



SMART BODY COMPOSITION SCALE



Manual / Handleiding



SPECIFICATIONS



Size

280x280x25mm

LCD-Display size

108x62mm

Power

Rechargeable lithium cell 300mAh

Max. capacity

5 - 180kg

Divison

0.1kg

Charging time

2 hours

Duration of use

Two months if use 2 times a day

INHOUD



Voorwoord	04
Display inrichting	05
Display instructies	06
Plaatsing & gebruik	07
App downloaden	08
Instructie	09
App instructies	10
Gebruikersgegevens	11
Account	13
Synchroniseren met fitness apps	14
Kalibreren	18
Herkenningfunctie	19
FAQ	20
Belangrijk	21
100% Tevredenheidsgarantie	23

INDEX



Foreword	24
Display structure	25
Product description	26
Place & use	27
App download	28
Instructions	29
App instructions	30
User data	31
Account	33
Sync with fitness app	34
Calibrate	38
Recognition function	39
FAQ	40
Attention	41
100% Satisfaction guarantee	42



VOORWOORD



Bedankt dat je voor onze Smart Body Composition Scale hebt gekozen! Deze weegschaal is vanaf nu jouw persoonlijke gezondheidsassistent. Om een nauwkeurige meting en een lange levensduur van de personenweegschaal te kunnen garanderen, dien je deze handleiding voor gebruik te lezen en naderhand te bewaren.

De Smart Body Composition Scale helpt je om je persoonlijke gezondheidsgegevens bij te houden. Het registreert en analyseert de informatie van je weegschaal en brengt de gegevens vervolgens via draadloze verbinding over naar je smartphone. Je kunt je gezondheidsgegevens op elk moment van de dag bekijken door de gratis bijbehorende app te downloaden.

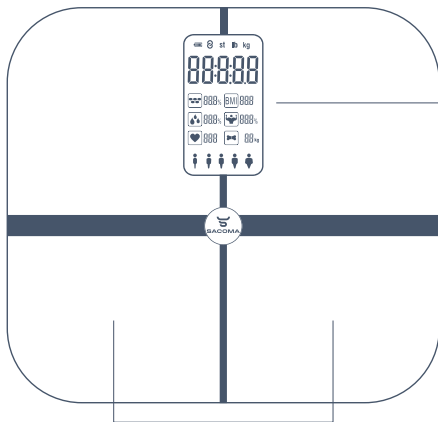
 @SACOMA.NL

DISPLAY INRICHTING



Aan/uit knop

USB-C aansluiting



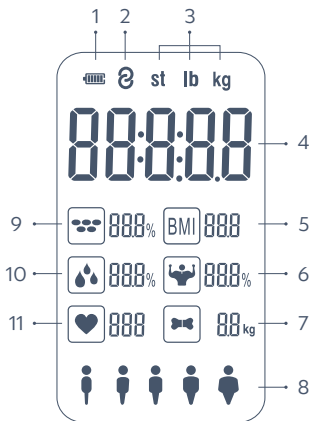
LED
Display

Stavlak

DISPLAY INSTRUCTIES



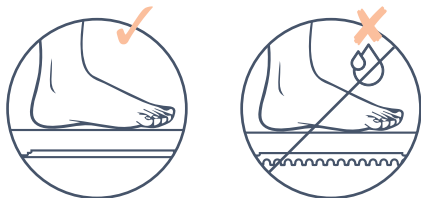
1. Batterijvolume
2. Verbonden
3. Weegeenheden
4. Lichaamsgewicht
5. BMI
6. Spierpercentage
7. Botmassa
8. Gezondheidsstatus
9. Lichaamsvetpercentage
10. Lichaamswaterpercentage
11. Hartslag



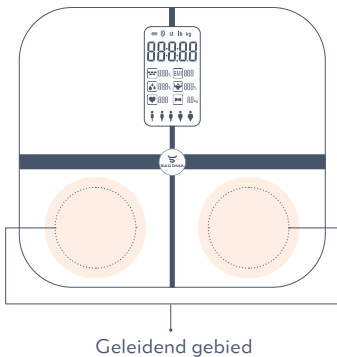
PLAATSING & GEBRUIK



Plaats de weegschaal altijd op een harde, droge en vlakke ondergrond. Zodra het LED-scherm 0,0 kg weergeeft, kun je op de weegschaal gaan staan.



Het onderste gedeelte van de weegschaal zorgt voor de geleiding. Zorg daarom dat je voeten altijd symmetrisch op de weegschaal staan.



APP DOWNLOADEN



Vergeet niet Bluetooth aan te zetten
nadat je de App hebt gedownload.

DOWNLOAD
"FITDAYS"



In the App Store,
Google Play or
scan the QR code



INSTRUCTIE



1. Zorg ervoor dat de weegschaal is opgeladen.
2. Plaats de weegschaal op een harde, droge en vlakke ondergrond.
3. Aanzetten: plaats één voet ca. 1 seconden op de weegschaal of druk de knop aan de bovenzijde in. De weegschaal werkt zodra het LED-scherm "0.00kg" weergeeft.
4. Automatische uitschakelen (energiebesparingsmodus): Als de weegschaal 10 seconden niet wordt gebruikt, wordt deze automatisch uitgeschakeld.

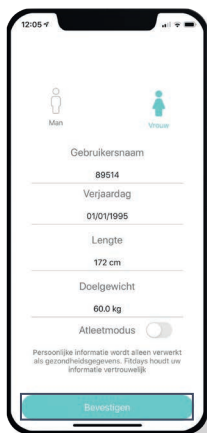


APP INSTRUCTIES



Account aanmaken

1. Schakel je Bluetooth in en open de Fitdays app.
2. Klik op “Registreren”.
3. Doorloop alle velden en klik op “De volgende”.
4. Stel je gegevens in en klik op “Bevestigen”.
5. Ga met **je blote voeten** op de weegschaal staan, het wegen begint automatisch.
6. Wacht tot het wegen helemaal voltooid is.
Je gezondheidsgegevens zijn vervolgens zichtbaar in de App.



GEBRUIKERSGEGEVENS



1. Overzicht

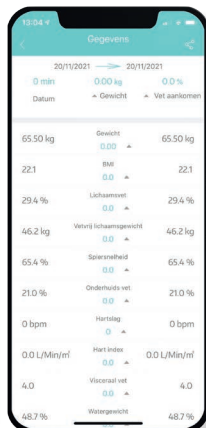
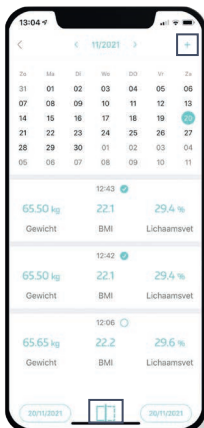
Klik op de knop “Overzicht” om je gegevens per dag, week, maand of jaar te bekijken en met elkaar te vergelijken. Zo zie je in één oogopslag per onderdeel of je vooruitgang hebt geboekt.

2. Gebruikersgegevens

Klik vervolgens op de button “Gebruikersgegevens”. Hier kun je elke gewenste datum aanklikken en je gezondheidsgegevens bekijken en met elkaar vergelijken.

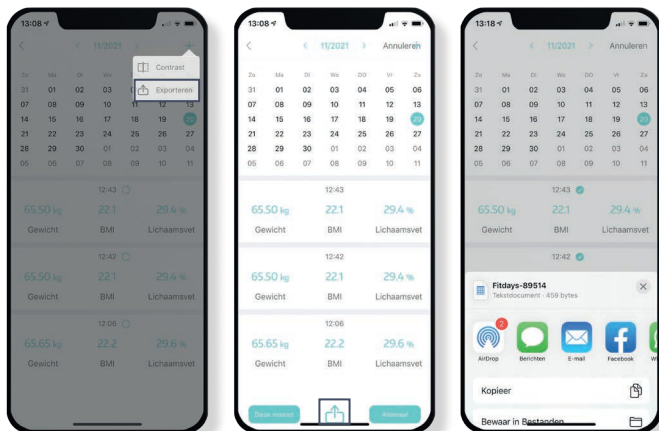
3. Contrast

Klik rechtsboven in de hoek op “+” en klik op “Contrast”. Klik vervolgens de twee gewenste wegingen aan en klik op om het vergelijken van de meetgegevens te starten.



4. Gegevens delen

Klik rechtsboven in de hoek op “+” en klik op “Exporteren”. Kies of je alle gegevens of slechts van de afgelopen maand wilt exporteren. Klik vervolgens op  om de informatie te delen met je vrienden via o.a. Facebook of Instagram.



ACCOUNT



1. Gebruiker toevoegen

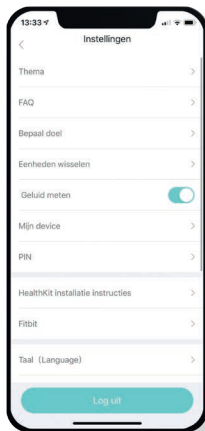
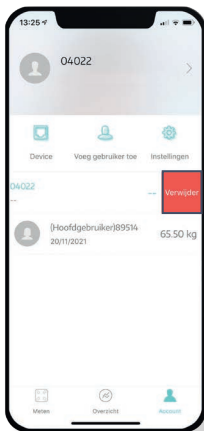
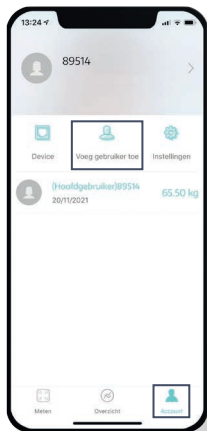
Klik op de knop “Account” en klik vervolgens op “Voeg gebruiker toe”. Doorloop vervolgens alle stappen en klik op “Bevestigen”. Je hebt nu een gebruiker toegevoegd.

2. Gebruiker verwijderen

Klik op de knop “Account”. Om een gebruiker te verwijderen, veegt u de gebruiker naar links en selecteert u “Verwijderen”.

3. Instellingen

Klik vanuit je account op “Instellingen”. Hier kun je o.a. doelen instellen, eenheden wisselen, je wachtwoord wijzigen en je Fitbit koppelen.

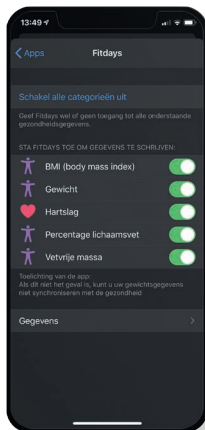
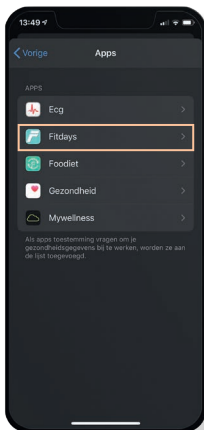
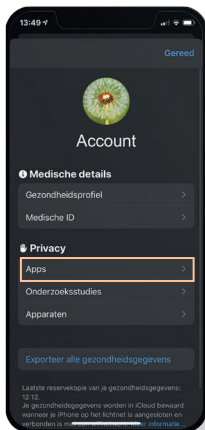


SYNCHRONISEREN MET FITNESS APPS



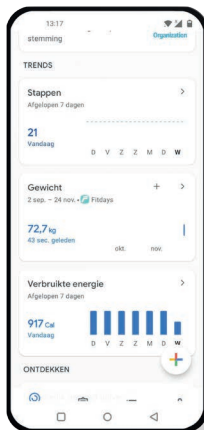
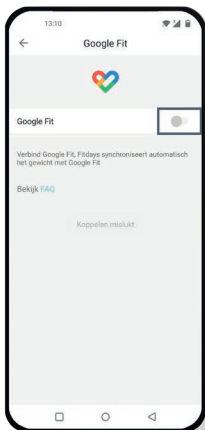
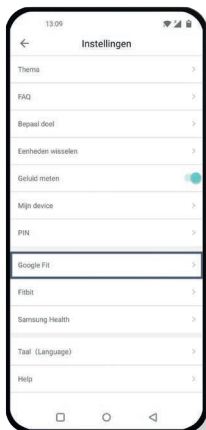
Apple Health

1. Open de 'Gezondheid' app op uw iPhone en klik op uw account rechtsboven in de hoek.
2. Klik op "Apps" en klik vervolgens op "Fitdays".
3. Zet alle categorieën aan om de Fitdays app optimaal te laten werken.



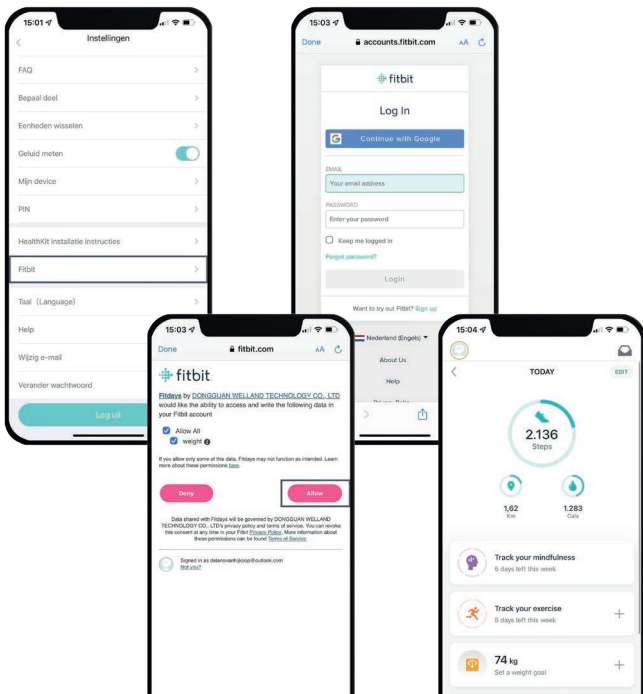
Google Fit

1. Ga naar instellingen en selecteer “Google Fit”
2. Zet de “Google Fit” knop aan, log vervolgens in met je Google account.
3. Je wordt automatisch doorverwezen naar de “Google Fit” pagina.



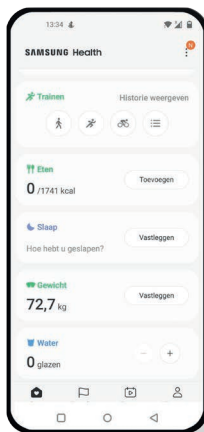
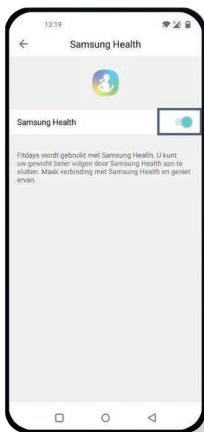
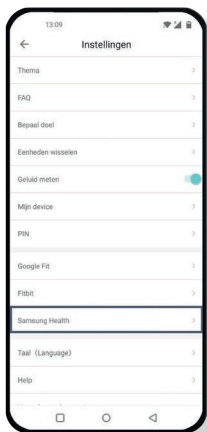
Fitbitt App

1. Ga naar instellingen en selecteer “Fitbit”
2. Zet de “Fitbit” knop aan, log vervolgens in met je Fitbit account.
3. Selecteer “Toestaan” om toegang te krijgen tot de Fitbit app.
4. Na het koppelen worden de gegevens gesynchroniseerd met de Fitbit app. Je kunt de gegevens zowel via de app als op de website bekijken.



Samsung Health app

1. Ga naar instellingen en selecteer “Samsung Health”
2. Zet de “Samsung Health” knop aan, log vervolgens in met je Samsung account.
3. Je wordt automatisch doorverwezen naar de “Samsung Health” pagina.



KALIBREREN



Heb je de weegschaal verplaatst of omgedraaid? Om de nauwkeurigheid van de metingen te kunnen garanderen, raden we daarom aan om de weegschaal opnieuw te kalibreren.

1. Plaats de weegschaal op een harde, droge en vlakke ondergrond.
2. Plaats één voet op de weegschaal. Haal je voet van de weegschaal af zodra het LED-scherm reageert.
3. Het kalibratieproces is voltooid wanneer het LED-scherm “0.00kg” weergeeft.

HERKENNINGSFUNCTIE



Na de eerste verbinding heeft de weegschaal een automatische herkenningfunctie. Wanneer het gewicht meer dan $\pm 2\text{KG}$ verschilt met de vorige meting, zal de app je vragen of de juiste gebruiker is geselecteerd. Op de homepage van de app verschijnt een envelop icoontje met een notificatie.

1. Gewicht claimen

Klik op de notificatie en klik op "Claimen". Je kunt nu de meting van het gewicht koppelen aan het juiste account.

2. Gewicht verwijderen

Is de meting onjuist? Klik dan op "Selecteer", vink vervolgens de foutieve meting aan en klik op "Verwijder".



FAQ



Waarom werkt de weegschaal niet? Waarom verdwijnen de gegevens op het scherm in een oogwenk?

Controleer als eerst of de weegschaal volledig is opgeladen. Is de weegschaal volledig opgeladen, schakel hem dan in door één van je voeten ca. 12 seconden op de weegschaal te plaatsen.. Neem contact met ons op als de weegschaal na het doorlopen van deze stappen nog steeds niet aangaat.

De weegschaal kan geen verbinding maken met de app.

1. Controleer of de software van de telefoon iOS 8.0 of hoger is. Bij een Android telefoon moet het besturingssysteem Android 6.0 + of hoger zijn.
2. Download en open de nieuwste versie van de Fitdays App.
3. Schakel Bluetooth in op uw telefoon. Voor Android 6.0 of hoger, moet locatievoorzieningen ingeschakeld zijn.

Er wordt geen lichaamsvet gemeten bij het wegen.

1. Stap op de weegschaal met droge en blote voeten
2. Zorg ervoor dat Bluetooth is ingeschakeld en correct werkt
3. Zorg ervoor dat persoonlijke gegevens worden ingevoerd.

BELANGRIJK



Veiligheidswaarschuwing

Bij gebruik van de weegschaal moeten bepaalde basisveiligheidsmaatregelen in acht worden genomen, waaronder het volgende:

1. De weegschaal mag niet worden gebruikt om een diagnose te stellen of een medische aandoening te behandelen. U moet een arts raadplegen wanneer u een dieet of trainingsprogramma volgt.
2. Als u zwanger bent of een pacemaker of ander inwendig apparaat heeft, moet u niet te veel vertrouwen stellen in de gegevens van dit product. Alle gegevens dienen ter referentie en zijn geen vervanging voor het advies van een gediplomeerd gezondheidsdeskundige.
3. Controleer het apparaat voor elk gebruik. Gebruik het apparaat niet als het beschadigd is. Het voortdurend gebruik van een beschadigd toestel kan leiden tot letsel of onjuiste resultaten.

Opmerking

1. De weegschaal is een zeer nauwkeurig meetinstrument. Spring of stamp nooit op de weegschaal en haal hem niet zomaar uit elkaar. Behandel de weegschaal voorzichtig om breuk te voorkomen.
2. Plaats de weegschaal tijdens het gebruik op een harde, vlakke oppervlakte. Gebruik van de weegschaal op een zachte oppervlakte zoals tapijt of linoleum kan de nauwkeurigheid van de aflezingen beïnvloeden.
3. Voor een nauwkeurige weging moet u rustig op de weegschaal stappen om ze te activeren en ten minste 10 seconden wachten vooraleer u op de weegschaal uzelf weegt. U moet de weegschaal ook opnieuw opstarten als deze verplaatst is geweest. Weeg uzelf elke dag op hetzelfde tijdstip om de meest nauwkeurige resultaten te krijgen.
4. Voordat u de weegschaal gebruikt, moet u ervoor zorgen dat u al uw persoonlijke gegevens heeft ingevoerd via de Fitdays app.
5. Gebruik de weegschaal op blote voeten. De weegschaal kan het lichaamsvetpercentage niet meten als u uw schoenen nog aanheeft of sokken draagt.

6. Zorg ervoor dat uw voeten droog zijn voordat u zich weegt.
7. Deze weegschaal is niet waterdicht; dompel ze nooit onder in water. Gebruik een vochtige doek of glasreiniger om het oppervlak schoon te maken. Gebruik geen zeep of andere chemicaliën.

Het apparaat voldoet aan deel 15 van de FCC-voorschriften.

Deze apparatuur geeft radiofrequentie straling af en kan bij onjuist gebruik (oftewel, indien wordt afgeweken van de instructies in deze handleiding) storing veroorzaken in de ontvangst van radio- en televisiesignalen.

Gebruik van het apparaat is uitsluitend toegestaan onder de volgende twee voorwaarden: (1) dit apparaat mag geen schadelijke storing veroorzaken, en (2) dit apparaat moet eventuele ontvangen storing accepteren. Dit geldt ook voor storing die kan leiden tot een ongewenste werking. Deze apparatuur is getest en in overeenstemming bevonden met de limieten van een digitaal apparaat uit klasse B, conform deel 15 van de FCC-voorschriften. Deze beperkingen zijn opgesteld om een redelijke bescherming te bieden tegen schadelijke storingen in een woonomgeving. Deze apparatuur genereert en maakt gebruik van radiofrequentie straling en kan deze afgeven. Indien deze apparatuur niet volgens de instructies wordt geïnstalleerd en gebruikt, kan deze schadelijke storing van radiocommunicatie veroorzaken. Er is echter geen garantie dat in bepaalde situaties geen storing zal optreden. Als deze apparatuur schadelijke storing in radio- of televisieontvangst veroorzaakt, wat kan worden vastgesteld door de apparatuur in en uit te schakelen, kan de gebruiker proberen deze storing op één of meer van de volgende manieren op te heffen:

- De ontvangstantenne verplaatsen of anders richten.
- De afstand tussen de apparatuur en de ontvanger vergroten.
- De apparatuur aansluiten op een ander stopcontact in een ander circuit dan dat waarop de ontvanger is aangesloten.
- Raadpleeg voor hulp je dealer of een ervaren radio-/televisiemonteur.

Wijzigingen of aanpassingen aan deze apparatuur die niet uitdrukkelijk zijn goedgekeurd door de partij die verantwoordelijk is voor de naleving van de voorschriften, kunnen het recht van de gebruiker om deze apparatuur te bedienen ongeldig maken.

FCC-ID:2ANDX-CK10A

100% TEVREDENHEIDS- GARANTIE



Wij garanderen dat al onze producten zijn ontworpen volgens de hoogste kwaliteitsnormen, wij baseren onze grondhouding dan ook op klanttevredenheid. Dit betekent dat de klantervaring en de persoonlijke reis die u heeft gehad met ons product, uniek moet zijn. Als u gebruik heeft gemaakt van onze klantenservice of ons product, laat ons zeker iets weten door een waarheidsgetrouwe recensie achter te laten.

INFO@SACOMA.NL

AUTEURSRECHTEN © 2021 SACOMA. ALLE RECHTEN ZIJN VOORBEHOUDEN.

Het materiaal in deze publicatie wordt beschermd door internationale en federale auteursrecht-wetten en -verdragen, en als zodanig is elke ongeoorloofde herdruk of gebruik van dit materiaal ten strengste verboden. Geen enkel deel van dit boek mag worden gereproduceerd of doorgegeven in welke vorm dan ook zonder schriftelijke toestemming van de auteur, behalve voor het opnemen van korte citaten in een recensie. Reproductie of vertaling van enig deel van dit werk zonder de toestemming van de auteursrechthebbende is in strijd met de wet.





FOREWORD

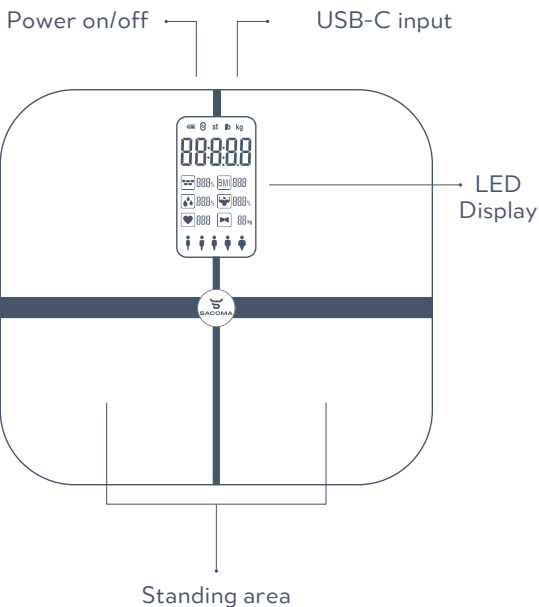


Thank you for choosing our Smart Body Composition Scale! This scale is now your personal health assistant. In order to guarantee an accurate measurement and a long service life of the scale, please read this manual before using and keep it for further reference.

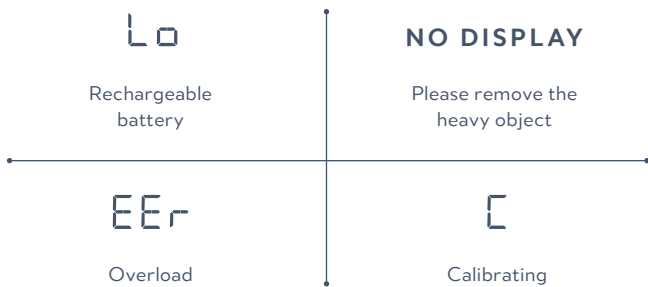
This Smart Body Composition Scale could help you keep track of your personal health data. It records and analyzes the information from your scale, then transfer the data to your mobile device via wireless transmission technology. You can view your health data at any time of the day by downloading the free app.

 @SACOMA.NL

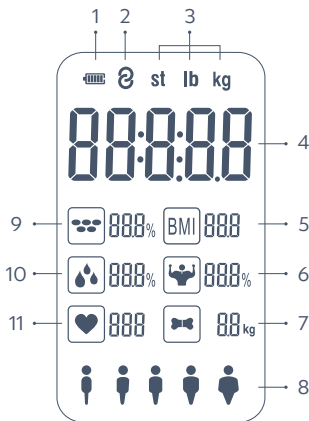
DISPLAY STRUCTURE



PRODUCT DESCRIPTION



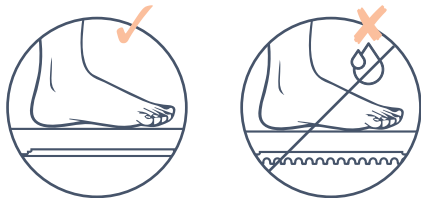
1. Battery volume
2. Connected
3. Weight units
4. Body weight
5. BMI
6. Muscle rate
7. Bone mass
8. Indicates your health status
9. Body fat rate
10. Body water rate
11. Body Heart rate



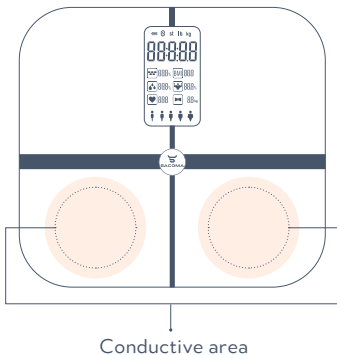
PLACE & USE



Place the scale on an even and dry surface. As soon as the LED screen shows 0.0 kg, you can step on the scale.



The lower part of the scale provides conductance. Therefore, make sure that your feet are always symmetrical on the scale.



APP DOWNLOAD



After you downloaded the App,
do not forget to **turn on your bluetooth.**

DOWNLOAD
"FITDAYS"



In the App Store,
Google Play or
scan the QR code



INSTRUCTIONS



1. Make sure the scale is charged.
2. After using or moving the scale for the first time, you need to place the scale on a horizontal dry and hard surface.
3. Power on: place one foot on the scale for approx. 1 second or press the button on the top. The scale starts working when the LED screen displays "0.00kg".
4. Auto power off (Power Saving Mode): If there is no operation or weight change on the scale within 15 seconds, it will shut down.

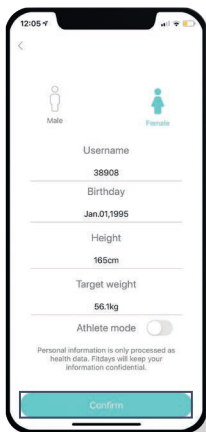


APP INSTRUCTIONS



Create an account

1. Turn on Bluetooth and open the Fitdays app.
2. Click on “Register”.
3. Go through all the fields and click on “Next”.
4. Set your personal data and click on “Confirm”.
5. Stand on the scale with **your bare feet**, the weighing will start automatically.
6. Wait until the weighing is complete. Your health data will be visible in the App.



USER DATA




1. Charts

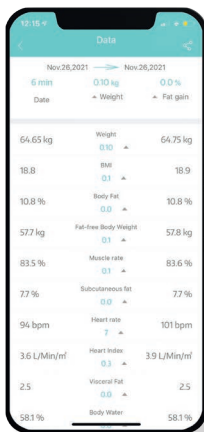
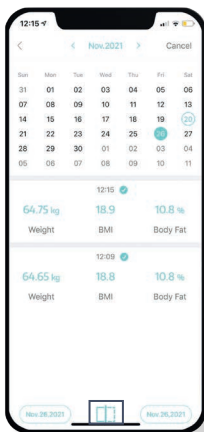
Click on the “Charts” button to view and compare your data per day, week, month or year. This way you can see at a glance whether you have made progress or not.

2. User data


Then click on the “User data” button. Here you can click on any date you like and view and compare your health data.

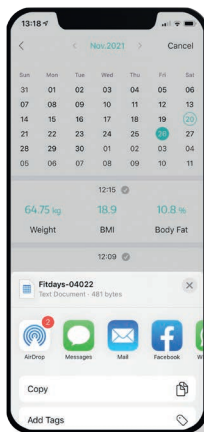
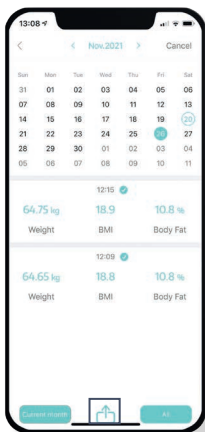
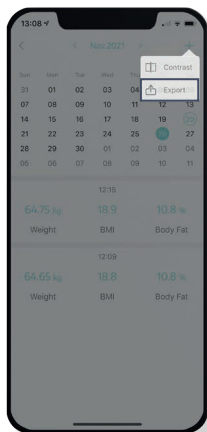
3. Contrast

Click “+” in the top right corner and click on “Contrast”. Then click on the two desired weightings and click on  to start comparing the measurement data.



4. Share data

Click “+” in the top right corner and click on “Export”. Choose whether you want to export all data or only for the past month. Then click on  to share the information with your friends via Facebook or Instagram, among others.



ACCOUNT



1. Add user

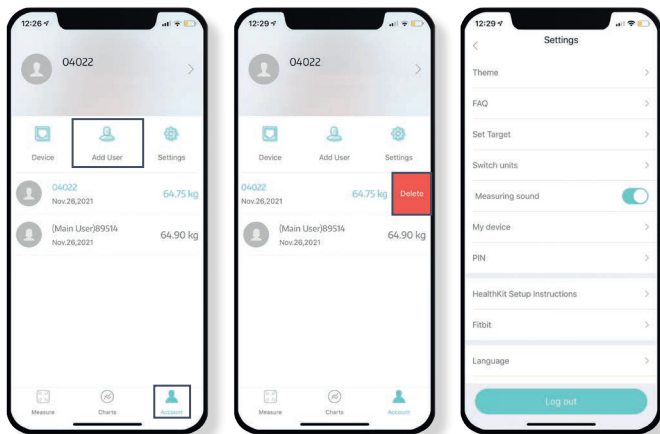
Click on the “Account” button and then click on “Add User”. Then go through all the steps and click on “Confirm”. You have now added a user.

2. Delete user

Click on the “Account” button. To delete a user, swipe the user to the left and select “Delete”.

3. Setting

From your account, click on “Settings”. Here you can set goals, change units, change your password and connect your Fitbit.

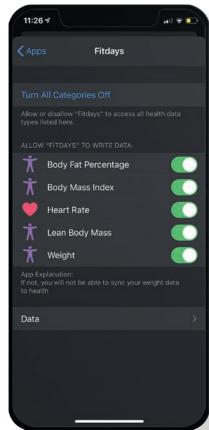
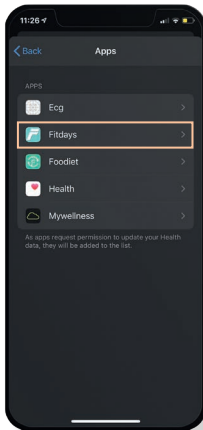
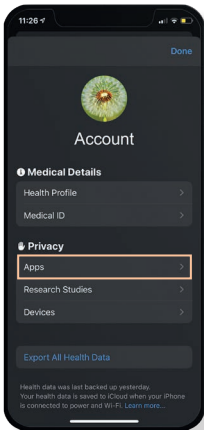


SYNC WITH FITNESS APPS



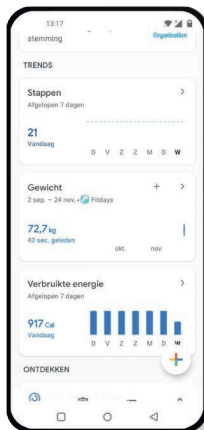
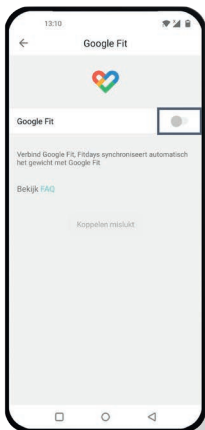
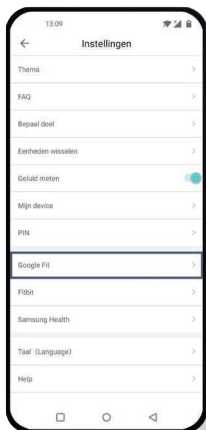
Apple Health

1. Open the 'Health' app on your iPhone and click on your account in the top right corner.
2. Click on "Apps" and then click on "Fitdays".
3. Turn on all categories to make the Fitdays app work optimally.



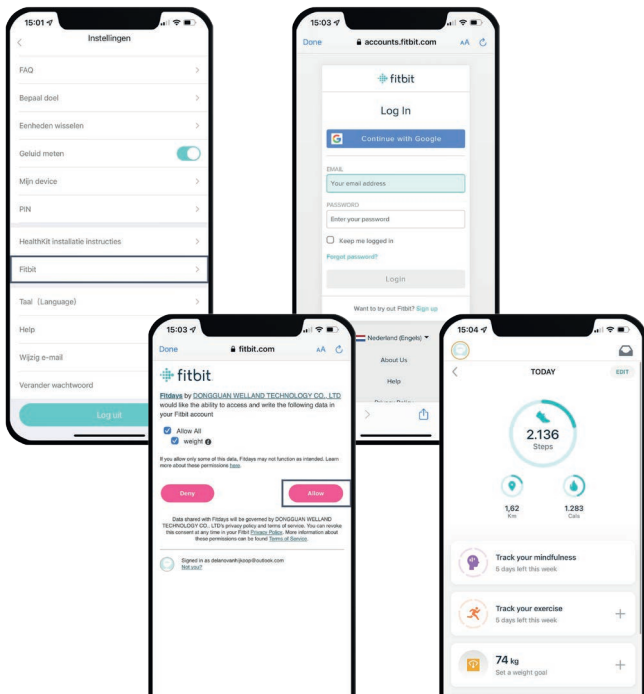
Google Fit

1. Go to settings and select “Google Fit”
2. Turn on the “Google Fit” button, then log in with your Google account.
3. You will be automatically redirected to the “Google Fit” page.



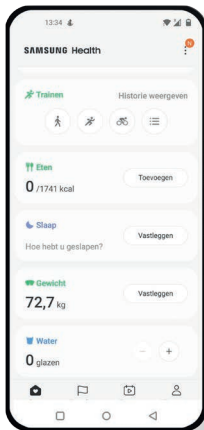
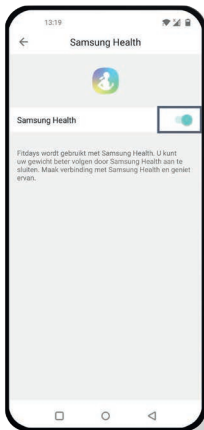
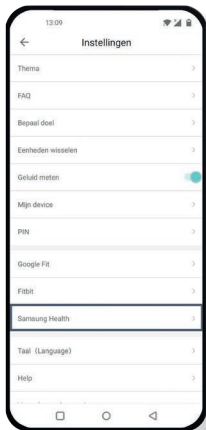
Fitbitt App

1. Go to settings and select “Fitbit”
2. Turn on the “Fitbit” button, then log in with your Fitbit account.
3. Select “Allow” to access the Fitbit app.
4. After pairing, the data is synced to the Fitbit app. You can view the data via the app as well as on the website.



Samsung Health app

1. Go to settings and select “Samsung Health”
2. Turn on the “Samsung Health” button, then log in with your Samsung account.
3. You will be automatically redirected to the “Samsung Health” page.



CALIBRATE



Have you moved or turned the scales? Then we recommend that you calibrate the scale to ensure the accuracy of the measurements.

1. Place the scale on an even and dry surface.
2. Place one foot on the scale until the LED screen responds.
3. The calibration process is complete when the LED display shows "0.00kg".

RECOGNITION FUNCTION



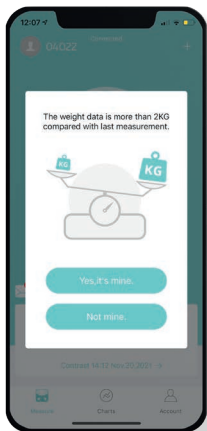
After the first weighing, the scale has an automatic recognition function. When the weight deviates more than $\pm 2\text{KG}$ from the previous measurement, the app asks if the correct user has been selected. An envelope icon with a notification will appear on the app home page.

1. Claim weight

Click on the notification and click on “Claim”. You can now link the weight measurement to the correct account.

2. Remove weight

Is the measurement incorrect? Then click on “Select”, then check the incorrect measurement and click on “Delete”.



FAQ



Why doesn't the scale work? Why does the data on screen disappear in a flash?

First check if the scale is fully charged. When the scale is fully charged, place one feet on the scale for approx. 10 seconds. Contact us if the scale still does not switch on after completing these steps.

The scale cannot connect with App.

1. Check that the phone's software is iOS 8.0 or higher or Android6.0 or higher.
2. Download and open the newest version of the Fitdays App.
3. Enable Bluetooth on your phone. For Android 6.0 or higher, location needs to be enabled

No body fat measured when weighing.

1. Step on with dry and bare feet
2. Ensure Bluetooth is enabled and working
3. Ensure personal data is entered.

ATTENTION



Safety precautions:

When using digital scale, certain basic safety precautions must be followed, including the following:

1. The Bluetooth scale should not be used to diagnose or treat any medical condition. You should consult a doctor when undertaking any diet or exercise program.
2. If you are pregnant or have a pacemaker or other internal device, you should not over rely on the data provided by this product. All data is for reference and is not a substitute for advice from a licensed health care professional.
3. Check the device before each use. Do not use the device if damaged. The continuous use of a damaged unit may cause injury or improper results.

Note:

1. Scale is a high-precision measuring device. Never jump or stamp on the scale or disassemble. Please handle the scale carefully to avoid breakage.
2. Place the scale on a hard, flat surface during use. Using the scale on a soft surface like carpet or linoleum may affect the accuracy of the scale readings.
3. To ensure weighing accuracy, please gently step on the scale to wake it up and wait at least 10 seconds before weighing on the scale. You must also wake up the scale if it has been moved. Take your measurements at the same time each day to ensure the most accurate results.
4. Before using the scale, make sure you have entered all your personal data through the Fitdays app.
5. Use the scale while barefoot. The scale cannot measure body fat percentage if you're wearing shoes or socks.
6. Make sure your feet are dry before weighing yourself.
7. This scale is not waterproof; never immerse the scale in water. To clean the surface, use a damp cloth or glass cleaner. Do not use soap or other chemicals.

This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation. Any changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

NOTE: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help. The device has been evaluated to meet general RF exposure requirement. The device can be used in portable exposure condition without restriction.

FCC ID:2ANDX-CK10A

100% SATISFACTION GUARANTEE



We guarantee all our products are designed to the highest standard, we base our ethos on customer satisfaction. This means the customer experience and journey you have had with us should be exceptional. If you have experienced our customer service or product, please let us know by leaving us an honest review.

INFO@SACOMA.NL

COPYRIGHT © 2021 SACOMA. ALL RIGHTS RESERVED.

The material in this publication is protected under International and Federal Copyright Laws and Treaties, and as such, any unauthorized reprint or use of this material is strictly prohibited. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form without the written permission of the author, except for the inclusion of brief quotations in a review. Reproduction or translation of any part of this work without the permission of the copyright holder is against the law.



