

Guida all'uso 3095

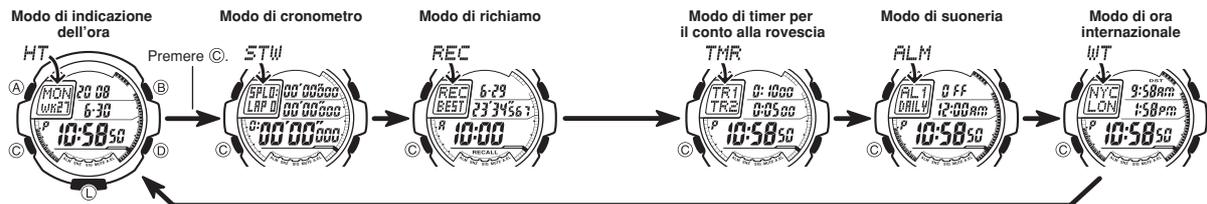
Cenni su questo manuale



- 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, premere (L) per far illuminare il display per un secondo circa.

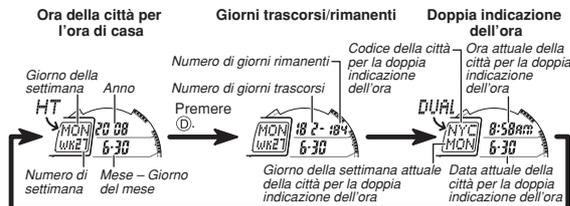


Indicazione dell'ora



Usare il modo di indicazione dell'ora per impostare e per vedere l'ora e la data attuali. È possibile scegliere fra le tre diverse schermate del modo di indicazione dell'ora mostrate di seguito.

- Ogni volta che si entra nel modo di indicazione dell'ora da un altro modo di funzionamento, l'indicatore nell'angolo in alto a sinistra della schermata sarà **DUAL** se è selezionata la schermata della doppia indicazione dell'ora. Se è selezionata la schermata dell'ora della città per l'ora di casa o la schermata dei giorni trascorsi/rimanenti, l'indicatore sarà **HT**.



- È possibile usare (D) nel modo di indicazione dell'ora per scorrere ciclicamente le diverse schermate sopra mostrate, operazione che fa cambiare le informazioni nella parte superiore della schermata.
- La schermata dei giorni trascorsi/rimanenti mostra il numero di giorni che sono trascorsi dal 1° gennaio dell'anno attuale (Giorni trascorsi), e il numero di giorni rimanenti fino al 31 dicembre dell'anno attuale (Giorni rimanenti).
- La schermata della doppia indicazione dell'ora mostra l'ora attuale nella propria città per l'ora di casa e in un'altra città (città per la doppia indicazione dell'ora).

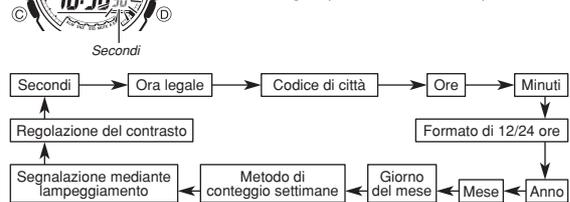
Leggere questa parte prima di impostare l'ora e la data!

L'impostazione dell'ora della città per la doppia indicazione dell'ora e quella di tutte le ore nel modo di ora internazionale si basano sull'ora attuale impostata per la propria città per l'ora di casa nel modo di indicazione dell'ora. Per questo motivo, accertarsi di selezionare un codice di città per la propria città per l'ora di casa (la città in cui normalmente si usa 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 ulteriori informazioni sulla doppia indicazione dell'ora, fare riferimento a "Uso della doppia indicazione dell'ora".

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:
00	Ripartire i secondi a 00	Premere (D).
0FF	Passare dall'ora legale (00) all'ora solare (0FF) e viceversa	
TYO	Cambiare il codice di città	Usare (D) (oriente) o (B) (occidente).
P 10:58	Cambiare le ore o i minuti	Usare (D) (+) o (B) (-).
12H	Passare dal formato di indicazione dell'ora di 12 ore (12H) a quello di 24 ore (24H) e viceversa	Premere (D).
2008	Cambiare l'anno	Usare (D) (+) o (B) (-).
6-30	Cambiare il mese o il giorno del mese	

- Per i dettagli sull'impostazione dell'ora legale, fare riferimento a "Ora legale (DST)".
- Quanto segue indica le sezioni da consultare per reperire ulteriori informazioni sulle impostazioni sopra menzionate.
Metodo di conteggio settimanale: "Numero di settimana"
Segnalazione mediante lampeggiamento: "Segnalazione mediante lampeggiamento"
Regolazione del contrasto: "Regolazione del contrasto"
- 4. Premere (A) due volte per lasciare la schermata di impostazione.
- La prima pressione di (A) visualizzerà la schermata di impostazione della doppia indicazione dell'ora.
- Se si riportano i secondi a 00 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 00 ma i minuti rimangono invariati.
- Il giorno della settimana viene visualizzato automaticamente conformemente alle impostazioni della data (anno, mese e giorno del mese).

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

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 (00 visualizzato) all'ora solare (0FF visualizzato) e viceversa.
 4. Premere (A) due volte per lasciare la schermata di impostazione.
- L'indicatore **DST** appare sul display a indicare che l'ora legale è attivata.



Numero di settimana

Il numero di settimana indica il numero della data attuale nell'anno attuale. È possibile scegliere fra i seguenti tre tipi di metodi di conteggio settimanale.

Per contare così:	Selezionare questo metodo di conteggio:
Far iniziare ciascuna settimana dal lunedì, e conteggiare la settimana che contiene il primo giovedì come la prima settimana dell'anno. • Questo metodo di conteggio è specificato mediante ISO8601. • A causa dei metodi con cui le settimane vengono conteggiate, l'anno di una particolare settimana può differire da una data che cade durante quella settimana. Esempio: Il 1° gennaio 2005 è la settimana 53 del 2004.	ISO
Far iniziare ciascuna settimana dal lunedì, e conteggiare la settimana che contiene il 1° gennaio come la prima settimana dell'anno.	MON
Far iniziare ciascuna settimana dalla domenica, e conteggiare la settimana che contiene il 1° gennaio come la prima settimana dell'anno.	SUN

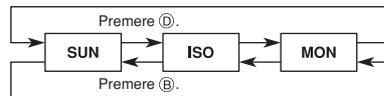
Per specificare il metodo di conteggio delle settimane

Numero di settimana



Metodo di conteggio settimane

- Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto (A) finché i secondi iniziano a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
- Premere (C) nove volte per visualizzare la schermata dei metodi di conteggio settimanale.
- Usare (D) o (B) per scorrere ciclicamente i metodi di conteggio settimanale nell'ordine indicato di seguito.



- Premere (A) due volte per lasciare la schermata di impostazione.

Uso della doppia indicazione dell'ora

Codice della città per la doppia indicazione dell'ora



Data attuale della città per la doppia indicazione dell'ora

Giorno della settimana attuale della città per la doppia indicazione dell'ora

- Nel modo di indicazione dell'ora, è possibile visualizzare una schermata di doppia indicazione dell'ora che mostra l'ora e la data attuali nella città per l'ora di casa e in un'altra città (città per la doppia indicazione dell'ora). È possibile selezionare la città che si desidera usare come città per la doppia indicazione dell'ora. È anche possibile specificare l'ora solare o l'ora legale per la città per la doppia indicazione dell'ora.
- L'impostazione di default di fabbrica iniziale per la città per la doppia indicazione dell'ora è NYC (New York City).

- Ogni volta che si entra nel modo di indicazione dell'ora da un altro modo di funzionamento, l'indicatore nell'angolo in alto a sinistra della schermata sarà **DUAL** se è selezionata la schermata della doppia indicazione dell'ora. Se è selezionata la schermata dell'ora della città per l'ora di casa o la schermata dei giorni trascorsi/rimanenti, l'indicatore sarà **HT**.

Per far passare la città per la doppia indicazione dell'ora dall'ora legale (DST) all'ora solare e viceversa

Indicatore di ora legale (DST)



Stato di attivazione/disattivazione

- Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto (A) finché i secondi iniziano a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
- Premere di nuovo (A).
 - Questa operazione visualizzerà la schermata di impostazione ora legale per la città per la doppia indicazione dell'ora.
- Premere (D) per far passare la doppia indicazione dell'ora dall'ora legale (DST visualizzato) all'ora solare (STF visualizzato) e viceversa.

- Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.
- L'indicatore **DST** appare sul display a indicare che l'ora legale è attivata.

Per cambiare il codice della città per la doppia indicazione dell'ora

Codice della città per la doppia indicazione dell'ora



Codice della città per la doppia indicazione dell'ora

- Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto (A) finché i secondi iniziano a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
- Premere di nuovo (A).
- Premere (C) una volta per visualizzare la schermata di selezione città per la doppia indicazione dell'ora.
- Usare (D) (oriente) o (B) (occidente) per scorrere ciclicamente i codici di città disponibili.
 - Per informazioni dettagliate sui codici delle città, fare riferimento a "City Code Table" (Tabella dei codici delle città).
- Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.

Cronometro

Il cronometro a millesimi di secondo misura il tempo trascorso e i tempi di giro/parziali, e possiede anche una funzione di avvio automatico. Le misurazioni effettuate mediante il cronometro possono essere memorizzate nella memoria per il richiamo in seguito con il modo di richiamo.

- Il "tempo di giro" è il tempo impiegato per completare un tratto specifico di una gara, come un singolo giro su una pista. Il "tempo parziale" è il tempo che intercorre dall'inizio di una gara fino ad un certo punto.
- Per informazioni sulla maniera in cui i dati registrati con il cronometro vengono memorizzati nella memoria, fare riferimento a "Gestione della memoria".
- L'operazione di misurazione del cronometro continua anche se si esce dal modo di cronometro.
- Il cronometro continua a funzionare, ripartendo da zero ogni volta che raggiunge il suo limite, finché non lo si ferma.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di cronometro, in cui è possibile entrare premendo (C).
- Mentre il cronometro è fermo e riportato a tutti zeri, è possibile premere (B) per passare dalla schermata del tempo trascorso a quella del tempo di giro e viceversa.

Schermata del tempo trascorso



Schermata del tempo di giro



- Si consiglia di utilizzare la schermata del tempo trascorso quando si desidera vedere il tempo trascorso durante le letture dei tempi parziali/di giro.
- Si consiglia di utilizzare la schermata del tempo di giro quando si desidera vedere il tempo del giro attuale durante le letture dei tempi parziali/di giro.
- La gamma di misurazione del tempo trascorso (parte inferiore della schermata) e del tempo parziale (parte superiore della schermata) della schermata del tempo trascorso è 9 ore, 59 minuti e 59,999 secondi. La gamma di misurazione del tempo di giro (centro della schermata) è 59 minuti e 59,999 secondi.
- La gamma di misurazione del tempo di giro (parte inferiore della schermata) e del tempo parziale (parte superiore della schermata) della schermata del tempo di giro è 9 ore, 59 minuti e 59,999 secondi. La gamma di visualizzazione del tempo di giro precedente (centro della schermata) è 59 minuti e 59,999 secondi.

Misurazione del tempo trascorso

Usare il seguente procedimento per eseguire un'operazione basilare di misurazione del tempo trascorso con il cronometro.

Per misurare il tempo trascorso



Schermata del tempo trascorso

- Mentre il cronometro è fermo e riportato a tutti zeri, premere (B) per visualizzare la schermata del tempo trascorso.
 - Se il cronometro non è stato riportato a tutti zeri, fermare il cronometro e quindi premere (B) per riportarlo a tutti zeri.
- Premere (D) per avviare la misurazione del tempo trascorso del cronometro.
- Premere (D) per interrompere l'operazione di misurazione del tempo trascorso.
 - È possibile riavviare l'operazione di misurazione del tempo trascorso premendo di nuovo (D).
 - Dopo aver interrotto l'operazione di misurazione del tempo trascorso, premere (B) per riportare il cronometro a tutti zeri.

Misurazione dei tempi parziali e dei tempi di giro

È possibile usare la schermata del tempo trascorso o la schermata del tempo di giro del cronometro per misurare i tempi parziali e i tempi di giro.

- Si consiglia di utilizzare la schermata del tempo trascorso quando si desidera vedere il tempo trascorso durante le letture dei tempi parziali/di giro.
- Si consiglia di utilizzare la schermata del tempo di giro quando si desidera vedere il tempo del giro attuale durante le letture dei tempi parziali/di giro.

Per ottenere le letture dei tempi parziali e dei tempi di giro



Schermata del tempo di giro

- Mentre il cronometro è fermo e riportato a tutti zeri, premere (B) per passare dalla schermata del tempo trascorso alla schermata del tempo di giro e viceversa.
 - Se il cronometro non è stato riportato a tutti zeri, fermare il cronometro e quindi premere (B) per riportarlo a tutti zeri.
- Premere (D) per avviare la misurazione del tempo trascorso del cronometro.
- Premere (B) quando si desidera ottenere una lettura del tempo di giro e del tempo parziale.
 - Ogni pressione di (B) visualizzerà il tempo di giro/parziale in quel momento. È possibile ottenere un massimo di 999 letture di tempi di giro/parziali durante una singola operazione di misurazione del tempo trascorso.
- Premere (D) quando si desidera interrompere l'operazione di misurazione del tempo trascorso.

- È possibile premere (D) per riavviare l'operazione di misurazione del tempo trascorso del cronometro, se lo si desidera.
- La memoria dell'orologio è in grado di contenere un massimo di 99 tempi di giro. Se si interrompe un'operazione di misurazione del tempo trascorso durante la quale si sono registrati più di 99 tempi di giro, eventuali tempi di giro oltre il giro 99 non verranno memorizzati nella memoria dell'orologio. Se si riavvia l'operazione di misurazione del tempo trascorso in questo caso, il display visualizzerà "----" per l'ultimo tempo di giro finché non si registra quindi il tempo di giro successivo.
- Dopo aver interrotto l'operazione di misurazione del tempo trascorso, premere (B) per riportare il cronometro a tutti zeri.
- I numeri di giro a una cifra (da 1 a 9) vengono visualizzati utilizzando il formato "LAP 1".

Esempio: Numero del tempo di giro 8: LAP 8
I numeri di giro a due e a tre cifre (da 10 a 999) vengono visualizzati utilizzando il formato "L.100" o "L.50".

Esempio: Numero del tempo di giro 150: L.150

Funzione di avvio automatico

Con la funzione di avvio automatico, l'orologio effettua un conto alla rovescia di 5 secondi, e l'operazione di misurazione del tempo trascorso inizia automaticamente quando il conto alla rovescia giunge a zero. Le operazioni di segnale acustico e segnalazione mediante lampeggiamento vengono eseguite per ciascuno degli ultimi quattro secondi del conto alla rovescia.

- Quando il conto alla rovescia giunge alla fine, viene eseguita un'operazione di segnale acustico seguita da un'operazione di segnalazione mediante lampeggiamento. Le segnalazioni vengono eseguite separatamente per evitare di porre contemporaneamente un carico eccessivo sulla pila.
- Quando la segnalazione mediante lampeggiamento è attivata, i LED rosso e verde sotto il display lampeggeranno simultaneamente al segnale acustico del conto alla rovescia dell'avvio automatico.

Per usare la funzione di avvio automatico



- Mentre la schermata del cronometro mostra tutti zeri nel modo di cronometro, premere (A).
 - Questa operazione visualizza una schermata di conto alla rovescia di 5 secondi.
 - Per ritornare alla schermata di tutti zeri, premere di nuovo (A).
- Premere (D) per avviare il conto alla rovescia.
 - Un'operazione di misurazione del tempo trascorso del cronometro inizierà automaticamente quando il conto alla rovescia giunge alla fine.
 - Per mettere termine ad un conto alla rovescia in corso e avviare l'operazione di misurazione del tempo trascorso, premere (D).
 - Per annullare un conto alla rovescia in corso e ritornare alla schermata del conto alla rovescia di 5 secondi, premere (B).

Gestione della memoria

L'orologio dispone di una memoria per due "registrazioni di tempo trascorso". Ciascuna registrazione di tempo trascorso contiene i dati (tempo trascorso, tempi di giro, tempi parziali, ecc.) registrati dall'inizio alla fine di una misurazione del tempo trascorso.

- Mentre un'operazione di misurazione del tempo trascorso è in corso nel modo di cronometro, le due registrazioni di tempo trascorso in memoria sono rispettivamente una per i dati in corso di produzione con l'operazione di misurazione del tempo trascorso che è in fase di esecuzione, e una per i dati prodotti dall'ultima operazione di misurazione del tempo trascorso che è stata completata.
- Quando nessuna operazione di misurazione del tempo trascorso è in corso nel modo di cronometro (quando il cronometro è stato riportato a tutti zeri), le due registrazioni di tempo trascorso in memoria sono costituite da una registrazione per i dati prodotti dall'ultima operazione di misurazione del tempo trascorso completata, e da un'altra registrazione per l'operazione di misurazione del tempo trascorso precedente l'ultima.
- Ogni volta che si avvia una nuova operazione di misurazione del tempo trascorso, la registrazione più vecchia attualmente presente in memoria viene cancellata automaticamente per fare spazio ai nuovi dati di tempo trascorso.
 - È possibile usare il modo di richiamo per vedere le registrazioni di tempo trascorso che sono attualmente presenti nella memoria dell'orologio.

Dati delle registrazioni di tempo trascorso

Ciascuna registrazione di tempo trascorso contiene i seguenti dati.

- Tempo trascorso totale
- Fino ad un massimo di 99 registrazioni di tempi di giro/parziali
- Data di inizio (mese, giorno del mese) e ora della misurazione del tempo trascorso
- Registrazione del tempo e del numero del miglior giro
- Ciascuna registrazione di tempo trascorso è in grado di contenere un massimo di 99 tempi di giro/parziali. L'orologio non memorizzerà nessun altro tempo di giro/parziale dopo il 99°, ma la registrazione del miglior giro continuerà ad essere aggiornata ogni volta che un nuovo tempo di giro supera il tempo della registrazione di miglior giro attuale.
- Se ci sono più tempi di giro in una registrazione di tempo trascorso che sono uguali al tempo del miglior giro, il tempo più vecchio viene utilizzato come miglior tempo di giro.
- viene visualizzato per il miglior tempo di giro se nessuna operazione di misurazione di tempi di giro/parziali è stata eseguita durante l'operazione di misurazione del tempo trascorso.

Uso della funzione di avvio automatico

- Se si usa la funzione di avvio automatico per avviare un'operazione di cronometraggio, l'orologio interpreterà l'inizio del conto alla rovescia dell'avvio automatico come il punto di inizio dell'operazione di misurazione del tempo trascorso e inizierà a registrare i dati per la registrazione del tempo trascorso da lì.
- Se si preme (B) per interrompere il conto alla rovescia dell'avvio automatico, le indicazioni per tutti i dati nella registrazione del tempo trascorso saranno -- a indicare che nessun dato è stato memorizzato.

Modo di richiamo

È possibile usare il modo di richiamo per vedere i dati delle registrazioni di tempo trascorso (tempo trascorso, tempi di giro, tempi parziali, ecc.) che si misurano con il modo di cronometro.

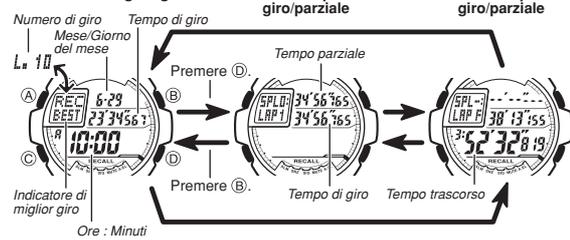
- Quando si entra nel modo di richiamo, appare per prima la registrazione del tempo trascorso più recente.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di richiamo, in cui è possibile entrare premendo (C).

Per vedere i dati delle registrazioni di tempo trascorso

- Premere (C) per entrare nel modo di richiamo.
 - La schermata di miglior giro della registrazione più recente che è attualmente presente in memoria apparirà per prima.
 - Premere (A) quando si desidera passare all'altra registrazione (quella più vecchia). Ogni pressione di (A) consente di passare dall'una all'altra registrazione.
 - I dati che appaiono sulla schermata di miglior giro dipendono da se si stanno vendendo i dati di un'operazione di misurazione del tempo trascorso completata o i dati di un'operazione di misurazione del tempo trascorso in corso.
 - Nel caso di un'operazione di misurazione del tempo trascorso completata, la schermata di miglior giro visualizzerà informazioni come quelle mostrate.
 - Se un'operazione di misurazione del tempo trascorso è in corso nel modo di cronometro, ciò che viene mostrato per il tempo sulla schermata di miglior giro dipenderà da se nel modo di cronometro è selezionata la schermata del tempo trascorso o la schermata del tempo di giro. Se nel modo di cronometro è selezionata la schermata del tempo trascorso, il tempo trascorso apparirà sulla schermata di miglior giro. Se è selezionata la schermata del tempo di giro, il tempo di giro/parziale apparirà sulla schermata di miglior giro.

- Quando è visualizzata la schermata di miglior giro della registrazione di tempo trascorso che si desidera vedere, usare (D) o (B) per scorrere i tempi di giro/parziali nella registrazione.

Schermata di miglior giro



Timer per il conto alla rovescia

Durata del conto alla rovescia di TR1 (ore, minuti, secondi)



Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

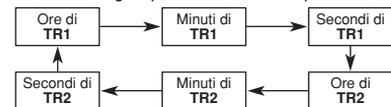
Durata del conto alla rovescia di TR2 (ore, minuti, secondi)

Questo orologio dispone di due timer per il conto alla rovescia, detti TR1 (Timer 1) e TR2 (Timer 2). La gamma di impostazione per il timer per il conto alla rovescia va da 1 secondo a 99 ore, 59 minuti e 59 secondi. Il conto alla rovescia di TR2 inizia automaticamente quando il conto alla rovescia di TR1 giunge a zero.

- I timer per il conto alla rovescia possono essere utilizzati per l'allenamento a intervalli (per esempio, 3 minuti di corsa con TR1, 1 minuto di riposo con TR2) o per il cronometraggio di un evento in più periodi (per esempio, 45 minuti di gioco con TR1, 15 minuti di riposo con TR2).
- Le impostazioni di default di fabbrica iniziali sono 10 minuti per TR1 e 5 minuti per TR2.
 - 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 dei timer per il conto alla rovescia

- Nel modo di timer per il conto alla rovescia, tenere premuto (A) finché l'impostazione delle ore della durata del conto alla rovescia di TR1 inizia a lampeggiare. Questa è la schermata di impostazione.
- 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.
 - Il timer la cui durata iniziale è 0:00 00 non verrà usato durante l'operazione di timer per il conto alla rovescia.
- Impostare le durate di tutti i timer desiderati.
- Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.

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 di TR1.

- Quando il conto alla rovescia di TR1 giunge a zero, il conto alla rovescia di TR2 inizierà automaticamente.
- 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.
- Se la durata iniziale di un timer per il conto alla rovescia è zero (0:00 00), quel timer verrà saltato.
- L'orologio continuerà automaticamente ad eseguire ciclicamente i conti alla rovescia di TR1 e TR2 per cinque volte o finché non si ferma il conto alla rovescia premendo (D).
- Quando il conto alla rovescia di TR1 o di TR2 giunge a zero, un segnale acustico suona per 10 secondi circa. Se la durata iniziale di un conto alla rovescia è 10 secondi o meno, il segnale acustico suonerà soltanto per 1 secondo circa quando il conto alla rovescia giunge alla fine.
- A prescindere dalla durata iniziale del timer TR2, il segnale acustico suonerà per 10 secondi circa quando il quinto conto alla rovescia di TR2 giunge alla fine.
- Quando la segnalazione mediante lampeggiamento è attivata, i LED rosso e verde sotto il display lampeggeranno simultaneamente al segnale acustico che suona quando il conto alla rovescia di TR1 o TR2 giunge a zero.
- 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 (B). Questa operazione riporterà i timer per il conto alla rovescia alle rispettive durate iniziali.

Suonerie



Questo orologio dispone di cinque suonerie multifunzione indipendenti. È possibile impostare le ore e i minuti per l'ora di suoneria, ed è possibile scegliere uno fra quattro tipi di ripetizione (giorno feriale, fine settimana, quotidiana, una volta). Una delle suonerie è una suoneria a ripetizione. È possibile attivare anche il segnale orario di ora esatta che fa suonare l'orologio due volte ogni ora allo scoccare dell'ora. È possibile specificare il tipo di ripetizione per il segnale orario di ora esatta, e un'ora di inizio e un'ora di fine.

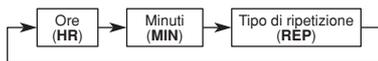
- Sono disponibili cinque schermate di suoneria, ciascuna delle quali reca un nome di suoneria: da **AL1** a **AL4**, e **SNZ**. Il segnale orario di ora esatta è indicato da **SIG**.
- Quando si entra nel modo di suoneria, i dati che erano visualizzati l'ultima volta che si è usciti da quel modo appaiono per primi.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di suoneria, in cui è possibile entrare premendo **C**.

Tipi di ripetizione

È possibile scegliere fra quattro tipi di ripetizione per le suonerie multifunzione, e fra tre tipi di ripetizione per il segnale orario di ora esatta.

Per impostare l'ora per una suoneria

1. Nel modo di suoneria, usare **D** per scorrere le schermate di suoneria finché viene visualizzata quella le cui impostazioni si desidera configurare.
 - Selezionare una delle schermate di suoneria da **AL1** a **AL4** per configurare una suoneria normale. Selezionare la schermata **SNZ** per configurare la suoneria a ripetizione.
 - La suoneria a ripetizione suona ripetutamente ogni cinque minuti.
2. Dopo aver selezionato una suoneria, tenere premuto **A** finché l'impostazione delle ore dell'ora per la suoneria inizia a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
 - Questa operazione attiva automaticamente la suoneria.
3. Premere **C** per spostare il lampeggiamento nell'ordine indicato di seguito per selezionare altre impostazioni.



4. Quando un'impostazione lampeggia, usare **D** (+) o **B** (-) per farla cambiare come descritto di seguito.
 - È possibile scegliere uno qualsiasi dei quattro tipi di ripetizione per la suoneria descritti di seguito.

Per configurare la suoneria in modo che suoni:	Selezionare questa impostazione:
Quotidianamente	DAILY
Una volta soltanto il giorno specificato	ONCE
Quotidianamente il sabato e la domenica	wEND
Quotidianamente dal lunedì al venerdì	wDAY

5. Premere **A** per lasciare la schermata di impostazione.
 - Con il formato di 12 ore, impostare correttamente l'ora per la mattina o per il pomeriggio.

Funzionamento della suoneria

Il segnale acustico della suoneria suona all'ora preselezionata per 10 secondi, indipendentemente dal modo di funzionamento in cui si trova l'orologio. Nel caso della suoneria a ripetizione, l'operazione di suoneria viene eseguita un totale di sette volte, ogni cinque minuti, finché non si disattiva la suoneria.

- Le operazioni di suoneria e di segnale orario di ora esatta vengono eseguite conformemente all'ora segnata nel modo di indicazione dell'ora.
- Per silenziare il segnale acustico della suoneria dopo che esso ha cominciato a suonare, premere un tasto qualsiasi.
- Quando la segnalazione mediante lampeggiamento è attivata, i LED rosso e verde sotto il display lampeggeranno simultaneamente al segnale acustico della suoneria.
- L'esecuzione di una qualsiasi delle seguenti operazioni durante un intervallo di 5 minuti tra una suoneria a ripetizione e l'altra disattiva l'operazione attuale di suoneria a ripetizione.

Visualizzazione della schermata di impostazione del modo di indicazione dell'ora
Visualizzazione della schermata di impostazione suoneria a ripetizione **SNZ**

Per provare il suono della suoneria

Nel modo di suoneria, tenere premuto **D** per far suonare la suoneria.

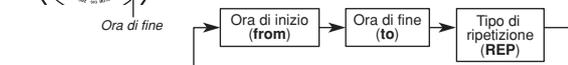
Per attivare e disattivare una suoneria

1. Nel modo di suoneria, usare **D** per selezionare una suoneria.
2. Premere **B** per attivare (**on**) o disattivare (**OFF**) la suoneria.
 - L'attivazione di una suoneria (da **AL1** a **AL4**, o **SNZ**) visualizza l'indicatore di suoneria attivata (**ALM**) sulla relativa schermata del modo di suoneria.
 - In tutti i modi di funzionamento, l'indicatore di suoneria attivata viene visualizzato sul display per la suoneria che è attualmente attivata.
 - L'indicatore di suoneria attivata lampeggia mentre la suoneria suona.
 - L'indicatore di suoneria a ripetizione lampeggia mentre la suoneria a ripetizione suona e durante gli intervalli di 5 minuti tra una suoneria e l'altra.



Per configurare le impostazioni del segnale orario di ora esatta

1. Nel modo di suoneria, usare **D** per visualizzare la schermata del segnale orario di ora esatta (**SIG**).
2. Tenere premuto **A** finché l'ora di inizio del segnale orario di ora esatta inizia a lampeggiare. Questa è la schermata di impostazione.
 - Questa operazione attiverà anche il segnale orario di ora esatta.
3. Premere **C** per spostare il lampeggiamento nell'ordine indicato di seguito per selezionare altre impostazioni.



4. Quando un'impostazione lampeggia, usare **D** (+) o **B** (-) per farla cambiare come descritto di seguito.
 - Quando le impostazioni di ora di inizio e ora di fine specificano un lasso di tempo della durata di 24 ore (come le 7:00 am per l'ora di inizio e le 6:00 am per l'ora di fine), **ALL** viene visualizzato sia per l'ora di inizio che per l'ora di fine.
 - È possibile scegliere uno qualsiasi dei tre tipi di ripetizione per il segnale orario di ora esatta descritti di seguito.

Per configurare il segnale orario di ora esatta in modo che suoni:	Selezionare questa impostazione:
Quotidianamente	DAILY
Quotidianamente il sabato e la domenica	wEND
Quotidianamente dal lunedì al venerdì	wDAY

5. Premere **A** per lasciare la schermata di impostazione.
 - Con il formato di 12 ore, impostare correttamente l'ora per la mattina (**A**) o per il pomeriggio (**P**).

Per attivare e disattivare il segnale orario di ora esatta

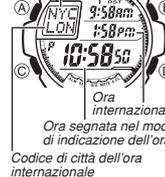
1. Nel modo di suoneria, usare **D** per visualizzare la schermata del segnale orario di ora esatta (**SIG**).
2. Premere **B** per attivare (**on**) o disattivare (**OFF**) il segnale orario di ora esatta.
 - L'indicatore di segnale orario di ora esatta attivato viene visualizzato sulla schermata del segnale orario di ora esatta quando questa funzione è attivata.
 - L'indicatore di segnale orario di ora esatta attivato viene visualizzato sul display in tutti i modi di funzionamento quando questa funzione è attivata.



Ora internazionale

L'ora internazionale mostra l'ora attuale in 48 città (28 fusi orari) del mondo.

- 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 o **B** per scorrere i codici verso occidente.

- 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.

- Nel modo di indicazione dell'ora è possibile cambiare il codice della città per l'ora di casa. Per ulteriori informazioni, fare riferimento a "Per impostare l'ora e la data".
- Nel modo di indicazione dell'ora è anche possibile cambiare il codice della città per la doppia indicazione dell'ora. Per ulteriori informazioni, fare riferimento a "Per cambiare il codice della città per la doppia indicazione dell'ora".

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** o **B** per visualizzare il codice di città (fuso orario) per cui si desidera cambiare l'impostazione di ora solare/ora legale.
 - 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.
 - È possibile usare questo procedimento per far cambiare l'impostazione di ora legale/ora solare per il codice di città selezionato per la città per la doppia indicazione dell'ora.
2. Tenere premuto **A** per un secondo circa per passare dall'ora legale (**DST** visualizzato) all'ora solare (**DST** non visualizzato) e viceversa.



Illuminazione



Indicatore di illuminazione automatica

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 manualmente il display

In un modo di funzionamento qualsiasi, premere (L) per far accendere l'illuminazione per un secondo circa.

- 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 distraga 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 (L) 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.

Visualizzazione automatica



La visualizzazione automatica visualizza automaticamente la schermata di ciascun modo di funzionamento.

- Per disattivare la visualizzazione automatica**
Premere (A) o (C).

Per attivare la visualizzazione automatica

Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto (B) e (D) per due secondi circa.

- Notare che la visualizzazione automatica non può essere attivata mentre una schermata di impostazione è visualizzata sul display.

Area di indicazione grafica

Area di indicazione grafica



L'area di indicazione grafica indica i differenti tipi di dati, a seconda del modo di funzionamento in cui si trova l'orologio, come descritto di seguito.

Modo di funzionamento	Area di indicazione grafica
Indicazione dell'ora	Secondi del modo di indicazione dell'ora
Cronometro (Schermata del tempo trascorso)	Secondi del tempo trascorso del cronometro
Cronometro (Schermata del tempo di giro)	Secondi del tempo di giro del cronometro
Richiamo	Secondi del tempo trascorso
Timer per il conto alla rovescia	Secondi della durata del conto alla rovescia
Suoneria	Secondi del modo di indicazione dell'ora
Ora internazionale	Secondi del modo di indicazione dell'ora

Segnalazione mediante lampeggiamento



Quando la segnalazione mediante lampeggiamento è attivata, i LED rosso e verde sotto il display lampeggeranno simultaneamente all'avvio automatico del cronometro, alla suoneria del conto alla rovescia, alle suonerie e al segnale orario di ora esatta.

Per attivare e disattivare la segnalazione mediante lampeggiamento

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) dieci volte per visualizzare la schermata di impostazione segnalazione mediante lampeggiamento.
3. Premere (D) per attivare (SYNC visualizzato) o disattivare (OFF visualizzato) la segnalazione mediante lampeggiamento.
4. Premere (A) due volte per lasciare la schermata di impostazione.
- L'impostazione di segnalazione mediante lampeggiamento selezionata con il procedimento sopra descritto viene applicata in tutti i modi di funzionamento.
- È possibile usare il procedimento sopra descritto per controllare l'impostazione attuale di attivazione/disattivazione segnalazione mediante lampeggiamento.

Per provare la segnalazione mediante lampeggiamento

Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto (B) per far lampeggiare a turno i LED rosso e verde.

Regolazione del contrasto

È possibile regolare il contrasto dell'orologio per rendere le indicazioni sul display più chiare o più scure.

Per regolare il contrasto

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) undici volte per visualizzare la schermata di regolazione contrasto (CNT).
3. Usare (D) (+) o (B) (-) per scorrere i numeri di formato visualizzazione disponibili (da 1 a 7).
4. Premere (A) due volte per lasciare la schermata di impostazione.

Segnale acustico di pressione tasti

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, le suonerie, il segnale orario di ora esatta, la suoneria del conto alla rovescia e l'avvio automatico del cronometro funzioneranno tutti normalmente.

Per attivare e disattivare il segnale acustico di pressione tasti



Indicatore di silenziamento

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

- Quando si tiene premuto (C) per attivare e disattivare il segnale acustico di pressione tasti, anche il modo di funzionamento attuale dell'orologio cambia.
- L'indicatore di silenziamento viene visualizzato in tutti i modi di funzionamento quando il segnale acustico di pressione tasti è disattivato.

Funzione di ritorno automatico

Se si lascia una schermata con le cifre lampeggianti sul display per due o tre minuti senza eseguire alcuna operazione, l'orologio lascia automaticamente la schermata di impostazione.

Scorrimento

I tasti (B) e (D) servono in vari modi di funzionamento e in varie schermate di impostazione per scorrere i dati visualizzati sul display. Nella maggior parte dei casi, tenere premuti questi tasti durante un'operazione di scorrimento per scorrere i dati rapidamente.

Schermate iniziali

Quando si entra nel modo di cronometro, suoneria o ora internazionale, i dati che erano visualizzati l'ultima volta che si è usciti da quel modo appaiono per primi.

Indicazione dell'ora

- 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 differenza 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

- 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.
- Il conteggio dei secondi dell'ora internazionale è sincronizzato con il conteggio dei secondi del modo di indicazione dell'ora.
- 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 parallela 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
LAX	Los Angeles	-08.0	Las Vegas, San Francisco, 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		
NYC	New York	-05.0	Montreal, Detroit, Boston, Miami, Panama City, Havana, Lima, Bogota
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Brasilia, Montevideo
BUE	Buenos Aires		
RAI	Praia	-01.0	
LIS	Lisbon	+00.0	Dublin, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London		
MAD	Madrid	+01.0	Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Barcelona, Milan
PAR	Paris		
AMS	Amsterdam		
MCM	Monte Carlo		
ROM	Rome		
BER	Berlin		
PRG	Prague		
STO	Stockholm		
ATH	Athens	+02.0	Beirut, Damascus, Cape Town, Johannesburg, Istanbul
ANK	Ankara		
NIC	Nicosia		
HEL	Helsinki		
CAI	Cairo		
JRS	Jerusalem		
MOW	Moscow	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi
JED	Jeddah		
DOH	Doha		
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, Colombo
DAC	Dhaka	+06.0	
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
KUL	Kuala Lumpur	+08.0	Singapore, Taipei, Manila, Ulaanbaatar
HKG	Hong Kong		
BJS	Beijing		
PER	Perth		
TYO	Tokyo	+09.0	Seoul, Pyongyang
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
SYD	Sydney	+10.0	Guam, Melbourne, Rabaul
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

*Based on data as of December 2006.