

Αυτή η συσκευή μπορεί να χρησιμοποιείται από παιδιά άνω των 8 ετών και από άτομα με μειωμένες σωματικές, αισθητηριακές ή πνευματικές ικανότητες ή με έλλειψη εμπειρίας και γνώσεων, μόνο εάν επιβλέπονται ή έχουν λάβει οδηγίες σχετικά με την ασφαλή χρήση της συσκευής και τους σχετικούς κινδύνους.

Ο καθαρισμός και η συντήρηση δεν πρέπει να γίνονται από παιδιά χωρίς επίβλεψη.

Τα παιδιά δεν πρέπει να παίζουν με τη συσκευή.

Δεν είναι κατάλληλο για άτομα με ηλεκτρονικά εμφυτεύματα (βηματοδότη κ.λπ.)

A. Στοιχεία χειρισμού

Μείον (V)

Επιβεβαίωση (O)

Συν (Δ)

B. Προετοιμασία

1. Εισάγετε μπαταρίες (3 x 1,5 V AAA).

Σημείωση:

Αμέσως (όσο εμφανίζεται ακόμα το "0.0") τοποθετήστε τη ζυγαριά ανάλυσης σώματος σε επίπεδη επιφάνεια και περιμένετε μέχρι να απενεργοποιηθεί αυτόματα.

Στη συνέχεια ξεκινήστε την εισαγωγή δεδομένων. Διαφορετικά, είναι πιθανό το βάρος της ζυγαριάς να προστεθεί λανθασμένα στην αρχική μέτρηση.

Το ίδιο μπορεί να συμβεί και κατά την κανονική χρήση εάν η ζυγαριά κρατηθεί στο χέρι πριν από τη διαδικασία ζύγισης.

2. Για όλες τις μετρήσεις, τοποθετήστε τη ζυγαριά σε επίπεδη, σκληρή επιφάνεια (όχι σε χαλί).

3. Καθαρισμός και φροντίδα: Καθαρίζετε μόνο με ελαφρώς νωπό πανί. Μην χρησιμοποιείτε διαλυτικά ή λειαντικά. Μην βυθίζετε ποτέ τη ζυγαριά σε νερό.

4. Υπάρχει δυνατότητα εναλλαγής μεταξύ kg/cm και lb/in πατώντας το κουμπί στο κάτω μέρος της ζυγαριάς.

Προσοχή! Κίνδυνος ολίσθησης σε περίπτωση υγρής επιφάνειας.



C. Εισαγωγή δεδομένων

1. Πατήστε το κουμπί .
2. Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά  για να επιλέξετε υποδοχή μνήμης και επιβεβαιώστε με  → P
3. Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά  για να ορίσετε το ύψος σας και επιβεβαιώστε με  → H
4. Στο επόμενο βήμα, ορίστε την ηλικία σας και επιβεβαιώστε με  → A
5. Ορίστε φύλο και επιβεβαιώστε με  (κρατήστε πατημένο το κουμπί για 3 δευτ.). → S
6. Τώρα, τοποθετήστε **αμέσως** τη ζυγαριά στο πάτωμα, περιμένετε να εμφανιστεί "0.0" και στη συνέχεια ανεβείτε με γυμνά πόδια.

Η αρχική μέτρηση είναι απαραίτητη και χρησιμεύει για την αποθήκευση των δεδομένων για μελλοντική αυτόματη αναγνώριση. Αν δεν πατήσει κανείς πάνω, η εισαγωγή δεδομένων πρέπει να επαναληφθεί. Η πρώτη ανάλυση σώματος πραγματοποιείται μόλις ανέβει κάποιος.

Η ζυγαριά διαθέτει λειτουργία αυτόματης απενεργοποίησης μετά από περίπου 40 δευτερόλεπτα χωρίς πάτημα κουμπιού.

Εναλλακτική:

Μπορείτε να εκτελέσετε αυτό το βήμα μέσω της εφαρμογής Soehnle MyScale, οπότε τα δεδομένα μεταφέρονται στη ζυγαριά. Ωστόσο, η πρώτη μέτρηση είναι απαραίτητη. Μόλις εισαγάγετε τα δεδομένα στη ζυγαριά όπως περιγράφεται στο C, η εφαρμογή θα τα υιοθετήσει αυτόματα.

D. Ανάλυση σώματος

1. Τοποθετήστε τη ζυγαριά σε επίπεδο, στέρεο δάπεδο και περιμένετε να απενεργοποιηθεί αυτόματα.

Ανεβείτε με γυμνά πόδια. Σταθείτε ακίνητοι μέχρι να ακουστεί ο ηχητικός τόνος.

2. Εμφανίζονται το βάρος σώματος και τα υπόλοιπα υπολογισμένα δεδομένα.

3. Εάν οι υπολογισμένες τιμές δεν μπορούν να αποδοθούν με σαφήνεια σε έναν χρήστη, εμφανίζονται οι πιθανές υποδοχές μνήμης.

Αν οι τιμές μπορούν να αποδοθούν σε περισσότερους από δύο χρήστες, μετά από 3 δευτερόλεπτα εμφανίζονται άλλες πιθανές υποδοχές μνήμης.

Χρησιμοποιήστε τα κουμπιά  ( = αριστερά,  = δεξιά) για να επιβεβαιώσετε την υποδοχή μνήμης.

Η ζυγαριά μετρά τις επιμέρους τιμές σώματος μέσω ανάλυσης βιοηλεκτρικής εμπίεσης (λίπος, νερό, μυϊκή μάζα), υπολογίζει το βασικό μεταβολισμό (kcal/ημέρα) και τον ΔΜΣ (BMI).

Η ζυγαριά απενεργοποιείται αυτόματα.

Σημείωση: Εάν το επιθυμείτε, μπορείτε να κατεβείτε από τη ζυγαριά μόλις εμφανιστεί η πρώτη τιμή.

Ερμηνεία των μετρημένων τιμών

Για καλύτερη αξιολόγηση των αποτελεσμάτων, ανατρέξτε στον πίνακα στο εμπρός μέρος των οδηγιών, όπου αναφέρονται τα αποδεκτά ιδανικά επίπεδα.

Το ιδανικό εύρος σημειώνεται με 😊. Τιμές εκτός αυτού του εύρους είναι είτε πολύ χαμηλές (–) είτε πολύ υψηλές (+/++).

Παράδειγμα:

Μια γυναίκα 35 ετών εμφανίζει ποσοστό σωματικού λίπους 28,2 %. Για την ηλικιακή ομάδα 30-40 ετών, η ιδανική τιμή είναι 22-31 % → 😊.

Κατηγοριοποίηση βάρους σύμφωνα με τον ΔΜΣ (Πηγή: ΠΟΥ, 2016)

ΔΜΣ (kg/m²) Κατηγορία

< 18,5	Ελλιποβαρές
18,5 - 24,9	Κανονικό βάρος
25,0 - 29,9	Υπέρβαρο
30,0 - 34,9	Παχυσαρκία βαθμού I
35,0 - 39,9	Παχυσαρκία βαθμού II
> 40,0	Παχυσαρκία βαθμού III

Ε. Ειδοποιήσεις

- Αντικατάσταση μπαταρίας (Lo = χαμηλή στάθμη)
- Υπέρβαση φορτίου ζυγαριάς (μέγ. 180 kg)
- Η τιμή μέτρησης είναι εκτός ορίων:

	L 🍇 H		L 💧 H		L 🧑 H	
♀	< 10 %	> 60 %	< 5 %	> 90 %	< 5 %	> 90 %
♂	< 4 %	> 60 %	< 5 %	> 90 %	< 5 %	> 90 %

F. Εγκατάσταση της εφαρμογής Soehnle MyScale

Android™ smartphones / tablets:

Κατεβάστε την εφαρμογή από το Google Play Store ψάχνοντας “Soehnle MyScale App” ή σκανάροντας τον QR κωδικό.



iPhone® / iPad® (iOS®):

Κατεβάστε την εφαρμογή από το Apple App Store με το όνομα “Soehnle MyScale App”.

Συμβατότητα:

Η εφαρμογή είναι συμβατή με Google Fit® και Apple Health®.

G. Σημείωση σύνδεσης με smartphone/tablet

Η σύνδεση της ζυγαριάς γίνεται μόνο μέσω της εφαρμογής Soehnle MyScale. Βεβαιωθείτε ότι το **Bluetooth®** είναι ενεργό. Η σύνδεση δεν γίνεται μέσω των ρυθμίσεων του Android™ ή iOS®, αλλά μόνο μέσα από την εφαρμογή.

H. Τεχνικά χαρακτηριστικά

Bluetooth®: 5.0

Συχνότητα: 2,4 GHz

Ισχύς μετάδοσης: 10 mW

Μέγ. βάρος: 180 kg / 100 g ή 396 lb / 0.2 lb

Ηλικία: 17-99 ετών

Μπαταρίες: 3 x 1,5 V AAA

Εγγύηση

Η Leifheit AG προσφέρει 3 χρόνια εγγύηση για το προϊόν από την ημερομηνία αγοράς.

Η εγγύηση δεν καλύπτει:

- (1) Φθορά από χρήση
- (2) Ζημιές από κακή χρήση (π.χ. πτώση)
- (3) Μη τήρηση των οδηγιών χρήσης
- (4) Μπαταρίες ή επαναφορτιζόμενες μπαταρίες

Σε περίπτωση εγγύησης, η Leifheit επιλέγει μεταξύ επισκευής ή αντικατάστασης. Εάν δεν υπάρχει ίδιο προϊόν, δίνεται ισοδύναμο. Δεν επιστρέφεται το ποσό αγοράς.

Για αξίωση εγγύησης: Απευθυνθείτε στον πωλητή με το προϊόν και την απόδειξη αγοράς. Η εγγύηση ισχύει παγκοσμίως.

Τα νόμιμα δικαιώματά σας δεν επηρεάζονται.

Συμμόρφωση CE



Η συσκευή συμμορφώνεται με την αντίστοιχη Οδηγία της ΕΕ (www.soehnle.com).

Απόρριψη μπαταριών – Οδηγία ΕΕ

Οι μπαταρίες δεν πετιούνται στα κοινά απορρίμματα. Επιστρέψτε τις στα σημεία συλλογής.

Σύμβολα για επικίνδυνες ουσίες:

Pb = περιέχει μόλυβδο

Cd = περιέχει κάδμιο

Hg = περιέχει υδράργυρο



Pb - Cd - Hg

Απόρριψη ηλεκτρικών / ηλεκτρονικών συσκευών – Οδηγία ΕΕ

Το προϊόν δεν απορρίπτεται με τα οικιακά απορρίμματα, αλλά παραδίδεται σε ειδικό σημείο συλλογής για ανακύκλωση.