

EV112



UA | Цифрові особисті ваги



Зміст

Інструкції з техніки безпеки та попередження	2
Технічні характеристики	3
Опис пристрою	3
Установка і монтаж	4
Керування та функція	6
Вирішування проблем FAQ	10

Інструкції з техніки безпеки та попередження



Перед використанням пристрою прочитайте посібник користувача.



Дотримуйтеся вказівок з техніки безпеки в цьому посібнику.

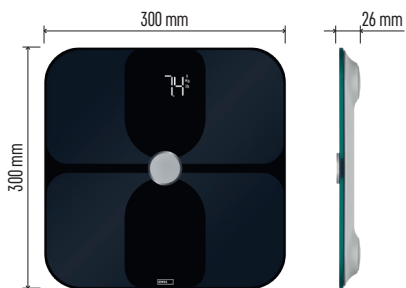
- Цифрові персональні ваги EV112 призначені тільки для домашнього використання
- За всіма ремонтами звертайтеся до професійного сервісного центру або до продавця!
- Не використовуйте ваги поблизу пристроїв, які мають електромагнітне поле. Розміщуйте ваги на достатній відстані від такого виробу, щоб уникнути взаємних перешкод..
- Якщо ваги не вмикаються, перевірте, чи вставлено батарейки та чи вони не розряджені.
- Результат є лише орієнтовним значенням. Цей продукт не являється медичним пристроєм.
- Завжди консультируйтеся зі своїм лікарем щодо ліків або дієти для досягнення оптимальної ваги.
- Не вставляйте жодних предметів в отвори пристрою.
- Не занурюйте ваги у воду!
- Ваги слід розміщувати на рівній, твердій і стійкій поверхні (не на килимі тощо).
- Не можна зважувати на вагах домашніх тварин.
- Бережіть ваги від падінь і ударів. Не стрибай на неї.
- На мокрій поверхні Ви або пристрій можете посковзнутися. Крім того, ніколи на гладкій поверхні не наступайте на край ваг та зберігайте рівновагу на вагах під час вимірювання.
- Через електронний імпеданс не використовуйте цей пристрій у наведених нижче випадках:
 - a) якщо вам встановлено кардіостимулятор або інший електронний медичний імплантат
 - b) якщо у вас є проблеми зі серцем і серцевні захворювання
 - c) під час вагітності
 - d) якщо ви проходите діаліз
 - e) якщо у вас температура
 - f) ви страждаєте на остеопороз
 - g) у вас є набряк або припухлість
 - h) якщо ви виконали вправу, яка тривала більше 5 годин
 - i) ваш пульс менше 60 ударів на хвилину
- Використовуйте ваги лише відповідно до інструкцій, наведених у цьому посібнику.
- Виробник не несе відповідальності за пошкодження, спричинені неправильним використанням цього пристрою
- Ей прилад не призначений для використання особами (включно з дітьми), чий фізичні, сенсорні чи розумові недоліки або відсутність досвіду та знань перешкоджають їм безпечно використовувати прилад, якщо вони не перебувають під наглядом або не отримали інструкції щодо використання приладу з боку особа, відповідальна за їх безпеку. Слідкуйте за дітьми, щоб вони з пристроєм не гралися.

Цим EMOS spol. s r. o. заявляє, що тип радіообладнання EV112 відповідає Директиві 2014/53/EU.

Повний текст декларації про відповідність ЄС доступний на веб-сайті <http://www.emos.eu/download>.

Пристрій може експлуатуватися на підставі генерального дозволу № BO-P/10/07.2021-8 зі змінами.





Технічні характеристики

Безпечне загартоване скло: 6 мм

LCD дисплей: 64 × 31 мм

Макимальна вага: 180 кг

Мінімальне навантаження: 3 кг

Роздільна здатність вимірювання: 0,1 кг/0,2 фунта

Одиниця вимірювання ваги: кг/фунт/ст:фунт/ст

Пам'ять: максимум 10 користувачів

Регулювання висоти: 30–300 см

Одиниця вимірювання висоти: см/дюйм

Вікова категорія: від 8 до 105 років

Одиниця вимірювання жиру: 0,1 %

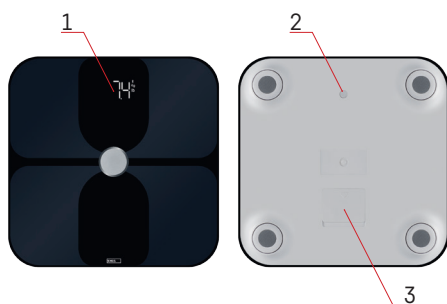
Одиниця вимірювання води: 0,1 %

Одиниця вимірювання м'язової маси: 0,1 кг

Автоматичне відключення через 20 секунд

Індикація перевантаження/низького заряду батареї

Живлення: 3 × 1,5 В ААА (входять у комплект)



Опис пристрою

1 – дисплей

2 – кнопка ввімкнення/ зміна одиниці ваги

3 – бітрейний відсік



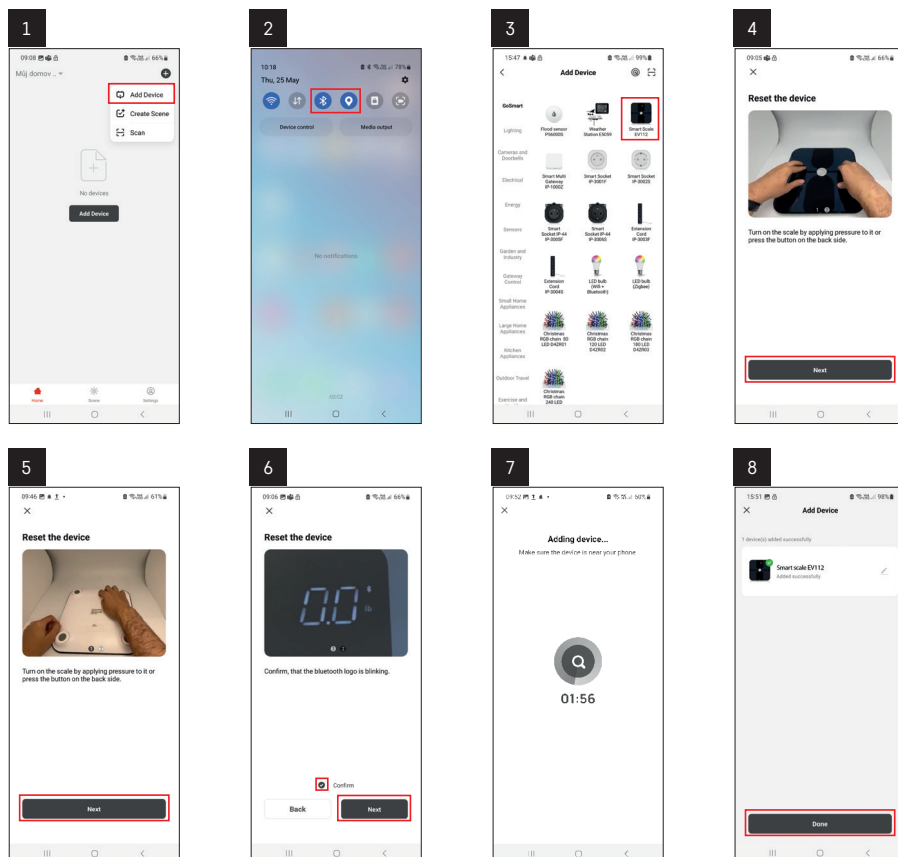
Установка і монтаж

Мобільна програма



Керувати вагами можна за допомогою мобільних програми для iOS або Android. Завантажте програму «EMOS GoSmart» для свого пристрою. Натисніть кнопку «Увійти», якщо ви вже використовуєте програму. В іншому випадку натисніть кнопку «Реєстрація», щоб завершити реєстрацію.

Сполучення ваги з програмою



Вставте батарейки у ваги.

Натисніть на ваги або натисніть на нижній стороні кнопку ввімкнення

Почне блимати іконка Bluetooth – режим сполучення буде активовано на 20 секунд..

Увімкніть на своєму мобільному телефоні підключення Bluetooth і GPS..

У програмі натисніть Додати пристрій.

У лівій частині клацніть на GoSmart список і клацніть на піктограму Особистих ваг EV112.

Дотримуйтесь інструкцій у додатку, щоб ввести ім'я та пароль мережі Wi-Fi 2,4 ГГц.

До 20 секунд підключиться до програми.

Примітка:

Якщо ваги не з'єднуються, повторіть всю процедуру ще раз.

Мережа Wi-Fi 5 ГГц не підтримується.

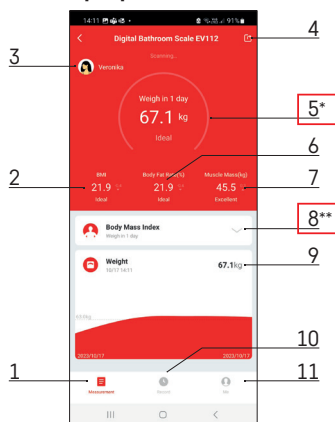
Вставлення/заміна батарей

1. Відкрийте кришку батарейного відсіку в нижній частині ваг.
2. Вийміть використані батареї.
3. Вставте 3 нові батареї 1,5 В ААА. Обов'язково дотримуйтеся правильної полярності.
Якщо батареї захищені захисною плівкою, цю плівку необхідно зняти перед тим, як вставляти батареї у ваги.
Використовуйте лише лужні батареї одного типу, не змішуйте старі та нові батарейки, не використовуйте зарядні батарейки 1,2 В.
4. Закрийте кришку.

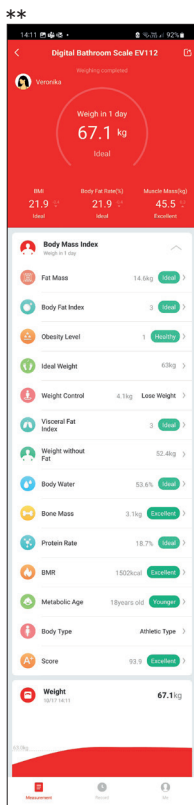
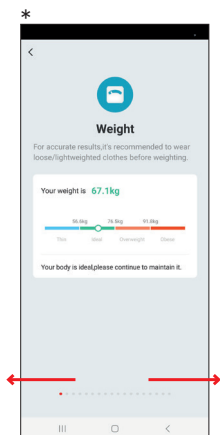
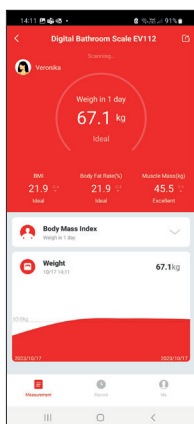


Керування та функція

Меню програми



- 1 – Зважування
- 2 – Індекс ІМТ
- 3 – Вибір користувача
- 4 – Обмін виміряними даними у форматі jpg
- 5 – Виміряна вага – натисніть піктограму, щоб відобразити додаткові виміряні значення, прокрутіть ліворуч/праворуч
- 6 – Кількість жиру
- 7 – М'язова маса
- 8 – Інші виміряні параметри (див. малюнок **)
- 9 – Зміна маси
- 10 – Історія рекордів зважування
- 11 – Редагування користувача/налаштування одиниць вимірювання ваги та зросту.



Редагування користувача


Перед зважуванням необхідно ввести основні дані про кожного користувача. Можна зберігати дані максимум для 10 користувачів.

У програмі клікніть іконку вправо внизу  Me.

Щоб додати/редагувати користувача, натисніть на іконку  **User Management**.

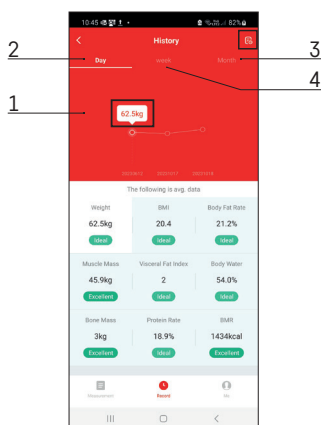
Натисніть на + у верхньому правому куті та заповніть дані користувача (стать, дата народження, зріст, цільова вага) і підтвердьте OK.


Натиском на іконку  користувача анулюєте.

Щоб встановити одиниці вимірювання ваги/зросту, натисніть піктограму,  **Unit Switch**.

Примітка: кнопкою на вагах можна змінити одиницю ваги (кг, фунт) лише на дисплеї, а не в програмі.

Історія запису зважування



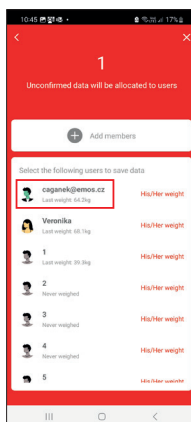
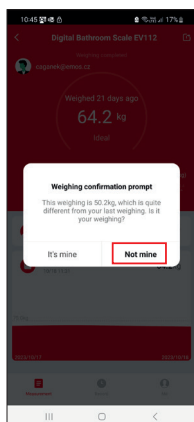
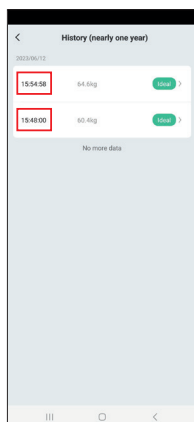
1 – середня вага протягом дня/тижня/місяця (натисніть на значення або  для списку окремих зважувань).

2 – день

3 – тиждень

4 – місяць

Якщо виміряна вага значно відрізняється від останньої, відобразиться таблиця, в якій можна підтвердити або вибрати іншого користувача, який зважувався.



ВМІ ЗВАЖУВАННЯ

Перед зважуванням необхідно ввести основні дані про кожного користувача, див. Редагування користувача. Перед зважуванням зніміть взуття та шкарпетки, інакше інформація відобразиться неправильно.

1. Поставте ваги на рівну, тверду та стійку поверхню.
2. Обережно наступіть на ваги – ваги автоматично ввімкнуться та сполучаться з програмою.
У додатку виберіть користувача, якого потрібно зважити.
Якщо ви хочете змінити одиницю ваги, кілька разів натисніть кнопку живлення внизу ваг.
3. Стійте на вагах спокійно, не рухайтесь – через деякий час відобразиться виміряна вага, індекс ІМТ та інші значення.
4. Ваги автоматично вимкнуться через 20 секунд.

ВИМІРЯНІ ПАРАМЕТРИ

Маса

BMR (індекс маси тіла) – індекс маси тіла, використовується як міра ожиріння.

Відсоток жиру в організмі – відсоток жирової тканини в складі тіла.

М'язова маса – загальна м'язова маса, включаючи скелетні, серцеві та гладкі м'язи.

Відсоток жиру в організмі – співвідношення жирової тканини в складі тіла (підшкірний і вісцеральний жир).

Індекс жиру в організмі – ступенева частка відсотка жиру в організмі.

Рівень ожиріння – різниця між фактичною та ідеальною вагою.

Ідеальна вага

Контроль ваги – різниця між фактичною та ідеальною вагою.

Індекс вісцерального жиру – коефіцієнт внутрішнього жиру.

Вага без жиру – вага після віднімання тілесного жиру.

Вода в організмі – кількість води в організмі.

Кісткова маса – кількість кісткової маси в організмі.

Білковий коефіцієнт – фактична маса білка в організмі.

BMR – базальний обмін – мінімальна кількість енергії, необхідної в неактивному стані.

Метаболічний вік – контрольна цифра того, чи ви старші чи молодші свого фактичного віку.

Тип статури – тип тіла на основі співвідношення жиру в організмі та BMI.

Оцінка – загальна фізична оцінка

BMI індекс

BMI індекс	Занижена (Underfat)	Нормальна вага (Healthy)	Надмірна вага (Overfat)	Ожиріння (Obese)
	< 18,5	18,5–25	25–30	> 30

ІНФОРМАЦІЯ ПРИ ВИМІРЮВАННІ ЖИРУ В ТІЛІ

ПОПЕРЕДЖЕННЯ: Особи, які використовують кардіостимулятор або інший імплантат з електронними компонентами, не мають права використовувати ці ваги – належне функціонування імплантатів може бути порушено.

ПРИМІТКА: Правильності результатів вимірювань можна досягти лише рівно стоячи на поверхні вагбосоніж і з сухими ногами! Основний принцип роботи приладу заснований на вимірюванні електричного опору всередині тіла людини. Щоб отримати відповідні показники, ваги посилають слабкий непомітний електричний сигнал через ваше тіло.

Сигнал абсолютно безпечний! Метод вимірювання описується як «аналіз біоелектричного опору» (BIA), фактор, заснований на кореляції маси тіла та пов'язаному відсотковому вмісті води в організмі, а також інших біологічних даних (вік, стать, маса тіла). Є сильні люди зі збалансованим відсотком між жиром і масою тіла, а також є худі люди з помітно високим вмістом жиру в організмі. Жир в організмі є фактором, який може значно навантажити, наприклад, серцево-судинну систему. Тому перевірка обох значень (жиру та ваги) підходить для підтримки тіла у формі та доброму здоров'я.

ТІЛЕСНИЙ ЖИР

Тілеир є важливим компонентом організму: від захисту суглобів до джерела вітамінів і регулювання температури тіла, жир відіграє невід'ємну роль в організмі людини. Радикально його зменшувати не бажано, а забезпечити правильний рівень і підтримувати баланс між м'язами та жиром.

ЗНАЧЕННЯ ВОДИ ДЛЯ НАШОГО ЗДОРОВ'Я

Тіло людини приблизно на 55–60 % складається з води, залежно від віку та статі в різних пропорціях.

Вода виконує кілька функцій в організмі людини:

- складається блоки наших клітин; це означає, що кожна клітина, така як шкіра, мозок, м'язова клітина тощо, працює належним чином, лише якщо містить достатньо води,
- є важливою речовиною, що виділяється в нашому організмі,
- транспортує поживні речовини та продукти метаболізму організму.

Зосередьтеся більше на водному балансі свого тіла, який, як і рівень жиру, коливається протягом дня. Для отримання відповідних результатів проводьте вимірювання в один і той же час доби. Отримані результати вимірювання жирової маси та води сприймати як інформативні. Їх не рекомендують використовувати в медичних цілях.

Завжди краще проконсультуватися з вашим лікарем щодо цих вимірювань, якщо ви плануєте радикально втручатися у свій спосіб життя



Вирішування проблем FAQ

Ваги можуть відображати такі повідомлення про помилки:

- Lo – розряджена батарейка, замініть її.
- Eгг – ваги перевантажені, зійдіть з ваг. Їх можна пошкодити.
- С – вантаж є менший ніж 3 кг, повторити зважування.

