

EV112



DE | Digitale Personenwaage



Inhalt

| | |
|--|----|
| Sicherheitsanweisungen und -hinweise | 2 |
| Technische Spezifikation | 3 |
| Gerätebeschreibung | 3 |
| Installation und Montage | 4 |
| Bedienung und Funktionen | 6 |
| Problemlösung FAQ | 10 |

Sicherheitsanweisungen und -hinweise



Lesen Sie sich vor der Verwendung des Gerätes die Gebrauchsanleitung durch.



Beachten Sie bitte die in dieser Anleitung aufgeführten Sicherheitsanweisungen.

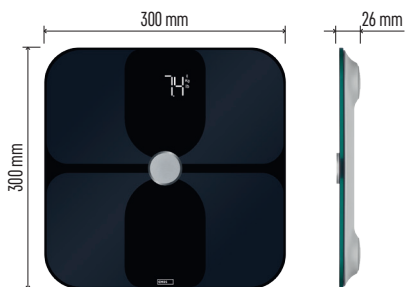
- Die digitale Personenwaage EV112 ist nur zur Verwendung im Haushalt bestimmt.
- Lassen Sie alle Reparaturen durch eine Fachservicewerkstätte oder beim Verkäufer vornehmen!
- Verwenden Sie die Waage nicht in der Nähe von Geräten mit elektromagnetischen Feldern. Stellen Sie die Waage in ausreichendem Abstand zu solchen Produkten auf, um gegenseitige Störungen zu vermeiden.
- Funktioniert das Einschalten der Waage nicht, überprüfen Sie, ob Batterien eingelegt und ob sie nicht entladen sind.
- Beim Ergebnis handelt es sich nur um einen Orientierungswert. Bei diesem Produkt handelt es sich nicht um ein medizinisches Gerät.
- Halten Sie in Bezug auf Medikamente bzw. Diäten zur optimalen Gewichtserreichung immer mit Ihrem Arzt Rücksprache.
- Führen Sie in die Geräteöffnungen keine Gegenstände ein.
- Die Waage nicht in Wasser tauchen!
- Die Waage ist auf eine ebene, harte und stabile Oberfläche (nicht auf den Teppich u.ä.) zu stellen.
- Auf der Waage dürfen keine Haustiere gewogen werden.
- Schützen Sie die Waage vor dem Herunterfallen sowie vor Stößen. Springen Sie nicht auf der Waage.
- Auf einer feuchten Oberfläche können Sie ausrutschen bzw. das Gerät ins Rutschen geraten. Betreten Sie auch niemals den Waagenrand auf einer glatten Oberfläche und halten Sie auf der Waage Ihr Gleichgewicht.
- Verwenden Sie aufgrund der elektrischen Impedanz das Gerät nicht in den nachfolgend aufgeführten Fällen:
 - a) falls Ihnen ein Herzschrittmacher bzw. ein anderes medizinisch-elektronisches Implantat eingesetzt wurde
 - b) falls Sie an Herzbeschwerden oder an einer Herzerkrankung leiden
 - c) während der Schwangerschaft
 - d) wenn Sie Dialysepatient sind
 - e) wenn Sie Fieber haben
 - f) wenn Sie an Osteoporose leiden
 - g) wenn Sie ein Ödem oder eine Schwellung haben
 - h) wenn Sie gerade ein Training bzw. Übungen über mehr als 5 Stunden Dauer absolviert haben
 - i) wenn Ihr Herzschlag unter 60 Schlägen pro Minute liegt
- Die Waage nur im Einklang mit den in dieser Anleitung angegebenen Hinweisen verwenden.
- Der Hersteller haftet nicht für Schäden infolge der unsachgemäßen Verwendung dieses Geräts.
- Dieses Gerät ist nicht für die Verwendung durch Personen vorgesehen (Kinder eingeschlossen), die verminderten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten haben oder nicht über ausreichende Erfahrung und Kenntnisse verfügen, außer sie haben von einer Person, die für ihre Sicherheit verantwortlich ist, Anweisungen für den Gebrauch des Geräts erhalten oder werden von dieser beaufsichtigt. Kinder müssen beaufsichtigt werden, um sicher zu gehen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.

Die Gesellschaft EMOS spol. s r.o. erklärt hiermit, dass die Funkanlage vom Typ EV112 im Einklang mit der Richtlinie 2014/53/EU steht.

Der vollständige Wortlaut der Konformitätserklärung ist der folgenden Internetseite zu entnehmen:
<http://www.emos.eu/download>.

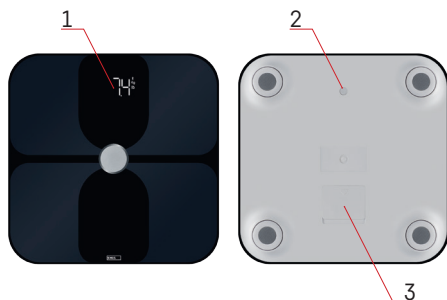
Das Produkt kann aufgrund der allgemeinen Zulassung Nr. VO-R/10/07.2021-8 in ihrer gültigen Fassung betrieben werden.





Technische Spezifikation

Hartes Sicherheitsglas: 6 mm
 LCD-Display: 64 × 31 mm
 Maximales Gewicht: 180 kg
 Mindestbelastung: 3 kg
 Messauflösung: 0,1 kg / 0,2 lb
 Maßeinheit für das Gewicht: kg/lb/st:lb/st
 Speicher: max. 10 Nutzer
 Höheneinstellung: 30–300 cm
 Maßeinheit für die Körpergröße: cm/inch
 Alterseinstellung: 8 bis 105 Jahre
 Einheit, Umfang der Körperfettmessung: 0,1 %
 Einheit, Umfang der Messung des Wasseranteils:
 0,1 %
 Einheit, Umfang der Messung der Muskelmasse:
 0,1 kg
 Automatisches Ausschalten nach 20 Sekunden
 Anzeige für Überlastung/schwache Batterie
 Stromversorgung: 3 × 1,5 V AAA (im Lieferumfang
 enthalten)



Gerätebeschreibung

- 1 – Display
- 2 – Taste zum Einschalten/Umschalten der Gewichtseinheit
- 3 – Batteriefach



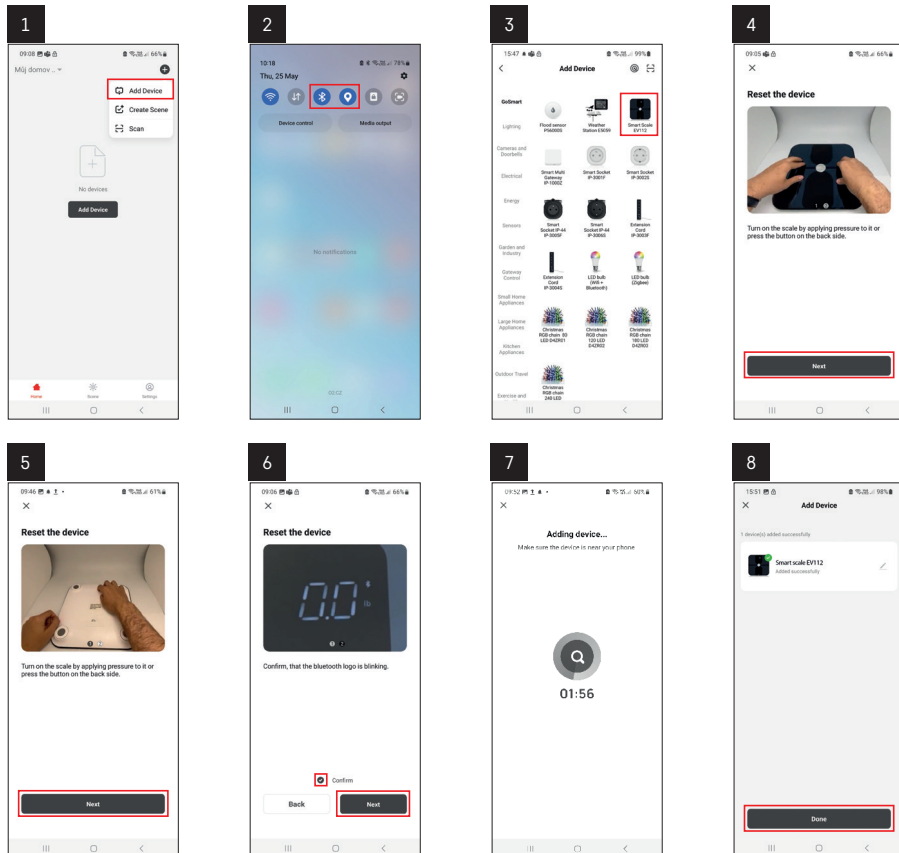
Installation und Montage

Mobile App



Sie können die Waage über die mobile App für iOS oder Android steuern. Laden Sie sich die App „EMOS GoSmart“ für Ihr Gerät herunter. Klicken Sie auf die Schaltfläche Anmelden, falls Sie die App bereits verwenden. Andernfalls klicken Sie auf die Schaltfläche Registrieren und schließen die Registrierung ab.

Verknüpfung der Waage mit der App



Setzen Sie die Batterien in die Waage ein.

Drücken Sie auf die Waage oder betätigen Sie die Einschalttaste an der Unterseite.

Das Bluetooth-Symbol beginnt zu blinken – der Pairing Modus wird für ca. 20 Sekunden aktiviert.

Aktivieren Sie auf dem Mobiltelefon die Bluetooth Verbindung und GPS.

Klicken Sie in der App auf Gerät hinzufügen.

Klicken Sie im linken Teil auf die GoSmart Liste und klicken Sie dann auf das Icon Personenwaage EV112.

Befolgen Sie die Anweisungen in der App und geben Sie den Namen und das Passwort für das 2,4-GHz-WLAN-Netzwerk ein.

Innerhalb von 20 Sekunden erfolgt die Kopplung mit der App.

Anmerkung:

Wenn es nicht gelingt, die Waage zu koppeln, wiederholen Sie den gesamten Vorgang erneut. 5-GHz-WLAN-Netzwerk wird nicht unterstützt.

Einlegen/Wechsel der Batterien

1. Den Deckel des Batteriefachs auf der Unterseite der Waage öffnen.

2. Nehmen Sie die gebrauchten Batterien heraus.

3. Legen Sie neue Batterien – 3× 1,5 V AAA – ein. Achten Sie auf die richtige Polung.

Sofern die Batterien mit einer Sicherheitsfolie geschützt sind, muss diese vor dem Einsetzen der Batterien in die Waage entfernt werden.

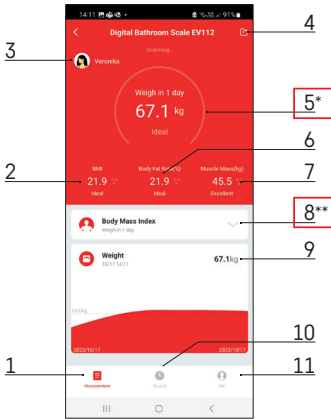
Verwenden Sie nur alkalische Batterien des gleichen Typs, verwenden Sie keine wiederaufladbaren 1,2V Batterien und kombinieren Sie keine alten und neuen Batterien.

4. Deckel schließen.

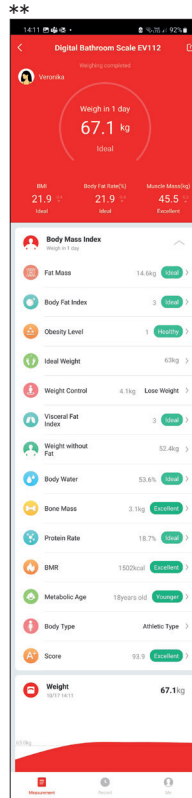
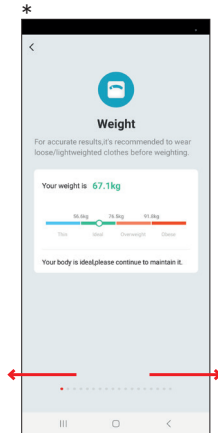
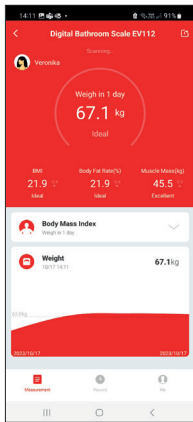


Bedienung und Funktionen

Menu der App





- 1 – Wiegen
- 2 – BMI-Index
- 3 – Auswahl des Benutzers
- 4 – Teilen der gemessenen Daten im jpg-Format
- 5 – Gemessenes Gewicht – klicken Sie auf das Icon, um weitere Messwerte anzuzeigen, schieben Sie nach links/rechts
- 6 – Fettanteil
- 7 – Muskelmasse
- 8 – Weitere gemessene Werte (siehe Abbildung 8a)
- 9 – Gemessenes Gewicht
- 10 – Verlauf der Aufzeichnungen zum Wiegen
- 11 – Einrichten des Benutzers/Einstellung von Gewichts- und Größeneinheiten




Einrichten des Benutzers

Vor dem Wiegen sind die grundlegenden Daten zu jedem Benutzer einzugeben. Es können Daten für maximal 10 Benutzer gespeichert werden.

Klicken Sie in der App auf das Icon rechts unten  Me.

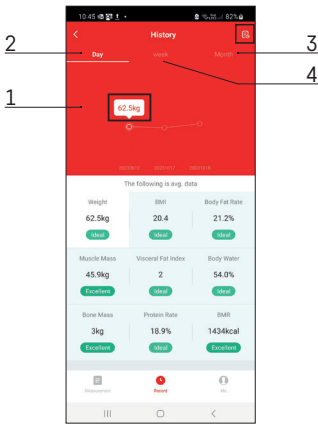
Zum Hinzufügen/Bearbeiten eines Benutzers, klicken Sie auf das Icon  **User Management**. Klicken Sie auf das + oben rechts und geben Sie die Benutzerdaten ein (Geschlecht, Geburtsdatum, Größe, Zielgewicht) und bestätigen Sie mit OK.


Durch Klicken auf das Symbol  löschen Sie den Benutzer.

Zum Einstellen der Einheit für Gewicht/Größe klicken Sie auf das Symbol  **Unit Switch**.

Anmerkung: mit der Taste auf der Waage kann man die Gewichtseinheit (kg, lb) nur auf dem Display ändern, nicht in der App.

Verlauf der Aufzeichnungen zum Wiegen



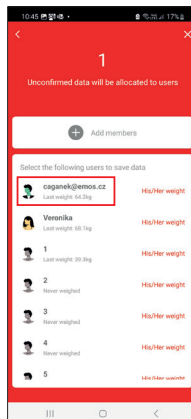
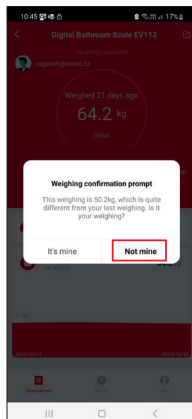
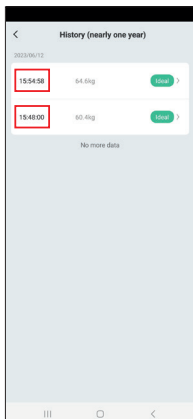
1 – Durchschnittsgewicht über einen Tag/Woche/Monat (klicken Sie auf einen Wert oder  öffnen Sie eine Liste der einzelnen Wiegeergebnisse)

2 – Tag

3 – Woche

4 – Monat

Falls das gemessene Gewicht erheblich vom letzten gemessenen Gewicht abweicht, wird eine Tabelle angezeigt, in der Sie bestätigen oder einen anderen Benutzer auswählen können, der sich gewogen hat.



BMI WIEGEN

Vor dem Wiegen müssen die grundlegenden Daten zu jedem Benutzer eingegeben werden, siehe unter Benutzer einrichten.

Legen Sie vor dem Wiegen Ihre Schuhe und Strümpfe ab, andernfalls werden die Informationen nicht korrekt angezeigt.

1. Stellen Sie die Waage auf eine ebene, feste und stabile Oberfläche.
2. Steigen Sie vorsichtig auf die Waage – die Waage schaltet sich automatisch ein und verbindet sich mit der App.
Wählen Sie in der App den Benutzer aus, der sich wiegen möchte.
Wenn Sie die Gewichtseinheit verändern möchten, betätigen Sie wiederholt die Einschalttaste auf der Unterseite der Waage.
3. Stehen Sie ruhig auf der Waage, bewegen Sie sich nicht – nach einer kurzen Weile werden auf dem Display das gewogene Gewicht, der BMI und weitere Werte angezeigt.
4. Nach 20 Sekunden schalten sich die Waage automatisch aus.

GEMESSENE WERTE

Gewicht

BMI (Body Mass Index) – Körpermasseindex, wird als Maß für die Obesität verwendet.

Prozentualer Körperfettanteil – prozentualer Anteil des Fettgewebes an der Körperzusammensetzung.

Muskelmasse – Gesamtmuskelmasse, einschließlich Skelettmuskel, Herzmuskel und glatter Muskulatur.

Relativer Körperfettanteil – Verhältnis des Fettgewebes in der Körperzusammensetzung (subkutanes und viszerales Fett).

Körperfettindex – abgestufte Einteilung des prozentualen Körperfettanteils.

Grad der Obesität – Differenz zwischen dem tatsächlichen und dem idealen Gewicht.

Idealgewicht

Gewichtskontrolle – Differenz zwischen dem tatsächlichen und dem idealen Gewicht.

Viszerales Fett-Index – Anteil des inneren Fettgewebes.

Gewicht ohne Fettanteil – Gewicht nach Abzug des Körperfettanteils.

Wassergehalt des Körpers – Menge an Wasser im Körper.

Knochenmasse – Wert für die Knochenmasse im Körper.

Eiweißanteil – tatsächliches Gewicht des Eiweißes im Körper.

BMR – Grundumsatz – Mindestmenge an Energie, die im Ruhezustand benötigt wird.

Metabolisches Alter – Referenzwert dafür, ob Sie älter oder jünger sind als Ihr tatsächliches Alter.

Körpertyp – Körpertyp auf der Grundlage von Körperfettanteil und BMI.

Score – Gesamtpunktzahl für den Körper

BMI-Index

| BMI-Index | Untergewicht (Underfat) | Normalgewicht (Healthy) | Übergewicht (Overfat) | Obesität (Obese) |
|-----------|----------------------------|----------------------------|--------------------------|------------------|
| | | < 18,5 | 18,5–25 | 25–30 |

INFORMATIONEN ZUM WIEGEN DES KÖRPERGEWICHTS

WARNUNG: Personen, die einen Herzschrittmacher oder ein anderes Implantat mit elektronischen Komponenten tragen, dürfen diese Waage nicht benutzen – bei Implantaten kann die Funktion beeinträchtigt sein.

ANMERKUNG: Korrekte Messergebnisse lassen sich nur dann erzielen, wenn man gerade, barfuß sowie mit trockenen Füßen auf der Waage steht! Das Grundprinzip beruht auf der Messung des elektrischen Widerstands innerhalb des menschlichen Körpers. Um die entsprechenden Daten zu erhalten, wird von der Waage ein schwaches, nicht wahrnehmbares elektrisches Signal durch Ihren Körper gesendet.

Das Signal ist absolut ungefährlich! Die Messmethode wird als „bioelektrische Impedanzanalyse“ (BIA) beschrieben, eine Größe, die auf der Korrelation von Körper und Gewicht und dem damit verbundenen prozentualen Anteil an Wasser im Körper sowie anderen biologischen Daten (Alter, Geschlecht, Körpergewicht)

basiert. Es gibt kräftige Personen mit einem ausgeglichenen Prozentsatz zwischen Fett und Körpermasse sowie auch schlanke Personen mit einem deutlich höheren Körperfettanteil. Beim Körperfett handelt es sich um den Faktor, welcher wesentlich z. B. das kardiovaskuläre System belasten kann. Aus diesem Grund ist es ratsam, beide Werte (Fett und Gewicht) zu kontrollieren, damit der Körper fit und gesund bleibt.

KÖRPERFETT

Beim Körperfett handelt es sich um eine wesentliche Körperkomponente – es dient dem Schutz der Gelenke, ist Vitaminquelle und dient der Regulierung der Körpertemperatur, somit bildet es einen integralen Bestandteil des menschlichen Körpers. Es ist nicht ratsam, das Körperfett radikal zu reduzieren, sondern den korrekten Körperfettspiegel zu ermitteln und für ein Gleichgewicht zwischen der Muskulatur und dem Körperfett zu sorgen.

WIE WICHTIG IST WASSER FÜR UNSERE GESUNDHEIT?

Der menschliche Körper besteht ungefähr zu 55–60 % aus Wasser, in Abhängigkeit vom Alter und Geschlecht im unterschiedlichen Verhältnis.

Wasser hat mehrere Aufgaben im menschlichen Körper:

- Es ist für den Aufbau unserer Zellblöcke verantwortlich; das bedeutet, dass jede Zelle, wie z. B. die Zelle der Haut, des Gehirns, der Muskeln usw., nur dann richtig funktioniert, wenn sie genügend Wasser enthält,
- es ist ein wichtiger Stoff, der in unserem Körper freigesetzt wird,
- es befördert Nährstoffe und Stoffwechselprodukte des Körpers.

Konzentrieren Sie sich mehr auf das Wassergleichgewicht im Körper sowie auf den Fettspiegel, der tagsüber schwankt. Um relevante Ergebnisse zu erhalten, führen Sie die Messung immer um die gleiche Tageszeit durch. Betrachten Sie die Körperfett- und Wassermessergebnisse eher als informative Werte. Es handelt sich um keine Empfehlungen zu medizinischen Zwecken.

Halten Sie bezüglich der Ergebnisse lieber immer mit Ihrem Arzt Rücksprache, sofern Sie ihre Lebensweise radikal verändern möchten.



Problemlösung FAQ

Die Waage kann folgende Fehlermeldungen anzeigen:

- Lo – Batterien entladen, bitte austauschen.
- Err – Waage ist überlastet, steigen Sie von der Waage. Es kann zu einer Beschädigung der Waage kommen.
- C – Die Last beträgt weniger als 3 kg, wiederholen Sie das Wiegen.

