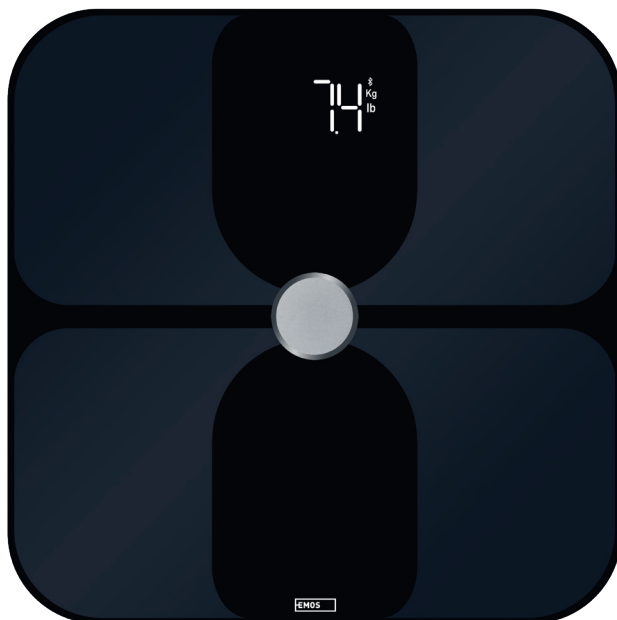


# EV112



PL | Waga łazienkowa

---



## Spis treści

Zalecenia bezpieczeństwa i ostrzeżenia .....	2
Specyfikacja techniczna.....	3
Opis urządzenia .....	3
Instalacja i montaż .....	4
Sterowanie i funkcje.....	6
Rozwiązywanie problemów FAQ .....	10

## Zalecenia bezpieczeństwa i ostrzeżenia



Przed uruchomieniem produktu należy przeczytać instrukcję użytkownika.



Przestrzegamy zaleceń bezpieczeństwa zamieszczonych w tej instrukcji.

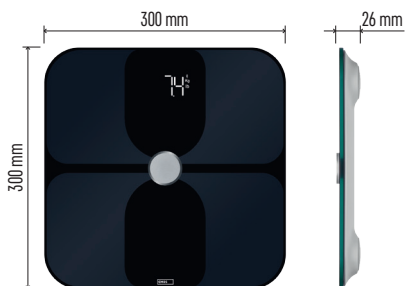
- Waga łazienkowa EV112 jest przeznaczona jedynie do użytku domowego.
- Wszelkie naprawy muszą być przeprowadzane przez specjalistyczny warsztat lub u sprzedawcy!
- Nie używaj wagi w pobliżu urządzeń, które wytwarzają pole elektromagnetyczne. Aby uniknąć wzajemnych zakłóceń, umieść wagę w odpowiedniej odległości od takiego urządzenia.
- Jeżeli wagi nie można włączyć, to należy sprawdzić, czy są włożone baterie i czy nie są rozładowane.
- Wynik pomiaru jest jedynie orientacyjny. Produkt ten nie jest urządzeniem medycznym.
- Należy zawsze skonsultować z lekarzem przyjmowane leki lub stosowaną dietę, aby uzyskać optymalną wagę.
- Do otworów w urządzeniu nie wolno wkładać żadnych przedmiotów.
- Wagi nie zanurzamy do wody!
- Wagę trzeba ustawić na równej, twardej i stabilnej powierzchni (nie na dywanie itp.).
- Na wadze nie wolno ważyć zwierząt domowych.
- Należy chronić wagę przed upadkiem i wstrząsami. Nie wolno skakać na wagę.
- Należy uważać na mokrą powierzchnię, na której Ty lub waga może się poślizgnąć. Nie należy również stać na krawędzi wagi. Podczas pomiaru należy utrzymać równowagę na wadze.
- Ze względu na impedancję elektryczną nie używaj wagi w następujących sytuacjach:
  - a) jeśli został Ci wszczepiony rozrusznik serca lub inny medyczny implant elektroniczny
  - b) jeśli masz problemy lub schorzenia związane z sercem
  - c) podczas ciąży
  - d) jeśli jesteś poddawany dializie
  - e) masz gorączkę
  - f) cierpisz na osteoporozę
  - g) masz obrzęk lub opuchliznę
  - h) jeżeli ćwiczyłeś więcej niż 5 godzin tego dnia
  - i) Twoje tętno jest mniejsze niż 60 uderzeń na minutę
- Zawsze używaj wagi zgodnie z zaleceniami przedstawionymi w tej instrukcji.
- Producent nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane niewłaściwym użytkowaniem urządzenia.
- Urządzenie to nie jest przeznaczone do użytkowania przez osoby (w tym dzieci), dla których niezdolność fizyczna, sensoryczna, umysłowa lub brak doświadczenia i wiedzy, uniemożliwiają bezpieczne korzystanie z tego urządzenia, chyba że te osoby będą nadzorowane lub instruowane, jak korzystać z urządzenia przez osobę odpowiedzialną za ich bezpieczeństwo. Konieczny jest nadzór nad dziećmi, aby nie bawiły się tym urządzeniem.

EMOS spol. s r. o. oświadcza niniejszym, że typ urządzenia elektronicznego EV112 jest zgodny z dyrektywą 2014/53/UE.

Pełne brzmienie Deklaracji Zgodności UE jest do dyspozycji na następujących stronach internetowych <http://www.emos.eu/download>.

Urządzenie można użytkować na podstawie ogólnego zezwolenia nr VO-R/10/07.2021-8 w obowiązującym brzmieniu.





## Specyfikacja techniczna

Hartowana szyba bezpieczeństwa: 6 mm

Wyświetlacz LCD: 64 × 31 mm

Maksymalny ważony ciężar: 180 kg

Minimalny ciężar: 3 kg

Rozdzielczość ważenia: 0,1 kg/0,2 lb

Jednostka pomiaru ciężaru: kg/lb/st:lb/st

Pamięć: maks. 10 użytkowników

Ustawienie wzrostu: 30–300 cm

Jednostka pomiaru wzrostu: cm/cal

Ustawienie wieku: 8 do 105 lat

Jednostka, zakres pomiaru tłuszczu: 0,1 %

Jednostka, zakres pomiaru wody: 0,1 %

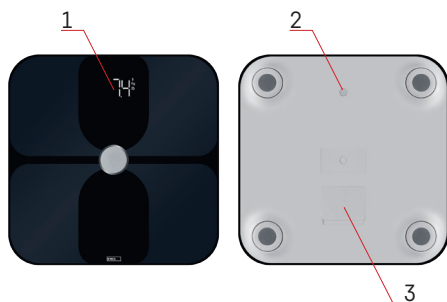
Jednostka, zakres pomiaru masy mięśniowej:

0,1 kg

Automatyczne wyłączenie po 20 sekundach

Wskaźnik przeciążenia/rozładowania baterii

Zasilanie: 3× 1,5 V AAA (są w komplecie)



## Opis urządzenia

1 – wyświetlacz

2 – przycisk włączenia/wyłączenia jednostki  
ważenia

3 – pojemnik na baterie



# Instalacja i montaż

## Aplikacja mobilna



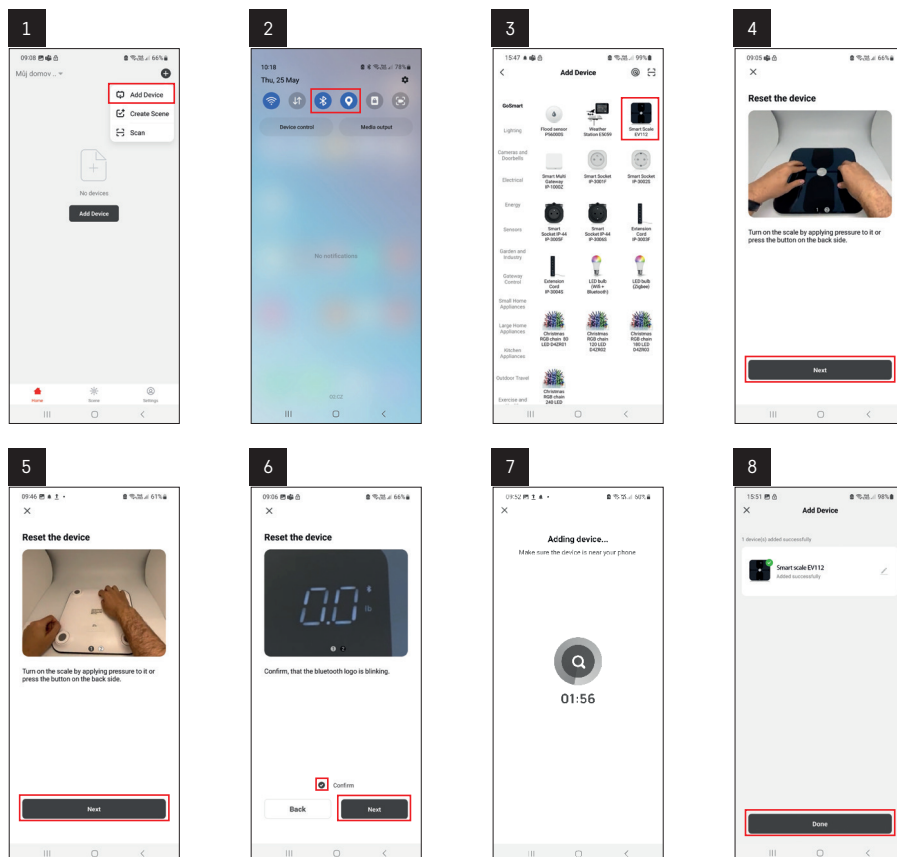
Wagę można sterować za pomocą aplikacji mobilnej dla iOS albo Android.

Pobierz aplikację „EMOS GoSmart” do swojego urządzenia.

Kliknij na przycisk Zaloguj, jeżeli już korzystasz z aplikacji.

Jeżeli nie, kliknij na przycisk Zarejestruj i zakończ rejestrację.

## Sparowanie wagi z aplikacją



Włóż baterie do wagi.

Przyciśnij wagę albo naciśnij przycisk znajdujący się pod spodem.

Zacznie migać ikona Bluetooth – aktywuj tryb parowania w czasie 20 sekund.

W telefonie komórkowym aktywuj połączenie Bluetooth i GPS.

W aplikacji kliknij na Dodaj urządzenie.

W lewej części kliknij na listę GoSmart i potem na ikonę Waga łazienkowa EV112.

Postępuj zgodnie z poleceniami w aplikacji i wprowadź nazwę i hasło do 2,4 GHz sieci Wi-Fi.

W czasie do 20 sekund dojdzie do sparowania z aplikacją

*Uwaga:*

*Jeżeli wagi nie uda się sparować, powtórz całą procedurę.*

*Sieć Wi-Fi 5 GHz nie jest obsługiwana.*

## **Wkładanie/wymiana baterii**

1. Otwieramy wieczko pojemnika na baterie pod spodem wagi.

2. Wyjmujemy zużyte baterie.

3. Wkładamy nowe baterie 3× 1,5 V AAA. Zwracamy uwagę na poprawność polaryzacji.

Jeżeli baterie są chronione folią bezpieczeństwa, to trzeba ją usunąć przed włożeniem baterii do wagi.

Korzystamy tylko z baterii alkalicznych takiego samego typu, nie stosujemy razem starych i nowych baterii

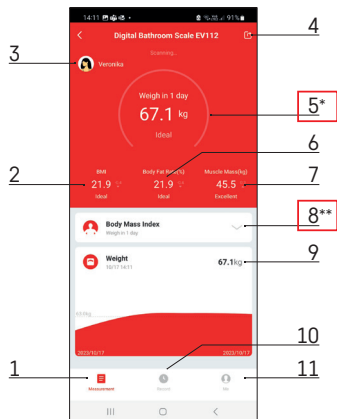
ani 1,2V baterii przystosowanych do doładowywania.

4. Zamykamy obudowę.

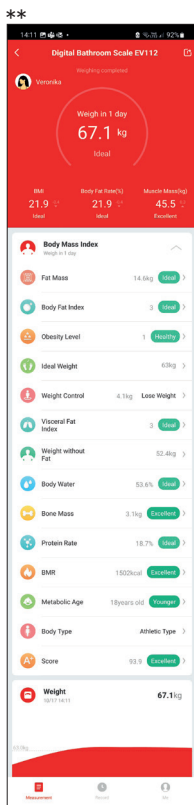
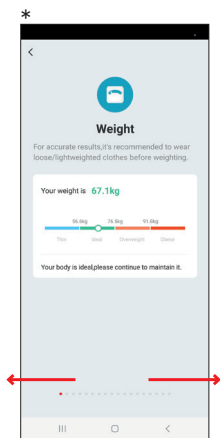
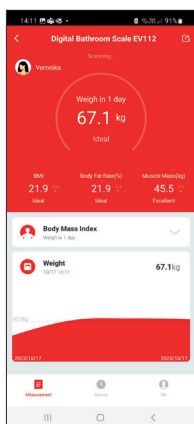


# Sterowanie i funkcje

## Menu aplikacji




- 1 – Ważenie
- 2 – Indeks BMI
- 3 – Wybór użytkownika
- 4 – Prezentacja wartości zmierzonych w formacie jpg
- 5 – Zmierzony ciężar – klikamy ikonę do wyświetlenia dalszych wartości zmierzonych, przesuwamy się w lewo/w prawo
- 6 – Ilość tłuszczu
- 7 – Masa mięśniowa
- 8 – Dalsze wartości zmierzone (patrz rysunek 8a)
- 9 – Zmierzony ciężar
- 10 – Historia zapisów z ważenia
- 11 – Edycja użytkownika/ustawienie jednostki wagi i wzrostu



## Edycja użytkownika


Przed ważeniem trzeba wprowadzić podstawowe dane o każdym użytkowniku. Można zapisać maksymalnie 10 użytkowników.

W aplikacji klikamy na ikonę na dole z prawej strony  Me.

Aby dodać/edytować użytkownika klikamy na ikonę  **User Management**.

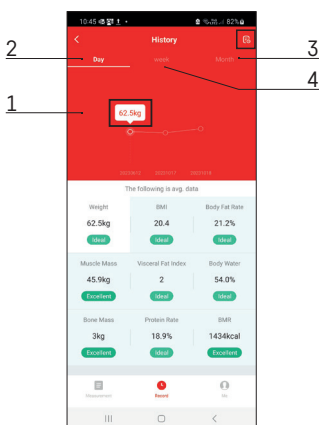
Klikamy na + na górze z prawej strony i wypełniamy dane użytkownika (płeć, data urodzenia, wzrost, waga docelowa) i potwierdzamy OK.


Kliknięciem na ikonę  kasujemy użytkownika.

Aby ustawić jednostki wagi/wzrostu klikamy na ikonę  **Unit Switch**.

*Uwaga: przyciskiem na wadze można zmienić jednostkę ciężaru (kg, lb) tylko na wyświetlaczu, nie w aplikacji.*

## Historia zapisów ważenia



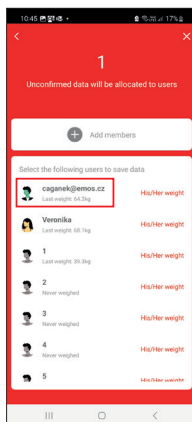
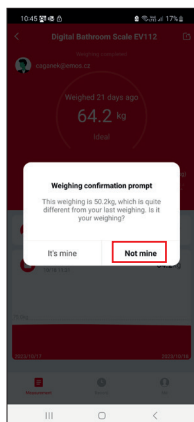
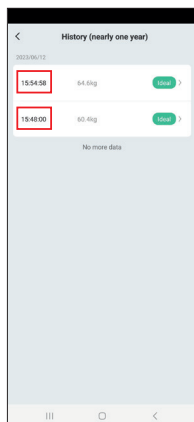
1 – średnia waga w ramach dnia/tygodnia/miesiąca (klikamy wartość albo  do listy poszczególnych ważeń)

2 – dzień

3 – tydzień

4 – miesiąc

Jeżeli zmierzona waga różni się wyraźnie od poprzedniej, wyświetli się tabelka, w której potwierdza się albo wybiera innego użytkownika, który się ważył.



## BMI WAŻENIA

Przed ważeniem trzeba wprowadzić podstawowe dane o każdym użytkowniku, patrz Edycja użytkownika. Przed ważeniem zdejmij buty i skarpetki, bo inaczej wyświetlane informacje nie będą poprawne.

1. Wagę ustaw na równej, twardej i stabilnej powierzchni.
2. Ostrożnie wejdź na wagę – waga włączy się automatycznie i sparuje z aplikacją.  
W aplikacji wybieramy użytkownika, który będzie się ważył.  
Jeżeli chcemy zmienić jednostkę ważenia, naciskamy kolejno przycisk do włączania pod spodem wagi.
3. Na wadze stoimy spokojnie, nie ruszamy się – po chwili wyświetli się zmierzona wartość, indeks BMI i inne wartości.
4. Po 20 sekundach dojdzie do automatycznego wyłączenia wagi.

## WARTOŚCI ZMIERZONE

### Waga

**BMI (body mass index)** – indeks wagi ciała, stosuje się jako wskaźnik otyłości.

**Procent tłuszczu w ciele** – procentowy udział tkanki tłuszczowej w składzie ciała.

**Masa mięśniowa** – całkowita masa mięśni, łącznie z mięśniami szkieletowymi, mięśniem serca i mięśniami gładkimi.

**Udział tłuszczu w ciele** – udział tkanki tłuszczowej w składzie ciała (tłuszcz podskórny i trzewny).

**Indeks tłuszczu w ciele** – podział procentów tłuszczu w ciele.

**Poziom otyłości** – różnica między wagą rzeczywistą, a idealną.

### Idealna waga

**Kontrola wagi** – różnica między wagą rzeczywistą, a idealną.

**Indeks tłuszczu trzewnego** – poziom tłuszczu wewnętrznego.

**Waga bez tłuszczu** – waga po odliczeniu tłuszczu w ciele.

**Woda w ciele** – ilość wody w ciele.

**Masa kostna** – ilość masy kostnej w ciele.

**Stosunek białek** – rzeczywista zawartość białka w ciele.

**BMR** – metabolizm podstawowy – minimalna ilość energii niezbędnej w stanie nieaktywnym.

**Wiek metaboliczny** – wskaźnik porównawczy, czy jesteś starszy, czy młodszy od swojego rzeczywistego wieku

**Typ ciała** – typ ciała na podstawie stosunku tłuszczu w ciele i BMI.

**Wynik** – całkowity wynik fizyczny

## Indeks BMI

Indeks BMI	Niedowaga (Underfat)	Waga normalna (Healthy)	Nadwaga (Overfat)	Otyłość (Obese)
	<18,5	18,5–25	25–30	>30

## INFORMACJE DO MIERZENIA ILOŚCI TŁUSZCZU W CIELE

**OSTRZEŻENIE:** Osoby korzystające ze stymulatora kardiologicznego lub innego implantu z podzespołami elektronicznymi nie są upoważnione do użytkowania tej wagi – w implantach może dojść do zakłócenia ich poprawnego działania.

**UWAGA:** Poprawność zmierzonych wyników może być osiągnięta tylko przy równym staniu na powierzchni wagi, boso i z suchymi stopami! Zasada pracy urządzenia jest oparta na pomiarze rezystancji elektrycznej w obszarze ciała ludzkiego. Aby uzyskać niezbędne wyniki, waga wysyła słaby, nieodczuwalny sygnał elektryczny przez Wasze ciało.

Sygnał jest całkowicie bezpieczny! Metoda pomiaru jest opisywana jako "analiza rezystancji bioelektrycznej" (BIA), wskazania są oparte na wzajemnym oddziaływaniu ciała i wagi z uwzględnieniem procentu ilości wody w ciele, jak i innych danych biologicznych (wiek, płeć, waga ciała). Istnieją masywniejsze osoby z wyrównaną proporcją między procentem tłuszczu i masą ciała, a także szczupłe osoby o dużej ilości tłuszczu w ciele. Tłuszcz w ciele jest tym czynnikiem, który może bardzo znacząco obciążać na przykład układ sercowo-



-naczyniowy. Dlatego kontrola obu tych elementów (tłuszcz i waga) jest potrzebna do utrzymania ciała w kondycji i w dobrym stanie zdrowia.

## **ILOŚĆ TKANKI TŁUSZCZOWEJ**

Tłuszcz w ciele jest istotnym składnikiem ciała – od ochrony stawów, przez źródło witamin, po regulację temperatury ciała, tłuszcz spełnia ważną rolę w ciele człowieka. Nie jest dobrze radykalnie go redukować, ale trzeba zapewnić jego poprawny poziom i utrzymywać równowagę między mięśniami i tłuszczem.

## **WPŁYW WODY NA NASZE ZDROWIE**

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

Woda w ciele człowieka realizuje wiele zadań:

- buduje bloki naszych komórek; to znaczy, że każda komórka, jak na przykład komórka skóry, mózgu itp. działa poprawnie tylko wtedy, kiedy zawiera dość wody,
- jest ważną substancją uwalnianą w naszym ciele,
- transportuje produkty odżywcze i produkty przemiany materii w ciele.

Zajmijmy się bardziej problemem równowagi ilości wody w ciele, która podobnie jak poziom tłuszczu, waha się w ciągu całego dnia. Dla uzyskania adekwatnych wyników, wykonujemy systematycznie ważenia w dzień i o tym samym czasie. Uzyskane wyniki pomiarów zawartości tłuszczu w ciele i wody traktujemy raczej jako orientacyjne. Nie są one przeznaczone dla celów medycznych.

Te wyniki pomiarów zawsze dobrze jest skonsultować ze swoim lekarzem, a szczególnie, jeżeli zamierzamy radykalnie ingerować do swojej diety.



## Rozwiązywanie problemów FAQ

### Waga może wyświetlić następujące komunikaty błędów:

- Lo – rozładowane baterie, wymień je.
- Err – waga jest przeciążona, zejdz z wagi. Może dojść do jej uszkodzenia.
- C – obciążenie jest mniejsze od 3 kg, powtórz ważenie.

