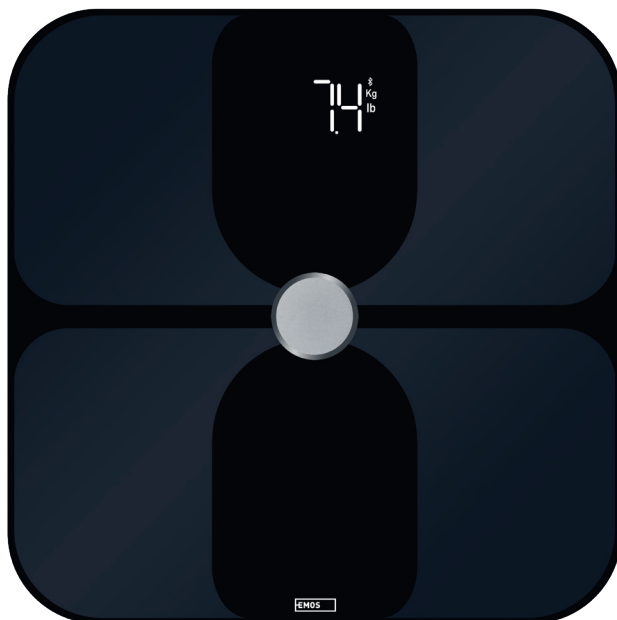


# EV112



## RS|HR|BA|ME | Digitalna kupaonska vaga

---



### Sadržaj

Sigurnosne upute i upozorenja .....	2
Tehničke specifikacije.....	3
Opis uređaja.....	3
Instalacija i sastavljanje .....	4
Kontrole i funkcije .....	6
Česta pitanja o rješavanju poteškoća.....	10

## Sigurnosne upute i upozorenja



Pročitajte korisnički priručnik prije korištenja uređaja.



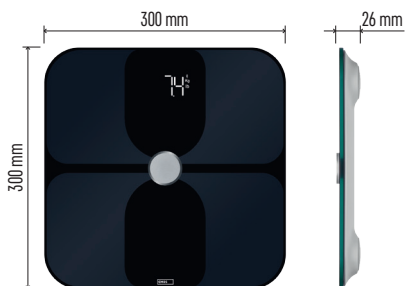
Pridržavajte se sigurnosnih uputa navedenih u priručniku.

- Digitalne kupaonske vage EV112 namijenjene su isključivo za korištenje u kućanstvu.
- Sve popravke treba obaviti stručnjak u radionici ili trgovini u kojoj ste kupili uređaj!
- Ne koristite vagu u blizini uređaja koji stvaraju elektromagnetska polja. Postavite vagu na dovoljnoj udaljenosti od takvih proizvoda kako biste spriječili međusobne smetnje.
- Ako se vaga ne može uključiti, provjerite jesu li baterije umetnute i jesu li ispražnjene.
- Izmjereni rezultat je samo približna vrijednost. Proizvod nije medicinski alat.
- Uvijek se posavjetujte sa svojim liječnikom o lijekovima ili prehrani za postizanje optimalne težine.
- Ne stavljajte nikakve predmete u otvore na uređaju.
- Nemojte uranjati vagu u vodu!
- Vaga mora biti postavljena na ravnu, tvrdnu i stabilnu površinu (ne na tepih i sl.).
- Nije dopušteno vaganje kućnih ljubimaca.
- Zaštitite vagu od padova ili udaraca. Nemojte skakati na vagu.
- Vi ili uređaj možete se skliznuti kada ste na mokroj površini. Također, nikada nemojte stajati na rubu vage kada stojite na glatkoj površini i održavajte ravnotežu dok stojite na vagi.
- Zbog elektroničke impedancije nikada nemojte koristiti uređaj u sljedećim okolnostima:
  - a) ako imate ugrađen srčani stimulator ili drugi medicinski elektronički implantat,
  - b) ako patite od srčanih problema ili bolesti,
  - c) tijekom trudnoće,
  - d) ako ste redovito na dijalizi,
  - e) ako imate temperaturu,
  - f) ako bolujete od osteoporoze,
  - g) ako imate edem ili oteklinu,
  - h) ako ste vježbali duže od 5 sati,
  - i) ako vam je broj otkucaja srca manji od 60 otkucaja u minuti.
- Vagu upotrebljavajte isključivo sukladno uputama iz ovog priručnika.
- Proizvođač ne snosi odgovornost za štetu nastalu nestručnom uporabom uređaja.
- Nije predviđeno da ovaj uređaj upotrebljavaju osobe (uključujući djecu) smanjenih fizičkih, osjetljivih ili mentalnih sposobnosti koje nemaju iskustva i znanja za sigurnu upotrebu, osim ako nisu pod nadzorom ili ne dobivaju upute od osobe zadužene za njihovu sigurnost. Djeca moraju uvijek biti pod nadzorom i nikada se ne smiju igrati s uređajem.

EMOS spol. s r.o. ovime izjavljuje da je tip radijskog uređaja EV112 u skladu s direktivom 2014/53/EU. Puni tekst EU deklaracije o sukladnosti dostupan je na adresi <http://www.emos.eu/download>.

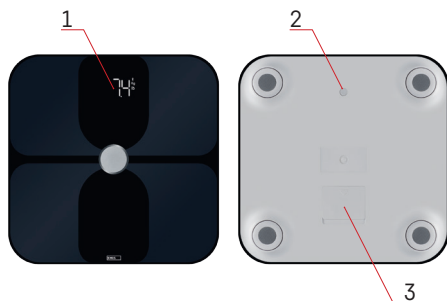
Uređaj se može koristiti temeljem općeg odobrenja br. V0-R/10/07.2021-8, s izmjenama i dopunama.





## Tehničke specifikacije

Kaljeno sigurnosno staklo: 6 mm  
 LCD zaslon: 64 × 31 mm  
 Maksimalna težina: 180 kg  
 Minimalno opterećenje: 3 kg  
 Razlučivost mjerenja: 0,1 kg / 0,2 lb  
 Jedinica težine: kg/lb/st:lb/st  
 Memorija: maks. 10 korisnika  
 Podešenje visine: 30 do -300 cm  
 Jedinica visine: cm/inč  
 Dobna postavka: 8 do 105 godina  
 Jedinica, rezolucija mjerenja sadržaja masti: 0,1 %  
 Jedinica, rezolucija mjerenja sadržaja vode: 0,1 %  
 Jedinica, rezolucija mjerenja mišićne mase: 0,1 kg  
 Automatsko isključivanje nakon 20 sekundi  
 Indikator niske razine napunjenosti baterije/pre-  
 opterećenja  
 Napajanje: 3× 1,5 V AAA (isporučeno u pakiranju)



## Opis uređaja

- 1 – Zaslon
- 2 – Gumb za uključivanje/Gumb za promjenu jedinice težine
- 3 – Baterijski odjeljak



# Instalacija i sastavljanje

## Mobilna aplikacija



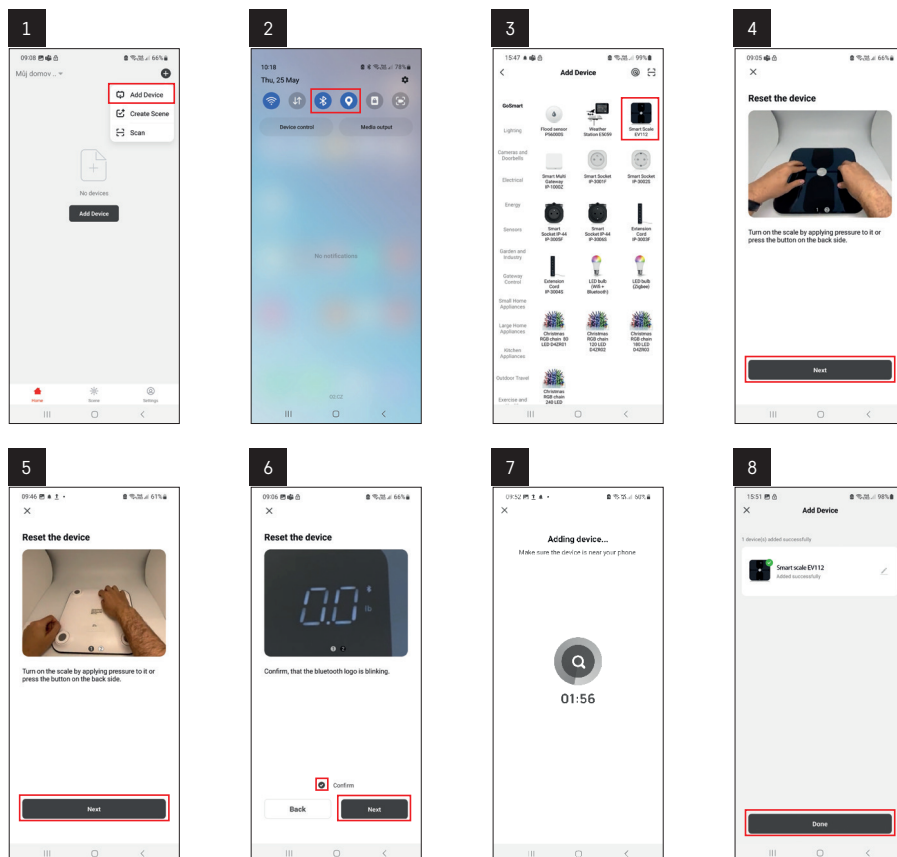
Vagom možete upravljati pomoću mobilne aplikacije za iOS ili Android.

Preuzmite aplikaciju EMOS GoSmart za svoj uređaj.

Dodirnite gumb Prijava ako ste prije koristili aplikaciju.

U prvotnom, dodirnite gumb Registracija i registrirajte se.

## Uparivanje vage s aplikacijom



Umetnite baterije u vagu.

Pritisnite vagu ili pritisnite gumb za uključivanje na donjoj strani.

Počinja treperiti ikona Bluetooth – način uparivanja je aktivan 20 sekundi.

Aktivirajte Bluetooth i GPS vezu na svom mobilnom telefonu.

Dodirnite Dodaj uređaj u aplikaciji.

Dodirnite GoSmart popis s lijeve strane i dodirnite ikonu EV112 kupaonske vage.

Slijedite upute u aplikaciji i upišite naziv i lozinku za svoju Wi-Fi mrežu 2,4 GHz.

Vaga će se upariti s aplikacijom u roku od 20 minuta.

*Napomena:*

*Ako se vaga ne uspije upariti, ponovite postupak.*

*Wi-Fi mreže od 5 GHz nisu podržane.*

## **Umetanje/zamjena baterija**

1. Otvorite poklopac baterijskog odjeljka na donjoj strani vage.

2. Izvadite ispražnjene baterije.

3. Umetnite 3 nove AAA baterije od 1,5 V. Pripazite na ispravan polaritet.

Ako su baterije zaštićene sigurnosnom folijom, najprije je uklonite prije stavljanja baterija u vagu.

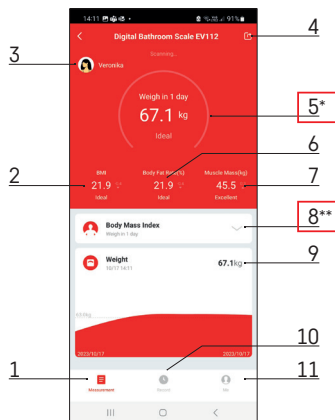
Koristite samo alkalne baterije istog tipa; ne koristite stare i nove baterije u isto vrijeme; nemojte koristiti punjive baterije od 1,2 V.

4. Zatvorite poklopac.

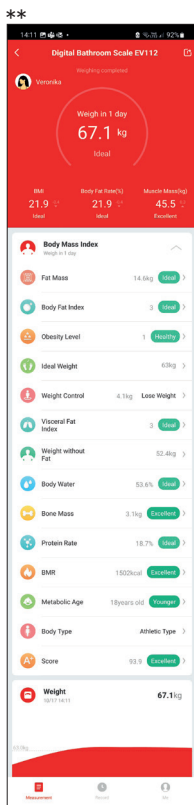
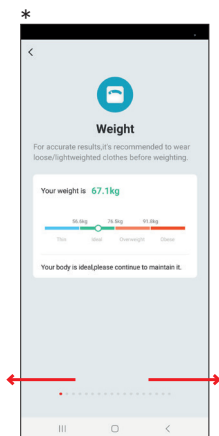
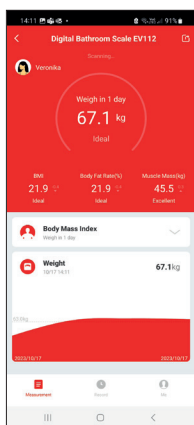


# Kontrole i funkcije

## Izbornik aplikacije



- 1 – Vaganje
- 2 – BMI indeks
- 3 – Odabir korisnika
- 4 – Dijeljenje izmjerenih vrijednosti u jpg formatu
- 5 – Izmjerena težina – otvorite ikonu za prikaz drugih izmjerenih vrijednosti, povucite lijevo/desno
- 6 – Količina masti
- 7 – Mišićna masa
- 8 – Ostale izmjerene vrijednosti (vidi sl. \*\*)
- 9 – Izmjerena težina
- 10 – Evidencija težine (povijest)
- 11 – Uredite korisnika/postavite jedinicu težine i visine



## Uredi korisnika

Prije vaganja unesite osnovne podatke o svakom korisniku.  
Možete spremiti podatke za najviše 10 korisnika.

Dodirnite ikonu u donjem desnom kutu aplikacije.

Za dodavanje/uređivanje korisnika dodirnite **User Management** ikonu.

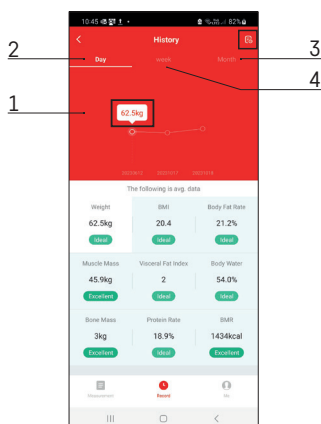
Dodirnite + gore desno i ispunite podatke o korisniku (spol, datum rođenja, visina, ciljana težina) i potvrdite sa U redu.


Dodiranjem ikone briše se korisnik.

Za postavljanje jedinice težine/visine dodirnite **Unit Switch** ikonu.

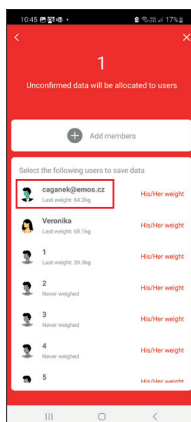
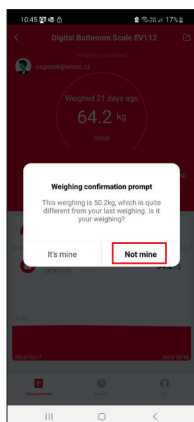
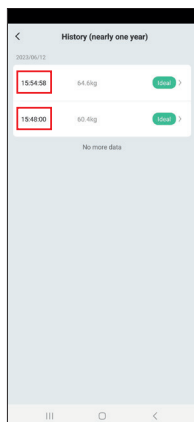
*Napomena: gumb na vagi mijenja jedinicu težine (kg, lb) samo na zaslonu vage, a ne u aplikaciji.*

## Evidencija težine (povijest)



- 1 – Prosječna težina kroz dan/tjedan/mjesec (dodirnite vrijednost ili  da vidite popis svih vaganja)
- 2 – Dan
- 3 – Tjedan
- 4 – Mjesec

Ako se izmjerena vrijednost značajno razlikuje od prethodne, prikazat će se tablica u kojoj možete potvrditi ili odabrati drugog korisnika koji trenutno vaga.



## BMI MJERENJE

Prije vaganja unesite osnovne podatke o svakom korisniku, pogledajte Uredi korisnika. Skinite cipele i čarape prije vaganja, inače će prikazani podaci biti netočni.

1. Postavite vagu na ravnu, čvrstu i stabilnu površinu.
2. Pažljivo stani na vagu – vaga se automatski uključuje i uparuje s aplikacijom.  
Odaberite korisnika koji će započeti vaganje u aplikaciji.  
Ako želite promijeniti jedinicu težine, više puta pritisnite gumb UKLJUČIVANJE na donjoj strani vage.
3. Stojte mirno na vagi i ne mičite se – nakon nekog vremena prikazat će se izmjerena težina, BMI i druge vrijednosti.
4. Vaga se nakon 20 sekundi automatski isključuje.

## IZMJERENE VRIJEDNOSTI

### Težina

**BMI (Indeks tjelesne mase)** – koristi se kao mjerilo pretilosti.

**Postotak tjelesne masti** – postotni udio masnog tkiva u sastavu tijela.

**Mišićna masa** – ukupna težina mišića, uključujući skeletne mišiće, srčani mišić i glatke mišiće.

**Omjer tjelesne masti** – omjer masnog tkiva u sastavu tijela (potkožna i visceralna mast).

**Indeks tjelesne masti** – omjeri svake vrste tjelesne masti u ukupnom postotku tjelesne masti.

**Razina pretilosti** – razlika između trenutne i idealne težine.

### Idealna težina

**Provjera težine** – razlika između trenutne i idealne težine.

**Indeks visceralne masti** – omjer visceralne masti.

**Težina bez masti** – težina nakon oduzimanja tjelesne masti.

**Voda u tijelu** – količina vode u tijelu.

**Koštana masa** – količina koštane mase u tijelu.

**Omjer proteina** – stvarna težina proteina u tijelu.

**BMR** – bazalni metabolizam – minimalna količina energije potrebna tijekom neaktivnosti.

**Metabolička dob** – referentna vrijednost koja se koristi za označavanje jeste li fizički stariji ili mlađi od svoje stvarne dobi.

**Tip tijela** – tip tijela određen na temelju omjera tjelesne masti i BMI.

**Rezultat** – ukupni fizički rezultat

## BMI

BMI	Pothranjenost	Normalna težina	Prekomjerna tjelesna težina	Pretilost
		< 18,5	18,5–25	25–30

## INFORMACIJE ZA MJERENJE TJELESNE MASTI

**UPOZORENJE:** Osobe koje koriste srčani stimulator ili drugi implantat s elektroničkim komponentama ne smiju koristiti ove vage – opasnost od ometanja pravilnog rada implantata.

**NAPOMENA:** Točna mjerenja mogu se postići samo ako ravnomjerno stojite na vagi, bos i sa suhim nogama! Osnovni princip uređaja je mjerenje električne impedancije unutar ljudskog tijela. Za dobivanje podataka, vaga šalje slab, neprimjetan elektronički signal kroz tijelo.

Signal je potpuno siguran! Metoda mjerenja poznata je kao analiza bioelektrične impedancije (BIA), čimbenik koji procjenjuje sastav tijela, kao što su tjelesna voda i tjelesna mast, na temelju bioloških podataka (dob, spol, tjelesna težina). Postoje pretile osobe s uravnoteženim omjerom masti i tjelesne težine i mršave osobe s vrlo visokim udjelom tjelesne masti. Tjelesna mast je čimbenik koji može značajno utjecati, primjerice, na kardiovaskularni sustav. Stoga je provjera obje vrijednosti (masti i težine) koristan alat za održavanje tijela u formi i zdravim.



## TJELESNA MAST

Tjelesna mast važna je komponenta tijela – ključna je za zaštitu zglobova, također je izvor vitamina, služi kao regulator tjelesne temperature i općenito ima ključnu ulogu u ljudskom tijelu. Savjetuje se ne smanjivati njenu količinu naglo, već osigurati da bude na zdravoj razini, održavajući dobru ravnotežu između mišićne mase i masti.

## VAŽNOST VODE ZA NAŠE ZDRAVLJE

Ljudsko tijelo sastoji se od otprilike 55–60 % vode, a omjeri variraju ovisno o dobi i spolu.

Voda ima nekoliko uloga u ljudskom tijelu:

- čini dijelove naših stanica; to znači da sve stanice, bilo da su stanice kože, moždane stanice, mišićne stanice itd., ispravno funkcioniraju samo ako sadrže dovoljno vode,
- to je važna tvar koja se oslobađa u našem tijelu,
- prenosi hranjive tvari i metabolite u tijelu.

Više se usredotočite na održavanje ravnoteže vode u tijelu. Slično kao i razine masti, razine vode variraju tijekom dana. Da biste dobili relevantne rezultate, mjerenja obavljajte uvijek u isto doba dana. Dobivena mjerenja tjelesne masti i vode treba uzeti prvenstveno kao informativne. Ne preporučuju se u medicinske svrhe. Uvijek se posavjetujte s liječnikom o ovim mjerenjima prije radikalnih promjena u režimu.



## Česta pitanja o rješavanju poteškoća

### Vaga može prikazati sljedeće poruke o pogrešci:

- Lo – Baterije su prazne, zamijenite ih.
- Err – Vaga je preopterećena, sidite s vage. Mogli biste pretrpjeti štetu.
- C – Teret manji od 3 kg, ponovno izvagati.

