

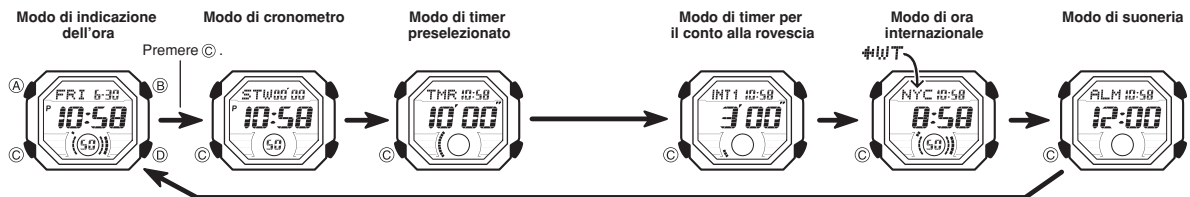
Cenni su questo manuale



- A seconda del modello di orologio, la visualizzazione del testo appare sotto forma di caratteri scuri su sfondo chiaro o sotto forma di caratteri chiari su sfondo scuro. Tutte le visualizzazioni di esempio in questo manuale sono mostrate usando caratteri scuri su sfondo chiaro.
- Le operazioni di tasto sono indicate mediante le lettere mostrate nell'illustrazione.
- Ciascuna sezione di questo manuale fornisce le informazioni necessarie per poter eseguire le operazioni in ciascun modo di funzionamento. Ulteriori dettagli e informazioni tecniche si trovano nella sezione "Riferimento".

Guida generale

- Premere **(C)** per passare da un modo di funzionamento ad un altro.
- In un modo di funzionamento qualsiasi (tranne quando una schermata di impostazione è visualizzata sul display), premere **(B)** per far illuminare il display.



Indicazione dell'ora



Usare il modo di indicazione dell'ora per impostare e per vedere l'ora e la data attuali.

Leggere questa parte prima di impostare l'ora e la data!

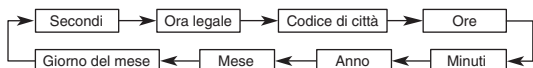
L'ora visualizzata nel modo di indicazione dell'ora e quella visualizzata nel modo di ora internazionale sono collegate. Per questo motivo, accertarsi di selezionare un codice di città per la propria città per l'ora di casa (la città in cui si usa normalmente l'orologio) prima di impostare l'ora e la data.

- Per informazioni dettagliate sui codici delle città, fare riferimento a "City Code Table" (Tabella dei codici delle città).

Per impostare l'ora e la data



1. Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto **(A)** finché i secondi iniziano a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
2. Premere **(C)** per spostare il lampeggiamento nell'ordine indicato di seguito per selezionare altre impostazioni.



3. Mentre l'impostazione che si desidera cambiare lampeggia, usare **(D)** o **(B)** per farla cambiare come descritto di seguito.

Schermata	Per fare ciò:	Eseguire questa operazione:
50	Ripartire i secondi a 00	Premere (D) .
FF FF	Passare dall'ora legale (FF) all'ora solare (FF) e viceversa	
TYO	Cambiare il codice di città	Usare (D) (oriente) o (B) (occidente).
10:50	Cambiare le ore o i minuti	Usare (D) (+) o (B) (-).
06	Cambiare l'anno	
6:30	Cambiare il mese o il giorno del mese	

- Per i dettagli sull'impostazione dell'ora legale, fare riferimento a "Ora legale (DST)".

4. Premere **(A)** per lasciare la schermata di impostazione.

Ora legale (DST)

L'ora legale (ora estiva) fa avanzare l'impostazione dell'ora di un'ora rispetto all'ora solare. Ricordare che non tutti i paesi o persino non tutte le aree locali adottano l'ora legale.

Per far passare l'ora segnata nel modo di indicazione dell'ora dall'ora legale (DST) all'ora solare e viceversa



Indicatore di ora legale (DST)

1. Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto **(A)** finché i secondi iniziano a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
 2. Premere **(C)** per visualizzare la schermata di impostazione ora legale.
 3. Premere **(D)** per passare dall'ora legale (FF visualizzato) all'ora solare (FF visualizzato) e viceversa.
 4. Premere **(A)** per lasciare la schermata di impostazione.
- L'indicatore **DST** viene visualizzato sul display quando l'ora legale è attivata.

Per passare dal formato di indicazione dell'ora di 12 ore a quello di 24 ore e viceversa

Nel modo di indicazione dell'ora, premere **(D)** per passare dal formato di indicazione dell'ora di 12 ore a quello di 24 ore e viceversa.

- Con il formato di indicazione dell'ora di 12 ore, l'indicatore **P** (pomeridiane) appare sul display per le ore comprese fra mezzogiorno e le 11:59 pm, mentre nessun indicatore appare alla sinistra delle cifre delle ore per le ore comprese fra mezzanotte e le 11:59 am.
- Con il formato di indicazione dell'ora di 24 ore, le ore vengono indicate nella gamma compresa fra 0:00 e 23:59, senza alcun indicatore.
- Il formato di indicazione dell'ora di 12 ore/24 ore selezionato nel modo di indicazione dell'ora viene applicato in tutti gli altri modi di funzionamento.
- L'indicatore **P** non viene visualizzato con l'ora segnata nel modo di indicazione dell'ora sulle schermate del modo di timer preselezionato, del modo di timer per il conto alla rovescia, del modo di ora internazionale e del modo di suoneria.

Cronometro

Schermata iniziale del modo di cronometro

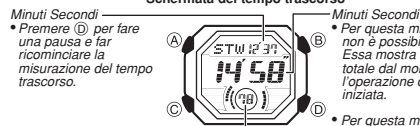


Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

Il cronometro consente di misurare il tempo trascorso. La parte superiore e la parte inferiore del display possono essere utilizzate per il cronometraggio ufficiale di un evento o di un gioco.

- La gamma di misurazione della parte superiore del display è 59 minuti e 59 secondi.
- La gamma di misurazione della parte inferiore del display è 99 minuti e 59 secondi.
- Il cronometro continua a funzionare, ripartendo da zero ogni volta che raggiunge il suo limite, finché non lo si ferma.
- L'operazione di misurazione del cronometro continua anche se si esce dal modo di cronometro.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di cronometro, in cui è possibile entrare premendo **(C)**.

Schermata del tempo trascorso



Minuti Secondi
• Premere **(D)** per fare una pausa e far ricominciare la misurazione del tempo trascorso.

Minuti Secondi
• Per questa misurazione del tempo non è possibile fare una pausa. Essa mostra il tempo trascorso totale dal momento in cui l'operazione di cronometraggio è iniziata.

• Per questa misurazione del tempo (centesimi di secondo) non è possibile fare una pausa.

Per misurare i tempi con il cronometro

Tempo trascorso



- *1 La misurazione del tempo trascorso nella parte inferiore del display continua.

Uso dell'orologio per il cronometraggio ufficiale di un evento sportivo

Dopo che è stata impostata la durata di un gioco o di un evento, l'orologio farà suonare la suoneria quando la durata nella parte inferiore del display raggiunge quella durata.

Se un evento viene interrotto per qualche motivo, è possibile premere **(D)** per fare una pausa e far ricominciare il cronometraggio nella parte superiore del display. La parte inferiore del display indica il tempo trascorso totale dall'inizio dell'operazione di cronometraggio. È possibile calcolare il lasso di tempo totale per cui il gioco è rimasto interrotto (tempi di recupero o tempi di infortunio) sottraendo il tempo della parte superiore del display dal tempo della parte inferiore del display.

Per impostare la durata di un evento



- Nel modo di cronometro, tenere premuto (A) finché l'impostazione di durata dell'evento attuale inizia a lampeggiare nella parte inferiore del display. Questa è la schermata di impostazione.
 - Se la durata dell'evento attuale non è visualizzata, usare il procedimento descritto in "Per riportare la misurazione del tempo trascorso a zero" per visualizzarla.
- Mentre un'impostazione lampeggia, usare (D) (+) o (B) (-) per farla cambiare.
 - È possibile impostare la durata dell'evento nella gamma compresa fra 1 minuto e 60 minuti, in unità di 1 minuto.
 - "--" indica che non c'è alcuna durata di evento impostata.
- Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.

Per avviare il cronometraggio all'inizio di un evento

Quando il tempo attuale nella parte inferiore del display raggiunge il tempo di inizio evento, premere (D) per avviare il cronometraggio.

- Questa operazione visualizzerà la misurazione del tempo trascorso nella parte superiore e nella parte inferiore del display.

Per fare una pausa durante il cronometraggio

- Premere (D). Questa operazione interrompe la misurazione del tempo trascorso nella parte superiore del display.
 - La misurazione del tempo trascorso nella parte inferiore del display continua.
- Per far ricominciare la misurazione del tempo trascorso nella parte superiore del display, premere di nuovo (D).

Quando la durata dell'evento preselezionata viene raggiunta

- L'orologio farà suonare la suoneria quando la misurazione del tempo trascorso nella parte inferiore del display (tempo trascorso totale dal momento in cui il cronometraggio è iniziato) raggiunge la durata dell'evento preselezionata.
- La misurazione del tempo trascorso continua ad essere eseguita anche dopo che la durata dell'evento preselezionata è stata raggiunta.

Per riportare la misurazione del tempo trascorso a zero

- Premere (D). Questa operazione interrompe la misurazione del tempo trascorso nella parte superiore del display.
 - La misurazione del tempo trascorso nella parte inferiore del display continua.
- Tenere premuto (A) finché appare la schermata iniziale del modo di cronometro.

Timer preselezionato

Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

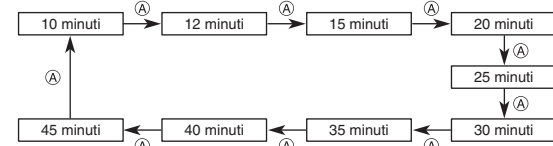


Durata del timer preselezionato

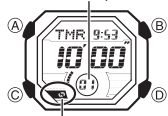
- L'orologio include una serie di differenti durate preselezionate che è possibile scegliere per la durata iniziale del conto alla rovescia. Una suoneria suona quando il conto alla rovescia giunge a zero.
- Le seguenti sono le durate iniziali preselezionate, tutte in minuti: 10, 12, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45.
 - È anche possibile selezionare la ripetizione automatica, che fa ripartire automaticamente la durata iniziale preselezionata che è stata scelta ogni volta che viene raggiunto lo zero.
 - Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di timer preselezionato, in cui è possibile entrare premendo (C).

Per eseguire un'operazione di timer preselezionato

- Nel modo di timer preselezionato, usare (A) per scorrere le durate preselezionate finché viene visualizzata quella che si desidera usare.



Numero di ripetizioni



Indicatore di ripetizione automatica attivata

- Per attivare la ripetizione automatica, tenere premuto (A) mentre è visualizzata una schermata di selezione durata iniziale. Il numero di ripetizioni apparirà sotto la durata del timer.
- Un uso frequente della ripetizione automatica e della suoneria può far scaricare la pila.



- Premere (D) per avviare il timer per il conto alla rovescia.
 - Premere (D) mentre un'operazione di conto alla rovescia è in corso per interromperla temporaneamente (per fare una pausa). Premere di nuovo (D) per far ripartire il conto alla rovescia.

- Quando il conto alla rovescia giunge alla fine, la suoneria suona per 10 secondi o finché non la si silenzia premendo un tasto qualsiasi.
- Quando il conto alla rovescia giunge alla fine mentre la ripetizione automatica è disattivata, l'orologio eseguirà un'operazione di misurazione del tempo trascorso e visualizzerà il lasso di tempo che è trascorso dal momento in cui il conto alla rovescia è giunto alla fine. L'operazione di misurazione del tempo trascorso si interromperà automaticamente quando essa raggiunge 60 minuti. A quel punto apparirà la schermata di selezione durata iniziale del timer per il conto alla rovescia.
- Quando il conto alla rovescia giunge alla fine mentre la ripetizione automatica è attivata, un nuovo conto alla rovescia inizia dalla durata iniziale preselezionata che è stata scelta. Il numero di ripetizioni viene visualizzato sotto la durata del timer. L'indicazione del numero di ripetizioni cambia in "--" quando il conteggio giunge a 100.
- Per interrompere definitivamente un'operazione di conto alla rovescia, interromperla prima temporaneamente (premendo (D)), e quindi premere (A). Questa operazione visualizzerà la schermata iniziale del modo di timer preselezionato.

Timer per il conto alla rovescia

Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

Numero di timer per il conto alla rovescia



Durata iniziale (Minuti/Secondi)

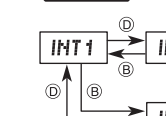
Con il timer per il conto alla rovescia, è possibile impostare fino a nove durate iniziali, il cui conto alla rovescia viene eseguito nell'ordine, l'uno dopo l'altro. Il timer per il conto alla rovescia può essere utilizzato per l'allenamento a intervalli (per esempio, 3 minuti di corsa con INT1, 1 minuto di riposo con INT2, 5 minuti di corsa con INT3) o per il cronometraggio di un evento in più periodi (per esempio, 45 minuti di gioco con INT1, 15 minuti di riposo con INT2, 45 minuti di gioco con INT3).

- L'orologio esegue un'operazione di avviso (segnale acustico) quando un qualsiasi timer giunge a zero.
- Un'operazione di avviso (un secondo circa) viene eseguita quando un qualsiasi timer per il conto alla rovescia (ad eccezione dell'ultimo nella serie) giunge a zero. Quando l'ultimo timer per il conto alla rovescia nella serie giunge a zero, viene eseguita un'operazione di avviso per cinque secondi circa.

- È possibile attivare una funzione di ripetizione automatica che riavvia la sequenza dei timer dall'inizio quando viene raggiunta la fine dell'ultimo timer.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di timer per il conto alla rovescia, in cui è possibile entrare premendo (C).

Per configurare le impostazioni del timer per il conto alla rovescia

- Nel modo di timer per il conto alla rovescia, tenere premuto (A) finché il numero di timer per il conto alla rovescia inizia a lampeggiare. Questa è la schermata di impostazione.
- Usare (D) (+) o (B) (-) per scorrere i numeri di timer per il conto alla rovescia finché viene visualizzato quello che si desidera impostare.



- Premere (C) per spostare il lampeggiamento nell'ordine indicato di seguito per selezionare altre impostazioni.

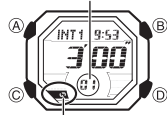


- Mentre un'impostazione lampeggia, usare (D) o (B) per farla cambiare come descritto di seguito.

Schermata	Per fare ciò:	Eseguire questa operazione:
INT 1	Cambiare il numero di timer per il conto alla rovescia	Usare (D) (+) o (B) (-).
3:00	Cambiare i minuti (00-59) Cambiare i secondi (00-55, unità di 5 secondi)	
→	Attivare (↔) e disattivare (→) la ripetizione automatica	Premere (D).

- Un qualsiasi timer la cui durata iniziale è 00:00 non verrà usato durante l'operazione di timer per il conto alla rovescia.
- Non c'è alcuna ripetizione automatica per i singoli timer per il conto alla rovescia. Nel modo di timer per il conto alla rovescia, la ripetizione automatica viene eseguita per l'intero gruppo di timer.

Numero di ripetizioni



Indicatore di ripetizione automatica attivata

- Impostare le durate di tutti i timer desiderati.
- Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.
- Quando la ripetizione automatica è attivata, il numero di ripetizioni apparirà sotto la durata del timer.
- Un uso frequente della ripetizione automatica e della suoneria può far scaricare la pila.

Per eseguire un'operazione di timer per il conto alla rovescia

- Nel modo di timer per il conto alla rovescia, premere **(D)** per avviare il conto alla rovescia del timer per il conto alla rovescia dal numero più basso che ha un'impostazione di durata iniziale diversa da zero.
- Per fare una pausa per il timer per il conto alla rovescia il cui conto alla rovescia è attualmente in corso, premere **(D)**. Premere di nuovo **(D)** per far ripartire il conto alla rovescia.
 - Durante un'operazione di timer per il conto alla rovescia, qualsiasi timer per il conto alla rovescia la cui durata iniziale è zero (**00:00**) viene saltato.
 - Il primo timer per il conto alla rovescia della serie è quello dal numero più basso con una durata iniziale diversa da zero. L'ultimo timer per il conto alla rovescia della serie è quello dal numero più alto con una durata iniziale diversa da zero.
 - Mentre la ripetizione automatica è disattivata, l'orologio emette un segnale acustico quando ciascun timer per il conto alla rovescia giunge a zero. La suoneria suonerà per cinque secondi circa quando l'ultimo timer per il conto alla rovescia giunge a zero.
 - Mentre la ripetizione automatica è attivata, l'orologio emette un segnale acustico una volta quando ciascun timer per il conto alla rovescia giunge a zero.
 - Un'operazione di avviso di cinque secondi viene eseguita quando l'ultimo timer per il conto alla rovescia giunge a zero, purché la durata iniziale dell'ultimo timer per il conto alla rovescia sia 10 secondi o meno. In tal caso, l'operazione di avviso per l'ultimo timer per il conto alla rovescia dura un secondo soltanto.
 - Il cronometraggio ricomincia dal primo timer quando l'ultimo timer per il conto alla rovescia giunge a zero. Il numero di ripetizioni viene visualizzato sotto la durata del timer. L'indicazione del numero di ripetizioni cambia in "--" quando il conteggio giunge a 100.
 - Un'operazione di timer per il conto alla rovescia in corso continua ad essere eseguita anche se si esce dal modo di timer per il conto alla rovescia.
 - Per interrompere definitivamente un'operazione di timer per il conto alla rovescia, premere prima **(D)** per fare una pausa per il conto alla rovescia del timer attuale, e quindi premere **(A)**. Questa operazione visualizzerà il timer per il conto alla rovescia 1 (**1HT 1**).

Ora internazionale

- L'ora internazionale mostra l'ora attuale in 48 città (29 fusi orari) del mondo.
- Quando si entra nel modo di ora internazionale, i dati che erano visualizzati l'ultima volta che si è usciti da quel modo appaiono per primi.
 - Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di ora internazionale, in cui è possibile entrare premendo **(C)**.
- Per vedere l'ora di un altro codice di città**
Nel modo di ora internazionale, premere **(D)** per scorrere i codici delle città verso oriente.
- Per informazioni dettagliate sui codici delle città, fare riferimento a "City Code Table" (Tabella dei codici delle città).
- Se l'ora attuale visualizzata per una città è errata, controllare l'impostazione dell'ora e quella del codice della città per l'ora di casa del modo di indicazione dell'ora ed eseguire i cambiamenti necessari.

Per far passare l'ora di un codice di città dall'ora solare all'ora legale e viceversa

1. Nel modo di ora internazionale, usare **(D)** per visualizzare il codice di città (fuso orario) per cui si desidera cambiare l'impostazione di ora solare/ora legale.
 2. Tenere premuto **(A)** per un secondo circa per passare dall'ora legale (visualizzato) all'ora solare (non visualizzato) e viceversa.
- L'indicatore **DST** viene visualizzato sul display ogni volta che si visualizza un codice di città per cui è attivata l'ora legale.
 - Notare che l'impostazione di ora legale/ora solare ha effetto soltanto sul codice di città attualmente visualizzato. Gli altri codici di città non risentono di questa impostazione.

Suoneria

- Quando la suoneria quotidiana è attivata, la suoneria suona per 10 secondi all'ora fissata ogni giorno. Quando il segnale orario di ora esatta è attivato, l'orologio emette un segnale acustico ogni ora allo scoccare dell'ora.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di suoneria, in cui è possibile entrare premendo **(C)**.
- Per impostare l'ora per la suoneria**
1. Tenere premuto **(A)** mentre l'orologio si trova nel modo di suoneria finché le cifre delle ore iniziano a lampeggiare sul display. Le cifre delle ore lampeggiano a indicare che sono state selezionate per l'impostazione.
 - Questa operazione attiva automaticamente la suoneria.

2. Premere **(C)** per far cambiare l'elemento selezionato nell'ordine seguente:



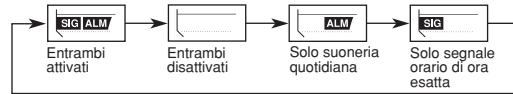
3. Mentre un'impostazione lampeggia, usare **(D)** o **(B)** per farla cambiare come descritto di seguito.

Schermata	Per fare ciò:	Eeguire questa operazione:
	Cambiare le ore e i minuti	Usare (D) (+) o (B) (-). • Con il formato di 12 ore, impostare correttamente l'ora per la mattina o per il pomeriggio (indicatore P).

4. Dopo aver impostato l'ora per la suoneria, premere **(A)** per ritornare al modo di suoneria.

Per silenziare il segnale acustico della suoneria dopo che esso ha cominciato a suonare
Premere un tasto qualsiasi.

Per attivare e disattivare la suoneria quotidiana e il segnale orario di ora esatta
Premere **(D)** mentre l'orologio è nel modo di suoneria per far cambiare lo stato della suoneria quotidiana e del segnale orario di ora esatta nell'ordine indicato di seguito:



Per provare il suono della suoneria

Tenere premuto **(D)** nel modo di suoneria per far suonare la suoneria.

Illuminazione

- Questo orologio dispone di un pannello elettroluminescente (EL) che fa illuminare l'intero display per facilitare la visione delle indicazioni al buio. La funzione di illuminazione automatica dell'orologio fa accendere automaticamente l'illuminazione quando si orienta l'orologio verso il proprio viso per leggere le indicazioni.
- Per poter funzionare, l'illuminazione automatica deve essere attivata (condizione indicata dall'indicatore di illuminazione automatica attivata).
 - Per altre informazioni importanti, fare riferimento a "Avvertenze sull'illuminazione".

Per far illuminare il display

- In un modo di funzionamento qualsiasi, premere **(B)** per far accendere l'illuminazione.
- L'operazione sopra descritta fa accendere l'illuminazione indipendentemente dall'impostazione attuale della funzione di illuminazione automatica.

Funzione di illuminazione automatica

Quando la funzione di illuminazione automatica è abilitata, l'illuminazione si accende ogni volta che si posiziona il polso come descritto di seguito in un qualsiasi modo di funzionamento.

Lo spostamento dell'orologio in una posizione parallela al suolo e quindi l'inclinazione dell'orologio verso di sé per più di 40 gradi fa accendere l'illuminazione.

- Portare l'orologio sulla parte esterna del polso.

Attenzione!

- Accertarsi sempre di trovarsi in un luogo sicuro quando si legge la visualizzazione sul display dell'orologio usando la funzione di illuminazione automatica. Fare particolare attenzione mentre si corre o mentre si è impegnati in qualsiasi altra attività che comporta il pericolo di incidenti o lesioni fisiche. Inoltre, fare attenzione affinché l'improvvisa illuminazione dovuta all'attivazione della funzione di illuminazione automatica non spaventi e non distraiga gli altri attorno a sé.
- Quando si porta l'orologio, accertarsi che la sua funzione di illuminazione automatica sia disattivata prima di montare in sella ad una bicicletta o di mettersi alla guida di una motocicletta o di un altro veicolo a motore. L'attivazione improvvisa e involontaria dell'illuminazione automatica può provocare distrazione, che può essere causa di incidenti stradali e di gravi lesioni fisiche.

Per attivare e disattivare la funzione di illuminazione automatica

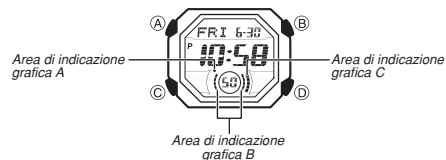
- Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto **(B)** per tre secondi circa per attivare (indicatore di illuminazione automatica visualizzato) o disattivare (indicatore di illuminazione automatica non visualizzato) la funzione di illuminazione automatica.
- L'indicatore di illuminazione automatica rimane visualizzato sul display in tutti i modi di funzionamento quando l'illuminazione automatica è attivata.
 - Per protezione contro lo scaricamento della pila, la funzione di illuminazione automatica si disattiva automaticamente circa sei ore dopo essere stata attivata.

Riferimento

Questa sezione contiene informazioni più dettagliate e informazioni tecniche sul funzionamento dell'orologio. Essa contiene inoltre avvertenze e note importanti sulle varie caratteristiche e funzioni di questo orologio.

Aree delle indicazioni grafiche

Quanto segue descrive le informazioni indicate dalle tre aree delle indicazioni grafiche in ciascun modo di funzionamento.



Modo di funzionamento	Area di indicazione grafica A	Area di indicazione grafica B	Area di indicazione grafica C
Indicazione dell'ora	Minuti del modo di indicazione dell'ora	Secondi del modo di indicazione dell'ora	10 secondi del modo di indicazione dell'ora
Cronometro	Minuti del tempo di cronometraggio	Ventesimi di secondo del tempo di cronometraggio	10 secondi del tempo di cronometraggio
Timer preselezionato	Minuti della durata preselezionata	Ventesimi di secondo della durata preselezionata	10 secondi della durata preselezionata
Timer per il conto alla rovescia	Minuti della durata del conto alla rovescia	Ventesimi di secondo della durata del conto alla rovescia	10 secondi della durata del conto alla rovescia
Ora internazionale	Minuti del modo di ora internazionale	Secondi del modo di ora internazionale	10 secondi del modo di ora internazionale
Suoneria	Nessuna indicazione	Nessuna indicazione	Nessuna indicazione

Segnale acustico di pressione tasti



Indicatore di silenziamento (MUTE)

Il segnale acustico di pressione tasti suona ogni volta che si preme uno dei tasti dell'orologio. È possibile attivare o disattivare il segnale acustico di pressione tasti come desiderato.

• Anche se si disattiva il segnale acustico di pressione tasti, la suoneria, il segnale orario di ora esatta, la suoneria del timer per il conto alla rovescia e la suoneria della durata di evento funzioneranno tutti normalmente.

Per attivare e disattivare il segnale acustico di pressione tasti

In un modo di funzionamento qualsiasi (tranne quando una schermata di impostazione è visualizzata sul display), tenere premuto **(C)** per attivare (non visualizzato) o disattivare (visualizzato) il segnale acustico di pressione tasti.

- Quando si tiene premuto **(C)** per attivare o disattivare il segnale acustico di pressione tasti, anche il modo di funzionamento attuale dell'orologio cambierà.
- **(MUTE)** viene visualizzato in tutti i modi di funzionamento quando il segnale acustico di pressione tasti è disattivato.

Scorrimento

I tasti **(B)** e **(D)** servono in vari modi di funzionamento e in varie schermate di impostazione per scorrere i dati sul display. Nella maggior parte dei casi, tenere premuti questi tasti durante un'operazione di scorrimento per scorrere i dati rapidamente. Ciò vale tranne quando il numero di timer per il conto alla rovescia lampeggia sulla schermata del modo di timer per il conto alla rovescia.

Funzioni di ritorno automatico

- Se si lascia l'orologio nel modo di suoneria per due o tre minuti senza eseguire alcuna operazione, esso passa automaticamente al modo di indicazione dell'ora.
- Se si lascia una schermata con cifre lampeggianti sul display per due o tre minuti senza eseguire alcuna operazione, l'orologio lascia la schermata di impostazione automaticamente.

Indicazione dell'ora

- Se si riportano i secondi a **55** mentre il conteggio attuale è tra 30 e 59, i minuti vengono aumentati di 1 unità. Mentre il conteggio attuale è tra 00 e 29, i secondi vengono riportati a **55** ma i minuti rimangono invariati.
- L'anno può essere impostato per il periodo compreso fra il 2000 e il 2099.
- Il calendario completamente automatico incorporato nell'orologio tiene conto automaticamente della differente durata dei mesi e degli anni bisestili. Una volta impostata la data, non c'è bisogno di cambiarla, tranne dopo aver fatto sostituire la pila dell'orologio.

Ora internazionale

- Il conteggio dei secondi dell'ora internazionale è sincronizzato con il conteggio dei secondi del modo di indicazione dell'ora.
- Tutte le ore del modo di ora internazionale vengono calcolate dall'ora attuale della città per l'ora di casa segnata nel modo di indicazione dell'ora utilizzando i valori di differenza rispetto al tempo universale coordinato.
- La differenza rispetto al tempo universale coordinato è un valore che indica la differenza di ora che intercorre fra il punto di riferimento situato a Greenwich, in Inghilterra, e il fuso orario in cui si trova una città.
- Il "tempo universale coordinato" (TUC) (in inglese: "Universal Time Coordinated" (abbreviazione: UTC)) è lo standard scientifico internazionale per l'indicazione dell'ora. Esso si basa su orologi atomici (al cesio) mantenuti con cura e aventi una precisione al microsecondo. I secondi in più vengono aggiunti o sottratti come necessario per mantenere il tempo universale coordinato in sincronia con la rotazione della Terra.

Avvertenze sull'illuminazione

- Il pannello elettroluminescente che fornisce l'illuminazione perde il suo potere dopo l'uso per un periodo molto lungo.
- L'illuminazione può essere difficile da vedere sotto la luce solare diretta.
- L'orologio potrebbe emettere un suono udibile ogni volta che il display è illuminato. Questo è dovuto alla vibrazione del pannello elettroluminescente utilizzato per l'illuminazione, e non è indice di problemi di funzionamento.
- L'illuminazione si spegne automaticamente ogni volta che suona una suoneria.
- Un uso frequente dell'illuminazione fa scaricare la pila.

Avvertenze sull'illuminazione automatica

• Evitare di portare l'orologio sulla parte interna del polso. Ciò potrebbe causare un'attivazione dell'illuminazione automatica quando non è necessario, con una conseguente riduzione della durata della pila. Se si desidera portare l'orologio sulla parte interna del polso, disattivare la funzione di illuminazione automatica.



- L'illuminazione può non accendersi se il quadrante dell'orologio è fuori parallelo per più di 15 gradi in alto o in basso. Accertarsi che il dorso della mano sia parallelo al suolo.
- L'illuminazione si spegne dopo un secondo circa, anche se si tiene l'orologio orientato verso il proprio viso.
- L'elettricità statica o l'intensità del campo magnetico possono interferire con il corretto funzionamento della funzione di illuminazione automatica. Se l'illuminazione non si accende, provare a spostare l'orologio nella posizione iniziale (parallela al suolo) e quindi inclinarlo nuovamente verso di sé. Se ciò non ha alcun effetto, abbassare completamente il braccio in modo che penda di fianco, e quindi riportarlo su nuovamente.

- In determinate condizioni, l'illuminazione può non accendersi fino a un secondo circa dopo che si è rivolto il quadrante dell'orologio verso di sé. Questo non è necessariamente indice di problemi di funzionamento della funzione di illuminazione automatica.

- Potrebbe essere udibile un leggerissimo ticchettio proveniente dall'orologio quando si scuote l'orologio avanti e indietro. Questo rumore è causato dall'operazione meccanica dell'illuminazione automatica, e non è indice di problemi all'orologio.

City Code Table

City Code	City	UTC Differential	Other major cities in same time zone
PPG	Pago Pago	-11.0	
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
YVR	Vancouver	-08.0	Las Vegas, Seattle/Tacoma, Dawson City
SFO	San Francisco		
LAX	Los Angeles		
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton
MEX	Mexico City	-06.0	Winnipeg, Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans
CHI	Chicago		
MIA	Miami	-05.0	Montreal, Detroit, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
NYC	New York		
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
YYT	St. Johns	-03.5	
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
RAI	Praia	-01.0	
LIS	Lisbon	+00.0	Dublin, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London		
BCN	Barcelona	+01.0	Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm, Madrid
PAR	Paris		
MIL	Milan		
BER	Berlin		
ATH	Athens	+02.0	Helsinki, Beirut, Damascus, Cape Town
JNB	Johannesburg		
IST	Istanbul		
CAI	Cairo		
JRS	Jerusalem		
MOW	Moscow	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi
JED	Jeddah		
THR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	
MLE	Male		
DEL	Delhi	+05.5	Mumbai, Kolkata
DAC	Dhaka	+06.0	Colombo
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
SIN	Singapore	+08.0	Kuala Lumpur, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
HKG	Hong Kong		
BJJ	Beijing		
SEL	Seoul	+09.0	Pyongyang
TYO	Tokyo		
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
GUM	Guam	+10.0	Melbourne, Rabaul
SYD	Sydney		
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

*Based on data as of June 2005.