

## ИНСТРУКЦИИ

### УМЕН ДИГИТАЛЕН КАНТАР FORCEBEAM

#### СЪДЪРЖАНИЕ НА ОПАКОВКАТА

- Кантар ForceBeam

#### ТЕХНИЧЕСКИ ХАРАКТЕРИСТИКИ

- Максимално натоварване: 180 кг
- Мерна единица за тегло: кг или паунд
- Размери: 260 × 260 × 20 мм
- Захранване: 2 × AAA батерии
- Поддръжка и съвместимост: iOS, Android
- Материал: ABS, закалено стъкло



## ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА

### ПОСТАВЯНЕ НА БАТЕРИИ

1. Устройството използва 2 AAA батерии за да работи.
2. Отворете капака в задната част на уреда.
3. Поставете батериите, като имате предвид тяхната полярност.
4. Затворете капака.

### ИЗТЕГЛЯНЕ НА ПРИЛОЖЕНИЕТО

При използване на устройството ще трябва да свържете мобилния си телефон с приложението, след като то бъде изтеглено, за да изчислявате и да проследявате стойностите на вашето тяло.

**1-ви метод за изтегляне:** Посетете страницата [www.tookok.cn](http://www.tookok.cn) от вашия мобилен телефон и натиснете върху иконата "приложение" в долната част на страницата.

**Метод за изтегляне 2:** Можете да сканирате за приложението с QR кода.



Изберете "международен" интерфейс и iOS или Android версия на приложението (в зависимост от операционната система на телефона ви) за да изтеглите.

### СВЪРЗВАНЕ НА ПРИЛОЖЕНИЕ

1. Отворете изтегленото и инсталирано приложение "ОКОК".
2. Трябва да се регистрирате за да използвате всички функции на кантара.
3. Натиснете върху бутона "Присъединяване" и въведете необходимата информация.
4. За да сдвоите приложението на телефона с вашия дигитален кантар, включете Bluetooth на телефона си.
5. Натиснете върху иконката с кантар в долната част на интерфейса и след това натиснете "Добавяне на устройство".
6. Стъпете леко върху кантара за да го включите. Устройството автоматично ще се сдвои с телефона чрез Bluetooth.
7. Въведете прякор на кантара.
8. Вече при стъпване на кантара, приложението веднага ще се синхронизира с данните от кантара и според въведената информация ще изчисли стойностите на вашето тяло.
9. От тук насетне, при всяко влизане в приложението просто трябва да използвате имейл адрес и парола за вход.

## СТОЙНОСТИ ЗА ТЯЛО В ПРИЛОЖЕНИЕ

В зависимост от въведената от вас информация и измервания на кантара, приложението автоматично изчислява различни стойности за тялото.

### ○ ТЕГЛО

Теглото е важен показател за здравето. Трябва да се обърне внимание на значими промени в кратък период от време.

### ○ BMI

Индексът за телесна маса (BMI) се определя посредством разделяне на килограми на квадратен метър от височината на тялото и служи за категоризиране на теглото и здравословния статут.

### ○ МАЗНИНИ

Процентът мазнини представлява общата маса на мазнините, разделена на общото тегло. По отношение на BMI, процентът на мазнините ни дава по-точно разграничение между мускулна маса, мазнини и кости, като по-лесно индикира дали човек е с наднормено тегло.

### ○ МУСКУЛНА МАСА

Количеството мускулна маса определя физическото състояние и сила на човека.

### ○ ВОДА

Процентът вода в тялото е тясно свързан с теглото, тъй като мускулите съдържат голямо количество вода.

### ○ ПОДКОЖНА/ВИСЦЕРАЛНА МАЗНИНА

Висцералната мазнина се съхранява в коремна кухина около много вътрешни органи.

### ○ ТЕГЛО НА КОСТИТЕ

Човешкият скелет, съставен от кокали и кости, поддържа човешкото тяло. Костната минерална плътност и загубата на калций са основните грижи за здравето на костите.

### ○ МЕТАБОЛИЗЪМ

Базалният метаболизъм представлява броя калории, които трябва да поддържат функционирането на тялото ви. Най-добре се измерва при в будно състояние и при почивка.

### ○ ПРОТЕИН

Протеините са важен компонент от човешките клетки, като на тях се пада около 18% от общото тегло на човешкото тяло. В мускулните клетки се съдържа голямо количество протеин, което е основният фактор, който отразява хранителния статус, физическото развитие и здравето на изследваното лице.

### ○ ЗАТЛЪСТЯВАНЕ

Показва нивото на затлъстяване, вземайки предвид съотношението между тегло, височина и процент мазнини.

### ○ ВЪЗРАСТ НА ТЯЛОТО

Възрастта на тялото се изчислява на база базалния метаболизъм. Базалният метаболизъм отчита вашето общо тегло, индекс на телесните мазнини, мускулен индекс и други показатели. Възрастта на тялото е критерий за отчитане на състоянието на вашето тяло.

### ○ LBM

Чистата телесна маса (LBM) е теглото на телесния състав без мазнините. Мускулите са една от основните части на чистата телесна маса.

## СЪВЕТИ ЗА ИЗПОЛЗВАНЕ

- Чрез натискане на иконата "Тенденции" в долната част на приложението, вие можете да проследите вашето тегло, BMI, процент мазнини или мускули, в зависимост от историята на измерванията.
- Чрез натискане на иконата "Устройство", вие можете да видите всички устройства, които са сдвоени с телефона в приложението ОКОК.
- Чрез натискане на иконата "Аз" вие можете да промените основната информация или да добавите други членове на семейството. Приложението ще проследява техните измервания отделно от вашите.

- Чрез натискане на иконата за настройки в горния десен ъгъл на страницата вие можете да промените настройките за акаунт и мерна единица, да добавите напомняне за теглене или да излезете от приложението.
- Стъпвайте на бос крак върху кантара и осъществете пълен контакт с него за да получите точни измервания.
- За най-точни резултати сдвоете кантара с телефона си директно след измерване.
- Останете неподвижни и добре стъпили върху двата си крака докато се теглите.
- Когато кантара е включен дисплея показва вашето тегло, температура на въздуха и заряд на батерията.
- За да промените единицата на теглене от килограм към паунд, натиснете бутона в задната част на кантара.

## ВНИМАНИЕ

- Не използвайте ако имате пейсмейкър или друг тип вътрешно медицинско устройство.
- Не е предназначено за използване от деца под 10 годишна възраст.
- Устройството не бива да се използва за диагностициране или лечение на медицинско състояние. Винаги се консултирайте с вашия доктор за да определите кое е идеално за вас.
- Не използвайте устройството върху мокър под или с мокри крака, тъй като това представлява риск от подхлъзване и падане.
- Не скачайте върху устройството.
- Винаги използвайте устройството върху твърда и плоска повърхност.
- Не потапяйте устройството във вода и не използвайте водоструйка при почистването му. Избършете повърхността на кантара с влажна кърпа, използвайки само вода.
- Не разглобявайте и не променяйте продукта по никакъв начин.

## ГАРАНЦИЯ

Гаранцията е валидна 24 месеца. Можете да предявите гаранционна претенция към DFVU d.o.o., Liparjeva 6a, 1234 Менгеш, Словения, за замяна на продукт или възстановяване на парични средства. Изпратете ни номера на поръчката и датата на покупката по имейл, който е достъпен чрез натискане на логото ни в долния десен ъгъл. Продукта има жизнен цикъл от 24 месеца, стартиращ от датата на получаване.



	<p>Символ за изхвърляне и рециклиране на отпадъци от електрическо и електронно оборудване (ОЕЕО). Символът ОЕЕО е поставен върху продукта във връзка с 2012/19/ЕС за Отпадъци от електрическо и електронно оборудване (ОЕЕО). Целта му е да предотврати неправилното изхвърляне на продукта и да насърчи повторната му употреба и рециклиране.</p>
--	--