

NOOA

PRO PERFORMANCE

Body Analyser Scale

Download on the
App Store

Requires iOS 8.0 or later

ANDROID APP ON
Google play

Requires Android 4.3 or later

NOBS90BT

User Manual

GB

Thank you for purchasing your new NOOA body analyser scale. These operating instructions will help you use it properly and safely. We recommend that you spend some time reading this instruction manual in order that you fully understand all the operational features it offers. Read all the safety instructions carefully before use and keep this instruction manual for future reference.

NO

Takk for at du kjøpte denne nye NOOA vekt med kroppsanalyse. Denne bruksanvisningen hjelper deg med å bruke den ordentlig og sikkert. Vi anbefaler at du tar deg tid til å lese gjennom hele bruksanvisningen for å bli fortrolig med alle funksjonene den har. Les alle sikkerhetsanvisningene nøye før bruk, og oppbevar bruksanvisningen for fremtidig referanse.

FI

Kiitos, kun valitsit uuden NOOA kehon analysaattorivaaka. Nämä käyttöohjeet opastavat sinua käyttämään laitetta oikein ja turvallisesti. Suosittelemme, että vietät hetken tämän käyttöoppaan parissa, jotta ymmärtäisit täysin kaikki laitteen tarjoamat toiminnalliset ominaisuudet. Lue kaikki turvallisuusohjeet huolellisesti ennen laitteen käyttöä ja säilytä käyttöoppas myöhempää käyttöä varten.

DK

Tak fordi du har købt din nye NOOA vægt til kropsanalyse. Disse brugsanvisninger hjælper dig med at bruge den korrekt og sikkert. Vi anbefaler, at du læser denne brugsanvisning, så du får en fuld forståelse af, hvordan alle funktionerne virker. Læs alle sikkerhedsinstruktioner nøje før brug, og behold denne brugsanvisning til senere reference.

SE

Tack för att du köpt en ny NOOA kroppsanalysvåg. Denna bruksanvisning hjälper dig att använda den på ett säkert och korrekt sätt. Vi rekommenderar att du tar dig tid att läsa igenom denna bruksanvisning för att till fullo förstå alla driftfunktioner som den erbjuder. Läs noga igenom alla säkerhetsinstruktioner före användning och spara bruksanvisningen för framtida bruk.

| | | |
|------------------------------------|------|---------|
| Instruction Manual - English | page | 4 - 15 |
| Bruksanvisning- Norsk | sida | 16 - 27 |
| Käyttöohjeet - Suomi | side | 28 - 39 |
| Brugsanvisning - Dansk | side | 40 - 51 |
| Bruksanvisning - Svenska | sivu | 52 - 63 |

SAFETY WARNING

1. Read all the instructions carefully before using this attachment and keep them for future reference.
2. This device has delicate electronic components. Therefore interference may occur when it is near devices which transmit radio signals. If errors occur in the display, remove away from these signals or remove the battery briefly and then insert it again.
3. Keep batteries away from children. Do not leave batteries lying around. They could be swallowed by children or pets. In the event of swallowing a battery, contact a doctor immediately.
4. This scale is for household use only. Do not use for commercial purpose.
5. The glass platform will be slippery when it is wet. Keep it dry!
6. Keep standing still during the course of weighing.
7. Do not strike, shock or drop the scale.
8. Treat the scale with care as it is a precise instrument.
9. Clean the scale with a damp cloth and avoid water getting inside the scale. Do not use chemical/abrasive cleaning agents.

10. Keep the scale in cool place with dry air.
11. Always keep your scale in horizontal position.
12. If failed to turn on the scale, check if battery is installed, or battery power is low. Insert or replace new battery.
13. If there is error on display or can not turn off the scale for a long time, please take off the battery for about 3 seconds, then install it again to remove soft-fault. If you can not resolve the problem, please contact your dealer for consultation.

PRODUCT OVERVIEW



PERFORMANCE INDEX

| Item Index | Weighing Capacity | Fat% | Hydration% | Muscle% | Bone% | Calorie |
|-------------|-------------------|----------------|-----------------|-----------------|----------------|---------|
| Index Range | | 4.0% ~60.0% | 27.5% ~66.0% | 20.0% ~56.0% | 2.0% ~20.0% | |
| Division | 0.1kg | 0.1% | 0.1% | 0.1% | 0.1% | 1KCAL |

BATTERY INSTALLATION

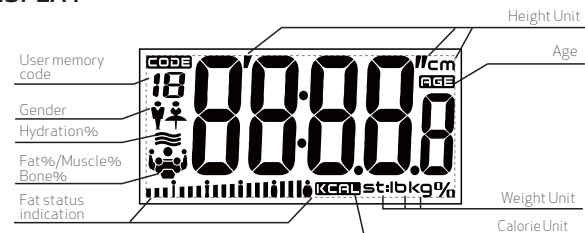
| Name | Illustration | Installation |
|---------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2x1.5V AAA Battery | | AAA battery installation Place install battery according to polarity. |
| 1x3V or 2x3V Lithium battery (CR2032) | | A. Take out the used battery with the aid of a cuspidal object. B. Install new battery by putting one side of the battery beneath the battery baffle and then pressing down the other side. Please take note to the polarity. |

Note: Please use corresponding battery. Please remove battery if it is not in use in a long time (more than three months).

KEY ILLUSTRATION

- SET** : Turn on the scale and prompt to the next parameter.
(Please refer to the Setting Personal Parameter overleaf)
- ▲** : Value up by each interval press.
Press and hold the button to have consecutive value added.
- ▼** : Value down by each interval press.
Press and hold the button to have consecutive value reduced

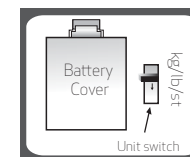
LCD DISPLAY



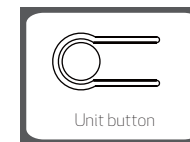
TO CONVERT WEIGHT UNIT

If the scale is with both measuring system of Metric (kilograms) and Imperial (pounds, stones), you can convert the weight unit as follows:

- Condition 1: if the unit switch is on the back of the scale,
- Find the unit switch on the back of scale.
 - Pull up and down the unit switch to convert the scale unit between kg-lb-st.



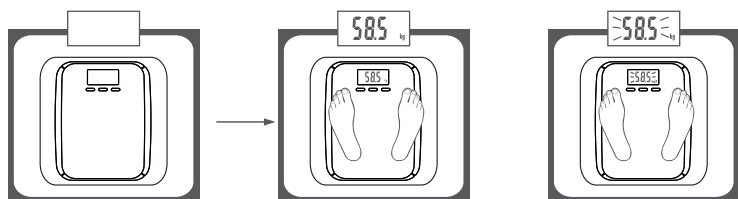
- Condition 2: if the unit switch is on the back of the scale,
- Find the unit switch on the back of the scale.
 - Press the unit conversion button when the scale is powered on, and the LCD shows current weight unit. Press the button again to convert the weight unit.



NORMAL WEIGHING MODE (by passing parameter setting)

1. Auto step on weighing

After installing the battery, place the scale on a flat floor. Stand still on scale when testing. Then wait for seconds, display will show the same weight reading for approximately a few seconds.



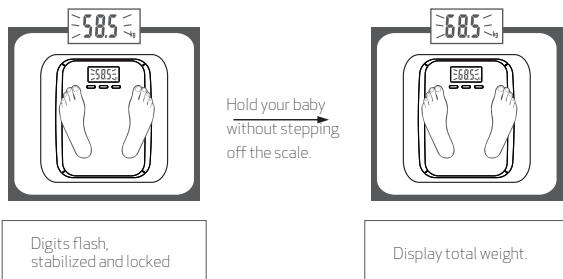
Install the battery then place the scale on a flat hard surface to ensure an accurate reading.

Lightly step on the scale (Auto-On) then wait for a reading.

The reading result will flash after the weight has stabilised.

2. Consecutive add-on weighing

After the digits have stabilized, additional loadings can be conducted. Ensure each add-on loading exceeds 2kg to get a new reading. For example: If you want to get a weight value of your baby, you can weigh yourself first, and then hold your baby together, without stepping off the scale. Then you will get the total weight reading. Subtracting the previous reading of yourself from the new reading, you will get the difference (meaning the weight of your baby)..



Digits flash, stabilized and locked

Display total weight.

FAT/HYDRATION/MUSCLE/BONE/CALORIE MEASURING MODE

(1) Setting personal parameters

A. The first time you install the battery and switch on, all default parameter will be set as follows:

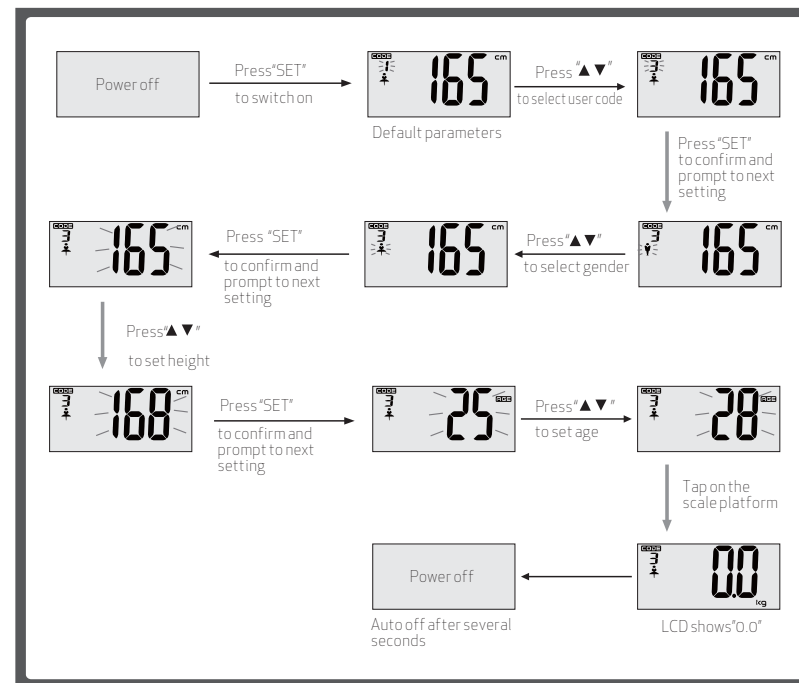
| Memory | Gender | Height | Age |
|--------|--------|---------------|-----|
| 1 | Female | 165cm/5'05.0" | 25 |

B. Parameters can be set in the following range:

| Memory | Gender | Height | Age |
|--------|-------------|------------------------------|--------|
| 1~12 | male/female | 100~250cm 3'03.5"-8'02.5" | 10~100 |

C. Parameter setting

Example: the 3rd user, female, 168cm, 28 years old, can set her parameters as follow:

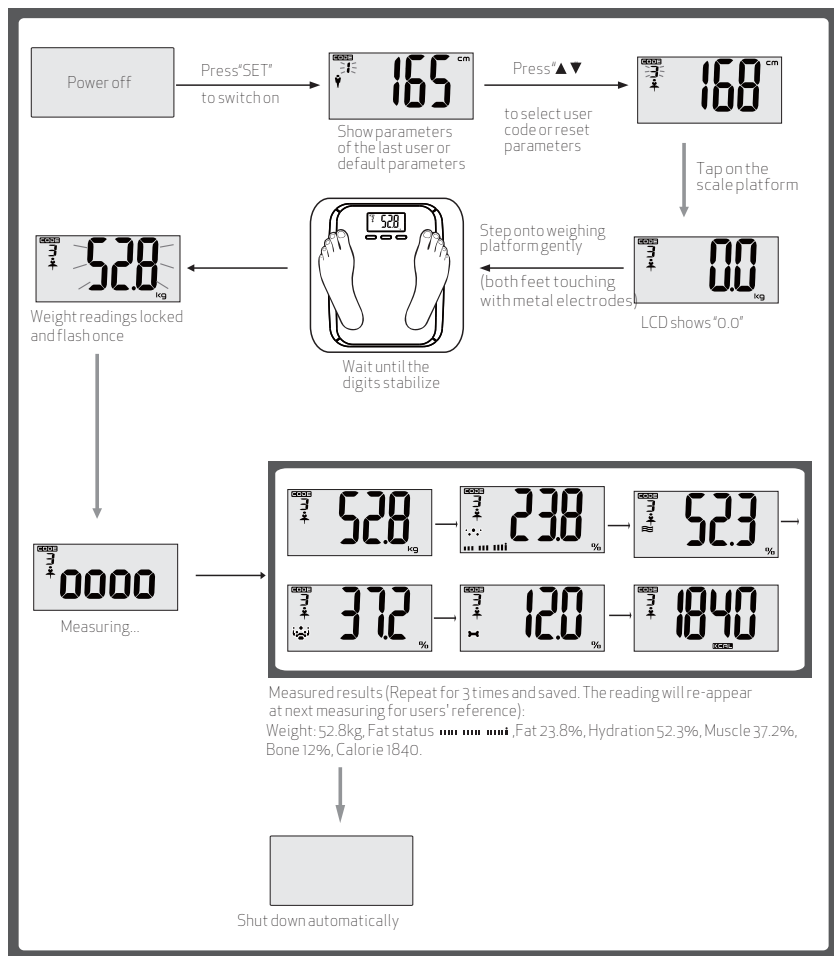


NOTE:

- During parameter setting, if idle for 6 seconds, the parameters already set will be memorized automatically and the LCD shows "0", meaning that body fat measuring will be started.
- If the LCD shows "0" during the parameter setting, press SET for 3 seconds to return to the setting mode, then you can set the user code, gender, height and age

(2) To Start Measuring (Make sure your feet are touching with the electrodes on the scale platform, or your body fat can not be measured.)

To ensure accuracy, please remove your shoes & socks before stepping on.
Example: the 3rd user, female, 168cm, 28 years old can measure as follow:



WARNING INDICATIONS

Low Battery Indication

The battery power is running low, please replace with a new battery.



Over-load Indication

The weighing subject on the platform exceeds the maximum capability of scale. Please step off to avoid damage.



Low Fat% Indication

The Fat% is too low. Please lead a more nutritional diet and take good care of yourself.



High Fat% Indication

The Fat% is too high. Please watch your diet and do more exercise.



Re-test

Error exists, please re-test to get the correct result.



ABOUT FAT

1. About Fat%

- Fat% is an index % of fat content in human body.
- The fat content in the human body is of a certain level, overabundance of fat will bring bad effects on metabolism, thereby, various illnesses may occur.

2. Working Principles

As electrical signals of a certain frequency transmit through the human body, the impedance of fat is stronger than that of muscle or other human tissues. Through the use of biological impedance analysis, this product will pass a safe frequency of low voltage electrical current through human body, thus, the Fat% will be reflected according to the resistance differences when the electrical signals are transmitting through human body.

3. Fat/Hydration Content Fitness Assessment Chart

After weighing yourself, you can use the following Assessment Chart for reference:

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

The above information is only for reference

ABOUT CALORIE

1. Calorie & Energy Consumption

Calorie: Energy Unit

The data reading indicates the energy you need to sustain the daily metabolism and ordinary activities required for your weight, height, age and sex.

2. Calorie & Losing Weight

Controlling your calorie intake combined with proper exercise is an effective way to lose weight. This is a very simple theory. As the daily energy intake can not support the energy consumption of the human body, the saccharide and fat stored inside will decompose and provide energy to the human body. This will leads to weight loss.

APP INSTRUCTION

- How to download the application
 - Scan the QR code on the bottom of scale to download the Application.
 - At the "App Store" or "Google Play", search the name of App "BodyMonitor" to download the application.



- How to connect Bluetooth
 - Make sure that Bluetooth is turned on before use
 - If not enabled, go to the "Settings Menu" to turn it on.
 - Press the scale or stand on it.

- How to create a new user
 - Click the app icon, to enter "user settings".
 - Complete the information to enter weighing interface.

- How to use the scale with the app
 - Press scale to turn it on
 - Step on the scale.
 - Your weight will be shown on the scale and the App. After several seconds your body fat, hydration, muscles, bone percentage and kcal suggestions will be shown.
 - All measurements will be saved automatically to data history.
 - You can review the history, add new users and set reminders for your weighing habit.

- Requirements for mobile devices:
 - Bluetooth version: Bluetooth 4.0 or above
 - Apple System: iPhone 4S or later, iOS 8.0 or later
 - Android System: Android 4.3 or later

Trouble Shooting

If the software can't obtain weighing results from Bluetooth scale, possible solutions could be as blow:

- Confirm the connection sign on the App interface to know the connection status.
- Confirm Bluetooth is on in your device.
- Confirm Bluetooth scale is on within the valid range of signal coverage.
- Relaunch the application.
- Turn off Bluetooth and on again, then bridge the Bluetooth connection between scale and smart phone again.

Failure to connect to your device

Please make sure only one device is set up for connection with the Bluetooth scale. Please make sure your device is equipped with Bluetooth 4.0 or above.

LCD has no response

First check that the batteries are still live, if not, replace them if necessary.
Repairs may only be carried out by our authorized customer service or dealers.

ADVISE FOR USE & CARE

1. DO NOT use the scale in humid, overheat or overcold environment. (Temperature range form 5°C to 35°C)
2. DO NOT use the scale on soft mat, lawn, slippery floor or uneven floor.
3. DO NOT drop, shock or strike the scale as it is a precise instrument.
4. Keep the scale clean. DO NOT use acid cleaning agent.
5. DO NOT use the scale on a place with intense shake. Keep standing firmly on scale when in use.
6. To ensure accuracy, please test at the same time of the sequential days.

FEATURES/SPECIFICATIONS

A. Scale Body

1. Model: NOBS90BT
2. 74 x 35,6 mm LCD
3. Low battery / over load indication
4. Capacity: 180 kg / 400 lb / 28st
5. Graduation: 100g / 0.2 lb
6. Power: 2 x 1.5V AAA
7. Uses a high precision strain gauge sensor
8. Multifunction: tests body fat %, body hydration %, body muscle%, body bone% and suggests calorie intake requirements.
9. Built-in memory for 12 different users
10. Optional normal weighing mode (bypassing parameter setting): Auto step on weighing and consecutive add-on weighings
11. Low battery and overload indication

B. Bluetooth

1. Directly check personal weight, body fat%, body hydration%, body muscle%, and body bone% information through graphs.
2. Set password to protect personal information and store multi-user data;
3. Simple and clear graphs for current weight trends, form which you are able to keep track of changes;
4. Bluetooth wireless technology;
5. Connect with different smart devices respectively;



This symbol on the product or in the instructions means that your electrical and electronic equipment should be disposed at the end of its life separately from your household waste. There are separate collection systems for recycling in the EU.

Notes for battery disposal

The batteries used with this product contain chemicals that are harmful to the environment. To preserve our environment, dispose of used batteries according to your local laws or regulations. Do not dispose of batteries with normal household waste.

For more information, please contact the local authority or your retailer where you purchased the product.

Imported and Exclusively marketed by:
Power International AS,
PO Box 523, N-1471 Lørenskog, Norway

Power Norge:
<https://www.power.no/kundeservice/> T: 21 00 40 00
Expert Danmark:
<https://www.expert.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07
Power Danmark:
<https://www.power.dk/kundeservice/> T: 70 33 80 80
Punkt 1 Danmark:
<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07
Expert Finland:
<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 020 7100 670
Power Finland:
<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 0305 0305
Power Sverige:
<https://www.power.se/kundservice/> T: 08 517 66 000

SIKKERHETSADVARSLER

1. Tørk av vekten med en lett fuktet klut. Du skal IKKE dyppe vekten i vann eller bruke kjemiske/skurende rengjøringsmidler.
2. Når du er ute og reiser, bør du holde vekten borte fra gjenstander med skarpe ender (for eksempel leker, skrivesaker, osv.), da disse kan aktivere vekten og bruke opp batteriet.
3. Denne enheten har delikate elektroniske komponenter. Derfor kan interferens oppstå når den er i nærheten av enheter som sender radiosignaler. Hvis det oppstår feil på skjermen, går du bort fra disse signalene, eller så tar du ut batteriet raskt og setter det inn på nytt.
4. Glassplattformen kan være glatt når den er vått. Hold den tørr!
5. Stå i ro mens vekten din registreres.
6. IKKE slå eller slipp vekten i bakken.
7. Ta godt vare på vekten, da den er et presisjonsinstrument.
8. Rengjør vekten med en fuktig klut, og unngå at vann kommer inn i vekten. IKKE bruk kjemiske/skurende rengjøringsmidler.
9. Oppbevar vekten på et kjølig sted med tørr luft.

10. Oppbevar alltid vekten i horisontal posisjon.
11. Hvis du ikke kan slå på vekten, sjekk om batteriet er satt i, eller ombatterinivået er lavt. Sett i eller skift ut med et nytt batteri.
12. Hvis det er en feil på skjermen, eller du ikke kan slå av vekten på en stund, tar du ut batteriet i omtrent 3 sekunder og setter det inn igjen for å fjerne feilen. Hvis du ikke kan løse problemet, tar du kontakt med forhandler for råd.
13. Ikke bruk for kommersielt formål.

PRODUKTOVERSIKT



YTELSESIKKE

| Element Indeks | Vektka- sitet | Fett % | Vannivå % | Muskel % | Bein % | Kalori |
|-------------------|------------------|----------------|-----------------|-----------------|----------------|--------|
| Indekso mråde | | 4,0% ~60,0% | 27,5% ~66,0% | 20,0% ~56,0% | 2,0% ~20,0% | |
| Oppdeling | 0,1kg | 0,1% | 0,1% | 0,1% | 0,1% | 1kcal |

SETTE INN BATTERI

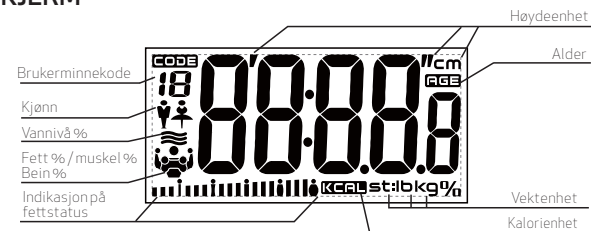
| Navn | Illustrasjon | Montering |
|--------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 stk. 1,5 V AAA-batterier | | Sette inn AAA-batteri Sett inn batteriet i henhold til polariteten. |
| 1 stk. 3V eller 2 stk. 3V litiumbatteri (CR2032) | | A. Ta ut det brukte batteriet ved hjelp av en spisset gjenstand. B. Sett i det nye batteriet ved å sette én side av batteriet under batteriplaten og deretter presse ned den andre siden. Vær oppmerksom på polariteten. |

Merk: Bruk det tilsvarende batteriet. Fjern batteriet hvis det ikke er skal brukes på lang tid (mer enn tre måneder).

TASTEILLUSTRASJON

- SET (Still inn)** : Slå på vekten og gå til neste parameter.
(Se arket for innstilling av personlig parameter.)
- ▲** : Verdien går opp for hvert trykk.
Trykk og hold knappen ned for å legge til påfølgende verdier.
- ▼** : Verdien går ned for hvert trykk.
Trykk og hold knappen ned for å redusere påfølgende verdier.

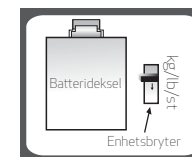
LCD-SKJERM



KONVERTERE VEKTENHET

Hvis vekten har både metrisk (kilo) og imperisk (pund, stone) målesystem, kan du konvertere vektenheten på følgende måte:

- Tilstand 1: hvis enhetsbryteren er på baksiden av vekten,
- Finn enhetsbryteren på baksiden av vekten.
 - Trekk enhetsbryteren opp eller ned for å veksle vektenheten mellom kg-lb-st.



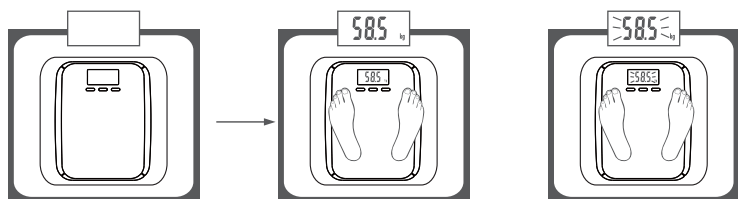
- Tilstand 2: hvis enhetsbryteren er på baksiden av vekten,
- Finn enhetsbryteren på baksiden av vekten.
 - Trykk enhetskonverteringsknappen når vekten er på, så viser LCD-skjermen gjeldende vektenhet.
Trykk knappen igjen for å konvertere vektenhet.



NORMAL VEIEMODUS (omgår parameterinnstilling)

1. Automatisk veiing ved påstiging

Når du har satt inn batteriet, plasser du vekten på et flatt gulv. Stå stille på vekten. Vent i noen sekunder, så viser skjermen vektmålingen et par sekunder.



Sett inn batteriet, og legg vekten på en flat, hard overflate for å sikre nøyaktig måling.

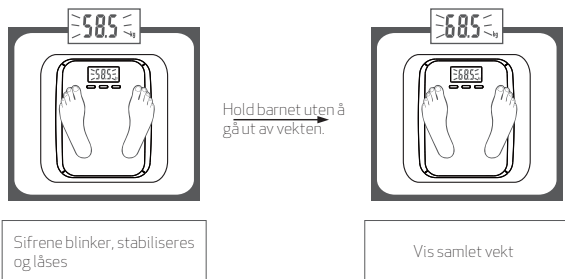
Trå lett på vekten (den slås automatisk på), og vent på en måling.

Måleresultatet blinker etter at vekten har stabilisert seg.

2. Legge sammen vekt

Når sifrene er stabilisert, kan du veie ytterligere. Sørg for at økningen i vekt er minst 2 kg for å få en ny måling.

Eksempel: Hvis du vil måle vekten til et lite barn, kan du veie deg selv først og deretter holde barnet uten å gå av vekten. Da får du den samlede vektmålingen. Ved å trekke fra forrige måling av deg selv fra den nye målingen, får du forskjellen (dvs. vekten til barnet).



Sifrene blinker, stabiliseres og låses

Vis samlet vekt

FETT-/VANNIVÅ-/MUSKEL-/BEIN-/KALORI-MÅLEMODUS

(1) Stille inn personlige parametre

A. Første gang du setter i batteri og slår på, blir alle standardparametre innstilt som følger:

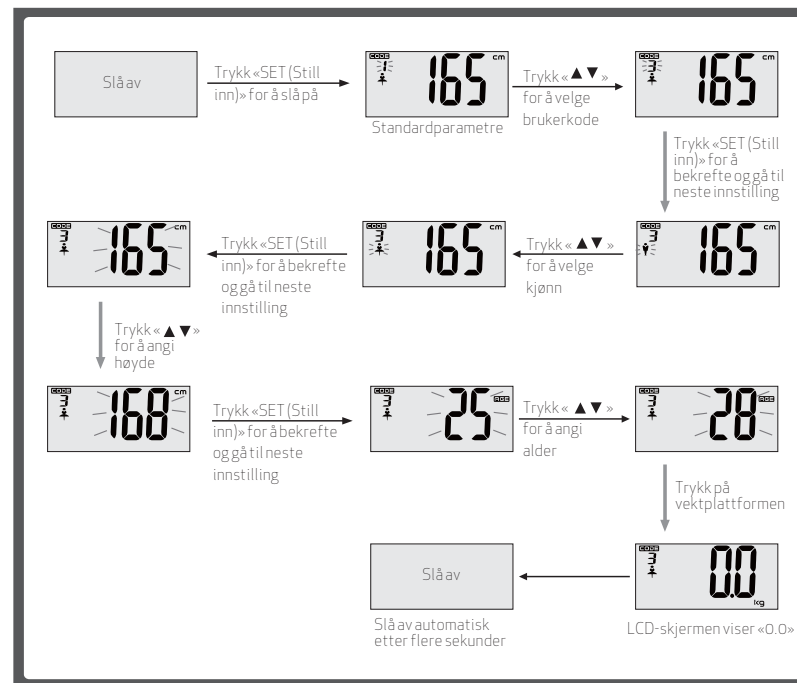
| Minne | Kjønn | Høyde | Alder |
|-------|--------|----------------|-------|
| 1 | Kvinne | 165 cm/5'05,0" | 25 |

B. Parametre kan stilles inn i følgende område:

| Minne | Kjønn | Høyde | Alder |
|-------|-------------|-------------------------------|--------|
| 1-12 | mann/kvinne | 100-250 cm 3'03,5"-8'02,5" | 10-100 |

C. Parameterinnstilling

Eksempel: tredje bruker, kvinne, 168 cm, 28 år gammel: hennes parametre kan stilles inn som følger:

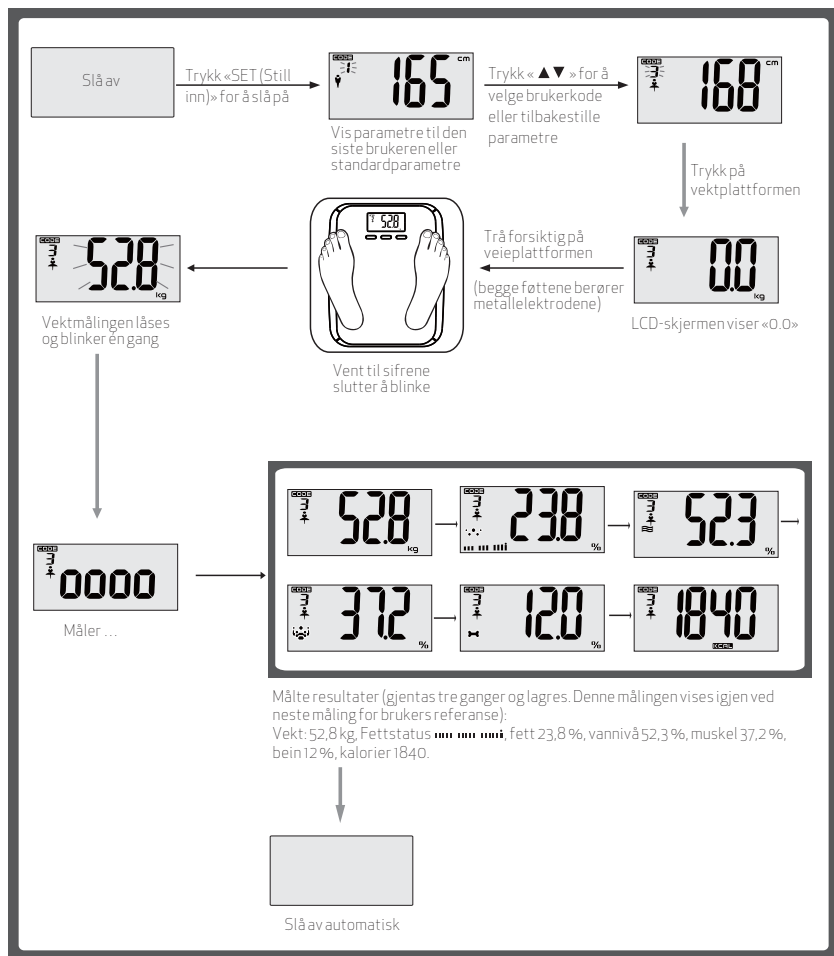


MERK:

- Hvis du ikke gjør noe på 6 sekunder under parameterinnstilling, lagres parametre som allerede er innstilt automatisk, og LCD-skjermen viser «0», som betyr at måling av kroppsfett startes.
- Hvis LCD-skjermen viser «0» under parameterinnstilling, holder du inne SET (Still inn) i tre sekunder for å gå tilbake til innstillingsmodus. Deretter kan du angi brukerkode, kjønn, høyde og alder.

(2) Starte måling (Sørg for at føttene er i kontakt med elektrodene på vektplattformen, ellers kan ikke kroppsfett måles.)

For å sikre nøyaktigheten må du ta av sko og sokker før du trår på.
Eksempel: tredje bruker, kvinne, 168 cm, 28 år gammel, kan måle som følger:



ADVARSELSINDIKASJONER

Indikasjon om lavt batterinivå

Batterinivået er lavt. Skift ut med et nytt batteri.



Indikasjon på overbelastning

Vekten på plattformen overstiger vektens maksimale kapasitet.
Gå av vekten for å unngå skade.



Indikasjon om lav fett %

Fett % er for lav. Få i deg mer næringsstoffer, og ta vare på deg selv.



Indikasjon på høy fett %

Fett % er for høy. Pass på kostholdet, og tren mer.



Test på nytt

Det oppstod en feil. Test på nytt for å få riktig resultat.



OM FETT

1. Om fettprosent

- Fett % er en prosentindeks av fettinnholdet i kroppen.
- Fettinnholdet i kroppen er på et bestemt nivå. For mye fett vil ha en dårlig effekt på forbrenningen, noe som kan føre til ulike sykdommer.

2. Arbeidsprinsipper

Når elektriske signaler av visse frekvenser går gjennom kroppen, er impedansen til fett sterkere enn den til muskel eller annet vev. Dette produktet bruker biologisk motstandsanalyse til å sende en trygg, lavspenningsfrekvens med elektrisk strøm gjennom kroppen, så beregnes fettprosent etter motstandsforskjeller når det elektriske signalet sendes gjennom kroppen.

3. Tabell for vurdering av fett/vannivå og kondisjon

Når du har veid deg, kan du bruke følgende vurderingsskjema for referanse:

| Alder | Fett (K) | Vannivå (K) | Fett (M) | Vannivå (M) | Status | Indikasjon på tastelinje |
|-------|------------|-------------|------------|-------------|------------|--------------------------|
| ≤30 | 4,0-16,0% | 66,0-57,8% | 4,0-11,0% | 66,0-61,2% | Tynn | |
| | 16,1-20,5% | 57,7-54,7% | 11,1-15,5% | 61,1-58,1% | Slank | |
| | 20,6-25,0% | 54,6-51,6% | 15,6-20,0% | 58,0-55,0% | Normal | |
| | 25,1-30,5% | 51,5-47,8% | 20,1-24,5% | 54,9-51,9% | Kraftig | |
| | 30,6-60,0% | 47,7-27,5% | 24,6-60,0% | 51,8-27,5% | Overvektig | |
| >30 | 4,0-20,0% | 66,0-55,0% | 4,0-15,0% | 66,0-58,4% | Tynn | |
| | 20,1-25,0% | 54,9-51,6% | 15,1-19,5% | 58,3-55,3% | Slank | |
| | 25,1-30,0% | 51,5-48,1% | 19,6-24,0% | 55,2-52,3% | Normal | |
| | 30,1-35,0% | 48,0-44,7% | 24,1-28,5% | 52,2-49,2% | Kraftig | |
| | 35,1-60,0% | 44,6-27,5% | 28,6-60,0% | 49,1-27,5% | Overvektig | |

Informasjonen over er kun for referanse.

OM KALORIER

1. Kalori- og energiforbruk

Kalori: Energienhet

Datamålingen indikerer energien du trenger for å opprettholde daglig forbrenning og vanlige aktiviteter som er nødvendige for din vekt, høyde, alder og kjønn.

2. Kalorier og gå ned i vekt

Kontroll av kaloriinntak sammen med riktig trening er en effektiv måte å gå ned i vekt på. Dette er en svært enkel teori. Da daglig energiinntak ikke kan støtte kroppens energiforbruk, vil sakkarider og fett lagret i kroppen brytes ned og gi energi. Dette fører til vekttap.

APP-INSTRUKSJONER

1. Slik laster du ned apper
 - Skann QR-koden på bunnen av vekten for å laste ned appen.
 - Søk etter app-navnet «BodyMonitor» på «App Store» eller «Google Play» for å laste ned appen.



2. Slik kobler du til med Bluetooth
 - Sørg for at Bluetooth er slått på før bruk
 - Hvis ikke det aktivert, gå til «Settings (Innstillinger)»-menyen for å slå på.
 - Trykk på vekten eller stå på den.

3. Slik lager du en ny bruker
 - Klikk app-ikonet for å gå til «brukerinnstillinger».
 - Fyll inn informasjonen for å gå inn i veiegrensesnittet.

4. Slik brukes vekten med appen
 - Trykk vekten for å slå den på
 - Trå på vekten.
 - Vekten din vises på vekten og i appen. Etter noen sekunder vises kroppsfett, vannivå, muskler, benprosent og kcal-forslag.
 - Alle målinger lagres automatisk i datalaggen.
 - Du kan se gjennom loggen, legge til nye brukere og angi påminnelser for veievaner.

5. Krav til mobilenhet:
 - Bluetooth-versjon: Bluetooth 4.0 eller høyere
 - Apple-system: iPhone 4S eller nyere, iOS 8.0 eller nyere
 - Android-system: Android 4.3 eller nyere

Feilsøking

Hvis programvaren ikke kan hente veieresultater fra Bluetooth-vekten, er følgende mulige løsninger:

1. Kontroller tilkoblingstegnet på app-grensesnittet for å sjekke tilkoblingsstatus.
2. Kontroller at Bluetooth er aktivert på enheten.
3. Kontroller at Bluetooth-vekten er innenfor rekkevidden til signalet.
4. Start appen på nytt.
5. Slå Bluetooth av og på igjen, og koble til Bluetooth mellom vekten og smarttelefonen på nytt.

Kunne ikke koble til enheten.

Pass på at bare én enhet er konfigurert for å koble til Bluetooth-vekten. Sørg for at enheten har Bluetooth 4.0 eller nyere.

LCD-en svarer ikke

Kontroller først at batteriene fortsatt har strøm. Hvis ikke, må de byttes. Reparasjoner må kun utføres av autorisert kundeservice eller forhandleren.

RÅD OM BRUK OG VEDLIKEHOLD

1. IKKE bruk vekten i fuktige eller svært varme/kalde omgivelser. (Temperaturområdet er fra 5 til 35 °C)
2. IKKE bruk vekten på en myk matte, en plen, et glatt gulv eller et ujevnt gulv.
3. Ikke slipp, slå eller spark vekten, da det er et presisjonsinstrument.
4. Hold vekten ren. IKKE bruk etsende rengjøringsmidler.
5. IKKE bruk vekten på et sted med mye risting. Stå stille på vekten når du bruker den.
6. For å sikre nøyaktigheten må du veie til samme tid på påfølgende dager.

FUNKSJONER/SPESIFIKASJONER

Vektens kropp

1. Modell: NOB590BT
2. 74 x 35,6 mm LCD-skjerm
3. Indikasjon på Lavt batteri / Overbelastning
4. Kapasitet: 180 kg / 400 pund / 28st
5. Trinn: 100g / 0,2 pund
6. Strøm: 2 x 1.5V AAA
7. Bruker en stressmålersensor med høy presisjon
8. Multifunksjon: tester kroppsfett %, kroppens vannivå %, kroppsmuskel %, kroppsbens % og foreslått krav til kaloriinntak.
9. Innebygd minne for 12 ulike brukere
10. Valgfri normal veiing (omgå parameterinnstilling): Automatisk veiing ved å trå på og sammenlagt tilleggsvæiing
11. Indikasjon om lavt batterinivå og overbelastning

Bluetooth

1. Sjekk informasjon personlig vekt, kroppsfett %, kroppens vannivå %, kroppsmuskel % og kroppsbens % direkte gjennom grafer.
2. Angi passord for å beskytte personopplysninger og lagre data for flere brukere;
3. Enkle og klare grafer for gjeldende vekttrender som du kan bruke til å holde rede på endringer;
4. Trådløs Bluetooth-teknologi;
5. Koble til ulike typer smartenheter;



Dette symbolet på produktet eller i anvisningene betyr at det elektriske og elektroniske utstyret må leveres atskilt fra husholdningsavfall når det ikke lenger skal brukes. Det finnes egne innsamlingsystemer for resirkulering i EU.

Merknader om avhending av batterier

Batteriene som brukes med dette produktet, inneholder miljøskadelige kjemikalier. For å ta vare på miljøet må brukte batterier avhendes i samsvar med lokale lover og forskrifter. Ikke kast batterier sammen med vanlig restavfall fra husholdningen.

Du får nærmere informasjon ved å kontakte lokale myndigheter eller forhandleren du kjøpte produktet hos.

Importert og utelukkende markedsført av:
Power International AS,
PO Box 523, N-1471 Lørenskog, Norge

Power Norge:
<https://www.power.no/kundeservice/> T: 21 00 40 00
Expert Danmark:
<https://www.expert.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07
Power Danmark:
<https://www.power.dk/kundeservice/> T: 70 33 80 80
Punkt 1 Danmark:
<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07
Expert Finland:
<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 020 7100 670
Power Finland:
<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 0305 0305
Power Sverige:
<https://www.power.se/kundservice/> T: 08 517 66 000

TURVALLISUUSVAROITUKSET

1. Lue kaikki ohjeet huolellisesti ennen kuin käytät tätä vaakaa ja säilytä ohjeet tulevaa tarvetta varten.
2. Tässä tuotteessa on herkkiä elektronisia osia. Sen vuoksi laitteessa voi esiintyä häiriöitä, kun sitä käytetään lähellä laitteita, jotka lähettävät radiosignaalia. Jos näytössä näkyy virheitä, siirrä vaakaa etäämmälle näistä signaaleista tai irrota paristot hetkeksi ja aseta ne takaisin paikoilleen.
3. Pidä paristot lasten ulottumattomissa. Älä jätä paristoja irralleen esille. Lapset tai lemmikit voivat niellä niitä. Jos paristo on nielty, ota heti yhteyttä lääkäriin.
4. Lasialusta on märkänä liukas. Pidä se kuivana!
5. Seiso liikkumatta suorana punnituksen aikana.
6. ÄLÄ iske, kolhi tai pudota vaakaa.
7. Kohtele vaakaa samalla varovaisuudella kuin tarkkuusinstrumenttia.
8. Puhdista vaakaa kostealla liinalla varoen vettä pääsemästä vaa'an sisään. ÄLÄ käytä kemiallisia/hiovia puhdistusaineita.
9. Säilytä vaakaa viileässä, kuivassa paikassa.
10. Pidä vaakaa aina vaakasuorassa asennossa.

11. Jos vaakaa ei käynnisty, tarkista onko paristo asennettu tai onko pariston varaus matala. Asenna paristo tai vaihda uuteen.

12. Jos näytöllä näkyy virhe tai vaa'an sammuminen kestää pitkän aikaa, ota paristo pois noin kolmeksi sekunniksi ja asenna takaisin poistaaksesi ohjelmistovian. Jollet pysty ratkaisemaan ongelmaa, ota yhteys jälleenmyyjään tuen saamiseksi.

13. Älä käytä vaakaa kaupallisiin tarkoituksiin.

TUOTTEEN YLEISKATSAUS



SUORITUSKYKYINDEKSI

| Nimike Hakemisto | Punnituskapasiteetti | Rasvaprosentti | Hydraatioprosentti | Lihaprosentti | Luuprosentti | Kalorimäärä |
|---------------------|----------------------|----------------|--------------------|-----------------|----------------|-------------|
| Indeksialue | | 4,0% ~60,0% | 27,5% ~66,0% | 20,0% ~56,0% | 2,0% ~20,0% | |
| Jako | 0,1kg | 0,1% | 0,1% | 0,1% | 0,1% | 1KCAL |

PARISTOJEN ASENNUS

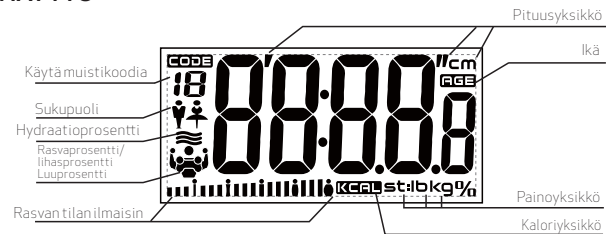
| Nimi | Kuva | Asennus |
|------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 x 1,5V AAA-paristo | | AAA-pariston asennus Asenna paristo napaisuus huomioiden. |
| 1 x 3V tai 2 x 3V litiumparisto (CR2032) | | A. Poista käytetty paristo jonkin litteen esineen avulla. B. Asenna uusi paristo asettamalla pariston toinen puoli pariston suuntauslevyn alle ja painamalla alas toista puolta. Huomioi napaisuus. |

Huomautus: Käytä vastaavaa paristoa. Poista paristo, jos sitä ei käytetä pitkään aikaan (yli kolmeen kuukauteen).

NÄPPÄINKUVITUS

- SET (ASETA)** : Kytke vaaka päälle ja siirry seuraavaan parametriin.
(Katso henkilökohtaisen parametrin asetus seuraavalla sivulla.)
- ▲ : Arvo suurenee jokaisella painalluksella.
Pidä painiketta painettuna saadaksesi peräkkäisen suuremman arvon.
- ▼ : Arvo pienenee jokaisella painalluksella.
Pidä painiketta painettuna saadaksesi peräkkäisen pienemmän arvon.

LCD-NÄYTTÖ



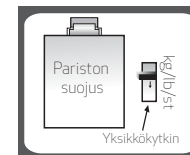
PAINOYKSIKÖN MUUNTAMINEN

Jos vaa'assa on sekä metrinen (kilogramma) että brittiläinen mittayksikköjärjestelmä (pauna, naula), voit muuntaa painoyksikön seuraavasti:

Tilanne 1: jos vaa'an takana on yksikkökytkin,

A. Etsi vaa'an takana oleva yksikkökytkin.

B. Vedä yksikkökytkintä ylös ja alas muuttaaksesi vaa'an yksikköä välillä kg-lb-st.



Tilanne 2: jos vaa'an takana on yksikkökytkin,

A. Etsi vaa'an takana oleva yksikkökytkin.

B. Paina yksikkömuunnospainiketta vaa'an ollessa kytkettyä päälle ja LCD:ssä näkyy senhetkinen painoyksikkö.

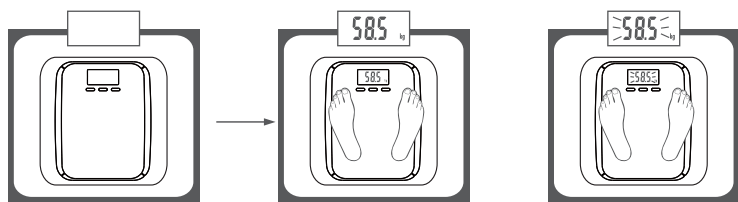
Muunna painoyksikkö painamalla painiketta uudestaan.



NORMAALI PUNNITUSTILA (parametriasetus ohitetaan)

1. Automaattisesti päälle

Pariston asentamisen jälkeen aseta vaaka tasaiselle lattialle. Seiso paikoillasi vaa'alla testauksen aikana. Odota sitten muutama sekunti, näyttö näyttää samaa painolukemaa joitakin sekunteja.



Asenna paristo, aseta vaakaa sitten tasaiselle, kovalle pinnalle varmistaaksesi tarkan lukeman.

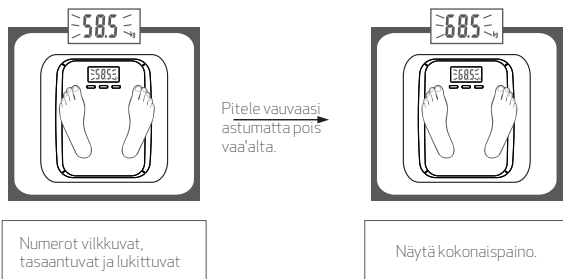
Astu kevyesti vaa'alle (automaattisesti päälle) ja odota sitten lukemaa.

Tulosluku viikkuu, kun paino on tasaantunut.

2. Peräkkäisen lisäyksen punnitseminen

Kun numerot ovat tasaantuneet, voidaan suorittaa lisäyksiä. Varmista, että jokainen lisäys on yli 2 kg, jotta saat uuden lukeman.

Esimerkiksi: Jos haluat punnita vauvasi painon, voit punnita ensin itsesi, ja pidellä sitten vauvaasi astumatta pois vaa'alta. Sitten saat kokonaispainon lukeman. Vähentämällä oman painolukemasi uudesta lukemasta saat erotuksen (joka tarkoittaa vauvasi painoa).



Pitele vauvaasi astumatta pois vaa'alta.

Numerot viikkuvat, tasaantuvat ja lukittuvat

Näytä kokonaispaino.

RASVA-/HYDRAATIO-/LIHAS-/LUU-/KALORIMITTAUSTILA

(1) Henkilökohtaisten parametrien asettaminen

A. Kun asennat pariston ensimmäistä kertaa ja kytket laitteen päälle, kaikki oletusparametrit asetetaan seuraavasti:

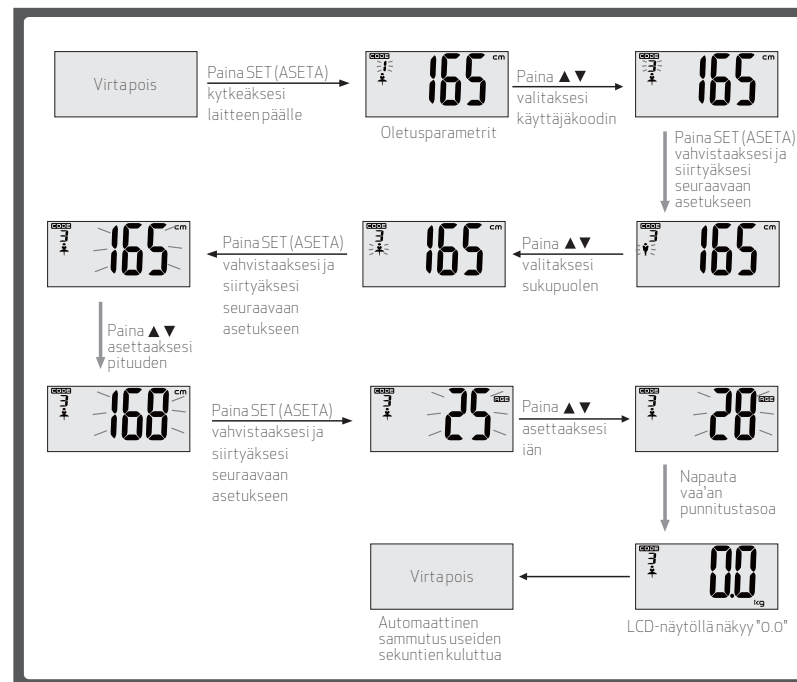
| Muisti | Sukupuoli | Korkeus | Ikä |
|--------|-----------|----------------|-----|
| 1 | Nainen | 165 cm/5'05,0" | 25 |

B. Parametrit ovat asetettavissa seuraavalla alueella:

| Muisti | Sukupuoli | Korkeus | Ikä |
|--------|-------------|------------------------------|--------|
| 1-12 | mies/nainen | 100~250cm 3'03,5"-8'02,5" | 10~100 |

C. Parametrin asetus

Esimerkki: 3. käyttäjä, nainen, 168 cm, 28-vuotias, voi asettaa parametrisa seuraavasti:

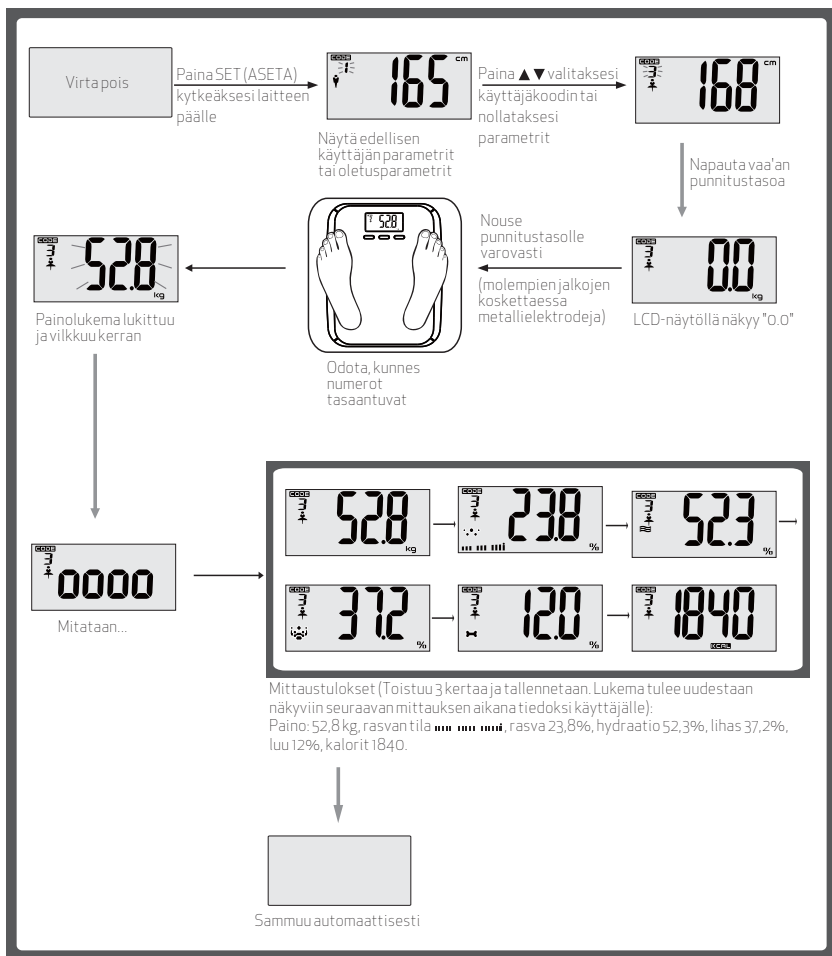


HUOMAUTUS:

- Jos laite on parametrien asetuksen aikana käyttämättömänä 6 sekuntia, jo asetetut parametrit tallennetaan muistiin automaattisesti ja LCD-näytössä näkyy "0", mikä tarkoittaa, että kehon rasvanmittaus aloitetaan.
- Jos LCD-näytössä näkyy parametrin asetuksen aikana "0", paina SET (ASETA) 3 sekunnin ajan palataksesi asetustilaan. Tällöin voit asettaa käyttäjäkoodin, sukupuolen, pituuden ja iän.

(2) Mittauksen aloittaminen (Varmista, että jalkasi koskettavat elektrodeja vaa'an punnitusastolla, muuten kehon rasvaprosenttia ei voi mitata.)

Poista tarkkuuden varmistamiseksi kengät ja sukat ennen vaa'alle nousemista.
Esimerkki: 3. käyttäjä, nainen, 168 cm, 28-vuotias, voi mitata seuraavasti:



VAROITUSMERKKIVALOT

Pariston matalan varauksen merkkivalo.
Pariston varaus on vähissä. Vaihda uusi paristo.



Ylikuormituksen merkkivalo
Alustalla oleva punnituskohde ylittää vaa'an maksimikapasiteetin.
Astu pois vaa'alta vahingon välttämiseksi.



Matalan rasvaprosentin ilmaisin
Rasvaprosentti on liian matala. Noudata ravitsevampaa ruokavaliota ja pidä itsestäsi hyvää huolta.



Korkean rasvaprosentin ilmaisin
Rasvaprosentti on liian korkea. Tarkista ruokavaliosi ja lisää harjoituksia.



Uusintatesti
Ilmeni virhe. Suorita testi uudelleen saadaksesi oikean tuloksen.



TIETOA RASVASTA

1. Tietoja rasva-%:sta

- Rasvaprosentti on ihmiskehon rasvasisällön indeksiprosentti.
- Ihmiskehon rasvasisältö on tietyllä tasolla, liiallisella rasvalla on haitallisia vaikutuksia aineenvaihduntaan, mistä voi olla seurauksena erilaisia sairauksia.

2. Toimintaperiaate

Tietyn taajuusiset sähköiset signaalit kulkevat ihmiskehon läpi, rasvan impedanssi on voimakkaampi kuin lihasten tai muiden kehon kudosten. Tämä tuote syöttää turvallista taajuutta olevaa matalajännitteistä sähkövirtaa kehon läpi, jolloin rasvaprosentti muodostetaan resistanssierojen perusteella biologisia impedanssianalyysijä käyttämällä sähkösignaalien kulkiessa kehon läpi.

3. Rasva-/hydraatiosisällön kuntoarviointikaavio

Punnituksen jälkeen voit käyttää viitteeksi seuraavaa arviointikaaviota:

| Ikä | Rasva (N) | Hydraatio (N) | Rasva (M) | Hydraatio (M) | Tila | Avainrivin ilmaisin |
|-----|------------|---------------|------------|---------------|----------|---------------------|
| ≤30 | 4,0-16,0% | 66,0-57,8% | 4,0-11,0% | 66,0-61,2% | Laiha | |
| | 16,1-20,5% | 57,7-54,7% | 11,1-15,5% | 61,1-58,1% | Hoikka | |
| | 20,6-25,0% | 54,6-51,6% | 15,6-20,0% | 58,0-55,0% | Normaali | |
| | 25,1-30,5% | 51,5-47,8% | 20,1-24,5% | 54,9-51,9% | Painava | |
| | 30,6-60,0% | 47,7-27,5% | 24,6-60,0% | 51,8-27,5% | Ylipaino | |
| >30 | 4,0-20,0% | 66,0-55,0% | 4,0-15,0% | 66,0-58,4% | Laiha | |
| | 20,1-25,0% | 54,9-51,6% | 15,1-19,5% | 58,3-55,3% | Hoikka | |
| | 25,1-30,0% | 51,5-48,1% | 19,6-24,0% | 55,2-52,3% | Normaali | |
| | 30,1-35,0% | 48,0-44,7% | 24,1-28,5% | 52,2-49,2% | Painava | |
| | 35,1-60,0% | 44,6-27,5% | 28,6-60,0% | 49,1-27,5% | Ylipaino | |

Yllä olevat tiedot ovat vain viitteellisiä.

TIETOA KALOREISTA

1. Kalorit ja energiankulutus

Kalori: Energian yksikkö

Datalukema ilmaisee energian, jonka tarvitset päivittäisen aineenvaihdunnan ja normaalien painoon, pituuteen, ikään ja sukupuoleen liittyvien toimintojen ylläpitoon.

2. Kalori ja painonlasku

Kalorien nauttimisen hallinta yhdistettynä oikeisiin harjoituksiin on tehokas painonpudotustapa. Tämä on hyvin yksinkertainen teoria. Kun päivittäinen energiansaanti ei kata kehon energiankulutusta, kehoon varastoitunut sakkariidi ja rasva alkavat hajota ja tuottaa kehoon energiaa. Tämä johtaa painonpudotukseen.

SOVELLUKSEN OHJEET

1. Sovelluksen lataaminen

- Skannaa QR-koodi vaa'an pohjasta ladataksesi sovelluksen.
- Hae sovelluksen nimi "Body Monitor" "App Storesta" tai "Google Playstä" voidaksesi ladata sovelluksen.



2. Bluetoothin yhdistäminen

- Varmista, että Bluetooth on kytketty päälle ennen käyttöä
- Jos sitä ei ole otettu käyttöön, siirry "Settings Menu" -asetusvalikkoon kytkeäksesi sen päälle.
- Paina vaakaa tai seiso sen päällä.

3. Uuden käyttäjän luominen

- Napsauta sovelluksen kuvaketta päästäksesi syöttämään "käyttäjän asetukset".
- Täydennä tiedot päästäksesi punnituskäyttöliittymään.

4. Vaa'an käyttö sovelluksen kanssa

- Paina vaakaa kytkeäksesi sen päälle
- Astu vaa'alle.
- Painosi näkyy vaa'alla ja sovelluksessa. Muutaman sekunnin kuluttua näkyviin tulee kehosi rasva-, hydraatio-, lihas- ja luuprosentti ja kcal-ehdotuksia.
- Kaikki mittaukset tallennetaan automaattisesti tietohistoriaan.
- Voit katsella historiaa, lisätä uusia käyttäjiä ja asettaa punnitustapaasi liittyviä muistutuksia.

5. Vaatimukset mobiililaitteille:

- Bluetooth-versio: Bluetooth 4.0 tai uudempi
- Apple-järjestelmä: iPhone 4S tai uudempi, iOS 8.0 tai uudempi
- Android-järjestelmä: Android 4.3 tai uudempi

Vianmääritys

Jos ohjelmisto ei saa punnitustuloksia Bluetooth-vaa'asta, mahdollisia ratkaisuja voivat olla:

1. Vahvista yhteysmerkki sovelluksen käyttöliittymässä nähdäksesi yhteyden tilan.
2. Vahvista, että Bluetooth on päällä laitteessasi.
3. Vahvista, että Bluetooth-vaaka on päällä signaalin kattavuusalueella.
4. Käynnistä sovellus uudelleen.
5. Kytke Bluetooth pois päältä ja takaisin päälle, muodosta sitten Bluetooth-yhteys uudelleen vaa'an ja älypuhelimien välille.

Virhe laitteen yhdistämisessä

Varmista, että vain yksi laite muodostaa yhteyden Bluetooth-vaakaan.
Varmista, että laitteessasi on Bluetooth 4.0 tai uudempi.

LCD-näyttö ei vastaa

Tarkista ensin, että paristot toimivat edelleen; jos ei, vaihda ne tarvittaessa.
Korjauksia saavat suorittaa vain valtuutettu asiakaspalvelumme tai jälleenmyyjämme.

KÄYTTÖ- JA KUNNOSSAPITO-OHJE

1. ÄLÄ käytä vaakaa kosteassa, liian kuumassa tai liian kylmässä ympäristössä.
(Lämpötila-alue 5°C - 35°C)
2. ÄLÄ käytä vaakaa pehmeällä matolla, nurmikolla, liukkaalla lattialla tai epätasaisella lattialla.
3. ÄLÄ pudota tai lyö vaakaa tai törmää siihen, koska se on tarkkuuslaite.
4. Pidä vaak puhtaana. ÄLÄ käytä happamia puhdistusaineita.
5. ÄLÄ käytä vaakaa paikassa, jossa on voimakasta värinää. Seiso vaa'alla tukevasti, kun käytät sitä.
6. Varmista tarkkuus testaamalla samaan aikaan peräkkäisinä päivinä.

OMINAISUUDET/TEKNISET TIEDOT

A. Vaa'an runko

1. Malli:NOBS90BT
2. 74 x 35,6 mm LCD-numerot
3. Matalan akkuvirran / ylikuormituksen ilmainen
4. Kapasiteetti: 180 kg / 400 lb / 28st
5. Asteikko: 100g / 0,2 lb
6. Virta: 2 x 1,5 V AAA
7. Käyttää suuren tarkkuuden rasiusmittarianturia
8. Useita toimintoja: testaa kehon rasvaprosentin, hydraatioprosentin, lihasprosentin, luuprosentin ja ehdottaa kalorimääriä.
9. Sisäinen muisti 12 eri käyttäjälle
10. Valinnainen normaali punnitus-tila (parametriasetus ohitetaan): Automaattinen päällekytkytyminen ja peräkkäiset lisäspunnitukset
11. Matalan akkuvirran ja ylikuormituksen merkivalo

B. Bluetooth

1. Tarkista henkilökohtainen paino, kehon rasvaprosentti, hydraatioprosentti, lihasprosentti ja luuprosenttitiedot suoraan kaavoista.
2. Aseta salasana henkilökohtaisten tietojen suojaamiseksi ja useiden käyttäjien tietojen tallentamista varten;
3. Tämänhetkisten painotrendien yksinkertaiset ja selkeät kuvaajat, joiden avulla voit seurata muutoksia;
4. Langaton Bluetooth-teknologia;
5. Yhdistä erilaisiin älylaitteisiin kuhunkin erikseen;



Tämä tuotteesen tai ohjeisiin merkitty symboli tarkoittaa, että sähkölaitteet ja elektroniikka on hävitettävä käyttöikänsä päättyessä erillään kotitalousjätteestä. EU:ssa on kierrätystä varten erilliset keruujärjestelmät.

Huomautuksia paristojen hävittämisestä

Tässä tuotteessa käytetyt paristot sisältävät kemikaaleja, jota ovat haitallisia ympäristölle. Suojellaksesi ympäristöämme, hävitä käytetyt paristot paikallisten lakien tai säädösten mukaisesti. Älä hävitä paristoja normaalin kotitalousjätteen mukana.

Jos haluat lisätietoja, ota yhteys paikallisiin viranomaisiin tai tuotteen myyneeseen liikkeeseen.

Maahantuonti ja markkinointi yksinoikeudella:
Power International AS,
PO Box 523, N-1471 Lørenskog, Norway

Power Norjassa:
<https://www.power.no/kundeservice/> T: 21 00 40 00
Expert Tanskassa:
<https://www.expert.dk/kundeservice/> P: 70 70 17 07
Power Tanskassa:
<https://www.power.dk/kundeservice/> P: 70 33 80 80
Punkt 1 Tanskassa:
<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> P: 70 70 17 07
Expert Suomessa:
<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> P: 020 7100 670
Power Suomessa:
<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> P: 0305 0305
Power Sverige:
<https://www.power.se/kundservice/> T: 08 517 66 000

SIKKERHEDSADVARSLER

1.Må kun rengøres kun med en let fugtig klud. Vægten må IKKE lægges i vand, du må ikke bruge kemiske rengøringsmidler eller rengøringsmidler med slibemiddel.

2.Dette apparat indeholder skrøbelige elektroniske komponenter. Der kan derfor forekomme forstyrrelser, hvis den bruges i nærheden af udstyr, der udsender radiosignaler. Hvis der vises fejl på skærmen, kan du prøve at flytte vægten væk fra sådanne forstyrrende signaler eller kortvarigt tage batteriet ud og sætte det i igen.

3.Batterier skal holdes uden for børns rækkevidde. Lad ikke batterierne ligge og flyde. Børn eller dyr kan komme til at sluge dem. Sker dette, skal du straks søge læge.

4.Glasvægtpladen bliver glat, hvis den bliver våd. Sørg for at den ertør!

5.Stå stille under vejning.

6.Du må IKKE støde eller tabe vægten.

7.Træd forsigtigt på vægten, da den er et præcisionsapparat.

8.Rengør vægten med en fugtig klud og undgå, at der trænger vand ind i vægten. Du må IKKE bruge kemiske rengøringsmidler eller rengøringsmidler med slibemiddel.

9.Opbevar vægten køligt og tørt.

10.Sørg for, at vægten altid står vandret.

11.Hvis du ikke kan tænde for vægten, skal batteriet muligvis skiftes.Sæt nyt batteri i.

12.Hvis der vises en fejlmeddelelse på skærmen i længere tid, eller du ikke kan slukke for vægten, kan du prøve at tage batteriet ud, vente i ca. 3 sekunder, og sætte det i igen for derved at fjerne fejlen. Hvis dette ikke løser problemer, kan du kontakte din forhandler for hjælp.

13.Brug ikke vægten professionelt.

PRODUKTOVERSIGT



PERFORMANCEINDEKS

| Apparat Indeks | Vægtkapacitet | Fedt% | Vand% | Muskel% | Knogle% | Kalorier |
|----------------|---------------|----------------|-----------------|-----------------|----------------|----------|
| Indeksområde | | 4,0% ~60,0% | 27,5% ~66,0% | 20,0% ~56,0% | 2,0% ~20,0% | |
| Nøjagtighed | 0,1kg | 0,1% | 0,1% | 0,1% | 0,1% | 1kcal |

ISÆTNING AF BATTERIERNE

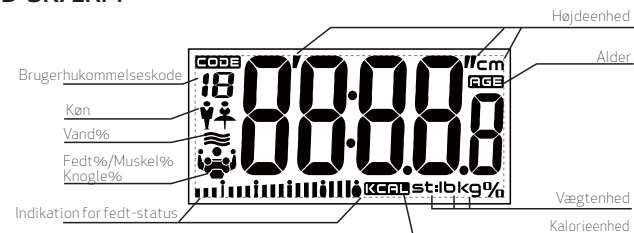
| Navn | Illustration | Installation |
|-----------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2x1,5V AAA batterier | | Isættelse af AAA-batterierne. Husk at vende batterierne korrekt. |
| 1x3V eller 2x3V lithiumbatteri (CR2032) | | A. Tag det brugte batteri ud med en spids genstand. B. Sæt det nye batteri i, ved at putte den ene ende af batteriet under afbøjningspladen og tryk derefter ned på den anden ende. Husk at det skal vende korrekt. |

Bemærk: Brug kun ens batterier. Hvis apparatet ikke skal bruges i længere tid (i over 3 måneder), skal batterierne tages ud.

ILLUSTRATION

- SET (INDST)** : Tænd for vægten og indstil næste parameter.
(Se på bagsiden vedr. indstilling af personlige parametre).
- ▲** : Værdien forøges, hver gang du trykker.
Hold knappen nede for at tælle op.
- ▼** : Værdien sænkes, hver gang du trykker.
Hold knappen nede for at tælle ned.

LCD-SKÆRM

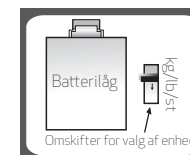


SÅDAN KONVERTERES TIL ANDRE VÆGTENHEDER

Hvis vægten både kan vise vægten i kg og pund/stones, kan du konvertere enhederne på følgende måde:

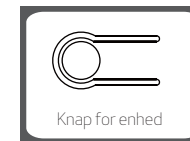
Situation 1: Hvis omskifteren for valg af enhed sidder bag på vægten:

- Find knappen til skift af enhederne bag på vægten.
- Træk op eller ned på kontakten for at få vægten til at vise enten kg-lb-st.



Situation 2: Hvis omskifteren for valg af enhed sidder bag på vægten:

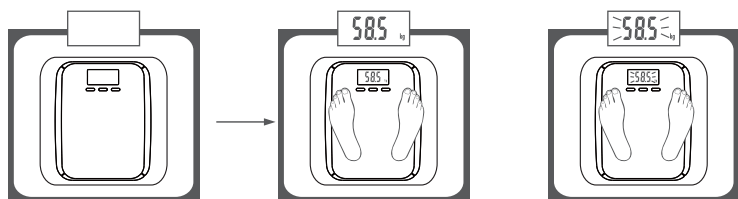
- Find knappen til skift af enhederne bag på vægten.
- Tryk på knappen til valg af enhed mens vægten er tændt, hvorefter skærmen viser den valgte enhed.
Tryk på knappen igen for at skifte vægtenhed.



NORMAL VÆGTFUNKTION (tilsidesættelse af parameterindstilling)

1. Vej automatisk, når man træder op

Placér vægten på et plant gulv, når du har sat batteriet i. Stå stille på vægten, når du vejer dig. Vent nogle få sekunder, hvorefter skærmen viser vægten i nogle få sekunder.



Sæt batteriet i og stil vægten på en flad og hård overflade for at sikre præcis aflæsning.

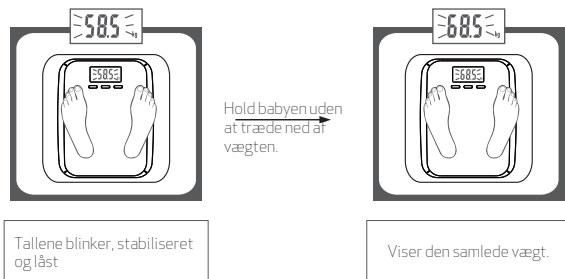
Træd forsigtig top på vægten (automatisk-tænd) og vent på aflæsningen.

Vægten vil blinke, når den har stabiliseret sig.

2. Efterfølgende vejninger

Når vægten er stabiliseret, kan du tilføje vægt til vejningen. Sørg for at hver tilføjet vægt er på mindst 2 kg, for at du vil få en ny vejning.

Fx: Hvis du vil veje din baby, kan du først veje dig selv, og dernæst veje dig selv og din baby, uden at træde ned af vægten. Du får herved en aflæsning af den samlede vægt. Hvis du trækker din egen vægt fra denne nye vægt, vil forskellen være din babys vægt.



MÅLEFUNKTION FOR FEDT/VAND/MUSKEL/KNOGLE/KALORIER

(1) Indstilling af personlige parametre

A. Når du sætter batterier i første gang og tænder, vil alle parametre have følgende standardindstillinger:

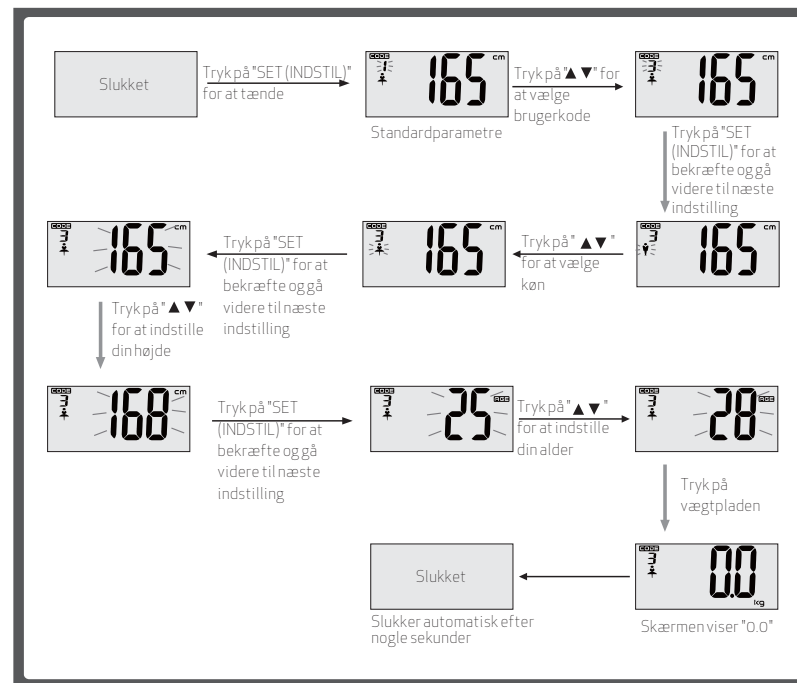
| Hukommelse | Køn | Højde | Alder |
|------------|--------|----------------|-------|
| 1 | Kvinde | 165 cm/5'05,0" | 25 |

B. Parametrene kan indstilles i følgende intervaller:

| Hukommelse | Køn | Højde | Alder |
|------------|-------------|-------------------------------|--------|
| 1-12 | mand/kvinde | 100~250 cm 3'03,5"-8'02,5" | 10~100 |

C. Parameterindstilling

Eksempel: Bruger nr. 3, kvinde, 168 cm høj, 28 år gammel, kan indstille sine parametre således:

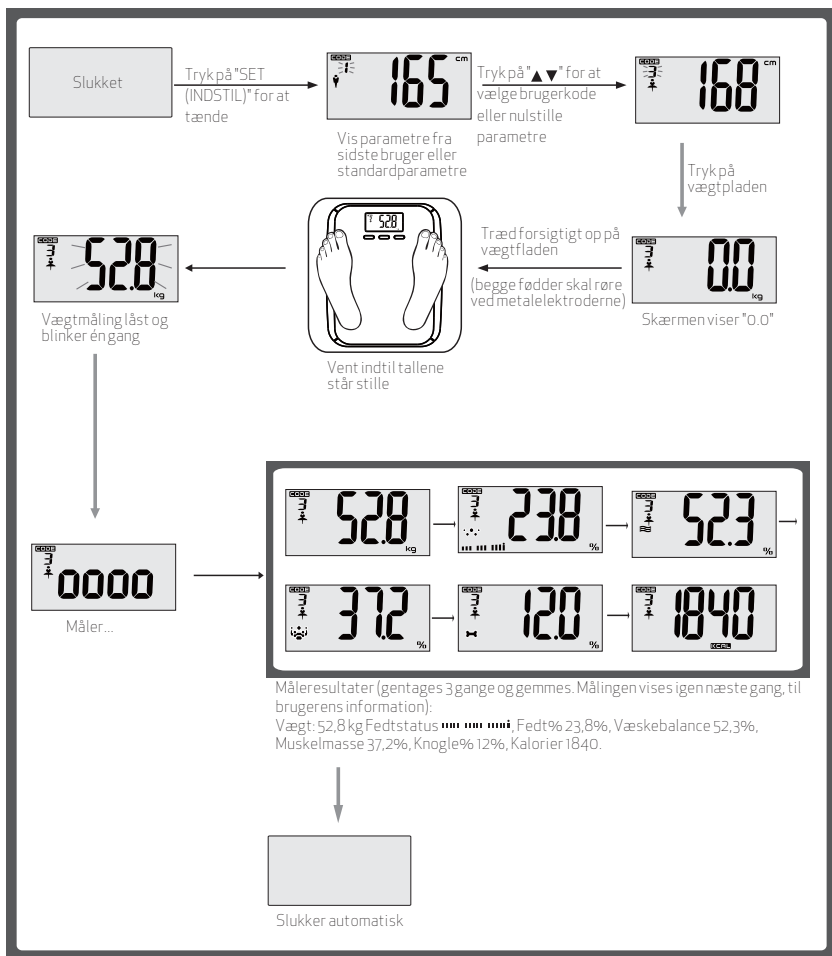


BEMÆRK:

- Hvis du ikke foretager dig noget i mindst 6 sekunder, mens du indstiller parametre, vil de parametre, der allerede er angivet, automatisk blive husket, og displayet vil vise "0", hvilket betyder, at måling af fedt% begynder.
- Hvis skærmen viser "0" under parameterindstilling, skal du holde SET (INDSTIL) nede i 3 sekunder for at vende tilbage til indstillingstilstanden, hvorefter du kan indstille brugerkode, køn, højde og alder.

(2) Sådan startes måling (Sørg for at dine fødder rører ved metalelektroderne på vægtpladen, da der ellers ikke kan måles fedt%).

For at opnå en nøjagtig måling, skal du tage sko og strømper af, før du træder op på vægten. Eksempel: Bruger nr. 3, kvinde, 168 cm høj, 28 år gammel, kan måle således:



ADVARSLER

Indikation for lavt batteriniveau
Batteriet er ved at være fladt. Sæt et nyt batteri i.



Indikation for overbelastning
Vægten belastes med for høj en vægt. Træd ned for at undgå beskadigelse.



Indikation for lav fedt%
Fedt% er for lav. Indtag en mere næringsholdig diæt og pas godt på dig selv.



Indikation for høj fedt%
Fedt% er for høj. Vær opmærksom på din diæt og dyrk mere motion.



Mål igen
Der er registreret en fejl. Mål igen for at få korrekte resultater.



LIDT OM FEDT

1. Lidt om Fedt%

- Fedt% er en %-angivelse af fedtindholdet i den menneskelige krop.
- Kroppens fedtindhold er på et vist niveau. Er kroppens Fedt% for høj, kan det skade kroppens forbrænding, hvilket kan medføre forskellige sygdomme.

2. Funktionsprincipper

Når der sendes elektriske signaler ved en bestemt frekvens gennem den menneskelige krop, vil impedansen i fedtvævet være højere end i muskelvævet eller andet væv. Vha. en analyse af biologisk impedans sender dette produkt en ufarlig lavspænding ved en bestemt frekvens gennem kroppen, hvorved Fedt% kan beregnes ud fra den derved målte modstand.

3. Kort over Fedt/væskebalance

Når du har vejet dig, kan du bruge følgende oversigtskort til information:

| Alder | Fedt (K) | Væskebalance (K) | Fedt (M) | Væskebalance (M) | Status | Angivelse af ideallinje |
|-------|------------|------------------|------------|------------------|------------|-------------------------|
| ≤30 | 4,0-16,0% | 66,0-57,8% | 4,0-11,0% | 66,0-61,2% | Tynd | |
| | 16,1-20,5% | 57,7-54,7% | 11,1-15,5% | 61,1-58,1% | Slank | |
| | 20,6-25,0% | 54,6-51,6% | 15,6-20,0% | 58,0-55,0% | Normal | |
| | 25,1-30,5% | 51,5-47,8% | 20,1-24,5% | 54,9-51,9% | Kraftig | |
| | 30,6-60,0% | 47,7-27,5% | 24,6-60,0% | 51,8-27,5% | Overvægtig | |
| >30 | 4,0-20,0% | 66,0-55,0% | 4,0-15,0% | 66,0-58,4% | Tynd | |
| | 20,1-25,0% | 54,9-51,6% | 15,1-19,5% | 58,3-55,3% | Slank | |
| | 25,1-30,0% | 51,5-48,1% | 19,6-24,0% | 55,2-52,3% | Normal | |
| | 30,1-35,0% | 48,0-44,7% | 24,1-28,5% | 52,2-49,2% | Kraftig | |
| | 35,1-60,0% | 44,6-27,5% | 28,6-60,0% | 49,1-27,5% | Overvægtig | |

Følgende oplysninger er kun beregnet til orientering.

LIDT OM KALORIER

1. Kalorie- og Energiforbrug

Kalorier: Energhed

Det viste tal angiver den energimængde, du skal bruge for at opretholde kroppens daglige forbrænding samt almindelige aktiviteter, alt efter din vægt, højde, alder og køn.

2. Kalorier & væggtab

Et kontrolleret kalorieindtag kombineret med motion er en effektiv måde at tabe sig på. Det er såmænd en meget enkel teknik. Hvis det daglige energiindtag er utilstrækkeligt til at opretholde kroppens energiforbrug, vil kroppen forbrænde dens opmagasinerede kulhydrat- og fedtmængde. Dette medfører et væggtab.

APP-INSTRUKTIONER

1. Sådan downloader du appen
 - Scan QR-koden bag på vægten for at downloade appen.
 - I "App Store" eller "Google Play Butik" søger du efter appen "BodyMonitor" for at downloade appen.



2. Sådan opretter du forbindelse vha. Bluetooth
 - Sørg for at Bluetooth er tændt
 - Er Bluetooth ikke slået til, skal du gå til menuen Settings (Indstillinger) for at slå funktionen til.
 - Tryk på vægten eller stil dig op på den.
3. Sådan opretter du en ny bruger
 - Klik på app-symbolet for at gå til "brugerindstillinger".
 - Udfyld oplysningerne for at gå til vejbetjeningsfladen.
4. Sådan bruger du vægten sammen med appen
 - Tryk på vægten for at tænde for den
 - Træd op på vægten.
 - Din vægt vises på skærmen samt på appen. Efter nogle sekunder vises dine fedt%, væskebalance, muskelmasse, knogle% og kcal.
 - Alle målinger gemmes automatisk i datahistorikken.
 - Du kan gennemse historikken, tilføje nye brugere og indstille påmindelser vedr. dine vejevaner.
5. Krav til mobilenheder:
 - Bluetooth-version: Bluetooth 4.0 eller nyere
 - Apple operativsystem: iPhone 4S eller nyere, iOS 8.0 eller nyere
 - Android operativsystem: Android 4.3 eller nyere

Fejlsøgning

Hvis softwaren ikke kan måle din vægt via Bluetooth-vægten, kan nogle mulige løsninger være:

1. Kontroller at der vises et forbindelsessymbol på appens grænseflade, som viser forbindelsens status.
2. Kontroller at Bluetooth er slået til på din enhed.
3. Kontroller at Bluetooth-vægten er tændt og befinder sig indenfor signalets dækningsområde.
4. Genstart appen.
5. Sluk for Bluetooth og tænd igen, og opret forbindelse via Bluetooth mellem vægten og smartphonen igen.

Kan ikke oprette forbindelse til din enhed

Sørg for at der kun er oprettet forbindelse til én enhed til Bluetooth-vægten. Sørg for at din enhed understøtter Bluetooth 4.0 eller nyere.

Skærmen svarer ikke

Tjek først at batterierne ikke er flade. Er de det, skal du udskifte dem. Reparationer må kun udføres af vores autoriserede kundeservice eller forhandlere.

RÅD OM BRUG & VEDLIGEHOLDELSE

1. DU MÅ IKKE bruge vægten i omgivelser med høj luftfugtighed, høj temperatur eller meget lav temperatur. (Temperaturinterval 5 °C til 35 °C)
2. DU MÅ IKKE bruge vægten på bløde overflader, græsplænen, glatte gulve eller ujævne overflader.
3. DU MÅ IKKE tabe, ryste eller støde vægten, da den er et præcisionsapparat.
4. Hold vægten ren. DU MÅ IKKE bruge rengøringsmidler med syrer.
5. DU MÅ IKKE bruge vægten på steder med kraftige rystelser. Stå stille på vægten, når du bruger den.
6. For at måle nøjagtigt, bør du veje dig på samme tidspunkt af døgnet hver gang.

FUNKTIONER/SPECIFIKATIONER

A. Vægten

1. Model: NOBS90BT
2. 74 x 35,6 mm LCD-cifre
3. Angivelse af lavt batteri/overbelastning
4. Kapacitet: 180 kg / 400 lb / 28st
5. Visningsnøjagtighed: 100g / 0,2 lb
6. Batteri: 2 x 1.5VAAA
7. Anvender højpræcisions strain gauge-sensor
8. Multifunktion: måler fedt%, væskebalance, muskel%, knogle% samt foreslår kaloriebehov.
9. Indbygget hukommelse til 12 forskellige brugere
10. Almindelig vejning kan vælges (ignorerer parameterindstillinger): Vejer automatisk, når man træder op, og registrerer automatisk efterfølgende vejninger
11. Indikation for lav batteritilstand og overbelastning

B. Bluetooth

1. Mål direkte din egen vægt, fedt%, væskebalance, muskel% og knogle% via grafik.
2. Angiv adgangskoder for at beskytte dine personlige oplysninger og gemme data fra flere personer.
3. Enkel og tydelig grafik viser aktuelle tendenser for vægten, hvorved du kan følge vægtændringer.
4. Trådløs teknologi med Bluetooth.
5. Opret forbindelse med forskellige smartenheder.



Dette symbol på produktet eller i vejledningen betyder, at det udtjente elektriske eller elektroniske udstyr ikke må bortskaffes sammen med husholdningsaffald. I EU-lande findes der separate indsamlingssystemer til genbrug.

Bemærkninger vedrørende bortskaffelse af batterier

De batterier, der anvendes til dette produkt, indeholder kemikalier, som er skadelige for miljøet. For at beskytte miljøet skal brugte batterier bortskaffes i henhold til de lokale love og regler. Smid aldrig batterier ud med det normale husholdningsaffald.

Kontakt de lokale myndigheder eller forhandleren for yderligere oplysninger.

Importeret og markedsføres udelukkende af:
Power International AS,
PO Box 523, N-1471 Lørenskog, Norway

Power Norge:
<https://www.power.no/kundeservice/> T: 21 00 40 00
Expert Danmark:
<https://www.expert.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07
Power Danmark:
<https://www.power.dk/kundeservice/> T: 70 33 80 80
Punkt 1 Danmark:
<https://www.punkt1.dk/kundeservice/> T: 70 70 17 07
Expert Finland:
<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 020 7100 670
Power Finland:
<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/> T: 0305 0305
Power Sverige:
<https://www.power.se/kundeservice/> T: 08 517 66 000

Säkerhetsanvisningar

- 1.Läs noga igenom alla instruktioner innan du använder produkten och spara dem för framtida bruk.
- 2.Enheten har ömtåliga elektroniska komponenter. Störningar kan därför förekomma när den är nära enheter som sänder radiosignaler. Om fel uppstår på skärmen, gå bort från dessa signaler eller ta bort batteriet en kort stund och sätt sedan tillbaka det igen.
- 3.Håll batterier borta från barn. Låt inte batterier ligga framme. De kan sväljas av barn eller husdjur. Vid sväljning av ett batteri, kontakta omedelbart en läkare.
- 4.Vågen är endast avsedd för hushållsbruk. Använd inte den för professionella ändamål.
- 5.Glasplattformen blir hal när den är blöt. Håll den torr!
- 6.Håll den still under vägningen.
- 7.Slå inte, chocka eller tappa vågen.
- 8.Behandla vågen med försiktighet eftersom det är ett precisionsinstrument.

- 9.Rengör vågen med en fuktig trasa och undvik att vatten kommer in i vågen. Använd inte kemiska/slipande rengöringsmedel.
- 10.Förvara vågen på en sval plats med torr luft.
- 11.Håll alltid vågen i horisontellt läge.
- 12.Om det inte går att slå på vågen, kontrollera att batterier sitter i eller ifall de behöver bytas ut. Sätt i eller byt ut batteriet.
- 13.Om det finns fel på skärmen eller om det inte går att stänga av vågen under en längre tid - avlägsna batteriet i ca 3 sekunder och i sätt sedan i det igen. Om du inte kan lösa problemet, kontakta din återförsäljare för råd.

PRODUKTÖVERSIKT



PRESTANDAINDEX

| Artikel Index | Vägnings kapacitet | Fett % | Hydrering % | Muskler % | Ben % | Kalori |
|----------------|--------------------|----------------|-----------------|-----------------|----------------|--------|
| Indexintervall | | 4,0% ~60,0% | 27,5% ~66,0% | 20,0% ~56,0% | 2,0% ~20,0% | |
| Fördelning | 0,1kg | 0,1% | 0,1% | 0,1% | 0,1% | 1KCAL |

BATTERIINSTALLATION

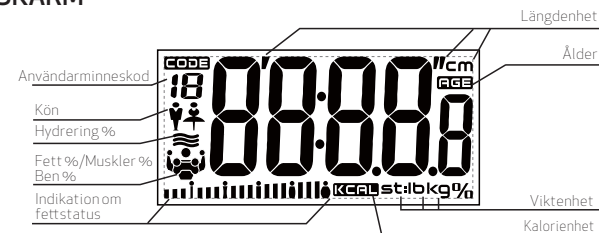
| Namn | Illustration | Installation |
|----------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2x1,5V AAA-batteri | | Installation av AAA-batteri Placera batteriet enligt polariteten. |
| 1x3V eller 2x3V litiumbatteri (CR2032) | | A. Ta ut det använda batteriet med hjälp av ett lämpligt verktyg. B. Installera det nya batteriet genom att sätta in batteriets ena sida under batteriväggen och tryck sedan ner den andra sidan. Notera polariteten. |

Obs: Använd motsvarande batteri. Ta bort batteriet om det inte används under längre tid (mer än tre månader).

KNAPPBESKRIVNING

- SET (ställ in)** : Slå på vågen och gå till nästa parameter.
(Se Ställa in personliga parametrar på nästa sida.)
- ▲** : Värde upp vid varje tryckning.
Håll knappen intryckt för att öka till efterföljande värde.
- ▼** : Värde ned vid varje tryckning.
Håll knappen intryckt för att minska till föregående värde.

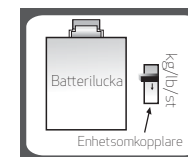
LCD-SKÄRM



KONVERTERA VIKTENHET

Har vågen både metriskt mätsystem (kilogram) och brittiskt mätsystem (pound, stones), kan du konvertera viktenheten enligt följande:

- Villkor 1: Om omkopplaren är på baksidan av vågen,
A. Hitta enhetsväxlaren på baksidan av vågen.
B. Dra upp eller ner omkopplaren för att konvertera vågens enhet mellan kg-lb-st.



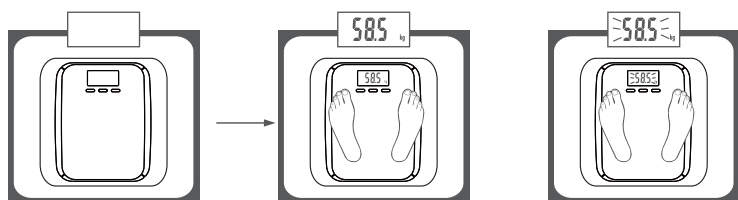
- Villkor 2: Om omkopplaren är på baksidan av vågen,
A. Hitta enhetsväxlaren på baksidan av vågen.
B. Tryck på enhetens konverteringsknapp när vågen är påslagen och LCD-skärmen visar nuvarande viktenhet.
Tryck på knappen igen för att konvertera viktenheten.



NORMALT VÄGNINGSLÄGE (kringgå parameterinställningen)

1. Auto-steg vid vägning

När du har installerat batteriet ska du placera vågen på ett plant golv. Stå kvar på vågen vid vägning. Vänta i några sekunder, displayen visar samma viktavläsning i några sekunder.



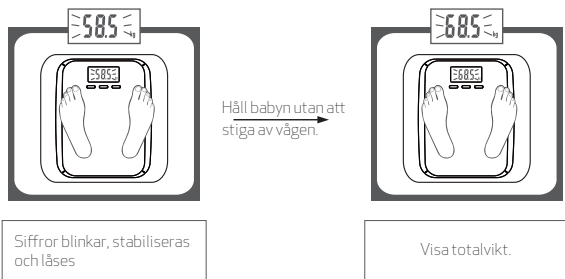
Sätt i batteriet och placera vågen på en platt hård yta för att säkerställa en korrekt avläsning.

Kliv försiktigt på vågen (Auto-På) och vänta sedan på avläsning.

Resultatet blinkar efter att vikten har stabiliserats.

2. Konsekutiv adderad vägning

När siffrorna har stabiliserats kan ytterligare viktavläsningar utföras. Se till att varje ytterligare last överstiger 2 kg för att få en ny avläsning. Till exempel: Om du vill få ett viktvärde för din baby, kan du väga dig själv först och sedan hålla din baby utan att kliva av vågen. Då får du den totala viktavläsningen. Om du drar av den tidigare avläsningen för dig själv från den nya avläsningen, kommer du att få fram skillnaden (vilket betyder ditt barns vikt).



Siffror blinkar, stabiliserar och läses

Visa totalvikt.

FETT/HYDRERING/MUSKLER/BEN/KALORIMÄTNINGSLÄGE

(1) Ställa in personliga parametrar

A. Första gången du installerar batteriet och slår på, kommer all standardparameter att ställas in enligt följande:

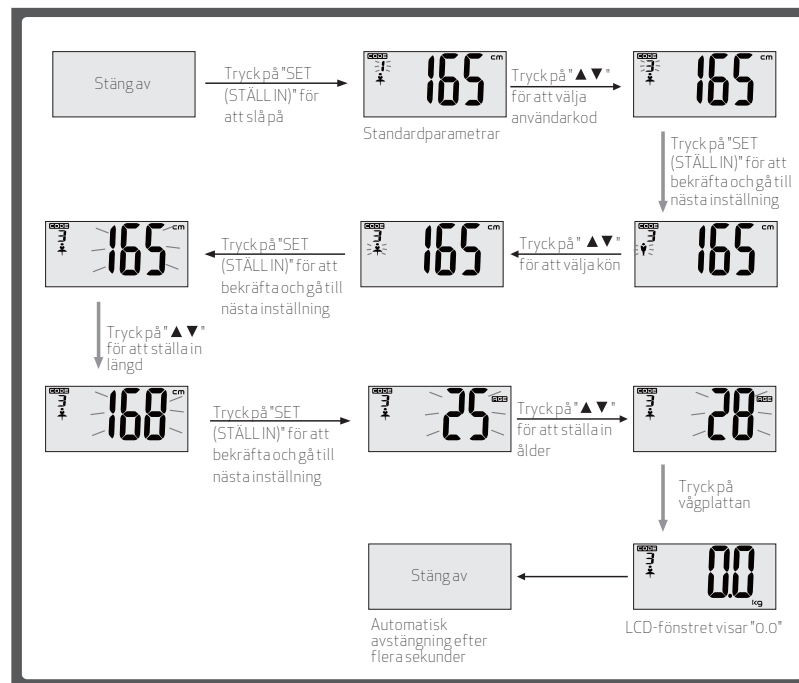
| Minne | Kön | Höjd | Ålder |
|-------|--------|----------------|-------|
| 1 | Kvinna | 165 cm/5'05,0" | 25 |

B. Parametrar kan ställas in på följande intervall:

| Minne | Kön | Höjd | Ålder |
|-------|------------|------------------------------|--------|
| 1-12 | man/kvinna | 100~250cm 3'03,5"~8'02,5" | 10~100 |

C. Parameterinställning

Exempel: användare 3, kvinna, 168 cm, 28 år, kan ställa in sina parametrar på följande:

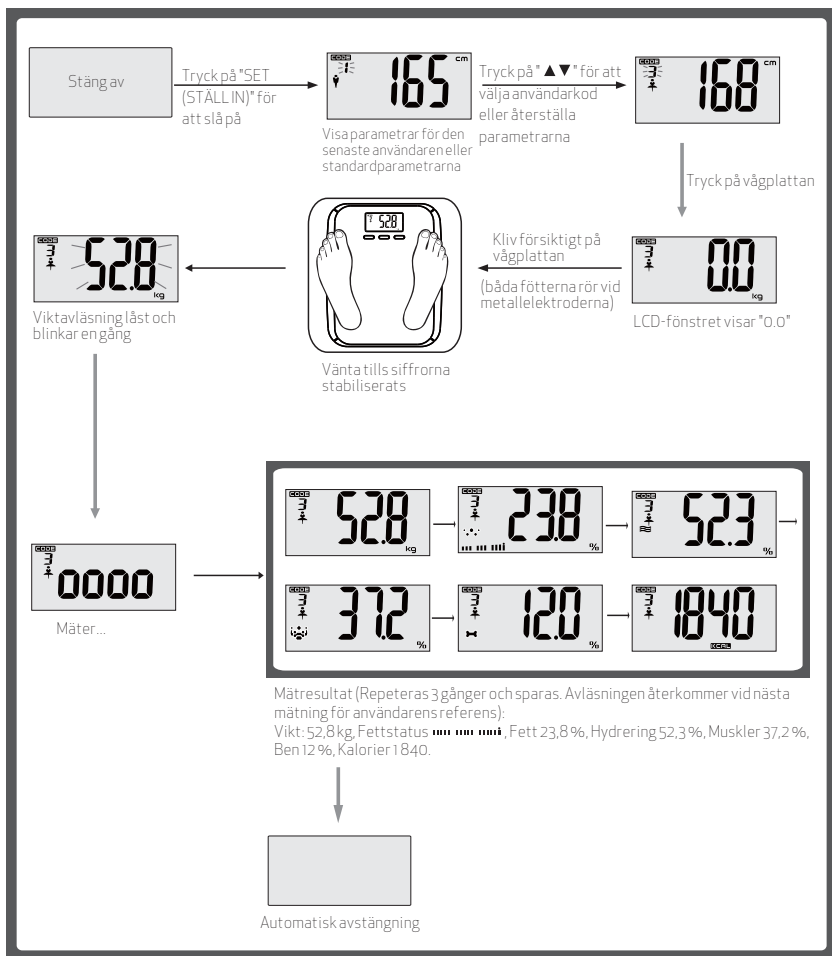


OBS:

- Under parameterinställningen, om enheten är överksam i 6 sekunder, kommer redan inställda parametrar automatiskt att memoreras och LCD-fönstret visar "0", vilket betyder att mätningen av kroppsfett kommer att starta.
- Om LCD-skärmen visar "0" under parameterinställningen, tryck på SET (ställ in) i 3 sekunder för att återgå till inställningsläge och du kan nu ange användarkod, kön, höjd och ålder.

(2) Starta mätning (Se till att stå med fötterna så att de rör vid elektroderna på vågplattan, annars kan kroppsfettet inte mätas.)

För att säkerställa noggrannheten, ta av skor och strumpor innan du stiger upp.
Exempel: användare 3, kvinna, 168 cm, 28 år, kan mäta på följande sätt:



VARNINGSINDIKATIONER

Indikation om svagt batteri

Batterieffekten är låg, byt till ett nytt batteri.

Lo

Överbelastningsindikation

Personen som vägs på plattan överskrider vågens maximala kapacitet.

Gå ned för att undvika skada.

Err

Lågt fett

Fettandelen är för låg. Ät nyttigare och ta väl hand om dig.

ErrL

Högt fett

Fettandelen är för hög. Se upp med din kost och träna mer.

Errh

Testa igen

Det finns ett fel, testa igen för att få korrekt resultat.

E

OM FETT

1. Om fettandel

- Fettandel är ett %-index för fettinnehållet i människokroppen.
- Fettinnehållet i människokroppen är på en viss nivå, för mycket fett har skadlig inverkan på ämnesomsättningen, och kan därmed orsaka flera sjukdomar.

2. Arbetsprinciper

När elektriska signaler på en viss frekvens skickas genom människokroppen, är impedansen i fett större än i musklerna eller andra vävnader i människokroppen. Genom användning av biologisk impedansanalys skickar denna produkt en säker frekvens på låg elektrisk spänning genom människokroppen, och därmed reflekteras fettandelen enligt motståndsskillnader när elektriska signaler skickas genom kroppen.

3. Schema för bedömning av innehåll av fett/hydrering

När du har vägt dig, kan du använda följande schema för bedömning:

| Ålder | Fett(F) | Hydrering(F) | Fett(M) | Hydrering(M) | Status | Nyckelindikation |
|-------|------------|--------------|------------|--------------|----------|------------------|
| ≤30 | 4,0-16,0% | 66,0-57,8% | 4,0-11,0% | 66,0-61,2% | Tunn | |
| | 16,1-20,5% | 57,7-54,7% | 11,1-15,5% | 61,1-58,1% | Smal | |
| | 20,6-25,0% | 54,6-51,6% | 15,6-20,0% | 58,0-55,0% | Normal | |
| | 25,1-30,5% | 51,5-47,8% | 20,1-24,5% | 54,9-51,9% | Tung | |
| | 30,6-60,0% | 47,7-27,5% | 24,6-60,0% | 51,8-27,5% | Övervikt | |
| >30 | 4,0-20,0% | 66,0-55,0% | 4,0-15,0% | 66,0-58,4% | Tunn | |
| | 20,1-25,0% | 54,9-51,6% | 15,1-19,5% | 58,3-55,3% | Smal | |
| | 25,1-30,0% | 51,5-48,1% | 19,6-24,0% | 55,2-52,3% | Normal | |
| | 30,1-35,0% | 48,0-44,7% | 24,1-28,5% | 52,2-49,2% | Tung | |
| | 35,1-60,0% | 44,6-27,5% | 28,6-60,0% | 49,1-27,5% | Övervikt | |

Ovanstående information är endast för referens.

OM KALORIER

1. Kalori- och energiförbrukning

Kalori: Energhet

Dataavläsningen indikerar att du behöver bevara den dagliga matsmältningen och vanliga aktiviteter som krävs för din vikt, längd, ålder och kön.

2. Kalori och Gå ner i vikt

Kontroll av kaloriintaget i kombination med rätt träning är ett effektivt sätt att gå ner i vikt. Detta är en mycket enkel teori. Eftersom det dagliga intaget av kalorier inte kan stödja människokroppens energiförbrukning, lagras kolhydraterna och fett, och ger energi till kroppen. Detta kommer att leda till viktminskning.

APP-INSTRUKTIONER

1. Så här laddar du ner appen

- Skanna QR-koden på undersidan av vågen för att ladda ner appen.
- I "App Store" eller "Google Play" söker du efter "BodyMonitor" för att ladda ner appen.



2. Så här ansluter du Bluetooth

- Kontrollera att Bluetooth är påslaget före användning
- Om det inte är aktiverat, gå till "Settings Menu (Inställningsmeny)" för att slå på det.
- Tryck på vågen eller stå på den.

3. Så här skapar du en ny användare

- Klicka på app-ikonen, för att gå till "(användarinställningar)".
- Fyll i informationen för att komma till vägningssgränssnittet.

4. Använda vågen med appen

- Tryck på vågen för att slå på den
- Stå på vågen.
- Din vikt kommer att visas på vågen och appen. Efter några sekunder kommer ditt kropps fett, hydrering, muskler, benandel och kcal-förslag att visas.
- Alla mätningar sparas automatiskt till datahistoriken.
- Du kan granska historiken, lägga till nya användare och ange påminnelser för dina vägningsvanor.

5. Krav på mobila enheter:

- Bluetooth-version: Bluetooth 4.0 eller högre
- Apple-system: iPhone 4S eller senare, iOS 8.0 eller senare
- Android-system: Android 4.3 eller senare

Felsökning

Om programmet inte kan få fram vägningsresultat från Bluetooth-vågen, kan eventuella lösningar vara som följer:

1. Bekräfta anslutningen i appen för att få reda på anslutningsstatusen.
2. Bekräfta att Bluetooth är påslaget i enheten.
3. Bekräfta att Bluetooth-vågen är inom det lämpliga området för signaldetektering.
4. Starta om appen.
5. Stäng av Bluetooth och slå på igen, brygga sedan Bluetooth-anslutningen mellan vågen och smarttelefonen igen.

Går ej att ansluta till enheten

Se till att endast en enhet är inställd för anslutning till Bluetooth-vågen. Kontrollera att enheten är utrustad med Bluetooth 4.0 eller senare.

LCD-skärmen svarar inte

Kontrollera först att batterierna fortfarande är laddade, om inte, byt dem efter behov. Reparationer får endast utföras av vår auktoriserade kundservice eller återförsäljare.

RÅD FÖR ANVÄNDNING OCH SKÖTSEL

1. Använd inte vågen i en fuktig, extremt het eller extremt kall miljö. (Temperaturområde från 5 °C till 35 °C)
2. Använd inte vågen på tjock matta, gräsmatta, halt golv eller ojämnt golv.
3. Tappa inte eller utsätt vågen för stötar eller slag eftersom den är ett exakt instrument.
4. Håll vågen ren. Använd INTE frätande rengöringsmedel.
5. Använd inte vågen på en plats med intensiva vibrationer. Stå stadigt på vågen vid användning.
6. För att säkerställa noggrannhet, väg vid samma tidpunkt på dagen.

FUNKTIONER/SPECIFIKATIONER

Personvåg

1. Modell: NOBS90BT
1. 74 x 35,6 mm LCD-siffror
2. Låg batteri/överlastindikering
3. Kapacitet 180 kg / 400 lb / 28st
4. Gradering: 100g / 0,2lb
5. Ström: 2 x 1,5V AAA
6. Använder en spänningsmätare med hög precision
7. Multifunktion: mäter kroppsfett %, hydrering %, muskler %, ben % och föreslår kaloriintag.
8. Inbyggt minne för 12 olika användare
9. Valfritt normalvägningsläge (kringgår parameterinställning): Autovägning när du kliver på vågen och på varandra följande tilläggsvägningar
10. Lågt batteri och överbelastningsindikation

Bluetooth

1. Kontrollera direkt information om personvikt, kroppsfett %, hydrering %, muskler % och ben % genom grafer.
2. Ange lösenord för att skydda personlig information och lagra flera användardata;
3. Enkla och tydliga grafer för aktuell viktutveckling, så att du kan hålla reda på förändringar;
4. Trådlös Bluetooth-teknik;
5. Anslut med olika smarta enheter;



Denna symbol på produkten eller i instruktionerna betyder att dina elektriska och elektroniska apparater ska källsorteras när de är förbrukade och att de inte får slängas i hushållssoporna. Det finns särskilda insamlingsystem för återvinning inom EU.

Meddelande om kassering av batterier

Batterierna som används i denna produkt innehåller kemikalier som är skadliga för miljön. För att skydda miljön, kasta använda batterier i enlighet med lokala lagar och bestämmelser. Kasta inte batterierna i de vanliga hushållssoporna.

För ytterligare information, kontakta din kommun eller din återförsäljare där du köpte produkten.

Importerat och exklusivt marknadsförd av:

Power International AS,
PO Box 523, N-1471 Lørenskog, Norway

Power Norge:

<https://www.power.no/kundeservice/T:21004000>

Expert Danmark:

<https://www.expert.dk/kundeservice/T:70701707>

Power Danmark:

<https://www.power.dk/kundeservice/T:70338080>

Punkt 1 Danmark:

<https://www.punkt1.dk/kundeservice/T:70701707>

Expert Finland:

<https://www.expert.fi/tuki/asiakaspalvelu/T:0207100670>

Power Finland:

<https://www.power.fi/tuki/asiakaspalvelu/T:03050305>

Power Sverige:

<https://www.power.se/kundeservice/T:0851766000>