

## H. Συνδέστε την ζυγαριά με το smartphone /tablet

- Ενεργοποιήστε το Bluetooth® στο smartphone ή tablet σας και ξεκινήστε την εφαρμογή Soehnle Connect.
- a. Όταν ξεκινήσετε την εφαρμογή Soehnle Connect για πρώτη φορά, θα καθοδηγηθείτε αυτόματα στην διαδικασία σύνδεσης μιας Soehnle συσκευής. Βεβαιωθείτε ότι η ζυγαριά είναι ενεργοποιημένη (πατήστε πάνω της για λίγο).
- b. Όταν έχετε ήδη χρησιμοποιήσει την εφαρμογή Soehnle Connect, μεταβείτε στη σύνδεση στο Soehnle Connect app. Συνδέστε την εφαρμογή στο „κύριο μενού“ (“main menu”) και πατήστε „Οι συσκευές μου“ (“my devices”) και στη συνέχεια, „Προσθήκη συσκευής“ (“Add device”).

## Θ. Τεχνικά δεδομένα

Bluetooth®: 4.1  
 Ζώνη συχνότητας: 2.4 GHz  
 Μέγιστη ισχύς μετάδοσης: 10 mW  
 έγιστο βάρος: 200 kg / 100 g  
 Μέγιστο βάρος: 440 lb / 0,2 lb  
 Μέγιστο βάρος: 31 st / 0,2 lb  
 Ηλικία: 17-99 ετών  
 Απαιτούμενη μπαταρία: 3 x 1.5 V AAA

## Εγγύηση

Η Leifheit AG σας παρέχει εγγύηση 3 ετών από την ημερομηνία αγοράς του προϊόντος (ή την ημερομηνία της απόδειξης παραλαβής του προϊόντος). Οι αξιώσεις εγγύησης πρέπει να βεβαιώνονται αμέσως με την εμφάνιση του ελαττώματος, εντός της περιόδου εγγύησης.

Η εγγύηση περιορίζεται στη ποιότητα του προϊόντος. Εξαιρούνται από την εγγύηση τα ακόλουθα:

- (1) φθορά που προκαλείται από τη σωστή χρήση ή από φυσικές αιτίες,
- (2) ζημιά που προκλήθηκε από ακατάλληλη χρήση ή χειρισμό (π.χ. κρούση, χτύπημα, πτώση)
- (3) ζημιά που προκλήθηκε από μη συμμόρφωση με τις παρεχόμενες οδηγίες λειτουργίας
- (4) Μπαταρία ή επαναφορτιζόμενη μπαταρία

Σε περίπτωση αίτησης εγγύησης, η Leifheit έχει την διακριτική ευχέρεια να παρέχει είτε την επισκευή των ελαττωματικών μερών ή την αντικατάσταση του προϊόντος. Εάν μια επισκευή δεν είναι δυνατή και εάν το προϊόν δεν είναι πλέον διαθέσιμο για αντικατάσταση, θα λάβετε ένα προϊόν αντικατάστασης που είναι, στο μέτρο του δυνατού, ίσης αξίας.

Σε περίπτωση αίτησης εγγύησης, το χρηματικό τίμημα της αγοράς δεν επιστρέφεται. Η εγγύηση αυτή δεν παρέχει δικαιώματα αποζημίωσης. Αυτή η εγγύηση επιπλέον δεν παρέχει καμία αξίωση αποζημίωσης για βλάβες και απώλειες.


Για να επιβεβαιώσετε την εγγύηση, επικοινωνήστε

με τον πωλητή απ' όπου αγοράσατε το προϊόν και παρουσιάστε το ελαττωματικό προϊόν, την απόδειξη αγοράς (αντίγραφο) και το δελτίο εγγύησης.

Η εγγύηση ισχύει παγκοσμίως.




Τα εκ του νόμου δικαιώματά σας, ιδίως τα δικαιώματα εγγύησης, εξακολουθούν να ισχύουν και δεν περιορίζονται από αυτήν την εγγύηση.

## Συμμόρφωση ΕΚ


 Αυτή η συσκευή συμμορφώνεται με την ισχύουσα οδηγία ΕΚ 2014/30 / ΕΚ. Θα βρείτε τη δήλωση συμμόρφωσης της ΕΕ στην ηλεκτρονική διεύθυνση [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com).

**Απόρριψη μπαταρίας Οδηγία ΕΚ 2008/12 / ΕΚ**  
 Οι μπαταρίες δεν αποτελούν μέρος των κανονικών οικιακών σας απόβλητων. Πρέπει να επιστρέψετε τις μπαταρίες στα σημεία συλλογής του δήμου ή όπου πωλούνται μπαταρίες του αντίστοιχου τύπου.

Οι μπαταρίες που περιέχουν επικίνδυνα υλικά επισημαίνονται με αυτά τα σύμβολα:

 Pb = Η μπαταρία περιέχει μόλυβδο  
 Cd = Η μπαταρία περιέχει κάδμιο  
 Hg = Η μπαταρία περιέχει υδράργυρο

## Απόρριψη ηλεκτρικού και ηλεκτρονικού εξοπλισμού συσκευών οδηγία ΕΚ 2002/96 / ΕΚ

 Αυτό το προϊόν δεν πρέπει να αντιμετωπίζεται ως κανονικό οικιακό απόβλητο αλλά πρέπει να επιστραφεί σε ένα σημείο συλλογής για ανακύκλωση ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών.

Περαιτέρω πληροφορίες είναι διαθέσιμες από τον δήμο σας, τις υπηρεσίες διάθεσης απορριμμάτων του δήμου, ή τον έμπορο λιανικής από τον οποίο αγοράσατε το προϊόν σας

## Υπηρεσία καταναλωτών

Εάν έχετε ερωτήσεις ή σχόλια, τα παρακάτω μέσα επικοινωνίας είναι διαθέσιμα:

Γερμανία Τηλ: (08 00) 5 34 34 34  
 Διεθνές Τηλ.: +49 26 04 97 70




Δευτέρα έως Παρασκευή 08:30 έως 12:00 π.μ.

## Νομικές πληροφορίες

Apple, iPhone, iPad, iOS, Apple Health και το λογότυπο της Apple είναι εμπορικά σήματα της Apple Inc., καταχωρημένα στις ΗΠΑ και σε άλλες χώρες. Το App Store είναι σήμα υπηρεσίας της Apple Inc., καταχωρημένο στις Η.Π.Α. και σε άλλες χώρες. Το Android, το Google Fit, το Google Play και το λογότυπο του Google Play είναι εμπορικά σήματα της Google Inc.

Το λεκτικό σήμα και τα λογότυπα Bluetooth® είναι σήματα κατατεθέντα της Bluetooth SIG, Inc.

Απόκλιση από τη φυσιολογική μέτρηση

Display	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	-			☺			+		
<b>BMI</b>	< 17,4	17,5 - 17,9	18,0 - 18,4	18,5 - 20,4	20,5 - 22,9	23,0 - 24,9	25,0 - 27,4	27,5 - 29,9	≥ 30
	< -12 %	- 12 %	- 7 %	-3 %	0 %	+ 3 %	+ 7 %	+ 12 %	> + 12 %
	< - 6 %	- 6 %	- 4 %	-2 %	0 %	+ 2 %	+ 4 %	+ 6 %	> + 6 %
	< - 6 %	- 6 %	- 4 %	-2 %	0 %	+ 2 %	+ 4 %	+ 6 %	> + 6 %

Alter/ Age	♀						♂					
	-	J	+	++	J	J	-	J	+	++	J	J
17-18	< 15	≥ 15-25	≥ 25-33	> 33	> 52,5	> 28	< 8	≥ 8-18	≥ 18-24	> 24	> 58,5	> 38
18-30	< 20	≥ 20-29	≥ 29-36	> 36	> 49,5	> 28	< 8	≥ 8-18	≥ 18-24	> 24	> 57	> 38
30-40	< 22	≥ 22-31	≥ 31-38	> 38	> 47,5	> 28	< 11	≥ 11-20	≥ 20-26	> 26	> 56	> 38
40-50	< 24	≥ 24-33	≥ 33-40	> 40	> 46,5	> 28	< 13	≥ 13-22	≥ 22-28	> 28	> 55	> 38
50-60	< 26	≥ 26-35	≥ 35-42	> 42	> 46	> 28	< 15	≥ 15-24	≥ 24-30	> 30	> 54	> 38
60+	< 28	≥ 28-37	≥ 37-47	> 47	> 45	> 28	< 17	≥ 17-26	≥ 26-34	> 34	> 53	> 38

Όλες οι τιμές είναι %

**BMI** Δείκτης Μάζας Σώματος

 Ποσοστό λίπους



Αυτή η συσκευή μπορεί να χρησιμοποιηθεί από παιδιά ηλικίας άνω των 8 ετών και από άτομα με μειωμένες σωματικές, αισθητηριακές ή πνευματικές ικανότητες ή με έλλειψη πείρας και γνώσεων μόνο εάν αυτά εποπτεύονται ή τους έχουν δοθεί οδηγίες σχετικά με την ασφαλή χρήση της συσκευής καθώς και τους κινδύνους που προκύπτουν από αυτήν. Ο καθαρισμός και η συντήρηση δεν πρέπει να γίνονται από παιδιά χωρίς επιτήρηση.

Τα παιδιά δεν πρέπει να παίζουν με τη συσκευή.



Δεν είναι κατάλληλη για άτομα με ηλεκτρονικά εμφυτεύματα (βηματοδότη κλπ).



**Προσοχή!** Κίνδυνος ολίσθησης σε περίπτωση υγρής επιφάνειας.



Ποσοστό ολικού νερού σώματος



Ποσοστό μυϊκής μάζας

## A. Στοιχεία Λειτουργίας

1. Μείον (∇)
2. Επιβεβαίωση(ο)
3. Συν (Δ)

Αισθητήρας Αφής:  
Αγγίξτε ελαφρά τα πλήκτρα



## B. Προετοιμασία

1. Τοποθετήστε τις μπαταρίες (3 x 1.5 V AAA).  
Σημείωση: Αμέσως (όσο εμφανίζεται στην οθόνη το „0.0“) τοποθετήστε την ζυγαριά ανάλυσης σώματος σε μια επίπεδη επιφάνεια και περιμένετε μέχρι η ζυγαριά να απενεργοποιηθεί αυτόματα. Στη συνέχεια αρχίστε την εισαγωγή δεδομένων. Διαφορετικά, είναι πιθανό το βάρος της ζυγαριάς να προστεθεί λανθασμένα στην αρχική στάθμιση. Το ίδιο μπορεί να συμβεί κατά τη διάρκεια της κανονικής λειτουργίας εάν η ζυγαριά κρατιέται στο χέρι πριν από την ζύγιση.
2. Για όλες τις μετρήσεις, τοποθετήστε τη ζυγαριά σε μια επίπεδη και σκληρή επιφάνεια (όχι χαλί).
3. Καθαρισμός και φροντίδα: καθαρίστε μόνο ελαφρά με ένα υγρό ύφασμα. Μην χρησιμοποιείτε διαλύτες ή λειανικά. Ποτέ μην βυθίζετε την ζυγαριά στο νερό.
4. Η αλλαγή των μονάδων μέτρησης από kg/cm σε lb/in ή st/in είναι δυνατή πιέζοντας το πλήκτρο στο κάτω μέρος της ζυγαριάς.

## G. Εισαγωγή δεδομένων

1. Πιέστε το πλήκτρο **○**
2. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα **∇ / Δ** για να επιλέξετε την υποδοχή μνήμης και επιβεβαιώστε **○ → P**.
3. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα **∇ / Δ** για να εισάγετε το ύψος σας και επιβεβαιώστε **○ → H**.
4. Στο επόμενο βήμα εισάγετε την ηλικία σας και επιβεβαιώστε με **○ → A**.
5. Επιλέξτε φύλο και επιβεβαιώστε με **○ → S**.
6. Για να ολοκληρώσετε, ορίστε το επίπεδο δραστηριότητας και επιβεβαιώστε με **○**. (Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο για 3 δευτερόλεπτα). **→ AC**.

AC	Εξήγηση	Ώρες την εβδομάδα
1	Σχεδόν καμία σωματική δραστηριότητα	
2	Ελαφριά δραστηριότητα	
3	Εργασίες στο σπίτι και στον κήπο περιστασιακά	
4	Αθλητές και άτομα με πολύ κίνηση	Εντατική άσκηση 5-10 ώρες / εβδομάδα
5	Βαριά χειρωνακτική εργασία, πολύ ενεργός αθλητής	Εντατική άσκηση τουλάχιστον 10 ώρες / εβδομάδα

Λειτουργία αθλητή: Με τον καθορισμό του επιπέδου προσωπικής δραστηριότητας, η αντίστοιχη απαίτηση θερμίδων μπορεί να προσδιοριστεί με ακρίβεια.

7. Τώρα τοποθετήστε αμέσως την ζυγαριά στο πάτωμα, περιμένετε έως ότου η οθόνη εμφανίσει „0.0“ και έπειτα ανεβείτε στην ζυγαριά με γυμνά πόδια.  
Η αρχική μέτρηση είναι απαραίτητη και χρησιμεύει για την αποθήκευση των δεδομένων ώστε αργότερα να γίνεται αυτόματη αναγνώριση του ατόμου.  
Εάν δεν ανέβει στην ζυγαριά κάποιο άτομο η εισαγωγή δεδομένων πρέπει να επαναληφθεί. Η πρώτη ανάλυση σώματος γίνεται αφού κάποιο άτομο ανέβει στην ζυγαριά.  
Αυτή η ζυγαριά είναι εξοπλισμένη με λειτουργία Time-Out. Θα απενεργοποιηθεί αυτόματα μετά από περίπου 40 δευτερόλεπτα εάν δεν πατηθεί κάποιο πλήκτρο.  
Εναλλακτικά: Μπορείτε επίσης να εκτελέσετε αυτό το βήμα με ευκολία μέσω της εφαρμογής Soehnle Connect, και τα δεδομένα μεταφέρονται στην ζυγαριά. Ωστόσο η πρώτη μέτρηση είναι απαραίτητη. Αφού έχετε εισάγει τα δεδομένα στην ζυγαριά για την αναγνώριση των ατόμων όπως περιγράφεται στο κεφάλαιο Γ, η εφαρμογή Soehnle Connect θα το υιοθετήσει αυτόματα.

## Δ. Ανάλυση σώματος

Τοποθετήστε την ζυγαριά σε σκληρή, επίπεδη επιφάνεια και περιμένετε έως ότου η ζυγαριά σβήσει αυτόματα.

1. Ανεβείτε ξυπόλητος/η πάνω στην ζυγαριά. Παραμείνετε ακίνητοι.
2. Θα εμφανιστεί το σωματικό βάρος και τα υπόλοιπα υπολογισμένα στοιχεία στην οθόνη.
3. Εάν οι τιμές δεν μπορούν να αποδοθούν ξεκάθαρα σε έναν χρήστη, οι πιθανές εγγραφές στη μνήμη θα εμφανιστούν.

Εάν το καθορισμένο βάρος μπορεί να αποδοθεί σε περισσότερους από 2 χρήστες, οι άλλες πιθανές εγγραφές στη μνήμη θα εμφανιστούν μετά από 3 δευτερόλεπτα.

Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα **∇/Δ**-(**∇** = αριστερά, **Δ** = δεξιά) για να επιβεβαιώσετε την εγγραφή μνήμης.

Η ζυγαριά υπολογίζει τις διαφορές μετρήσεις σώματος με ανάλυσης βιοϊδανισμού (ποσοστό σωματικού λίπους, ενυδάτωση σώματος, μυϊκή μάζα), υπολογίζει το βασικό μεταβολικό ρυθμό ανά ημέρα (kcal) και BMI (Δείκτης Μάζας Σώματος).

Η γραμμή κατάσταση των 9 σημείων εμφανίζει την αντίστοιχη απόκλιση από την κανονική τιμή (βλέπε στην επόμενη σελίδα).

Η ζυγαριά σβήνει αυτόματα.

**Σημείωση:** Εάν χρειαστεί, ο χρήστης μπορεί να κατέβει από την ζυγαριά μόλις εμφανιστεί η πρώτη τιμή στην οθόνη.

## Ερμηνεία των τιμών μέτρησης

Για να μπορέσετε να αξιολογήσετε καλύτερα τις μετρήσεις σας, στο μπροστινό μέρος αυτού του εγχειριδίου λειτουργίας θα βρείτε έναν πίνακα επισκόπησης όπου μπορείτε να δείτε τις κοινές αποδεκτές ιδανικές τιμές. Το ιδανικό εύρος σημειώνεται στον πίνακα με ένα 😊. Οι τιμές εκτός αυτού του εύρους είναι είτε πολύ χαμηλές (—) ή πολύ υψηλές (+/+).

Ακολουθεί ένα παράδειγμα: Μία γυναίκα είναι 35 ετών και εμφανίζεται σώμα περιεκτικότητα σε λιπαρά 28,2% στην ζυγαριά. Για την ηλικία ομάδα γυναικών ηλικίας 30-40 ετών, αυτή είναι μια τιμή μέσα στο ιδανικό εύρος (22-31% → 😊).

## Ταξινόμηση σωματικού βάρους σύμφωνα με τον ΔΜΣ (Πηγή: Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, 2016)

BMI (kg / m <sup>2</sup> )	Βαθμολογία
< 18,5	Ελλιποβαρής
18,5 - 24,9	Κανονικό βάρος
25,0 - 29,9	Προ-παχυσαρκία
30,0 - 34,9	Επίπεδο παχυσαρκίας I
35,0 - 39,9	Επίπεδο παχυσαρκίας II
> 40,0	Επίπεδο παχυσαρκίας III

## E. Ειδοποιήσεις

1. Αντικαταστήστε την μπαταρία (Lo)
2. Υπερφόρτωση: Μέγ. 180 kg
3. Η μετρούμενη τιμή είναι υψηλότερη (H) ή χαμηλότερη (L) από το όριο.

	L	☉	H	L	☹	H	L	☹	H
♀	< 10 %		> 60 %	< 5 %		> 90 %	< 5 %		> 90 %
♂	< 4 %		> 60 %	< 5 %		> 90 %	< 5 %		> 90 %

## ΣΤ. Άλλες πρόσθετες λειτουργίες μέσω της εφαρμογής Soehnle Connect

Μπορείτε να συνδέσετε αυτήν την ζυγαριά ανάλυσης σώματος με το smartphone σας (iOS® ή Android™) μέσω Bluetooth®. Χρησιμοποιήστε την εφαρμογή Soehnle Connect για να αξιοποιήσετε περισσότερες λειτουργίες μεταξύ άλλων:

1. Διαφορά από την τελευταία ζύγιση
2. Διαφορά από το επιθυμητό βάρος

## Z. Εγκατάσταση της εφαρμογής Soehnle Connect

Εγκαταστήστε την εφαρμογή Soehnle Connect στο smartphone ή στο tablet σας ως εξής:



### Android smartphones / tablet

Εάν χρησιμοποιείτε συσκευή Android, κάντε λήψη και εγκατάσταση την εφαρμογή Soehnle Connect από το Google Play Store. Για να το κάνετε αυτό, σαρώστε τον κώδικα QR ή ανοίξτε την εφαρμογή με το όνομα „Play Store“ και αναζητήστε „Soehnle Connect app“. Στη συνέχεια, κατεβάστε και εγκαταστήστε την δωρεάν εφαρμογή.

### iPhone® / iPad® (iOS®)

Εάν χρησιμοποιείτε ένα iPhone ή iPad της Apple, κάντε λήψη και εγκαταστήστε την εφαρμογή Soehnle Connect από την Apple App Store. Για να γίνει αυτό, σαρώστε τον κωδικό QR ή ανοίξτε την εφαρμογή με το όνομα „App Store“ στο iPhone σας και αναζητήστε „Soehnle Connect app“. Έπειτα κατεβάστε και εγκαταστήστε την δωρεάν εφαρμογή.

### Απαιτήσεις συστήματος για τη χρήση του Soehnle Connect app

Android™: 4.4.4 ή νεότερη έκδοση  
iOS®: iOS 9 ή νεότερη έκδοση  
Bluetooth®: 4.0 ή νεότερη έκδοση

### Συμβατότητα

Η εφαρμογή Soehnle Connect είναι συμβατή με το Google Fit® και το Apple Health®. Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες στο Internet στο [www.soehnle.de](http://www.soehnle.de). Ή επικοινωνήστε με την υπηρεσία εξυπηρέτησης πελατών.