

Innhold

Før du begynner...

- Indikatorer
- Grafikk Område
- Navigering mellom Modus
- Tilkopling med en mobil

Å bruke Mobile Link med en Mobil telefon

- Tilkopling
 - Tilkopling med en mobil
 - Avbryte en tilkobling med en telefon
 - Å bruke uret i et sykehus eller i et fly
 - Oppheve paring
 - Hvis du kjøper ny mobil
- Automatisk justering av tid
- Å se Pedometer Data
- Å se Stoppeklokke Data
- Konfigurere innstillingene for stoppeklokkens mål tid. (Target tid)
- Konfigurering av nedtellerens innstillinger
- Endre Verdenstid innstillingene
- Mobil Finner
- Konfigurere urets innstillinger
- Å endre hjemby tidens sommertid innstilling

Pedometer

- Å telle skritt
- Å vise skritt tellingen
- Å nullstille dagens skritt telling
- Å spesifisere et mål for skritt pr dag
- Årasker til feil skritt telling

Stoppeklokke

- Mellomtider og Rundetider
- Mål medgått tid
- Måling av mellomtid eller rundetid
- Bytte plass i displayet for mellomtid og rundetid
- Å vise gjeldende tid unde en stoppeklokke måling
- Hvordan bruke Target Tid Alarm
 - En oversikt
 - Spesifisering av mål tid. (Target tid)
 - Måling av medgått tid med Mål Tid Funksjonen
 - Nullstille en spesifikk Mål Tid.
 - Nullstille alle Mål Tider.
- Å se data for målte tider
 - Å se runde/mellomtid minner
 - Å slette et spesifikt Data Minne
 - Sletting av alle Data

Nedteller

- Still inn nedtellerens start tid
- Bruk av timeren
- Å måle medgått tid med Auto Start
- Å bruke den programmerbare nedtelleren som en intervall nedteller
 - En oversikt
 - Innstilling av en intervall nedtelling.
 - Bruk av Intervall Nedtelleren

Dual tid

- Endre Dual tid innstillingene
- Å bytte hjemby tid med Dual tid

Alarmer og timesignal

- Still inn alarm tid
- Aktivering/Deaktivering av en alarm eller timesignalet
- Å stoppe en Alarm
- Sjekk en alarms Av/På status

Å justere tiden manuelt

- Innstilling av tid/dato
- Skifte mellom 12- og 24-times tidsvisning

Lys

- Å lyse opp displayet manuelt
- Auto Lys
- Konfigurering av Auto Lys innstillingene
- Bestemme lys varigheten

Skifte av batteri

Andre innstillinger

- Aktiver knappetone
- Tilbakestill uret til fabrikkinnstillinger

Flytte til en annen tidssone

Annen informasjon

- Støttede telefonmodeller
- Spesifikasjoner
- Mobil Link forholdsregler
- Copyrights og Registrerte Copyrights

Spørsmål og svar

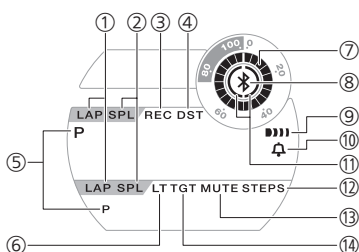
Før du begynner...

Dette avsnittet gir deg en oversikt over uret, og forklarer hvordan man kobler uret sammen med en mobil. Kobles uret til en mobil vil det være mulig å synkronisere urets tidsinnstillinger med mobilens, og å se skritt tellingen fra uret, samt urets stoppeklokke data på mobilen.

Merk

- Tegningene/Figurene i denne manualen er laget for å gjøre forklaringene lettere. En tegning/figur kan avvike noe fra enheten den representerer.

Indikatorer



① [LAP]

Vises når en rundetid vises.

② [SPL]

Vises når en mellomtid vises.

③ [REC]

Vises når uret er i Tilbakekall Modus.

④ [DST]

Vises når gjeldende tid er sommertid (DST).

⑤ [P]

Vises når den viste tiden er en p.m. tid.

⑥ [LT]

Vises når Auto Lys er aktivert.

⑦ Grafik Område

Grafikk område er linket med operasjoner i hver av urets Modus.

⑧ *

Vises mens det er kontakt mellom uret og mobilen.

⑨ Alarm

Vises når en alarm er slått på.

⑩ Timesignal

Vises når timesignalet er aktivert.

⑪ Skritt indikatorer

Indikerer om skritt tellingen øker eller ikke.

⑫ [STEPS]

Vises når skritt telling vises.

⑬ [MUTE]

Vises når knappetonen er deaktivert.

⑭ [TGT]

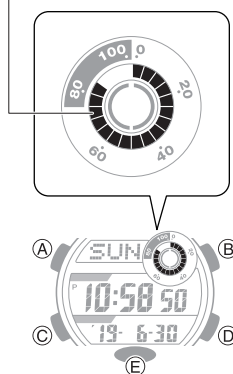
I Stoppeklokke Modus indikeres måle status når Mål Tid funksjonen er aktivert.

Grafikk Område

Grafikk område er linket med operasjoner i hver av urets Modus.

- Det grafiske Display område er blankt i Tilbakekall Modus og i Alarm Modus.

Grafikk område



Tidvisnings Modus

Når skritt telleren vises, vil det Grafiske Display område vise progresjonen din mot ditt daglige skritt mål. For andre typer visninger, endres det med tellingen av gjeldende tids sekunder.

Stoppeklokke Modus

Når Mål Tid (Target Tid) funksjonen er aktivert, vil det Grafiske Display område indikere når Mål tiden er nådd. Når Mål Tid funksjonen er deaktivert, endres det med tellingen av stoppeklokkens sekunder for medgått tid.

Nedtellings Modus

Det grafiske Display område viser prosentvis av nedtelling som er igjen.

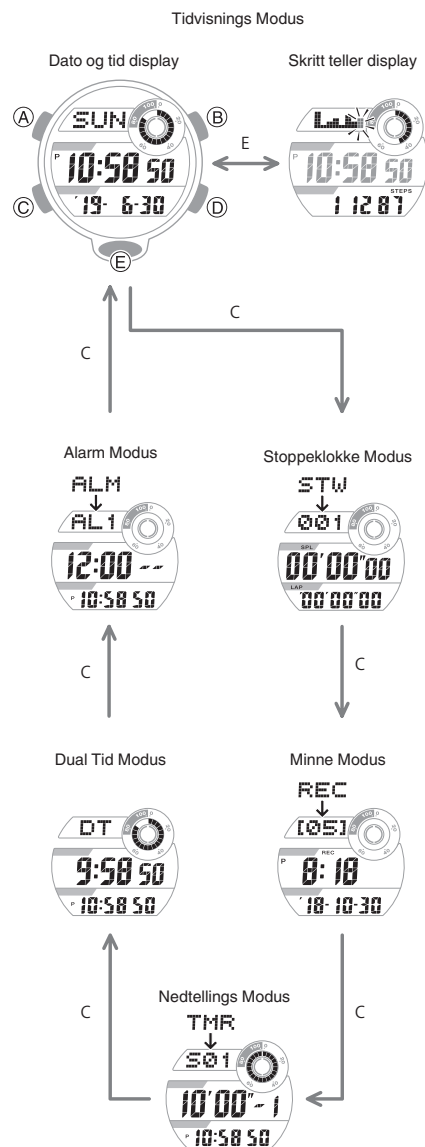
Dual tid

Det Grafiske Display område er synkronisert med Dual tidens sekunder.

Navigering mellom Modus

Bruk (C) for å navigere mellom Modusene.

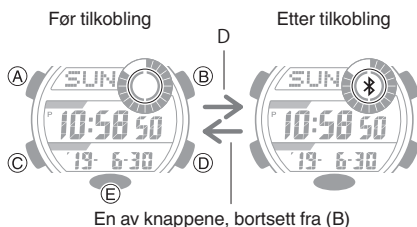
- Hvert trykk på (E) i Tidvisnings Modus vil vekle mellom dato og tid, og skritt telling.
- For å gå tilbake til Tidvisnings Modus, fra hvilket som helst annet Modus, holder du inne (C) i ca. 2 sekunder.



● Tilkopling med en mobil

I Tidvisnings Modus holder du nede (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når ⌘ begynner å blinke, som indikerer at uret er koblet til mobilen.

- For å sjekke kontakten mellom mobilen og klokken, kan du trykke på en av knappene, bortsett fra (B).



Tilkopling til en mobil

For å koble uret til en mobil må du først installere CASIOs "G-SHOCK Connected" app på mobilen og så bruke Bluetooth for å koble de sammen.

● ① Installer den påkrevde app'en på mobilen.

Avhengig av type mobil du har, trykk en av linkene under for å installere G-SHOCK Connected.

iOS (iPhone) Brukere

<https://itunes.apple.com/us/app/g-shock-connected/id1179983841?mt=8>

Android™ (GALAXY, etc.) Brukere

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.casio.gshockconnected>

● ② Konfigurer Bluetooth innstillingene

Aktiver mobil telefonens Bluetooth.

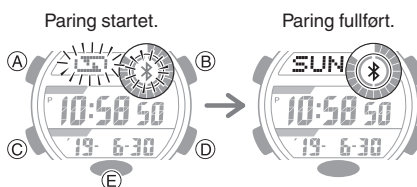
Merk

- For detaljer om innstillings prosedyrer må du se i mobil telefonens dokumentasjon.

● ③ Pare uret med en mobil.

Før du kan bruke uret i kombinasjon med en mobil telefon må du først pare de.

1. Gå inn i tidvisning-modus.
 - Navigering mellom Modus
2. Legg mobilen inntil (innen 1 meter) uret.
3. På mobiltelefonens hjem skjerm trykker du "G-SHOCK Connected" ikonet.
4. Følg instruksene på mobilen for å pare mobilen med klokken.
 - Hvis en tekst vises, følg da den informasjonen som vises på mobil telefon skjermen.
 - Hvis paring feiler av en eller annen grunn, må du utføre prosedyren igjen fra trinn 1.



Å bruke Mobile Link med en Mobil telefon

Når der er en Bluetooth kontakt mellom uret og mobilen, vil tiden på uret justere seg automatisk. Du kan også endre urets andre innstillinger.

Viktig!

- Uret kan ikke kobles til en mobil når stoppeklokken eller nedtelleren er i gang.

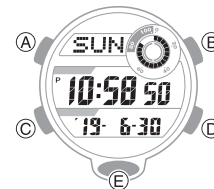
Merk

- Denne funksjonen er kun tilgjengelig når G-SHOCK Connected kjører på mobil telefonen.
- Dette avsnittet beskriver ur og mobil operasjoner.
 - ⌘ : Ur operasjon
 - ☑ : Mobil telefon operasjon

Klargjøring

Gå til Tidvisnings Modus.

○ Navigering mellom Modus



Tilkopling

Tilkopling til en mobil

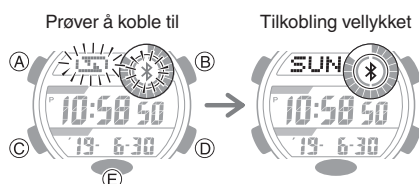
Dette avsnittet forklarer hvordan etablere en Bluetooth tilkopling mellom en mobil som er paret med uret.

- Hvis klokken ikke er paret med mobilen du ønsker å koble til med, må du lese informasjonen under for å pare de.

☎️ ③ Pare uret med en mobil telefon.

1. Legg mobil telefonen inntil (innen 1 meter) uret.
2. 📶 Hvis ✂ ikke vises, hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når ✂ begynner å blinke.

Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil ✂ stoppe å blinke.



Viktig!

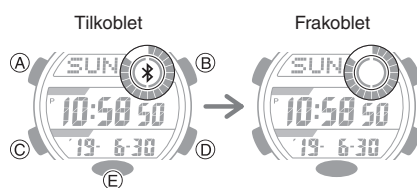
- Hvis du har problemer med å etablere kontakt kan det bety at G-SHOCK Connected ikke kjører på mobiltelefonen. På mobiltelefonens hjem skjerm trykker du "G-SHOCK Connected" ikonet. Når app'en har startet, hold inne urets (D) knapp i minst 2 sekunder.

Merk

- Tilkoplingen vil bli avbrutt hvis du ikke utfører noen operasjoner på uret eller mobilen i løpet av en viss tid. Å spesifisere tilkoblings tiden, utfør følgende operasjon med G-SHOCK Connected: "Watch settings" → "Connection time". Spesifiser så en tid på 3 minutter, 5 minutter eller 10 minutter.

Avbryte en tilkobling med en telefon

For å avslutte en Bluetooth kobling kan du trykke hvilken som helst knapp, bortsett fra (B).

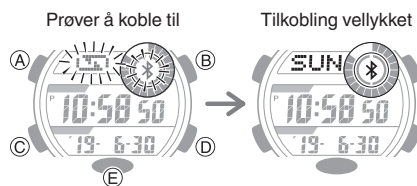


Å bruke uret i et sykehus eller i et fly

Når du er på et sykehus, i et fly eller andre steder hvor auto signal mottak eller tilkopling til mobilen kan forårsake problemer, kan du følge prosedyren under for å deaktivere den. For å re-aktivere automatisk justering av tiden, må du utføre samme operasjon en gang til.

1. 📶 Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
2. 📶 Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når ✂ begynner å blinke.

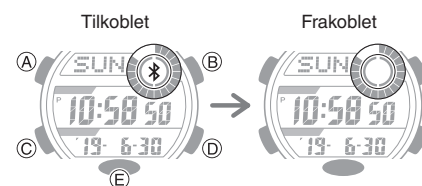
Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil ✂ stoppe å blinke.



3. 📶 Følg instruksene på mobilen for å aktivere eller deaktivere auto justering av tid.

Oppheve paring

1. 📶 Hvis uret er koblet sammen med en mobil, må du trykke på en knapp (men ikke på B) for å avbryte koblingen.



2. 📶 Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
3. 📶 Følg informasjonen som vises på mobil telefonen.

Hvis du kjøper ny mobil

Du er nødt til å utføre parings operasjonen når du ønsker å etablere en Bluetooth kobling med mobilen for første gang.

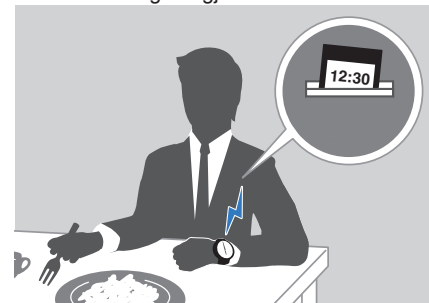
☎️ ③ Pare uret med en mobil telefon.

Automatisk justering av tid

Uret ditt vil koble seg opp mot mobilen på den forhånds innstilte tiden hver dag for å justere tiden automatisk.

• Å bruke automatisk justering

Uret vil justere tiden automatisk 4 ganger pr dag. Uret utfører justeringene automatisk uten at du trenger å gjøre noe.



Viktig!

- Uret kan muligens ikke utføre auto justering av tiden under forhold som beskrevet under.
 - Når uret er for langt borte fra mobilen den er koblet til
 - Når kommunikasjon ikke er mulig p.g.a. radioforstyrrelser, etc.
 - Når mobilen holder på å oppdatere seg.
 - Når G-SHOCK Connected ikke er startet på mobilen.
 - Når stoppeklokke eller nedtellings funksjonen er i gang

Merk

- Hvis Verdenstid byen er spesifisert med G-SHOCK Connected, vil tiden for den byen også bli justert automatisk.
- Uret vil kontakte mobilen og utføre auto justering av tiden rundt kl. 12:30 a.m., 06:30 a.m., 12:30 p.m. og 06:30 p.m. Kontakten mellom uret og mobilen blir automatisk kuttet når justeringen er ferdig.

● Starter justering av tid umiddelbart.

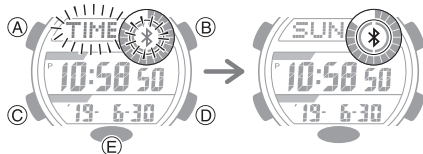
Tiden på uret vil justeres automatisk når det etableres kontakt mellom uret og mobilen. Når du ønsker å justere tiden på uret må du utføre prosedyren under for å kople uret til en mobil.

1. Trykk (D).

Dette gjør at og [TIME] begynner å blinke i displayet. vil stoppe å blinke når kobling mellom klokken og mobilen er etablert, og urets tid vil bli synkronisert med tiden på mobilen.

Prøver å koble til

Etterfulgt av tids justering

**Merk**

- Tilkoblingen vil automatisk bli avsluttet når justeringen er ferdig.
- Hvis justering av tiden feiler, vil uret gå tilbake til Tidvisnings Modus uten å endre tiden.

Å se Pedometer Data

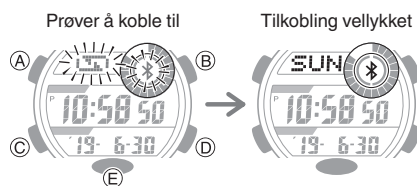
G-SHOCK Connected kan brukes til å se dataene under, som er målt med klokken.

- 24-timers skritt telling, trenings intensitet og fysisk anstrengelse
- Hvorvidt der er en stoppeklokke måling eller nedtellings måling eller ikke (24 timer med data vises ved å dele det opp i 30-minutters segment.)
- Ukentlig antall skritt, kalorier forbrent

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.

2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når begynner å blinke.

Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil stoppe å blinke.



3. Følg instruksjonene på skjermen for å vise skrittmåler dataene.

Merk

- Du kan ogs bruke G-SHOCK Connected til å spesifisere mål for antall skritt pr dag.
- Selv om skritt tellingen på klokken vises i sanntid, vil G-SHOCK Connected vise skritt tellingen hver hele og halve time. Dette gjør at skritt tellingen som vises i G-SHOCK Connected og på klokken kan være forskjellig.

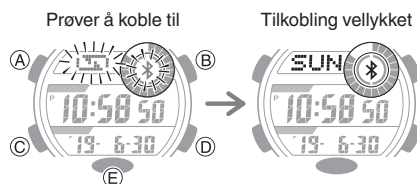
Å se Stoppeklokke Data

Dette avsnittet forklarer hvordan du sender rundetider og mellomtider (opp til 200 stk) som er lagret i urets minne, og andre data til mobilen så du kan se de i G-SHOCK Connected app'en.

● Å sende Stoppeklokke data til mobilen

Følg prosedyren under for å sende data fra uret til mobilen.

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
 2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når begynner å blinke.
- Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil stoppe å blinke.



3. Følg instruksene på mobilen for å overføre data målt med uret, til mobilen.

Når overføringen er ferdig, vil en liste over målte data vises på mobilen.

- Trykk på en data enhet for å se detaljene.

● Å sjekke sendte data

Bruk G-SHOCK Connected til å sjekke dataene du sendte til mobilen.

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
2. Følg instruksene på mobilen for å se måle dataene du ønsker.

Merk

- Du kan slette data ved å trykke "Edit".

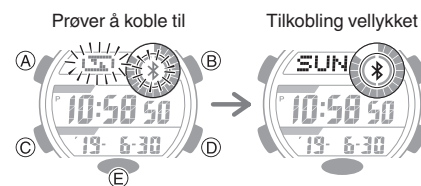
Konfigurere innstillingene for stoppeklokkens mål tid. (Target tid)

Du kan bruke G-SHOCK Connected til å justere innstillingene for opp til 10 mål tider (Target tider). Mål tider kan settes med 1-minutts enheter, med totalt opp til 24 timer.

- For informasjon om mål tider, se info under.

Oversikt

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
 2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når begynner å blinke.
- Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil stoppe å blinke.



3. Følg instruksene på mobilen for å justere stoppeklokkens mål tid.

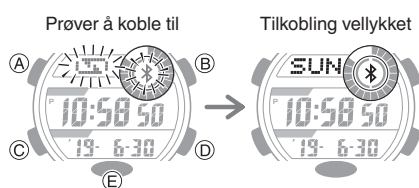
Konfigurering av nedtellerens innstillinger

Du kan bruke G-SHOCK Connected til å justere innstillingene på nedtelleren og lage en gruppe med flere nedtelling.

- For informasjon om den programmerbare nedtelleren, se info under.

Oversikt

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når ⌘ begynner å blinke.
Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil ⌘ stoppe å blinke.



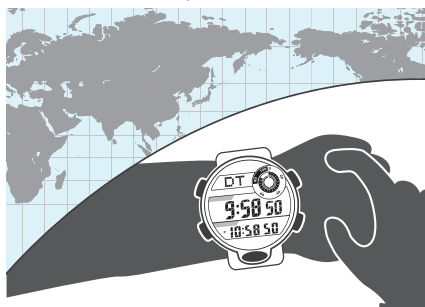
3. Følg instruksene på mobilen for å justere den programmerbare nedtellings tiden.

Merk

- Å endre en nedtellings tittel eller å slette en nedtelling, trykk "Edit".

Endre Verdenstid innstillingene

Spesifiserer du en Verdenstid by med G-SHOCK Connected, vil klokken Verdenstid by endres tilsvarende. Innstillingene for standard tid/sommertid for Verdenstiden vil bli justert automatisk.

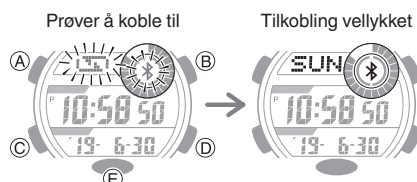


Merk

- G-SHOCK Connected Verdenstid lar deg velge mellom ca. 300 byer som Verdenstid By.

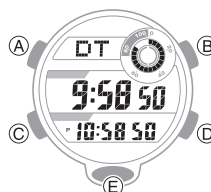
• Å velge en Verdenstid by

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når ⌘ begynner å blinke.
Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil ⌘ stoppe å blinke.



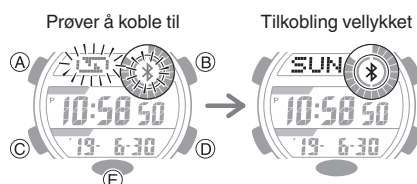
3. Følg informasjonen som vises på mobil telefonen. Innstilling for Verdenstid vil gjenspeiles på uret.

- Du kan sjekke verdenstiden ved å gå til Dual Tid Modus.



• Konfigurere innstilling for sommertid

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når ⌘ begynner å blinke.
Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil ⌘ stoppe å blinke.



3. Følg instruksene på mobilen for å justere sommertiden.

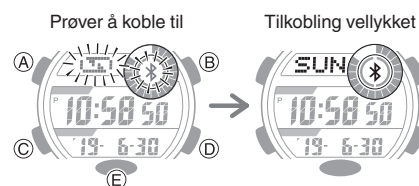
- "Auto"
Uret bytter mellom standard tid og sommertid automatisk.
- "OFF"
Uret indikerer alltid standard tid.
- "ON"
Uret indikerer alltid sommertid.

Merk

- Når innstilling av sommertid er satt til "Auto", vil uret skifte mellom sommertid og vanlig tid automatisk. Du trenger ikke å bytte mellom vanlig tid og sommertid manuelt. Selv om du befinner deg et sted som ikke bruker sommertid, kan allikevel uret stå på "Auto".
- Å endre tiden manuelt med uret gjør at automatisk skifting mellom standard tid og sommertid deaktiveres.
- En G-SHOCK Connected skjerm viser info om sommertid perioder.

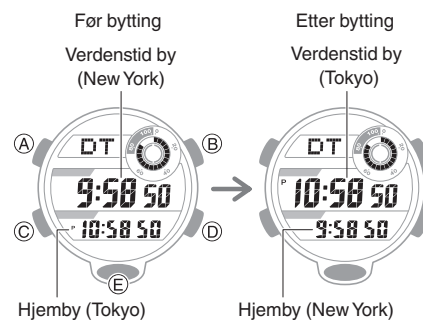
• Bytt lokal tid og Verdenstid med hverandre

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når ⌘ begynner å blinke.
Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil ⌘ stoppe å blinke.



3. Følg instruksene på mobilen for å bytte lokal tid og Verdenstid med hverandre.

For eksempel, hvis din hjemby er Tokyo og Verdenstid byen er New York, så vil de bli byttet om som vist under.



Merk

- Auto justering av tid blir ikke utført før det har gått 24 timer etter at bytting av lokal tid og Verdenstid er gjort.

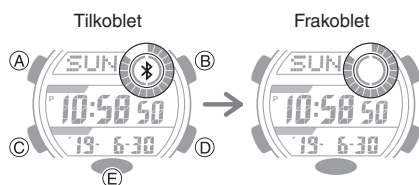
Telefon Finner

Du kan bruke "Telefon Finner (Phone Finder)" for å utløse en tone på mobiltelefonen for å gjøre det enkelt å finne den. Tonen vil høres selv om mobilen står på lydløs.

Viktig!

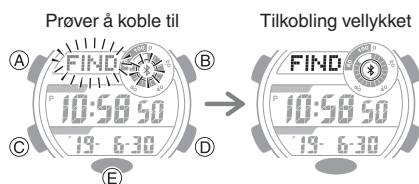
- Ikke bruk denne funksjonen i områder hvor mobilbruk ikke er tillatt.
- Tonen høres med høyt volum. Ikke bruk denne funksjonen når du har koplet øreplugger til mobiltelefonen.

1. Hvis uret er koblet sammen med en mobil, må du trykke på en knapp (men ikke på B) for å avbryte koblingen.



2. Hold inne (D) i minst 5 sekunder. Slipp knappen når [FIND] begynner å blinke. Når tilkobling er etablert mellom uret og mobilen, vil mobilens ringetone høres.

- Det vil ta noen sekunder før du hører mobilens ringetone.

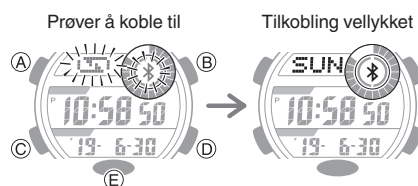


3. Trykk på en knapp (bortsett fra B) for å stoppe lyden.
 - Du kan trykke en av urets knapper for å stoppe lyden på mobiltelefonen kun i de første 30 sekundene etter at lyden startet.

Konfigurere urets innstillinger

Du kan bruke G-SHOCK Connected til å spesifisere lengden på tiden før Bluetooth tilkoblingen automatisk blir frakoblet, og til andre innstillinger.

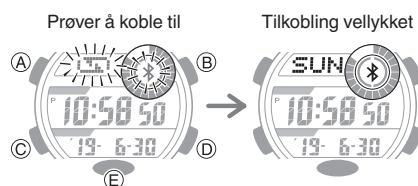
1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når begynner å blinke. Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil stoppe å blinke.



3. Velg den innstillingen du ønsker å endre og følg så anvisningene på mobiltelefonen.

Å endre hjemby tidens sommertid innstilling

1. Trykk "G-SHOCK Connected" ikonet.
2. Hold inne (D) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når begynner å blinke. Når en kobling er etablert mellom klokken og mobilen, vil stoppe å blinke.



3. Følg instruksene på mobilen for å justere sommertiden for din hjemby.

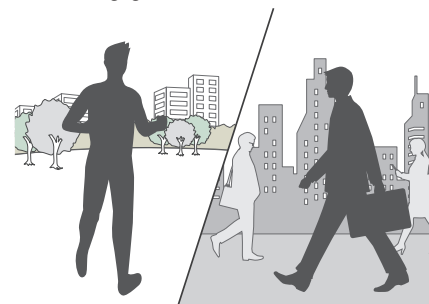
Pedometer (Skritt teller)

Du kan bruke Pedometeret til å telle antall skritt du går etc.



Å telle skritt

Hvis du har klokken korrekt på deg, vil Pedometeret telle skritt når du går under normal daglig aktivitet.



Viktig!

- Siden denne klokkes Pedometer er en håndledds-enhet, kan det hende at den teller skritt som ikke er skritt. Også unormal armbevegelse mens du går kan føre til feil telling av skritt.

● Klargjøring

For å oppnå den mest nøyaktige tellingen bør du ha klokken på deg slik at fronten på klokken er på utsiden av håndleddet ditt, og godt festet. Hvis klokken er festet løst rundt håndleddet vil det ikke være mulig å få en korrekt måling.

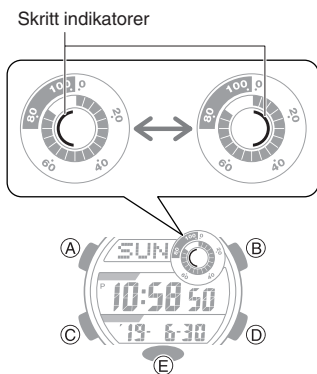


● Å telle skritt

Pedometeret vil begynne å telle srittene dine når du begynner å gå. Skritt indikatorene indikerer om skritt tellingen øker eller ikke.

Veksler med ett sekunders mellomrom: Går (skritt tellingen øker)

Begge vises: Står stille (skritt tellingen øker ikke)



● Å sjekke skritt telleren

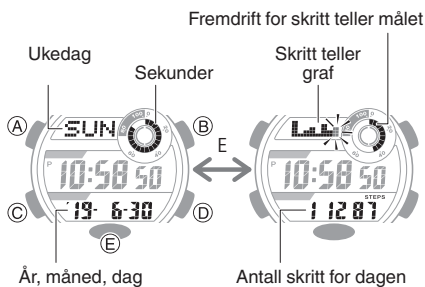
🔍 Å vise skritt tellingen

Å vise skritt tellingen

1. Gå til Tidvisnings Modus.

🔍 Navigering mellom Modus

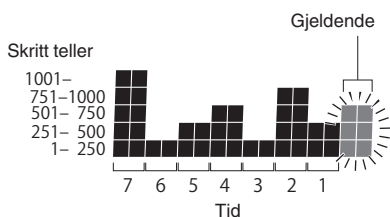
2. Bruk (E) til å vise skritt tellingen.



● Å tolke Skritt Teller Grafen

Skritt teller Grafen viser antall skritt (opp til 1000) du har tatt hver time. Dette lar deg enkelt sjekke tempoet ditt for de siste 7 eller 8 timene.

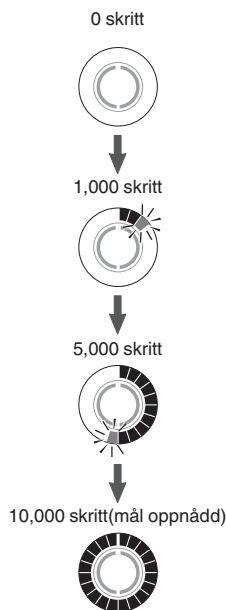
- Skritt teller Grafen vises ikke når antall skritt er null.
- Grafen er normalt oppdatert hver hele time.



● Å sjekke progresjonen for ditt daglige skritt mål

Det Grafiske Display Område viser din nåværende fremgang i forhold til å oppnå det daglige skritt målet spesifisert av deg.

Eksempel: Daglig mål på 10,000 skritt



Merk

- Skritt telleren kan vise en verdi opp til 999,999 skritt. Hvis skritt telleren overstiger 999,999, vil maksimums verdien (999,999) vises i displayet.
- Skritt-telleren vises ikke i de 10 første sekundene når du begynner å gå for å unngå feiltelling. Når du har gått i 10 sekunder vil tellingen vises, inkludert de skritt du har tatt i de første 10 sekundene.
- Grafen er normalt oppdatert hver hele time.
- Skritt-telleren nullstilles ved midnatt.
- For å spare strøm vil målingen stoppe automatisk hvis du tar av deg klokken (ingen merkbare bevegelser), og om du ikke utfører noen operasjoner i løpet av 2-3 minutter.
- De blir også oppdatert når en av de følgende ting under oppstår.
 - Når akselerometer operasjonen er stoppet for å spare strøm.
 - Når måling ikke er mulig pga feil eller for lite strøm.

Å nullstille dagens skritt telling

1. Gå til Tidvisnings Modus.

🔍 Navigering mellom Modus

2. Hold inne (D) og (E) samtidig i minst 2 sekunder. Slipp begge knappene når [CLR] og skritt tellingen stopper å blinke.

Dette nullstiller skritt tellingen.



Å spesifisere et mål for antall skritt per dag

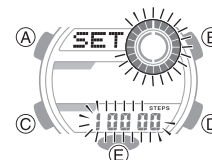
Du kan spesifisere et mål for antall skritt per dag i området 1 000 til 50 000 i enheter på 1 000 skritt.

1. Gå til Tidvisnings Modus.

🔍 Navigering mellom Modus

2. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når [SET] stopper å blinke.

- Nå vil gjeldende daglig skritt mål begynne å blinke.



3. Trykk (D) og (E) for å endre daglig skritt mål.

4. Trykk (A) når du er ferdig.

Årsaker til feil skritt telling

Alle forhold under kan påvirke nøyaktigheten.

- Å gå i slippers eller sandaler
- Å gå på fliser, tepper eller snø.
- Uregelmessig gange (F.eks. det å gå i kø.)
- Ekstremt sakte gange og ekstremt hurtig løping
- Når man triller en handlevogn eller en barnevogn
- I områder hvor der er mye vibrasjon, eller når man er i et kjøretøy
- Hyppige bevegelser med hånden eller armen (klapping etc)
- Å gå mens man leier en annen, å gå med stakk, eller andre bevegelser som gjør at armen og beina ikke er koordinert med hverandre.
- Normal daglig aktivitet (husvask etc)
- Å ha klokken på den dominante armen
- Å gå i 10 sekunder eller mindre

Stoppeklokke

Stoppeklokken måler tiden i 1/100-sekunds enheter den første timen og deretter i 1-sekunds enheter i opp til 24 timer.

I tillegg til måling av vanlig medgått tid, kan stoppeklokken også måle mellomtider og rundetider. Du kan også stille inn en mål tid og følge fremdriften når du oppnår det. Du kan justere innstillingene på klokken slik at den piper og/eller viser en indikator når du har nådd målet.

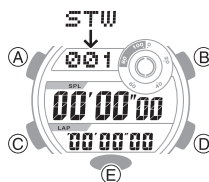
Merk

- Opp til 200 mellomtider og rundetider kan lagres i klokkes minne. Husk at om du lagrer en ny rundetid eller mellomtid når der allerede er lagret 200 stk i minnet, vil det føre til at den eldste rundetiden blir slettet automatisk for å lage plass til den nye.
- Bruk Minne Modus for å se det nyeste datasettet som er lagret i minnet.
- [Å se runde/mellomtid minner](#)
- Du kan bruke G-SHOCK Connected for å se gjennom tidligere datasett.

Klargjøring

Å gå til Stoppeklokke Modus.

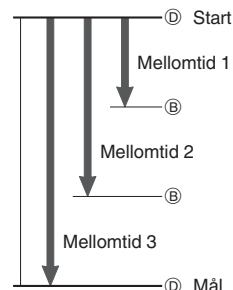
[Navigering mellom Modus](#)



Mellomtider og Rundetider

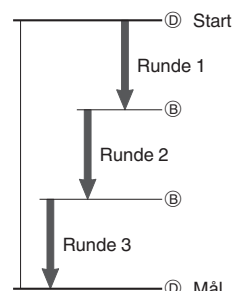
● Mellomtid

En mellomtid er tiden som er medgått fra start, opp til et hvilket som helst punkt i løypen. Du kan bruke operasjonen under til å måle mellomtider.



● Rundetid

En rundetid er tiden som du bruker for å løpe en runde i et løp.



Måling av medgått tid



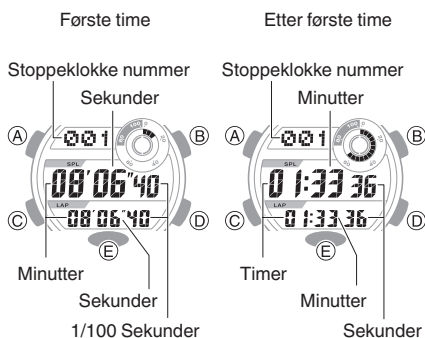
1. Bruk prosedyren under for å måle medgått tid.



2. Trykk (E) for å nullstille medgått tid.

● Tolkning angitt stoppeklokke verdier

Medgått tid vises i 1/100-sekunds enhet den første timen av målingen. Etter den første timen vil medgått tid vises med 1-sekunds enhet.



Måling av mellomtid eller rundetid



1. Velg den informasjonen du ønsker å vise.

🔗 [Bytte plass i displayet for mellomtid og rundetid](#)

2. Bruk prosedyren under for å måle medgått tid.

- Hvert trykk på (E) viser medgått tid fra målingen begynte og frem til dette punktet (mellomtid) og medgått tid for et spesifikt segment (rundetid).



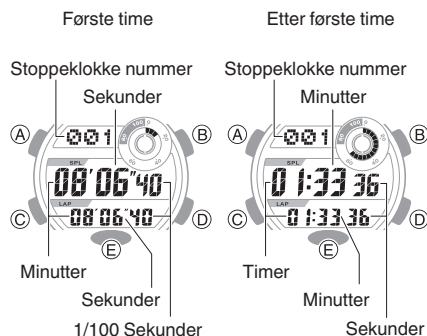
3. Trykk (E) for å nullstille medgått tid.

● Tolkning angitt stoppeklokke verdier

Både mellomtider og rundetider vises samtidig. Runde- og mellomtider opp til den første timen vises med 1/100-sekunds enheter. Etterfølgende målinger etter den første timen vises i 1 sekunders enheter.

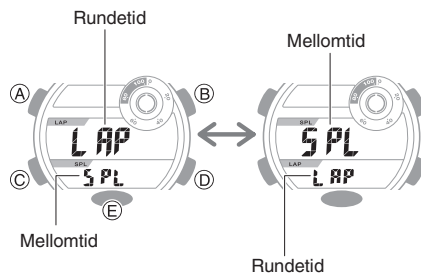
[SPL]: Mellomtid

[LAP]: Rundetid



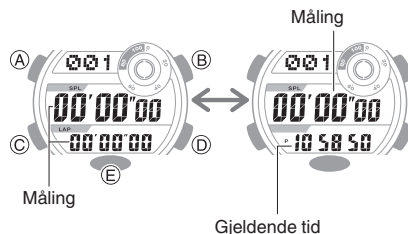
Bytte plass i displayet for mellomtid og rundetid

Når stoppeklokken er nullstilt, hold inne (E) i minst 2 sekunder for å bytte plass.



Å vise gjeldende tid under en stoppeklokke måling

Trykker du (A) vil gjeldende tid vises i det nedre displayet. Trykkes (A) en gang til vil displayet vise vanlig stoppeklokke igjen.



Hvordan bruke Mål Tid Alarm

Oversikt

Når du har stilt inn en eller flere mål tider, vil klokken pipe og vise en varsling for å gi deg beskjed når medgått tid når en mål tid.

Hvis du f.eks. ønsker å prøve å løpe 5 kilometer på 30 minutter, kan du sette mål tidene som vist under og overvåke ditt tempo for hver kilometer.

- Mål Tid 1: 6 minutter
- Mål Tid 2: 12 minutter
- Mål Tid 3: 18 minutter
- Mål Tid 4: 24 minutter
- Mål Tid 5: 30 minutter

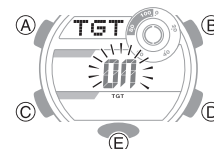
Spesifisering av Mål tid. (Target tid)

Du kan spesifisere opp til 10 Mål Tider, innenfor 24 timer, med 1-sekunds enheter.

- Hvis du ønsker å stille inn flere mål tider, still da inn den korteste tiden som mål tid 1 (Target Time 1) og de påfølgende tidene i stigende rekkefølge (Target Time 2, Target Time 3 etc.)

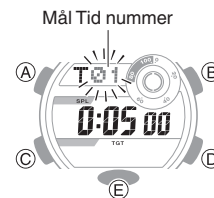
1. Når stoppeklokken er nullstilt, hold inne (A) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når [TGT] vises.

- Du kan selv aktivere eller deaktivere Mål Tid funksjonen ved å trykke (D).



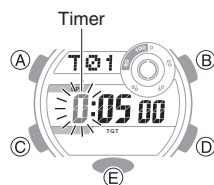
2. Trykk (C).

3. Bruk (D) og (E) for å velge Mål Tid nummer.



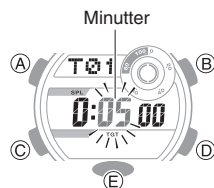
4. Trykk (C).

5. Trykk (D) og (E) for å endre Mål Tidens time-tall.



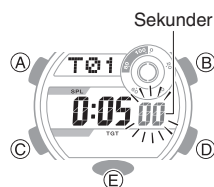
6. Trykk (C).

7. Trykk (D) og (E) for å endre Mål Tidens minutt-tall.



8. Trykk (C).

9. Trykk (D) og (E) for å endre Mål Tidens sekund-tall.



- Ønsker du å stille inn flere Mål Tid tider, repeter da trinn 2 til trinn 9 over.

10. Trykk (A) når du er ferdig.

Måling av medgått tid med Mål Tid Funksjonen

Du kan utføre de samme operasjonene for måling av medgått tid som de som er beskrevet i avsnittet under.

Måling av medgått tid

Måling av mellomtid eller rundetid

Startes en måling av medgått tid, vil [TGT] blinke i displayet.

En alarm vil høres i ca 10 sekunder for å informere om at den medgåtte tiden har nådd Mål Tiden som du har satt.

[TGT] forsvinner fra displayet når medgått tid overstiger den siste Mål Tiden.



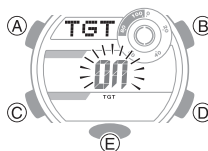
Merk

- [TGT] vil vises hvis du stopper tids målingen mens der er en eller flere Mål Tider igjen.

Nullstille en spesifikk Mål Tid

Følg prosedyren under for å slette en valgt Mål Tid.

1. Når stoppeklokken er nullstilt, hold inne (A) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når [TGT] vises.



2. Trykk (C).

3. Bruk (D) og (E) for å vise nummeret på Mål Tiden du ønsker å nullstille.

Mål Tid nummer



4. Trykk (C).

5. Hold inne (D) og (E) samtidig i minst 2 sekunder. Slipp begge knappene når den valgte Mål Tiden blir til [0:00 00].

Dette indikerer at den valgte Mål Tiden er nullstilt.



6. Trykk (A) for å avslutte.

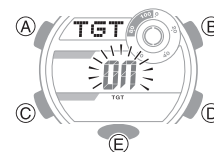
Nullstille alle Mål Tider

Prosedyren under nullstiller alle Mål Tider, og gjenoppretter innstillingene til fabrikk innstilling.

fabrikkinnstillinger

- Mål Tid 1: 5 minutter
- Mål Tid Funksjon: Off

1. Når stoppeklokken er nullstilt, hold inne (A) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når [TGT] vises.



2. Trykk (C).

Mål Tid nummer



3. Hold inne (D) og (E) samtidig i minst 5 sekunder. Slipp knappen når [ALL] stopper å blinke.

Dette tilbakestiller Mål Tid innstillingene til fabrikk innstilling.



4. Trykk (A) for å avslutte.

Å se data for målte tider

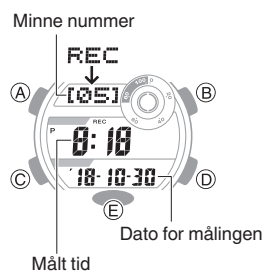
Å se runde/mellomtid minner

Du kan bruke funksjonen under til å se mellomtider og rundetider.

- Gå til Tilbakekall Modus.

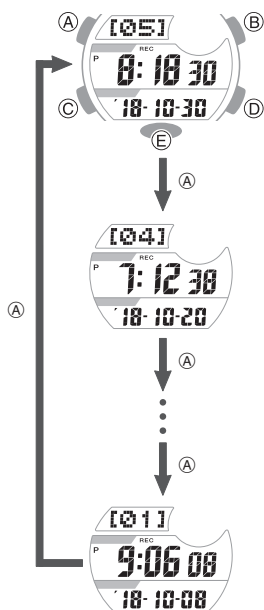
⌚ Navigering mellom Modus

- Dette fører til at det siste måle nummeret og datoen vises.



2. Bruk (A) for å bla gjennom måle numrene.

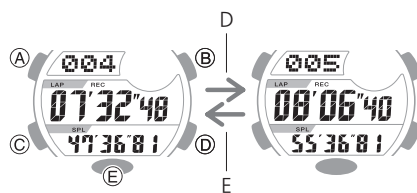
- Hver gang du trykker på (A), vil den neste eldre måle nummeret vises.



3. Bruk (D) og (E) for å vise måle verdien du ønsker.

[LAP]: Rundetid

[SPL]: Mellomtid



Merk

- Et minne for målings data genereres og tillegges et nummer for hver målings operasjon (fra start til stop).

Å slette et spesifikt Data Minne

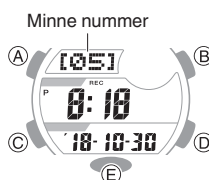
Følg prosedyren under for å slette et valgt minne.

1. Gå til Tilbakekall Modus.

⌚ Navigering mellom Modus

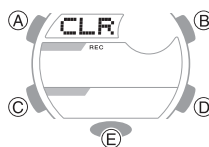
2. Trykk (A) for å vise nummeret for målingen du ønsker å slette.

- Hvert trykk på (A) fører til neste måle nummer.



3. Hold inne (D) og (E) samtidig i minst 2 sekunder. Slipp knappene når [CLR] stopper å blinke.

Dette vil slette de viste data.



Merk

- Du kan ikke slette data når måling av medgått tid pågår.

Setting av alle Data

Du kan følge prosedyren under for å slette alle måle data som er lagret i minne.

1. Gå til Tilbakekall Modus.

⌚ Navigering mellom Modus

2. Hold inne (D) og (E) samtidig i minst 5 sekunder. Slipp knappen når [CLR ALL] stopper å blinke.

[CLR] blinker og så stopper å blinke for å indikere at de viste data ble slette.

Fortsetter du å holde knappene inne vil [ALL] begynne å blinke og så stoppe for å indikere at alle data er slettet.



Merk

- Du kan ikke slette data når måling av medgått tid pågår.

Nedteller

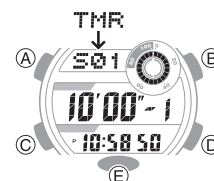
Nedtelleren teller ned fra start-tiden som du har spesifisert. Klokken vil pipe hvert sekund de siste 5 sekundene av en nedtelling.

- Alarmen er dempet i tilfeller som beskrevet under.
- Når batteri nivået er lavt

Klargjøring

Å gå til Nedtellings Modus.

⌚ Navigering mellom Modus



Still inn nedtellerens start tid

Start-tiden kan stilles inn med ett-sekunds trinn opp til 60 minutter.

- Hvis en nedtelling er i gang må du nullstille den før du utfører denne operasjonen.

Å bruke Nedtelleren

1. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når antall for auto repeat (01 til 20 begynner å blinke.

Antall repetisjoner

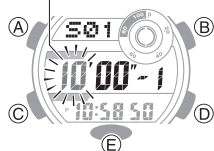


2. Bruk (D) og (E) for å velge antall auto repetisjoner.
3. Trykk (C).
4. Bruk (D) og (E) for å vise [1].



5. Trykk (C).
Nå vil minutt-tallene blinke.
6. Trykk (D) og (E) for å endre nedtellerens minutt-tall.

Minutter



7. Trykk (C).
Nå vil sekundene blinke.
8. Trykk (D) og (E) for å endre nedtellerens sekund-tall.

Sekunder

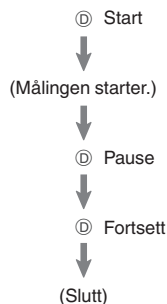


9. Trykk (A) når du er ferdig.

Å bruke Nedtelleren



En typisk operasjon er vist under.



- Klokken vil pipe hvert sekund de siste 5 sekundene av en nedtelling.
- For å stoppe en nedtelling, må du først sette den på pause, og så trykke (E). Nå vil nedtelleren gå tilbake til start-tiden.

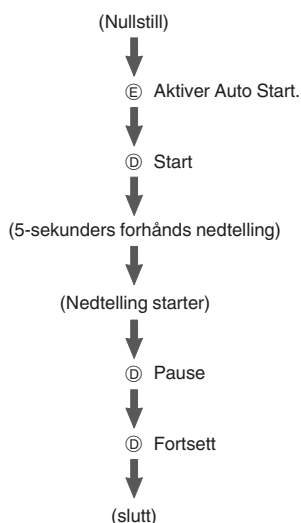
Å måle medgått tid med Auto Start

Du kan følge prosedyren under slik at en nedtelling starter automatisk, etter en 5-sekunders forhånds nedtelling.

5 nedtellings sekunder igjen



En typisk operasjon er vist under.



- For å stoppe en nedtelling, må du først sette den på pause, og så trykke (E). Nå vil nedtelleren gå tilbake til start-tiden.

Å bruke den programmerbare nedtelleren som en intervall nedteller

Oversikt

Du kan konfigurere innstillingene for flere Nedtelling slik at de kan utføre forskjellige nedtelling den ene etter den andre (Intervall nedtelling). Du kan bruke intervall nedtellingen til å kontrollere hvor mye tid du har brukt på push-ups, squats, eller andre fitness øvelser.

For eksempel kan du konfigurere Intervall Nedtelleren som vist under og ha intervallene ① til ④ repetert 10 ganger

Innstilling for Nedtelleren

- Intervall 1: 30 sekunder
- Intervall 2: 20 sekunder
- Intervall 3: 30 sekunder
- Intervall 4: 25 sekunder
- Sett: 10

Intervall trenings økt

- ① Push-ups: 30 sekunder
- ② Hvile: 20 sekunder
- ③ Squats: 30 sekunder
- ④ Hvile: 25 sekunder

Merk

- Du kan konfigurere opp til 5 forskjellige nedtelling som kan repeteres opp til 20 ganger (Auto repeat).

Innstilling av en intervall nedtelling

- Hvis en nedtelling er i gang må du nullstille den før du utfører denne operasjonen.

Å bruke Nedtelleren

1. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når antall for auto repeat (01 til 20 begynner å blinke.

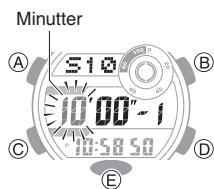
Antall repetisjoner



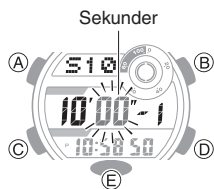
2. Bruk (D) og (E) for å velge antall auto repetisjoner.
3. Trykk (C).
4. Bruk (D) og (E) for å spesifisere posisjonen av nedtellingen i sekvens.
 - Å spesifisere første posisjon, set [1].



5. Trykk (C).
Nå vil minutt-tallene for Nedteller 1 blinke.
6. Trykk (D) og (E) for å endre nedtellerens minutt-tall.



7. Trykk (C).
Nå vil sekund-tallene for Nedteller 1 blinke.
8. Trykk (D) og (E) for å endre nedtellerens sekund-tall.



9. Trykk (C) to ganger.
Nå returnerer skjermen til trinn 4.
10. Repeter trinn 4 til 9 så mange ganger som nødvendig for å konfigurere innstillingene for de andre nedtellerne.
11. Trykk (A) når du er ferdig.

Bruk av Intervall Nedtelleren

1. Trykk (D) for å starte nedtellingen.

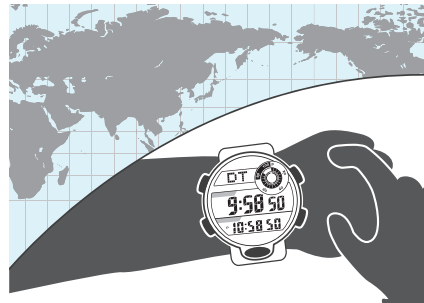


Klokken piper hvert sekund for de siste 5 sekundene av nedtellingstiden, og starter nedtellingen for neste nedteller når den har kommet til 0.

- For å pause en pågående nedtelling, trykk (D). Ønsker du å starte nedtellingen på nytt etter å ha satt den på pause, trykker du (E).
- Når en multipel nedtellingsoperasjon er i gang, kan du umiddelbart avslutte den pågående nedtellingen for å starte neste nedtelling ved å holde inne (A) i minst 0.5 sekunder.

Dual tid

Dual Tid lar deg vise gjeldende tid i forskjellige tids soner over hele verden.



Klargjøring

Å gå til Dual Tid Modus.

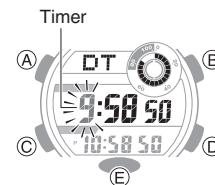
🔍 Navigering mellom Modus



Endre Dual tid innstillingene

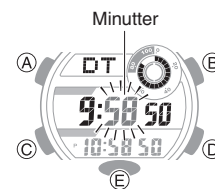
Med Dual Tid kan du ha kontroll på tiden i en annen tidssone i tillegg til tiden der du befinner deg.

1. Hold inne (A) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når timetallet begynner å blinke.



2. Bruk (D) og (E) for å endre time-tallet.
3. Trykk (C).

Nå vil minutt-tallene blinke.



4. Bruk (D) og (E) for å endre minutt-tallet.
 - Du kan innstillingen i 15 minutters trinn.
5. Trykk (A) når du er ferdig.

Å bytte hjemby tid med Dual tid

1. Å gå til Dual Tid Modus.

🔍 Navigering mellom Modus

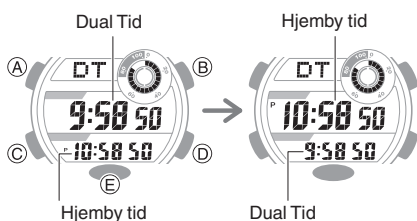


2. Hold inne (E) i minst 2 sekunder.

Dette bytter hjemby tid med Dual tid

Før bytting

Etter bytting



Merk

- Denne funksjonen er nyttig dersom du reiser deg til en annen tidssone. For detaljer om hvordan du bruker den, se avsnitt under.

🔍 Flytte til en annen tidssone

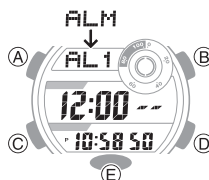
Alarmer og timesignal

Klokken piper når alarm tiden er nådd. Du kan stille inn opp til 5 forskjellige alarmer. Timesignalet får klokken til å pipe hver hele time.

Klargjøring

Å gå til Alarm Modus

🔍 Navigering mellom Modus



Still inn alarm tid

1. Trykk (D) for å bla gjennom alarm numrene ([AL1] til [AL5]) til det alarm nummeret du ønsker å endre vises.

Alarm nummer



2. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når timetallet begynner å blinke.

Timer



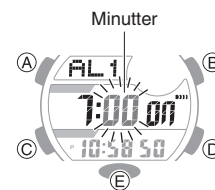
3. Bruk (D) og (E) for å endre time-tallet.

- Hvis du bruker 12-timers tidvisning vil [P] indikere p.m.



4. Trykk (C).

Nå vil minutt-tallene blinke.



5. Bruk (D) og (E) for å endre minutt-tallet.

6. Trykk (A) når du er ferdig.

Merk

- En alarm vil lyde i 10 sekunder for å varsle at alarmtiden er nådd.

Aktivering/Deaktivering av en alarm eller timesignalet

1. Trykk (D) for å bla gjennom alarm numrene ([AL1] til [AL5]) til det alarm nummeret du ønsker å endre vises.

Alarm eller timesignal



2. Trykk (E) for å slå Alarm eller Timesignalet på (ON) eller av (OFF).

[On]: På

[--]: Off

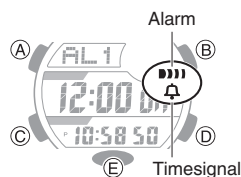


Å stoppe en Alarm

Trykk en knapp mens alarmen piper for å stoppe den.

Sjekk en alarms Av/På status

Aktivering av en alarm eller timesignalet fører til at den gjeldende indikator vises i displayet. Alarm på-indikatoren vises i alle modus når en eller flere alarmer er aktivert.



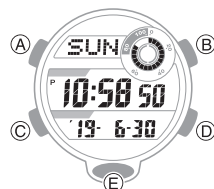
Å justere tiden manuelt

Når der ikke er noe kommunikasjon med mobilen, kan tid og dato bli justert ved å følge prosedyren under.

Klargjøring

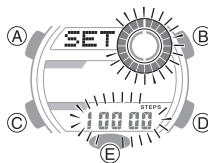
Gå til Tidvisnings Modus.

🔍 Navigering mellom Modus

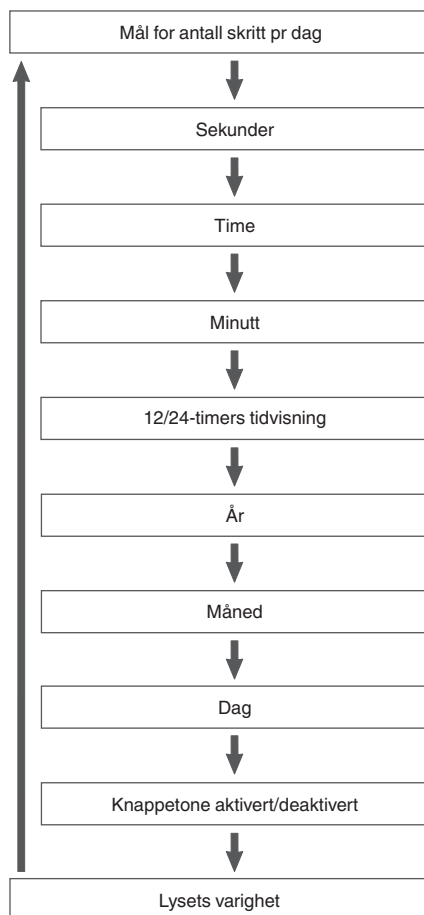


Innstilling av tid/dato

1. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når [SET] stopper å blinke.



2. Fortsett å hold inne (C) til den innstillingen du ønsker å endre blinker.
 - Hvert trykk på (C) flytter blinkingen til neste innstilling i sekvensen som vist under.



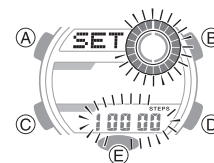
3. Konfigurer dato og tids innstillinger.

- For å nullstille sekundene til 00: Trykk (D). Minuttene øker med 1 hvis sekundene er mellom 30 og 59.
- Å endre andre innstillinger: Bruk (D) og (E).

4. Repeter trinn 2 til 3 for å konfigurere dato og tids innstillingene.
5. Trykk (A) når du er ferdig.

Skifte mellom 12- og 24-times tidvisning

1. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når [SET] stopper å blinke.



2. Trykk (C) 4 ganger til gjeldende innstilling ([12H] eller [24H]) blinker i displayet.



3. Trykk (D) for å velge mellom [12H] (12-timers visning) og [24H] (24-timers visning).
4. Trykk (A) når du er ferdig.

Merk

- Når 12-timers visning er valgt, vil [P] vises for for p.m. tider.

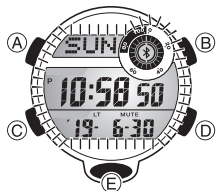


Lys

Uret har et LED lys som du kan slå på for å se tiden i mørke.

Å lyse opp displayet manuelt

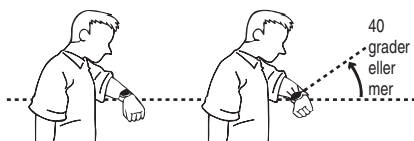
Trykk (B) for å slå på lyset.



- Hvis displayet er lyst opp, vil lyset slukke automatisk dersom en alarm begynner å pipe.

Auto Lys

Hvis Auto Lys er aktivert, vil illuminator lyset automatisk slå seg på når du vrir håndleddet mot deg med 40 graders vinkel eller mer.



Viktig!

- Auto Lys vil kanskje ikke fungere riktig hvis klokken er i en horisontal vinkel på 15 grader eller mer fra horisontalen som vist på illustrasjonen under.



- Elektro-statisk lading eller magnetisme kan forstyrre auto lys funksjonen.. Skjer dette må du prøve å senke armen og vri den mot deg igjen.
- Når uret flytter seg kan du høre en raslende lyd. Dette har med auto lys funksjonen å gjøre. Dette indikerer ikke noe feil.

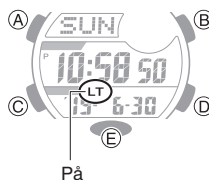
Merk

- Auto Lys er deaktivert når en av følgende forhold under inntreffer.
 - Alarm, nedtellings varsling, eller andre pipelyder

Konfigurering av Auto Lys innstillingene

Hver gang (B) blir holdt inne i ca 3 sekunder i Tidvisnings Modus, vil Auto Lys veksle mellom å være aktivert og deaktivert.

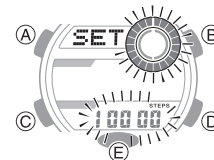
- [LT] vises når Auto Lys er aktivert.
- Auto Lys forblir aktivert i kun 6 timer. Etter det vil Auto Lyset automatisk bli deaktivert.



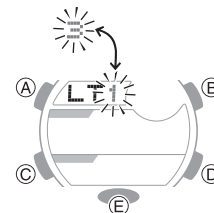
Bestemme lys varigheten

Du kan velge enten 1.5 sekunder eller 3 sekunder for lys varigheten.

1. Gå til Tidvisnings Modus.
 - 🔍 Navigering mellom Modus
2. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når [SET] stopper å blinke.





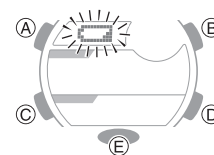
3. Trykk (C) 9 ganger for å vise [LT].
4. Trykk (D) for å velge mellom de to lys-varighetene.
 - [1]: 1,5 sekunder lys-varighet
 - [3]: 3 sekunder lys-varighet



5. Trykk (A) når du er ferdig.

Skifte av batteri

Når batteri nivået blir lavt, vil  begynne å blinke og noen av funksjonene vil bli deaktivert. If  fortsetter å blinke, må du skifte batteriet.

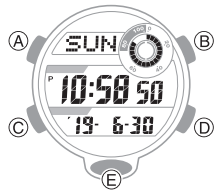


Andre innstillinger

Klargjøring

Gå til Tidvisnings Modus.

🔗 [Navigering mellom Modus](#)



Aktiver knappetone

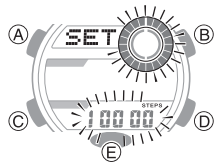
Følg prosedyren under for å aktivere eller deaktivere knappetonen.

- [MUTE] vises når knappetonen er deaktivert.

1. Gå til Tidvisnings Modus.

🔗 [Navigering mellom Modus](#)

2. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når [SET] stopper å blinke.



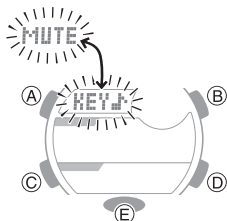
3. Trykk (C) 8 ganger til [KEY] eller [MUTE] blinker i displayet.



4. Trykk (D) for å skifte knappetonen mellom aktivert og deaktivert.

[KEY]: Knappetonen er aktivert.

[MUTE]: Knappetonen er deaktivert.



5. Trykk (A) når du er ferdig.

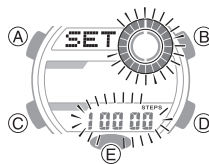
Tilbakestill uret til fabrikkinnstillinger

Dette avsnittet forklarer hvordan du tilbakestiller urets innstillinger under til fabrikkinnstillingene.

- Innstilling av uret
- Pedometer
- Stoppeklokke
- Nedteller
- Alarm

1. Hold inne (C) i minst 2 sekunder for å gå til Tidvisnings Modus.

2. Hold inne (A) i minst 2 sekunder Slipp knappen når [SET] stopper å blinke.



3. Trykk (C).

Nå vil sekundene begynne å blinke.



4. Hold inne (E) i minst 5 sekunder. Slipp knappen når [RESET ALL] stopper å blinke.



5. Trykk (A) når du er ferdig.

Merk

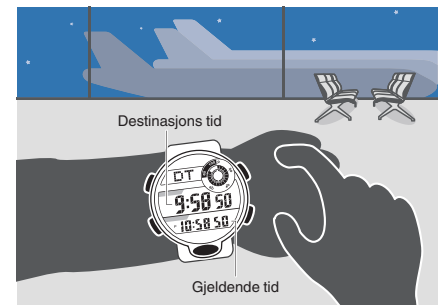
- Nullstilling av uret vil også slette informasjon vedr paring med en mobil.

Flytte til en annen tidssone

Bruk fremgangsmåten nedenfor for å enkelt endre dato og klokkeslett på uret til et destinasjons sted.

• Før ombordstigning

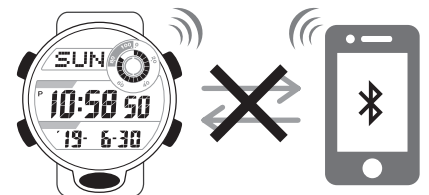
1. Juster Verdenstiden (Dual Tid) til gjeldende tid for destinasjons stedet.



🔗 [Å bruke G-SHOCK Connected til konfigurere innstillingene](#)

🔗 [Å bruke klokkenes funksjoner til konfigurere innstillingene](#)

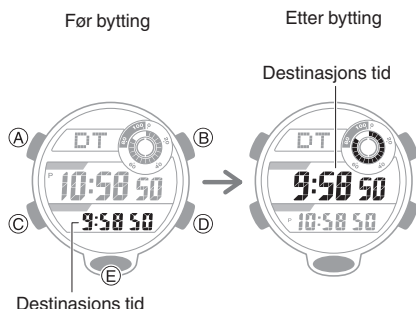
2. Deaktiver automatisk justering av tid



🔗 [Å bruke uret i et sykehus eller i et fly](#)

● I flyet, før ankomst til din destinasjon

1. Bytt den opprinnelige tidssone tiden med destinasjonens tidssone tid.



🔗 [Å bruke G-SHOCK Connected til konfigurere innstillingene](#)

🔗 [Å bruke klokkenes funksjoner til konfigurere innstillingene](#)

● Etter ankomst

1. Å justere tiden
 - 🔗 [Starter justering av tid umiddelbart](#)
2. Aktiver automatisk justering av tid
 - 🔗 [Å bruke uret i et sykehus eller i et fly](#)

Annenn informasjon

Denne delen inneholder informasjon du også trenger å vite, men som ikke har med funksjoner å gjøre. Referer til denne informasjonen når det er nødvendig.

Støttede telefonmodeller

For informasjon om mobiler som kan brukes med denne klokken, se CASIO sin webside.

http://world.casio.com/os_mobile/wat/

Spesifikasjoner

Nøyaktighet ved normaltemperatur:

±15 sekunder pr måned i gjennomsnitt når kommunikasjon med mobilen ikke er mulig.

Tidvisning:

Time, minutt, sekund, år, måned, dato, ukedag, a.m./ p.m. (P)/24-timers format, full auto kalender (2000 til 2099)

Pedometer:

Skritt telleren bruker en 3+akset akselerometer
 Visnings område for skritt telleren: 0 til 999,999 skritt
 Skritt indikator
 Skritt teller Graf
 Skritt teller nullstilling
 Automatisk nullstilling ved midnatt hver dag
 Manuell nullstilling
 Innstilling av daglig skritt mål
 Skritt teller enhet: 1,000 skritt
 Skritt teller område: 1 000 til 50 000 skritt
 Skritt teller nøyaktighet
 ±3% (Ifølge vibrasjonstesting)
 Strømsparing

Stoppeklokke/Data minne:

Måleenhet
 1/100 sekund (første timen); 1 sekund (etter første time)
 Målings område: 23 timer, 59 minutter, 59 sekunder
 Måle funksjoner:
 Normal medgått tid; kumulativ tid; runde/mellomtid; 200 data minner
 Mål Tid alarm:
 Opp til 10 tids innstillinger; klokken piper (i 10 sekunder) når en Mål Tid er nådd

Nedteller:

Måleenhet: 1 sekund
 Målings område: 60 minutter
 Antall intervaller: 1 til 5
 Antall automatiske repetisjoner: 1 til 20
 Tids innstillings enhet: 1 sekund
 Tids innstillings område: 1 sekund til 60 minutter
 Siste 5-sekunders nedtelling, slutt-tid alarm
 Auto Start

Dual Tid:

Time, minutt, sekund
 Lokal tid bytting

Alarm:

Tids alarmer
 Antall alarmer: 5
 Innstillings enhet: Timer, minutter
 Alarm tone varighet: 10 sekunder
 Timesignal: Signal hver hele time

Mobile Link:

Automatisk justering av tid
 Tiden justeres automatisk ved forhåndsinnstilt tid.
 En-touch tids justering
 Manuell tilkopling og tids justering
 Telefon-finner
 Varsellyden for urets operasjoner høres på mobil telefonen.
 Verdenstid
 Gjeldende tid for ca 300 byer valgt for uret
 Bytte Hjemby/Verdenstid by
 Overføring av skritt teller data
 Skritt teller, kalorier
 Stoppeklokke dataoverføring
 200 runde/mellomtid målinger (dato og tid, runde/mellomtid, runde nummer)
 ● Automatisk bytte til sommertid
 Automatisk bytte mellom vanlig tid og sommertid.
 Innstilling for Nedtelleren
 Innstilling for Alarm
 Data kommunikasjons Spesifikasjoner
 Bluetooth®
 Frekvens bånd: 2400MHz til 2480MHz
 Maksimal overføring: 0 dBm (1 mW)
 Kommunikasjons rekkevidde: Opp til 2 meter (avhenger av omgivelsene)

Annet:

LED lys med høy lysstyrke; innstilling av lys-varighet; Auto Lys; knappetone på/av; varsel for lavt batteri

Strøm:

CR2025 x 1 (batteri selges separat)
 Batteri levetid: Ca. 3 år
 Vilkår
 Automatisk justering av tid: 4 minutter/dag
 Alarm: En gang (10 sekunder) pr. dag
 Lys-funksjonen: En gang (1,5 sekunder) pr. dag
 Skritt teller: 12 timer/dag

Spesifikasjonene kan endres uten varsel.

Mobile Link forholdsregler

● Juridiske Forholdsregler

- Dette produktet er i samsvar med, eller har fått godkjenning under radio lover i ulike land og geografiske områder. Å bruke dette uret i områder hvor det ikke er i samsvar med eller ikke har fått godkjenning i henhold til radio lover, kan være straffbart. For detaljer, besøk CASIO Website.

<http://world.casio.com/ce/BLE/>

- Bruk av dette produktet om bord i fly er begrenset av luftfarts lover i hvert enkelt land. Pass på å følge instruksjonene til flypersonalet.

● Forholdsregler ved bruk av Mobile Link

- Når uret brukes sammen med en mobiltelefon må de være nær hverandre. En rekkevidde på 2 meter er bare anbefalt som en retningslinje, men lokale forhold (vegger, møbler etc.), bygningens konstruksjon og andre faktorer kan gjøre det til at rekkevidden blir mindre.
- Dette uret kan bli påvirket av andre enheter (elektroniske enheter, audio/video utstyr, kontor utstyr etc.) Spesielt kan det bli påvirket av en mikrobølgeovn. Uret kan ikke kommunisere normalt med en mobiltelefon hvis en mikrobølgeovn er startet i nærheten. Derimot kan uret forårsake støy i radio mottak og video bilder på TV.
- Bluetooth på dette uret bruker samme frekvens bånd (2.4 GHz) som en trådløs LAN enhet, og bruk av slikt utstyr i nærheten av uret kan føre til radio forstyrrelser, treg kommunikasjons hastighet og støy for uret og den trådløse LAN enheten, eller til og med kommunikasjon feil.

● Å stoppe radiobølge sending fra uret

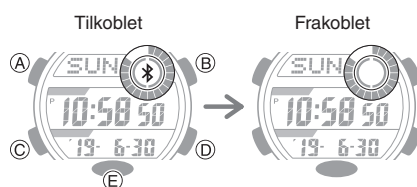
Denne klokken genererer radiobølger når \times vises.

Selv om \times ikke vises, vil klokken automatisk forsøke å koble til en mobil 4 ganger om dagen, for å justere tiden.

Hvis du befinner deg på et sykehus, i et fly eller en annen plass hvor bruk av radiobølger ikke er tillatt, bruk operasjonene under for å stoppe genereringen av radiobølger.

- Å stoppe generering av radiobølger

Trykk på en knapp (bortsett fra B) for å avslutte Bluetooth tilkoblingen.



- Deaktivering av Auto tids Justering
Konfigurer G-SHOCK Connected innstillingene for å deaktivere synkroniseringen mellom uret og mobilen.

🗨️ [Å bruke uret i et sykehus eller i et fly](#)

Copyrights og Registrerte Copyrights

- The Bluetooth® ordmerke og logo er registrerte varemerker eid av Bluetooth SIG, Inc. og all bruk av disse av CASIO Computer Co., Ltd. er på lisens.
- iPhone og App Store er registrerte varemerker av Apple Inc. i USA og andre land.
- iOS er et varemerke eller registrert varemerke for Cisco Systems, Inc.
- GALAXY er registrert varemerke av Samsung Electronics Co., Ltd.
- Android og Google PlayTM er registrerte varemerker av Google LLC.
- Andre selskaps navn og produkt navn brukt her er varemerker eller registrerte varemerker av deres respektive selskap.

Spørsmål og svar

Jeg kan ikke pare uret med en mobiltelefon.

Q1 Jeg har aldri klart å etablere (pare)kontakt mellom uret og mobiltelefonen.

Braker du en mobiltelefon som støttes?

Sjekk om Mobil modellen og dens operativ system støttes av uret. For informasjon om støttede telefonmodeller, besøk CASIO Website.

http://world.casio.com/os_mobile/wat/

Har du innstallert G-SHOCK Connected på mobilen din?

G-SHOCK Connected app'en må være installert på mobilen for å kunne kobles til uret.

🗨️ [Inninstaller den påkrevde app'en på mobilen.](#)

Er mobiltelefonens Bluetooth innstillinger riktig?

Konfigurer mobiltelefonens Bluetooth innstillinger. For detaljer om innstillings prosedyrer må du se i mobil telefonens dokumentasjon.

iPhone Brukere

- "Settings" → "Bluetooth" → On

Android Brukere

- Enable Bluetooth.

Annet enn det som er nevnt over.

Noen mobiltelefoner må har BT Smart deaktivert for å bruke G-SHOCK Connected.

For detaljer om innstillings prosedyrer må du se i mobil telefonens dokumentasjon.

På Start skjermen, trykk: "Menu" → "Settings" → "Bluetooth" → "Menu" → "BT Smart settings" → "Disable".

Jeg kan ikke kople uret med en mobiltelefon på nytt.

Q1 Uret vil ikke kople til på nytt med mobiltelefonen etter at de er blitt frakoplet.

Har du startet G-SHOCK Connected på mobilen?

Uret kan ikke re-kobles til mobilen hvis ikke G-SHOCK Connected kjører på mobilen. På mobilens hjem skjerm trykker du "G-SHOCK Connected" ikonet.

Så, på klokken, hold inne MODE knappen (C) i ca 2 sekunder for å gå til Tidvisnings Modus. Etter det, hold inne CONNECT (D) i ca 2 sekunder for å etablere en kobling mellom klokken og mobilen.



Har du prøvd å slå av og på mobiltelefonen?

Slå mobilen av og på. På Hjem skjermen trykker du "G-SHOCK Connected" ikonet.

Så, på klokken, hold inne MODE knappen (C) i ca 2 sekunder for å gå til Tidvisnings Modus. Etter det, hold inne CONNECT (D) i ca 2 sekunder for å etablere en kobling mellom klokken og mobilen.



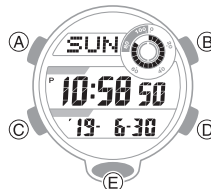
Er stoppeklokke eller nedtellings funksjonen i gang?

Uret kan ikke tilkoples en telefon når stoppeklokken eller nedtelleren er i gang. Vent til stoppeklokken eller nedtellingen er ferdig før du kobler til mobilen

Q2 Jeg kan ikke koble til når mobilen er i Fly Modus.

Når du har gått ut av mobiltelefonens Fly Modus må du gå til hjem skjermen og trykke på "G-SHOCK Connected" ikonet.

Så, på klokken, hold inne MODE knappen (C) i ca 2 sekunder for å gå til Tidvisnings Modus. Etter det, hold inne CONNECT (D) i ca 2 sekunder for å etablere en kobling mellom klokken og mobilen.



Q3 Jeg endret mobiltelefonens Bluetooth fra aktivert til deaktivert, og nå kan jeg ikke kople til lenger.

På mobilen må du endre innstillingen for Bluetooth fra deaktivert til aktivert, gå så til hjem skjermen og trykk på "G-SHOCK Connected" ikonet.

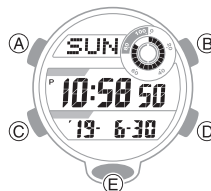
Så, på klokken, hold inne MODE knappen (C) i ca 2 sekunder for å gå til Tidvisnings Modus. Etter det, hold inne CONNECT (D) i ca 2 sekunder for å etablere en kobling mellom klokken og mobilen.



Q4 Jeg kan ikke kople til etter å ha slått av mobiltelefonen.

Slå på mobilen. På Hjem skjermen trykker du "G-SHOCK Connected" ikonet.

Så, på klokken, hold inne MODE knappen (C) i ca 2 sekunder for å gå til Tidvisnings Modus. Etter det, hold inne CONNECT (D) i ca 2 sekunder for å etablere en kobling mellom klokken og mobilen.



Mobil-Ur Tilkopling

Q1 Jeg kan ikke etablere en tilkopling mellom mobiltelefonen og uret.

Har du prøvd å slå av og på mobiltelefonen?

Slå mobilen av og på. På Hjem skjermen trykker du "G-SHOCK Connected" ikonet.

Så, på klokken, hold inne MODE knappen (C) i ca 2 sekunder for å gå til Tidvisnings Modus. Etter det, hold inne CONNECT (D) i ca 2 sekunder for å etablere en kobling mellom klokken og mobilen.



Har uret blitt parett på nytt med Mobiltelefonen?

Når du har slettet parings informasjonen fra G-SHOCK Connected, må du re-pare de.

[Frakobling](#)

Hvis du ikke kan etablere kontakt...

Bruk fremgangsmåten under for å slette parings/tilkoplings informasjonen på klokken, og koble så klokken og mobilen til hverandre igjen.

① Hold inne (C) i minst 2 sekunder for å gå til Tidvisnings Modus.

② Hold inne (A) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når [SET] stopper å blinke.

③ Trykk (C).

④ Hold inne (E) i minst 2 sekunder. Slipp knappen når [CLR] stopper å blinke.

⑤ Trykk (A) når du er ferdig.

Å skifte til en annen mobil model

Q1 Å kople gjeldende ur til en annen mobiltelefon.

Å pare uret med en mobiltelefon.

🔗 [Hvis du kjøper ny mobil](#)

Auto tids Justering med Bluetooth tilkobling (Tids justering)

Q1 Når vi uret justere tiden?

Uret vil kontakte mobilen og utføre auto justering av tiden rundt kl. 12:30 a.m., 06:30 a.m., 12:30 p.m. og 06:30 p.m. Kontakten mellom uret og mobilen blir automatisk kuttet når justeringen er ferdig.

Q2 Auto justering av tiden starter ikke.

Byttet du nylig hjemtid med Verdenstid, eller manuelt justerte tiden på uret?

Merk at auto tid justering ikke blir utført på 24 timer etter at hjemtid og Verdenstid er byttet, eller etter en manuell justering av tiden på uret. Auto tids justering vil fortsette 24 timer etter en av operasjonene over er utført.

Er Auto justerings tiden aktivert?

Auto tid justering vil ikke bli utført på forhånds innstilt tid hvis funksjonen ikke er aktivert. Aktiver automatisk justering av tid

🔗 [Å bruke uret i et sykehus eller i et fly](#)

Q3 Tiden vises ikke riktig.

Mobilens tid kan være feil fordi det ikke er mulig å koble til mobilnettet av en eller annen grunn. Hvis det skjer må du prøve å koble mobilen til nettverket igjen og justere tiden.

Pedometer

Q1 Skritt tellingen er ikke riktig.

Når du har uret på håndleddet kan det være at pedometeret oppdager "ikke-skritt" (når du står i ro og gjerne tramper med beina) og teller dette som skritt.

🔗 [Pedometer](#)

I tillegg kan problemer med skritt telling forekomme dersom klokken er festet feil til armen og armen beveger seg unormalt år du går.

🔗 [Å telle skritt](#)

Q2 Skritt tellingen øker ikke.

Skritt-telleren vises ikke når du begynner å gå for å unngå feiltelling. Den vises kun etter at du har gått 10 i sekunder, med et antall skritt du tok under den tiden som blir lagt til totalen.

Q3 [ERR] vises når jeg bruker pedometeret.

Hvis [ERR] (error(feil)) vises i displayet, indikerer det en funksjonsfeil på sensoren eller interne kretser, som gjør det umulig å ta målinger med sensoren. Hvis ikke meldingen forsvinner etter ca 3 minutter kan det bety at der er feil på en sensor.

Alarm

Q1 Alarmen høres ikke.

Er alarmen slått på? Hvis ikke, slå den på så alarmen kan høres.

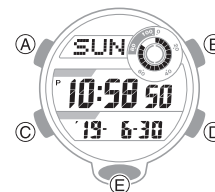
🔗 [Aktivering/Deaktivering av en alarm eller timesignalet](#)

Indikatorer

Q1 Jeg vet ikke lenger hvilke modus uret er i.

Displayet viser hvilket Modus klokken er i. Bruk (C) til å navigere mellom Modusene.

🔗 [Navigering mellom Modus](#)



Q2 Tiden på uret er feil med 1 time eller 30 minutter

Innstilling av sommertid er feil. Velg riktig innstilling.

🔗 [Å endre hjemby tidens sommertid innstilling](#)

Batteri

Q1 📶 blinker i det digitale displayet.

Dette indikerer at batteriet begynner å bli dårlig.

🔗 [Skifte av batteri](#)