижно для того, чтобы весы могли измерить и показать ваш вес. Как правило, чем больше ваш вес, тем больше времени требуется весам для их полной стабилизации.

- **Почему показания ваших весов отличаются от показаний механических весов?** Даже если механические весы совершенно новые, электронные весы ТЕФАЛЬ превосходят их по точности в десять раз. Со временем подвижные части механических весов (балансиры, призматические опоры) изнашиваются или требуют регулировки, что приводит к менее точным замерам.

Весы TEFAL бытовые электронные детские, кухонные, для взвешивания людей.

Изготовлено во Франции на заводе Tefal для компании «Группа СЕБ», Франция (Groupe SEB, Chemin du Petit Bois Les 4M - BP 172 69132 Ecully Cedex France)

Московское представительство - АО «СЕБ СНГ»

119180, Москва, Старомонетный пер., 14 стр. 2, тел. 967-32-32

Срок службы изделий 2 года с даты продажи.

## ΕΛΛ

### ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΖΥΓΙΣΜΑ

- Πάντα να ζυγίζετε την ίδια ώρα της ημέρας, κατά προτίμηση πρωινές ώρες. (Το βάρος ποικίλει σημαντικά μέσα στη μέρα, ανάλογα με τη διατροφή και τη φυσική δραστηριότητα του ατόμου). Σημαντικές διαφορές βάρους παρατηρούνται από τη μία μέρα στην άλλη.

- **Πατί καθυστερεί μερικά δευτερόλεπτα, ώπου να δείξει το βάρος σας;** Είναι πολύ σημαντικό να παραμείνετε ακίνητοι, για να εμφανιστεί το βάρος σας σύντομα. Όσο μεγαλύτερο το βάρος, τόσο περισσότερη ώρα χρειάζεται για να σταθεροποιηθεί.

- **Πατί το βάρος σας είναι διαφορετικό στις μηχανικές ζυγαριές;** Ακόμα και όταν είναι καινούργιες, οι μηχανικές ζυγαριές είναι 10 φορές λιγότερο ακριβείς από την 100% ηλεκτρονική ζυγαριά TEFA. Χρήση με την χρήση, τα μηχανικά μέρη χαλαρώνουν και οι μηχανικές ζυγαριές γίνονται ακόμα λιγότερο ακριβείς, έχοντας μια τάση να δείχνουν λιγότερο βάρος από το πραγματικό.

## CZ

### Pokyny

- TĚLESNOU HMOTNOST KONTROLUJTE VŽDY ZA STEJNÝCH PODMÍNEK, NEJLÉPE RÁNO PO PROBUZENÍ (tak, aby se neprojevil změny hmotnosti během dne, spojené se stravováním, trávením nebo tělesnou aktivitou). Mezi jednotlivými dny mohou být zaznamenány velmi citelné odchylky

- **Proč se hodnota hmotnosti zobrazí teprve po několika vteřinách?** Doba zobrazení závisí na Vaší schopnosti stabilizace na váze. Pro výpočet a zobrazení Vaší hmotnosti je nezbytné, abyste během vážení stáli klidně. Obecně platí pravidlo, že čím vyšší je hmotnost, tím déle trvá stabilizace váhy.

- **Proč je Vaše hmotnost na osobní mechanické váze odlišná?** Nová mechanická osobní váha je až desetkrát méně přesná než digitální osobní elektronická váha TEFAL. Během používání se pohyblivé části mechanických vah (břity vážícího mechanismu) opotřebovávají nebo rozladují, což má za následek méně přesné výsledky, jako je např. nižší tělesná hmotnost než ve skutečnosti.

## Porady

- **ZAWSZE NALEŻY WAŻYĆ SIĘ W TYCH SAMYCH WARUNKACH, NAJLEPIEJ GDY JEST TO PIERWSZA CZYNNOŚĆ WYKONYWANA RANO** (w celu uniknięcia wahań ciężaru w ciągu dnia, które są skutkiem diety, trawienia i aktywności fizycznej człowieka). Można zaobserwować znaczące różnice ciężaru z dnia na dzień.

- **Dlaczego ciężar wyświetla się dopiero po kilku sekundach?** Czas jaki upływa do wyświetlenia wyniku zależy od tego, jak szybko staniesz nieruchomo. Musisz stać zupełnie nieruchomo, aby waga mogła Cię zważyć i wyświetlić wynik. Obowiązuje zasada, że im większy ciężar, tym dłuższy czas niezbędny do ustabilizowania wagi.

- **Dlaczego Twój ciężar różni się od ciężaru zmierzonego na wadze mechanicznej?** Wagi mechaniczne, nawet fabrycznie nowe, są do 10-ciu razy mniej dokładne niż całkowicie elektroniczne wagi TEFAL. Części mechaniczne (dźwignie, ostrza w łóżyskach nożowych) z upływem czasu zużywają się lub wymagają regulacji, czego skutkiem jest zmniejszenie dokładności ważenia, na przykład wyświetlanie ciężaru mniejszego niż rzeczywisty.

## Javaslatok

- **MINDIG UGYANOLYAN FELTÉTELEK MELLETT MÉRJÜK MEG MAGUNKAT, LEHETŐLEG REGGEL EZ LEGYEN AZ ELSŐ DOLGUNK** (az étkezésekből, az anyagcseréből és a testi erőfeszítésekből adódó esetleges súlyingadozások kiküszöbölése céljából).Egyik napról a másikra akár jelentősebb súlyeltérés is megfigyelhető.

- **Miért jelzi ki a mérleg a súlyt csak néhány másodperc elteltével?** A kijelzési idő attól függ, hogy mennyi időbe telik, amíg mozdulatlanul nem állunk. Teljesen mozdulatlanul kell állnunk ahhoz, hogy a mérleg meg tudja mutatni súlyunkat. Általában minnél nehezebb és nagyobb a méretkező személy, annál tovább tart a mérleg stabilizálódása.

- **A mechanikus személymérlegekkel összehasonlítva miért mutatkozik súlyeltérés?** Még a vadanatűj mechanikus mérlegek is majdnem tízszer pontatlanabbak a teljesen elektronikus Tefal mérlegeknél. Idővel a mechanikus alkatrészek (mérlegkar, mérőtömb) elkopnak vagy utánállítást igényelnek, amitől a mérés még pontatlanabbá válik, például a mérlegevesebbet mutat a tényleges testsúlynál.

## Pokyny

- **TELESNÚ HMOTNOSTĚ KONTROLUJTE VŽDY PŘI ROVNAKÝCH PODMIENKÁCH, NAJLEPŠÍE RÁNO PO PREBUDĚNÍ** (tak, aby sa neprejavili zmeny hmotnosti počas dňa, spojené so stravovaním, trávením alebo telesnou aktivitou). Medzi jednotlivými dňami môžu byť zaznamenané veľmi výrazné odchýlky.

- **Prečo sa hodnota hmotnosti zobrazí až po niekoľkých sekundách?** Doba zobrazenia závisí od Vašej schopnosti stabilizácie na váhe. Pre výpočet a zobrazenie Vašej hmotnosti je nevyhnutné, aby ste počas váženia stáli pokojne. Všeobecne platí pravidlo, že čím vyššia je hmotnosť, tým dlhšie trvá stabilizácia váhy.

- **Prečo je Vaša hmotnosť na osobnej mechanickej váhe odlišná ?** Nová mechanická osobná váha je až desiatkrát menej presná ako digitálna osobná elektronická váha TEFAL. Počas používania sa pohyblivé časti mechanických váh (ostrie vážiaceho mechanizmu) opotrebovávajú alebo rozladujú, čo má za následok menej presné výsledky, ako je napr. nižšia telesná hmotnosť než v skutočnosti.

## POMEMBNI NAPOTKI ZA UPORABO

- **VEDNO SE TEHTAJTE V ENAKIH OKOLIŠČINAH, PO MOŽNOSTI TAKOJ ZJUTRAJ** (s tem se boste izognili dnevnemu nihanju teže, ki je odvisno od diete, prebave in fizičnih aktivnosti). Teža lahko od dneva do dneva znatno niha.

- **Zakaj traja nekaj sekund, da tehtnica izpiše težo?** Čas, ki ga potrebuje tehtnica za izpis teže je odvisen od tega, kako dolgo potrebujete, da stojite povsem naravnost. Tehtnica bo izračunala in izpisala težo le, če boste stali **povsem mirno**. Praviloma traja pri večji teži stabilizacija dalj časa.

- **Zakaj kažejo mehanske tehtnice drugačen rezultat?** Tudi ko so povsem nove, so mehanske tehtnice približno desetkrat manj natančne od TEFALOVIH elektronskih tehtnic. Sčasoma se gibljivi mehanski deli (prečniki, ostri robovi) obrabijo, kar pomeni, da jih je potrebno ponovno nastaviti, slednje pa poslabša natančnost meritev in s tem daje rezultate, ki so višji ali nižji od prave teže.

## VAŽNE UPUTE ZA UPORABU

- **UVIJEK SE VAŽITE U ISTIM OKOLNOSTIMA, PO MOGUĆNOSTI ODMAH UJUTRO** (tako ćete izbjeći dnevno variranje težine koje ovisi o dijeti, probavi i tjelesnim aktivnostima). Težina može znatno varirati od dana do dana.

- **Zašto traje nekoliko sekundi da vaga ispiše težinu?** Vrijeme potrebno za ispis težine ovisi o tome koliko Vam vremena treba da se postavite posve uspravno. Vaga će izračunati i prikazati težinu samo ako budete stojali **posve mirno**. U pravilu stabilizacija pri većoj težini traje dulje vremena.

- **Zašto mehaničke vage prikazuju drukčiji rezultat?** I kada su posve nove, mehaničke su vage približno deset puta manje precizne od TEFALOVIH elektronskih vaga. Vremenom se gibljivi mehanički dijelovi (grede, oštri rubovi) troše, što znači da ih treba ponovno podesiti, a podešavanje oslabljuje preciznost mjerenja i tako daje rezultate koji su viši ili niži od prave težine.

## Instrucțiuni de utilizare

- **CÂNTĂRIȚI-VĂ ÎNTOTDEAUNA ÎN ACELEAȘI CONDIȚII, PREFERABIL DIMINEAȚA** (pentru a nu trebui să țițeiți cont de fluctuațiile de greutate din cursul zilei, cauzate de alimentație, de digestie sau de activitățile fizice individuale). Pot fi observate diferențe foarte mici de la o zi la alta.