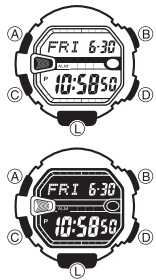


Guide d'utilisation 3031

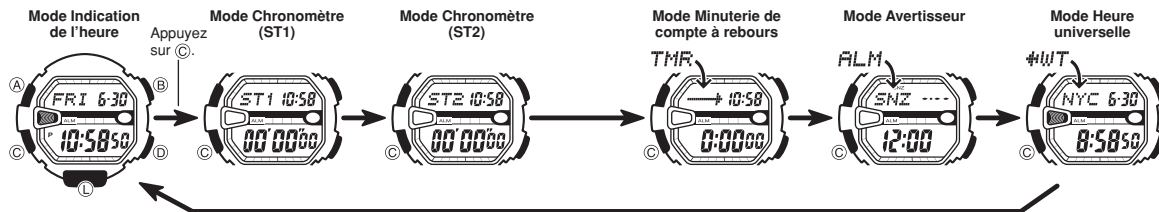
A propos de ce mode d'emploi



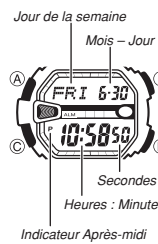
- Selon le modèle de montre, le texte de l'affichage apparaît soit en noir sur fond clair soit en clair sur fond sombre. Dans ce manuel tous les affichages sont en sombre sur fond clair.
- Les lettres sur l'illustration ci-contre désignent les boutons utilisés pour les diverses opérations.
- Chaque section de ce mode d'emploi fournit les informations nécessaires sur les opérations pouvant être effectuées dans chaque mode. Pour le détail et les informations techniques, reportez-vous à "Référence".

Guide général

- Appuyez sur (C) pour changer de mode.
- Dans n'importe quel mode, appuyez sur (L) pour éclairer le cadran.



Indication de l'heure



Utilisez le mode Indication de l'heure pour régler et voir l'heure et la date.

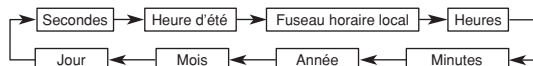
Lire ceci avant de régler l'heure et la date !
Les heures des modes Indication de l'heure et Heure universelle sont reliées. C'est pourquoi il faut sélectionner le fuseau horaire local avant de régler l'heure et la date.

Pour régler l'heure et la date



1. En mode Indication de l'heure, appuyez sur (A) jusqu'à ce que les secondes se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
2. Appuyez sur (C) pour changer la position du clignotement et sélectionner d'autres réglages de la façon suivante.

Fuseau horaire local



3. Lorsque le réglage souhaité clignote, utilisez (D) et (B) pour le changer de la façon suivante.

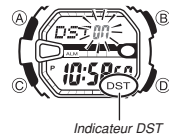
Ecran	Pour:	Il faut:
58	Remettre les secondes à 00	Appuyer sur (D).
0FF	Sélectionner l'heure d'été (00) ou l'heure d'hiver (0FF)	Appuyer sur (D).
+ 90	Spécifiez votre fuseau horaire local	Utiliser (D) (est) et (B) (ouest).
10:58	Changer les heures ou les minutes	Utiliser (D) (+) et (B) (-).
2006	Changer l'année	
6:30	Changer le mois ou le jour	

- Pour le détail sur les fuseaux horaires, voir "City Code Table" (Tableau des codes de villes).
- Voir "Heure d'été (DST)" pour le détail sur l'heure d'été.
- 4. Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.
- Le jour de la semaine est automatiquement indiqué en fonction de la date (année, mois et jour).

Heure d'été (DST)

Lorsque l'heure d'été est sélectionnée, l'heure d'hiver avance automatiquement d'une heure. Notez que l'heure d'été n'est pas utilisée dans l'ensemble des pays ou régions.

Pour sélectionner l'heure d'été ou l'heure d'hiver dans le mode Indication de l'heure



1. En mode Indication de l'heure, appuyez sur (A) jusqu'à ce que les secondes se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
 2. Appuyez sur (C) pour afficher l'écran de réglage de l'heure d'été.
 3. Appuyez sur (D) pour sélectionner l'heure d'été (00 affiché) ou l'heure d'hiver (0FF affiché).
 4. Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.
- L'indicateur DST apparaît pour indiquer que l'heure d'été est activée.

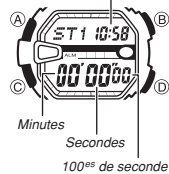
Pour sélectionner le format de 12 heures ou de 24 heures

En mode Indication de l'heure, appuyez sur (D) pour sélectionner le format de 12 heures ou de 24 heures.

- Dans le format de 12 heures, l'indicateur P (après-midi) apparaît à la gauche des chiffres de l'heure entre midi et 11:59 du soir, et aucun indicateur n'apparaît à la gauche des chiffres de l'heure pour les heures entre minuit et 11:59 du matin.
- Dans le format de 24 heures, les heures sont indiquées de 0:00 à 23:59, sans indicateur.
- Le format de 12 ou 24 heures sélectionné dans le mode Indication de l'heure s'applique à tous les modes.
- L'indicateur P n'apparaît pas lorsque l'heure est indiquée dans d'autres modes.

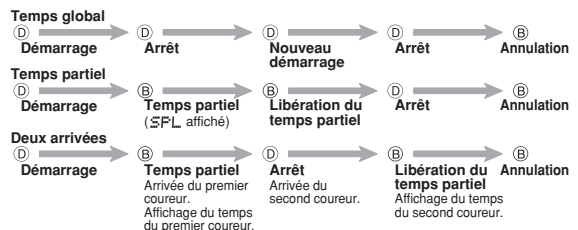
Chronomètres

Heure du mode Indication de l'heure
*Pendant le chronométrage indique le nombre d'heures écoulées.



- Votre montre a deux modes Chronomètre : un mode Chronomètre (ST1) et un mode Chronomètre (ST2). Ces deux modes permettent de chronométrer le temps écoulé, des temps partiels et deux arrivées. Le mode Chronomètre (ST1) comprend un démarrage automatique.
- La plage d'affichage du chronomètre est de 999 heures, 59 minutes et 59,99 secondes.
 - Lorsque la limite de chronométrage est atteinte, l'écran du chronomètre revient à zéro et le chronométrage se poursuit à moins que vous ne l'arrêtiez.
 - Le chronométrage se poursuit même si vous sortez du mode Chronomètre.
 - Si vous sortez d'un mode Chronomètre pendant l'affichage d'un temps partiel, celui-ci s'efface et l'écran de chronométrage réapparaît.
 - Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent dans le mode Chronomètre (ST1) ou le mode Chronomètre (ST2), auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Pour chronométrer des temps (Mode Chronomètre (ST1) et mode Chronomètre (ST2))



A propos du démarrage automatique (Mode Chronomètre (ST1))

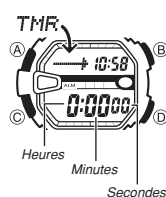
Lorsque le démarrage automatique est utilisé, un compte à rebours de 5 secondes est effectué, et le chronométrage commence de lui-même lorsque le compte à rebours atteint zéro. Pendant les trois dernières secondes du compte à rebours, un bip marque chaque seconde.

Pour utiliser le démarrage automatique (ST1)



- Lorsque l'écran de chronométrage indique des zéros en mode Chronomètre, appuyez sur (B).
 - Un écran de compte à rebours de 5 secondes s'affiche.
 - Pour revenir à l'écran des zéros, appuyez une nouvelle fois sur (B).
- Appuyez sur (D) pour mettre le compte à rebours en marche.
 - Lorsque le compte à rebours atteint zéro, un bip retentit et le chronométrage commence de lui-même.
 - Le chronomètre se met immédiatement en marche si vous appuyez sur (D) pendant le compte à rebours du démarrage automatique.

Minuterie de compte à rebours



La minuterie de compte à rebours peut être réglée de une minute à 24 heures. Un avertisseur retentit lorsque le compte à rebours atteint zéro. La minuterie de compte à rebours a aussi une fonction d'autorépétition et un bip de progression qui signale la progression du compte à rebours.

- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent dans le mode Minuterie de compte à rebours, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Réglage de la minuterie de compte à rebours

Les réglages qu'il faut effectuer avant d'utiliser la minuterie de compte à rebours sont les suivants.

Temps initial du compte à rebours ; Activation/ Désactivation de l'autorépétition ; Activation/Désactivation du bip

- Voir "Pour régler la minuterie de compte à rebours" pour le détail.

Autorépétition

Lorsque l'autorépétition est activée, le compte à rebours redémarre automatiquement chaque fois qu'il atteint zéro.

Lorsque l'autorépétition est désactivée, le compte à rebours s'arrête lorsqu'il atteint zéro, après quoi le temps initial réapparaît.

- Si vous appuyez sur (D) pendant un compte à rebours avec autorépétition, le compte à rebours s'arrête. Vous pouvez le poursuivre en appuyant une nouvelle fois sur (D), ou bien vous pouvez appuyer sur (A) pour revenir au temps initial du compte à rebours.

Fonctionnement du bip de compte à rebours

La montre bip à différents moments d'un compte à rebours pour vous tenir informé de sa progression sans que vous ayez à regarder la montre. Pendant un compte à rebours, des bips retentissent aux moments indiqués ci-dessous.

Bip de fin de compte à rebours

Ce bip vous indique la fin du compte à rebours.

- Lorsque le bip de progression est désactivé, le bip de fin de compte à rebours retentit pendant 10 secondes, à moins que vous n'appuyez sur un bouton pour l'arrêter.
- Lorsque le bip de progression est activé, le bip de fin de compte à rebours retentit une seconde environ.

Bip de progression

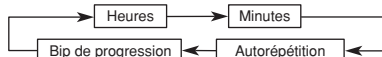
Lorsque le bip de progression est activé, la progression du compte à rebours est signalée par des bips, comme indiqué ci-dessous.

- A partir des cinq dernières minutes du compte à rebours, la montre émet quatre bips brefs chaque minute.
- Les 30 dernières secondes du compte à rebours sont aussi marquées par quatre bips brefs.
- La montre émet ensuite un bip bref à chacune des 10 dernières secondes du compte à rebours.
- Si le temps initial du compte à rebours est de six minutes ou plus, la montre émet un bip bref chacune des 10 dernières secondes précédant les cinq dernières minutes. Lorsque le compte à rebours atteint le point des cinq dernières minutes, il le signale par quatre bips brefs.

Pour régler la minuterie de compte à rebours



- Lorsque le temps initial du compte à rebours est affiché dans le mode Minuterie de compte à rebours, appuyez sur (A) jusqu'à ce que le temps initial se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
 - Si le temps initial du compte à rebours n'est pas affiché, procédez comme indiqué dans "Pour utiliser la minuterie de compte à rebours" pour l'afficher.
- Appuyez sur (C) pour faire clignoter d'autres réglages de la façon suivante.



- Lorsque le réglage que vous voulez changer clignote, utilisez (B) et (D) pour le changer de la façon suivante.

Réglage	Ecran	Boutons utilisés
Heures, Minutes	0:00	(+) et (B) (-) pour changer le réglage.
Autorépétition	ON/OFF	(D) pour activer (ON) affiché) ou désactiver (OFF affiché) l'autorépétition).
Bip de progression	ON/OFF	(D) pour activer (ON) ou désactiver (OFF) le bip de progression.

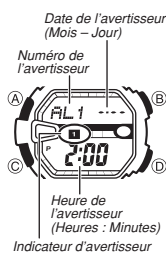
- Pour régler le temps initial de la minuterie sur 24 heures, spécifiez 0:00.
- Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.
- Vous pouvez aussi effectuer les étapes 1 et 2 ci-dessus pour voir les réglages d'autorépétition et de bip de progression.

Pour utiliser la minuterie de compte à rebours



- Appuyez sur (D) en mode Minuterie de compte à rebours pour démarrer la minuterie de compte à rebours.
- Le minutage se poursuit même si vous sortez du mode Minuterie de compte à rebours.
 - Appuyez sur (D) lorsqu'un compte à rebours est en cours pour l'interrompre. Appuyez de nouveau sur (D) pour continuer.
 - Pour arrêter complètement un compte à rebours, interrompez-le d'abord (en appuyant sur (D)), puis appuyez sur (B). Le compte à rebours revient à sa valeur initiale.

Avertisseurs



Vous pouvez régler cinq avertisseurs indépendants en réglant les heures, les minutes, le mois et le jour. Lorsqu'un avertisseur est activé, une tonalité retentit à l'heure préréglée. L'un de ces avertisseurs est un avertisseur snooze et les quatre autres sont des avertisseurs uniques.

Vous pouvez aussi activer le signal horaire qui marque chaque heure précise par deux bips.

- Il y a cinq écrans d'avertisseur numérotés AL1, AL2, AL3 et AL4 pour l'avertisseur unique, un écran d'avertisseur snooze indiqué par SNZ. L'écran de signal horaire est indiqué par SIG.
- Toutes les opérations mentionnées ici sont disponibles dans le mode Avertisseur, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Types d'avertisseurs

Le type d'avertisseur dépend des paramètres que vous réglez, comme indiqué ci-dessous.

• Avertisseur quotidien

Réglez les heures et les minutes pour désigner l'heure de l'avertisseur. Avec ce type de réglage, l'avertisseur retentit chaque jour à l'heure désignée.

• Avertisseur pour un jour précis

Réglez le mois, le jour, les heures et les minutes pour désigner l'heure de l'avertisseur. Avec ce type de réglage, l'avertisseur retentit à l'heure et à la date désignées.

• Avertisseur sur un mois

Réglez le mois, les heures et les minutes pour désigner l'heure de l'avertisseur. Avec ce type de réglage, l'avertisseur retentit chaque jour à l'heure désignée pendant la durée d'un mois.

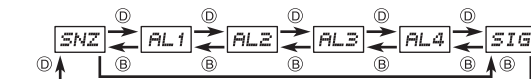
• Avertisseur mensuel

Réglez le jour, les heures et les minutes pour désigner l'heure de l'avertisseur. Avec ce type de réglage, l'avertisseur retentit chaque mois à l'heure et au jour désignés.

Pour sélectionner un avertisseur



- En mode Avertisseur, utilisez (D) ou (B) pour faire défiler les écrans d'avertisseur jusqu'à ce que celui que vous voulez régler apparaisse.



- Pour régler un avertisseur unique, affichez l'écran AL1, AL2, AL3 ou AL4. Pour régler l'avertisseur snooze, affichez l'écran indiquant SNZ.
- L'avertisseur snooze se répète toutes les cinq minutes.
- Après avoir sélectionné un avertisseur, appuyez sur (A) jusqu'à ce que les chiffres des heures de l'avertisseur clignotent, ce qui indique l'écran de réglage.
- A ce moment, l'avertisseur est activé.
- Appuyez sur (C) pour déplacer le clignotement et sélectionner d'autres réglages dans l'ordre suivant.



- Lorsqu'un réglage clignote, utilisez (D) et (B) pour le changer, comme indiqué ci-dessous.

Ecran	Pour :	Il faut :
12:00	Changer les heures et les minutes	Utiliser (D) (+) et (B) (-). • Avec le format de 12 heures, réglez correctement l'heure sur le matin ou l'après-midi (indicateur P).• Pour régler un avertisseur qui ne contient ni mois et/ou jour, spécifier - pour chacun de ces réglages.
...	Changer le mois et le jour	

- Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.

Fonctionnement des avertisseurs

L'avertisseur retentit à l'heure préréglée pendant 20 secondes, quel que soit le mode dans lequel se trouve la montre. Dans le cas de l'avertisseur snooze, le bip retentit sept fois au maximum, à cinq minutes d'intervalle, à moins que vous ne l'arrêtiez.

- Les avertisseurs et le signal horaire se réfèrent à l'heure du mode Indication de l'heure.
- Il suffit d'appuyer sur un bouton pour arrêter l'avertisseur quand il retentit.
- Si vous effectuez une des opérations suivantes pendant les 5 minutes d'intervalle entre deux avertisseurs snooze, l'avertisseur snooze s'arrête.
Affichage de l'écran de réglage du mode Indication de l'heure
Affichage de l'écran de réglage SIGZ

Pour tester l'avertisseur

En mode Avertisseur, appuyez un instant sur (D) pour faire retentir l'avertisseur.

Pour activer ou désactiver un avertisseur

Indicateur d'avertisseur snooze



- En mode Avertisseur, utilisez (D) pour sélectionner un avertisseur.
- Appuyez sur (A) pour l'activer ou le désactiver.
- Lorsqu'un avertisseur est activé (SNZ, FL1, FL2, FL3 ou FL4) l'indicateur d'avertisseur (SNZ, FL1, FL2, FL3 ou FL4) s'affiche.
- Dans tous les modes, cet indicateur apparaît si un avertisseur est activé.
- L'indicateur d'avertisseur clignote lorsque l'avertisseur retentit.
- L'indicateur d'avertisseur snooze (SNZ) clignote lorsque l'avertisseur snooze retentit et pendant les intervalles de cinq minutes.

Pour activer et désactiver le signal horaire

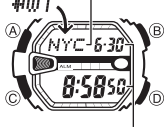
Indicateur de signal horaire



- En mode Avertisseur, utilisez (D) pour sélectionner le signal horaire (SIG).
- Appuyez sur (A) pour l'activer ou le désactiver.
- L'indicateur de signal horaire (SIG) apparaît dans tous les modes lorsque le signal horaire est activé.

Heure universelle

Code de ville



Heure actuelle dans le fuseau de code de ville sélectionné

L'heure universelle indique l'heure dans 48 villes (29 fuseaux horaires) dans le monde.

- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent en mode Heure universelle, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Pour voir l'heure d'un autre code de ville

- En mode Heure universelle, appuyez sur (D) pour faire défiler les codes de ville vers l'est.
- En mode Heure universelle, appuyez sur (B) pour faire défiler les codes de ville vers l'ouest.
- Pour de plus amples informations sur les codes de ville, voir "City Code Table" (Tableau des codes de ville).
- Si l'heure indiquée pour une ville est fautive, vérifiez l'heure du mode Indication de l'heure et les réglages de fuseau horaire, et changez-les si nécessaire.

Pour sélectionner l'heure d'été ou l'heure d'hiver pour un code de ville



Indicateur DST

- En mode Heure universelle, utilisez (D) (est) et (B) (ouest) pour afficher le code de ville (fuseau horaire) dont vous voulez changer le réglage d'heure d'hiver/heure d'été.
- Appuyez une seconde environ sur (A) pour sélectionner l'heure d'été (DST affiché) ou l'heure d'hiver (DST non affiché).
- L'indicateur DST apparaît lorsque vous affichez un code de ville pour lequel l'heure d'été a été sélectionnée.
- Notez que le réglage d'heure d'été/hiver n'affecte que le code de ville actuellement affiché. Les autres codes de ville ne sont pas affectés par ce réglage.

Eclairage

Indicateur d'autocommutateur d'éclairage



La montre a deux panneaux EL (électroluminescents) qui éclairent tout l'afficheur pour qu'il soit mieux visible dans l'obscurité. L'autocommutateur d'éclairage de la montre allume automatiquement l'éclairage lorsque vous dirigez la montre vers votre visage pour la regarder.

- L'autocommutateur d'éclairage doit être activé (indicateur d'autocommutateur d'éclairage affiché) pour qu'il puisse fonctionner.
- Voir "Précautions concernant l'éclairage" pour d'autres informations importantes.

Pour éclairer l'afficheur

Dans n'importe quel mode, appuyez sur (L) pour éclairer l'afficheur.

- L'afficheur s'éclaire quel que soit le réglage de l'autocommutateur.
- Vous pouvez aussi procéder de la façon suivante pour sélectionner 3 secondes ou 5 secondes comme durée d'éclairage. Lorsque vous appuyez sur (L), l'afficheur reste éclairé pendant 3 ou 5 secondes, selon la durée d'éclairage spécifiée.

Pour spécifier la durée de l'éclairage



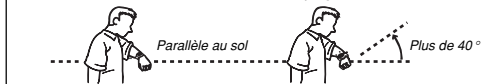
- En mode Indication de l'heure, appuyez sur (A) jusqu'à ce que les secondes se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
- Lorsque les secondes clignotent, appuyez sur (B) pour sélectionner 3 secondes (3) ou 5 secondes (5).
- Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.

A propos de l'autocommutateur d'éclairage

Lorsque l'autocommutateur d'éclairage est activé, l'afficheur s'éclaire lorsque vous dirigez le poignet de la façon suivante.

Mettez la montre à une position parallèle au sol puis inclinez-la vers vous de plus de 40 degrés pour éclairer l'afficheur.

- Portez la montre sur la face extérieure du poignet.



Avertissement!

- Il faut toujours regarder la montre en lieu sûr lorsque l'autocommutateur d'éclairage est activé. Il faut surtout être prudent lors d'activités (course, etc.) pouvant causer un accident ou des blessures.
- Assurez-vous aussi que l'éclairage soudain de l'afficheur ne surprenne ou ne distraie personne dans votre entourage.
- Lorsque vous portez la montre, assurez-vous que l'autocommutateur d'éclairage est désactivé avant de monter à bicyclette, à moto ou dans un véhicule. Le fonctionnement subit et inopiné de l'autocommutateur peut distraire et causer un accident de la route et des blessures graves.

Pour activer ou désactiver l'autocommutateur d'éclairage

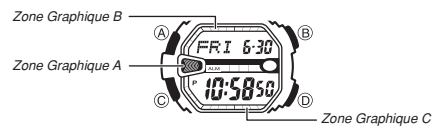
- En mode Indication de l'heure, appuyez sur (B) pendant environ trois secondes pour activer (indicateur d'autocommutateur d'éclairage affiché) ou désactiver (indicateur d'autocommutateur d'éclairage non affiché) l'autocommutateur.
- L'indicateur d'autocommutateur d'éclairage apparaît dans tous les modes lorsque l'autocommutateur est activé.
 - Pour éviter d'user la pile, l'autocommutateur de rétroéclairage se désactive automatiquement au bout de six heures.

Référence

Cette partie contient des détails et des informations techniques sur le fonctionnement de la montre. Elle contient aussi des précautions et des remarques importantes concernant diverses fonctions et caractéristiques de la montre.

Zones graphiques

L'afficheur présente trois zones graphiques, appelées A, B, et C. Les informations contenues dans chaque zone graphique dépendent du mode sélectionné.

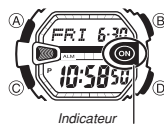


- Le tableau suivant montre les informations qui apparaissent dans la zone graphique A.

Mode	Zone graphique A
Indication de l'heure	Secondes du mode Indication de l'heure
Heure universelle	Secondes du mode Indication de l'heure
Chronomètre (ST1 et ST2)	Balayage de gauche à droite
Minuterie de compte à rebours	Balayage de droite à gauche
Avertisseur	Aucune indication

- Dans tous les modes, la zone graphique B indique les minutes du mode Chronomètre (ST1) (un segment pour 5 minutes, 10 minutes, etc.).
- Dans tous les modes, la zone graphique C indique les minutes du mode Chronomètre (ST2) (un segment pour 5 minutes, 10 minutes, etc.).

Alerte clignotante



Indicateur d'alerte clignotante

Lorsque l'alerte clignotante est activée, l'éclairage clignote pour les avertisseurs, le signal horaire, l'avertisseur de compte à rebours et le démarrage automatique du chronomètre (ST1).

Pour activer et désactiver l'alerte clignotante

- En mode Indication de l'heure, appuyez environ trois secondes sur (D) pour activer (indicateur d'alerte clignotante affiché) ou désactiver (indicateur d'alerte clignotante non affiché) l'alerte clignotante.
- L'éclairage clignote deux fois lorsque l'alerte clignotante est activée et une fois lorsqu'elle est désactivée.
 - Lorsque l'alerte clignotante est activée, l'indicateur d'alerte clignotante reste affiché dans tous les modes.
 - Notez que le bouton (D) utilisé pour activer et désactiver l'alerte clignotante sert aussi à choisir le format de 12 heures ou le format de 24 heures.

Bip d'activation des boutons



La montre bip chaque fois que vous appuyez sur un de ses boutons. Vous pouvez activer ou désactiver ce bip.

- L'avertisseur, le signal horaire et l'avertisseur de la minuterie de compte à rebours fonctionnent normalement lorsque le bip des boutons est désactivé.

Pour activer et désactiver le bip d'activation des boutons

Dans n'importe quel mode (sauf lorsqu'un écran de réglage est affiché), appuyez un moment sur (C) pour activer le bip (MUTE non affiché) ou le désactiver (MUTE affiché).

- Le bouton (C) utilisé pour activer ou désactiver le bip, sert aussi à changer le mode actuel de la montre.
- L'indicateur MUTE apparaît dans tous les modes lorsque le bip d'activation des boutons est désactivé.

Fonctions de retour automatique

- Si vous laissez la montre deux ou trois minutes dans le mode Avertisseur sans effectuer aucune opération, elle revient automatiquement au mode Indication de l'heure.
- Si vous laissez un écran avec des chiffres clignotants pendant deux ou trois minutes sans effectuer aucune opération, la montre sort de l'écran de réglage.

Défilement

Les boutons (B) et (D) servent à faire défiler les données sur les différents écrans de modes et de réglages. Dans la plupart des cas, il suffit de maintenir ces boutons enfoncés pour faire défiler plus rapidement les données.

Ecrans initiaux

Lorsque vous accédez au mode Heure universelle ou Avertisseur, les données affichées au moment où vous êtes sorti de ce mode réapparaissent en premier.

Indication de l'heure

- Si vous remettez les secondes à **00** entre 30 et 59 secondes, les minutes augmentent d'une unité. Si vous les remettez à **00** entre 00 et 29 secondes, les minutes ne changent pas.
- L'année peut être réglée de 2000 à 2099.
- Le calendrier entièrement automatique de la montre tient compte des différentes longueurs des mois et des années bissextiles. Une fois que la date a été réglée, il n'y a en principe aucune raison de la changer sauf après le remplacement de la pile de la montre.

Heure universelle

Toutes les heures du mode Heure universelle sont calculées en fonction de l'heure spécifiée dans le mode Indication de l'heure pour le fuseau horaire local et des décalages horaire UTC.

- Les secondes du l'heure universelle se synchronisent sur les secondes du mode Indication de l'heure.
- Le décalage horaire UTC est la différence d'heures entre le point de référence, Greenwich, en Angleterre, et l'heure du fuseau horaire où se trouve votre ville.
- Les lettres "UTC" signifient "Coordinated Universal Time" (Temps universel), c'est le standard scientifique universellement utilisé pour l'indication de l'heure. Cette heure est indiquée par une horloge atomique (au césium) qui a une précision d'une microseconde. Des secondes sont ajoutées ou soustraites, si nécessaire, pour que l'heure UTC reste synchronisée sur la rotation de la terre.

Précautions concernant l'éclairage

- Le panneau électroluminescent qui fournit l'éclairage ne perd de son intensité qu'après une longue période d'utilisation.
- L'éclairage de l'afficheur peut être à peine visible en plein soleil.
- La montre émet un son audible lorsque l'afficheur est éclairé. Ce son provient du panneau EL utilisé pour l'éclairage, il ne s'agit pas d'un mauvais fonctionnement de la montre.
- L'éclairage s'éteint automatiquement lorsqu'un avertisseur retentit.
- L'emploi fréquent de l'éclairage réduit l'autonomie de la pile.

Précautions concernant l'autocommutateur d'éclairage

- Evitez de porter la montre sur la face interne de votre du poignet. L'autocommutateur risque de fonctionner lorsque vous n'en avez pas besoin, ce qui peut réduire l'autonomie de la pile. Si vous voulez porter la montre sur la face interne de votre du poignet, désactivez l'autocommutateur.



- L'éclairage peut ne pas s'allumer si le cadran de la montre est à plus de 15 degrés au-dessus ou au-dessous de la parallèle. Assurez-vous que la paume de votre main est parallèle au sol.
- L'éclairage s'éteint dans le délai spécifié. (Voir "Pour spécifier la durée de l'éclairage"), même si vous continuez de tourner le poignet pour regarder la montre.

- L'électricité statique ou le magnétisme peuvent perturber le bon fonctionnement de l'autocommutateur d'éclairage. Si l'éclairage ne s'allume pas, essayez de remettre la montre dans la position d'origine (parallèle au sol) et inclinez-la de nouveau vers votre visage. Si cela n'agit pas, laissez tomber le bras le long du corps et relevez-le une nouvelle fois.
- Dans certaines circonstances, vous devrez attendre une seconde environ pour que l'éclairage s'allume après avoir tourné le cadran vers votre visage. Cela ne signifie pas nécessairement que l'autocommutateur d'éclairage fonctionne mal.
- Vous pouvez entendre un léger cliquetis lorsque vous secouez la montre. Ce son est dû au mécanisme de l'autocommutateur d'éclairage et ne signifie pas que la montre est défectueuse.

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
LAX	Los Angeles	-08.0	San Francisco, Las Vegas, Vancouver, Seattle/Tacoma, Dawson City
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton
MEX	Mexico City	-06.0	Winnipeg, Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans
CHI	Chicago	-06.0	
NYC	New York	-05.0	Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
YYT	St. Johns	-03.5	
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Brasilia, Montevideo
BUE	Buenos Aires	-03.0	
RAI	Praia	-01.0	
LON	London	+00.0	Dublin, Lisbon, Casablanca, Abidjan
DKR	Dakar	+00.0	
MAD	Madrid	+01.0	Milan, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna
PAR	Paris	+01.0	
MCM	Monte Carlo	+01.0	
ROM	Rome	+01.0	
BER	Berlin	+01.0	
STO	Stockholm	+01.0	
ATH	Athens	+02.0	Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
JNB	Johannesburg	+02.0	
ANK	Ankara	+02.0	
NIC	Nicosia	+02.0	
HEL	Helsinki	+02.0	
CAI	Cairo	+02.0	
JRS	Jerusalem	+02.0	
MOW	Moscow	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi
JED	Jeddah	+03.0	
THR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	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, Ulaanbaatar
HKG	Hong Kong	+08.0	
BJS	Beijing	+08.0	
PER	Perth	+08.0	
SEL	Seoul	+09.0	Pyongyang
TYO	Tokyo	+09.0	
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
SYD	Sydney	+10.0	Melbourne, Guam, Rabaul
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

*Based on data as of December 2005.