

MARQUANT®

005069



SE PERSONVÅG MED BLUETOOTH

Bruksanvisning i original

Viktigt! Läs bruksanvisningen noggrant innan användning!

Spara den för framtida behov.

NO BADEVEKT MED BLUETOOTH

Bruksanvisning

(Oversettelse av original bruksanvisning)

Viktig! Les bruksanvisningen nøye før bruk.

Ta vare på den for fremtidig bruk.

PL WAGA ŁAZIENKOWA Z FUNKCJĄ BLUETOOTH

Instrukcja obsługi

(Tłumaczenie oryginalnej instrukcji)

Ważne! Przed użyciem uważnie przeczytaj instrukcję obsługi!

Zachowaj ją na przyszłość.

EN BATHROOM SCALE WITH BLUETOOTH

Operating instructions

(Translation of the original instructions)

Important! Read the user instructions carefully before use.

Save them for future reference.

Värna om miljön!

Får inte slängas bland hushållssopor!

Denna produkt innehåller elektriska eller elektroniska komponenter som ska återvinnas. Lämna produkten för återvinning på anvisad plats, till exempel kommunens återvinningsstation.

Rätten till ändringar förbehålles.

Vid eventuella problem, kontakta vår kundservice på telefon 0511-34 20 00.

www.jula.se

Verne om miljøet!

Må ikke kastes sammen med husholdningsavfallet! Dette produktet må inneholder elektriske eller elektroniske komponentersom skal gjenvinnes. Lever produkt till gjenvinning på anvist sted, f.eks. kommunens miljøstation.

Med forbehold om endringer.

Ved eventuelle problemer kan du kontakte vår kundeservice på telefon 67 90 01 34.

www.jula.no

Dbaj o środowisko!

Nie wyrzucaj zużytego produktu wraz z odpadami komunalnymi! Produkt zawiera elektryczne komponenty mogące być zagrożeniem dla środowiska i dla zdrowia. Produkt należy oddać do odpowiedniego punktu składowania lub przynieść go do jednego ze sklepów gdzie przy zakupie nowego sprzętu bezpłatnie przyjmimy stary tego samego rodzaju i w tej samej ilości.

Z zastrzeżeniem prawa do zmian.

W razie ewentualnych problemów skontaktuj się telefonicznie z naszym działem obsługi klienta pod numerem: 22 338 88 88.

www.jula.pl

Care for the environment!

Must not be discarded with household waste! This product contains electrical or electronic components that should be recycled. Leave the product for recycling at the designated station e.g. the local authority's recycling station.

Jula reserves the right to make changes. In the event of problems, please contact our customer service.

www.jula.com



Tillverkare/ Produsent/ Producenci/ Manufacturer

Jula AB, Box 363, 532 24 SKARA

Distributör/ Distributør/ Dystrybutor/ Distributor

Jula Poland Sp. z o.o., ul.

Malborska 49, 03-286 Warszawa, Polska

Jula Norge AS, Solheimsveien 6–8,

1471 LØRENSKOG

2018-04-26

© Jula AB



**EC DECLARATION OF CONFORMITY
EG FÖRSÄKRAN OM ÖVERENSSTÄMMELSE
EF SAMSVARSERKLÄRING
DEKLARACJA ZGODNOŚCI WE**



Jula AB, Box 363, SE-532 24 SKARA, SWEDEN

certify that the design and manufacturing of this product
intygar att konstruktion och tillverkning av denna produkt
bekrefter at konstruksjon og produksjon av dette produktet
oświadcza, że budowa i sposób produkcji niniejszego produktu

MARQUANT[®]

**ATHLETE SCALE / PERSONVÅG
BADEVEKT / WAGA OSOBOWA**

BLUETOOTH 180KG

Item number / Artikelnummer / Artikkelnnummer / Numer artykułu

005-069

conforms to the following directives and standards / överensstämmer med följande direktiv och standarder:
er i samsvar med följande direktiver og standarder / są zgodne z następującymi dyrektywami i normami:

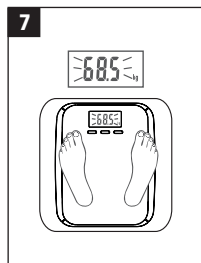
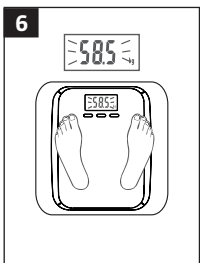
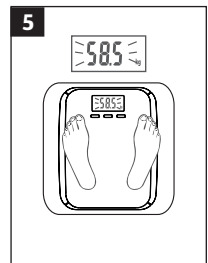
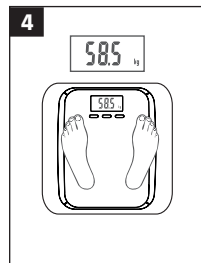
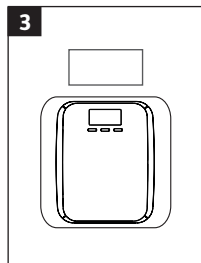
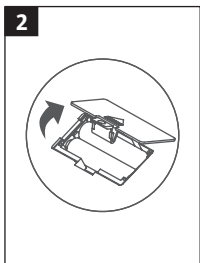
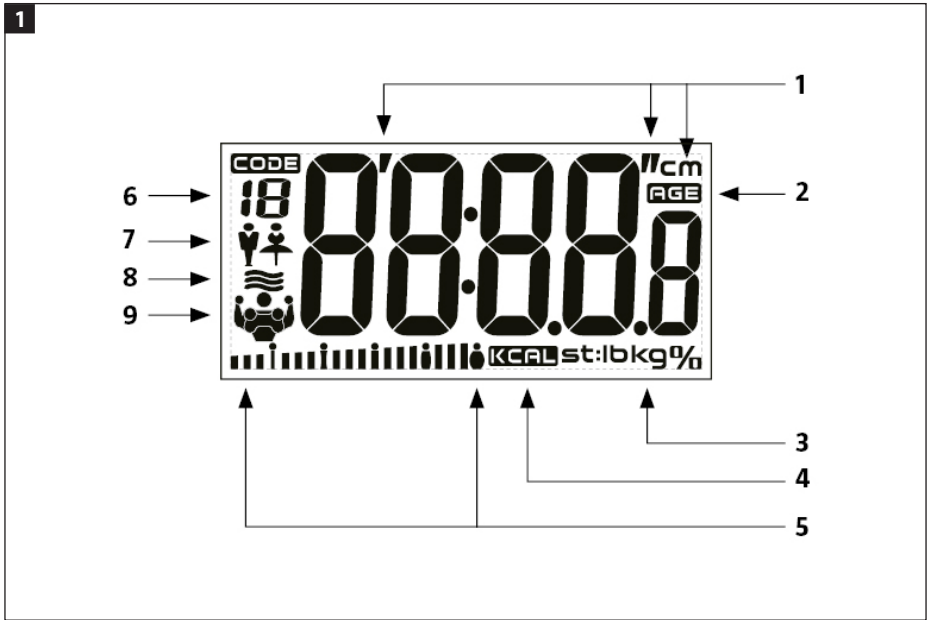
**Radio Equipment Directive 2014/53/EU
EN 300328 V2.1.1, EN 62479:2010, EN 301489-17V3.1.1,
EN 301489-1 V2.1.1, EN 55014-1:2006+A1+A2,
EN 55014-2:2015, EN 60950-1:2006+A1+A2+A11+A12**

**RoHS Directive 2011/65/EU
EN 50581:2012**

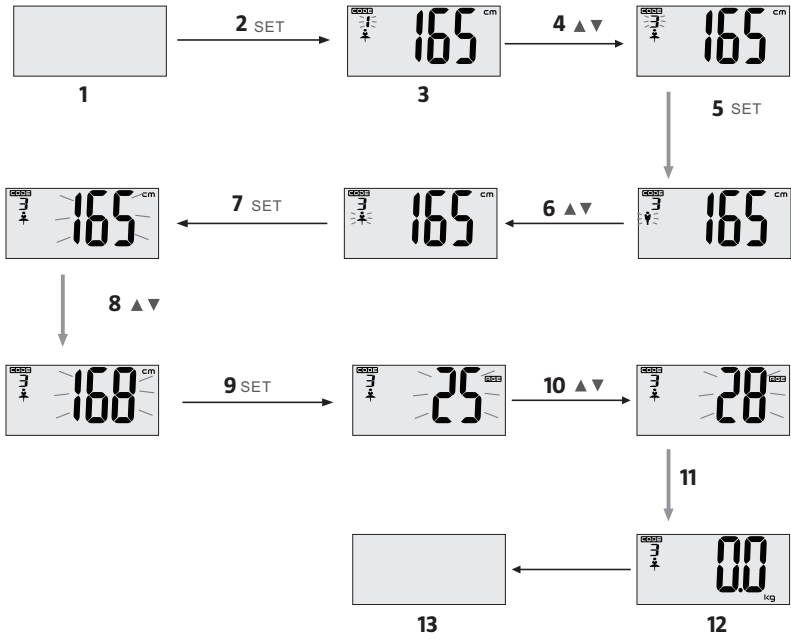
This product was CE marked in year -18

Skara 2018-04-20

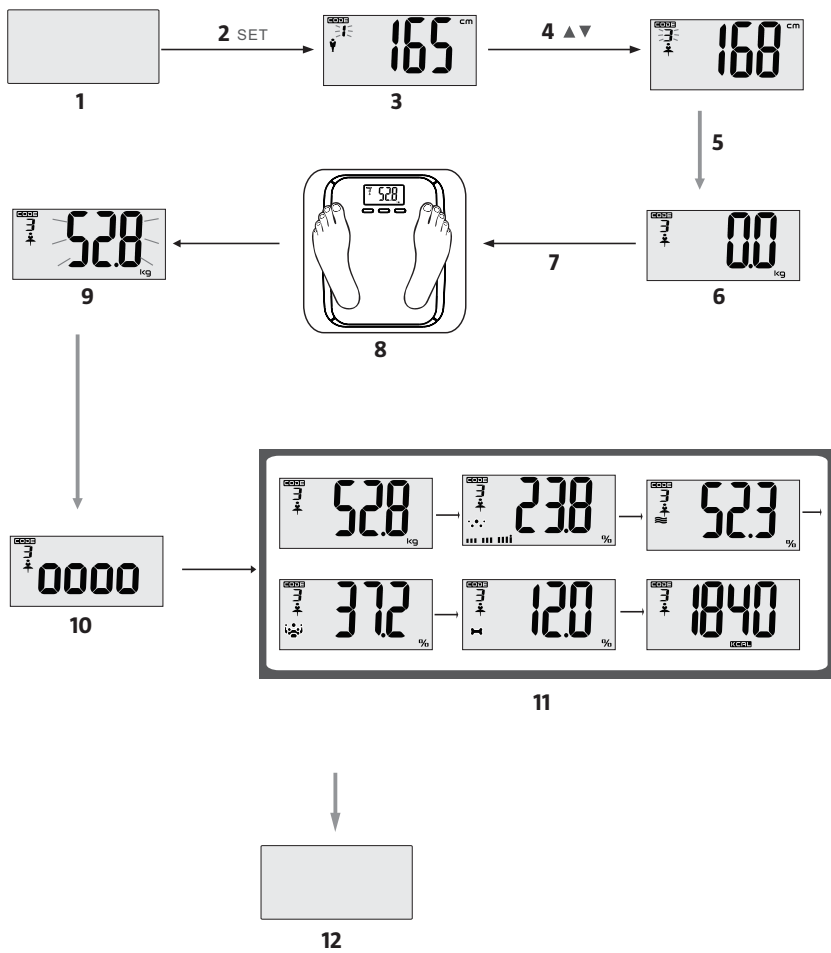
JONAS ÖSTERBACKA
BUSINESS AREA MANAGER

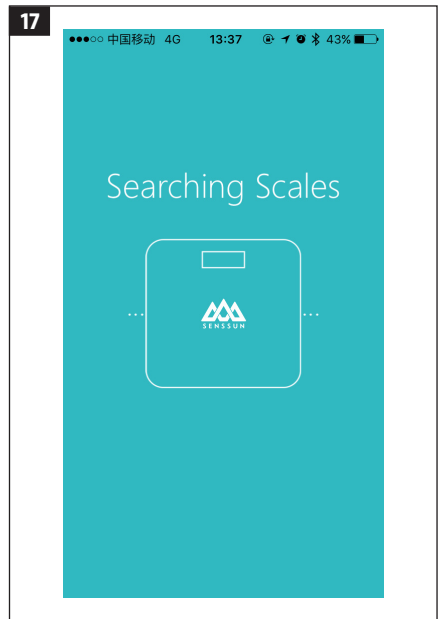
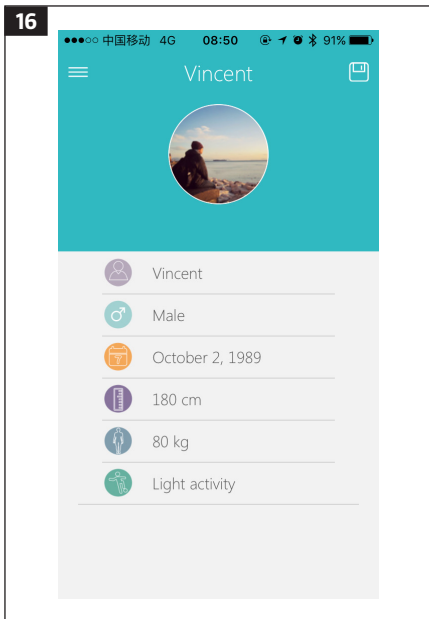
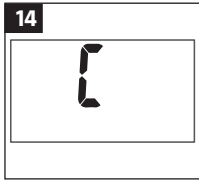
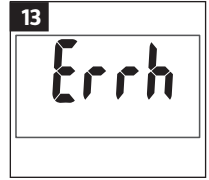
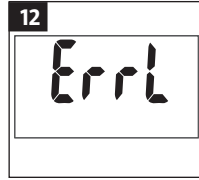
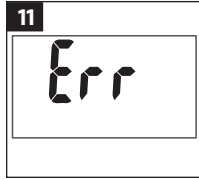
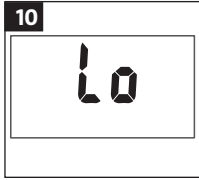


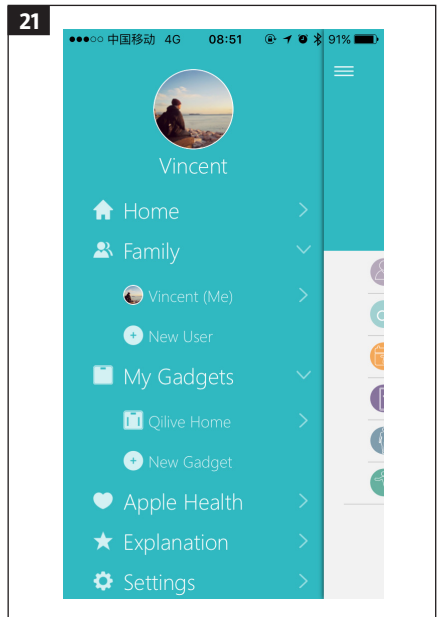
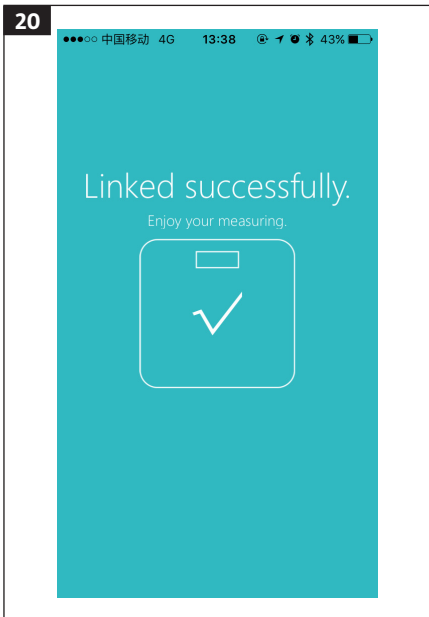
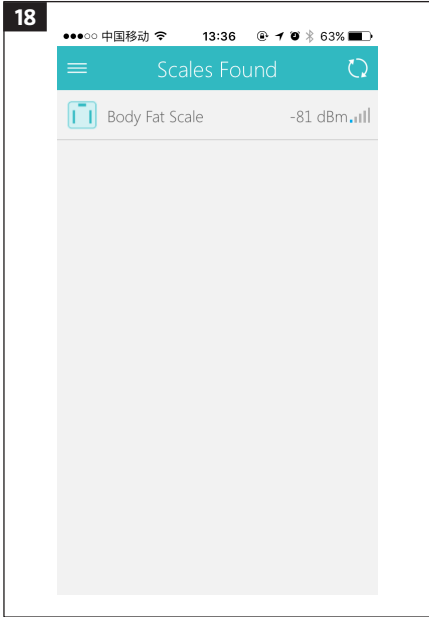
8

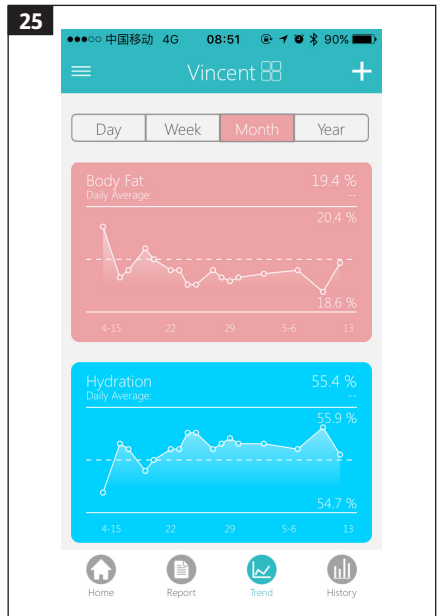
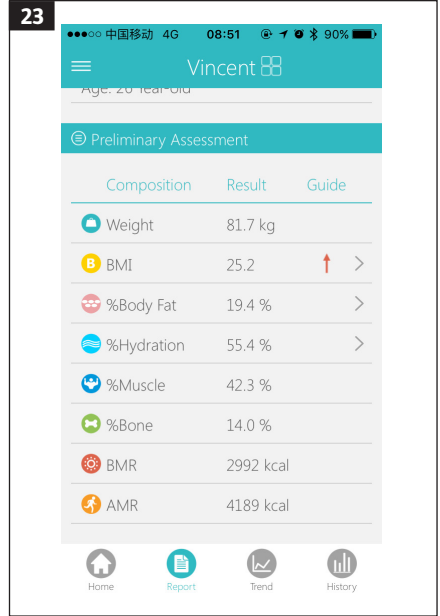
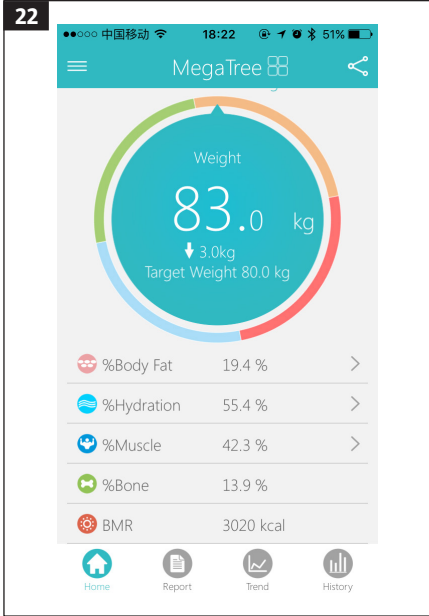


9

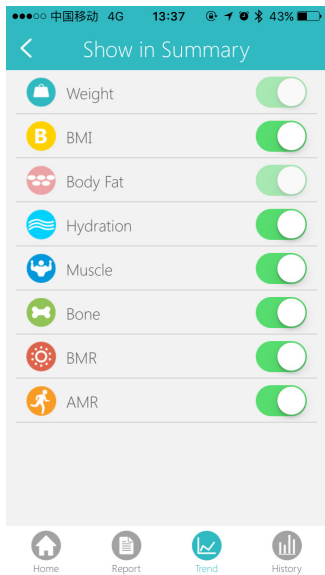




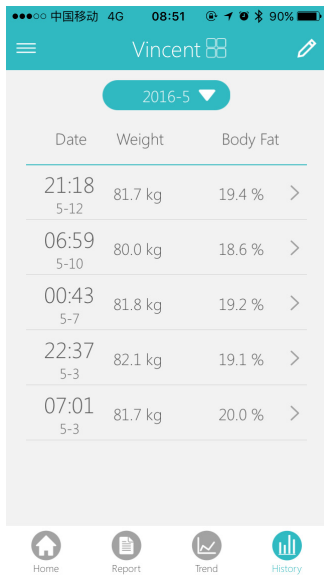




26



27



SÄKERHETSANVISNINGAR

- Beräknade värden för vattenhalt eller andel kroppsfett ska endast användas som referens och inte i medicinskt syfte. Rådgör med läkare om vätskehalt eller andel kroppsfett är högre eller lägre än normalt.
- Undvik kontakt med starka elektromagnetiska fält när produkten används.
- Använd inte produkten på vått underlag, halt, ojämnt eller mjukt underlag.
- Undvik att lägga vikt nära vägplattformens kant, det kan göra att produkten tippar över.
- Undvik att tappa badrumsvågen och utsätt den inte för slag eller stötar – risk för egendomsskada. Badrumsvågen är ett precisionsinstrument som ska hanteras försiktigt.

VARNING!

- **Undvik våta underlag – halkrisk. Om vägplattformen är av glas, stig aldrig på plattformens kant och var noga med att stå i balans under vägning.**
- **Personer med nedanstående egenskaper ska inte använda produkten:**
 - **Gravida.**
 - **Personer med ödem.**
 - **Personer som genomgår dialys.**
 - **Personer med pacemaker eller andra medicinska implantat.**

SYMBOLER

	Godkänd enligt gällande EU-direktiv.
	Läs bruksanvisningen.
	Uttjänt produkt ska sorteras som elskrot.

TEKNISKA DATA

Batterier	2 x 1,5 V AAA
Maximal belastning	180 kg
Noggrannhet	100 g
Användningstemperatur	5-35 °C
Mått	302 x 302 x 22 mm

BESKRIVNING

LCD-DISPLAY

1. *Längd*
2. *Ålder*
3. *Viktenhet*
4. *Enhet för kalorier*
5. *Indikering av fettstatus*
6. *Användarnummer*
7. *Kön*
8. *Vattenhalt (%)*
9. *Andel kroppsfett, muskler, ben*

BILD 1

HANDHAVANDE

PRESTANDA

	Område	Noggrannhet
Vikt	–	0,1 kg
Andel kroppsfett	4,0–60,0 %	0,1 %
Vattenhalt	27,5–66,0 %	0,1 %
Andel muskler	20,0–56,0 %	0,1 %
Andel ben	2,0–20,0 %	0,1 %
Kalorier	–	1 kcal

VÅGENHET

- Badrumsvågen använder trådtöjningsgivare med hög precision.
- Badrumsvågen mäter vattenhalt, andel kroppsfett, muskler och ben samt BMI och anger rekommenderat kaloriintag.
- Badrumsvågen har inbyggt minne för 12 olika användare.
- Badrumsvågen beräknar dagligt energibehov utifrån längd, vikt, ålder etc.

ISÄTTNING AV BATTERIER

1. Öppna batteriluckan på vågens undersida.



BILD 2

2. Sätt i batterier.
3. Sätt tillbaka batteriluckan.

OBS!

- **Var noga med att sätta i batterierna med rätt polaritet.**
- **Använd endast batterier av rekommenderad typ.**
- **Ta ut batterierna om produkten inte ska användas på 3 månader eller längre.**

TOUCHKNAPPAR

SET	Startar vågen samt bläddrar mellan parametrar (se avsnittet om inställning av personliga parametrar).
	Ökar värdet med 1 för varje tryckning. Håll intryckt för att öka värden snabbare.
	Minskar värdet med 1 för varje tryckning. Håll intryckt för att minska värden snabbare.

VÄGNING UTAN PARAMETERINSTÄLLNING

1. Sätt i batterier och placera badrumsvågen på plant, stabilt underlag för bästa noggrannhet. Placera den inte på en matta eller annat mjukt underlag.

BILD 3

2. Stig försiktigt upp på badrumsvågen, som startas automatiskt. Stå stilla med jämn viktfördelning tills visningen i displayen slutar ändras.

BILD 4

3. Viktvärdet blinkar när visningen stabiliserats.

BILD 5

OBS!

Mätresultat kan avvika för personer med nedanstående egenskaper:

- **Personer yngre än 10 eller äldre än 100 år (kan endast använda funktionen för vägning).**
- **Personer äldre än 70 år.**
- **Vältränade idrottare.**
- **Mätresultat kan vara missvisande efter intensiv träning eller överdriven bantning eller vid svår uttorkning.**

ADDITION AV VÄGNINGSRESULTAT

När visningen stabiliserats kan ytterligare last läggas på för ny vägning – till exempel om ett litet barn ska vägas. Varje tillagd last måste vara större än 2 kg för att ny vägning ska utföras.

Vägning av ett litet barn

1. Väg först dig själv. Siffrorna blinkar för att visa att viktvärdet är stabiliserat och låst.

BILD 6

2. Lyft upp barnet utan att stiga av badrumsvågen.
3. Väg sedan dig och barnet tillsammans, utan att stiga av badrumsvågen. Därmed får du ett värde för den sammanlagda vikten.

BILD 7

4. Dra av det första viktvärdet från den sammanlagda vikten för att få barnets vikt.

MÄTNING AV DATA

Mätning av andel kroppsfett/vattenhalt/andel muskler/andel ben/kalorier.

Standardparametrar

Första gången vågen startas är följande standardparametrar inställda:

Användar-nummer	Kön	Längd	Ålder
1	Kvinna	165 cm	25 år

Följande inställningsområden kan göras för de olika parametrarna:

Användar-nummer	Kön	Längd	Ålder
1-12	Man/ Kvinna	100-250 cm	10-100 år

Parameterinställning

Exempel: Inställning av parametrar för användare 3, kvinna, 168 cm, 28 år.

1. Tryck på **SET** för att starta.
2. Standardparametrar visas.
3. Tryck på **▲▼** för att välja önskat användarnummer.
4. Tryck på **SET** för att bekräfta och gå till nästa parameter.
5. Tryck på **▲▼** för att ange kön.
6. Tryck på **SET** för att bekräfta och gå till nästa parameter.
7. Tryck på **▲▼** för att ange längd.
8. Tryck på **SET** för att bekräfta och gå till nästa parameter.
9. Tryck på **▲▼** för att ange ålder.
10. Tryck på vågplattformen.
11. Displayen visar 0,0.
12. Vågen stängs av automatiskt efter några sekunder.

BILD 8

OBS!

- **Om inga inställningar görs under 6 sekunder lagras de gjorda inställningarna automatiskt och displayen visar 0, vilket anger att mätning av andel kroppsfett är aktiverad.**
- **Om displayen visar 0 under parameterinställning, håll SET intryckt 3 sekunder för att aktivera inställningsläge och göra önskade inställningar.**

FUNKTIONSPRINCIP

Badrumsvågen använder bioelektrisk impedansanalys, som är ett av de mest exakta sätten att mäta kroppsfett, vatten och muskler.

BÖRJA MÄTA

1. Se till att fötterna är i kontakt med metallektrodena på vågplattformen, annars kan inte andelen kroppsfett mätas.
2. Ta av skor och strumpor före vägning för bästa noggrannhet.

Exempel: Användare 3, kvinna, 168 cm, 28 år.

1. Tryck på **SET** för att starta.
2. Standardparametrar eller parametrar för senaste användare visas.
3. Tryck på **▲▼** för att välja önskat användarnummer eller utföra parameterinställning.
4. Tryck på vågplattformen.
5. Displayen visar 0,0.
6. Stig försiktigt upp på vågplattformen med båda fötterna i kontakt med metallektrodena.
7. Stå stilla med jämn viktfordelning tills visningen i displayen slutar ändras.
8. Viktvärdet låses och blinkar en gång.
9. Mätning utförs.
10. Resultat (upprepa vägning/mätning 3 gånger och spara). Värdet visas som referens vid nästa vägning. Vikt 52,8 kg, fettstatus , andel kroppsfett 23,8 %, vattenhalt 52,3 %, andel muskler 37,2 %, andel ben 12 %, kalorier 1840.
11. Vågen stängs av automatiskt.

BILD 9

VARNINGSSINDIKERINGAR

Indikering av låg batterinivå

Batteriet är urladdat – byt batteri.

BILD 10

Indikering av överbelastning

Vikten på vågplattformen överstiger maximal tillåten belastning för vågen. Stig av, annars kan vågen skadas.

BILD 11

Liten andel kroppsfett

Andelen kroppsfett är ohälsosamt liten.

BILD 12

Stor andel kroppsfett

Andelen kroppsfett är ohälsosamt stor.

BILD 13

Upprepa vägning

Det har uppstått fel vid vägningen. Upprepa vägningen.

BILD 14

FETT

Andel kroppsfett

- Detta värde anger andelen kroppsfett i människokroppen.
- Alltför stor eller alltför liten andel kroppsfett är inte hälsosamt.

TABELL ÖVER SAMBAND MELLAN VATTENHALT/ANDEL KROPPSFETT OCH HÄLSA

Efter vägning/mätning, analysera resultatet enligt tabellen nedan. Nedanstående information ska endast användas som referens.

Ålder	Fett (K)	Vattenhalt (K)	Fett (M)	Vattenhalt (M)	Status	Indikering
≤30	4,0–16,0 %	66,0–57,8 %	4,0–11,0 %	66,0–61,2 %	Ohälsosam undervikt	
-:-	16,1–20,5 %	57,7–54,7 %	11,1–15,5 %	61,1–58,1 %	Undervikt	
-:-	20,6–25,0 %	54,6–51,6 %	15,6–20,0 %	58,0–55,0 %	Normal vikt	
-:-	25,1–30,5 %	51,5–47,8 %	20,1–24,5 %	54,9–51,9 %	Övervikt	
-:-	30,6–60,0 %	47,7–27,5 %	24,6–60,0 %	51,8–27,5 %	Fetma	
>30	4,0–20,0 %	66,0–55,0 %	4,0–15,0 %	66,0–58,4 %	Ohälsosam undervikt	
-:-	20,1–25,0 %	54,9–51,6 %	15,1–19,5 %	58,3–55,3 %	Undervikt	
-:-	25,1–30,0 %	51,5–48,1 %	19,6–24,0 %	55,2–52,3 %	Normal vikt	
-:-	30,1–35,0 %	48,0–44,7 %	24,1–28,5 %	52,2–49,2 %	Övervikt	
-:-	35,1–60,0 %	44,6–27,5 %	28,6–60,0 %	49,1–27,5 %	Fetma	

KALORIER

Kalori är en enhet för energi. Visade data anger den mängd energi som behövs för metabolism och normal aktivitet för användarens vikt, längd och kön.

Kalorier och viktnedgång

Minskat kaloriintag och ökad träning kan bidra till viktnedgång. Om näringstillförseln är mindre än energiförbrukningen kommer kroppen att förbränna lagrat fett, vilket bidrar till viktnedgång.

SENSUN-PROGRAMVARA

- Vågen kan användas för att registrera vikt på mobila enheter och för att följa viktförändringar.
- Programvaran SENSUN Scale måste laddas ned för att vågen ska kunna användas. Sök efter SenssunHealth för att ladda ned appen på App Store eller Google Play.

Nedladdning av app

1. Skanna QR-koden för att ladda ned appen.

BILD 15

2. Sök efter SenssunHealth för att ladda ned appen på App Store eller Google Play.

ANVISNINGAR FÖR APP

BILD 16

BILD 17

BILD 18

BILD 19

BILD 20

BILD 21

BILD 22

BILD 23

BILD 24

BILD 25

BILD 26

BILD 27

BLUETOOTH-ANSLUTNING

- Kontrollera snabbt data för vikt, vattenhalt samt andel kroppsfett, muskler och ben med hjälp av grafer.
- Skydda personlig information med lösenord och lagra data för flera användare.
- Enkla och tydliga trendgrafer för vikt gör det enkelt att följa förändringar.

Bluetooth-inställningar

1. Kontrollera att Bluetooth är aktiverad.
2. Om så behövs, aktivera Bluetooth i menyn Settings < Bluetooth.
3. Tryck på vågplattformen för att starta.
4. Skapa en ny användare.
5. Tryck på ikonen SenssunHealth för att öppna inställningsmenyn User settings.
6. Fyll i data för att gå till gränssnittet för vägning.

Vägning med app

1. Tryck på vågplattformen för att starta.
 2. Stig upp på vågplattformen.
- Vikten visas på vågens display och i appen. Efter några sekunder följs viktvisningen av visning av vattenhalt samt andel kroppsfett, muskler och ben och rekommenderat kaloriintag.
 - Samtliga värden lagras automatiskt i

datahistoriken.

- I appen kan historik granskas, nya användare läggas till och påminnelser ställas in för vägningsrutin.

Krav för mobil enhet

- Bluetooth-version: Bluetooth 4.0 eller senare.
- Operativsystem Apple: iPhone 4S eller senare, iOS 6.0 eller senare.
- Operativsystem Android: Android 4.3 eller senare.

UNDERHÅLL

Håll vågen ren genom att torka av den med en lätt fuktad mjuk trasa. Använd inte starka eller frätande rengöringsmedel.

FELSÖKNING

Problem	Åtgärd
Appen mottar inte vägningsresultat från vågen.	Kontrollera att anslutningsikonen i appen visar att smartenheten är ansluten till vågen.
	Kontrollera att Bluetooth är aktiverat på enheten.
	Kontrollera att vågen och smartenheten är inom signalräckvidd.
	Avaktivera och aktivera Bluetooth och upprepa anslutningsförfarandet.
	Starta om appen.
Det går inte att ansluta till smartenheten.	Kontrollera att bara en smartenhet är ansluten till vågen.
	Kontrollera att smartenheten har Bluetooth 4.0 eller senare.
Ingenting visas på displayen.	Kontrollera batterierna och byt, om det behövs.

OBS!

Reparationer får endast utföras av behörig servicerepresentant eller annan kvalificerad personal.

SIKKERHETSANVISNINGER

- Beregnede verdier for vanninnhold eller andel kroppsfett skal kun brukes som referanse, og ikke til medisinske formål. Spør legen din om råd dersom væskeinnholdet eller kroppsfettandelen er høyere eller lavere enn normalt.
- Unngå kontakt med sterke elektromagnetiske felt når du bruker produktet.
- Ikke bruk produktet på vått, glatt, ujevnt eller mykt underlag.
- Unngå å legge vekt nær kanten av vektens plattform, da kan produktet velte.
- Unngå å miste badevekten i gulvet, og ikke utsett det for slag eller støt – fare for materielle skader. Badevekten er et presisjonsinstrument som skal håndteres forsiktig.

ADVARSEL!

- **Unngå våte underlag – sklifare. Hvis vektens plattform er av glass, skal du aldri stå på kanten av plattformen, og du må være nøye med å stå i balanse mens du veier deg.**
- **Følgende personer skal ikke bruke produktet:**
 - **Gravide.**
 - **Personer med ødem.**
 - **Personer som gjennomgår dialyse.**
 - **Personer med pacemaker eller andre medisinske implantater.**

SYMBOLER

	Godkjent i henhold til gjeldende EU-direktiver.
	Les bruksanvisningen.
	Brukt produkt skal sorteres som elektrisk avfall.

TEKNISKE DATA

Batterier	2 x 1,5 V AAA
Maks. belastning	180 kg
Nøyaktighet	100 g
Brukstemperatur	5–35 °C
Mål	302 x 302 x 22 mm

BESKRIVELSE

LCD-DISPLAY

1. Lengde
2. Alder
3. Vektenhet
4. Enhet for kalorier
5. Indikering av fettstatus
6. Brukernummer
7. Kjønn
8. Vanninnhold (%)
9. Andel kroppsfett, muskler, ben

BILDE 1

BRUK

YTELSE

	Område	Nøyaktighet
Vekt	–	0,1 kg
Andel kroppsfett	4,0–60,0 %	0,1 %
Vanninnhold	27,5–66,0 %	0,1 %
Andel muskler	20,0–56,0 %	0,1 %
Andel ben	2,0–20,0 %	0,1 %
Kalorier	–	1 kcal

VEKTENHET

- Badevekten bruker trådbasert sensor med høy presisjon.
- Badevekten måler vanninnhold, andel kroppsfett, muskler og ben samt BMI, og angir anbefalt kaloriinntak.
- Badevekten har innebygget minne for 12 ulike brukere.
- Badevekten beregner daglig energibehov ut fra lengde, vekt, alder etc.

SETTE INN BATTERIER

1. Åpne batteridekselet på undersiden av vekten.



BILDE 2

2. Sett i batterier.
3. Sett batteridekselet tilbake på plass.

MERK!

- **Vær nøye med å sette inn batteriene med riktig polaritet.**
- **Bruk bare batterier av anbefalt type.**
- **Ta ut batteriene dersom produktet ikke skal brukes på 3 måneder eller mer.**

BERØRINGSKNAPPER

SET	Starter vekten og blar mellom parametere (se avsnittet om innstilling av personlige parametere).
	Øker verdien med 1 for hvert trykk. Hold knappen inne for å øke verdien raskere.
	Reduserer verdien med 1 for hvert trykk. Hold knappen inne for å redusere verdien raskere.

VEIING UTEN PARAMETERINNSTILLING

1. Sett batterier i badevekten og plasser den på et flatt, stabilt underlag for størst nøyaktighet. Ikke sett den på en matte eller annet mykt underlag.

BILDE 3

2. Gå forsiktig opp på badevekten. Den starter automatisk. Stå stille med jevn vektfordeling til visningen på displayet slutter å forandre seg.

BILDE 4

3. Vektverdien blinker når visningen stabiliseres.

BILDE 5

MERK!

Måleresultatet kan avvike for følgende personer:

- **Personer som er yngre enn 10 år eller eldre enn 100 år (kan kun bruke funksjonen for veiing).**
- **Personer eldre enn 70 år.**
- **Veltrente idrettsutøvere.**
- **Måleresultat kan være misvisende etter intensiv trening, overdrevet fasting eller ved kraftig dehydrering.**

LEGG TIL VEIERESULTAT

Når visningen har stabilisert seg, kan ny last legges på for ny veiing – for eksempel om man skal veie et lite barn. Hver tillagt last må være større enn 2 kg for at ny veiing skal utføres.

Veie et lite barn

1. Vei først deg selv. Tallene blinker for å vise at vektverdien er stabilisert og låst.

BILDE 6

2. Løft opp barnet uten å gå av badevekten.
3. Vei deretter deg selv og barnet sammen, uten å gå av badevekten. Dermed får du en verdi for den sammenlagte vekten.

BILDE 7

4. Trekk den første vektverdien fra den sammenlagte vekten for å få barnets vekt.

MÅLING AV DATA

Måling av andel kroppsfett/vanninnhold/andel muskler/andel ben/kalorier.

Standardparametere

Den første gangen vekten startes, er følgende standardparametere innstilt:

Bruker-nummer	Kjønn	Lengde	Alder
1	Kvinne	165 cm	25 år

Følgende innstillingsområder kan utføres for de ulike parametrene:

Bruker-nummer	Kjønn	Lengde	Alder
1–12	Mann/ Kvinne	100–250 cm	10–100 år

Parameterinnstilling

Eksempel: Innstilling av parametere for bruker 3, kvinne, 168 cm, 28 år.

1. Trykk på **SET** for å starte.
2. Standardparametere vises.
3. Trykk på **▲▼** for å velge ønsket brukernummer.
4. Trykk på **SET** for å bekrefte og gå til neste parameter.
5. Trykk på **▲▼** for å angi kjønn.
6. Trykk på **SET** for å bekrefte og gå til neste parameter.
7. Trykk på **▲▼** for å angi lengde.
8. Trykk på **SET** for å bekrefte og gå til neste parameter.
9. Trykk på **▲▼** for å angi alder.
10. Trykk på vektplattformen.
11. Displayet viser 0,0.
12. Vekten slås av automatisk etter noen sekunder.

BILDE 8

MERK!

- Hvis ingen innstillinger gjøres på 6 sekunder, lagres de endrede innstillingene automatisk og displayet viser 0. Dette angir at måling av andel kroppsfett er aktivert.
- Hvis displayet viser 0 under parameterinnstilling, holder du SET inne i 3 sekunder for å aktivere innstillingsmodus og gjennomfører ønskede innstillinger.

SLIK FUNGERER APPARATET

Badevekten bruker bioelektrisk impedanseanalyse, som er en av de mest presise metodene for å måle kroppsfett, vann og muskler.

BEGYNN Å MÅLE

1. Pass på at føttene er i kontakt med metallektrodene på vektplattformen, ellers kan ikke andelen kroppsfett måles.
2. Ta av sko og sokker før veiing for mest mulig nøyaktig måling.

Eksempel: Bruker 3, kvinne, 168 cm, 28 år.

1. Trykk på **SET** for å starte.
2. Standardparametere eller parametere for forrige bruker vises.
3. Trykk på **▲▼** for å velge ønsket brukernummer eller utføre parameterinnstilling.
4. Trykk på vektplattformen.
5. Displayet viser 0,0.
6. Stig forsiktig opp på vektplattformen med begge føttene i kontakt med metallektrodene.
7. Stå stille med jevn vektfordeling til visningen på displayet slutter å forandre seg.
8. Vektverdien låses og blinker én gang.
9. Måling utføres.
10. Resultat (gjenta veiing/måling 3 ganger og lagre). Verdien vises som referanse ved neste veiing. Vekt 52,8 kg, fettstatus, andel kroppsfett 23,8 %, vanninnhold 52,3 %, andel muskler 37,2 %, andel ben 12 %, kalorier 1840.
11. Vekten slår seg av automatisk.

BILDE 9

VARSELINDIKASJONER

Varsel om lavt batterinivå

Batteriet er utladet – bytt batteri.

BILDE 10

Varsel om overbelastning

Vekten på vektplattformen overskrider maksimal tillatt belastning for vekten. Gå av, ellers kan vekten bli skadet.

BILDE 11

Liten andel kroppsfett

Andelen kroppsfett er så lav at det er usunt.

BILDE 12

Stor andel kroppsfett

Andelen kroppsfett er så høy at det er usunt.

BILDE 13

Gjenta veiingen

Det har oppstått en feil under veiingen. Gjenta veiingen.

BILDE 14

FETT

Andel kroppsfett

- Denne verdien angir andelen kroppsfett i menneskekroppen.
- Altfor stor eller liten andel kroppsfett er usunt.

KALORIER

Kalori er en enhet for energi. Viste data angir den mengden energi som kreves for metabolisme og normal aktivitet for brukers vekt, lengde og kjønn.

TABELL OVER FORHOLD MELLOM VANNINHOLD/ANDEL KROPPSFETT OG HELSE

Etter veiing/måling analyserer du resultatet i henhold til tabellen nedenfor. Informasjonen nedenfor skal kun brukes til referanse.

Alder	Fett (K)	Vanninnhold (K)	Fett (M)	Vanninnhold (K)	Status	Indikasjon
≤30	4,0–16,0 %	66,0–57,8 %	4,0–11,0 %	66,0–61,2 %	Usunn undervekt	
-:-	16,1–20,5 %	57,7–54,7 %	11,1–15,5 %	61,1–58,1 %	Undervekt	
-:-	20,6–25,0 %	54,6–51,6 %	15,6–20,0 %	58,0–55,0 %	Normalvekt	
-:-	25,1–30,5 %	51,5–47,8 %	20,1–24,5 %	54,9–51,9 %	Overvekt	
-:-	30,6–60,0 %	47,7–27,5 %	24,6–60,0 %	51,8–27,5 %	Fedme	
>30	4,0–20,0 %	66,0–55,0 %	4,0–15,0 %	66,0–58,4 %	Usunn undervekt	
-:-	20,1–25,0 %	54,9–51,6 %	15,1–19,5 %	58,3–55,3 %	Undervekt	
-:-	25,1–30,0 %	51,5–48,1 %	19,6–24,0 %	55,2–52,3 %	Normalvekt	
-:-	30,1–35,0 %	48,0–44,7 %	24,1–28,5 %	52,2–49,2 %	Overvekt	
-:-	35,1–60,0 %	44,6–27,5 %	28,6–60,0 %	49,1–27,5 %	Fedme	

Kalorier og vektnedgang

Redusert kaloriinntak og økt trening kan bidra til vektnedgang. Om næringstilførselen er lavere enn energiforbruket, kommer kroppen til å forbrenne lagret fett, noe som bidrar til vektnedgang.

SENSSUN-PROGRAMVARE

- Vekten kan brukes for å registrere vekt på mobile enheter og for å følge vektforandringer.
- Programvaren SENSSUN Scale må lastes ned for at vekten skal kunne brukes. Søk etter SenssunHealth for å laste ned appen fra App Store eller Google Play.

Nedlasting av app

1. Skann QR-koden for å laste ned appen.

BILDE 15

2. Søk etter SenssunHealth for å laste ned appen fra App Store eller Google Play.

ANVISNINGER FOR APP

BILDE 16

BILDE 17

BILDE 18

BILDE 19

BILDE 20

BILDE 21

BILDE 22

BILDE 23

BILDE 24

BILDE 25

BILDE 26

BILDE 27

BLUETOOTH-TILKOBLING

- Kontroller raskt data for vekt, vanninnhold og andel kroppsfett, muskler og ben ved hjelp av grafer.
- Beskytt personlig informasjon med passord, og lagre data for flere brukere.
- Enkle og tydelige trendgrafer for vekt som gjør det enkelt å følge med på forandringer.

Bluetooth-innstillinger

1. Kontroller at Bluetooth er aktivert.
2. Ved behov aktiverer du Bluetooth i menyen Settings > Bluetooth
3. Trykk på vektplattformen for å starte.
4. Opprett en ny bruker.
5. Trykk på ikonet SenssunHealth for å åpne innstillingsmenyen User settings.
6. Legg inn data for å gå til grensesnittet for veiing.

Veiing med app

1. Trykk på vektplattformen for å starte.
 2. Gå opp på vektplattformen.
- Vekten vises i displayet og appen. Etter noen sekunder vises vanninnhold og andel kroppsfett, muskler og ben, og anbefalt kaloriinntak.
 - Alle verdier lagres automatisk i datahistorikken.
 - I appen kan du granske historikk, opprette nye brukere og legge inn påminnelser for vei rutiner.

Krav til mobil enhet

- Bluetooth-versjon: Bluetooth 4.0 eller senere.
- Operativsystem Apple: iPhone 4S eller nyere, iOS 6.0 eller nyere.
- Operativsystem Android: Android 4.3 eller senere.

VEDLIKEHOLD

Hold vekten ren ved å tørke av den med en myk, lett fuktet klut. Ikke bruk sterke eller etsende rengjøringsmidler.

FEILSØKING

Problem	Tiltak
Appen mottar ikke veieresultater fra vekten.	Kontroller at tilkoblingsikonet i appen indikerer at smartenheten er koblet til vekten.
	Kontroller at Bluetooth er aktivert på enheten.
	Kontroller at vekten og smartenheten er innen signalrekkevidde.
	Deaktiver og aktiver Bluetooth og gjenta tilkoblingsrutinen.
	Start appen på nytt.
Kan ikke koble til smartenheten.	Kontroller at bare én smartenhet er koblet til vekten.
	Kontroller at smartenheten har Bluetooth 4.0 eller nyere.
Ingenting vises på displayet.	Kontroller batteriene og bytt ved behov.

MERK!

Reparasjoner skal kun utføres av kvalifisert servicerepresentant eller andre kvalifiserte personer.


ZASADY BEZPIECZEŃSTWA

- Obliczona zawartość wody lub tkanki tłuszczowej może być wykorzystywana wyłącznie jako wartość orientacyjna. Nie wolno jej stosować w celach medycznych. Skonsultuj się z lekarzem, jeśli zawartość płynów lub tkanki tłuszczowej jest wyższa lub niższa niż standardowa.
- Unikaj kontaktu z mocnym polem elektromagnetycznym podczas używania produktu.
- Nie używaj produktu na mokrym, śliskim, nierównym lub miękkim podłożu.
- Unikaj stawiania blisko krawędzi platformy, gdyż może to spowodować przechylenie produktu.
- Nie upuszczaj wagi łazienkowej i nie narażaj jej na uderzenia lub wstrząsy ze względu na ryzyko szkód materialnych. Waga to instrument precyzyjny, z którym należy obchodzić się ostrożnie.

OSTRZEŻENIE!

- **Unikaj mokrych podłoży ze względu na ryzyko poślizgnięcia. Jeśli platforma wagi jest wykonana ze szkła, nigdy nie stawaj na jej krawędzi i pamiętaj, aby zachować równowagę podczas ważenia.**
- **Osoby spełniające poniższe kryteria nie powinny używać produktu:**
 - **Kobiety w ciąży.**
 - **Osoby z obrzękiem.**
 - **Osoby przechodzące dializę.**
 - **Osoby z rozrusznikiem serca lub innymi implantami medycznymi.**

SYMBOLE

	Zatwierdzona zgodność z obowiązującymi dyrektywami UE.
	Przeczytaj instrukcję obsługi.
	Zużyty produkt należy zutylizować jako złom elektryczny.

DANE TECHNICZNE

Baterie	2 x 1,5 V AAA
Maksymalne obciążenie	180 kg
Dokładność	100 g
Temperatura robocza	5–35°C
Wymiary	302 x 302 x 22 mm

OPIS

WYŚWIETLACZ LCD

1. *Wzrost*
2. *Wiek*
3. *Jednostka masy*
4. *Jednostka kalorii*
5. *Wskaźnik poziomu tłuszczu*
6. *Numer użytkownika*
7. *Płeć*
8. *Zawartość wody (%)*
9. *Zawartość tkanki tłuszczowej, mięśniowej i kostnej*

RYS. 1

OBSŁUGA

WYDAJNOŚĆ

	Zakres	Dokładność
Masa	–	0,1 kg
Zawartość tkanki tłuszczowej	4–60%	0,1%
Zawartość wody	27,5–66%	0,1%
Zawartość tkanki mięśniowej	20–56%	0,1%
Zawartość tkanki kostnej	2–20%	0,1%
Kalorie	–	1 kcal

JEDNOSTKA MASY

- Waga wykorzystuje tensometr odznaczający się dużą precyzją.
- Waga mierzy zawartość wody, tkanki tłuszczowej, mięśniowej i kostnej oraz BMI, a także podaje zalecane spożycie kalorii.
- Waga ma wbudowaną pamięć dla 12 użytkowników.
- Waga umożliwia obliczenie dziennego zapotrzebowania na energię pod kątem wzrostu, masy, wieku itp.

WKŁADANIE BATERII

1. Otwórz pokrywkę komory baterii na spodzie wagi.

RYS. 2



2. Włóż baterie.
3. Załóż pokrywkę z powrotem.

UWAGA!

- **Zwróć uwagę, by włożyć baterie, zachowując prawidłową polaryzację.**

- **Używaj wyłącznie baterii zalecanego typu.**
- **Wymij baterie, jeśli produkt nie będzie używany przez co najmniej trzy miesiące.**

Przyciski dotykowe

SET	Umożliwia uruchomienie wagi oraz zmianę parametrów (zob. fragment poświęcony ustawianiu parametrów osobistych).
	Wartość zwiększa się o 1 po każdym naciśnięciu. Przytrzymaj wciśnięty przycisk, aby przyspieszyć zwiększanie wartości.
	Wartość zmniejsza się o 1 po każdym naciśnięciu. Przytrzymaj wciśnięty przycisk, aby przyspieszyć zmniejszanie wartości.

WAŻENIE BEZ USTAWIANIA PARAMETRÓW

1. Włóż baterie i umieść wagę na płaskim i stabilnym podłożu, aby uzyskać jak największą dokładność. Nie należy stawiać jej na dywanie ani innej miękkiej powierzchni.

RYS. 3

2. Ostrożnie wejdź na wagę, która uruchamia się automatycznie. Stój nieruchomo, zachowując równy rozkład masy ciała, dopóki obraz na wyświetlaczu nie przestanie się zmieniać.

RYS. 4

3. Wartość masy miga po ustabilizowaniu się obrazu.

RYS. 5

UWAGA!

Wyniki pomiaru mogą się różnić w przypadku osób spełniających poniższe kryteria:

- Osoby w wieku poniżej 10. lub powyżej 100. roku życia (mogą używać jedynie funkcji ważenia).
- Osoby w wieku powyżej 70 lat.
- Sportowcy w dobrej kondycji.
- Wyniki pomiaru mogą być błędne po intensywnym treningu oraz w przypadku nadmiernego odchudzania lub ciężkiego odwodnienia.

SUMOWANIE POMIARÓW

Po ustabilizowaniu się obrazu można dołożyć dodatkowe obciążenie w celu rozpoczęcia nowego ważenia, na przykład małego dziecka. Każde dodatkowe obciążenie musi być większe niż 2 kg, aby przeprowadzić nowe ważenie.

Ważenie małego dziecka

1. Najpierw zważ siebie. Cyfry migają, co oznacza, że wartość masy ustabilizowała się i zablokowała.

RYS. 6

2. Podnieś dziecko, nie schodząc z wagi.
3. Następnie zważ razem siebie i dziecko, nie schodząc z wagi. W ten sposób uzyskasz wartość zsumowanej masy.

RYS. 7

4. Odejmij pierwszą wartość od sumy, aby uzyskać masę dziecka.

POMIAR DANYCH

Pomiar zawartości tkanki tłuszczowej, mięśniowej i kostnej oraz zawartości wody i kalorii.

Parametry standardowe

Przy pierwszym uruchomieniu wagi ustawione są następujące parametry standardowe:

Numer użytkownika	Płeć	Wzrost	Wiek
1	Kobieta	165 cm	25 lat

Do różnych parametrów są przypisane poniższe zakresy ustawień:

Numer użytkownika	Płeć	Wzrost	Wiek
1–12	Mężczyzna/ kobieta	100– 250 cm	10– 100 lat

Ustawianie parametrów

Przykład: Ustawienie parametrów dla użytkownika 3, kobiety, 168 cm, 28 lat.

1. Naciśnij przycisk **SET**, aby uruchomić urządzenie.
2. Wyświetlane są parametry standardowe.
3. Naciśnij przycisk ▲▼, aby wybrać numer użytkownika.
4. Naciśnij przycisk **SET**, aby zatwierdzić ustawienia i przejść do kolejnego parametru.
5. Naciśnij przycisk ▲▼, aby wskazać płeć.
6. Naciśnij przycisk **SET**, aby zatwierdzić ustawienia i przejść do kolejnego parametru.
7. Naciśnij przycisk ▲▼, aby wskazać wzrost.
8. Naciśnij przycisk **SET**, aby zatwierdzić ustawienia i przejść do kolejnego parametru.
9. Naciśnij przycisk ▲▼, aby wskazać wiek.
10. Naciśnij platformę wagi.

11. Na wyświetlaczu pojawi się: „0,0”.
12. Waga wyłącza się automatycznie po kilku sekundach.

RYS. 8

UWAGA!

- **Jeśli żadne ustawienia nie zostaną zmienione w ciągu 6 sekund, dokonane ustawienia zapiszą się automatycznie, a wyświetlacz wskaże „0”, co oznacza, że mierzenie zawartości tkanki tłuszczowej zostało aktywowane.**
- **Jeśli wyświetlacz wskazuje „0” podczas ustawiania parametrów, przytrzymaj przycisk SET wciśnięty przez 3 sekundy, aby aktywować tryb ustawień i je zmienić.**

ZASADA FUNKCJONOWANIA

W wadze została zastosowana bioelektryczna analiza impedancji, która jest jednym z najdokładniejszych sposobów pomiaru tkanki tłuszczowej, zawartości wody i masy mięśniowej.

ROZPOCZYNANIE POMIARU

1. Zwróć uwagę, aby stopy dotykały metalowych elektrod na platformie wagi, w przeciwnym razie nie będzie możliwe zmierzenie zawartości tkanki tłuszczowej.
2. Aby uzyskać jak największą dokładność, przed ważeniem zdejmij buty i skarpety.

Przykład: Użytkownik 3, kobieta, 168 cm, 28 lat.

1. Naciśnij przycisk **SET**, aby uruchomić urządzenie.
2. Wyświetlane są parametry standardowe lub parametry dla ostatniego użytkownika.

3. Naciśnij przycisk **▲▼**, aby wybrać numer użytkownika lub przeprowadzić ustawianie parametrów.
4. Naciśnij platformę wagi.
5. Na wyświetlaczu pojawi się: „0,0”.
6. Ostrożnie wejdź na platformę wagi, dotykając dwiema stopami metalowych elektrod.
7. Stój nieruchomo, zachowując równy rozkład masy ciała, dopóki obraz na wyświetlaczu nie przestanie się zmieniać.
8. Wartość masy zostaje zablokowana i miga jeden raz.
9. Zostaje przeprowadzone mierzenie.
10. Rezultat (powtórz ważenie/mierzenie trzy razy i zapisz). Wartość zostanie wyświetlona jako punkt odniesienia podczas kolejnego ważenia. Masa 52,8 kg, poziom tłuszczu, zawartość tkanki tłuszczowej 23,8%, zawartość wody 52,3%, zawartość tkanki mięśniowej 37,2%, zawartość tkanki kostnej 12%, kalorie 1840.
11. Waga wyłącza się automatycznie.

RYS. 9

WSKAŹNIKI OSTRZEGAWCZE

Wskaźnik niskiego poziomu baterii

Rozładowana bateria – wymień baterię.

RYS. 10

Wskaźnik przeciążenia

Masa na platformie przekracza maksymalnie dozwolone obciążenie wagi. Zejdź z wagi, w przeciwnym razie może ona ulec uszkodzeniu.

RYS. 11

TABELA STOSUNKU MIĘDZY ZAWARTOŚCIĄ WODY I TKANKI TŁUSZCZOWEJ A ZDROWIEM

Po ważeniu/mierzeniu przeanalizuj rezultat zgodnie z poniższą tabelą. Poniższe informacje powinny być wykorzystywane wyłącznie jako wartości orientacyjne.

Wiek	Tkanka tłuszczowa (K)	Zawartość wody (K)	Tkanka tłuszczowa (M)	Zawartość wody (M)	Status	Wskaźnik
≤ 30	4–16%	66–57,8%	4–11%	66–61,2%	Niedowaga zagrażająca zdrowiu	
-:-	16,1–20,5%	57,7–54,7%	11,1–15,5%	61,1–58,1%	Niedowaga	
-:-	20,6–25%	54,6–51,6%	15,6–20%	58–55%	Normalna masa	
-:-	25,1–30,5%	51,5–47,8%	20,1–24,5%	54,9–51,9%	Nadwaga	
-:-	30,6–60%	47,7–27,5%	24,6–60%	51,8–27,5%	Otyłość	
> 30	4–20%	66–55%	4–15%	66–58,4%	Niedowaga zagrażająca zdrowiu	
-:-	20,1–25%	54,9–51,6%	15,1–19,5%	58,3–55,3%	Niedowaga	
-:-	25,1–30%	51,5–48,1%	19,6–24%	55,2–52,3%	Normalna masa	
-:-	30,1–35%	48–44,7%	24,1–28,5%	52,2–49,2%	Nadwaga	
-:-	35,1–60%	44,6–27,5%	28,6–60%	49,1–27,5%	Otyłość	

Niska zawartość tkanki tłuszczowej

Zawartość tkanki tłuszczowej jest tak niska, że zagraża zdrowiu.

RYS. 12

Wysoka zawartość tkanki tłuszczowej

Zawartość tkanki tłuszczowej jest tak wysoka, że zagraża zdrowiu.

RYS. 13

Powtórne ważenie

Podczas ważenia wystąpił błąd. Powtórz ważenie.

RYS. 14

TKANKA TŁUSZCZOWA

Zawartość tkanki tłuszczowej

- Wskazuje zawartość tkanki tłuszczowej w organizmie.
- Zbyt wysoka lub zbyt niska zawartość tkanki tłuszczowej nie jest korzystna dla zdrowia.

KALORIE

Kaloria to jednostka energii. Wyświetlane dane wskazują ilość energii potrzebnej do procesów metabolicznych i normalnego funkcjonowania pod kątem masy, wzrostu i płci użytkownika.

Kalorie a odchudzanie

Obniżone spożycie kalorii i bardziej intensywny trening mogą przyczynić się do obniżenia masy. Jeśli ilość dostarczanego pożywienia jest mniejsza niż zużycie energii, organizm spala zgromadzony tłuszcz, co przyczynia się do obniżenia masy.

APLIKACJA SENSSUN

- Wagę można wykorzystać do zarejestrowania masy na urządzeniach mobilnych oraz do śledzenia zmian masy ciała.
- Do używania wagi konieczne jest pobranie aplikacji SENSSUN Scale. Wyszukaj SenssunHealth, aby pobrać aplikację z App Store lub Google Play.

Pobieranie aplikacji

1. Zeskanuj kod QR, aby pobrać aplikację.

RYS. 15

2. Wyszukaj SenssunHealth, aby pobrać aplikację z App Store lub Google Play.

INSTRUKCJA OBSŁUGI APLIKACJI

RYS. 16

RYS. 17

RYS. 18

RYS. 19

RYS. 20

RYS. 21

RYS. 22

RYS. 23

RYS. 24

RYS. 25

RYS. 26

RYS. 27

ZŁĄCZE BLUETOOTH

- Dzięki wykresom możesz szybko sprawdzić dane dotyczące masy, zawartości wody oraz tkanki tłuszczowej, mięśniowej i kostnej.
- Chroni informacje osobiste hasłem i zapisuj dane kilku użytkowników.

- Proste i przejrzyste wykresy ukazujące tendencję ułatwiają śledzenie zmian masy.

Ustawienia Bluetooth

1. Sprawdź, czy funkcja Bluetooth jest włączona.
2. W razie potrzeby włącz Bluetooth w menu Settings > Bluetooth.
3. Naciśnij platformę wagi, aby uruchomić urządzenie.
4. Utwórz nowego użytkownika.
5. Wciśnij ikonę SenssunHealth, aby otworzyć menu ustawień User settings.
6. Uzupełnij dane, aby przejść do interfejsu ważenia.

Ważenie za pomocą aplikacji

1. Naciśnij platformę wagi, aby uruchomić urządzenie.
 2. Wejdź na platformę wagi.
- Masa jest widoczna na wyświetlaczu wagi oraz w aplikacji. Po kilku sekundach wyświetla się zawartość wody oraz tkanki tłuszczowej, mięśniowej i kostnej, a także zalecane spożycie kalorii.
 - Wszystkie wartości zapisują się automatycznie w historii danych.
 - W aplikacji można analizować historię, dodawać nowych użytkowników oraz ustawiać przypomnienia dotyczące regularnego ważenia.

Wymagania dotyczące urządzenia mobilnego

- Wersja Bluetooth: Bluetooth 4.0 lub nowszy.
- System operacyjny Apple: iPhone 4S lub nowszy, iOS 6.0 lub nowszy.
- System operacyjny Android: Bluetooth 4.3 lub nowszy.

KONSERWACJA

Czyść wagę, przecierając lekko zwilżoną, miękką szmatką. Nie używaj silnych ani żrących środków czyszczących.

WYKRYWANIE USTEREK

Problem	Rozwiązanie
Aplikacja nie odbiera pomiarów z wagi.	Sprawdź, czy ikona połączenia w aplikacji wskazuje, że urządzenie mobilne jest podłączone do wagi.
	Sprawdź, czy funkcja Bluetooth urządzenia jest włączona.
	Sprawdź, czy waga i urządzenie mobilne są w zasięgu sygnału.
	Wyłącz i włącz Bluetooth oraz powtórz procedurę podłączania.
	Uruchom ponownie aplikację.
Nie można nawiązać połączenia z urządzeniem mobilnym.	Sprawdź, czy do wagi jest podłączone tylko jedno urządzenie mobilne.
	Sprawdź, czy urządzenie mobilne jest wyposażone w Bluetooth 4.0 lub nowszy.
Na wyświetlaczu nic się nie pokazuje.	Sprawdź baterie i wymień je w razie potrzeby.

UWAGA!

Naprawy mogą być przeprowadzane wyłącznie przez autoryzowanego przedstawiciela punktu serwisowego lub inny wykwalifikowany personel.

SAFETY INSTRUCTIONS

- The calculated values for water content or body fat percentage should only be used for reference and not for medical purposes. Consult a doctor if water content or body fat percentage is higher or lower than normal.
- Avoid contact with strong electromagnetic fields when using the product.
- Do not use the product on wet surfaces, slippery, rough or soft surfaces.
- Avoid putting weight near the edge of the scales to avoid the product tipping over.
- Avoid dropping the bathroom scale and do not subject it to knocks and blows – risk of material damage. The bathroom scale is a precision instrument that must be handled carefully.

WARNING!

- **Avoid wet surfaces – risk of slipping. If the platform is made of glass, never step on the edge and make sure to maintain your balance during the weighing.**
- **The following persons should not use the product:**
 - **Pregnant women.**
 - **Persons with oedema.**
 - **Persons undergoing dialysis.**
 - **Persons with pacemakers or other medical implants.**

SYMBOLS

	Approved in accordance with the relevant EU directives.
	Read the instructions.
	Recycle discarded product as electrical waste.

TECHNICAL DATA

Batteries	2 x 1.5 V AAA
Maximum weight	180 kg
Precision	100 g
Application temperature	5-35°C
Size	302 x 302 x 22 mm

DESCRIPTION

LCD DISPLAY

1. *Height*
2. *Age*
3. *Weight unit*
4. *Unit for calories*
5. *Body fat status*
6. *User number*
7. *Gender*
8. *Water content (%)*
9. *Body fat percentage, muscle and bone*

FIG. 1

USE

CAPACITY

	Range	Precision
Weight	–	0.1 kg
Body fat percentage	4.0–60.0%	0.1%
Water content	27.5–66.0%	0.1%
Muscle percentage	20.0–56.0 %	0.1%
Bone percentage	2.0–20.0%	0.1%
Calories	–	1 kcal

SCALE UNIT

- The bathroom scale uses a high-precision strain gauge.
- The bathroom scale measures water content, body fat percentage, muscle and bone, plus BMI, and also indicates a recommended calorie intake.
- The bathroom scale has a built-in memory for 12 different users.
- The scale calculates your daily energy requirement on the basis of your height, weight and age, etc.

INSERTING THE BATTERIES

1. Open the battery compartment underneath the scale.

FIG. 2



2. Insert the batteries.
3. Replace the cover.

NOTE:

- **Make sure to insert the batteries with the correct polarity.**
- **Only use batteries of the recommended type.**

- **Remove the batteries if the product is not going to be used for 3 months, or longer.**

TOUCH BUTTONS

SET	Starts the scales and browses through the parameters (see section on setting personal parameters).
	The value increases by 1 when pressed. Keep pressed to increase the values more quickly.
	The value decreases by 1 when pressed. Keep pressed to decrease the values more quickly.

WEIGHING WITHOUT PARAMETER SETTINGS

1. Insert the batteries and put the bathroom scale on a level, stable surface for best precision. Do not put it on a carpet or other soft surface.

FIG. 3

2. Carefully step onto the bathroom scale, which starts automatically. Stand still, spreading your weight uniformly until the display stabilises.

FIG. 4

3. The weight value flashes when the display has stabilised.

FIG. 5

NOTE:

The measurements can deviate for the following persons:

- **Persons younger than 10, or older than 100 (can only use the weighing function).**
- **Persons over 70 years old.**
- **Well-trained athletes.**

- **The measurements can be misleading after intensive exercise, excessive slimming or severe dehydration.**

ADDITION TO WEIGHING RESULT

When the display has stabilised it is possible to add extra weight – for example to weigh a small child. Each addition must weigh more than 2 kg for a new weighing.

Weighing a small child

1. First weigh yourself. The digits flash to show that the weighing result has stabilised and locked.

FIG. 6

2. Lift up the child without getting off the bathroom scale.
3. Now weigh yourself and the the child, without getting off the bathroom scale. This gives you a value for the total weight.

FIG. 7

4. Deduct the first weighing value from this total to get the weight of the child.

MEASURING DATA

Measurement of body fat percentage/water content/muscle percentage/ bone percentage/ calories.

Standard parameters

The following standard parameters are set the first time the scale is started:

User number	Gender	Height	Age
1	Female	165 cm	25 years old

The following range of settings can be made for the different parameters:

User number	Gender	Height	Age
1-12	Male/ Female	100-250 cm	10-100 years old

Parameter settings

Example: Setting of parameters for user 3, female, 168 cm, 28 years old.

1. Press **SET** to start.
2. Standard parameters are shown.
3. Press **▲▼** to select required user number.
4. Press **SET** to confirm and go to next parameter.
5. Press **▲▼** to enter gender.
6. Press **SET** to confirm and go to next parameter.
7. Press **▲▼** to enter height.
8. Press **SET** to confirm and go to next parameter.
9. Press **▲▼** to enter age.
10. Press the platform.
11. The display shows 0.0.
12. The scale switches off automatically after a few seconds.

FIG. 8

NOTE:

- **If no settings are made for 6 seconds the settings will be stored automatically and the display shows 0, which indicates that measuring of body fat percentage is activated.**
- **If the display shows 0 under parameter settings, press SET for 3 seconds to activate settings mode and make the required settings.**

FUNCTIONAL BASIS

The bathroom scale uses a bioelectric impedance analysis, which is one of the most precise ways of measuring body fat, water and muscle.

START MEASURING

1. Make sure that your feet are in contact with the metal electrodes on the platform, otherwise it will not be possible to measure your body fat percentage.
2. Take off your shoes and socks first before weighing for best results.

Example: User 3, female, 168 cm, 28 years old.

1. Press **SET** to start.
2. The standard parameters or parameters for the last user are shown.
3. Press **▲▼** to select required user number or to set parameters.
4. Press the platform.
5. The display shows 0.0.
6. Carefully step onto the platform with both feet in contact with the metal electrodes.
7. Stand still, spreading your weight uniformly until the display stabilises.
8. The weight value locks and flashes once.
9. Measuring is carried out.
10. Result (repeat weighing/measuring 3 times and save): The value is shown as a reference during the next weighing. Weight 52.8 kg, fat status, body fat percentage 23.8%, water content 52.3%, muscle percentage 37.2%, bone percentage 12%, calories 1840.
11. The scale switches off automatically.

FIG. 9

WARNINGS

Low battery level indicator

The battery is discharged – replace battery.

FIG. 10

Overloading indicator

The weight on the platform exceeds the maximum permitted weight for the scale. Step off, otherwise the scale can be damaged.

FIG. 11

Low body fat percentage

Body fat percentage is at unhealthy low level.

FIG. 12

High body fat percentage

Body fat percentage is at unhealthy high level.

FIG. 13

Repeat weighing

An error occurred during the weighing. Repeat the weighing.

FIG. 14

FAT

Body fat percentage

- This value indicates the body fat percentage in the body.
- An excessively high or low body fat percentage is not healthy.

TABLE OF RELATIONSHIP BETWEEN WATER CONTENT/BODY FAT PERCENTAGE AND HEALTH

After weighing/measuring, analyse the results according to the table below. The following information should only be used for reference.

Age	Fat (F)	Water content (F)	Fat (M)	Water content (M)	Status	Indication
≤30	4.0–16.0%	66.0–57.8%	4.0–11.0%	66.0–61.2%	Unhealthy underweight	
-:-	16.1–20.5%	57.7–54.7%	11.1–15.5%	61.1–58.1%	Underweight	
-:-	20.6–25.0%	54.6–51.6%	15.6–20.0%	58.0–55.0%	Normal weight	
-:-	25.1–30.5%	51.5–47.8%	20.1–24.5%	54.9–51.9%	Overweight	
-:-	30.6–60.0%	47.7–27.5%	24.6–60.0%	51.8–27.5%	Obesity	
>30	4.0–20.0%	66.0–55.0%	4.0–15.0%	66.0–58.4%	Unhealthy underweight	
-:-	20.1–25.0%	54.9–51.6%	15.1–19.5%	58.3–55.3%	Underweight	
-:-	25.1–30.0%	51.5–48.1%	19.6–24.0%	55.2–52.3%	Normal weight	
-:-	30.1–35.0%	48.0–44.7%	24.1–28.5%	52.2–49.2%	Overweight	
-:-	35.1–60.0%	44.6–27.5%	28.6–60.0%	49.1–27.5%	Obesity	

CALORIES

Calories are units of energy. The data shown indicates the amount of energy needed for metabolism and normal activity for the weight, height and gender of the user.

Calories and weight loss

A reduction in the intake of calories and more physical activity can contribute to loss of weight. If the nutrient intake is less than the consumption of energy the body will burn stored fat, which contributes to a loss of weight.

SENSSUN SOFTWARE

- The scale can be used to register the weight on mobile devices and to follow changes in weight.
- The SENSSUN Scale software must be downloaded to use the scale. Search for SenssunHealth to download the app at App Store or Google Play.

Downloading of app

1. Scan the QR code to download the app.

FIG. 15

2. Search for SenssunHealth to download the app at App Store or Google Play.

INSTRUCTIONS FOR APP

FIG. 16

FIG. 17

FIG. 18

FIG. 19

FIG. 20

FIG. 21

FIG. 22

FIG. 23

FIG. 24

FIG. 25

FIG. 26

FIG. 27

BLUETOOTH CONNECTION

- Run quick check of data for weight, water content, body fat percentage, muscle and bone with the help of graphs.
- Protect personal information with password and store data for several users.
- Simple and explicit trend graphs for weight make it easy to follow changes.

Bluetooth settings

1. Check that Bluetooth is enabled.
2. If necessary, enable Bluetooth in the menu Settings < Bluetooth.
3. Press the platform to start.
4. Create a new user.
5. Press the icon SenssunHealth to open the settings menu User settings.
6. Enter data to go to the interface for weighing.

Weighing with app

1. Press the platform to start.
 2. Step on the platform.
- The weight is shown on the scale display and in the app. After a few seconds the weight reading is followed by water content, body fat percentage, muscle and bone percentage, and the recommended intake of calories.
 - All the values are automatically stores in the data history.

- History can be reviewed in the app, new users can be added, and reminders set for weighing procedures.

Requirements for mobile device

- Bluetooth version: Bluetooth 4.0 or later.
- Operating system Apple: iPhone 4S or later, iOS 6.0 or later.
- Operating system Android: Android 4.3 or later.

MAINTENANCE

Keep the scale clean by wiping it with a damp, soft cloth. Do not use strong or corrosive detergents.

TROUBLESHOOTING

Problem	Action
The app does not receive the weighing result from the scale.	Check that the connection icon in the app shows that the smart device is connected to the scale.
	Check that Bluetooth is enabled on the device.
	Check that the scale and smart device are within signal range.
	Disable and enable Bluetooth, and repeat the connection procedure.
	Restart the app.
It is not possible to connect to the smart device.	Check that only one smart device is connected to the scale.
	Check that the smart device has Bluetooth 4.0 or later.
Nothing is shown on the display.	Check the batteries, and replace if necessary.

NOTE:

Repairs must only be carried out by an authorised service centre or qualified personnel.