



SMART SCALE PRO

BODY COMPOSITION & HEART RATE



User Manual



Thank you for purchasing our smart scale. This manual will provide instructions for effective and safe use of the product. Please read it carefully before use and store the manual in a safe place for future reference. If you ever pass the product on to others, this manual should be included.

1. Technical data

LCD display

Weight unit: kg/lb

Weight limit: 6-180 kg / 13.2-400 lb

Account number: no limitation (each account can add 24 users)

Baby mode: to weigh a baby

Size: 29.97 x 29.97 x 2.49 cm / 11.8 x 11.8 x 0.98 inch

Batteries: 4x 1.5V AA LR6 standard batteries

Support devices

- IOS 8.0 or higher
- Android 6.0 or higher

Recorded parameters

- Weight
- BMI
- Body fat
- Fat-free body weight
- Subcutaneous fat
- Heart rate
- Heart index
- Visceral fat
- Body water
- Skeletal muscle
- Muscle mass
- Bone mass
- Protein
- BMR
- Body age

Package content

- Smart scale
- Manual

2. Safety instructions

- The product is safe to use by children from the age of 10 and by persons with reduced physical or mental capabilities, or with lack of experience or knowledge, but only under supervision of an adult and with taking into account any hazards.
- Maintenance should be done by or under the supervision of an adult.
- Before use, inspect the device and its parts. Do not use in case of damage.
- Do not use to diagnose or treat any medical conditions.
- Do not use with medical implants such as pacemakers.
- Make sure the scale and your feet are dry before stepping on the scale, to avoid slipping.
- Do not stand on the edge of the scale or jump on it.
- Do not overload the scale (max 180 kg/400 lb).

- Place the product on a hard, flat surface.
- Do not drop the scale or drop objects on it, as this may damage the sensors.
- Do not immerse in water.
- Not recommended for pregnant women.
- Not recommended for infants, toddlers, and children under 10 years of age.
- Do not attempt to repair, disassemble or alter the product yourself.

Note:

- Any measurement obtained using this device, is for reference only and should not be considered as a medical opinion.
- Consult your GP or specialist before making changes to your diet, exercise plan or physical activities.
- To ensure the most accurate results, take your measurements at the same time of the day and under similar circumstances.

3. Preparations

Install Fitdays app

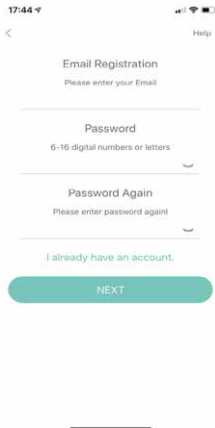
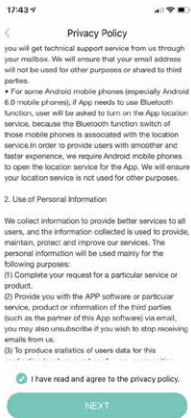
Search for 'Fitdays' in the Apple Store or in Google Play. Or scan this QR code: Download and install the app on your device. The app icon will appear on your phone or tablet after the installation is completed.



4. Operation

How to use Fitdays

Before using the smart scale, make sure you have entered all your personal data through the Fitdays app. Turn on Bluetooth on your smart phone or tablet. Register your own ID by email or login with a social media account. Add personal data and confirm OK.



Note: Entering the wrong gender, age, height, or corporeality level can result in inaccurate measurements.

17:45



17:49



Male Female

Nickname
15075

Birthday
01/01/1995

Height
165cm

Target weight
56.1kg

Athlete mode ☐

The personal information is only assessed as health data, Fitdays will keep you confidential

Confirm

Male Female

Nickname
Fitdays

Birthday
29/11/1995

Height
163 cm

Target weight
54.7kg

Athlete mode ☐

The personal information is only assessed as health data, Fitdays will keep you confidential

Confirm

Fitdays

0.00 kg

Target 56.1 kg

Weight BMI Body fat rate

More Data >>

Weight BMI Body fat rate

Measure Chart Mine

Place the scale on a flat surface. Tap with your foot on the scale to activate the display. Wait until the display shows '0.0'(kg/lb). Step on the scale barefoot and with slightly damp feet for thorough measurements and full analysis. Make sure to touch all four metal squares. After the weight has been locked, all body composition data can be read in the Fitdays App by clicking More >> or Details.

Flat and hard surface



Clean and Bare feet





Carpet or uneven surface



With socks or shoes



Note: When stepping on the scale with socks on, only weight and BMI will be measured and displayed on the main page.

Usage tip:

Drink cold water when rising in the morning (ensure that the amount of water and its temperature are the same each day) and wait 30 minutes. Urinate and start the analysis with bare feet on the Silvergear scale.

Body balance

When the weight is locked, the scale will measure your body balance. Adjust your body to achieve equal weight distribution during tracking. The display flashes and displays your final weight, as well as your balance status.

28.0^L ≈ 24.6^R

Note: You should pay more attention to your balance, when the following data is shown:

- Weight L ≈ Weight R
- Health: Weight L > Weight R (or Weight L < Weight R)

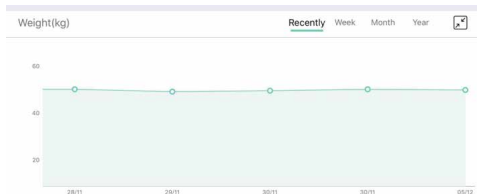
Heart rate

After determining your body balance, the scale will measure the body's heart rate. The icon of a heart will flash when the scale is weighing and analysing. Keep standing on the scale until the measurement is finished and your phone has received all the data from the scale.



- You can find your personal data report on body weight, BMI, BMR, muscle, bone mass etc. by clicking on More >> or Details.
- When you click Charts, you can see your long-term tracking results.
- To delete results: click Charts to view your progress history and then click User Data. Use the calendar to select and slide to the left to delete the data.

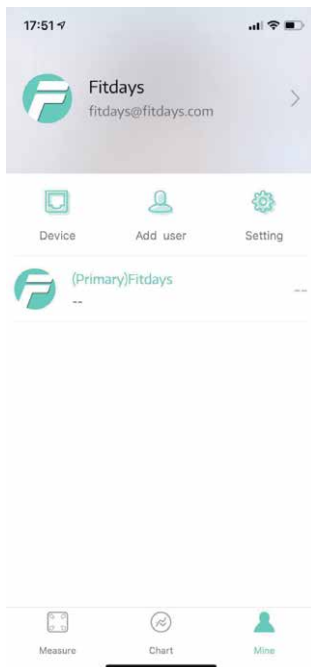
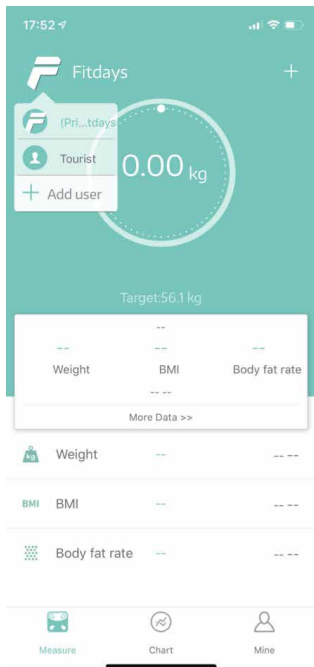
Fitdays supports you in keeping a record for every function via the right icon. Fitdays can keep a track-record for recent, week, month and year. Share your results with friends and family Facebook, Instagram, or SMS.



Note: slide left or right or drag with two fingers to see more records.

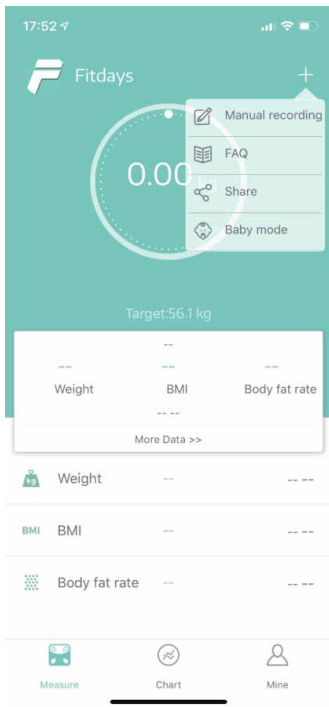


- Add or switch users by clicking the icon upper-left, or click Me -> Manage users, then add personal data.
- The Smart Scale recognizes which user is on it and reminds him/her to switch to the correct user.
- Each account can support 24 users.



Weighing a baby

Click + and Baby Mode. First, step on the scale yourself. When the scale has determined your weight, hold the baby to measure the baby's weight.



17:59



Baby mode

58.50 kg

Weight of adult holding baby



Adult weighs first.



Please wait until the weight is steady before holding baby to weigh.



The APP automatically calculates the baby's weight.



17:57



Baby mode

6.80 kg

Baby weight



Please wait until the weight is steady before holding baby to weigh.



The APP automatically calculates the baby's weight.



5. Troubleshooting

1. Bluetooth is not connected

- Both the scale and smart phone must have **bluetooth** turned on.
- Check the **IOS** version of your smart phone; it must be **IOS 8.0** or higher / **Android 6.0** or higher.
- Click **Me** -> device find the scale

2. The scale is not measuring body fat data when weighing

- You have to be barefoot to measure body fat.
- The scale is not finished with weighing when the number displayed is flashing. Keep standing on the scale for about 10 seconds, until the number on the display stops flashing.
- **Bluetooth** is not turned on.
- **Bluetooth** is connected to a difference scale.

3. The scale is producing inconsistent measurements

- Check whether the scale is on a hard, flat surface.
- Check each sensor foot on the back to make sure nothing is stuck to the bottom.
- Remove the batteries to restart the scale.

4. The app is displaying an incorrect body fat rate

- The body parameter setting is incorrect, check to make sure that you enter the correct gender, height, and age.

5. How do I re-calibrate the scale (after moving it or changing the batteries)?

- Step on the scale to turn it on. Step off and let the number drop automatically to 0.0kg/1b to calibrate.

6. The scale does not turn on

- Remove the batteries and put them back. Make sure to insert the batteries as directed.

7. How to change units?

- You can change units via the Fitdays app. The scale will then show the same unit as the app.



1. Battery volume
2. Connected
3. Weight units
4. Body balance function
5. Body fat rate
6. Body water rate
7. Body Heart rate
8. Body weight
9. BMI
10. Muscle rate
11. Bone mass

No display

Change battery

Functioning normally

Lo

Change battery

EEr

Overload

C

Calibrating

6. Maintenance

- If necessary, clean the scale with a slightly damp towel and wipe it dry with a soft cloth.
- You can use cleaning alcohol to clean the sensors. Do not use it on other parts of the unit.
- Store the scale in a dry, cool place away from direct sunlight.

7. Disposal

Dispose of the article and the packaging materials in accordance with current local regulations.

This product is subject to the provisions of the European Directive 2012/19/EU.



The crossed out wheeled bin symbol means that this product shall not be disposed of with normal household waste. Electronic and Electrical Equipment not included in the selective sorting process are potentially dangerous for the environment and human health due to the presence of hazardous substances. Please dispose of responsibly at an approved waste or recycling facility.



The CE marking is a certification mark that indicates conformity with health, safety and environmental protection standards for products sold within the European Union. The CE marking is the manufacturer's declaration that the product meets the requirements of the applicable EC directives.



Recycling helps to reduce the consumption of resources and reduce the environmental impact. If you wish to discard the packaging, comply to the environmental legislation in your country.

Bedankt voor de aankoop van onze slimme weegschaal. Deze handleiding geeft aanwijzingen voor veilig en effectief gebruik van het product. Lees het voor gebruik aandachtig door en bewaar de handleiding op een veilige plaats voor toekomstig gebruik. Als je het product ooit aan anderen doorgeeft, moet deze handleiding worden bijgesloten.

1. Technische gegevens

Lcd-scherm

Gewichtseenheid:

kg / lb

Gewichtslimiet:

6-180 kg / 13,2-400 lb

Aantal accounts:

geen beperking (elk account kan 24 gebruikers toevoegen)

Babymodus:

om een baby te wegen

Afmetingen:

29,97 x 29,97 x 2,49 cm / 11,8 x 11,8 x 0,98 inch

Batterijen:

4x 1,5V AA LR6 standaard batterijen

Ondersteunende apparaten

- IOS 8.0 of hoger
- Android 6.0 of hoger

Gemeten parameters

- Gewicht
- BMI
- Lichaamsvet
- Vetvrij lichaamsgewicht
- Onderhuids vet
- Hartslag
- Hartindex
- Visceraal vet
- Watergewicht
- Skeletspier
- Spiermassa
- Botmassa
- Eiwit
- BMR
- Lichaamsleeftijd

Inhoud verpakking

- Smart weegschaal
- Handleiding

2. Veiligheidsinstructies

- Dit apparaat is geschikt voor gebruik door personen vanaf 10 jaar en door personen met beperkte fysieke, sensorische of mentale capaciteiten, of met gebrek aan ervaring en kennis, mits onder toezicht van een volwassene en met inachtneming van alle risico's.
- Onderhoud mag **alleen** worden verricht door of onder toezicht van een volwassene.
- Controleer het apparaat en zijn onderdelen voor gebruik. Gebruik het apparaat niet bij schade.
- Niet geschikt voor diagnose of behandeling van medische aandoening.
- Niet geschikt in combinatie met medische implantaten, zoals pacemakers.
- Zorg dat de weegschaal en je voeten droog zijn voordat je op de weegschaal stapt, om uitglijden te voorkomen.
- Sta niet op de rand van de weegschaal en spring er niet op.
- Zorg dat de weegschaal niet overbelast is (max. 180 kg/400 lb).
- Plaats het product op een harde en vlakke ondergrond.

- Laat de weegschaal niet vallen en laat er geen objecten op vallen; dit kan de sensoren beschadigen.
- Houd het apparaat droog.
- Niet aanbevolen voor zwangere vrouwen.
- Niet aanbevolen voor baby's, peuters en kinderen onder de 10 jaar.
- Probeer het apparaat niet zelf te repareren, demonteren of aan te passen.

3. Voorbereidingen

Installeer de Fitdays-app

Zoek naar 'Fitdays' in de Apple Store-app of Google Play-app. Of scan deze QR-code:

Download en installeer de app op je apparaat.

Het app-pictogram verschijnt op je telefoon of tablet, nadat de installatie is voltooid.

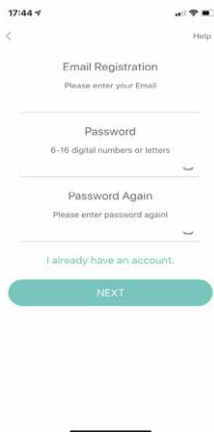
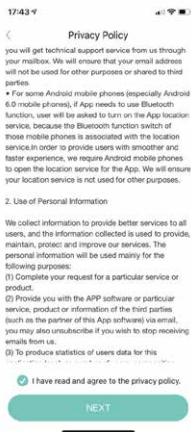


4. Bediening

Hoe je Fitdays gebruikt

Zorg ervoor dat je al je persoonlijke gegevens hebt ingevoerd via de Fitdays-app, voordat je de Smart weegschaal gaat gebruiken. Schakel bluetooth in op je smartphone of tablet. Registreer je eigen ID via e-mail of een social media-account. Voeg persoonlijke gegevens toe en bevestig OK.

Let op: Het invoeren van het verkeerde geslacht, leeftijd, lengte of lichaamstype kan onnauwkeurige metingen opleveren.



Let op: Het invoeren van het verkeerde geslacht, leeftijd, lengte of lichaamstype kan onnauwkeurige metingen opleveren.



17:45



17:49



17:52



Male Female

Nickname
15075

Birthday
01/01/1995

Height
165cm

Target weight
56.1kg

Athlete mode ☐

The personal information is only assessed as health data, Fitdays will keep you confidential

Confirm

Male Female

Nickname
Fitdays

Birthday
29/11/1995

Height
163 cm

Target weight
54.7kg

Athlete mode ☐

The personal information is only assessed as health data, Fitdays will keep you confidential

Confirm

Fitdays

0.00 kg

Target: 56.1 kg

Weight BMI Body fat rate

More Data >>

Weight BMI Body fat rate

Measure Chart Mine

Plaats de weegschaal op een vlakke ondergrond. Tik met je voet op de weegschaal om de weergave te activeren. Wacht tot het display '0.0' (kg / lb) weergeeft.

Stap blootvoets en met licht vochtige voeten op de weegschaal voor grondige metingen en een volledige analyse. Zorg ervoor dat je alle vier de metalen vierkantjes aanraakt.

Nadat het gewicht is vergrendeld, kunnen alle gegevens over de lichaamssamenstelling worden afgelezen in de Fitdays-app door op Meer >> of Details te klikken.

Flat and hard surface



Clean and Bare feet





Carpet or uneven surface



With socks or shoes



Let op: Wanneer je met sokken op de weegschaal stapt, worden **alleen** het gewicht en de BMI gemeten en weergegeven op de hoofdpagina.

Gebruikerstip:

Drink 's ochtends bij het opstaan koud water (zorg dat de hoeveelheid water en temperatuur gelijk blijft per dag) en wacht 30 minuten. Urineer en start de analyse met blote voeten op de Silvergear weegschaal.

Lichaamsbalans

Als het gewicht is vergrendeld, meet de weegschaal je lichaamsbalans. Pas je lichaamshouding aan om een gelijke gewichtsverdeling te krijgen tijdens het meten. Het display knippert en geeft je uiteindelijke gewicht weer, net als je balansstatus.

28.0^L ≈ 24.6^R

Let op: Let meer op je balans als de volgende gegevens worden weergegeven:

- Weight L ≈ Weight R
- Health: Weight L > Weight R (or Weight L < Weight R)

Hartslag

Na het bepalen van je balans, meet de weegschaal je hartslag. Het pictogram van een hart knippert wanneer de weegschaal weegt en analyseert. Blijf op de weegschaal staan totdat de meting is voltooid en je telefoon alle gegevens van de weegschaal heeft ontvangen.



- Je persoonlijke gegevensrapport voor lichaamsgewicht, BMI, BMR, spieren, botmassa enz. lees je door op Meer >> of Details te klikken.
- Wanneer je op Overzicht klikt, kun je je meetresultaten op de lange termijn volgen.
- Om resultaten te verwijderen: klik op Overzicht om je voortgangsgeschiedenis te bekijken en daarna op Gebruikersgegevens. Gebruik de kalender om te selecteren en schuif naar links om de gegevens te verwijderen.

Fitdays ondersteunt je bij het bijhouden van elke functie via het rechter icoon. Fitdays kan een trackrecord bijhouden voor recent, week, maand en jaar. Deel je resultaten met vrienden en familie via Facebook, Instagram of sms.

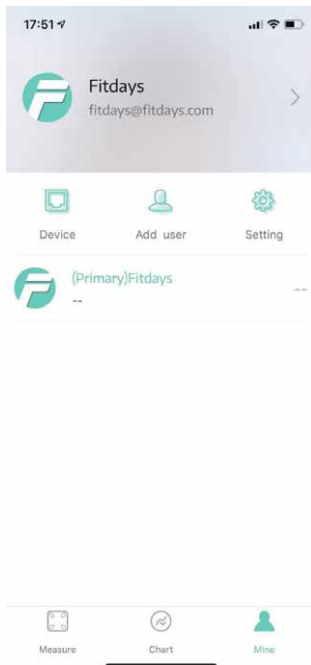
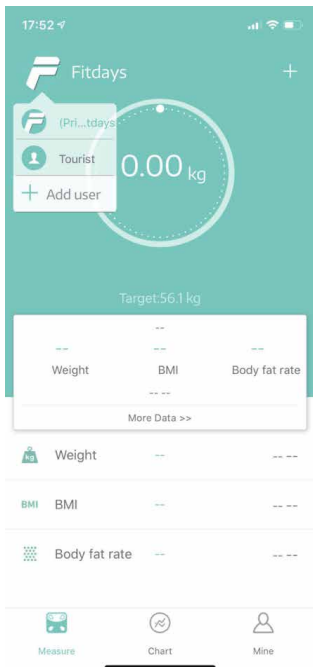


Note: slide left or right or drag with two fingers to see more records.



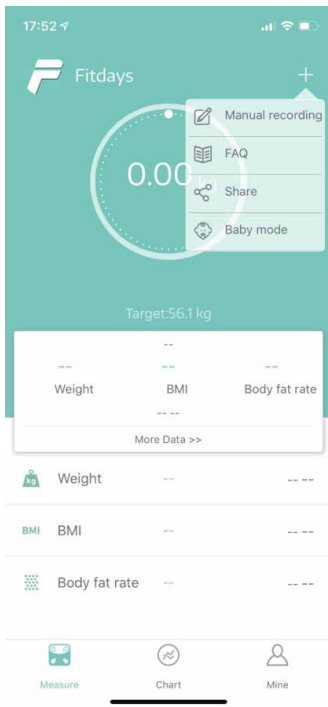
Voeg een gebruiker toe of wissel van gebruiker door op het pictogram linksboven te klikken, of klik op Ik -> Beheer gebruikers, en voeg persoonlijke gegevens toe.

De Smart weegschaal herkent welke gebruiker erop staat en herinnert hem / haar eraan om de juiste gebruiker te selecteren. Elk account kan 24 gebruikers toevoegen.



Baby wegen

Klik op + en op Babymodus. Stap eerst zelf op de weegschaal. Wanneer de weegschaal jouw gewicht heeft bepaald, houd je de baby vast om het gewicht van de baby te meten.



17:59



Baby mode

58.50 kg

Weight of adult holding baby



Adult weighs first.



Please wait until the weight is steady before holding baby to weigh.



The APP automatically calculates the baby's weight.

17:57



Baby mode

6.80 kg

Baby weight



Please wait until the weight is steady before holding baby to weigh.



The APP automatically calculates the baby's weight.

5. Probleemoplossing

1. Bluetooth is niet verbonden
 - Bluetooth moet zowel op de weegschaal als op de smartphone zijn ingeschakeld.
 - Controleer de IOS-versie van je smartphone; het moet IOS 8.0 of hoger / Android 6.0 of hoger zijn.
 - Klik op Mij -> apparaat zoek de weegschaal.
2. De weegschaal meet geen lichaamsvet tijdens het wegen
 - Je moet blootsvoets zijn om het lichaamsvet te meten.
 - De weegschaal is nog niet klaar met wegen als het weergegeven nummer knippert. Blijf ongeveer 10 seconden op de weegschaal staan, totdat het cijfer op het display stopt met knipperen.
 - Bluetooth is niet ingeschakeld.
 - Bluetooth is verbonden met een andere weegschaal.
3. De weegschaal toont wisselende metingen
 - Controleer of de weegschaal op een harde, vlakke ondergrond staat.
 - Controleer aan de onderkant elke sensorvoet om er zeker van te zijn dat er niets aan de bodem vastzit.
 - Verwijder de batterijen om de weegschaal opnieuw te starten.
4. De app geeft een onjuist lichaamsvetpercentage weer
 - De instelling van de parameters is onjuist. Controleer of je het juiste geslacht, lengte en leeftijd invoert.
5. Hoe kan ik de weegschaal opnieuw kalibreren (na verplaatsen of vervanging van batterijen)?
 - Stap op de weegschaal om deze aan te zetten. Stap er weer af en laat het getal automatisch zakken tot 0,0 kg / lb om te kalibreren.
6. De weegschaal gaat niet aan
 - Verwijder de batterijen en plaats ze terug. Zorg ervoor dat je de batterijen goed om plaatst.
7. Hoe verander je van eenheid?
 - Je wijzigt de maateenheid via de Fitdays-app. De weegschaal toont dan dezelfde eenheid als de app.



1. Battery volume
2. Connected
3. Weight units
4. Body balance function
5. Body fat rate
6. Body water rate
7. Body Heart rate
8. Body weight
9. BMI
10. Muscle rate
11. Bone mass

No display

Change battery

Functioning normally

Lo

Change battery

EEr

Overload

C

Calibrating

6. Onderhoud

- Indien nodig, reinig de weegschaal met een licht vochtige doek en wrijf hem droog met een zachte doek.
- Je kunt schoonmaakalcohol gebruiken om de sensoren schoon te maken. Gebruik het niet op andere onderdelen van het toestel.
- Bewaar de weegschaal op een droge, koele plaats en buiten het bereik van direct zonlicht.

7. Verwijdering

Gooi het artikel en de verpakkingsmaterialen weg in overeenstemming met de geldende plaatselijke voorschriften. Dit product is onderhevig aan de bepalingen van de Europese Richtlijn 2012/19/EU.



Het symbool van de doorgekruiste vuilniscontainer betekent dat dit product niet met het gewone huisvuil mag worden weggegooid. Elektronische en elektrische apparatuur die niet is opgenomen in het selectieve afvalsorteringsproces is potentieel gevaarlijk voor het milieu en de menselijke gezondheid vanwege de aanwezigheid van gevaarlijke stoffen. Voer deze op verantwoorde wijze af bij een erkend afvalverwerkings- of recyclingbedrijf.



De CE-markering is een certificatiemerk dat aangeeft dat producten die binnen de Europese Unie worden verkocht, voldoen aan de normen op het gebied van gezondheid, veiligheid en milieubescherming. De CE-markering is de verklaring van de fabrikant dat het product voldoet aan de eisen van de geldende EG-richtlijnen.



Recycling helpt om het verbruik van hulpbronnen te verminderen en de gevolgen voor het milieu te beperken. Als je de verpakking wilt weggooien, voldoe dan aan de milieuwetgeving in je land.

Nous vous remercions d'avoir acheté notre balance intelligente. Ce manuel fournit les instructions pour une utilisation efficace et sûre du produit. Veuillez le lire attentivement avant de l'utiliser et conservez-le dans un endroit sûr pour pouvoir vous y référer ultérieurement. Si jamais vous transmettez le produit à un tiers, la présente notice doit être incluse.

1. Données techniques

Affichage LCD

Unité de poids :	Kg/lb
Limite de poids :	6-180 kg / 13,2-400 lb
Nombre de comptes :	aucune limitation (chaque compte peut ajouter 24 utilisateurs)
Mode bébé :	pour peser un bébé
Dimensions :	29,97 x 29,97 x 2,49 cm / 11,8 x 11,8 x 0,98 pouces
Piles :	4x 1,5V AA LR6 piles standard

Appareils compatibles

- IOS 8.0 ou supérieur
- Android 6.0 ou supérieur

Paramètres enregistrés

- Poids
- IMC
- Graisse corporelle
- Poids corporel sans graisse
- Graisse sous-cutanée
- Fréquence cardiaque
- Indice cardiaque
- Graisse viscérale
- Eau corporelle
- Muscle squelettique
- Masse musculaire
- Masse osseuse
- Protéines
- BMR
- Âge corporel

Contenu de l'emballage

- Balance intelligente
- Manuel

2. Instructions de sécurité

- Le produit ne peut être utilisé par des enfants âgés d'au moins 10 ans et par des personnes ayant des capacités physiques ou mentales réduites ou manquant d'expérience ou de connaissances, que sous la surveillance d'un adulte et en tenant compte des risques éventuels.
- L'entretien doit être effectué par ou sous la surveillance d'un adulte.
- Avant toute utilisation, inspectez l'appareil et ses pièces. Ne l'utilisez pas en cas de dommages.
- Ne pas utiliser pour diagnostiquer ou traiter des conditions médicales.
- Ne pas utiliser avec des implants médicaux tels que des stimulateurs cardiaques.
- Assurez-vous que la balance et vos pieds sont secs avant de monter sur la balance, pour éviter de glisser.
- Ne vous tenez pas sur le bord de la balance et ne sautez pas sur celle-ci.
- Ne surchargez pas la balance (max 180 kg / 400 lb).
- Placez le produit sur une surface dure et plane.

- Ne laissez pas tomber la balance ou ne faites pas tomber d'objets dessus, afin de ne pas endommager les capteurs.
- Ne pas immerger le produit dans l'eau.
- Non recommandé pour les femmes enceintes.
- Non recommandé pour les nourrissons, les bambins et les enfants de moins de 10 ans.
- Ne tentez pas de réparer, de démonter ou de modifier le produit vous-même

Remarque :

- Toute mesure obtenue à l'aide de cet appareil ne sert que de référence et ne doit pas être considérée comme un avis médical.
- Consultez votre médecin ou votre spécialiste avant de modifier votre régime alimentaire, votre programme d'exercices ou vos activités physiques.
- Pour obtenir les résultats les plus précis, prenez vos mesures à la même heure de la journée et dans des circonstances similaires.

3. Préparatifs

Installez l'application Fitdays

Recherchez « Fitdays » dans l'Apple Store ou dans Google Play. Ou scannez ce code QR :
Téléchargez et installez l'application sur votre appareil. L'icône de l'application apparaîtra sur votre téléphone ou votre tablette une fois l'installation terminée.



4. Fonctionnement

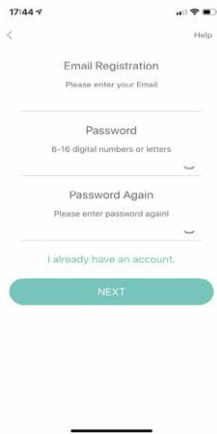
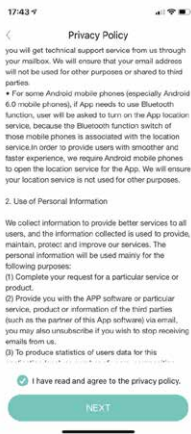
Comment utiliser Fitdays

Avant d'utiliser la balance connectée, assurez-vous d'avoir saisi toutes vos données personnelles via l'application Fitdays.

Activez la fonction Bluetooth sur votre smartphone ou votre tablette.

Enregistrez votre propre identifiant par e-mail ou connectez-vous à l'aide d'un compte de réseau social.

Ajoutez vos données personnelles et confirmez en cliquant sur OK.



Remarque : Une saisie incorrecte de données concernant le sexe, l'âge, la taille ou l'aspect corporel peut entraîner des mesures inexactes.

17:45

Male Female

Nickname
15075

Birthday
01/01/1995

Height
165cm

Target weight
56.1kg

Athlete mode ☐

The personal information is only assessed as health data, Fitdays will keep you confidential

Confirm

17:49

Male Female

Nickname
Fitdays

Birthday
29/11/1995

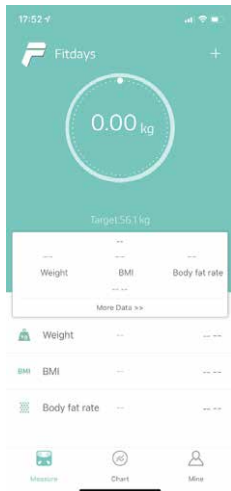
Height
163 cm

Target weight
54.7kg

Athlete mode ☐

The personal information is only assessed as health data, Fitdays will keep you confidential

Confirm



Placez la balance sur une surface plane. Tapotez avec votre pied sur la balance pour activer l'affichage. Attendez que l'écran affiche « 0,0 » (kg/lb).

Montez sur la balance pieds nus et avec les pieds légèrement humides pour obtenir des mesures et une analyse complètes. Veillez à toucher les quatre carrés de métal.

Une fois le poids verrouillé, vous pouvez consulter les données de composition corporelle dans l'application Fitdays en cliquant sur « Plus >> » ou « Détails ».

Flat and hard surface



Clean and Bare feet





Carpet or uneven surface



With socks or shoes



Remarque : Lorsque vous montez sur la balance avec des chaussettes, seuls le poids et l'IMC seront mesurés et affichés sur la page principale.

Conseil d'utilisation :

Buvez de l'eau froide le matin au réveil (veillez à ce que la quantité d'eau et sa température soient les mêmes chaque jour) et attendez 30 minutes. Urinez et commencez l'analyse pieds nus sur la balance Silvergear.

Équilibre du corps

Lorsque le poids est verrouillé, la balance mesure votre équilibre corporel. Ajustez votre corps pour obtenir une répartition égale du poids pendant le suivi. L'écran clignote et affiche votre poids final, ainsi que l'état de votre équilibre.

28.0^L ≈ 24.6^R

Remarque : Vous devez faire plus attention à votre équilibre, lorsque les données suivantes s'affichent :

- Poids L ≈ Poids R
- Santé : Poids L > Poids R (ou Poids L < Poids R)

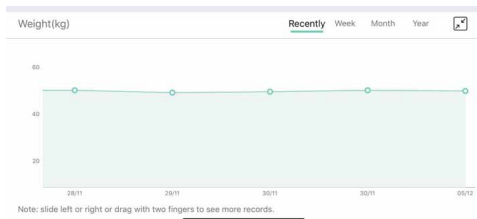
Fréquence cardiaque

Après avoir déterminé votre équilibre corporel, la balance va mesurer la fréquence cardiaque du corps. L'icône d'un cœur clignote lorsque la balance effectue la pesée et l'analyse. Restez debout sur la balance jusqu'à ce que la mesure soit terminée et que votre téléphone ait reçu toutes les données de la balance.

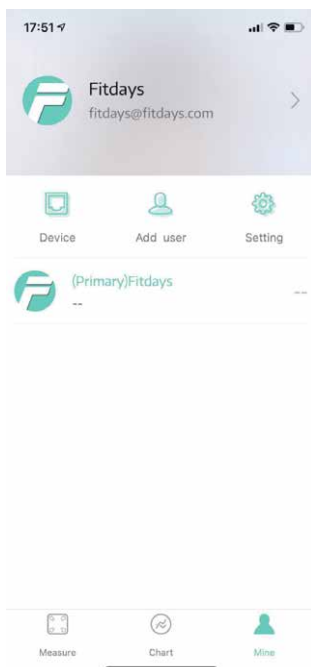
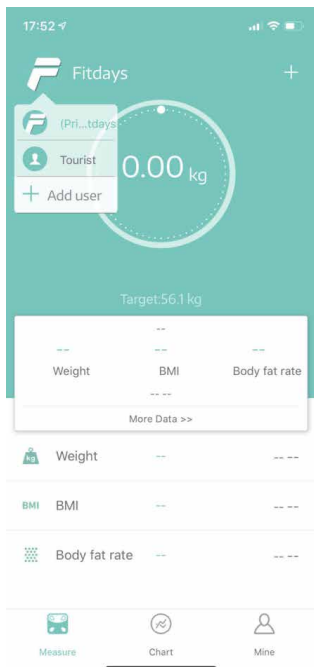


- Vous trouverez votre rapport de données personnelles sur le poids corporel, l'IMC, le BMR, la masse musculaire, la masse osseuse, etc. en cliquant sur « Plus >> » ou « Détails ».
- Lorsque vous cliquez sur « Graphiques », vous apercevez vos résultats de suivi à long terme.
- Pour supprimer des résultats : cliquez sur « Graphiques » pour afficher l'historique de votre progression, puis cliquez sur « Données de l'utilisateur ». Utilisez le calendrier pour sélectionner et faites glisser vers la gauche pour supprimer les données.

Fitdays vous aide à conserver un enregistrement pour chaque fonction grâce à l'icône de droite. Fitdays peut conserver un enregistrement pour une période récente, une semaine, un mois et une année. Partagez vos résultats avec vos amis et votre famille sur Facebook, Instagram ou par SMS.

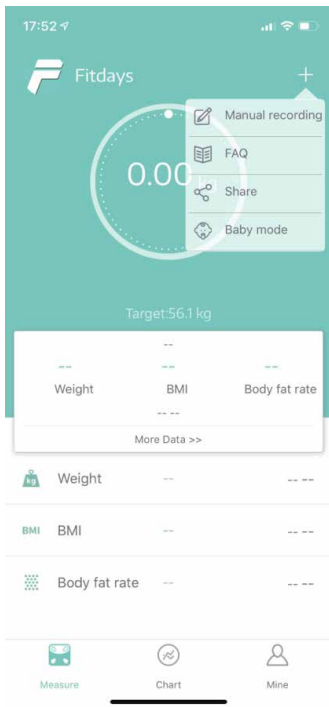


- Ajoutez ou changez d'utilisateur en cliquant sur l'icône en haut à gauche, ou cliquez sur Moi -> Gérer les utilisateurs, puis ajoutez les données personnelles.
- La balance intelligente reconnaît quel utilisateur utilise l'appareil et lui rappelle de passer au bon utilisateur.
- Chaque compte peut prendre en charge 24 utilisateurs.



Peser un bébé

Cliquez sur + et sur Mode bébé. Commencez par monter vous-même sur la balance. Lorsque la balance a déterminé votre poids, tenez le bébé pour mesurer son poids.



17:59



Baby mode

58.50 kg

Weight of adult holding baby



Adult weighs first.



Please wait until the weight is steady before holding baby to weigh.



The APP automatically calculates the baby's weight.



17:57



Baby mode

6.80 kg

Baby weight



Please wait until the weight is steady before holding baby to weigh.



The APP automatically calculates the baby's weight.



5. Dépannage

1. Le Bluetooth n'est pas connecté
 - Le Bluetooth doit être activé sur la balance et sur le smartphone.
 - Vérifiez la version IOS de votre smartphone ; celle-ci doit être IOS 8.0 ou supérieure / Android 6.0 ou supérieure.
 - Cliquez sur Moi -> l'appareil trouve la balance
2. La balance ne mesure pas les données relatives à la graisse corporelle lors de la pesée
 - Vous devez être pieds nus pour pouvoir mesurer la graisse corporelle.
 - La balance n'a pas fini de peser lorsque le nombre affiché clignote. Restez debout sur la balance pendant environ 10 secondes, jusqu'à ce que le nombre affiché sur l'écran cesse de clignoter.
 - La fonction Bluetooth n'est pas activée.
 - Le Bluetooth est connecté à une balance différente.
3. La balance donne des mesures incohérentes
 - Vérifiez si la balance se trouve bien sur une surface dure et plane.
 - Vérifiez chaque pied de capteur à l'arrière pour vous assurer que rien n'y est collé.
 - Retirez les piles pour redémarrer la balance.
4. l'application affiche un taux de graisse corporelle incorrect
 - Le paramétrage du corps est incorrect, vérifiez que vous entrez le sexe, la taille et l'âge corrects.
5. Comment recalibrer la balance (après l'avoir déplacée ou avoir changé les piles) ?
 - Montez sur la balance pour l'allumer. Descendez et laissez le chiffre descendre automatiquement à 0,0 kg/lb pour l'étalonner.
6. La balance ne s'allume pas
 - Retirez les piles et remettez-les en place. Veillez à insérer les piles comme indiqué.
7. Comment changer d'unité ?
 - Vous pouvez changer d'unité via l'application Fitdays. La balance affichera alors la même unité que celle de l'application.



1. Battery volume
2. Connected
3. Weight units
4. Body balance function
5. Body fat rate
6. Body water rate
7. Body Heart rate
8. Body weight
9. BMI
10. Muscle rate
11. Bone mass

No display

Change battery

Functioning normally

Lo

Change battery

EEr

Overload

C

Calibrating

6. Entretien

- Si nécessaire, nettoyez la balance à l'aide d'une serviette légèrement humide et essuyez-la avec un chiffon doux.
- Vous pouvez utiliser une solution à base d'alcool pour nettoyer les capteurs. Ne l'utilisez pas sur les autres parties de l'appareil.
- Conservez la balance dans un endroit sec et frais, à l'abri de la lumière directe du soleil.

7. Elimination

Débarrassez-vous l'article et les matériaux d'emballage conformément à la réglementation locale en vigueur. Ce produit est soumis aux dispositions de la directive européenne 2012/19/EU.



Le symbole de la poubelle barrée signifie que ce produit ne peut pas être éliminé avec les déchets ménagers usuels. Les équipements électroniques et électriques non compris dans le processus de tri sélectif sont potentiellement dangereux pour l'environnement et la santé humaine en raison de la présence de substances dangereuses. Veuillez les éliminer de manière responsable dans des centres approuvés de traitement ou recyclage des déchets.



Le marquage CE est une marque de certification qui indique la conformité aux normes de santé, de sécurité et de protection de l'environnement des produits vendus dans l'Union européenne. Le marquage CE est la déclaration du fabricant selon laquelle le produit est conforme aux exigences des directives CE applicables.



Le recyclage permet de réduire la consommation de ressources et l'impact sur l'environnement. Si vous souhaitez vous débarrasser de l'emballage, respectez la législation environnementale en vigueur dans votre pays.



Ce produit est recyclable. Il est soumis à la responsabilité élargie du fabricant et est collecté séparément.

Vielen Dank dass Sie unsere intelligente Waage erworben haben. Die vorliegende Bedienungsanleitung enthält Anweisungen für den sicheren und effektiven Gebrauch des Produkts. Bitte lesen Sie die Anleitung vor dem Gebrauch sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen an einem sicheren Ort auf. Sollten Sie das Produkt jemals an andere weitergeben, sollte die vorliegende Bedienungsanleitung beiliegen.

1. Technische Daten

LCD Display

Gewicht:	kg/lb
Maximalgewicht:	6-180 kg / 13.2-400 lb
Anzahl Benutzerkonten:	keine Begrenzung (jedes Konto kann 24 Benutzer hinzufügen)
Babymodus:	Um ein Baby zu wiegen
Abmessungen:	29.97 x 29.97 x 2.49 cm / 11.8 x 11.8 x 0.98 inch
Batterien:	4x 1.5V AA LR6 Standardbatterien

Unterstützte Geräte

- IOS 8.0 oder höher
- Android 6.0 oder höher

Aufgezeichnete Parameter

- Gewicht
- BMI
- Körperfett
- Körpergewicht ohne Fett
- Subkutanes Fett
- Herzfrequenz
- Herzindex
- Viszeralfett
- Körperwasser
- Skelettmuskel
- Muskelmasse
- Knochenmasse
- Protein
- BMR
- Alter des Körpers

Packungsinhalt

- Smart Scale
- Bedienungsanleitung

2. Sicherheitsanweise

- Das Produkt kann von Kindern ab 10 Jahren und von Personen mit eingeschränkten körperlichen oder geistigen Fähigkeiten oder mit mangelnder Erfahrung oder Kenntnissen sicher verwendet werden, jedoch nur unter Aufsicht eines Erwachsenen und unter Berücksichtigung der möglichen Gefahren.
- Die Wartung sollte von einem Erwachsenen oder unter dessen Aufsicht durchgeführt werden.
- Überprüfen Sie das Gerät und seine Teile vor dem Gebrauch. Im Falle einer Beschädigung nicht verwenden.
- Verwenden Sie das Gerät nicht zur Diagnose oder Behandlung von Krankheiten.
- Nicht mit medizinischen Implantaten wie Herzschrittmachern verwenden.
- Stellen Sie sicher, dass die Waage und Ihre Füße trocken sind, bevor Sie die Waage betreten, um ein Ausrutschen zu vermeiden.
- Stellen Sie sich nicht auf die Kante der Waage und springen Sie nicht auf sie.

- Überlasten Sie die Waage nicht (max. 180 kg/400 lb).
- Stellen Sie das Produkt auf eine harte, flache Oberfläche.
- Lassen Sie die Waage nicht fallen und keine Gegenstände darauf fallen, da dies die Sensoren beschädigen kann.
- Nicht in Wasser eintauchen.
- Nicht für schwangere Frauen empfohlen.
- Nicht empfohlen für Säuglinge, Kleinkinder und Kinder unter 10 Jahren.
- Versuchen Sie nicht, das Produkt selbst zu reparieren, zu zerlegen oder zu verändern.

Hinweis:

- Alle Messungen, die mit diesem Gerät durchgeführt werden, dienen nur als Referenz und sollten nicht als medizinisches Gutachten betrachtet werden.
- Konsultieren Sie Ihren Haus- oder Facharzt, bevor Sie Ihre Ernährung, Ihren Trainingsplan oder Ihre körperlichen Aktivitäten ändern.
- Um möglichst genaue Ergebnisse zu erhalten, sollten Sie Ihre Messungen immer zur gleichen Tageszeit und unter ähnlichen Bedingungen durchführen.

3. Vorbereitungen

Installieren Sie die Fitdays App

Suchen Sie im Apple Store oder bei Google Play nach "Fitdays". Oder scannen Sie diesen QR-Code:

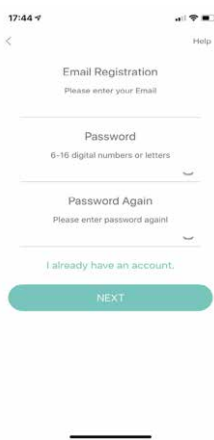
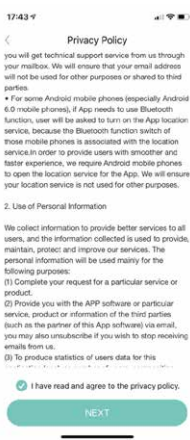
Laden Sie die App herunter und installieren Sie sie auf Ihrem Gerät. Das App-Symbol erscheint auf Ihrem Telefon oder Tablet, nachdem die Installation abgeschlossen ist.



4. Betrieb

Nutzung von Fitdays

Vergewissern Sie sich vor der Verwendung der Smart Scale, dass Sie alle Ihre persönlichen Daten über die Fitdays-App eingegeben haben. Schalten Sie Bluetooth auf Ihrem Smartphone oder Tablet ein. Registrieren Sie Ihre eigene ID per E-Mail oder melden Sie sich mit einem Social-Media-Konto an. Persönliche Daten hinzufügen und bestätigen Sie mit OK.



Hinweis: Die Eingabe des falschen Geschlechts, Alters, der Größe oder des Körperbaus kann zu ungenauen Messungen führen.

17:45

Male Female

Nickname
15075

Birthday
01/01/1995

Height
165cm

Target weight
56.1kg

Athlete mode ☐

The personal information is only assessed as health data, Fitdays will keep you confidential

Confirm

17:49

Male Female

Nickname
Fitdays

Birthday
29/11/1995

Height
163 cm

Target weight
54.7kg

Athlete mode ☐

The personal information is only assessed as health data, Fitdays will keep you confidential

Confirm

17:52

Fitdays

0.00 kg

Target: 56.1 kg

Weight	BMI	Body fat rate
...	...	...

More Data >>>

Weight BMI Body fat rate

Measure Chart Mine

Stellen Sie die Waage auf eine ebene Fläche. Tippen Sie mit dem Fuß auf die Waage, um die Anzeige zu aktivieren. Warten Sie, bis die Anzeige "0.0" (kg/lb) anzeigt.

Treten Sie barfuß und mit leicht feuchten Füßen auf die Waage, um gründliche Messungen und eine vollständige Analyse zu erhalten. Achten Sie darauf, dass Sie alle vier Metallquadrate berühren.

Nachdem das Gewicht festgestellt wurde, können Sie alle Daten zur Körperzusammensetzung in der Fitdays-App ablesen, indem Sie auf Mehr >> oder Details klicken.

Flat and hard surface



Clean and Bare feet





Carpet or uneven surface



With socks or shoes



Hinweis: Wenn Sie die Waage mit angezogenen Socken betreten, werden nur Gewicht und BMI gemessen und auf der Hauptseite angezeigt.

Nutzungshinweis:

Trinken Sie morgens nach dem Aufstehen kaltes Wasser (achten Sie darauf, dass die Wassermenge und die Wassertemperatur jeden Tag gleich sind) und warten Sie 30 Minuten. Urinieren Sie und starten Sie die Analyse mit bloßen Füßen auf der Silvergear-Waage.

Körperbalance

Wenn das Gewicht festgestellt ist, misst die Waage Ihre Körperbalance. Positionieren Sie Ihren Körper, um eine gleichmäßige Gewichtsverteilung während der Messung zu erreichen. Das Display blinkt und zeigt Ihr endgültiges Gewicht sowie Ihren Gleichgewichtsstatus an.

28.0^L ≈ 24.6^R

Hinweis: Sie sollten Ihrer Balance mehr Aufmerksamkeit schenken, wenn die folgenden Daten angezeigt werden:

- Gewicht L ≈ Gewicht R
- Gesundheit: Gewicht L > Gewicht R (oder Gewicht L < Gewicht R)

Herzfrequenz

Nach der Bestimmung Ihrer Körperbalance misst die Waage die Herzfrequenz des Körpers. Ein Herzsymbol blinkt, wenn die Waage wiegt und analysiert. Bleiben Sie auf der Waage stehen, bis die Messung abgeschlossen ist und Ihr Telefon alle Daten von der Waage erhalten hat.



- Sie können Ihren persönlichen Datenbericht über Körpergewicht, BMI, BMR, Muskeln, Knochenmasse usw. abrufen, indem Sie auf Mehr >> oder Details klicken.
- Wenn Sie auf Diagramm klicken, können Sie Ihre langfristigen Tracking-Ergebnisse sehen.
- Um Ergebnisse zu löschen: Klicken Sie auf Diagramm, um Ihren Verlauf zu sehen, und dann auf Benutzerdaten. Verwenden Sie den Kalender zum Auswählen und schieben Sie ihn nach links, um die Daten zu löschen.

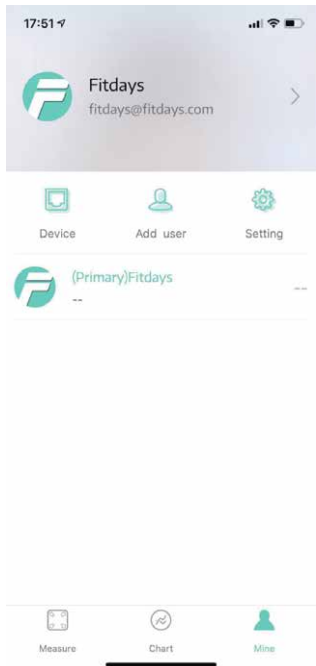
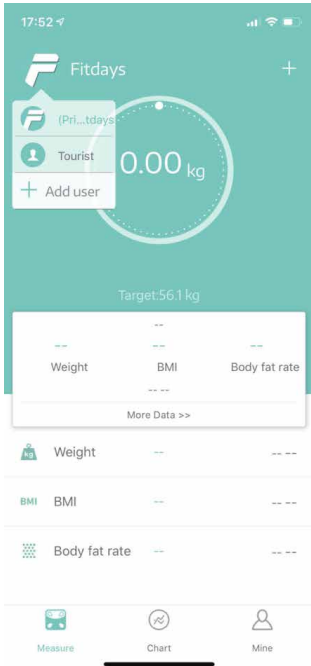
Fitdays unterstützt Sie bei der Aufzeichnung jeder Funktion über das rechte Symbol. Fitdays kann einen Track-Record für die letzte Zeit, die Woche, den Monat und das Jahr führen. Teilen Sie Ihre Ergebnisse mit Freunden und Familie auf Facebook, Instagram oder per SMS.



Note: slide left or right or drag with two fingers to see more records.



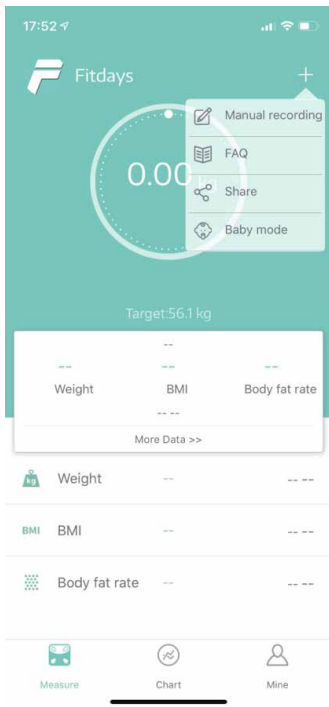
- Fügen Sie Benutzer hinzu oder wechseln Sie sie, indem Sie auf das Symbol oben links klicken, oder klicken Sie auf **Ich -> Benutzer verwalten** und fügen Sie dann persönliche Daten hinzu.
- Die Smart Scale erkennt, welcher Benutzer sich auf ihr befindet und erinnert ihn/sie daran, zum richtigen Benutzer zu wechseln.
- Jedes Konto kann 24 Benutzer unterstützen.



Ein Baby wiegen

Klicken Sie auf + und Baby-Modus. Stellen Sie sich zunächst selbst auf die Waage. Wenn die Waage Ihr Gewicht ermittelt hat, halten Sie das Baby, um das Gewicht des Babys zu messen.





17:59



Baby mode

58.50 kg

Weight of adult holding baby



Adult weighs first.



Please wait until the weight is steady before holding baby to weigh.



The APP automatically calculates the baby's weight.



17:57



Baby mode

6.80 kg

Baby weight



Please wait until the weight is steady before holding baby to weigh.



The APP automatically calculates the baby's weight.



5. Problembehebung

1. Bluetooth ist nicht verbunden
 - Sowohl die Waage als auch das Smartphone müssen auf Bluetooth eingestellt sein.
 - Überprüfen Sie die IOS-Version Ihres Smartphones; es muss IOS 8.0 oder höher / Android 6.0 oder höher sein.
 - Klicken Sie auf Ich -> Gerät finden die Waage
2. Die Waage misst beim Wiegen keine Körperfettdaten
 - Sie müssen barfuß sein, um das Körperfett zu messen.
 - Die Waage ist mit dem Wiegen noch nicht fertig, wenn die angezeigte Zahl blinkt. Bleiben Sie etwa 10 Sekunden lang auf der Waage stehen, bis die Zahl auf dem Display nicht mehr blinkt.
 - Bluetooth ist nicht eingeschaltet.
 - Bluetooth ist mit einer anderen Waage verbunden.
3. Die Waage liefert inkonsistente Messwerte
 - Prüfen Sie, ob die Waage auf einer harten, ebenen Oberfläche steht.
 - Überprüfen Sie jeden Sensorfuß auf der Rückseite, um sicherzustellen, dass nichts an der Unterseite klebt.
 - Nehmen Sie die Batterien heraus, um die Waage neu zu starten.
4. Die App zeigt einen falschen Körperfettanteil an
 - Die Einstellung der Körperparameter ist falsch. Überprüfen Sie, ob Sie das richtige Geschlecht, die richtige Größe und das richtige Alter eingegeben haben.
5. Wie kann ich die Waage neu kalibrieren (nachdem sie bewegt wurde, oder nach einem Batteriewechsel)?
 - Stellen Sie sich auf die Waage, um sie einzuschalten. Treten Sie zurück und lassen Sie die Zahl automatisch auf 0,0 kg/lb fallen, um zu kalibrieren.
6. Die Waage schaltet sich nicht ein
 - Nehmen Sie die Batterien heraus und legen Sie sie wieder ein. Stellen Sie sicher, dass Sie die Batterien wie vorgeschrieben einlegen.
7. Wie stellt man die Einheiten um?
 - Sie können die Einheiten über die Fitdays-App ändern. Die Waage zeigt dann die gleiche Einheit wie die App an.



1. Battery volume
2. Connected
3. Weight units
4. Body balance function
5. Body fat rate
6. Body water rate
7. Body Heart rate
8. Body weight
9. BMI
10. Muscle rate
11. Bone mass

No display

Functioning normally

Change battery

Lo

Change battery

EEr

Overload

C

Calibrating



6. Wartung

- Reinigen Sie die Waage bei Bedarf mit einem leicht angefeuchteten Handtuch und wischen Sie sie mit einem weichen Tuch trocken.
- Sie können Reinigungsalkohol zur Reinigung der Sensoren verwenden. Verwenden Sie ihn nicht für andere Teile des Geräts.
- Bewahren Sie die Waage an einem trockenen, kühlen Ort und vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt auf.

7. Entsorgung

Entsorgen Sie den Artikel und das dazugehörige Verpackungsmaterial gemäß den geltenden örtlichen Vorschriften. Dieses Produkt unterliegt den Bestimmungen der Europäischen Richtlinie 2012/19/EU.



Das Symbol der durchgestrichenen Mülltonne bedeutet, dass dieses Produkt nicht über den normalen Hausmüll entsorgt werden darf. Elektronische und elektrische Geräte, die nicht in den selektiven Sortierprozess einbezogen werden, sind aufgrund des Vorhandenseins gefährlicher Stoffe potenziell gefährlich für die Umwelt und die menschliche Gesundheit. Bitte entsorgen Sie sie verantwortungsbewusst bei einer zugelassenen Abfall- oder Recyclinganlage.



Die CE-Kennzeichnung ist eine Zertifizierungskennzeichnung, die die Konformität von Produkten, die in der Europäischen Union verkauft werden, mit den Gesundheits-, Sicherheits- und Umweltschutznormen anzeigt. Die CE-Kennzeichnung ist die Erklärung des Herstellers, dass das Produkt den Anforderungen der geltenden EG-Richtlinien entspricht.



Recycling dient der Verringerung des Ressourcenverbrauchs und der Umweltbelastung. Beachten Sie bei der Entsorgung der Verpackung die in Ihrem Land geltenden Umweltvorschriften.



www.silvergear.eu



Overschiestraat 63
1062 XD Amsterdam
The Netherlands
info@silvergear.eu



Art. no.: 1951

Batch no.: 20938

Made in China

