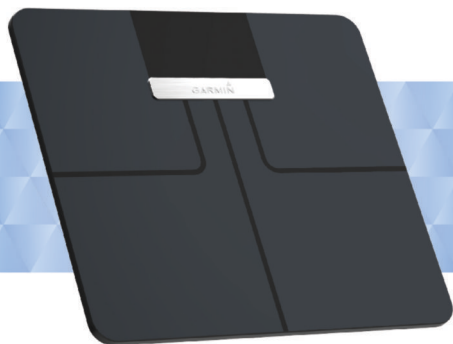




Pametna tehtnica Garmin Index™



Priročnik za uporabo

© 2015 Garmin Ltd. ali njegove podružnice

Vse pravice pridržane. V skladu z zakoni o avtorskih pravicah tega priročnika ni dovoljeno kopirati, v celoti ali delno, brez pisnega dovoljenja družbe Garmin. Garmin si pridržuje pravico do sprememb in izboljšav izdelkov ter sprememb vsebine tega priročnika, ne da bi o tem obvestil osebe ali organizacije. Najnovejše posodobitve in dodatne informacije glede uporabe izdelka lahko poiščete na www.garmin.com.

Garmin®, logotip Garmin in ANT® so blagovne znamke družbe Garmin Ltd. ali njenih podružnic, registrirane v ZDA in drugih državah. Garmin Connect™, Garmin Express™, Garmin Index™ in USB ANT Stick™ so blagovne znamke družbe Garmin Ltd. ali njenih podružnic. Blagovnih znamk ni dovoljeno uporabljati brez izrecnega dovoljenja družbe Garmin.

Oznaka in logotipi Bluetooth® so v lasti družbe Bluetooth SIG, Inc. Družba Garmin ima licenco za uporabo tega imena. Mac® je blagovna znamka družbe Apple Inc., registrirana v ZDA in drugih državah. Wi-Fi® je registrirana blagovna znamka družbe Wi-Fi Alliance. Windows® je registrirana blagovna znamka družbe Microsoft Corporation v Združenih državah in drugih državah. Druge zaščitene in blagovne znamke so v lasti njihovih lastnikov.

Št. modela: N5; ATWINC1500-MR210PA

Kazalo vsebine

Uvod	1
Pregled naprave	1
Namestitev dvižnih nastavkov	1
Namestitev baterij	1
Spreminjanje merskih enot	1
Ikone stanja	1
Nastavitev naprave	1
Dodatni uporabniki	2
Spreminjanje uporabnikov	2
Spreminjanje povezave Wi-Fi	2
Odčitavanje in beleženje meritev	2
Meritve	2
Informacije o napravi	2
Nega naprave	2
Specifikacije	3
Odpravljanje težav	3
Posodobitve programske opreme	3
Pridobivanje dodatnih informacij	3
Namigi za nepravilne podatke o telesni sestavi	3
Moja naprava me prepozna kot gostujočega ali drugega uporabnika	3
Moja naprava ne beleži meritev	3
Ponastavitev tovarniških nastavitev	3
Kazalo	4

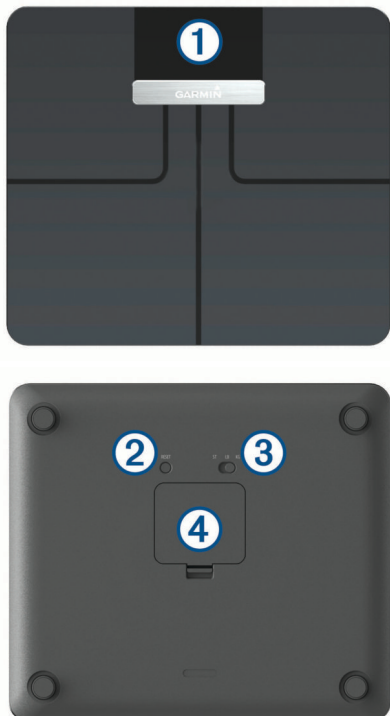
Uvod

⚠ OPOZORILO

Za opozorila in pomembne informacije o izdelku si oglejte navodila *Pomembne informacije o varnosti in izdelku* v škatli izdelka.

Ta naprava za izvedbo meritev pošlje električni tok skozi uporabnika. Naprave ne smejo uporabljati osebe s srčnimi spodbujevalniki ali drugimi vsajenimi medicinskimi pripomočki. Če ste noseči ali domnevate, da ste noseči, se pred uporabo tega izdelka posvetujte z zdravnikom.

Pregled naprave

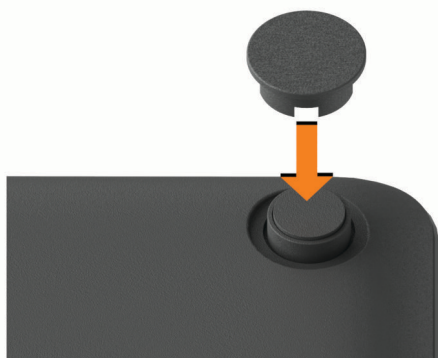


①	Zaslon LCD
②	Tipka za ponastavitev
③	Stikalo za merske enote
④	Vratca za baterije

Namestitev dvižnih nastavkov

Če želite zagotoviti kar se da natančne rezultate tehtanja, napravo uporabljajte na trdih in ravnih tleh. Če nameravate napravo uporabljati na preprogi, namestite priložene dvižne nastavke. Dvižni nastavki niso potrebni, če napravo uporabljate na trdih tleh.

Na vsako nogo naprave namestite po en dvižni nastavek.



Namestitev baterij

Napravo napajajo štiri baterije AA.

- 1 Odstranite pokrovček za baterije.
- 2 Vstavite štiri baterije AA, pri čemer upoštevajte usmerjenost polov.



- 3 Ponovno namestite pokrovček baterije.

Po namestitvi baterij začnejo lučke za brezžični signal na zaslonu LCD utripati in prikaže se , kar pomeni, da je naprava pripravljena za nastavitev.

Spreminjanje merskih enot

Stikalo na spodnji strani tehtnice premaknite na želeno mersko enoto.

Ikone stanja

Ikone na zaslonu LCD prikazujejo stanje povezave in vrsto meritve, ki je prikazana na zaslonu. Utripajoče ikone za brezžični signal pomenijo, da naprava išče signal. Če je ikona prikazana neprekinjeno, je naprava povezana z ustrezno brezžično tehnologijo.

	Stanje signala Wi-Fi®
	Stanje brezžičnega signala Bluetooth®
	Stanje brezžičnega signala ANT®
	Indeks telesne mase
	Delež telesne maščobe
	Delež vode v telesu
	Masa skeletnih mišic
	Kostna masa
	Baterija je skoraj prazna
	Gostujoči uporabnik
	Način za nastavitev
	Stanje povezave pri posodabljanju ali vzdrževanju programske opreme
	Nalaganje podatkov ali posodabljanje programske opreme je bilo uspešno
	Nalaganje podatkov ali posodabljanje programske opreme ni bilo uspešno

Nastavitev naprave

Preden lahko uporabite vse funkcije naprave Garmin Index, morate napravo nastaviti s programom Garmin Connect™ in jo povezati z združljivim usmerjevalnikom Wi-Fi.

- 1 Obiščite www.garminconnect.com/indexscale.
- 2 Izberite možnost:
 - Izberite **Mobilno** za nastavitev naprave s programom Garmin Connect Mobile.
 - Izberite **WPS** za nastavitev naprave z združljivim usmerjevalnikom Wi-Fi, ki podpira WPS.
- 3 Sledite navodilom na zaslonu računalnika ali pametnega telefona za nastavitev in konfiguracijo naprave.

OPOMBA: dokler ne dokončate nastavitve, lahko uporabljate le nekatere funkcije naprave.

Dodatni uporabniki

K uporabi naprave Garmin Index lahko s svojim računom Garmin Connect povabite do 15 uporabnikov. Vsak povabljeni uporabnik mora imeti račun Garmin Connect.

OPOMBA: samo lastnik naprave lahko povabi uporabnike.

Povabilo uporabnikov v storitvi Garmin Connect

- 1 V računalniku se prijavite v svoj račun Garmin Connect.
- 2 Izberite  > **Naprave** > **Pametna tehtnica Index**.
- 3 Izberite **Povabi** poleg uporabnika.

Povabilo uporabnikov v programu Garmin Connect Mobile

- 1 V združljivem pametnem telefonu odprite program Garmin Connect Mobile.
- 2 Izberite možnost:
 - Pri napravah s sistemom Android izberite .
 - Pri napravah s sistemom iOS izberite **Več**.
- 3 Izberite **Naprave Garmin** > **Pametna tehtnica Index** > **Nastavitve naprave** > **Upravljanje oseb** > **Povabi povezave**.
- 4 Izberite **Povabi** poleg uporabnika.

Spreminjanje uporabnikov

Naprava samodejno razlikuje med posameznimi uporabniki na podlagi teže in pogostosti uporabe. Ko stopite na napravo, vas naprava stehta in prikaže vaše začetnice na zaslonu. Če naprava zazna drugega uporabnika, lahko uporabnike spremenite.

Ko so na zaslonu naprave prikazane začetnice, tapnite napravo, da se pomaknete med uporabniki, ki so registrirani v tehtnici.

Spreminjanje povezave Wi-Fi

Napravo lahko kadar koli vrnete v način za nastavev in spremenite povezavo Wi-Fi.

OPOMBA: pri vrnitvi naprave v način za nastavev se v napravi ne izbrišejo informacije o uporabnikih.

Na spodnji strani tehtnice pritisnite tipko **RESET**.

Lučke za brezžični signal na zaslonu LCD začnejo utripati, kar pomeni, da je naprava pripravljena za nastavev ([Nastavitev naprave, stran 1](#)).

Odčitavanje in beleženje meritev

Vsakič, ko stopite na napravo, naprava izračuna vašo težo in druge meritve. Na zaslonu LCD se samodejno prikažejo izračunane meritve, pri čemer se vsakih nekaj sekund prikaže naslednja meritev.

- 1 Sezujete si nogavice in obutev.
- 2 Tapnite tehtnico.
Aktivira se zaslon LCD.
- 3 Bosi stopite na tehtnico.



NAMIG: za najboljše rezultate plosko stojte s stopali na stekleni površini tehtnice. Ne dotikajte se zaslona ali logotipa Garmin®.

Tehtnica vas stehta ter samodejno prikaže vaše začetnice in meritve.

- 4 Ko so prikazane meritve, tapnite napravo, da pospešite pomikanje med meritvami.

Če ste napravo nastavili z aktivno povezavo Wi-Fi, se meritve samodejno naložijo v vaš račun Garmin Connect.

Meritve

Pametna tehtnica Garmin Index za izračun telesne sestave uporablja bioelektrično impedanco. Naprava pošlje šibek električni tok (ki ga ne občutite) iz enega stopala skozi telo v drugo stopalo. Ko električni signal steče skozi telo, ga naprava izmeri in oceni vidike telesne sestave.

Za največjo natančnost napravo vsakič uporabite v enakih razmerah in ob približno enaki uri. Dejavnosti, ki začasno spremenijo telesno težo, hidracija in porazdelitev vode lahko vplivajo na natančnost meritev.

Garmin priporoča, da po jedi, pitju, vadbi, kopanju ali obisku savne počakate dve uri, preden uporabite napravo.

Indeks telesne mase (ITM): indeks telesne mase je vaša teža v kilogramih, deljena s kvadratom vaše višine v metrih. Z indeksom telesne mase se pogosto ocenjuje, ali ima oseba premajhno ali preveliko telesno težo.

Mišična masa: mišična masa je skupna masa, pripisana mišicam. Meri se v funtih, kilogramih ali stoneih in funtih.

Kostna masa: kostna masa je skupna masa, pripisana kostem. Meri se v funtih, kilogramih ali stoneih in funtih.

Delež telesne maščobe: delež telesne maščobe je delež skupne mase, pripisane maščobi, ki vključuje tako bistveno kot rezervno telesno maščobo. Bistvena telesna maščoba je potrebna za osnovno zdravje.

Delež vode: delež vode je delež skupne mase, pripisane tekočini. S to meritvijo je mogoče prikazati raven hidracije.

Informacije o napravi

Nega naprave

OBVESTILO

Naprave ne izpostavljajte ekstremnim šokom in grobim ravnanjem, saj ti lahko skrajšajo njeno življenjsko dobo.

Naprave ne shranjujte na mesta, kjer je lahko izpostavljena ekstremnim temperaturam, ker lahko povzročijo trajne poškodbe.

Za čiščenje naprave ne uporabljajte ostrih ali hrapavih predmetov.

Ne uporabljajte kemičnih ali abrazivnih čistil, topil in zaščitnih sredstev proti mrčesu, ki lahko poškodujejo plastične dele in barvo.

Čiščenje naprave

- 1 Površino naprave očistite s krpo, navlaženo z raztopino blagega mila.
- 2 Napravo obrišite do suhega.

Specifikacije

Največja obremenitev	181,4 kg (400 lb)
Vrsta baterije	4 alkalne baterije AA
	OBVESTILO V tej napravi morate uporabljati baterije z napetostjo 1,5 V.
Življenjska doba baterije	Do 9 mesecev
Temperaturni obseg delovanja	Od 10 do 40 °C (od 50 do 104 °F)
Obseg temperature za shranjevanje	Od -20 do 50 °C (od -4 do 122 °F)
Frekvenca in protokol brezžičnega omrežja	Wi-Fi 802.11 b/g/n: od 2412 do 2472 MHz (kanali od 1 do 13 za modele za EU) pri 9 dBm ANT: od 2402 do 2480 MHz pri 0 dBm Bluetooth Smart: od 2402 do 2480 MHz pri 0 dBm

Odpravljanje težav

Posodobitve programske opreme

Naprava samodejno prejema posodobitve programske opreme, ko je povezana s tehnologijo Wi-Fi.

Pridobivanje dodatnih informacij

- Obiščite www.garmin.com/intosports.
- Obiščite www.garmin.com/learningcenter.
- Za informacije o izbirni dodatni opremi in nadomestnih delih obiščite <http://buy.garmin.com> ali se obrnite na prodajalca Garmin.

Namigi za nepravilne podatke o telesni sestavi

Če so podatki o telesni sestavi nepravilni ali se ne prikažejo, poskusite s temi namigi.

- S stopali plosko stojte na stekleni površini tehtnice. Ne dotikajte se zaslona ali logotipa Garmin.
- Pred uporabo preverite, ali je površina tehtnice suha.
- Ne nosite nogavic ali čevljev.
- Napravo vsakič uporabite v enakih razmerah in ob približno enaki uri.
- Garmin priporoča, da po jedi, pitju, vadbi, kopanju ali obisku savne počakate dve uri, preden uporabite napravo.

Moja naprava me prepozna kot gostujočega ali drugega uporabnika

- Preverite svoje začetnice in težo v svojem računu Garmin Connect.
- Ko se na zaslonu prikaže ime uporabnika, tapnite zaslon, da se premaknete na naslednjega uporabnika.

Naprava razlikuje med posameznimi uporabniki na podlagi teže in pogostosti uporabe. Če napravo uporablja druga oseba, ki ima podobne lastnosti, lahko naprava izbere napačno osebo.

Moja naprava ne beleži meritev

- Preverite, ali je napolnjenost baterij prenizka.
- Preverite, ali ste dokončali nastavev in ali je naprava povezana s tehnologijo Wi-Fi.

Ponastavitev tovarniških nastavitev

Vse možnosti v napravi lahko ponastavite na tovarniško privzete vrednosti.

OPOMBA: pri ponastavitvi naprave na tovarniško privzete vrednosti se ne izbrišejo informacije, shranjene v vašem računu Garmin Connect.

Na spodnji strani tehtnice pritisnite in za 5 sekund pridržite tipko **RESET**.

Kazalo

B

baterija [1](#)
nameščanje [1](#)

Č

čiščenje naprave [2](#)

D

dodatna oprema [3](#)

G

Garmin Connect [1, 2](#)

I

ikone [1](#)

K

ključ USB ANT Stick [1](#)

M

meritve [2, 3](#)
merske enote [1](#)

N

naprava, čiščenje [3](#)

O

odpravljanje težav [3](#)

P

ponastavitev naprave [3](#)
posodabljanje programske opreme [3](#)
profil uporabnika [2](#)
programska oprema, posodabljanje [3](#)

R

računalnik, vzpostavljanje povezave [2](#)

S

specifikacije [3](#)

T

tehnologija Bluetooth [1](#)
tipke [1](#)

U

uporabniki, dodajanje [2](#)
uporabniški podatki [2](#)

W

Wi-Fi [3](#)

Z

začetna nastavitve [1](#)
združevanje [2](#)

