

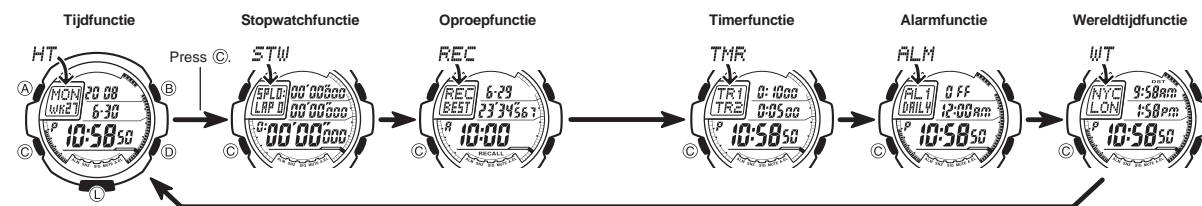
Over deze gebruiksaanwijzing



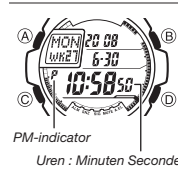
- Afhankelijk van uw horlogemodel wordt de tekst op het display middels donkere karakters op een lichte achtergrond of lichte karakters op een donkere achtergrond weergegeven. Alle voorbeeldscreens in deze handleiding worden getoond op basis van donkere karakters op een lichte achtergrond.
- Knopbedieningen worden aangegeven met gebruikmaking van de in de illustratie getoonde letters.
- Elke sectie van deze gebruiksaanwijzing verschaft u de benodigde informatie om de knopbedieningen in elke functie uit te voeren. Meer gedetailleerde en technische informatie vindt u in de "Referentie" sectie.

Algemene gebruiksaanwijzing

- Druk op **C** om van functie te veranderen
- Druk in een willekeurige functie gedurende ongeveer een seconde op **L** om het display te verlichten.

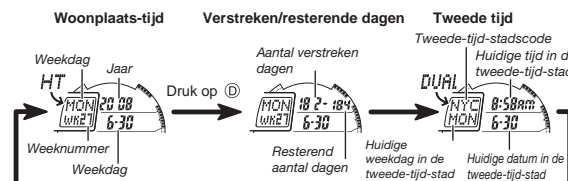


Tijdfunctie



Gebruik de tijdfunctie om de huidige tijd en datum in te stellen en te bekijken. U kunt een van de drie hieronder getoonde tijdfunctieschermen selecteren.

- Wanneer u de tijdfunctie vanuit een andere functie selecteert, verschijnt linksboven op het display DUAL als het tweede-tijd-scherm is geselecteerd. Als het woonplaats-tijd-scherm of verstreken/resterende-dagen-scherm is geselecteerd, verschijnt HT.



- U kunt in de tijdfunctie **D** gebruiken om door de verschillende, hierboven getoonde, schermen te bladeren, waardoor de informatie op het bovenste gedeelte van het display wijzigt.
- Het verstreken/resterende-dagen-scherm toont het aantal in het huidige jaar vanaf 1 januari verstreken dagen, en het aantal in het huidige jaar tot 31 december resterende dagen.
- Het tweede-tijd-scherm toont de huidige tijd in uw woonplaats en een andere plaats (tweede-tijd-plaats).

Lees dit voordat u de tijd en datum instelt

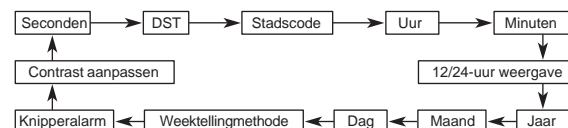
De tijden in de tweede-tijd-functie en de wereldtijdfunctie zijn gebaseerd op de door u voor uw woonplaats in de tijdfunctie ingestelde tijd. Verzekert u er dan ook van dat u een stadscode voor uw woonplaats selecteert (de plaats waar u het horloge normaal gesproken gebruikt) voordat u de tijd en datum instelt.

- Zie de "Stadscode tabel" voor volledige informatie over stadscodes.
- Zie "Tweede tijd gebruiken" voor meer informatie over tweede tijd.



De tijd en datum instellen

1. Houd in de tijdfunctie **A** ingedrukt totdat de secondecijfers beginnen te knippen, wat aangeeft dat het instelscherm is geselecteerd.
2. Druk op **C** om het knippen in de hieronder getoonde volgorde te verplaatsen om andere instellingen te selecteren.



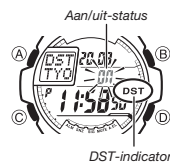
3. Gebruik als de instelling die u wilt wijzigen knippert **D** en **@** om deze als hieronder beschreven te wijzigen.

Scherm	Om dit te doen:	Doe dit:
50	Stel de seconden op 00 in	Druk op @
GF F	Wissel tussen zomertijd (gn) en standaardtijd (GF F)	
TYO	Verander de stadscode	Gebruik D (oost) en @ (west)
P 10:58	Verander de uren of minuten	Gebruik D (+) en @ (-)
1 2H	Wissel tussen 12-uur (1 2H) en 24-uur (24H) weergave	Druk op D
2008	Verander het jaar	Gebruik D (+) en @ (-)
6-30	Verander de maand of dag	

- Zie "Zomertijd (DST)" voor gedetailleerde informatie over de instelling van de zomertijd.
- Het volgende overzicht geeft aan waar u aanvullende informatie kunt vinden over de vermelde onderwerpen.
Weektellingmethode: "Weeknummer"
Knipperwaarschuwing: "Knipperwaarschuwing"
Aanpassing contrast: "Aanpassing contrast"
- 4. Druk twee keer op **A** om het instelscherm te verlaten.
- De eerste keer dat u op **A** drukt, wordt het tweede-tijd-instelscherm getoond.
- Als u de seconden op 00 instelt terwijl de huidige secondetelling in het bereik van 30 tot en met 59 is, wordt de minutentelling met 1 verhoogd. In het bereik van 00 tot en met 29, worden de seconden op 00 ingesteld zonder dat de minutentelling wijzigt.
- De weekdag wordt automatisch in overeenstemming met de ingestelde datum (jaar, maand en dag) getoond.

Zomertijd (DST)

Zomertijd (DST) zet de tijd een uur vooruit ten opzichte van de standaardtijd. Onthoud dat niet alle landen of zelfs lokale gebieden gebruik maken van zomertijd.



De tijdfunctietijd tussen zomer- en standaardtijd wisselen

1. Houd in de tijdfunctie **A** ingedrukt totdat de secondecijfers beginnen te knippen, wat aangeeft dat het instelscherm geselecteerd is.
 2. Druk op **C** om het DST-instelscherm te tonen.
 3. Druk op **D** om tussen zomertijd (gn) (getoond) en standaardtijd (GF F) (getoond) te wisselen.
 4. Druk twee keer op **A** om het instelscherm te verlaten.
- De DST indicator verschijnt op het scherm om aan te geven dat zomertijd is ingeschakeld.

Weeknummer

Het weeknummer geeft het weeknummer voor de huidige datum in het huidige jaar aan. U kunt een van de volgende drie typen weektellingmethodes selecteren.

Als volgt tellen:	Selecteer deze tellingmethode:
Begin elke week op maandag en hanteer de week die de eerste donderdag van het jaar bevat als de eerste week van het jaar. • Deze rekenmethode wordt aangegeven door ISO8601. • Dankzij de wijze waarop de weken worden geteld, kan het bij een week behorende jaar afwijken voor een specifieke datum in die week. Bijvoorbeeld: 1 januari 2005 is week 53 van 2004.	ISO
Begin elke week op maandag en hanteer de week die 1 januari bevat als de eerste week van het jaar.	MON
Begin elke week op zondag en hanteer de week die 1 januari bevat als de eerste week van het jaar.	SUN

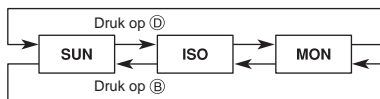
Weeknummer



Weektellingmethode

De weektellingmethode selecteren

- Houd in de tijdfunctie (A) ingedrukt totdat de secondecijfers beginnen te knippen, wat aangeeft dat het instelscherm geselecteerd is.
- Druk negen keer op (C) om het weektellingscherm te laten verschijnen.
- Gebruik (D) en (B) om in de hieronder getoonde volgorde door de weektellingmethodes te bladeren.



- Druk twee keer op (A) om het instelscherm te verlaten.

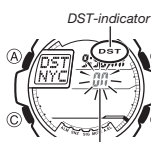
Tweede-tijd-stadscode

Huidige tijd in tweede-tijd-stad



Huidige datum in tweede-tijd-stad

Huidige weekdag in tweede-tijd-stad



Aan/uit-status

De tweede tijd gebruiken

- In de tijdfunctie kunt u een tweede-tijd-scherm laten verschijnen dat de huidige tijd en datum in uw woonplaats en in een andere plaats (tweede-tijd-plaats) aangeeft. U kunt de stad selecteren die u als uw tweede-tijd-plaats wilt gebruiken. U kunt ook standaard-tijd of zomertijd voor uw tweede-tijd-plaats selecteren.
- De fabrieksinstelling voor de tweede-tijd-plaats is NYC (New York).
 - Als u vanuit een andere functie de tijdfunctie selecteert, verschijnt linksboven op het display DUAL als het tweede-tijd-scherm geselecteerd is. Als het woonplaats-tijdscherm of het verstreken/resterende-dagen-scherm geselecteerd is, wordt HT getoond.

Voor de tweede-tijd-plaats tussen zomertijd en standaardtijd wisselen

- Houd in de tijdfunctie (A) ingedrukt totdat de secondecijfers gaan knippen, wat aangeeft dat het instelscherm geselecteerd is.
- Druk nogmaals op (A).
- Hierdoor wordt het tweede-tijd-plaats zomertijd-instelscherm getoond.
- Druk op (D) om voor de tweede tijd tussen zomertijd (HT) getoond) en standaardtijd (B F F getoond) te wisselen.
- Druk op (A) om het instelscherm te verlaten.
- De DST-indicator verschijnt op het display om aan te geven dat zomertijd is ingeschakeld.

De tweede-tijd-stadscode wijzigen

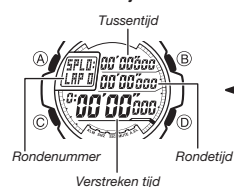
- Houd in de tijdfunctie (A) ingedrukt totdat de secondecijfers gaan knippen, wat aangeeft dat het instelscherm geselecteerd is.
- Druk nogmaals op (A).
- Druk een keer op (C) om het tweede-tijd-selectiescherm te laten verschijnen.
- Gebruik (D) (oost) en (B) (west) om door de beschikbare stadscodes te bladeren.
 - Zie de "Stadscodetabel" voor volledige informatie over stadscodes.
- Druk op (A) om het instelscherm te verlaten.

Stopwatch

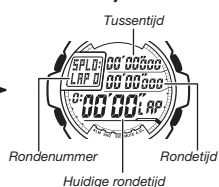
De 1/1000 seconde stopwatch meet de verstreken tijd evenals ronde/tussentijden en beschikt over een Auto-Start functie. De door de stopwatch uitgevoerde metingen kunnen in het geheugen worden opgeslagen om later in de oproepfunctie te worden opgeroepen.

- De rondetijd is de benodigde tijd om een specifiek gedeelte van een wedstrijd, zoals een ronde van een parcours, af te leggen. Tussentijd is de tijd vanaf het begin van de wedstrijd tot aan een specifiek punt.
- Zie "Geheugenmanagement" voor informatie over hoe door de stopwatch gegevens in het geheugen worden opgeslagen.
- De stopwatch loopt door zelfs als u de stopwatchfunctie verlaat.
- De stopwatch loopt door, opnieuw startend vanaf 0, nadat deze zijn limiet heeft bereikt, tenzij u deze stopt.
- Alle bedieningen in deze sectie worden uitgevoerd in de stopwatchfunctie, die u selecteert door op (C) te drukken.
- Terwijl de stopwatch gestopt is en naar 0 is gewist, kunt u op (B) drukken om tussen de verstreken tijd en rondetijdschermen te wisselen.

Verstreken-tijd-scherm



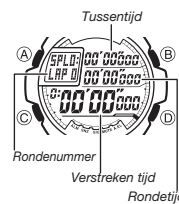
Rondetijd-scherm



- Het verstreken-tijd-scherm wordt aanbevolen als u tijdens ronde/tussentijdmetingen de verstreken tijd wilt bekijken.
- Het rondetijdscherm wordt aanbevolen als u tijdens ronde/tussentijdmetingen de huidige rondetijd wilt bekijken.
- Het meetbereik op het verstreken-tijd-scherm van de verstreken tijd (onderste gedeelte van het scherm) en tussentijd (bovenste gedeelte van het scherm) is 9 uur, 59 minuten en 59,999 seconden.
- Het meetbereik van de rondetijd (middelste gedeelte van het scherm) en de tussentijd (bovenste gedeelte van het scherm) is 9 uur, 59 minuten en 59,999 seconden. Het displaybereik van de vorige rondetijd (middelste gedeelte van het scherm) is 59 minuten en 59,999 seconden.

Het meten van de verstreken tijd

Gebruik de volgende bediening om met de stopwatch een basis verstreken-tijd-bediening uit te voeren.



Verstreken-tijd-scherm

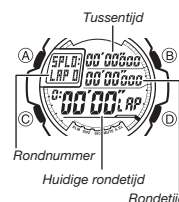
De verstreken tijd meten

- Druk terwijl de stopwatch is gestopt en naar 0 is gewist op (B) om het verstreken-tijd-scherm te laten verschijnen.
 - Stop als de stopwatch niet naar 0 is gewist de stopwatch en druk op (B) om deze naar 0 te wissen.
- Druk op (C) om de verstreken-tijd-meting te starten.
- Druk op (C) om de verstreken-tijd-meting te stoppen.
 - U kunt de verstreken-tijd-bediening opnieuw starten door nogmaals op (C) te drukken.
 - Druk nadat u de verstreken-tijd-meting heeft gestopt op (B) om deze naar 0 te wissen.

Ronde/tussentijden meten

U kunt het stopwatch verstreken-tijd-scherm of het rondetijdscherm gebruiken om ronde- en tussentijden te meten.

- Het verstreken-tijd-scherm wordt aanbevolen als u tijdens ronde/tussentijdmetingen de verstreken tijd wilt bekijken.
- Het ronde/tussentijdscherm wordt aanbevolen wanneer u tijdens ronde/tussentijdmetingen de huidige rondetijd wilt bekijken.



Rondetijd-scherm

Ronde/tussentijdmetingen uitvoeren

- Druk terwijl de stopwatch is gestopt en naar 0 is gewist op (B) om het verstreken-tijd-scherm en rondetijdscherm te laten verschijnen.
 - Stop als de stopwatch niet naar 0 is gewist de stopwatch en druk op (B) om deze naar 0 te wissen.
- Druk op (C) om de verstreken-tijd-meting te starten.
- Druk op (B) als u een ronde/tussentijdmeting wilt uitvoeren.
 - Elke keer als u op (B) drukt wordt de actuele ronde/tussentijd getoond. U kunt gedurende een enkele verstreken-tijd-bediening tot en met 999 ronde/tussentijdmetingen uitvoeren.
- Druk op (C) om de verstreken-tijd-meting te stoppen.
 - U kunt de verstreken-tijd-bediening opnieuw starten door nogmaals op (C) te drukken.
 - In het stopwatchgeheugen kunnen 99 rondetijden worden opgeslagen. Als u tijdens een bediening waarbij meer dan 99 rondetijden zijn gemeten, een verstreken-tijd-bediening stopt, zijn alle rondetijden na ronde 99 niet in het geheugen opgeslagen. Als u in dit geval de verstreken-tijd-bediening herstart, wordt voor de laatste rondetijd "--:--" getoond totdat u de volgende rondetijd opneemt.
 - Druk nadat u de rondetijdbediening heeft gestopt op (B) om deze naar 0 te wissen.
 - Eén-cijferige rondenummers (1 t/m 9) worden als 'LAP 1' weergegeven.
 - Voorbeeld: rondetijdnummer 8: LAP 8
 - Twee- en drie-cijferige rondenummers (10 t/m 99) worden als 'L100' of 'L50' weergegeven.
 - Voorbeeld: rondetijdnummer 150: L150

Over Auto-Start

Met Auto-Start voert het horloge een 5-seconden aftelling uit en begint de verstreken-tijd-bediening automatisch wanneer de aftelling 0 bereikt. Gedurende de laatste vier seconden van de aftelling, worden signaal en knipperwaarschuwingbedieningen uitgevoerd.

- Wanneer het einde van de aftelling bereikt is, wordt een signaalbediening uitgevoerd, gevolgd door een knipperwaarschuwingbediening. De waarschuwingen worden afzonderlijk uitgevoerd om de batterij gespreid te belasten.
- Wanneer de knipperwaarschuwing is ingeschakeld, knippen de rode en groene LED's op het onderste gedeelte van het display gelijktijdig met het Auto-Start aftellingssignaal.



Auto-Start gebruiken

- Druk terwijl op het stopwatchscherm allemaal nullen worden getoond op (A).
 - Hierdoor wordt een 5-seconden aftelerscherm getoond.
 - Druk om terug te keren naar het 0-scherm nogmaals op (A).
- Druk op (D) om de aftelling te starten.
 - Wanneer de aftelling 0 bereikt, start automatisch een verstreken-tijd-bediening.
 - Druk om een lopende aftelling te starten en een verstreken-tijd-meting te starten op (C).
 - Druk om een lopende aftelling te stoppen en terug te keren naar het 5-seconden aftelerscherm op (B).

Geheugenmanagement

In het geheugen van uw horloge kunnen twee "verstreken-tijd-gegevenssets" worden opgeslagen. Elke verstreken-tijd-gegevensset bevat de gegevens (verstreken tijd, rondetijden, tussentijden, etc.) die vanaf het begin tot aan het einde van een verstreken-tijd-meting zijn opgeslagen. Terwijl in de stopwatchfunctie een verstreken-tijd-bediening plaatsvindt, wordt een gegevensset voor de tijdens de verstreken-tijd-bediening gemeten gegevens en een gegevensset voor de tijdens de laatste afgeronde verstreken-tijd-bediening gemeten gegevens bijgehouden. Als er geen verstreken-tijd-bediening in de stopwatchfunctie plaatsvindt (als de stopwatch naar 0 is gewist), bevat het geheugen een gegevensset met de tijdens de laatste afgeronde verstreken-tijd-bediening gemeten gegevens en een gegevensset betreffende de bediening daarvoor.

- Wanneer u een nieuwe verstreken-tijd-bediening start, wordt de oudste in het geheugen opgeslagen gegevensset automatisch verwijderd om ruimte te maken voor de nieuwe verstreken-tijd-gegevens.
- U kunt de oproepfunctie gebruiken om de op dat moment in het geheugen opgeslagen verstreken-tijd-gegevenssets te bekijken.

Verstreken-tijd-gegevens

Elke verstreken-tijd-gegevensset bevat de volgende gegevens.

- Totaal verstreken tijd
- Tot en met 99 ronde/tussentijdgegevens
- Startdatum (maand, dag) en starttijd van een verstreken-tijd-meting
- Beste rondetijd- en rondenummergegevens
- Elke verstreken-tijd-gegevensset bevat maximaal 99 ronde/tussentijden. Het horloge zal na de 99e ronde/tussentijd geen ronde/tussentijdgegevens meer opslaan, maar de beste rondetijd zal nog wel worden geactualiseerd wanneer een nieuwe rondetijd beter is dan de op dat moment geregistreerde beste rondetijd.
- Als er in een verstreken-tijd-gegevensset meerdere rondetijden gelijk zijn aan de beste rondetijd, wordt de eerst gemeten tijd als de beste rondetijd gehanteerd.
- Als tijdens een verstreken-tijd-bediening geen ronde/tussentijdmeting was uitgevoerd, wordt voor de beste rondetijd -- getoond.

Auto-Start gebruiken

- Als u Auto-Start gebruikt om een stopwatchmeting te starten, interpreteert het horloge het begin van de Auto-Start-afmeting als het beginpunt van de verstreken-tijd-meting en begint de opname van de verstreken-tijd-meting vanaf dat moment.
- Als u op **(C)** drukt om de Auto-Start-afmeting te stoppen, wordt voor alle gegevens in de verstreken-tijd-gegevensset -- getoond om aan te geven dat geen gegevens zijn opgeslagen.

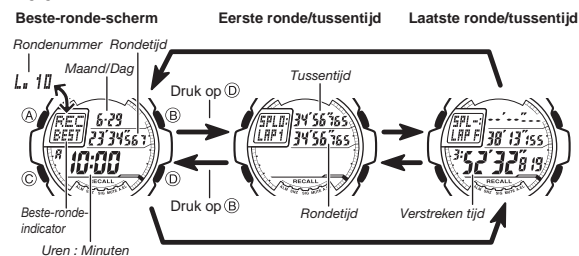
Oproef functie

U kunt de oproef functie gebruiken om de in de stopwatchfunctie gemeten verstreken-tijd-gegevens (verstreken tijd, ronde/tussentijden, etc.) te bekijken.

- Wanneer u de oproef functie selecteert, verschijnen eerst de meest recente verstreken-tijd-gegevens.
- Alle bedieningen in deze sectie worden uitgevoerd in de oproef functie, die u selecteert door op **(C)** te drukken.

Verstreken-tijd-gegevens bekijken

- Druk op **(C)** om de oproef functie te selecteren.
 - Het beste-rondetijd-scherm van de meest recent in het geheugen opgeslagen gegevensset verschijnt eerst.
 - Druk op **(A)** wanneer u naar de andere (oudere) gegevenssets wilt wisselen. Elke keer wanneer u op **(A)** drukt wisselt u tussen de twee gegevenssets.
 - De gegevens die op het beste-rondetijd-scherm verschijnen, hangen ervan af u de gegevens van een afgeronde verstreken-tijd-bediening of van een bediening die nog plaatsvindt, bekijkt.
 - In het geval van een afgeronde verstreken-tijd-bediening, zal het beste-rondetijd-scherm deze gegevens weergeven.
 - Als een verstreken-tijd-meting nog plaatsvindt, hangt de op het beste-rondetijd-scherm getoonde tijd ervan af of u in de stopwatchfunctie het verstreken-tijd-scherm of het rondetijd-scherm heeft geselecteerd. Als u in de stopwatchfunctie het verstreken-tijd-scherm heeft geselecteerd, verschijnt de verstreken tijd op het beste-rondetijd-scherm. Als u het rondetijd-scherm heeft geselecteerd, verschijnt de ronde/tussentijd op het beste-rondetijd-scherm.
- Gebruik wanneer het beste-rondetijd-scherm van de verstreken-tijd-gegevensset die u wilt bekijken getoond wordt, **(D)** en **(B)** om door de ronde/tussentijden in deze gegevensset te bladeren.



Timer

TR1 Timertijd (Uren : Minuten, Seconden)



TR2 Timertijd (Uren : Minuten, Seconden)

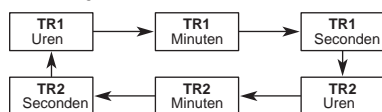


Uw horloge is uitgevoerd met twee timers, genoemd TR1 (timer 1) en TR2 (timer 2). Het instelbereik voor de timers is 1 seconde tot en met 99 uur, 59 minuten en 59 seconden. De TR2 aftelling start automatisch wanneer de TR1 aftelling 0 bereikt. De timers kunnen worden gebruikt voor een intervaltraining (bijvoorbeeld drie minuten rennen met TR1, 1 minuut rust met TR2) of een multi-periode evenement meten (bijvoorbeeld 45 minuten wedstrijd met TR1 en 15 minuten rust met TR2).

- De fabrieksinstellingen zijn 10 minuten voor TR1 en 5 minuten voor TR2.
- Alle bedieningen in deze sectie worden uitgevoerd in de timerfunctie, die u selecteert door op **(C)** te drukken.

Timerinstellingen maken

- Houd in de timerfunctie **(A)** ingedrukt totdat de uurinstelling van de TR1 aftelling begint te knippen, wat aangeeft dat het instelscherm geselecteerd is.
- Druk op **(C)** om het knippen in de hieronder getoonde volgorde te verplaatsen om andere instellingen te selecteren.



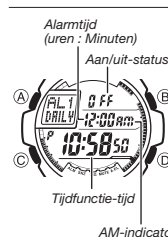
- Gebruik terwijl een instelling knippert **(D)** (+) en **(B)** (-) om deze te wijzigen.
 - Elke timer waarvoor de starttijd 0:00:00 is, zal niet worden gebruikt gedurende de timerbediening.
- Stel desgewenst de tijden van alle timers in.
- Druk op **(A)** om het instelscherm te verlaten.

Een timerbediening uitvoeren

Druk in de timerfunctie op **(C)** om de TR1 aftelling te starten.

- Wanneer de TR1 aftelling 0 bereikt, begint TR2 automatisch.
- Druk om de timer die op dat moment aftelt te pauzeren op **(D)**. Druk nogmaals op **(D)** om deze te herstarten.
- Als voor een timer een starttijd van 0:00:00 is ingesteld, wordt die timer niet gebruikt.
- Het horloge zal gedurende 5 aftellingen of totdat u de aftelling stopt door op **(D)** te drukken tussen TR1 en TR2 blijven wisselen.
- Wanneer de aftelling van TR1 of TR2 0 bereikt, zal gedurende ongeveer 10 seconden een signaal klinken. Als een timer-starttijd 10 seconden of minder is, klinkt een signaal gedurende ongeveer een seconde wanneer het einde van de aftelling bereikt is.
- Ongeacht de starttijd voor TR2, klinkt het signaal gedurende ongeveer 10 seconden wanneer TR2 het einde van de vijfde aftelling bereikt.
- Als de knipperwaarschuwing is ingeschakeld, knippen de rode en groene LED's op het onderste gedeelte van het display tegelijkertijd als het signaal dat klinkt wanneer de TR1 of TR2 aftelling 0 bereikt.
- Een timerbediening die plaatsvindt loopt door zelfs als u de timerfunctie verlaat.
- Druk om een timerbediening te stoppen eerst op **(D)** om de aftelling van de huidige tijd te pauzeren en vervolgens op **(B)**. Hierdoor worden de timers weer op de starttijden ingesteld.

Alarmen



Het horloge is uitgevoerd met vijf onafhankelijke multi-functie-alarmen. U kunt voor de alarmtijd de uren en minuten instellen en een van vier herhalingspatronen selecteren (weekdag, weekend, dagelijks, eenmalig).

Een van de alarmen is een wekalarm. U kunt een uursignaal inschakelen waarna het horloge elk heel uur twee keer een signaal geeft. U kunt het uursignaal herhalingspatroon evenals een start- en eindtijd instellen.

- Er zijn vijf alarmschermen, genummerd AL1 tot en met AL4 en SNZ. Het uursignaal wordt aangegeven door SIG.
- Wanneer u de alarmfunctie selecteert, worden eerst de gegevens getoond die u bekeek toen u deze functie verliet.
- Alle bedieningen in deze sectie worden uitgevoerd in de alarmfunctie, die u selecteert door op C te drukken.

Herhalingspatroon

U kunt uit vier herhalingspatronen selecteren voor de multi-functie alarmen en uit drie herhalingspatronen voor het uursignaal.



Een alarmtijd instellen

- Gebruik in de alarmfunctie **(D)** om door de alarmschermen te bladeren totdat het alarm waarvan u de tijd wilt instellen getoond wordt.
 - Selecteer alarmscherm AL1 tot en met AL4 om een normaal alarm in te stellen. Selecteer het SNZ alarmscherm om het wekalarm in te stellen.
 - Het wekalarm wordt elke vijf minuten herhaald.
- Houd nadat u een alarm geselecteerd heeft **(A)** ingedrukt totdat de uurcijfers van de alarmtijd beginnen te knippen, wat aangeeft dat het instelscherm geselecteerd is.
 - Door deze bediening wordt het alarm automatisch ingeschakeld.
- Druk op **(C)** om het knippen in de hieronder getoonde volgorde te verplaatsen om andere instellingen te selecteren.



- Gebruik terwijl een instelling knippert **(D)** (+) en **(B)** (-) om deze als hieronder beschreven te wijzigen.
 - U kunt een van de vier hieronder vermelde alarm-herhalingspatronen selecteren.

Om het volgende herhalingspatroon in te stellen:	Selecteer deze instelling:
Dagelijks	DAILY
Eenmalig uitsluitend op de ingestelde datum	ONCE
Dagelijks op zaterdag en zondag	wEND
Dagelijks van maandag t/m vrijdag	wDAY

- Druk op **(A)** om het instelscherm te verlaten.
 - Stel bij gebruikmaking van 12-uur weergave de tijd correct in als a.m. of p.m.

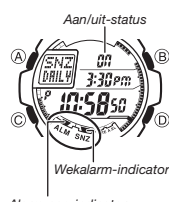
Alarmbediening

Het alarm klinkt op de ingestelde tijd gedurende 10 seconden, ongeacht in welke functie het horloge is. In het geval van een wekalarm wordt het alarm maximaal zeven keer elke vijf minuten herhaald of totdat u het alarm uitgeschakelt.

- Alarm- en uursignaalbedieningen worden uitgevoerd overeenkomstig de tijdfunctie-tijd.
- Druk op een willekeurige knop om het alarm te stoppen.
- Wanneer een knipperwaarschuwing is ingeschakeld, knippen de rode en groene LED's op het onderste gedeelte van het display tegelijkertijd als het alarmsignaal klinkt.
- Door een van de volgende bedieningen uit te voeren gedurende een 5-minuten interval tussen wekalarmen wordt de huidige wekalarmbediening gestopt.
 - Het tijdfunctie-instelscherm tonen
 - Het SNZ-instelscherm tonen

Het alarm testen

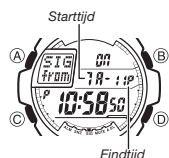
Houd in de alarmfunctie **(C)** ingedrukt om het alarm te laten klinken.



Alarm-aan-indicator

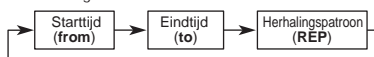
Een alarm in- en uitschakelen

1. Gebruik in de alarmfunctie (C) om een alarm te selecteren.
2. Druk op (B) om deze in (ON) of uit (OFF) te schakelen.
 - Wanneer u een alarm (AL1 tot en met AL4 of SNZ) inschakelt, wordt de alarm-aan-indicator op het alarmfunctiescherm getoond.
 - De alarm-aan-indicator wordt in alle functies getoond als een willekeurig alarm is ingeschakeld.
 - De alarm-aan-indicator knippert terwijl het alarm klinkt.
 - De wekalarm-indicator knippert terwijl het wekalarm klinkt en gedurende de 5-minuten intervallen tussen de alarmen.



Het uursignaal in- en uitschakelen

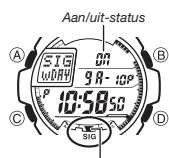
1. Gebruik in de alarmfunctie (C) om het uursignaal (SIG) te selecteren.
2. Houd (A) ingedrukt totdat de uursignaal-starttijd begint te knipperen, wat aangeeft dat het instelscherm geselecteerd is.
3. Druk op (C) om het knipperen in de hieronder getoonde volgorde te verplaatsen om andere instellingen te selecteren.



4. Gebruik terwijl een instelling knippert (+) en (-) om deze te wijzigen.
 - Wanneer de starttijd en eindtijd met een periode van 24 uur (zoals een starttijd van 7:00 a.m. en een eindtijd van 6:00 a.m.) overeenkomen, wordt voor de starttijd en eindtijd ALL getoond.
 - U kunt een van de hieronder vermelde uursignaal-herhalingspatronen selecteren.

Om het volgende herhalingspatroon in te stellen:	Selecteer deze instelling:
Dagelijks	DAILY
Dagelijks op zaterdag en zondag	wEND
Dagelijks van maandag t/m vrijdag	wDAY

5. Druk op (A) om het instelscherm te verlaten.
 - Stel bij gebruikmaking van 12-uur weergave de tijd correct in als a.m. of p.m.

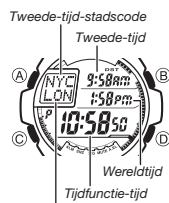


Uursignaal-aan-indicator

Het uursignaal in- of uitschakelen

1. Gebruik in de alarmfunctie (C) om het uursignaal (SIG) te laten verschijnen.
2. Druk op (B) om tussen uursignaal aan (on) en uit (OFF) te wisselen.
- Een uursignaal-aan-indicator wordt op het alarmfunctie-uursignaal-scherm getoond terwijl het uursignaal is ingeschakeld.
- De uursignaal-aan-indicator wordt in alle functies op het display getoond als deze is ingeschakeld.

Wereldtijd



Wereldtijd-stadscode

- De wereldtijd toont de huidige tijd in 48 steden (28 tijdzones) over de gehele wereld.
- Alle bedieningen in deze sectie worden uitgevoerd in de wereldtijdfunctie, die u selecteert door op (C) te drukken.

De tijd in een andere stadscode bekijken

- Druk in de wereldtijdfunctie op (D) om naar het oosten door de stadscodes te bladeren en op (B) om naar het westen te bladeren.
- Zie de "Stadscode tabel" voor gedetailleerde informatie over stadscodes.
 - Controleer als de voor een stad getoonde huidige tijd niet juist is de instellingen van de tijdfunctie-tijd en woonplaats-stadscode en maak de benodigde wijzigingen.

- U kunt uw woonplaats-stadscode in de tijdfunctie wijzigen. Zie "De tijd en datum instellen" voor meer informatie.
- U kunt in de tijdfunctie ook uw tweede-tijd-stadscode wijzigen. Zie "De tweede-tijd-stadscode" wijzigen.

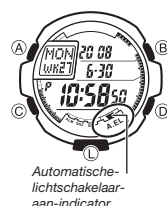


DST-indicator

Bij een stadscode tijd tussen standaardtijd en zomertijd wisselen

1. Gebruik in de wereldtijdfunctie (B) en (D) om de stadscode (tijdzone) te tonen waarvoor u de instelling van de standaardtijd/zomertijd wilt veranderen.
2. Houd (A) gedurende ongeveer een seconde ingedrukt om tussen zomertijd (DST getoond) en standaardtijd (DST niet getoond) te wisselen.
 - De DST-indicator wordt op het display getoond wanneer u een stadscode selecteert waarvoor zomertijd is ingeschakeld.
 - Denk eraan dat de instelling van de zomertijd/standaardtijd alleen de huidige getoonde stadscode betreft. Andere stadscodes worden niet veranderd.
 - U kunt deze bediening gebruiken om de zomertijd/standaardtijd-instelling voor de stadscode die u als tweede-tijd-plaats heeft geselecteerd te wijzigen.

Verlichting



Automatische-lichtschakelaar-aan-indicator

Het horloge maakt gebruik van een elektronisch verlichtingspaneel waardoor het gehele display verlicht wordt voor een gemakkelijke aflezing in het donker. De automatische lichtschakelaar activeert de verlichting automatisch als u het horloge naar uw gezicht beweegt.

- De automatische lichtschakelaar moet ingeschakeld zijn (aangegeven door de automatische-lichtschakelaar-indicator) om de verlichting automatisch te laten activeren.
- Zie "Verlichting voorzorgsmaatregelen" voor meer belangrijke informatie over het gebruik van de verlichting.

De verlichting handmatig inschakelen

- Druk in een willekeurige functie op (L) om de verlichting gedurende ongeveer een seconde te activeren.
- Bij deze bediening wordt de verlichting ingeschakeld ongeacht de huidige instelling van de automatische lichtschakelaar.

Over de automatische lichtschakelaar

Als u de automatische lichtschakelaar inschakelt, wordt de verlichting geactiveerd als u uw pols, in een willekeurige functie, als hieronder beschreven positioneert.



Waarschuwing!

- Verzeker u ervan dat u op een veilige plaats bent wanneer u het display van het horloge afleest, met gebruikmaking van de automatische lichtschakelaar. Wees extra zorgvuldig als u rent of bij een activiteit betrokken bent die kan resulteren in een ongeluk of verwonding. Vermijd ook dat door plotselinge verlichting van de automatische lichtschakelaar anderen om u heen verrast of afgeleid worden.
- Als u het horloge draagt, let er dan op dat de automatische lichtschakelaar uitgeschakeld is voordat u van een fiets, motor of ander voertuig gebruik maakt. Plotselinge of ongeplande werking van de automatische lichtschakelaar kan u afleiden met mogelijk een verkeersongeluk en ernstige persoonlijke verwondingen als gevolg.

De automatische lichtschakelaar in- en uitschakelen

Houd in de tijdfunctie L gedurende ongeveer drie seconden ingedrukt om de automatische lichtschakelaar in (automatische-lichtschakelaar-indicator getoond) of uit (automatische-lichtschakelaar-indicator niet getoond) te schakelen.

- De automatische-lichtschakelaar-indicator verschijnt in alle functies terwijl de automatische-lichtschakelaar is ingeschakeld.
- Om de levensduur van de batterij te verlengen, schakelt de automatische lichtschakelaar automatisch ongeveer 6 uur nadat u deze heeft ingeschakeld uit.

Referentie

Deze sectie bevat meer gedetailleerde en technische informatie over de bediening van het horloge. Het bevat ook belangrijke voorzorgsmaatregelen en noten over de verschillende mogelijkheden en functies van dit horloge.



Grafisch gedeelte

Auto Display

Als Auto Display is ingeschakeld, worden op het display automatisch achtereenvolgens de schermen van elke functie getoond.

Auto Display uitschakelen

Druk op (A) of (C).

Auto Display inschakelen

Houd in de tijdfunctie (B) en (D) gedurende ongeveer twee seconden ingedrukt.

- Onthoud dat Auto Display niet kan worden ingeschakeld terwijl op het display een instelscherm wordt getoond.

Grafische gedeelten

Hieronder wordt de informatie beschreven die in elke functie op het grafisch gedeelte van het display wordt weergegeven.

Functie	Grafisch gedeelte
Tijdfunctie	Tijdfunctie seconden
Stopwatch (verstreken-tijd-scherm)	Stopwatch verstreken tijd seconden
Stopwatch (rondetijd-scherm)	Stopwatch rondetijd seconden
Oproepfunctie	Verstreken tijd seconden
Timer	Timertijd seconden
Alarm	Tijdfunctie-tijd seconden
Wereldtijd	Tijdfunctie-tijd seconden



Knipperwaarschuwing

Als knipperwaarschuwing is ingeschakeld, knippen de rode en groene LED's op het onderste gedeelte van het display tegelijkertijd met stopwatch Auto Start, het timeralarm, alarmen en het uursignaal.

Knipperwaarschuwing in- en uitschakelen

- Houd in de tijdfunctie (A) ingedrukt totdat de secondecijfers beginnen te knippen, wat aangeeft dat het instelscherm geselecteerd is.
- Druk tien keer op (C) om het knipperwaarschuwings-instelscherm te selecteren.
- Druk op (B) om tussen knipperwaarschuwing aan (SYNC getoond) en uit (OFF getoond) te wisselen.
- Druk twee keer op (A) om het instelscherm te verlaten.
- De bij bovenstaande bediening geselecteerde knipperwaarschuwingsinstelling wordt in alle functies toegepast.
- U kunt bovenstaande bediening ook gebruiken om de huidige knipperwaarschuwings aan/uit-instelling te controleren.

Knipperwaarschuwing testen

Houd in de tijdfunctie (B) ingedrukt totdat de rode en groene LED's afwisselend beginnen te knippen.

Contrast aanpassen

U kunt het contrast van het horloge aanpassen om de karakters op het display donkerder of lichter te maken.

Het contrast aanpassen

- Houd in de tijdfunctie (A) ingedrukt totdat de secondecijfers beginnen te knippen, wat aangeeft dat het instelscherm is geselecteerd.
- Druk 11 keer op (C) om het contrast aanpassingsscherm (CNT) te laten verschijnen.
- Gebruik (D) (+) en (B) (-) om door de beschikbare displayweergavenummers (1 t/m 7) te bladeren.
- Druk twee keer op (A) om het instelscherm te verlaten.

Knopbedieningssignaal

Het knopbedieningssignaal klinkt wanneer u een horlogeknop indrukt. U kunt het knopbedieningssignaal desgewenst in- of uitschakelen.

- Zelfs als het knopbedieningssignaal is uitgeschakeld, blijven de alarmen, het uursignaal, timer-alarm en stopwatch Auto-Start normaal functioneren.



Knopbedieningssignaal-uit-indicator

Het knopbedieningssignaal in- en uitschakelen

Houd in een willekeurige functie (behalve wanneer een instelscherm getoond wordt) (C) ingedrukt om het knopbedieningssignaal in (mute-indicator niet getoond) of uit (mute-indicator getoond) te schakelen.

- Wanneer u (C) ingedrukt houdt om het knopbedieningssignaal in of uit te schakelen, wijzigt tevens de huidige horlogefunctie.
- De mute-indicator verschijnt in alle functies als het knopbedieningssignaal is uitgeschakeld.

Automatische terugkeerfuncties

Als u gedurende twee of drie minuten een instelling op het scherm laat knippen zonder een bediening uit te voeren, verlaat het horloge automatisch het instelscherm.

Bladeren

De knoppen (B) en (D) worden in verschillende functies en instelschermen gebruikt om door gegevens op het display te bladeren. In de meeste gevallen bladert u versneld door de gegevens als u deze knoppen ingedrukt houdt.

Initiële schermen

Als u de stopwatch-, alarm- of wereldtijdfunctie selecteert, verschijnen eerst de gegevens die u bekeek toen u de laatste keer deze functie verliet.

Tijdfunctie

- Het jaar kan worden ingesteld in het bereik van 2000 tot en met 2099.
- De in het horloge ingebouwde automatische kalender houdt rekening met verschillende maandlengtes en schrikkeljaren. Nadat u de datum heeft ingesteld, dient er geen reden meer te zijn deze te wijzigen tenzij u de batterij heeft laten vervangen.

Wereldtijd

- Alle wereldtijdfunctie-tijden worden berekend overeenkomstig de actuele tijdfunctie-woonplaatstijd met gebruikmaking van UTC-verschillen.
- De secondetelling van de wereldtijdfunctie is gesynchroniseerd met de secondetelling van de tijdfunctie.
- Het UTC-verschil is een waarde die het verschil aangeeft tussen de tijd in Greenwich (Engeland) en de tijdzone waarin de stad zich bevindt.
- De letters "UTC" staan voor "Universal Time Coordinated", de wereldwijde tijdstandaard. Deze is gebaseerd op nauwkeurig onderhouden atomische (cesium) klokken die tot op de microseconde nauwkeurig zijn. Indien noodzakelijk worden secondeaanpassingen gemaakt om de UTC-tijd gesynchroniseerd met de rotatie van de aarde te houden.

Verlichting voorzorgsmaatregelen

- Het elektronische verlichtingspaneel neemt in sterkte af na langdurig gebruik.
- De verlichting kan moeilijk zichtbaar zijn bij direct invallend zonlicht.
- Er kan een hoorbaar signaal klinken wanneer het display verlicht wordt. Dit komt door de trilling van het elektronische verlichtingspaneel en duidt niet op een gebrekkelijk functioneren van het horloge.
- De verlichting schakelt automatisch uit als een alarm klinkt.
- Veelvuldig gebruik van de verlichting verkort de levensduur van de batterij.

Automatische lichtschaakelaar voorzorgsmaatregelen

- Vermijd het horloge onderaan uw pols te dragen. De automatische lichtschaakelaar wordt dan ongewenst ingeschakeld waardoor de batterijsterkte fors afneemt. Schakel de automatische lichtschaakelaar uit als u het horloge onderaan uw pols wilt dragen.



- De verlichting kan niet worden geactiveerd als de bovenzijde van het horloge in een hoek van meer dan 15 graden ten opzichte van de lijn evenwijdig met de grond is gepositioneerd. Let erop dat u uw hand evenwijdig aan de grond houdt.
- De verlichting schakelt na ongeveer een seconde uit, ook al is de bovenzijde van het horloge naar uw gezicht gericht.
- Statische elektriciteit of magnetische krachten kunnen de correcte werking van de automatische lichtschaakelaar verstoren. Als de verlichting niet ingeschakeld wordt, probeer dan het horloge wederom naar de startpositie (evenwijdig aan de grond) te bewegen en het opnieuw naar u toe te draaien. Als dit niet werkt, laat dan uw arm volledig zakken totdat deze naast uw lichaam hangt, en beweeg uw arm daarna weer omhoog.
- Onder sommige omstandigheden kan het voorkomen dat de verlichting pas circa 1 seconde nadat u de bovenzijde van het horloge naar uw gezicht heeft bewegen wordt geactiveerd. Dit houdt niet direct in dat de automatische lichtschaakelaar niet goed functioneert.
- Het is mogelijk dat een zacht klik-geluid hoorbaar is wanneer u het horloge heen en weer beweegt. Dit komt door de mechanische werking van de automatische lichtschaakelaar en duidt niet op een gebrekkelijk functioneren van het horloge.

Stadscodetabel

Stadscode	Stad	UTC-verschil	Andere grote steden in dezelfde tijdzone
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	Londen		
MAD	Madrid	+01.0	Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Barcelona, Milan
PAR	Parijs		
AMS	Amsterdam		
MCM	Monte Carlo		
ROM	Rome		
BER	Berlijn		
PRG	Prague		
STO	Stockholm		
ATH	Athene	+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

* Gebaseerd op gegevens van december 2006.