

## Einleitung

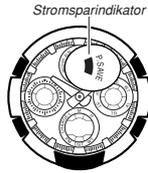
Herzliche Gratulation zu Ihrer Wahl einer Armbanduhr von CASIO. Um jahrelangen und störungsfreien Betrieb sicherzustellen, lesen Sie diese Anleitung aufmerksam durch, und bewahren Sie diese danach für spätere Nachschlagzwecke sorgfältig auf.

### Setzen Sie die Armbanduhr einem hellen Licht aus, um deren Batterien vor der Verwendung aufzuladen.

Sie können diese Armbanduhr auch verwenden, während die Batterien durch ein helles Licht aufgeladen werden.

- Für wichtige Informationen, die Sie wissen müssen, wenn Sie die Armbanduhr einem hellen Licht aussetzen, lesen Sie bitte den Abschnitt „Stromversorgung“ durch.

### Falls die Digitalskalen der Armbanduhr leer sind ...



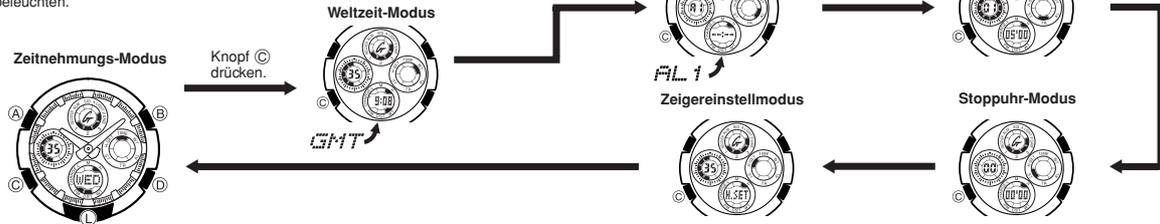
Falls der Stromsparindikator (S) an der oberen Skala blinkt, dann sind die Digitalskalen leer, da sie durch die Stromsparfunktion ausgeschaltet wurden, um Strom zu sparen. Die Stromsparfunktion schaltet die Digitalskalen automatisch aus und ruft den Schlafstatus auf, wenn Sie Ihre Armbanduhr für eine bestimmte Zeitspanne an einem dunklen Ort belassen. Falls Sie die Armbanduhr für lange Zeit an einem dunklen Ort belassen, dann stellen die Analogzeiger nach einigen Tagen ebenfalls die Bewegung ein.

- Als anfängliche Werksvoreinstellung ist die Stromsparfunktion eingeschaltet.

- Die Armbanduhr erholt sich wiederum aus dem Schlafstatus, wenn Sie diese an einen gut beleuchteten Ort bringen, einen beliebigen Knopf drücken oder die Armbanduhr für das Ablesen unter einem bestimmten Winkel gegen Ihr Gesicht halten.
- Für weitere Informationen siehe „Stromsparfunktion“.

## Allgemeine Anleitung

- Drücken Sie den Knopf (C), um von Modus auf Modus umzuschalten.
- Drücken Sie den Knopf (L) in einem beliebigen Modus, um die Digitalskalen zu beleuchten.



## Funkgesteuerte Zeitnehmung



Diese Armbanduhr empfängt ein Zeitkalibrierungssignal und aktualisiert die Zeiteinstellung entsprechend. Das Zeitkalibrierungssignal enthält sowohl die Standardzeit als auch die Sommerzeitdaten.

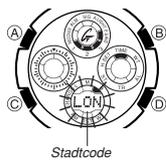
- Diese Armbanduhr ist für den Empfang des Zeitkalibrierungssignals ausgelegt, das von Rugby, England, bzw. Mainflingen, Deutschland, ausgestrahlt wird.

### Aktuelle Zeiteinstellung

Diese Armbanduhr stellt ihre Zeiteinstellung automatisch anhand eines Zeitkalibrierungssignals ein. Sie können die Zeit und das Datum aber auch manuell einstellen, wenn dies erforderlich ist.

- Unmittelbar nach dem Kauf dieser Armbanduhr, müssen Sie Ihre Heimatstadt einstellen, d.h. die Stadt, in der Sie die Armbanduhr normalerweise verwenden. Für weitere Informationen siehe den nachfolgenden Abschnitt „Einstellen Ihrer Heimatstadt“.
- Falls Sie die Armbanduhr außerhalb des Bereichs der Sender in Rugby und Mainflingen verwenden, müssen Sie die Zeit manuell einstellen, wie erforderlich. Für Informationen über die manuelle Einstellung siehe „Zeitnehmung“.
- Die Analogzeit dieser Armbanduhr ist mit der Digitalzeit synchronisiert. Daher wird die Analogzeit automatisch eingestellt, wenn Sie die Digitaleinstellung ändern. Für weitere Informationen siehe „Analogzeitnehmung“.

### Einstellen Ihrer Heimatstadt



1. Halten Sie den Knopf (A) in dem Zeitnehmungs-Modus gedrückt, bis der Stadtcode in der unteren Skala zu blinken beginnt, was der Einstellanzeige entspricht.
2. Verwenden Sie den Knopf (D) (Osten) und den Knopf (B) (Westen), um durch die Stadtcodes zu blättern, bis der Stadtcode angezeigt wird, den Sie für Ihre Heimatstadt verwenden möchten.
  - Nachfolgend sind die Stadtcodes für die wichtigsten Städte in den westeuropäischen Zeitzonen aufgeführt. LON: London
  - PAR und BER: Paris, Berlin, Mailand, Rom, Amsterdam, Hamburg, Frankfurt, Wien, Barcelona, Madrid

3. Drücken Sie den Knopf (A), um die Einstellanzeige zu verlassen.
- Normalerweise sollte Ihre Armbanduhr die richtige Zeit anzeigen, sobald Sie Ihren Heimatstadtcode gewählt haben. Ist dies nicht der Fall, dann sollte die Zeit mit dem nächsten automatischen Empfang (in der Mitte der Nacht) eingestellt werden. Sie können auch einen manuellen Empfang ausführen oder die Zeit manuell einstellen.
- Falls in Ihrem Gebiet die Sommerzeit nicht verwendet wird, schalten Sie die Sommerzeiteinstellung (DST = Daylight Saving Time) aus.

## Über diese Anleitung



(Leuchte)

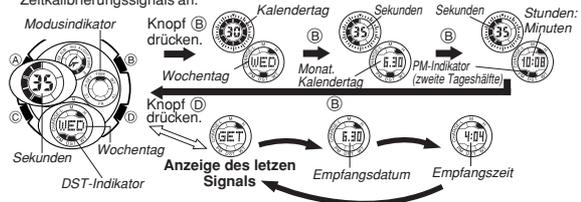


(Leuchte)

- Abhängig von dem Modell Ihrer Armbanduhr, erscheint der angezeigte Text entweder als dunkle Zeichen auf hellem Hintergrund oder als helle Zeichen auf dunklem Hintergrund. Alle Anzeigebilder in dieser Anleitung verwenden dunkle Zeichen auf hellem Hintergrund.
- Die Knopfbetätigungen sind durch die in der Abbildung aufgeführten Buchstaben bezeichnet.
- Jeder Abschnitt dieser Anleitung enthält die Informationen, die Sie für die Bedienungsvorgänge in jedem Modus benötigen. Weitere Einzelheiten und technische Informationen können Sie in dem Abschnitt „Referenz“ finden.

## Anzeigen der Digitalzeit und der Anzeige des letzten Signals

- Drücken Sie den Knopf (B) in dem Zeitnehmungs-Modus, um zyklisch durch die folgenden Digitalzeitanzeigen zu schalten.
- Drücken Sie den Knopf (D) in dem Zeitnehmungs-Modus, um die Anzeige des letzten Signals in der unteren Skala zu erhalten. Die Anzeige des letzten Signals zeigt das Datum und die Zeit des letzten erfolgreichen Empfangs des Zeitkalibrierungssignals an.



### Empfang des Zeitkalibrierungssignals

Es gibt zwei verschiedene Methoden, wie Sie das Zeitkalibrierungssignal empfangen können: Automatischer Empfang und manueller Empfang.

#### • Automatischer Empfang

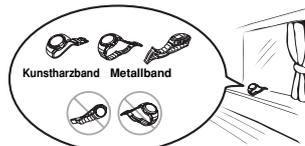
Mit dem automatischen Empfang empfängt die Armbanduhr das Zeitkalibrierungssignal automatisch fünfmal pro Tag um Mitternacht, 1:00 Uhr morgens, 2:00 Uhr morgens, 3:00 Uhr morgens und 4:00 Uhr morgens. Für weitere Informationen siehe „Über den automatischen Empfang“.

#### • Manueller Empfang

Der manuelle Empfang lässt Sie einen Empfang des Zeitkalibrierungssignals durch Drücken eines Knopfes starten. Für weitere Informationen siehe „Ausführen des manuellen Empfangs“.

### Wichtig!

- Wenn Sie die Armbanduhr für den Empfang des Zeitkalibrierungssignals bereitstellen, positionieren Sie die Armbanduhr gemäß nachfolgender Abbildung so, dass ihre 12-Uhr-Seite gegen ein Fenster gerichtet ist. Achten Sie darauf, dass sich keine metallischen Gegenstände in der Nähe befinden.

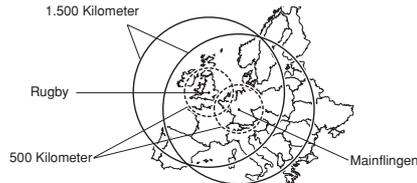


- Sie sollten die Armbanduhr nicht auf ihrer Seite oder in falscher Position anordnen.

- Unter den nachfolgenden Bedingungen ist der richtige Signalempfang vielleicht schwierig oder ganz unmöglich.



- Der Signalempfang ist normalerweise während der Nacht besser als während des Tages.
- Für den Empfang des Zeitkalibrierungssignals werden von zwei bis sieben Minuten benötigt, wobei dieser jedoch in manchen Fällen bis zu 14 Minuten dauern kann. Achten Sie darauf, dass Sie während des Empfangs des Zeitkalibrierungssignals keine Knöpfe betätigen und die Armbanduhr nicht bewegen.



- Diese Armbanduhr ist so ausgelegt, dass sie die von Rugby, England, und Mainzflingen, Deutschland, ausgestrahlten Zeitkalibrierungssignale empfangen kann. Der Signalempfang ist in einem Gebiet mit einem Radius von etwa 1.500 Kilometern von dem Sender möglich.
- In Entfernungen von mehr als 500 Kilometern von einem Sender kann jedoch der Signalempfang während bestimmter Jahreszeiten oder Tageszeiten unmöglich sein. Radiointerferenzen können ebenfalls ein Problem mit dem Empfang verursachen.
- Falls Probleme mit dem Empfang des Zeitkalibrierungssignals auftreten sollten, siehe die unter „Signalempfang-Störungsbeseitigung“ beschriebenen Informationen.

### Über den automatischen Empfang

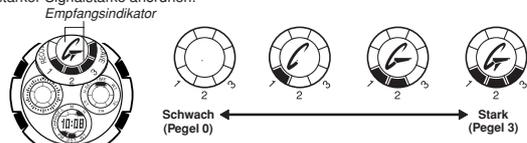
Wenn der automatische Empfang eingeschaltet ist, beginnt die Armbanduhr automatisch mit dem Empfang des Zeitkalibrierungssignals, sobald die Zeit im Zeitnehmungs-Modus täglich Mitternacht, 1:00 Uhr morgens, 2:00 Uhr morgens, 3:00 Uhr morgens und 4:00 Uhr morgens erreicht (Kalibrierungszeiten). Die Armbanduhr führt auch einen zusätzlichen automatischen Empfang um 5:00 Uhr morgens aus, wenn keiner der normalerweise ausgeführten Empfänge erfolgreich war.

### Hinweise

- Der automatische Empfang wird nur ausgeführt, wenn die sich Armbanduhr in dem Zeitnehmungs-Modus oder Weltzeit-Modus befindet, sobald eine der Kalibrierungszeiten erreicht wird. Er wird nicht ausgeführt, wenn eine Kalibrierungszeit erreicht wird, während ein Alarm ertönt oder während Sie Einstellungen konfigurieren (während eine Einstellung in einer Digitalskala blinkt).
- Der automatische Empfang wird morgens früh ausgeführt, wenn Sie noch schlafen (vorausgesetzt, dass die Zeit des Zeitnehmungs-Modus richtig eingestellt ist). Bevor Sie am Abend schlafen gehen, nehmen Sie die Armbanduhr von Ihrem Handgelenk ab und positionieren Sie an einem Ort mit gutem Empfang.
- Falls der automatische Empfang eingeschaltet ist, empfängt die Armbanduhr das Zeitkalibrierungssignal für zwei bis sieben Minuten, wenn die Zeit im Zeitnehmungs-Modus täglich die fünf Kalibrierungszeiten erreicht. Führen Sie innerhalb von sieben Minuten vor und nach den Kalibrierungszeiten keine Knopfbetätigungen aus. Andernfalls kann die richtige Kalibrierung beeinträchtigt werden.
- Denken Sie immer daran, dass der Empfang des Zeitkalibrierungssignals von der im Zeitnehmungs-Modus eingehaltenen Zeit abhängt. Der Empfang wird immer dann ausgeführt, wenn der Zeitnehmungs-Modus eine der fünf Kalibrierungszeiten anzeigt, unabhängig davon, ob die angezeigte Zeit des Zeitnehmungs-Modus tatsächlich die richtige Zeit ist.
- Falls zwei, drei, vier oder fünf Empfangsoperationen erfolgreich waren, verwendet die Armbanduhr die Daten des letzten Empfangs für die Kalibrierung. War nur ein Empfang erfolgreich, dann verwendet die Armbanduhr die Daten des erfolgreichen Empfangs.

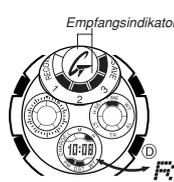
### Über den Empfangsindikator

Der Empfangsindikator zeigt die Stärke des empfangenen Kalibrierungssignals an. Für optimalen Empfang sollten Sie die Armbanduhr an einem Ort mit möglichst starker Signalstärke anordnen.



- Auch in Gebieten mit starker Signalstärke werden bis zu etwa 10 Sekunden benötigt, damit sich der Signalempfang ausreichend stabilisieren kann, so dass der Empfangsindikator die Signalstärke anzeigt.
- Verwenden Sie den Empfangsindikator als Richtlinie zur Kontrolle der Signalstärke und zum Auffinden des optimalen Ortes der Armbanduhr während des Signalempfangs.
- Der Empfangsindikator des Pegels 3 verbleibt in allen Modi an der oberen Skala, nachdem das Zeitkalibrierungssignal empfangen und die Zeiteinstellung der Armbanduhr kalibriert wurde. Der Empfangsindikator des Pegels 3 wird an der oberen Skala nicht angezeigt, wenn der Signalempfang nicht erfolgreich war oder die gegenwärtige Zeiteinstellung manuell eingestellt wurde.
- Der Empfangsindikator des Pegels 3 zeigt an, dass mindestens eine der fünf Kalibrierungssignal-Empfangsoperationen erfolgreich war. Achten Sie jedoch darauf, dass der Empfangsindikator des Pegels 3 täglich um 3:00 Uhr morgens vom Display gelöscht wird.

### Ausführen des manuellen Empfangs



1. Legen Sie die Armbanduhr auf einer stabilen Unterlage ab, so dass die Oberseite (12-Uhr-Position) der Armbanduhr gegen ein Fenster gerichtet ist.
2. Halten Sie den Knopf (D) in dem Zeitnehmungs-Modus für etwa zwei Sekunden gedrückt, bis die Armbanduhr ein akustisches Signal ausgibt.
3. Nachdem Sie den Knopf (D) freigegeben, ändert die untere Skala abwechselnd zwischen der aktuellen Zeit und dem Datum und dem Schriftzug RC! . Damit wird angezeigt, dass der Signalempfang ausgeführt wird.

- Der Empfang des Zeitkalibrierungssignals dauert von zwei bis sieben Minuten, kann aber in manchen Fällen bis zu 14 Minuten benötigen. Achten Sie darauf, dass Sie während des Empfangs des Zeitkalibrierungssignals keine Knöpfe betätigen und die Armbanduhr nicht bewegen.
- Nach Beendigung des Empfangs ändert die untere Skala auf die Anzeige des letzten Signals.

### Hinweise

- Um den Empfang zu unterbrechen und an den Zeitnehmungs-Modus zurückzukehren, drücken Sie den Knopf (D).
- Falls der Empfang nicht erfolgreich war, erscheint die Meldung ERR (Fehler) für eine oder zwei Minuten in der unteren Skala. Danach kehrt die Armbanduhr auf den Zeitnehmungs-Modus zurück.
- Sie können die Fehleranzeige (ERR) löschen, indem Sie den Knopf (D) drücken.

### Konfigurierung der automatischen Empfangseinstellungen

Sie können den in diesem Abschnitt beschriebenen Vorgang verwenden, um die Armbanduhr für den Empfang eines bestimmten Senders oder den automatischen Empfang des Senders mit dem stärkeren Signal zu konfigurieren. Sie können den automatischen Empfang auch ausschalten, wenn Sie dies wünschen.

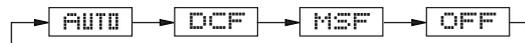
- Achten Sie darauf, dass Sie den folgenden Vorgang nur ausführen können, wenn Sie LON, BER, oder FAR als Ihre Heimatstadt gewählt haben.

### Konfigurieren der automatischen Empfangseinstellungen

1. Drücken Sie den Knopf (D) in dem Zeitnehmungs-Modus, um die Anzeige des letzten Signals in der unteren Skala zu erhalten.
  - Die Armbanduhr kehrt automatisch auf den Zeitnehmungs-Modus zurück, wenn Sie für zwei oder drei Minuten keinen Knopf betätigen, nachdem die Anzeige des letzten Signals erhalten wurde.
2. Halten Sie den Knopf (A) gedrückt, bis die aktuelle automatische Empfangseinstellung in der unteren Skala zu blinken beginnt. Dies ist die Einstellanzzeige.

- Falls die automatische Empfangsanzeige nicht erscheint, wenn Sie den Knopf (A) gedrückt halten, dann bedeutet dies, dass der gegenwärtig für die Heimatstadt gewählte Stadtcode für ein Gebiet gilt, das den Empfang des Kalibrierungssignals nicht unterstützt. In diesem Fall können Sie den automatischen Empfang nicht ein- oder ausschalten.

3. Verwenden Sie den Knopf (D), um zyklisch durch die folgenden Einstellungen zu schalten, bis die gewünschte Einstellung in der unteren Skala angezeigt wird.



**AUTO**: Der automatische Empfang ist eingeschaltet. Die Armbanduhr wählt automatisch den Sender mit dem stärksten Signal. Der Signalempfang kann bis zu 14 Minuten dauern, wenn diese Option gewählt ist.

**DCF**: Der automatische Empfang für das aus Mainzflingen ausgestrahlte Signal ist eingeschaltet.

**MEF**: Der automatische Empfang für das aus Rugby ausgestrahlte Signal ist eingeschaltet.

**OFF**: Der automatische Empfang ist ausgeschaltet.

- Für Einzelheiten über die Sender siehe „Sender“.

4. Drücken Sie den Knopf (A), um die Einstellanzzeige zu verlassen.
- Um von der Anzeige des letzten Signals an den Zeitnehmungs-Modus zurückzukehren, drücken Sie den Knopf (D).
- Für Informationen über die Stadtcodes, die den Signalempfang unterstützen, siehe „Einstellen Ihrer Heimatstadt“.

### Hinweise

- Die manuellen Empfangsoperationen werden ebenfalls für die von Ihnen oben gewählte Sendereinstellung (AUTO, DCF, MEF) ausgeführt.
- Falls der automatische Empfang ausgeschaltet ist, führen Sie einen manuellen Empfang aus, wodurch automatisch das stärkste Signal empfangen wird.

### Signalempfang-Störungsbeseitigung

Überprüfen Sie die folgenden Punkte, wenn es zu Problemen mit dem Signalempfang kommt.

Problem	Möglich Ursache	Abhilfe
Der manuelle Empfang kann nicht ausgeführt werden.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Armbanduhr befindet sich nicht in dem Zeitnehmungs-Modus.</li> <li>• Ihre aktuelle Heimatstadt ist nicht auf einen der folgenden Stadtcodes eingestellt: BER, FAR oder LON.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rufen Sie den Zeitnehmungs-Modus auf, und versuchen Sie es erneut.</li> <li>• Wählen Sie BER, FAR oder LON als Ihre Heimatstadt.</li> </ul>
Der automatische Empfang ist eingeschaltet, aber der Empfangsindikator des Pegels 3 erscheint nicht in der oberen Skala.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie haben die Zeiteinstellung manuell verstellt.</li> <li>• Die Armbanduhr befand sich nicht in dem Zeitnehmungs-Modus oder Weltzeit-Modus bzw. Sie führten eine Knopfbetätigung während des automatischen Empfangs aus.</li> <li>• Auch wenn der Empfang erfolgreich war, verschwindet der Empfangsindikator des Pegels 3 täglich um 3:00 Uhr morgens.</li> <li>• Während des letzten Empfangs wurden nur die Zeitdaten (Stunden, Minuten, Sekunden) empfangen. Der Empfangsindikator des Pegels 3 erscheint nur, wenn sowohl die Zeitdaten als auch die Datumsdaten (Jahr, Monat, Kalendertag) empfangen wurden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wählen Sie eine geeignete Sendereinstellung für Ihren aktuellen Standort.</li> <li>• Führen Sie den manuellen Empfang aus, oder warten Sie, bis der nächste automatische Signalempfang ausgeführt wird.</li> <li>• Stellen Sie sicher, dass sich die Armbanduhr an einem Ort befindet, an dem das Signal empfangen werden kann.</li> </ul>

Problem	Möglich Ursache	Abhilfe
Die Zeiteinstellung stimmt nach dem Signalempfang nicht.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Falls die Zeit um eine Stunde abweicht, ist vielleicht die Sommerzeiteinstellung (DST) falsch.</li> <li>Die Einstellung des Heimatstadtcodes stimmt nicht mit dem Gebiertscode überein, in dem Sie die Armbanduhr verwenden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ändern Sie die Sommerzeiteinstellung auf Auto DST.</li> <li>Wählen Sie den richtigen Heimatstadtcode.</li> </ul>

- Für weitere Informationen siehe „Wichtig!“ unter „Empfang des Zeitkalibrierungssignals“ und „Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich der funkgesteuerten Zeitnehmung“.

## Weltzeit

Der Weltzeit-Modus zeigt digital die aktuelle Zeit in 30 Städten (29 Zeitzonen) rund um die Welt an.

- Drücken Sie den Knopf (A) in dem Weltzeit-Modus, wodurch der zutreffende Stadtcode für etwa eine Sekunde in der unteren Skala erscheint.
- Falls die für eine Stadt angezeigte aktuelle Zeit falsch ist, überprüfen Sie die Einstellungen der Heimatstadtzeit, und nehmen Sie die erforderlichen Änderungen vor.
- Die Armbanduhr führt einen Signalempfang aus, wenn eine Kalibrierungszeit erreicht wird, auch wenn sie auf den Weltzeit-Modus geschaltet ist. In diesem Fall werden die Zeiteinstellungen des Weltzeit-Modus in Abhängigkeit von der Heimatstadtzeit des Zeitnehmungs-Modus eingestellt.
- Alle Bedienungsvorgänge in diesem Abschnitt werden in dem Weltzeit-Modus ausgeführt, den Sie durch Drücken des Knopfes (C) aufrufen können.

### Anzeigen der Zeit einer anderen Stadt

Drücken Sie den Knopf (D) oder den Knopf (B) in dem Weltzeit-Modus, um östlich bzw. westlich durch die Stadtcodes (Zeitzone) zu blättern.

- Für vollständige Informationen über die Stadtcodes siehe die „City Code Table“ (Stadtcode-tabelle).

### Umschalten einer Stadtcodezeit zwischen der Standardzeit und der Sommerzeit

- Verwenden Sie die Knöpfe (B) und (D) in dem Weltzeit-Modus, um den Stadtcode (die Zeitzone) in der unteren Skala anzuzeigen, dessen Standardzeit/Sommerzeit-Einstellung Sie ändern möchten.
- Falls Sie den Knopf (A) in dem Weltzeit-Modus drücken, erscheint der zutreffende Stadtcode für etwa eine Sekunde in der unteren Skala.
- Halten Sie den Knopf (A) gedrückt, um zwischen der Sommerzeit (DST-Indikator wird in der unteren Skala angezeigt) und der Standardzeit (DST-Indikator wird nicht angezeigt) umzuschalten.

- Achten Sie darauf, dass Sie den Weltzeit-Modus nicht für die Änderung der Sommerzeiteinstellung des Heimatstadtcodes verwenden können, den Sie gegenwärtig in dem Zeitnehmungs-Modus gewählt haben. Für Informationen über das Ein- oder Ausschalten der Sommerzeiteinstellung des Heimatstadtcodes siehe „Ändern der Sommerzeiteinstellung“.
- Achten Sie darauf, dass Sie nicht zwischen der Sommerzeit und der Standardzeit umschalten können, wenn „HT“ als Stadtcode gewählt ist.
- Der DST-Indikator erscheint, wenn Sie in der unteren Skala einen Stadtcode anzeigen, für den die Sommerzeit eingeschaltet ist.
- Achten Sie darauf, dass die Sommerzeit/Standardzeit-Einstellung nur den aktuell angezeigten Stadtcode betrifft. Andere Stadtcodes werden davon nicht betroffen.

## Alarmer

Sie können fünf unabhängige tägliche Alarmer einstellen. Falls ein Alarm eingeschaltet ist, ertönt der Alarm, sobald die Alarmzeit erreicht wird. Sie können auch ein stündliches Zeitsignal einschalten, das dafür sorgt, dass die Armbanduhr zu jeder vollen Stunde zwei akustische Signale ausgibt.

- Die Alarmnummer (R1 bis R5) bezeichnet eine Alarmanzeige. 00 wird für die Alarmanzeige angezeigt, wenn die Anzeige des stündlichen Zeitsignals in der mittleren linken Skala angezeigt wird.
- Alle Bedienungsvorgänge in diesem Abschnitt werden in dem Alarm-Modus ausgeführt, den Sie durch Drücken des Knopfes (C) aufrufen können.

### Einstellen einer Alarmanzeige

- Verwenden Sie den Knopf (D) in dem Alarm-Modus, um in der mittleren linken Skala durch die Alarmanzeigen zu blättern, bis die Alarmanzeige erscheint, deren Zeit Sie einstellen möchten.
- Halten Sie den Knopf (A) gedrückt, bis die Stundenstellen der Alarmzeit in der unteren Skala zu blinken beginnen, was der Einstellanzeige entspricht.
  - Dadurch wird der Alarm automatisch eingeschaltet.
- Drücken Sie den Knopf (C), um das Blinken zwischen der Stunden- und Minuteneinstellung zu verschieben.
- Während eine Einstellung blinkt, verwenden Sie den Knopf (D) (+) oder den Knopf (B) (-), um diese zu ändern.
  - Falls Sie die Alarmzeit unter Verwendung des 12-Stunden-Formats einstellen, achten Sie auf richtige Einstellung für die erste Tageshälfte (kein Indikator) oder die zweite Tageshälfte (Indikator an der unteren Skala).
- Drücken Sie den Knopf (A), um die Einstellanzeige zu verlassen.

## Alarmerbetrieb

Der Alarm ertönt in allen Modi zur voreingestellten Zeit für etwa 10 Sekunden, oder bis Sie ihn durch Drücken eines beliebigen Knopfes stoppen.

### Prüfen des Alarmer

Halten Sie den Knopf (E) in dem Alarm-Modus gedrückt, um den Alarm ertönen zu lassen.

### Ein- oder Ausschalten eines Alarmer und des stündlichen Zeitsignals

- Verwenden Sie den Knopf (D) in dem Alarm-Modus, um einen Alarm oder das stündliche Zeitsignal zu wählen.
- Sobald Sie den Alarm oder das stündliche Zeitsignal gewählt haben, den/das Sie einstellen möchten, drücken Sie den Knopf (B), um diesen/dieses ein- oder auszuschalten. Die aktuelle Einstellung wird durch die Indikatoren in der oberen Skala angezeigt.
  - ALM zeigt an, dass der Alarm eingeschaltet ist.
  - SIG zeigt an, dass das stündliche Zeitsignal eingeschaltet ist.
- Der Alarm-Ein-Indikator (ALM) und der Ein-Indikator für das stündliche Zeitsignal (SIG) werden in allen Modi in der oberen Skala angezeigt, wenn diese Funktionen eingeschaltet sind.
- Falls ein beliebiger Alarm eingeschaltet ist, wird der Alarm-Ein-Indikator in allen Modi in der oberen Skala angezeigt.

## Countdown-Timer

Sie können den Countdown-Timer in einem Bereich von einer bis zu 60 Minuten einstellen. Wenn der Countdown Null erreicht, ertönt ein Alarm.

- Sie können auch die Wiederholungsautomatik wählen, wodurch der Countdown automatisch ab dem von Ihnen eingestellten Startwert gestartet wird, sobald der Countdown Null erreicht.
- Die linke Skala zeigt die Zählung in 1/10-Sekunden an. Falls jedoch die Wiederholungsautomatik eingeschaltet ist, zeigt die Mitte diese Skala die aktuelle Wiederholungszählung an. Der Umfang der Skala zeigt weiterhin die Zählung in 1/10-Sekunden an.
- Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden in dem Countdown-Timer-Modus ausgeführt, den Sie durch Drücken des Knopfes (C) aufrufen können.

### Einstellen der Countdown-Startzeit

- Während die Countdown-Startzeit in dem Countdown-Timer-Modus in der unteren Skala angezeigt wird, halten Sie den Knopf (A) gedrückt, bis die aktuelle Countdown-Startzeit zu blinken beginnt, was der Einstellanzeige entspricht.
  - Falls die Countdown-Startzeit in der unteren Skala nicht angezeigt wird, verwenden Sie den unter „Verwenden des Countdown-Timers“ beschriebenen Vorgang, um diese anzuzeigen.
- Drücken Sie den Knopf (C), um das Blinken in der unteren Skala in der nachfolgenden Reihenfolge zwischen den beiden folgenden Einstellungen umzuschalten.
 

Minuten

←

Wiederholungsautomatik

- Während eine Einstellung blinkt, verwenden Sie den Knopf (D) (+) und den Knopf (B) (-), um diese zu ändern.
  - Für Einzelheiten über die Einstellung der Wiederholungsautomatik siehe den nachfolgenden Abschnitt „Ein- oder Ausschalten der Wiederholungsautomatik“.
- Drücken Sie den Knopf (A), um die Einstellanzeige zu verlassen.

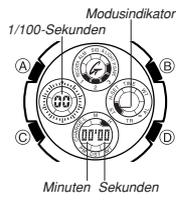
### Verwenden des Countdown-Timers

- Drücken Sie den Knopf (D) in dem Countdown-Timer-Modus, um den Countdown-Timer zu starten.
- Wenn das Ende des Countdowns bei ausgeschalteter Wiederholungsautomatik erreicht wird, ertönt der Alarm für 10 Sekunden oder bis Sie ihn durch Drücken eines beliebigen Knopfes stoppen. Die Countdown-Zeit wird nach dem Stoppen des Alarmer automatisch auf ihren Startwert zurückgestellt.
- Drücken Sie den Knopf (D) während des Countdowns, um diesen auf Pause zu schalten. Drücken Sie erneut den Knopf (D), um mit dem Countdown wieder fortzusetzen.
- Um den Countdown-Betrieb vollständig zu stoppen, schalten Sie diesen zuerst auf Pause (durch Drücken des Knopfes (D)), und drücken Sie danach den Knopf (B). Dadurch wird die Countdown-Zeit auf ihren Startwert zurückgestellt.

### Ein- oder Ausschalten der Wiederholungsautomatik

- Während die Countdown-Startzeit in dem Countdown-Timer-Modus in der unteren Skala angezeigt wird, drücken Sie den Knopf (A), bis die aktuelle Countdown-Startzeit in der unteren Skala zu blinken beginnt, was der Einstellanzeige entspricht.
  - Drücken Sie den Knopf (C), bis die Einstellung der Wiederholungsautomatik in der unteren Skala blinkt.
  - Drücken Sie den Knopf (D), um die Wiederholungsautomatik ein- (☑) (wird angezeigt) oder auszuschalten (☐) (wird angezeigt).
  - Drücken Sie den Knopf (A), um die Einstellanzeige zu verlassen.
- Wenn die Wiederholungsautomatik eingeschaltet ist, ertönt der Alarm und der Countdown startet erneut, sobald der Countdown Null erreicht. Sie können den Countdown stoppen, indem Sie den Knopf (D) drücken, und danach die Countdown-Startzeit durch Drücken des Knopfes (B) manuell zurückstellen.
  - Die Wiederholungsautomatik wiederholt den Countdown bis zu neun Mal.

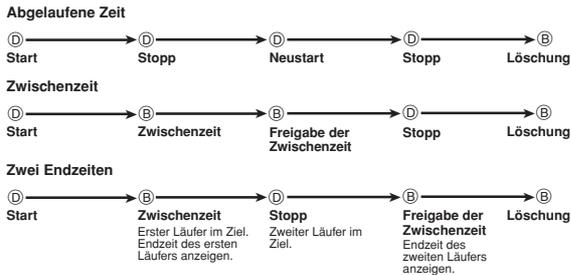
## Stoppuhr



Die Stoppuhr lässt Sie die abgelaufene Zeit, Zwischenzeiten und zwei Endzeiten messen.

- Der Anzeigebereich der Stoppuhr beträgt bis zu 99 Minuten und 59,99 Sekunden.
- Die Stoppuhr setze den Betrieb fort und beginnt wiederum ab Null, nachdem sie ihren Grenzwert erreicht hat, bis Sie die Stoppuhr stoppen.
- Falls Sie den Stoppuhr-Modus bei in der unteren Skala eingetragener Zwischenzeit verlassen, wird die Zwischenzeit gelöscht und die Stoppuhr kehrt an die Messung der abgelaufenen Zeit zurück.
- Der Stoppuhr-Messbetrieb wird auch fortgesetzt, wenn Sie den Stoppuhr-Modus verlassen.
- Alle Bedienungsvorgänge in diesem Abschnitt werden in dem Stoppuhr-Modus ausgeführt, den Sie durch Drücken des Knopfes **C** aufrufen können.

### Messen von Zeiten mit der Stoppuhr



## Beleuchtung

Indikator für automatischen Beleuchtungsschalter



Eine leuchtende Diode (LED) und ein Lichtleitpanel beleuchten die Digitalskalolen, damit Sie diese auch im Dunkeln ablesen können. Der automatische Beleuchtungsschalter der Armbanduhr beleuchtet automatisch die Digitalskalolen, wenn Sie die Armbanduhr unter einem bestimmten Winkel gegen Ihr Gesicht halten.

- Der automatische Beleuchtungsschalter muss aktiviert sein (angezeigt durch den Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter), damit er arbeiten kann.
- Für andere wichtige Informationen siehe „Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich der Beleuchtung“.

### Manuelles Einschalten der Beleuchtung

Drücken Sie den Knopf **D** in einem beliebigen Modus, um die Digitalskalolen zu beleuchten.

- Sie können 1,5 Sekunden oder 2,5 Sekunden als Beleuchtungsdauer spezifizieren. Für weitere Informationen siehe „Manuelles Einstellen der aktuellen Digitalzeit und des Datums“.
- Durch den obigen Bedienungsvorgang wird die Beleuchtung unabhängig von der aktuellen Einstellung des automatischen Beleuchtungsschalters eingeschaltet.

### Über den automatischen Beleuchtungsschalter

Falls der automatische Beleuchtungsschalter aktiviert ist, wird die Beleuchtung eingeschaltet, wenn Sie Ihr Handgelenk in einem beliebigen Modus gemäß nachfolgender Beschreibung positionieren. Achten Sie darauf, dass diese Armbanduhr mit einer „Vollautomatischen Leuchte“ („Full Auto Light“) ausgestattet ist, so dass der automatische Beleuchtungsschalter nur arbeitet, wenn die vorhandene Beleuchtung unter einem bestimmten Pegel liegt. Unter hellem Licht werden also die Digitalskalolen nicht beleuchtet.

Halten Sie die Armbanduhr parallel zum Boden, und heben Sie diese danach um mehr als 40 Grad gegen Ihr Gesicht an, um die Beleuchtung einzuschalten.

- Tragen Sie die Armbanduhr unbedingt an der Außenseite Ihres Handgelenks.



### Warnung!

- Achten Sie immer darauf, dass Sie sich an einem sicheren Ort befinden, wenn Sie die Armbanduhr unter Verwendung des automatischen Beleuchtungsschalters ablesen. Lassen Sie besondere Vorsicht walten, wenn Sie laufen oder eine beliebige andere Aktivität ausführen, die zu einem Unfall oder einer Verletzung führen kann. Achten Sie auch darauf, dass die plötzliche Beleuchtung durch den automatischen Beleuchtungsschalter keine anderen Personen in Ihrer Nähe ablenkt oder überrascht.
- Falls Sie die Armbanduhr tragen, stellen Sie sicher, dass der automatische Beleuchtungsschalter deaktiviert ist, bevor Sie ein Fahrrad fahren oder ein Motorrad bzw. ein anderes Kraftfahrzeug lenken. Plötzlicher und unerwarteter Betrieb des automatischen Beleuchtungsschalters kann zu einer Ablenkung führen, wodurch es zu einem Verkehrsunfall mit ernsthaften persönlichen Verletzungen kommen kann.

### Aktivieren oder Deaktivieren des automatischen Beleuchtungsschalters

Halten Sie den Knopf **D** in einem beliebigen Modus für etwa zwei Sekunden gedrückt, um den automatischen Beleuchtungsschalter zu aktivieren (der Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter wird in der oberen Skala angezeigt) oder zu deaktivieren (der Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter wird nicht angezeigt).

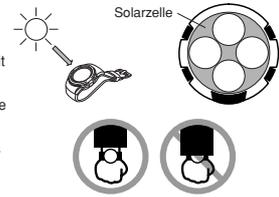
- Der automatische Beleuchtungsschalter wird automatisch deaktiviert, wenn die Batteriespannung auf Pegel 4 absinkt. Nachdem sich die Batteriespannung auf Pegel 2 erholt hat, müssen Sie erneut den obigen Vorgang ausführen, um den automatischen Beleuchtungsschalter wieder zu aktivieren.
- Der Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter verbleibt in allen Modi angezeigt, wenn der automatische Beleuchtungsschalter aktiviert ist.

## Stromversorgung

Diese Armbanduhr ist mit einer Solarzelle und speziellen aufladbaren Batterien (Sekundärbatterien) ausgerüstet, die von dem von der Solarzelle erzeugten elektrischen Strom aufgeladen werden. Die folgende Abbildung zeigt, wie Sie die Armbanduhr für das Aufladen positionieren sollten.

**Beispiel:** Richten Sie die Armbanduhr so aus, dass ihr Zifferblatt auf eine Lichtquelle weist.

- Die Abbildung zeigt, wie eine Armbanduhr mit Kunstharzband auszurichten ist.
- Achten Sie darauf, dass die Ladeeffizienz abfällt, wenn ein Teil der Solarzelle durch die Bekleidung usw. abgedeckt wird.
- Normalerweise sollten Sie versuchen, die Armbanduhr immer außerhalb Ihres Ärmels zu behalten, wenn dies möglich ist. Das Aufladen wird beachtlich reduziert, wenn das Zifferblatt teilweise abgedeckt ist.

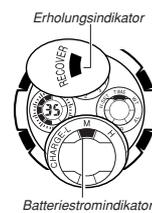


### Wichtig!

- Falls Sie die Armbanduhr für längere Zeit an einem dunklen Ort aufbewahren oder so tragen, dass der Lichteinfall blockiert ist, dann können die aufladbaren Batterien entladen werden. Achten Sie darauf, dass die Armbanduhr normalerweise einem hellen Licht ausgesetzt ist, wenn immer dies möglich ist.
- Diese Armbanduhr verwendet spezielle aufladbare Batterien zur Speicherung des von der Solarzelle erzeugten elektrischen Stroms, so dass regelmäßiges Austauschen der Batterien nicht erforderlich ist. Nach sehr langer Verwendung verlieren jedoch die Batterien vielleicht ihre Fähigkeit, eine volle Aufladung zu erhalten. Fall das Problem auftreten sollte, dass die Batterien nicht vollständig aufgeladen werden können, wenden Sie sich für das Austauschen der Batterien an Ihren Fachhändler oder einen CASIO-Kundendienst.
- Versuchen Sie niemals selbst, die speziellen Batterien der Armbanduhr zu entfernen oder auszutauschen. Die Verwendung des falschen Batterietyps kann die Armbanduhr beschädigen.
- Alle im Speicher abgespeicherten Daten werden gelöscht und die aktuelle Zeit und alle anderen Einstellungen kehren auf ihre anfänglichen Werksvorgaben zurück, wenn der Batteriestrom auf Pegel 4 absinkt bzw. die Batterien ausgetauscht wurden.
- Schalten Sie die Stromsparfunktion der Armbanduhr ein und bewahren Sie die Armbanduhr an einem normalerweise beleuchteten Ort auf, wenn Sie die Armbanduhr für längere Zeit lagern. Dadurch wird vermieden, dass die aufladbaren Batterien entladen werden.

### Batteriestromindikator und Erholungsindikator

Der Batteriestromindikator zeigt den aktuellen Strompegel der aufladbaren Batterien an.



Pegel	Batteriestromindikator	Funktionsstatus
1		Alle Funktionen aktiviert.
2		Alle Funktionen aktiviert.
3		Automatischer und manueller Empfang, Alarm, stündliches Zeitsignal, Beleuchtung, automatischer Beleuchtungsschalter und Digitalskalolen deaktiviert. Obwohl sich die Zeiger der Armbanduhr nicht bewegen, wird die Zeitnehmung intern fortgesetzt.
4		Alle Funktionen, einschließlich Zeitnehmung, deaktiviert und initialisiert.

- Der blinkende Ladeindikator (**CHARGE**) bei Pegel 3 teilt Ihnen mit, dass der Batteriestrom sehr niedrig ist, und dass die Armbanduhr möglichst bald einem hellen Licht für das Aufladen ausgesetzt werden muss.
- Bei Pegel 4 sind alle Funktionen deaktiviert, und die Einstellungen kehren auf ihre anfänglichen Werksvorgaben zurück. Die Funktionen werden wiederum aktiviert, sobald die aufladbaren Batterien aufgeladen werden, wobei Sie jedoch die aktuelle Zeit und das Datum einstellen müssen, nachdem die Batterien von Pegel 4 auf Pegel 3 aufgeladen wurden (angezeigt durch den blinkenden Ladeindikator). Sie können keine der anderen Einstellungen konfigurieren, bis die Batterien den Pegel 2 erreichen (kein Ladeindikator), nachdem diese auf Pegel 4 abgesunken sind.
- Falls Sie die Armbanduhr direkter Sonnenbestrahlung oder einer anderen starken Lichtquelle aussetzen, kann der Batteriestromindikator momentan einen höheren als den tatsächlichen Batteriestrompegel anzeigen. Der richtige Batteriestromindikator sollte jedoch wiederum nach einigen Minuten erscheinen.
- Falls Sie die Beleuchtung oder Alarme wiederholt während einer kurzen Zeitspanne verwenden, erscheint der Erholungsindikator, und die folgenden Funktionen werden deaktiviert, bis sich der Batteriestrom erholt hat.

*Beleuchtung  
Akustisches Signal  
Koordination zwischen Digital- und Analogzeitnehmung  
Empfang des Zeitkalibrierungssignals*

Nach einer gewissen Zeitspanne erholt sich der Batteriestrom, so dass der Erholungsindikator verschwindet, wodurch angezeigt wird, dass die obigen Funktionen wieder aktiviert sind.

### Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich des Aufladens

Bestimmte Ladebedingungen können dazu führen, dass die Armbanduhr sehr heiß wird. Belassen Sie daher die Armbanduhr nicht an den nachfolgend beschriebenen Orten, wenn Sie die aufladbaren Batterien aufladen. Achten Sie auch darauf, dass die Anzeige der Flüssigkristallanzeige (LCD) ausgeblendet werden kann, wenn die Armbanduhr sehr heiß wird. Das Aussehen des LC-Displays sollte wieder normal werden, sobald die Armbanduhr auf eine niedrigere Temperatur abgekühlt wurde.

### Warnung!

Falls Sie die Armbanduhr für das Aufladen der aufladbaren Batterien einer sehr hellen Lichtquelle aussetzen, kann die Armbanduhr sehr heiß werden. Lassen Sie bei der Handhabung der Armbanduhr Vorsicht walten, um Verbrennungen zu vermeiden. Die Armbanduhr kann besonders heiß werden, wenn sie den folgenden Bedingungen für längere Zeit ausgesetzt wird.

- Auf dem Armaturenbrett eines im prallen Sonnenschein geparkten Kraftfahrzeuges
- Zu nahe an einer Glühlampe
- Unter direktem Sonnenlicht

## Ladeanleitung

Nach einer vollen Ladung wird die Zeitnehmung für etwa 7 Monate sichergestellt.

- In der folgenden Tabelle sind die Zeitspannen aufgeführt, für welche die Armbanduhr täglich dem Licht ausgesetzt werden muss, um ausreichend Strom für den normalen täglichen Betrieb zu generieren.

Belichtungspegel (Helligkeit)	Ungefähre Beleuchtungsdauer
Im Sonnenlicht im Freien (50.000 Lux)	6 Minuten
Im Sonnenlicht durch ein Fenster (10.000 Lux)	30 Minuten
Im Tageslicht durch ein Fenster an einem bewölkten Tag (5.000 Lux)	48 Minuten
Leuchtstoffbeleuchtung in einem Raum (500 Lux)	8 Stunden

- Da es sich hier um die technische Daten handelt, können wir alle technischen Einzelheiten einschließen.
  - Display 18 Stunden pro Tag eingeschaltet, 6 Stunden Schlafstatus pro Tag
  - 1 Beleuchtungsbetrieb (1,5 Sekunden) pro Tag
  - 10 Sekunden Alarmbetrieb pro Tag
  - 5-maliger Kalibrierungsempfang pro Tag
- Stabiler Betrieb wird durch häufiges Aufladen sichergestellt.

## Erholungsdauern

In der nachfolgenden Tabelle sind die erforderlichen Belichtungsdauern aufgeführt, um die Batterien von einem Pegel auf den nächsten Pegel aufzuladen.

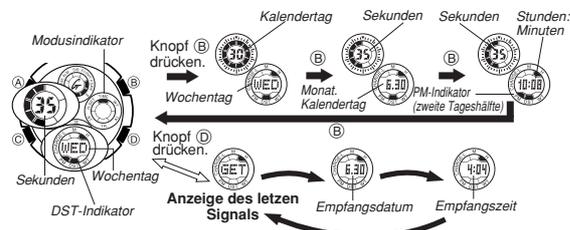
Belichtungspegel (Helligkeit)	Ungefähre Beleuchtungsdauer			
	Pegel 4	Pegel 3	Pegel 2	Pegel 1
Im Sonnenlicht im Freien (50.000 Lux)	2 Stunden	19 Stunden	5 Stunden	
Im Sonnenlicht durch ein Fenster (10.000 Lux)	7 Stunden	97 Stunden	22 Stunden	
Im Tageslicht durch ein Fenster an einem bewölkten Tag (5.000 Lux)	11 Stunden	157 Stunden	36 Stunden	
Leuchtstoffbeleuchtung in einem Räumen (500 Lux)	113 Stunden		---	

- Die obigen Belichtungsdauerwerte dienen nur als Referenz. Die aktuellen Belichtungsdauern hängen von den Beleuchtungsbedingungen ab.

## Zeitnehmung

Verwenden Sie den Zeitnehmungs-Modus, um die aktuelle Zeit und das Datum einzustellen und anzuzeigen. In diesem Abschnitt ist auch beschrieben, wie Sie das aktuelle Datum und die Zeit manuell einstellen können.

- Wenn Sie die Zeit einstellen, konfigurieren Sie auch die Einstellungen für die Beleuchtungsdauer, das 12/24-Stunden-Format und den Ein/Aus-Status der Stromsparfunktion.
- Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden in dem Zeitnehmungs-Modus ausgeführt, den Sie durch Drücken des Knopfes © aufzurufen können.

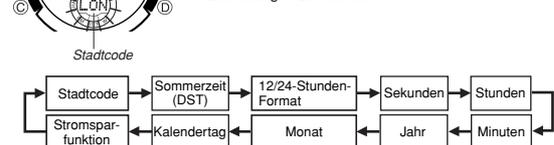


## Manuelle Einstellung der Digitalzeit und des Datums

Wählen Sie unbedingt den Heimatstadtcode, bevor Sie die Einstellungen für die aktuelle Zeit und das Datum ausführen. Die Zeiten des Weltzeit-Modus werden alle in Abhängigkeit von den Einstellungen des Zeitnehmungs-Modus angezeigt. Daher sind die Zeiten des Weltzeit-Modus nicht richtig, wenn Sie nicht den richtigen Heimatstadtcode wählen, bevor Sie die Zeit und das Datum in dem Zeitnehmungs-Modus einstellen.

### Manuelles Einstellen der aktuellen Digitalzeit und des Datums

- Halten Sie den Knopf (A) in dem Zeitnehmungs-Modus gedrückt, bis der Stadtcode in der unteren Skala zu blinken beginnt, was der Einstellanzeige entspricht.
- Drücken Sie den Knopf ©, um das Blinken in der folgenden Reihenfolge für die Wahl anderer Einstellungen zu ändern.



- Sobald die Einstellung blinkt, die Sie ausführen möchten, drücken Sie den Knopf © und/oder ©, um diese gemäß nachfolgender Beschreibung zu ändern.

Anzeige:	Um dies zu tun:	Führen Sie Folgendes aus:
LON	Ändern des Stadtcodes	Verwenden Sie Knopf © (östlich) und Knopf © (westlich).
AUTO	Umschalten zwischen Sommerzeit (ON), Standardzeit (OFF) und Auto DST (AUTO)	Drücken Sie den Knopf ©.
12H	Umschalten zwischen 12-Stunden- (12H) und 24-Stunden-Format (24H)	Drücken Sie den Knopf ©.
35	Rückstellen der Sekunden auf 00	Drücken Sie den Knopf ©.
10:00	Umschalten der Beleuchtungsdauer zwischen 1,5 Sekunden (*) und 2,5 Sekunden (**)	Drücken Sie den Knopf ©.
10:00	Ändern der Stunden oder Minuten	Verwenden Sie den Knopf © (+) und den Knopf © (-).
84	Ändern des Jahres	
6.30	Ändern des Monats oder Kalendertages	
ON	Ein- (ON) oder Ausschalten (OFF) der Stromsparfunktion	Drücken Sie den Knopf ©.

- Für eine vollständige Liste der verfügbaren Stadtcodes siehe die „City Code Table“ (Stadtcodetabelle).
- Für Informationen über andere Einstellungen als Zeit und Datum, siehe die folgenden Abschnitte.

### Beleuchtungsdauer: Beleuchtung

### Stromsparfunktion: Stromsparfunktion

- Drücken Sie den Knopf (A), um die Einstellanzeige zu verlassen.
- Wenn Sie die Einstellanzeige verlassen, werden die Analogzeiger automatisch passend zur Digitalzeit eingestellt. Für weitere Informationen siehe „Analogzeitnehmung“.

## Hinweis

- Auto DST (AUTO) (automatische Sommerzeiteinstellung) kann nur gewählt werden, wenn Sie BFR, FRF, LON oder RTH als Heimatstadtcode gewählt haben. Für weitere Informationen siehe den folgenden Abschnitt „Sommerzeit (DST = Daylight Saving Time)“.

## Sommerzeit (DST = Daylight Saving Time)

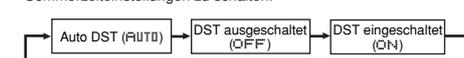
Die Sommerzeit stellt die Digitalzeiteinstellung um eine Stunde gegenüber der Standardzeit vor. Achten Sie jedoch darauf, dass nicht alle Länder oder Gebiete die Sommerzeit verwenden.

Das von Rugby und Mainflingen ausgestrahlte Zeitkalibrierungssignal schließt sowohl die Standardzeit- als auch die Sommerzeitdaten ein. Wenn die automatische Sommerzeiteinstellung (Auto DST) eingeschaltet ist, schaltet die Armbanduhr in Abhängigkeit von dem empfangenen Zeitsignal automatisch zwischen der Standardzeit und der Sommerzeit (DST) um.

- Die Vorgabeinstellung für die Sommerzeit ist Auto DST (AUTO), wenn Sie BFR, FRF, LON oder RTH als Ihren Heimatstadtcode wählen.
- Falls Problem mit dem Empfang des Zeitkalibrierungssignals in Ihrem Gebiet auftreten sollten, dann wird empfohlen, dass Sie manuell zwischen der Standardzeit und der Sommerzeit umschalten.

### Ändern der Sommerzeiteinstellung

- Halten Sie den Knopf (A) in dem Zeitnehmungs-Modus gedrückt, bis der Stadtcode in der unteren Skala zu blinken beginnt, was der Einstellanzeige entspricht.
- Drücken Sie den Knopf © einmal, wodurch die Anzeige für die Sommerzeiteinstellung (DST) in der unteren Skala erscheint.
- Verwenden Sie den Knopf ©, um in der folgenden Reihenfolge zyklisch durch die Sommerzeiteinstellungen zu schalten.



- Sobald Sie die gewünschte Einstellung gewählt haben, drücken Sie den Knopf (A), um die Einstellanzeige zu verlassen.
- Der DST-Indikator (DST) erscheint in der unteren Skala, um damit anzuzeigen, dass die Sommerzeit eingeschaltet ist.

## Analogzeitnehmung

Die Analogzeit dieser Armbanduhr ist mit der Digitalzeit synchronisiert. Die Einstellung der Analogzeit wird automatisch ausgeführt, wenn Sie die Digitalzeit ändern.

## Hinweise

- Die Zeiger des Analogzeitnehmers bewegen sich, um auf die neue Einstellung eingestellt zu werden, wenn eine der folgenden Bedingungen zutrifft.
  - Wenn Sie die Digitalzeiteinstellung manuell ändern
  - Wenn die Digitalzeiteinstellung durch den Empfang des Zeitkalibrierungssignals geändert wird
  - Wenn Sie den Heimatstadtcode und/oder die Sommerzeiteinstellung ändern
- Falls die Analogzeit aus irgendeinem Grund nicht mit der Digitalzeit übereinstimmt, verwenden Sie den unter „Einstellen der Analogzeit“ beschriebenen Vorgang, um die Analogzeiteinstellung an die Digitaleinstellung anzupassen.
- Falls Sie sowohl die Digitalzeit als auch die Analogzeit manuell einstellen müssen, stellen Sie immer zuerst die Digitalzeit ein.
- Abhängig von der Strecke, um die sich die Zeiger bewegen müssen, damit sie an die Digitalzeit angepasst werden können, kann es bis zum Stoppen der Zeiger einige Zeit dauern.

### Einstellen der Analogzeit

- Drücken Sie den Knopf © in dem Zeitnehmungs-Modus fünfmal, um den Zeigereinstellmodus aufzurufen.
- Halten Sie den Knopf (A) gedrückt, bis die aktuelle Digitalzeit in der unteren Skala zu blinken beginnt, was der Einstellanzeige entspricht.
- Verwenden Sie die Knöpfe © und ©, um die Analogzeiteinstellung gemäß nachfolgender Beschreibung auszuführen.



Wenn Sie dies tun möchten:	Führen Sie diese Knopfbetätigung aus:
Vorstellen der Zeigereinstellung um 20 Sekunden	• Drücken Sie den Knopf <b>(D)</b> .
Schnelles Vorstellen der Zeigereinstellung um eine kurze Strecke	• Halten Sie den Knopf <b>(D)</b> gedrückt. • Geben Sie den Knopf <b>(D)</b> frei, wenn die Zeiger die von Ihnen gewünschte Einstellung erreicht haben.
Schnelles Vorstellen der Zeigereinstellung um eine lange Strecke	• Während Sie den Knopf <b>(D)</b> gedrückt halten, um die Zeiger schnell vorzustellen, betätigen Sie den Knopf <b>(B)</b> , um die schnelle Zeigerbewegung zu verriegeln. • Um die Zeigerbewegung zu stoppen, drücken Sie einen beliebigen Knopf. • Die Zeigerbewegung stoppt automatisch, wenn der Stundenzeiger eine volle Umdrehung (12 Stunden) ausgeführt hat.

- Drücken Sie den Knopf **(A)**, um die Einstellanzeige zu verlassen.
- Der Minutenzeiger wird etwas eingestellt, um an die Sekunden angepasst zu werden, wenn Sie die Einstellanzeige verlassen.
- Um an den Zeitnehmungs-Modus zurückzukehren, drücken Sie den Knopf **(C)**.

## Referenz

Dieser Abschnitt enthält detaillierte und technische Informationen über den Betrieb der Armbanduhr. Er enthält auch wichtige Vorsichtsmaßnahmen und Hinweise über die verschiedenen Merkmale und Funktionen dieser Armbanduhr.

### Stromsparfunktion



Indikator für Stromsparfunktion

Wenn eingeschaltet, schaltet die Stromsparfunktion die Armbanduhr automatisch in den Schlafstatus, wenn sie für längere Zeit im Dunkeln belassen wird. In der nachfolgenden Tabelle sind die Funktionen beschrieben, die von der Stromsparfunktion betroffen werden.

Abgelaufene Zeit im Dunkeln	Funktionen
60 bis 70 Minuten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LC-Display ausgeschaltet</li> <li>• Alarm, stündliches Zeitsignal, Analogzeitnehmung und automatischer Empfang aktiviert.</li> </ul>
6 oder 7 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LC-Display ausgeschaltet, Alarm und stündliches Zeitsignal deaktiviert</li> <li>• Analogzeitnehmung in 12-Uhr-Position gestoppt</li> <li>• Automatischer Empfang deaktiviert</li> </ul>

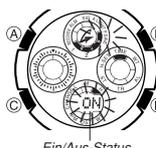
- Falls Sie die Armbanduhr unter Ihrem Ärmel tragen, kann diese in den Schlafstatus geschaltet werden.
- Die Armbanduhr schaltet zwischen 6:00 Uhr morgens und 10:59 Uhr abends nicht in den Schlafstatus. Falls die Armbanduhr bereits in den Schlafstatus geschaltet ist, wenn es 6:00 Uhr morgens wird, dann verbleibt sie in dem Schlafstatus.

### Erholen aus dem Schlafstatus

Führen Sie einen der folgenden Bedienungsvorgänge aus.

- Bringen Sie die Armbanduhr an einen gut beleuchteten Ort.
- Drücken Sie einen beliebigen Knopf.
- Heben Sie die Armbanduhr für das Ablesen gegen Ihr Gesicht an.

### Ein- oder Ausschalten der Stromsparfunktion



Ein/Aus-Status

- Halten Sie den Knopf **(A)** in dem Zeitnehmungs-Modus gedrückt, bis der Stadtcode in der unteren Skala zu blinken beginnt, was der Einstellanzeige entspricht.
  - Drücken Sie den Knopf **(C)** neunmal, bis die Ein/Aus-Anzeige für die Stromsparfunktion erscheint.
  - Drücken Sie den Knopf **(D)**, um die Stromsparfunktion ein- (ON) oder auszuschalten (OFF).
  - Drücken Sie den Knopf **(A)**, um die Einstellanzeige zu verlassen.
- Der Indikator für die Stromsparfunktion (S) verbleibt in allen Modi in der oberen Skala angezeigt, wenn die Stromsparfunktion eingeschaltet ist.

### Automatische Rückkehrfunktionen

- Falls Sie die Armbanduhr für zwei oder drei Minuten in dem Alarm-Modus oder Zeigereinstellmodus belassen, ohne einen Bedienungsvorgang auszuführen, dann kehrt die Armbanduhr automatisch in den Zeitnehmungs-Modus zurück.
- Falls Sie die Armbanduhr für zwei oder drei Minuten mit einer blinkenden Einstellung in einer Skala belassen, ohne einen Bedienungsvorgang auszuführen, dann kehrt die Armbanduhr automatisch in den Zeitnehmungs-Modus zurück.

### Blättern

Die Knöpfe **(B)** und **(D)** werden in verschiedenen Modi und Einstellanzeigen verwendet, um durch die Daten zu blättern. In den meisten Fällen wird schnell durch die Daten geblättert, wenn Sie während eines solchen Vorganges einen dieser Knöpfe gedrückt halten.

### Anfängliche Anzeigen

Wenn Sie den Alarm-Modus oder den Weltzeit-Modus aufrufen, dann erscheinen wiederum zuerst die Daten, die Sie angezeigt hatten, als Sie das letzte Mal den entsprechenden Modus verlassen hatten.

### Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich der funkgesteuerten Zeitnehmung

- Starke elektromagnetische Ladungen können dazu führen, dass die Zeit falsch eingestellt wird.
- Auch wenn sich die Armbanduhr innerhalb des Empfangsbereichs eines Senders befindet, ist der Signalempfang vielleicht nicht möglich, wenn das Signal von Bergen oder anderen geologischen Formationen zwischen der Armbanduhr und der Signalquelle blockiert wird.
- Der Signalempfang wird durch das Wetter, die Atmosphärenbedingungen und saisonbedingte Änderungen beeinflusst.
- Das Zeitkalibrierungssignal wird von der Ionosphäre reflektiert. Daher können Faktoren wie Änderung des Reflexionsvermögens der Ionosphäre, Verschiebung der Ionosphäre aufgrund saisonbedingter atmosphärischer Bedingungen in größerer Höhe oder die Tageszeit den Empfangsbereich des Signals ändern und den Empfang vorübergehend unmöglich machen.

- Auch wenn das Zeitkalibrierungssignal richtig empfangen wird, können bestimmte Bedingungen dazu führen, dass die Zeiteinstellung um bis zu einer Sekunde fehlerhaft ist.
- Die aktuelle Zeiteinstellung in Abhängigkeit von dem Zeitkalibrierungssignal hat Vorrang über jede von Ihnen manuell ausgeführte Zeiteinstellung.
- Die Armbanduhr ist so ausgelegt, dass Sie das Datum und den Wochentag für die Periode vom 1. Januar 2000 bis zum 31. Dezember 2099 automatisch aktualisiert. Ab dem 1. Januar 2100 kann das Datum nicht mehr anhand des Zeitkalibrierungssignals eingestellt werden.
- Die Armbanduhr kann Signale empfangen, die zwischen Schaltjahren und normalen Jahren unterscheiden.
- Obwohl diese Armbanduhr für den Empfang sowohl der Zeitdaten (Stunden, Minuten, Sekunden) als auch der Datumsdaten (Jahr, Monat, Kalendertag) ausgelegt ist, können bestimmte Signalbedingungen den Empfang nur auf die Zeitdaten begrenzen.
- Normalerweise handelt es sich bei dem in der Anzeige des letzten Signals angezeigten Signalempfangsdatum um die Datumsdaten, die in dem empfangenen Zeitkalibrierungssignal enthalten sind. Falls jedoch nur die Zeitdaten empfangen werden, dann zeigt die Anzeige des letzten Signals das Datum an, wie es zum Zeitpunkt des Signalempfangs von dem Zeitnehmungs-Modus eingehalten wird.
- Falls Sie sich in einem Gebiet befinden, in welchem der richtige Empfang des Zeitkalibrierungssignals unmöglich ist, dann hält die Armbanduhr die Zeit mit einer Ganggenauigkeit von  $\pm 15$  Sekunden pro Monat bei Normaltemperatur an.
- Falls Probleme mit dem richtigen Empfang des Zeitkalibrierungssignals auftreten sollten, oder die Zeiteinstellung nach dem Signalempfang falsch ist, überprüfen Sie Ihren aktuellen Stadtcode, die Sommerzeiteinstellung und die Einstellungen für den automatischen Empfang. Nachfolgend sind die anfänglichen Werksvorgaben für diese Einstellungen aufgeführt.

Einstellung	Anfängliche Werksvorgabe
Stadtcode	E:ER (Berlin) (Modul 3360)   L:LN (London) (Modul 3361)
Sommerzeit (DST)	ON (Automatische Umschaltung)
Automatischer Empfang	ON (Automatischer Empfang)

### Sender

- Diese Armbanduhr ist für den Empfang des Zeitkalibrierungssignals ausgelegt, das von Rugby, England, oder Mainflingen, Deutschland, ausgestrahlt wird. Sie können einen dieser Sender wählen oder die Armbanduhr so konfigurieren, dass sie automatisch den Sender mit dem stärkeren Signal empfängt.
- Nachfolgend ist erläutert, wie die Armbanduhr den Sender bestimmt, den sie zuerst überprüfen soll, wenn Sie die Armbanduhr für die automatische Sendersuche (AUTO) konfiguriert haben.

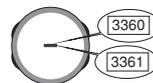
### Modul 3360

In diesem Fall:	Führt die Armbanduhr Folgendes aus:
Der erste automatische Signalsuchvorgang nach den werksseitigen Vorgabeeinstellungen ist wirksam, oder der Stadtcode wurde geändert.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Überprüfen Sie zuerst das Signal aus Mainflingen.</li> <li>Falls das Signal aus Mainflingen nicht empfangen werden kann, überprüfen Sie das Signal aus Rugby.</li> </ol>
Jeder beliebige andere Fall als oben beschrieben.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Überprüfen Sie zuerst das letzte erfolgreich empfangene Signal.</li> <li>Falls das zuletzt erfolgreich empfangene Signal nicht empfangen werden kann, überprüfen Sie das andere Signal.</li> </ol>

### Modul 3361

In diesem Fall:	Führt die Armbanduhr Folgendes aus:
Der erste automatische Signalsuchvorgang nach den werksseitigen Vorgabeeinstellungen ist wirksam, oder der Stadtcode wurde geändert.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Überprüfen Sie zuerst das Signal aus Rugby.</li> <li>Falls das Signal aus Rugby nicht empfangen werden kann,überprüfen Sie das Signal aus Mainflingen.</li> </ol>
Jeder beliebige andere Fall als oben beschrieben.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Überprüfen Sie zuerst das letzte erfolgreich empfangene Signal.</li> <li>Falls das zuletzt erfolgreich empfangene Signal nicht empfangen werden kann,überprüfen Sie das andere Signal.</li> </ol>

- Da die Armbanduhr die Signale beider Sender überprüft, wenn AUTO als Sendereinstellung gewählt ist, kann der Signalempfang bis zu 14 Minuten dauern.



- Um die Modulnummer Ihrer Armbanduhr herauszufinden, betrachten Sie die Rückwand der Armbanduhr. Die Modulnummer (3360 oder 3361) ist in dem Feld an der Rückwand eingraviert.

### Zeitnehmung

- Fall Sie die Sekundenzählung auf **00** zurückstellen, während die aktuelle Sekundenzählung im Bereich von 30 bis 59 liegt, werden die Minuten um 1 erhöht. In dem Bereich von 00 bis 29 werden die Sekunden auf **00** zurückgestellt, ohne dass die Minuten geändert werden.
  - Der Wochentag wird automatisch in Abhängigkeit von dem Datumseinstellungen (Jahr, Monat, Kalendertag) angezeigt.
  - Das Jahr kann in dem Bereich von 2000 bis 2099 eingestellt werden.
  - Der automatische Kalender dieser Armbanduhr unterscheidet zwischen den unterschiedlichen Längen der Monate auch in Schaltjahren. Sobald Sie das Datum einmal eingestellt haben, sollte kein Grund für dessen Änderung vorliegen, ausgenommen wenn Sie die Batterie der Armbanduhr austauschen lassen oder der Batteriestrom auf den Pegel 4 abgesunken ist.
  - Die aktuelle Zeit für alle Stadtcodes in dem Zeitnehmungs-Modus und Weltzeit-Modus wird in Abhängigkeit von dem Unterschied gegenüber GMT (Greenwich Mean Time = Mittlere Zeit Greenwich) jeder Stadt berechnet, beruhend auf der Zeiteinstellung Ihrer Heimatstadt.
  - Der Unterschied gegenüber GMT wird anhand der UTC\*-Daten (Universal Time Coordinated) berechnet.
- \* UTC ist ein weltweiter wissenschaftlicher Standard der Zeitnehmung. Er beruht auf sorgfältig gewarteten Atomuhren (Caesium), die eine Ganggenauigkeit innerhalb von Mikrosekunden aufweisen. Schaltsekunden werden wie erforderlich addiert oder subtrahiert, um UTC synchron mit der Erddrehung zu halten. Der Referenzpunkt für UTC ist Greenwich, England.

### 12-Stunden/24-Stunden-Zeitnehmungsformate

Das von Ihnen in dem Zeitnehmungs-Modus gewählte 12-Stunden/24-Stunden-Zeitnehmungsformat wird auch in allen anderen Modi verwendet.

- Bei Verwendung des 12-Stunden-Formats erscheint der PM-Indikator (PM) für Zeiten im Bereich von Mittag bis 11:59 Uhr mitternachts in der unteren Skala, wogegen für Zeiten im Bereich von Mitternacht bis 11:59 Uhr mittags kein Indikator angezeigt wird.
- Bei Verwendung des 24-Stunden-Formats werden die Zeiten im Bereich von 0:00 Uhr bis 23:59 Uhr ohne jeglichen Indikator angezeigt.

### Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich der Beleuchtung

- Die Beleuchtung kann vielleicht nur schwer gesehen werden, wenn Sie das Zifferblatt in direktem Sonnenlicht betrachten.
- Die Beleuchtung wird automatisch ausgeschaltet, wenn ein Alarm ertönt.
- Häufige Verwendung der Beleuchtung führt zu einem schnellen Entladen der Batterien.

### Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich des automatischen Beleuchtungsschalters

- Der automatische Beleuchtungsschalter wird automatisch deaktiviert, wenn der Batteriestrom auf Pegel 3 absinkt.
- Tragen der Armbanduhr an der Innenseite Ihres Handgelenks, Bewegung Ihres Arms oder Erschütterungen Ihres Arms können zu häufiger Aktivierung des automatischen Beleuchtungsschalters und der Beleuchtung der Digitalskalen führen. Um ein Entladen der Batterien zu vermeiden, deaktivieren Sie den automatischen Beleuchtungsschalter, wenn Sie eine Aktivität ausführen, die zu häufiger Beleuchtung führt.
- Achten Sie darauf, dass die Batterien durch häufige Beleuchtung der Digitalskalen entladen werden können, wenn Sie die Armbanduhr bei aktiviertem automatischen Beleuchtungsschalter unter Ihrem Ärmel tragen.

Mehr als 15 Grad zu hoch



- Die Beleuchtung des Zifferblatts wird vielleicht nicht eingeschaltet, wenn die Armbanduhr um mehr als 15 Grad über oder unter der Parallelen angeordnet ist. Achten Sie darauf, dass die Rückseite Ihres Handgelenks parallel zum Boden angeordnet ist.
- Die Beleuchtung wird nach Ablauf der voreingestellten Beleuchtungsdauer ausgeschaltet (siehe „Manuelles Einstellen der aktuellen Digitalzeit und des Datums“), auch wenn Sie die Armbanduhr gegen Ihr Gesicht gerichtet halten.

- Statische Elektrizität oder Magnetkraft kann den richtigen Betrieb des automatischen Beleuchtungsschalters beeinträchtigen. Falls die Beleuchtung nicht eingeschaltet wird, versuchen Sie die Armbanduhr zurück in die Ausgangsstellung (parallel zum Boden) zu bringen und danach wiederum gegen sich anzuheben. Falls dies nicht arbeitet, lassen Sie Ihren Arm an Ihrer Seite hängen, und heben Sie ihn danach wieder an.
- Unter bestimmten Bedingungen schaltet die Beleuchtung vielleicht für eine Sekunde nach dem Anheben der Armbanduhr gegen Ihr Gesicht nicht ein. Dies weist nicht unbedingt auf einen Fehlbetrieb des automatischen Beleuchtungsschalters hin.
- Sie können vielleicht ein sehr leises Klickgeräusch feststellen, wenn Sie die Armbanduhr schütteln. Dieses Geräusch wird durch den mechanischen Betrieb des automatischen Beleuchtungsschalters verursacht und stellt kein Problem mit der Armbanduhr dar.

### City Code Table

City Code	City	GMT Differential	Other major cities in same time zone
--		-11.0	Pago Pago
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
CHI	Chicago	-06.0	Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans, Mexico City, Winnipeg
NYC	New York	-05.0	Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port of Spain
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
--		-02.0	
--		-01.0	Praia
GMT			Dublin, Lisbon, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London	+00.0	
PAR	Paris		Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm, Barcelona
BER	Berlin	+01.0	
ATH	Athens		Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
CAI	Cairo	+02.0	
JRS	Jerusalem		
JED	Jeddah	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi, Moscow
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
HKG	Hong Kong	+08.0	Singapore, Kuala Lumpur, Beijing, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
SEL	Seoul		Pyongyang
TYO	Osaka	+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 2003.