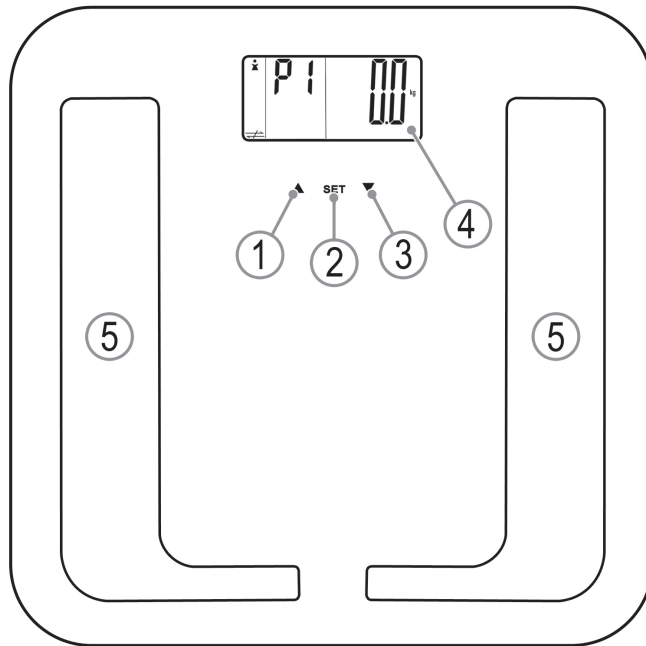


# EV107

|             |   |
|-------------|---|
| GB          | Digital Personal Scales with Bluetooth                  |
| CZ          | Digitální osobní váha s Bluetooth                       |
| SK          | Digitálna osobná váha s Bluetooth                       |
| PL          | Cyfrowa waga osobowa z Bluetooth                        |
| HU          | Digitális személymérleg Bluetooth funkcióval            |
| SI          | Digitalna osebna tehtnica z Bluetooth                   |
| RS HR BA ME | Digitalna kupaońska vaga sa značajkom Bluetooth         |
| DE          | Digitale Personenwaage mit Bluetooth                    |
| UA          | Цифрові особисті ваги з Bluetooth                       |
| RO          | Cântar digital de persoane cu Bluetooth                 |
| LT          | Skaitmeninės vonios svarstyklės su „Bluetooth“ funkcija |
| LV          | Digitālie vannas istabas svāri ar Bluetooth             |
| EE          | Digitaalne kaal Bluetooth`iga                           |
| BG          | Цифрова везна за баня с Bluetooth                       |





## GB | Digital Personal Scales with Bluetooth

Read this manual and safety instructions carefully before first use of the product!

### Technical specifications:

Toughened safety glass: 6 mm

LCD display: 88 × 40 mm

Maximum weight: 150 kg

Minimum load: 5 kg

Measurement increments: 0.1 kg / 0.2 lb

Unit of measure: kg/lb/st

Memory: max. 9 users; 8 users in Bluetooth app

Minimum requirements for connecting to a Bluetooth device:

iOs 6.0 or higher + Bluetooth 4.0 or higher

Android 4.3 or higher + Bluetooth 4.0 or higher

height setting: 60–240 cm

age setting: 10 to 99 years

unit, increment of fat content measurement: 0.1 %

unit, increment of water content measurement: 0.1 %

unit, increment of muscle mass measurement: 0.1 %

Automatic switch-off after 10 seconds

Low battery/scales overloaded indicator

Power supply: 4× 1.5 V AAA (not included)

### Basic rules for use:











1. Digital bathroom scales EV107 are designed for household use only.
2. Have all repairs done by a professional in a repair shop or the store where you bought the device!
3. Do not use the scales in the vicinity of devices which create electromagnetic fields. Place the scales at a sufficient distance from such products to prevent mutual interference.
4. The result is only an approximate value. The product is not a medical tool. Please always consult your doctor regarding medication or diet to achieve optimal weight.
5. Do not insert any objects into the openings on the device.
6. The scales are intended for weighing persons older than 10 and younger than 99 years of age.
7. Weighing house pets is not allowed.

8. Protect the scales from falls or impacts. Do not jump on the scales.
9. You or the device may slip when on a wet surface. Similarly, never stand on the edge of the scales when on a smooth surface, and keep balance while standing on the scales.
10. Due to electronic impedance, never use the device in the following circumstances:
  - a) you have an implanted pacemaker or another medical electronic implant,
  - b) you suffer from heart problems or disease,
  - c) during pregnancy,
  - d) you are treated with dialysis,
  - e) you have a fever,
  - f) you suffer from osteoporosis,
  - g) you have an oedema or swelling,
  - h) you have been exercising longer than 5 hours,
  - i) your heart rate is lower than 60 beats per minute.
11. Only use the scales in accordance with the instructions provided in this manual.
12. The producer is not liable for damage caused by improper use of the device.
13. This appliance is not intended for use by persons (including children) whose physical, sensory or mental disability or lack of experience and expertise prevents safe use, unless they are supervised or instructed in the use of the appliance by a person responsible for their safety. Children must always be supervised and must never play with the appliance.

### Description of the scale:

1. ▲ button – increases value by 1 unit of measure.
2. SET button – manually turns on the scales, input information settings.
3. ▼ button – reduces value by 1 unit of measure.
4. Display
5. Contact surface

### Overview of Icons

| Icon  | Meaning  |
|---|--|
| kg (lb / st:lb)   | Body weight  |
| P1 - P9   | User position in memory  |
|          | Male   |
|          | Female   |
| cm (↗ ↘)  | Body height  |
| age<br> | Age  |
|        | This indicator flashes during transmission                       |
|        | Scales not connected to Bluetooth application                    |
|        | Body fat   |
|        | Water content in body  |
|        | Muscle mass  |
|        | Bone weight  |
|        | Fat in organs  |
| %   | Values in percent – body fat / water / muscle mass / bone weight |

| Icon  | Meaning   |
|---|---|
|  | Underweight, normal weight, overweight, obesity |
|  | Daily kilocalorie requirement                   |
|  | BMI value                                       |

## Inserting/Replacing Batteries

1. Open the battery compartment cover on the bottom side of the scales.
2. Remove the depleted batteries.
3. Insert new 4x 1.5 V AAA batteries. Make sure you observe the correct polarity.  
If batteries are protected by a safety film, remove it first before putting the batteries into the scales.  
Only use alkaline batteries of the same type; do not use old and new batteries at the same time; do not use rechargeable batteries.
4. Close the cover.

## Basic Weight Measurement (without BMI) / Changing Unit of Weight

1. Place the scales on a flat, hard and stable surface.
2. Carefully step onto the scales - the scales turn on automatically.  
If you wish to change the unit of weight, repeatedly press the kg/lb/st button on the bottom side of the scales.
3. Stand still on the scales and do not move – after a while, the measured weight will be displayed.
4. Set the desired unit of weight by repeatedly pressing the kg/lb/st button.
5. After 30 seconds, the scales turn off automatically.

## MEASURING BODY FAT, WATER, MUSCLE MASS, BONES

### INFORMATION FOR MEASURING BODY FAT

**WARNING:** Persons using a pacemaker or another implant with electronic components are not allowed to use these scales – proper functioning of the implant might be impaired.

**NOTE:** Correct measurements can only be achieved when standing evenly on the scales, barefoot and with dry feet! The basic principle of the device is measuring the electrical impedance within the human body. To obtain data, the scales send a weak, unnoticeable electronic signal through the body.

The signal is completely safe! The method is called „Bioelectrical Impedance Analysis“ (BIA), a factor based on the mutual relation between the body and weight and the associated percentage of water in the body, as well as other biological data (age, sex, body weight). There are corpulent people with a balanced ratio between fat and muscle mass and lean people with very high body fat value. Body fat is a factor which can significantly impact for instance the cardiovascular system. Therefore, checking both values (fat and weight) is a useful tool for maintaining good fitness and a healthy body.

### BODY FAT

Body fat is an important component of the body – it is key for protecting the joints, and is also a source of vitamins, serves as a body temperature regulator, and overall plays a vital role in the human body. It is advised to not reduce its amount rapidly, but to ensure it is at a healthy level, keeping a good balance between muscle mass and fat.

### VISCERAL FAT

Visceral fat (or organ fat) is located in the abdominal cavity around and inside our organs. It serves as their protection. Visceral fat is hidden. The amount of visceral fat is not dependent on the amount of subcutaneous fat in the body.

If we have excess visceral fat, it can be more dangerous than subcutaneous fat. Visceral fat is linked to hyperlipidemias (elevated level of lipids in blood). These may lead to more serious chronic diseases, such as diabetes, or acute diseases such as heart attacks or strokes.

### IMPORTANCE OF WATER FOR OUR HEALTH

The human body is approximately 55–60 % water, with ratios varying based on age and sex.

Water has several roles in the human body:

- Constitutes our cell blocks; meaning that every cell, such as skin cells, brain cells, muscle cells, operate correctly only if they contain sufficient water.
- It is an important substance released in our body.
- It transports nutrients and metabolites in the body.

You can compare the reference values for your fitness profile with the following table. It shows the dependence of body fat on age and sex. Focus more on keeping a balance of water in the body. Similarly to fat levels, water levels fluctuate during the day. The obtained relevant results, make measurements always at the same time of the day. The obtained measurements for body fat and water should be taken rather as informative. They are not recommended for medical purposes. Always consult these measurements with your doctor before making radical changes to your regimen.

| Age (in years) | Women     |                   | Men       |                   | Type        |
|----------------|-----------|-------------------|-----------|-------------------|-------------|
|                | Body fat  | Water in the body | Body fat  | Water in the body |             |
| 30 and less    | 4.0–20.5  | 66.0–54.7         | 4.0–15.5  | 66.0–58.1         | Underweight |
|                | 20.6–25.0 | 54.6–51.6         | 15.6–20.0 | 58.0–55.0         | Normal      |
|                | 25.1–30.5 | 51.5–47.8         | 20.1–24.5 | 54.9–51.9         | Overweight  |
|                | 30.6–50.0 | 47.7–34.4         | 24.6–50.0 | 51.8–34.4         | Obesity     |
| above 30       | 4.0–25.0  | 66.0–51.6         | 4.0–19.5  | 66.0–55.4         | Underweight |
|                | 25.1–30.0 | 51.5–48.1         | 19.6–24.0 | 55.3–52.3         | Normal      |
|                | 30.1–35.0 | 48.0–44.7         | 24.1–28.5 | 52.2–49.2         | Overweight  |
|                | 35.1–50.0 | 44.6–34.4         | 28.6–50.0 | 49.1–34.4         | Obesity     |

### Measuring Weight with Display of Body Fat, Water, Muscle Mass, Bones, BMI

Before weighing, enter basic information about each user.

You can save a maximum of 9 users (max. 8 users in Bluetooth application).

Take off your shoes and socks before weighing, otherwise the displayed information will be incorrect.

### Saving User Information

Press the SET button.

P1 will begin flashing on the screen, indicating user no. 1.

Again press the SET button to save information for the user under number 1 or press ▲/▼ to change the user number.

**Enter input information using buttons ▲/▼ in the following order:**

User number – sex – age – height.

Confirm each value by pressing SET.

You can later change the saved information by pressing the SET button.

If you wish to change the unit of weight, repeatedly press the kg/lb/st button on the bottom side of the scales.

**After entering input information, the display will show 0.0 kg.**

Step onto the scales and stand still; do not move – after a while, the display will show:

Current weight → body fat → water → bone weight → visceral fat → muscles → daily kilocalorie requirement → BMI → icon for degree of obesity → weight loss (down arrow + Decrease) or weight gain (up arrow + Increase) compared to previous measurement. This information will be displayed 3x in a row.

Then the scales will turn off.

### Amount of fat in the body:

| Age   | Female      |               |            |           |
|-------|-------------|---------------|------------|-----------|
|       | Underweight | Normal weight | Overweight | Obesity   |
| 10–17 | 3.0–15.0    | 15.1–22.0     | 22.1–26.4  | 26.5–50.0 |
| 18–30 | 3.0–15.4    | 15.5–23.0     | 23.1–27.0  | 27.1–50.0 |
| 31–40 | 3.0–16.0    | 16.1–23.4     | 23.5–27.4  | 27.5–50.0 |
| 41–60 | 3.0–16.4    | 16.5–24.0     | 24.1–28.0  | 28.1–50.0 |
| 61–99 | 3.0–17.0    | 17.1–24.4     | 24.5–28.4  | 28.5–50.0 |

| Age   | Male        |               |            |           |
|-------|-------------|---------------|------------|-----------|
|       | Underweight | Normal weight | Overweight | Obesity   |
| 10–17 | 3.0–12.0    | 12.1–17.0     | 17.1–22.0  | 22.1–50.0 |
| 18–30 | 3.0–12.4    | 12.5–18.0     | 18.1–23.0  | 23.1–50.0 |
| 31–40 | 3.0–13.0    | 13.1–18.4     | 18.5–23.0  | 23.1–50.0 |
| 41–60 | 3.0–13.4    | 13.5–19.0     | 19.1–23.4  | 23.5–50.0 |
| 61–99 | 3.0–14.0    | 14.1–19.4     | 19.5–24.0  | 24.1–50.0 |

**Amount of water in the body:**

| Age   | Female |           |        | Male   |           |        |
|-------|--------|-----------|--------|--------|-----------|--------|
|       | low    | normal    | high   | low    | normal    | high   |
| 10–17 | < 54.0 | 54.0–60.0 | > 60.0 | < 57.0 | 57.0–62.0 | > 62.0 |
| 18–30 | < 53.5 | 53.5–59.5 | > 59.5 | < 56.5 | 56.5–61.5 | > 61.5 |
| 31–40 | < 53.0 | 53.0–59.0 | > 59.0 | < 56.0 | 56.0–61.0 | > 61.0 |
| 41–60 | < 52.5 | 52.5–58.5 | > 58.5 | < 55.5 | 55.5–60.5 | > 60.5 |
| 61–99 | < 52.0 | 52.0–58.0 | > 58.0 | < 55.0 | 55.0–60.0 | > 60.0 |

**Calories:**

| Age   | Female      |       | Male        |       |
|-------|-------------|-------|-------------|-------|
|       | weight (kg) | kcal  | weight (kg) | kcal  |
| 10–17 | 50          | 1 265 | 60          | 1 620 |
| 18–30 | 55          | 1 298 | 65          | 1 560 |
| 31–40 | 60          | 1 302 | 70          | 1 561 |
| 41–60 | 60          | 1 242 | 70          | 1 505 |
| 61–99 | 50          | 1 035 | 65          | 1 398 |

**BMI:**

| BMI | Underweight | Normal weight | Overweight | Obesity |
|-----|-------------|---------------|------------|---------|
|     |             | < 18.5        | 18.5–25    | 25–30   |

**Visceral fat:**

| Visceral fat | Normal value | Elevated value | High value |
|--------------|--------------|----------------|------------|
|              |              | 0–9            | 10–14      |

**Bluetooth Application**

The scales can be used with a Bluetooth application for Android and iOS devices.

If you have a device connected to the scales via Bluetooth, the measured values will automatically save into the application upon each weighing.

Make sure your device meets the following requirements:

Android 4.3 or higher + Bluetooth 4.0 or higher.

iOs 6.0 or higher + Bluetooth 4.0 or higher.

**Based on your operating system, find and download the “Smart Scale” app.**

**Or you can use the following QR codes to download it:**

**Android:**



**iOS:**

**Setting Up and Using the Bluetooth Application during Weighing**

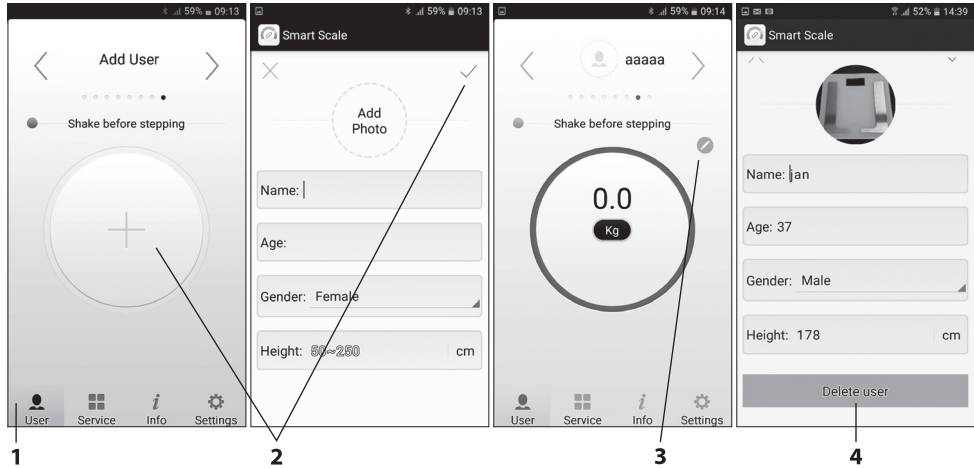
1. Activate Bluetooth in the settings of your device.
2. Install the „Smart Scale” application from App Store (iOS) or Google Play (Android).
3. Turn on Bluetooth, slightly shake the device.
4. Slightly press onto the scales with your foot and then let go. Your device will automatically link with the scales.
5. Weigh yourself.




**Note:**

*If you reset your device to factory settings while using the application, all measured/saved data will be deleted.*

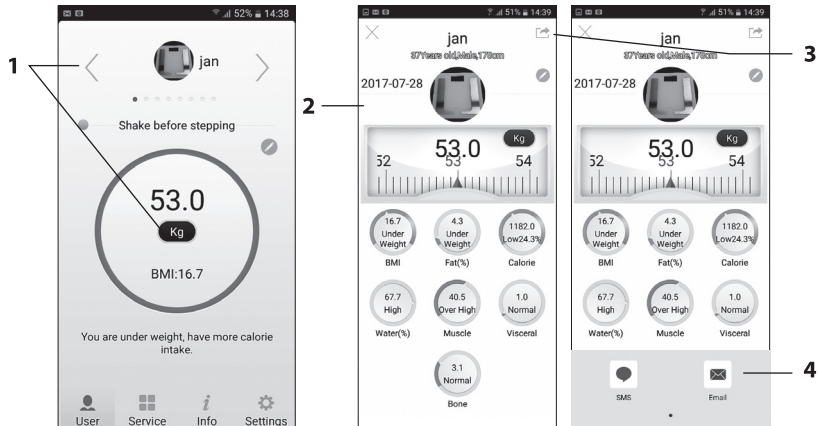
## Saved Users


You can save up to 8 users in the application.




1. Click on the User  field on the bottom left in the application.
2. Press **+** and save user information (add photo, name, age, sex, height); confirm by clicking on the  button on the top right.
3. If you later wish to change user information, click on the pencil icon .
4. If you wish to delete a user, click on the Delete button on the bottom.

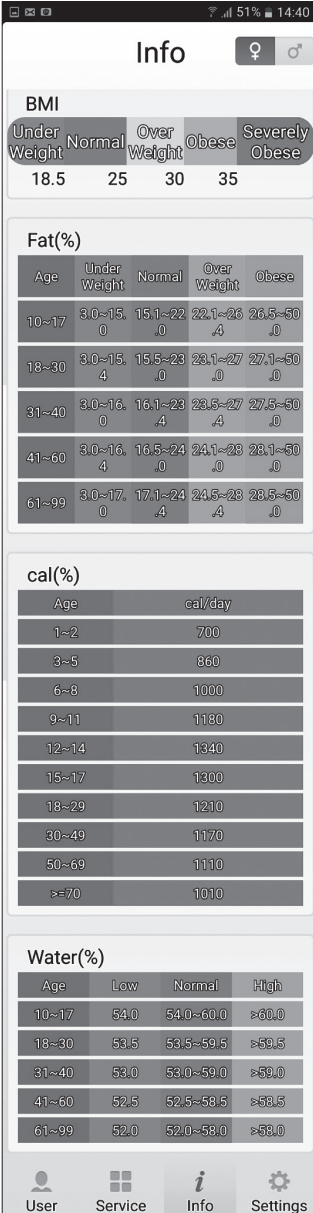
## Sharing Measured Values / Detailed Overview of Measured Values





1. Select a user with the arrows on top and click on the weight value in the middle of the green circle.
2. You will see details about the measured values.
3. Click on the arrow icon on the top right .
4. Select how you want to share the measured values (SMS/e-mail).

## BMI

1. Click on the Info icon  on the bottom.
2. A table with BMI data will be shown.



**Info**  

**BMI**

| Under Weight | Normal | Over Weight | Obese | Severely Obese |
|--------------|--------|-------------|-------|----------------|
| 18.5         | 25     | 30          | 35    |                |

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |



**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1180    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

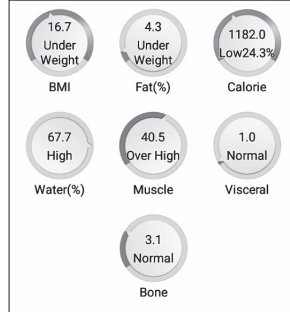
| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

User Service **Info** Settings

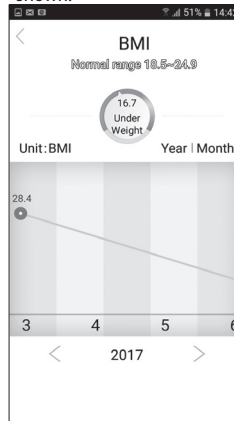
3. Select a BMI table based on sex using icons  .

## Calendar of Measurements

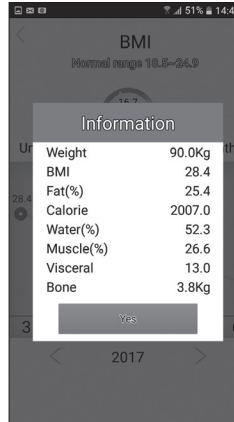
1. Open any of the measured values (BMI, fat, calories etc.).



2. A calendar/chart with all past measured values will be shown:

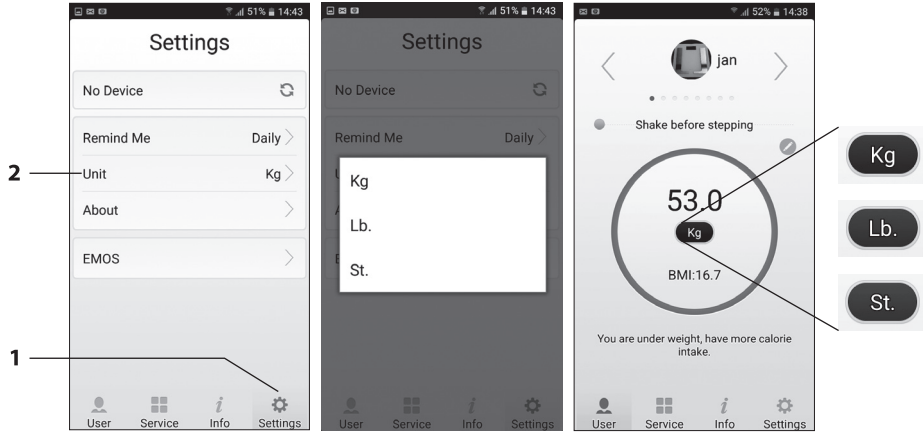


3. You can sort the values by year or month Year | Month.
4. Clicking the individual points in the chart shows details for each measurement.





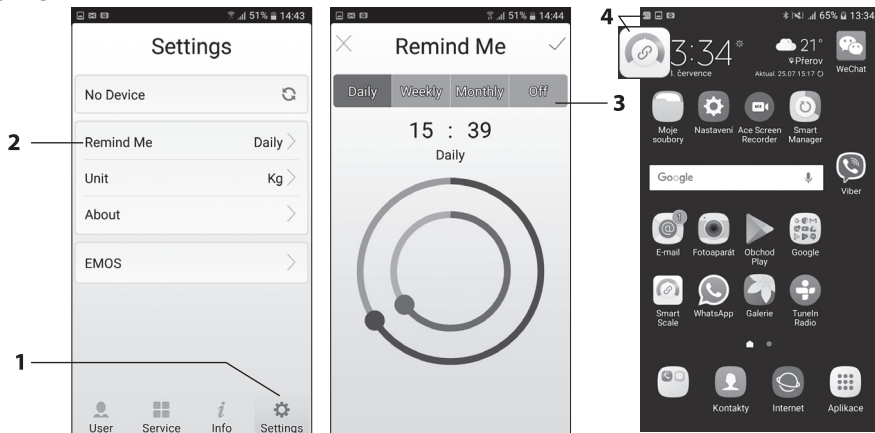
## Setting the Unit of Weight




1. Click the Settings icon  on the bottom right.
2. Click on the Unit icon.
3. Select a unit of weight: kg/lb/st.

You can also change the unit of weight when viewing the measured weight by clicking the Kg/Lb./St. icon.

## Weighing Reminder




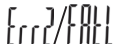



1. Click the Settings icon  on the bottom right.
2. Click on the Reminder icon.
3. Set the time and date for the reminder (daily, weekly, monthly or off).
4. A reminder icon will be shown on the screen at the set time.

Note:

The reminder function only works if the device was not turned off/restarted or reset to factory values (data deletion) after the reminder was set.

## Error Indicators on the Display:

| Indicator on the display  | Meaning   |
|---|---|
|  | Test of all display segments (all segments will be displayed for a moment every time you insert batteries). |
|  | Flat batteries.   |
|  | Weight limit of the device exceeded.  |
|  | Percentage ratio of body fat is above or below the measuring range limit.                                   |
|  | Entered user information is incorrect. Enter correct user information.                                      |



Do not dispose of electrical appliances as unsorted municipal waste; use sorted waste collection points. Contact local authorities for up-to-date information about collection points. If electrical appliances are deposited in waste landfills, hazardous substances may leak into the groundwater, enter the food chain and harm your health.

## CZ | Digitální osobní váha s Bluetooth

Před uvedením výrobku do provozu si důkladně přečtěte tento návod a bezpečnostní pokyny!

### Technické specifikace:

Bezpečnostní tvrzené sklo: 6 mm

LCD displej: 88 × 40 mm

Maximální hmotnost: 150 kg

Minimální zatížení: 5 kg

Měřicí rozlišení: 0,1 kg / 0,2 lb

Měrná jednotka: kg/lb/st

Paměť: max. 9 uživatelů, v bluetooth aplikaci 8 uživatelů

Minimální požadavky pro připojení zařízení Bluetooth:

iOs 6.0 nebo vyšší + Bluetooth 4.0 nebo vyšší

Android 4.3 nebo vyšší + Bluetooth 4.0 nebo vyšší

nastavení výšky: 60–240 cm

nastavení věku: 10 až 99 let

jednotka, rozsah měření tuku: 0,1 %

jednotka, rozsah měření vody: 0,1 %

jednotka, rozsah měření svalové hmoty: 0,1 %

Automatické vypnutí po 10 sekundách

Indikace přetížení / slabé baterie

Napájení: 4× 1,5V AAA (nejsou součástí balení)

### Základní pravidla používání:














1. Digitální osobní váha EV107 je určena pouze pro použití v domácnosti.
2. Veškeré opravy řešte v odborném servisu nebo u prodejce!
3. Nepoužívejte váhu v blízkosti přístrojů, které mají elektromagnetické pole. Umístěte váhu v dostatečné vzdálenosti od takového výrobku, abyste zamezili vzájemnému rušení.
4. Výsledek je pouze orientační hodnota. Tento výrobek není lékařským přístrojem. Vždy prosím konzultujte se svým lékařem léky či dietu pro dosažení optimální hmotnosti.
5. Do otvorů přístroje nedávejte žádné předměty.
6. Váha je určena pro vážení osob starších 10 let a mladších 99 let.
7. Na váze se nesmí vážit domácí zvířata.
8. Chraňte váhu před pády a nárazy. Neskákejte na ni.
9. Na mokřem povrchu můžete vy nebo přístroj uklouznout. Rovněž si na hladkém povrchu nikdy nestoupejte na okraj váhy a při měření udržujte na váze rovnováhu.
10. Z důvodu elektronické impedance nepoužívejte tento přístroj v následujících případech:
  - a) pokud vám byl voperován kardiostimulátor nebo jiný lékařský elektronický implantát,
  - b) pokud máte srdeční potíže a onemocnění,
  - c) během těhotenství,
  - d) pokud chodíte na dialýzu,
  - e) máte horečku,

- f) trpíte osteoporózou,
  - g) máte edém či otok,
  - h) pokud jste absolvovali cvičení trvající déle než 5 hodin,
  - i) váš srdeční tep je nižší než 60 tepů za minutu.
11. Používejte váhu pouze v souladu s pokyny uvedenými v tomto návodu.
  12. Výrobce neodpovídá za škody způsobené nesprávným použitím tohoto přístroje.
  13. Tento spotřebič není určen pro používání osobami (včetně dětí), jimž fyzická, smyslová nebo mentální neschopnost či nedostatek zkušeností a znalostí zabránuje v bezpečném používání spotřebiče, pokud na ně nebude dohlíženo nebo pokud nebyly instruovány ohledně použití spotřebiče osobou zodpovědnou za jejich bezpečnost. Je nutný dohled nad dětmi, aby se zajistilo, že si nebudou se spotřebičem hrát.

### Popis váhy:

1. Tlačítko ▲ – zvýšení hodnoty o 1 měrnou jednotku.
2. Tlačítko SET – manuální zapnutí váhy, nastavení vstupních údajů.
3. Tlačítko ▼ – snížení hodnoty o 1 měrnou jednotku.
4. Displej
5. Kontaktní plocha

### Přehled ikon

| Ikona   | Význam   |
|---|--|
| kg (lb / st:lb)   | Tělesná hmotnost   |
| P1 - P9   | Uživatelská pozice v paměti  |
|    | Muž  |
|    | Žena   |
| cm ( / )  | Výška těla   |
|    | Věk  |
|    | Během přenosu dat bliká tento ukazatel                                     |
|   | Váha není připojena k aplikaci Bluetooth                                   |
|  | Zobrazení tělesného tuku   |
|  | Zobrazení množství vody v těle   |
|  | Zobrazení svalové hmoty  |
|  | Hmotnost kostí   |
|  | Zobrazení tuku v orgánech  |
| %   | Hodnoty v procentech – tělesný tuk / voda / svalová hmota / hmotnost kostí |
|  | Podváha, normální hmotnost, nadváha, obezita                               |
|  | Denní požadavek kilokalorií  |
|  | Hodnota BMI  |

## Vložení/výměna baterií

1. Otevřete kryt prostoru pro baterie na spodní straně váhy.
2. Vyjměte použité baterie.
3. Vložte nové baterie 4x 1,5 V AAA. Dbejte na dodržení správné polaridy.  
Pokud jsou baterie chráněny bezpečnostní fólií, je nutné ji odstranit před vložením baterií do váhy.  
Používejte pouze alkalické baterie stejného typu, nepoužívejte dohromady staré a nové baterie, nepoužívejte nabíjecí baterie.
4. Zavřete kryt.

## Základní měření hmotnosti (bez BMI indexu) / změna jednotky hmotnosti

1. Váhu položte na rovný, tvrdý a stabilní povrch.
2. Opatrně stoupněte na váhu – váha se automaticky zapne.  
Pokud chcete změnit jednotku hmotnosti, stiskněte opakovaně tlačítko kg/lb/st na spodní straně váhy.
3. Na váze stůjte v klidu, nehýbejte se – po chvíli se zobrazí naměřená hmotnost.
4. Požadovanou jednotku hmotnosti kg/lb/st nastavíte opakovaným stiskem tlačítka.
5. Po 30 sekundách dojde k automatickému vypnutí váhy.

## MĚŘENÍ TĚLESNÉHO TUKU, VODY, SVALOVÉ HMOTY, KOSTÍ

### INFORMACE PŘI MĚŘENÍ TĚLESNÉHO TUKU

**VÝSTRAHA:** Osoby používající kardiostimulátor či jiný implantát s elektronickými součástmi nejsou oprávněny používat tuto váhu – u implantátů může být narušena správná funkcionality.

**POZNÁMKA:** Správnosti naměřených výsledků lze dosáhnout pouze při rovném stání na ploše váhy, bosí a se suchými chodidly! Základní princip zařízení je založený na měření elektrického odporu v rámci lidského těla. Pro získání příslušných údajů váha vysílá slabý nepostřehnutelný elektrický signál skrze vaše tělo.

Signál je zcela bezpečný! Metoda měření je popisována jako „analýza bioelektrického odporu“ (BIA), faktor založený na vzájemném přibuzenství těla a hmotnosti a přidruženém procentu množství vody v těle, stejně tak jako na dalších biologických datech (věk, pohlaví, tělesná hmotnost). Existují silné osoby s vyrovnaným procentem mezi tukem a svalovou hmotou a také štíhlé osoby se znatelně vysokou hodnotou tělesného tuku. Tělesný tuk je faktor, který dokáže velmi významně zatížit např. kardiovaskulární systém. Proto je kontrola obou hodnot (tuk a hmotnost) vhodná pro udržení těla v kondici a v dobrém zdravotním stavu.

### TĚLESNÝ TUK

Tělesný tuk je významnou komponentou těla – důležitý jak pro ochranu kloubů, tak jako zdroj vitamínů po regulaci tělesné teploty, zastává neoddělitelnou roli v lidském těle. Není vhodné jej radikálně redukovat, ale zajistit jeho správnou hladinu a udržovat rovnováhu mezi svalovinou a tukem.

### VISCERÁLNÍ TUK

Viscerální tuk (neboli útrobní, orgánový) se nachází v břišní dutině okolo a uvnitř našich orgánů a slouží k jejich ochraně. Viscerální tuk je skrytý. Množství viscerálního tuku není závislé na množství podkožního tuku v těle.

V případě, že máme viscerálního tuku nadbytek, může být nebezpečnější než tuk podkožní. Viscerální tuk je spojen s hyperlipidemií (vyšší hladina tuků v krvi). To může vést k závažným chronickým chorobám, zvláště k cukrovce i k akutním onemocněním jako srdeční infarkt a mozková mrtvice.

### DŮLEŽITOST VODY PRO NAŠE ZDRAVÍ

Lidské tělo se skládá přibližně z 55–60 % vody, v závislosti na věku a pohlaví v různém poměru.

Voda má několik úloh v lidském těle:

- Sestavuje bloky našich buněk; to znamená, že každá buňka, jako např. buňka kůže, mozku, svalů, funguje správně pouze tehdy, pokud obsahuje dostatek vody.
- Je důležitou látkou uvolňovanou v našem těle.
- Dopravuje živiny a metabolické produkty těla.

Referenční hodnoty pro váš fitness profil si můžete porovnat s následující tabulkou. Zobrazuje závislost tělesného tuku na věku a pohlaví. Zaměřte se více na rovnováhu vody v těle, která, stejně jako hladina tuku, kolísá během celého dne. Pro získání relevantních výsledků provádějte měření ve stejný čas dne. Získané výsledky měření tělesného tuku a vody berte spíše jako informativní. Nejsou doporučeny pro medicínské účely. Vždy raději konzultujte tato měření s vaším lékařem, pokud budete uvažovat o radikálních zásazích do vaší životosprávy.

| Věk (v letech) | Ženy        |             | Muži        |             | Typ      |
|----------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------|
|                | Tělesný tuk | Voda v těle | Tělesný tuk | Voda v těle |          |
| 30 a méně      | 4,0–20,5    | 66,0–54,7   | 4,0–15,5    | 66,0–58,1   | Podváha  |
|                | 20,6–25,0   | 54,6–51,6   | 15,6–20,0   | 58,0–55,0   | Normální |
|                | 25,1–30,5   | 51,5–47,8   | 20,1–24,5   | 54,9–51,9   | Nadváha  |
|                | 30,6–50,0   | 47,7–34,4   | 24,6–50,0   | 51,8–34,4   | Obezita  |
| nad 30         | 4,0–25,0    | 66,0–51,6   | 4,0–19,5    | 66,0–55,4   | Podváha  |
|                | 25,1–30,0   | 51,5–48,1   | 19,6–24,0   | 55,3–52,3   | Normální |
|                | 30,1–35,0   | 48,0–44,7   | 24,1–28,5   | 52,2–49,2   | Nadváha  |
|                | 35,1–50,0   | 44,6–34,4   | 28,6–50,0   | 49,1–34,4   | Obezita  |

### Měření hmotnosti se zobrazením množství tělesného tuku, vody, svalové hmoty, kostí, BMI indexu

Před vážením je nutno zadat základní údaje o každém uživateli.

Lze uložit údaje pro maximálně 9 uživatelů (v aplikaci Bluetooth lze uložit max. 8 uživatelů).

Před vážením si odložte boty a ponožky, jinak informace nebudou zobrazeny správně.

### Uložení informace o uživateli

**Stiskněte tlačítko SET.**

Na displeji začne blikat P1 – uživatel č. 1.

Stiskněte znovu tlačítko SET pro uložení informací pro uživatele pod číslem 1 nebo stiskněte tlačítko ▲/▼ pro změnu čísla uživatele.

**Zadejte vstupní informace tlačítky ▲/▼ v tomto pořadí:**

Číslo uživatele – pohlaví – věk – výška.

Pro potvrzení každého údaje stiskněte tlačítko SET.

Uložené údaje můžete později změnit stisknutím tlačítka SET.

Pokud chcete změnit jednotku hmotnosti, stiskněte opakovaně tlačítko kg/lb/st na spodní straně váhy.

**Po zadání vstupních údajů se na displeji zobrazí 0.0 kg.**

Stoupněte si na váhu, stůjte v klidu, nehýbejte se – po chvíli se zobrazí informace:

Aktuální hmotnost → množství tuku → vody → hmotnost kostí → viscerální tuk → svaly → denní požadavek kilokalorií → BMI index → ikona stupně obezity → úbytek hmotnost (šipka dolů + Decrease) v porovnání s předchozím měřením nebo přírůstek hmotnosti (šipka nahoru + Increase).

Tyto informace se zobrazí postupně 3× za sebou.

Potom se váha vypne.

**Množství tuku v těle:**

| Věk   | Žena     |               |           |           |
|-------|----------|---------------|-----------|-----------|
|       | Podváha  | Normální váha | Nadváha   | Obezita   |
| 10–17 | 3,0–15,0 | 15,1–22,0     | 22,1–26,4 | 26,5–50,0 |
| 18–30 | 3,0–15,4 | 15,5–23,0     | 23,1–27,0 | 27,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–16,0 | 16,1–23,4     | 23,5–27,4 | 27,5–50,0 |
| 41–60 | 3,0–16,4 | 16,5–24,0     | 24,1–28,0 | 28,1–50,0 |
| 61–99 | 3,0–17,0 | 17,1–24,4     | 24,5–28,4 | 28,5–50,0 |

| Věk   | Muž      |               |           |           |
|-------|----------|---------------|-----------|-----------|
|       | Podváha  | Normální váha | Nadváha   | Obezita   |
| 10–17 | 3,0–12,0 | 12,1–17,0     | 17,1–22,0 | 22,1–50,0 |
| 18–30 | 3,0–12,4 | 12,5–18,0     | 18,1–23,0 | 23,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–13,0 | 13,1–18,4     | 18,5–23,0 | 23,1–50,0 |
| 41–60 | 3,0–13,4 | 13,5–19,0     | 19,1–23,4 | 23,5–50,0 |
| 61–99 | 3,0–14,0 | 14,1–19,4     | 19,5–24,0 | 24,1–50,0 |

**Množství vody v těle:**

| Věk   | Žena   |           |        | Muž    |           |        |
|-------|--------|-----------|--------|--------|-----------|--------|
|       | málo   | normální  | vysoká | málo   | normální  | vysoká |
| 10–17 | < 54,0 | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0 | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30 | < 53,5 | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5 | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40 | < 53,0 | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0 | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60 | < 52,5 | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5 | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99 | < 52,0 | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0 | 55,0–60,0 | > 60,0 |

**Kalorie:**

| Věk   | Žena          |       | Muž           |       |
|-------|---------------|-------|---------------|-------|
|       | hmotnost (kg) | kcal  | hmotnost (kg) | kcal  |
| 10–17 | 50            | 1 265 | 60            | 1 620 |
| 18–30 | 55            | 1 298 | 65            | 1 560 |
| 31–40 | 60            | 1 302 | 70            | 1 561 |
| 41–60 | 60            | 1 242 | 70            | 1 505 |
| 61–99 | 50            | 1 035 | 65            | 1 398 |

**BMI:**

| BMI | Podváha | Normální hmotnost | Nadváha | Obezita |
|-----|---------|-------------------|---------|---------|
|     |         | < 18,5            | 18,5–25 | 25–30   |

**Viscerální tuk:**

| Viscerální tuk | Normální hodnota | Zvýšená hodnota | Vysoká hodnota |
|----------------|------------------|-----------------|----------------|
|                |                  | 0–9             | 10–14          |

**Aplikace Bluetooth**

Váhu můžete používat s aplikací Bluetooth pro zařízení s Androidem nebo iOS.

Pokud máte zařízení propojené s váhou pomocí Bluetooth, naměřené hodnoty se automaticky uloží do aplikace při každém vážení.

Ujistěte se, že vaše zařízení splňuje následující požadavky:

Android 4.3 nebo vyšší + Bluetooth 4.0 nebo vyšší.

iOs 6.0 nebo vyšší + Bluetooth 4.0 nebo vyšší.

**Podle operačního systému vašeho zařízení vyhledejte a stáhněte aplikaci „Smart Scale“.**

**Nebo můžete použít následující QR kódy pro stažení aplikace:**

Android:



iOS:

**Nastavení a používání aplikace Bluetooth při vážení**

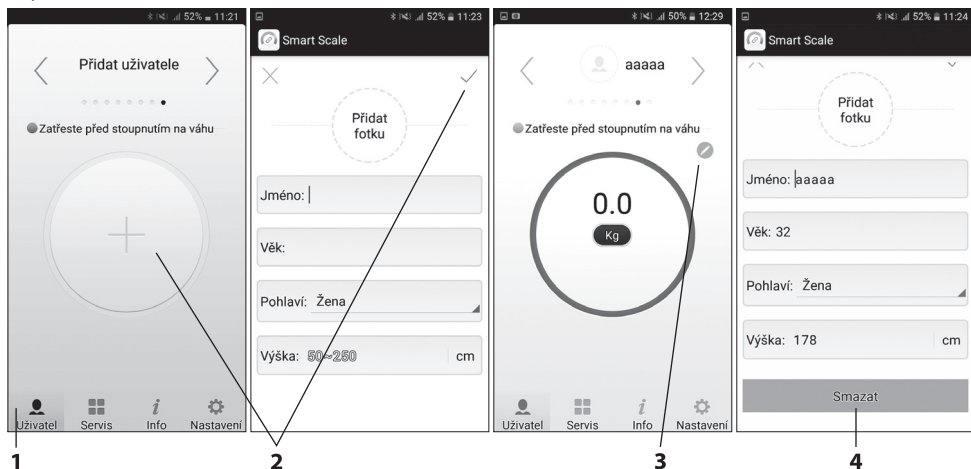
1. Aktivujte Bluetooth v nastavení vašeho zařízení.
2. Nainstalujte si aplikaci „Smart Scale“ na App Store (iOS) nebo Google Play (Android).
3. Zapněte aplikaci Bluetooth, zařízením lehce zatřeste.
4. Nohou krátce stlačte a opět uvolněte váhu, automaticky dojde k propojení aplikace s váhou.
5. Provedte vážení.



*Poznámka:*

*Pokud během používání aplikace provedete u zařízení tovární nastavení, budou všechna naměřená/uložená data smazána.*

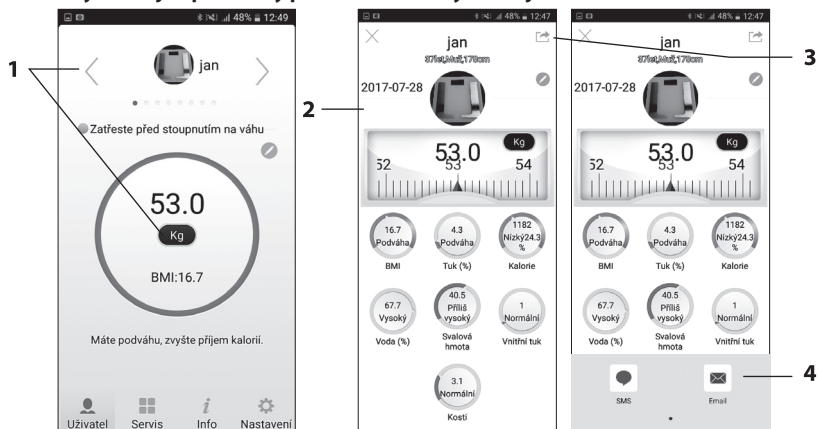
## Uložení uživatele


V aplikaci si můžete uložit max. 8 uživatelů.




1. Klikněte v aplikaci dole vlevo na pole Uživatel .
2. Klikněte na tlačítko + a uložte údaje o uživateli (přidání fotky, jméno, věk, pohlaví, výška), potvrďte kliknutím na tlačítko zatržítka ✓ vpravo nahoře.
3. Pokud chcete později změnit údaje o uživateli, klikněte na ikonu tužky .
4. Pokud chcete uživatele smazat, klikněte dole na ikonu Smazat.

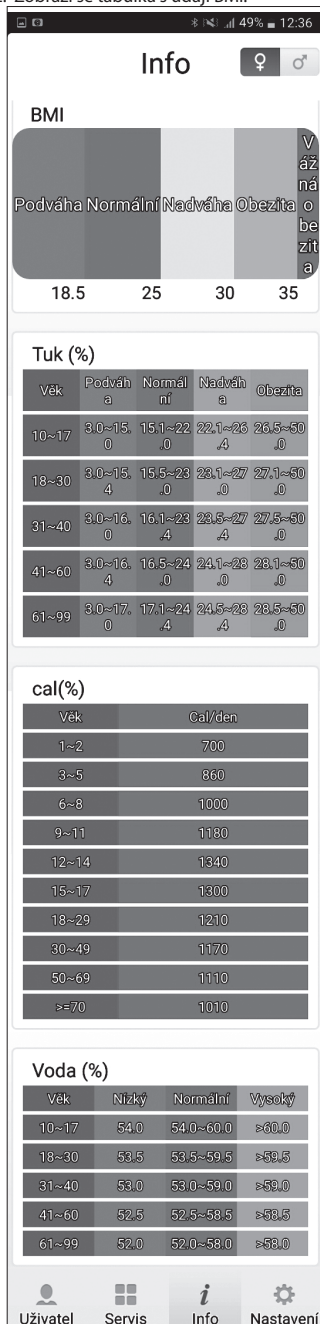
## Sdílení naměřených údajů / podrobný přehled naměřených údajů





1. Vyberte šipkami nahoře uživatele a klikněte na hodnotu hmotnosti uprostřed zeleného kruhu.
2. Zobrazí se podrobnosti o naměřených údajích.
3. Klikněte na ikonu šipky vpravo nahoře .
4. Vyberte způsob, jakým chcete naměřené údaje sdílet (SMS/e-mail).

## BMI index

1. Klikněte dole na ikonu „Info“ .
2. Zobrazí se tabulka s údaji BMI.



**Info**  

**BMI**

Podváha Normální Nadváha Obezita

18.5 25 30 35

**Tuk (%)**

| Věk   | Podváha  | Normální  | Nadváha   | Obezita   |
|-------|----------|-----------|-----------|-----------|
| 10~17 | 3,0~15,0 | 15,1~22,0 | 22,1~26,4 | 26,5~50,0 |
| 18~30 | 3,0~15,4 | 15,5~23,0 | 23,1~27,0 | 27,1~50,0 |
| 31~40 | 3,0~16,0 | 16,1~23,4 | 23,5~27,0 | 27,1~50,0 |
| 41~60 | 3,0~16,4 | 16,5~24,0 | 24,1~28,0 | 28,1~50,0 |
| 61~99 | 3,0~17,0 | 17,1~24,4 | 24,5~28,0 | 28,1~50,0 |

**cal(%)**

| Věk   | Cal/den |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1180    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Voda (%)**

| Věk   | Nizký | Normální  | Vysoký |
|-------|-------|-----------|--------|
| 10~17 | 54,0  | 54,0~60,0 | >60,0  |
| 18~30 | 53,5  | 53,5~59,5 | >59,5  |
| 31~40 | 53,0  | 53,0~59,0 | >59,0  |
| 41~60 | 52,5  | 52,5~58,5 | >58,5  |
| 61~99 | 52,0  | 52,0~58,0 | >58,0  |

Uživatel Servis Info Nastavení

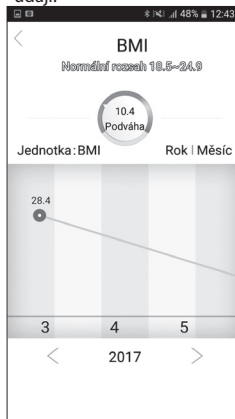
3. Vyberte tabulku BMI podle pohlaví pomocí ikon  .

## Kalendář měření

1. Rozklikněte některý z naměřených údajů (BMI, tuk, kalorie atd.).



2. Zobrazí se kalendář/graf se všemi historicky naměřenými údaji:

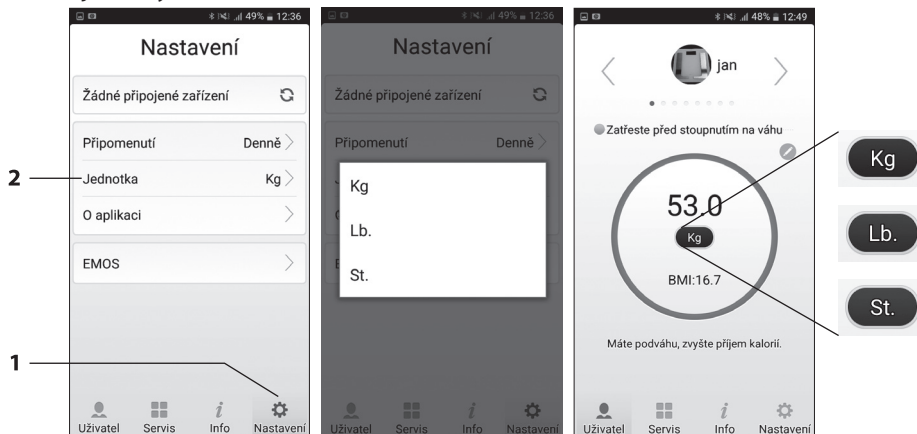



3. Zobrazení údajů lze nastavit podle roku nebo měsíce **Rok | Měsíc**.
4. Kliknutím na jednotlivé body v grafu zobrazíte podrobnosti každého měření.





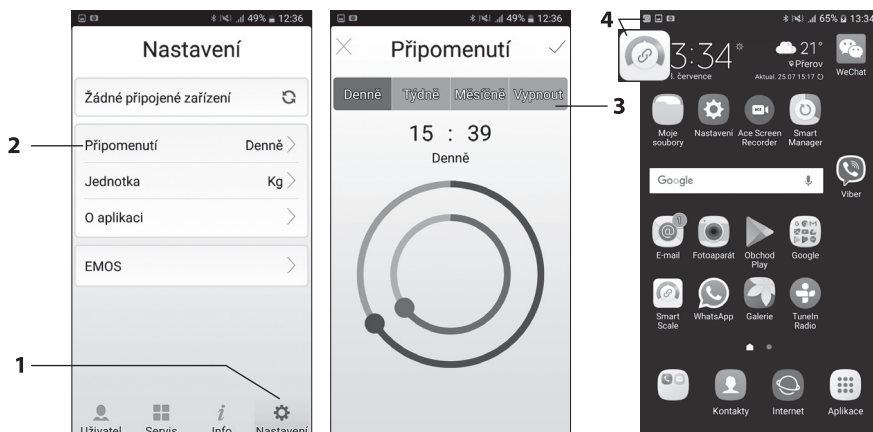
## Nastavení jednotky vážení




1. Klikněte na ikonu Nastavení  vpravo dole.
2. Klikněte na ikonu Jednotka.
3. Vyberte jednotku vážení kg/lb/st.

Jednotku vážení můžete také měnit při zobrazení naměřené hmotnosti opakovaným kliknutím na ikonu Kg/Lb./St.

## Připomenutí vážení




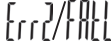




1. Klikněte na ikonu Nastavení  vpravo dole.
2. Klikněte na ikonu Připomenutí.
3. Nastavte čas a termín připomenutí (denně, týdně, měsíčně nebo vypnout).
4. V nastavenou dobu se zobrazí na displeji zařízení ikona připomenutí.

### Poznámka:

Funkce připomenutí je funkční, pouze pokud zařízení nebylo po nastavení připomínky vypnuto/restartováno nebo nedošlo k tváření nastavení (smazání dat).

## Chybové ukazatele na displeji:

| Ukazatel na displeji  | Význam  |
|---|---|
|  | Test funkčnosti všech segmentů displeje (po každém vložení baterií dojde ke krátkému zobrazení segmentů). |
|  | Vybité baterie.   |
|  | Překročení hmotnostního limitu přístroje.   |
|  | Procentuální podíl tělesného tuku je nad nebo pod hodnotou měřicího rozsahu.                              |
|  | Vložená uživatelská data jsou chybná. Vložte správná uživatelská data.                                    |

 Nevyhazujte elektrické spotřebiče jako netříděný komunální odpad, použijte sběrná místa tříděného odpadu. Pro aktuální informace o sběrných místech kontaktujte místní úřady. Pokud jsou elektrické spotřebiče uloženy na skládkách odpadků, nebezpečné látky mohou prosakovat do podzemní vody a dostat se do potravního řetězce a poškozovat vaše zdraví.

## SK | Digitálna osobná váha s Bluetooth

Před uvedením výrobku do prevádzky si dôkladne prečítajte tento návod a bezpečnostné pokyny!

### Technické špecifikácie:

Bezpečnostné tvrdené sklo: 6 mm

LCD displej: 88 x 40 mm

Maximálna hmotnosť: 150 kg

Minimálne zaťaženie: 5 kg

Meracie rozlíšenie: 0,1 kg / 0,2 lb

Merná jednotka: kg/lb/st

Pamäť: max. 9 používateľov, v bluetooth aplikácii 8 užívateľov

Minimálne požiadavky na pripojenie zariadenia Bluetooth:

iOS 6.0 alebo vyšší + Bluetooth 4.0 alebo vyšší

Android 4.3 alebo vyšší + Bluetooth 4.0 alebo vyšší

nastavenie výšky: 60–240 cm

nastavenie veku: 10 až 99 let

jednotka, rozsah merania tuku: 0,1 %

jednotka, rozsah merania vody: 0,1 %

jednotka, rozsah merania svalovej hmoty: 0,1 %

Automatické vypnutie po 10 sekundách

Indikácia preťaženia / slabej batérie

Napájanie: 4x 1,5 V AAA (nie sú súčasťou balenia)

### Základné pravidlá používania:

1. Digitálna osobná váha EV107 je určená len pre použitie v domácnosti.
2. Všetky opravy riešte v odbornom servise alebo u predajcu!
3. Nepoužívajte váhu v blízkosti prístrojov, ktoré majú elektromagnetické pole. Umiestnite váhu v dostatočnej vzdialenosti od takéhoto výrobku, aby ste zamedzili vzájomnému rušeniu.
4. Výsledok je len orientačná hodnota. Tento výrobok nie je lekársym prístrojom. Vždy prosím konzultujte so svojím lekárom lieky či diétu pre dosiahnutie optimálnej hmotnosti.
5. Do otvorov prístroja nedávajte žiadne predmety.
6. Váha je určená pre váženie osôb starších 10 rokov a mladších 99 rokov.
7. Na váhe sa nesmú vážiť domáce zvieratá.
8. Chráňte váhu pred pádmi a nárazmi. Neskáčte na ňu.
9. Na mokrom povrchu sa môžete vy alebo prístroj pošmyknúť. Rovnako si na hladkom povrchu nikdy nestúpajte na okraj váhy a pri meraní udržiňte na váhe rovnováhu.
10. Z dôvodu elektronickej impedancie nepoužívajte tento prístroj v nasledujúcich prípadoch:
  - a) ak vám bol voperovaný kardiostimulátor alebo iný lekársky elektronický implantát,
  - b) ak máte srdcové ťažkosti a ochorenia,
  - c) počas tehotenstva,
  - d) ak chodíte na dialýzu,
  - e) máte horúčku,














- f) trpíte osteoporózou,
- g) máte edém či opuch,
- h) ak ste absolvovali cvičenie trvajúce dlhšie ako 5 hodín,
- i) váš srdcový tep je nižší ako 60 tepov za minútu.

11. Používajte váhu iba v súlade s pokynmi uvedenými v tomto návode.
12. Výrobca nezodpovedá za škody spôsobené nesprávnym použitím tohto prístroja.
13. Tento spotrebič nie je určený pre používanie osobami (vrátane detí), ktorým fyzická, zmyslová alebo mentálna neschopnosť či nedostatok skúseností a znalostí zabraňuje v bezpečnom používaní spotrebiča, pokiaľ na ne nebude dohliadané alebo pokiaľ neboli inštruované ohľadom použitia spotrebiča osobou zodpovednou za ich bezpečnosť. Je nutný dohľad nad deťmi, aby sa zaistilo, že sa nebudú so spotrebičom hrať.

### Popis váhy:

1. Tlačidlo ▲ – zvýšenie hodnoty o 1 mernú jednotku.
2. Tlačidlo SET - manuálne zapnutie váhy, nastavenie vstupných údajov.
3. Tlačidlo ▼ – zníženie hodnoty o 1 mernú jednotku.
4. Displej
5. Kontaktná plocha

### Prehľad ikon

| Ikona   | Význam   |
|---|--|
| kg (lb / st:lb)   | Telesná hmotnosť   |
| P1 - P9   | Užívateľská pozícia v pamäti   |
|    | Muž  |
|    | Žena   |
| cm ( / )  | Výška tela   |
|    | Vek  |
|    | Počas prenosu dát bliká tento ukazovateľ                                   |
|   | Váha nie je pripojená k aplikácii Bluetooth                                |
|  | Zobrazenie telesného tuku  |
|  | Zobrazenie množstva vody v tele  |
|  | Zobrazenie svalovej hmoty  |
|  | Hmotnosť kostí   |
|  | Zobrazenie tuku v orgánoch   |
| %   | Hodnoty v percentách - telesný tuk / voda / svalová hmota / hmotnosť kostí |
|  | Podváha, normálna hmotnosť, nadváha, obezita                               |
|  | Denná požiadavka kilokalórií   |
|  | Hodnota BMI  |

## Vloženie/výmena batérií

1. Otvorte kryt priestoru pre batérie na spodnej strane váhy.
2. Vyberte použité batérie.
3. Vložte nové batérie 4x 1,5 V AAA. Dbajte na dodržanie správnej polarít.  
Ak sú batérie chránené bezpečnostnou fóliou, je nutné ju odstrániť pred vložením batérií do váhy.  
Používajte len alkalické batérie rovnakého typu, nepoužívajte dohromady staré a nové batérie, nepoužívajte nabíjacie batérie.
4. Zatvorte kryt.

## Základné meranie hmotnosti (bez BMI indexu) / zmena jednotky hmotnosti

1. Váhu položte na rovny, tvrdý a stabilný povrch.
2. Opatrne sa postavte na váhu - váha sa automaticky zapne.  
Pokiaľ chcete zmeniť jednotku hmotnosti, stlačte opakovane tlačidlo kg/lb/st na spodnej strane váhy.
3. Na váhe stojte v pokoji, nehybte sa - po chvíli sa zobrazí nameraná hmotnosť.
4. Požadovanú jednotku hmotnosti kg/lb/st nastavíte opakovaným stlačením tlačidla.
5. Po 30 sekundách dôjde k automatickému vypnutiu váhy.

## MERANIE TELESNÉHO TUKU, VODY, SVALOVEJ HMOTY, KOSTÍ

### INFORMÁCIE PRI MERANÍ TELESNÉHO TUKU

VÝSTRAHA: Osoby používajúce kardiostimulátor či iný implantát s elektronickými súčiastkami nie sú oprávnené používať túto váhu - u implantátov môže byť narušená správna funkcionálnosť.

POZNÁMKA: Správnosť nameraných výsledkov možno dosiahnuť len pri rovnom státi na ploche váhy, bosí a so suchými chodidlami! Základný princíp zariadenia je založený na meraní elektrického odporu v rámci ľudského tela. Pre získanie relevantných údajov váha vysiela slabý nepostrehnuteľný elektrický signál skrze vaše telo.

Signál je úplne bezpečný! Metóda merania je popisovaná ako „analýza bioelektrického odporu“ (BIA), faktor založený na vzájomnom príbuzenstve tela a hmotnosti a pridruženom percente množstva vody v tele, rovnako tak ako na iných biologických dátach (vek, pohlavie, telesná hmotnosť). Existujú silné osoby s vyrovnaným percentom medzi tukom a svalovou hmotou a tiež štíhle osoby so znateľne vysokou hodnotou telesného tuku. Telesný tuk je faktor, ktorý dokáže veľmi významne zaťažiť napr. kardiovaskulárny systém. Preto je kontrola oboch hodnôt (tuk a hmotnosť) vhodná pre udržanie tela v kondícii a v dobrom zdravotnom stave.

### TELESNÝ TUK

Telesný tuk je významným komponentom tela - dôležitý ako pre ochranu kĺbov, tak ako zdroj vitamínov po reguláciu telesnej teploty, zastáva neoddeliteľnú úlohu v ľudskom tele. Nie je vhodné ho radikálne redukovať, ale zaistiť jeho správnu hladinu a udržiavať rovnováhu medzi svalovinou a tukom.

### VISCERÁLNY TUK

Viscerálny tuk (čiže zažívacie, orgánový) sa nachádza v brušnej dutine okolo a vnútri našich orgánov a slúži k ich ochrane. Viscerálny tuk je skrytý. Množstvo viscerálneho tuku nie je závislé na množstve podkožného tuku v tele.

V prípade, že máme viscerálneho tuku nadbytok, môže byť nebezpečnejší ako tuk podkožný. Viscerálny tuk je spojený s hyperlipidémiou (vyššia hladina tukov v krvi). To môže viesť k závažným chronickým chorobám, zvlášť k cukrovke aj k akútnym ochoreniam ako srdcový infarkt a mozgová mŕtvica.

### DÔLEŽITOSŤ VODY PRE NAŠE ZDRAVIE

Ľudské telo sa skladá približne z 55–60 % vody, v závislosti od veku a pohlavia v rôznom pomere.

Voda má niekoľko úloh v ľudskom tele:

- Zostavuje bloky našich buniek; to znamená, že každá bunka, ako napr. bunka kože, mozgu, svalov, funguje správne len vtedy, ak obsahuje dostatok vody.
- Je dôležitou látkou uvoľňujúcou sa v našom tele.
- Dopravuje živiny a metabolické produkty tela.

Referenčné hodnoty pre váš fitness profil si môžete porovnať s nasledujúcou tabuľkou. Zobrazuje závislosť telesného tuku na veku a pohlavia. Zamerajte sa viac na rovnováhu vody v tele, ktorá, rovnako ako hladina tuku, kolíše počas celého dňa. Pre získanie relevantných výsledkov vykonávajte merania v rovnaký čas dňa. Získané výsledky merania telesného tuku a vody berte skôr ako informatívne. Nie sú odporúčané pre medicínske účely. Vždy radšej konzultujte tieto merania s vaším lekárom, ak budete uvažovať o radikálnych zásahoch do vašej životosprávy.

| Vek (v rokoch) | Ženy        |             | Muži        |             | Typ      |
|----------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------|
|                | Telesný tuk | Voda v tele | Telesný tuk | Voda v tele |          |
| 30 a menej     | 4,0–20,5    | 66,0–54,7   | 4,0–15,5    | 66,0–58,1   | Podváha  |
|                | 20,6–25,0   | 54,6–51,6   | 15,6–20,0   | 58,0–55,0   | Normálna |
|                | 25,1–30,5   | 51,5–47,8   | 20,1–24,5   | 54,9–51,9   | Nadváha  |
|                | 30,6–50,0   | 47,7–34,4   | 24,6–50,0   | 51,8–34,4   | Obezita  |
| nad 30         | 4,0–25,0    | 66,0–51,6   | 4,0–19,5    | 66,0–55,4   | Podváha  |
|                | 25,1–30,0   | 51,5–48,1   | 19,6–24,0   | 55,3–52,3   | Normálna |
|                | 30,1–35,0   | 48,0–44,7   | 24,1–28,5   | 52,2–49,2   | Nadváha  |
|                | 35,1–50,0   | 44,6–34,4   | 28,6–50,0   | 49,1–34,4   | Obezita  |

### Meranie hmotnosti so zobrazením množstva telesného tuku, vody, svalovej hmoty, kostí, BMI indexu

Pred vážením je nutné zadať základné údaje o každom užívateľovi.

Možno uložiť údaje pre maximálne 9 používateľov (v aplikácii Bluetooth možno uložiť max. 8 používateľov).

Pred vážením si odložte topánky a ponožky, inak informácie nebudú zobrazené správne.

### Uloženie informácie o užívateľovi

#### Stlačte tlačidlo SET.

Na displeji začne blikať P1 - užívateľ č. 1.

Stlačte znovu tlačidlo SET pre uloženie informácií pre užívateľa pod číslom 1 alebo stlačte tlačidlo ▲/▼ pre zmenu čísla užívateľa.

#### Zadajte vstupné informácie tlačidlami ▲/▼ v tomto poradí:

Číslo užívateľa - pohlavie - vek - výška.

Pre potvrdenie každého údaja stlačte tlačidlo SET.

Uložené údaje môžete neskôr zmeniť stlačením tlačidla SET.

Pokiaľ chcete zmeniť jednotku hmotnosti, stlačte opakovane tlačidlo kg/lb/st na spodnej strane váhy.

#### Po zadaní vstupných údajov sa na displeji zobrazí 0.0 kg.

Postavte sa na váhu, stojte v pokoji, nehybte sa - po chvíli sa zobrazí informácia:

Aktuálna hmotnosť → množstvo tuku → vody → hmotnosť kostí → viscerálny tuk → svaly → denná požiadavka kilokalórií → BMI index → ikona stupňa obezity → úbytok hmotnosti (šípka dole + Decrease) v porovnaní s predchádzajúcim meraním alebo prírastok hmotnosti (šípka hore + Increase).

Tieto informácie sa zobrazia postupne 3 × za sebou.

Potom sa váha vypne.

#### Množstvo tuku v tele:

| Vek   | Žena     |               |           |           |
|-------|----------|---------------|-----------|-----------|
|       | Podváha  | Normálna váha | Nadváha   | Obezita   |
| 10–17 | 3,0–15,0 | 15,1–22,0     | 22,1–26,4 | 26,5–50,0 |
| 18–30 | 3,0–15,4 | 15,5–23,0     | 23,1–27,0 | 27,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–16,0 | 16,1–23,4     | 23,5–27,4 | 27,5–50,0 |
| 41–60 | 3,0–16,4 | 16,5–24,0     | 24,1–28,0 | 28,1–50,0 |
| 61–99 | 3,0–17,0 | 17,1–24,4     | 24,5–28,4 | 28,5–50,0 |

| Vek   | Muž      |               |           |           |
|-------|----------|---------------|-----------|-----------|
|       | Podváha  | Normálna váha | Nadváha   | Obezita   |
| 10–17 | 3,0–12,0 | 12,1–17,0     | 17,1–22,0 | 22,1–50,0 |
| 18–30 | 3,0–12,4 | 12,5–18,0     | 18,1–23,0 | 23,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–13,0 | 13,1–18,4     | 18,5–23,0 | 23,1–50,0 |
| 41–60 | 3,0–13,4 | 13,5–19,0     | 19,1–23,4 | 23,5–50,0 |
| 61–99 | 3,0–14,0 | 14,1–19,4     | 19,5–24,0 | 24,1–50,0 |

### Množstvo vody v tele:

| Vek   | Žena   |           |        | Muž    |           |        |
|-------|--------|-----------|--------|--------|-----------|--------|
|       | málo   | normálne  | vysoká | málo   | normálne  | vysoká |
| 10–17 | < 54,0 | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0 | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30 | < 53,5 | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5 | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40 | < 53,0 | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0 | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60 | < 52,5 | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5 | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99 | < 52,0 | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0 | 55,0–60,0 | > 60,0 |

### Kalórie:

| Vek   | Žena          |       | Muž           |       |
|-------|---------------|-------|---------------|-------|
|       | hmotnosť (kg) | kcal  | hmotnosť (kg) | kcal  |
| 10–17 | 50            | 1 265 | 60            | 1 620 |
| 18–30 | 55            | 1 298 | 65            | 1 560 |
| 31–40 | 60            | 1 302 | 70            | 1 561 |
| 41–60 | 60            | 1 242 | 70            | 1 505 |
| 61–99 | 50            | 1 035 | 65            | 1 398 |

### BMI:

| BMI | Podváha | Normálna hmotnosť | Nadváha | Obezita |
|-----|---------|-------------------|---------|---------|
|     | < 18,5  | 18,5–25           | 25–30   | > 30    |

### Viscerálny tuk:

| Viscerálny tuk | Normálna hodnota | Zvýšená hodnota | Vysoká hodnota |
|----------------|------------------|-----------------|----------------|
|                | 0–9              | 10–14           | > 15           |

### Aplikácia Bluetooth

Váhu môžete používať s aplikáciou Bluetooth pre zariadenia s Androidom alebo iOS.

Ak máte zariadenie prepojené s váhou pomocou Bluetooth, namerané hodnoty sa automaticky uložia do aplikácie pri každom vážení.

Uistite sa, že vaše zariadenie spĺňa nasledujúce požiadavky:

Android 4.3 alebo vyšší + Bluetooth 4.0 alebo vyšší.

iOs 6.0 alebo vyšší + Bluetooth 4.0 alebo vyšší.

Podľa operačného systému vášho zariadenia vyhľadajte a stiahnite aplikáciu „Smart Scale“.

Alebo môžete použiť nasledovné QR kódy pre stiahnutie aplikácie:

**Podľa operačného systému vášho zariadenia vyhľadajte a stiahnite aplikáciu „Smart Scale“.**

**Nebo můžete použít následující QR kódy pro stažení aplikace:**

Android:



iOS:



### Nastavenie a používanie aplikácie Bluetooth pri vážení

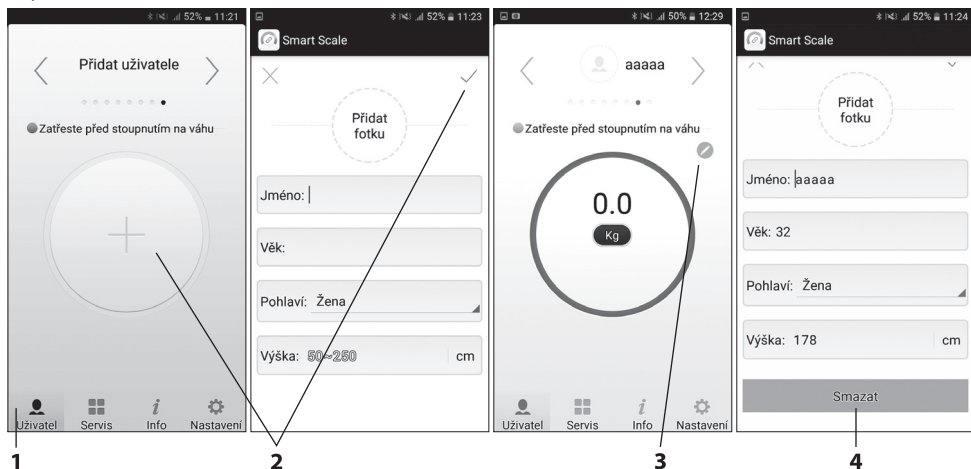
1. Aktivujte Bluetooth v nastavení vášho zariadenia.
2. Nainštalujte si aplikáciu „Smart Scale“ na App Store (iOS) alebo Google Play (Android).
3. Zapnite aplikáciu Bluetooth, zariadením ľahko zatrasťte.
4. Nohou krátko zatlačte a opäť uvoľnite váhu, automaticky dôjde k prepojeniu aplikácie s váhou.
5. Uskutočnite váženie.



Poznámka:

Ak počas používania aplikácie vykonáte u zariadenia továrenské nastavenia, budú všetky namerané/uložené dáta vymazané.

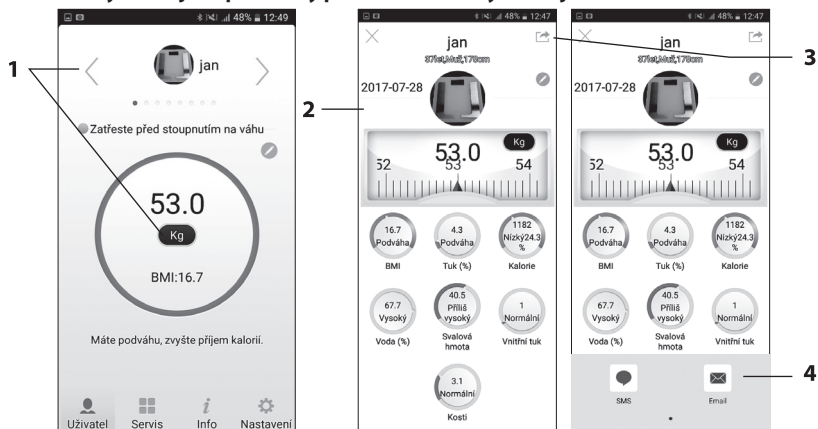
## Uloženie užívateľa


V aplikácii si môžete uložiť max. 8 užívateľov.



1. Kliknite v aplikácii dole vľavo na pole Užívateľ .
2. Kliknite na tlačidlo + a uložte údaje o užívateľovi (pridanie fotky, meno, vek, pohlavie, výška), potvrďte kliknutím na tlačidlo začiarknutia vpravo hore ✓.
3. Ak chcete neskôr zmeniť údaje o užívateľovi, kliknite na ikonu ceruzky .
4. Ak chcete užívateľa zmazať, kliknite na ikonu Zmazať.

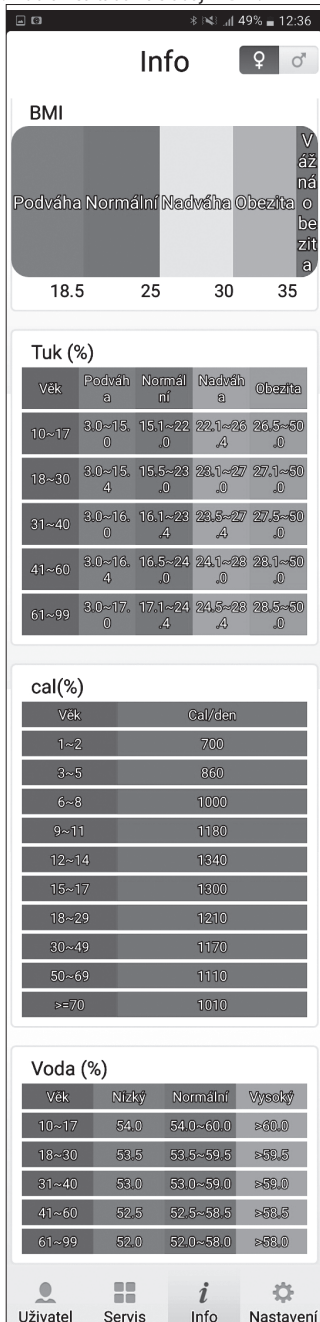
## Zdieľanie nameraných údajov / podrobný prehľad nameraných údajov



1. Vyberte šípkami hore užívateľa a kliknite na hodnotu hmotnosti uprostred zeleného kruhu.
2. Zobrazia sa podrobnosti o nameraných údajoch.
3. Kliknite na ikonu šípky vpravo hore .
4. Vyberte spôsob, akým chcete namerané údaje zdieľať (SMS/e-mail).

## BMI index

1. Kliknite dole na ikonu „Info“ **i**.
2. Zobrazí sa tabuľka s údajmi BMI.

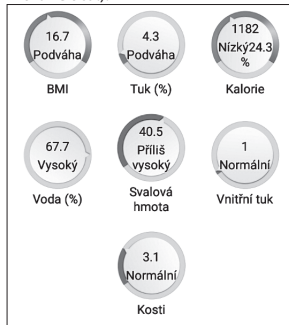


3. Vyberte tabuľku BMI podľa pohlavia pomocou ikon

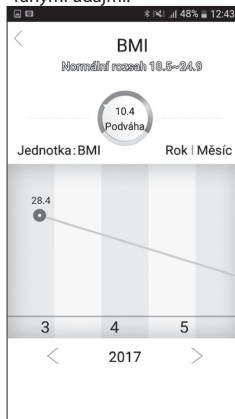


## Kalendár merania

1. Rozkliknite niektorý z nameraných údajov (BMI, tuk, kalórie atď.).



2. Zobrazí sa kalendár/graf so všetkými historickými nameranými údajmi:




3. Zobrazenie údajov možno nastaviť podľa roku alebo mesiaca **Rok | Měsíc**.
4. Kliknutím na jednotlivé body v grafe zobrazíte podrobnosti každého merania.





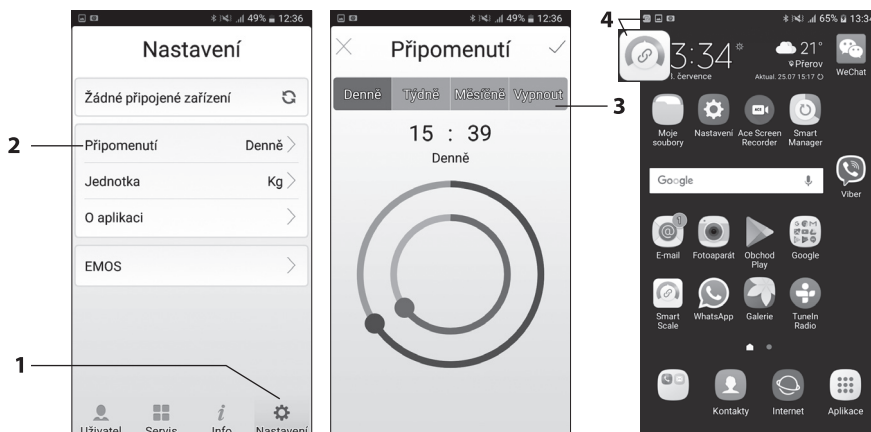
## Nastavenie jednotky váženía




1. Kliknite na ikonu Nastavenie  vpravo dole.
2. Kliknite na ikonu Jednotka.
3. Vyberte jednotku váženía kg/lb/st.

Jednotku váženía môžete tiež meniť pri zobrazení nameranej hmotnosti opakovaným kliknutím na ikonu Kg/Lb./St.

## Pripomenutie váženía




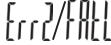




1. Kliknite na ikonu Nastavenie  vpravo dole.
2. Kliknite na ikonu Připomenutí.
3. Nastavte čas a termín připomenutia (denne, týždenne, mesačne alebo vypnúť).
4. V nastavenom čase sa zobrazí na displeji zariadenia ikona připomenutíe.

**Poznámka:**

Funkcia připomenutie je funkčná, iba ak zariadenie nebolo po nastavení připomenutky vypnuté/reštartované alebo nedošlo k továrenskému nastaveniu (zmazanie dát).

## Chybové ukazovatele na displeji:

| Ukazovateľ na displeji  | Význam  |
|---|---|
|  | Test funkčnosti všetkých segmentov displeja (Po každom vložení batérií dôjde ku krátkemu zobrazeniu segmentov). |
|  | Vybité batérie.   |
|  | Prekročenie hmotnostného limitu prístroja.  |
|  | Percentuálny podiel telesného tuku je nad alebo pod hodnotou meracieho rozsahu.                                 |
|  | Vložené užívateľské dáta sú chybné. Vložte správne užívateľské dáta.  |

 Nevyhadzujte elektrické spotrebiče ako netriedený komunálny odpad, použite zberné miesta triedeného odpadu. Pre aktuálne informácie o zberných miestach kontaktujte miestne úrady. Ak sú elektrické spotrebiče uložené na skládkach odpadkov, nebezpečné látky môžu presakovať do podzemnej vody a dostať sa do potravinového reťazca a poškodzovať Vaše zdravie.

## PL | Cyfrowa waga osobowa z Bluetooth

Przed uruchomieniem wyrobu do pracy należy dokładnie przeczytać tę instrukcję i zalecenia bezpieczeństwa!

### Specyfikacja techniczna:

Hartowana szyba bezpieczeństwa: 6 mm

Wyświetlacz LCD: 88 x 40 mm

Maksymalny ciężar: 150 kg

Minimalne obciążenie: 5 kg

Rozdzielczość pomiaru: 0,1 kg / 0,2 lb

Jednostka pomiaru: kg/lb/st

Pamięć: maks. 9 użytkowników, w aplikacji Bluetooth, 8 użytkowników

Minimalne wymagania do podłączenia urządzenia Bluetooth:

iOs 6.0 albo wyższy + Bluetooth 4.0 albo wyższy

Android 4.3 albo wyższy + Bluetooth 4.0 albo wyższy

ustawienie wzrostu: 60–240 cm

ustawienie wieku: 10 do 99 lat

jednostka, zakres pomiaru tłuszczu: 0,1 %

jednostka, zakres pomiaru wody: 0,1 %

jednostka, zakres pomiaru masy mięśniowej: 0,1 %

Automatyczne wyłączenie po 10 sekundach

Wskaźnik przeciążenia / rozładowania baterii

Zasilanie: 4x 1,5 V AAA (nie są częścią kompletu)

### Podstawowe zasady użytkowania:














1. Cyfrowa waga osobowa EV107 jest przeznaczona wyłącznie do użytku domowego.
2. Wszystkie naprawy wykonuje się w serwisie albo zgłasza się je u producenta!
3. Z wagi nie korzystamy w pobliżu urządzeń, które wytwarzają pole elektromagnetyczne. Wagę umieszczamy w dostatecznej odległości od takiego wyrobu po to, aby zapobiec powstawaniu wzajemnych zakłóceń.
4. Wynik ważenia jest tylko wielkością orientacyjną. Ten wyrób nie jest przyrządem lekarskim. Lekarstwa albo leki mające doprowadzić do osiągnięcia optymalnej wagi ciała należy zawsze skonsultować ze swoim lekarzem.
5. Do otworów w przyrządzie nie wkładamy żadnych przedmiotów.
6. Waga jest przeznaczona do ważenia osób w przedziale wiekowym od 10 do 99 lat.
7. Na wadze nie wolno ważyć zwierząt domowych.
8. Wagę należy chronić przed upadkami i uderzeniami. Nie wolno na niej skakać.
9. Na mokrej powierzchni może się poślizgnąć zarówno urządzenie jak i sam użytkownik. Na gładkiej powierzchni staramy się nie stawać na brzegu wagi, a przy samym ważeniu utrzymujemy równowagę.
10. Ze względu na możliwe zakłócenia elektroniczne nie korzystamy z tego urządzenia w następujących przypadkach:
  - a) jeżeli mamy wszczepiony rozrusznik pracy serca albo inny elektroniczny implant medyczny,
  - b) jeżeli mamy problemy i narzekamy na choroby sercowe,
  - c) podczas ciąży,
  - d) jeżeli korzystamy z dializ,
  - e) mamy gorączkę,

- f) cierpimy na osteoporozę,
  - g) mamy obrzęk albo opuchliznę,
  - h) jeżeli braliśmy udział w ćwiczeniach trwających dłużej niż 5 godzin,
  - i) nasze tętno jest niższe od 60 uderzeń na minutę.
11. Z wagi korzystamy tylko zgodnie z zaleceniami podanymi w tej instrukcji.
  12. Producent nie odpowiada za szkody spowodowane niewłaściwym korzystaniem z tego przyrządu.
  13. To urządzenie nie jest przeznaczone do użytkowania przez osoby (łącznie z dziećmi), którym niezdolność fizyczna, umysłowa albo mentalna, ewentualnie brak wiedzy albo doświadczenia, uniemożliwia bezpieczne korzystanie z tego urządzenia, o ile nie jest nad nimi sprawowany nadzór przez osobę odpowiedzialną za ich bezpieczeństwo. Konieczny jest nadzór, który zapewni, że dzieci nie będą się bawić tym urządzeniem.

### Opis wagi:

1. Przycisk ▲ – zwiększenie wartości o 1 jednostkę mierzoną.
2. Przycisk SET – ręczne włączenie wagi, ustawienie danych wejściowych.
3. Przycisk ▼ – zmniejszenie wartości o 1 jednostkę mierzoną.
4. Wyświetlacz
5. Powierzchnia kontaktowa

### Przegląd ikon

| Ikona   | Znaczenie  |
|---|--|
| kg (lb / st:lb)   | Waga ciała   |
| P1 - P9   | Pozycja użytkownika w pamięci  |
|      | Mężczyzna  |
|      | Kobieta  |
| cm ( / )  | Wzrost   |
| age  | Wiek   |
|      | Wskaźnik miga podczas transmisji danych                                  |
|     | Waga nie jest podłączona do aplikacji Bluetooth                          |
|    | Wyświetlanie zawartości tłuszczu w ciele                                 |
|    | Wyświetlanie zawartości wody w ciele                                     |
|    | Wyświetlanie masy mięśni   |
|    | Waga kości   |
|    | Wyświetlanie zawartości tłuszczu w organach                              |
| %   | Wartości w procentach – tłuszcz w ciele /woda / masa mięśni / waga kości |
|    | Niedowaga, normalna waga, nadwaga, otyłość                               |
|    | Dzienne zapotrzebowanie kilokalorii                                      |
|    | Wskaźnik BMI   |

## **Wkładanie/wymiana baterii**

1. Otwieramy pokrywę pojemnika na baterie pod spodem wagi.
2. Wymajemy zużyte baterie.
3. Wkładamy nowe baterie 4x 1,5 V AAA. Dbamy o zachowanie poprawnej polaryzacji.  
Jeżeli baterie są chronione folią bezpieczeństwa, to należy ją usunąć przed włożeniem baterii do wagi.  
Korzystamy tylko z baterii alkalicznych tego samego typu, nie łączymy ze sobą starych i nowych baterii, nie korzystamy z baterii przystosowanych do doładowywania.
4. Zamykamy pojemnik.

## **Podstawowy pomiar ciężaru (bez indeksu BMI) / zmiana jednostki ważenia**

1. Wagę stawiamy na płaskiej, równej, twardej i stabilnej powierzchni.
2. Ostrożnie stajemy na wadze – waga włączy się automatycznie.  
Jeżeli chcemy zmienić jednostkę ciężaru, naciskamy kilkakrotnie przycisk kg/lb/st pod spodem wagi.
3. Na wadze stoimy spokojnie, nie ruszamy się – po chwili wyświetli się zmierzona waga.
4. Wymaganą jednostkę ciężaru kg/lb/st ustawiamy naciskając kilkakrotnie przycisk.
5. Po 30 sekundach dojdzie do automatycznego wyłączenia wagi.

## **POMIAR ZAWARTOŚCI TŁUSZCZU, WODY, MIĘŚNI I KOŚCI W CIELE**

### **INFORMACJE PRZY MIERZENIU ZAWARTOŚCI TŁUSZCZU W CIELE**

**OSTRZEŻENIE:** Osoby korzystające ze stimulatora pracy serca albo z innego implantu z elementami elektronicznymi nie mogą korzystać z tej wagi – może dojść do zakłócenia pracy tych implantów.

**UWAGA:** Poprawny wynik ważenia można osiągnąć tylko przy równym i spokojnym staniu na wadze, boso i z suchymi stopami! Zasada pracy urządzenia polega na pomiarze rezystancji elektrycznej ciała ludzkiego. Aby uzyskać odpowiednie dane waga wysyła słaby i nieodczuwalny sygnał elektryczny przez nasze ciało.

Sygnał jest absolutnie bezpieczny! Metoda pomiaru jest opisywana jako „analiza rezystancji bioelektrycznej” (BIA), wskaźnik oparty na wzajemnym pokrewieństwie ciała i wagi ze związaną procentową ilością wody w ciele oraz na dalszych danych biologicznych (wiek, płeć, waga ciała). Istnieją masywne osoby o wyrównanej proporcji tłuszczu do masy mięśniowej oraz szczupłe osoby wyraźnie ze zbyt wysoką ilością tłuszczu w ciele. Poziom tłuszczu w ciele jest wskaźnikiem, który bardzo poważnie obciąża na przykład układ krwionośny. Dlatego kontrola obu tych wartości (tłuszczu i wagi) jest korzystna dla utrzymania ciała w kondycji i dobrym stanie zdrowia.

### **TŁUSZCZ W CIELE**

Tłuszcz zawarty w ciele jest istotnym składnikiem naszego ciała – ważnym zarówno do ochrony stawów, jak i jako źródło witamin do regulacji temperatury ciała, spełnia bardzo ważną rolę w ciele człowieka. Nie jest dobrze radykalnie go redukować, ale trzeba utrzymać jego właściwy poziom, a szczególnie równowagę między masą mięśni i tłuszczem.

### **TŁUSZCZ TRZEWNY**

Tłuszcz trzewny (albo narządowy) znajduje się w jamie brzusznej wokół i wewnątrz naszych organów i służy do ich ochrony. Tłuszcz trzewny jest ukryty. Ilość tłuszczu trzewnego nie jest zależna od ilości tłuszczu podskórnego w organizmie.

W przypadku, gdy mamy nadmiar tłuszczu trzewnego, to może on być bardziej niebezpieczny od tłuszczu podskórnego. Tłuszcz trzewny wiąże się z hiperlipidemią (wyższy poziom tłuszczu we krwi). To może prowadzić do poważnych chorób przewlekłych, zwłaszcza cukrzycy i do dolegliwości ostrych jak zawał mięśnia sercowego i udar mózgu.

### **ZNACZENIE WODY DLA NASZEGO ZDROWIA**

Ciało ludzkie zawiera w przybliżeniu 55–60 % wody, w zależności od wieku i płci w różnym stosunku.

Woda spełnia kilka zadań w ludzkim ciele:

- Łączy komórki naszych komórek; to znaczy, że każda komórka, jak na przykład komórka skóry, mózgu, mięśni, itp., działa poprawnie tylko wtedy, gdy zawiera wystarczająco dużo wody.
- Jest ważną substancją uwalnianą w naszym ciele.
- Transportuje substancje odżywcze i produkty metabolizmu naszego ciała.

Wartości referencyjne dla Państwa profilu fitness można porównać z poniższą tabelką. Pokazuje ona zależność zawartości tłuszczu w ciele od wieku i płci. Zajmijmy się bliżej równowagą wody w ciele, która podobnie jak zawartość tłuszczu waha się w ciągu całego dnia. Dla uzyskania porównywalnych wyników ważenie należy wykonywać o tej samej porze dnia. Uzyskane wyniki mierzenia zawartości tłuszczu w ciele i wody należy traktować jako informacyjne. Nie są one zalecane dla celów medycznych. Zawsze lepiej skonsultować te wyniki ze swoim lekarzem, jeżeli będą one decydować o radykalnych ingerencjach w Państwa życiowe sprawy.

| wiek (w latach) | Kobiety         |              | Mężczyźni       |              | Budowa ciała |
|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|--------------|--------------|
|                 | Tłuszcz w ciele | Woda w ciele | Tłuszcz w ciele | Woda w ciele |              |
| 30 i mniej      | 4,0–20,5        | 66,0–54,7    | 4,0–15,5        | 66,0–58,1    | Niedowaga    |
|                 | 20,6–25,0       | 54,6–51,6    | 15,6–20,0       | 58,0–55,0    | Normalna     |
|                 | 25,1–30,5       | 51,5–47,8    | 20,1–24,5       | 54,9–51,9    | Nadwaga      |
|                 | 30,6–50,0       | 47,7–34,4    | 24,6–50,0       | 51,8–34,4    | Otyłość      |
| ponad 30        | 4,0–25,0        | 66,0–51,6    | 4,0–19,5        | 66,0–55,4    | Niedowaga    |
|                 | 25,1–30,0       | 51,5–48,1    | 19,6–24,0       | 55,3–52,3    | Normalna     |
|                 | 30,1–35,0       | 48,0–44,7    | 24,1–28,5       | 52,2–49,2    | Nadwaga      |
|                 | 35,1–50,0       | 44,6–34,4    | 28,6–50,0       | 49,1–34,4    | Otyłość      |

### Pomiar ciężaru z wyświetlaniem zawartości tłuszczu, wody, masy mięśniowej i kości w ciele oraz indeksu BMI

Przed ważeniem trzeba wprowadzić podstawowe dane o każdym użytkowniku.

Można zapisać dane maksymalnie 9 użytkowników (w aplikacji Bluetooth można zapisać dane maksymalnie 8 użytkowników). Przed ważeniem musimy zdjąć buty i skarpetki, bo inaczej wyświetlane wyniki nie będą poprawne.

### Zapisywanie informacji o użytkowniku

#### Naciskamy przycisk SET.

Na wyświetlaczu zacznie migać P1 – użytkownik nr 1.

Naciskamy znowu przycisk SET w celu zapisania informacji dla użytkownika pod numerem 1 albo naciskamy przycisk ▲/▼, aby zmienić numer użytkownika.

#### Informacje wstępne wprowadzamy przyciskami ▲/▼ w następującej kolejności:

Numer użytkownika – płeć – wiek – wzrost.

Aby potwierdzić każdą pozycję, naciskamy przycisk SET.

Zapise dane możemy później zmienić naciskając przycisk SET.

Jeżeli chcemy zmienić jednostkę ważenia, naciskamy kolejno przycisk kg/lb/st pod spodem wagi.

#### Po wprowadzeniu danych początkowych na wyświetlaczu pojawia się 0.0 kg.

Wchodzimy na wagę, stoimy spokojnie, nie ruszamy się – po chwili wyświetli się informacja:

Aktualna waga → ilość tłuszczu → wody → waga kości → tłuszcz trzewny → mięśnie → dzienne zapotrzebowanie kilokalorii → indeks BMI → ikona stopnia otyłości → ubytek wagi (strzałka w dół + Decrease) w porównaniu z poprzednim ważeniem albo wzrost wagi (strzałka do góry + Increase).

Te informacje wyświetlą się kolejno 3x po sobie.

Potem waga wyłączy się.

#### Zawartość tłuszczu w ciele:

| Wiek  | Kobieta   |               |           |           |
|-------|-----------|---------------|-----------|-----------|
|       | Niedowaga | Normalna waga | Nadwaga   | Otyłość   |
| 10–17 | 3,0–15,0  | 15,1–22,0     | 22,1–26,4 | 26,5–50,0 |
| 18–30 | 3,0–15,4  | 15,5–23,0     | 23,1–27,0 | 27,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–16,0  | 16,1–23,4     | 23,5–27,4 | 27,5–50,0 |
| 41–60 | 3,0–16,4  | 16,5–24,0     | 24,1–28,0 | 28,1–50,0 |
| 61–99 | 3,0–17,0  | 17,1–24,4     | 24,5–28,4 | 28,5–50,0 |

| Wiek  | Mężczyzna |               |           |           |
|-------|-----------|---------------|-----------|-----------|
|       | Niedowaga | Normalna waga | Nadwaga   | Otyłość   |
| 10–17 | 3,0–12,0  | 12,1–17,0     | 17,1–22,0 | 22,1–50,0 |
| 18–30 | 3,0–12,4  | 12,5–18,0     | 18,1–23,0 | 23,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–13,0  | 13,1–18,4     | 18,5–23,0 | 23,1–50,0 |
| 41–60 | 3,0–13,4  | 13,5–19,0     | 19,1–23,4 | 23,5–50,0 |
| 61–99 | 3,0–14,0  | 14,1–19,4     | 19,5–24,0 | 24,1–50,0 |

## Ilość wody w ciele:

| Wiek  | Kobieta |           |        | Mężczyzna |           |        |
|-------|---------|-----------|--------|-----------|-----------|--------|
|       | mała    | normalna  | duża   | mała      | normalna  | duża   |
| 10–17 | < 54,0  | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0    | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30 | < 53,5  | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5    | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40 | < 53,0  | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0    | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60 | < 52,5  | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5    | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99 | < 52,0  | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0    | 55,0–60,0 | > 60,0 |

## Kalorie:

| Wiek  | Kobieta   |       | Mężczyzna |       |
|-------|-----------|-------|-----------|-------|
|       | waga (kg) | kcal  | waga (kg) | kcal  |
| 10–17 | 50        | 1 265 | 60        | 1 620 |
| 18–30 | 55        | 1 298 | 65        | 1 560 |
| 31–40 | 60        | 1 302 | 70        | 1 561 |
| 41–60 | 60        | 1 242 | 70        | 1 505 |
| 61–99 | 50        | 1 035 | 65        | 1 398 |

## BMI:

| BMI | Niedowaga | Normalna waga | Nadwaga | Otyłość |
|-----|-----------|---------------|---------|---------|
|     | < 18,5    | 18,5–25       | 25–30   | > 30    |

## Tłuszcz trzewny:

| Tłuszcz trzewny | Normalna wartość | Podwyższona wartość | Wysoka wartość |
|-----------------|------------------|---------------------|----------------|
|                 | 0–9              | 10–14               | > 15           |

## Aplikacja Bluetooth

Wagę można użytkować z aplikacją Bluetooth do urządzenia z Androidem albo iOS.

Jeżeli Państwa urządzenie jest połączone z wagą za pomocą Bluetooth, to wartości zmierzone automatycznie zapiszą się do aplikacji przy każdym ważeniu.

Sprawdzamy, czy Państwa urządzenie spełnia następujące wymagania:

Android 4.3 albo wyższy + Bluetooth 4.0 albo wyższy.

iOS 6.0 albo wyższy + Bluetooth 4.0 albo wyższy.

**Zależnie od systemu operacyjnego Państwa urządzenia znajdujemy i pobieramy aplikację „Smart Scale”.**

**Albo możemy skorzystać z następującego kodu QR do pobrania aplikacji:**

Android:



iOS:



## Ustawienie i korzystanie z aplikacji Bluetooth przy ważeniu

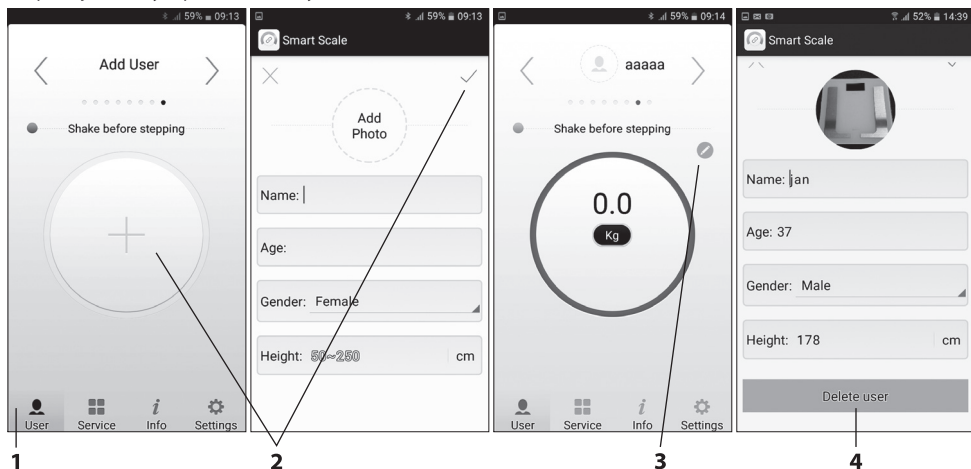
1. Aktywujemy Bluetooth w ustawieniach swojego urządzenia.
2. Instalujemy aplikację „Smart Scale” na App Store (iOS) albo Google Play (Android).
3. Włączamy aplikację Bluetooth, urządzenie lekko zawibruje.
4. Nogą krótko naciskamy i zwalniamy wagę, automatycznie dochodzi do połączenia aplikacji z wagą.
5. Wykonujemy ważenie.



*Uwaga:*

*Jeżeli podczas korzystania z aplikacji zostanie wykonany powrót do ustawień fabrycznych, to wszystkie zmierzone/zapisane dane zostaną skasowane.*

## Zapisanie użytkownika


W aplikacji możemy zapisać maks. 8 użytkowników.




1. W aplikacji klikamy na dole po lewej stronie na pole Użytkownik .
2. Klikamy na przycisk + i zapisujemy dane użytkownika (zdjęcie, nazwisko, wiek, płeć, wzrost), potwierdzamy kliknięciem na przycisk zatwierdzenia z prawej strony na górze ✓.
3. Jeżeli chcemy później zmienić dane użytkownika, klikamy na ikonę długopisu .
4. Jeżeli chcemy skasować użytkownika, klikamy na dole na ikonę Skasuj.

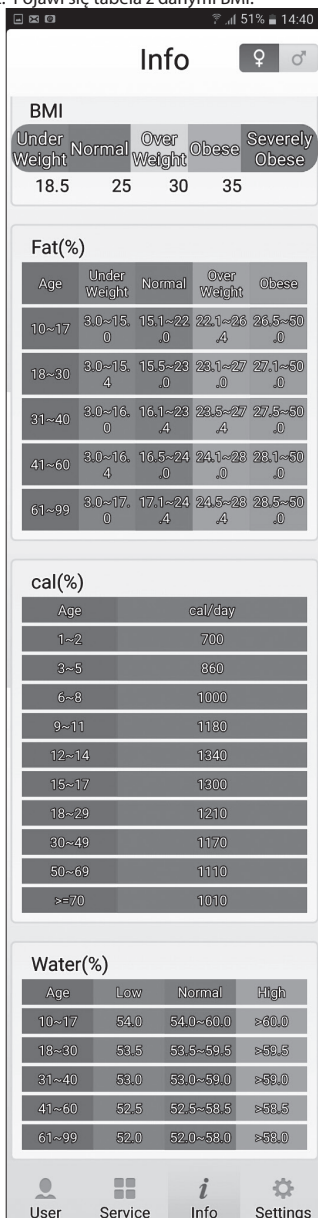
## Informacja o zmierzonych danych / szczegółowy przegląd zmierzonych danych





1. Strzałkami na górze wybieramy użytkownika i klikamy na wagę ciała w środku zielonego pierścienia.
2. Wyświetlą się szczegóły zmierzonych wartości.
3. Klikamy na ikonę strzałki na górze z prawej strony .
4. Wybieramy sposób, w jaki chcemy przekazać zmierzone wartości (SMS/e-mail).

## Indeks BMI

1. Klikamy na dole na ikonę „Info” .
2. Pojawi się tabela z danymi BMI.



**Info**  

**BMI**

Under Weight Normal Over Weight Obese Severely Obese

18.5 25 30 35

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.4   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.4   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1130    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

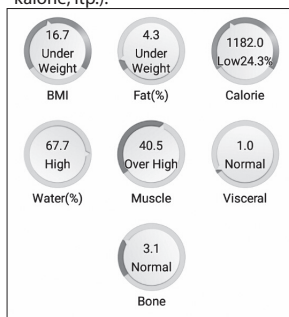
User Service **Info** Settings

3. Wybieramy tabelę BMI zgodnie z płcią za pomocą ikon

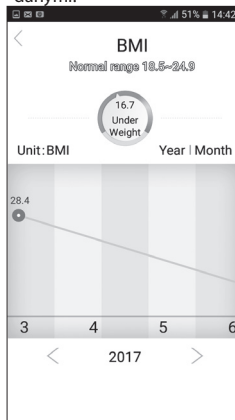


## Kalendarz ważenia

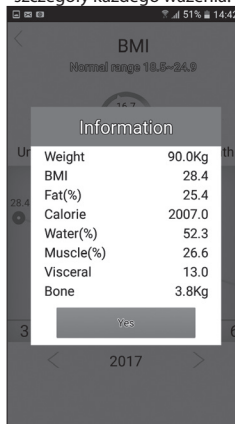
1. Klikamy na jedną z mierzonych wartości (BMI, tłuszcz, kalorie, itp.).



2. Pojawi się kalendarz/wykras ze wszystkimi historycznymi danymi:

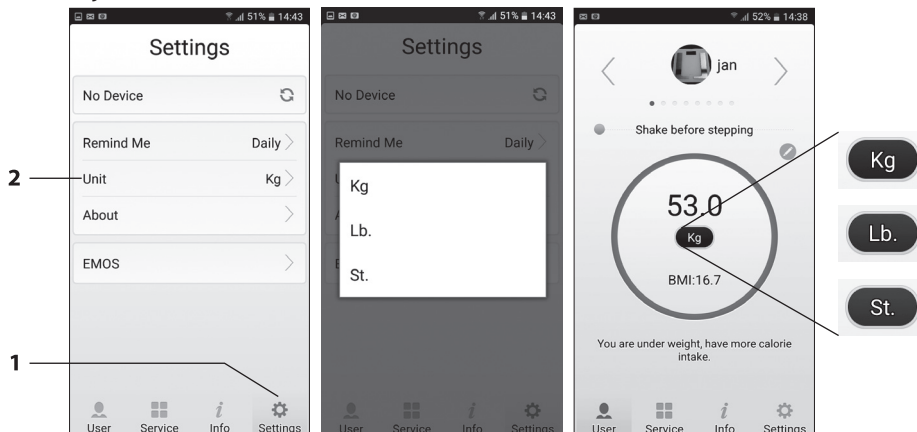



3. Wyświetlanie danych można ustawić zależnie od roku albo miesiąca Year | Month.
4. Klikając na poszczególne punkty wykresu wyświetlamy szczegóły każdego ważenia.





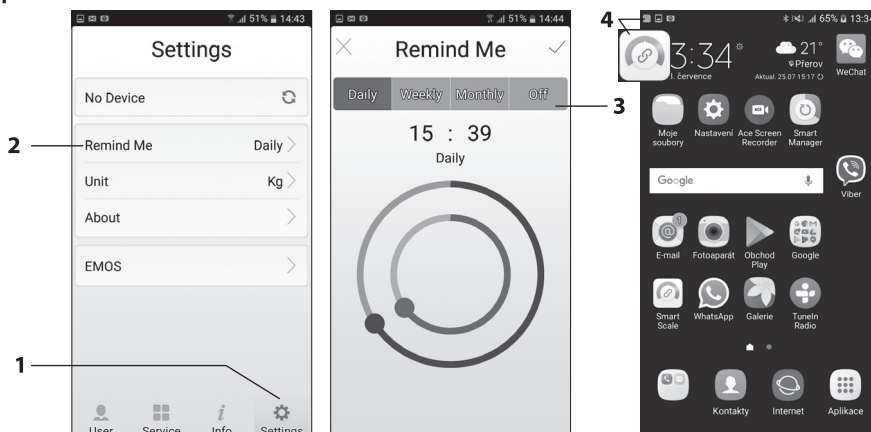
## Ustawienie jednostki ważenia




1. Klikamy na ikonę Ustawienia  na dole z prawej strony.
2. Klikamy na ikonę Jednostka.
3. Wybieramy jednostkę ważenia kg/lb/st.

Jednostkę ważenia możemy również zmieniać przy wyświetlaniu wartości zmierzonej klikając ponownie na ikonę Kg/Lb./St.

## Przypomnienie o ważeniu









1. Klikamy na ikonę Ustawienia  na dole z prawej strony.
2. Klikamy na ikonę Przypomnienie.
3. Ustawiamy czas i termin przypominania (codziennie, co tydzień, co miesiąc albo wyłącz).
4. W ustawionym czasie na wyświetlaczu urządzenia pojawi się ikona przypomnienia.

### Uwaga:

Funkcja przypominania działa, tylko wtedy, jeżeli urządzenie po ustawieniu przypominania nie było wyłączone/restartowane albo nie doszło do powrotu do ustawień fabrycznych (skasowania danych).

## Wskaźniki błędów na wyświetlaczu:

| Wskaźnik na wyświetlaczu  | Znaczenie  |
|---|--|
|  | Test funkcjonalności wszystkich segmentów wyświetlacza (po każdym włożeniu baterii dochodzi do krótkiego podświetlenia segmentów). |
|  | Rozładowane baterie.   |
|  | Przekroczenie limitu ciężaru na wadze.   |
|  | Procentowa wartość tłuszczu w ciele jest albo ponad albo poniżej zakresu pomiarowego.  |
|  | Wprowadzone dane użytkownika są błędne. Proszę wprowadzić poprawne dane.   |

 Urządzeń elektrycznych nie wolno wyrzucać, jako niesortowany odpad komunalny, trzeba korzystać z miejsc przeznaczonych do składowania odpadów sortowanych. Aktualnymi informacjami o punktach zbierania odpadów dysponują miejscowe urzędy. Jeżeli odbiorniki elektryczne zostaną złożone na wysypiskach odpadów, to niebezpieczne substancje mogą się przedostać do wód podziemnych i dalej do łańcucha pokarmowego, negatywnie wpływając na Państwa zdrowie.

## HU | Digitális személmérleg Bluetooth funkcióval

A termék első használatá előtt olvassa el figyelmesen ezt az útmutatót és a biztonsági utasításokat!

### Műszaki jellemzők:

Edzett biztonsági üveg: 6 mm

LCD kijelző: 88 × 40 mm

Maximális terhelés: 150 kg

Minimális terhelés: 5 kg

Mérési pontosság: 0,1 kg / 0,2 lb

Mértékegység: kg/lb/st

Memória: max. 9 felhasználó; a Bluetooth alkalmazásban 8 felhasználó

A Bluetooth eszközökhöz történő csatlakozás minimális követelményei:

iOs 6.0 vagy újabb + Bluetooth 4.0 vagy újabb

Android 4.3 vagy újabb + Bluetooth 4.0 vagy újabb

Beállítható magasság: 60–240 cm

Beállítható életkor: 10–99 év

Testzsír arányának mértékegysége és lépésköze: 0,1%

Víztartalom arányának mértékegysége és lépésköze: 0,1%

Izomtömeg arányának mértékegysége és lépésköze: 0,1%

Automatikus kikapcsolás 10 másodperc után

Lemerülőben lévő elem és túlterhelt mérleg jelzése

Tápellátás: 4 db 1,5 V-os AAA elem (nem tartozék)

### A készülék használatának legfontosabb szabályai:














- Az EV107 digitális személmérleget kizárólag háztartási használatra tervezték.
- A javítási műveleteket kizárólag szakember végezheti. Forduljon megfelelő szakszervizhez vagy az üzlethez, ahol a készüléket vásárolta!
- Ne használja a mérleget elektromágneses mezőt létrehozó készülékek közelében. A kölcsönös zavar elkerülése érdekében helyezze a mérleget megfelelő távolságra az ilyen berendezésektől.
- A készülék körülbelüli értékeket jelez ki. Ez a termék nem orvosi eszköz. Az optimális testsúly eléréséhez szükséges gyógyszeres kezeléssel és étrenddel kapcsolatban mindenképpen keresse fel orvosát.
- Ne helyezzen tárgyakat a készüléken lévő nyílásokba.
- A mérleg 10 évnél idősebb és 99 évnél fiatalabb személyek súlyának mérésére szolgál.
- Háziállatok mérésére nem használható.
- Ügyeljen arra, hogy a mérleg ne essen le és ne érje ütést. Ne ugorjon a mérlegre.
- Nedves padlón Ön vagy a mérleg megcsúszhat. Ha a mérleg sima felületen áll, ne álljon annak szélére. Ügyeljen a megfelelő egyensúlyra, miközben a mérleg áll.
- Az elektromos impedancia miatt tilos a készülék használata az alábbi esetekben:
  - Ha beültetett szívritmus-szabályozóval vagy egyéb orvostechnikai elektronikus berendezéssel rendelkezik.
  - Ha szívproblémái vannak vagy szívbetegségben szenved.
  - Terhesség alatt.
  - Ha dialízissel kezelik.
  - Ha lázas.

- f) Ha csontritkulásban szenved.  
 g) Ha ödémától vagy vizesedéstől szenved.  
 h) Ha 5 óránál hosszabb ideig végzett testmozgást.  
 i) Ha pulzusa alacsonyabb, mint 60/perc.
11. A mérleget kizárólag a jelen útmutatónak megfelelően használja.  
 12. A gyártó nem vállal felelősséget a készülék nem megfelelő használatából eredő károkért.  
 13. A készüléket testi, érzékszervi vagy szellemi fogyatékkal élők (beleértve a gyermekeket), illetve tapasztalat vagy ismeretek hiányában hozzá nem értő személyek kizárólag a biztonságukért felelős személy felügyelete vagy használatra vonatkozó útmutatásai mellett használhatják. A gyermekek csak felügyelet mellett tartózkodhatnak a készülék közelében, és nem használhatják azt játékszerként.

### A mérleg részei:

- ▲ gomb: az érték növelése 1 egységgel.
- SET (BEÁLLÍTÁS) gomb: a mérleg kézi bekapcsolása, a bevitt adatok beállításai.
- ▼ gomb: az érték csökkentése 1 egységgel.
- Kijelző
- Érintkezési felület

### A szimbólumok áttekintése

| Szimbólum  | Jelentés  |
|--|---|
| kg (lb / st:lb)  | Testsúly  |
| P1 - P9  | A felhasználó sorszáma a memóriában                                 |
|         | Férfi   |
|         | Nő  |
| cm ( / )   | Testmagasság  |
| age<br> | Életkor   |
|         | Ez a jelzés adatátvitelkor villog                                   |
|        | A mérleg nem csatlakozik a Bluetooth alkalmazáshoz                  |
|       | Testzsír  |
|       | A test víztartalma  |
|       | Izomtömeg   |
|       | Csonttömeg  |
|       | A belső szervek zsírtartalma  |
| %  | Százalékos értékek: testzsír / víztartalom / izomtömeg / csonttömeg |
|       | Alacsony testsúly, normál testsúly, túlsúly, elhízottság            |
|       | Napi kilokalória-szükséglet   |
|       | Testtömegindex  |

## Az elemek behelyezése és cseréje

1. Nyissa ki a mérleg hátulján lévő elemtartó rekesz fedelét.
2. Vegye ki a lemerült elemeket.
3. Helyezzen be 4 db 1,5 V-os AAA elemet. Ügyeljen a megfelelő polarításra.  
Ha az elemek védőfóliában vannak, távolítsa el azt, mielőtt az elemeket behelyezné a mérlegbe.  
Kizárólag azonos típusú alkálielemeket használjon. Ne használjon együtt régi és új elemeket. Ne használjon újratölthető elemeket.
4. Tegye vissza a fedelet.

## Egyszerű súlymérés (BMI nélkül) / A súly mértékegységének módosítása

1. Helyezze a mérleget sík, szilárd és stabil felületre.
2. Óvatosan álljon rá a mérlegre. A mérleg automatikusan bekapcsol.  
Ha módosítani kívánja a mértékegységet, nyomja meg többször egymás után a mérleg alján lévő kg/lb/st gombot.
3. A mérlegen nyugodtan és mozdulatlanul álljon. Néhány másodperc múlva megjelenik a mért súly a kijelzőn.
4. Állítsa be a súly kívánt mértékegységét: ehhez nyomja meg többször egymás után a kg/lb/st gombot.
5. 30 másodperc elteltével a mérleg automatikusan kikapcsol.

## A TESTZSÍR, A VÍZTARTALOM, AZ IZOMTÖMEG ÉS A CSONTTÖMEG MÉRÉSE

### INFORMÁCIÓ A TESTZSÍR MÉRÉSÉHEZ

FIGYELEM: Szívritmus-szabályozóval vagy más, elektronikus alkatrészt tartalmazó implantátummal rendelkező személyek nem használhatják a mérleget, mivel a készülék akadályozhatja az implantátum megfelelő működését.

MEGJEGYZÉS: Pontos mérés csak úgy érhető el, ha a súlyát egyenletesen elosztva, meztláb és száraz lábbal áll a mérlegre. A készülék az emberi test elektromos impedanciáját méri. Az adatok méréséhez a mérleg gyenge, nem érzékelhető elektromos jelet vezet át a testen.

A jel teljes mértékben biztonságos. Az eljárás neve „bioelektromos impedancia analízis” (BIA), amely a test, a testsúly és a víztartalom, valamint egyéb biológiai adatok (életkor, nem, testsúly) között fennálló kölcsönhatáson alapul. Vannak testesebb emberek, akiknél a testzsír és az izomtömeg aránya egyensúlyban van egymással, és vannak sovány emberek, akik nagyon magas testzsírarással rendelkeznek. A testzsír jelentős hatással lehet például a kardiovaszkuláris rendszerre. Ezért a testzsír és a testsúly együttes mérése segíthet a jó fizikai állapot és az egészség megőrzésében.

### TESTZSÍR

A testzsír az emberi test fontos összetevője. Kulcsfontosságú szerepet játszik az ízületek védelmében, továbbá vitaminforrás, és szabályozza a testhőmérsékletet – azaz létfontosságú. Mennyiségének gyors csökkentése helyett ajánlott egészséges szinten tartani úgy, hogy az izom és a zsír tömege megfelelő egyensúlyban legyen.

### ZSIGERI ZSÍR

A zsigeri, azaz viscerális zsír a hasüregben, a belső szerveken és azok között rakódik le. Feladata a szervek védelme. A zsigeri zsír nem látható. A zsigeri zsír mennyisége nem függ a bőr alatti zsírszövet mennyiségétől.

A túl sok zsigeri zsír veszélyesebb lehet, mint a sok bőr alatti zsír. A zsigeri zsír szerepet játszhat a magas koleszterinszint (a vérben lévő lipidek magas szintjének) kialakulásában. Ez komolyabb, krónikus betegségek (például cukorbetegség) vagy akut betegségek (például szívroham vagy agyvérzés) kialakulásához vezethet.

### A VÍZ SZEREPE AZ EGÉSZSÉG MEGŐRZÉSÉBEN

Az emberi test megközelítőleg 55-60%-a víz (a pontos arány az életkortól és a nemtől függ).

A víz több szempontból is fontos a test számára:

- Szerepet játszik a sejtek felépítésében. Ez azt jelenti, hogy minden sejt, azaz a bőrsejtek, az agysejtek és az izomsejtek csak akkor képesek a megfelelő működésre, ha elegendő vizet tartalmaznak.
- A szervezetben felszabadulva fontos anyagként működik.
- Tápanyagokat és metabolitokat szállít a testben.

A fizikai állapotra vonatkozó referenciaértékek az alábbi táblázatban láthatók. Ebből is látható, hogy a testzsír megfelelő szintje függ az életkortól és a nemtől. Törekedjen a testben lévő víz egyensúlyának megőrzésére. A zsír szintjéhez hasonlóan a víz mennyisége is ingadozik a nap folyamán. A valós eredmények érdekében minden nap ugyanabban az időpontban végezze el a mérést. A testzsír és a víztartalom mért értéke inkább tájékoztató jellegű. Az eredmények gyógyászati célra nem használhatók. Mielőtt gyökeresen változtatna életmódján, konzultáljon orvosával a mért értékekről.

| Életkor (év)     | Nő        |                    | Férfi     |                    | Típus             |
|------------------|-----------|--------------------|-----------|--------------------|-------------------|
|                  | Testzsír  | A test víztartalma | Testzsír  | A test víztartalma |                   |
| 30 vagy kevesebb | 4,0–20,5  | 66,0–54,7          | 4,0–15,5  | 66,0–58,1          | Alacsony testsúly |
|                  | 20,6–25,0 | 54,6–51,6          | 15,6–20,0 | 58,0–55,0          | Normál            |
|                  | 25,1–30,5 | 51,5–47,8          | 20,1–24,5 | 54,9–51,9          | Túlsúly           |
|                  | 30,6–50,0 | 47,7–34,4          | 24,6–50,0 | 51,8–34,4          | Elhízottság       |
| 30 felett        | 4,0–25,0  | 66,0–51,6          | 4,0–19,5  | 66,0–55,4          | Alacsony testsúly |
|                  | 25,1–30,0 | 51,5–48,1          | 19,6–24,0 | 55,3–52,3          | Normál            |
|                  | 30,1–35,0 | 48,0–44,7          | 24,1–28,5 | 52,2–49,2          | Túlsúly           |
|                  | 35,1–50,0 | 44,6–34,4          | 28,6–50,0 | 49,1–34,4          | Elhízottság       |

### A testsúly mérése a testzsír, a víztartalom, az izomtömeg, a csonttömeg és a testtömegindex kijelzésével

Mérés előtt adja meg a felhasználó fontosabb adatait.

A készüléken legfeljebb 9 (a Bluetooth alkalmazásban pedig 8) felhasználó menthető.

Mérés előtt vegye le a cipőjét és a zokniját, ellenkező esetben a kijelzett adatok nem felelnek majd meg a valóságnak.

### A felhasználói adatok mentése

#### Nyomja meg a SET (BEÁLLÍTÁSOK) gombot

A kijelzőn villogni kezd az 1. számú felhasználóra vonatkozó P1 jelzés.

Ezután nyomja meg ismét a SET (BEÁLLÍTÁSOK) gombot a felhasználó adatainak mentéséhez az 1. számú helyre, vagy válasszon másik helyet a ▲/▼ gombokkal.

#### Adja meg az adatokat a ▲/▼ gombokkal az alábbi sorrendben:

felhasználó sorszáma – nem – életkor – magasság.

Minden érték megadása után nyomja meg a SET (BEÁLLÍTÁS) gombot.

A mentett adatok később is módosíthatók a SET (BEÁLLÍTÁS) gombbal.

Ha módosítani kívánja a mértékegységet, nyomja meg többször egymás után a mérleg alján lévő kg/lb/st gombot.

#### Az adatok megadása után a kijelzőn a „0,0 kg” érték látható.

Álljon a mérlegre, és ne mozogjon. Néhány pillanat múlva az alábbi értékek jelennek meg a kijelzőn:

Testsúly → testzsír → víztartalom → csonttömeg → zsírszegény zsír → izomtömeg → napi kilokalória-szükséglet → testtömegindex (BMI) → az elhízottság mértékét jelző szimbólum → súlycsökkenés (lefelé mutató nyíl + csökkenés) vagy súlynövekedés (felfelé mutató nyíl + növekedés) az előző méréshez képest.

Az adatok egymás után háromszor láthatók.

Ezt követően a mérleg kikapcsol.

#### A test zsírtartalma:

| Életkor | Nő                |                 |           |             |
|---------|-------------------|-----------------|-----------|-------------|
|         | Alacsony testsúly | Normál testsúly | Túlsúly   | Elhízottság |
| 10–17   | 3,0–15,0          | 15,1–22,0       | 22,1–26,4 | 26,5–50,0   |
| 18–30   | 3,0–15,4          | 15,5–23,0       | 23,1–27,0 | 27,1–50,0   |
| 31–40   | 3,0–16,0          | 16,1–23,4       | 23,5–27,4 | 27,5–50,0   |
| 41–60   | 3,0–16,4          | 16,5–24,0       | 24,1–28,0 | 28,1–50,0   |
| 61–99   | 3,0–17,0          | 17,1–24,4       | 24,5–28,4 | 28,5–50,0   |

| Életkor | Férfi             |                 |           |             |
|---------|-------------------|-----------------|-----------|-------------|
|         | Alacsony testsúly | Normál testsúly | Túlsúly   | Elhízottság |
| 10–17   | 3,0–12,0          | 12,1–17,0       | 17,1–22,0 | 22,1–50,0   |
| 18–30   | 3,0–12,4          | 12,5–18,0       | 18,1–23,0 | 23,1–50,0   |
| 31–40   | 3,0–13,0          | 13,1–18,4       | 18,5–23,0 | 23,1–50,0   |
| 41–60   | 3,0–13,4          | 13,5–19,0       | 19,1–23,4 | 23,5–50,0   |
| 61–99   | 3,0–14,0          | 14,1–19,4       | 19,5–24,0 | 24,1–50,0   |

**A test víztartalma:**

| Életkor | Nő       |           |        | Férfi    |           |        |
|---------|----------|-----------|--------|----------|-----------|--------|
|         | alacsony | normál    | magas  | alacsony | normál    | magas  |
| 10–17   | < 54,0   | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0   | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30   | < 53,5   | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5   | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40   | < 53,0   | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0   | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60   | < 52,5   | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5   | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99   | < 52,0   | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0   | 55,0–60,0 | > 60,0 |

**Kalória:**

| Életkor | Nő        |       | Férfi     |       |
|---------|-----------|-------|-----------|-------|
|         | súly (kg) | kcal  | súly (kg) | kcal  |
| 10–17   | 50        | 1 265 | 60        | 1 620 |
| 18–30   | 55        | 1 298 | 65        | 1 560 |
| 31–40   | 60        | 1 302 | 70        | 1 561 |
| 41–60   | 60        | 1 242 | 70        | 1 505 |
| 61–99   | 50        | 1 035 | 65        | 1 398 |

**Testtömegindex:**

| BMI | Alacsony testsúly | Normál testsúly | Túlsúly | Elhízottság |
|-----|-------------------|-----------------|---------|-------------|
|     | < 18,5            | 18,5–25         | 25–30   | > 30        |

**Zsigeri zsír:**

| Zsigeri zsír | Normál érték | Enyhén magas érték | Magas érték |
|--------------|--------------|--------------------|-------------|
|              | 0–9          | 10–14              | > 15        |

**Bluetooth alkalmazás**

A mérleghez Bluetooth alkalmazás használható, amely Android és iOS alapú eszközökhöz elérhető.

Ha Bluetooth kapcsolaton keresztül csatlakoztat egy eszközt a mérleghez, a mért értékek minden alkalommal automatikusan mentődnek az alkalmazásba.

A használt eszköznek meg kell felelnie az alábbi követelményeknek:

Android 4.3 vagy újabb + Bluetooth 4.0 vagy újabb.

iOS 6.0 vagy újabb + Bluetooth 4.0 vagy újabb.

**Keresse meg és töltsse le a „Smart Scale” alkalmazást a használt operációs rendszernek megfelelő áruházban.**

**A letöltéshez az alábbi QR-kódok is használhatók:**

**Android:**



**iOS:**

**A Bluetooth alkalmazás beállítása és használata a súlymérés során**

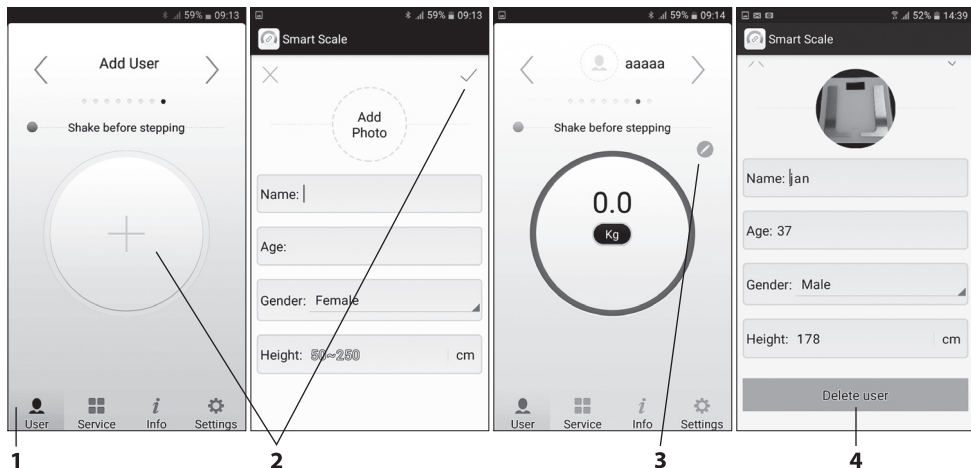
1. Kapcsolja be a Bluetooth funkciót a készülék beállításainál.
2. Telepítse a „Smart Scale” alkalmazást az App Store (iOS) vagy a Google Play (Android) áruházból.
3. Kapcsolja be a Bluetooth funkciót, és enyhén rázza meg a készüléket.
4. Óvatosan lépjen rá a mérlegre, majd vegye le róla a lábát. Az eszköz automatikusan csatlakozik a mérleghez.
5. Mérje meg magát.





**Megjegyzés:**

*Ha az alkalmazás használata közben visszaállítja az eszköz gyári beállításait, az összes mért/mentett adat törlődik.*

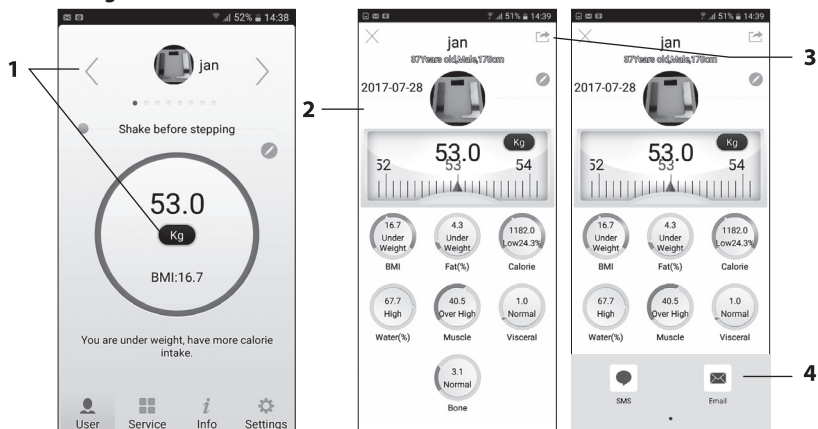
## Mentett felhasználók


Az alkalmazásban maximum 8 felhasználó menthető.



1. Kattintson a  felhasználó ikonra az alkalmazás bal alsó sarkában.
2. Kattintson az  ikonra, és mentse a felhasználó adatait (kép, név, életkor, nem, magasság). A jóváhagyáshoz kattintson a jobb felső sarokban lévő  ikonra.
3. Ha később módosítani kívánja a felhasználó adatait, kattintson a  ceruza ikonra.
4. Felhasználó törléséhez kattintson a kijelző alján lévő Törlés lehetőségre.

## A mért értékek megosztása és részletes áttekintése



1. Válasszon ki egy felhasználót a fenti nyilakkal majd kattintson a zöld kör közepén lévő súlyértékre.
2. Megjelennek a mért értékekkel kapcsolatos részletek.
3. Kattintson a jobb felső sarokban lévő  nyíl ikonra.
4. Válassza ki, hogyan kívánja megosztani a mért értékeket (SMS-ben vagy e-mailben).

## Testtömegindex (BMI)

1. Kattintson a kijelző alján lévő Infó ikonra **i**.
2. Megjelenik a BMI adatok táblázata.

**BMI**

Under Weight Normal Over Weight Obese Severely Obese

18.5 25 30 35

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1180    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

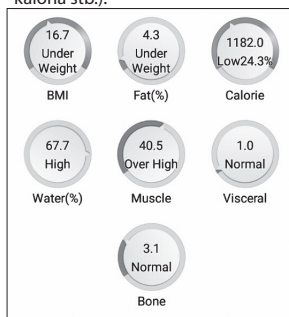
User Service Info Settings

3. Válassza ki a megfelelő BMI táblázatot a nemek ikonjaival

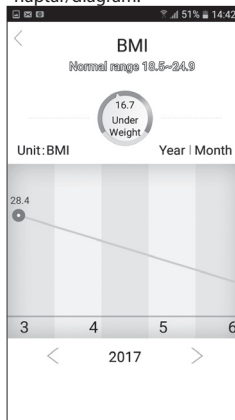


## Mérési naptár

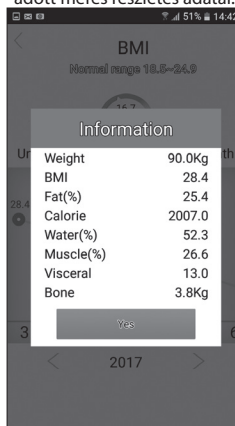
1. Nyisson meg egy tetszőleges mért értéket (BMI, zsír, kalória stb.).



2. Megjelenik az összes addig mért értéket tartalmazó naptár/diagram:

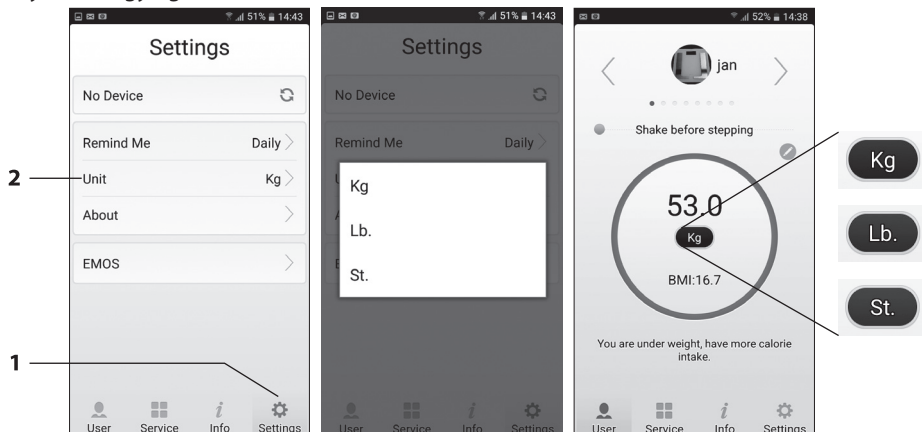



3. Az értékek év és hónap szerint rendezhetők Year | Month.
4. A diagram egy-egy pontjára kattintva megtekinthetők az adott mérés részletes adatai.





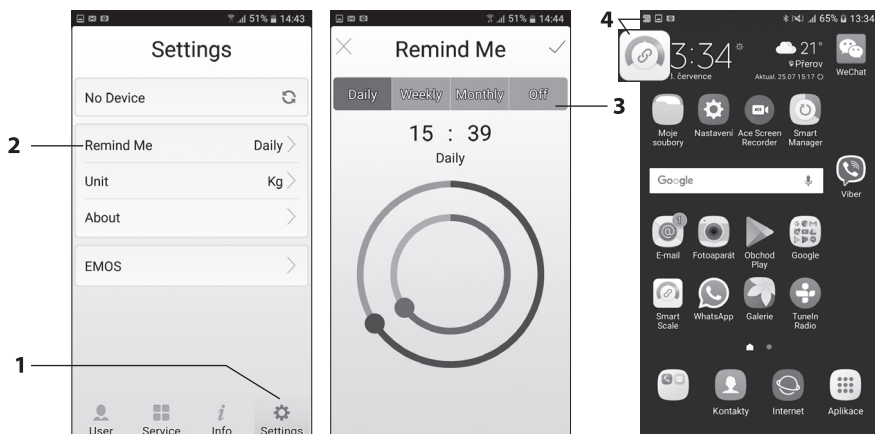
## A súly mértékegységének beállítása




1. Kattintson a jobb alsó sarokban lévő Beállítások ikonra .
2. Kattintson a Mértékegység ikonra.
3. Válassza ki a súly mértékegységét: kg/lb/st.

A súly mértékegysége a mért testsúly megtekintésekor is módosítható a kg/lb/st. ikonra kattintva.

## Méresi emlékeztető




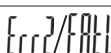




1. Kattintson a jobb alsó sarokban lévő Beállítások ikonra .
2. Kattintson az Emlékeztető ikonra.
3. Adja meg az emlékeztető napját és időpontját (naponta, hetente, havonta vagy soha).
4. A beállított időpontban megjelenik a kijelzőn az emlékeztető ikon.

### Megjegyzés:

Az emlékeztető funkció csak akkor működik, ha az emlékeztető beállítása óta nem kapcsolták ki és nem indították újra az eszközt, illetve nem állították vissza annak gyári beállításait (azaz nem törölték az adatokat).

## Hibajelzések a kijelzőn:

| A kijelzőn látható jelzés   | Jelentés  |
|---|---|
|  | A kijelző összes elemének megjelenítési tesztje (az elemek behelyezésekor egy rövid időre a kijelző összes eleme megjelenik). |
|  | Lemerült elemek.  |
|  | A készülék súlyhatárát meghaladó érték.   |
|  | A testszír aránya a mérési tartományon kívül esik.  |
|  | A megadott felhasználói adatok nem megfelelőek. Adja meg a helyes felhasználói adatokat.                                      |

 Az elektromos berendezéseket ne a háztartási hulladékba helyezze, hanem adja le a szelektív hulladékgyűjtő pontokon. A hulladékgyűjtő helyekről a helyi önkormányzatnál kaphat naprakész információt. A vegyes hulladéklerakóba kerülő elektromos készülékekből veszélyes anyagok szivároghatnak a talajvízbe, megfertőzhetik a táplálékláncot, és így károsíthatják az Ön egészségét.

## SI | Digitalna osebna tehtnica z Bluetooth

Pred uporabo naprave si natančno preberite ta navodila in varnostne napotke!

### Tehnična specifikacija:

Varnostno utrjeno steklo: 6 mm

LCD zaslon: 88 x 40 mm

Maksimalna teža: 150 kg

Minimalna obremenitev: 5 kg

Ločljivost merjenja: 0,1 kg / 0,2 lb

Merska enota: kg/lb/st

Pomnilnik: max. 9 uporabnikov, v aplikaciji bluetooth 8 uporabnikov

Minimalne zahteve za priključitev Bluetooth:

iOs 6.0 ali višji + Bluetooth 4.0 ali višji

Android 4.3 ali višji + Bluetooth 4.0 ali višji

nastavitev višine: 60–240 cm

nastavitev starosti: 10 do 99 let

enota, območje merjenja maščobe: 0,1 %

enota, območje merjenja vode: 0,1 %

enota, območje merjenja mišične mase: 0,1 %

Samodejni izklop po 10 sekundah

Indikacija preobremenitve/izpraznjene baterije

Napajanje: 4x 1,5 V AAA (niso priložene)

### Osnovna pravila uporabe:














1. Digitalna osebna tehtnica EV107 je predvidena le za uporabo v gospodinjstvu.
2. Vsa popravila rešujte v strokovnem servisu ali pri trgovcu!
3. Tehtnice ne uporabljajte v bližini naprav, ki imajo elektromagnetno polje. Tehtnico namestite v zadostni razdalji od takšnega izdelka, da boste preprečili medsebojne motnje.
4. Rezultat je le orientacijska vrednost. Ta izdelek ni zdravniška naprava. Vedno se, prosim, posvetujte s svojim zdravnikom glede zdravil ali diete za doseganje optimalne teže.
5. V odprtine naprave ne vlagajte nobenih predmetov.
6. Tehtnica je predvidena za tehtanje oseb starejših 10 let in mlajših 99 let.
7. Na tehtnici se ne sme tehtati domačih živali.
8. Tehtnico varujte pred padci in sunki, niti na njo ne skačite.
9. Na mokri površine lahko spodrsne vam ali napravi. Na gladki površini hkrati nikoli ne stopajte na rob tehtnice in med merjenjem držite na tehtnici ravnotežje.
10. Iz razlogov elektronske impedance naprave ne uporabljajte v naslednjih primerih:
  - a) če imate vstavljen srčni spodbujevalnik ali drugi zdravniški elektronski implantat,
  - b) imate srčne težave in bolezni,
  - c) v času nosečnosti,
  - d) če hodite na dializo,
  - e) imate vročino,

- f) če ste nagnjeni h krhkim kostem,  
 g) imate edem ali oteklino,  
 h) če ste končali vadbo, ki je bila daljša kot 5 ur,  
 i) če je vaš srčni utrip nižji kot 60 impulzov na minuto.
11. Tehnico uporabljajte le v skladu z napotki navedenimi v teh navodilih.
  12. Proizvajalec ne odgovarja za škode, povzročene zaradi nepravilne uporabe te naprave.
  13. Naprave ne smejo uporabljati osebe (vključno z otroki), ki jih fizična, čutna ali mentalna nesposobnost ali pomanjkanje izkušenj, in znanj ovirajo pri varni uporabi naprave, če pri tem ne bodo nadzorovane, ali če jih o uporabi naprave ni poučila oseba, ki je odgovorna za njihovo varnost. Nujen je nadzor nad otroki, da bo zagotovljeno, da se ne bodo z napravo igrali.

### Opis tehtnice:

1. Tipka ▲ – povečanje vrednosti za 1 mersko enoto.
2. Tipka SET – ročni vklop tehtnice, nastavitve vhodnih podatkov.
3. Tipka ▼ – znižanje vrednosti za 1 mersko enoto.
4. Zaslon
5. Kontaktna površina

### Pregled ikon

| Ikona  | Pomen  |
|--|--|
| kg (lb / st:lb)  | Telesna masa   |
| P1 - P9  | Uporabniška pozicija v pomnilniku                                |
|         | Moški  |
|         | Ženska   |
| cm ( / //)   | Telesna višina   |
| age<br> | Starost  |
|         | Med prenosom podatkov utripa ta kazalec                          |
|         | Tehtnica ni priključena na aplikacijo Bluetooth                  |
|        | Obseg maščobe v telesu   |
|       | Obseg vode v telesu  |
|       | Obseg mišične mase v telesu                                      |
|       | Obseg kosti v telesu   |
|       | Prikaz maščob v organih  |
| %  | Odstotek količine – telesne maščobe/vode/mišične mase/masa kosti |
|       | Skrajna vitkost, normalna teža, prekomerna teža, močna debelost  |
|       | Dnevni vnos kilokalorij  |
|       | Vrednost BMI   |

## Vstavitev/zamenjava baterij

1. Odprite pokrov prostora za bateriji na spodnji strani tehtnice.
2. Izpraznjene baterije odstranite.
3. Vstavite nove baterije 4x 1,5 V AAA. Pazite na pravilno polarnost.  
Če so baterije zaščitene z varnostno folijo, je treba jo pred vstavitvijo v tehtnico odstraniti.  
Uporabljajte le alkalne baterije enakega tipa, ne uporabljajte skupaj starih in novih baterij, ne uporabljajte polnilnih baterij.
4. Pokrov zaprite.

## Osnovno merjenje teže (brez BMI indeksa) / sprememba enote teže

1. Tehtnico postavite na ravno, trdo in stabilno površino.
2. Previdno stopite na tehtnico – tehtnica se samodejno vklopi.  
Če želite spremeniti enoto teže, pritisnite večkrat na tipko kg/lb/st na spodnji strani tehtnice.
3. Na tehtnici stojite mirno, ne premikajte se – kmalu se prikaže namerjena teža.
4. Želena enoto teže kg/lb/st nastavite z večkratnim pritiskom tipke.
5. Po 30 sekundah pride do samodejnega izklopa tehtnice.

## MERJENJE TELESNE MAŠČOBE, VODE IN MIŠIČNE MASE, KOSTI

### PODATKI PRI MERJENJU TELESNE MAŠČOBE

OPOZORILO: Osebe, ki uporabljajo srčni spodbujevalnik ali drug implantat z elektronskimi sestavnimi deli niso upravičene, da tehtnico uporabljajo – pri implantatih lahko pride do motenj pravilne funkcionalnosti.

OPOMBA: Pravilnost namerjenih rezultatov se lahko doseže samo pri zvrzanem stanju na površini tehtnice, z boso nogo in suhimi stopali! Osnovni princip naprave je zasnovan na merjenju električnega upora v okviru človeškega telesa. Za pridobitev ustreznih podatkov tehtnica pošilja šibek neopazen električni signal skozi vaše telo.

Signal je popolnoma varen! Metoda merjenja se opisuje kot „analiza bioelektričnega upora“ (BIA), dejavnik, ki temelji na medsebojnem sorodstvu telesa in teže ter pridruženem odstotku količine vode v telesu, kot tudi na drugih bioloških podatkih (starost, spol, telesna teža). Obstajajo močne osebe z uravnoteženim odstotkom med maščobo in mišično maso, pa tudi vitke osebe z dokaj visoko vrednostjo telesne maščobe. Telesna maščoba je dejavnik, ki je sposoben zelo pomembno obremeniti npr. kardiovaskularni sistem. Zato je nadzor nad obema vrednostmi (maščoba in teža) primeren za ohranjanje dobre kondicije telesa in dobrega počutja.

### TELESNA MAŠČOBA

Telesna maščoba je pomembna sestavina telesa – pomembna tako za zaščito sklepov, kot tudi vir vitaminov za regulacijo telesne temperature, v človeškem telesu ima nepogrešljivo vlogo. Ni primerno je skrajno reducirati, ampak zagotoviti njen pravilno raven in ohranjati ravnotežje med mišično maso in maščobo.

### VISCERALNA MAŠČOBA

Visceralna maščoba (ali trebušna) se nahaja v trebušni votlini okoli in znotraj naših organov in služi za zaščito le-teh. Visceralna maščoba je skrita. Količina visceralne maščobe ni odvisna od količine podkožne maščobe v telesu.

V primeru, da imate visceralne maščobe preveč, je lahko bolj nevarna, kot podkožna maščoba. Visceralna maščoba je povezana s hiperlipidemijo (višja raven maščobe v krvi). To lahko vodi do hudih kroničnih bolezni, predvsem sladkorne in do akutnih bolezni, kot srčni in možganska kap.

### POMEMBNOST VODE ZA NAŠE ZDRAVJE

Človeško telo je sestavljeno iz približno 55–60 % vode, v odvisnosti od starosti in spola v različnem razmerju.

Voda ima v človeškem telesu več vlog:

- Sestavlja bloke naših celic; to pomeni, da vsaka celica, kot npr. celica kože, možganov, mišic, deluje pravilno le takrat, če vsebuje zadosti vode.
- Je pomembna snov, ki se v našem telesu sprošča.
- Prenaša hranilne snovi in presnovne produkte telesa.

Referenčne vrednosti za vaš fitnes profil lahko primerjate s preglednico spodaj. Prikazuje odvisnost telesne maščobe od starosti in spola. Osredotočite se bolj na ravnovesje vode v telesu, ki, enako kot raven maščobe, tekem celega dne niha. Za pridobitev relevantnih rezultatov izvajajte merjenje ob istem dnevnem času. Pridobljene rezultate merjenja telesne maščobe in vode imejte bolj za informativne. Niso priporočeni za medicinske namene. Glede merjenj se raje vedno posvetujte z vašim zdravnikom, če boste premišljevali o skrajnih posegih v vaš življenjski slog.

| Starost (v letih) | Ženske          |           | Moški           |           | Tip             |
|-------------------|-----------------|-----------|-----------------|-----------|-----------------|
|                   | Telesna maščoba | Voda      | Telesna maščoba | Voda      |                 |
| 30 in manj        | 4,0–20,5        | 66,0–54,7 | 4,0–15,5        | 66,0–58,1 | Nezadostna teža |
|                   | 20,6–25,0       | 54,6–51,6 | 15,6–20,0       | 58,0–55,0 | Normalna teža   |
|                   | 25,1–30,5       | 51,5–47,8 | 20,1–24,5       | 54,9–51,9 | Prekomerna teža |
|                   | 30,6–50,0       | 47,7–34,4 | 24,6–50,0       | 51,8–34,4 | Debelost        |
| čez 30            | 4,0–25,0        | 66,0–51,6 | 4,0–19,5        | 66,0–55,4 | Nezadostna teža |
|                   | 25,1–30,0       | 51,5–48,1 | 19,6–24,0       | 55,3–52,3 | Normalna teža   |
|                   | 30,1–35,0       | 48,0–44,7 | 24,1–28,5       | 52,2–49,2 | Prekomerna teža |
|                   | 35,1–50,0       | 44,6–34,4 | 28,6–50,0       | 49,1–34,4 | Debelost        |

### Merjenje teže s prikazom količine telesne maščobe, vode, mišične mase, kosti, BMI indeksa

Pred tehtanjem je treba je vnesti osnovne podatke o vsakem uporabniku.

Shraniti je možno podatke za največ 9 uporabnikov (v aplikaciji Bluetooth je možno shraniti max. 8 uporabnikov).

Pred tehtanjem si sezujete čevlje in nogavice, drugače ne bodo podatki prikazani pravilno.

### Shranjevanje podatkov o uporabniku

#### Pritisnite tipko SET.

Na zaslonu začne utripati P1 – uporabnik št. 1.

Pritisnite ponovno tipko SET za shranitev podatkov za uporabnika številka 1 ali pritisnite tipko ▲/▼ za spremembo številke uporabnika.

#### Vnesite vhodne podatke s tipkama ▲/▼ v tem zaporedju:

Številka uporabnika – spol – starost – višina.

Za potrditev vsakega podatka pritisnite tipko SET.

Shranjene podatke lahko pozneje spremenite s pritiskom tipke SET.

Če želite spremeniti enoto mase, pritisnite večkrat tipko kg/lb/st na spodnji strani tehtnice.

#### Po vnosu vhodnih podatkov se na zaslonu prikaže 0.0 kg.

Stopite na tehtnico, stojte mirno, ne premikajte se – kmalu se bo pokazal podatek:

Aktualna teža → količina maščobe → vode → teža kosti → visceralna maščoba → mišice → dnevni vnos kilokalorij → BMI indeks → ikona stopnje debelosti → izguba teže (puščica navzdol + Decrease) v primerjavi s prejšnjim merjenjem ali porast teže (puščica navzgor + Increase).

Ti podatki se prikažejo postopoma 3x zaporedoma.

Nato se tehtnica izklopi.

#### Količina maščobe v telesu:

| Starost | Ženska          |               |                 |           |
|---------|-----------------|---------------|-----------------|-----------|
|         | Nezadostna teža | Normalna teža | Prekomerna teža | Debelost  |
| 10–17   | 3,0–15,0        | 15,1–22,0     | 22,1–26,4       | 26,5–50,0 |
| 18–30   | 3,0–15,4        | 15,5–23,0     | 23,1–27,0       | 27,1–50,0 |
| 31–40   | 3,0–16,0        | 16,1–23,4     | 23,5–27,4       | 27,5–50,0 |
| 41–60   | 3,0–16,4        | 16,5–24,0     | 24,1–28,0       | 28,1–50,0 |
| 61–99   | 3,0–17,0        | 17,1–24,4     | 24,5–28,4       | 28,5–50,0 |

| Starost | Moški           |               |                 |           |
|---------|-----------------|---------------|-----------------|-----------|
|         | Nezadostna teža | Normalna teža | Prekomerna teža | Debelost  |
| 10–17   | 3,0–12,0        | 12,1–17,0     | 17,1–22,0       | 22,1–50,0 |
| 18–30   | 3,0–12,4        | 12,5–18,0     | 18,1–23,0       | 23,1–50,0 |
| 31–40   | 3,0–13,0        | 13,1–18,4     | 18,5–23,0       | 23,1–50,0 |
| 41–60   | 3,0–13,4        | 13,5–19,0     | 19,1–23,4       | 23,5–50,0 |
| 61–99   | 3,0–14,0        | 14,1–19,4     | 19,5–24,0       | 24,1–50,0 |

**Količina vode v telesu:**

| Starost | Ženska |           |        | Moški  |           |        |
|---------|--------|-----------|--------|--------|-----------|--------|
|         | majhna | normalna  | visoka | majhna | normalna  | visoka |
| 10–17   | < 54,0 | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0 | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30   | < 53,5 | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5 | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40   | < 53,0 | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0 | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60   | < 52,5 | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5 | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99   | < 52,0 | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0 | 55,0–60,0 | > 60,0 |

**Kalorije:**

| Starost | Ženska    |       | Moški     |       |
|---------|-----------|-------|-----------|-------|
|         | teža (kg) | kcal  | teža (kg) | kcal  |
| 10–17   | 50        | 1 265 | 60        | 1 620 |
| 18–30   | 55        | 1 298 | 65        | 1 560 |
| 31–40   | 60        | 1 302 | 70        | 1 561 |
| 41–60   | 60        | 1 242 | 70        | 1 505 |
| 61–99   | 50        | 1 035 | 65        | 1 398 |

**BMI:**

| BMI | Nezadostna teža | Normalna teža | Prekomerna teža | Debelost |
|-----|-----------------|---------------|-----------------|----------|
|     |                 | < 18,5        | 18,5–25         | 25–30    |

**Visceralna maščoba:**

| Visceralna maščoba | Normalna vrednost | Povečana vrednost | Visoka vrednost |
|--------------------|-------------------|-------------------|-----------------|
|                    |                   | 0–9               | 10–14           |

**Aplikacija Bluetooth**

Tehtnico lahko uporabljate z aplikacijo Bluetooth za naprave s sistemom Android ali iOS.

Če imate napravo, povezano s tehtnico s pomočjo Bluetooth, namerjene vrednosti se v aplikacijo avtomatsko shranijo pri vsakem tehtanju.

Preverite, ali vaša naprava izpolnjuje naslednje zahteve:

Android 4.3 ali višji + Bluetooth 4.0 ali višji.

iOs 6.0 ali višji + Bluetooth 4.0 ali višji.

**Glede na operacijski sistem vaše naprave poiščite in naložite aplikacijo „Smart Scale“.**

**Lahko pa uporabite naslednji kodi QR za prenos aplikacije:**

Android:



iOS:

**Nastavitev in uporaba aplikacije Bluetooth pri tehtanju**

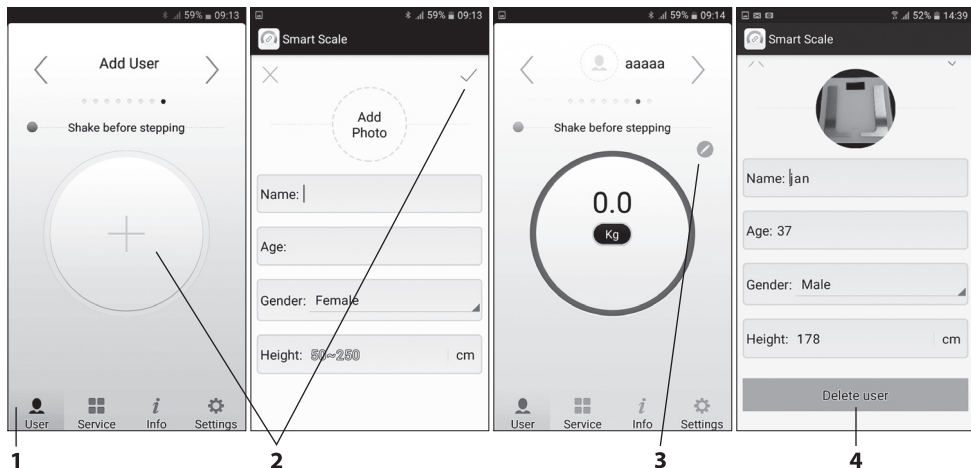
1. Aktivirajte Bluetooth v nastavitvah vaše naprave.
2. Naložite aplikacijo „Smart Scale“ na App Store (iOS) ali Google Play (Android).
3. Vključite aplikacijo Bluetooth, z napravo rahlo zatresite.
4. Z nogo na kratko pritisnite na tehtnico in nato jo spet sprostite, avtomatsko pride do povezave aplikacije s tehtnico.
5. Izvedite tehtanje.




*Opomba:*

Če med uporabo aplikacije izvedete pri napravi tovarniške nastavitve, vse namerjeni/shranjeni podatki se izbrišejo.

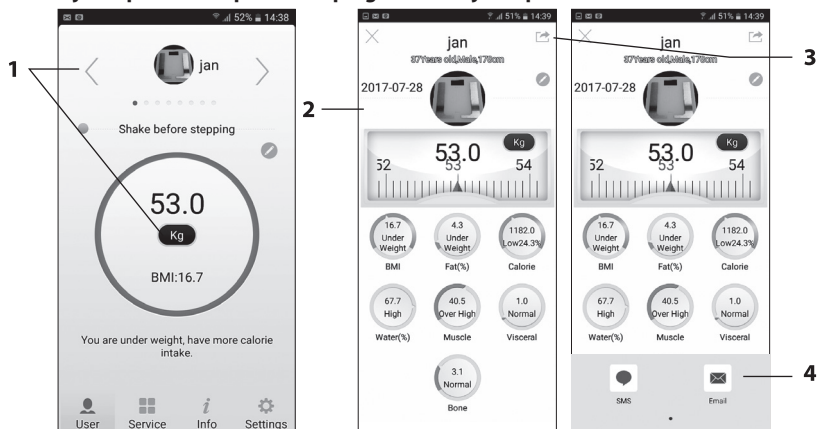
## Shranjevanje uporabnika


V aplikaciji si lahko shranite max. 8 uporabnikov.



1. V aplikaciji kliknite spodaj levo na polje Uporabnik .
2. Kliknite na tipko + in podatke o uporabniku shranite (dodajanje slike, ime, starost, spol, višina), potrdite s klikom na tipko kljukice desno zgoraj .
3. Če želite pozneje podatke o uporabniku spremeniti, kliknite na ikono svinčnika .
4. Če želite uporabnika izbrisati, kliknite spodaj na ikono Izbrisi.

## Deljenje namerjenih podatkov / podroben pregled namerjenih podatkov



1. S puščicami zgoraj izberite uporabnika in kliknite na vrednost teže na sredini zelenega kroga.
2. Prikažejo se podrobnosti o namerjenih podatkih.
3. Kliknite na ikono puščice desno zgoraj .
4. Izberite način, na kateri želite namerjene podatke deliti (SMS/e-pošta).

## BMI indeks

1. Kliknite spodaj na ikono „Info“ **i**.
2. Prikaže se tabela s podatki BMI.

**Info** ♀ ♂

**BMI**

Under Weight Normal Over Weight Obese Severely Obese

18.5 25 30 35

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1130    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

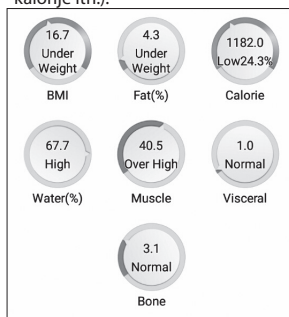
User Service **Info** Settings

3. Izberite tabelo BMI glede na spol s pomočjo ikon

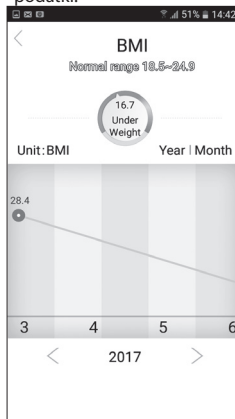


## Koledar meritev

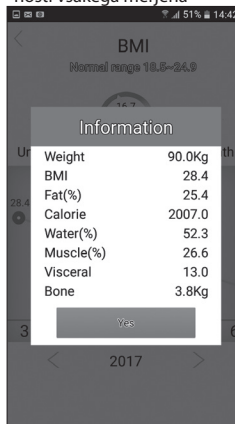
1. Kliknite na kateri od namerjenih podatkov (BMI, maščoba, kalorije itn.).



2. Prikaže se koledar/graf z vsemi v preteklosti namerjenimi podatki:

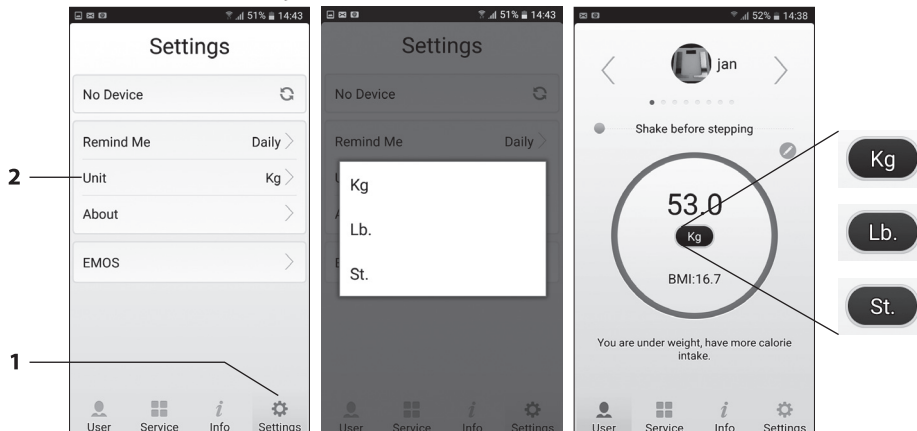



3. Prikaz podatkov se lahko nastavi glede na leto ali mesec Year | Month.
4. S klikom na posamezne točke v grafu prikazete podrobnosti vsakega merjenja





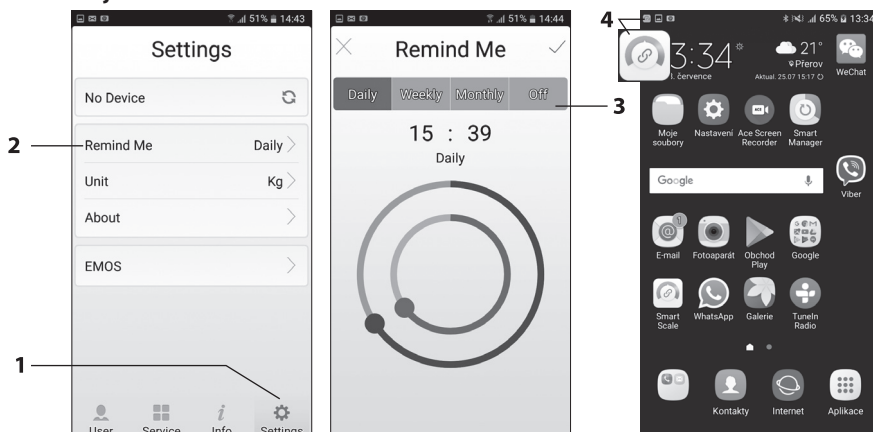
## Nastavitev merske enote tehtanja




1. Kliknite na ikono Nastavitve  desno spodaj.
2. Kliknite na ikono Enota.
3. Izberite mersko enoto kg/lb/st.

Mersko enoto tehtanja tudi lahko spremenite pori prikazu namerjene teže z večkratnim klikom na ikono Kg/Lb./St.

## Opomin tehtanja




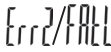




1. Kliknite na ikono Nastavitve  desno spodaj.
2. Kliknite na ikono opomin.
3. Nastavite čas i rok opomina (dnevno, tedensko, mesečno ali izklop).
4. Ob nastavljenem času se na zaslonu naprave prikaže ikona opomina.

Opomba:

Funkcija opomin deluje, samo če naprava ni bila po nastavitvi opomina izklopljena/vnovično zagnana ali ni prišlo do tovarniške nastavitve (izbrisa podatkov).

## Sporočila o napakah na zaslonu:

| Kazalec na zaslonu  | Pomen   |
|---|---|
|  | Test funkcionalnosti vseh segmentov zaslona (po vsaki vstavitvi baterij pride do kratkega prikaza segmentov). |
|  | Izpraznjene baterije.   |
|  | Prekoračitev omejitve teže naprave.   |
|  | Odstotek telesne maščobe je čez ali pod vrednostjo območja merjenja.  |
|  | Vneseni uporabniški podatki so napačni. Vnesite pravilne uporabniške podatke.                                 |

 Električnih naprav ne odlagajte med mešane komunalne odpadke, uporabite zbirna mesta ločenih odpadkov. Za aktualne informacije o zbirnih mestih se obrnite na lokalne oblasti. Če so električne naprave odložene na odlagališčih odpadkov, lahko nevarne snovi pronicajo v podtalnico in pridejo v prehranjevalno verigo ter škodijo vašemu zdravju.

## RS|HR|BA|ME | Digitalna kupaonska vaga sa značajkom Bluetooth

Prije prve upotrebe proizvoda pažljivo pročitajte ovaj priručnik i sigurnosne upute!

### Tehničke specifikacije:

Ojačano zaštitno staklo: 6 mm

LCD zaslon: 88 x 40 mm

Maksimalna težina: 150 kg

Minimalno opterećenje: 5 kg

Rasponi povećanja pri mjerenju: 0,1 kg / 0,2 lb

Mjerna jedinica: kg/lb/St

Memorija: maks. 9 korisnika; 8 korisnika u Bluetooth aplikaciji

Minimalni zahtjevi za povezivanje s Bluetooth uređajem:

iOs 6.0 ili noviji + Bluetooth 4.0 ili noviji

Android 4.3 ili noviji + Bluetooth 4.0 ili noviji

postavka visine: 60–240 cm

postavka dobi: od 10 do 99 godina

mjerna jedinica, mjerenje povećanja udjela masnoće: 0,1 %

mjerna jedinica, mjerenje povećanja udjela vode: 0,1 %

mjerna jedinica, mjerenje povećanja udjela mišićne mase: 0,1 %

Automatsko isključenje nakon 10 sekundi

Indikator niske razine napunjenosti baterije / preopterećenosti

Napajanje: 4 baterije AAA od 1,5 V (nisu priložene)

### Osnovna pravila upotrebe:

1. Digitalna kupaonska vage EV107 namijenjena je isključivo za kućansku upotrebu.
2. Sve popravke obavljajte kod stručnjaka u servisnoj radionici ili u trgovini u kojoj ste uređaj kupili!
3. Zabranjena je upotreba vage u blizini uređaja koji stvaraju elektromagnetska polja. Vagu postavite na dovoljnu udaljenost od takvih proizvoda kako biste spriječili moguće međusobne smetnje.
4. Prikazani rezultat samo je približna vrijednost. Proizvod nije medicinski uređaj. Posavjetujte se sa svojim liječnikom o lijekovima i posebnom režimu prehrane za postizanje optimalne težine.
5. Ne umećite nikakve predmete u otvore na uređaju.
6. Vaga je namijenjena za vaganje osoba starijih od 10 i mlađih od 99 godina.
7. Vaganje kućnih ljubimaca nije dopušteno.
8. Zaštitite vagu od pada ili udaraca. Nemojte skakati po vagi.
9. Vi ili uređaj mogli biste se poskliznuti na mokroj površini. Isto tako, nikada nemojte stajati na rubu vage na glatkim površinama i održavajte ravnotežu dok na vagi stojite.
10. Zbog elektroničke impedancije zabranjena je upotreba uređaja u sljedećim slučajevima:
  - a) ako imate ugrađen pejsmejker ili neki drugi elektronički medicinski implantat,
  - b) ako imate bolesno srce ili srčane smetnje,
  - c) za vrijeme trudnoće,
  - d) ako idete na dijalizu,
  - e) kada imate groznicu,














- f) ako bolujete od osteoporoze,
- g) ako imate edem ili ste otekli,
- h) ako ste vježbali dulje od 5 sati,
- i) ako su otkucaji vašeg srca manji od 60 otkucaja u minuti.

11. Vagu upotrebljavajte isključivo sukladno uputama iz ovog priručnika.
12. Proizvođač ne snosi odgovornost za oštećenja nastala uslijed nepravilne upotrebe uređaja.
13. Nije predviđeno da ovaj uređaj upotrebljavaju osobe (uključujući djecu) smanjenih fizičkih, osjetilnih ili mentalnih sposobnosti koje nemaju iskustva i znanja za sigurnu upotrebu, osim ako nisu pod nadzorom ili ne dobivaju upute od osobe zadužene za njihovu sigurnost. Djeca uvijek trebaju biti pod nadzorom i ne smiju se igrati s uređajem.

### Opis vage:

1. Gumb ▲ – služi za povećanje vrijednosti mjerne jedinice za 1.
2. Gumb SET – služi za ručno uključivanje vage i unos postavki podataka.
3. Gumb ▼ – služi za smanjenje vrijednosti mjerne jedinice za 1.
4. Zaslon
5. Dodirna površina

### Pregled ikona

| Ikona  | Značenje  |
|--|---|
| kg (lb / st:lb)  | Težina  |
| P1 - P9  | Korisnički položaj u memoriji   |
|         | Muško   |
|         | Žensko  |
| cm ( / //)   | Visina  |
| age<br> | Dob   |
|         | Ovaj indikator treperi tijekom prijenosa  |
|         | Vaga nije povezana s Bluetooth aplikacijom  |
|        | Masnoća   |
|       | Udio vode u tijelu  |
|       | Mišićna masa  |
|       | Težina kostiju  |
|       | Masnoća u organima  |
| %  | Vrijednost u postocima – udio masnoće / udio vode / mišićna masa / težina kostiju |
|       | Premala težina, normalna težina, prekomjerna težina, pretilost                    |
|       | Potreban dnevni unos kalorija   |
|       | Vrijednost BMI  |

## Umetanje/zamjena baterija

1. Otvorite poklopac odjeljka za baterije na donjem dijelu vage.
2. Izvadite ispražnjene baterije.
3. Umetnite 4 nove AAA baterije od 1,5 V. Pripazite na ispravan polaritet.  
Ako su baterije zaštićene folijom, skinite je prije umetanja baterija u vagu.  
Upotrebljavajte isključivo alkalne baterije iste vrste. Nemojte istodobno upotrebljavati stare i nove baterije. Nemojte upotrebljavati baterije s mogućnošću ponovnog punjenja.
4. Zatvorite poklopac.

## Osnovno vaganje (bez indeksa BMI) / Promjena mjerne jedinice za težinu

1. Postavite vagu na ravnu, čvrstu i stabilnu površinu.
2. Pažljivo stanite na vagu – vaga se automatski uključuje.  
Ako želite promijeniti mjernu jedinicu za težinu, više puta zaredom pritisnite gumb kg/lb/st na donjem dijelu vage.
3. Mirno stojte na vagi, nemojte se pomicati i nakon nekog vremena na zaslonu će se prikazati izmjerena težina.
4. Više puta zaredom pritisnite gumb kg/lb/st kako biste namjestili željenu mjernu jedinicu za težinu.
5. Vaga se nakon 30 sekundi automatski isključuje.

## MJERENJE UDJELA MASNOĆE, VODE, MIŠIĆNE MASE I TEŽINE KOSTIJU

### INFORMACIJE ZA MJERENJE UDJELA MASNOĆE

UPOZORENJE: Osobama s pejsmejerom ili nekim drugim implantatom s elektroničkim komponentama zabranjena je upotreba ove vage jer to može negativno utjecati na rad implantata.

NAPOMENA: Ispravno mjerenje moguće je samo ako mirno stojite na vagi, bosonogi i sa suhim nogama! Osnovno načelo rada uređaja jest mjerenje električne impedancije unutar ljudskog tijela. Za dobivanje podataka vaga odašilje slab, nezamjetan elektronički signal kroz tijelo.

Taj je signal u potpunosti siguran! Postupak se naziva „Analiza bioelektrične impedancije“ (BIA), što je čimbenik utemeljen na međusobnom odnosu tijela i težine, pripadajućem postotku vode u tijelu te drugim biološkim podacima (dob, spol, težina). Postoje kurpulentnije osobe s ujednačenim omjerom masnoće i mišićne mase, kao i mršavi ljudi s iznimno visokom vrijednošću masnoće. Udio masnoće čimbenik je koji značajno utječe na, primjerice, kardiovaskularni sustav. Zato je provjera obaju vrijednosti (udjela masnoće i težine) korisna za održavanje fizičke kondicije i zdravlja.

### MASNOĆA

Masnoća je važan sastavni dio ljudskog tijela – ključna je za zaštitu zglobova, izvor je vitamina, služi za regulaciju tjelesne temperature i sveukupno gledano igra ključnu ulogu u ljudskom tijelu. Ne preporučuje se brzo smanjenje njenog udjela u tijelu, već održavanje na zdravoj razini kao te u ispravnom omjeru u odnosu na mišićnu masu.

### VISCERALNA MASNOĆA

Visceralna (ili organska) masnoća nalazi se u trbušnoj šupljini oko i unutar naših organa. Služi im kao protein. Visceralna masnoća je skrivena. Količina visceralne masnoće ne ovisi o količini masnoće ispod kože u tijelu.

Ako imamo previše visceralne masnoće, to može biti opasnije od potkožne masnoće. Visceralna masnoća povezana je sa hiperlipidemijom (povišenom razinom lipida u krvi). To stanje može dovesti do ozbiljnijih kroničnih bolesti kao što je dijabetes, ili do akutnih bolesti kao što su srčani i moždani udari.

### VAŽNOST VODE ZA NAŠE ZDRAVLJE

Ljudsko tijelo sadrži otprilike 55–60 % vode, a omjer varira ovisno o dobi i spolu.

Voda ima nekoliko uloga u ljudskom tijelu:

- Sastavni je dio stanica u našem tijelu. To znači da svaka stanica kao što su one kože, mozga i mišića ispravno funkcionira samo ako sadrži dovoljno vode.
- Važna je tvar koja se oslobađa u našem tijelu.
- Prenosi nutrijente i metabolite tijelom.

Referentne vrijednosti svoje tjelesne kondicije možete usporediti u sljedećoj tablici. U njoj je prikazano na koji način masnoća ovisi o dobi i spolu. Usmjerite se više na održavanje ispravnog balansa vode u tijelu. Slično kao i razine masnoće, razine vode mijenjaju se tijekom dana. Za dobivanje točnih rezultata mjerenja uvijek vršite u isto vrijeme dana. Dobivena se mjerenja udjela masnoće i vode trebaju smatrati informativnima. Ne preporučuje se njihova upotreba u medicinske svrhe. O tim se mjerenjima uvijek posavjetujte sa svojim liječnikom prije unošenja radikalnih promjena u svoj režim ishrane.

| Dob<br>(u godinama) | Žene      |                       | Muškarci  |                       | Tip                |
|---------------------|-----------|-----------------------|-----------|-----------------------|--------------------|
|                     | Masnoća   | Udio vode<br>u tijelu | Masnoća   | Udio vode<br>u tijelu |                    |
| 30 i manje          | 4,0–20,5  | 66,0–54,7             | 4,0–15,5  | 66,0–58,1             | Premala težina     |
|                     | 20,6–25,0 | 54,6–51,6             | 15,6–20,0 | 58,0–55,0             | Normalna težina    |
|                     | 25,1–30,5 | 51,5–47,8             | 20,1–24,5 | 54,9–51,9             | Prekomjerna težina |
|                     | 30,6–50,0 | 47,7–34,4             | 24,6–50,0 | 51,8–34,4             | Pretilost          |
| iznad 30            | 4,0–25,0  | 66,0–51,6             | 4,0–19,5  | 66,0–55,4             | Premala težina     |
|                     | 25,1–30,0 | 51,5–48,1             | 19,6–24,0 | 55,3–52,3             | Normalna težina    |
|                     | 30,1–35,0 | 48,0–44,7             | 24,1–28,5 | 52,2–49,2             | Prekomjerna težina |
|                     | 35,1–50,0 | 44,6–34,4             | 28,6–50,0 | 49,1–34,4             | Pretilost          |

### Vaganje s prikazom udjela masnoće, udjela vode, mišićne mase, težine kostiju i indeksa BMI

Prije vaganja unesite osnovne informacije o svakom korisniku.

Možete spremi do najviše 9 korisnika (najviše 8 korisnika u Bluetooth aplikaciji).

Skinite cipele i čarape prije vaganja jer u protivnom prikazane informacije neće biti točne.

### Spremanje korisničkih informacija

**Pritisnite gumb SET.**

P1 počeo će treperiti na zaslonu za korisnika br. 1.

Ponovno pritisnite gumb SET za spremanje informacija o korisniku pod brojem 1 ili pritisnite ▲/▼ za promjenu broja korisnika.

**Informacije unosite pomoću gumba ▲/▼ sljedećim redoslijedom:**

Korisnički broj – spol – dob – visina.

Svaku vrijednost potvrdite pritiskom gumba SET.

Spremljene informacije kasnije možete promijeniti pritiskanjem gumba SET.

Ako želite promijeniti mjernu jedinicu za težinu, više puta zaredom pritisnite gumb kg/lb/st na donjem dijelu vage.

**Nakon unosa informacija na zaslonu će se prikazati 0,0 kg.**

Stanite na vagu i budite mirni, nemojte se pomicati, i nakon nekog će se vremena prikazati:

Trenutna težina → udio masnoće → udio vode → težina kostiju → visceralna masnoća → mišićna masa → potreban dnevni unos kalorija → BMI → ikona za stupanj pretilosti → gubitak težine (strelica prema dolje + smanjenje) ili dobivanje na težini (strelica prema gore + povećanje) u odnosu na prethodno vaganje.

Te se informacije prikazuju 3 puta u retku.

Zatim se vaga isključuje.

**Količina masnoće u tijelu:**

| Dob   | Žensko         |                 |                    |           |
|-------|----------------|-----------------|--------------------|-----------|
|       | Premala težina | Normalna težina | Prekomjerna težina | Pretilost |
| 10–17 | 3,0–15,0       | 15,1–22,0       | 22,1–26,4          | 26,5–50,0 |
| 18–30 | 3,0–15,4       | 15,5–23,0       | 23,1–27,0          | 27,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–16,0       | 16,1–23,4       | 23,5–27,4          | 27,5–50,0 |
| 41–60 | 3,0–16,4       | 16,5–24,0       | 24,1–28,0          | 28,1–50,0 |
| 61–99 | 3,0–17,0       | 17,1–24,4       | 24,5–28,4          | 28,5–50,0 |

| Dob   | Muško          |                 |                    |           |
|-------|----------------|-----------------|--------------------|-----------|
|       | Premala težina | Normalna težina | Prekomjerna težina | Pretilost |
| 10–17 | 3,0–12,0       | 12,1–17,0       | 17,1–22,0          | 22,1–50,0 |
| 18–30 | 3,0–12,4       | 12,5–18,0       | 18,1–23,0          | 23,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–13,0       | 13,1–18,4       | 18,5–23,0          | 23,1–50,0 |
| 41–60 | 3,0–13,4       | 13,5–19,0       | 19,1–23,4          | 23,5–50,0 |
| 61–99 | 3,0–14,0       | 14,1–19,4       | 19,5–24,0          | 24,1–50,0 |

**Količina vode u tijelu:**

| Dob   | Žensko       |                 |               | Muško        |                 |               |
|-------|--------------|-----------------|---------------|--------------|-----------------|---------------|
|       | niska razina | normalna razina | visoka razina | niska razina | normalna razina | visoka razina |
| 10–17 | < 54,0       | 54,0–60,0       | > 60,0        | < 57,0       | 57,0–62,0       | > 62,0        |
| 18–30 | < 53,5       | 53,5–59,5       | > 59,5        | < 56,5       | 56,5–61,5       | > 61,5        |
| 31–40 | < 53,0       | 53,0–59,0       | > 59,0        | < 56,0       | 56,0–61,0       | > 61,0        |
| 41–60 | < 52,5       | 52,5–58,5       | > 58,5        | < 55,5       | 55,5–60,5       | > 60,5        |
| 61–99 | < 52,0       | 52,0–58,0       | > 58,0        | < 55,0       | 55,0–60,0       | > 60,0        |

**Kalorije:**

| Dob   | Žensko      |       | Muško       |       |
|-------|-------------|-------|-------------|-------|
|       | težina (kg) | kcal  | težina (kg) | kcal  |
| 10–17 | 50          | 1 265 | 60          | 1 620 |
| 18–30 | 55          | 1 298 | 65          | 1 560 |
| 31–40 | 60          | 1 302 | 70          | 1 561 |
| 41–60 | 60          | 1 242 | 70          | 1 505 |
| 61–99 | 50          | 1 035 | 65          | 1 398 |

**BMI:**

| BMI | Premala težina | Normalna težina | Prekomjerna težina | Pretilost |
|-----|----------------|-----------------|--------------------|-----------|
|     |                | < 18,5          | 18,5–25            | 25–30     |

**Visceralna masnoća:**

| Visceralna masnoća | Normalna vrijednost | Povišena vrijednost | Visoka vrijednost |
|--------------------|---------------------|---------------------|-------------------|
|                    |                     | 0–9                 | 10–14             |

**Bluetooth aplikacija**

Vaga se može upotrebljavati s Bluetooth aplikacijom za Android i iOS uređaje.

Ako povežete uređaj s vagom putem značajke Bluetooth, izmjerene se vrijednosti automatski spremaju u aplikaciju nakon svakog vaganja.

Provjerite udovoljava li vaš uređaj sljedećim sistemskim zahtjevima:

Android 4.3 ili noviji + Bluetooth 4.0 ili noviji.

iOs 6.0 ili noviji + Bluetooth 4.0 ili noviji.

**Ovisno o tome koji operacijski sustav upotrebljavate, pronađite i preuzmite aplikaciju „Smart Scale“.**

**Ili je preuzmite putem sljedećih QR kodova:**

**Android:**



**iOS:**

**Postavljanje i upotreba Bluetooth aplikacije tijekom vaganja**

1. Aktivirajte značajku Bluetooth u postavkama svog uređaja.
2. Instalirajte aplikaciju „Smart Scale“ iz trgovine App Store (iOS) ili Google Play (Android).
3. Uključite Bluetooth i malo protresite uređaj.
4. Lagano pritisnite vagu nogom i pustite. Uređaj će se automatski povezati s vagom.
5. Izvažite se.

*Napomena:*


*Ako uređaj vratite na tvorničke postavke dok upotrebljavate aplikaciju, svi će se izmjereni/pohranjeni podaci izbrisati.*


## Spremljeni korisnici

U aplikaciji možete spremiti do 8 korisnika.



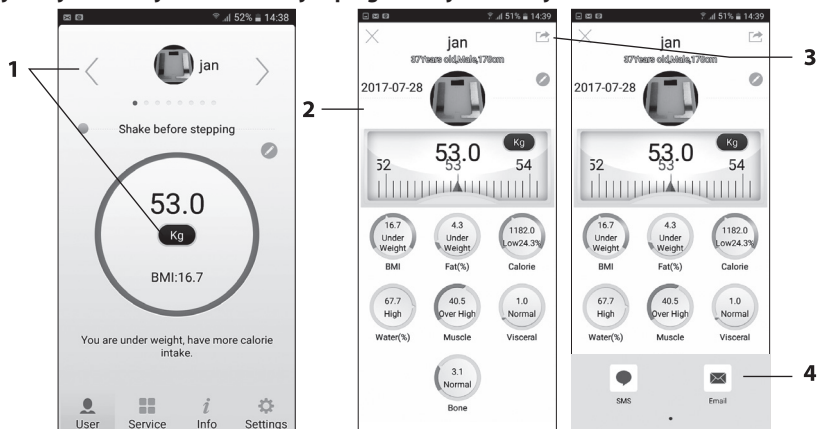
1. Kliknite polje Korisnik  dole lijevo u aplikaciji.

2. Pritisnite + i spremite korisničke informacije (dodajte fotografiju, ime, dob, spol, visinu). Potvrdite klikom na gumb  gore desno.

3. Ako kasnije želite promijeniti korisničke informacije, kliknite ikonu s olovkom .

4. Ako želite izbrisati korisnika, kliknite gumb Izbrisi u donjem dijelu.

## Dijeljenje izmjerenih vrijednosti / Detaljan pregled izmjerenih vrijednosti



1. Odaberite korisnika pomoću strelica na gornjem dijelu i kliknite vrijednost težine u sredini zelenog kruga.

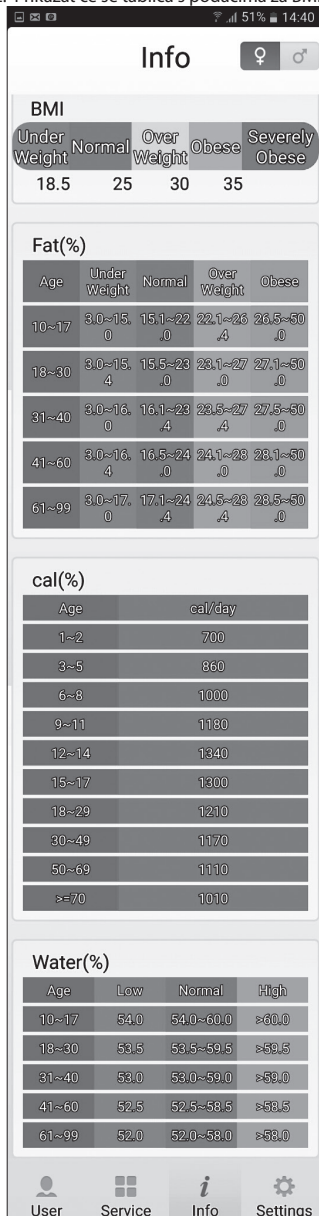
2. Prikazat će se pojednostiti o izmjerenim vrijednostima.



3. Kliknite ikonu sa strelicom gore desno .

4. Odaberite način dijeljenja izmjerenih vrijednosti (SMS-om/e-poštom).

## BMI

1. Kliknite ikonu Info  na donjem dijelu.
2. Prikazat će se tablica s podacima za BMI.



**Info**  

**BMI**

| Under Weight | Normal | Over Weight | Obese | Severely Obese |
|--------------|--------|-------------|-------|----------------|
| 18.5         | 25     | 30          | 35    |                |

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1180    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

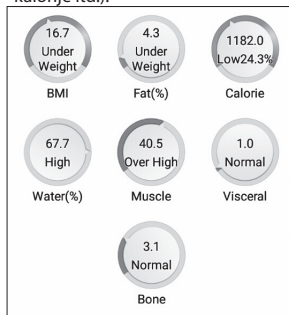
User Service **Info** Settings

3. Odaberite tablicu BMI sukladno spolu pomoću ikona

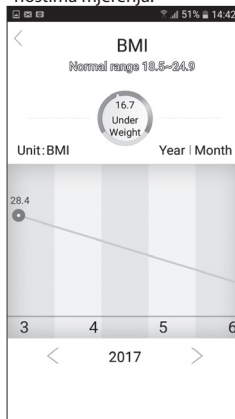


## Kalendar mjerenja

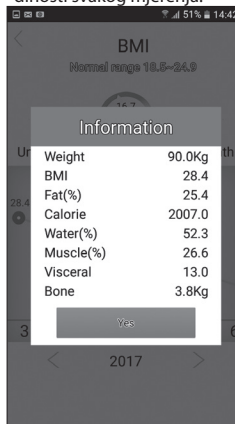
1. Otvorite bilo koju izmjerenu vrijednost (BMI, masnoća, kalorije itd.).



2. Prikazat će se kalendar/tablica sa svim proteklim vrijednostima mjerenja:

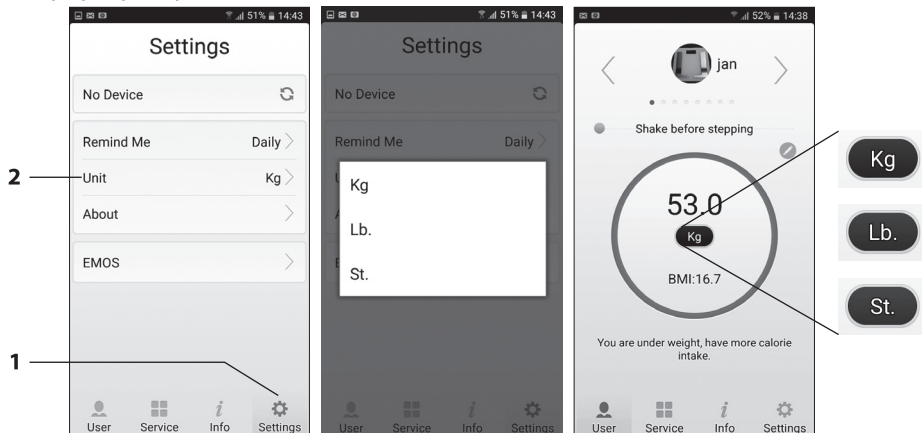


3. Vrijednosti možete sortirati po godini ili mjesecu Year | Month.
4. Klikom na pojedinačne točke u tablici prikazuju se pojedinačnosti svakog mjerenja.





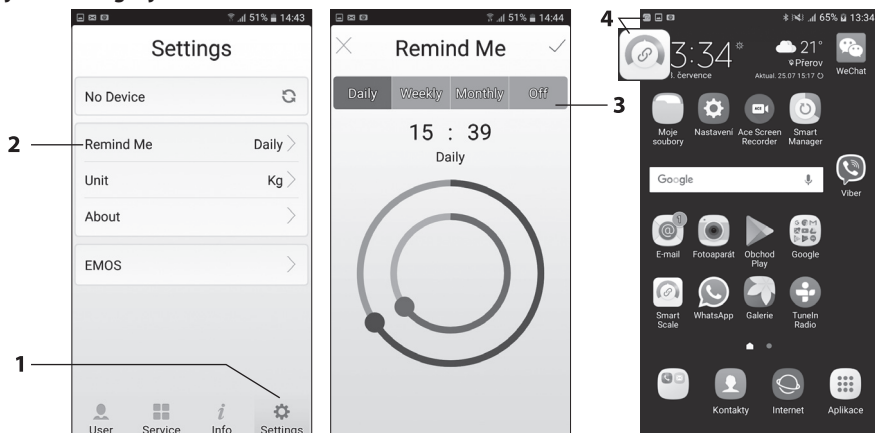
## Postavljanje mjerne jedinice za težinu




1. Kliknite ikonu Postavke  dolje desno.
2. Kliknite ikonu Mjerna jedinica.
3. Odaberite mjernu jedinicu za težinu: kg/lb/st.

Mjernu jedinicu za težinu možete i promijeniti prilikom prikaza izmjerene težine klikom na ikonu Kg/Lb./St.

## Podsjetnik za vaganje





1. Kliknite ikonu Postavke  dolje desno.
2. Kliknite ikonu Podsjetnik.
3. Postavite vrijeme i datum za podsjetnik (dnevno, tjedno, mjesečno ili isključeno).
4. Ikona podsjetnika prikazat će se na zaslonu u postavljeno vrijeme.

### Napomena:

Funkcija podsjetnika djelatna je samo ako se uređaj ne isključi/ponovno pokrene ili vrati na tvorničke postavke (brisanje podataka) nakon postavljanja alarma.

## Indikator greške na zaslonu:

| Indikator na zaslonu  | Značenje  |
|---|---|
|  | Ispitivanje svih segmenata prikaza (svi se segmenti na trenutak prikazuju prilikom svakog umetanja baterija). |
| Lo  | Prazne baterije.  |
| Err   | Prekoračenje ograničenja težine uređaja.  |
| Err2/FALL   | Postotak udjela masnoće u tijelu je iznad ili ispod graničnog raspona mjerenja.                               |
| E   | Unesene korisničke informacije su netočne. Unesite točne korisničke informacije.                              |

 Zabranjeno je odlaganje električnih uređaja u raznovrsni kućanski otpad; zbrinite ih na odlagalištima za odvojeno sakupljanje otpada. Informacije o odlagalištima zatražite od tijela lokalne vlasti. Iz električnih uređaja, ako se bace na napuštena odlagališta, u podvodne vode mogu curiti opasne tvari te dospjeti u hranidbeni lanac i naškoditi vašem zdravlju.

## DE | Digitale Personenwaage mit Bluetooth

Lesen Sie sich diese Anleitung und die Sicherheitshinweise vor Inbetriebnahme des Produkts gründlich durch!

### Technische Spezifikation:

hartes Sicherheitsglas: 6 mm

LCD-Display: 88 × 40 mm

Maximales Gewicht: 150 kg

Mindestbelastung: 5 kg

Messaufösung: 0,1 kg / 0,2 lb

Maßeinheit: kg/lb/st

Speicher: maximal 9 Benutzer, in der Bluetooth-Anwendung 8 Benutzer

Mindestanforderungen zur Verbindung des Geräts über Bluetooth:

iOs 6.0 oder höher + Bluetooth 4.0 oder höher

Android 4.3 oder höher + Bluetooth 4.0 oder höher

Höheneinstellung: 60–240 cm

Alterseinstellung: 10 bis 99 Jahre

Einheit, Umfang der Fettmessung: 0,1 %

Einheit, Umfang der Wassermessung: 0,1 %

Einheit, Umfang der Muskelmassenmessung: 0,1 %

Automatisches Ausschalten nach 10 Minuten

Anzeige für Überlastung/schwache Batterie

Stromversorgung: Batterien – 4 × 1,5 V AAA (sind nicht im Lieferumfang enthalten)

### Generelle Regeln zur Nutzung:














1. Diese digitale Personenwaage EV 107 ist nur zur Verwendung im Haushalt bestimmt.
2. Lassen Sie alle Reparaturen durch eine Fachservicewerkstätte oder beim Verkäufer vornehmen!
3. Verwenden Sie die Waage nicht in der Nähe von Geräten mit elektromagnetischen Feldern. Stellen Sie die Waage in ausreichendem Abstand zu diesen Produkten auf, um gegenseitige Störungen zu vermeiden.
4. Beim Ergebnis handelt es sich nur um einen Orientierungswert. Bei diesem Produkt handelt es sich nicht um ein medizinisches Gerät. Halten Sie in Bezug auf Medikamente bzw. Diäten zur optimalen Gewichtserreichung immer mit Ihrem Arzt Rücksprache.
5. Legen Sie in die Geräteöffnungen keine Gegenstände hinein.
6. Die Waage ist zum Wiegen von Personen über 10 Jahren und unter 99 Jahren bestimmt.
7. Auf der Waage dürfen keine Haustiere gewogen werden.
8. Schützen Sie die Waage vorm Herunterfallen sowie vor Stößen. Springen Sie nicht auf der Waage.
9. Auf einer feuchten Oberfläche können Sie ausrutschen bzw. das Gerät ins Rutschen geraten. Betreten Sie auch niemals den Waagenrand auf einer glatten Oberfläche und halten Sie auf der Waage Ihr Gleichgewicht.
10. Verwenden Sie aufgrund der elektrischen Impedanz das Gerät nicht in den nachfolgend aufgeführten Fällen:
  - a) wenn Ihnen ein Herzschrittmacher bzw. ein anderes medizinisch-elektronisches Implantat eingesetzt wurde,
  - b) wenn Sie an Herzbeschwerden oder an einer Herzerkrankung leiden,
  - c) während der Schwangerschaft,
  - d) wenn Sie zur Dialyse gehen,
  - e) wenn Sie Fieber haben,

- f) wenn Sie an Osteoporose leiden,
  - g) wenn Sie ein Ödem oder eine Schwellung haben,
  - h) wenn Sie Training bzw. Übungen von mehr als 5 Stunden absolviert haben,
  - i) wenn Sie einen Herzschlag von weniger als 60 Schläge pro Minute haben.
11. Die Waage nur im Einklang mit den in dieser Anleitung angegebenen Hinweisen verwenden.
  12. Der Hersteller haftet nicht für Schäden infolge der unsachgemäßen Verwendung dieses Geräts.
  13. Dieses Gerät ist nicht zur Verwendung durch Personen vorgesehen (Kinder eingeschlossen), die über verminderte körperliche, sensorielle oder geistige Fähigkeiten verfügen oder nicht über ausreichende Erfahrung und Kenntnisse verfügen, außer sie haben von einer Person, die für ihre Sicherheit verantwortlich ist, Anweisungen für den Gebrauch des Geräts erhalten oder werden von dieser beaufsichtigt. Kinder müssen beaufsichtigt werden, um sicher zu gehen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.

### Beschreibung der Waage:

1. Taste ▲ – Erhöhung des Werts um eine Maßeinheit.
2. SET-Taste – manuelles Einschalten der Waage, Einstellung der Ausgangsdaten.
3. Taste ▼ – Reduzierung des Werts um eine Maßeinheit.
4. Display
5. Kontaktfläche

### Symbol-Übersicht

| Schaltfläche  | Bedeutung   |
|---|---|
| kg (lb / st.lb)   | Körpergewicht   |
| P1 - P9   | Benutzerposition im Speicher  |
|      | Herr  |
|      | Dame  |
| cm (↗ ↘)  | Körperhöhe  |
| age  | Alter   |
|      | Während der Datenübertragung blinkt diese Anzeige                     |
|     | Die Waage ist nicht mit der Bluetooth-Anwendung verbunden             |
|    | Anzeige des Körperfetts   |
|    | Anzeige der Wassermenge im Körper                                     |
|    | Anzeige der Muskelmasse   |
|    | Knochengewicht  |
|    | Anzeige des Fetts in den Organen                                      |
| %   | Werte in Prozent – Körperfett / Wasser / Muskelmasse / Knochengewicht |
|    | Untergewicht, Normalgewicht, Übergewicht, Fettleibigkeit              |
|    | Tägliche Kilokalorien-Anforderung                                     |
|    | BMI-Wert  |

## Einlegen/Wechsel der Batterien

1. Den Deckel des Batteriefachs auf der Unterseite der Waage öffnen.
2. Die gebrauchten Batterien herausnehmen.
3. Neue 4x 1,5-V-Batterien einlegen. Auf die richtige Polung achten.  
Sofern die Batterien mit einer Sicherheitsfolie geschützt sind, muss diese vorm Einlegen der Batterien in die Waage entfernt werden.  
Verwenden Sie nur alkalische Batterien des gleichen Typs, verwenden Sie keine wiederaufladbaren Batterien sowie keine alten und neuen Batterien zusammen.
4. Deckel schließen.

## Generelle Gewichtsmessung (ohne BMI-Index) / Veränderung der Gewichtseinheit

1. Stellen Sie die Waage auf eine ebene, harte und stabile Oberfläche.
2. Steigen Sie vorsichtig auf die Waage - die Waage schaltet sich automatisch ein.  
Wenn Sie die Gewichtseinheit verändern möchten, betätigen Sie wiederholt die „kg/lb/st“-Taste, welche sich auf der Unterseite der Waage befindet.
3. Stehen Sie ruhig auf der Waage, bewegen Sie sich nicht – nach einer Weile wird auf dem Display das gewogene Gewicht angezeigt.
4. Den gewünschten Gewichtswert in kg/lb/st stellen Sie durch wiederholtes Betätigen der Taste ein.
5. Nach 30 Sekunden schalten sich die Waage automatisch aus.

## MESSEN DES KÖRPERFETTS, DES WASSERS, DER MUSKELMASSE SOWIE DER KNOCHEN

### INFORMATIONEN ZUM WIEGEN DES KÖRPERGEWICHTS

WARNUNG: Personen mit einem Herzschrittmacher oder mit einem anderen Implantat mit elektronischen Bestandteilen sind nicht berechtigt, diese Waage zu benutzen – bei Implantat kann die korrekte Funktionalität gestört werden.

ANMERKUNG: Korrekte Messergebnisse lassen sich nur dann erzielen, wenn man gerade, barfuß sowie mit trockenen Füßen auf der Waagenfläche steht! Das Grundprinzip beruht auf der Messung des elektrischen Widerstands innerhalb des menschlichen Körpers. Um die entsprechenden Daten zu erhalten, wird von der Waage ein schwaches, nicht vernehmbares elektrisches Signal durch Ihren Körper gesendet.

Das Signal ist absolut ungefährlich! Das Messverfahren wird als „Analyse des bioelektrischen Widerstands“ (BIA) beschrieben. Der Faktor basiert auf der gegenseitigen Körper- und Gewichtsanalogie und der entsprechenden Wassermenge im Körper in Prozent sowie auf weiteren biologischen Daten (Alter, Geschlecht, Körpergewicht). Es gibt kräftige Personen mit einem ausgeglichenen Prozentsatz zwischen Fett und Muskelmasse sowie auch schlanke Personen mit einem deutlich höheren Körperfettwert. Beim Körperfett handelt es sich um den Faktor, welcher wesentlich z. B. das kardiovaskuläre System belasten kann. Aus diesem Grund ist es ratsam, beide Werte (das Fett und das Gewicht) zu kontrollieren, damit der Körper fit und gesund bleibt.

### KÖRPERFETT

Beim Körperfett handelt es sich um eine wesentliche Körperkomponente - es ist wichtig zum Schutz der Gelenke und dient auch als Vitaminquelle zur Regulierung der Körpertemperatur. Somit hat es eine wichtige Funktion im menschlichen Körper. Es ist nicht ratsam, das Körperfett radikal zu reduzieren, sondern den korrekten Körperfettspiegel zu ermitteln und für ein Gleichgewicht zwischen der Muskulatur und dem Körperfett zu sorgen.

### VISZERALES FETT

Das viszerale Fett (bzw. Eingeweidefett, Organfett) befindet sich in der Bauchhöhle in sowie um unsere Organe und dient zu deren Schutz. Das viszerale Fett ist versteckt. Die viszerale Fettmenge ist nicht von der subkutanen Fettmenge im Körper abhängig. Wenn man zu viel viszerales Fett hat, kann dies gefährlicher als subkutanes Fett sein. Das viszerale Fett ist mit Hyperlipidämie (höherer Blutfettspiegel) verbunden. Dies kann zu schweren chronischen Krankheiten führen, besonders zu Diabetes sowie auch zu akuten Erkrankungen, wie z. B. zum Herzinfarkt oder Schlaganfall.

### WIE WICHTIG IST WASSER FÜR UNSERE GESUNDHEIT?

Der menschliche Körper besteht ungefähr zu 55–60 % aus Wasser, in Abhängigkeit vom Alter und Geschlecht im unterschiedlichen Verhältnis.

Wasser hat mehrere Aufgaben im menschlichen Körper:

- Es ist für den Aufbau unserer Zellblöcke verantwortlich; Dies bedeutet, dass jede Zelle, wie z. B. Haut-, Gehirn- und Muskelzellen nur dann korrekt funktioniert, wenn sie ausreichend Wasser enthält.
- Es ist ein wichtiger Stoff, der in unserem Körper freigesetzt wird.
- Es dient zur Beförderung der Nährstoffe und Stoffwechselprodukte im Körper.

Die Referenzwerte für ihr Fitnessprofil können Sie mit der nachfolgenden Tabelle vergleichen. Es wird die Abhängigkeit des Körperfetts vom Alter und Geschlecht angezeigt. Konzentrieren Sie sich mehr auf das Wassergleichgewicht im Körper sowie auf den Fettspiegel, der tagsüber schwankt. Um relevante Ergebnisse zu erhalten, wiegen Sie sich immer um die gleiche Tageszeit. Betrachten Sie die Körperfett- und Wassermessergebnisse eher als informative Werte. Es handelt sich um keine Empfehlungen zu medizinischen Zwecken. Halten Sie bezüglich der Ergebnisse lieber immer mit Ihrem Arzt Rücksprache, sofern Sie ihre Lebensweise radikal verändern möchten.

| Alter (in Jahren) | Damen      |                  | Herren     |                  | Typ            |
|-------------------|------------|------------------|------------|------------------|----------------|
|                   | Körperfett | Wasser im Körper | Körperfett | Wasser im Körper |                |
| 30 und jünger     | 4,0–20,5   | 66,0–54,7        | 4,0–15,5   | 66,0–58,1        | Untergewicht   |
|                   | 20,6–25,0  | 54,6–51,6        | 15,6–20,0  | 58,0–55,0        | Normalgewicht  |
|                   | 25,1–30,5  | 51,5–47,8        | 20,1–24,5  | 54,9–51,9        | Übergewicht    |
|                   | 30,6–50,0  | 47,7–34,4        | 24,6–50,0  | 51,8–34,4        | Fettleibigkeit |
| über 30           | 4,0–25,0   | 66,0–51,6        | 4,0–19,5   | 66,0–55,4        | Untergewicht   |
|                   | 25,1–30,0  | 51,5–48,1        | 19,6–24,0  | 55,3–52,3        | Normalgewicht  |
|                   | 30,1–35,0  | 48,0–44,7        | 24,1–28,5  | 52,2–49,2        | Übergewicht    |
|                   | 35,1–50,0  | 44,6–34,4        | 28,6–50,0  | 49,1–34,4        | Fettleibigkeit |

### Gewichtsmessung mit Anzeige der Körperfett- und Wassermenge, des Muskelmassen- und Knochengewichts sowie des BMI-Index

Vor dem Wiegen sind die generellen Daten zu jedem Benutzer einzugeben.

Es lassen sich die Daten für maximal 9 Benutzer speichern (in der Bluetooth-Anwendung können maximal 8 Benutzer gespeichert werden).

Ziehen Sie vor dem Wiegen Ihre Schuhe und Socken aus, andernfalls werden die Informationen nicht korrekt angezeigt.

#### Speicherung der Informationen zum Benutzer

##### Betätigen Sie die SET-Taste.

Auf dem Display beginnt P1 – Benutzer Nr. 1 zu blinken.

Betätigen Sie erneut die SET-Taste, um die Informationen für den Benutzer unter der Nummer 1 zu speichern oder betätigen Sie die Taste ▲/▼, um die Benutzernummer zu ändern.

##### Geben Sie die Ausgangsinformationen über die Tasten ▲/▼ in folgender Reihenfolge ein:

Benutzernummer – Geschlecht – Alter – Größe.

Zur Bestätigung jeder Angabe betätigen Sie die SET-Taste.

Die gespeicherten Daten können später durch Betätigen der SET-Taste geändert werden.

Wenn Sie die Gewichtseinheit verändern möchten, betätigen Sie wiederholt die „kg/lb/st“-Taste, welche sich auf der Unterseite der Waage befindet.

##### Nach der Eingabe der Ausgangsdaten wird auf dem Display 0.0 kg angezeigt.

Stehen Sie ruhig auf der Waage, bewegen Sie sich nicht – nach einer Weile werden auf dem Display folgende Informationen angezeigt:

Aktuelles Gewicht → Fettmenge → Wassermenge → Knochengewicht → viszerales Fett → Muskeln → tägliche Kilokalorien-Anforderung → BMI-Index → Symbol für die Fettleibigkeitsstufe → Gewichtsabnahme (Pfeil nach unten + Decrease) im Vergleich mit der vorhergehenden Messung bzw. Gewichtszunahme (Pfeil nach oben + Increase).

Diese Informationen werden sukzessive 3x hintereinander angezeigt.

Danach schaltet sich die Waage aus.

#### Fettmenge im Körper:

| Alter | Dame         |               |             |                |
|-------|--------------|---------------|-------------|----------------|
|       | Untergewicht | Normalgewicht | Übergewicht | Fettleibigkeit |
| 10–17 | 3,0–15,0     | 15,1–22,0     | 22,1–26,4   | 26,5–50,0      |
| 18–30 | 3,0–15,4     | 15,5–23,0     | 23,1–27,0   | 27,1–50,0      |
| 31–40 | 3,0–16,0     | 16,1–23,4     | 23,5–27,4   | 27,5–50,0      |
| 41–60 | 3,0–16,4     | 16,5–24,0     | 24,1–28,0   | 28,1–50,0      |
| 61–99 | 3,0–17,0     | 17,1–24,4     | 24,5–28,4   | 28,5–50,0      |

| Alter | Herr         |               |             |                |
|-------|--------------|---------------|-------------|----------------|
|       | Untergewicht | Normalgewicht | Übergewicht | Fettleibigkeit |
| 10–17 | 3,0–12,0     | 12,1–17,0     | 17,1–22,0   | 22,1–50,0      |
| 18–30 | 3,0–12,4     | 12,5–18,0     | 18,1–23,0   | 23,1–50,0      |
| 31–40 | 3,0–13,0     | 13,1–18,4     | 18,5–23,0   | 23,1–50,0      |
| 41–60 | 3,0–13,4     | 13,5–19,0     | 19,1–23,4   | 23,5–50,0      |
| 61–99 | 3,0–14,0     | 14,1–19,4     | 19,5–24,0   | 24,1–50,0      |

### Wassermenge im Körper:

| Alter | Dame   |           |        | Herr   |           |        |
|-------|--------|-----------|--------|--------|-----------|--------|
|       | gering | normal    | hoch   | gering | normal    | hoch   |
| 10–17 | < 54,0 | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0 | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30 | < 53,5 | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5 | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40 | < 53,0 | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0 | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60 | < 52,5 | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5 | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99 | < 52,0 | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0 | 55,0–60,0 | > 60,0 |

### Kalorien:

| Alter | Dame         |       | Herr         |       |
|-------|--------------|-------|--------------|-------|
|       | Gewicht (kg) | kcal  | Gewicht (kg) | kcal  |
| 10–17 | 50           | 1 265 | 60           | 1 620 |
| 18–30 | 55           | 1 298 | 65           | 1 560 |
| 31–40 | 60           | 1 302 | 70           | 1 561 |
| 41–60 | 60           | 1 242 | 70           | 1 505 |
| 61–99 | 50           | 1 035 | 65           | 1 398 |

### BMI:

| BMI | Untergewicht | Normalgewicht | Übergewicht | Fettleibigkeit |
|-----|--------------|---------------|-------------|----------------|
|     | < 18,5       | 18,5–25       | 25–30       | > 30           |

### Viszerales Fett:

| Viszerales Fett | Normalwert | Erhöhter Wert | Hoher Wert |
|-----------------|------------|---------------|------------|
|                 | 0–9        | 10–14         | > 15       |

### Bluetooth-Anwendung

Die Waage können Sie über die Bluetooth-Anwendung für ein Gerät mit Android oder iOS verwenden.

Wenn das Gerät über Bluetooth mit der Waage verbunden ist, werden die Daten nach jedem Wiegevorgang automatisch in der Anwendung gespeichert.

Vergewissern Sie sich, dass Ihr Gerät die folgenden Anforderungen erfüllt:

Android 4.3 oder höher + Bluetooth 4.0 oder höher.

iOS 6.0 oder höher + Bluetooth 4.0 oder höher.

**Je nach Betriebssystem Ihres Geräts suchen und laden Sie die Anwendung „Smart Scale“ herunter.**

**Beziehungswise können Sie die folgenden QR-Codes zum Herunterladen der Anwendung verwenden:**

Android:



iOS:



### Einstellung und Verwendung der Bluetooth-Anwendung beim Wiegen

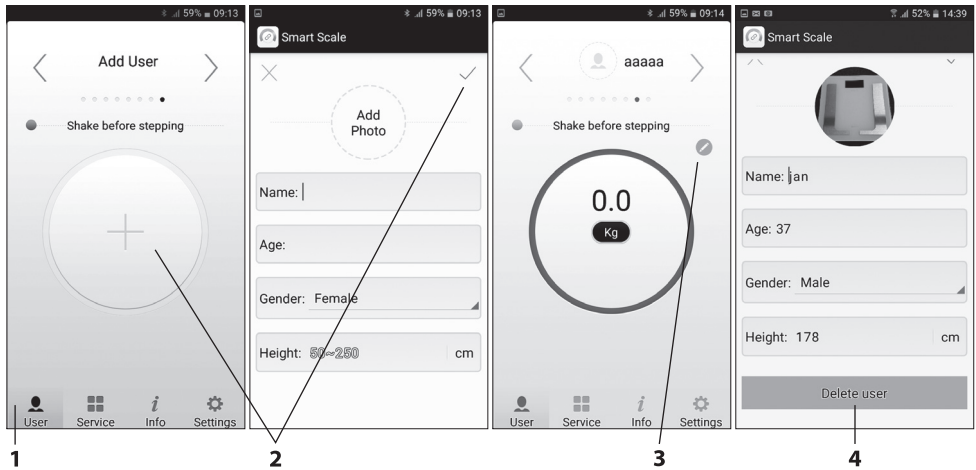
1. Aktivieren Sie in Ihrem Gerät Bluetooth.
2. Installieren Sie im App Store (iOS) oder auf Google Play (Android) die Anwendung „Smart Scale“.
3. Schalten Sie die Bluetooth-Anwendung ein und bewegen Sie das Gerät leicht hin und her.
4. Drücken Sie mit dem Fuß kurz auf die Waage - die Anwendung wird automatisch mit der Waage verbunden.
5. Danach folgt der Wiegevorgang.




Anmerkung:

Wenn Sie beim Verwenden der Anwendung die Werkseinstellungen beim Gerät wiederherstellen, werden alle gemessenen/gespeicherten Daten gelöscht.

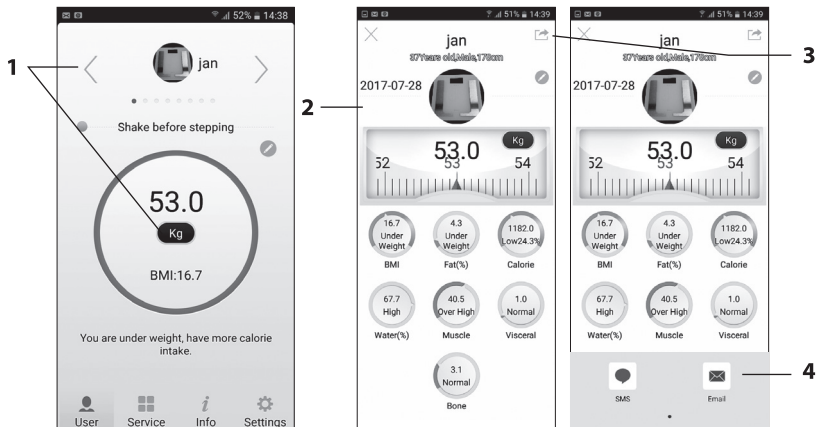
## Benutzerspeicherung


In der Anwendung können maximal 8 Benutzer gespeichert werden.




1. Klicken Sie in der Anwendung unten links auf das Feld Benutzer .
2. Klicken Sie auf die Taste + und speichern Sie die Benutzerdaten (Foto hinzufügen, Name, Alter, Geschlecht, Größe) und bestätigen Sie alles, indem Sie auf die Taste oben rechts klicken .
3. Wenn Sie die Benutzerdaten später ändern möchten, klicken Sie auf das Fettsymbol .
4. Wenn Sie einen Benutzer löschen möchten, klicken Sie unten auf das Symbol löschen.

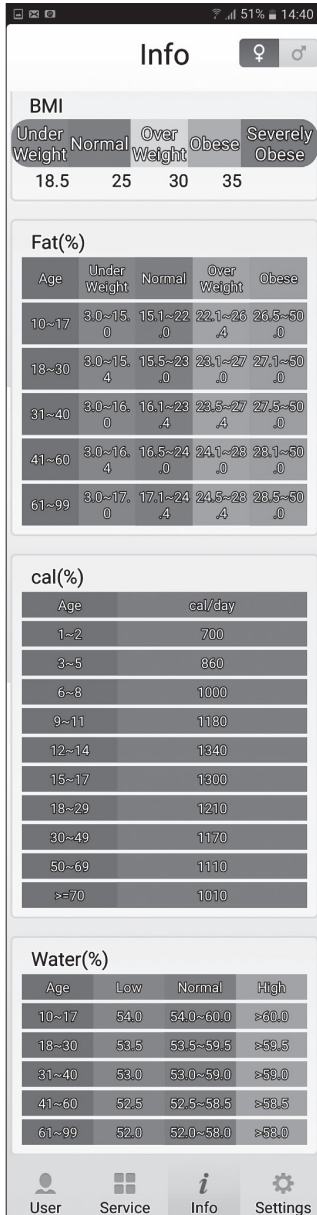
## Austausch der Messdaten / ausführliche Übersicht über die Messdaten



1. Wählen Sie mit den Pfeil nach oben einen Benutzer aus und klicken Sie auf den Gewichtswert in der Mitte des grünen Kreises.
2. Es werden die Details zu den Messdaten angezeigt.
3. Klicken Sie auf das Pfeilsymbol rechts oben .
4. Wählen Sie die Art aus, auf welche der Austausch der Messdaten erfolgen soll (per SMS/per E-Mail).

## BMI-Index

1. Klicken Sie unten auf das Symbol „Info“ .
2. Es wird die Tabelle mit den BMI-Daten angezeigt.



**Info**

**BMI**

|              |        |             |                |
|--------------|--------|-------------|----------------|
| Under Weight | Normal | Over Weight | Severely Obese |
| 18.5         | 25     | 30          | 35             |

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1130    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

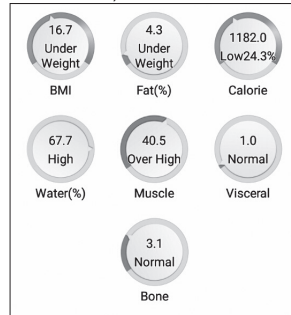
| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

User Service Info Settings

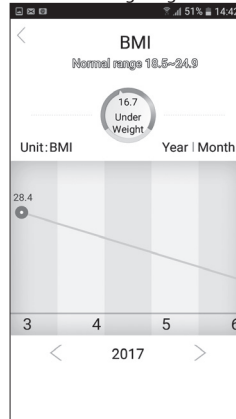
3. Wählen Sie die BMI-Tabelle entsprechend dem Geschlecht über das Symbol   aus.

## Messkalender

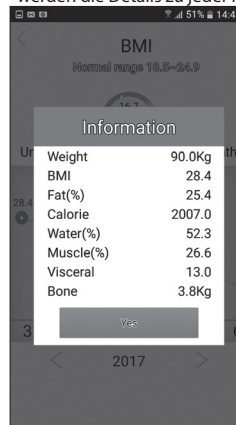
1. Klicken Sie eine beliebige Messangabe an (BMI, Fett, Kalorien etc.).



2. Es wird der Kalender/die Grafik mit allen historischen Messdaten angezeigt:

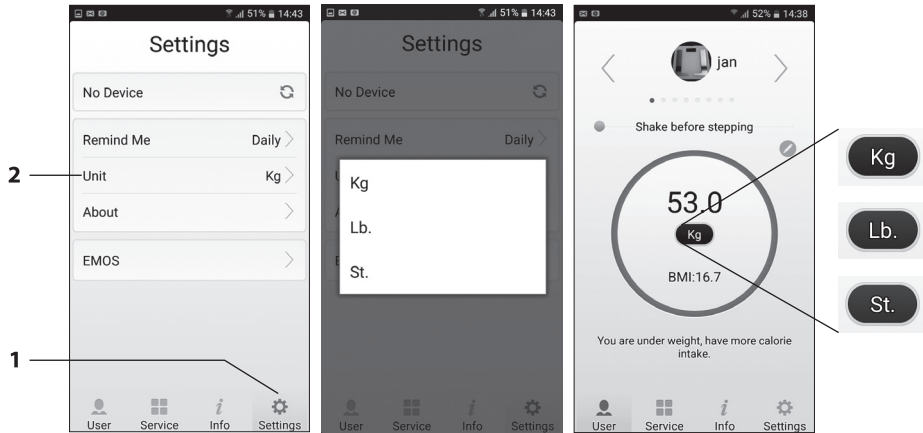



3. Die Anzeige der Daten kann nach Jahr oder Monat eingestellt werden Year | Month.
4. Wenn Sie die jeweiligen Punkte in der Grafik anklicken, werden die Details zu jeder Messung angezeigt.





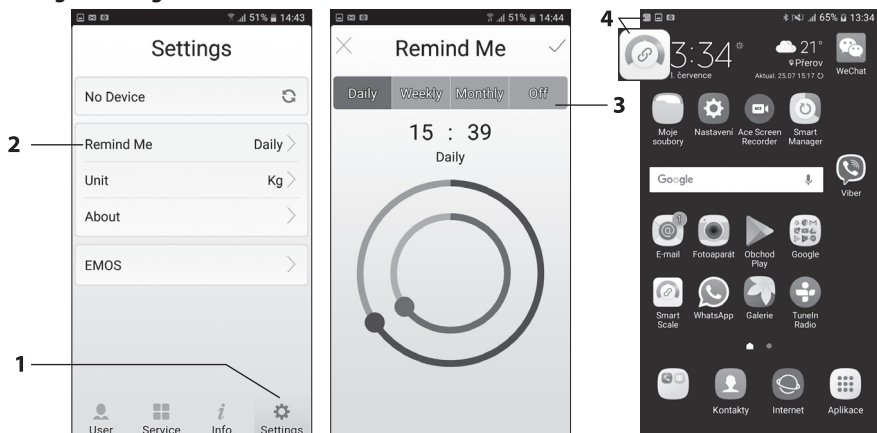
## Einstellung der Gewichtseinheit




1. Klicken Sie auf das Symbol Einstellungen  rechts unten.
2. Klicken Sie auf das Symbol Einheit.
3. Wählen Sie die Gewichtseinheit kg/lb/st aus.

Die Gewichtseinheit kann auch bei Anzeige des Gewichts geändert werden - durch wiederholtes Klicken auf das Symbol Kg/Lb./St.

## Erinnerung zum Wiegen




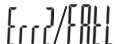




1. Klicken Sie auf das Symbol Einstellungen  rechts unten.
2. Klicken Sie auf das Symbol Erinnerung.
3. Stellen Sie die Uhrzeit und das Datum zum Erinnern ein (täglich, wöchentlich, monatlich oder ausschalten).
4. Auf dem Display wird das Erinnerungssymbol mit dem eingestellten Zeitraum angezeigt.

Anmerkung:

Die Erinnerungsfunktion ist nur aktiv, wenn das Gerät nach der Erinnerungseinstellung nicht ausgeschaltet wurde bzw. wenn kein Restart des Geräts erfolgt ist oder wenn die Werkseinstellungen nicht wieder hergestellt wurden (Löschen der Daten).

## Fehleranzeigen auf dem Display:

| Anzeige auf dem Display   | Bedeutung  |
|---|--|
|  | Test der Funktionsfähigkeit aller Displaysegmente (immer nach dem Einlegen von Batterien werden kurz alle Segmente auf dem Display angezeigt). |
|  | Die Batterien ist leer.  |
|  | Die Gewichtsgrenze für das Gerät ist überschritten.  |
|  | Der prozentuale Anteil des Körperfetts liegt über bzw. unter dem Messumfangwert.   |
|  | Die eingegebenen Benutzerdaten sind falsch. Geben Sie die richtigen Benutzerdaten ein.   |

 Elektrogeräte sind nicht als unsortierter Kommunalabfall, sondern getrennt über die Sammel- und Rückgabesysteme zu entsorgen. Für aktuelle Informationen zu Sammelstellen wenden Sie sich an die örtlichen Behörden. Falls das Elektrogerät auf einer Mülldeponie gelagert wird, können gefährliche Stoffe in das Grundwasser und somit in die Lebensmittelkette gelangen und dadurch Ihrer Gesundheit schaden.

## UA | Цифрові особисті ваги з Bluetooth

Перед введенням в роботу в експлуатацію, уважно прочитайте цю інструкцію і правила техніки безпеки!

### Технічна специфікація:

Безпечно загартоване скло: 6 мм

Світлодіодний дисплей: 88 × 40 мм

Максимальна вага: 150 кг

Мінімальне навантаження: 5 кг

Вимірююча відмінність: 0,1 кг / 0,2 фунта

Одиниця виміру: кг / фунт / ст

Пам'ять : макс. 9 користувачів, в аплікації Bluetooth 8 користувачів

Мінімальні вимоги для підключення пристрою Bluetooth:

iOs 6.0 або вище + Bluetooth 4.0 або вище

Android 4.3 або вище + Bluetooth 4.0 або вище

налаштування росту: 60–240 см

налаштування віку: 10–99 років

одиниця, діапазон вимірювання жиру: 0,1%

одиниця, діапазон вимірювання води: 0,1%

одиниця, діапазон вимірювання м'язів: 0,1%

Автоматичне відключення через 10 секунд

Індикатор перевантаження / розряджені батарейки

Джерело живлення: 4× 1,5 В AAA (не входять у комплект)

### Основні правила використання:














1. Цифрові особисті ваги EV107 призначені тільки для домашнього використання.
2. Будь-який ремонт віршіуйте в сервісу або у продавця!
3. Не використовуйте ваги близько пристроїв, які мають електромагнітне поле. Помістіть ваги чим далі від такого пристрою, щоб уникнути взаємним перешкодам.
4. Результати являються тільки приблизними параметрами. Цей виріб не являється медичним приладом. Завжди будь ласка, проконсультуйтеся із своїм лікарем ліки або діту для досягнення оптимальної ваги.
5. У отвори пристрою не давайте ніяких предметів.
6. Ваги призначені для зважування осіб віком від 10 років і молодших ніж 99 років.
7. На вагах забороняється зважувати домашніх тварин.
8. Будьте обережними, щоб ваги не впали зберігайте від ударів. Не стрибати на них.
9. На мокрій поверхні можете ви або пристрій посковзнутися. Крім того, на гладкій поверхні ніколи не ставайте на край ваг і коли важитесь зберігайте на вагах рівновагу.
10. По причині електронної імпеданції не використовуйте цей пристрій в наступних випадках:
  - a) якщо вам був імплантований кардіостимулятор або інший медичний електронний імплантату,
  - b) якщо хворієте серцем, або у вас є проблеми з серцем,
  - c) під час вагітності,
  - d) якщо ви ходите на діаліз,
  - e) маєте лихоманку,

- f) страждаєте від остеопорозу,
  - g) маєте набряк або припухлість,
  - h) якщо ви завершили зарядку котра тривала більше 5 годин,
  - i) ваш сердечний тиск нижчий 60 ударів в хвилину.
11. Користуйтеся вагами тільки відповідно до інструкцій, уведених в цьому посібнику.
  12. Завод-виробник не несе відповідальності за шкоду, заподіяну в результаті неправильного використання цього пристрою.
  13. Цей виріб не призначений для користування особам (включно дітей), для котрих фізична, почуттєва чи розумова нездібність, чи не достаток досвіду та знань забороняє ним безпечно користуватися, якщо така особа не буде під доглядом, чи якщо не була проведена для неї інструктаж відносно користування споживачем відповідною особою, котра відповідає за їх безпечність. Необхідно дивитися за дітьми та забезпечити, щоб з пристроєм не гралися.

### Опис ваг:

1. Кнопка ▲ – збільшуються параметри на 1 одиницю вимірювання.
2. Кнопка SET – ручне вмикання ваг, налаштування основних даних.
3. Кнопка ▼ – зменшення параметрів на 1 одиницю вимірювання.
4. Дисплей
5. Контактна поверхня

### Перегляд іконок

| Іконка  | Значення   |
|---|--|
| kg (lb / st.lb)   | Вага тіла  |
| P1 - P9   | Позиція в пам'яті для користувача                                      |
|      | Чоловік  |
|      | Жінка  |
| cm (↗ ↘)  | Зріст тіла   |
| age  | Вік  |
|      | Під час передачі даних мигає цей показник                              |
|     | Ваги не підключені до аплікації Bluetooth                              |
|    | Зображення жиру в організмі  |
|    | Зображення кількості води в організмі                                  |
|    | Зображення м'язової маси   |
|    | Кісткова маса  |
|    | Зображення жиру в органах  |
| %   | Параметри у відсотках – жир тіла / вода / м'язова маса / кісткова маса |
|    | Знижена, нормальна, надмірна вага, ожиріння                            |
|    | Добова норма калорій   |
|    | Параметри BMI  |

## **Вкладання / заміна батарейок**

1. Відкрийте батарейний відсік на нижній частині ваг.
2. Видаліть використані батарейки.
3. Вставте нові батарейки 4x 1,5 В AAA. Дбайте на правильну полярність.  
Якщо батарейки захищені захисною плівкою, її необхідно зняти перед тим, як установити батарейки у ваги.  
Використовуйте тільки лужні батареї одного і того ж типу, не змішуйте старі і нові батарейки, не використовуйте зарядні батарейки.
4. Закрийте кришку.

## **Основний вимір ваги тіла (без BMI індекса) / зміна одиниці ваги**

1. Ваги положіть на рівну, тверду і стійку поверхню.
2. Обережно станьте на ваги - ваги автоматично включаться.  
Якщо хочете змінити одиницю ваги, повторно натисніть на кнопку кг / фунт / ст на нижній частині ваг.
3. На вагах стійте спокійно, не рухайтеся - через короткий час покажеться зміряна вага.
4. Бажану одиницю вимірювання кг / фунт / ст налаштуєте повторним натисканням на кнопку.
5. Через 30 секунд, автоматично ваги вимкнутья.

## **ВИМІРЮВАННЯ РІВНЯ ТЕЛЕСНОГО ЖИРУ, ВОДИ, М'ЯЗОВОЇ МАСИ, КОСТЕЙ**

### **ІНФОРМАЦІЯ ПІД ЧАС ВИМІРЮВАННЯ РІВНЯ ТЕЛЕСНОГО ЖИРУ**

**ПЕРЕСТОРОГА:** Особи, що користуються кардіостимулятором або іншими імплантатами з електронними компонентами не можуть користуватися цими вагами – в імплантаті може бути порушене правильне функціонування.

**ПРИМІТКА:** Правильних результатів вимірювань можливо досягнути тільки тоді, коли рівно стояти на площині ваг, босоніж та з сухими ступнями! Основний принцип роботи пристрою заснований на вимірюванні електричного опору в людському тілі. Для того, щоб отримати відповідні дані, ваги посилають слабкий непомітний, електричний сигнал через ваше тіло. Сигнал абсолютно безпечний! Метод вимірювання описується як «Аналіз біоелектричного опору» (BIA), фактор є на взаємній спорідненості тіла, і ваги тіла, приєднаним відсотку кількості води в організмі, так само, як на інших біологічних даних (вік, стать, вага тіла). Трапляються товстіші особи із збалансованим відсотком між жиром і м'язовою масою, а також худі особи з досить високою вартістю жиру. Тілесний жир це фактор, який може надзвичайно значно обтяжувати, напр. серцево-судинну систему. Тому перевірка обох параметрів (жир і вага тіла), придатна для підтримки ваги вашого тіла і хорошого здоров'я.

### **ТІЛЕСНИЙ ЖИР**

Тілесний жир являється важливим компонентом тіла – важливий, щоб захистити суглоби, також і являється джерелом вітамінів після регуляції температури тіла, займає важливу роль в людському організмі. Не можливо його радикально зменшити, але забезпечити його належний рівень і підтримувати рівновагу між м'язовими і жировими тканинами.

### **ВІСЦЕРАЛЬНИЙ ЖИР**

Вісцеральний жир (не болить всередині, органований) знаходиться в черевній порожнині навколо, і всередині наших органів і служить, для їх захистити. Вісцеральний жир прихований. Вісцеральний жир не залежить від кількості підшкірного жиру в організмі.

У тому випадку, якщо у нас є надлишок вісцерального жиру може бути більш небезпечним, ніж підшкірний жир. Вісцеральний жир пов'язаний з гіперліпемією (високий рівень жирів у крові). Це може привести до серйозних хронічних захворювань, зокрема діабети і гострих захворювань, таких як інфаркт міокарда та інсульт.

### **ВАЖЛИВІСТЬ ВОДИ ДЛЯ НАШОГО ЗДОРОВ'Я**

Тіло людини складається з близько 55–60 % води, в залежності від віку та статі в різних пропорціях.

Вода має декілька ролей в людському тілі:

- Складає блоки наших клітин; це означає, що кожна клітинка, напр., клітинка шкіри, мозку, м'язів, працює правильно лише тоді, якщо вона містить достатню кількість води.
- Являється важливою речовиною у нашому тілі.
- Транспортує поживні речовини і продукти для обміну речовин організму.

Еталонні значення для вашого фітнес-профілю можна порівняти з наступною таблицею. Показує залежність жиру тіла за віком і статтю. Приділяйте більш уваги на баланс води в організмі, котра так само, як і рівень жиру коливається протягом дня. Для отримання більш точних результатів, проводьте вимірювання в той же час доби. Результати вимірювання тілесного жиру і води беруть тільки як інформативні. Вони не рекомендуються для медичних цілей. Завжди краще проконсультуйтеся за ці вимірювання з вашим лікарем, якщо будете думати про радикальні втручання в ваш режим.

| Вік (в роках) | Жінки        |             | Чоловіки     |             | Тип       |
|---------------|--------------|-------------|--------------|-------------|-----------|
|               | Тілесний жир | Вода в тілі | Тілесний жир | Вода в тілі |           |
| 30 і менше    | 4,0–20,5     | 66,0–54,7   | 4,0–15,5     | 66,0–58,1   | Знижена   |
|               | 20,6–25,0    | 54,6–51,6   | 15,6–20,0    | 58,0–55,0   | Нормальна |
|               | 25,1–30,5    | 51,5–47,8   | 20,1–24,5    | 54,9–51,9   | Надмірна  |
|               | 30,6–50,0    | 47,7–34,4   | 24,6–50,0    | 51,8–34,4   | Ожиріння  |
| більш 30      | 4,0–25,0     | 66,0–51,6   | 4,0–19,5     | 66,0–55,4   | Знижена   |
|               | 25,1–30,0    | 51,5–48,1   | 19,6–24,0    | 55,3–52,3   | Нормальна |
|               | 30,1–35,0    | 48,0–44,7   | 24,1–28,5    | 52,2–49,2   | Надмірна  |
|               | 35,1–50,0    | 44,6–34,4   | 28,6–50,0    | 49,1–34,4   | Ожиріння  |

### Вимірювання маси тіла із зображенням кількості тілесного жиру, води, м'язової маси, кісток, ВМІ індекса

Перед зважуванням необхідно ввести основну інформацію про кожного користувача.

Ви можете зберігати дані максимально на 9 користувачів (в аплікації Bluetooth можливо зберегти макс. 8 користувачів).

Перед зважуванням зніміть взуття і шкарпетки, в іншому випадку інформація не буде показана правильно.

### Зберігання інформації для користувача

Стисніть кнопку SET.

На дисплеї почне мигати P1 – користувач №. 1.

Знову стисніть кнопку SET, щоб зберігти інформацію про користувача, що під номером 1 або стисніть кнопку ▲/▼ щоб змінити номер користувача.

### Задайте вхідну інформацію кнопками ▲/▼ у такій послідовності:

Номер користувача – стать – вік – зріст.

Для підтвердження всіх відомостей натисніть кнопку SET.

Збережені дані в подальшому можете змінити натисненням кнопки SET.

Якщо хочете змінити одиницю маси, натисніть кілька разів на кнопку кг / фунт / ст на нижній частині ваг.

### Після введення вхідних даних, на дисплеї зобразиться 0.0 кг.

Встаньте на ваги, стійте спокійно, не рухайтесь - через деякий час зобразиться інформація:

Фактична вага тіла → кількість жиру → води → кісткової маси → вісцерального жиру → м'язів → добова потреба в калорії → ВМІ індекс → іконка рівня ожиріння → втрати ваги тіла (стрілка вниз + Decrease (зменшення)) в порівнянні з попереднім виміром, або збільшення ваги (стрілка вверх + Increase (збільшення)).

Ця інформація відображається послідовно 3 рази поспіль.

Потім ваги вимкнуться.

### Кількість жиру в тілі:

| Вік   | Жінка        |                |           |           |
|-------|--------------|----------------|-----------|-----------|
|       | Знижена вага | Нормальна вага | Надмірна  | Ожиріння  |
| 10–17 | 3,0–15,0     | 15,1–22,0      | 22,1–26,4 | 26,5–50,0 |
| 18–30 | 3,0–15,4     | 15,5–23,0      | 23,1–27,0 | 27,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–16,0     | 16,1–23,4      | 23,5–27,4 | 27,5–50,0 |
| 41–60 | 3,0–16,4     | 16,5–24,0      | 24,1–28,0 | 28,1–50,0 |
| 61–99 | 3,0–17,0     | 17,1–24,4      | 24,5–28,4 | 28,5–50,0 |

| Вік   | Чоловік      |                |           |           |
|-------|--------------|----------------|-----------|-----------|
|       | Знижена вага | Нормальна вага | Надмірна  | Ожиріння  |
| 10–17 | 3,0–12,0     | 12,1–17,0      | 17,1–22,0 | 22,1–50,0 |
| 18–30 | 3,0–12,4     | 12,5–18,0      | 18,1–23,0 | 23,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–13,0     | 13,1–18,4      | 18,5–23,0 | 23,1–50,0 |
| 41–60 | 3,0–13,4     | 13,5–19,0      | 19,1–23,4 | 23,5–50,0 |
| 61–99 | 3,0–14,0     | 14,1–19,4      | 19,5–24,0 | 24,1–50,0 |

**Кількість води в тілі:**

| Вік   | Жінка  |           |        | Чоловік |           |        |
|-------|--------|-----------|--------|---------|-----------|--------|
|       | мала   | нормальна | висока | мала    | нормальна | висока |
| 10–17 | < 54,0 | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0  | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30 | < 53,5 | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5  | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40 | < 53,0 | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0  | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60 | < 52,5 | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5  | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99 | < 52,0 | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0  | 55,0–60,0 | > 60,0 |

**Калорії:**

| Вік   | Жінка       |       | Чоловік     |       |
|-------|-------------|-------|-------------|-------|
|       | вага в (кг) | kcal  | вага в (кг) | kcal  |
| 10–17 | 50          | 1 265 | 60          | 1 620 |
| 18–30 | 55          | 1 298 | 65          | 1 560 |
| 31–40 | 60          | 1 302 | 70          | 1 561 |
| 41–60 | 60          | 1 242 | 70          | 1 505 |
| 61–99 | 50          | 1 035 | 65          | 1 398 |

**BMI:**

| BMI | Знижена вага | Нормальна вага | Надмірна | Ожиріння |
|-----|--------------|----------------|----------|----------|
|     |              | < 18,5         | 18,5–25  | 25–30    |

**Вісцеральний жир:**

| Вісцеральний жир | Нормальні параметри | Підвищені параметри | Високі параметри |
|------------------|---------------------|---------------------|------------------|
|                  |                     | 0–9                 | 10–14            |

**Програма Bluetooth**

Ваги можете використовувати з програмою Bluetooth для пристроїв з Android або iOS.

Якщо маєте пристрій з'єднаний з вагами через Bluetooth, виміряні параметри автоматично зберігаються в програмі під час кожного зважування.

Переконайтеся, чи ваш пристрій відповідає наступним вимогам:

Android 4.3 або вище + Bluetooth 4.0 або вище.

iOS 6,0 або пізніша версія + Bluetooth 4.0 або вище.

**Залежно від операційної системи вашого пристрою, знайдіть та завантажте програму „Smart Scale“ («Смарт Масштаб»).**

**Або можете використати наступні QR коди для завантаження програми:**

**Android:**



**iOS:**

**Налаштування і користування програмою Bluetooth під час зважування**

1. Увімкніть функцію Bluetooth в налаштуванні вашого пристрою.
2. Встановіть додаток „Smart Scale“ на App Store (iOS) або Google Play (Android).
3. Увімкніть програму Bluetooth, пристроєм обережно струсните.
4. Коротко нажміть ногою на ваги і знову відпустіть їх, автоматично зв'яжеться програма з вагами.
5. Можете важитися.



**Примітка:**

Якщо під час користування програмою пристрій приведе до заводських налаштувань, всі виміряні / збережені дані будуть видалені.

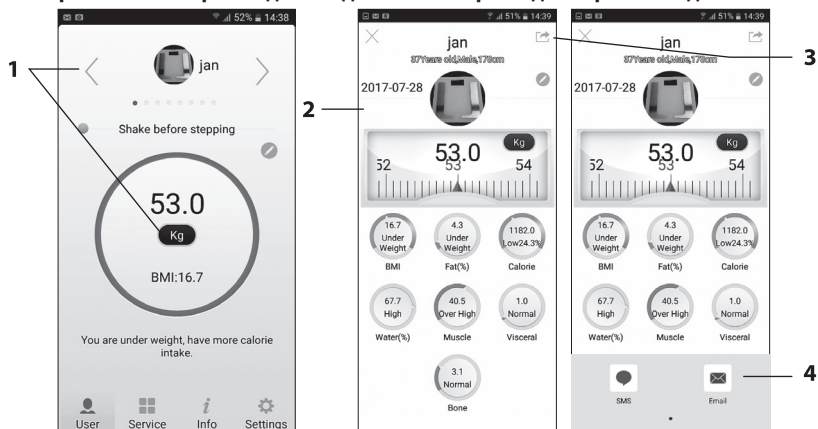
## Запис користувача


В програмі можете записати макс. 8 користувачів.




1. Нажміть в аплікації внизу з ліва на поле **Uživatel** (Користувач) .
2. Нажміть на кнопку **+** та збережіть дані про користувача (доповнення фотографії, імені, віку, статі, росту), підтвердіть нажавши на кнопку галочки зверху з права ✓.
3. Якщо бажаєте пізніше змінити дані про користувача, нажміть на іконку олівця .
4. Якщо бажаєте користувача видалити, нажміть внизу на кнопку **Smazat**(видалити).

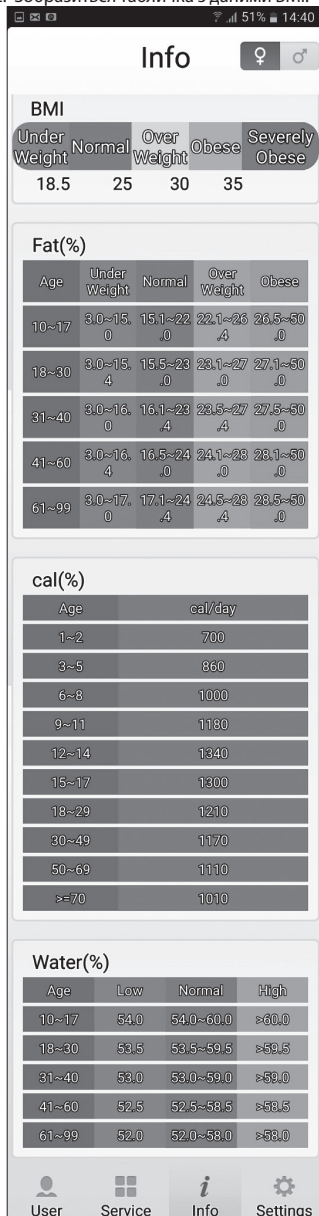
## Спільне використання вимірних даних / детальний перегляд вимірюваних даних





1. Виберіть стрілками зверху користувача і натисніть на параметри ваги тіла посередині зеленого круга.
2. Зобразяться відомості про виміряні дані.
3. Нажміть на іконку стрілки зверху з права .
4. Виберіть спосіб, яким хочете виміряними даними спільно користуватися (SMS/e-mail).

## BMI індекс

1. Натисніть внизу на іконку „Info“ .
2. Зобразиться таблицка з даними BMI.



**Info**  

**BMI**

Under Weight Normal Over Weight Obese Severely Obese

18.5 25 30 35

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1130    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

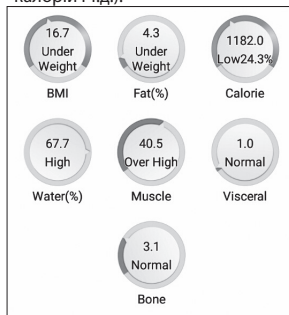
User Service Info Settings

3. Виберіть таблицку BMI згідно статі за допомогою іконок



## Календар вимірювання

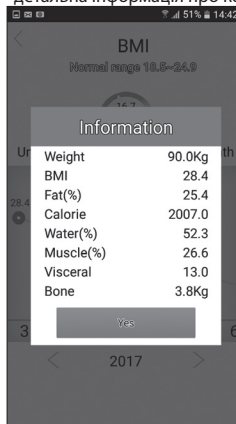
1. Відкрийте будь-який з виміряних даних (BMI, жир, калорій і т.д.).



2. Зобразиться календар /графік із всіма попередньо наміряними даними:

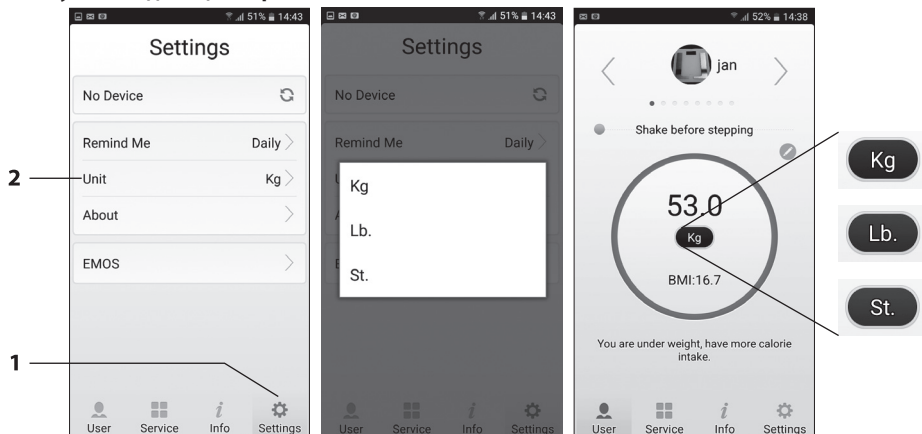



3. Зображені дані можливо налаштувати відповідно до року або місяця Year | Month.
4. Нажавши на окремі пункти в графіку, відобразиться детальна інформація про кожний вимір.





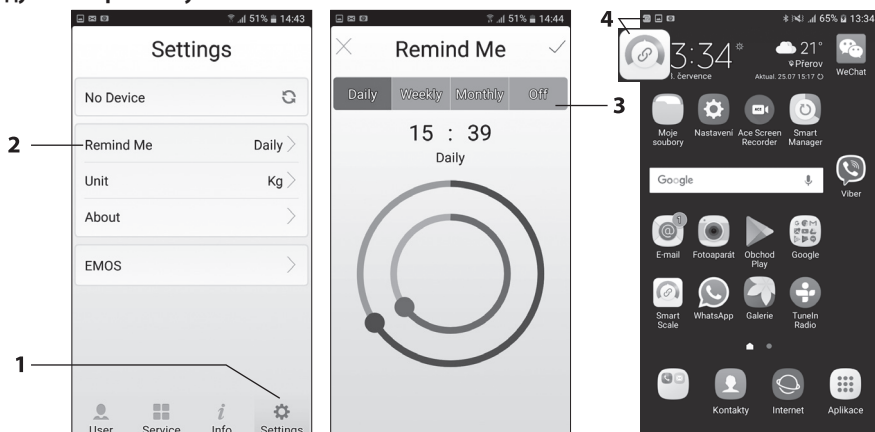
## Налаштування одиниць вимірювання ваги




1. Натисніть на іконку Налаштування  внизу з права.
2. Натисніть на іконку Одиниця.
3. Виберіть одиницю вимірювання ваги кг / фунт / ст.

Одиниці виміру ваги також може змінювати при відображенні вимірної ваги тіла шляхом багаторазового натискання на іконку Кг / Фунт / Ст.

## Нагадування про зважування




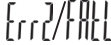




1. Натисніть на іконку Налаштування  внизу з права.
2. Натисніть на іконку Нагадати.
3. Налаштуйте час і дату нагадування (щодня, щотижня, щомісяця або вимкнути).
4. У встановлений час відображається на дисплеї пристрою іконка нагадування.

*Примітка:*

*Функція нагадування працює тільки, якщо пристрій не був після налаштування нагадування вимкнений/перезапущений або дійшло до заводського налаштування (видалення даних).*

## Індикатор помилки на дисплеї:

| Індикатор помилки   | Значення   |
|---|--|
|  | Функціональна перевірка всіх сегментів дисплея (після кожної вставки батарейок, дійде до короткого зображення сигменту).   |
|  | Розряджені батарейки   |
|  | Překročení hmotnostního limitu přístroje.  |
|  | Відсоток жиру в організмі знаходиться вище або нижче параметрів вимірювання.   |
|  | Вбудовані призначені для користувача дані невірні. Введені дані користувача помилкові. Вставте правильні дані користувача. |

 Не викидайте, електроприлади, як не сортовані побутові відходи, для цього використовуйте окремі пункти збору відходів. Про більш детальну інформацію відносно пунктів сортованих відходів Вам нададуть місцеві органи правління. Якщо електричні прилади зберігаються на звалищах сміття, небезпечні речовини можуть просочитися у підземні води та потрапити у харчовий ланцюг, і цим завдати шкоди вашому здоров'ю.

## RO | Cântar digital de persoane cu Bluetooth

Înainte de punerea produsului în funcțiune, citiți cu atenție acest manual și indicații de siguranță!

### Specificații tehnice:

Sticlă securizată câlită: 6 mm

Ecran LCD: 88 × 40 mm

Greutate maximă: 150 kg

Sarcină minimă: 5 kg

Rezoluție de măsurare: 0,1 kg / 0,2 lb

Unitate de măsură: kg/lb/st

Memorie: max. 9 utilizatori, în aplicație bluetooth max. 8 utilizatori

Cerințe minime pentru conexiunea dispozitivului Bluetooth:

iOs 6.0 ori superior + Bluetooth 4.0 ori superior

Android 4.3 ori superior + Bluetooth 4.0 ori superior

reglarea înălțimii: 60–240 cm

reglarea vârstei: 10 la 99 ani

unitatea, intervalul de măsurare a grăsimii: 0,1%

unitatea, intervalul de măsurare a apei: 0,1%

unitatea, intervalul de măsurare a masei musculare: 0,1%

Oprire automată după 10 secunde

Indicatorul suprasarcinii / baterii slabe

Alimentarea: 4× 1,5 V AAA (nu sunt incluse în pachet)

### Reguli de utilizare de bază:














1. Cântarul digital de persoane EV107 este destinat doar pentru uz casnic.
2. Rezolvați toate reparațiile la service de specialitate ori vânzător!
3. Nu folosiți cântarul în apropierea aparatelor cu câmp electromagnetic. Amplasați cântarul la distanță îndestulătoare de un asemenea produs, pentru a elimina interferența reciprocă.
4. Rezultatul este doar ca valoare orientativă. Acest produs nu este aparat medical. Vă rog să consultați întotdeauna cu medicul medicamentele ori dieta pentru obținerea masei optime.
5. În deschizăturile aparatului nu introduceți niciun fel de obiecte.
6. Cântarul este destinat pentru cântărirea persoanelor de la 10 la 99 ani.
7. Pe cântar nu cântăriți animale domestice.
8. Nu expuneți cântarul la izbituri și zguduituri. Nu săriți pe el.
9. Pe suprafață umedă ați putea să alunecați dumneavoastră ori aparatul. De asemenea, nu stați pe marginea cântarului și mențineți echilibrul pe cântar.
10. Din motivul impedanței electronice nu folosiți acest aparat în următoarele cazuri:
  - a) dacă aveți operat stimulator cardiac sau alt implant electronic medical,
  - b) aveți boli sau probleme cardiace,
  - c) în timpul sarcinii,
  - d) dacă faceți dializă,
  - e) aveți febră,

- f) suferiți de osteoporoză,
  - g) aveți edem ori umflătură,
  - h) dacă ați absolvit exerciții cu durată mai lungă de 5 ore,
  - i) aveți puls cardiac mai scăzut de 60 bătăi pe minut.
11. Folosiți cântarul doar în conformitate cu indicațiile din acest manual.
  12. Producătorul nu este responsabil pentru daunele provocate prin utilizarea incorectă a aparatului.
  13. Acest aparat nu este destinat utilizării de către persoane (inclusiv copii) a căror capacitate fizică, senzorială sau mentală, ori experiența și cunoștințele insuficiente împiedică utilizarea aparatului în siguranță, dacă nu vor fi supravegheate sau dacă nu au fost instruite privind utilizarea aparatului de către persoana responsabilă de securitatea acestora. Trebuie asigurată supravegherea copiilor, pentru a se împiedica joaca lor cu acest aparat.

### Descrierea cântarului:

1. Butonul ▲ – mărirea valorii cu 1 unitate de măsură.
2. Butonul SET – pornirea manuală a cântarului, setarea datelor de intrare.
3. Butonul ▼ – reducerea valorii cu 1 unitate de măsură.
4. Ecran
5. Suprafața de contact

### Tabелul pictogramelor

| Pictogramă   | Semnificație   |
|--|--|
| kg (lb / st:lb)  | Masa corporală   |
| P1 - P9  | Poziția utilizatorului în memorie                                      |
|         | Bărbat   |
|         | Femeie   |
| cm ( / //)   | Înălțimea corpului   |
| age<br> | Vârsta   |
|         | În timpul transmisiei datelor clipește acest indicator                 |
|        | Cântarul nu este conectat la aplicația Bluetooth                       |
|        | Afișarea grăsimii corporale  |
|       | Afișarea conținutului de apă în corp                                   |
|       | Afișarea masei musculare   |
|       | Greutatea oaselor  |
|       | Afișarea grăsimii în organe  |
| %  | Valori în procente – grăsime corporală/apă/masă musculară/masa oaselor |
|       | Subponderal, greutate normală, supraponderal, obezitate                |
|       | Necesitatea zilnică de kilocalorii                                     |
|       | Valoare BMI  |

## Introducerea/inlocuirea bateriilor

1. Deschideți capacul locașului bateriilor pe partea inferioară a cântarului.
2. Scoateți bateriile uzate.
3. Introduceți baterii noi 4x 1,5 V AAA. Respectați polaritatea corectă.  
Dacă bateriile sunt protejate cu o folie de siguranță, aceasta trebuie înlăturată înainte de introducerea bateriilor în cântar. Folosiți doar baterii alcaline de același tip, nu folosiți în combinație baterii noi și vechi, nu folosiți baterii reîncărcabile.
4. Închideți capacul.

## Cântărirea de bază a greutății (fără indice BMI) / modificarea unității de masă

1. Așezați cântarul pe o suprafață dreaptă, rigidă și stabilă.
2. Urcați-vă cu atenție pe cântar – cântarul pornește automat.  
Dacă doriți să modificați unitatea masei, apăsați repetat butonul kg/lb/st pe partea de jos a cântarului.
3. Pe cântar stați fără mișcare – după un moment se afișează greutatea măsurată.
4. Unitatea de măsură solicitată kg/lb/st o selectați prin apăsarea repetată a butonului.
5. După 30 secunde cântarul se oprește automat.

## MĂSURAREA GRĂSIMII CORPORALE, APEI, MASEI MUSCULARE, OASELOR

### INFORMȚII LA MĂSURAREA GRĂSIMII CORPORALE

**AVERTIZARE:** Persoanele care folosesc stimulator cardiac ori alt implant cu piese electronice nu sunt îndreptățite să folosească acest cântar – la implanturi se poate dereglă funcționalitatea corectă.

**MENȚIUNE:** Rezultate corect măsurate se pot obține doar stând drept pe platforma cântarului, desculț cu picioarele uscate! Principiul de bază al dispozitivului constă în măsurarea rezistenței electrice în corpul uman. Pentru obținerea datelor respective cântarul emite un semnal electric slab și imperceptibil prin corpul dumneavoastră. Semnalul este absolut sigur! Metoda măsurării este descrisă ca „analiza rezistenței bioelectrice” (BIA), factorul bazat pe înrudirea reciprocă a corpului și procentul adiacent al cantității de apă în corp, la fel ca pe alte date biologice (vârsta, sexul, masa corporală). Există persoane puternice cu raport echilibrat între grăsime și masa musculară precum și persoane subtile cu valoarea vizibil ridicată a grăsimii corporale. Grăsimea corporală este factorul care poate împovăra semnificativ de ex. sistemul cardiovascular. De aceea, verificarea ambelor valori (grăsime și greutate) este recomandată pentru menținerea corpului în bună condiție și stare de sănătate.

### GRĂSIMEA CORPORALĂ

Grăsimea corporală este o componentă semnificativă a corpului – importantă atât pentru protecția articulațiilor, cât și drept sursă de vitamine până la reglarea temperaturii corporale, îndeplinește un rol indispensabil în corpul uman. Nu se recomandă reducerea radicală a acesteia, ci asigurarea nivelului corect și menținerea echilibrului între musculatură și grăsime.

### GRĂSIME VISCERALĂ

Grăsimea viscerală (sau internă, pe organe) se află în cavitatea abdominală, în jurul și în interiorul organelor noastre și servește la protejarea acestora. Grăsimea viscerală este ascunsă. Cantitatea de grăsime viscerală nu este dependentă de cantitatea grăsimii subcutanate din corp.

În caz că avem surplus de grăsime viscerală, aceasta poate fi mai periculoasă decât grăsimea subcutanată. Grăsimea viscerală are legătură cu hiperlipidemia (nivel mai ridicat de grăsimi în sânge). Aceasta poate să ducă la îmbolnăviri cronice grave, în special la diabet și îmbolnăviri acute ca infarct de miocard și accident vascular cerebral.

### IMPORTANȚA APEI PENTRU SĂNĂTATEA NOASTRĂ

Corpul uman este compus din aproximativ 55–60 % apă, în raport diferit dependent de vârstă și sex.

Apa are mai multe roluri în corpul uman:

- Compune blocuri din celulele noastre; aceasta înseamnă că fiecare celulă, ca de ex. celula pielii, creierului, mușchilor, funcționează corect numai dacă conține apă suficientă.
- Este o substanță importantă eliminată în corpul nostru.
- Transportă substanțe nutritive și produse metabolice în corp.

Valorile de referință pentru profilul dvs. fitness le puteți compara cu tabelul următor. Indică dependența grăsimii corporale de vârstă și sex. Concentrați-vă mai ales asupra echilibrului apei în corp, care, la fel ca nivelul grăsimii, fluctuează pe parcursul zilei. Pentru obținerea unor rezultate relevante efectuați măsurarea în aceeași perioadă a zilei. Rezultatele obținute ale măsurării grăsimii corporale și apei le considerați mai mult ca informative. Nu se recomandă pentru scopuri medicale. Mai bine consultați aceste măsurători cu medicul dumneavoastră, dacă veți intenționa să faceți intervenții radicale în stilul de viață.

| Vârsta (în ani) | Femei             |             | Bărbați           |             | Tip           |
|-----------------|-------------------|-------------|-------------------|-------------|---------------|
|                 | Grăsime corporală | Apă în corp | Grăsime corporală | Apă în corp |               |
| 30 și mai puțin | 4,0–20,5          | 66,0–54,7   | 4,0–15,5          | 66,0–58,1   | Subponderal   |
|                 | 20,6–25,0         | 54,6–51,6   | 15,6–20,0         | 58,0–55,0   | Normal        |
|                 | 25,1–30,5         | 51,5–47,8   | 20,1–24,5         | 54,9–51,9   | Supraponderal |
|                 | 30,6–50,0         | 47,7–34,4   | 24,6–50,0         | 51,8–34,4   | Obezitate     |
| peste 30        | 4,0–25,0          | 66,0–51,6   | 4,0–19,5          | 66,0–55,4   | Subponderal   |
|                 | 25,1–30,0         | 51,5–48,1   | 19,6–24,0         | 55,3–52,3   | Normal        |
|                 | 30,1–35,0         | 48,0–44,7   | 24,1–28,5         | 52,2–49,2   | Supraponderal |
|                 | 35,1–50,0         | 44,6–34,4   | 28,6–50,0         | 49,1–34,4   | Obezitate     |

### Măsurarea greutății cu afișarea cantității grăsimii corporale, apei, masei musculare, oaselor, indicelui BMI

Înainte de cântărire trebuie introduse datele de bază despre fiecare utilizator.

Se pot salva date pentru maxim 9 utilizatori (în aplicația Bluetooth se pot salva max. 8 utilizatori).

Înainte de cântărire dați jos încălțăminte și ciorapii, altfel informațiile nu vor fi afișate corect.

### Salvarea informațiilor despre utilizator

#### Apăsăți butonul SET.

Pe ecran începe să clipească P1 – utilizatorul nr. 1.

Apăsăți din nou butonul SET pentru salvarea informațiilor pentru utilizatorul sub numărul 1 sau apăsați butonul ▲/▼ pentru modificarea numărului utilizatorului.

#### Introduceți datele de intrare cu butoanele ▲/▼ în ordine următoare:

Numărul utilizatorului – sexul – vârsta – înălțimea.

Pentru confirmarea fiecărei informații apăsați butonul SET.

Datele salvate le puteți modifica ulterior prin apăsarea butonului SET.

Dacă doriți să modificați unitatea pentru masă, apăsați repetat butonul kg/lb/st pe partea de jos a cântarului.

#### După introducerea datelor de intrare pe ecran se afișează 0.0 kg.

Urcați-vă pe cântar, stați liniștiți, nu vă mișcați – după un moment se afișează informația:

Greutatea actuală → cantitatea de grăsime → apă → greutatea oaselor → grăsime viscerală → mușchi → necesitatea zilnică de kilocalorii → indice BMI → pictograma gradului de obezitate → scăderea din greutate (săgeata în jos + Decrease) în comparație cu măsurarea precedentă sau creșterea în greutate (săgeata în sus + Increase).

Aceste informații se afișează succesiv de 3x la rând.

Apoi cântarul se oprește.

#### Cantitatea de grăsime în corp:

| Vârsta | Femeie      |                  |               |           |
|--------|-------------|------------------|---------------|-----------|
|        | Subponderal | Greutate normală | Supraponderal | Obezitate |
| 10–17  | 3,0–15,0    | 15,1–22,0        | 22,1–26,4     | 26,5–50,0 |
| 18–30  | 3,0–15,4    | 15,5–23,0        | 23,1–27,0     | 27,1–50,0 |
| 31–40  | 3,0–16,0    | 16,1–23,4        | 23,5–27,4     | 27,5–50,0 |
| 41–60  | 3,0–16,4    | 16,5–24,0        | 24,1–28,0     | 28,1–50,0 |
| 61–99  | 3,0–17,0    | 17,1–24,4        | 24,5–28,4     | 28,5–50,0 |

| Vârsta | Bărbat      |                  |               |           |
|--------|-------------|------------------|---------------|-----------|
|        | Subponderal | Greutate normală | Supraponderal | Obezitate |
| 10–17  | 3,0–12,0    | 12,1–17,0        | 17,1–22,0     | 22,1–50,0 |
| 18–30  | 3,0–12,4    | 12,5–18,0        | 18,1–23,0     | 23,1–50,0 |
| 31–40  | 3,0–13,0    | 13,1–18,4        | 18,5–23,0     | 23,1–50,0 |
| 41–60  | 3,0–13,4    | 13,5–19,0        | 19,1–23,4     | 23,5–50,0 |
| 61–99  | 3,0–14,0    | 14,1–19,4        | 19,5–24,0     | 24,1–50,0 |

### Cantitatea de apă în corp:

| Vârsta | Femeie |           |          | Bărbat |           |          |
|--------|--------|-----------|----------|--------|-----------|----------|
|        | redușă | normală   | ridicată | redușă | normală   | ridicată |
| 10–17  | < 54,0 | 54,0–60,0 | > 60,0   | < 57,0 | 57,0–62,0 | > 62,0   |
| 18–30  | < 53,5 | 53,5–59,5 | > 59,5   | < 56,5 | 56,5–61,5 | > 61,5   |
| 31–40  | < 53,0 | 53,0–59,0 | > 59,0   | < 56,0 | 56,0–61,0 | > 61,0   |
| 41–60  | < 52,5 | 52,5–58,5 | > 58,5   | < 55,5 | 55,5–60,5 | > 60,5   |
| 61–99  | < 52,0 | 52,0–58,0 | > 58,0   | < 55,0 | 55,0–60,0 | > 60,0   |

### Calorii:

| Vârsta | Femeie        |       | Bărbat        |       |
|--------|---------------|-------|---------------|-------|
|        | greutate (kg) | kcal  | greutate (kg) | kcal  |
| 10–17  | 50            | 1 265 | 60            | 1 620 |
| 18–30  | 55            | 1 298 | 65            | 1 560 |
| 31–40  | 60            | 1 302 | 70            | 1 561 |
| 41–60  | 60            | 1 242 | 70            | 1 505 |
| 61–99  | 50            | 1 035 | 65            | 1 398 |

### BMI:

| BMI | Subponderal | Greutate normală | Supraponderal | Obezitate |
|-----|-------------|------------------|---------------|-----------|
|     | < 18,5      | 18,5–25          | 25–30         | > 30      |

### Grăsime viscerală:

| Grăsime viscerală | Valoare normală | Valoare mărită | Valoare ridicată |
|-------------------|-----------------|----------------|------------------|
|                   | 0–9             | 10–14          | > 15             |

### Aplicația Bluetooth

Cântarul îl puteți utiliza ca aplicația Bluetooth pentru dispozitive cu Android sau iOS.

Dacă aveți dispozitive conectate cu cântar cu ajutorul Bluetooth, valorile măsurate sunt salvate automat în aplicație la fiecare cântărire.

Asigurați-vă că dispozitivul dumneavoastră îndeplinește următoarele cerințe:

Android 4.3 ori superior + Bluetooth 4.0 ori superior.

iOS 6.0 ori superior + Bluetooth 4.0 ori superior.

**Dependent de sistemul operațional al dispozitivului dumneavoastră găsiți și descărcați aplicația „Smart Scale”.**

**Ori puteți să folosiți următorul cod QR pentru descărcarea aplicației:**

Android:



iOS:



### Setarea și folosirea aplicației Bluetooth pentru cântărire

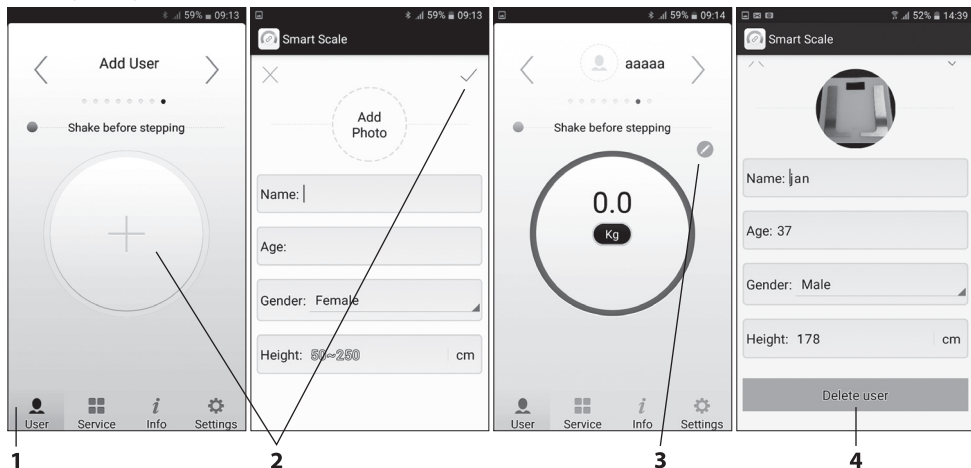
1. Activați Bluetooth în setarea dispozitivului dumneavoastră.
2. Instalați aplicația „Smart Scale” pe App Store (iOS) sau Google Play (Android).
3. Activați aplicația Bluetooth, scuturați ușor dispozitivul.
4. Cu piciorul apăsați scurt și apoi eliberați cântarul, intervine automat conexiunea aplicației cu cântar.
5. Efectuați cântărirea.




Mențiune:

*Dacă în timpul utilizării aplicației aduceți dispozitivul la setarea de fabricație, toate datele măsurate / salvate vor fi șterse.*

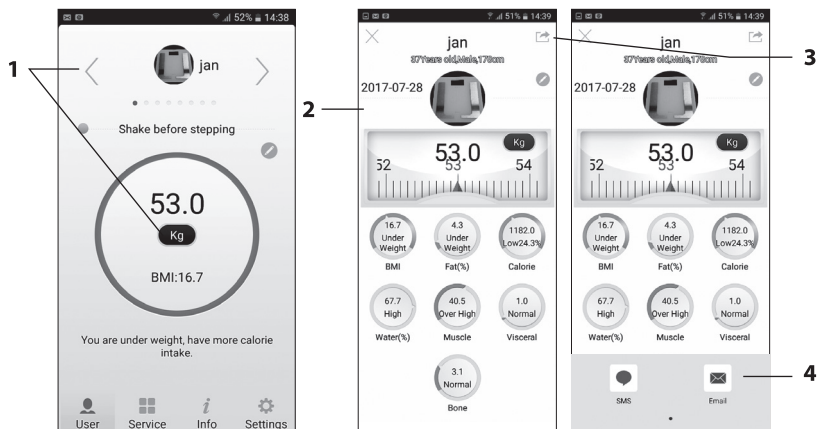
## Salvarea utilizatorului


În aplicație puteți salva max. 8 utilizatori.




1. Faceți clic în aplicație în stânga jos pe inscripția Utilizator .
2. Faceți clic pe butonul + și salvați datele despre utilizator (adăugarea fotografiei, numele, vârsta, sexul, înălțimea), confirmați prin clic pe butonul bifării în dreapta sus ✓.
3. Dacă doriți să modificați ulterior datele despre utilizator, faceți clic pe pictograma creionului .
4. Dacă doriți să ștergeți utilizatorul, faceți clic jos pe inscripția Șterge .

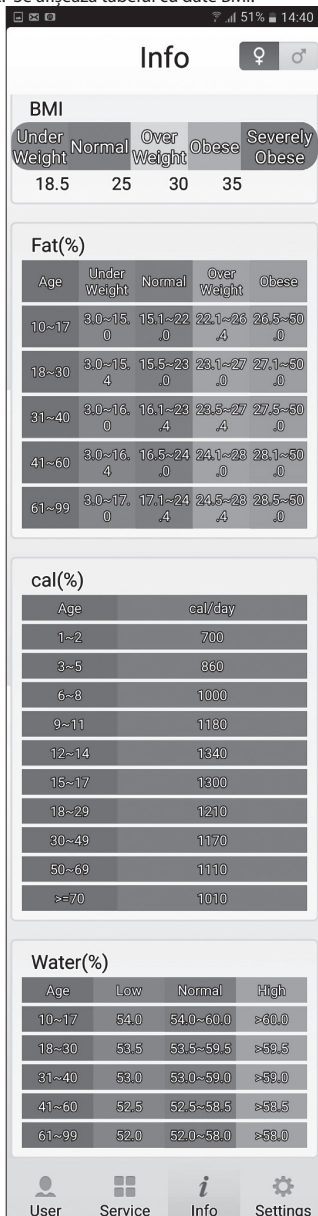
## Partajarea datelor măsurate / lista detaliată a datelor măsurate





1. Cu săgețile din dreapta sus selectați utilizatorul și faceți clic pe valoarea greutății din mijlocul cercului verde.
2. Se afișează detalii despre datele măsurate.
3. Faceți clic pe pictograma săgeții în dreapta sus .
4. Selectați modul în care doriți să partajați datele măsurate (SMS/e-mail).

## Indice BMI

1. Faceți clic jos pe inscripția „Info” .
2. Se afișează tabelul cu date BMI.



**Info**  

**BMI**

| Under Weight | Normal | Over Weight | Obese | Severely Obese |
|--------------|--------|-------------|-------|----------------|
| 18.5         | 25     | 30          | 35    |                |

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1180    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

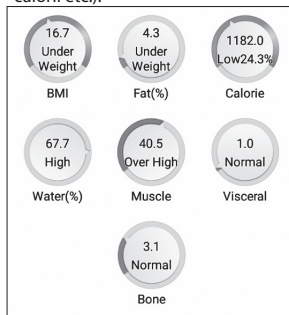
User Service **Info** Settings

3. Selectați tabelul BMI după sex cu ajutorul pictogramelor

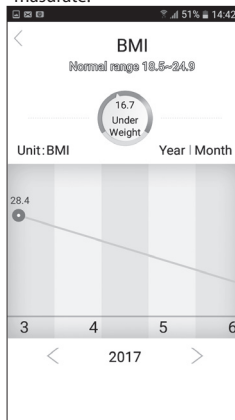


## Calendarul măsurării

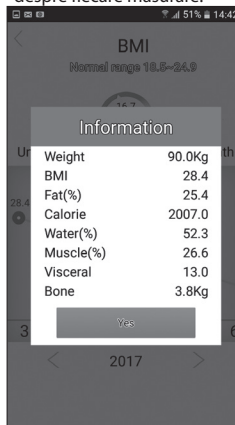
1. Faceți clic pe una din valorile măsurate (BMI, grăsime, calorii etc.).



2. Se afișează calendarul/graficul cu toate datele istoric măsurate:

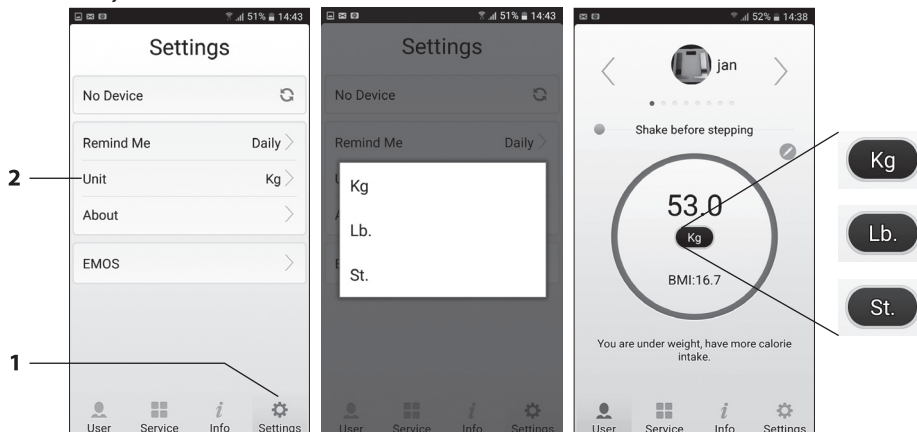



3. Afișarea datelor se poate seta conform anului sau lunii Year | Month.
4. Prin clic pe punctele individuale în grafic afișați detalii despre fiecare măsurare.





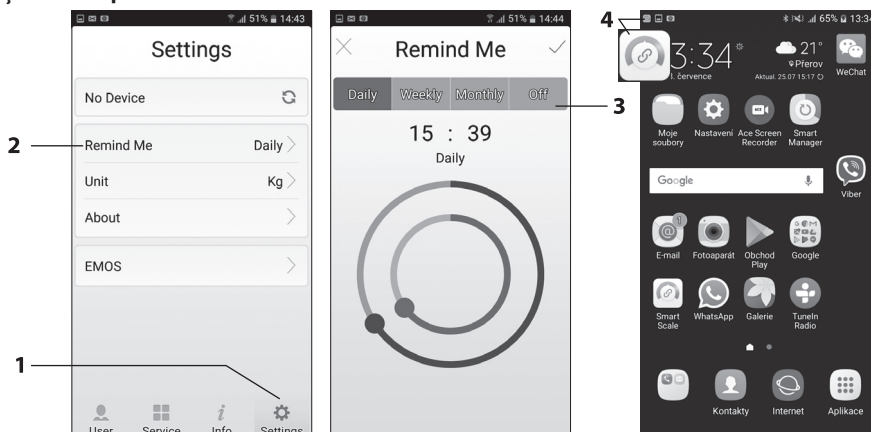
## Setarea unității de cântărire




1. Faceți clic pe pictograma Setare  dreapta jos.
2. Faceți clic pe pictograma Unitate.
3. Selectați indicația unității de cântărire kg/lb/st.

Unitatea de cântărire o puteți modifica și la afișarea greutății măsurate prin clic repetat pe indicația Kg/Lb./St.

## Atenționare asupra cântăririi




1. Faceți clic pe pictograma Setare  dreapta jos.
2. Faceți clic pe pictograma Atenționare.
3. Setări ora și termenul atenționării (zilnic, săptămânal, lunar ori oprire).
4. La momentul stabilit se afișează pe ecranul dispozitivului pictograma atenționării.

### Mențiune:

Funcția atenționării este activă numai dacă dispozitivul nu a fost oprit/restartat după setarea atenționării ori nu a intervenit setarea de fabricație (ștergerea datelor).

## Indicațiile de eroare pe ecran:

| Indicator pe ecran  | Semnificația   |
|---|--|
|  | Testul funcționalității tuturor segmentelor ecranului (după fiecare introducere a bateriilor intervine afișarea scurtă a segmentelor). |
| Lo  | Baterii descărcate.  |
| Err   | Depășirea limitei de greutate a aparatului.  |
| Err2/FALL   | Raportul procentual al grăsimii corporale este sub ori peste valoarea intervalului de măsurare.  |
| E   | Datele de utilizator introduse sunt eronate. Introduceți date de utilizator corecte.   |



Nu aruncați consumatoarele electrice la deșeurile comunale nesortate, folosiți bazele de recepție a deșeurilor sortate. Pentru informații actuale privind bazele de recepție contactați autoritățile locale. Dacă consumatoarele electrice sunt depozitate la deșeurile comunale nesortate, substanțele periculoase se pot infiltra în apele subterane și pot să ajungă în lanțul alimentar, periclitând sănătatea dumneavoastră.

## LT | Skaitmeninės vonios svarstyklės su „Bluetooth“ funkcija

Prieš pirmą kartą naudodamiesi gaminiu atidžiai perskaitykite naudojimo ir saugumo nurodymus!

### Techninės specifikacijos:

Grūdintas apsauginis stiklas: 6 mm

Skystųjų kristalų ekranas: 88 × 40 mm

Didžiausias svoris: 150 kg

Mažiausia apkrova: 5 kg

Matavimo tikslumas: 0,1 kg / 0,2 lb

Matavimo vienetai: kg / lb / st

Atmintis: daugiausiai 9 naudotojai; 8 naudotojai per „Bluetooth“ programėlę

Minimalūs reikalavimai prijungti prie „Bluetooth“ įrenginio:

„iOS 6.0“ ar aukštesnis + „Bluetooth 4.0“ ar aukštesnis

„Android 4.3“ ar aukštesnis + „Bluetooth 4.0“ ar aukštesnis

Ūgio nustatymai: 60–240 cm

Amžiaus nustatymai: nuo 10 metų iki 99 metų

Vienetas, riebalų nustatymo tikslumas: 0,1 %

Vienetas, vandens nustatymo tikslumas: 0,1 %

Vienetas, raumenų nustatymo tikslumas: 0,1 %

Automatinis išsijungimas po 10 sekundžių

Baterijos žemos įkrovos / paleidimo iš naujo indikatorius

Maitinimo šaltinis: 4× 1,5 V AAA (nepridedamos)

### Pagrindinės naudojimo taisyklės:

1. Skaitmeninės vonios svarstyklės EV107 yra skirtos tik naudojimui butyje.
2. Remontą turėtų atlikti specialistas remonto dirbtuvėse ar parduotuvėje, kur įsigijote prietaisą!
3. Nenaudokite svarstyklių netoli prietaisų, kurie skleidžia elektromagnetines bangas. Laikykite jas saugiu atstumu nuo tokių prietaisų, kad išvengtumėte abipusės sąsajos.
4. Rezultatas yra tik apytikslių reikšmė. Šis prietaisas nėra medicinos įrankis. Konsultuokitės su gydytoju dėl vaistų ar dietos, norėdami pasiekti optimalų svorį.
5. Nedėkite jokių daiktų į prietaiso angas.
6. Svarstyklės skirtos sverti vyresnius nei 10 metų ir jaunesnius nei 99 metų asmenis.
7. Sverti augintinius draudžiama.
8. Saugokite svarstyklės nuo poveikio ar nukritimo. Nešokinėkite ant svarstyklių.
9. Esant šlapiam paviršiui, galite jį arba svarstyklės paslysti. Nestovėkite ant svarstyklių krašto, kai jos padėtos ant lygaus paviršiaus, ir stovėdami ant jų išlaikykite pusiausvyrą.
10. Dėl elektroninės varžos nenaudokite prietaiso, jei:
  - a) turite širdies stimuliatorių ar kitokį medicininį implantą,
  - b) sergate širdies ligomis,
  - c) esate nėščia,
  - d) esate gydomas dialize,














- e) turite temperatūros,
- f) sergate osteoporozė,
- g) turite edemą ar patinimų,
- h) mankštinotės daugiau nei 5 valandas,
- i) jūsų širdies ritmas yra mažesnis nei 60 karų per minutę.

11. Svarstyklės naudokite tik pagal šiame naudotojo vadove pateiktas instrukcijas.
12. Gamintojas neatsako už žalą, atsiradusią dėl netinkamo naudojimo.
13. Šis prietaisas nėra skirtas naudoti asmenims (įskaitant vaikus), turintiems fizinę, jutiminę arba protinę negalią, taip pat nerūtiems patirties ir žinių, kurios reikalingos norint saugiai naudoti, nebent už tokių asmenų saugumą atsakingas asmuo juos prižiūri arba nurodo, kaip naudotis prietaisu. Vaikai visada turi būti prižiūrimi ir negali žaisti su prietaisu.

### Svarstyklių aprašymas:

1. ▲ mygtukas – padidina reikšmę 1 matavimo vienetu.
2. SET mygtukas – svarstyklės įjungiamos rankiniu būdu, įvedimo informacijos nustatymai.)
3. ▼ mygtukas – sumažina reikšmę 1 matavimo vienetu.
4. Ekranas
5. Kontaktinis paviršius

### Piktogramų apžvalga

| Piktograma  | Reikšmė   |
|---|---|
| kg (lb / st:lb)   | Svoris  |
| P1 - P9   | Naudotojo padėtis atmintyje   |
|    | Vyras   |
|    | Moteris   |
| cm ( / )  | Ūgis  |
|    | Amžius  |
|    | Šis indikatorius šviečia perdavimo metu.                            |
|   | Svarstyklės neprijungtos prie „Bluetooth“ programėlės.              |
|  | Kūno riebalai   |
|  | Kūno vandens kiekis   |
|  | Raumenų masė  |
|  | Kaulų masė  |
|  | Organų riebalai   |
| %   | Reikšmės procentais – riebalai / vanduo / raumenų masė / kaulų masė |
|  | Per mažas svoris, normalus svoris, antsvoris, nutukimas             |
|  | Kasdienis kalorijų poreikis   |
|  | KMI reikšmė   |

## Baterijų įdėjimas / keitimas

1. Atidarykite baterijų skyriaus dangtelį ant svarstyklių apatinės dalies.
2. Išimkite išsiekvojusias baterijas.
3. Įdėkite naujas 4x 1,5 V AAA baterijas įsitikinkite, kad baterijų poliškumas teisingas. Jei yra baterijų apsauginė juosta, pašalinkite ją prieš sudėdami baterijas. Naudokite tik šarmines tos pačios rūšies baterijas; nenaudokite naujų ir senų baterijų kartu bei įkraunamų baterijų.
4. Uždarykite dangtelį.

## Pagrindinis svorio matavimas (be KMI) / svorio vienetų keitimas

1. Padėkite svarstyklės ant lygaus, tvirto ir stabilaus paviršiaus.
2. Atsargiai užlipkite ant svarstyklių; jos įsijungs automatiškai. Jei norite pakeisti svorio vienetus, kelis kartus paspauskite kg/lb/st mygtuką svarstyklių apačioje.
3. Stovėkite ramiai, nejudėkite; po kurio laiko ekrane bus parodytas svoris.
4. Nustatykite pageidaujamus svorio vienetus, kelis kartus paspausdami kg/lb/st mygtuką.
5. Po 30 sekundžių svarstyklės išsijungs automatiškai.

## KŪNO RIEBALŲ, VANDENS, RAUMENŲ IR KAULŲ MASĖS MATAVIMAS

### KŪNO RIEBALŲ MATAVIMO INFORMACIJA

ĮSPĖJIMAS. Asmenys su širdies stimulatoriumi ar kitokiu elektroniniu implantu negali naudotis svarstyklėmis; gali būti pažeistas implanto veikimas.

PASTABA. Teisingi matavimai bus, jeigu stovėsite ant svarstyklių ramiai basomis ir sausomis kojomis! Prietaiso veikimo principas yra žmogaus kūno elektrinio impedanso matavimas. Svarstyklės siunčia silpną, nepastebimą signalą per visą kūną, norėdamos gauti informaciją.

Signalas yra visiškai saugus! Šis metodas vadinamas „Bioelektrinio impedanso analizė“ (BIA), kuri pagrįsta procentinio santykio tarp kūno svorio ir susijusio vandens nustatymu, taip pat kitos biologinės informacijos (amžius, lytis, svoris) apdorojimu. Yra apkūnių žmonių, kurių riebalų ir raumenų santykis yra suderintas, ir liesų žmonių, kurių kūno riebalų reikšmė yra labai aukšta. Kūno riebalai yra labai svarbus veiksnys, pavyzdžiui, širdies ir kraujagyslių sistemai. Todėl abiejų dydžių (riebalų ir svorio) matavimas yra reikšmingas, norint palaikyti sveiką ir sportišką kūną.

### KŪNO RIEBALAI

Kūno riebalai yra svarbi sudedamoji kūno dalis: jie apsaugo sąnarius, yra vitaminų šaltinis, reguliuoja kūno temperatūrą ir atlieka reikšmingą vaidmenį žmogaus kūne. Rekomenduojama nesumažinti jų kiekio staigiai, tačiau palaikyti pastovų kiekį, užtikrinant kūno raumenų masės ir riebalų tinkamą balansą.

### VISCERALINIAI RIEBALAI

Visceraliniai riebalai (ar organų riebalai) yra išsidėstę pilvo ertmėje ir organų viduje. Jie apsaugo organus. Visceraliniai riebalai yra paslėpti. Visceralinių riebalų kiekis nepriklauso nuo poodinių riebalų kiekio.

Visceralinių riebalų neatitikimas normoms gali būti pavojingesnis nei poodinių riebalų. Visceraliniai riebalai yra susiję su hiperlipidemija (padidėjusiu lipidų kiekiu kraujyje). Tai gali sukelti tokias lėtas ligas kaip diabetas ir tokias ūmias kaip širdies smūgis ar infarktas.

### VANDENS REIKŠMĖ MŪŠŲ SVEIKATAI

Vanduo sudaro maždaug 55–60 % žmogaus kūno atsižvelgiant į amžių ir lytį.

Vanduo atlieka kelias funkcijas:

- Formuoja ląstelių blokus, t. y. visos ląstelės (odos, smegenų, raumenų) veikia tinkamai, tik esant pakankamam vandens kiekiui.
- Yra svarbus medžiagos išsiskyrimui.
- Perneša maistingąsias medžiagas ir metabolitus.

Galite palyginti rekomenduojamas reikšmes su pateiktomis lentelėje. Tai rodo kūno riebalų priklausomybę nuo metų ir lyties. Stenkitės palaikyti tinkamą kūno vandens kiekį. Riebalų kiekis, kaip ir vandens kiekis, kinta per visą dieną. Todėl atlikite matavimus tuo pačiu dienos metu. Kūno riebalų ir vandens matavimai yra informacinio pobūdžio. Jie nėra naudojami medicininiais tikslais. Pasikonsultuokite su gydytoju prieš keisdami savo režimą radikaliai.

| Amžius (metai) | Moterys       |           | Vyrai         |           | Tipas           |
|----------------|---------------|-----------|---------------|-----------|-----------------|
|                | Kūno riebalai | Vanduo    | Kūno riebalai | Vanduo    |                 |
| 30 ir mažiau   | 4,0–20,5      | 66,0–54,7 | 4,0–15,5      | 66,0–58,1 | Svorio trūkumas |
|                | 20,6–25,0     | 54,6–51,6 | 15,6–20,0     | 58,0–55,0 | Normalus        |
|                | 25,1–30,5     | 51,5–47,8 | 20,1–24,5     | 54,9–51,9 | Antsvoris       |
|                | 30,6–50,0     | 47,7–34,4 | 24,6–50,0     | 51,8–34,4 | Nutukimas       |
| Daugiau nei 30 | 4,0–25,0      | 66,0–51,6 | 4,0–19,5      | 66,0–55,4 | Svorio trūkumas |
|                | 25,1–30,0     | 51,5–48,1 | 19,6–24,0     | 55,3–52,3 | Normalus        |
|                | 30,1–35,0     | 48,0–44,7 | 24,1–28,5     | 52,2–49,2 | Antsvoris       |
|                | 35,1–50,0     | 44,6–34,4 | 28,6–50,0     | 49,1–34,4 | Nutukimas       |

### Svorio matavimas, kai parodomi kūno riebalų, vandens, raumenų ir kaulų masės kiekiai, KMI

Prieš pradėdami svertis, įveskite informaciją apie kiekvieną naudotoją.

Galite išsaugoti informaciją daugiausia apie 9 dalyvius (8 su „Bluetooth“ programėle).

Nusimaukite batus ir kojines, norėdami gauti teisingą informaciją.

### Naudotojo informacijos išsaugojimas

#### Paspauskite SET mygtuką.

P1 mirksės ekrane kaip naudotojo Nr. 1 indikatorius.

Vėl paspauskite SET mygtuką, norėdami išsaugoti naudotojo Nr. 1 informaciją arba ▲/▼ mygtuką, norėdami pakeisti naudotojo numerį.

#### Įveskite informaciją, naudodami ▲/▼ mygtuką, tokia tvarka:

Naudotojo numeris – lytis – amžius – ūgis.

Patvirtinkite kiekvieną reikšmę paspausdami SET mygtuką.

Vėliau galite pakeisti informaciją, paspausdami SET mygtuką.

Jei norite pakeisti svorio vienetus, kelis kartus paspauskite kg/lb/st mygtuką svarstyklių apačioje.

#### Įvedus pradinę informaciją, ekrane bus rodomas 0,0 kg.

Atsistokite ant svarstyklių ir nejudėkite – po kurio laiko ekrane bus rodoma:

dabartinis svoris → kūno riebalai → vanduo → kaulų svoris → visceraliniai riebalai → raumenys → kasdieninis kalorijų poreikis → KMI → nutukimo laipsnio piktograma → svorio netekimas (rodyklėlė žemyn + mažėjimas) arba svorio priaugimas (rodyklėlė aukštyn + didėjimas), palyginti su prieš tai atliktais matavimais.

Ši informacija bus rodoma 3 kartus iš eilės.

Tada svarstyklės išsijungs.

#### Kūno riebalų kiekis:

| Amžius | Moteris         |                 |           |           |
|--------|-----------------|-----------------|-----------|-----------|
|        | Svorio trūkumas | Normalus svoris | Antsvoris | Nutukimas |
| 10–17  | 3,0–15,0        | 15,1–22,0       | 22,1–26,4 | 26,5–50,0 |
| 18–30  | 3,0–15,4        | 15,5–23,0       | 23,1–27,0 | 27,1–50,0 |
| 31–40  | 3,0–16,0        | 16,1–23,4       | 23,5–27,4 | 27,5–50,0 |
| 41–60  | 3,0–16,4        | 16,5–24,0       | 24,1–28,0 | 28,1–50,0 |
| 61–99  | 3,0–17,0        | 17,1–24,4       | 24,5–28,4 | 28,5–50,0 |

| Amžius | Vyrai           |                 |           |           |
|--------|-----------------|-----------------|-----------|-----------|
|        | Svorio trūkumas | Normalus svoris | Antsvoris | Nutukimas |
| 10–17  | 3,0–12,0        | 12,1–17,0       | 17,1–22,0 | 22,1–50,0 |
| 18–30  | 3,0–12,4        | 12,5–18,0       | 18,1–23,0 | 23,1–50,0 |
| 31–40  | 3,0–13,0        | 13,1–18,4       | 18,5–23,0 | 23,1–50,0 |
| 41–60  | 3,0–13,4        | 13,5–19,0       | 19,1–23,4 | 23,5–50,0 |
| 61–99  | 3,0–14,0        | 14,1–19,4       | 19,5–24,0 | 24,1–50,0 |

**Vandens kiekis:**

| Amžius | Moteris |           |         | Vyras  |           |         |
|--------|---------|-----------|---------|--------|-----------|---------|
|        | mažas   | normalus  | didelis | mažas  | normalus  | didelis |
| 10–17  | < 54,0  | 54,0–60,0 | > 60,0  | < 57,0 | 57,0–62,0 | > 62,0  |
| 18–30  | < 53,5  | 53,5–59,5 | > 59,5  | < 56,5 | 56,5–61,5 | > 61,5  |
| 31–40  | < 53,0  | 53,0–59,0 | > 59,0  | < 56,0 | 56,0–61,0 | > 61,0  |
| 41–60  | < 52,5  | 52,5–58,5 | > 58,5  | < 55,5 | 55,5–60,5 | > 60,5  |
| 61–99  | < 52,0  | 52,0–58,0 | > 58,0  | < 55,0 | 55,0–60,0 | > 60,0  |

**Kalorijos:**

| Amžius | Moteris     |       | Vyras       |       |
|--------|-------------|-------|-------------|-------|
|        | svoris (kg) | kcal  | svoris (kg) | kcal  |
| 10–17  | 50          | 1 265 | 60          | 1 620 |
| 18–30  | 55          | 1 298 | 65          | 1 560 |
| 31–40  | 60          | 1 302 | 70          | 1 561 |
| 41–60  | 60          | 1 242 | 70          | 1 505 |
| 61–99  | 50          | 1 035 | 65          | 1 398 |

**KMI:**

| KMI | Svorio trūkumas | Normalus svoris | Antsvoris | Nutukimas |
|-----|-----------------|-----------------|-----------|-----------|
|     |                 | < 18,5          | 18,5–25   | 25–30     |

**Visceraliniai riebalai:**

| Visceraliniai riebalai | Normalus kiekis | Padidėjęs kiekis | Didelis kiekis |
|------------------------|-----------------|------------------|----------------|
|                        |                 | 0–9              | 10–14          |

**„Bluetooth“ programėlė**

Svarstyklės gali būti naudojamos su „Android“ ir „iOS“ prietaisų „Bluetooth“ programėle.

Jeigu prietaisas prijungtas prie svarstyklių „Bluetooth“ ryšiu, kiekvieno svėrimo matavimai automatiškai bus išsaugomi programėlėje.

Įsitikinkite, kad jūsų prietaisas atitinka tokius reikalavimus:

„Android 4.3“ ar aukštesnis + „Bluetooth 4.0“ ar aukštesnis

„iOS 6.0“ ar aukštesnis + „Bluetooth 4.0“ ar aukštesnis

**Atsisiųskite „Smart Scale“ programėlę atsivėlędami į savo operacinę sistemą.**

**Atsisiuntimui galite naudoti QR kodus:**

„Android“:



„iOS“:

**„Bluetooth“ programėlės naudojimas svėrimo metu**

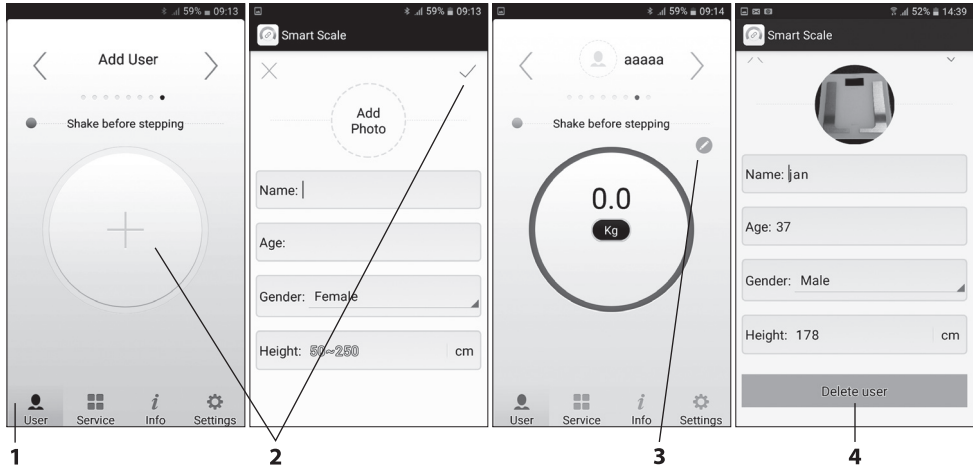
1. Nustatykite „Bluetooth“ funkciją savo prietaiso parametruose.
2. Atsisiųskite „Smart Scale“ programėlę iš „App Store“ (iOS) ar „Google Play“ („Android“).
3. Įjunkite „Bluetooth“, pajudinkite prietaisą.
4. Atsistokite ant svarstyklių ir paskui nulipkite. Jūsų prietaisas automatiškai susiesis su svarstyklėmis.
5. Pasisverkite.



*Pastaba.*

*Jeigu naudodami programėlę nustatysite iš naujo gamyklinius parametrus, visi matavimai / išsaugota informacija bus ištrinta.*

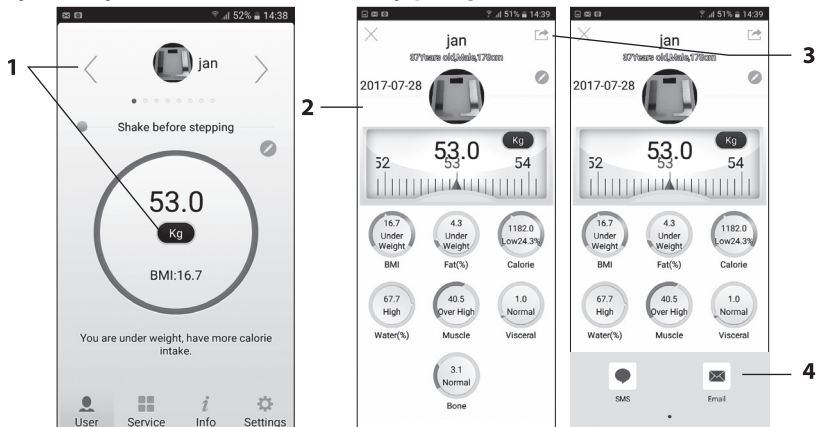
## Naudotojų išsaugojimas


Galite išsaugoti iki 8 naudotojų programėlėje.




1. Atsistokite ant „User“  laukelio programėlės apačioje, kairėje pusėje.
2. Paspauskite **+** ir išsaugokite naudotojo informaciją ( pridėkite nuotrauką, vardą, amžių, lytį, ūgį); patvirtinkite paspausdami **✓** mygtuką viršuje, dešinėje.
3. Jei norėsite pakeisti informaciją, paspauskite pieštuko piktogramą .
4. Jeigu norėsite ištrinti naudotoją, paspauskite „Delete“ mygtuką apačioje.

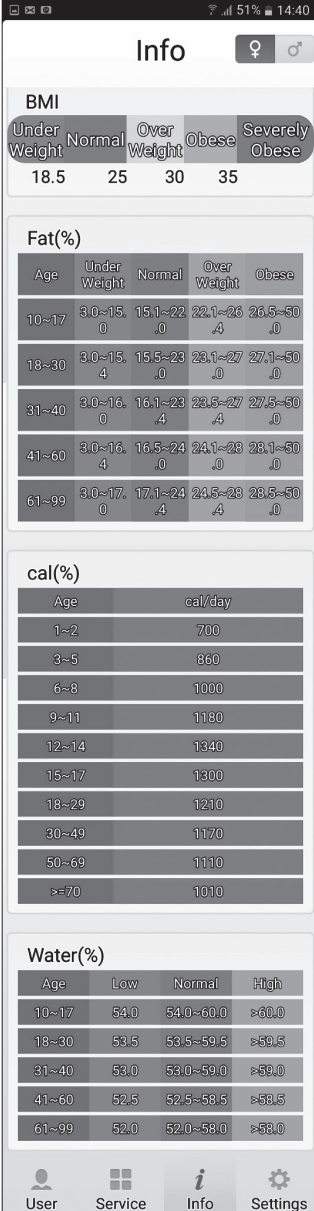
## Matavimų reikšmių dalinimasis / išsami matavimų apžvalga





1. Pasirinkite naudotoją naudodami rodyklės viršuje ar paspauskite ant svorio reikšmės žalia apskritimo viduryje.
2. Pamatysite išsamią išmatuotų reikšmių informaciją.
3. Paspauskite ant rodyklės piktogramas viršuje, dešinėje .
4. Pasirinkite, kaip norite pasidalinti informacija (SMS / el. paštas).

## KMI

1. Paspauskite ant „Info“ piktogramos  viršuje.
2. Bus rodoma lentelė su KMI informacija.



**Info**  

**BMI**

Under Weight Normal Over Weight Obese Severely Obese

18.5 25 30 35

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1130    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

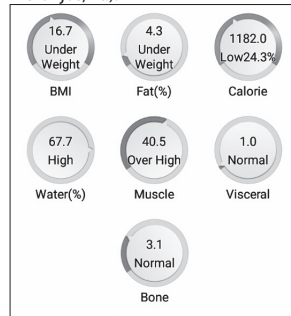
| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

User Service Info Settings

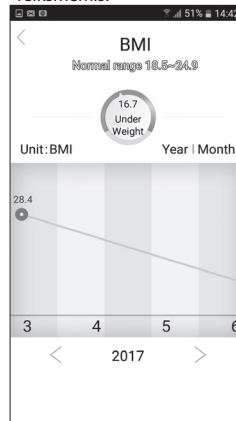
3. Pasirinkite KMI lentelę pagal lytį naudodami piktogramas  .

## Matavimų kalendorius

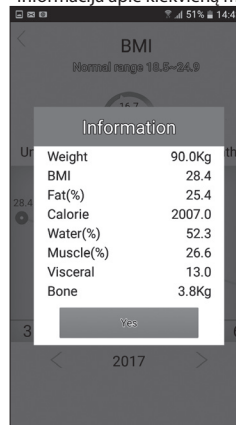
1. Atidarykite bet kurias išmatuotas reikšmes (KMI, riebalai, kalorijos, kt.).



2. Bus rodoma lentelė / schema su visomis išmatuotomis reikšmėmis:

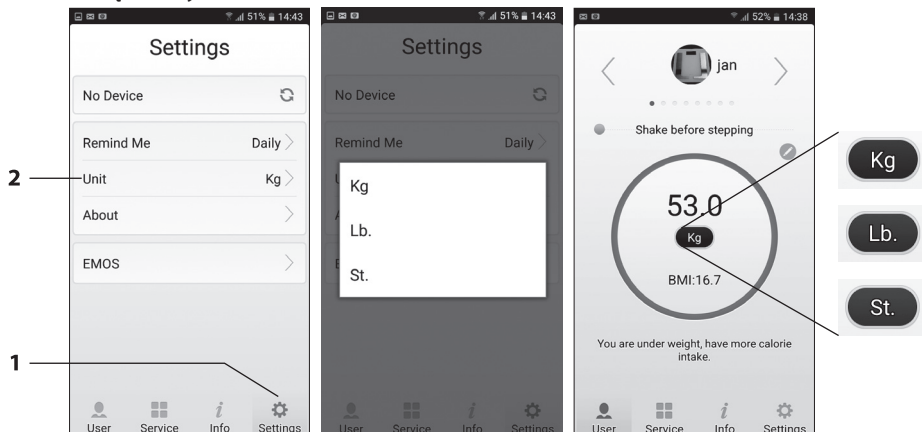



3. Galite surūšiuoti duomenis pagal metus ar mėnesius Year | Month.
4. Paspaudus atskiras reikšmes lentelėje, bus rodoma išsami informacija apie kiekvieną matavimą.





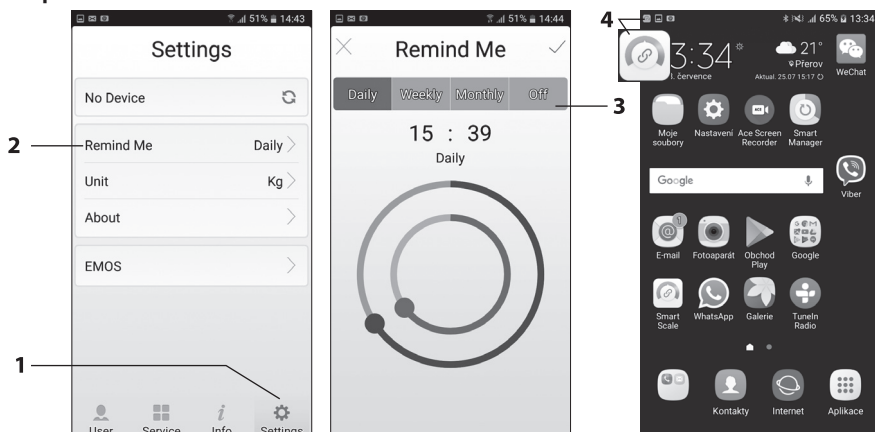
## Svorio vienetų nustatymas




1. Paspauskite „Settings“ piktogramą  apačioje, dešinėje.
2. Paspauskite „Unit“ piktogramą.
3. Pasirinkite svorio vienetus: kg/lb/st.

Galite pakeisti vienetus peržiūradami išmatuotą svorį paspausdami Kg/Lb./St. piktogramą.

## Svėrimo priminimas




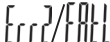




1. Paspauskite „Settings“ piktogramą  apačioje, dešinėje.
2. Paspauskite „Reminder“ piktogramą.
3. Nustatykite priminimo laiką ir datą (kasdien, kas savaitę, mėnesį ar išjungta).
4. Priminimo piktograma bus rodoma ekrane nustatytu metu.

*Pastaba.*

*Priminimo funkcija veikia, jeigu prietaisas nėra išjungiamas / įjungiamas iš naujo ar nustatomi gamykliniai duomenys (informacijos ištrynimasis) po priminimo nustatymo.*

## Klaidos indikatoriai ekrane

| Ekranu indikatorius   | Reikšmė   |
|---|---|
|  | Visų ekranu segmentų bandymas (visi segmentai trumpam pasirodys ekrane kiekvieną kartą įdėjus baterijas). |
|  | Išsikrovusios baterijos   |
|  | Svorio ribų viršijimas  |
|  | Kūno riebalų procentinis santykis yra virš ar žemiau nustatytos ribos                                     |
|  | Įvesta naudotojo informacija yra neteisinga. Įveskite teisingą informaciją.                               |

 Neišmeskite elektros prietaisų kaip neišrūšiuotų buitinių atliekų, naudokitės išrūšiuotų atliekų surinkimo skyriais. Norėdami gauti naujausią informaciją apie surinkimo skyrius, susisiekite su vietinės valdžios institucijomis. Elektros prietaisus išmetus į buitinių atliekų švartyną, pavojingos medžiagos gali iškelti į požeminius vandenis, patekti į maisto grandinę ir pakenkti jūsų sveikatai.

## LV | Digitalie vannas istabas sviri ar Bluetooth

Pirms pirmas lietošanas reizes rūpīgi izlasiet šo lietotāja rokasgrāmatu un drošības norādījumus.

### Tehniskā specifikācija

Rūdiņš drošības stikls: 6 mm

LCD displejs: 88 × 40 mm

Maksimālais svars: 150 kg

Minimālais svars: 5 kg

Mērīšanas iedaļas: 0,1 kg/0,2 lb

Mērvienība: kg/lb/st

Atmiņa: maks. deviņi lietotāji; astoņi lietotāji Bluetooth lietotnē

Minimālās prasības savienojuma izveidošanai ar Bluetooth ierīci:

iOS 6.0 vai jaunāka un Bluetooth 4.0 vai jaunāka

Android 4.3 vai jaunāka un Bluetooth 4.0 vai jaunāka

garuma iestatīšana: 60–240 cm

vecuma iestatīšana: 10–99 gadi

tauku sastāva mērīšanas iedaļa, mērvienība: 0,1%

ūdens sastāva mērīšanas iedaļa, mērvienība: 0,1%

muskuļu masas mērīšanas iedaļa, mērvienība: 0,1%

Automātiski izslēdzas pēc desmit sekundēm

Zema bateriju līmeņa/pārslodzes indikators

Strāvas padeve: četras 1,5 V AAA baterijas (nav iekļautas)

### Lietošanas pamatnoteikumi

1. Digitalie sviri EV107 ir paredzēti tikai lietošanai mājās apstākļos.
2. Labošanas darbi jāveic profesionālim darbnīcā vai veikalā, kurā iegādājāties ierīci!
3. Neizmantojiet svarus tādu ierīču tuvumā, kas rada elektromagnētisko lauku. Novietojiet svarus atstātus no šādiem izstrādājumiem, lai nepieļautu traucējumus.
4. Svēršanās rezultāts ir tikai aptuvena vērtība. Šis izstrādājums nav medicīnas instruments. Lūdzu, vienmēr konsultējieties ar savu ārstu par medikamentiem un diētu optimālā svara sasniegšanai.
5. Neievietojiet priekšmetus ierīces atverēs.
6. Sviri ir paredzēti personu svēršanai vecumā no 10 līdz 99 gadiem.
7. Nesveriet mājdzīvniekus.
8. Sargājiet svarus no nokrišanas vai trieciena. Neleciēt uz svāriem.
9. Jūs vai ierīce var paslīdēt, atrodoties uz mitras virsmas. Tāpat nekad nestāviet uz svaru malas, atrodoties uz gludas virsmas, un saglabājiet līdzsvaru, stāvot uz svāriem.
10. Elektriskās impedances dēļ nekad neizmantojiet ierīci šādos apstākļos:
  - a) ja jums ir implantēts elektrokardiostimulators vai cits medicīniskais elektroniskais implantāts;
  - b) ja jums ir sirds problēma vai slimība;
  - c) grūtniecības laikā;
  - d) ja jums veic dialīzi;














- e) ja jums ir drudzis;
- f) ja jums ir osteoporoze;
- g) ja jums ir tūska vai piepampums;
- h) ja esat nodarbojies ar sportu ilgāk nekā piecas stundas;
- i) ja jūsu sirdsdarbības frekvence ir mazāk nekā 60 sitieni minūtē.

11. Izmantojiet svarus tikai saskaņā ar šajā rokasgrāmatā minētajiem norādījumiem.
12. Ražotājs nav atbildīgs par bojājumiem, kas ir radušies ierīces nepareizas lietošanas dēļ.
13. Ši ierīce nav paredzēta izmantošanai personām (tostarp bērniem), kuru fiziskā, uztveres vai garīgā nespēja vai pieredzes un zināšanu trūkums neļauj to droši lietot, ja vien šīs personas neuzrauga vai norādījumus par ierīces lietošanu tām nesniedz par viņu drošību atbildīgā persona. Bērni vienmēr ir jāuzrauga un tie nedrīkst spēlēt ar izstrādājumu.

### Svaru apraksts

1. Poga ▲ – palielina vērtību par vienu mērvienību.
2. Poga SET (IESTATĪT) – manuāli ieslēdz svarus, ievadītās informācijas iestatījumi.
3. Poga ▼ – samazina vērtību par vienu mērvienību.
4. Displejs
5. Kontaktvirisma

### Ikonu apraksts

| Ikona   | Skaidrojums  |
|---|--|
| kg (lb / st:lb)   | Ķermeņa masa   |
| P1 - P9   | Lietotāja pozīcija atmiņā  |
|    | Vīrietis   |
|    | Sieviete   |
| cm ( / )  | Auguma garums  |
|    | Vecums   |
|    | Šis indikators mirgo raidīšanas laikā                                  |
|   | Svari nav pievienoti Bluetooth lietotnei                               |
|  | Ķermeņa tauku daudzums   |
|  | Ūdens sastāvs organismā  |
|  | Muskuļu masa   |
|  | Kaulu svars  |
|  | Tauku masa orgānos   |
| %   | Vērtības procentos – ķermeņa tauku masa/ūdens/muskuļu masa/kaulu svars |
|  | Nepietiekams svars, normāls svars, pārāk liels svars, aptaukošanās     |
|  | Dienā nepieciešamo kilokaloriju daudzums                               |
|  | BMI vērtība  |

## **Bateriju ievietošana/nomainīšana**

1. Atveriet bateriju nodalījuma vāciņu svaru apakšpusē.
2. Izņemiet tukšās baterijas.
3. Ievietojiet četras 1,5 V AAA baterijas Pārļiecinieties, ka ir ievērota pareizā polaritāte. Ja baterijām ir drošības plēve, noņemiet to pirms bateriju ievietošanas svaros. Izmantojiet tikai viena veida sārma baterijas; neizmantojiet vecas un jaunas baterijas vienlaicīgi; neizmantojiet atkārtoti uzlādējamās baterijas.
4. Aizveriet vāciņu.

## **Svara mērīšana (bez BMI)/svara mērvienības mainīšana**

1. Novietojiet svarus uz plakanas, cietas un stabilas virsmas.
2. Uzmanīgi uzkāpiet uz svariem – svāri automātiski ieslēgsies. Ja vēlaties mainīt svara mērvienību, atkārtoti nospiediet kg/lb/st pogu svaru apakšējā malā.
3. Mierīgi stāviet uz svariem un nekustieties – pēc brīža displejā tiks parādīts izmērītais svārs.
4. Iestatiet vēlamo svara mērvienību, atkārtoti nospiežot kg/lb/st pogu.
5. Pēc 30 sekundēm svāri automātiski izslēgsies.

## **ĶERMEŅA TĀUKU, ŪDENS, MUSKUĻU MASAS, KAULU SVARA MĒRĪŠANA**

### **INFORMĀCIJA PAR ĶERMEŅA TĀUKU MĒRĪŠĀNU**

**BRĪDINĀJUMS!** Personas ar elektrokardiostimulatoru vai citu implantātu ar elektroniskiem komponentiem nedrīkst izmantot šos svarus – var tikt traucēta implantāta darbība.

**PIEZĪME.** Pareizus mērījumus var iegūt, tikai stāvot vienmērīgi uz svariem, basām kājām un sausām pēdām!

Ierīces pamatprincips ir elektriskās impedances mērīšana cilvēka ķermenī. Lai iegūtu datus, svāri nosūta vāju, nemanāmu elektrisko signālu cauri ķermenim.

Signāls nav bīstams! Šo metodi sauc "Bioelektroniskā impedances analīze" (BIA), faktors, kura pamatā ir saikne starp ķermenī un svaru, un saistīto ūdens daudzumu organismā, kā arī citiem bioloģiskajiem datiem (vecums, dzimums, ķermeņa svārs).

Ir korpulenti cilvēki ar līdzsvarotu attiecību starp tauku un muskuļu masu, kā arī tievi cilvēki ar augstu ķermeņa tauku svāra vērtību. Ķermeņa tauku masa ir faktors, kas var ievērojami ietekmēt, piemēram, kardiovaskulāro sistēmu. Tādēļ abu vērtību (tauki un svārs) pārbaudīšana ir noderīga, lai uzturētu labu vingrumu un veselīgu ķermeni.

### **ĶERMEŅA TĀUKI**

Ķermeņa tauki ir svarīga ķermeņa daļa – tie aizsargā locītavas, kā arī ir vitamīnu avots, kalpo kā ķermeņa temperatūras regulators un kopumā tiem ir svarīga nozīme cilvēka ķermenī. Ieteicams strauji nesamazināt to daudzumu, bet uzturēt tos veselīgā līmenī, saglabājot labu līdzsvaru starp muskuļu masu un taukiem.

### **VISCERĀLIE TĀUKI**

Viscerālie tauki (jeb orgānu tauki) atrodas vēdera dobumā ap mūsu orgāniem un orgānos. Tauki aizsargā tos. Viscerālie tauki ir slēpti. Viscerālo tauku daudzums nav atkarīgs no zemādas tauku daudzuma ķermenī.

Liekie viscerālie tauki ir daudz bīstamāki nekā zemādas tauki. Viscerālie tauki ir saistīti ar hiperlipidēmijām (paaugstināts lipīdu skaits asinīs). Tas var izraisīt daudz nopietnākas hroniskās slimības, piemēram, diabētu vai akūtas slimības kā sirdstrieku vai insultu.

### **ŪDENS NOZĪME MŪSU VESELĪBAI**

Cilvēka ķermenis sastāv no aptuveni 55–60% ūdens – proporcijas ir atkarīgas no vecuma un dzimuma.

Ūdens cilvēka ķermenī veic vairākus uzdevumus:

- veido mūsu šūnu blokus – katra šūna, piemēram, ādas šūna, smadzeņu šūna, muskuļu šūna, darbojas pareizi tikai tad, ja tā satur pietiekamu daudzumu ūdens;
- tā ir svarīga viela, kas izdalās mūsu ķermenī;
- pārvieto uzturvielas un metabolītus ķermenī.

Varat salīdzināt atsaucēs vērtības savam vingruma profilam ar šo tabulu. Tajā ir norādīta ķermeņa tauku atkarība no vecuma un dzimuma. Pievērsiet vairāk uzmanības ūdens līdzsvara saglabāšanai ķermenī. Līdzīgi kā tauku līmenis, ūdens līmenis svārstās dienas laikā. Lai iegūtu būtiskus rezultātus, vienmēr veiciet mērījumus vienā un tajā pašā laikā. Iegūtos mērījumus attiecībā uz ķermeņa taukiem un ūdeni vajadzētu uztvert drīzāk kā informatīvus. Tie nav ieteicami medicīniskiem nolūkiem. Vienmēr konsultējieties par šiem mērījumiem ar savu ārstu, pirms veicat radikālas izmaiņas savā režīmā.

| Vecums (gados) | Sieviete               |               | Vīrietis               |               | Tips               |
|----------------|------------------------|---------------|------------------------|---------------|--------------------|
|                | Ķermeņa tauku daudzums | Ūdens ķermeņi | Ķermeņa tauku daudzums | Ūdens ķermeņi |                    |
| 30 un mazāk    | 4,0–20,5               | 66,0–54,7     | 4,0–15,5               | 66,0–58,1     | Nepietiekams svars |
|                | 20,6–25,0              | 54,6–51,6     | 15,6–20,0              | 58,0–55,0     | Normāls            |
|                | 25,1–30,5              | 51,5–47,8     | 20,1–24,5              | 54,9–51,9     | Pārāk liels svars  |
|                | 30,6–50,0              | 47,7–34,4     | 24,6–50,0              | 51,8–34,4     | Aptaukojies        |
| virs 30        | 4,0–25,0               | 66,0–51,6     | 4,0–19,5               | 66,0–55,4     | Nepietiekams svars |
|                | 25,1–30,0              | 51,5–48,1     | 19,6–24,0              | 55,3–52,3     | Normāls            |
|                | 30,1–35,0              | 48,0–44,7     | 24,1–28,5              | 52,2–49,2     | Pārāk liels svars  |
|                | 35,1–50,0              | 44,6–34,4     | 28,6–50,0              | 49,1–34,4     | Aptaukojies        |

### Svara mērīšana, kur tiek parādīti arī ķermeņa tauki, ūdens, muskuļu masa, kauli, BMI

Pirms svēršanās ievadiet pamatinformāciju par katru lietotāju.

Iespējams saglabāt līdz deviņiem lietotājiem (maks. astoņus lietotājus Bluetooth lietotnē).

Pirms svēršanās novelciet apavus un zeķes, citādi uzrādītā informācija būs nepareiza.

### Lietotāju informācijas saglabāšana

#### Nospiediet pogu SET (IESTATĪT).

P1 sāks mirgot uz ekrāna, norādot lietotāju Nr. 1.

Vēlreiz nospiediet pogu SET, lai saglabātu informāciju lietotājam ar numuru viens, vai nospiediet ▲/▼, lai mainītu lietotāja numuru.

#### Ievadiet informāciju ar pogām ▲/▼ šādā secībā:

lietotāja numurs – dzimums – vecums – garums.

Apstipriniet katru vērtību, nospiežot SET.

Vēlāk varat mainīt saglabāto informāciju, nospiežot pogu SET.

Ja vēlaties mainīt svara mērvienību, atkārtoti nospiediet kg/lb/st pogu svaru apakšējā malā.

#### Pēc informācijas ievadīšanas displejā būs redzams 0,0 kg.

Uzkāpiet uz svariem un nekustieties – pēc brīža displejā būs redzams:

pašreizējais svars → ķermeņa tauku daudzums → ūdens → kaulu svars → viscerālie tauki → muskuļi → dienā nepieciešamo kilokaloriju daudzums → BMI → aptaukošanās pakāpes ikona → zaudētais svars (bultiņa uz leju un zaudētais) vai pieaugušais svars (bultiņa uz augšu un pieaugušais) salīdzinājumā ar iepriekšējo mērījumu.

Šī informācija tiks parādīta trīs reizes pēc kārtas.

Tad svāri izslēgsies.

### Tauku daudzums ķermeņi

| Vecums | Sieviete           |               |                   |             |
|--------|--------------------|---------------|-------------------|-------------|
|        | Nepietiekams svars | Normāls svars | Pārāk liels svars | Aptaukojies |
| 10–17  | 3,0–15,0           | 15,1–22,0     | 22,1–26,4         | 26,5–50,0   |
| 18–30  | 3,0–15,4           | 15,5–23,0     | 23,1–27,0         | 27,1–50,0   |
| 31–40  | 3,0–16,0           | 16,1–23,4     | 23,5–27,4         | 27,5–50,0   |
| 41–60  | 3,0–16,4           | 16,5–24,0     | 24,1–28,0         | 28,1–50,0   |
| 61–99  | 3,0–17,0           | 17,1–24,4     | 24,5–28,4         | 28,5–50,0   |

| Vecums | Vīrietis           |               |                   |             |
|--------|--------------------|---------------|-------------------|-------------|
|        | Nepietiekams svars | Normāls svars | Pārāk liels svars | Aptaukojies |
| 10–17  | 3,0–12,0           | 12,1–17,0     | 17,1–22,0         | 22,1–50,0   |
| 18–30  | 3,0–12,4           | 12,5–18,0     | 18,1–23,0         | 23,1–50,0   |
| 31–40  | 3,0–13,0           | 13,1–18,4     | 18,5–23,0         | 23,1–50,0   |
| 41–60  | 3,0–13,4           | 13,5–19,0     | 19,1–23,4         | 23,5–50,0   |
| 61–99  | 3,0–14,0           | 14,1–19,4     | 19,5–24,0         | 24,1–50,0   |

## Ūdens daudzums ķermenī

| Vecums | Sieviete |           |        | Vīrietis |           |        |
|--------|----------|-----------|--------|----------|-----------|--------|
|        | zems     | normāls   | augsts | zems     | normāls   | augsts |
| 10–17  | < 54,0   | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0   | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30  | < 53,5   | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5   | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40  | < 53,0   | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0   | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60  | < 52,5   | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5   | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99  | < 52,0   | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0   | 55,0–60,0 | > 60,0 |

## Kalorijas

| Vecums | Sieviete   |       | Vīrietis   |       |
|--------|------------|-------|------------|-------|
|        | svars (kg) | kcal  | svars (kg) | kcal  |
| 10–17  | 50         | 1 265 | 60         | 1 620 |
| 18–30  | 55         | 1 298 | 65         | 1 560 |
| 31–40  | 60         | 1 302 | 70         | 1 561 |
| 41–60  | 60         | 1 242 | 70         | 1 505 |
| 61–99  | 50         | 1 035 | 65         | 1 398 |

## BMI

| BMI | Nepietiekams svars | Normāls svars | Pārāk liels svars | Aptaukojies |
|-----|--------------------|---------------|-------------------|-------------|
|     |                    | < 18,5        | 18,5–25           | 25–30       |

## Viscerālie tauki

| Viscerālie tauki | Normāla vērtība | Paaugstināta vērtība | Augsta vērtība |
|------------------|-----------------|----------------------|----------------|
|                  |                 | 0–9                  | 10–14          |

## Bluetooth lietotne

Šos svarus var izmantot ar Bluetooth lietotni Android un iOS ierīcēm.

Ja svariem ir pievienota ierīce ar Bluetooth, izmērītās vērtības tiks automātiski saglabātas lietotnē katrā svēršanās reizē.

Pārliecinieties, ka jūsu ierīce atbilst prasībām:

Android 4.3 vai jaunāka un Bluetooth 4.0 vai jaunāka;

iOS 6.0 vai jaunāka un Bluetooth 4.0 vai jaunāka.

**Atkarībā no jūsu operētājsistēmas atrodiet un lejupielādējiet lietotni Smart Scale.**

**Vai arī izmantojiet šo QR kodu, lai to lejupielādētu:**

Android:



iOS:



## Bluetooth lietotnes iestatīšana un izmantošana svēršanās laikā

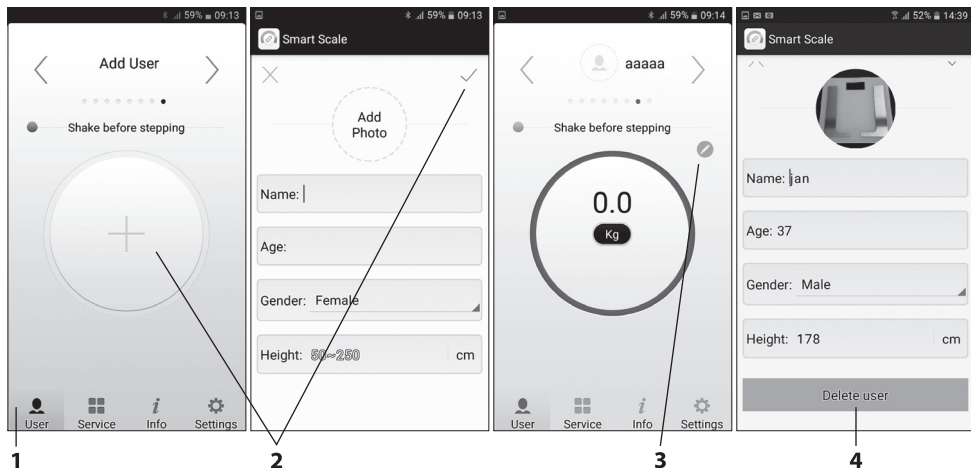
1. Aktivizējiet Bluetooth savas ierīces iestatījumos.
2. Uzstādiet lietotni Smart Scale, lejupielādējot to no App Store (iOS) vai Google Play (Android).
3. Ieslēdziet Bluetooth, nedaudz pakratiet ierīci.
4. Viegli piespiediet uz svariem ar pēdu un tad noņemiet to. Jūsu ierīce automātiski izveidos savienojumu ar svariem.
5. Nosverieties.




*Piezīme.*

*Ja atiestatāt ierīces rūpnīcas iestatījumus, izmantojot lietotni, visi mērījumi/saglabātie dati tiks dzēsti.*

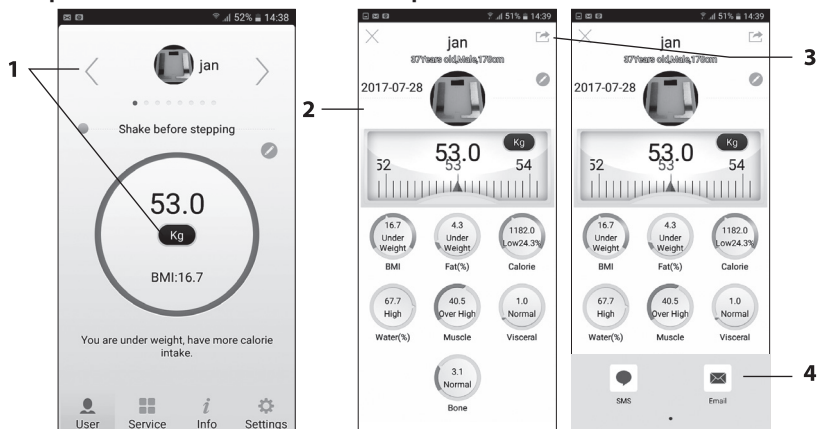
## Saglabātie lietotāji


Lietotnē var saglabāt līdz astoņiem lietotājiem.




1. Pieskarities laukam User  (Lietotājs) lietotnes kreisajā apakšējā malā.
2. Nospiediet **+** un saglabājat lietotāja informāciju (pievienojiet fotoattēlu, vārdu, vecumu, dzimumu, garumu); apstipriniet, pieskaroties pogai  augšējā labajā stūrī.
3. Ja vēlāk vēlaties mainīt lietotāja informāciju, pieskarities zīmuļa ikonai .
4. Ja vēlaties dzēst lietotāju, pieskarities pogai Delete apakšā.

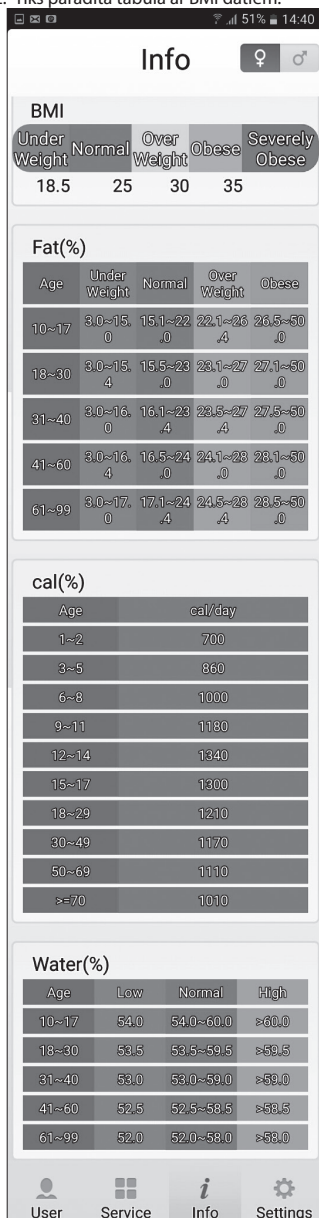
## Mērījumu koplietošana/izmērīto vērtību detalizēts pārskats



1. Izvēlieties lietotāju ar bultiņām augšdaļā un pieskarities svara vērtībai zaļā apla vidū.
2. Redzēsiet informāciju par izmērītajām vērtībām.
3. Pieskarities bultiņas ikonai augšējā labajā malā .
4. Izvēlieties izmērītās vērtības koplietošanas veidu (isziņa/e-pasts).

## BMI

1. Pieskarieties ikonai Info  apakšā.
2. Tiks parādīta tabula ar BMI datiem.



**BMI**

Under Weight Normal Over Weight Obese Severely Obese

18.5 25 30 35

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1130    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

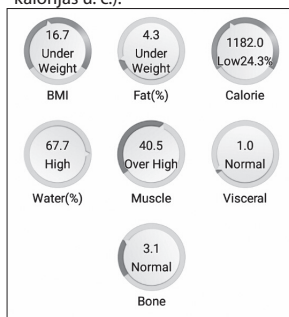
User Service Info Settings

3. Izvēlieties BMI tabulu atkarībā no sava dzimuma ar ikonām

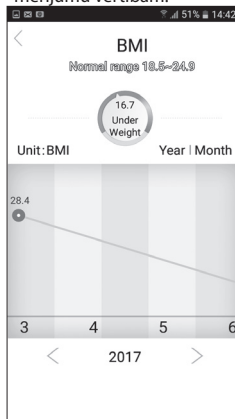


## Mērījumu kalendārs

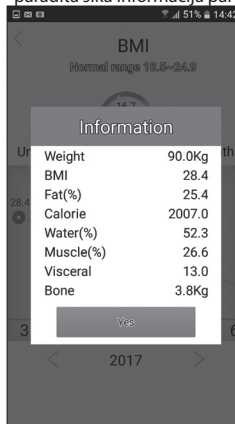
1. Atveriet jebkuru no izmēritajām vērtībām (BMI, tauki, kalorijas u. c.).



2. Tiks parādīts kalendārs/diagramma ar visām iepriekšējo mērījumu vērtībām:

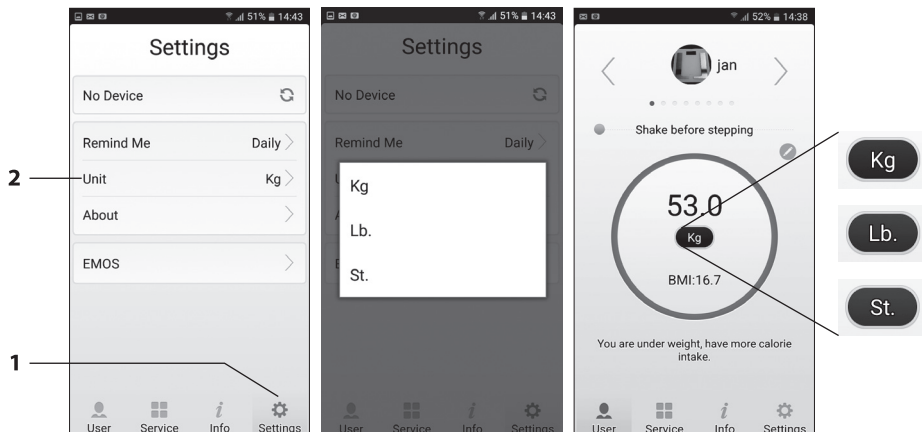



3. Vērtības varat sākt ar katru gadu vai mēneša Year | Month.
4. Piespiežot uz individuālajiem punktiem diagrammā, tiks parādīta sīka informācija par katru mērījumu.





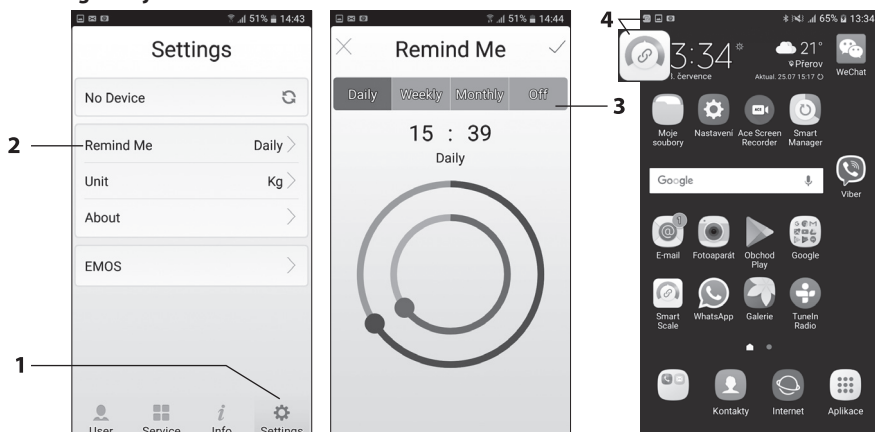
## Svara vienības iestatīšana




1. Pieskarieties iestatījumu ikonai  apakšējā labajā malā.
2. Pieskarieties mērvienību ikonai.
3. Izvēlieties svara vienību: kg/lb/st.

Svara vienību arī var mainīt, apskatot izmērīto svaru, pieskaroties ikonai Kg/Lb./St.

## Svēršanās atgādinājums




1. Pieskarieties iestatījumu ikonai  apakšējā labajā malā.
2. Pieskarieties ikonai Reminder (Atgādinājums).
3. Iestatiet atgādinājuma laiku un datumu (ikdienas, iknedēļas, ikmēneša vai izslēgts).
4. Atgādinājuma ikona tiks parādīta uz ekrāna iestatītajā laikā.

*Piezīme.*

*Atgādinājuma funkcija darbojas tikai tad, ja ierīce nav izslēgta/restartēta vai rūpnīcas vērtības nav atiestatītas (datu dzēšana) pēc atgādinājuma iestatīšanas.*

## Klūmes indikatori uz displeja

| Indikators uz displeja  | Skaidrojums   |
|---|---|
|  | Visa displeja segmentu tests (visi segmenti tiks parādīti uz brīdi katru reizi, kad ievietosiet baterijas). |
| Lo  | Tukšas baterijas  |
| Err   | Ierīces svara ierobežojums ir pārsniegts.   |
| Err2/FALL   | Ķermeņa tauku procentuālā attiecība ir virs vai zem mērījumu diapazona ierobežojuma.                        |
| E   | Ievadītā lietotāja informācija ir nepareiza. Ievadiet pareizu lietotāja informāciju.                        |



Neizmetiet elektriskās ierīces kopā ar nešķīrotajiem sadzīves atkritumiem. Lai iegūtu jaunāko informāciju par savākšanas punktiem, sazinieties ar vietējo pašvaldību. Ja elektroierīces tiek izmestas sadzīves atkritumos, bīstamās vielas var nokļūt gruntsūdeņos, iekļūt barības ķēdē un kaitēt jūsu veselībai.

## EE | Digitaalne kaal Bluetooth`iga

Enne toote esmast kasutamist, lugege põhjalikult seda kasutusjuhendit ja ohutusjuhiseid!

### Tehniline kirjeldus:

Tugevdatud kaitseklaas: 6 mm

LCD-ekraan: 88 x 40 mm

Kaalu ülempiir: 150 kg

Kaalu alampiiir: 5 kg

Mõõtmisamm: 0,1 kg / 0,2 lb

Mõõtmisühik: kg/lb/st

Målumaht: kuni 9 kasutajat; 8 kasutajat Bluetooth`i rakenduses

Miinumum nõuded Bluetooth`i seadme ühendamiseks:

iOs 6.0 või uuem + Bluetooth 4.0 või uuem

Android 4.3 või uuem + Bluetooth 4.0 või uuem

pikkuse valimine: 60–240 cm

vanuse valimine: 10 kuni 99 aastat

rasvaprosendi mõõtmisamm: 0,1%

veeprosendi mõõtmisamm: 0,1%

lihasmassi mõõtmisamm: 0,1%

Automaatne väljalülitus 10 sekundi möödumisel

Aku tühjenemise / kaalu ülekoormuse näidik

Toide: 4x 1.5 V AAA (ei ole kaasas)

### Esmased kasutusjuhised:














1. Digitaalne kaal EV107 on loodud kasutamiseks üksnes kodumajapidamistes.
2. Rikke korral viige seade spetsialiseerunud parandustöökohta või poodi, kust seadme ostsite!
3. Ärge kasutage kaalu elektromagnetvälja tekitavate seadmete läheduses! Vältimaks kahjulikku vastastikmõju, hoidke kaalu sellistest seadmetest piisavalt kaugel.
4. Mõõtmistulemus esindab kaudet väärtust. Tegemist ei ole meditsiiniseadmega. Pidage alati nõu oma arstiga, et valida optimaalse kehakaalu saavutamiseks sobivaim ravim või dieet.
5. Vältige mistahes esemete sisestamist seadme avastesse.
6. Kaal on mõeldud 10 kuni 99 aasta vanuste inimeste kaalumiseks.
7. Koduloomade kaalumine on keelatud.
8. Kaitske kaalu kukkumise ja põrutuste eest. Kaalu peal ei tohi hüpata.
9. Niiskel pinnal võite teie ise või kaal libiseda. Ka ühtlasele pinnale ei tohi astuda kaalu servale. Kaalul seistes hoidke tasakaalu.
10. Elektrilise impedantsi tõttu ei tohi seda seadet kasutada allpool loetletud olukordades:
  - a) juhul kui teile on paigaldatud südamestimulaator või muu meditsiiniline elektriline implantaat,
  - b) juhul kui teil on probleemne või haige süda,
  - c) raseduse ajal,
  - d) juhul kui teile tehakse neeruasendusravi,
  - e) palaviku korral,
  - f) juhul kui teil on luuhõrenemine,

- g) turse või paistetuse korral,
  - h) pärast rohkem kui viietunnist treeningut,
  - i) juhul kui teie südamerütm jääb alla 60 löögi minutis.
11. Kaalu kasutades järgige selles kasutusjuhendis toodud juhiseid.
  12. Tootja ei vastuta seadme väärast kasutusest põhjustatud kahjustuste eest.
  13. Seadet ei tohi kasutada isikud (sh lapsed), kellel on füüsilised, meeleorganite või vaimsed puuded, või isikud, kellel puuduvad piisavad kogemused ja teadmised, et seadet ohutult kasutada, välja arvatud juhul kui see toimub järelevalve all või nende turvalisuse eest vastutav isik on neid ohutust tingimustest teavitanud. Lapsi tuleb alati jälgida ning nad ei tohi seadmega mängida.

### Kaalu kirjeldus:

1. ▲ nupp – suurendab väärtust ühe mõõtühiku võrra.
2. „SET“ -nupp – kaalu käsitsi sisselülitamiseks, seadistuste sisestamiseks.
3. ▼ nupp – vähendab väärtust ühe mõõtühiku võrra.
4. Ekraan
5. Kontaktpind

### Ikoonide kirjeldus

| Ikoon   | Tähendus   |
|---|--|
| kg (lb / st:lb)   | Kehakaal   |
| P1 - P9   | Kasutaja järjekorranumber mälus  |
|    | Mees   |
|    | Naine  |
| cm ( / //)  | Pikkus   |
|    | Vanus  |
|    | Ülekande ajal vilgub see näidik  |
|    | Kaal ei ole Bluetooth'iga ühenduses  |
|   | Keharasv   |
|  | Keha veeprotsent   |
|  | Lihasmass  |
|  | Luumass  |
|  | Siseelundite rasv  |
| %   | Väärtused protsentides – keha rasva- ja veesisaldus ning lihas- ja luumass |
|  | Alakaal, normaalkaal, ülekaal, rasvumus                                    |
|  | Päevane kalorivajadus  |
|  | Kehamassiindeks  |

## **Patareide sisestamine/vahetamine**

1. Avage kaalu alumisel küljel oleva patareilahtri kate.
2. Eemaldage vanad patareid.
3. Sisestage uued 4x 1,5 V AAA patareid. Veenduge, et patareide polaarsus on õige.  
Juhul kui patareid katab kaitsekile, eemaldage see enne patareide sisestamist.  
Kasutage üksnes sama tüüpi leelispatareid; ärge kasutage korraka vanu ja uusi patareid; ärge kasutage akusid.
4. Sulgege kaas.

## **Tavaline kaalumine (kehamassiindeksita) / Kaaluühiku muutmine**

1. Asetage kaal lamedale, kõvale ja stabiilsele pinnale.
2. Astuge ettevaatlikult kaalule – kaal lülitub automaatselt sisse.  
Juhul kui soovite kaaluühikut muuta, vajutage korduvalt kaalu alumisel küljel asuvat „kg/lb/st“-nuppu.
3. Seiske kaalul liikumatult – mõne hetke möödudes ilmub ekraanile kaalutud väärtus.
4. Soovitud kaaluühiku valimiseks vajutage korduvalt „kg/lb/st“-nuppu.
5. 30 sekundi möödumisel lülitub kaal automaatselt välja.

## **KEHA RASVA- JA VEESISALDUSE NING LIHAS- JA LUUMASSI MÕÖTMINE**

### **KEHA RASVASISALDUSE MÕÖTMINE**

HOIATUS: Südamestimulaatori või muu elektrilisi osi sisaldava implantaadi kasutajad ei tohi seda kaalu kasutada – see võib implantaati kahjustada.

MÄRKUS: Õigete mõõtmistulemuste saamiseks tuleb kaalul seista ühtlase raskusega, paljajalu ja kuivade jalgadega! Seadme tööpõhimõte on mõõta inimese kehas olevat elektrilist impedantsi. Andmete kogumiseks suunab kaal nõrga, märkamatu elektrisignaali läbi keha.

See signaal on täiesti ohutu! Selle meetodi nimi on „bioelektrilise impedantsi analüüs“ (BIA) ja see on tegur, mis põhineb keha ja kaalu omavahelisel suhtel ning sellega seotud veeptsentidil kehas ning muudel bioloogilistel andmetel (vanus, sugu, kehakaal). On korrelatsioon kehaehitusega inimesi, kelle rasva ja lihasmassi suhe on tasakaalus ning kõhna kehaehitusega inimesi, kelle keha rasvaprotsent on väga kõrge. Keha rasvasisaldus on tegur, millel võib olla märkimisväärne mõju näiteks südame-veresoonkonnale. Seetõttu on nii rasva kui ka kaalu kontrollimine kasulik vahend hea vormi ja terve keha tagamiseks.

### **KEHARASV**

Rasv on kehas oluline komponent – see kaitseb liigeseid ja on ka vitamiinirikas, reguleerib kehatemperatuuri ning mängib üldiselt inimkehas väga olulist rolli. Selle hulka ei ole soovitatav kiiresti vähendada, küll aga tuleks jälgida, et seda oleks kehas tervisele kasulikul tasemel nii, et lihasmassi ja rasvaseme vahel püsiks hea tasakaal.

### **KÕHURASV**

Kõhurasv (või siseelundite rasv) paikneb kõhuõõnes – meie siseorganite ümber ja nende sees. Selle ülesanne on neid kaitsta. Kõhurasv on peidetud. Kõhurasva hulk ei sõltu keha nahaaluse rasva hulgast.

Ligine kõhurasv võib osutada ohtlikumaks kui nahaalune rasv. Kõhurasv on seotud hüperlipideemiaga (lipiidide normiületav tase veres). See võib viia selliste tõsisemate krooniliste haiguste tekkimiseni nagu diabeet, või siis selliste akuutsete haigusteni nagu südamerabandus või insult.

### **VEE OLULINE MÕJU TERVISELE**

Inimese keha koosneb umbes 55–60% ulatuses veest, mille tase sõltub vanusest ja soost.

Veel on inimese kehas mitu tähtsat rolli:

- Sellest koosnevad meie rakud; mis tähendab, et kõik rakud, nagu näiteks naharakud, ajurakud, lihaskiud, toimivad õigel moel vaid siis, kui neis on piisavalt vett.
- See on üks oluline meie kehas liikuv aine.
- See transpordib kehas toitaineid ja ainevahetussaadusi.

Oma kehalist vormi saate kontrollida selle tabeli võrdlusandmete abil. Selles on toodud kehurasva hulk sõltuvalt vanusest ja soost. Pöörake rohkem tähelepanu keha veetasakaalu hoidmisele. Nagu rasvaselge, kõigub päeva jooksul kehas ka veetase. Usaldusväärsete tulemuste saamiseks ajastage mõõtmised iga päev samale ajale. Keha rasva- ja veesisalduse mõõtmistulemusi tuleks tõlgendada pigem informatiivsetena. Nende põhjal ei ole soovitatav teha meditsiinilisi järeldusi. Enne radikaalsete muudatuste tegemist oma toitumises, rääkige need mõõtmistulemused kindlasti läbi oma arstiga.

| Vanus (aastates) | Naised    |                  | Mehed     |                  | Tüüp        |
|------------------|-----------|------------------|-----------|------------------|-------------|
|                  | Keharav   | Keha veesisaldus | Keharav   | Keha veesisaldus |             |
| 30 või vähem     | 4,0–20,5  | 66,0–54,7        | 4,0–15,5  | 66,0–58,1        | Alakaal     |
|                  | 20,6–25,0 | 54,6–51,6        | 15,6–20,0 | 58,0–55,0        | Normaalkaal |
|                  | 25,1–30,5 | 51,5–47,8        | 20,1–24,5 | 54,9–51,9        | Ülekaal     |
|                  | 30,6–50,0 | 47,7–34,4        | 24,6–50,0 | 51,8–34,4        | Rasvumus    |
| üle 30           | 4,0–25,0  | 66,0–51,6        | 4,0–19,5  | 66,0–55,4        | Alakaal     |
|                  | 25,1–30,0 | 51,5–48,1        | 19,6–24,0 | 55,3–52,3        | Normaalkaal |
|                  | 30,1–35,0 | 48,0–44,7        | 24,1–28,5 | 52,2–49,2        | Ülekaal     |
|                  | 35,1–50,0 | 44,6–34,4        | 28,6–50,0 | 49,1–34,4        | Rasvumus    |

### Kaalumine koos keha rasva- ja veesisalduse ning lihas- ja luumassi ning kehamassiindeksi näitude kuvamisega

Enne kaalumist sisestage iga kasutaja põhiandmed.

Saate salvestada kuni 9 kasutajat (Bluetooth'i rakenduses kuni 8 kasutajat).

Enne kaalumist võtke kingad ja sokid jalast ära, vastasel juhul näitab seade valesid andmeid.

#### Kasutajaandmete salvestamine

##### Vajutage „SET“-nuppu.

Ekraanil hakkab vilkuma „P1“, mis tähistab kasutajat nr 1.

Vajutage uuesti „SET“-nuppu, et salvestada kasutaja nr 1 andmed või siis vajutage ▲/▼, et muuta kasutaja numbrit.

##### Andmete sisestamiseks kasutage nuppe ▲/▼ alljärgnevas järjestuses:

Kasutaja number – sugu – vanus – pikkus.

Iga väärtuse kinnitamiseks vajutage „SET“-nuppu.

Salvestatud andmeid saate hiljem muuta, vajutades „SET“-nuppu.

Juhul kui soovite kaaluühikut muuta, vajutage korduvalt kaalu alumisel küljel asuvat „kg/lb/st“-nuppu.

##### Pärast andmete sisestamist, kuvatakse ekraanil „0,0 kg“.

Astuge kaalule ja seiske paigal; ärge liigutage – mõne hetke möödudes kuvatakse ekraanil:

praegune kaal → rasvasisaldus → veesisaldus → luumass → kõhurasv → lihassmass → päevane kalorivajadus → kehamassiindeks (BMI) → rasvumuse taseme ikoon → kaalu vähenemine (nool alla + vähenemine) või kaalu tõus (nool üles + tõus) võrreldes eelmise mõõtmisega.

Seda teavet kuvatakse 3x järjest.

Seejärel lülitub kaal välja.

#### Keha rasvasisaldus:

| Vanus | Naine    |             |           |           |
|-------|----------|-------------|-----------|-----------|
|       | Alakaal  | Normaalkaal | Ülekaal   | Rasvumus  |
| 10–17 | 3,0–15,0 | 15,1–22,0   | 22,1–26,4 | 26,5–50,0 |
| 18–30 | 3,0–15,4 | 15,5–23,0   | 23,1–27,0 | 27,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–16,0 | 16,1–23,4   | 23,5–27,4 | 27,5–50,0 |
| 41–60 | 3,0–16,4 | 16,5–24,0   | 24,1–28,0 | 28,1–50,0 |
| 61–99 | 3,0–17,0 | 17,1–24,4   | 24,5–28,4 | 28,5–50,0 |

| Vanus | Mees     |             |           |           |
|-------|----------|-------------|-----------|-----------|
|       | Alakaal  | Normaalkaal | Ülekaal   | Rasvumus  |
| 10–17 | 3,0–12,0 | 12,1–17,0   | 17,1–22,0 | 22,1–50,0 |
| 18–30 | 3,0–12,4 | 12,5–18,0   | 18,1–23,0 | 23,1–50,0 |
| 31–40 | 3,0–13,0 | 13,1–18,4   | 18,5–23,0 | 23,1–50,0 |
| 41–60 | 3,0–13,4 | 13,5–19,0   | 19,1–23,4 | 23,5–50,0 |
| 61–99 | 3,0–14,0 | 14,1–19,4   | 19,5–24,0 | 24,1–50,0 |

**Keha veesisaldus:**

| Vanus | Naine  |           |        | Mees   |           |        |
|-------|--------|-----------|--------|--------|-----------|--------|
|       | madal  | normaalne | kõrge  | madal  | normaalne | kõrge  |
| 10–17 | < 54,0 | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0 | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30 | < 53,5 | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5 | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40 | < 53,0 | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0 | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60 | < 52,5 | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5 | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99 | < 52,0 | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0 | 55,0–60,0 | > 60,0 |

**Kalorid:**

| Vanus | Naine     |       | Mees      |       |
|-------|-----------|-------|-----------|-------|
|       | kaal (kg) | kcal  | kaal (kg) | kcal  |
| 10–17 | 50        | 1 265 | 60        | 1 620 |
| 18–30 | 55        | 1 298 | 65        | 1 560 |
| 31–40 | 60        | 1 302 | 70        | 1 561 |
| 41–60 | 60        | 1 242 | 70        | 1 505 |
| 61–99 | 50        | 1 035 | 65        | 1 398 |

**Kehamassiindeks:**

| Kehamassiindeks | Alakaal | Normaalkaal | Ülekaal | Rasvumus |
|-----------------|---------|-------------|---------|----------|
|                 |         | < 18,5      | 18,5–25 | 25–30    |

**Kõhurasv:**

| Kõhurasv | Normaalne väärtus | Tõusnud väärtus | Kõrge väärtus |
|----------|-------------------|-----------------|---------------|
|          |                   | 0–9             | 10–14         |

**Bluetooth'i rakendus**

Kaalu saab kasutada Androidi ja iOSi seadmetele mõeldud Bluetooth'i rakendusega.

Juhul kui olete kaalu Bluetooth'i kaudu mõne seadmega ühendanud, salvestuvad iga mõõtmise andmed automaatselt rakkendusse.

Veenduge, et teie seade vastab alljärgnevatele tingimustele:

Android 4.3 või uuem + Bluetooth 4.0 või uuem.

iOs 6.0 või uuem + Bluetooth 4.0 või uuem.

**Otsige üles ja laadige alla oma seadme operatsioonisüsteemile vastav rakendus „Smart Scale“.**

**Või siis kasutage rakenduse leidmiseks järgmisi QR-koode:**

Android:



iOS:

**Bluetooth'i rakenduse seadistamine ja selle kasutamine kaalumise ajal**

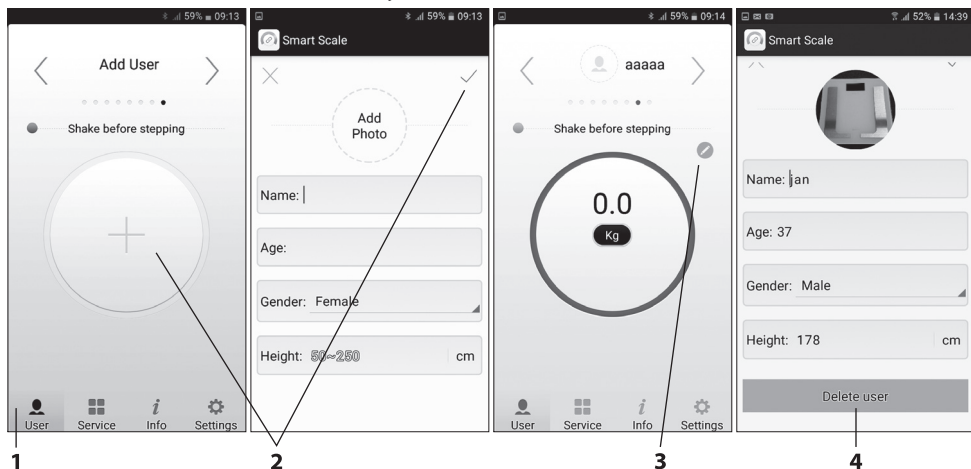
1. Käivitage Bluetooth oma seadme seadete alt.
2. Laadige App Store'ist (iOS) või Google Play'st (Android) alla rakendus „Smart Scale“.
3. Lülitage Bluetooth sisse ja raputage seadet õrnalt.
4. Suruge oma jalaga õrnalt kaalule, seejärel vabastage. Teie seade loob kaaluga automaatselt ühenduse.
5. Kaaluge ennast.



Märkus:

Juhul kui lähtestate rakenduse kasutamise ajal oma seadmes tehase seadistust, siis kõik mõõdetud/salvestatud andmed kustutatakse.

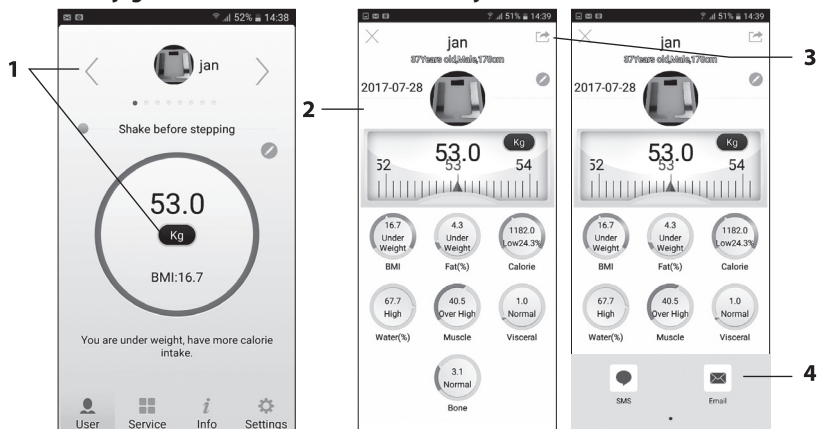
## Salvestatud kasutajad


Rakendus võimaldab teil salvestada kuni 8 kasutajat.



1. Vajutage kasutaja (User) väljale  rakenduse alumises vasakus servas.
2. Kasutaja andmete salvestamiseks vajutage + (lisage foto, nimi, vanus, sugu, pikkus); kinnitage, vajutades ✓ nuppu üleval paremas servas.
3. Juhul kui soovite hiljem kasutaja andmeid muuta, vajutage pliiitsiikonile .
4. Juhul kui soovite kasutajat eemaldada, vajutage alumises servas olevat „Delete“-nuppu.

## Mõõtmistulemuste jagamine / mõõtmistulemuste üksikasjalik ülevaade



1. Valige kasutaja üllemises servas olevate nooltega ja vajutage rohelise ringi keskel olevale kaalumistulemusele.
2. Kuvatakse mõõtmistulemuste andmed.
3. Vajutage üleval paremas servas asuvalle nooleikonile .
4. Valige, mis viisil soovite mõõtmise tulemusi jagada (sõnum/e-post).

## Kehamassiindeks

1. Vajutage alumises servas olevale teabe ikoonile **i**.
2. Kuvatakse kehamassiindeksi andmetega tabel.

**Info** ♀ ♂

**BMI**

Under Weight Normal Over Weight Obese Severely Obese

18.5 25 30 35

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.4   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1180    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

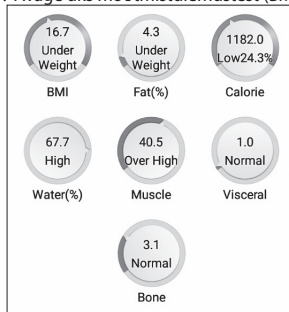
| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

User Service **Info** Settings

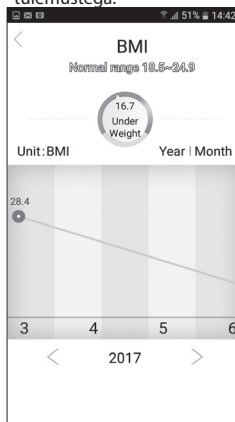
3. Valige sool põhinev kehamassiindeksi tabel, kasutades ikooni **♀** **♂**.

## Mõõtmiste kalender

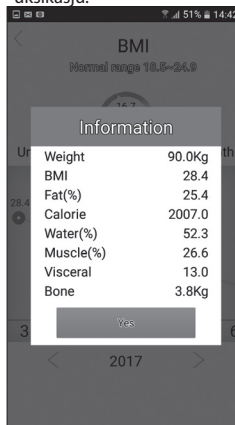
1. Avage üks mõõtmistulemustest (BMI, rasv, kalorid, vmt).



2. Kuvatakse kalender/tabel kõikide varem mõõdetud tulemustega:

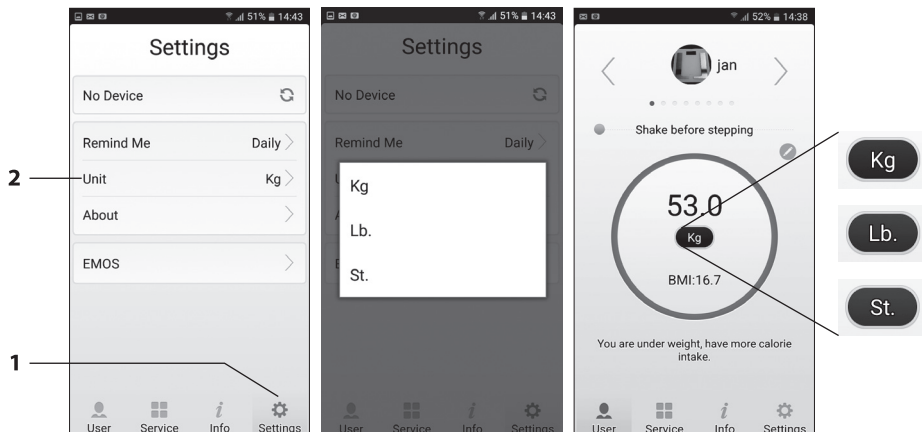



3. Tulemusi saate liigitada aasta või kuu järgi Year | Month.
4. Vajutades tabeli erinevatel punktidel, näete iga mõõtmise üksikasju.





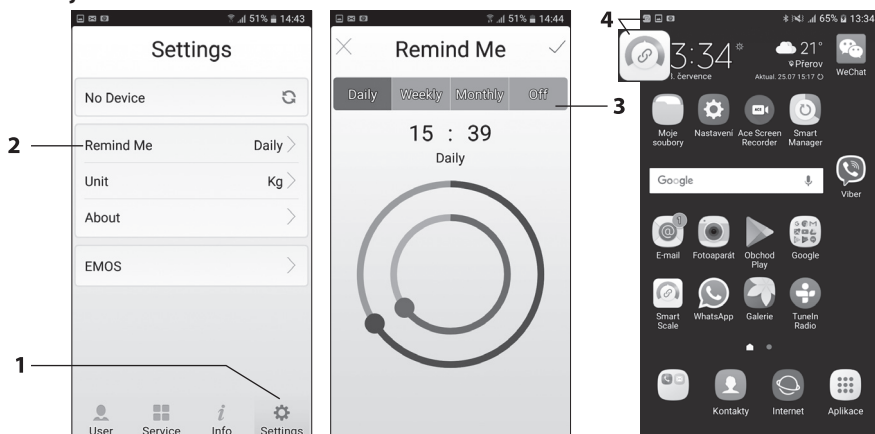
## Kaaluühiku määramine




1. Vajutage all paremas servas olevale seadistuste ikoonile .
2. Vajutage ühiku ikoonile.
3. Valige kaaluühik: kg/lb/st.

Kaaluühikut saate muuta ka mõõdetud kaalu kuvamise ajal, vajutades „kg/lb/st“-ikoonile.

## Mõõtmise aja meeldetuletus




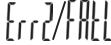




1. Vajutage all paremas servas olevale seadistuste ikoonile .
2. Vajutage meeldetuletuse ikoonile.
3. Määrake meeldetuletuse kellaaeg ja kuupäev (iga päev, iga nädal, iga kuu või väljas).
4. Määratud ajal kuvatakse ekraanil meeldetuletuse ikooni.

### Märkus:

Meeldetuletuse funktsioon toimib üksnes siis, kui seadet ei lülitata välja, ei taaskäivitata ega lähtestata tehase seadistusele pärast meeldetuletuse aja määramist.

## Ekraanil kuvatavad veateated:

| Ekraani näidik  | Tähendus  |
|---|---|
|  | Kõikide ekraani segmentide katsetamine (patareide sisestamise järel kuvatakse iga kord hetkeks kõiki segmente). |
|  | Patareid on tühjad.   |
|  | Seadme kaaluületamist on ületatud.  |
|  | Keha rasvaprosents ületab või jääb allapoole mõõtmise piirvahemikku.  |
|  | Kasutajaandmed on valesti sisestatud. Sisestage kasutajaandmed õigesti.   |

 Ärge visake elektriseadmeid sortimata olmejäätmete sekka, vaid viige need eraldi kogumispunkti. Kogumispunktide kohta saate teavet kohalikul omavalitsuselt. Kui elektriseadmetest vabanetakse prügimäel, siis võivad ohtlikud ained tungida põhjavette, siseneda toiduahelasse ja kahjustada teie tervist.

## BG | Цифрова везна за баня с Bluetooth

Прочетете внимателно настоящото ръководство и указанията относно безопасността, преди да започнете да използвате изделиято!

### Технически характеристики:

Закалено нетрошливо стъкло: 6 mm

Течнокристален дисплей: 88 x 40 mm

Максимално измервано тегло: 150 kg

Минимално измервано тегло: 5 kg

Стъпка на промяна на показанието: 0,1 kg / 0,2 lb

Мерна единица: kg/lb/st

Памет: до 9 души; 8 души в приложението Bluetooth

Минимални изисквания за свързване с Bluetooth устройство:

iOs 6.0 или следваща версия + Bluetooth 4.0 или следваща версия

Android 4.3 или следваща версия + Bluetooth 4.0 или следваща версия

Граници на задаване на височината: 60–240 cm

Граници на задаване на възрастта: от 10 до 99 години

Мерна единица и стъпка на промяна на показанието за количеството на мазнините: 0,1 %

Мерна единица и стъпка на промяна на показанието за количеството на водата: 0,1 %

Мерна единица и стъпка на промяна на показанието за мускулната маса: 0,1 %

Автоматично изключване след 10 секунди

Индикация за разреждана батерия и претоварване на везната

Захранване: 4 бр. батерия 1,5V тип AAA (не са включени в комплекта)

### Основни правила за използване:

1. Цифровата везна за баня EV107 е предназначена само за домашно използване.
2. Уредът трябва да се ремонтира само от специалист в сервиз или в магазина, от който е закупен!
3. Не използвайте везната в близост до устройства, които генерират електромагнитни полета. Разполагайте везната на достатъчно разстояние от подобни устройства, за да предотвратите взаимните смущения.
4. Измерените стойности са приблизителни. Изделието не е медицински инструмент. Консултирайте се с лекаря си относно приема на лекарства или прилагането на диета, за да постигнете оптимално тегло.
5. Не вкарвайте предмети в отворите на уреда.
6. Везната е предназначена за измерване на теглото на лица на възраст между 10 и 99 години.
7. Не се допуска измерване на теглото на домашни любимци.
8. Предпазвайте везната от падане и удари. Не скачайте върху везната.
9. При мокри повърхности е възможно да се подхлъзнете или везната да се отмести. Също така, никога не стъпвайте близо до ръбовете на везната и запазвайте равновесие, докато стоите на нея.
10. По причини, свързани с измерването на електрическия импеданс, никога не използвайте везната, ако е налице някое от следните обстоятелства:
  - а) имате имплантиран кардиостимулатор или друго медицинско електронно устройство;
  - б) имате проблеми със сърцето или сърдечно заболяване;
  - в) по време на бременност;
  - г) при лечение чрез диализа;














- д) имате треска;
- е) страдате от остеопороза;
- ж) имате едема или отичане;
- з) след физическо натоварване в продължение на повече от 5 часа;
- и) сърдечната ви честота е под 60 удара в минута.

11. Използвайте везната само в съответствие с указанията, приведени в настоящото ръководство.
12. Производителят не носи отговорност за щети, дължащи се на неправилно използване на устройството.
13. Устройството не е предназначено за използване от лица (включително деца), при които ограничените физически, сетивни или умствени способности или липсата на опит и знания не гарантират осигуряване на безопасност, освен когато те са наблюдавани или ръководени от лице, отговарящо за тяхната безопасност. Децата не бива да остават без наблюдение и никога не трябва да си играят с уреда.

### Описание на везната:

1. Бутон ▲ — увеличаване на стойността с 1.
2. Бутон SET — ръчно включване на везната, въвеждане на данни.
3. Бутон ▼ — намаляване на стойността с 1.
4. Дисплей
5. Контактна повърхност

### Описание на символите

| Символ  | Значение   |
|---|--|
| kg (lb / st:lb)   | Тегло  |
| P1 - P9   | Номер на лицето в паметта на везната   |
|      | Мъж  |
|      | Жена   |
| cm ( / )  | Височина   |
| age  | Възраст  |
|      | Символът мига по време на излъчване  |
|     | Везната не е свързана с Bluetooth приложение                                     |
|    | Телесни мазнини  |
|    | Телесна вода   |
|    | Мускулна маса  |
|    | Тегло на костите   |
|    | Вътрешни мазнини   |
| %   | Процентно количество — телесни мазнини / вода / мускулна маса / тегло на костите |
|    | Поднормено тегло, нормално тегло, наднормено тегло, затлъстяване                 |
|    | Необходимо дневно количество килокалории   |
|    | Индекс на телесната маса (BMI)   |

## Поставяне/смяна на батериите

1. Отворете капачката на отделението за батериите, разположена на долната страна на везната.
2. Извадете разредените батерии.
3. Поставете 4 броя нови батерии 1,5 V, тип AAA. Задължително спазвайте посочената полярност. Ако батериите имат защитно фолио, трябва да го свалите, преди да поставите батериите във везната. Използвайте само алкални батерии от един и същи вид; не използвайте едновременно стари и нови батерии; не използвайте зареждащи се батерии.
4. Затворете капачката.

## Основно измерване на теглото (без BMI) / Промяна на мерната единица за теглото

1. Разположете везната на плоска, твърда и стабилна повърхност.
2. Стъпете внимателно върху везната — везната се включва автоматично. Ако желаете да промените мерната единица за теглото, натиснете колкото пъти е нужно бутон kg/lb/st, разположен на долната страна на везната.
3. Стойте неподвижно върху везната — след известно време на дисплея се показва измереното тегло.
4. Желаната мерна единица за теглото може да изберете чрез неколккратно натискане на бутон kg/lb/st.
5. След 30 секунди везната автоматично се изключва.

## ИЗМЕРВАНЕ НА ТЕЛЕСНИТЕ МАЗНИНИ, ТЕЛЕСНАТА ВОДА, МУСКУЛНАТА МАСА И ТЕГЛОТО НА КОСТИТЕ

### ИНФОРМАЦИЯ ОТНОСНО ИЗМЕРВАНЕТО НА ТЕЛЕСНИТЕ МАЗНИНИ

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Не е разрешено лица с кардиостимулатор или друго имплантирано електронно устройство да използват везната — възможно е да се наруши нормалното функциониране на импланта.

**ЗАБЕЛЕЖКА:** За правилно измерване е необходимо везната да е натоварена симетрично, а краката да са боси и сухи! Принципът на работа на уреда се основава на измерване на електрическия импеданс на човешкото тяло. За да извърши измерването, везната пропуска слаб, незабележим електрически сигнал през тялото.

Сигналят е напълно безопасен! Методът се нарича „Анализ на биоелектрическия импеданс“ (BIA) и се основава на взаимната връзка между импеданса на тялото и процентното количество вода в него, като се отчитат и редица други биологични показатели (възраст, пол, телесно тегло). Има пълни хора с добро съотношение между масата на мазнините и мускулната маса, както и слаби, но с много високо процентно количество на телесните мазнини. Количеството на телесните мазнини е фактор, който може да окаже значително въздействие, например върху сърдечносъдовата система. Поради това проверката на двете величини (телесни мазнини и телесно тегло) е полезна за поддържане на тялото в добро здравословно състояние.

### ТЕЛЕСНИ МАЗНИНИ

Телесните мазнини са важна съставна част на тялото — те са от значение за предпазване на ставите, представляват източник на витамини, служат за регулиране на телесната температура и поради това са жизненоважни за човешкото тяло. Препоръчва се количеството на мазнините да не се намалява бързо, а да се поддържа на здравословно ниво, осигуряващо добро съотношение спрямо мускулната маса.

### ВЪТРЕШНИ МАЗНИНИ

Вътрешните (висцерални, органични) мазнини са разположени в коремната кухина, около и във органите. Те предпазват органите. Вътрешните мазнини са скрити. Количеството на вътрешните мазнини не зависи от количеството на подкожните мазнини в тялото.

Излишните вътрешни мазнини могат да са по-опасни от подкожните мазнини. Вътрешните мазнини са свързани с хиперлипидемията (повишени нива на липиди в кръвта). Те могат да причинят по-тежки хронични заболявания, например диабет, или остри заболявания, например сърдечен удар или инсулт.

### ЗНАЧЕНИЕ НА ТЕЛЕСНАТА ВОДА ЗА ЗДРАВЕТО

Водата е приблизително 55–60 % от човешкото тяло, като количеството зависи от възрастта и пола.

Водата има различни функции в човешкото тяло:

- Участва в състава на клетките; това означава, че всички видове клетки, например тези на кожата, мозъка, мускулите, функционират нормално, само ако съдържат достатъчно вода.
- Представлява важно вещество, освобождавано от тялото.
- Пренася хранителни вещества и продукти на обмяната между различни части на тялото.

Измерените стойности може да сравнявате с данните в таблицата, приведена по-долу. В нея е посочено количеството телесни мазнини в зависимост от възрастта и пола. Следете основно за поддържане на количеството на водата в тялото. Подобно на количеството на мазнините, то също се променя в течение на денонощието. За получаване на съгласувани резултати, винаги правете измерванията по едно и също време на денонощието. Резултатите от измерванията на телесните мазнини и телесната вода са само ориентировъчни. Не се препоръчва те да се използват с медицинска цел. Обсъдете тези данни с лекаря си, преди да направите радикални промени на своя режим.

| Възраст<br>(години)  | Жени               |              | Мъже               |              | Тип                 |
|----------------------|--------------------|--------------|--------------------|--------------|---------------------|
|                      | Телесни<br>мазнини | Телесна вода | Телесни<br>мазнини | Телесна вода |                     |
| до 30<br>включително | 4,0–20,5           | 66,0–54,7    | 4,0–15,5           | 66,0–58,1    | Поднормено<br>тегло |
|                      | 20,6–25,0          | 54,6–51,6    | 15,6–20,0          | 58,0–55,0    | Нормално тегло      |
|                      | 25,1–30,5          | 51,5–47,8    | 20,1–24,5          | 54,9–51,9    | Наднормено<br>тегло |
|                      | 30,6–50,0          | 47,7–34,4    | 24,6–50,0          | 51,8–34,4    | Затлъстяване        |
| над 30               | 4,0–25,0           | 66,0–51,6    | 4,0–19,5           | 66,0–55,4    | Поднормено<br>тегло |
|                      | 25,1–30,0          | 51,5–48,1    | 19,6–24,0          | 55,3–52,3    | Нормално тегло      |
|                      | 30,1–35,0          | 48,0–44,7    | 24,1–28,5          | 52,2–49,2    | Наднормено<br>тегло |
|                      | 35,1–50,0          | 44,6–34,4    | 28,6–50,0          | 49,1–34,4    | Затлъстяване        |

### Измерване на теглото и телесните мазнини, телесната вода, мускулната маса, теглото на костите и BMI

Преди първото теглене трябва да се въведе основната информация за лицата, които използват везната.

Броят на запаметените лица може да е най-много 9 (8 в приложението Bluetooth).

Преди претегляне събуйте обувките и чорапите си, в противен случай резултатите няма да са верни.

### Запазване на информацията за използващите везната

#### Натиснете бутон SET.

На дисплея започва да мига P1, което е номерът на първото лице, използващо везната.

Натиснете отново бутон SET, за да запаметите данните за лицето с номер 1 или натиснете бутон ▲/▼, за да промените номера.

#### Информацията се въвежда с бутони ▲/▼ в следната последователност:

номер — пол — възраст — височина.

Всяка въведена стойност трябва да се потвърждава с бутон SET.

След време може да промените въведената информация, като натиснете бутон SET.

Ако желаете да промените мерната единица за теглото, натиснете колкото пъти е нужно бутон kg/lb/st, разположен на долната страна на везната.

#### След въвеждане на данните на дисплея се изписва 0,0 kg.

Стъпете върху везната и застанете неподвижно; изчакайте — след известно време дисплеят показва последователно: тегло → телесни мазнини → телесна вода → тегло на костите → вътрешни мазнини → мускулна маса → необходимо дневно количество килокалории → индекс на телесната маса (BMI) → символ за степента на затлъстяване → намаляване на теглото (стрелка надолу и намаление) или увеличаване на теглото (стрелка нагоре и увеличение) в сравнение с предходното измерване.

Данните се изреждат три пъти едно след друго.

След това везната се изключва.

#### Количество на мазнините в тялото:

| Възраст | Жени             |                |                  |              |
|---------|------------------|----------------|------------------|--------------|
|         | Поднормено тегло | Нормално тегло | Наднормено тегло | Затлъстяване |
| 10–17   | 3,0–15,0         | 15,1–22,0      | 22,1–26,4        | 26,5–50,0    |
| 18–30   | 3,0–15,4         | 15,5–23,0      | 23,1–27,0        | 27,1–50,0    |
| 31–40   | 3,0–16,0         | 16,1–23,4      | 23,5–27,4        | 27,5–50,0    |
| 41–60   | 3,0–16,4         | 16,5–24,0      | 24,1–28,0        | 28,1–50,0    |
| 61–99   | 3,0–17,0         | 17,1–24,4      | 24,5–28,4        | 28,5–50,0    |

| Възраст | Мъже             |                |                  |              |
|---------|------------------|----------------|------------------|--------------|
|         | Поднормено тегло | Нормално тегло | Наднормено тегло | Затлъстяване |
| 10–17   | 3,0–12,0         | 12,1–17,0      | 17,1–22,0        | 22,1–50,0    |
| 18–30   | 3,0–12,4         | 12,5–18,0      | 18,1–23,0        | 23,1–50,0    |
| 31–40   | 3,0–13,0         | 13,1–18,4      | 18,5–23,0        | 23,1–50,0    |
| 41–60   | 3,0–13,4         | 13,5–19,0      | 19,1–23,4        | 23,5–50,0    |
| 61–99   | 3,0–14,0         | 14,1–19,4      | 19,5–24,0        | 24,1–50,0    |

**Количество на водата в тялото:**

| Възраст | Жени   |           |        | Мъже   |           |        |
|---------|--------|-----------|--------|--------|-----------|--------|
|         | ниско  | нормално  | високо | ниско  | нормално  | високо |
| 10–17   | < 54,0 | 54,0–60,0 | > 60,0 | < 57,0 | 57,0–62,0 | > 62,0 |
| 18–30   | < 53,5 | 53,5–59,5 | > 59,5 | < 56,5 | 56,5–61,5 | > 61,5 |
| 31–40   | < 53,0 | 53,0–59,0 | > 59,0 | < 56,0 | 56,0–61,0 | > 61,0 |
| 41–60   | < 52,5 | 52,5–58,5 | > 58,5 | < 55,5 | 55,5–60,5 | > 60,5 |
| 61–99   | < 52,0 | 52,0–58,0 | > 58,0 | < 55,0 | 55,0–60,0 | > 60,0 |

**Калории:**

| Възраст | Жени       |       | Мъже       |       |
|---------|------------|-------|------------|-------|
|         | Тегло (kg) | kcal  | Тегло (kg) | kcal  |
| 10–17   | 50         | 1 265 | 60         | 1 620 |
| 18–30   | 55         | 1 298 | 65         | 1 560 |
| 31–40   | 60         | 1 302 | 70         | 1 561 |
| 41–60   | 60         | 1 242 | 70         | 1 505 |
| 61–99   | 50         | 1 035 | 65         | 1 398 |

**Индекс на телесната маса (BMI):**

| BMI | Поднормено тегло | Нормално тегло | Наднормено тегло | Затлъстяване |
|-----|------------------|----------------|------------------|--------------|
|     | < 18,5           | 18,5–25        | 25–30            | > 30         |

**Вътрешни мазнини:**

| Вътрешни мазнини | Нормални стойности | Завишени стойности | Високи стойности |
|------------------|--------------------|--------------------|------------------|
|                  | 0–9                | 10–14              | > 15             |

**Приложение Bluetooth**

Везната може да се използва с Bluetooth приложение на устройства с операционна система Android или iOS.

Ако имате устройство, което е свързано с везната чрез Bluetooth, измерените данни автоматично се записват в приложението при всяко теглене.

Устройството трябва да отговаря на следните изисквания:

Android 4.3 или следваща версия + Bluetooth 4.0 или следваща версия

iOS 6.0 или следваща версия + Bluetooth 4.0 или следваща версия

**Намерете и изтеглете приложението „Smart Scale“ (Умна везна) за вашата операционна система.**

**Възможно е също да използвате следния двумерен код, за да го изтеглите:**

Android:



iOS:

**Настройване и използване на Bluetooth приложението при теглене**

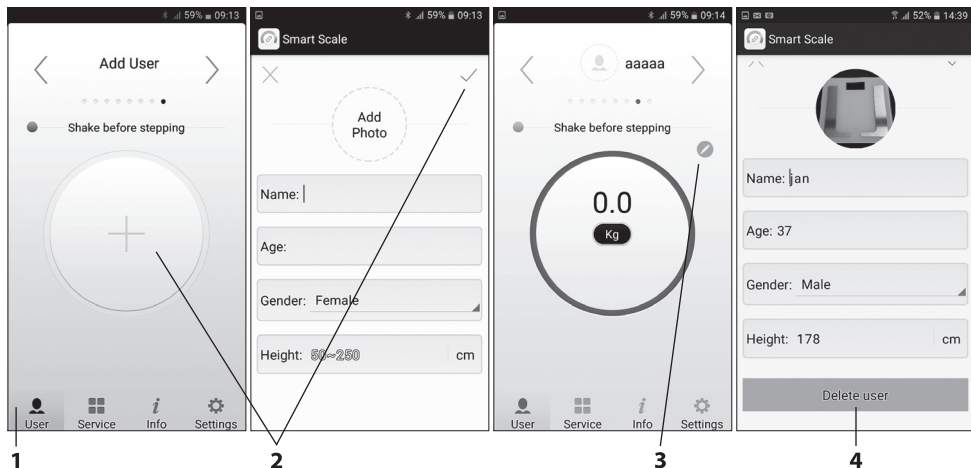
1. Включете Bluetooth (от настройките на вашето мобилно устройство).
2. Инсталирайте приложението „Smart Scale“ (Умна везна) от App Store (iOS) или Google Play (Android).
3. Включете Bluetooth, разклатете леко устройството.
4. Натиснете леко с крак везната и свалете крака си от нея. Устройството автоматично се свързва с везната.
5. Претеглете се.



**Забележка:**

Ако инициализирате и възстановите заводските настройки на мобилното устройство, с което използвате приложението, всички измервания и записани данни се изтриват.

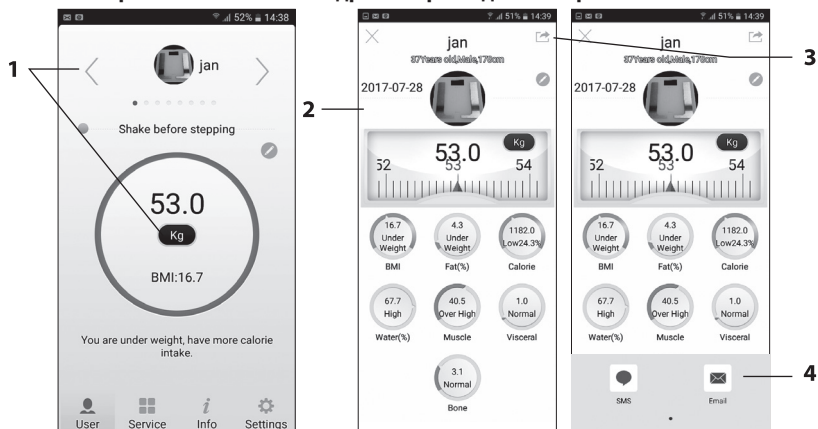
## Записване на данни за лицата, които използват везната


В приложението може да запишете данните за до 8 души, които използват везната.




1. Натиснете полето User  в долния ляв ъгъл на екрана на приложението.
2. Натиснете + и запишете информацията за лицето (въведете снимка, име, възраст, пол, височина); за потвърждаване натиснете бутон ✓, разположен в горния десен ъгъл.
3. Ако след време пожелаете да промените информацията, натиснете бутона с изображение на молив .
4. Ако искате да изключите това лице, натиснете бутон Delete, разположен в долната част на екрана.

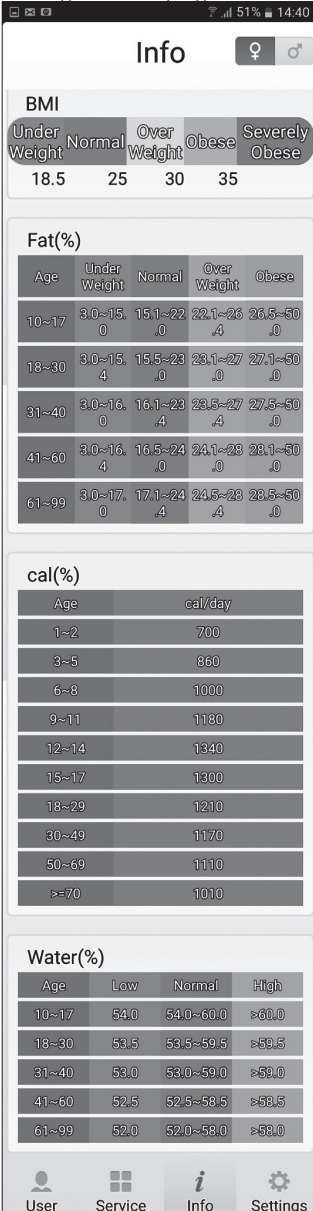
## Споделяне на измерените стойности / Подобен преглед на измерените стойности



1. Със стрелките в горната част на екрана изберете чии данни ще прегледате и натиснете върху стойността за теглото, изписана в центъра на зелена окръжност.
2. Извежда се подробна информация за резултатите от измерванията.
3. Натиснете символа със стрелка , разположен горе вдясно.
4. Изберете как желаете да споделите данните (SMS или електронна поща)

## Индекс на телесната маса (BMI)

1. Натиснете символа Info , разположен в долната част на екрана.
2. Изведат се таблици с данни за BMI.



**Info** ♀ ♂

**BMI**

|  | Under Weight | Normal | Over Weight | Obese | Severely Obese |
|--|--------------|--------|-------------|-------|----------------|
|  | 18.5         | 25     | 30          | 35    |                |

**Fat(%)**

| Age   | Under Weight | Normal    | Over Weight | Obese     |
|-------|--------------|-----------|-------------|-----------|
| 10~17 | 3.0~15.0     | 15.1~22.0 | 22.1~26.4   | 26.5~50.0 |
| 18~30 | 3.0~15.4     | 15.5~23.0 | 23.1~27.0   | 27.1~50.0 |
| 31~40 | 3.0~16.0     | 16.1~23.4 | 23.5~27.4   | 27.5~50.0 |
| 41~60 | 3.0~16.4     | 16.5~24.0 | 24.1~28.0   | 28.1~50.0 |
| 61~99 | 3.0~17.0     | 17.1~24.4 | 24.5~28.4   | 28.5~50.0 |

**cal(%)**

| Age   | cal/day |
|-------|---------|
| 1~2   | 700     |
| 3~5   | 860     |
| 6~8   | 1000    |
| 9~11  | 1180    |
| 12~14 | 1340    |
| 15~17 | 1300    |
| 18~29 | 1210    |
| 30~49 | 1170    |
| 50~69 | 1110    |
| >=70  | 1010    |

**Water(%)**

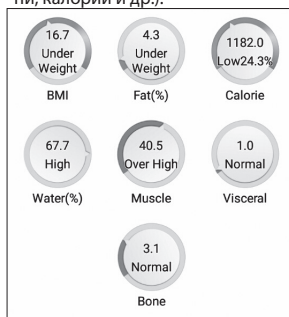
| Age   | Low  | Normal    | High  |
|-------|------|-----------|-------|
| 10~17 | 54.0 | 54.0~60.0 | >60.0 |
| 18~30 | 53.5 | 53.5~59.5 | >59.5 |
| 31~40 | 53.0 | 53.0~59.0 | >59.0 |
| 41~60 | 52.5 | 52.5~58.5 | >58.5 |
| 61~99 | 52.0 | 52.0~58.0 | >58.0 |

User Service Info Settings

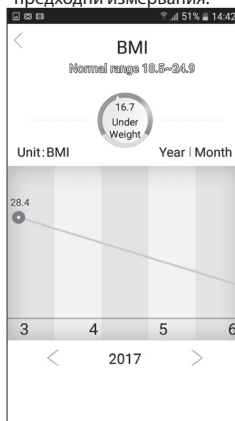
3. Изберете таблица за BMI в зависимост от пола, като използвате символите ♀ ♂.

## Хронология на измерванията

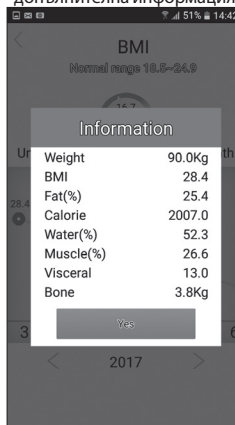
1. Отворете някоя от измерваните величини (BMI, мазнини, калории и др.).



2. Извежда се календар/графика с данните от всички предходни измервания:

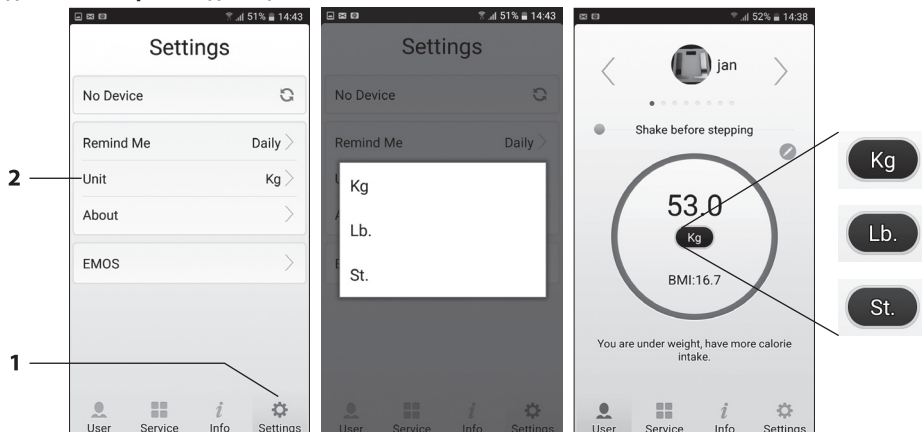



3. Стойностите може да се сортират по година или месец Year | Month.
4. Ако натиснете точка от графиката, на екрана се показва допълнителна информация за съответното измерване.





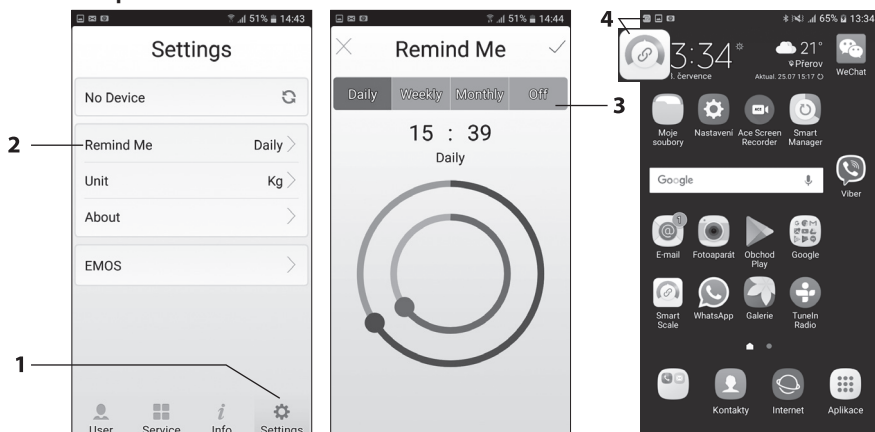
## Задаване на мерната единица за тегло




1. Натиснете символа Settings , разположен в долната дясна част на екрана.
2. Натиснете символа Unit.
3. Изберете мерна единица за теглото: kg/lb/st.

Мерната единица за теглото може да промените и докато прегледате данните от измерванията на теглото — натиснете символа Kg/Lb/St.

## Напомняне за претегляне




1. Натиснете символа Settings , разположен в долната дясна част на екрана.
2. Натиснете символа Reminder.
3. Въведете часа и датата за напомняне (ежедневно, ежеседмично, ежемесечно или изключено).
4. В определеното време на екрана се появява напомнящ символ.

### Забележка:

Функцията за напомняне работи, само ако мобилното устройство не е изключвано, рестартирано или връщано към заводските настройки след включване на напомнянето.

### Извеждани на дисплея индикации за грешки:

| Показание на дисплея  | Значение  |
|---|---|
|  | Проверка на всички сегменти на дисплея (всички сегменти се включват за кратко всеки път, когато поставяте батерии). |
| Lo  | Разредени батерии.  |
| Err   | Превिшаване на максималното тегло, което взната може да измерва.  |
| Err2/FACL   | Процентното количество на телесните мазнини е над или под измервателния обхват.                                     |
| E   | Введените данни за лице, използващо взната, са неправилни. Въведете правилна информация.                            |



Не изхвърляйте електрически уреди с несортираните домакински отпадъци; предавайте ги в пунктовете за събиране на сортирани отпадъци. Актуална информация относно пунктовете за събиране на сортирани отпадъци може да получите от компетентните местни органи. При изхвърляне на електрически уреди на сметищата е възможно в подпочвените води да попаднат опасни вещества, които след това да преминат в хранителната верига и да увредят здравето на хората.



## GARANCIJSKA IZJAVA

1. Izjavljamo, da jamčimo za lastnosti in brezhibno delovanje v garancijskem roku.
2. Garancijski rok prične teči z datumom izročitve blaga in velja 24 mesecev.
3. EMOS SI d.o.o jamči kupcu, da bo v garancijskem roku na lastne stroške odpravil vse pomanjkljivosti na aparatu zaradi tovarniške napake v materialu ali izdelavi.
4. Za čas popravila se garancijski rok podaljša.
5. Če aparat ni popravljen v roku 45 dni od dneva prijave okvare lahko prizadeta stranka zahteva novega ali vračilo plačanega zneska.
6. Garancija preneha, če je okvara nastala zaradi:
  - nestrokovnega-nepooblaščenega servisa
  - predelave brez odobritve proizvajalca
  - neupoštevanja navodil za uporabo aparata
7. Garancija ne izključuje pravic potrošnika, ki izhajajo iz odgovornosti prodajalca za napake na blagu.
8. Če ni drugače označeno, velja garancija na ozemeljskem območju Republike Slovenije.
9. Proizvajalec zagotavlja proti plačilu popravilo, vzdrževanje blaga, nadomestne dele in priklopne aparate tri leta po poteku garancijskega roka.
10. Naravna obraba aparata je izključena iz garancijske obveznosti. Isto velja tudi za poškodbe zaradi nepravilne uporabe ali preobremenitve.

### NAVODILA ZA REKLAMACIJSKI POSTOPEK

Lastnik uveljavlja garancijski zahtevek tako, da ugotovljeno okvaro prijavi pooblaščenim delavnicam (EMOS SI d.o.o., Ob Savinji 3, 3313 Polzela) pisno ali ustno. Kupec je odgovoren, če s prepozno prijavo povzroči škodo na aparatu. Po izteku garancijskega roka preneha pravica do uveljavljanja garancijskega zahtevka. Priložen mora biti potrjen garancijski list z originalnim računom. EMOS SI d.o.o. se obvezuje, da bo aparat zamenjal z novim, če ta v tem garancijskem roku ne bi deloval brezhibno.

ZNAMKA: \_\_\_\_\_ Digitalna osebna tehtnica z Bluetooth \_\_\_\_\_

TIP: \_\_\_\_\_ EV107 \_\_\_\_\_

DATUM IZROČITVE BLAGA: \_\_\_\_\_

Servis: EMOS SI, d.o.o., Ob Savinji 3, 3313 Polzela, Slovenija  
tel: +386 8 205 17 21  
e-mail: naglic@emos-si.si