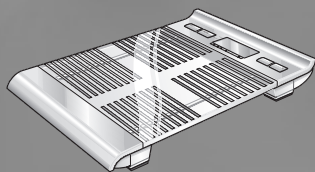




## PPW 6310



de Gebrauchsanleitung  
en Operating instructions  
fr Notice d'utilisation  
it Istruzioni per l'uso  
nl Gebruiksaanwijzing  
da Brugsanvisning  
no Bruksanvisning  
sv Bruksanvisning  
fi Käyttöohje  
es Instrucciones de uso

pt Instruções de serviço  
el Οδηγίες χρήσης  
tr Kullanma talimatı  
pl Instrukcja obsługi  
hu Használati utasítás  
bg Указания за употреба  
ru Инструкция  
по эксплуатации  
ar تعليمات الاستخدام



# BOSCH

<b>de</b> .....	3
<b>en</b> .....	7
<b>fr</b> .....	12
<b>it</b> .....	16
<b>nl</b> .....	21
<b>da</b> .....	25
<b>no</b> .....	29
<b>sv</b> .....	34
<b>fi</b> .....	38
<b>es</b> .....	42
<b>pt</b> .....	47
<b>el</b> .....	51
<b>tr</b> .....	57
<b>pl</b> .....	61
<b>hu</b> .....	66
<b>bg</b> .....	70
<b>ru</b> .....	75
<b>ar</b> .....	85

## Обзор комплектности

### Рисунок 1

- 1 Дисплей
- 2 Клавиши +/- (для выполнения установок)
- 3 Измерительные контакты
- 4 Клавиша **MODE**
- 5 Клавиша **SET**
- 6 Отделение для батарейки

Рост	100–220 см	
Единица измерения	кг/г (градуировка 100 г)	
Возраст	10–99 лет	
Пол	мужской	женский
Режим	нормальный	для спортсменов
Содержание жира в организме	в % (градуировка 0,1 %)	
Содержание воды в организме	в % (градуировка 0,1 %)	

## Ввод в эксплуатацию

- Вставьте входящую в комплект поставки батарейку в отделение для батареек **6**, как показано на **рисунке 2**.
- Поставьте весы на ровное, твердое и сухое основание.
- Приведите весы в исходное состояние, слегка прикоснувшись к поверхности весов посередине.

На дисплее сначала появляется индикация **0000**. После чего весы автоматически выключаются. Теперь они готовы к работе.

Эти весы выполняют две функции:

- функцию только взвешивания или
- функцию измерения веса, а также содержания в организме жира и воды (для чего следует ввести в память весов личные данные).

## Функция взвешивания

### Рисунок 3

- Встаньте на весы и стойте на них спокойно до тех пор, пока штриховая индикация на дисплее **1** не исчезнет. При этом Вам следует равномерно распределить вес на обе ноги.

Теперь можно прочесть результат взвешивания в кг/г.

Через несколько секунд по окончании процесса взвешивания весы автоматически выключаются. Перед выключением на дисплее ненадолго появляется столбцовая диаграмма.

## Ввод личных данных

Чтобы измерить содержание жира и воды в организме, сначала необходимо ввести личные данные. В Вашем распоряжении имеется 10 ячеек памяти, в которые можно записать такие личные данные как рост, возраст и пол.

**Указание:** если во время программирования в течение примерно 15 секунд не будет нажата ни одна из клавиш, то весы автоматически выключаются. Если нажимать на клавишу +/- **2** не отпуская, то это ускоряет ввод чисел.

### Рисунок 4

- Для программирования поставьте весы на горизонтальную поверхность.
- Нажмите клавишу **MODE 4**: на дисплее замигает установочное значение для ввода роста.
- С помощью клавиш + – **2** введите рост.
- Для подтверждения правильности ввода нажмите клавишу **SET 5**. После этого замигает установочное значение для возраста.

- С помощью клавиш + – 2 введите возраст.
- Для подтверждения правильности ввода нажмите клавишу **SET 5**.  
Теперь мигает символ ♀ (женский пол) или ♂ (мужской пол).
- С помощью клавиш + – 2 выберите подходящий пол.
- Для подтверждения правильности ввода нажмите клавишу **SET 5**. После этого начинает мигать символ нормального режима или режима для спортсменов.
- С помощью клавиш + – 2 выберите нормальный режим (N) или режим для спортсменов (A).

**Важная информация:** выбор режима проводится только, начиная с 18 лет. Для лиц моложе 18 лет дисплей перескакивает через эту возможную установку.

- Для подтверждения правильности ввода нажмите клавишу **SET 5**. Прозвучит сигнал. Теперь на дисплее появляется символ R (ячейка памяти).
- С помощью клавиш + – 2 выберите одну из десяти ячеек памяти. Уже занятая ячейка обозначается знаком ■.
- Для подтверждения правильности ввода нажмите клавишу **SET 5**. Прозвучит сигнал. Это значит, что введенные данные записаны в память.

Через пару секунд весы автоматически выключаются. Для записи данных в другие ячейки памяти Вам придется повторить процесс, описанный в разделе **Ввод личных данных**.

**Важная информация:** чтобы стереть данные, записанные в ячейку памяти, обозначение ячейки следует сначала вызвать на дисплей. Затем нажмите одновременно клавиши + – 2: записанные в эту ячейку данные стираются.

## Измерение веса, а также содержания в организме жира и воды.

### Рисунок 5


- Включите весы с помощью клавиши + или – 2.
- С помощью клавиши + (нечетные ячейки памяти) или – (четные ячейки памяти) выберите ячейку памяти с запрограммированными личными данными, напр., 2.  
На дисплее появятся введенные Вами личные данные.
- Для подтверждения правильности ввода нажмите клавишу **SET 5**. Прозвучит сигнал.
- Встаньте на весы и стойте на них спокойно до тех пор, пока штриховая индикация на дисплее **1** не исчезнет. При этом Вам следует равномерно распределить вес на обе ноги.

**Важная информация:** на весы можно становиться только босиком.

Сначала на дисплее появится примерно на 2 секунды:

– вес в кг/г (градуировка 100 г)

Затем весы вычисляют содержание жира и воды в организме в процентах. На дисплее **1** мигает

индикация . Как только процесс вычисления заканчивается, звучит сигнал. Пока Вы будете оставаться на весах, на дисплее **1** будут появляться одна за другой 4 строки:

- Содержание жира в организме в % (градуировка 0,1 %)  
Вес в кг/г (градуировка 100 г)
- Содержание воды в организме в % (градуировка 0,1 %)  
Вес в кг/г (градуировка 100 г).

**Информация:** столбцовая диаграмма внизу дисплея показывает графическую оценку веса к каждому измеренному значению.



**Это важно:** чтобы измерение было точным, стопы ног, икры и бедра не должны касаться друг друга.

Через несколько секунд по окончании процесса измерения веса автоматически выключаются.

## Как функционирует система измерения содержания жира

Содержание жира в организме измеряется по принципу BIA (биоэлектрический анализ полного сопротивления тела). Для этого весы посылают через тело слабый, совершенно безвредный электрический сигнал.

Затем измеряется сопротивление (импеданс), которое тело оказывает проходящему сигналу.

Это сопротивление зависит от состава человеческого тела. Мускулы и органы содержат воду, поэтому они хорошо проводят ток. Жир оказывает сопротивление, поэтому он плохо проводит ток.

На основании этого измеренного сопротивления, с учетом введенных в память весов личных данных (рост, возраст, пол), вычисляется содержание жира в организме в процентах. Количество жира в организме у каждого человека разное. Поэтому в приведенной ниже таблице указаны лишь ориентировочные значения.



**Источники:** Директивы BMI NIH/WHO, цитируемые согл. Gallagher, при NY Obesity Research Center.

**Это важно:** результаты измерений служат лишь в качестве данных для наблюдения за изменениями, происходящими в течение продолжительного времени. Они не могут заменить врачебного наблюдения и советов врача. Чтобы получить более подробную информацию о том, что означают полученные при взвешивании значения количества жира и воды, содержащихся в организме, а также узнать идеальные лично для Вас значения этих параметров, обратитесь, пожалуйста, к Вашему домашнему доктору.

### Рекомендация:

- Чтобы получить соизмеримые значения измерений, проводите взвешивание каждый день в одно и то же время при одинаковых условиях (рекомендуется делать это по утрам или через три часа после еды или занятий спортом). В течение дня значения параметров могут изменяться примерно на 5 %, что обусловлено законами природы.
- На весы следует становиться таким образом, чтобы подошвы ног соприкасались с как можно большим количеством контактов.
- Очень сухая кожа и/или очень сильное ороговение кожи на ногах может негативно повлиять на правильность результатов взвешивания. Хорошее кровообращение в ногах или слегка влажные ступни ног приводят к более точным результатам. Следите, пожалуйста, за тем, чтобы подошвы ног не были мокрыми.

## Режим взвешивания для спортсменов

Наукой доказано, что организм спортсменов резко отличается от организма тех, кто занимается спортом лишь в свободное от работы время или не занимается им вообще. Поэтому в этих весах имеется две установки: можно выбирать нормальный режим взвешивания или режим взвешивания для спортсменов. Режим для спортсменов может выбирать, например, тот, кто интенсивно тренирует выносливость организма в течение как минимум 8–10 часов в неделю, занимается силовыми видами спорта, повышая сопротивляемость организма, и частота пульса которого составляет макс. 60 ударов в минуту. Этот режим можно выбирать только, начиная с 18 лет.

## Что говорит измеренное значение о содержании воды в организме

Вода играет в организме жизненно важную роль. С возрастом количество воды уменьшается. У взрослого человека общее содержание воды в среднем составляет 50–65 %. Поддержание оптимального количества воды в организме является предпосылкой сохранения здоровья, так как вода помогает избежать многих болезней.

## Общая информация

На результаты измерения количества жира и воды в организме влияет имеющееся в организме количество воды. Оно изменяется, например, в зависимости от времени суток, нагрузки на организм, приема ванны или душа, менструации, приема пищи или жидкости. Болезни или прием медикаментов могут также сказаться на точности результатов измерений.

**Указание:** для детей младше 10 лет результаты измерений не дают полной информации о состоянии организма.

## Чистка

Никогда не погружайте весы в воду. Не пользуйтесь для чистки кофеварки парочистителями.

- Протрите весы влажной тряпкой, пользоваться абразивными чистящими средствами нельзя.
- Стекланную поверхность можно почистить с помощью имеющегося в продаже средства для чистки стекла.
- Измерительные контакты можно протереть, немного смочив тряпку спиртом.

## Сообщения об ошибках

### ERR 0

Приведение в исходное состояние было неправильным. Извлеките батарейку снова установите ее на место. Затем слегка прикоснитесь к поверхности весов посередине.

### ERR 1

Взвешиваемый человек не стоял спокойно в течение достаточно долгого времени. На весах следует стоять спокойно в течение минимум пяти секунд.

### ERR 2

Измеряемый вес слишком большой (макс. 150 кг).

### ERR 3

Слишком слабый контакт между пятками ног и измерительными контактами 3. Поставьте ноги точно на измерительные контакты 3.

**Важная информация:** очень сухая кожа и/или очень сильное ороговение кожи на ногах может негативно повлиять на правильность результатов взвешивания. Хорошее кровообращение в ногах или слегка влажные ступни ног приводят к более точным результатам. Для создания лучшего контакта увлажните ноги и затем повторите процесс взвешивания. Но, пожалуйста, следите за тем, чтобы ступни ног не были слишком мокрыми.

### ERR 4

Значение процентного содержания жира в организме находится за пределами диапазона 5–50%. Повторите процесс взвешивания.

### ERR 5

Значение процентного содержания воды в организме находится за пределами диапазона измерения. Для создания лучшего контакта увлажните ноги и затем повторите процесс взвешивания.

### LO

Батарейка разрядилась или она слишком слабая. Замените батарейки (смотрите рисунок 2). В заключение приведите весы в начальное состояние, для чего коротко нажмите на них посередине.

**Аккумуляторами пользоваться нельзя! В весы следует вставлять только батарейки такого-же типа.**

## Утилизация



Данный прибор имеет отметку о соответствии европейским нормам 2002/96/EG утилизации электрических и электронных приборов (waste electrical and electronic equipment – WEEE). Данные нормы определяют действующие на территории Евросоюза правила возврата и утилизации старых приборов.

Информацию о существующих методах утилизации Вы сможете получить у Вашего торгового агента.

Отработанные батарейки следует сдавать в общественные приемные пункты или назад в ту торговую организацию, где Вы приобрели Ваши весы.

Право на внесение изменений оставляем за собой



Уважаемые господа, сообщаем Вам, что наша продукция сертифицирована на соответствие российским требованиям безопасности согласно Закону РФ «О защите прав потребителей». Информацию по сертификации наших приборов, а также данные о номере сертификата и сроке его действия Вы можете получить в фирме ООО «БСХ Бытовая техника» по телефону (095) 737-2939.

Телефон диспетчерской службы по ремонту бытовых приборов «Бош»:	(095) 737-2961
Телефон диспетчерской службы по ремонту бытовых приборов «Сименс»:	(095) 737-2962
Телефон диспетчерской службы по ремонту бытовых приборов «Геггенау»:	(095) 737-2965
Технические консультации по телефону:	(095) 737-2975
Прием заявок на ремонт и рекламаций:	(095) 737-2982 (факс)

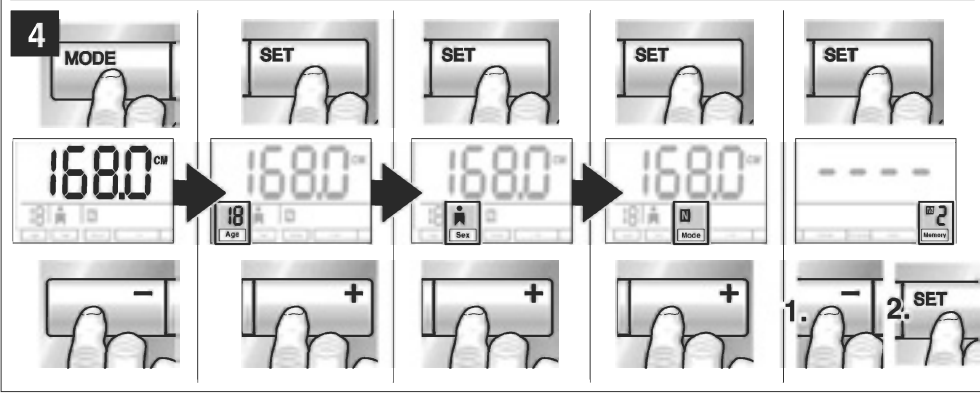
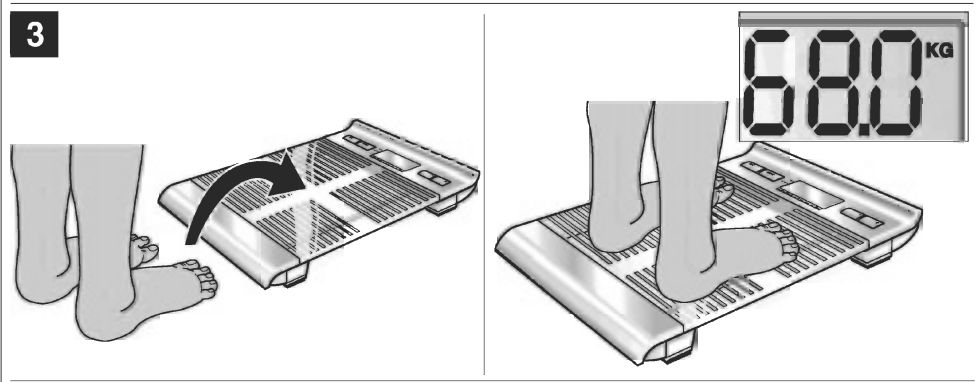
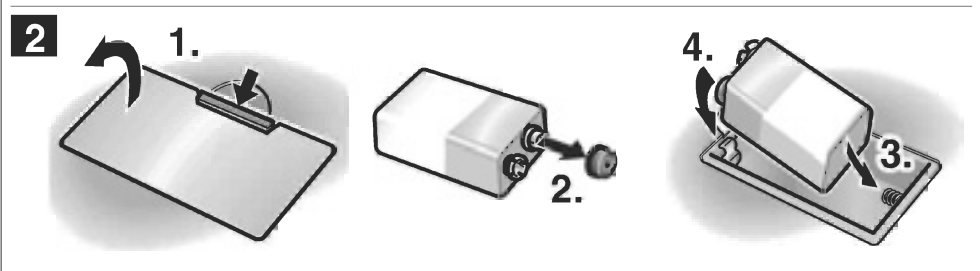
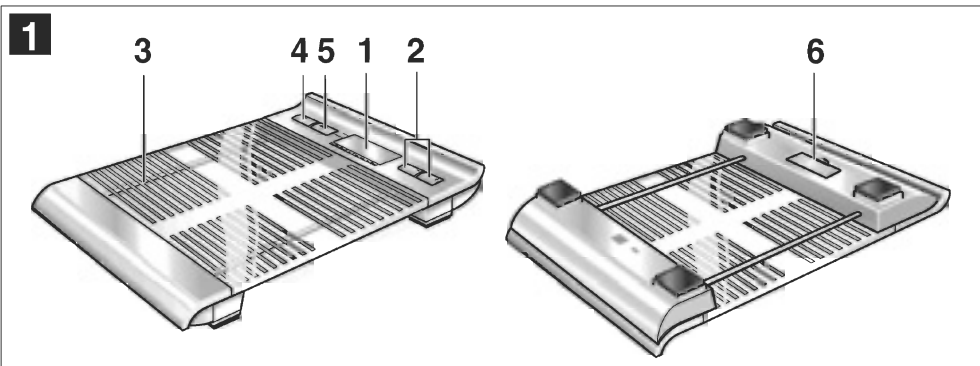
## Гарантия изготовителя

Фирма-изготовитель предоставляет на приобретенный Вами прибор, к которому при покупке был выдан Гарантийный талон, гарантию в соответствии с действующим законодательством РФ о защите прав потребителей сроком **12 месяцев**.

## Внимание! Важная информация для потребителей

- Данный прибор предназначен для использования исключительно для личных, семейных, домашних и иных нужд, не связанных с осуществлением предпринимательской деятельности. Использование прибора в целях, отличных от вышеуказанных, является нарушением правил надлежащей эксплуатации прибора.
- Изготовитель не несет ответственность за недостатки в приборе, если сервисной службой будет доказано, что они возникли после передачи прибора потребителю вследствие нарушения им правил пользования, транспортировки, хранения, действий третьих лиц, непреодолимой силы (пожара, природной катастрофы и т.п.), попадания бытовых насекомых и грызунов, воздействия иных посторонних факторов, а также вследствие существенных нарушений технических требований, оговоренных в инструкции по эксплуатации, в том числе нестабильности параметров электросети, установленных ГОСТ 13109-87.
- Для подтверждения даты покупки прибора при гарантийном ремонте или предъявлении иных предусмотренных законом требований, убедительно просим Вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанцию, правильно и четко заполненный гарантийный талон с указанием серийного номера прибора, даты продажи, четко различимой печати продавца, иные документы, подтверждающие дату и место покупки). С целью облегчения дальнейшего сервисного обслуживания Вашего прибора, обращайтесь к мастерам сервиса с просьбой о занесении сведений обо всех произведенных ремонтных работах в соответствующий раздел Гарантийного талона.
- Рекомендуем доверять подключение (установку) приборов, требующих специального подключения (установки), только организациям (предпринимателям), занимающимся по роду своей деятельности осуществлением таких работ. Специалисты, осуществляющие подключение (установку), делают отметку о подключении (установке) в соответствующем разделе Гарантийного талона. Просим сохранять квитанции и иные документы о подключении (установке) Вашего прибора в течение срока его эксплуатации.
- Соблюдение рекомендаций и указаний, содержащихся в инструкции по эксплуатации (правилах пользования), поможет избежать проблем в эксплуатации прибора и его обслуживании.
- Неисправные узлы приборов в гарантийный период бесплатно ремонтируются или заменяются новыми. Решение вопроса о целесообразности их замены или ремонта остается за службами сервиса.
- В период и после истечения гарантийного срока наша Служба сервиса, а также мастерские наших партнеров всегда готовы предложить Вам свои услуги. Список адресов уполномоченных изготовителем пунктов авторизованного сервисного обслуживания прилагается.
- С информацией о сроке службы на бытовые приборы Вы можете ознакомиться в товаросопроводительной документации, в магазине при покупке прибора, либо в сервисных центрах.





5

