

truelife

FitScale W7 BT

EN – INSTRUCTIONS

INTRODUCTORY INFORMATION:

- Before operating it for the first time, insert the 4 included AAA batteries into the compartment on the bottom of the scale. Make sure they are oriented according to the diagram in the compartment.
- Place the scale on a flat and solid surface or mat in a dry environment.
- Weigh yourself barefoot with clean feet.
- If you use the scale on a soft surface or carpet, the device will not be able to optimally analyse the measured indexes.



- For consistent and accurate measurement results, use the scale at the same time of day under approximately the same conditions. If possible, avoid weighing yourself in the following situations:

- During or immediately after a strenuous workout
- After showering, bathing or sauna
- After heavy alcohol consumption
- During or immediately after eating
- During a fever

MEASURED INDEXES:

- BMI (Body Mass Index) is used for the classification of underweight, overweight or various degrees of obesity. The index is calculated from height and weight.
- BMR (Basal Metabolic Rate) is an index that determines the amount of energy the body requires at complete rest to maintain its basic functions.
- BFR (Body Fat Rate) is an index that determines the amount of fat tissue in the body.
- Body Weight, Body Fat, Muscle Density, Muscle Mass, Protein, Body Water, Bone Mass, Metabolic Age, Visceral Fat, Standard Weight, Weight Control, Lean Body Mass, Obesity Level, Score, Protein Level, Body Type.

FIRST USE, WEIGHING USING THE APP:

- The Truelife FitScale W7 BT scale can be used with smartphones running iOS or Android.
- Together with the app, the scale can analyse 19 body indexes.
- The scale can also be used without the mobile app, see the section „FIRST USE, WEIGHING YOURSELF WITHOUT THE APP“.

- Download the app and register
- Register, fill in your personal details and body parameters. Next select the units for weight and height.



truelife.eu/58520/app

- Pairing the scale with the app
- Agree to the processing of personal data and allow the app to access Bluetooth.
- You can then link the app to Apple HealthKit, Fitbit or Google Fit.
- The scale will automatically turn on when you step on the glass platform and pair with the enabled app.

- Weighing yourself
- Turn on the app and step on the scale. The scale will immediately show your weight on the display and the user P0, which is only for online measurements with the app.
- Wait approximately another 10 seconds for the scale to fully complete your diagnostics. When complete, „testing complete“ will be displayed at the top of the app and an audible beep will sound.
- The app will then display your full body index diagnostics and comparison with your previous results.

FIRST USE, WEIGHING YOURSELF WITHOUT THE APP:

- With the FitScale W7 BT scale, 6 indexes can be shown on the scale display without using the app.



- Weighing yourself without using the app will not transfer the measured values to the app after logging in again.

- Turn on the scale by stepping on it.
- Press **SET** and use **▼** or **▲** to select users **P1–P9**.
- Press **SET** and use **▼** or **▲** to select your body type and athlete mode if applicable.
- Press **SET** and use **▼** or **▲** to select your height
- Press **SET** and use **▼** or **▲** to select your age and confirm again by pressing **SET**.
- Your user profile for use without the app is now set up.
- Stand on the scale again and wait until the diagnostic indicator on the scale display stops flashing. You will then be shown the measured indexes.

MULTIPLE USERS:

- The scale can remember up to 8 different users for the app and up to 9 users for weighing without the app.
- If the scale contains multiple stored users with similar weights, after weighing and displaying the indexes without the app, you must use the **▼** or **▲** buttons to select a profile number and then confirm with the **SET** button.

CHANGING MEASUREMENT UNITS:

- After switching on the scale, you can change the measurement units using **▼** or **▲**.
- The selected measurement units will be automatically saved for next time under all profiles.
- The measurement units can also be set using the app.

DESCRIPTION OF DATA ON THE DISPLAY:

- Weight display
- Measurement units
- User number, body type, athlete mode
- Diagnostic indicator and underweight/overweight indicator
- Measured index icons and their value



ERROR MESSAGES:

- If the display shows the error message **Err**, the scale is overloaded.
- If the display shows the error message **Lo**, the batteries need to be replaced.

BOX CONTENTS:

- 1x Truelife FitScale W7 BT
- 4x AAA Batteries
- 1x Manual
- 1x Safety Instructions

BASIC SPECIFICATIONS:

Dimensions: 31 cm x 31 cm x 2,5 cm
Weighing Range: 0,2–180 kg
Weighing Deviation: 0,1 kg

SAFETY WHEN WORKING WITH THE DEVICE:

- Carefully read the enclosed safety instructions.
- For proper handling of the product, download and read the latest version of the manual from: www.truelife.eu.

Printing errors and information changes reserved.

Manufacturer:

elem6 s.r.o.,
Braškovská 15, 16100 Prague 6,
Czech Republic



DE – ANLEITUNG

Einleitende Informationen:

- Legen Sie vor der ersten Inbetriebnahme die 4 mitgelieferten AAA-Batterien in die Öffnung an der Unterseite der Waage ein. Vergewissern Sie sich, dass sie entsprechend der Zeichnung am unteren Rand der Öffnung ausgerichtet sind.
- Legen Sie die Waage auf eine ebene und feste Fläche oder Unterlage in einer trockenen Umgebung.
- Wiegen Sie sich barfuß und mit sauberen Füßen.
- Wenn Sie die Waage auf einer weichen Oberfläche oder einem Teppich verwenden, kann das Produkt die gemessenen Indizes nicht optimal analysieren.



- Um konsistente und genaue Messergebnisse zu erhalten, verwenden Sie die Waage zur gleichen Tageszeit unter annähernd gleichen Bedingungen. Vermeiden Sie in diesen Fällen nach Möglichkeit eine Wägung:

- Während oder unmittelbar nach anstrengendem Training
- Nach einer Dusche, einem Bad oder einer Sauna
- Nach starkem Alkoholkonsum
- Während oder unmittelbar nach einer Mahlzeit
- Während eines Fiebers

GEMESSENE INDIZES:

- BMI (Body Mass Index) ist ein Index, der zur Klassifizierung von Untergewicht, Übergewicht oder verschiedenen Graden von Fettleibigkeit verwendet wird. Es ist ein berechneter Index aus Größe und Gewicht.
- BMR (Basal Metabolic Rate) ist ein Index, der die Energiemenge bestimmt, die der Körper bei völliger Ruhe zur Aufrechterhaltung seiner Grundfunktionen benötigt.
- BFR (Body Fat Rate) ist ein Index, der die Menge des Fettgewebes im Körper bestimmt.
- Körpergewicht, Körperfett, Muskelfrequenz, Muskelmasse, Körperwasser, Skelettmass, Protein, metabolisches Alter, viszerales Fett, Standardgewicht, Gewichtskontrolle, fettfreies Gewicht, Fettleibigkeitsgrad, Score, Proteinwert, Körpertyp.

ERSTE VERWENDUNG, WIEGEN MIT DER APP:

- Die Waage Truelife FitScale W7 BT kann mit einem iOS- oder Android-Mobiltelefon verwendet werden.
- Die Waage kann zusammen mit der App 19 Körperindizes diagnostizieren.
- Die Waage kann auch ohne die mobile App verwendet werden, siehe „ERSTE VERWENDUNG, WIEGEN OHNE DIE APP“.

1) Laden Sie die App herunter und registrieren Sie sich

- Scannen Sie den QR-Code oder geben Sie den URL-Link ein, um die App zu installieren.
- Registrieren Sie sich, geben Sie Ihre persönlichen Daten mit Ihren Körperparametern ein und wählen Sie dann das Einheitsystem für Gewicht und Größe.



truelife.eu/58520/app

2) Koppeln Sie die Waage mit der App

- Schalten Sie die App und Bluetooth auf Ihrem Mobiltelefon ein.
- Stimmen Sie der Verarbeitung personenbezogener Daten zu und erlauben Sie der App den Zugriff auf die Bluetooth-Schnittstelle.
- Sie können die App dann mit Apple HealthKit, Fitbit oder Google Fit verknüpfen.
- Die Waage schaltet sich automatisch ein, wenn Sie auf das Glas treten, und verbindet sich mit der aktivierten App.

3) Wiegen Sie sich

- Schalten Sie die App ein und treten Sie auf die Waage. Die Waage zeigt sofort Ihr Gewicht und den Benutzer P0 an, der nur für Online-Messungen mit der App gilt.
- Warten Sie noch etwa 10 Sekunden, bis die Waage Ihre Diagnose vollständig abgeschlossen hat. Der vollständige Abschluss der Diagnose wird im oberen Bereich der App als „Test abgeschlossen“ angezeigt und ein akustisches Signal ertönt.
- Die App zeigt dann Ihre vollständige Diagnose der Körperindizes und den Vergleich mit früheren Wiegevorgängen an.

ERSTE VERWENDUNG, WIEGEN OHNE DIE APP:

- Mit der Waage FitScale W7 BT können 6 Indizes auf dem Display der Waage diagnostiziert werden, ohne dass eine App erforderlich ist.



- Wenn Sie sich ohne die App wiegen, werden die Messwerte nach dem erneuten Einloggen nicht in das Profil in der App zurück übertragen.

- Schalten Sie die Waage ein, indem Sie kurz auf die Waage treten.
- Drücken Sie die **SET**-Taste und verwenden Sie die Pfeiltaste **▼** oder **▲**, um die Benutzer **P1–P9** auszuwählen.
- Drücken Sie die **SET**-Taste und wählen Sie die Pfeiltaste **▼** oder **▲** Ihren Körpertyp und ggf. den Sportlermodus.
- Drücken Sie die **SET**-Taste und verwenden Sie die Pfeiltaste **▼** oder **▲**, um Ihre Größe auszuwählen.
- Drücken Sie die **SET**-Taste und verwenden Sie die Pfeiltaste **▼** oder **▲**, um Ihr Alter auszuwählen, und bestätigen Sie wieder mit der **SET**-Taste.
- Danach ist Ihr Benutzerprofil für die Verwendung der Waage ohne die App aktiv.
- Stellen Sie sich erneut auf die Waage und warten Sie, bis die Diagnoseanzeige auf dem Display der Waage nicht mehr blinkt. Sie sehen dann die gemessenen Indizes.

Mehrerer Benutzer:

- Die Waage kann sich bis zu 8 verschiedene Benutzer für die App und bis zu 9 Benutzer für das Wiegen ohne die App merken.
- Wenn die Waage mehrere gespeicherte Benutzer mit ähnlichem Gewicht enthält, ist es nach dem Wiegen und der Anzeige der Indizes ohne die App erforderlich, die Profilmutter mit den Tasten **▼** oder **▲** auszuwählen und dann mit der **SET**-Taste zu bestätigen.

Wechsel des Einheitsystems:

- Nach dem Einschalten der Waage kann mit den Tasten **▼** oder **▲** das Einheitsystem gewechselt werden.
- Das gewählte Einheitsystem wird automatisch für die nächste Wägung für alle Profile gespeichert.
- Das Einheitsystem kann auch über die App eingestellt werden.

Beschreibung der Anzeigedaten:

- Gewichtsanzeige
- Arten von Einheitsystemen
- Benutzernummer, Körpertyp, Sportlermodus
- Diagnoseanzeige und Anzeige für Untergewicht/Übergewicht
- Symbole für gemessene Indizes und deren Wert



Hinweise auf ein Problem:

- Zeigt das Display die Fehlermeldung **Err** an, ist die Waage überlastet.
- Zeigt das Display die Fehlermeldung **Lo** an, müssen die Batterien ausgetauscht werden.

Verpackungsinhalt:

- 1x Truelife FitScale W7 BT
- 4x AAA-Batterie
- 1x Anleitung
- 1x Sicherheitshinweise

Grundlegende Spezifikationen:

Abmessungen: 31 cm x 31 cm x 2,5 cm
Wägebereich: 0,2 – 180 kg
Wägeabweichung: 0,1kg

Sicherheit bei Arbeit mit dem Gerät:

- Lesen Sie die beiliegenden Sicherheitshinweise sorgfältig durch.
- Lesen Sie zur ordnungsgemäßen Handhabung des Produkts die neueste Version des Handbuchs, das unter www.truelife.eu heruntergeladen werden kann.

Druckfehler und Änderungen von Informationen vorbehalten.

Hersteller:

elem6 s.r.o.,
Braškovská 15, 16100 Praha 6,
Tschechische Republik



CS – NÁVOD

Úvodní informace:

- Před prvním spuštěním vložte do otvoru na spodní části váhy 4 přiložené AAA baterie. Ujistěte se, že jsou nasmerovány podle náčrtu na dně otvoru.
- Váhu umístěte na rovnou a pevnou plochu či podložku v suchém prostředí.
- Vážte se naboso s čistými chodidly.
- Pokud budete váhu používat na měkkém povrchu nebo koberci, nebude produkt schopn optimálně analyzovat měřené indexy.



- Pro dosažení konzistentních a přesných výsledků měření používejte váhu ve stejnou denní dobu za přibližně stejných podmínek. Pokud je to možné, vyhněte se vážení v těchto případech:

- Během nebo okamžitě po náročném tréninku
- Po sprchování, koupeli či sauně
- Po větším požití alkoholu
- Během nebo okamžitě po jídle
- Během horečky

Měření indexy:

- BMI (Body Mass Index) je index, který se používá pro klasifikaci podváhy, nadváhy či různé stupně obezity. Jde o vypočtený index z výšky a hmotnosti.
- BMR (Basal Metabolic Rate) je index, který určuje množství energie, kterou tělo potřebuje při naprostém klidu pro udržování svých základních funkcí.
- BFR (Body Fat Rate) je index, který určuje množství tukové tkáně v těle.
- Telesná hmotnost, tělesný tuk, svalová frekvence, svalová hmota, voda v těle, kosterní hmotnost, bílkoviny, metabolický věk, viscerální tuk, standardní hmotnost, kontrola váhy, hmotnost bez tuku, úroveň obezity, skóre, hodnota bílkoviny, tělesný typ.

První použití, vážení s aplikací:

- Váhu Truelife FitScale W7 BT lze používat s mobilním telefonem s operačním systémem iOS nebo Android.
- Váha společně s aplikací dokáže diagnostikovat 19 indexů těla.
- Váhu lze používat i bez mobilní aplikace viz „První použití, vážení bez aplikace“.

1) Stáhněte si aplikaci a zaregistrujte se

- Naskenujte QR kód nebo zadejte URL odkaz a aplikaci nainstalujte.
- Zaregistrujte se, vyplňte osobní údaje s parametry vašeho těla a poté vyberte soustavu jednotek pro hmotnost a výšku.



truelife.eu/58520/app

2) Spárujte váhu s aplikací

- Zapněte aplikaci a Bluetooth ve vašem mobilním telefonu.
- Souhlasíte se zpracováním osobních údajů a povolíte přístup aplikaci k Bluetooth rozhraní.
- Poté můžete propojit aplikaci s Apple HealthKit, Fitbit nebo Google Fit.
- Váha se po stoupnutí na sklo automaticky zapne a spáruje se zapnutou aplikací.

3) Zvažte se

- Zapněte aplikaci a stoupněte na váhu. Váha okamžitě na displeji zobrazí vaši hmotnost a uživatele P0, který je určen pouze pro online měření s aplikací.
- Výčkejte přibližně dalších 10 sekund, než váha plně dokončí váš diagnostiku. Plně dokončení diagnostiky se zobrazí ve vrchní části aplikace jako „testování dokončeno“ a zazní zvukový signál.
- Poté se v aplikaci zobrazí vaše kompletní diagnostika indexů těla a předchozí porovnávní historie vážení.

První použití, vážení bez aplikace:

- S váhou FitScale W7 BT lze diagnostikovat 6 indexů na displeji váhy bez použití aplikace.



- Vážení bez použití aplikace neprevádí změřené hodnoty po opětovném přihlášení zpět do profilu v aplikaci.

- Zapněte váhu pomocí krátkého stoupnutí.
- Stiskněte tlačítko **SET** a zvolte šipkou **▼** nebo **▲** uživatele **P1–P9**.
- Stiskněte tlačítko **SET** a zvolte šipkou **▼** nebo **▲** váš typ postavy a případně režim sportovce.
- Stiskněte tlačítko **SET** a zvolte šipkou **▼** nebo **▲** vaši výšku.
- Stiskněte tlačítko **SET** a zvolte šipkou **▼** nebo **▲** váš věk a znovu potvrďte tlačítkem **SET**.
- Poté je váš uživatelský profil pro použití váhy bez aplikace aktivní.
- Znovu se postavte na váhu a vyčkejte, dokud nepřestane blikat indikátor diagnostiky na displeji váhy. Poté se vám zobrazí změřené indexy.

Více uživatelů:

- Váha si umí zapamatovat až 8 různých uživatelů pro aplikaci a až 9 uživatelů pro vážení bez aplikace.
- Pokud váha obsahuje více uložených uživatelů s podobnou hmotností, je nutné po zvážení a zobrazení indexů bez aplikace pomocí tlačítek **▼** nebo **▲** navolit číslo profilu a poté jej potvrdit tlačítkem **SET**.

Přepnutí soustavy jednotek:

- Po zapnutí váhy lze pomocí tlačítek **▼** nebo **▲** přepnout soustavu jednotek.
- Zvolená soustava jednotek zůstane automaticky uložena pro další vážení u všech profilů.
- Soustavu jednotek lze nastavit i pomocí aplikace.

Popis údajů na displeji:

- Ukazatel hmotnosti
- Druhy soustavy jednotek
- Číslo uživatele, typ postavy, režim sportovce
- Indikátor diagnostiky a ukazatel podváhy/nadváhy
- Ikony změřených indexů a jejich hodnotas



Indikace problému:

- Zobrazuje-li displej chybovou hlášku **Err** je váha přetížena.
- Zobrazuje-li displej chybovou hlášku **Lo** je nutná výměna baterií.

Obsah balení:

- 1x Truelife FitScale W7 BT
- 4x AAA baterie
- 1x Návod
- 1x Bezpečnostní instrukce

Základní specifikace:

Rozměry: 31 cm x 31 cm x 2,5 cm
Rozsah vážení: 0,2 – 180 kg
Odchylka vážení: 0,1 kg

Bezpečnost při práci se zařízením:

- Před prvním spuštěním přibalené bezpečnostní instrukce.
- Pro správné zacházení s produktem si stáhněte a přečtěte nejaktuálnější verzi manuálu, která je ke stažení na stránce: www.truelife.eu.

Tiskové chyby a změny informací jsou vyhrazeny.

Výrobce:

elem6 s.r.o.,
Braškovská 15, 16100 Praha 6,
Česká republika



SK – NÁVOD

Úvodné informácie:

- Pred prvým spustením vložte do otvoru na spodnej časti váhy 4 priložené AAA baterie. Uistite sa, že sú nasmerované podľa náčrtu na dne otvoru.
- Váhu umiestnite na rovnú a pevnú plochu či podložku v suchom prostredí.
- Vážte sa naboso s čistými chodidlami.
- Pokiaľ budete váhu používať na mäkkom povrchu alebo koberci, nebude produkt schopný optimálne analyzovať merané indexy.



- Pre dosiahnutie konzistentných a presných výsledkov meraní používajte váhu v rovnakú dennú dobu za približne rovnakých podmienok. Pokiaľ je to možné, vyhnite sa váženiu v týchto prípadoch:
- Počas alebo okamžite po náročnom tréningu
 - Po sprchovaní, kúpeľi alebo saune

- Po väčšom požití alkoholu
- Počas alebo okamžite po jedle
- Počas horečky

Merané indexy:

- BMI (Body Mass Index) je index, ktorý sa používa pre klasifikáciu podváhy, nadváhy alebo rôznych stupňov obezity. Ide o vypočítaný index z výšky a hmotnosti.
- BMR (Basal Metabolic Rate) je index, ktorý určuje množstvo energie, ktorú telo potrebuje pri úplnom pokoji pre udržovanie svojich základných funkcií.
- BFR (Body Fat Rate) je index, ktorý určuje množstvo tukového tkaniva v tele.
- Telesná hmotnosť, telesný tuk, svalová frekvencia, svalová hmota, voda v tele, kostrová hmotnosť, bielkoviny, metabolický vek, viscerálny tuk, štandardná hmotnosť, kontrola váhy, hmotnosť bez tuku, úroveň obezity, skóre, hodnota bielkoviny, telesný typ.

Prvé použitie, vážení s aplikáciou:

- Váhu Truelife FitScale W7 BT je možné používať s mobilným telefónom s operačným systémom iOS alebo Android.
- Váha spolu s aplikáciou dokáže diagnostikovať 19 indexov tela.
- Váhu je možné používať aj bez mobilnej aplikácie viz „Prvé použitie, vážení bez aplikácie“.



truelife.eu/58520/app

2) Spárujte váhu s aplikáciou

- Zapnite aplikáciu a Bluetooth vo Vašom mobilnom telefóne.
- Souhlasíte so spracovaním osobných údajov a povolíte prístup aplikácii ku Bluetooth rozhraniu.
- Potom môžete prepojiť aplikáciu s Apple HealthKit, Fitbit alebo Google Fit.
- Váha sa po stúpnutí na sklo automaticky zapne a spáruje so zapnutou aplikáciou.

3) Zvažte sa

- Zapnite aplikáciu a stúpnite si na váhu. Váha v okamihu na displeji zobrazí Vašu hmotnosť a užívateľa P0, ktorý je určený iba pre online meranie s aplikáciou.
- Počkajte približne ďalších 10 sekúnd, než váha úplne dokončí Vašu diagnostiku. Úplné dokončenie diagnostiky sa zobrazí vo vrchnej časti aplikácie ako „testovanie dokončeno“ a zaznie zvuk

Obsah je uzamčen

Dokončete, prosím, proces objednávky.

Následně budete mít přístup k celému dokumentu.



Proč je dokument uzamčen? Nahněvat Vás rozhodně nechceme. Jsou k tomu dva hlavní důvody:

- 1) Vytvořit a udržovat obsáhlou databázi návodů stojí nejen spoustu úsilí a času, ale i finanční prostředky. Dělali byste to Vy zadarmo? Ne*. Zakoupením této služby obdržíte úplný návod a podpoříte provoz a rozvoj našich stránek. Třeba se Vám to bude ještě někdy hodit.

**) Možná zpočátku ano. Ale vězte, že dotovat to dlouhodobě nelze. A rozhodně na tom nezbohatneme.*

- 2) Pak jsou tady „roboti“, kteří se přiživují na naší práci a „vysávají“ výsledky našeho úsilí pro svůj prospěch. Tímto krokem se jim to snažíme překazit.

A pokud nemáte zájem, respektujeme to. Urgujte svého prodejce. A když neuspějete, rádi Vás uvidíme!