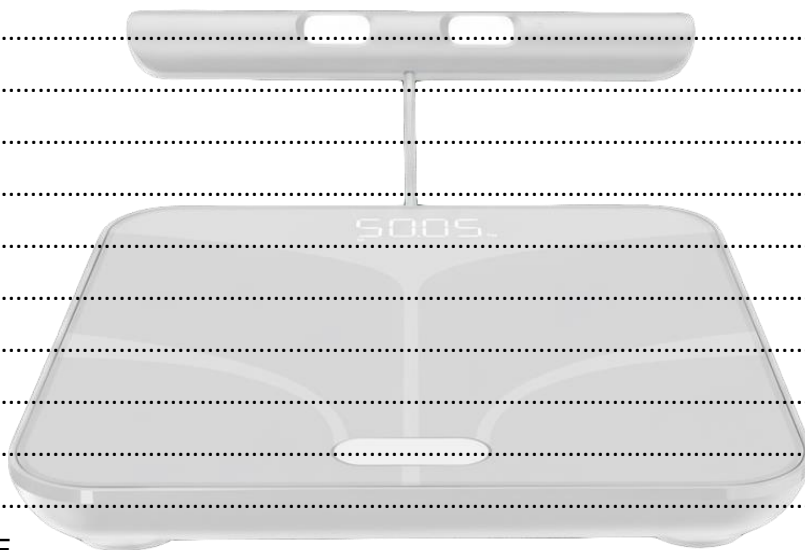




EN – USER MANUAL	2
CZ – UŽIVATELSKÝ MANUÁL.....	4
SK – NÁVOD NA POUŽITIE	7
PL – INSTRUKCJA OBSŁUGI.....	9
DE – BENUTZERHANDBUCH	11
FR – MANUEL D'UTILISATION	13
IT – MANUALE D'USO	15
NL –GEBRUIKERSHANDLEIDING	17
ES – MANUAL DE USUARIO.....	19
PT – MANUAL DO UTILIZADOR.....	21
HU – HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ	23
HR – UPUTSTVO ZA UPORABU	25
SI – UPORABNIŠKI PRIROČNIK	27
RS – UPUTSTVO ZA UPOTREBU	29
RO – MANUAL DE UTILIZARE	31
BG – РЪКОВОДСТВО ЗА ПОЛЗВАНЕ	33
UA – ІНСТРУКЦІЯ КОРИСТУВАЧА.....	35
DK – BRUGERMANUAL	37
FI – KÄYTTÖOHJE.....	39
SE – ANVÄNDARMANUAL.....	41
GR – ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ.....	43
LT – NAUDOJIMO INSTRUKCIJA.....	45
LV – LIETOŠANAS ROKASGRĀMATA.....	47
EE – KASUTAJAKÄSITLUS	49
TR – KULLANIM KILAVUZU.....	50

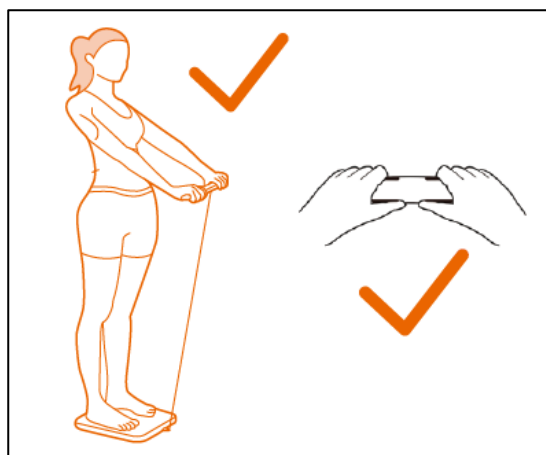




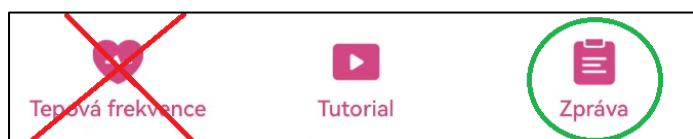
A



B



C



Fitdays App

EN – USER MANUAL

Package Contents: Smart scale + measuring handle, user manual

Technical Specifications: dimensions: 333 x 305 x 33 mm; maximum capacity: 180 kg (max. 400 lb); power supply: 4x AA batteries (not included); measurement method: BIA (Bioelectrical Impedance Analysis) using 8 electrodes; app: Fitdays

Device Description:

1. Thumb electrode on the handle, 2. Measuring handle, 3. LED display, 4. Tempered glass surface, 5. Stainless steel plate, 6. Handle electrode for four fingers, 7. Scale feet, 8. Bottom plastic base, 9. Battery compartment cover (reset hole inside)

Getting Started:

- **Battery Installation:** Insert 4xAA batteries into the scale and place the scale on a hard and level surface.
- **Downloading and Installing the App:** Scan the QR code or search for the "Fitdays" app in the App Store / Google Play. Download and install the app.
- **Registration and Account Setup:** Open the Fitdays app and register. Fill in personal details and confirm.

Note: Incorrectly entered data (gender, age, height, etc.) can affect the accuracy of results. **Athlete Mode:** Active athletes (more than 10 hours of intense training per week) should turn on "Athlete Mode" in their profile for a more accurate calculation of muscle mass.

- **Turning on Bluetooth:** Turn on Bluetooth on your phone.
- **iOS:** Allow the app access to Bluetooth.
- **Android:** Turn on Bluetooth, GPS and allow access to location.
- **Activating the Scale:** Lightly tap the scale with your foot to activate it. Wait until "0.0 kg" is displayed.
- **Pairing the Device:** Go to the app: Account -> Device -> Add Device + -> select **WG BodyExpert**.
- **Unit Switching and Reset:** Gently insert a thin object (e.g., a paperclip) into the reset hole (inside the battery compartment) and press briefly to switch units (kg/lb). Long-press for about 6 seconds; when "CLr" appears on the display, the product has been reset and you can restart the measurement.

Measurement:

- Place the scale on a hard and level surface (e.g., tiles, laminate flooring, Figure A).
- Activate the scale by lightly tapping it with your foot. Wait until the display shows "0.0" (kg/lb).
- Step on the scale barefoot – feet must be in full contact with the electrodes.
- Grasp the measuring handle with both hands.
- Place your thumbs on the front electrodes on the top side of the handle.
- Place the tips of your other four fingers on the back electrodes of the handle.
- Extend your arms in front of you pointing downwards so they form an angle of approximately 45° with your body and do not touch your hips (Figure B).
- Stand upright during the measurement with your legs slightly apart and ensure your thighs do not touch. If necessary, separate them with thin clothing or a sheet of paper to avoid distorting the results.
- Stay still during the measurement and do not move your arms or body. The measurement progress is visible in the app.
- To obtain accurate results, remain standing on the scale and wait until the measurement is completed.
- **Important:** When measuring in socks or shoes, the scale will only measure weight.
- **User Selection:** If the scale is used by multiple people, select your profile in the app before measuring. If the scale detects a significant difference from the previous record, it will alert you to check the account to avoid data confusion. Without a selected profile, the device may only display total weight.
- **Baby Mode:** Allows you to weigh a baby, child or small animal. **Activation:** In the app by tapping "+" in the top right corner and selecting "Baby Mode". **Procedure:** The parent first stands on the scale alone, then picks up the child – the scale automatically calculates the child's weight as the difference.

Offline Weighing:

The first connection with the app is necessary for the scale to function correctly. This activates your profile and body fat measurement; you do not need to have the app running for subsequent weighings.

- **2 kg Rule:** Offline measurements are saved to your profile only if your current weight does not differ from the last one by more than 2 kg. This is protection against user confusion.
- **Automatic Synchronization:** All data measured without a phone will be automatically added to the app during the next connection.

Special Feature: Voice Assistant

The scale supports a voice assistant function that guides you through the measurement process with voice instructions. The feature is available in the following languages: English, Polish, Italian, French, Chinese, and Vietnamese. Settings in the app: Account → Device → Voice Assistant (on/off) Below, you can select the assistant language.

The scale measures the following data:

- **Basic Data:** Weight, BMI (Body Mass Index), Ideal Body Weight, Obesity Level
- **Body Composition:** Fat Mass, Muscle Mass, Body Water, Bone Mass, Subcutaneous Fat, Fat-free Body Weight, Protein Mass
- **Metabolic Indicators:** BMR (Basal Metabolic Rate), Visceral Fat, Body Age, Body Type

Measurement Results:

- After completing the measurement, basic results are displayed on the app's home screen. A detailed and accurate evaluation of individual parameters is available in the "Report" section (Figure C).

**A video tutorial with the correct procedure for using the scale is also available. The video is in English, the text description follows the currently selected app language.*

*** Heart rate measurement is not available for this model.*

Account Settings:

- In the Account -> Settings section, it is possible to adjust the basic parameters of the app. You can change the app theme (color interface), language, units of measurement, set personal goals and connect the app with Apple Health or Fitbit for data synchronization. This section also includes the option to activate a regular weighing reminder.

Troubleshooting:

1. **Bluetooth failed to connect:** Ensure the scale is on and Bluetooth is active on your phone. Check the phone's operating system version. A Bluetooth icon appears on the scale display after a successful connection. In the app, the status "Connected" appears on the main screen. If it doesn't connect automatically, go to: Account -> Device -> Add Device. Search for the Bluetooth name "WG BodyExpert" and connect manually.
2. **Body analysis is not displayed:** Measurement must be done barefoot. Ensure feet and scale surface are dry. Stand on the scale for about 10 seconds or until the value stops flashing. Leaving early may cause incomplete analysis. Check if the scale is paired with another device.
3. **Incorrect weight displayed:** Place the scale on a hard, level and stable surface. Check that the sensors (feet) on the bottom are clean. If necessary, reset the device using the reset hole located in the battery compartment. Use a thin object (e.g., a paperclip) to press and hold the button for about 6 seconds until "CLr" appears on the display.
4. **Scale won't turn on:** Check battery status and replace if necessary. Observe correct polarity.
5. **Indication symbols:**
 - Lo (Low battery): Batteries are low. Replace all 4xAA batteries.
 - Err (Overload): Scale is overloaded (exceeds 180 kg). Step off immediately.
 - C (Measurement error): Error during measurement (e.g., due to movement). Step off, wait for "0.0" and repeat.

Safety Instructions:

- Do not use if damaged or the glass is cracked. Do not attempt to disassemble or repair. All repairs should be done by an authorized service center.
- **Not for medical diagnosis.** Values are for reference only and do not replace professional medical examination.
- **Do not use if you have a pacemaker or other electronic implants.** The scale uses bioelectrical impedance, which may affect the function of implanted devices.
- Do not exceed 180 kg. Do not step on the edge or jump on the scale.
- Use only on hard, level and stable surfaces. Do not use on carpets.
- Feet and scale must be dry to prevent slipping.
- Measure at the same time of day for comparable results. Do not measure immediately after a bath or sauna.
- Pregnant women should use the weight-only function.
- Not a toy. Keep away from children. Children may use only under adult supervision.
- Use only recommended 4xAA batteries and observe polarity. Do not throw batteries into fire or short-circuit them. Dispose of batteries according to regulations.
- Clean with a slightly damp cloth; do not use aggressive chemicals.

CZ – UŽIVATELSKÝ MANUÁL

Obsah balení: Inteligentní váha + měřicí madlo, uživatelský manuál

Technické údaje: rozměry: 333×305×33mm; maximální nosnost: 180 kg (max.400 lb); napájení: 4× AA baterie (nejsou součástí balení); metoda měření: BIA (Bioelektrická impedanční analýza) s využitím 8 elektrod; aplikace: Fitdays

Popis zařízení:

1.Palcová elektroda na madle, 2.Měřicí madlo, 3.LED displej, 4.Povrch z tvrzeného skla, 5.Nerezová deska, 6.Elektroda na madle pro čtyři prsty, 7.Nožičky váhy, 8.Spodní plastová základna, 9.Kryt bateriového prostoru (uvnitř otvor pro reset)

Uvedení do provozu:

- **Instalace baterií:** Vložte 4xAA baterie do váhy a umístěte váhu na tvrdý a rovný povrch.

- **Stažení a instalace aplikace:** Naskenujte QR kód nebo vyhledejte aplikaci **Fitdays** v App Store / Google Play. Aplikaci stáhněte a nainstalujte.
- **Registrace a nastavení účtu:** Otevřete aplikaci Fitdays a zaregistrujte se. Vyplňte osobní údaje a potvrďte.
- Poznámka: Nesprávně zadané údaje (pohlaví, věk, výška apod.) mohou ovlivnit přesnost výsledků. Aktivní sportovci (více než 10 hod. intenzivního tréninku týdně) by měli v profilu zapnout „Režim sportovce“ (Athlete Mode) pro přesnější výpočet svalové hmoty.
- **Zapnutí Bluetooth:** Zapněte Bluetooth v telefonu.
 - **iOS:** Povolit aplikaci přístup k Bluetooth.
 - **Android:** Zapnout Bluetooth, GPS a povolit přístup k poloze.
- **Aktivace váhy** Lehce poklepejte nohou na váhu pro její aktivaci. Počkejte, dokud se zobrazí „0,0 kg“.
- **Spárování zařízení:** přejděte do aplikace: Účet → Zařízení → Přidat zařízení + → vyberte **WG BodyExpert**.
- **Přepínání jednotek a reset:** Jemně vložte tenký předmět (např. kancelářskou sponku) do resetovacího otvoru (uvnitř přihrádky na baterii) a krátce stiskněte pro přepnutí jednotek (kg/lb). Pro reset stiskněte a podržte přibližně 6 sekund; jakmile se na displeji zobrazí „CLr“, zařízení bylo resetováno a můžete zahájit nové měření

Měření:

- Postavte váhu na tvrdý a rovný povrch (např. dlažba, plovoucí podlaha, obrázek A).
- Váhu aktivujete lehkým poklepáním nohou. Počkejte, dokud se na displeji nezobrazí „0,0“ (kg/lb).
- Postavte se na váhu naboso – chodidla musí být v plném kontaktu s elektrodami.
- Uchopte měřicí madlo oběma rukama.
- Palce položte na přední elektrody na horní straně madla.
- Konečky ostatních čtyř prstů přiložte na zadní elektrody madla.
- Paže natáhněte před sebe směrem dolů tak, aby svíraly s tělem úhel přibližně 45° a nedotýkaly se boků (obrázek B). Při měření stůjte vzpřímeně s nohama mírně od sebe a dbejte na to, aby se stehna nedotýkala. V případě potřeby je oddělte tenkým oděvem nebo listem papíru, aby nedošlo ke zkreslení výsledků měření.
- Během měření zůstaňte v klidu a nehýbejte rukama ani tělem. V aplikaci je vidět průběh měření. Pro získání přesných výsledků zůstaňte stát na váze a vyčkejte, dokud nebude měření dokončeno.
- **Důležité:** Při měření v ponožkách nebo obuvi váha změří pouze hmotnost.
- **Výběr uživatele:** Pokud váhu používá více osob, vyberte před měřením v aplikaci svůj profil. Pokud váha zjistí výrazný rozdíl oproti předchozímu záznamu, upozorní vás na nutnost kontroly účtu, aby nedošlo k záměně dat. Bez zvoleného profilu může zařízení zobrazit pouze celkovou hmotnost.
- **Režim dítě (Baby Mode):** Umožňuje zvážit miminko, dítě nebo malé zvíře. Aktivace: V aplikaci klepnutím na + v pravém horním rohu a zvolením možnosti Režim dítě. Postup: rodič se nejprve postaví na váhu sám, poté vezme dítě do náruče – váha automaticky vypočítá hmotnost dítěte jako rozdíl.

Vážení v offline režimu:

Pro správné fungování váhy je nutné první propojení s aplikací. Tím se aktivuje váš profil a měření tělesného tuku; při dalším vážení již aplikaci spuštěnou mít nemusíte.

- **Pravidlo 2 kg:** Offline měření se k vašemu profilu uloží pouze v případě, že se vaše aktuální váha neliší od té poslední o více než 2 kg. Je to ochrana proti záměně uživatelů.
- **Automatická synchronizace:** Všechna data naměřená bez telefonu se do aplikace doplní automaticky při příštím připojení.

Speciální funkce: Hlasový asistent

Váha podporuje funkci hlasového asistenta, který vás provede procesem měření pomocí hlasových pokynů.

Funkce je dostupná v následujících jazycích: angličtina, polština, italština, francouzština, čínština a vietnamština.

Nastavení v aplikaci: Účet → Zařízení → Hlasový asistent (zapnuto/vypnuto) Nižší můžete zvolit jazyk asistenta.

Váha měří následující údaje:

Základní údaje:

- Hmotnost
- BMI (Body Mass Index)
- Ideální tělesná hmotnost (Ideal Body Weight)
- Míra obezity (Obesity Level)

Tělesné složení:

- Hmotnost tuku (Fat Mass)
- Svalová hmota (Muscle Mass)
- Tělesná voda (Body Water)
- Kostní hmota (Bone Mass)
- Podkožní tuk (Subcutaneous Fat)
- Hmotnost těla bez tuku (Fat-free Body Weight)
- Bílkoviny (Protein Mass)

Metabolické ukazatele:

- Bazální metabolismus (BMR)
- Viscerální tuk (útrobní tuk)
- Metabolický věk (Body Age)
- Tělesný typ (Body Type)

Výsledky měření:

Po dokončení měření se základní výsledky zobrazí na úvodní obrazovce aplikace. Podrobné a přesné vyhodnocení jednotlivých parametrů je k dispozici v sekci „Zpráva“ (obrázek C).

** K dispozici je rovněž video tutoriál se správným postupem používání váhy. Video je v anglickém jazyce, textový popis je dle aktuálně zvoleného jazyka aplikace.*

***Měření tepové frekvence není u tohoto modelu dostupné.*

Nastavení účtu:

V sekci Účet → Nastavení je možné upravit základní parametry aplikace. Lze zde změnit motiv aplikace (barevné rozhraní), jazyk, jednotky měření, nastavit osobní cíle a propojit aplikaci s Apple Health nebo Fitbit pro synchronizaci naměřených dat. Součástí této sekce je také možnost aktivovat připomínku pravidelného vážení.

Řešení problémů:

1. Bluetooth se nepodařilo připojit

Ujistěte se, že je váha zapnutá a že máte v telefonu aktivované Bluetooth. Zkontrolujte také verzi operačního systému telefonu. Po úspěšném připojení se na displeji váhy zobrazí ikona Bluetooth. V aplikaci se na hlavní obrazovce objeví stav „Připojeno“, který potvrzuje spojení mezi váhou a telefonem.

Pokud se váha nepřipojí automaticky, otevřete aplikaci a zvolte:

Účet → Zařízení → Přidat zařízení.

V seznamu zařízení vyhledejte Bluetooth název váhy **WG BodyExpert** a připojte ji ručně.

2. Tělesná analýza se nezobrazuje

Měření musí být provedeno naboso. Ujistěte se, že jsou chodidla i povrch váhy suché.

Zůstaňte stát na váze přibližně 10 sekund nebo dokud hodnota na displeji nepřestane blikat. Předčasné sestoupení může způsobit nedokončení analýzy. Zkontrolujte také, zda není váha spárována s jiným zařízením.

3. Zobrazuje se nesprávná hmotnost

Umístěte váhu na tvrdý, rovný a stabilní povrch. Zkontrolujte spodní senzory (nožičky) na spodní straně váhy – musí být čisté a bez nečistot. V případě potřeby resetujte zařízení pomocí resetovacího otvoru. Resetovací otvor se nachází v prostoru baterií. Pomocí tenkého předmětu (např. kancelářské sponky) stiskněte a podržte tlačítko přibližně 6 sekund, dokud se na displeji nezobrazí „CLr“.

4. Váha se nezapne

Zkontrolujte stav baterií a v případě potřeby je vyměňte za nové. Dbejte na správnou polaritu při jejich vkládání.

5. Indikační symboly na displeji:

- Lo (Low battery): Baterie jsou vybité. Vyměňte všechny 4 × AA baterie za nové a dbejte na správnou polaritu.
- Err (Overload): Váha je přetížena (hmotnost přesahuje 180 kg). Ihned z váhy sestupte, aby nedošlo k trvalému poškození senzorů.
- C (Measurement error): Během měření došlo k chybě (např. vlivem pohybu nebo předčasného sestoupení). Sestupte z váhy, počkejte na zobrazení „0.0“ a celý proces měření zopakujte.

Bezpečnostní pokyny:

- Zařízení nepoužívejte, pokud je poškozené nebo má prasklé sklo. Nepokoušejte se zařízení rozebírat ani svépomocí opravovat. Veškeré opravy svěřte autorizovanému servisu.

- Váha není určena k lékařské diagnostice. Naměřené hodnoty jsou pouze orientační a nenahrazují odborné lékařské vyšetření.
- Zařízení nesmí používat osoby s kardiostimulátorem nebo jinými elektronickými implantáty. Váha využívá metodu bioelektrické impedance, při které prochází tělem slabý elektrický proud, jenž může ovlivnit funkci implantovaného zařízení.
- Nepřekračujte maximální nosnost 180 kg. Nestoupejte na okraj váhy ani na ni neskákejte – hrozí poškození zařízení nebo úraz.
- Váhu používejte pouze na tvrdém, rovném a stabilním povrchu. Nepoužívejte ji na kobercích ani měkkých podkladech. Před měřením musí být povrch váhy i vaše chodidla suchá, aby se předešlo uklouznutí a zkreslení výsledků.
- Pro dosažení co nejpřesnějších a porovnatelných výsledků provádějte měření vždy ve stejnou denní dobu a za stejných podmínek.
- Měření neprovádějte bezprostředně po koupeli či sauně, i když jsou chodidla suchá (hydratace kůže dočasně mění její vodivost).
- Těhotným ženám doporučujeme využívat pouze funkci vážení hmotnosti, výsledky tělesné analýzy mohou být v tomto období nepřesné.
- Tento výrobek není hračka. Uchovávejte zařízení a obalový materiál mimo dosah dětí. Děti mohou výrobek používat pouze pod dohledem dospělé osoby.
- Zařízení je napájeno 4x AA bateriemi. Při vkládání dbejte na správnou polaritu (+/-). Používejte pouze doporučený typ baterií. Baterie nevhazujte do ohně, nezkratujte je ani nenabíjejte (pokud nejsou určeny k nabíjení). Vybité baterie zlikvidujte v souladu s platnými předpisy.
- Čistěte lehce navlhčeným hadříkem, nepoužívejte agresivní chemikálie ani neponořujte do vody.

SK – NÁVOD NA POUŽITIE

Obsah balenia: Inteligentná váha + meracia rukoväť, používateľská príručka

Technické špecifikácie: rozmery: 333 x 305 x 33 mm; maximálna nosnosť: 180 kg (max. 400 lb); napájanie: 4x AA batérie (nie sú súčasťou balenia); metóda merania: BIA (bioelektrická impedančná analýza) pomocou 8 elektród; aplikácia: Fitdays

Popis zariadenia:

1. Elektróda pre palec na rukoväti, 2. Meracia rukoväť, 3. LED displej, 4. Povrch z tvrdeného skla, 5. Nerezová doska, 6. Elektróda na rukoväti pre štyri prsty, 7. Nôžky váhy, 8. Spodná plastová základňa, 9. Kryt priestoru pre batérie (vo vnútri resetovací otvor)

Začíname:

- **Inštalácia batérií:** Vložte 4x AA batérie do váhy a umiestnite ju na tvrdý a rovný povrch.
- **Stiahnutie a inštalácia aplikácie:** Naskenujte QR kód alebo vyhľadajte aplikáciu „Fitdays“ v App Store / Google Play. Stiahnite a nainštalujte aplikáciu.
- **Registrácia a nastavenie účtu:** Otvorte aplikáciu Fitdays a zaregistrujte sa. Vyplňte osobné údaje a potvrdte. Poznámka: Nesprávne zadané údaje (pohlavie, vek, výška atď.) môžu ovplyvniť presnosť výsledkov. Režim športovca: Aktívni športovci (viac ako 10 hodín intenzívneho tréningu týždenne) by mali zapnúť „Athlete Mode“ vo svojom profile pre presnejší výpočet svalovej hmoty.
- **Zapnutie Bluetooth:** Zapnite Bluetooth vo vašom telefóne.
- **iOS:** Povoľte aplikácii prístup k Bluetooth.
- **Android:** Zapnite Bluetooth, GPS a povoľte prístup k polohe.
- **Aktivácia váhy:** Jemne ťuknite nohou na váhu, aby sa aktivovala. Počkajte, kým sa zobrazí „0.0 kg“.
- **Párovanie zariadenia:** Prejdite do aplikácie: Account -> Device -> Add Device + -> vyberte WG BodyExpert.
- **Prepínanie jednotiek a reset:** Jemne vložte tenký predmet (napr. kancelársku sponku) do resetovacieho otvoru (vo vnútri priestoru na batériu) a krátko stlačte pre prepnutie jednotiek (kg/lb). Pre reset stlačte a podržte približne 6 sekúnd; keď sa na displeji zobrazí „CLR“, zariadenie bolo resetované a môžete začať nové meranie

Meranie:

- Umiestnite váhu na tvrdý a rovný povrch (napr. dlažba, laminátová podlaha, obrázok A).
- Aktivujte váhu jemným ťuknutím nohou. Počkajte, kým sa na displeji zobrazí „0.0“ (kg/lb).
- Postavte sa na váhu naboso – chodidlá musia byť v plnom kontakte s elektródami.
- Uchopte meraciu rukoväť oboma rukami.
- Položte palce na predné elektródy na hornej strane rukoväti.
- Špičky ostatných štyroch prstov položte na zadné elektródy rukoväti.
- Natiahnite ruky pred seba smerom nadol tak, aby zvierali s telom uhol približne 45° a nedotýkali sa bokov (obrázok B).
- Počas merania stojte vzpriamene s nohami mierne od seba a dbajte na to, aby sa stehná nedotýkali. V prípade

potreby ich oddel'te tenkým oblečením alebo papierom, aby nedošlo k skresleniu výsledkov.

- Počas merania zostaňte v pokoji a nehýbte rukami ani telom. Priebeh merania je viditeľný v aplikácii.
- Pre získanie presných výsledkov zostaňte stáť na váhe a počkajte na dokončenie merania.
- Dôležité: Pri meraní v ponožkách alebo topánkach váha meria iba hmotnosť.
- **Výber používateľa:** Ak váhu používa viac osôb, pred meraním vyberte svoj profil v aplikácii. Ak váha zaznamená výrazný rozdiel oproti predchádzajúcemu záznamu, upozorní vás na kontrolu účtu, aby sa predišlo zámene údajov. Bez zvoleného profilu môže zariadenie zobrazovať iba celkovú hmotnosť.
- **Režim Baby:** Umožňuje váženie bábätká, dieťaťa alebo malého zvieräťa. Aktivácia: v aplikácii kliknutím na „+“ v pravom hornom rohu a výberom „Baby Mode“. Postup: rodič sa najprv odváži sám, potom vezme dieťa do náručia – váha automaticky vypočíta hmotnosť dieťaťa ako rozdiel.

Offline váženie:

Prvé pripojenie k aplikácii je potrebné pre správne fungovanie váhy. Aktivuje váš profil a meranie telesného tuku; pri ďalších váženíach už aplikácia nemusí byť spustená.

- **Pravidlo 2 kg:** Offline merania sa uložia do vášho profilu len vtedy, ak sa aktuálna hmotnosť nelíši od poslednej o viac ako 2 kg. Ide o ochranu proti zámene používateľov.
- **Automatická synchronizácia:** Všetky údaje namerané bez telefónu sa automaticky pridávajú do aplikácie pri najbližšom pripojení.

Špeciálna funkcia: Hlasový asistent

Váha podporuje funkciu hlasového asistenta, ktorý vás prevedie procesom merania pomocou hlasových pokynov. Funkcia je dostupná v nasledujúcich jazykoch: angličtina, poľština, taliančina, francúzština, čínština a vietnamčina. Nastavenia v aplikácii: Účet → Zariadenie → Hlasový asistent (zapnuté/vypnuté) Nižšie môžete zvoliť jazyk asistenta.

Váha meria nasledujúce údaje:

- **Základné údaje:** hmotnosť, BMI (index telesnej hmotnosti), ideálna telesná hmotnosť, úroveň obezity
- **Zloženie tela:** tuková hmota, svalová hmota, telesná voda, kostná hmota, podkožný tuk, beztuková telesná hmotnosť, bielkovinová hmota
- **Metabolické ukazovatele:** BMR (bazálny metabolizmus), viscerálny tuk, telesný vek, typ postavy

Výsledky merania:

Po dokončení merania sa základné výsledky zobrazia na hlavnej obrazovke aplikácie. Podrobné a presné vyhodnotenie jednotlivých parametrov je dostupné v sekcii „Report“ (obrázok C).

**K dispozícii je aj videonávod so správnym postupom používania váhy. Video je v angličtine, textový popis sa riadi aktuálne zvoleným jazykom aplikácie.*

*** Meranie srdcovej frekvencie nie je pre tento model dostupné.*

Nastavenie účtu:

V sekcii Účet -> Nastavenia je možné upraviť základné parametre aplikácie. Môžete zmeniť tému aplikácie (farebné rozhranie), jazyk, jednotky merania, nastaviť osobné ciele a prepojiť aplikáciu s Apple Health alebo Fitbit pre synchronizáciu údajov. Táto sekcia obsahuje aj možnosť aktivácie pravidelného pripomenutia váženia.

Riešenie problémov:

1. **Bluetooth sa nepodarilo pripojiť:** Uistite sa, že váha je zapnutá a Bluetooth je aktívny vo vašom telefóne. Skontrolujte verziu operačného systému telefónu. Po úspešnom pripojení sa na displeji váhy zobrazí ikona Bluetooth. V aplikácii sa na hlavnej obrazovke zobrazí stav „Connected“. Ak sa nepripojí automaticky, prejdite do: Account -> Device -> Add Device. Vyhľadajte názov Bluetooth „WG BodyExpert“ a pripojte sa manuálne.
2. **Nezobrazuje sa analýza tela:** Meranie musí byť vykonané naboso. Uistite sa, že chodidlá aj povrch váhy sú suché. Stojte na váhe približne 10 sekúnd alebo kým hodnota neprestane blikať. Predčasné zosadenie môže spôsobiť neúplnú analýzu. Skontrolujte, či váha nie je spárovaná s iným zariadením.
3. **Nesprávne zobrazená hmotnosť:** Umiestnite váhu na tvrdý, rovný a stabilný povrch. Skontrolujte, či sú senzory (nožičky) na spodnej strane čisté. V prípade potreby resetujte zariadenie pomocou resetovacieho otvoru v priestore pre batérie. Pomocou tenkého predmetu (napr. kancelárskej sponky) stlačte a podržte tlačidlo približne 6 sekúnd, kým sa na displeji nezobrazí „CLR“.
4. **Váha sa nezapne:** Skontrolujte stav batérií a v prípade potreby ich vymeňte. Dodržte správnu polaritu.
5. **Indikačné symboly:**
 - Lo (nízka batéria): Batérie sú slabé. Vymeňte všetky 4x AA batérie.
 - Err (preťaženie): Váha je preťažená (prekročených 180 kg). Okamžite zostúpte.
 - C (chyba merania): Chyba počas merania (napr. v dôsledku pohybu). Zostúpte, počkajte na „0.0“ a zopakujte meranie.

Bezpieczeństné pokyny:

- Niepoužívajte zariadenie, ak je poškodené alebo ak je sklo prasknuté. Nepokúšajte sa o demontáž ani opravu. Všetky opravy musí vykonávať autorizované servisné stredisko.
- Nie je určené na medicínsku diagnostiku. Hodnoty sú iba orientačné a nenahrádzajú odborné lekárske vyšetrenie.
- Niepoužívajte, ak máte kardiostimulátor alebo iné elektronické implantáty. Váha využíva bioelektrickú impedanciu, ktorá môže ovplyvniť funkciu implantovaných zariadení.
- Neprekračujte hmotnosť 180 kg. Nestúpajte na okraj ani neskáčte na váhu.
- Používajte iba na tvrdom, rovnom a stabilnom povrchu. Niepoužívajte na kobercoch.
- Chodidlá aj váha musia byť suché, aby sa zabránilo pošmyknutiu.
- Merajte sa vždy v rovnakom čase dňa pre porovnateľné výsledky. Nemerajte sa bezprostredne po kúpeli alebo saune.
- Tehotné ženy by mali používať iba funkciu merania hmotnosti.
- Nie je to hračka. Uchovávajte mimo dosahu detí. Deti môžu zariadenie používať len pod dohľadom dospelých osôb.
- Používajte iba odporúčané 4x AA batérie a dodržujte polaritu. Batérie nehádzte do ohňa ani ich neskratujte. Likvidujte ich v súlade s predpismi.
- Čistite mierne navlhčenou handričkou; nepoužívajte agresívne chemikálie.

PL – INSTRUKCJA OBSŁUGI

Zawartość opakowania: Inteligentna waga + uchwyt pomiarowy, instrukcja obsługi

Specyfikacja techniczna: wymiary: 333 x 305 x 33 mm; maksymalne obciążenie: 180 kg (max. 400 lb); zasilanie: 4 x baterie AA (brak w zestawie); metoda pomiaru: BIA (analiza impedancji bioelektrycznej) z użyciem 8 elektrod; aplikacja: Fitdays

Opis urządzenia:

1. Elektroda na kciuk na uchwycie, 2. Uchwyt pomiarowy, 3. Wyświetlacz LED, 4. Powierzchnia ze szkła hartowanego, 5. Płyta ze stali nierdzewnej, 6. Elektroda na uchwycie dla czterech palców, 7. Nóżki wagi, 8. Dolna podstawa z tworzywa sztucznego, 9. Pokrywa komory baterii (wewnątrz otwór resetowania)

Pierwsze kroki:

- **Instalacja baterii:** Włóż 4 baterie AA do wagi i ustaw ją na twardej, równej powierzchni.
- **Pobieranie i instalacja aplikacji:** Zeskanuj kod QR lub wyszukaj aplikację „Fitdays” w App Store / Google Play. Pobierz i zainstaluj aplikację.
- **Rejestracja i konfiguracja konta:** Otwórz aplikację Fitdays i zarejestruj się. Wprowadź dane osobowe i zatwierdź.
Uwaga: Nieprawidłowo wprowadzone dane (płeć, wiek, wzrost itp.) mogą wpłynąć na dokładność wyników. Tryb sportowca: aktywni sportowcy (ponad 10 godzin intensywnego treningu tygodniowo) powinni włączyć „Athlete Mode” w swoim profilu, aby uzyskać dokładniejsze obliczenia masy mięśniowej.
- **Włączenie Bluetooth:** Włącz Bluetooth w telefonie.
 - **iOS:** Zezwól aplikacji na dostęp do Bluetooth.
 - **Android:** Włącz Bluetooth i GPS oraz zezwól na dostęp do lokalizacji.
- **Aktywacja wagi:** Lekko stuknij wagę stopą, aby ją aktywować. Poczekaj, aż pojawi się „0.0 kg”.
- **Parowanie urządzenia:** Przejdź w aplikacji do: Account -> Device -> Add Device + -> wybierz WG BodyExpert.
- **Przełączanie jednostek i reset:** Delikatnie włóż cienki przedmiot (np. spinacz biurowy) do otworu resetowania (wewnątrz komory baterii) i krótko naciśnij, aby przełączyć jednostki (kg/lb). Aby zresetować urządzenie, naciśnij i przytrzymaj przez około 6 sekund; gdy na wyświetlaczu pojawi się „CLr”, urządzenie zostało zresetowane i można rozpocząć nowe pomiary.

Pomiar:

- Ustaw wagę na twardej i równej powierzchni (np. płytki, podłoga laminowana, rysunek A).
- Aktywuj wagę lekkim stuknięciem stopą. Poczekaj, aż wyświetlacz pokaże „0.0” (kg/lb).
- Stań na wadze boso – stopy muszą mieć pełny kontakt z elektrodami.
- Chwyć uchwyt pomiarowy obiema rękami.
- Umieść kciuki na przednich elektrodach na górnej stronie uchwytu.
- Końcówki pozostałych czterech palców umieść na tylnych elektrodach uchwytu.
- Wyciągnij ręce przed siebie, lekko w dół tak, aby tworzyły z ciałem kąt około 45° i nie dotykały bioder (rysunek B).
- Podczas pomiaru stój prosto z nogami lekko rozstawionymi i upewnij się, że uda nie stykają się. W razie potrzeby oddziel je cienką warstwą odzieży lub kartką papieru, aby uniknąć zafałszowania wyników.
- Pozostań nieruchomo podczas pomiaru i nie poruszaj rękami ani ciałem. Postęp pomiaru jest widoczny w aplikacji.
- Aby uzyskać dokładne wyniki, pozostań na wadze do zakończenia pomiaru.
- Ważne: Przy pomiarze w skarpetkach lub butach waga mierzy tylko masę ciała.
- **Wybór użytkownika:** Jeśli waga jest używana przez więcej osób, wybierz swój profil w aplikacji przed pomiarem.

Jeśli waga wykryje znaczącą różnicę względem poprzedniego wyniku, poprosi o sprawdzenie konta, aby uniknąć pomyłek danych. Bez wybranego profilu urządzenie może wyświetlać tylko masę ciała.

• **Tryb Baby:** Umożliwia ważenie niemowlęcia, dziecka lub małego zwierzęcia. Aktywacja: w aplikacji poprzez kliknięcie „+” w prawym górnym rogu i wybór „Baby Mode”. Procedura: rodzic najpierw waży się sam, następnie bierze dziecko na ręce – waga automatycznie oblicza masę dziecka jako różnicę.

Ważenie offline:

Pierwsze połączenie z aplikacją jest konieczne do prawidłowego działania wagi. Aktywuje profil oraz pomiar tkanki tłuszczowej; przy kolejnych ważeniach aplikacja nie musi być uruchomiona.

• **Zasada 2 kg:** Pomiary offline są zapisywane w profilu tylko wtedy, gdy aktualna masa nie różni się od poprzedniej o więcej niż 2 kg. Jest to zabezpieczenie przed pomyłką użytkowników.

• **Automatyczna synchronizacja:** Wszystkie dane zmierzone bez telefonu zostaną automatycznie dodane do aplikacji przy następnym połączeniu.

Funkcja specjalna: Asystent głosowy

Waga obsługuje funkcję asystenta głosowego, który prowadzi użytkownika przez proces pomiaru za pomocą komunikatów głosowych. Funkcja jest dostępna w następujących językach: polski, angielski, włoski, francuski, chiński i wietnamski.

Ustawienia w aplikacji: Konto → Urządzenie → Asystent głosowy (wł./wył.) Poniżej możesz wybrać język asystenta.

Waga mierzy następujące dane:

- **Dane podstawowe:** masa ciała, BMI (wskaźnik masy ciała), idealna masa ciała, poziom otyłości
- **Skład ciała:** masa tłuszczowa, masa mięśniowa, zawartość wody w organizmie, masa kostna, tłuszcz podskórny, beztłuszczowa masa ciała, masa białka
- **Wskaźniki metaboliczne:** BMR (podstawowa przemiana materii), tłuszcz trzewny, wiek metaboliczny, typ sylwetki

Wyniki pomiaru:

Po zakończeniu pomiaru podstawowe wyniki są wyświetlane na ekranie głównym aplikacji. Szczegółowa i dokładna analiza poszczególnych parametrów dostępna jest w zakładce „Report” (rysunek C).

***Dostępne jest również wideo pokazujące prawidłowy sposób korzystania z wagi. Wideo jest w języku angielskim, a opis tekstowy zależy od aktualnie wybranego języka aplikacji.*

***Pomiar tętna nie jest dostępny w tym modelu.*

Ustawienia konta:

W sekcji Konto -> Ustawienia - można dostosować podstawowe parametry aplikacji. Możesz zmienić motyw aplikacji (interfejs kolorystyczny), język, jednostki miary, ustawić cele osobiste oraz połączyć aplikację z Apple Health lub Fitbit w celu synchronizacji danych. Sekcja ta zawiera również opcję włączenia przypomnienia o regularnym ważeniu.

Rozwiązywanie problemów:

1. **Nie można połączyć Bluetooth:** Upewnij się, że waga jest włączona, a Bluetooth aktywny w telefonie. Sprawdź wersję systemu operacyjnego telefonu. Po udanym połączeniu na wyświetlaczu wagi pojawi się ikona Bluetooth. W aplikacji na ekranie głównym pojawi się status „Connected”. Jeśli urządzenie nie połączy się automatycznie, przejdź do: Account -> Device -> Add Device. Wyszukaj nazwę Bluetooth „WG BodyExpert” i połącz ręcznie.
2. **Brak analizy ciała:** Pomiar musi być wykonany bosymi stopami. Upewnij się, że stopy i powierzchnia wagi są suche. Stań na wadze przez około 10 sekund lub do momentu, aż wartość przestanie migać. Zbyt wczesne zejście może spowodować niepełną analizę. Sprawdź, czy waga nie jest sparowana z innym urządzeniem.
3. **Nieprawidłowa masa:** Ustaw wagę na twardej, równej i stabilnej powierzchni. Sprawdź, czy czujniki (nóżki) na spodzie są czyste. W razie potrzeby zresetuj urządzenie za pomocą otworu resetowania w komorze baterii. Za pomocą cienkiego przedmiotu (np. spinacza biurowego) naciśnij i przytrzymaj przycisk przez około 6 sekund, aż na wyświetlaczu pojawi się „CLr”.
4. **Waga się nie włącza:** Sprawdź stan baterii i w razie potrzeby je wymień. Zwróć uwagę na prawidłową polaryzację.
5. **Symbole wskazań:**
 - Lo (niski poziom baterii): baterie są rozładowane. Wymień wszystkie 4 baterie AA.
 - Err (przeciążenie): waga jest przeciążona (przekroczono 180 kg). Natychmiast zejźdź z wagi.
 - C (błąd pomiaru): błąd podczas pomiaru (np. z powodu ruchu). Zejźdź z wagi, poczekaj na „0.0” i powtórz pomiar.

Instrukcje bezpieczeństwa:

- Nie używaj urządzenia, jeśli jest uszkodzone lub szkło jest pęknięte. Nie próbuj demontować ani naprawiać. Wszelkie naprawy powinny być wykonywane przez autoryzowany serwis.
- Nie jest przeznaczone do diagnostyki medycznej. Wartości mają charakter orientacyjny i nie zastępują profesjonalnego badania lekarskiego.
- Nie używaj, jeśli masz rozrusznik serca lub inne implanty elektroniczne. Waga wykorzystuje impedancję bioelektryczną, która może wpływać na działanie implantów.
- Nie przekraczaj 180 kg. Nie stawaj na krawędzi ani nie skacz na wadze.
- Używaj wyłącznie na twardej, równej i stabilnej powierzchni. Nie używaj na dywanach.
- Stopy i waga muszą być suche, aby zapobiec poślizgnięciu.
- Waż się o tej samej porze dnia, aby uzyskać porównywalne wyniki. Nie waż się bezpośrednio po kąpieli lub saunie.
- Kobiety w ciąży powinny korzystać wyłącznie z funkcji ważenia.
- To nie jest zabawka. Przechowuj poza zasięgiem dzieci. Dzieci mogą używać urządzenia tylko pod nadzorem dorosłych.
- Używaj wyłącznie zalecanych baterii 4xAA i przestrzegaj polaryzacji. Nie wrzucaj baterii do ognia ani nie doprowadzaj do zwarcia. Utylizuj baterie zgodnie z przepisami.
- Czyść lekko wilgotną ściereczką; nie używaj agresywnych środków chemicznych.

DE – BENUTZERHANDBUCH

Lieferumfang: Intelligente Waage + Messgriff, Benutzerhandbuch

Technische Spezifikationen: Abmessungen: 333 x 305 x 33 mm; maximale Tragfähigkeit: 180 kg (max. 400 lb); Stromversorgung: 4x AA-Batterien (nicht im Lieferumfang enthalten); Messmethode: BIA (bioelektrische Impedanzanalyse) mit 8 Elektroden; App: Fitdays

Gerätebeschreibung:

1. Daumenelektrode am Griff, 2. Messgriff, 3. LED-Display, 4. Oberfläche aus gehärtetem Glas, 5. Edelstahlplatte, 6. Griffelektrode für vier Finger, 7. Waagenfüße, 8. Untere Kunststoffbasis, 9. Batteriefachabdeckung (Reset-Öffnung innen)

Erste Schritte:

- **Einlegen der Batterien:** Legen Sie 4x AA-Batterien in die Waage ein und stellen Sie die Waage auf eine harte und ebene Oberfläche.
- **Herunterladen und Installieren der App:** Scannen Sie den QR-Code oder suchen Sie die App „Fitdays“ im App Store / Google Play. Laden Sie die App herunter und installieren Sie sie.
- **Registrierung und Kontoeinrichtung:** Öffnen Sie die Fitdays-App und registrieren Sie sich. Geben Sie Ihre persönlichen Daten ein und bestätigen Sie diese.
Hinweis: Falsch eingegebene Daten (Geschlecht, Alter, Größe usw.) können die Genauigkeit der Ergebnisse beeinflussen. Sportlermodus: Aktive Sportler (mehr als 10 Stunden intensives Training pro Woche) sollten den „Athlete Mode“ in ihrem Profil aktivieren, um eine genauere Berechnung der Muskelmasse zu erhalten.
- **Bluetooth einschalten:** Aktivieren Sie Bluetooth auf Ihrem Telefon.
- **iOS:** Erteilen Sie der App Zugriff auf Bluetooth.
- **Android:** Aktivieren Sie Bluetooth, GPS und erlauben Sie den Zugriff auf den Standort.
- **Aktivierung der Waage:** Tippen Sie leicht mit dem Fuß auf die Waage, um sie zu aktivieren. Warten Sie, bis „0.0 kg“ angezeigt wird.
- **Gerät koppeln:** Gehen Sie in der App zu: Account -> Device -> Add Device + -> wählen Sie WG BodyExpert.
- **Einheitenwechsel und Reset:** Führen Sie vorsichtig einen dünnen Gegenstand (z. B. eine Büroklammer) in die Reset-Öffnung (im Batteriefach) ein und drücken Sie kurz, um die Einheiten (kg/lb) zu wechseln. Zum Zurücksetzen drücken und halten Sie etwa 6 Sekunden; sobald „CLr“ auf dem Display erscheint, wurde das Gerät zurückgesetzt und Sie können eine neue Messung starten

Messung:

- Stellen Sie die Waage auf eine harte und ebene Oberfläche (z. B. Fliesen, Laminatboden, Abbildung A).
- Aktivieren Sie die Waage durch leichtes Antippen mit dem Fuß. Warten Sie, bis das Display „0.0“ (kg/lb) anzeigt.
- Stellen Sie sich barfuß auf die Waage – die Füße müssen vollständigen Kontakt mit den Elektroden haben.
- Greifen Sie den Messgriff mit beiden Händen.
- Platzieren Sie Ihre Daumen auf den vorderen Elektroden an der Oberseite des Griffs.
- Platzieren Sie die Spitzen Ihrer übrigen vier Finger auf den hinteren Elektroden des Griffs.
- Strecken Sie Ihre Arme nach vorne unten aus, sodass sie mit dem Körper einen Winkel von etwa 45° bilden und nicht die Hüften berühren (Abbildung B).
- Stehen Sie während der Messung aufrecht mit leicht gespreizten Beinen und achten Sie darauf, dass sich die Oberschenkel nicht berühren. Falls nötig, trennen Sie diese mit dünner Kleidung oder einem Blatt Papier, um Messverfälschungen zu vermeiden.
- Bleiben Sie während der Messung ruhig und bewegen Sie weder Arme noch Körper. Der Messfortschritt ist in der App sichtbar.

- Für genaue Ergebnisse bleiben Sie auf der Waage stehen, bis die Messung abgeschlossen ist.
- Wichtig: Bei Messung mit Socken oder Schuhen misst die Waage nur das Gewicht.
- **Benutzerauswahl:** Wenn die Waage von mehreren Personen verwendet wird, wählen Sie vor der Messung Ihr Profil in der App aus. Erkennt die Waage eine deutliche Abweichung vom vorherigen Wert, fordert sie zur Überprüfung des Kontos auf, um Datenverwechslungen zu vermeiden. Ohne ausgewähltes Profil zeigt das Gerät möglicherweise nur das Gewicht an.
- **Baby-Modus:** Ermöglicht das Wiegen eines Babys, Kindes oder kleinen Tieres. Aktivierung: In der App durch Tippen auf „+“ oben rechts und Auswahl von „Baby Mode“. Vorgehen: Der Elternteil wiegt sich zuerst allein, nimmt dann das Kind auf den Arm – die Waage berechnet automatisch das Gewicht des Kindes als Differenz.

Offline-Wiegen:

Die erste Verbindung mit der App ist notwendig für die korrekte Funktion der Waage. Dadurch wird Ihr Profil und die Körperfettmessung aktiviert; bei weiteren Wiegungen muss die App nicht aktiv sein.

- **2-kg-Regel:** Offline-Messungen werden nur dann Ihrem Profil zugeordnet, wenn sich Ihr aktuelles Gewicht um nicht mehr als 2 kg vom letzten unterscheidet. Dies dient dem Schutz vor Benutzerverwechslungen.
- **Automatische Synchronisierung:** Alle ohne Telefon gemessenen Daten werden bei der nächsten Verbindung automatisch in die App übertragen.

Besondere Funktion: Sprachassistent

Die Waage unterstützt eine Sprachassistentenfunktion, die Sie mit Sprachansagen durch den Messvorgang führt. Die Funktion ist in folgenden Sprachen verfügbar: Englisch, Polnisch, Italienisch, Französisch, Chinesisch und Vietnamesisch.

Einstellungen in der App: Konto → Gerät → Sprachassistent (ein/aus) Unten können Sie die Sprache des Assistenten auswählen.

Die Waage misst folgende Daten:

- **Grunddaten:** Gewicht, BMI (Body-Mass-Index), ideales Körpergewicht, Adipositasgrad
- **Körperzusammensetzung:** Fettmasse, Muskelmasse, Körperwasser, Knochenmasse, Unterhautfett, fettfreie Körpermasse, Proteinmasse
- **Stoffwechselindikatoren:** BMR (Basalumsatz), viszerales Fett, Körperalter, Körpertyp

Messergebnisse:

Nach Abschluss der Messung werden die grundlegenden Ergebnisse auf dem Startbildschirm der App angezeigt. Eine detaillierte und genaue Auswertung einzelner Parameter ist im Bereich „Report“ verfügbar (Abbildung C).

**Ein Video-Tutorial zur korrekten Nutzung der Waage ist ebenfalls verfügbar. Das Video ist auf Englisch, die Textbeschreibung folgt der aktuell ausgewählten App-Sprache.*

*** Eine Herzfrequenzmessung ist bei diesem Modell nicht verfügbar.*

Kontoeinstellungen:

Im Bereich Account -> Settings können die grundlegenden Parameter der App angepasst werden. Sie können das Design (Farbschema), die Sprache, Maßeinheiten ändern, persönliche Ziele festlegen und die App mit Apple Health oder Fitbit zur Datensynchronisierung verbinden. Dieser Bereich enthält auch die Option zur Aktivierung einer regelmäßigen Wiegeerinnerung.

Fehlerbehebung:

1. **Bluetooth-Verbindung fehlgeschlagen:** Stellen Sie sicher, dass die Waage eingeschaltet ist und Bluetooth auf Ihrem Telefon aktiviert ist. Überprüfen Sie die Version des Betriebssystems Ihres Telefons. Nach erfolgreicher Verbindung erscheint ein Bluetooth-Symbol auf dem Display der Waage. In der App wird auf dem Startbildschirm der Status „Connected“ angezeigt. Wenn keine automatische Verbindung erfolgt, gehen Sie zu: Account -> Device -> Add Device. Suchen Sie nach dem Bluetooth-Namen „WG BodyExpert“ und verbinden Sie sich manuell.
2. **Körperanalyse wird nicht angezeigt:** Die Messung muss barfuß erfolgen. Stellen Sie sicher, dass Füße und Waagenoberfläche trocken sind. Stehen Sie etwa 10 Sekunden auf der Waage oder bis der Wert aufhört zu blinken. Ein vorzeitiges Absteigen kann zu einer unvollständigen Analyse führen. Prüfen Sie, ob die Waage mit einem anderen Gerät verbunden ist.
3. **Falsches Gewicht angezeigt:** Stellen Sie die Waage auf eine harte, ebene und stabile Oberfläche. Prüfen Sie, ob die Sensoren (Füße) auf der Unterseite sauber sind. Falls nötig, setzen Sie das Gerät über die Reset-Öffnung im Batteriefach zurück. Verwenden Sie einen dünnen Gegenstand (z. B. eine Büroklammer), um die Taste etwa 6 Sekunden lang gedrückt zu halten, bis „CLr“ auf dem Display erscheint.
4. **Waage lässt sich nicht einschalten:** Überprüfen Sie den Batteriestand und ersetzen Sie die Batterien bei Bedarf. Achten Sie auf die richtige Polarität.
5. **Anzeigesymbole:**
 - Lo (niedriger Batteriestand): Batterien sind schwach. Ersetzen Sie alle 4x AA-Batterien.

- Err (Überlastung): Waage ist überlastet (über 180 kg). Steigen Sie sofort ab.
- C (Messfehler): Fehler während der Messung (z. B. durch Bewegung). Steigen Sie ab, warten Sie auf „0.0“ und wiederholen Sie die Messung.

Sicherheitshinweise:

- Nicht verwenden, wenn das Gerät beschädigt ist oder das Glas Risse aufweist. Nicht zerlegen oder reparieren. Alle Reparaturen sollten von einem autorisierten Servicezentrum durchgeführt werden.
- Nicht zur medizinischen Diagnose bestimmt. Die Werte dienen nur zur Orientierung und ersetzen keine professionelle medizinische Untersuchung.
- Nicht verwenden, wenn Sie einen Herzschrittmacher oder andere elektronische Implantate haben. Die Waage verwendet bioelektrische Impedanz, die die Funktion implantierter Geräte beeinflussen kann.
- 180 kg nicht überschreiten. Nicht auf den Rand treten oder auf die Waage springen.
- Nur auf harten, ebenen und stabilen Oberflächen verwenden. Nicht auf Teppichen verwenden.
- Füße und Waage müssen trocken sein, um ein Ausrutschen zu vermeiden.
- Messen Sie immer zur gleichen Tageszeit für vergleichbare Ergebnisse. Nicht unmittelbar nach einem Bad oder Saunagang messen.
- Schwangere sollten nur die Gewichtsfunktion verwenden.
- Kein Spielzeug. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Kinder dürfen das Gerät nur unter Aufsicht von Erwachsenen verwenden.
- Nur empfohlene 4x AA-Batterien verwenden und auf die richtige Polarität achten. Batterien nicht ins Feuer werfen oder kurzschließen. Entsorgen Sie Batterien gemäß den Vorschriften.
- Mit einem leicht feuchten Tuch reinigen; keine aggressiven Chemikalien verwenden.

FR – MANUEL D'UTILISATION

Contenu de l'emballage: Balance intelligente + poignée de mesure, manuel d'utilisation

Spécifications techniques : dimensions : 333 x 305 x 33 mm ; capacité maximale : 180 kg (max. 400 lb) ; alimentation : 4 piles AA (non incluses) ; méthode de mesure : BIA (analyse d'impédance bioélectrique) utilisant 8 électrodes ; application : Fitdays

Description de l'appareil:

1. Électrode pour le pouce sur la poignée, 2. Poignée de mesure, 3. Écran LED, 4. Surface en verre trempé, 5. Plaque en acier inoxydable, 6. Électrode de poignée pour quatre doigts, 7. Pieds de la balance, 8. Base inférieure en plastique, 9. Couvercle du compartiment des piles (trou de réinitialisation à l'intérieur)

Mise en route:

- **Installation des piles:** Insérez 4 piles AA dans la balance et placez-la sur une surface dure et plane.
- **Téléchargement et installation de l'application :** Scannez le code QR ou recherchez l'application « Fitdays » dans l'App Store / Google Play. Téléchargez et installez l'application.
- **Inscription et configuration du compte :** Ouvrez l'application Fitdays et inscrivez-vous. Renseignez vos informations personnelles et confirmez.

Remarque : Des données incorrectes (sexe, âge, taille, etc.) peuvent affecter la précision des résultats. Mode athlète : Les sportifs actifs (plus de 10 heures d'entraînement intensif par semaine) doivent activer le « Athlete Mode » dans leur profil pour un calcul plus précis de la masse musculaire.

- **Activation du Bluetooth :** Activez le Bluetooth sur votre téléphone.
- **iOS :** Autorisez l'application à accéder au Bluetooth.
- **Android :** Activez le Bluetooth, le GPS et autorisez l'accès à la localisation.
- **Activation de la balance :** Tapotez légèrement la balance avec le pied pour l'activer. Attendez que « 0.0 kg » s'affiche.
- **Appairage de l'appareil :** Dans l'application : Account -> Device -> Add Device + -> sélectionnez WG BodyExpert.
- **Changement d'unités et réinitialisation :** Insérez délicatement un objet fin (par ex. un trombone) dans l'orifice de réinitialisation (à l'intérieur du compartiment à piles) et appuyez brièvement pour changer d'unité (kg/lb). Pour réinitialiser, maintenez enfoncé pendant environ 6 secondes ; lorsque « CLr » apparaît à l'écran, l'appareil a été réinitialisé et vous pouvez lancer une nouvelle mesure

Mesure:

- Placez la balance sur une surface dure et plane (ex. carrelage, sol stratifié, figure A).
- Activez la balance en la tapotant légèrement avec le pied. Attendez que l'écran affiche « 0.0 » (kg/lb).
- Montez sur la balance pieds nus – les pieds doivent être en contact complet avec les électrodes.
- Saisissez la poignée de mesure avec les deux mains.
- Placez vos pouces sur les électrodes avant sur la partie supérieure de la poignée.
- Placez les extrémités de vos quatre autres doigts sur les électrodes arrière de la poignée.
- Tendez les bras vers l'avant et vers le bas afin qu'ils forment un angle d'environ 45° avec votre corps et ne touchent pas les hanches (figure B).
- Tenez-vous droit pendant la mesure, jambes légèrement écartées, en veillant à ce que les cuisses ne se touchent

pas. Si nécessaire, séparez-les avec un vêtement fin ou une feuille de papier pour éviter de fausser les résultats.

- Restez immobile pendant la mesure et ne bougez ni les bras ni le corps. La progression de la mesure est visible dans l'application.
- Pour obtenir des résultats précis, restez sur la balance jusqu'à la fin de la mesure.
- Important : Lors d'une mesure avec des chaussettes ou des chaussures, la balance ne mesure que le poids.
- **Sélection de l'utilisateur** : Si la balance est utilisée par plusieurs personnes, sélectionnez votre profil dans l'application avant la mesure. Si la balance détecte une différence significative par rapport au dernier enregistrement, elle vous invitera à vérifier le compte pour éviter toute confusion. Sans profil sélectionné, l'appareil peut afficher uniquement le poids.
- **Mode bébé** : Permet de peser un bébé, un enfant ou un petit animal. Activation : dans l'application en appuyant sur « + » en haut à droite et en sélectionnant « Baby Mode ». Procédure : le parent se pèse d'abord seul, puis prend l'enfant – la balance calcule automatiquement le poids de l'enfant comme différence.

Pesée hors ligne:

La première connexion à l'application est nécessaire pour le bon fonctionnement de la balance. Elle active votre profil et la mesure de la masse grasse ; pour les pesées suivantes, l'application n'a pas besoin d'être ouverte.

- **Règle des 2 kg** : Les mesures hors ligne sont enregistrées dans votre profil uniquement si votre poids actuel ne diffère pas de plus de 2 kg du dernier. Cela permet d'éviter toute confusion entre utilisateurs.
- **Synchronisation automatique** : Toutes les données mesurées sans téléphone seront automatiquement ajoutées à l'application lors de la prochaine connexion.

Fonction spéciale: Assistant vocal

La balance prend en charge une fonction d'assistant vocal qui vous guide tout au long du processus de mesure à l'aide d'instructions vocales. La fonction est disponible dans les langues suivantes : anglais, polonais, italien, français, chinois et vietnamien.

Paramètres dans l'application : Compte → Appareil → Assistant vocal (activé/désactivé) Ci-dessous, vous pouvez sélectionner la langue de l'assistant.

La balance mesure les données suivantes:

- **Données de base** : poids, IMC (indice de masse corporelle), poids idéal, niveau d'obésité
- **Composition corporelle** : masse grasse, masse musculaire, eau corporelle, masse osseuse, graisse sous-cutanée, masse corporelle maigre, masse protéique
- **Indicateurs métaboliques** : BMR (métabolisme de base), graisse viscérale, âge corporel, type de corps

Résultats de mesure:

Après la mesure, les résultats de base sont affichés sur l'écran principal de l'application. Une analyse détaillée et précise des paramètres individuels est disponible dans la section « Report » (figure C).

**Un tutoriel vidéo montrant la bonne utilisation de la balance est également disponible. La vidéo est en anglais, la description textuelle dépend de la langue sélectionnée dans l'application.*

*** La mesure de la fréquence cardiaque n'est pas disponible pour ce modèle.*

Paramètres du compte :

Dans la section Account -> Settings, il est possible d'ajuster les paramètres de base de l'application. Vous pouvez modifier le thème (interface couleur), la langue, les unités de mesure, définir des objectifs personnels et connecter l'application à Apple Health ou Fitbit pour la synchronisation des données. Cette section comprend également l'option d'activer un rappel de pesée régulier.

Dépannage:

1. **Échec de la connexion Bluetooth** : Assurez-vous que la balance est allumée et que le Bluetooth est activé sur votre téléphone. Vérifiez la version du système d'exploitation du téléphone. Une icône Bluetooth apparaît sur l'écran de la balance après une connexion réussie. Dans l'application, l'état « Connected » apparaît sur l'écran principal. Si la connexion ne se fait pas automatiquement, allez dans : Account -> Device -> Add Device. Recherchez le nom Bluetooth « WG BodyExpert » et connectez-le manuellement.
2. **Analyse corporelle non affichée** : La mesure doit être effectuée pieds nus. Assurez-vous que les pieds et la surface de la balance sont secs. Restez sur la balance environ 10 secondes ou jusqu'à ce que la valeur cesse de clignoter. Descendre trop tôt peut entraîner une analyse incomplète. Vérifiez si la balance est connectée à un autre appareil.
3. **Poids incorrect affiché** : Placez la balance sur une surface dure, plane et stable. Vérifiez que les capteurs (pieds) en dessous sont propres. Si nécessaire, réinitialisez l'appareil à l'aide du trou de réinitialisation dans le compartiment des piles. À l'aide d'un objet fin (par ex. un trombone), maintenez le bouton enfoncé pendant environ 6 secondes jusqu'à ce que « CLr » s'affiche à l'écran.
4. **La balance ne s'allume pas** : Vérifiez l'état des piles et remplacez-les si nécessaire. Respectez la polarité correcte.
5. **Symboles d'indication** :
 - Lo (batterie faible) : les piles sont faibles. Remplacez les 4 piles AA.

- Err (surcharge) : la balance est surchargée (plus de 180 kg). Descendez immédiatement.
- C (erreur de mesure) : erreur pendant la mesure (par ex. due au mouvement). Descendez, attendez « 0.0 » et recommencez.

Consignes de sécurité :

- Ne pas utiliser si l'appareil est endommagé ou si le verre est fissuré. Ne pas démonter ni réparer. Toute réparation doit être effectuée par un centre de service agréé.
- Non destiné à un diagnostic médical. Les valeurs sont indicatives et ne remplacent pas un examen médical professionnel.
- Ne pas utiliser si vous avez un stimulateur cardiaque ou d'autres implants électroniques. La balance utilise une impédance bioélectrique pouvant affecter le fonctionnement des dispositifs implantés.
- Ne pas dépasser 180 kg. Ne pas monter sur les bords ni sauter sur la balance.
- Utiliser uniquement sur une surface dure, plane et stable. Ne pas utiliser sur un tapis.
- Les pieds et la balance doivent être secs pour éviter de glisser.
- Effectuez les mesures à la même heure de la journée pour des résultats comparables. Ne pas mesurer immédiatement après un bain ou un sauna.
- Les femmes enceintes doivent utiliser uniquement la fonction de pesée.
- Ce n'est pas un jouet. Tenir hors de portée des enfants. Les enfants ne peuvent utiliser l'appareil que sous la surveillance d'un adulte.
- Utiliser uniquement des piles AA recommandées et respecter la polarité. Ne pas jeter les piles au feu ni les court-circuiter. Éliminer les piles conformément à la réglementation.
- Nettoyer avec un chiffon légèrement humide ; ne pas utiliser de produits chimiques agressifs.

IT – MANUALE D'USO

Contenuto della confezione: Bilancia intelligente + impugnatura di misurazione, manuale utente

Specifiche tecniche: dimensioni: 333 x 305 x 33 mm; capacità massima: 180 kg (max. 400 lb); alimentazione: 4 batterie AA (non incluse); metodo di misurazione: BIA (analisi dell'impedenza bioelettrica) tramite 8 elettrodi; app: Fitdays

Descrizione del dispositivo:

1. Elettrodo per il pollice sull'impugnatura, 2. Impugnatura di misurazione, 3. Display LED, 4. Superficie in vetro temperato, 5. Piastra in acciaio inox, 6. Elettrodo sull'impugnatura per quattro dita, 7. Piedini della bilancia, 8. Base inferiore in plastica, 9. Coperchio del vano batterie (foro di reset all'interno)

Primi passi:

- **Installazione delle batterie:** Inserire 4 batterie AA nella bilancia e posizionarla su una superficie dura e piana.
- **Download e installazione dell'app:** Scansionare il codice QR o cercare l'app "Fitdays" su App Store / Google Play. Scaricare e installare l'app.
- **Registrazione e configurazione dell'account:** Aprire l'app Fitdays e registrarsi. Inserire i dati personali e confermare.

Nota: Dati inseriti in modo errato (sesso, età, altezza, ecc.) possono influenzare la precisione dei risultati. Modalità atleta: Gli atleti attivi (più di 10 ore di allenamento intenso a settimana) dovrebbero attivare la "Athlete Mode" nel proprio profilo per un calcolo più preciso della massa muscolare.

- **Attivazione del Bluetooth:** Attivare il Bluetooth sul telefono.
- **iOS:** Consentire all'app l'accesso al Bluetooth.
- **Android:** Attivare Bluetooth, GPS e consentire l'accesso alla posizione.
- **Attivazione della bilancia:** Toccare leggermente la bilancia con il piede per attivarla. Attendere che venga visualizzato "0.0 kg".
- **Associazione del dispositivo:** Nell'app: Account -> Device -> Add Device + -> selezionare WG BodyExpert.
- **Cambio unità e reset:** Inserire delicatamente un oggetto sottile (ad es. una graffetta) nel foro di reset (all'interno del vano batteria) e premere brevemente per cambiare unità (kg/lb). Per eseguire il reset, tenere premuto per circa 6 secondi; quando sul display appare "CLR", il dispositivo è stato resettato ed è possibile avviare una nuova misurazione

Misurazione:

- Posizionare la bilancia su una superficie dura e piana (es. piastrelle, pavimento laminato, figura A).
- Attivare la bilancia toccandola leggermente con il piede. Attendere che il display mostri "0.0" (kg/lb).
- Salire sulla bilancia a piedi nudi – i piedi devono essere a pieno contatto con gli elettrodi.
- Afferrare l'impugnatura di misurazione con entrambe le mani.
- Posizionare i pollici sugli elettrodi anteriori sulla parte superiore dell'impugnatura.
- Posizionare le punte delle altre quattro dita sugli elettrodi posteriori dell'impugnatura.
- Estendere le braccia in avanti verso il basso in modo che formino un angolo di circa 45° con il corpo e non tocchino i fianchi (figura B).
- Stare in posizione eretta durante la misurazione con le gambe leggermente divaricate e assicurarsi che le cosce

non si tocchino. Se necessario, separarle con un indumento sottile o un foglio di carta per evitare distorsioni dei risultati.

- Rimanere immobili durante la misurazione e non muovere braccia o corpo. L'avanzamento della misurazione è visibile nell'app.
- Per ottenere risultati accurati, rimanere sulla bilancia fino al completamento della misurazione.
- Importante: Durante la misurazione con calzini o scarpe, la bilancia misura solo il peso.
- **Selezione utente:** Se la bilancia è utilizzata da più persone, selezionare il proprio profilo nell'app prima della misurazione. Se la bilancia rileva una differenza significativa rispetto al valore precedente, inviterà a verificare l'account per evitare confusione dei dati. Senza un profilo selezionato, il dispositivo potrebbe visualizzare solo il peso.
- **Modalità Baby:** Consente di pesare un neonato, un bambino o un piccolo animale. Attivazione: nell'app toccando "+" in alto a destra e selezionando "Baby Mode". Procedura: il genitore si pesa prima da solo, poi prende il bambino in braccio – la bilancia calcola automaticamente il peso del bambino come differenza.

Pesatura offline:

La prima connessione con l'app è necessaria per il corretto funzionamento della bilancia. Attiva il profilo e la misurazione del grasso corporeo; per le pesate successive non è necessario che l'app sia attiva.

- **Regola dei 2 kg:** Le misurazioni offline vengono salvate nel profilo solo se il peso attuale non differisce da quello precedente di oltre 2 kg. Serve a evitare confusione tra utenti.
- **Sincronizzazione automatica:** Tutti i dati misurati senza telefono verranno automaticamente aggiunti all'app alla successiva connessione.

Funzione speciale: Assistente vocale

La bilancia supporta una funzione di assistente vocale che guida l'utente durante il processo di misurazione tramite istruzioni vocali. La funzione è disponibile nelle seguenti lingue: inglese, polacco, italiano, francese, cinese e vietnamita.

Impostazioni nell'app: Account → Dispositivo → Assistente vocale (on/off) Di seguito è possibile selezionare la lingua dell'assistente.

La bilancia misura i seguenti dati:

- **Dati di base:** peso, BMI (indice di massa corporea), peso ideale, livello di obesità
- **Composizione corporea:** massa grassa, massa muscolare, acqua corporea, massa ossea, grasso sottocutaneo, massa corporea magra, massa proteica
- **Indicatori metabolici:** BMR (metabolismo basale), grasso viscerale, età corporea, tipo di corporatura

Risultati della misurazione:

Dopo la misurazione, i risultati di base vengono visualizzati nella schermata principale dell'app. Una valutazione dettagliata e accurata dei singoli parametri è disponibile nella sezione "Report" (figura C).

**È disponibile anche un tutorial video con la procedura corretta per l'utilizzo della bilancia. Il video è in inglese, la descrizione testuale segue la lingua attualmente selezionata nell'app.*

*** La misurazione della frequenza cardiaca non è disponibile per questo modello.*

Impostazioni account:

Nella sezione Account -> Settings è possibile modificare i parametri principali dell'app. È possibile cambiare il tema (interfaccia a colori), la lingua, le unità di misura, impostare obiettivi personali e collegare l'app ad Apple Health o Fitbit per la sincronizzazione dei dati. Questa sezione include anche l'opzione per attivare un promemoria di pesatura regolare.

Risoluzione dei problemi:

1. **Connessione Bluetooth non riuscita:** Assicurarsi che la bilancia sia accesa e che il Bluetooth sia attivo sul telefono. Verificare la versione del sistema operativo del telefono. Dopo una connessione riuscita, sul display della bilancia appare l'icona Bluetooth. Nell'app, lo stato "Connected" appare nella schermata principale. Se non si connette automaticamente, andare su: Account -> Device -> Add Device. Cercare il nome Bluetooth "WG BodyExpert" e connettersi manualmente.
2. **Analisi corporea non visualizzata:** La misurazione deve essere effettuata a piedi nudi. Assicurarsi che piedi e superficie della bilancia siano asciutti. Restare sulla bilancia per circa 10 secondi o finché il valore smette di lampeggiare. Scendere troppo presto può causare un'analisi incompleta. Verificare se la bilancia è associata a un altro dispositivo.
3. **Peso visualizzato errato:** Posizionare la bilancia su una superficie dura, piana e stabile. Controllare che i sensori (piedini) sul fondo siano puliti. Se necessario, resettare il dispositivo tramite il foro di reset nel vano batterie. Utilizzare un oggetto sottile (ad es. una graffetta) per premere e tenere premuto il pulsante per circa 6 secondi, finché sul display non appare "CLr".

4. **La bilancia non si accende:** Controllare lo stato delle batterie e sostituirle se necessario. Rispettare la corretta polarità.
5. **Simboli di indicazione:**
 - Lo (batteria scarica): le batterie sono scariche. Sostituire tutte le 4 batterie AA.
 - Err (sovraccarico): la bilancia è sovraccarica (oltre 180 kg). Scendere immediatamente.
 - C (errore di misurazione): errore durante la misurazione (es. dovuto al movimento). Scendere, attendere "0.0" e ripetere la misurazione.

Istruzioni di sicurezza:

- Non utilizzare se il dispositivo è danneggiato o il vetro è incrinato. Non tentare di smontare o riparare. Tutte le riparazioni devono essere effettuate da un centro di assistenza autorizzato.
- Non destinato alla diagnosi medica. I valori sono solo indicativi e non sostituiscono un esame medico professionale.
- Non utilizzare se si dispone di un pacemaker o altri impianti elettronici. La bilancia utilizza l'impedenza bioelettrica che può influenzare il funzionamento dei dispositivi impiantati.
- Non superare i 180 kg. Non salire sul bordo né saltare sulla bilancia.
- Utilizzare solo su superfici dure, piane e stabili. Non utilizzare su tappeti.
- Piedi e bilancia devono essere asciutti per evitare scivolamenti.
- Effettuare le misurazioni alla stessa ora del giorno per risultati comparabili. Non misurarsi subito dopo bagno o sauna.
- Le donne in gravidanza devono utilizzare solo la funzione di pesatura.
- Non è un giocattolo. Tenere lontano dalla portata dei bambini. I bambini possono utilizzare il dispositivo solo sotto la supervisione di un adulto.
- Utilizzare solo batterie AA consigliate e rispettare la polarità. Non gettare le batterie nel fuoco né cortocircuitarle. Smaltire le batterie secondo le normative.
- Pulire con un panno leggermente umido; non utilizzare prodotti chimici aggressivi.

NL –GEBRUIKERSHANDLEIDING

Inhoud van de verpakking: Slimme weegschaal + meetgreep, gebruikershandleiding

Technische specificaties: afmetingen: 333 x 305 x 33 mm; maximale capaciteit: 180 kg (max. 400 lb); voeding: 4x AA-batterijen (niet inbegrepen); meetmethode: BIA (bio-elektrische impedantieanalyse) met 8 elektroden; app: Fitdays

Beschrijving van het apparaat:

1. Duimelektrode op de greep, 2. Meetgreep, 3. LED-display, 4. Gehard glazen oppervlak, 5. Roestvrijstalen plaat, 6. Greepelektrode voor vier vingers, 7. Voeten van de weegschaal, 8. Onderste kunststof basis, 9. Batterijvakdeksel (resetgat binnenin)

Aan de slag:

- **Batterijen installeren:** Plaats 4x AA-batterijen in de weegschaal en zet deze op een harde en vlakke ondergrond.
- **App downloaden en installeren:** Scan de QR-code of zoek naar de app "Fitdays" in de App Store / Google Play. Download en installeer de app.
- **Registratie en accountinstelling:** Open de Fitdays-app en registreer u. Vul uw persoonlijke gegevens in en bevestig.

Opmerking: Onjuist ingevoerde gegevens (geslacht, leeftijd, lengte, enz.) kunnen de nauwkeurigheid van de resultaten beïnvloeden. Atletenmodus: Actieve sporters (meer dan 10 uur intensieve training per week) moeten de "Athlete Mode" in hun profiel inschakelen voor een nauwkeurigere berekening van de spiermassa.

- **Bluetooth inschakelen:** Schakel Bluetooth in op uw telefoon.
- **iOS:** Sta de app toegang tot Bluetooth toe.
- **Android:** Schakel Bluetooth en GPS in en sta toegang tot locatie toe.
- **Weegschaal activeren:** Tik lichtjes met uw voet op de weegschaal om deze te activeren. Wacht tot "0.0 kg" wordt weergegeven.
- **Apparaat koppelen:** Ga in de app naar: Account -> Device -> Add Device + -> selecteer WG BodyExpert.
- **Eenheden wisselen en resetten:** Steek voorzichtig een dun voorwerp (bijv. een paperclip) in het resetgaatje (in het batterijvak) en druk kort om de eenheden (kg/lb) te wisselen. Voor een reset houdt u de knop ongeveer 6 seconden ingedrukt; wanneer "CLr" op het display verschijnt, is het apparaat gereset en kunt u een nieuwe meting starten

Meting:

- Plaats de weegschaal op een harde en vlakke ondergrond (bijv. tegels, laminaatvloer, figuur A).
- Activeer de weegschaal door er licht met uw voet op te tikken. Wacht tot het display "0.0" (kg/lb) toont.
- Ga blootsvoets op de weegschaal staan – de voeten moeten volledig contact maken met de elektroden.

- Houd de meetgreep met beide handen vast.
- Plaats uw duimen op de voorste elektroden aan de bovenkant van de greep.
- Plaats de toppen van uw andere vier vingers op de achterste elektroden van de greep.
- Strek uw armen naar voren en naar beneden zodat ze een hoek van ongeveer 45° met uw lichaam vormen en uw heupen niet raken (figuur B).
- Sta rechtop tijdens de meting met de benen licht gespreid en zorg ervoor dat uw dijen elkaar niet raken. Scheid ze indien nodig met dunne kleding of een vel papier om vertekening van de resultaten te voorkomen.
- Blijf stil tijdens de meting en beweeg uw armen of lichaam niet. De voortgang van de meting is zichtbaar in de app.
- Voor nauwkeurige resultaten blijft u op de weegschaal staan totdat de meting is voltooid.
- Belangrijk: Bij meting met sokken of schoenen meet de weegschaal alleen het gewicht.
- **Gebruikersselectie:** Als de weegschaal door meerdere personen wordt gebruikt, selecteer dan uw profiel in de app vóór de meting. Als de weegschaal een значil verschil met de vorige meting detecteert, zal deze u waarschuwen om het account te controleren om verwarring te voorkomen. Zonder geselecteerd profiel kan het apparaat alleen het totale gewicht weergeven.
- **Babymodus:** Maakt het mogelijk een baby, kind of klein dier te wegen. Activatie: in de app door op “+” rechtsboven te tikken en “Baby Mode” te selecteren. Procedure: de ouder weegt zich eerst alleen en neemt daarna het kind in de armen – de weegschaal berekent automatisch het gewicht van het kind als verschil.

Offline wegen:

De eerste verbinding met de app is noodzakelijk voor een correcte werking van de weegschaal. Dit activeert uw profiel en de meting van lichaamsvet; bij volgende wegen hoeft de app niet actief te zijn.

- **2 kg-regel:** Offline metingen worden alleen opgeslagen in uw profiel als uw huidige gewicht niet meer dan 2 kg afwijkt van de vorige meting. Dit voorkomt verwarring tussen gebruikers.
- **Automatische synchronisatie:** Alle zonder telefoon gemeten gegevens worden automatisch aan de app toegevoegd bij de volgende verbinding.

Speciale functie: Spraakassistent

De weegschaal ondersteunt een spraakassistentfunctie die u door het meetproces begeleidt met gesproken instructies. De functie is beschikbaar in de volgende talen: Engels, Pools, Italiaans, Frans, Chinees en Vietnamees. Instellingen in de app: Account → Apparaat → Spraakassistent (aan/uit) Hieronder kunt u de taal van de assistent selecteren.

De weegschaal meet de volgende gegevens:

- **Basisgegevens:** gewicht, BMI (Body Mass Index), ideaal lichaamsgewicht, obesiteitsniveau
- **Lichaamssamenstelling:** vetmassa, spiermassa, lichaamswater, botmassa, onderhuids vet, vetvrije lichaamsmassa, eiwitmassa
- **Metabolische indicatoren:** BMR (basale stofwisseling), visceraal vet, lichaamsleeftijd, lichaamstype

Meetresultaten:

Na voltooiing van de meting worden de basisresultaten weergegeven op het startscherm van de app. Een gedetailleerde en nauwkeurige analyse van afzonderlijke parameters is beschikbaar in de sectie “Report” (figuur C).

**Er is ook een videotutorial beschikbaar met de juiste procedure voor het gebruik van de weegschaal. De video is in het Engels, de tekstbeschrijving volgt de momenteel geselecteerde app-taal.*

*** Hartslagmeting is niet beschikbaar voor dit model.*

Accountinstellingen:

In de sectie Account -> Settings kunt u de basisparameters van de app aanpassen. U kunt het thema (kleurinterface), de taal en de meeteenheden wijzigen, persoonlijke doelen instellen en de app koppelen aan Apple Health of Fitbit voor gegevenssynchronisatie. Deze sectie bevat ook de optie om een regelmatige weegherinnering in te schakelen.

Probleemoplossing:

1. **Bluetooth kan niet worden verbonden:** Zorg ervoor dat de weegschaal is ingeschakeld en Bluetooth actief is op uw telefoon. Controleer de versie van het besturingssysteem van uw telefoon. Na een succesvolle verbinding verschijnt een Bluetooth-pictogram op het display van de weegschaal. In de app verschijnt de status “Connected” op het hoofdscherm. Als er geen automatische verbinding tot stand komt, ga naar: Account -> Device -> Add Device. Zoek naar de Bluetooth-naam “WG BodyExpert” en maak handmatig verbinding.
2. **Lichaamsanalyse wordt niet weergegeven:** De meting moet blootvoets worden uitgevoerd. Zorg ervoor dat uw voeten en het oppervlak van de weegschaal droog zijn. Blijf ongeveer 10 seconden op de

weegschaal staan of totdat de waarde stopt met knipperen. Te vroeg afstappen kan leiden tot een onvolledige analyse. Controleer of de weegschaal niet met een ander apparaat is gekoppeld.

3. **Onjuist gewicht weergegeven:** Plaats de weegschaal op een harde, vlakke en stabiele ondergrond. Controleer of de sensoren (voetjes) aan de onderkant schoon zijn. Reset indien nodig het apparaat via het resetgat in het batterijvak. Gebruik een dun voorwerp (bijv. een paperclip) om de knop ongeveer 6 seconden ingedrukt te houden, totdat "CLR" op het display verschijnt.
4. **Weegschaal schakelt niet in:** Controleer de batterijen en vervang ze indien nodig. Let op de juiste polariteit.
5. **Indicatiesymbolen:**
 - Lo (lage batterij): batterijen zijn bijna leeg. Vervang alle 4x AA-batterijen.
 - Err (overbelasting): de weegschaal is overbelast (meer dan 180 kg). Stap onmiddellijk af.
 - C (meetfout): fout tijdens de meting (bijv. door beweging). Stap af, wacht op "0.0" en herhaal de meting.

Veiligheidsinstructies:

- Niet gebruiken als het apparaat beschadigd is of het glas gebarsten is. Niet demonteren of repareren. Alle reparaties moeten worden uitgevoerd door een erkend servicecentrum.
- Niet bedoeld voor medische diagnose. De waarden zijn alleen ter indicatie en vervangen geen professioneel medisch onderzoek.
- Niet gebruiken als u een pacemaker of andere elektronische implantaten heeft. De weegschaal gebruikt bio-elektrische impedantie die de werking van geïmplanteerde apparaten kan beïnvloeden.
- Overschrijd de 180 kg niet. Ga niet op de rand staan en spring niet op de weegschaal.
- Alleen gebruiken op een harde, vlakke en stabiele ondergrond. Niet gebruiken op tapijt.
- Voeten en weegschaal moeten droog zijn om uitglijden te voorkomen.
- Weeg uzelf op hetzelfde tijdstip van de dag voor vergelijkbare resultaten. Meet niet direct na een bad of sauna.
- Zwangere vrouwen moeten alleen de weegfunctie gebruiken.
- Geen speelgoed. Buiten bereik van kinderen houden. Kinderen mogen het apparaat alleen gebruiken onder toezicht van een volwassene.
- Gebruik alleen aanbevolen 4x AA-batterijen en let op de juiste polariteit. Gooi batterijen niet in het vuur en voorkom kortsluiting. Voer batterijen af volgens de geldende voorschriften.
- Reinig met een licht vochtige doek; gebruik geen agressieve chemicaliën.

ES – MANUAL DE USUARIO

Contenido del paquete: Báscula inteligente + asa de medición, manual de usuario

Especificaciones técnicas: dimensiones: 333 x 305 x 33 mm; capacidad máxima: 180 kg (máx. 400 lb); alimentación: 4 pilas AA (no incluidas); método de medición: BIA (análisis de impedancia bioeléctrica) mediante 8 electrodos; aplicación: Fitdays

Descripción del dispositivo:

1. Electrodo para el pulgar en el asa, 2. Asa de medición, 3. Pantalla LED, 4. Superficie de vidrio templado, 5. Placa de acero inoxidable, 6. Electrodo del asa para cuatro dedos, 7. Patas de la báscula, 8. Base inferior de plástico, 9. Tapa del compartimento de las pilas (orificio de reinicio en el interior)

Primeros pasos:

- **Instalación de las pilas:** Inserte 4 pilas AA en la báscula y colóquela sobre una superficie dura y nivelada.
- **Descarga e instalación de la aplicación:** Escanee el código QR o busque la aplicación "Fitdays" en App Store / Google Play. Descargue e instale la aplicación.
- **Registro y configuración de la cuenta:** Abra la aplicación Fitdays y regístrese. Introduzca los datos personales y confirme.

Nota: Los datos introducidos incorrectamente (sexo, edad, altura, etc.) pueden afectar la precisión de los resultados. Modo atleta: Los atletas activos (más de 10 horas de entrenamiento intenso por semana) deben activar el "Athlete Mode" en su perfil para un cálculo más preciso de la masa muscular.

- **Activación de Bluetooth:** Active el Bluetooth en su teléfono.
- **iOS:** Permita que la aplicación acceda al Bluetooth.
- **Android:** Active Bluetooth, GPS y permita el acceso a la ubicación.
- **Activación de la báscula:** Toque ligeramente la báscula con el pie para activarla. Espere hasta que aparezca "0.0 kg".
- **Emparejamiento del dispositivo:** En la aplicación: Account -> Device -> Add Device + -> seleccione WG BodyExpert.
- **Cambio de unidades y reinicio:** Inserte con cuidado un objeto delgado (p. ej., un clip) en el orificio de reinicio (dentro del compartimento de la batería) y presione brevemente para cambiar las unidades (kg/lb). Para reiniciar, mantenga presionado durante aproximadamente 6 segundos; cuando aparezca "CLR" en la pantalla, el dispositivo se habrá reiniciado y podrá comenzar una nueva medición

Medición:

- Coloque la báscula sobre una superficie dura y nivelada (por ejemplo, baldosas, suelo laminado, figura A).
- Active la báscula tocándola ligeramente con el pie. Espere hasta que la pantalla muestre "0.0" (kg/lb).
- Suba a la báscula descalzo – los pies deben estar en contacto total con los electrodos.
- Sujete el asa de medición con ambas manos.
- Coloque los pulgares en los electrodos frontales en la parte superior del asa.
- Coloque las puntas de los otros cuatro dedos en los electrodos traseros del asa.
- Extienda los brazos hacia delante y hacia abajo de modo que formen un ángulo de aproximadamente 45° con el cuerpo y no toquen las caderas (figura B).
- Manténgase erguido durante la medición con las piernas ligeramente separadas y asegúrese de que los muslos no se toquen. Si es necesario, sepárelos con ropa fina o una hoja de papel para evitar distorsionar los resultados.
- Permanezca inmóvil durante la medición y no mueva los brazos ni el cuerpo. El progreso de la medición es visible en la aplicación.
- Para obtener resultados precisos, permanezca sobre la báscula hasta que finalice la medición.
- Importante: Al medir con calcetines o zapatos, la báscula solo mide el peso.
- **Selección de usuario:** Si la báscula es utilizada por varias personas, seleccione su perfil en la aplicación antes de medir. Si la báscula detecta una diferencia significativa con respecto al registro anterior, le pedirá que verifique la cuenta para evitar confusiones de datos. Sin un perfil seleccionado, el dispositivo puede mostrar solo el peso total.
- **Modo bebé:** Permite pesar a un bebé, niño o animal pequeño. Activación: en la aplicación tocando "+" en la esquina superior derecha y seleccionando "Baby Mode". Procedimiento: el padre/madre se pesa primero solo, luego toma al niño en brazos – la báscula calcula automáticamente el peso del niño como la diferencia.

Pesaje sin conexión:

La primera conexión con la aplicación es necesaria para el correcto funcionamiento de la báscula. Esto activa su perfil y la medición de grasa corporal; en pesajes posteriores no es necesario tener la aplicación abierta.

- **Regla de 2 kg:** Las mediciones sin conexión se guardan en su perfil solo si su peso actual no difiere del anterior en más de 2 kg. Esto evita confusiones entre usuarios.
- **Sincronización automática:** Todos los datos medidos sin el teléfono se añadirán automáticamente a la aplicación en la próxima conexión.

Función especial: Asistente de voz

La báscula admite una función de asistente de voz que le guía a través del proceso de medición mediante instrucciones de voz. La función está disponible en los siguientes idiomas: inglés, polaco, italiano, francés, chino y vietnamita.

Configuración en la aplicación: Cuenta → Dispositivo → Asistente de voz (activar/desactivar) A continuación, puede seleccionar el idioma del asistente.

La báscula mide los siguientes datos:

- **Datos básicos:** peso, IMC (índice de masa corporal), peso corporal ideal, nivel de obesidad
- **Composición corporal:** masa grasa, masa muscular, agua corporal, masa ósea, grasa subcutánea, masa corporal libre de grasa, masa proteica
- **Indicadores metabólicos:** BMR (metabolismo basal), grasa visceral, edad corporal, tipo de cuerpo

Resultados de la medición:

Tras completar la medición, los resultados básicos se muestran en la pantalla principal de la aplicación. Una evaluación detallada y precisa de los parámetros individuales está disponible en la sección "Report" (figura C).

**También hay disponible un video tutorial con el procedimiento correcto para usar la báscula. El video está en inglés, la descripción del texto sigue el idioma seleccionado en la aplicación.*

*** La medición de la frecuencia cardíaca no está disponible para este modelo.*

Configuración de la cuenta:

En la sección Account -> Settings es posible ajustar los parámetros básicos de la aplicación. Puede cambiar el tema (interfaz de color), el idioma, las unidades de medida, establecer objetivos personales y conectar la aplicación con Apple Health o Fitbit para la sincronización de datos. Esta sección también incluye la opción de activar un recordatorio de pesaje regular.

Solución de problemas:

1. **No se pudo conectar Bluetooth:** Asegúrese de que la báscula esté encendida y que el Bluetooth esté activo en su teléfono. Verifique la versión del sistema operativo del teléfono. Después de una conexión exitosa, aparecerá un icono de Bluetooth en la pantalla de la báscula. En la aplicación, el estado "Connected" aparecerá en la pantalla principal. Si no se conecta automáticamente, vaya a: Account -> Device -> Add Device. Busque el nombre Bluetooth "WG BodyExpert" y conéctese manualmente.

2. **No se muestra el análisis corporal:** La medición debe realizarse descalzo. Asegúrese de que los pies y la superficie de la báscula estén secos. Permanezca sobre la báscula durante unos 10 segundos o hasta que el valor deje de parpadear. Bajarse demasiado pronto puede causar un análisis incompleto. Verifique si la báscula está emparejada con otro dispositivo.
3. **Peso incorrecto mostrado:** Coloque la báscula sobre una superficie dura, nivelada y estable. Verifique que los sensores (patas) en la parte inferior estén limpios. Si es necesario, reinicie el dispositivo utilizando el orificio de reinicio en el compartimento de las pilas. Utilice un objeto delgado (p. ej., un clip) para presionar y mantener presionado el botón durante aproximadamente 6 segundos, hasta que aparezca "CLr" en la pantalla.
4. **La báscula no se enciende:** Verifique el estado de las pilas y reemplácelas si es necesario. Respete la polaridad correcta.
5. **Símbolos de indicación:**
 - Lo (batería baja): las pilas están bajas. Reemplace las 4 pilas AA.
 - Err (sobrecarga): la báscula está sobrecargada (más de 180 kg). Bájese inmediatamente.
 - C (error de medición): error durante la medición (por ejemplo, por movimiento). Bájese, espere a "0.0" y repita la medición.

Instrucciones de seguridad:

- No utilice el dispositivo si está dañado o si el vidrio está agrietado. No intente desmontarlo ni repararlo. Todas las reparaciones deben ser realizadas por un centro de servicio autorizado.
- No está destinado a diagnóstico médico. Los valores son solo orientativos y no sustituyen un examen médico profesional.
- No utilice si tiene un marcapasos u otros implantes electrónicos. La báscula utiliza impedancia bioeléctrica, que puede afectar el funcionamiento de dispositivos implantados.
- No supere los 180 kg. No pise el borde ni salte sobre la báscula.
- Utilice solo sobre superficies duras, niveladas y estables. No usar sobre alfombras.
- Los pies y la báscula deben estar secos para evitar resbalones.
- Mídase siempre a la misma hora del día para obtener resultados comparables. No se mida inmediatamente después de un baño o sauna.
- Las mujeres embarazadas deben utilizar solo la función de peso.
- No es un juguete. Mantener fuera del alcance de los niños. Los niños solo pueden usar el dispositivo bajo la supervisión de un adulto.
- Utilice solo pilas AA recomendadas y respete la polaridad. No arroje las pilas al fuego ni las cortocircuite. Deseche las pilas de acuerdo con la normativa.
- Limpiar con un paño ligeramente húmedo; no utilizar productos químicos agresivos.

PT – MANUAL DO UTILIZADOR

Conteúdo da embalagem: Balança inteligente + pega de medição, manual do utilizador

Especificações técnicas: dimensões: 333 x 305 x 33 mm; capacidade máxima: 180 kg (máx. 400 lb); alimentação: 4 pilhas AA (não incluídas); método de medição: BIA (análise de impedância bioeléctrica) utilizando 8 eléctrodos; aplicação: Fitdays

Descrição do dispositivo:

1. Eléctrodo para o polegar na pega, 2. Pega de medição, 3. Ecrã LED, 4. Superfície de vidro temperado, 5. Placa de aço inoxidável, 6. Eléctrodo na pega para quatro dedos, 7. Pés da balança, 8. Base inferior em plástico, 9. Tampa do compartimento das pilhas (orifício de reposição no interior)

Primeiros passos:

- **Instalação das pilhas:** Insira 4 pilhas AA na balança e coloque-a numa superfície dura e nivelada.
- **Transferir e instalar a aplicação:** Digitalize o código QR ou procure a aplicação "Fitdays" na App Store / Google Play. Transfira e instale a aplicação.
- **Registo e configuração da conta:** Abra a aplicação Fitdays e registe-se. Introduza os dados pessoais e confirme.

Nota: Dados introduzidos incorretamente (sexo, idade, altura, etc.) podem afetar a precisão dos resultados. Modo atleta: Atletas ativos (mais de 10 horas de treino intenso por semana) devem ativar o "Athlete Mode" no seu perfil para um cálculo mais preciso da massa muscular.

- **Ativar o Bluetooth:** Ative o Bluetooth no seu telefone.
- **iOS:** Permita à aplicação o acesso ao Bluetooth.
- **Android:** Ative o Bluetooth, o GPS e permita o acesso à localização.
- **Ativar a balança:** Toque ligeiramente na balança com o pé para a ativar. Aguarde até que "0.0 kg" seja exibido.
- **Emparelhar o dispositivo:** Na aplicação: Account -> Device -> Add Device + -> seleccione WG BodyExpert.

• **Mudança de unidades e reposição:** Insira cuidadosamente um objeto fino (por ex., um clipe) no orifício de reposição (no interior do compartimento da bateria) e pressione brevemente para alternar as unidades (kg/lb). Para repor o dispositivo, mantenha pressionado durante cerca de 6 segundos; quando “CLR” aparecer no visor, o dispositivo foi repostado e pode iniciar uma nova medição

Medição:

- Coloque a balança numa superfície dura e nivelada (por exemplo, azulejos, chão laminado, figura A).
- Ative a balança tocando ligeiramente com o pé. Aguarde até que o visor mostre “0.0” (kg/lb).
- Suba para a balança descalço – os pés devem estar em contacto total com os elétrodos.
- Segure a pega de medição com ambas as mãos.
- Coloque os polegares nos elétrodos frontais na parte superior da pega.
- Coloque as pontas dos outros quatro dedos nos elétrodos traseiros da pega.
- Estenda os braços para a frente e para baixo de modo a formar um ângulo de aproximadamente 45° com o corpo e sem tocar nas ancas (figura B).
- Mantenha-se direito durante a medição com as pernas ligeiramente afastadas e assegure-se de que as coxas não se tocam. Se necessário, separe-as com roupa fina ou uma folha de papel para evitar distorções dos resultados.
- Permaneca imóvel durante a medição e não mova os braços nem o corpo. O progresso da medição é visível na aplicação.
- Para obter resultados precisos, permaneça na balança até que a medição esteja concluída.
- Importante: Ao medir com meias ou sapatos, a balança mede apenas o peso.
- **Seleção de utilizador:** Se a balança for utilizada por várias pessoas, selecione o seu perfil na aplicação antes da medição. Se a balança detetar uma diferença significativa em relação ao registo anterior, irá alertá-lo para verificar a conta, evitando confusão de dados. Sem um perfil selecionado, o dispositivo pode apresentar apenas o peso total.
- **Modo bebé:** Permite pesar um bebé, criança ou pequeno animal. Ativação: na aplicação tocando em “+” no canto superior direito e selecionando “Baby Mode”. Procedimento: o adulto pesa-se primeiro sozinho, depois pega na criança – a balança calcula automaticamente o peso da criança como diferença.

Pesagem offline:

A primeira ligação à aplicação é necessária para o correto funcionamento da balança. Isto ativa o seu perfil e a medição de gordura corporal; nas pesagens seguintes não é necessário que a aplicação esteja ativa.

- **Regra dos 2 kg:** As medições offline são guardadas no seu perfil apenas se o seu peso atual não diferir do anterior em mais de 2 kg. Isto evita confusão entre utilizadores.
- **Sincronização automática:** Todos os dados medidos sem telefone serão automaticamente adicionados à aplicação na próxima ligação.

Função especial: Assistente de voz

A balança suporta uma função de assistente de voz que o orienta durante o processo de medição com instruções de voz. A função está disponível nos seguintes idiomas: inglês, polaco, italiano, francês, chinês e vietnamita. Definições na aplicação: Conta → Dispositivo → Assistente de voz (ligar/desligar) Abaixo pode selecionar o idioma do assistente.

A balança mede os seguintes dados:

- **Dados básicos:** peso, IMC (Índice de Massa Corporal), peso corporal ideal, nível de obesidade
- **Composição corporal:** massa gorda, massa muscular, água corporal, massa óssea, gordura subcutânea, massa corporal magra, massa proteica
- **Indicadores metabólicos:** BMR (metabolismo basal), gordura visceral, idade corporal, tipo de corpo

Resultados da medição:

Após a conclusão da medição, os resultados básicos são apresentados no ecrã principal da aplicação. Uma análise detalhada e precisa dos parâmetros individuais está disponível na secção “Report” (figura C).

**Está também disponível um tutorial em vídeo com o procedimento correto para utilizar a balança. O vídeo está em inglês, a descrição textual segue o idioma atualmente selecionado na aplicação.*

*** A medição da frequência cardíaca não está disponível para este modelo.*

Definições da conta:

Na secção Account -> Settings é possível ajustar os parâmetros básicos da aplicação. Pode alterar o tema (interface de cores), o idioma, as unidades de medida, definir objetivos pessoais e ligar a aplicação ao Apple Health ou Fitbit para sincronização de dados. Esta secção inclui também a opção de ativar um lembrete de pesagem regular.

Resolução de problemas:

1. **Falha na ligação Bluetooth:** Certifique-se de que a balança está ligada e que o Bluetooth está ativo no seu telefone. Verifique a versão do sistema operativo do telefone. Após uma ligação bem-sucedida, aparece um ícone Bluetooth no visor da balança. Na aplicação, o estado "Connected" aparece no ecrã principal. Se não ligar automaticamente, vá a: Account -> Device -> Add Device. Procure o nome Bluetooth "WG BodyExpert" e ligue manualmente.
2. **Análise corporal não apresentada:** A medição deve ser feita descalço. Certifique-se de que os pés e a superfície da balança estão secos. Permaneça na balança durante cerca de 10 segundos ou até o valor deixar de piscar. Sair demasiado cedo pode causar uma análise incompleta. Verifique se a balança está emparelhada com outro dispositivo.
3. **Peso incorreto apresentado:** Coloque a balança numa superfície dura, nivelada e estável. Verifique se os sensores (pés) na parte inferior estão limpos. Se necessário, reinicie o dispositivo utilizando o orifício de reposição no compartimento das pilhas. Utilize um objeto fino (por ex., um clipe) para pressionar e manter pressionado o botão durante cerca de 6 segundos, até que "CLr" apareça no visor.
4. **A balança não liga:** Verifique o estado das pilhas e substitua-as se necessário. Respeite a polaridade correta.
5. **Símbolos de indicação:**
 - Lo (bateria fraca): as pilhas estão fracas. Substitua todas as 4 pilhas AA.
 - Err (sobrecarga): a balança está sobrecarregada (mais de 180 kg). Saia imediatamente da balança.
 - C (erro de medição): erro durante a medição (por exemplo, devido a movimento). Saia da balança, aguarde por "0.0" e repita a medição.

Instruções de segurança:

- Não utilize se o dispositivo estiver danificado ou se o vidro estiver rachado. Não tente desmontar ou reparar. Todas as reparações devem ser realizadas por um centro de assistência autorizado.
- Não destinado a diagnóstico médico. Os valores são apenas indicativos e não substituem um exame médico profissional.
- Não utilize se tiver um pacemaker ou outros implantes eletrónicos. A balança utiliza impedância bioelétrica, que pode afetar o funcionamento de dispositivos implantados.
- Não exceda 180 kg. Não pise as extremidades nem salte sobre a balança.
- Utilize apenas em superfícies duras, planas e estáveis. Não utilizar em tapetes.
- Os pés e a balança devem estar secos para evitar escorregamentos.
- Meça sempre à mesma hora do dia para obter resultados comparáveis. Não se meça imediatamente após um banho ou sauna.
- Mulheres grávidas devem utilizar apenas a função de pesagem.
- Não é um brinquedo. Manter fora do alcance das crianças. As crianças só podem utilizar o dispositivo sob supervisão de um adulto.
- Utilize apenas pilhas AA recomendadas e respeite a polaridade. Não deite as pilhas no fogo nem provoque curto-circuito. Elimine as pilhas de acordo com os regulamentos.
- Limpe com um pano ligeiramente húmido; não utilize produtos químicos agressivos.

HU – HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

A csomag tartalma: Intelligens mérleg + mérőfogantyú, felhasználói kézikönyv

Műszaki adatok: méretek: 333 x 305 x 33 mm; maximális terhelhetőség: 180 kg (max. 400 lb); tápellátás: 4x AA elem (nem tartozék); mérési módszer: BIA (bioelektromos impedancia analízis) 8 elektródával; alkalmazás: Fitdays

Az eszköz leírása:

1. Hüvelykujj-elektroda a fogantyún, 2. Mérőfogantyú, 3. LED kijelző, 4. Edzett üveg felület, 5. Rozsdamentes acél lemez, 6. Fogantyú-elektroda négy ujj számára, 7. Mérleg lábak, 8. Alsó műanyag alap, 9. Elementartó fedél (belül reset nyílással)

Első lépések:

- **Elemek behelyezése:** Helyezzen be 4 darab AA elemet a mérlegbe, és tegye azt kemény, sík felületre.
- **Alkalmazás letöltése és telepítése:** Olvassa be a QR-kódot, vagy keresse meg a „Fitdays” alkalmazást az App Store / Google Play áruházban. Töltse le és telepítse az alkalmazást.
- **Regisztráció és fiókbeállítás:** Nyissa meg a Fitdays alkalmazást és regisztráljon. Adja meg személyes adatait és erősítse meg.

Megjegyzés: A hibásan megadott adatok (nem, életkor, magasság stb.) befolyásolhatják az eredmények pontosságát. Sportoló mód: Az aktív sportolóknak (heti több mint 10 óra intenzív edzés) ajánlott bekapcsolni az „Athlete Mode”-ot a profiljukban a pontosabb izomtömeg-számítás érdekében.

- **Bluetooth bekapcsolása:** Kapcsolja be a Bluetooth-t a telefonján.

- **iOS:** Engedélyezze az alkalmazás számára a Bluetooth-hozzáférést.
- **Android:** Kapcsolja be a Bluetooth-t, a GPS-t, és engedélyezze a helyhozzáférést.
- **A mérleg aktiválása:** Finoman koppintson a mérlegre a lábával az aktiváláshoz. Várjon, amíg a kijelzőn megjelenik a „0.0 kg”.
- **Eszköz párosítása:** Az alkalmazásban: Account -> Device -> Add Device + -> válassza a WG BodyExpert lehetőséget.
- **Mértékegység váltás és visszaállítás:** Óvatosan helyezzen egy vékony tárgyat (pl. gemkapcsot) a reset nyílásba (az elemrekeszben), majd röviden nyomja meg a mértékegységek (kg/lb) váltásához. A visszaállításhoz tartsa lenyomva körülbelül 6 másodpercig; amikor a kijelzőn megjelenik a „CLr”, a készülék vissza lett állítva, és új mérést indíthat.

Mérés:

- Helyezze a mérleget kemény, sík felületre (pl. csempe, laminált padló, A ábra).
- Aktiválja a mérleget enyhe lábérintéssel. Várjon, amíg a kijelző „0.0” (kg/lb) értéket mutat.
- Álljon mezítláb a mérlegre – a lábaknak teljes felületen érintkezniük kell az elektródákkal.
- Fogja meg a mérőfogantyút mindkét kezével.
- Helyezze a hüvelykujjait a fogantyú felső részén lévő elülső elektródákra.
- A másik négy ujjának hegyét helyezze a fogantyú hátsó elektródáira.
- Nyújtsa ki a karjait előre lefelé úgy, hogy azok kb. 45°-os szöveget zárjanak be a testével, és ne érintsék a csípőjét (B ábra).
- A mérés során álljon egyenesen, a lábak enyhén szétterpesztve, és ügyeljen arra, hogy a combok ne érjenek össze. Szükség esetén válassza szét őket vékony ruhával vagy papírral a pontatlanság elkerülése érdekében.
- Maradjon mozdulatlan a mérés alatt, és ne mozgassa sem a karját, sem a testét. A mérés folyamata az alkalmazásban látható.
- A pontos eredmények érdekében maradjon a mérlegen a mérés befejezéséig.
- Fontos: Zokniban vagy cipőben történő mérés esetén a mérleg csak a testsúlyt méri.
- **Felhasználó kiválasztása:** Ha a mérleget többen használják, a mérés előtt válassza ki a profilját az alkalmazásban. Ha a mérleg jelentős eltérést észlel az előző értékhez képest, figyelmeztet a fiók ellenőrzésére az adatok összekeveredésének elkerülése érdekében. Profil kiválasztása nélkül az eszköz csak a testsúlyt jelenítheti meg.
- **Baby mód:** Lehetővé teszi baba, gyermek vagy kisállat mérését. Aktiválás: az alkalmazásban a jobb felső sarokban lévő „+” megérintésével és a „Baby Mode” kiválasztásával. Eljárás: a szülő először egyedül áll a mérlegre, majd felveszi a gyermeket – a mérleg automatikusan kiszámítja a gyermek súlyát különbségként.

Offline mérés:

Az első csatlakozás az alkalmazáshoz szükséges a mérleg megfelelő működéséhez. Ez aktiválja a profilt és a testsír mérését; a későbbi mérésekhez nem szükséges az alkalmazás futtatása.

- **2 kg szabály:** Az offline mérések csak akkor kerülnek mentésre a profilba, ha az aktuális testsúly nem tér el több mint 2 kg-mal az előzőtől. Ez a felhasználók összekeveredésének megelőzésére szolgál.
- **Automatikus szinkronizálás:** A telefon nélkül mért adatok a következő csatlakozáskor automatikusan hozzáadódnak az alkalmazáshoz.

Speciális funkció: Hangasszisztens

A mérleg támogatja a hangasszisztens funkciót, amely hangutasításokkal vezeti végig a mérési folyamatot. A funkció a következő nyelveken érhető el: angol, lengyel, olasz, francia, kínai és vietnámi.

Beállítások az alkalmazásban: Fiók → Eszköz → Hangasszisztens (be/ki) Alább kiválaszthatja az asszisztens nyelvét.

A mérleg az alábbi adatokat méri:

- **Alapadatok:** testsúly, BMI (testtömegindex), ideális testsúly, elhízási szint
- **Testösszetétel:** testsír, izomtömeg, testvíz, csonttömeg, bőr alatti zsír, zsírmentes testtömeg, fehérjetömeg
- **Anyagcsere mutatók:** BMR (alapanyagcsere), zsigeri zsír, testkor, testtípus

Mérési eredmények:

A mérés befejezése után az alapvető eredmények az alkalmazás főképernyőjén jelennek meg. Az egyes paraméterek részletes és pontos értékelése a „Report” részben érhető el (C ábra).

**Videós útmutató is elérhető a mérleg helyes használatáról. A videó angol nyelvű, a szöveges leírás az alkalmazás aktuális nyelvét követi.*

*** Pulzusmérés ennél a modellnél nem érhető el.*

Fiókbeállítások:

Az Account -> Settings részben módosíthatók az alkalmazás alapvető beállításai. Megváltoztathatja a témát

(színelület), a nyelvet, a mértékegységeket, személyes célokat állíthat be, valamint összekapcsolhatja az alkalmazást az Apple Health vagy Fitbit szolgáltatással az adatok szinkronizálása érdekében. Ez a rész tartalmazza a rendszeres mérési emlékeztető aktiválásának lehetőségét is.

Hibaelhárítás:

1. **Bluetooth csatlakozás sikertelen:** Ellenőrizze, hogy a mérleg be van-e kapcsolva, és a Bluetooth aktív-e a telefonon. Ellenőrizze a telefon operációs rendszerének verzióját. Sikeres csatlakozás után Bluetooth ikon jelenik meg a mérleg kijelzőjén. Az alkalmazás főképernyőjén a „Connected” állapot látható. Ha nem csatlakozik automatikusan, lépjen ide: Account -> Device -> Add Device. Keresse meg a „WG BodyExpert” Bluetooth nevet, és csatlakozzon manuálisan.
2. **A testelemzés nem jelenik meg:** A mérést mezítláb kell elvégezni. Győződjön meg róla, hogy a lábak és a mérleg felülete száraz. Maradjon a mérlegen kb. 10 másodpercig, vagy amíg az érték villogása meg nem szűnik. A túl korai leszállás hiányos elemzést okozhat. Ellenőrizze, hogy a mérleg nincs-e más eszközhöz párosítva.
3. **Helytelen súly megjelenítése:** Helyezze a mérleget kemény, sík és stabil felületre. Ellenőrizze, hogy az alsó érzékelők (lábak) tiszták-e. Szükség esetén állítsa vissza az eszközt az elemtartóban található reset nyílás segítségével. Egy vékony tárggyal (pl. gemkapoccsal) nyomja meg és tartsa lenyomva a gombot körülbelül 6 másodpercig, amíg a kijelzőn meg nem jelenik a „CLr”.
4. **A mérleg nem kapcsol be:** Ellenőrizze az elemek állapotát, és szükség esetén cserélje ki őket. Ügyeljen a helyes polarításra.
5. **Jelző szimbólumok:**
 - Lo (alacsony töltöttség): az elemek lemerültek. Cserélje ki mind a 4 AA elemet.
 - Err (túlterhelés): a mérleg túlterhelt (több mint 180 kg). Azonnal szálljon le róla.
 - C (mérési hiba): hiba történt a mérés során (pl. mozgás miatt). Szálljon le, várja meg a „0.0” értéket, majd ismétlje meg a mérést.

Biztonsági utasítások:

- Ne használja a készüléket, ha sérült vagy az üveg megrepedt. Ne próbálja meg szétszerelni vagy javítani. Minden javítást hivatalos szervizközpontnak kell elvégeznie.
- Nem alkalmas orvosi diagnózisra. Az értékek tájékoztató jellegűek, és nem helyettesítik a szakszerű orvosi vizsgálatot.
- Ne használja, ha szívritmus-szabályozóval vagy más elektronikus implantátummal rendelkezik. A mérleg bioelektromos impedanciát használ, amely befolyásolhatja az implantátumok működését.
- Ne lépje túl a 180 kg-ot. Ne álljon a szélére és ne ugráljon a mérlegen.
- Csak kemény, sík és stabil felületen használja. Ne használja szőnyegen.
- A lábak és a mérleg legyenek szárazak a csúszás elkerülése érdekében.
- A mérést mindig azonos napszakban végezze az összehasonlítható eredmények érdekében. Ne mérje magát közvetlenül fürdés vagy szauna után.
- Várandós nők csak a súlymérési funkciót használják.
- Nem játék. Tartsa távol gyermekektől. Gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják.
- Csak ajánlott 4x AA elemeket használjon, és ügyeljen a helyes polarításra. Az elemeket ne dobja tűzbe, és ne zárja rövidre. Az elemeket az előírásoknak megfelelően ártalmatlanítsa.
- Tisztítsa enyhén nedves ruhával; ne használjon agresszív vegyszereket.

HR – UPUTSTVO ZA UPORABU

Sadržaj pakiranja: Pametna vaga + ručka za mjerenje, korisnički priručnik

Tehničke specifikacije: dimenzije: 333 x 305 x 33 mm; maksimalna nosivost: 180 kg (maks. 400 lb); napajanje: 4x AA baterije (nisu uključene); metoda mjerenja: BIA (bioelektrična impedancijska analiza) pomoću 8 elektroda; aplikacija: Fitdays

Opis uređaja:

1. Elektroda za palac na ručki, 2. Ručka za mjerenje, 3. LCD zaslon, 4. Površina od kaljenog stakla, 5. Ploča od nehrđajućeg čelika, 6. Elektroda na ručki za četiri prsta, 7. Nožice vage, 8. Donja plastična baza, 9. Poklopac pretinca za baterije (unutra otvor za resetiranje)

Početak rada:

- **Umetanje baterija:** Umetnite 4x AA baterije u vagu i postavite je na tvrdu i ravnu površinu.
- **Preuzimanje i instalacija aplikacije:** Skenirajte QR kod ili potražite aplikaciju „Fitdays” u App Store / Google Play. Preuzmite i instalirajte aplikaciju.
- **Registracija i postavljanje računa:** Otvorite aplikaciju Fitdays i registrirajte se. Unesite osobne podatke i potvrdite.

Napomena: Netočno uneseni podaci (spol, dob, visina itd.) mogu utjecati na točnost rezultata. Način za sportaše:

Aktivni sportaši (više od 10 sati intenzivnog treninga tjedno) trebaju uključiti „Athlete Mode” u svom profilu za točniji izračun mišićne mase.

- **Uključivanje Bluetootha:** Uključite Bluetooth na telefonu.
- **iOS:** Dopustite aplikaciji pristup Bluetoothu.
- **Android:** Uključite Bluetooth, GPS i dopustite pristup lokaciji.
- **Aktivacija vage:** Lagano dodirnite vagu nogom kako biste je aktivirali. Pričekajte dok se ne prikaže „0.0 kg”.
- **Uparivanje uređaja:** U aplikaciji: Account -> Device -> Add Device + -> odaberite WG BodyExpert.
- **Promjena jedinica i resetiranje:** Pažljivo umetnite tanak predmet (npr. spajalicu) u otvor za resetiranje (unutar pretinca za bateriju) i kratko pritisnite za promjenu jedinica (kg/lb). Za resetiranje pritisnite i držite približno 6 sekundi; kada se na zaslonu pojavi „CLr”, uređaj je resetiran i možete započeti novo mjerenje

Mjerenje:

- Postavite vagu na tvrdu i ravnu površinu (npr. pločice, laminat, slika A).
- Aktivirajte vagu laganim dodiranjem noge. Pričekajte dok zaslon ne prikaže „0.0” (kg/lb).
- Stanite na vagu bosonogi – stopala moraju biti u potpunom kontaktu s elektrodama.
- Uhvatite ručku za mjerenje s obje ruke.
- Postavite palčeve na prednje elektrode na gornjoj strani ručke.
- Vrhove ostala četiri prsta postavite na stražnje elektrode ručke.
- Ispružite ruke prema naprijed i dolje tako da čine kut od približno 45° s tijelom i ne dodiruju kukove (slika B).
- Tijekom mjerenja stojte uspravno s nogama blago razmaknutima i pazite da se bedra ne dodiruju. Ako je potrebno, razdvojite ih tankom odjećom ili papirom kako biste izbjegli iskrivljenje rezultata.
- Ostanite mirni tijekom mjerenja i ne pomičite ruke ili tijelo. Napredak mjerenja vidljiv je u aplikaciji.
- Za točne rezultate ostanite na vagi dok mjerenje ne završi.
- Važno: Kod mjerenja u čarapama ili obući vaga mjeri samo težinu.
- **Odabir korisnika:** Ako vagu koristi više osoba, prije mjerenja odaberite svoj profil u aplikaciji. Ako vaga prepoznaje značajnu razliku u odnosu na prethodni zapis, upozorit će vas da provjerite račun kako bi se izbjegla zamjena podataka. Bez odabranog profila uređaj može prikazivati samo ukupnu težinu.
- **Baby način:** Omogućuje vaganje bebe, djeteta ili male životinje. Aktivacija: u aplikaciji pritiskom na „+” u gornjem desnom kutu i odabirom „Baby Mode”. Postupak: roditelj se prvo važe sam, zatim uzme dijete u naručje – vaga automatski izračunava težinu djeteta kao razliku.

Offline vaganje:

Prvo povezivanje s aplikacijom potrebno je za ispravan rad vage. Time se aktivira vaš profil i mjerenje tjelesne masti; kod sljedećih vaganja aplikacija ne mora biti uključena.

- **Pravilo 2 kg:** Offline mjerenja spremaju se u vaš profil samo ako se trenutna težina ne razlikuje od prethodne za više od 2 kg. To sprječava zamjenu korisnika.
- **Automatska sinkronizacija:** Svi podaci izmjereni bez telefona automatski će se prenijeti u aplikaciju pri sljedećem povezivanju.

Posebna značajka: Glasovni asistent

Vaga podržava funkciju glasovnog asistenta koji vas vodi kroz proces mjerenja putem glasovnih uputa. Funkcija je dostupna na sljedećim jezicima: engleski, poljski, talijanski, francuski, kineski i vijetnamski.

Postavke u aplikaciji: Račun → Uređaj → Glasovni asistent (uključeno/isključeno) U nastavku možete odabrati jezik asistenta.

Vaga mjeri sljedeće podatke:

- **Osnovni podaci:** težina, BMI (indeks tjelesne mase), idealna tjelesna težina, razina pretilosti
- **Sastav tijela:** masno tkivo, mišićna masa, tjelesna voda, koštana masa, potkožna masnoća, nemasna tjelesna masa, proteinska masa
- **Metabolički pokazatelji:** BMR (bazalni metabolizam), visceralna masnoća, tjelesna dob, tip tijela

Rezultati mjerenja:

Nakon završetka mjerenja osnovni rezultati prikazuju se na početnom zaslonu aplikacije. Detaljna i točna analiza pojedinih parametara dostupna je u odjeljku „Report” (slika C).

**Dostupan je i video vodič s pravilnim postupkom korištenja vage. Video je na engleskom jeziku, tekstualni opis prati trenutno odabrani jezik aplikacije.*

*** Mjerenje otkucaja srca nije dostupno za ovaj model.*

Postavke računa:

- U odjeljku Account -> Settings moguće je prilagoditi osnovne postavke aplikacije. Možete promijeniti temu (boje sučelja), jezik, mjerne jedinice, postaviti osobne ciljeve i povezati aplikaciju s Apple Health ili Fitbit radi sinkronizacije podataka. Ovaj odjeljak također uključuje opciju aktiviranja redovitog podsjetnika za vaganje.

Rješavanje problema:

1. **Bluetooth se ne može povezati:** Provjerite je li vaga uključena i je li Bluetooth aktivan na telefonu. Provjerite verziju operativnog sustava telefona. Nakon uspješnog povezivanja na zaslonu vage pojavit će se Bluetooth ikona. U aplikaciji će se na početnom zaslonu prikazati status „Connected”. Ako se ne poveže automatski, idite na: Account -> Device -> Add Device. Pronađite Bluetooth naziv „WG BodyExpert” i povežite se ručno.
2. **Analiza tijela se ne prikazuje:** Mjerenje mora biti obavljeno bosonogo. Provjerite jesu li stopala i površina vage suhi. Ostanite na vagi oko 10 sekundi ili dok vrijednost ne prestane treperiti. Prerano silazak može uzrokovati nepotpunu analizu. Provjerite nije li vaga uparena s drugim uređajem.
3. **Prikazana netočna težina:** Postavite vagu na tvrdu, ravnu i stabilnu površinu. Provjerite jesu li senzori (nožice) na donjoj strani čisti. Ako je potrebno, resetirajte uređaj pomoću otvora za resetiranje u pretincu za baterije. Pomoću tankog predmeta (npr. spajalice) pritisnite i držite tipku približno 6 sekundi dok se na zaslonu ne pojavi „CLr”.
4. **Vaga se ne uključuje:** Provjerite stanje baterija i po potrebi ih zamijenite. Obratite pozornost na ispravan polaritet.
5. **Simboli indikacije:**
 - Lo (slaba baterija): baterije su prazne. Zamijenite sve 4 AA baterije.
 - Err (preopterećenje): vaga je preopterećena (više od 180 kg). Odmah siđite.
 - C (greška mjerenja): greška tijekom mjerenja (npr. zbog pomicanja). Siđite, pričekajte „0.0” i ponovite mjerenje.

Sigurnosne upute:

- Ne koristite uređaj ako je oštećen ili ako je staklo napuknuto. Ne pokušavajte rastavlјati ili popravljati uređaj. Sve popravke mora obaviti ovlaštenі servis.
- Nije namijenjeno za medicinsku dijagnostiku. Vrijednosti su samo informativne i ne zamjenjuju stručni medicinski pregled.
- Ne koristite ako imate pacemaker ili druge elektroničke implantate. Vaga koristi bioelektričnu impedanciju koja može utjecati na rad implantiranih uređaja.
- Ne prekoračujete 180 kg. Ne stojte na rubu niti skačite po vagi.
- Koristite samo na tvrdj, ravnoj i stabilnoj površini. Ne koristite na tepihu.
- Stopala i vaga moraju biti suhi kako bi se spriječilo klizanje.
- Mjerite se u isto doba dana radi usporedivih rezultata. Ne mjerite se odmah nakon kupanja ili saune.
- Trudnice trebaju koristiti samo funkciju mjerenja težine.
- Nije igračka. Držite izvan dohvata djece. Djeca smiju koristiti uređaj samo pod nadzorom odraslih.
- Koristite samo preporučene 4x AA baterije i poštuјte polaritet. Ne bacajte baterije u vatru niti ih kratko spajajte. Odložite baterije u skladu s propisima.
- Čistite lagano vlažnom krpom; ne koristite agresivne kemikalije.

SI – UPORABNIŠKI PRIROČNIK

Vsebina paketa: Pametna tehnikа + merilna ročica, uporabniški priročnik

Tehnične specifikacije: dimenzije: 333 x 305 x 33 mm; največja nosilnost: 180 kg (maks. 400 lb); napajanje: 4x AA baterije (niso priložene); merilna metoda: BIA (bioelektrična impedančna analiza) z uporabo 8 elektrod; aplikacija: Fitdays

Opis naprave:

1. Elektrod za palec na ročici, 2. Merilna ročica, 3. LED zaslon, 4. Staklena površina, 5. Plošča iz nerjavečega jekla, 6. Ročicni elektrod za štiri prste, 7. Noge tehnikе, 8. Spodnja plastična baza, 9. Pokrov baterijskega predala (notranji reset odprtina)

Začetek uporabe:

- **Vstavljanje baterij:** Vstavite 4x AA baterije v tehniko in jo postavite na trdo, ravno površino.
- **Prenos in namestitev aplikacije:** Skenirajte QR kodo ali poiščite aplikacijo „Fitdays“ v App Store / Google Play. Prenesite in namestite aplikacijo.
- **Registracija in nastavitev računa:** Odprite aplikacijo Fitdays in se registrirajte. Vnesite osebne podatke in potrdite.
Opomba: Napačno vneseni podatki (spol, starost, višina itd.) lahko vplivajo na natančnost rezultatov. Način za športnike: Aktivni športniki (več kot 10 ur intenzivnega treninga na teden) naj v svojem profilu vklopijo „Athlete Mode“ za natančnejši izračun mišične mase.
- **Vklop Bluetootha:** Vklopite Bluetooth na telefonu.
- **iOS:** Dovolite aplikaciji dostop do Bluetootha.
- **Android:** Vklopite Bluetooth, GPS in dovolite dostop do lokacije.

- **Aktiviranje tehtnice:** Rahlo tapnite tehtnico s stopalom, da jo aktivirate. Počakajte, da se prikaže „0.0 kg“.
- **Povezovanje naprave:** V aplikaciji: Account -> Device -> Add Device + -> izberite WG BodyExpert.
- **Preklapljanje enot in ponastavitev:** Previdno vstavite tanek predmet (npr. sponko) v odprtino za ponastavitev (znotraj prostora za baterijo) in na kratko pritisnite za preklon enot (kg/lb). Za ponastavitev pritisnite in držite približno 6 sekund; ko se na zaslonu prikaže »CLr«, je naprava ponastavljena in lahko začnete novo merjenje

Merjenje:

- Postavite tehtnico na trdo, ravno površino (npr. ploščice, laminat, slika A).
- Tehtnico aktivirajte z rahlim dotikom stopala. Počakajte, da se na zaslonu prikaže „0.0“ (kg/lb).
- Stopite na tehtnico bosi – stopala morajo biti v popolnem stiku z elektrodami.
- Primite merilno ročico z obema rokama.
- Palce postavite na sprednje elektrode na zgornji strani ročice.
- Konice preostalih štirih prstov postavite na zadnje elektrode ročice.
- Roke iztegnite pred seboj navzdol, tako da tvorijo približno 45° kot s telesom in ne dotikajo bokov (slika B).
- Med merjenjem stojte pokončno, noge rahlo narazen in pazite, da se stegna ne dotikajo. Po potrebi ju razmaknite s tanko oblačilo ali listom papirja, da ne bi izkrivili rezultatov.
- Med merjenjem ostanite mirni in ne premikajte rok ali telesa. Napredek merjenja je viden v aplikaciji.
- Za natančne rezultate ostanite na tehtnici do konca merjenja.
- Pomembno: Pri merjenju z nogavicami ali čevlji tehtnica meri samo težo.
- **Izbira uporabnika:** Če tehtnico uporablja več oseb, pred merjenjem izberite svoj profil v aplikaciji. Če tehtnica zazna pomembno razliko od prejšnjega zapisa, vas bo opozorila, da preverite račun, da se izognete zmedi podatkov. Brez izbranega profila bo naprava prikazovala samo skupno težo.
- **Baby način:** Omogoča tehtanje otroka ali male živali. Aktivacija: v aplikaciji z dotikom „+“ v zgornjem desnem kotu in izbiro „Baby Mode“. Postopek: starš se najprej stehta sam, nato dvigne otroka – tehtnica samodejno izračuna težo otroka kot razliko.

Offline tehtanje:

Prva povezava z aplikacijo je potrebna za pravilno delovanje tehtnice. To aktivira vaš profil in merjenje telesne maščobe; pri naslednjih tehtanjih aplikacija ne potrebuje teči.

- **Pravilo 2 kg:** Offline meritve se shranijo v vaš profil le, če se vaša trenutna teža ne razlikuje za več kot 2 kg od prejšnje. To preprečuje zmedo uporabnikov.
- **Samodejna sinhronizacija:** Vsi podatki, izmerjeni brez telefona, bodo samodejno dodani v aplikacijo ob naslednji povezavi.

Posebna funkcija: Glasovni asistent

Tehtnica podpira funkcijo glasovnega asistenta, ki vas vodi skozi postopek merjenja z glasovnimi navodili. Funkcija je na voljo v naslednjih jezikih: angleščina, poljščina, italijanščina, francoščina, kitajščina in vietnamščina.

Nastavitve v aplikaciji: Račun → Naprava → Glasovni asistent (vklop/izklop) Spodaj lahko izberete jezik asistenta.

Tehtnica meri naslednje podatke:

- **Osnovni podatki:** Teža, BMI (indeks telesne mase), idealna telesna teža, stopnja debelosti
- **Sestava telesa:** Maščobna masa, mišična masa, telesna voda, kostna masa, podkožna maščoba, neto telesna masa, beljakovinska masa
- **Metabolični kazalniki:** BMR (bazalni metabolizem), visceralna maščoba, telesna starost, tip telesa

Rezultati merjenja:

Po končanem merjenju se osnovni rezultati prikažejo na domačem zaslonu aplikacije. Podrobna in natančna ocena posameznih parametrov je na voljo v razdelku „Report“ (slika C).

**Na voljo je tudi video vodič s pravilnim postopkom uporabe tehtnice. Video je v angleščini, besedilni opis sledi izbranemu jeziku aplikacije.*

*** Meritve srčnega utripa niso na voljo za ta model.*

Nastavitve računa:

V razdelku Account -> Settings lahko prilagodite osnovne parametre aplikacije. Spremenite temo (barvni vmesnik), jezik, merske enote, nastavite osebne cilje in povežete aplikacijo z Apple Health ali Fitbit za sinhronizacijo podatkov. Ta razdelek vključuje tudi možnost aktiviranja opomnika za redno tehtanje.

Odpravljanje težav:

1. **Bluetooth se ne poveže:** Prepričajte se, da je tehtnica vklopljena in da je Bluetooth aktiven na telefonu. Preverite različico operacijskega sistema. Po uspešni povezavi se na zaslonu tehtnice prikaže ikona Bluetooth. V aplikaciji se na glavnem zaslonu prikaže stanje „Connected“. Če se ne poveže samodejno, pojdite na: Account -> Device -> Add Device. Poiščite Bluetooth ime „WG BodyExpert“ in se ročno povežite.

2. **Analiza telesa ni prikazana:** Meritve morajo biti izvedene bosi. Prepričajte se, da so stopala in površina tehtnice suhi. Stojte na tehtnici približno 10 sekund ali dokler se vrednost ne preneha utripati. Prezgodnji odhod lahko povzroči nepopolno analizo. Preverite, ali je tehtnica povezana z drugo napravo.
3. **Prikazana napačna teža:** Postavite tehtnico na trdo, ravno in stabilno površino. Preverite, ali so senzorji (noge) spodaj čisti. Če je potrebno, ponastavite napravo s pomočjo reset odprtine v predalu za baterije. S tankim predmetom (npr. sponko) pritisnite in držite gumb približno 6 sekund, dokler se na zaslonu ne prikaže »CLr«.
4. **Tehtnica se ne vklopi:** Preverite stanje baterij in po potrebi zamenjajte. Pazite na pravilno polariteto.
5. **Simboli prikaza:**
 - Lo (nizka baterija): Baterije so prazne. Zamenjajte vse 4x AA baterije.
 - Err (preobremenitev): Tehtnica je preobremenjena (več kot 180 kg). Takoj stopite dol.
 - C (napaka merjenja): Napaka med merjenjem (npr. zaradi gibanja). Stopite dol, počakajte „0.0“ in ponovite merjenje.

Varnostna navodila:

- Ne uporabljajte, če je poškodovana ali če je steklo razpoko. Ne poskušajte razstavljati ali popravljati. Vse popravke mora opraviti pooblaščen servis.
- Ni namenjeno za medicinsko diagnozo. Vrednosti so samo informativne in ne nadomeščajo strokovnega zdravniškega pregleda.
- Ne uporabljajte, če imate srčni spodbujevalnik ali druge elektronske vsadke. Tehtnica uporablja bioelektrično impedanco, ki lahko vpliva na delovanje vsadkov.
- Ne presežite 180 kg. Ne stojte na robu in ne skačite po tehtnici.
- Uporabljajte samo na trdih, ravnih in stabilnih površinah. Ne uporabljajte na preprogah.
- Stopala in tehtnica morajo biti suhi, da preprečite drsenje.
- Merite ob istem času dneva za primerljive rezultate. Ne merite takoj po kopanju ali savni.
- Nosečnice naj uporabljajo le funkcijo tehtanja teže.
- Ni igrača. Shranjujte izven dosega otrok. Otroci lahko uporabljajo le pod nadzorom odraslih.
- Uporabljajte samo priporočene 4x AA baterije in pazite na polariteto. Ne mečite baterij v ogenj ali kratkostičite. Odvrzite baterije v skladu s predpisi.
- Očistite z rahlo vlažno krpo; ne uporabljajte agresivnih kemikalij.

RS – UPUTSTVO ZA UPOTREBU

Sadržaj pakovanja: Pametna vaga + merna ručka, korisničko uputstvo

Tehničke specifikacije: dimenzije: 333 x 305 x 33 mm; maksimalna nosivost: 180 kg (max. 400 lb); napajanje: 4x AA baterije (nisu uključene); metod merjenja: BIA (bioelektrična impedansna analiza) pomoću 8 elektroda; aplikacija: Fitdays

Opis uređaja:

1. Elektroda za palac na ručki, 2. Merna ručka, 3. LED ekran, 4. Površina od kaljenog stakla, 5. Ploča od nerđajućeg čelika, 6. Elektroda na ručki za četiri prsta, 7. Noge vage, 8. Donja plastična baza, 9. Poklopac odeljka za baterije (unutra otvor za resetovanje)

Početak korišćenja:

- Instalacija baterija: Umetnite 4xAA baterije u vagu i postavite je na tvrdu i ravnu površinu.
- Preuzimanje i instalacija aplikacije: Skenirajte QR kod ili potražite aplikaciju "Fitdays" u App Store / Google Play. Preuzmite i instalirajte aplikaciju.
- Registracija i podešavanje naloga: Otvorite aplikaciju Fitdays i registrujte se. Popunite lične podatke i potvrdite. Napomena: Netočno uneseni podaci (pol, starost, visina itd.) mogu uticati na tačnost rezultata. Režim sportiste: Aktivni sportisti (više od 10 sati intenzivnog treninga nedeljno) treba da uključe "Athlete Mode" u svom profilu radi preciznijeg izračunavanja mišićne mase.
- Uključivanje Bluetooth-a: Uključite Bluetooth na telefonu.
- iOS: Dozvolite aplikaciji pristup Bluetooth-u.
- Android: Uključite Bluetooth, GPS i dozvolite pristup lokaciji.
- Aktivacija vage: Lagano dodirnite vagu stopalom da biste je aktivirali. Sačekajte da se prikaže "0.0 kg".
- Uparivanje uređaja: Idite u aplikaciju: Account -> Device -> Add Device + -> izaberite WG BodyExpert.
- Promena jedinica i resetovanje: Pažljivo ubacite tanak predmet (npr. spajalicu) u otvor za resetovanje (unutar odeljka za bateriju) i kratko pritisnite da biste promenili jedinice (kg/lb). Za resetovanje pritisnite i držite približno 6 sekundi; kada se na ekranu pojavi „CLr“, uređaj je resetovan i možete započeti novo merenje

Merenje:

- Postavite vagu na tvrdu i ravnu površinu (npr. pločice, laminat, Slika A).
- Aktivirajte vagu laganim dodirrom stopala. Sačekajte da ekran prikaže "0.0" (kg/lb).

- Stanite na vagu bosih nogu – stopala moraju biti u potpunom kontaktu sa elektrodama.
- Uхватите mernu ručku sa obe ruke.
- Postavite palčeve na prednje elektrode na gornjoj strani ručke.
- Vrhove preostala četiri prsta postavite na zadnje elektrode ručke.
- Ispružite ruke ispred sebe, blago nadole, tako da formiraju ugao od približno 45° u odnosu na telo i ne dodiruju kukove (Slika B).
- Tokom merenja stojte uspravno, sa blago razmaknutim nogama i pazite da se butine ne dodiruju. Po potrebi ih razdvojte tankom odećom ili papirom kako biste izbegli izobličenje rezultata.
- Ostanite mirni tokom merenja i ne pomerajte ruke ni telo. Napredak merenja je vidljiv u aplikaciji.
- Za tačne rezultate ostanite na vagi dok se merenje ne završi.
- Važno: Ako merite u čarapama ili obući, vaga će izmeriti samo težinu.
- Izbor korisnika: Ako vagu koristi više osoba, izaberite svoj profil u aplikaciji pre merenja. Ako vaga detektuje značajnu razliku u odnosu na prethodni zapis, upozoriće vas da proverite nalog kako bi se izbegla zabuna. Bez izabranog profila uređaj može prikazati samo ukupnu težinu.
- Režim za bebe: Omogućava merenje bebe, deteta ili male životinje. Aktivacija: u aplikaciji klikom na "+" u gornjem desnom uglu i izborom "Baby Mode". Postupak: roditelj prvo stane na vagu sam, zatim uzme dete – vaga automatski izračunava težinu deteta kao razliku.

Merenje bez veze (offline):

Prvo povezivanje sa aplikacijom je neophodno za pravilan rad vage. Time se aktivira vaš profil i merenje telesne masti; za naredna merenja nije potrebno da aplikacija bude pokrenuta.

- Pravilo 2 kg: Offline merenja se čuvaju u vašem profilu samo ako se trenutna težina ne razlikuje od prethodne za više od 2 kg. Ovo služi kao zaštita od zamene korisnika.
- Automatska sinhronizacija: Svi podaci izmereni bez telefona biće automatski dodati u aplikaciju prilikom sledećeg povezivanja.

Specijalna funkcija: Glasovni asistent

Vaga podržava funkciju glasovnog asistenta koji vas vodi kroz proces merenja putem glasovnih uputstava. Funkcija je dostupna na sledećim jezicima: engleski, poljski, italijanski, francuski, kineski i vijetnamski.

Podešavanja u aplikaciji: Nalog → Uređaj → Glasovni asistent (uključeno/isključeno) Ispod možete izabrati jezik asistenta.

Vaga meri sledeće podatke:

- Osnovni podaci: Težina, BMI (indeks telesne mase), idealna telesna težina, nivo gojaznosti
- Sastav tela: Masno tkivo, mišićna masa, telesna voda, koštana masa, potkožna mast, bezmasna telesna masa, proteinska masa
- Metabolički pokazatelji: BMR (bazalni metabolizam), visceralna mast, starost tela, tip tela

Rezultati merenja:

Nakon završetka merenja osnovni rezultati se prikazuju na početnom ekranu aplikacije. Detaljna i precizna analiza pojedinačnih parametara dostupna je u sekciji "Report" (Slika C).

**Dostupan je i video vodič sa pravilnim postupkom korišćenja vage. Video je na engleskom jeziku, tekstualni opis prati trenutno izabrani jezik aplikacije.*

*** Merenje pulsa nije dostupno za ovaj model.*

Podešavanja naloga:

U sekciji Account -> Settings moguće je podesiti osnovne parametre aplikacije. Možete promeniti temu aplikacije (boju interfejsa), jezik, jedinice mere, postaviti lične ciljeve i povezati aplikaciju sa Apple Health ili Fitbit radi sinhronizacije podataka. Ova sekcija takođe uključuje opciju za aktiviranje podsetnika za redovno merenje.

Rešavanje problema:

1. Bluetooth se ne povezuje: Proverite da li je vaga uključena i da li je Bluetooth aktivan na telefonu. Proverite verziju operativnog sistema telefona. Nakon uspešnog povezivanja na ekranu vage pojavljuje se Bluetooth ikona. U aplikaciji se prikazuje status "Connected" na glavnom ekranu. Ako se ne poveže automatski, idite na: Account -> Device -> Add Device. Pronađite Bluetooth naziv "WG BodyExpert" i povežite ručno.
2. Analiza tela se ne prikazuje: Merenje mora biti obavljeno bosih nogu. Uverite se da su stopala i površina vage suvi. Stanite na vagu oko 10 sekundi ili dok vrednost ne prestane da treperi. Prerano silazak može uzrokovati nepotpunu analizu. Proverite da li je vaga uparena sa drugim uređajem.
3. Netačna težina: Postavite vagu na tvrdu, ravnu i stabilnu površinu. Proverite da li su senzori (noge) na donjoj strani čisti. Po potrebi resetujte uređaj pomoću otvora za reset u odeljku za baterije. Pomoću tankog predmeta (npr. spajalice) pritisnite i držite dugme približno 6 sekundi dok se na ekranu ne pojavi „CLR“.
4. Vaga se ne uključuje: Proverite stanje baterija i po potrebi ih zamenite. Obratite pažnju na pravilnu polaritet.

5. Oznake na ekranu:

- Lo (Low battery): Baterije su slabe. Zamenite sve 4xAA baterije.
- Err (Overload): Vaga je preopterećena (prekoračuje 180 kg). Odmah siđite.
- C (Greška merenja): Greška tokom merenja (npr. zbog pomeranja). Siđite, sačekajte "0.0" i ponovite.

Bezbednosna uputstva:

- Ne koristite ako je uređaj oštećen ili ako je staklo napuklo. Ne pokušavajte rastavljanje ili popravku. Sve popravke treba da obavi ovlašćeni servis.
- Nije namenjeno za medicinsku dijagnostiku. Vrednosti su informativne i ne zamenjuju stručni medicinski pregled.
- Ne koristite ako imate pejsmejker ili druge elektronske implantate. Vaga koristi bioelektričnu impedansu koja može uticati na rad implantiranih uređaja.
- Ne prekoračujte 180 kg. Ne stajte na ivicu niti skačite po vagi.
- Koristite samo na tvrdoj, ravnoj i stabilnoj površini. Ne koristite na tepihu.
- Stopala i vaga moraju biti suvi kako bi se sprečilo klizanje.
- Merite u isto vreme dana radi uporedivih rezultata. Ne merite se odmah nakon kupanja ili saune.
- Trudnice treba da koriste samo funkciju merenja težine.
- Nije igračka. Držite van domašaja dece. Deca mogu koristiti samo pod nadzorom odrasle osobe.
- Koristite samo preporučene 4xAA baterije i obratite pažnju na polaritet. Ne bacajte baterije u vatru niti ih kratko spajajte. Odlazite baterije u skladu sa propisima.
- Čistite blago vlažnom krpom; ne koristite agresivne hemikalije.

RO – MANUAL DE UTILIZARE

Conținutul pachetului: Cântar inteligent + mâner de măsurare, manual de utilizare

Specificații tehnice: dimensiuni: 333 x 305 x 33 mm; capacitate maximă: 180 kg (max. 400 lb); alimentare: 4x baterii AA (nu sunt incluse); metodă de măsurare: BIA (analiză de impedanță bioelectrică) utilizând 8 electrozi; aplicație: Fitdays

Descrierea dispozitivului:

1. Electrode pentru degetul mare pe mâner, 2. Mâner de măsurare, 3. Ecran LED, 4. Suprafață din sticlă securizată,
5. Placă din oțel inoxidabil, 6. Electrode pe mâner pentru patru degete, 7. Picioarele cântarului, 8. Bază inferioară din plastic, 9. Capac compartiment baterii (orificiu de reset în interior)

Primii pași:

- Instalarea bateriilor: Introduceți 4x baterii AA în cântar și așezați-l pe o suprafață dură și plană.
- Descărcarea și instalarea aplicației: Scațați codul QR sau căutați aplicația "Fitdays" în App Store / Google Play. Descărcați și instalați aplicația.
- Înregistrare și configurare cont: Deschideți aplicația Fitdays și înregistrați-vă. Completați datele personale și confirmați.

Notă: Datele introduse incorect (sex, vârstă, înălțime etc.) pot afecta acuratețea rezultatelor. Mod sportiv: Sportivii activi (mai mult de 10 ore de antrenament intens pe săptămână) ar trebui să activeze „Athlete Mode” în profil pentru un calcul mai precis al masei musculare.

- Activarea Bluetooth: Porniți Bluetooth pe telefon.
- iOS: Permiteți aplicației acces la Bluetooth.
- Android: Porniți Bluetooth, GPS și permiteți accesul la locație.
- Activarea cântarului: Atingeți ușor cântarul cu piciorul pentru a-l activa. Așteptați până când se afișează „0.0 kg”.
- Asocierea dispozitivului: Accesați aplicația: Account -> Device -> Add Device + -> selectați WG BodyExpert.
- Schimbarea unităților și resetare: Introduceți cu grijă un obiect subțire (de ex. o agrafă) în orificiul de resetare (în interiorul compartimentului bateriei) și apăsați scurt pentru a schimba unitățile (kg/lb). Pentru resetare, apăsați și mențineți apăsat aproximativ 6 secunde; când pe afișaj apare „CLr”, dispozitivul a fost resetat și puteți începe o nouă măsurare

Măsurare:

- Așezați cântarul pe o suprafață dură și plană (de ex. gresie, parchet laminat, Figura A).
- Activați cântarul atingându-l ușor cu piciorul. Așteptați până când ecranul afișează „0.0” (kg/lb).
- Urcați-vă pe cântar desculț – picioarele trebuie să fie în contact complet cu electrozii.
- Țineți mânerul de măsurare cu ambele mâini.
- Așezați degetele mari pe electrozii frontali de pe partea superioară a mânerului.
- Așezați vârful celoralte patru degete pe electrozii din spate ai mânerului.
- Întindeți brațele în față, ușor în jos, astfel încât să formeze un unghi de aproximativ 45° față de corp și să nu atingă șoldurile (Figura B).
- Stați drept în timpul măsurării, cu picioarele ușor depărtate și asigurați-vă că coapsele nu se ating. Dacă este necesar, separați-le cu haine subțiri sau o foaie de hârtie pentru a evita distorsionarea rezultatelor.

- Rămâneți nemișcat în timpul măsurării și nu mișcați brațele sau corpul. Progresul măsurării este vizibil în aplicație.
- Pentru rezultate precise, rămâneți pe cântar până la finalizarea măsurării.
- Important: Dacă măsurați purtând șosete sau încălțăminte, cântarul va măsura doar greutatea.
- Selectarea utilizatorului: Dacă cântarul este utilizat de mai multe persoane, selectați profilul dvs. în aplicație înainte de măsurare. Dacă cântarul detectează o diferență semnificativă față de ultima înregistrare, vă va avertiza să verificați contul pentru a evita confuzia datelor. Fără un profil selectat, dispozitivul poate afișa doar greutatea totală.
- Mod bebeluș: Permite cântărirea unui bebeluș, copil sau animal mic. Activare: în aplicație prin apăsarea „+” în colțul din dreapta sus și selectarea „Baby Mode”. Procedură: părintele se cântărește mai întâi singur, apoi ia copilul în brațe – cântarul calculează automat greutatea copilului ca diferență.

Cântărire offline:

Prima conectare cu aplicația este necesară pentru funcționarea corectă a cântarului. Aceasta activează profilul dvs. și măsurarea grăsimii corporale; pentru cântările ulterioare nu este necesar ca aplicația să fie pornită.

- Regula 2 kg: Măsurătorile offline sunt salvate în profil doar dacă greutatea actuală nu diferă de ultima cu mai mult de 2 kg. Aceasta este o protecție împotriva confuziei utilizatorilor.
- Sincronizare automată: Toate datele măsurate fără telefon vor fi adăugate automat în aplicație la următoarea conectare.

Funcție specială: Asistent vocal

Cântarul suportă funcția de asistent vocal care vă ghidează prin procesul de măsurare cu instrucțiuni vocale.

Funcția este disponibilă în următoarele limbi: engleză, poloneză, italiană, franceză, chineză și vietnameză.

Setări în aplicație: Cont → Dispozitiv → Asistent vocal (pornit/oprit) Mai jos puteți selecta limba asistentului.

Cântarul măsoară următoarele date:

- Date de bază: Greutate, IMC (indice de masă corporală), greutate corporală ideală, nivel de obezitate
- Compoziția corpului: Masă de grăsime, masă musculară, apă corporală, masă osoasă, grăsime subcutanată, masă corporală fără grăsime, masă proteică
- Indicatori metabolici: BMR (rata metabolică bazală), grăsime viscerală, vârsta corpului, tipul corpului

Rezultatele măsurării:

- După finalizarea măsurării, rezultatele de bază sunt afișate pe ecranul principal al aplicației. O evaluare detaliată și precisă a parametrilor individuali este disponibilă în secțiunea „Report” (Figura C).

**Este disponibil și un tutorial video cu procedura corectă de utilizare a cântarului. Videoclipul este în limba engleză, descrierea textului urmează limba selectată în aplicație.*

*** Măsurarea ritmului cardiac nu este disponibilă pentru acest model.*

Setări cont:

În secțiunea Account -> Settings este posibilă ajustarea parametrilor de bază ai aplicației. Puteți schimba tema aplicației (culoarea interfeței), limba, unitățile de măsură, seta obiective personale și conecta aplicația cu Apple Health sau Fitbit pentru sincronizarea datelor. Această secțiune include și opțiunea de activare a unui memento pentru cântărire regulată.

Depanare:

1. Bluetooth nu se conectează: Asigurați-vă că cântarul este pornit și că Bluetooth este activ pe telefon. Verificați versiunea sistemului de operare al telefonului. După o conexiune reușită, pe ecranul cântarului apare o pictogramă Bluetooth. În aplicație apare statusul „Connected” pe ecranul principal. Dacă nu se conectează automat, accesați: Account -> Device -> Add Device. Căutați numele Bluetooth „WG BodyExpert” și conectați manual.
2. Analiza corpului nu este afișată: Măsurarea trebuie realizată desculț. Asigurați-vă că picioarele și suprafața cântarului sunt uscate. Stați pe cântar aproximativ 10 secunde sau până când valoarea încetează să mai clipească. Coborârea prea devreme poate cauza o analiză incompletă. Verificați dacă cântarul este conectat la un alt dispozitiv.
3. Greutate incorectă: Așezați cântarul pe o suprafață dură, plană și stabilă. Verificați dacă senzorii (picioarele) de pe partea inferioară sunt curați. Dacă este necesar, resetați dispozitivul folosind orificiul de reset din compartimentul bateriilor. Folosiți un obiect subțire (de ex. o agrafă) pentru a apăsa și menține apăsat butonul aproximativ 6 secunde, până când pe afișaj apare „CLR”.
4. Cântarul nu pornește: Verificați starea bateriilor și înlocuiți-le dacă este necesar. Respectați polaritatea corectă.
5. Simboluri afișate:
 - Lo (baterie descărcată): Bateriile sunt slabe. Înlocuiți toate cele 4 baterii AA.
 - Err (suprasarcină): Cântarul este supraîncărcat (depășește 180 kg). Coborâți imediat.

- C (eroare de măsurare): Eroare în timpul măsurării (de ex. din cauza mișcării). Coborâți, așteptați „0.0” și repetați.

Instrucțiuni de siguranță:

- Nu utilizați dacă dispozitivul este deteriorat sau dacă sticla este crăpată. Nu încercați să dezamblați sau să reparați. Toate reparațiile trebuie efectuate de un service autorizat.
- Nu este destinat pentru diagnostic medical. Valorile sunt orientative și nu înlocuiesc un consult medical profesionist.
- Nu utilizați dacă aveți stimulator cardiac sau alte implanturi electronice. Cântarul utilizează impedanță bioelectrică, care poate afecta funcționarea dispozitivelor implantate.
- Nu depășiți 180 kg. Nu călcați pe margine și nu săriți pe cântar.
- Utilizați doar pe suprafețe dure, plane și stabile. Nu utilizați pe covor.
- Picioarele și cântarul trebuie să fie uscate pentru a preveni alunecarea.
- Măsurați-vă în același moment al zilei pentru rezultate comparabile. Nu vă măsurați imediat după baie sau saună.
- Femeile însărcinate trebuie să utilizeze doar funcția de măsurare a greutateii.
- Nu este o jucărie. Păstrați departe de copii. Copiii pot utiliza doar sub supravegherea unui adult.
- Utilizați doar baterii 4xAA recomandate și respectați polaritatea. Nu aruncați bateriile în foc și nu le scurtcircuitați. Eliminați bateriile conform reglementărilor.
- Curățați cu o cârpă ușor umedă; nu utilizați substanțe chimice agresive.

BG – РЪКОВОДСТВО ЗА ПОЛЗВАНЕ

Съдържание на опаковката: Умен кантар + измервателна дръжка, ръководство за потребителя

Технически спецификации: размери: 333 x 305 x 33 mm; максимален капацитет: 180 kg (max. 400 lb);
захранване: 4x AA батерии (не са включени); метод на измерване: BIA (биоелектричен импедансен анализ)
с помощта на 8 електрода; приложение: Fitdays

Описание на устройството:

1. Електрод за палец на дръжката, 2. Измервателна дръжка, 3. LED дисплей, 4. Повърхност от закалено стъкло, 5. Плоча от неръждаема стомана, 6. Електрод на дръжката за четири пръста, 7. Крака на кантара, 8. Долна пластмасова основа, 9. Капак на отделението за батерии (отвор за нулиране вътре)

Първи стъпки:

- Поставете на батериите: Поставете 4xAA батерии в кантара и го поставете върху твърда и равна повърхност.
- Изтегляне и инсталиране на приложението: Сканирайте QR кода или потърсете приложението "Fitdays" в App Store / Google Play. Изтеглете и инсталирайте приложението.
- Регистрация и настройка на акаунт: Отворете приложението Fitdays и се регистрирайте. Попълнете личните данни и потвърдете.

Забележка: Неправилно въведени данни (пол, възраст, ръст и др.) могат да повлияят на точността на резултатите. Режим за спортисти: Активни спортисти (повече от 10 часа интензивни тренировки седмично) трябва да включат "Athlete Mode" в профила си за по-точно изчисляване на мускулната маса.

- Включване на Bluetooth: Включете Bluetooth на телефона си.
- iOS: Разрешете на приложението достъп до Bluetooth.
- Android: Включете Bluetooth, GPS и разрешете достъп до местоположението.
- Активиране на кантара: Леко докоснете кантара с крак, за да го активирате. Изчакайте да се покаже "0.0 kg".
- Свързване на устройството: Влезте в приложението: Account -> Device -> Add Device + -> изберете WG BodyExpert.
- Смяна на единици и нулиране: Внимателно поставете тънък предмет (напр. кламер) в отвора за нулиране (вътре в отделението за батерията) и натиснете кратко, за да смените единиците (kg/lb). За нулиране натиснете и задръжте около 6 секунди; когато на дисплея се появи „CLr“, устройството е нулирано и можете да започнете ново измерване

Измерване:

- Поставете кантара върху твърда и равна повърхност (напр. плочки, ламиниран под, Фигура А).
- Активирайте кантара с леко докосване с крак. Изчакайте дисплеят да покаже "0.0" (kg/lb).
- Стъпете върху кантара боси – стъпалата трябва да имат пълен контакт с електродите.
- Хванете измервателната дръжка с двете ръце.
- Поставете палците върху предните електроди от горната страна на дръжката.
- Поставете върховете на останалите четири пръста върху задните електроди на дръжката.
- Изпънете ръцете напред и леко надолу, така че да образуват ъгъл около 45° спрямо тялото и да не докосват бедрата (Фигура В).

- По време на измерването стойте изправени с леко разтворени крака и се уверете, че бедрата не се допират. Ако е необходимо, ги разделете с тънка дреха или лист хартия, за да избегнете изкривяване на резултатите.
- Останете неподвижни по време на измерването и не движете ръцете или тялото. Напредъкът на измерването се вижда в приложението.
- За точни резултати останете върху кантара, докато измерването приключи.
- Важно: При измерване с чорапи или обувки кантарът ще измери само теглото.
- Избор на потребител: Ако кантарът се използва от няколко души, изберете своя профил в приложението преди измерване. Ако кантарът отчете значителна разлика спрямо предходното измерване, ще ви предупреди да проверите акаунта, за да избегнете объркване. Без избран профил устройството може да показва само общото тегло.
- Режим за бебе: Позволява измерване на бебе, дете или малко животно. Активиране: в приложението чрез натискане на "+" в горния десен ъгъл и избор на "Baby Mode". Процедура: родителят първо се претегля сам, след това взема детето – кантарът автоматично изчислява теглото на детето като разлика.

Офлайн претегляне:

Първото свързване с приложението е необходимо за правилната работа на кантара. Това активира вашия профил и измерването на телесните мазнини; за следващи претегляния не е необходимо приложението да бъде стартирано.

- Правило 2 kg: Офлайн измерванията се записват във вашия профил само ако текущото тегло не се различава от последното с повече от 2 kg. Това служи като защита срещу объркване между потребителите.
- Автоматична синхронизация: Всички данни, измерени без телефон, ще бъдат автоматично добавени в приложението при следващото свързване.

Специална функция: Гласов асистент

Везната поддържа функция за гласов асистент, който ви води през процеса на измерване с гласови инструкции. Функцията е налична на следните езици: английски, полски, италиански, френски, китайски и виетнамски.

Настройки в приложението: Акаунт → Устройство → Гласов асистент (вкл./изкл.) По-долу можете да изберете езика на асистента.

Кантарът измерва следните данни:

- Основни данни: Тегло, BMI (индекс на телесна маса), идеално телесно тегло, ниво на затлъстяване
- Състав на тялото: Мазнини, мускулна маса, телесна вода, костна маса, подкожни мазнини, безмаслена телесна маса, протеинова маса
- Метаболитни показатели: BMR (базален метаболизъм), висцерални мазнини, възраст на тялото, тип тяло

Резултати от измерването:

- След приключване на измерването основните резултати се показват на началния екран на приложението. Подробна и точна оценка на отделните параметри е налична в секцията "Report" (Фигура C).

**Наличен е и видео урок с правилната процедура за използване на кантара. Видеото е на английски език, текстовото описание следва избрания език на приложението.*

*** Измерване на пулс не е налично за този модел.*

Настройки на акаунта:

В секцията Account -> Settings могат да се настройват основните параметри на приложението. Можете да промените темата на приложението (цветя на интерфейса), езика, мерните единици, да зададете лични цели и да свържете приложението с Apple Health или Fitbit за синхронизация на данните. Тази секция включва и опция за активиране на напомняне за редовно претегляне.

Отстраняване на неизправности:

1. Bluetooth не се свързва: Уверете се, че кантарът е включен и Bluetooth е активен на телефона. Проверете версията на операционната система. След успешно свързване на дисплея на кантара се появява икона за Bluetooth. В приложението се показва статус "Connected" на началния екран. Ако не се свърже автоматично, отидете на: Account -> Device -> Add Device. Намерете Bluetooth името "WG BodyExpert" и се свържете ръчно.
2. Не се показва анализ на тялото: Измерването трябва да се извършва боси. Уверете се, че краката и повърхността на кантара са сухи. Стойте върху кантара около 10 секунди или докато стойността спре да мига. Прекалено ранното слизване може да доведе до непълен анализ. Проверете дали кантарът не е свързан с друго устройство.
3. Неправилно тегло: Поставете кантара върху твърда, равна и стабилна повърхност. Проверете дали сензорите (краката) отдолу са чисти. При необходимост нулирайте устройството чрез отвора за

нулюване в отделението за батерии. С помощта на тънък предмет (напр. кламер) натиснете и задръжте бутона за около 6 секунди, докато на дисплея се появи „CLr“.

4. Кантарът не се включва: Проверете батериите и при нужда ги сменете. Спазвайте правилната полярност.
5. Показвани символи:
 - Lo (ниско ниво на батерия): Батериите са изтощени. Сменете всички 4xAA батерии.
 - Err (претоварване): Кантарът е претоварен (над 180 kg). Слезте незабавно.
 - C (грешка при измерване): Грешка по време на измерването (напр. поради движение). Слезте, изчакайте "0.0" и повторете.

Инструкции за безопасност:

- Не използвайте, ако устройството е повредено или стъклото е напукано. Не се опитвайте да разглобявате или ремонтирате. Всички ремонти трябва да се извършват от оторизиран сервиз.
- Не е предназначено за медицинска диагностика. Стойностите са ориентировъчни и не заместват професионален медицински преглед.
- Не използвайте, ако имате пейсмейкър или други електронни импланти. Кантарът използва биоелектричен импеданс, който може да повлияе на работата на имплантираните устройства.
- Не превишавайте 180 kg. Не стъпвайте на ръба и не скачайте върху кантара.
- Използвайте само върху твърди, равни и стабилни повърхности. Не използвайте върху килим.
- Краката и кантарът трябва да са сухи, за да се предотврати подхлъзване.
- Измервайте се по едно и също време на деня за сравними резултати. Не се измервайте веднага след баня или сауна.
- Бременните жени трябва да използват само функцията за измерване на тегло.
- Не е играчка. Дръжте далеч от деца. Децата могат да използват само под наблюдение на възрастен.
- Използвайте само препоръчани 4xAA батерии и спазвайте полярността. Не хвърляйте батериите в огън и не ги късо съединявайте. Изхвърляйте батериите съгласно разпоредбите.
- Почиствайте с леко влажна кърпа; не използвайте агресивни химикали.

UA – ІНСТРУКЦІЯ КОРИСТУВАЧА

Вміст упаковки: Розумні ваги + вимірювальна ручка, інструкція користувача

Технічні характеристики: розміри: 333 x 305 x 33 мм; максимальне навантаження: 180 кг (макс. 400 lb); живлення: 4x AA батареї (не входять до комплекту); метод вимірювання: BIA (біоелектричний імпедансний аналіз) за допомогою 8 електродів; застосунок: Fitdays

Опис пристрою:

1. Електрод для великого пальця на ручці, 2. Вимірювальна ручка, 3. LED-дисплей, 4. Поверхня із загартованого скла, 5. Пластина з нержавіючої сталі, 6. Електрод на ручці для чотирьох пальців, 7. Ніжки ваг, 8. Нижня пластикова основа, 9. Кришка відсіку для батарей (всередині отвір для скидання)

Початок роботи:

- Встановлення батарей: Вставте 4xAA батареї у ваги та розмістіть їх на твердій і рівній поверхні.
- Завантаження та встановлення застосунку: Відскануйте QR-код або знайдіть застосунок "Fitdays" у App Store / Google Play. Завантажте та встановіть застосунок.
- Реєстрація та налаштування облікового запису: Відкрийте застосунок Fitdays і зареєструйтеся. Заповніть особисті дані та підтвердіть.

Примітка: Неправильно введені дані (стать, вік, зріст тощо) можуть вплинути на точність результатів. Режим спортсмена: Активні спортсмени (понад 10 годин інтенсивних тренувань на тиждень) повинні увімкнути "Athlete Mode" у своєму профілі для більш точного розрахунку м'язової маси.

- Увімкнення Bluetooth: Увімкніть Bluetooth на телефоні.
- iOS: Дозвольте застосунку доступ до Bluetooth.
- Android: Увімкніть Bluetooth, GPS та надайте доступ до місцезнаходження.
- Активація ваг: Легко торкніться ваги ногою, щоб активувати її. Зачекайте, поки з'явиться "0.0 kg".
- Підключення пристрою: У застосунку перейдіть: Account -> Device -> Add Device + -> виберіть WG BodyExpert.
- Перемикання одиниць та скидання: Обережно вставте тонкий предмет (наприклад, скріпку) в отвір скидання (всередині відсіку для батарей) і коротко натисніть, щоб змінити одиниці (kg/lb). Для скидання натисніть і утримуйте приблизно 6 секунд; коли на дисплеї з'явиться «CLr», пристрій скинуто і можна розпочати нове вимірювання

Вимірювання:

- Розмістіть ваги на твердій і рівній поверхні (наприклад, плитка, ламінат, Рисунок А).

- Активуйте ваги легким дотиком ноги. Зачекайте, поки дисплей покаже "0.0" (kg/lb).
- Станьте на ваги босоніж – стопи повинні повністю контактувати з електродами.
- Візьміться за вимірювальну ручку обома руками.
- Розмістіть великі пальці на передніх електродах у верхній частині ручки.
- Розмістіть кінчики інших чотирьох пальців на задніх електродах ручки.
- Витягніть руки вперед і трохи вниз так, щоб вони утворювали кут приблизно 45° відносно тіла і не торкалися стегон (Рисунок В).
- Під час вимірювання стійте прямо, злегка розставивши ноги, і переконайтеся, що стегна не торкаються. За потреби розділіть їх тонким одягом або аркушем паперу, щоб уникнути спотворення результатів.
- Залишайтеся нерухомими під час вимірювання та не рухайте руками чи тілом. Хід вимірювання відображається в застосунку.
- Для отримання точних результатів залишайтеся на вагах до завершення вимірювання.
- Важливо: Під час вимірювання в шкарпетках або взутті ваги вимірюють лише вагу.
- Вибір користувача: Якщо вагами користуються кілька людей, перед вимірюванням оберіть свій профіль у застосунку. Якщо ваги виявлять значну різницю порівняно з попереднім результатом, вони попередять вас перевірити обліковий запис, щоб уникнути плутанини. Без вибраного профілю пристрій може відображати лише загальну вагу.
- Режим для немовлят: Дозволяє зважувати немовля, дитину або невелику тварину. Активація: у застосунку натисніть "+" у правому верхньому куті та виберіть "Baby Mode". Процедура: спочатку батько/мати стає на ваги самостійно, потім бере дитину – ваги автоматично обчислюють вагу дитини як різницю.

Зважування без підключення (офлайн):

Перше підключення до застосунку необхідне для коректної роботи ваг. Це активує ваш профіль і вимірювання жирової маси; для наступних зважувань не потрібно, щоб застосунок був відкритий.

- Правило 2 кг: Офлайн-вимірювання зберігаються у вашому профілі лише якщо поточна вага не відрізняється від попередньої більш ніж на 2 кг. Це захист від плутанини користувачів.
- Автоматична синхронізація: Усі дані, виміряні без телефону, будуть автоматично додані до застосунку під час наступного підключення.

Спеціальна функція: Голосовий асистент

Ваги підтримують функцію голосового асистента, який проводить вас через процес вимірювання за допомогою голосових інструкцій. Функція доступна такими мовами: англійська, польська, італійська, французька, китайська та в'єтнамська.

Налаштування в додатку: Обліковий запис → Пристрій → Голосовий асистент (увімк./вимк.) Нижче можна вибрати мову асистента.

Ваги вимірюють такі дані:

- Основні дані: Вага, BMI (індекс маси тіла), ідеальна маса тіла, рівень ожиріння
- Склад тіла: Жирова маса, м'язова маса, вода в організмі, кісткова маса, підшкірний жир, безжирова маса тіла, білкова маса
- Метаболічні показники: BMR (базальний метаболізм), вісцеральний жир, вік тіла, тип тіла

Результати вимірювання:

- Після завершення вимірювання основні результати відображаються на головному екрані застосунку. Детальна та точна оцінка окремих параметрів доступна в розділі "Report" (Рисунок С).

**Також доступне відео з правильною процедурою використання ваг. Відео англійською мовою, текстовий опис відповідає обраній мові застосунку.*

*** Вимірювання пульсу для цієї моделі недоступне.*

Налаштування облікового запису:

У розділі Account -> Settings можна налаштувати основні параметри застосунку. Ви можете змінити тему (кольоровий інтерфейс), мову, одиниці вимірювання, встановити особисті цілі та підключити застосунок до Apple Health або Fitbit для синхронізації даних. Також доступна функція нагадування про регулярне зважування.

Усунення несправностей:

1. Bluetooth не підключається: Переконайтеся, що ваги увімкнені, а Bluetooth активний на телефоні. Перевірте версію операційної системи телефону. Після успішного підключення на дисплеї ваг з'являється значок Bluetooth. У застосунку на головному екрані відображається статус "Connected". Якщо підключення не відбулося автоматично, перейдіть: Account -> Device -> Add Device. Знайдіть Bluetooth-ім'я "WG BodyExpert" і підключіть вручну.
2. Не відображається аналіз тіла: Вимірювання потрібно проводити босоніж. Переконайтеся, що стопи та поверхня ваг сухі. Стійте на вагах приблизно 10 секунд або поки значення не перестане блимати.

Передчасне сходження може призвести до неповного аналізу. Перевірте, чи ваги не підключені до іншого пристрою.

3. Неправильна вага: Розмістіть ваги на твердій, рівній і стабільній поверхні. Переконайтеся, що датчики (ніжки) знизу чисті. За потреби виконайте скидання через отвір у відсіку для батарей. За допомогою тонкого предмета (наприклад, скріпки) натисніть і утримуйте кнопку приблизно 6 секунд, доки на дисплеї не з'явиться «CLr».
4. Ваги не вмикаються: Перевірте батарейки та за потреби замініть їх. Дотримуйтеся правильної полярності.
5. Позначення на дисплеї:
 - Lo (низький заряд): Батарейки розряджені. Замініть усі 4xAA батарейки.
 - Err (перевантаження): Ваги перевантажені (понад 180 кг). негайно зійдіть.
 - C (помилка вимірювання): Помилка під час вимірювання (наприклад, через рух). Зійдіть, зачекайте "0.0" і повторіть.

Інструкції з безпеки:

- Не використовуйте, якщо пристрій пошкоджений або скло тріснуло. Не намагайтеся розбирати чи ремонтувати. Усі ремонти повинні виконуватися авторизованим сервісом.
- Не призначено для медичної діагностики. Значення мають довідковий характер і не замінюють професійного медичного огляду.
- Не використовуйте, якщо маєте кардіостимулятор або інші електронні імпланти. Ваги використовують біоелектричний імпеданс, який може впливати на роботу імплантованих пристроїв.
- Не перевищуйте 180 кг. Не ставайте на край і не стрибайте на вагах.
- Використовуйте лише на твердій, рівній і стабільній поверхні. Не використовуйте на килимі.
- Стопи та ваги повинні бути сухими, щоб уникнути ковзання.
- Зважуйтеся в один і той самий час доби для порівнянних результатів. Не зважуйтеся одразу після ванни або сауни.
- Вагітним жінкам слід використовувати лише функцію вимірювання ваги.
- Не є іграшкою. Тримайте подалі від дітей. Діти можуть користуватися лише під наглядом дорослих.
- Використовуйте лише рекомендовані батарейки 4xAA та дотримуйтеся полярності. Не кидайте батарейки у вогонь і не замикайте їх. Утилізуйте батарейки відповідно до норм.
- Очищуйте злегка вологою тканиною; не використовуйте агресивні хімічні засоби.

DK – BRUGERMANUAL

Pakkens indhold: Smart vægt + målehåndtag, brugervejledning

Tekniske specifikationer: dimensioner: 333 x 305 x 33 mm; maksimal kapacitet: 180 kg (maks. 400 lb); strømforsyning: 4x AA-batterier (medfølger ikke); målemetode: BIA (bioelektrisk impedansanalyse) ved brug af 8 elektroder; app: Fitdays

Beskrivelse af enheden:

1. Tommelektrode på håndtaget, 2. Målehåndtag, 3. LED-display, 4. Overflade af hærdet glas, 5. Rustfri stålplade, 6. Elektrode på håndtaget til fire fingre, 7. Vægtens fødder, 8. Nederste plastbase, 9. Batterirumsdæksel (reset-hul indeni)

Kom godt i gang:

- Isætning af batterier: Indsæt 4xAA-batterier i vægten og placer den på en hård og plan overflade.
- Download og installation af app: Scan QR-koden eller søg efter "Fitdays" i App Store / Google Play. Download og installer appen.

- Registrering og opsætning af konto: Åbn Fitdays-appen og registrer dig. Udfyld personlige oplysninger og bekræft.

Bemærk: Forkert indtastede data (køn, alder, højde osv.) kan påvirke nøjagtigheden af resultaterne. Atlet-tilstand: Aktive atleter (mere end 10 timers intensiv træning om ugen) bør aktivere "Athlete Mode" i deres profil for mere præcis beregning af muskelmasse.

- Aktivering af Bluetooth: Tænd Bluetooth på din telefon.
- iOS: Giv appen adgang til Bluetooth.
- Android: Tænd Bluetooth, GPS og giv adgang til placering.
- Aktivering af vægten: Tryk let på vægten med foden for at aktivere den. Vent, indtil "0.0 kg" vises.
- Parring af enheden: Gå til appen: Account -> Device -> Add Device + -> vælg WG BodyExpert.
- Skift af enheder og nulstilling: Indsæt forsigtigt en tynd genstand (f.eks. en papirclips) i nulstillingshullet (inde i batterirummet), og tryk kort for at skifte enheder (kg/lb). For nulstilling skal du trykke og holde i ca. 6 sekunder; når "CLr" vises på displayet, er enheden nulstillet, og du kan starte en ny måling

Måling:

- Placer vægten på en hård og plan overflade (f.eks. fliser, laminat, Figur A).
- Aktiver vægten ved let at trykke med foden. Vent, indtil displayet viser "0.0" (kg/lb).
- Stå på vægten barfodet – fødderne skal have fuld kontakt med elektroderne.
- Hold målehåndtaget med begge hænder.
- Placer tommelfingrene på de forreste elektroder på toppen af håndtaget.
- Placer spidserne af de øvrige fire fingre på de bageste elektroder på håndtaget.
- Stræk armene frem og let nedad, så de danner en vinkel på cirka 45° i forhold til kroppen og ikke rører hofterne (Figur B).
- Stå oprejst under målingen med benene let adskilt og sørg for, at lårene ikke rører hinanden. Om nødvendigt adskil dem med tyndt tøj eller et stykke papir for at undgå forvrængning af resultaterne.
- Stå stille under målingen og bevæg ikke arme eller krop. Måleforløbet vises i appen.
- For nøjagtige resultater skal du blive stående på vægten, indtil målingen er afsluttet.
- Vigtigt: Ved måling med sokker eller sko måler vægten kun vægten.
- Brugervalg: Hvis vægten bruges af flere personer, skal du vælge din profil i appen før måling. Hvis vægten registrerer en betydelig forskel fra den forrige måling, vil den advare dig om at kontrollere kontoen for at undgå forveksling af data. Uden valgt profil kan enheden kun vise den samlede vægt.
- Babymodus: Gør det muligt at veje en baby, et barn eller et lille dyr. Aktivering: i appen ved at trykke på "+" i øverste højre hjørne og vælge "Baby Mode". Fremgangsmåde: Forælderen vejer sig først alene og tager derefter barnet op – vægten beregner automatisk barnets vægt som forskellen.

Offline vejning:

Den første forbindelse til appen er nødvendig for korrekt funktion af vægten. Dette aktiverer din profil og måling af kropsfedt; det er ikke nødvendigt at have appen åben ved efterfølgende vejninger.

- 2 kg-regel: Offline målinger gemmes kun i din profil, hvis din aktuelle vægt ikke afviger med mere end 2 kg fra den forrige. Dette er en beskyttelse mod forveksling af brugere.
- Automatisk synkronisering: Alle data målt uden telefon vil automatisk blive tilføjet i appen ved næste forbindelse.

Særlig funktion: Stemmeassistent

Vægten understøtter en stemmeassistentfunktion, der guider dig gennem måleprocessen med stemmeinstruktioner. Funktionen er tilgængelig på følgende sprog: engelsk, polsk, italiensk, fransk, kinesisk og vietnamesisk.

Indstillinger i appen: Konto → Enhed → Stemmeassistent (til/fra) Nedenfor kan du vælge assistentens sprog.

Vægten måler følgende data:

- Grundlæggende data: Vægt, BMI (Body Mass Index), ideel kropsvægt, fedmeniveau
- Kropssammensætning: Fedtmasse, muskelmasse, kropsvand, knoglemasse, subkutan fedt, fedtfri kropsvægt, proteinmasse
- Metaboliske indikatorer: BMR (basalstofskifte), visceralt fedt, kropsalder, kropstype

Måleresultater:

- Efter målingen vises de grundlæggende resultater på appens startskærm. En detaljeret og præcis vurdering af de enkelte parametre er tilgængelig i sektionen "Report" (Figur C).

**En videovejledning med korrekt brug af vægten er også tilgængelig. Videoen er på engelsk, tekstbeskrivelsen følger det aktuelt valgte appsprog.*

*** Pulsmåling er ikke tilgængelig for denne model.*

Kontoindstillinger:

I sektionen Account -> Settings kan du justere appens grundlæggende parametre. Du kan ændre appens tema (farvegrænseflade), sprog, måleenheder, sætte personlige mål og forbinde appen med Apple Health eller Fitbit for datasynkronisering. Denne sektion indeholder også mulighed for at aktivere en påmindelse om regelmæssig vejning.

Fejlfinding:

1. Bluetooth kan ikke oprette forbindelse: Sørg for, at vægten er tændt, og at Bluetooth er aktiv på telefonen. Kontroller telefonens operativsystemversion. Et Bluetooth-ikon vises på vægtens display efter en vellykket forbindelse. I appen vises status "Connected" på hovedskærmen. Hvis den ikke opretter forbindelse automatisk, gå til: Account -> Device -> Add Device. Søg efter Bluetooth-navnet "WG BodyExpert" og forbind manuelt.
2. Kropsanalyse vises ikke: Målingen skal udføres barfodet. Sørg for, at fødder og vægtens overflade er tørre. Stå på vægten i ca. 10 sekunder eller indtil værdien stopper med at blinke. Hvis du går af for tidligt, kan analysen være ufuldstændig. Kontroller, om vægten er forbundet til en anden enhed.

3. Forkert vægt vises: Placer vægten på en hård, plan og stabil overflade. Kontroller, at sensorerne (fødderne) på undersiden er rene. Om nødvendigt nulstil enheden ved hjælp af reset-hullet i batterirummet. Brug en tynd genstand (f.eks. en papirclips) til at trykke og holde knappen nede i ca. 6 sekunder, indtil "CLr" vises på displayet.
4. Vægten tænder ikke: Kontroller batteriernes tilstand og udskift dem om nødvendigt. Vær opmærksom på korrekt polaritet.
5. Viste symboler:
 - Lo (lavt batteriniveau): Batterierne er svage. Udskift alle 4xAA-batterier.
 - Err (overbelastning): Vægten er overbelastet (over 180 kg). Træd straks af.
 - C (målefejl): Fejl under måling (f.eks. på grund af bevægelse). Træd af, vent på "0.0" og gentag.

Sikkerhedsinstruktioner:

- Brug ikke enheden, hvis den er beskadiget, eller hvis glasset er revnet. Forsøg ikke at adskille eller reparere enheden. Alle reparationer skal udføres af et autoriseret servicecenter.
- Ikke beregnet til medicinsk diagnose. Værdierne er kun vejledende og erstatter ikke professionel lægeundersøgelse.
- Brug ikke enheden, hvis du har en pacemaker eller andre elektroniske implantater. Vægten bruger bioelektrisk impedans, som kan påvirke funktionen af implanterede enheder.
- Overskrid ikke 180 kg. Træd ikke på kanten og hop ikke på vægten.
- Brug kun på hårde, plane og stabile overflader. Brug ikke på tæpper.
- Fødder og vægt skal være tørre for at forhindre glidning.
- Mål på samme tidspunkt af dagen for sammenlignelige resultater. Mål ikke umiddelbart efter bad eller sauna.
- Gravide bør kun bruge vægtmålefunktionen.
- Ikke legetøj. Holdes uden for børns rækkevidde. Børn må kun bruge enheden under opsyn af en voksen.
- Brug kun anbefalede 4xAA-batterier og vær opmærksom på polaritet. Smid ikke batterier i ild og kortslut dem ikke. Bortskaff batterier i henhold til gældende regler.
- Rengør med en let fugtig klud; brug ikke aggressive kemikalier.

FI – KÄYTTÖOHJE

Pakkauksen sisältö: Älyvaaka + mittauskahva, käyttöohje

Tekniset tiedot: mitat: 333 x 305 x 33 mm; enimmäiskuormitus: 180 kg (max. 400 lb); virtalähde: 4x AA-paristot (eivät sisälly pakkaukseen); mittausmenetelmä: BIA (bioelektrinen impedanssianalyysi) 8 elektrodin avulla; sovellus: Fitdays

Laitteen kuvaus:

1. Peukaloelektrodi kahvassa, 2. Mittauskahva, 3. LED-näyttö, 4. Karkaistusta lasista valmistettu pinta, 5. Ruostumattomasta teräksestä valmistettu levy, 6. Kahvan elektrodi neljälle sormelle, 7. Vaa'an jalat, 8. Alapuolen muovinen runko, 9. Paristolokeron kansi (sisällä resetointiaukko)

Käytön aloitus:

- Paristojen asennus: Aseta 4x AA-paristoa vaa'kaan ja sijoita vaaka kovalle ja tasaiselle alustalle.
- Sovelluksen lataaminen ja asentaminen: Skannaa QR-koodi tai etsi sovellus "Fitdays" App Storesta / Google Playsta. Lataa ja asenna sovellus.
- Rekisteröinti ja tilin asetukset: Avaa Fitdays-sovellus ja rekisteröidy. Täytä henkilötiedot ja vahvista. Huomautus: Virheellisesti syötetyt tiedot (sukupuoli, ikä, pituus jne.) voivat vaikuttaa tulosten tarkkuuteen. Urheilijatila: Aktiivisten urheilijoiden (yli 10 tuntia intensiivistä harjoittelua viikossa) tulisi ottaa käyttöön "Athlete Mode" profiilissaan tarkemman lihasmassan laskennan saamiseksi.
- Bluetoothin käyttöönotto: Ota Bluetooth käyttöön puhelimesiasi.
- iOS: Salli sovellukselle pääsy Bluetoothiin.
- Android: Ota Bluetooth ja GPS käyttöön ja salli sijainnin käyttö.
- Vaa'an aktivointi: Napauta vaakaa kevyesti jalalla aktivoidaksesi sen. Odota, kunnes näyttöön tulee "0.0 kg".
- Laitteen yhdistäminen: Siirry sovelluksessa kohtaan: Account -> Device -> Add Device + -> valitse WG BodyExpert.
- Yksikön vaihto ja nollaus: Aseta varovasti ohut esine (esim. paperiliitin) nollausaukkoon (paristolokeron sisällä) ja paina lyhyesti vaihtaaksesi yksikköä (kg/lb). Nollataksesi laitteen paina ja pidä painettuna noin 6 sekuntia; kun näytölle ilmestyy "CLr", laite on nollattu ja voit aloittaa uuden mittauksen

Mittaus:

- Aseta vaaka kovalle ja tasaiselle alustalle (esim. laatat, laminaatti, Kuva A).
- Aktivoi vaaka napauttamalla sitä kevyesti jalalla. Odota, kunnes näyttö näyttää "0.0" (kg/lb).
- Nouse vaa'alle paljain jaloin – jalkojen tulee olla täysin kosketuksissa elektrodeihin.
- Pidä mittauskahvasta kiinni molemmin käsin.

- Aseta peukalot kahvan yläpuolella oleville etuelektrodeille.
- Aseta muiden neljän sormen päät kahvan takana oleville elektrodeille.
- Ojenna kädet eteen ja hieman alaspäin siten, että ne muodostavat noin 45° kulman kehoon nähden eivätkä kosketa lantiota (Kuva B).
- Seiso mittauksen aikana suorassa jalat hieman erillään ja varmista, etteivät reidet kosketa toisiaan. Tarvittaessa erottele ne ohuella vaatteella tai paperilla tulosten vääristymisen välttämiseksi.
- Pysy paikallasi mittauksen aikana äläkä liikuta käsiä tai kehoa. Mittauksen eteneminen näkyy sovelluksessa.
- Tarkkojen tulosten saamiseksi pysy vaa'alla, kunnes mittaus on valmis.
- Tärkeää: Mittaus sukien tai kenkien kanssa mittaa vain painon.
- Käyttäjän valinta: Jos vaaka on usean henkilön käytössä, valitse oma profiilisi sovelluksessa ennen mittausta. Jos vaaka havaitsee merkittävän eron edelliseen mittaukseen verrattuna, se kehottaa tarkistamaan tilin sekaannusten välttämiseksi. Ilman valittua profiilia laite voi näyttää vain kokonaispainon.
- Vauvatila: Mahdollistaa vauvan, lapsen tai pienen eläimen punnitsemisen. Aktivointi: sovelluksessa napauttamalla "+" oikeassa yläkulmassa ja valitsemalla "Baby Mode". Menettely: vanhempi punnitsee ensin itsensä yksin, sitten ottaa lapsen syliin – vaaka laskee automaattisesti lapsen painon erotuksena.

Offline-punnitus:

Ensimmäinen yhteys sovellukseen on tarpeen vaa'an oikean toiminnan varmistamiseksi. Tämä aktivoi profiilisi ja kehon rasvan mittauksen; sovelluksen ei tarvitse olla käynnissä seuraavien punnitusten aikana.

- 2 kg -säätö: Offline-mittaukset tallennetaan profiilisi vain, jos nykyinen painosi ei poikkea edellisestä yli 2 kg. Tämä estää käyttäjien sekaannukset.
- Automaattinen synkronointi: Kaikki ilman puhelinta mitatut tiedot lisätään automaattisesti sovellukseen seuraavan yhteyden yhteydessä.

Erikoisominaisuus: Ääniavustaja

Vaaka tukee ääniavustajatoimintoa, joka opastaa sinua mittausprosessin aikana ääniohjeiden avulla. Toiminto on saatavilla seuraavilla kielillä: englanti, puola, italia, ranska, kiina ja vietnami.

Asetukset sovelluksessa: Tili → Laite → Ääniavustaja (pälle/pois) Alla voit valita avustajan kielen.

Vaaka mittaa seuraavat tiedot:

- Perustiedot: Paino, BMI (painoindeksi), ihannepaino, lihavuustaso
- Kehon koostumus: Rasvamassa, lihasmassa, kehon vesimäärä, luumassa, ihonalainen rasva, rasvaton kehonpaino, proteiinimassa
- Aineenvaihdunnan indikaattorit: BMR (perusaineenvaihdunta), viskeraalinen rasva, kehon ikä, kehotyyppi

Mittauksen tulokset:

- Mittauksen jälkeen perustulokset näkyvät sovelluksen aloitusnäytössä. Yksityiskohtainen ja tarkka analyysi yksittäisistä para*metreista on saatavilla "Report"-osiossa (Kuva C).

**Saatavilla on myös video-opas vaa'an oikeasta käytöstä. Video on englanniksi, tekstikuvaus seuraa sovelluksessa valittua kieltä.*

*** Sykeanalyysi ei ole saatavilla tässä mallissa.*

Tilin asetukset:

Account -> Settings -osiossa voit säätää sovelluksen perusasetuksia. Voit vaihtaa sovelluksen teeman (väriiliitymä), kielen, mittayksiköt, asettaa henkilökohtaisia tavoitteita ja yhdistää sovelluksen Apple Healthiin tai Fitbitiin tietojen synkronointia varten. Tässä osiossa on myös mahdollisuus aktivoida muistutus säännöllisestä punnituksesta.

Vianmääritys:

1. Bluetooth ei yhdisty: Varmista, että vaaka on päällä ja Bluetooth on aktiivinen puhelimesiasi. Tarkista puhelimen käyttöjärjestelmäversio. Onnistuneen yhteyden jälkeen vaa'an näytölle ilmestyy Bluetooth-kuvake. Sovelluksessa näkyy tila "Connected" aloitusnäytössä. Jos yhteys ei muodostu automaattisesti, siirry: Account -> Device -> Add Device. Etsi Bluetooth-nimi "WG BodyExpert" ja yhdistä manuaalisesti.
2. Kehon analyysi ei näy: Mittaus on tehtävä paljain jaloin. Varmista, että jalat ja vaa'an pinta ovat kuivat. Seiso vaa'alla noin 10 sekuntia tai kunnes arvo lakkaa vilkkumasta. Liian aikainen poistuminen voi aiheuttaa puutteellisen analyysin. Tarkista, ettei vaaka ole yhdistetty toiseen laitteeseen.
3. Väärä paino: Aseta vaaka kovalle, tasaiselle ja vakaalle alustalle. Tarkista, että pohjan anturit (jalat) ovat puhtaat. Tarvittaessa nollaa laite paristolokerossa olevan resetointiukon kautta. Käytä ohutta esinettä (esim. paperiliitintä) painaaksesi ja pitääaksesi painiketta alhaalla noin 6 sekunnin ajan, kunnes "CLR" ilmestyy näytölle.
4. Vaaka ei käynnisty: Tarkista paristojen tila ja vaihda ne tarvittaessa. Huomioi oikea napaisuus.
5. Näytön symbolit:
 - Lo (alhainen paristotaso): Paristot ovat heikot. Vaihda kaikki 4xAA-paristot.

- Err (ylikuormitus): Vaaka on ylikuormitettu (yli 180 kg). Astu heti pois.
- C (mittausvirhe): Virhe mittauksen aikana (esim. liikkeen vuoksi). Astu pois, odota "0.0" ja toista.

Turvallisuusohjeet:

- Älä käytä, jos laite on vaurioitunut tai lasi on haljennut. Älä yritä purkaa tai korjata laitetta. Kaikki korjaukset tulee suorittaa valtuutetussa huollossa.
- Ei ole tarkoitettu lääketieteelliseen diagnostiikkaan. Arvot ovat suuntaa-antavia eivätkä korvaa ammattilaisen tekemää tutkimusta.
- Älä käytä, jos sinulla on sydämentahdistin tai muita elektronisia implantteja. Vaaka käyttää bioelektristä impedanssia, joka voi vaikuttaa implanttien toimintaan.
- Älä ylitä 180 kg. Älä astu reunalle äläkä hyppää vaa'alla.
- Käytä vain kovalla, tasaisella ja vakaalla alustalla. Älä käytä matolla.
- Jalkojen ja vaa'an tulee olla kuivat liukastumisen estämiseksi.
- Mittaa samaan aikaan päivästä vertailukelpoisten tulosten saamiseksi. Älä mittaa heti kylvyn tai saunan jälkeen.
- Raskaana olevien tulee käyttää vain painon mittaustoimintoa.
- Ei lelu. Pidä poissa lasten ulottuvilta. Lapset saavat käyttää vain aikuisen valvonnassa.
- Käytä vain suositeltuja 4xAA-paristoja ja huomioi napaisuus. Älä heitä paristoja tuleen äläkä oikosulje niitä. Hävitä paristot määräysten mukaisesti.
- Puhdista hieman kostealla liinalla; älä käytä voimakkaita kemikaaleja.

SE – ANVÄNDARMANUAL

Förpackningens innehåll: Smart våg + mäthandtag, användarmanual

Tekniska specifikationer: mått: 333 x 305 x 33 mm; maximal kapacitet: 180 kg (max. 400 lb); strömförsörjning: 4x AA-batterier (ingår ej); mätmetod: BIA (bioelektrisk impedansanalys) med 8 elektroder; app: Fitdays

Beskrivning av enheten:

1. Tumelektrod på handtaget, 2. Mäthandtag, 3. LED-display, 4. Yta av härdat glas, 5. Rostfri stålplatta, 6. Elektrod på handtaget för fyra fingrar, 7. Vågens fötter, 8. Nedre plastbas, 9. Batterilucka (reset-hål inuti)

Komma igång:

- Installation av batterier: Sätt i 4xAA-batterier i vågen och placera den på en hård och plan yta.
- Nedladdning och installation av app: Skanna QR-koden eller sök efter "Fitdays" i App Store / Google Play. Ladda ner och installera appen.
- Registrering och kontoinställning: Öppna Fitdays-appen och registrera dig. Fyll i personuppgifter och bekräfta. Obs: Felaktigt angivna uppgifter (kön, ålder, längd osv.) kan påverka resultatens noggrannhet. Atletläge: Aktiva idrottare (mer än 10 timmars intensiv träning per vecka) bör aktivera "Athlete Mode" i sin profil för mer exakt beräkning av muskelmassa.
- Aktivera Bluetooth: Slå på Bluetooth på din telefon.
- iOS: Tillåt appen att använda Bluetooth.
- Android: Slå på Bluetooth, GPS och tillåt platsåtkomst.
- Aktivera vågen: Tryck lätt på vågen med foten för att aktivera den. Vänta tills "0.0 kg" visas.
- Para enheten: Gå till appen: Account -> Device -> Add Device + -> välj WG BodyExpert.
- Växling av enheter och återställning: För försiktigt in ett tunt föremål (t.ex. ett gem) i återställningshålet (inuti batterifacket) och tryck kort för att växla enheter (kg/lb). För återställning, tryck och håll in i cirka 6 sekunder; när "CLr" visas på displayen är enheten återställd och du kan starta en ny mätning

Mätning:

- Placera vågen på en hård och plan yta (t.ex. kakel, laminat, Figur A).
- Aktivera vågen genom att trycka lätt med foten. Vänta tills displayen visar "0.0" (kg/lb).
- Ställ dig på vågen barfota – fötterna måste ha full kontakt med elektroderna.
- Håll mäthandtaget med båda händerna.
- Placera tummarna på de främre elektroderna på ovansidan av handtaget.
- Placera spetsarna av de andra fyra fingrarna på de bakre elektroderna på handtaget.
- Sträck armarna framåt och något nedåt så att de bildar en vinkel på cirka 45° mot kroppen och inte rör höfterna (Figur B).
- Stå upprätt under mätningen med benen lätt isär och se till att låren inte rör varandra. Om nödvändigt, separera dem med tunt tyg eller papper för att undvika felaktiga resultat.
- Stå still under mätningen och rör inte armar eller kropp. Mätförloppet visas i appen.
- För exakta resultat, stå kvar på vågen tills mätningen är klar.
- Viktigt: Vid mätning med strumpor eller skor mäter vågen endast vikten.
- Användarval: Om vågen används av flera personer, välj din profil i appen innan mätning. Om vågen upptäcker en stor skillnad jämfört med föregående mätning, kommer den att varna dig att kontrollera kontot för att undvika

förväxling. Utan vald profil kan enheten endast visa total vikt.

- **Babyläge:** Gör det möjligt att väga en baby, ett barn eller ett litet djur. Aktivering: i appen genom att trycka på "+" i övre högra hörnet och välja "Baby Mode". Procedur: Föräldern väger sig först ensam och tar sedan upp barnet – vågen beräknar automatiskt barnets vikt som skillnaden.

Offline-vägning:

Den första anslutningen till appen är nödvändig för att vågen ska fungera korrekt. Detta aktiverar din profil och mätning av kroppsfett; du behöver inte ha appen igång vid efterföljande vägningar.

- **2 kg-regeln:** Offline-mätningar sparas endast i din profil om din aktuella vikt inte skiljer sig mer än 2 kg från den senaste. Detta är ett skydd mot användarförväxling.
- **Automatisk synkronisering:** Alla data som mäts utan telefon kommer automatiskt att läggas till i appen vid nästa anslutning.

Specialfunktion: Röstassistent

Vågen stöder en röstassistentfunktion som guidar dig genom mätprocessen med röstinstruktioner. Funktionen finns på följande språk: engelska, polska, italienska, franska, kinesiska och vietnamesiska.

Inställningar i appen: Konto → Enhet → Röstassistent (på/av) Nedan kan du välja assistentens språk.

Vågen mäter följande data:

- Grunddata: Vikt, BMI (Body Mass Index), ideal kroppsvikt, fetmanivå
- Kroppssammansättning: Fettmassa, muskelmassa, kroppsvatten, benmassa, subkutant fett, fettfri kroppsvikt, proteinmassa
- Metaboliska indikatorer: BMR (basalmetabolism), visceralt fett, kroppsalder, kroppstyp

Mätresultat:

- Efter avslutad mätning visas grundresultaten på appens startsida. En detaljerad och exakt analys av individuella parametrar finns i avsnittet "Report" (Figur C).

**En videoguide med korrekt användning av vågen finns också tillgänglig. Videon är på engelska, textbeskrivningen följer det aktuella appspråket.*

*** Pulsmätning är inte tillgänglig för denna modell.*

Kontoinställningar:

I avsnittet Account -> Settings kan du justera appens grundläggande inställningar. Du kan ändra appens tema (färggränssnitt), språk, måttenheter, ställa in personliga mål och ansluta appen till Apple Health eller Fitbit för datasynkronisering. Detta avsnitt innehåller också möjlighet att aktivera en påminnelse om regelbunden vägning.

Felsökning:

1. Bluetooth ansluter inte: Se till att vågen är påslagen och att Bluetooth är aktiverat på din telefon. Kontrollera telefonens operativsystemversion. En Bluetooth-ikon visas på vågens display efter en lyckad anslutning. I appen visas statusen "Connected" på huvudskärmen. Om den inte ansluter automatiskt, gå till: Account -> Device -> Add Device. Sök efter Bluetooth-namnet "WG BodyExpert" och anslut manuellt.
2. Kroppsanalys visas inte: Mätningen måste göras barfota. Se till att fötterna och vågens yta är torra. Stå på vågen i cirka 10 sekunder eller tills värdet slutar blinka. Om du kliver av för tidigt kan analysen bli ofullständig. Kontrollera om vågen är ansluten till en annan enhet.
3. Felaktig vikt visas: Placera vågen på en hård, plan och stabil yta. Kontrollera att sensorerna (fötterna) på undersidan är rena. Vid behov, återställ enheten via reset-hålet i batterifacket. Använd ett tunt föremål (t.ex. ett gem) för att trycka och hålla knappen intryckt i cirka 6 sekunder tills "CLR" visas på displayen.
4. Vågen startar inte: Kontrollera batteriernas status och byt ut dem vid behov. Observera korrekt polaritet.
5. Indikationssymboler:
 - Lo (låg batterinivå): Batterierna är svaga. Byt ut alla 4xAA-batterier.
 - Err (överbelastning): Vågen är överbelastad (över 180 kg). Kliv av omedelbart.
 - C (mätningfel): Fel under mätning (t.ex. på grund av rörelse). Kliv av, vänta på "0.0" och upprepa.

Säkerhetsinstruktioner:

- Använd inte om enheten är skadad eller om glaset är sprucket. Försök inte att demontera eller reparera. Alla reparationer ska utföras av ett auktoriserat servicecenter.
- Ej avsedd för medicinsk diagnos. Värdena är endast vägledande och ersätter inte professionell medicinsk undersökning.
- Använd inte om du har pacemaker eller andra elektroniska implantat. Vågen använder bioelektrisk impedans som kan påverka funktionen hos implanterade enheter.
- Överskrid inte 180 kg. Stå inte på kanten och hoppa inte på vågen.
- Använd endast på hårda, plana och stabila ytor. Använd inte på mattor.
- Fötterna och vågen måste vara torra för att förhindra halkning.

- Mät vid samma tid på dagen för jämförbara resultat. Mät inte direkt efter bad eller bastu.
- Gravida kvinnor bör endast använda viktmätningsfunktionen.
- Ej en leksak. Förvaras utom räckhåll för barn. Barn får endast använda under uppsikt av vuxen.
- Använd endast rekommenderade 4xAA-batterier och följ korrekt polaritet. Kasta inte batterier i eld och kortslut dem inte. Kassera batterier enligt gällande regler.
- Rengör med en lätt fuktad trasa; använd inte aggressiva kemikalier.

GR – ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ

Περιεχόμενα συσκευασίας: Έξυπνη ζυγαριά + λαβή μέτρησης, εγχειρίδιο χρήστη

Τεχνικές προδιαγραφές: διαστάσεις: 333 x 305 x 33 mm; μέγιστο φορτίο: 180 kg (μέγ. 400 lb); τροφοδοσία: 4x μπαταρίες AA (δεν περιλαμβάνονται); μέθοδος μέτρησης: BIA (βιοηλεκτρική ανάλυση εμπέδησης) με χρήση 8 ηλεκτροδίων; εφαρμογή: Fitdays

Περιγραφή συσκευής: 1. Ηλεκτρόδιο αντίχειρα στη λαβή, 2. Λαβή μέτρησης, 3. Οθόνη LED, 4. Επιφάνεια από σκληρυμένο γυαλί, 5. Πλάκα από ανοξείδωτο χάλυβα, 6. Ηλεκτρόδιο στη λαβή για τέσσερα δάχτυλα, 7. Πόδια ζυγαριάς, 8. Κάτω πλαστική βάση, 9. Καπάκι θήκης μπαταριών (οπή επαναφοράς στο εσωτερικό)

Έναρξη χρήσης:

- Τοποθέτηση μπαταριών: Τοποθετήστε 4xAA μπαταρίες στη ζυγαριά και τοποθετήστε τη σε σκληρή και επίπεδη επιφάνεια.
- Λήψη και εγκατάσταση εφαρμογής: Σαρώστε τον QR κωδικό ή αναζητήστε την εφαρμογή "Fitdays" στο App Store / Google Play. Κατεβάστε και εγκαταστήστε την εφαρμογή.
- Εγγραφή και ρύθμιση λογαριασμού: Ανοίξτε την εφαρμογή Fitdays και εγγραφείτε. Συμπληρώστε τα προσωπικά στοιχεία και επιβεβαιώστε.

Σημείωση: Λανθασμένα καταχωρημένα δεδομένα (φύλο, ηλικία, ύψος κ.λπ.) μπορεί να επηρεάσουν την ακρίβεια των αποτελεσμάτων. Λειτουργία αθλητή: Οι ενεργοί αθλητές (πάνω από 10 ώρες έντονης προπόνησης την εβδομάδα) θα πρέπει να ενεργοποιήσουν το "Athlete Mode" στο προφίλ τους για πιο ακριβή υπολογισμό της μυϊκής μάζας.

- Ενεργοποίηση Bluetooth: Ενεργοποιήστε το Bluetooth στο τηλέφωνό σας.
- iOS: Επιτρέψτε στην εφαρμογή πρόσβαση στο Bluetooth.
- Android: Ενεργοποιήστε Bluetooth, GPS και επιτρέψτε πρόσβαση στην τοποθεσία.
- Ενεργοποίηση ζυγαριάς: Αγγίξτε ελαφρά τη ζυγαριά με το πόδι για να ενεργοποιηθεί. Περιμένετε μέχρι να εμφανιστεί "0.0 kg".
- Σύζευξη συσκευής: Μεταβείτε στην εφαρμογή: Account -> Device -> Add Device + -> επιλέξτε WG BodyExpert.
- Αλλαγή μονάδων και επαναφορά: Εισάγετε προσεκτικά ένα λεπτό αντικείμενο (π.χ. έναν συνδετήρα) στην οπή επαναφοράς (μέσα στη θήκη μπαταρίας) και πατήστε σύντομα για να αλλάξετε μονάδες (kg/lb). Για επαναφορά, πατήστε και κρατήστε πατημένο για περίπου 6 δευτερόλεπτα· όταν εμφανιστεί «CLR» στην οθόνη, η συσκευή έχει επαναφερθεί και μπορείτε να ξεκινήσετε νέα μέτρηση.

Μέτρηση:

- Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε σκληρή και επίπεδη επιφάνεια (π.χ. πλακάκια, laminate, Εικόνα Α).
- Ενεργοποιήστε τη ζυγαριά αγγίζοντάς τη ελαφρά με το πόδι. Περιμένετε μέχρι η οθόνη να δείξει "0.0" (kg/lb).
- Ανεβείτε στη ζυγαριά ξυπόλυτοι – τα πόδια πρέπει να έχουν πλήρη επαφή με τα ηλεκτρόδια.
- Κρατήστε τη λαβή μέτρησης με τα δύο χέρια.
- Τοποθετήστε τους αντίχειρες στα μπροστινά ηλεκτρόδια στο πάνω μέρος της λαβής.
- Τοποθετήστε τις άκρες των υπόλοιπων τεσσάρων δαχτύλων στα πίσω ηλεκτρόδια της λαβής.
- Τεντώστε τα χέρια μπροστά και ελαφρώς προς τα κάτω ώστε να σχηματίζουν γωνία περίπου 45° με το σώμα και να μην ακουμπούν τους γοφούς (Εικόνα Β).
- Σταθείτε όρθιοι κατά τη διάρκεια της μέτρησης με τα πόδια ελαφρώς ανοιχτά και βεβαιωθείτε ότι οι μηροί δεν ακουμπούν μεταξύ τους. Εάν χρειάζεται, χωρίστε τους με λεπτό ύφασμα ή χαρτί για να αποφύγετε αλλοίωση των αποτελεσμάτων.
- Παραμείνετε ακίνητοι κατά τη διάρκεια της μέτρησης και μην κινείτε τα χέρια ή το σώμα. Η πρόοδος της μέτρησης εμφανίζεται στην εφαρμογή.
- Για ακριβή αποτελέσματα, παραμείνετε στη ζυγαριά μέχρι να ολοκληρωθεί η μέτρηση.
- Σημαντικό: Κατά τη μέτρηση με κάλτσες ή παπούτσια, η ζυγαριά μετρά μόνο το βάρος.
- Επιλογή χρήστη: Εάν η ζυγαριά χρησιμοποιείται από περισσότερα άτομα, επιλέξτε το προφίλ σας στην εφαρμογή πριν από τη μέτρηση. Εάν η ζυγαριά εντοπίσει σημαντική διαφορά σε σχέση με την προηγούμενη μέτρηση, θα σας ειδοποιήσει να ελέγξετε τον λογαριασμό για αποφυγή σύγχυσης. Χωρίς επιλεγμένο προφίλ, η συσκευή μπορεί να εμφανίζει μόνο το συνολικό βάρος.
- Λειτουργία μωρού: Επιτρέπει τη ζύγιση μωρού, παιδιού ή μικρού ζώου. Ενεργοποίηση: στην εφαρμογή πατώντας "+" επάνω δεξιά και επιλέγοντας "Baby Mode". Διαδικασία: ο γονέας ζυγίζεται πρώτα μόνος του και στη συνέχεια κρατά το παιδί – η ζυγαριά υπολογίζει αυτόματα το βάρος του παιδιού ως διαφορά.

Ζύγιση εκτός σύνδεσης:

Η πρώτη σύνδεση με την εφαρμογή είναι απαραίτητη για τη σωστή λειτουργία της ζυγαριάς. Αυτό ενεργοποιεί το προφίλ σας και τη μέτρηση σωματικού λίπους· δεν χρειάζεται να έχετε ανοιχτή την εφαρμογή για τις επόμενες ζυγίσεις.

- Κανόνας 2 kg: Οι μετρήσεις εκτός σύνδεσης αποθηκεύονται στο προφίλ σας μόνο εάν το τρέχον βάρος δεν διαφέρει από το προηγούμενο περισσότερο από 2 kg. Αυτό αποτρέπει τη σύγχυση μεταξύ χρηστών.
- Αυτόματος συγχρονισμός: Όλα τα δεδομένα που μετρήθηκαν χωρίς τηλέφωνο θα προστεθούν αυτόματα στην εφαρμογή κατά την επόμενη σύνδεση.

Ειδική λειτουργία: Φωνητικός βοηθός

Η ζυγαριά υποστηρίζει λειτουργία φωνητικού βοηθού που σας καθοδηγεί κατά τη διαδικασία μέτρησης με φωνητικές οδηγίες. Η λειτουργία είναι διαθέσιμη στις ακόλουθες γλώσσες: αγγλικά, πολωνικά, ιταλικά, γαλλικά, κινέζικα και βιετναμέζικα.

Ρυθμίσεις στην εφαρμογή: Λογαριασμός → Συσκευή → Φωνητικός βοηθός (ενεργό/ανενεργό) Παρακάτω μπορείτε να επιλέξετε τη γλώσσα του βοηθού.

Η ζυγαριά μετρά τα εξής δεδομένα:

- Βασικά δεδομένα: Βάρος, BMI (Δείκτης Μάζας Σώματος), ιδανικό βάρος σώματος, επίπεδο παχυσαρκίας
- Σύνθεση σώματος: Λιπώδης μάζα, μυϊκή μάζα, σωματικό νερό, οστική μάζα, υποδόριο λίπος, άλιπη μάζα σώματος, πρωτεϊνική μάζα
- Μεταβολικοί δείκτες: BMR (βασικός μεταβολισμός), σπλαχνικό λίπος, ηλικία σώματος, τύπος σώματος

Αποτελέσματα μέτρησης:

- Μετά την ολοκλήρωση της μέτρησης, τα βασικά αποτελέσματα εμφανίζονται στην αρχική οθόνη της εφαρμογής. Λεπτομερής και ακριβής αξιολόγηση των επιμέρους παραμέτρων είναι διαθέσιμη στην ενότητα "Report" (Εικόνα C).

**Διατίθεται επίσης βίντεο με τη σωστή διαδικασία χρήσης της ζυγαριάς. Το βίντεο είναι στα αγγλικά, η περιγραφή κειμένου ακολουθεί τη γλώσσα που έχει επιλεγεί στην εφαρμογή.*

*** Η μέτρηση καρδιακού ρυθμού δεν είναι διαθέσιμη για αυτό το μοντέλο.*

Ρυθμίσεις λογαριασμού:

Στην ενότητα Account -> Settings μπορείτε να ρυθμίσετε τις βασικές παραμέτρους της εφαρμογής. Μπορείτε να αλλάξετε το θέμα (χρώμα διεπαφής), τη γλώσσα, τις μονάδες μέτρησης, να ορίσετε προσωπικούς στόχους και να συνδέσετε την εφαρμογή με το Apple Health ή το Fitbit για συγχρονισμό δεδομένων. Η ενότητα αυτή περιλαμβάνει επίσης επιλογή ενεργοποίησης υπενθύμισης για τακτική ζύγιση.

Αντιμετώπιση προβλημάτων:

1. Το Bluetooth δεν συνδέεται: Βεβαιωθείτε ότι η ζυγαριά είναι ενεργοποιημένη και το Bluetooth είναι ενεργό στο τηλέφωνο. Ελέγξτε την έκδοση λειτουργικού συστήματος. Μετά από επιτυχή σύνδεση εμφανίζεται εικονίδιο Bluetooth στην οθόνη της ζυγαριάς. Στην εφαρμογή εμφανίζεται η ένδειξη "Connected" στην κύρια οθόνη. Αν δεν συνδεθεί αυτόματα, μεταβείτε: Account -> Device -> Add Device. Βρείτε το όνομα Bluetooth "WG BodyExpert" και συνδεθείτε χειροκίνητα.
2. Δεν εμφανίζεται ανάλυση σώματος: Η μέτρηση πρέπει να γίνεται ξυπόλυτα. Βεβαιωθείτε ότι τα πόδια και η επιφάνεια της ζυγαριάς είναι στεγνά. Σταθείτε στη ζυγαριά για περίπου 10 δευτερόλεπτα ή μέχρι να σταματήσει να αναβοσβήνει η τιμή. Η πρόωρη αποχώρηση μπορεί να οδηγήσει σε ελλιπή ανάλυση. Ελέγξτε αν η ζυγαριά είναι συνδεδεμένη με άλλη συσκευή.
3. Λανθασμένο βάρος: Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε σκληρή, επίπεδη και σταθερή επιφάνεια. Ελέγξτε ότι οι αισθητήρες (πόδια) στο κάτω μέρος είναι καθαροί. Εάν χρειάζεται, επαναφέρετε τη συσκευή μέσω της οπής reset στο διαμέρισμα μπαταριών. Χρησιμοποιήστε ένα λεπτό αντικείμενο (π.χ. έναν συνδετήρα) για να πατήσετε και να κρατήσετε πατημένο το κουμπί για περίπου 6 δευτερόλεπτα, μέχρι να εμφανιστεί «CLR» στην οθόνη.
4. Η ζυγαριά δεν ενεργοποιείται: Ελέγξτε την κατάσταση των μπαταριών και αντικαταστήστε τις εάν χρειάζεται. Προσέξτε τη σωστή πολικότητα.
5. Ενδείξεις στην οθόνη:
 - Lo (χαμηλή μπαταρία): Οι μπαταρίες είναι χαμηλές. Αντικαταστήστε όλες τις 4xAA μπαταρίες.
 - Err (υπερφόρτωση): Η ζυγαριά είναι υπερφορτωμένη (πάνω από 180 kg). Κατεβείτε αμέσως.
 - C (σφάλμα μέτρησης): Σφάλμα κατά τη μέτρηση (π.χ. λόγω κίνησης). Κατεβείτε, περιμένετε "0.0" και επαναλάβετε.

Οδηγίες ασφάλειας:

- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή εάν είναι κατεστραμμένη ή το γυαλί είναι ραγισμένο. Μην προσπαθείτε να την αποσυναρμολογήσετε ή να την επισκευάσετε. Όλες οι επισκευές πρέπει να γίνονται από εξουσιοδοτημένο κέντρο σέρβις.

- Δεν προορίζεται για ιατρική διάγνωση. Οι τιμές είναι ενδεικτικές και δεν αντικαθιστούν επαγγελματική ιατρική εξέταση.
- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή εάν έχετε βηματοδότη ή άλλα ηλεκτρονικά εμφυτεύματα. Η ζυγαριά χρησιμοποιεί βιοηλεκτρική εμπέδηση που μπορεί να επηρεάσει τη λειτουργία εμφυτευμένων συσκευών.
- Μην υπερβαίνετε τα 180 kg. Μην πατάτε στην άκρη και μην πηδάτε πάνω στη ζυγαριά.
- Χρησιμοποιείτε μόνο σε σκληρές, επίπεδες και σταθερές επιφάνειες. Μην χρησιμοποιείτε σε χαλιά.
- Τα πόδια και η ζυγαριά πρέπει να είναι στεγνά για αποφυγή ολίσθησης.
- Μετράτε την ίδια ώρα της ημέρας για συγκρίσιμα αποτελέσματα. Μην μετράτε αμέσως μετά από μπάνιο ή σάουνα.
- Οι έγκυες γυναίκες πρέπει να χρησιμοποιούν μόνο τη λειτουργία μέτρησης βάρους.
- Δεν είναι παιχνίδι. Κρατήστε μακριά από παιδιά. Τα παιδιά επιτρέπεται να χρησιμοποιούν μόνο υπό επίβλεψη ενηλίκου.
- Χρησιμοποιείτε μόνο συνιστώμενες μπαταρίες 4xAA και τηρείτε την πολικότητα. Μην πετάτε τις μπαταρίες στη φωτιά και μην τις βραχυκυκλώνετε. Απορρίψτε τις μπαταρίες σύμφωνα με τους κανονισμούς.
- Καθαρίζετε με ελαφρώς υγρό πανί· μην χρησιμοποιείτε επιθετικά χημικά.

LT – NAUDOJIMO INSTRUKCIJA

Pakuotės turinys: Išmaniosios svarstyklės + matavimo rankena, naudotojo vadovas

Techninės specifikacijos: matmenys: 333 x 305 x 33 mm; maksimali apkrova: 180 kg (maks. 400 lb); maitinimas: 4x AA baterijos (nepriedamos); matavimo metodas: BIA (bioelektrinės varžos analizė) naudojant 8 elektrodus; programėlė: Fitdays

Prietaiso aprašymas:

1. Nykščio elektrodas ant rankenos, 2. Matavimo rankena, 3. LED ekranas, 4. Grūdinto stiklo paviršius, 5. Nerūdijančio plieno plokštė, 6. Rankenos elektrodas keturiems pirštams, 7. Svarstyklių kojėlės, 8. Apatinė plastikinė dalis, 9. Baterijų skyriaus dangtelis (viduje atstatymo anga)

Darbo pradžia:

- Baterijų įdėjimas: Įdėkite 4xAA baterijas į svarstyklės ir pastatykite jas ant kieto ir lygaus paviršiaus.
 - Programėlės atsisiuntimas ir diegimas: Nuskaitykite QR kodą arba raskite programėlę „Fitdays“ App Store / Google Play. Atsisiųskite ir įdiekite programėlę.
 - Registracija ir paskyros nustatymas: Atidarykite Fitdays programėlę ir užsiregistruokite. Įveskite asmeninius duomenis ir patvirtinkite.
- Pastaba: Neteisingai įvesti duomenys (lytis, amžius, ūgis ir kt.) gali paveikti rezultatų tikslumą. Sportininko režimas: Aktyvūs sportininkai (daugiau nei 10 val. intensyvių treniruočių per savaitę) turėtų įjungti „Athlete Mode“ savo profilyje, kad būtų tiksliau apskaičiuota raumenų masė.
- Bluetooth įjungimas: Įjunkite Bluetooth telefone.
 - iOS: Suteikite programėlei prieigą prie Bluetooth.
 - Android: Įjunkite Bluetooth, GPS ir suteikite prieigą prie vietos.
 - Svarstyklių aktyvavimas: Lengvai palieskite svarstyklės koja, kad jas įjungtumėte. Palaukite, kol bus rodoma „0.0 kg“.
 - Įrenginio susiejimas: Programėlėje eikite: Account -> Device -> Add Device + -> pasirinkite WG BodyExpert.
 - Vienetų keitimas ir atstatymas: Atsargiai įkiškite ploną daiktą (pvz., sąvaržėlę) į atstatymo angą (baterijos skyriuje) ir trumpai paspauskite, kad pakeistumėte vienetus (kg/lb). Norėdami atstatyti, paspauskite ir laikykite apie 6 sekundes; kai ekrane pasirodo „CLr“, įrenginys atstatytas ir galite pradėti naują matavimą.

Matavimas:

- Padėkite svarstyklės ant kieto ir lygaus paviršiaus (pvz., plytelės, laminatas, A pav.).
- Aktyvuokite svarstyklės lengvai jas paliesdami koja. Palaukite, kol ekranas parodys „0.0“ (kg/lb).
- Atsistokite ant svarstyklių basomis – pėdos turi pilnai liestis su elektrodais.
- Laikykite matavimo rankeną abiem rankomis.
- Padėkite nykščius ant priekinių elektrodų viršutinėje rankenos dalyje.
- Kitų keturių pirštų galiukus padėkite ant galinių elektrodų.
- Ištieskite rankas į priekį ir šiek tiek žemyn taip, kad jos sudarytų apie 45° kampą su kūnu ir nesiliestų su klubais (B pav.).
- Stovėkite tiesiai, kojas šiek tiek praskėskite ir įsitikinkite, kad šlaunys nesiliečia. Jei reikia, atskirkite jas plonu audiniu ar popieriumi, kad išvengtumėte rezultatų iškraipymo.
- Matavimo metu stovėkite ramiai ir nejudėkite. Matavimo eiga rodoma programėlėje.
- Norint gauti tikslius rezultatus, likite ant svarstyklių iki matavimo pabaigos.
- Svarbu: Matuojant su kojineis ar batais bus matuojamas tik svoris.
- Vartotojo pasirinkimas: Jei svarstyklės naudoja keli žmonės, prieš matavimą pasirinkite savo profilį programėlėje. Jei svarstyklės nustato didelį skirtumą nuo ankstesnio matavimo, jos įspės patikrinti paskyrą, kad būtų išvengta duomenų supainiojimo. Be pasirinkto profilio įrenginys gali rodyti tik bendrą svorį.

• Kūdikių režimas: Leidžia sverti kūdikį, vaiką ar mažą gyvūną. Įjungimas: programėlėje paspaudus „+“ viršutiniame dešiniajame kampe ir pasirinkus „Baby Mode“. Procedūra: tėvas ar motina pirmiausia pasisveria vienas, tada paima vaiką – svarstyklės automatiškai apskaičiuoja vaiko svorį kaip skirtumą.

Matavimas neprisijungus (offline):

Pirmasis prisijungimas prie programėlės yra būtinas, kad svarstyklės veiktų tinkamai. Tai aktyvuoja jūsų profilį ir kūno riebalų matavimą; vėlesniems svėrimams programėlės paleisti nereikia.

- 2 kg taisyklė: Neprisijungus atlikti matavimai išsaugomi jūsų profilyje tik tuo atveju, jei dabartinis svoris nesiskiria nuo ankstesnio daugiau nei 2 kg. Tai apsauga nuo vartotojų supainiojimo.
- Automatinis sinchronizavimas: Visi duomenys, išmatuoti be telefono, bus automatiškai pridėti prie programėlės kito prisijungimo metu.

Speciali funkcija: Balso asistentas

Svarstyklės palaiko balso asistento funkciją, kuri veda jus per matavimo procesą naudodama balso instrukcijas.

Funkcija prieinama šiomis kalbomis: anglų, lenkų, italų, prancūzų, kinų ir vietnamiečių.

Nustatymai programėlėje: Paskyra → Įrenginys → Balso asistentas (įjungta/išjungta) Žemiau galite pasirinkti asistento kalbą.

Svarstyklės matuoja šiuos duomenis:

- Pagrindiniai duomenys: svoris, BMI (kūno masės indeksas), idealus kūno svoris, nutukimo lygis
- Kūno sudėtis: riebalų masė, raumenų masė, kūno vanduo, kaulų masė, poodiniai riebalai, liesa kūno masė, baltymų masė
- Metaboliniai rodikliai: BMR (bazinis metabolizmas), visceraliniai riebalai, kūno amžius, kūno tipas

Matavimo rezultatai:

- Baigus matavimą pagrindiniai rezultatai rodomi programėlės pradžios ekrane. Išsami ir tiksli atskirų parametru analizė pateikiama skiltyje „Report“ (C pav.).

**Taip pat prieinamas vaizdo įrašas su teisinga svarstyklių naudojimo instrukcija. Vaizdo įrašas yra anglų kalba, tekstinis aprašymas pateikiamas pagal pasirinktą programėlės kalbą.*

*** Širdies ritmo matavimas šiame modelyje nepalaikomas.*

Paskyros nustatymai:

Skiltyje Account -> Settings galima koreguoti pagrindinius programėlės nustatymus. Galite pakeisti programėlės temą (spalvinę sąsają), kalbą, matavimo vienetus, nustatyti asmeninius tikslus ir susieti programėlę su Apple Health arba Fitbit duomenų sinchronizavimui. Šiame skyriuje taip pat yra galimybė įjungti priminimą apie reguliarią svėrimą.

Gedimų šalinimas:

1. Bluetooth neprisijungia: Įsitinkite, kad svarstyklės įjungtos ir telefone aktyvuotas Bluetooth. Patikrinkite telefono operacinės sistemos versiją. Po sėkmingo prisijungimo svarstyklių ekrane pasirodo Bluetooth piktograma. Programėlėje pagrindiniame ekrane rodoma būseną „Connected“. Jei neprisijungia automatiškai, eikite į: Account -> Device -> Add Device. Suraskite Bluetooth pavadinimą „WG BodyExpert“ ir prisijunkite rankiniu būdu.
2. Nerodoma kūno analizė: Matavimas turi būti atliekamas basomis. Įsitinkite, kad pėdos ir svarstyklių paviršius yra sausi. Stovėkite ant svarstyklių apie 10 sekundžių arba kol reikšmė nustos mirksėti. Per anksti nulipus analizė gali būti nepilna. Patikrinkite, ar svarstyklės nėra prijungtos prie kito įrenginio.
3. Neteisingas svoris: Padėkite svarstyklės ant kieto, lygaus ir stabilaus paviršiaus. Patikrinkite, ar jutikliai (kojelės) apačioje yra švarūs. Jei reikia, atstatykite įrenginį naudodami reset angą baterijų skyriuje. Naudodami ploną daiktą (pvz., sąvaržėlę) paspauskite ir laikykite mygtuką apie 6 sekundes, kol ekrane pasirodys „CLR“.
4. Svarstyklės neįsijungia: Patikrinkite baterijų būklę ir prireikus jas pakeiskite. Atkreipkite dėmesį į teisingą poliškumą.
5. Ekranas simboliai:
 - Lo (žemas baterijos lygis): Baterijos silpnos. Pakeiskite visas 4xAA baterijas.
 - Err (perkrova): Svarstyklės perkrautos (virš 180 kg). Nedelsiant nulipkite.
 - C (matavimo klaida): Klaida matavimo metu (pvz., dėl judėjimo). Nulipkite, palaukite „0.0“ ir pakartokite.

Saugumo instrukcijos:

- Nenaudokite, jei įrenginys pažeistas arba stiklas įskilęs. Nebandykite ardyti ar taisyti. Visus remonto darbus turi atlikti įgaliotas servisas.
- Netinka medicininei diagnostikai. Rodikliai yra orientaciniai ir nepakeičia profesionalios medicininės apžiūros.
- Nenaudokite, jei turite širdies stimuliatorių ar kitus elektroninius implantus. Svarstyklės naudoja bioelektrinę impedansą, kuri gali paveikti implantų veikimą.

- Nevykdykite daugiau nei 180 kg apkrovos. Nestovēkite ant krašto ir nešokinēkite ant svarstykliu.
- Naudokite tik ant kieto, lygaus ir stabilaus paviršaus. Nenaudokite ant kilimo.
- Pēdos ir svarstykles turi bŭti sausos, kad išvengtumēte slydimo.
- Sverkite tuo pačiu paros metu, kad rezultatai bŭtŭ palyginami. Nesverkite iškart po vonios ar saunos.
- Nēšcios moterys turētŭ naudoti tik svorio matavimo funkcijā.
- Tai nēra žaislas. Laikykite vaikas nepasiekiamoje vietoje. Vaikai gali naudoti tik prižiūrīmi suaugusiuju.
- Naudokite tik rekomenduojamas 4xAA baterijas ir laikykitēs poliškumo. Nemeskite bateriju į ugnį ir nesujunkite trumpuouju jungimu. Utilizuokite baterijas pagal galiojančius reikalavimus.
- Valykite lengvai sudrēkinta šluoste; nenaudokite agresyviu cheminiu medžiagu.

LV – LIETOŠANAS ROKASGRĀMATA

Iepakojuma saturs: Viedie svāri + mērīšanas rokturis, lietošanas instrukcija

Tehniskās specifikācijas: izmēri: 333 x 305 x 33 mm; maksimālā slodze: 180 kg (maks. 400 lb); barošana: 4x AA baterijas (nav iekļautas); mērīšanas metode: BIA (bioelektriskās impedances analīze), izmantojot 8 elektrodus; lietotne: Fitdays

Ierīces apraksts:

1. Īkšķa elektrodus uz roktura, 2. Mērīšanas rokturis, 3. LED displejs, 4. Rūdīta stikla virsma, 5. Nerūsējošā tērauda plāksne, 6. Elektrodus uz roktura četriem pirkstiem, 7. Svaru kājas, 8. Apakšējā plastmasas pamatne, 9. Bateriju nodalījuma vāks (iekšpusē atiestatīšanas atvere)

Darba sākšana:

- Bateriju ievietošana: Ievietojiet 4xAA baterijas svaros un novietojiet tos uz cietas un līdzenas virsmas.
- Lietotnes lejupielāde un instalēšana: Skenējiet QR kodu vai meklējiet lietotni "Fitdays" App Store / Google Play. Lejupielādējiet un instalējiet lietotni.

• Reģistrācija un konta iestatīšana: Atveriet Fitdays lietotni un reģistrējieties. Aizpildiet personīgos datus un apstipriniet.

Piezīme: Nepareizi ievadīti dati (dzimums, vecums, augums utt.) var ietekmēt rezultātu precizitāti. Sportista režīms: Aktīviem sportistiem (vairāk nekā 10 stundas intensīvu trenīnu nedēļā) ieteicams ieslēgt "Athlete Mode" savā profilā, lai precīzāk aprēķinātu muskuļu masu.

- Bluetooth ieslēgšana: Ieslēdziet Bluetooth savā tālrunī.
- iOS: Atļaujiet lietotnei piekļuvi Bluetooth.
- Android: Ieslēdziet Bluetooth, GPS un atļaujiet piekļuvi atrašanās vietai.
- Svaru aktivizēšana: Viegli pieskarīties svāriem ar kāju, lai tos aktivizētu. Pagaidiet, līdz parādās "0.0 kg".
- Ierīces savienošana: Lietotnē dodīties uz: Account -> Device -> Add Device + -> izvēlieties WG BodyExpert.
- Vienību maiņa un atiestatīšana: Uzmanīgi ievietojiet plānu priekšmetu (piem., saspraudi) atiestatīšanas atverē (bateriju nodalījumā) un īsi nospīdīet, lai mainītu vienības (kg/lb). Lai atiestatītu, nospīdīet un turiet apmēram 6 sekundes; kad displejā parādās "CLr", ierīce ir atiestatīta un varat sākt jaunu mērījumu

Mērīšana:

- Novietojiet svarus uz cietas un līdzenas virsmas (piem., flīzes, lamināts, A att.).
- Aktivizējiet svarus, viegli pieskarīties ar kāju. Pagaidiet, līdz displejā parādās "0.0" (kg/lb).
- Uzklāpiet uz svāriem basām kājām – pēdām pilnībā jāsaskaras ar elektrodiem.
- Turiet mērīšanas rokturi ar abām rokām.
- Novietojiet īkšķus uz priekšējiem elektrodiem roktura augšpusē.
- Novietojiet pārējo četru pirkstu galus uz aizmugurējiem elektrodiem.
- Izstīpiet rokas uz priekšu un nedaudz uz leju, lai tās veidotu aptuveni 45° leņķi pret ķermeni un nepieskartos gurniem (B att.).
- Mērīšanas laikā stāviet taisni ar nedaudz atdalītām kājām un pārlīcinīeties, ka augšstīlbi nesaskaras. Ja nepieciešams, atdalīet tos ar plānu apģērbu vai papīru, lai izvairītos no rezultātu izkropļošanas.
- Mērīšanas laikā nekustīeties un nepārvītojīet rokas vai ķermeni. Mērīšanas progress redzams lietotnē.
- Lai iegūtu precīzus rezultātus, palīcīet uz svāriem līdz mērījuma beigām.
- Svarīgi: Mērot ar zeķēm vai apaviem, svāri rādīs tikai svaru.
- Lietotāja izvēle: Ja svāri tiek izmantoti vairākiem lietotājiem, pirms mērījuma izvēlieties savu profilu lietotnē. Ja tiek konstatēta būtiska atšķirība no iepriekšējā rezultāta, tiks parādīts brīdinājums pārbaudīt kontu, lai izvairītos no datu sajaukšanas. Bez izvēlēta profila ierīce var rādīt tikai kopējo svaru.
- Bērna režīms: Ļauj nosvērt bērnu, mazuli vai mazu dzīvnieku. Aktivizēšana: lietotnē nospīdīet "+" augšējā labajā stūrī un izvēlieties "Baby Mode". Procedūra: vecāks vispirms nosveras viens, pēc tam paņem bērnu – svāri automātiski aprēķina bērna svaru kā starpību.

Mērīšana bezsaistē:

Pirmā savienošana ar lietotni ir nepieciešama pareizai svaru darbībai. Tas aktivizē jūsu profilu un ķermeņa tauku mērīšanu; turpmāk lietotni nav nepieciešams atvērt.

- 2 kg noteikums: Bezsaistes mērījumi tiek saglabāti jūsu profilā tikai tad, ja pašreizējais svars neatšķiras no iepriekšējā vairāk nekā par 2 kg. Tas kalpo kā aizsardzība pret lietotāju sajaukšanu.
- Automātiska sinhronizācija: Visi dati, kas izmērīti bez tālruņa, tiks automātiski pievienoti lietotnei nākamajā savienojumā.

Īpaša funkcija: Balss asistents

Svari atbalsta balss asistenta funkciju, kas ar balss norādījumiem vada jūs mērīšanas procesā. Funkcija ir pieejama šādās valodās: angļu, poļu, itāļu, franču, ķīniešu un vjetnamiešu.

Iestatījumi lietotnē: Konts → Ierīce → Balss asistents (ieslēgts/izslēgts) Zemāk varat izvēlēties asistenta valodu.

Svari mēra šādus datus:

- Pamata dati: svars, BMI (ķermeņa masas indekss), ideālais ķermeņa svars, aptaukošanās līmenis
- Ķermeņa sastāvs: tauku masa, muskuļu masa, ķermeņa ūdens, kaulu masa, zemādas tauki, beztauku ķermeņa masa, proteīnu masa
- Metaboliskie rādītāji: BMR (bazālais metabolisms), viscerālie tauki, ķermeņa vecums, ķermeņa tips

Mērījumu rezultāti:

- Pēc mērījuma pamatzinātni tiek parādīti lietotnes sākuma ekrānā. Detalizēta un precīza atsevišķu parametru analīze pieejama sadaļā "Report" (C att.).

**Pieejams arī video pamācība ar pareizu svaru lietošanu. Video ir angļu valodā, teksta apraksts atbilst lietotnē izvēlētajai valodai.*

*** Pulsa mērīšana šim modelim nav pieejama.*

Konta iestatījumi:

Sadaļā Account -> Settings iespējams pielāgot lietotnes pamatparametrus. Varat mainīt lietotnes tēmu (krāsu interfeisu), valodu, mērvienības, iestatīt personīgos mērķus un savienot lietotni ar Apple Health vai Fitbit datu sinhronizācijai. Šajā sadaļā ir arī iespēja aktivizēt atgādinājumu par regulāru svēršanos.

Problēmu novēršana:

1. Bluetooth nesavienojas: Pārlicinieties, ka sviri ir ieslēgti un Bluetooth ir aktīvs tālrunī. Pārbaudiet tālruņa operētājsistēmas versiju. Pēc veiksmīgas savienošanas uz svaru displeja parādās Bluetooth ikona. Lietotnē galvenajā ekrānā tiek rādīts statuss "Connected". Ja savienojums nenotiek automātiski, dodieties uz: Account -> Device -> Add Device. Atrodiet Bluetooth nosaukumu "WG BodyExpert" un pievienojiet manuāli.
2. Ķermeņa analīze netiek rādīta: Mērījums jāveic basām kājām. Pārlicinieties, ka pēdas un svaru virsma ir sausas. Stāviet uz svāriem apmēram 10 sekundes vai līdz vērtība pārstāj mirgot. Priekšlaicīga nokāpšana var radīt nepilnīgu analīzi. Pārbaudiet, vai sviri nav savienoti ar citu ierīci.
3. Nepareizs svārs: Novietojiet svarus uz cietas, līdzenas un stabilas virsmas. Pārbaudiet, vai sensori (kājiņas) apakšā ir tīri. Ja nepieciešams, atiestatiet ierīci, izmantojot atiestatīšanas atveri bateriju nodalījumā. Izmantojiet plānu priekšmetu (piem., saspraudi), lai nospieztu un turētu pogu apmēram 6 sekundes, līdz displejā parādās "CLr".
4. Svāri neieslēdzas: Pārbaudiet bateriju stāvokli un, ja nepieciešams, nomainiet tās. Ievērojiet pareizu polaritāti.
5. Indikācijas simboli:
 - Lo (zems baterijas līmenis): Baterijas ir izlādējušās. Nomainiet visas 4xAA baterijas.
 - Err (pārslogde): Svāri ir pārslogoti (virs 180 kg). Nekavējoties nokāpiet.
 - C (mērījuma kļūda): Kļūda mērīšanas laikā (piem., kustības dēļ). Nokāpiet, pagaidiet "0.0" un atkārtojiet.

Drošības instrukcijas:

- Nelietojiet, ja ierīce ir bojāta vai stikls ir saplaisājis. Nemēģiniet to izjaukt vai remontēt. Visus remontdarbus drīkst veikt tikai autorizēts servisa centrs.
- Nav paredzēts medicīniskai diagnostikai. Rādījumi ir informatīvi un neaizstāj profesionālu medicīnisko pārbaudi.
- Nelietojiet, ja jums ir elektrokardiostimulators vai citi elektroniski implantanti. Svāri izmanto bioelektrisko impedanci, kas var ietekmēt implantēto ierīču darbību.
- Nepārsniedziet 180 kg. Nekāpiet uz malas un nelekt uz svāriem.
- Lietojiet tikai uz cietas, līdzenas un stabilas virsmas. Nelietojiet uz paklāja.
- Pēdām un svāriem jābūt sausiem, lai novērstu paslīdēšanu.
- Mēriet vienā un tajā pašā dienas laikā, lai iegūtu salīdzināmus rezultātus. Nemēriet uzreiz pēc vannas vai saunas.
- Grūtniecēm jāizmanto tikai svāra mērīšanas funkcija.
- Tas nav rotaļlieta. Glabājiet bērniem nepieejamā vietā. Bērni drīkst lietot tikai pieaugušo uzraudzībā.
- Izmantojiet tikai ieteicamās 4xAA baterijas un ievērojiet polaritāti. Nemetiet baterijas ugunī un neizraisiet

Issavienojumu. Utilizējiet baterijas saskaņā ar noteikumiem.

- Tīriet ar viegli mitru drānu; neizmantojiet agresīvas ķīmiskas vielas.

EE – KASUTAJAKÄSITLUS

Pakendi sisu: Nutikas kaal + mõõtekäepide, kasutusjuhend

Tehnilised andmed: mõõtmed: 333 x 305 x 33 mm; maksimaalne kandevõime: 180 kg (max. 400 lb); toide: 4x AA patareid (ei kuulu komplekti); mõõtmismeetod: BIA (bioelektriline impedantsanalüüs) 8 elektroodi abil; rakendus: Fitdays

Seadme kirjeldus:

1. Pöidla elektrood käepidemel, 2. Mõõtekäepide, 3. LED-ekraan, 4. Karastatud klaasist pind, 5. Roostevabast terasest plaat, 6. Käepideme elektrood neljale sõrmele, 7. Kaalu jalad, 8. Alumine plastist alus, 9. Patareipesa kaas (sees lähtestusava)

Alustamine:

- Patareide paigaldamine: Sisestage 4xAA patareid kaalu ja asetage kaal kõvale ja tasasele pinnale.
- Rakenduse allalaadimine ja paigaldamine: Skaneerige QR-kood või otsige „Fitdays“ rakendust App Store'ist / Google Play'st. Laadige alla ja installige rakendus.
- Registreerimine ja konto seadistamine: Avage Fitdays rakendus ja registreeruge. Sisestage isikuandmed ja kinnitage.

Märkus: Valesti sisestatud andmed (sugu, vanus, pikkus jne) võivad mõjutada tulemuste täpsust. Sportlase režiim: Aktiivsed sportlased (üle 10 tunni intensiivset treeningut nädalas) peaksid oma profiilis sisse lülitama „Athlete Mode“, et saada täpsem lihasmassi arvutus.

- Bluetoothi sisselülitamine: Lülitage telefonis Bluetooth sisse.
- iOS: Lubage rakendusel Bluetoothi kasutada.
- Android: Lülitage sisse Bluetooth ja GPS ning lubage asukohale juurdepääs.
- Kaalu aktiveerimine: Puudutage kaalu kergelt jalaga, et see aktiveerida. Oodake, kuni kuvatakse „0.0 kg“.
- Seadme sidumine: Minge rakenduses: Account -> Device -> Add Device + -> valige WG BodyExpert.
- Ühikute vahetamine ja lähtestamine: Sisestage ettevaatlikult õhuke ese (nt kirjaklamber) lähtestusavasse (patareipesa sees) ja vajutage lühidalt, et vahetada ühikuid (kg/lb). Lähtestamiseks vajutage ja hoidke umbes 6 sekundit; kui ekraanile ilmub „CLR“, on seade lähtestatud ja saate alustada uut mõõtmist

Mõõtmine:

- Asetage kaal kõvale ja tasasele pinnale (nt plaadid, laminaat, Joonis A).
- Aktiveerige kaal kergelt jalaga puudutades. Oodake, kuni ekraan näitab „0.0“ (kg/lb).
- Astuge kaalule paljajalu – jalad peavad täielikult elektroodidega kokku puutuma.
- Hoidke mõõtekäepidet mõlema käega.
- Asetage pöidlal käepideme ülaosas olevatele eesmistele elektroodidele.
- Asetage ülejäänud nelja sõrme otsad tagumistele elektroodidele.
- Sirutage käed ette ja veidi allapoole, nii et need moodustaksid kehaga umbes 45° nurga ega puutuks puusi (Joonis B).
- Seiske mõõtmise ajal sirgelt, jalad veidi lahus, ja veenduge, et reied ei puutuks kokku. Vajadusel eraldage need õhukese riide või paberiga, et vältida tulemuste moonutamist.
- Püsige mõõtmise ajal paigal ja ärge liigutage käsi ega keha. Mõõtmise edenemine on nähtav rakenduses.
- Täpsete tulemuste saamiseks jääge kaalule kuni mõõtmise lõpuni.
- Oluline: Sokke või jalaõusid kandes mõõdab kaal ainult kehakaalu.
- Kasutaja valik: Kui kaalu kasutab mitu inimest, valige enne mõõtmist rakenduses oma profiil. Kui kaal tuvastab olulise erinevuse võrreldes eelmise mõõtmisega, hoiatab see teid konto kontrollimiseks, et vältida andmete segunemist. Ilma valitud profiilita võib seade kuvada ainult kogukaalu.
- Beebirežiim: Võimaldab kaaluda beebit, last või väikelooma. Aktiveerimine: rakenduses vajutage „+“ paremas ülanurgas ja valige „Baby Mode“. Protseduur: vanem kaalub end esmalt üksi, seejärel võtab lapse sülle – kaal arvutab automaatselt lapse kaalu vahe põhjal.

Mõõtmine ilma ühenduseta (offline):

Esimene ühendus rakendusega on vajalik kaalu korrektseks toimimiseks. See aktiveerib teie profiili ja keharasva mõõtmise; edasisteks kaalumisteks ei pea rakendus olema avatud.

- 2 kg reegel: Offline-mõõtmised salvestatakse teie profiilile ainult siis, kui teie praegune kaal ei erine eelmisest rohkem kui 2 kg. See aitab vältida kasutajate segiajamist.
- Automaatne sünkronimine: Kõik ilma telefonita mõõdetud andmed lisatakse rakendusse automaatselt järgmise ühenduse ajal.

Erifunktsioon: Hääleassistent

Kaal toetab hääleassistenti funktsiooni, mis juhendab teid mõõtmisprotsessi ajal hääljuhiste abil. Funktsioon on

saadaval järgmistes keeltes: inglise, poola, itaalia, prantsuse, hiina ja vietnami.

Seaded rakenduses: Konto → Seade → Hääleassistent (sees/väljas) Allpool saate valida assistendi keele.

Kaal mõõdab järgmisi andmeid:

- Põhiandmed: kaal, BMI (kehamassiindeks), ideaalne kehakaal, rasvumise tase
- Kehakoostis: rasvamass, lihasmass, kehavesi, luumass, nahaalune rasv, rasvavaba kehakaal, valgu mass
- Ainevahetusnäitajad: BMR (baasainevahetus), vistseraalne rasv, keha vanus, kehatüüp

Mõõtmistulemused:

- Pärast mõõtmise lõppu kuvatakse põhitulemused rakenduse avalehel. Üksikasjalik ja täpne analüüs on saadaval jaotises „Report“ (Joonis C).

**Saadaval on ka videomaterjal õige kasutamise kohta. Video on inglise keeles, tekst vastab valitud rakenduse keelele.*

*** Südame löögisageduse mõõtmine ei ole sellel mudelil saadaval.*

Konto seaded:

Jaotises Account -> Settings saate muuta rakenduse põhiseadeid. Saate muuta teemat (värvilahendust), keelt, mõõtühikuid, seada isiklike eesmärged ja ühendada rakenduse Apple Healthi või Fitbitiga andmete sünkroniseerimiseks. Samuti on võimalik aktiveerida regulaarse kaalumise meeldetuletus.

Veaotsing:

1. Bluetooth ei ühendu: Veenduge, et kaal on sisse lülitatud ja Bluetooth telefonis aktiivne. Kontrollige telefoni operatsioonisüsteemi versiooni. Eduka ühenduse korral ilmub kaalu ekraanile Bluetoothi ikoon. Rakenduses kuvatakse olek „Connected“. Kui see ei ühendu automaatselt, minge: Account -> Device -> Add Device ja ühendage käsitsi „WG BodyExpert“.
2. Kehakoostise analüüs ei ilmu: Mõõtmine peab toimuma paljajalu. Veenduge, et jalad ja kaalu pind on kuivad. Seiske kaalul umbes 10 sekundit või kuni näit lõpetab vilkumise. Liiga varajane lahkumine võib põhjustada mittetäieliku analüüsi. Kontrollige, kas kaal ei ole ühendatud teise seadmega.
3. Vale kaal: Asetage kaal kõvale, tasasele ja stabiilsele pinnale. Kontrollige, et alumised andurid (jalad) oleksid puhtad. Vajadusel lähtestage seade patareipesas oleva ava kaudu. Kasutage õhukest eset (nt kirjaklambrist), et vajutada ja hoida nuppu umbes 6 sekundit, kuni ekraanile ilmub „CLr“.
4. Kaal ei lülitu sisse: Kontrollige patareide seisukorda ja vajadusel vahetage need välja. Jälgige õiget polaarsust.
5. Kuvatud sümbolid:
 - Lo (madal patareid): Patareid on tühjad. Vahetage kõik 4xAA patareid.
 - Err (ülekoormus): Kaal on ülekoormatud (üle 180 kg). Astuge kohe maha.
 - C (mõõtmisviga): Viga mõõtmise ajal (nt liikumise tõttu). Astuge maha, oodake „0.0“ ja korrake.

Ohutusjuhised:

- Ärge kasutage, kui seade on kahjustatud või klaas on pragunenud. Ärge proovige seadet lahti võtta ega parandada. Kõik parandustööd peab tegema volitatud teenindus.
- Ei ole mõeldud meditsiiniliseks diagnoosiks. Tulemused on informatiivsed ega asenda arsti läbivaatust.
- Ärge kasutage, kui teil on südamestimulaator või muud elektroonilised implantaadid. Kaal kasutab bioelektrilist impedantsi, mis võib mõjutada implantaatide tööd.
- Ärge ületage 180 kg. Ärge astuge servale ega hüpake kaalule.
- Kasutage ainult kõval, tasasel ja stabiilisel pinnal. Ärge kasutage vaibal.
- Jalad ja kaal peavad olema kuivad, et vältida libisemist.
- Mõõtke samal ajal päevas võrreldavate tulemuste saamiseks. Ärge mõõtke kohe pärast vanni või sauna.
- Rasedad peaksid kasutama ainult kehakaalu mõõtmise funktsiooni.
- Ei ole mänguasi. Hoidke laste käeulatusel eemal. Lapsed võivad kasutada ainult täiskasvanu järelevalve all.
- Kasutage ainult soovitatud 4xAA patareid ja jälgige polaarsust. Ärge visake patareid tulle ega lühistage neid. Utiliseerige patareid vastavalt nõuetele.
- Puhastage kergelt niiske lapiga; ärge kasutage agressiivseid kemikaale.

TR – KULLANIM KILAVUZU

Paket içeriđi: Akıllı tartı + ölçüm tutacađı, kullanım kilavuzu

Teknik özellikler: boyutlar: 333 x 305 x 33 mm; maksimum kapasite: 180 kg (maks. 400 lb); güç kaynađı: 4x AA pil (dahil deđildir); ölçüm yöntemi: BIA (Biyoelektrik Empedans Analizi) 8 elektrot kullanılarak; uygulama: Fitdays

Cihaz açıklaması:

1. Tutacak üzerindeki başparmak elektrodu, 2. Ölçüm tutacağı, 3. LED ekran, 4. Temperli cam yüzey, 5. Paslanmaz çelik plaka, 6. Dört parmak için tutacak elektrodu, 7. Tartı ayakları, 8. Alt plastik taban, 9. Pil bölmesi kapağı (içinde sıfırlama deliği)

Başlarken:

- Pil kurulumu: Tartıya 4xAA pil yerleştirin ve düz, sert bir zemine yerleştirin.
 - Uygulamanın indirilmesi ve kurulumu: QR kodunu tarayın veya App Store / Google Play'de "Fitdays" uygulamasını arayın. İndirin ve kurun.
 - Kayıt ve hesap ayarları: Fitdays uygulamasını açın ve kayıt olun. Kişisel bilgileri girin ve onaylayın.
- Not: Yanlış girilen veriler (cinsiyet, yaş, boy vb.) sonuçların doğruluğunu etkileyebilir. Sporcu modu: Haftada 10 saatten fazla yoğun antrenman yapan aktif sporcular, kas kütlelerinin daha doğru hesaplanması için profillerinde "Athlete Mode" seçeneğini etkinleştirmelidir.
- Bluetooth'u açma: Telefonunuzda Bluetooth'u açın.
 - iOS: Uygulamaya Bluetooth erişimi verin.
 - Android: Bluetooth ve GPS'i açın ve konum erişimine izin verin.
 - Tartıyı etkinleştirme: Tartıya ayağınızla hafifçe dokunarak etkinleştirin. "0.0 kg" görünene kadar bekleyin.
 - Cihaz eşleştirme: Uygulamada: Account -> Device -> Add Device + -> WG BodyExpert seçin.
 - Birim değiştirme ve sıfırlama: İnce bir nesneyi (ör. ataç) pil bölmesinin içindeki sıfırlama deliğine dikkatlice yerleştirin ve birimleri (kg/lb) değiştirmek için kısa süre basın. Sıfırlamak için yaklaşık 6 saniye basılı tutun; ekranda "CLr" görüldüğünde cihaz sıfırlanmış olur ve yeni bir ölçüme başlayabilirsiniz

Ölçüm:

- Tartıyı sert ve düz bir zemine yerleştirin (örn. fayans, laminat, Şekil A).
- Ayağınızla hafifçe dokunarak tartıyı etkinleştirin. Ekranda "0.0" (kg/lb) görünene kadar bekleyin.
- Tartıya çıplak ayakla çıkın – ayaklar elektrotlarla tam temas etmelidir.
- Ölçüm tutacağını iki elinizle tutun.
- Başparmaklarınızı tutacağın üst kısmındaki ön elektrotlara yerleştirin.
- Diğer dört parmağınızın uçlarını arka elektrotlara yerleştirin.
- Kollarınızı öne ve hafif aşağı doğru uzatarak vücudunuzla yaklaşık 45° açı oluşturacak şekilde tutun ve kalçanıza değmemesine dikkat edin (Şekil B).
- Ölçüm sırasında dik durun, bacaklarınızı hafifçe açın ve uyluklarınızın birbirine değmediğinden emin olun. Gerekirse ince bir kumaş veya kağıt ile ayırın.
- Ölçüm sırasında hareketsiz kalın, kollarınızı ve vücudunuzu oynatmayın. Ölçüm süreci uygulamada gösterilir.
- Doğru sonuçlar için ölçüm tamamlanana kadar tartıda kalın.
- Önemli: Çorap veya ayakkabı ile ölçüm yapıldığında sadece ağırlık ölçülür.
- Kullanıcı seçimi: Tartı birden fazla kişi tarafından kullanılıyorsa ölçümden önce uygulamada profilinizi seçin. Önceki ölçümden büyük fark algılanırsa, veri karışıklığını önlemek için sizi uyarır. Profil seçilmezse yalnızca toplam ağırlık gösterilebilir.
- Bebek modu: Bebek, çocuk veya küçük hayvanların tartılmasını sağlar. Etkinleştirme: uygulamada sağ üst köşedeki "+" tuşuna basarak "Baby Mode" seçin. Yöntem: ebeveyn önce tek başına tartılır, sonra çocuğu kucağına alır – tartı çocuğun ağırlığını fark olarak hesaplar.

Çevrimdışı tartım:

- İlk uygulama bağlantısı tartının doğru çalışması için gereklidir. Bu, profilinizi ve vücut yağı ölçümünü etkinleştirir; sonraki tartımlarda uygulamanın açık olması gerekmez.
- 2 kg kuralı: Çevrimdışı ölçümler yalnızca mevcut ağırlık önceki ölçümden 2 kg'dan fazla farklı değilse kaydedilir. Bu, kullanıcı karışıklığını önler.
 - Otomatik senkronizasyon: Telefonsuz yapılan tüm ölçümler, bir sonraki bağlantıda otomatik olarak uygulamaya aktarılır.

Özel özellik: Sesli asistan

Tartı, ölçüm süreci boyunca sizi sesli talimatlarla yönlendiren bir sesli asistan fonksiyonunu destekler. Özellik şu dillerde mevcuttur: İngilizce, Lehçe, İtalyanca, Fransızca, Çince ve Vietnamca. Uygulamadaki ayarlar: Hesap → Cihaz → Sesli asistan (açık/kapalı) Aşağıdan asistan dilini seçebilirsiniz.

Tartı aşağıdaki verileri ölçer:

- Temel veriler: Ağırlık, BMI (Vücut Kitle İndeksi), ideal vücut ağırlığı, obezite seviyesi
- Vücut kompozisyonu: Yağ kütlesi, kas kütlesi, vücut suyu, kemik kütlesi, deri altı yağ, yağsız vücut ağırlığı, protein kütlesi
- Metabolik göstergeler: BMR (Bazal metabolizma hızı), visseral yağ, vücut yaşı, vücut tipi

Ölçüm sonuçları:

• Ölçüm tamamlandıktan sonra temel sonuçlar uygulamanın ana ekranında gösterilir. Ayrıntılı ve doğru değerlendirme "Report" bölümünde mevcuttur (Şekil C).

**Tartının doğru kullanımı için video rehberi de mevcuttur. Video İngilizcedir, metin açıklaması uygulamada seçilen dile göre görüntülenir.*

*** Bu modelde kalp atış hızı ölçümü mevcut değildir.*

Hesap ayarları:

Account -> Settings bölümünde uygulamanın temel ayarları yapılabilir. Tema (renk arayüzü), dil, ölçü birimleri değiştirilebilir, kişisel hedefler ayarlanabilir ve Apple Health veya Fitbit ile veri senkronizasyonu sağlanabilir. Bu bölümde ayrıca düzenli tartım hatırlatıcısı da etkinleştirilebilir.

Sorun giderme:

1. Bluetooth bağlanmıyor: Tartının açık ve Bluetooth'un aktif olduğundan emin olun. Telefonun işletim sistemi sürümünü kontrol edin. Başarılı bağlantıdan sonra tartı ekranında Bluetooth simgesi görünür. Uygulamada ana ekranda "Connected" durumu görünür. Otomatik bağlanmazsa: Account -> Device -> Add Device menüsünden "WG BodyExpert" cihazını manuel olarak ekleyin.
2. Vücut analizi görünmüyor: Ölçüm çıplak ayakla yapılmalıdır. Ayakların ve tartı yüzeyinin kuru olduğundan emin olun. Tartı üzerinde yaklaşık 10 saniye durun veya değer sabitlenene kadar bekleyin. Erken inmek eksik analizlere neden olabilir. Tartının başka bir cihazla bağlı olup olmadığını kontrol edin.
3. Yanlış ağırlık: Tartıyı sert, düz ve sabit bir yüzeye yerleştirin. Alt sensörlerin (ayakların) temiz olduğundan emin olun. Gerekirse pil bölmesindeki reset deliği ile cihazı sıfırlayın. İnce bir nesne (ör. ataç) kullanarak düğmeye yaklaşık 6 saniye basılı tutun; ekranda "CLr" görünene kadar basmaya devam edin.
4. Tartı açılmıyor: Pilleri kontrol edin ve gerekirse değiştirin. Doğru kutuplamaya dikkat edin.
5. Gösterge sembolleri:
 - Lo (düşük pil): Piller zayıf. Tüm 4xAA pilleri değiştirin.
 - Err (aşırı yük): Tartı aşırı yüklenmiş (180 kg üzeri). Hemen inin.
 - C (ölçüm hatası): Ölçüm sırasında hata (örn. hareket nedeniyle). İnerak "0.0" bekleyin ve tekrar deneyin.

Güvenlik talimatları:

- Cihaz hasarlıysa veya cam çatlaksa kullanmayın. Sökmeye veya onarmaya çalışmayın. Tüm onarımlar yetkili servis tarafından yapılmalıdır.
- Tıbbi teşhis için uygun değildir. Değerler bilgilendirme amaçlıdır ve profesyonel muayenenin yerine geçmez.
- Kalp pili veya elektronik implantı olanlar kullanmamalıdır. Biyoelektrik empedans bu cihazları etkileyebilir.
- 180 kg sınırını aşmayın. Kenarına basmayın ve zıplamayın.
- Sadece sert ve düz yüzeylerde kullanın. Halı üzerinde kullanmayın.
- Kaymayı önlemek için ayaklar ve tartı kuru olmalıdır.
- Karşılaştırılabilir sonuçlar için aynı saatlerde ölçüm yapın. Banyo/sauna sonrası ölçüm yapmayın.
- Hamileler yalnızca ağırlık ölçümünü kullanmalıdır.
- Oyuncak değildir. Çocuklardan uzak tutun. Çocuklar yalnızca yetişkin gözetiminde kullanılmalıdır.
- Yalnızca önerilen 4xAA pilleri kullanın ve kutuplamaya dikkat edin. Pilleri ateşe atmayın veya kısa devre yaptırmayın. Yönetmeliklere uygun şekilde imha edin.
- Hafif nemli bezle temizleyin; agresif kimyasallar kullanmayın.



EN - Recycling: Electronic and electrical products must not be disposed of in household (mixed) waste but should be disposed of as e-waste. Dispose of waste at the end of the product's life in accordance with applicable legal regulations. Please protect the environment. **CZ** – Recyklace: Elektronické a elektrické produkty nesmějí být vyhazovány do domovních (směsných) odpadů, ale vyhazují se do elektroodpadu.

Likvidujte odpad na konci doby životnosti výrobku přiměřeně podle platných zákonných ustanovení. Prosím šetřete životní prostředí. **SK** - Recyklácia: Elektronické a elektrické produkty nesmú byť vyhadzované do domového (zmesového) odpadu, ale musia byť odovzdané na zber elektroodpadu. Odpad likvidujte na konci životnosti výrobku v súlade s platnými zákonmi. Prosím, chráňte životné prostredie. **PL** – Recykling: Produkty elektroniczne i elektryczne nie mogą być wyrzucane do odpadów komunalnych (zmieszanych), lecz należy je oddawać do elektroodpadów. Utylizuj odpady po zakończeniu okresu użytkowania produktu zgodnie z obowiązującymi przepisami. Prosimy o dbanie o środowisko. **DE** - Recycling: Elektronische und elektrische Produkte dürfen nicht im Hausmüll (Restmüll) entsorgt werden, sondern müssen dem Elektroschrott zugeführt werden. Entsorgen Sie Abfälle am Ende der Produktlebensdauer gemäß den geltenden gesetzlichen Bestimmungen. Bitte schonen Sie die Umwelt. **FR** - Recyclage : Les produits électroniques et électriques ne doivent pas être jetés avec les déchets ménagers (ordures ménagères), mais doivent être déposés dans les points de collecte des déchets électroniques. Éliminez les déchets en fin de vie du produit conformément à la législation en vigueur. Merci de protéger

l'environnement. **IT** - Riciclaggio: I prodotti elettronici ed elettrici non devono essere smaltiti nei rifiuti domestici (indifferenziati), ma devono essere conferiti nei rifiuti elettronici. Smaltire i rifiuti a fine vita del prodotto secondo le normative vigenti. Si prega di proteggere l'ambiente. **NL** - Recycling: Elektronische en elektrische producten mogen niet bij het huishoudelijk (rest)afval worden weggegooid, maar dienen bij het elektronisch afval te worden ingeleverd. Voer afval aan het einde van de levensduur van het product af volgens de geldende wetgeving. Bescherm alstublieft het milieu. **ES** - Reciclaje: Los productos electrónicos y eléctricos no deben desecharse con la basura doméstica (mezclada), sino que deben llevarse a los puntos de recogida de residuos electrónicos. Elimine los residuos al final de la vida útil del producto de acuerdo con la normativa vigente. Por favor, cuide el medio ambiente. **PT** - Reciclagem: Os produtos eletrónicos e elétricos não devem ser descartados no lixo doméstico (misto), mas sim nos resíduos eletrónicos. Elimine os resíduos no final da vida útil do produto de acordo com a legislação aplicável. Por favor, proteja o meio ambiente. **HU** - Újrahasznosítás: Az elektronikus és elektromos termékeket nem szabad a háztartási (vegyes) hulladékba dobni, hanem az elektronikai hulladékgyűjtőbe kell helyezni. A hulladékot a termék élettartamának végén a hatályos jogszabályoknak megfelelően kell ártalmatlanítani. Kérjük, óvja a környezetet. **HR** - Reciklaža: Elektronički i električni proizvodi ne smiju se odlagati u kućni (miješani) otpad, već se moraju predavati kao elektronički otpad. Otpade zbrinite na kraju životnog vijeka proizvoda u skladu s važećim zakonskim propisima. Molimo čuvajte okoliš. **SI** - Reciklaža: Elektronskih in električnih izdelkov ni dovoljeno odlagati med gospodinjске (mešane) odpadke, ampak jih je treba oddati kot e-odpadke. Odpadke odstranite ob koncu življenjske dobe izdelka v skladu z veljavnimi zakonskimi predpisi. Prosimo, varujte okolje. **RS** - Reciklaža: Elektronski i električni proizvodi ne smeju se odlagati u kućni (mešoviti) otpad, već se moraju odlagati kao elektronski otpad. Otpad odlazite na kraju životnog veka proizvoda u skladu sa važećim zakonskim propisima. Molimo čuvajte životnu sredinu. **RO** - Reciclare: Produsele electronice și electrice nu trebuie aruncate la gunoierul menajer (amestecat), ci trebuie predate la punctele de colectare pentru deșeuri electronice. Eliminați deșeurile la sfârșitul duratei de viață a produsului conform reglementărilor legale aplicabile. Vă rugăm să protejați mediul. **BG** - Рециклиране: Електронните и електрическите продукти не трябва да се изхвърлят в битовите (смесените) отпадъци, а да се предават като електронен отпадък. Изхвърляйте отпадъците в края на експлоатационния срок на продукта съгласно действащите законови разпоредби. Моля, опазвайте околната среда. **UA** - Переробка: Електронні та електричні вироби не можна викидати в побутові (змішані) відходи, їх потрібно здавати як електронні відходи. Утилізуйте відходи після закінчення терміну служби виробу згідно з чинним законодавством. Будь ласка, бережіть довкілля. **DK** - Genbrug: Elektroniske og elektriske produkter må ikke bortskaffes sammen med husholdningsaffald (blandet affald), men skal afleveres som elektronikaffald. Bortskaffes ved produktets levetids ophør i overensstemmelse med gældende lovgivning. Venligst vær om miljøet. **FI** - Kierrätys: Elektronisia ja sähköisiä tuotteita ei saa hävittää talousjätteen (sekajätteen) mukana, vaan ne on toimitettava sähkö- ja elektroniikkaromun keräykseen. Hävitä jätteet tuotteen käyttöiän lopussa voimassa olevan lainsäädännön mukaisesti. Ole hyvä ja suojele ympäristöä. **SE** - Återvinning: Elektroniska och elektriska produkter får inte slängas i hushållssoporna (blandavfall) utan ska lämnas som elavfall. Kassera avfallet vid produktens livslängds slut enligt gällande lagstiftning. Var vänlig och skydda miljön. **GR** - Ανακύκλωση: Τα ηλεκτρονικά και ηλεκτρικά προϊόντα δεν πρέπει να απορρίπτονται στα οικιακά (μικτά) απορρίμματα, αλλά να παραδίδονται ως ηλεκτρονικά απόβλητα. Απορρίψτε τα απόβλητα στο τέλος της διάρκειας ζωής του προϊόντος σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία. Παρακαλούμε προστατεύστε το περιβάλλον. **LT** - Perdirbimas: Elektroniniai ir elektriniai gaminiai negali būti išmetami į buitines (mišrias) atliekas, juos reikia pristatyti kaip elektronines atliekas. Atliekas šalinti pasibaigus gaminių tarnavimo laikui laikantis galiojančių teisės aktų. Prašome saugoti aplinką. **LV** - Pārstrāde: Elektroniskie un elektriskie izstrādājumi nedrīkst tikt izmesti sadzīves (jaukto) atkritumos, bet jānodod kā elektronikas atkritumi. Atkritumi jāutilizē pēc produkta kalpošanas laika beigām saskaņā ar spēkā esošajiem tiesību aktiem. Lūdzu, saudzējiet vidi. **EE** - Ringlussevõtt: Elektroonilisi ja elektriseadmeid ei tohi visata olmejäätmete (segaolmejäätmete) hulka, vaid need tuleb viia elektroonikajäätmete kogumispunkti. Hävitage jäätmed toote eluea lõppedes vastavalt kehtivatele õigusaktidele. Palun hoidke keskkonda. **TR** - Geri Dönüşüm: Elektronik ve elektrikli ürünler evsel (karışık) atıklarla atılmamalı, elektronik atık olarak imha edilmelidir. Ürünün kullanım ömrünün sonunda atıkları yürürlükteki yasal düzenlemelere uygun şekilde imha edin. Lütfen çevreyi koruyun.

CE **EN** - This product complies with all EU directives applicable to it. EU Declaration of Conformity: www.winner-mobile.com **CZ** - Tento výrobek splňuje veškeré požadavky směrnic EU, které se na něj vztahují. EU prohlášení o shodě: www.winner-mobile.com **SK** - Tento výrobok spĺňa všetky požiadavky smerníc EÚ, ktoré sa naň vzťahujú. EÚ vyhlásenie o zhode: www.winner-mobile.com **PL** - Ten produkt spełnia wszystkie wymagania dyrektyw UE, które mają do niego zastosowanie. Deklaracja zgodności UE: www.winner-mobile.com **DE** - Dieses Produkt erfüllt alle Anforderungen der für es geltenden EU-Richtlinien. EU-Konformitätserklärung: www.winner-mobile.com **FR** - Ce produit est conforme à toutes les directives de l'UE qui lui sont applicables. Déclaration de conformité UE : www.winner-mobile.com **IT** - Questo prodotto è conforme a tutte le direttive UE applicabili. Dichiarazione di conformità UE: www.winner-mobile.com **NL** - Dit product voldoet aan alle toepasselijke EU-richtlijnen. EU-conformiteitsverklaring: www.winner-mobile.com **ES** - Este producto cumple con todas las directivas de la UE que le son aplicables. Declaración de conformidad de la UE: www.winner-mobile.com **PT** - Este produto cumpre todas as diretivas da UE que lhe são aplicáveis. Declaração de conformidade da UE: [www.winner-](http://www.winner-mobile.com)

www.winner-mobile.com **HU** - Ez a termék megfelel az alkalmazandó EU-irányelvek minden követelményének. EU megfeleléségi nyilatkozat: www.winner-mobile.com **HR** - Ovaj proizvod ispunjava sve zahtjeve EU direktiva koje se na njega odnose. EU izjava o skladnosti: www.winner-mobile.com **SI** - Ta izdelek izpolnjuje vse zahteve direktiv EU, ki se nanj nanašajo. Izjava EU o skladnosti: www.winner-mobile.com **RS** - Ovaj proizvod ispunjava sve zahteve EU direktiva koje se na njega odnose. EU izjava o usaglašenosti: www.winner-mobile.com **RO** - Acest produs îndeplinește toate cerințele directivelor UE aplicabile. Declarație UE de conformitate: www.winner-mobile.com **BG** - Този продукт отговаря на всички изисквания на приложимите директиви на ЕС. ЕС декларация за съответствие: www.winner-mobile.com **UA** - Цей виріб відповідає всім вимогам директив ЄС, які до нього застосовуються. Декларація відповідності ЄС: www.winner-mobile.com **DK** - Dette produkt opfylder alle gældende EU-direktiver. EU-overensstemmelseserklæring: www.winner-mobile.com **FI** - Tämä tuote täyttää kaikki sitä koskevat EU-direktiivien vaatimukset. EU-vaatimustenmukaisuusvakuutus: www.winner-mobile.com **SE** - Denna produkt uppfyller alla tillämpliga EU-direktiv. EU-försäkran om överensstämmelse: www.winner-mobile.com **GR** - Αυτό το προϊόν συμμορφώνεται με όλες τις ισχύουσες οδηγίες της ΕΕ. Δήλωση συμμόρφωσης ΕΕ: www.winner-mobile.com **LT** - Šis gaminys atitinka visus jam taikomus ES direktyvų reikalavimus. ES atitikties deklaracija: www.winner-mobile.com **LV** - Šis produkts atbilst visām piemērojamām ES direktīvām. ES atbilstības deklarācija: www.winner-mobile.com **EE** - See toode vastab kõigile kohaldatavatele ELi direktiividele. ELi vastavusdeklaratsioon: www.winner-mobile.com **TR** - Bu ürün, kendisi için geçerli tüm AB direktiflerine uygundur. AB Uygunluk Beyanı: www.winner-mobile.com



Email support: servis@winner-mobile.com

EN - If you have any questions, please contact our technical support. **CZ** - V případě jakýchkoliv dotazů se obraťte na naši technickou podporu. **SK** - V prípade akýchkoľvek otázok kontaktujte našu technickú podporu. **PL** - W przypadku jakichkolwiek pytań prosimy o kontakt z naszym wsparciem technicznym. **DE** - Bei Fragen wenden Sie sich bitte an unseren technischen Support. **FR** - En cas de questions, veuillez contacter notre support technique. **IT** - In caso di domande, contattare il nostro supporto tecnico. **NL** - Neem bij vragen contact op met onze technische ondersteuning. **ES** - En caso de cualquier duda, póngase en contacto con nuestro soporte técnico. **PT** - Em caso de dúvidas, entre em contato com o nosso suporte técnico. **HU** - Kérdés esetén lépjen kapcsolatba műszaki támogatóunkkal. **HR** - Za sva pitanja obratite se našoj tehničkoj podršci. **SI** - V primeru kakršnihkoli vprašanj se obrnite na našo tehnično podporo. **RS** - U slučaju bilo kakvih pitanja obratite se našoj tehničkoj podršci. **RO** - Pentru orice întrebări, vă rugăm să contactați suportul nostru tehnic. **BG** - При въпроси се обърнете към нашата техническа поддръжка. **UA** - У разі будь-яких запитань звертайтеся до нашої технічної підтримки. **DK** - Hvis du har spørgsmål, bedes du kontakte vores tekniske support. **FI** - Mikäli sinulla on kysyttävää, ota yhteyttä tekniseen tukeemme. **SE** - Vid frågor, vänligen kontakta vår tekniska support. **GR** - Για οποιαδήποτε απορία, παρακαλούμε επικοινωνήστε με την τεχνική μας υποστήριξη. **LT** - Kilus klausimams, kreipkitės į mūsų techninę pagalbą. **LV** - Jautājumu gadījumā, lūdzu, sazinieties ar mūsu tehnisko atbalstu. **EE** - Küsimuste korral võtke ühendust meie tehnilise toega. **TR** - Herhangi bir sorunuz varsa teknik destek ekibimize geçin.