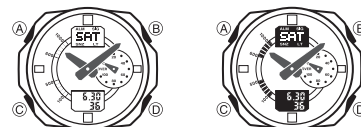


Bli kjent med uret

Gratulerer med nytt ur! Du får størst utbytte av uret hvis du leser manualen grundig.

- Ta vare på denne manualen for seinere bruk.

Om bruksanvisningen



• Avhengig av hvilke modell du har, vil teksten i displayet være enten mørk mot lys bakgrunn eller lys mot mørk bakgrunn. Alle eksempler i denne bruksanvisningen bruker mørke tegn mot lys bakgrunn.

N-1

- Urets knapper nevnes i denne bruksanvisningen med bokstaver som vist i illustrasjonene.
- Hvert hovedavsnitt i denne bruksanvisningen tar for seg et av urets Modus. Ytterligere teknisk informasjon finnes i avsnittet "Referanser".
- For best mulig utbytte og vedlikehold av dette uret bør du lese denne manualen grundig.

N-2

Innhold

Generell Guide	N-6
Tidvisning	N-8
Stoppeklokke	N-14
Nedtelling	N-25
Verdenstid	N-29
Alarmer	N-33
Lys	N-38
Justering av viserens utgangsposisjon	N-42
Referanse	N-44
Spesifikasjoner	N-48
Forholdsregler ved bruk	N-50
Vedlikehold	N-59

N-3

Referanseliste over funksjoner

Det følgende er en praktisk referanseliste for alle operasjoner som denne bruksanvisningen inneholder.

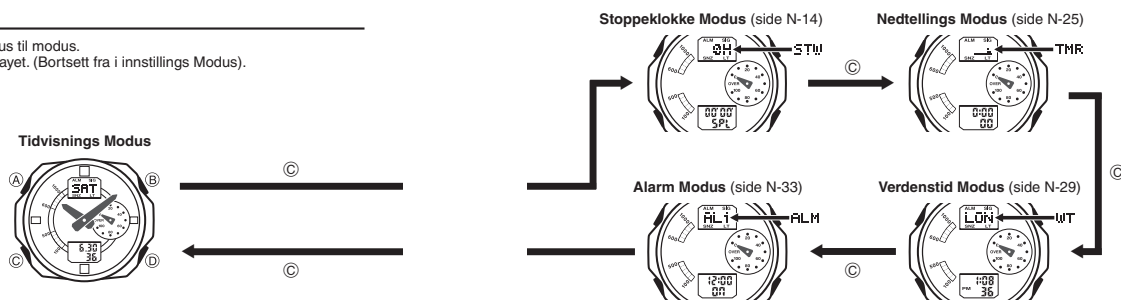
Innstilling av tid og dato	N-9
Sommertid-innstillinger	N-12
Å spesifisere en distanse verdi	N-16
Å spesifisere en rundetid- eller mellomtid måling	N-18
Å utføre måling av forløpt tid	N-19
Å stille inn stoppeklokken for rundetid avlesing	N-20
Å utføre måling av rundetid	N-21
Å stille inn stoppeklokken for mellomtid avlesing	N-22
Å utføre måling av mellomtid	N-23
Måling av tid med stoppeklokken	N-24
Å bruke nedtelleren	N-26

Konfigurerings av nedtellerens starttid og auto-repeat innstillinger	N-27
Å se tiden i en annen tidszone	N-30
Skift mellom vanlig tid og sommertid for en bykode	N-31
Å bytte lokalby og verdensby med hverandre	N-32
Innstilling av alarm-tid	N-34
Slå av og på en alarm	N-36
Slå av og på timesignalet	N-37
Å lyse opp displayet manuelt	N-38
Velg lysvarighet	N-39
Slå av og på autolys-funksjonen	N-41
Justering av utgangsposisjonene	N-42

N-5

Generell guide

- Trykk (C) for å skifte fra modus til modus.
- Trykk (B) for å lyse opp displayet. (Bortsett fra i innstillings Modus).



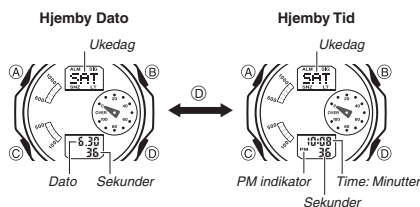
N-6

N-7

Tidvisning

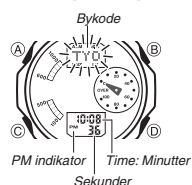
Du kan stille tid og dato manuelt for hjembyen din i Tidvisnings Modus.

- Å trykke (D) i Tidvisnings Modus vil vekselte displayet mellom å vise skjermene som vist under.



N-8

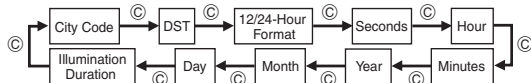
Innstilling av tid og dato



1. I Tidvisnings Modus, hold inne (A) i ca. 3 sekunder, til bykoden blinker i det øvre displayet. Dette er innstillingsdisplayet.
2. Benytt (D) og (B) til å velge bykode.
 - Husk å stille inn riktig bykode før du stiller andre ting.
 - For mer informasjon om bykoder, se bykodedatabellen bak i bruksanvisningen.

N-9

3. Trykk **C** for å flytte blinkingen i sekvensen som er vist nedenfor.



4. Når dataene som ønskes å redigeres blinker, trykk **D** eller **B** for å endre dataene som vist nedenfor.

Display	For å gjøre dette:	Gjør dette:
TYO	Endre bykode	Bruk D (øst) og B (vest).
OFF	Skift mellom sommertid (ON) og Standard Tid (OFF).	Trykk D .

N-10

Display	For å gjøre dette:	Gjør dette:
12H	Skifte mellom 12-timer (12H) og 24-timer (24H) tidvisning	Trykk D .
36	Nullstille sekundene til 00	Trykk D .
10:08	Skifte timer eller minutter	Bruk D (+) og B (-).
20 12 6.30	Skift år, måned eller dag	
LT1	Å veksle lysvarigheten mellom 1.5 sekunder (LT1) og 3 sekunder (LT3)	Trykk D .

5. Trykk **A** når du er ferdig.
 • Ukedag vises automatisk i forhold til datoinnstillingen.

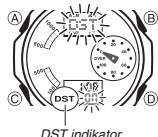
N-11

Sommertid (DST)

Sommertid er en time frem fra normal tidvisning. Husk at ikke alle land opererer med sommertid.

Sommertid-innstillinger

- I Tidvisnings Modus, hold inne **A** i ca. 3 sekunder, til bykoden blinker i det øvre displayet. Dette er innstillingsdisplayet.
- Trykk **C**. Dette for å få frem displayet for innstilling av sommertid (DST).
- Bruk **D** for å velge DST-innstilling off (av) og on (på).



DST indikator

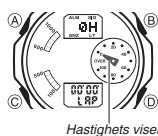
- Default DST innstilling er av (**OFF**).
- Trykk **A** når du er ferdig.
- DST indikatoren vises i displayet når sommertid er aktivert.

12-timer og 24-timers tidvisning

N-13

- Ved bruk av 12-timersformatet vil en **PM** indikator vises i det nedre displayet fra 12 på formiddagen til 11.59 om kvelden og ingen indikator vises fra midnatt til 11:59 på formiddagen.
- Ved valg av 24-timersformatet er det ingen **PM** indikator i displayet.
- Timeformatet (12/24) som velges i tidvisning vil gjelde i alle modus.

Stoppeklokke



Hastighets viser

- Du kan bruke stoppeklokken til å måle medgått tid, rundetider og mellomtider. Hvis du spesifiserer en distanse verdi, vil stoppeklokken også kalkulere og vise hastigheter.
- Målingene viser i displayet opp til 99 timer, 59 minutter og 59,999 sekunder. Stoppeklokken går til du stopper den. Hvis den når maxtid, vil den starte på nytt fra null.
 - Stoppeklokke-målinger fortsetter selv om du går ut av Stoppeklokke Modus mens en måling pågår, vil segmentene i Hastighetsindikatoren komme og forsvinne sekvensielt mens stoppeklokke sekundene telles.
 - Alle operasjonene i dette avsnittet utføres i Stoppeklokke Modus, som uret kommer i ved at du trykker **C** (side N-7).

N-14

Viktig!

- Kontroller at hastighetsviseren ikke er i bevegelse før du utfører noen stoppeklokke operasjoner.

Angi en distanse verdi

Du kan bruke prosedyren under for å spesifisere en distanse verdi, om du ønsker. Hvis du angir en distanse verdi vil uret kalkulere og angi hastighet for visse stoppeklokke operasjoner.

- Distanse verdien representerer kilometer, miles, eller noen annen distanse enhet du ønsker. Angi en avstand verdi på 10,0 for eksempel, kan bety 10,0 kilometer eller 10,0 miles.
- Ingen hastighets beregning utføres når 0.0 er spesifisert som den nåværende distanse verdi.
- For rundetid avlesninger, kan du angi enten rundetidstansen (når alle rundene er av samme distanse) eller total løps distanse.
- For mellomtid avlesninger, kan du kun angi total løps distanse. Selv om klokken vil indikere en hastighet hver gang du tar en mellomtid avlesning, vil de være basert på den totale løps avstand, slik at de ikke vil indikere faktisk mellomliggende mellomtid hastigheter.

N-15

Å spesifisere en distanse verdi

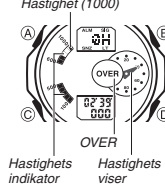


- I stoppeklokke Mode, sørg for stoppeklokken er stoppet og nullstilt.
 - Hvis du må nullstille stoppeklokken, trykk **A**.
- Hold inne **A** i ca. 3 sekunder til uret piper, **DIST** (**DIST**) vises i øvre display, og det venstre tallet av gjeldende distanseverdi blinker i nedre display.
 - Dette er Mode for innstilling av distanse verdi.
- Trykk **C** for å flytte blinkingen mellom verdiene på venstre side og høyre side av avstandens verdiens desimaltegn.
 - Mens en avstands verdi blinker, bruk **D** (+) og **B** (-) å endre det.
 - Du kan angi en avstand verdi i størrelsesorden 0,1 til 99,9.
- Etter å angi avstanden verdien du ønsker, trykk **A** for å avslutte innstillingsmodus.

N-16

Hvordan hastighet er indikert

Hastighet (1000)



Hastighets indikator Hastighets viser

- Mens en måling av forløpt tid operasjon blir utført i stoppeklokke Mode, vil uret vise en hastighet verdi, som er beregnet basert på avstanden du anga og medgått tid. Hastigheten indikeres med hastighets indikatoren (100 til 1000) til venstre og hastighetsviseren til høyre.
- Hastighetsindikatoren indikerer 100-tallets verdi.
- 1000 indikeres når hastigheten overstiger 1,000.
- Hastighetsviseren indikerer 10-tallets verdi.

Eksempel:

Ved en hastighet på 1740, vil en peker komme frem ved siden av 1000 i hastighetsindikatoren. Hastighetsindikatoren til venstre indikerer 700 Hastighetsviseren til høyre indikerer 40
 • Hastigheter kan indikeres fra 0 til 1998. **OVER** indikeres av hastighetsviseren når hastigheten overstiger 1998.

N-17

Tid målinger

Du må spesifisere enten rundetid (side E-20) eller mellomtid (siden E-22) måling før du starter en stoppeklokke operasjon.

- Hvis du ønsker å måle total medgått tid, velg mellomtidmåling.

Å spesifisere en rundetid- eller mellomtid avlesning

- I stoppeklokke Mode, sørg for stoppeklokken er stoppet og nullstilt.
 - Sørg for at **LRP** (rundetider) eller **SPL** (mellomtider) vises i nedre display.
 - Hvis du må nullstille stoppeklokken, trykk **A**.
- Trykk **A** for å veksle mellom **LRP** (rundetider) og **SPL** (mellomtider) i nedre display displayet.



N-18

Måling av forløpt tid

Bruk følgende fremgangsmåte for å måle medgått tid, uten å ta rundetid eller mellom tid målinger.

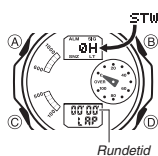
Hvordan gjennomføre måling av forløpt tid

Velg mellomtid (**SPL**) måling og deretter utfør følgende knappe operasjoner.

- Start → **D** Stop → **A** Nullstilt
- Hvis du har en avstand verdi (siden N-15) som er angitt for den aktuelle måling av forløpt tid, vil hastighets indikatoren til venstre og hastighetsviseren til høyre indikere den totale hastigheten når du trykker **D** for å stoppe forløpt tid operasjon.
- Etter å ha trykket **D** for å stoppe medgått (forløpt) tid operasjon, kan du trykke **D** igjen for re-starte fra det punktet der du slapp.

N-19

Rundetid



En rundetid lesing viser tiden som er gått siden sist rundetid lesing ble tatt.

- Hvis du vil at uret skal beregne hastigheten på hver runde (når alle rundene er like lang), angi distansen på runden i avstandsinstillingen (side E-15).
- Hvis du vil at uret skal beregne hastigheten på hele løpet, angi løpsavstand i avstandsinstillingen (side E-15). En hastighet vil bli indikert hver gang du tar en runde lesing, men disse runde-hastighetene vil ikke indikere faktisk hastighet av hele løpet.

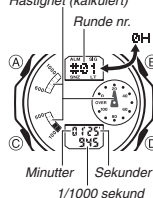
Å stille inn stoppeklokken for rundetid avlesing

1. I stoppeklokke Mode, sørg for stoppeklokken er stoppet og nullstilt.
 - Hvis du må nullstille stoppeklokken, trykk (A).
2. Sørg for at **L RP** (Rundetider) vises i nedre display.
 - Hvis **5 PL** (mellomtider) vises, trykk (A) for å skifte til **L RP**.

N-20

Hvordan utføre måling av rundetid

Hastighet (kalkulert)



Velg rundetid (**L RP**) måling og deretter utfør følgende knappe operasjoner.

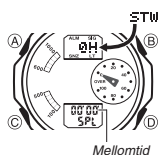
- ① Start → (A) Runde* → (A) Runde* →
- ② Stop → (A) Nullstill

* Rundetiden fortsetter automatisk etter ca. 12 sekunder.

- Du kan trykke (A) for å ta rundetidsmålinger så mange ganger du vil.
- Et rundenr. (#01 til #99) veksler mellom rundens time verdi i øvre display mens en rundetid måling vises. Hvis du tar mer enn 99 runde avlesninger vil runde nummer starte på nytt fra #00 etter runde #99.
- Ved å trykke (D) for å stoppe måling av forløpt tid viser tiden (og hastighet hvis en distanse er angitt) i siste runde.

N-21

Mellomtid



En mellomtids måling viser tiden som er gått siden starten på gjeldende tidsmåling.

- Hvis du vil at uret skal beregne hastigheten på hele løpet, angi løpsavstand i avstandsinstillingen (side E-15).
- For mellomtid avlesninger, kan du kun angi total løps distanse. Selv om klokken vil indikere en hastighet hver gang du tar en mellomtid avlesing, vil de være basert på den totale løps avstand, slik at de ikke vil indikere faktisk mellomliggende mellomtid hastigheter.

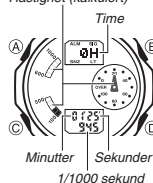
Å stille inn stoppeklokken for mellomtid avlesing

1. I stoppeklokke Mode, sørg for stoppeklokken er stoppet og nullstilt.
 - Hvis du må nullstille stoppeklokken, trykk (A).
2. Sørg for at **5 PL** (mellomtider) vises i nedre display.
 - Hvis **L RP** (rundetider) vises, trykk (A) for å skifte til **5 PL**.

N-22

Hvordan utføre måling av mellomtid

Hastighet (kalkulert)



Velg mellomtid (**5 PL**) måling og deretter utfør følgende knappe operasjoner.

- ① Start → (A) mellomtid → (A) Fortsett* →
- ② Stop → (A) Nullstill

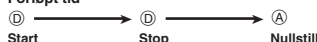
* Tiden fortsetter automatisk hvis du ikke trykker (A) innen ca 12 sekunder.

- Du kan trykke (A) for å ta mellomtidmålinger så mange ganger du vil.
- Stoppeklokken fortsetter måling av forløpt tid internt mens en mellomtid vises i displayet. Ved å trykke (A) for å fortsette tiden vil skifte det nedre displayet til å vise forløpt tid, eller du også kan trykke på (D) for å stoppe måling av forløpt tid i stedet.
- Ved å trykke (D) for å stoppe måling av forløpt tid viser tiden (og hastighet hvis en distanse er angitt) av den siste mellomtid (som er den totale medgått/forløpt tid).

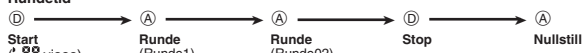
N-23

Måling av tid med stoppeklokken

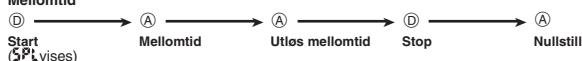
Forløpt tid



Rundetid

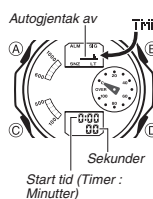


Mellomtid



N-24

Nedtelleren



Auto-gjentak av

Du kan stille inn nedtellingen starttidspunkt mellom ett minutt til 24 timer. En alarm lyder når nedtelleren kommer til null.

- Man kan også velge auto-gjentak, som automatisk restarter nedtellingen fra den opprinnelige innstilte verdien når nedtellingen kommer til null.
- Alle operasjonene i dette avsnittet utføres i Nedtellings Modus, som uret kommer i ved at du trykker (C) (side N-7).

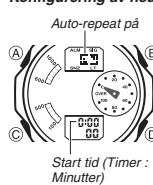
N-25

Bruk av nedtelleren

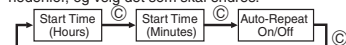
- Trykk (D) i nedteller-modus for å starte nedtelleren.
- Når nedtelleren kommer til null, vil alarmen lyde i ti sekunder, eller til den stoppes ved å trykke på en av knappene.
 - Nedtelleren resettes automatisk til den innstilte verdien etter at alarmen er ferdig hvis auto-repeat er slått av.
 - Når auto-gjentak er arkivert vil alarmen lyde og nedtelleren starter automatisk igjen uten pause når den kommer til null.
 - Nedtellingen fortsetter selv om uret skifter til et annet modus.
 - Trykk (D) for å sette en nedtelling på pause.
 - Trykk (D) igjen for å fortsette nedtellingen.
 - For å avslutte en nedtelling, trykker du først på (D) (pause), og deretter på (A). Nå vil nedtelleren gå tilbake til den opprinnelige start-innstillingen.

N-26

Konfigurerings av nedtellerens starttid og autogjentakinnstillinger



1. Når nedtellerens start tid vises i displayet i Nedtellings Modus, holder du inne (A) i ca. 3 sekunder til timene på nedtellingens start tid begynner å blinke. Dette er innstillingsdisplayet.
 - Hvis nedtellerens starttid ikke vises i displayet, se "Bruk av nedteller-timeren" (side E-26) for hvordan man får det frem i displayet.
2. Trykk (C) for å flytte blinkingen i sekvensen som er vist nedenfor, og velg det som skal endres.



3. Utfør en av de følgende fremgangsmåtene, avhengig av hvilke innstilling som er valgt i displayet.
 - Når starttidspunktet blinker, bruk (D) (+) og (B) (-) til å endre det.
 - Mens auto-repeat på/av-innstillingen blinker i displayet trykker du (D) for å slå auto-repeat på (L ON) eller av (L OFF).

N-27

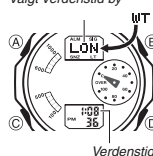
Verdenstid

4. Trykk (A) når du er ferdig.
 - Indikatoren for auto-repeat (L ON) vises i Nedtellings Modus displayet, så lenge nedtellingen er aktivert.

N-28

Verdenstid

Valgt Verdenstid by



Verdenstid viser digitalt gjeldende tid i en av 48 byer (29 tidssoner) rundt hele verden. En enkel operasjon bytter din hjemby med den valgte verdenstid by.

- Tidvisningen i verdenstid Mode beregnes med utgangspunkt i innstillingen av lokaltid i tidvisningsmodus. Hvis du tror det er en feil på tiden i verdenstid Modus, sjekk da at du har valgt riktig bykode for din hjemby. Sjekk også at tiden i Tidvisnings Mode er korrekt.
- Tiden i Verdenstid Modeus er basert på UTC offsets. Se "Bykode tabellen" for info. om hvilke UTC offset som stottes

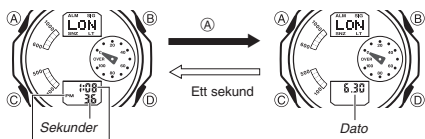
- Alle operasjonene i dette avsnittet utføres i Verdenstid Mode , som uret kommer i ved at du trykker (C) (side N-7).

N-29

Hvordan se tiden i en annen tidssone

I verdenstid-Mode trykker du (D) for å bla gjennom bykodene (tidssonene). Hold ned en av knappene for å bla i høyt tempo.

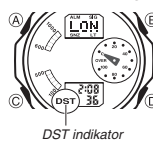
- Nedredisplay viser gjeldende tid i Verdenstid byen.
- Mellom kl.12.00 og midnatt i verdenstid Modus, vil en PM indikator (PM) vises i nedre display.
- Når bykoden (tidssone) du ønsker er valgt, kan du trykke (A) for å vise datoen. Etter ca ett sekund, vil uret gjenoppta vanlig tidvisning for den valgte byen.



PM indikator Time: Minutter
N-30

Skift mellom vanlig tid og sommertid for en bykode

1. I verdenstid-Mode benytter du (D) for å få frem den ønskede bykoden (tidssonene) du ønsker å endre til vanlig tid/Sommertid.
 2. Hold nede (A) i ca. tre sekunder for å skifte mellom sommertid (DST vises i displayet) og vanlig tid (DST vises ikke i displayet).
- DST-indikatoren vises i det nedre displayet når sommertid er aktivert.
 - Du kan slå på DST individuelt for hver by kode, bortsett fra UTC koden.
 - Ved å slå på DST for by koden som er valgt som din hjemby vil slå på DST for vanlig tidvisning.



DST indikator

N-31

Bytt mellom lokalby og verdenstidby

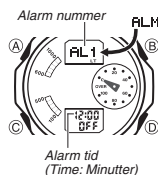
Benytt fremgangsmåten nedenfor til å bytte mellom lokalby og verdenstidby. Dette endrer din lokalby til din verdenstidby, og din verdenstidby til din lokalby. Denne egenskapen kan være praktisk når du reiser ofte mellom to steder i forskjellige tidssoner.

Å bytte lokalby og verdenstidby med hverandre

1. I verdenstid-mode brukes (D) til å velge den verdenstidbyen som ønskes.
2. For å bytte, hold inne (A) og (B) samtidig til uret piper.
- Dette vil gjøre den verdenstidbyen du valgte i trinn 1 til din lokalby, og dette fører til at time- og minuttviserne flytter seg til gjeldende tid for denne byen. Samtidig vil dette endre lokalbyen som var valgt før trinn 2 til din verdenstid by, og fører til at innholdet i nedre digital display endres i tråd med dette.
- Etter bytting mellom lokalby og verdenstid by, vil uret stå i verdenstid modus med den byen som ble valgt som lokalby før trinn 2, som nå vises som verdenstid by.

N-32

Alarmer



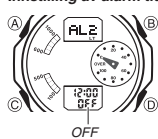
Når en alarm er slått på, vil alarmen lyde på det innstilte tidspunktet. En av alarmerne er en snooze-alarm, mens de fire andre er normale alarmer.

I alarm-modus er også timesignalet, som lyder hver hele time når det er slått på.

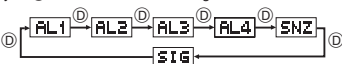
- Snooze alarmer indikeres med **SNZ**, mens de andre alarmerne er nummerert fra **AL1** til **AL4**. Displayet for timesignalet indikeres med **SIG**.
- Alle operasjonene i dette avsnittet utføres i Alarm Modus, som uret kommer i ved at du trykker (C) (side N-7).

N-33

Innstilling av alarm tid



1. Trykk (D) i Alarm Modus for å velge en alarm.



- Hvis du vil angi en alarm tid, må du få frem den aktuelle alarmskjermen (**AL1** through **AL4**, eller **SNZ**).
- **SIG** er innstilling for timesignalet (side N-37).
- Snooze-alarmer repeterer hvert femte minutt.

2. Når en alarm er valgt, hold inne (A) i ca. 3 sekunder til timene er klar til å stille (blinker). Dette er innstillingsdisplayet.
 - Denne operasjonen aktiverer alarmerne automatisk.
3. Trykk (C) for å flytte blinkingen mellom timer og minutter.
4. Når en innstilling blinker, bruk (D) (+) og (B) (-) til å forandre innstillingen.
5. Trykk (A) når du er ferdig.

N-34

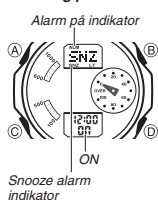
Alarm-operasjoner

Alarmer lyder i 1 sekunder uansett hvilket mode uret er i. Snooze-alarmer vil gå på hvert femte minutt opp til sju ganger eller til den blir slått av (side E-36).

- Alarmerne og timesignalet følger tiden som vises i vanlig tidvisnings mode. (Tiden i din hjemby).
- Trykk en av urets knapper for å stoppe alarmerne.
- Forholdene nedenfor avlyser 5-minuttersintervallene til snooze-funksjonen:
 - Hvis uret står i endringsmodus for tidvisning (side N-6) Viser **SNZ** innstillings skjerm (side N-34)

N-35

Slå av og på en alarm

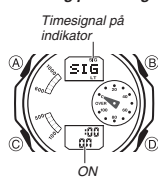


1. Velg en alarm i Alarm Modus ved å trykke på (D).
2. Trykk (A) for å skifte mellom av og på.
 - Aktivering av alarm (**AL1**, **AL2**, **AL3**, **AL4** eller **SNZ**) viser indikatoren alarm på i skjermen for Alarm Modus.
 - I alle modus vil alarmerens på-indikator vise for alle alarmer som er aktivert.
 - På-indikatoren til alarmer blinker mens alarmer lyder.
 - Indikatorer for snooze-alarmer blinker når alarmer går samt under 5-minutters intervallene mellom alarmerne.

Snooze alarm indikator

N-36

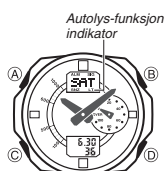
Slå av og på timesignalet



1. I Alarm Modus brukes (D) til å velge timesignal (**SIG**) (side N-34).
2. Trykk (A) for å skifte mellom av og på.
- Timesignal-indikatoren vises i displayet i alle modus når den er aktivert.

N-37

Lys-funksjonen



En lysdiode (LED) lyser opp urets display, slik at det er enkelt å se tiden i mørke omgivelser. Autolys-funksjonen aktiverer lys-funksjonen når du vrir uret mot ansiktet.

- Autolys-funksjonen må være aktivert for å fungere. Indikatoren vises i displayet om den er aktivert.
- Se "Forhåndsregler ved bruk av lys-funksjonen" på side E-46 for mer informasjon.

Opplysning av displayet manuelt

- Uansett mode, Trykk (B) for lys i displayet.
- Denne operasjonen fungerer selv om autolys-funksjonen også er aktivert.
- Du kan benytte fremgangsmåten som vises under til å lyse opp displayet i enten 1,5 eller 3 sekunder. Når du trykker (B), vil lyset forbli på i ca. 1,5 eller 3 sekunder, avhengig av den gjeldende innstillingen.

N-38

Velg lysvarighet



1. I vanlig tidvisnings mode, hold inne (A) til innholdet i displayet begynner å blinke. Dette er innstillings skjermen.
2. Trykk (C) ni ganger for å vise gjeldende belynings varighet **LT1** (**LT1**) eller **LT3** (**LT3**).
3. Trykk (D) for å velge mellom **LT1** (1.5 sekunder) og **LT3** (3 sekunder).
4. Press (A) når du er ferdig.

N-39

Om Autolys-funksjonen

Ved aktivering av autolys-funksjonen lyser displayet opp, hver gang du beveger håndleddet på den måten som beskrives nedenfor.

La uret være i en posisjon hvor det er parallellt med bakken og vipp det deretter mot deg mer enn 40 grader. Nå skal displayet lyse opp.

- Unngå å gå med uret på undersiden av håndleddet.

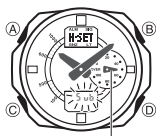


N-40

N-41

Justering av viserens utgangsposisjon

Hastighetsviseren og time- og minuttviserne kan komme ut av stilling dersom uret blir utsatt for sterk magnetisme eller slag. Uret er laget for å korrigere hastighet, time og minutt viser manuelt.

Justering av utgangsposisjonene

Hastighets viser

Korriger hastighets viserstilling

N-42

1. Stå i Tidvisnings Modus og hold inne (D) i ca. 3 sekunder til **H-SET (H-SET)** vises i øvre display og **Sub (5 ub)** vises i nedre display.
 - Dette indikerer utgangsposisjonsmodus.
2. Kontroll av posisjonen til hastighetsviseren.
 - Hastighetsviseren er i riktig utgangsposisjon hvis den peker på 50 (kl 3-posisjonen). Hvis den ikke er det, trykk (D) å bevege viseren med klokken til den er det.
 - Etter å ha bekreftet at hastighetsviseren er i korrekt utgangsposisjon, trykk (C).

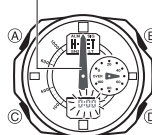
Advarsel!

- Opphold deg alltid på et sikkert sted når du leser målinger ved hjelp av autolys-funksjonen. Les ikke informasjon fra urets display når du løper, sykler, kjører bil eller motorsyssel, eller på andre måter utfører handlinger som kan resultere i skader. Tenk også på om autolysen kan sjenerer eller distrahere dine omgivelser.
- Når du bærer uret på håndleddet, så la autolys-funksjonen være av når du sykler eller kjører motorsyssel eller andre motorkjøretøyer. Plutselige og ikke tilstrekkelig bruk av autolys-funksjonen kan medføre distraksjon som kan resultere i trafikkuulykker og alvorlige personlige skader.

Slå av og på autolys-funksjonen

Stå i Tidvisnings Modus og hold inne (B) i omtrent tre sekunder for å slå autolys på (autolys-på indikator vises) og av (autolys-på indikatoren ikke vises).

- Autolys-indikatoren står i displayet i alle modus når autolys-funksjonen er aktivert.
- For å spare på batteriet, slår autolys-funksjonen seg automatisk av seks timer etter at den ble slått på. Gjenta prosedyren over for å slå auto lys-funksjonen på igjen.

Time- og minutt visere**Riktig posisjon for time- og minuttviserne**

3. Kontroll av posisjonen til time- og minuttviserne.
 - Time- og minuttviserne er riktig innstilt dersom de peker på klokken 12. Hvis de ikke er det, trykk (D) (med klokken) og (B) (mot klokken) for å justere posisjonene.
4. Når alt er slik du ønsker, trykk (A) for å returnere til vanlig tidvisning.
 - Nå vil time- og minuttviserne vise gjeldende tid, mens hastighetsviseren vil gå til posisjon 0.
 - Trykk (C) her for å returnere til innstilling ved begynnelsen av punkt 2.

N-43

Referanser

Denne avsnittet inneholder mer detaljert og teknisk informasjon om urets operasjoner. Det inneholder dessuten informasjon om viktige forholdsregler om de forskjellige funksjonene.

Autoretur-funksjonen

- Hvis en funksjon er under innstilling og urets knapper så forblir urørt i noen minutter, vil uret selv automatisk gå ut av innstillings-funksjonen.
- Hvis du slår seg av automatisk etter 1.5 eller 3 sekunder, avhengig av innstillingensom er gjort.
- Unngå å gå med uret på undersiden av håndleddet. Ellers vil autolys-funksjonen slå på lyset når det ikke er behov for det, og dermed forkorte batteriets levetid. Hvis du likevel ønsker å ha uret på undersiden av håndleddet bør du slå av autolys-funksjonen.

Stilling i hurtig fart

- Trykkerne (D) og (B) brukes til innstilling i de forskjellige innstillings modus. I de fleste tilfeller vil det å holde nede disse knappene starte high-speed bevegelse.

N-44

N-45

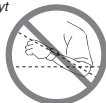
Lys - forhåndsregler

- I sollys er det ikke sikkert du kan se lyset i displayet.
- Lyset går av om en alarm lyder.
- Lyset slår seg av automatisk etter 1.5 eller 3 sekunder, avhengig av innstillingensom er gjort.
- Unngå unødvendig bruk av lys-funksjonen, da det gjør batteriene svake.

Forholdsregler ved bruk av autolys-funksjonen

- Unngå å gå med uret på undersiden av håndleddet. Ellers vil autolys-funksjonen slå på lyset når det ikke er behov for det, og dermed forkorte batteriets levetid. Hvis du likevel ønsker å ha uret på undersiden av håndleddet bør du slå av autolys-funksjonen.

Mer enn 15 grader for høyt



N-46

- Det er ikke sikkert lyset kommer på hvis uret avviker mer enn 15 grader fra å være parallell med bakken. Så se til at håndleddet er parallellt med bakken.
- Lyset går av etter ca. 1.5 eller 3 sekund, selv om du fortsetter å holde uret mot ansiktet.

Første display i hver modus

Når uret kommer inn i Stoppeklokke Modus, Verdenstid Modus eller Alarm Modus, vil de data som var fremme siste gang uret gikk ut av det gjeldende modus, være det som først kommer frem.

Tidvisning

- Å nullstille sekundene til 00 når sekundene er mellom 30 og 59 vil minuttvisningen øke med 1 minutt. I Å nullstille sekundene til 00 når sekundene er mellom 00 og 29 vil minuttvisningen ikke øke.
- Årstall kan stilles i tidsperioden 2000 til 2099.
- Urets kalender regner automatisk ut skuddår og måneders lengde. Når dato først er innstilt, bør det ikke være nødvendig å stille det på nytt før ved skifte av batterier.
- Tidvisningen for alle bykoder i Tidvisnings Modus og Verdenstid Modus er kalkulert på bakgrunn av tidforskjellen mellom Coordinated Universal Time (UTC) og hver enkelt by, sett i relasjon til den bykode du har valgt som lokaltid.

- Statisk elektrisitet eller magnetiske felter kan forstyrre autolys-funksjonen. Hvis displayet ikke lyser opp første gang du prøver, forsøk flere ganger. La displayet og håndleddet være parallellt med bakken og deretter vrir du det mot deg. Hvis det likevel ikke fungerer, la armen henge med langs siden for du igjen plasserer den slik at håndleddet og displayet er parallellt med bakken.
- Under noen forhold vil displayet først lyse opp 1 sekund etter at du har vridt displayet mot deg. Dette betyr ikke nødvendigvis at uret ikke fungerer som det skal.
- Det kan hende at du vil høre en svak klikkelyd når du vrir uret frem og tilbake. Lyden er forårsaket av autolys-funksjonen og er ikke en feil ved uret.

N-47

Spesifikasjoner

Nøyaktighet ved normaltemperatur: ± 15 sekunder pr måned

Digital Tidvisning: Timer, minutter, sekunder, a.m./p.m., måned, dato, ukedag

Tids Format: 12-timer og 24-timer

Kalendersystem: Full autokalender forhåndsprogrammet for perioden 2000 til 2099.

Annet: By kode; sommertid/standard tid

Analog tidvisning: Timer, Minutter (viser flyttes hvert 20 sekund)

Stoppeklokke:

Måleenhet: 1/1000 sekund

Målekapasitet: 99:59:59.999"

Målings typer: Medgått tid, Rundetid, Mellomtid

Annet: Hastighet

Nedteller:

Måleenhet: 1 sekund

Måleområde: 1 minutt til 24 timer (1-minutts trinn)

Annet: Auto-repeat

Verdenstid: 48 byer (29 tids soner)

Annet: Skifte mellom normaltid og sommertid, skifte mellom lokal bykode og verdenstidby

Alarmer: 5 daglige alarmer (hvor av en snooze alarm), Time Signal

Lys-funksjonen: LED (light-emitting diode), Auto Lys; valgbar lys varighet

Batteri: Ett lithium batteri (Type: CR1220)

Ca. levetid for batteri: 3 år med type CR1220

(10 sekunder med alarm operasjon per dag, en belysnings operasjon (1,5 sekunder) per dag)

N-48

N-49



By Kode Tabell



L-1

By Kode Tabell

By kode	By	UTC Offset/ GMT Forskjell	Sommertid Periode	
			Sommertid Start	Sommertid Slutt
PAGO PAGO (PPG)	Pago Pago	-11	Ingen	Ingen
HONOLULU (HNL)	Honolulu	-10		
ANCHORAGE (ANC)	Anchorage	-9	2:00 a.m., andre søndag i Mars	2:00 a.m., første søndag i november
LOS ANGELES (LAX)	Los Angeles	-8		
DENVER (DEN)	Denver	-7		
CHICAGO (CHI)	Chicago	-6	Midnatt andre søndag i oktober	Midnatt andre søndag i mars
NEW YORK (NYC)	New York	-5		
SANTIAGO (SCL)	Santiago	-4	Midnatt, tredje søndag i oktober	Midnatt, tredje søndag i februar eller midnatt, fjerde søndag i februar
RIO	Rio De Janeiro	-3		

L-2

By kode	By	UTC Offset/ GMT Forskjell	Sommertid Periode	
			Sommertid Start	Sommertid Slutt
F. DE NORONHA (FEN)	Fernando de Noronha	-2	Ingen	Ingen
PRAIA (RAI)	Praia	-1		
UTC		0	1:00 a.m., siste søndag i Mars	2:00 a.m., siste søndag i oktober
LONDON (LON)	London			
PARIS (PAR)	Paris	+1	2:00 a.m., siste søndag i Mars	3:00 a.m., last Sunday in October
ATHENS (ATH)	Athens	+2	3:00 a.m., siste søndag i Mars	4:00 a.m., last Sunday in October
JEDDAH (JED)	Jeddah	+3	Ingen	Ingen
TEHRAN (THR)	Tehran	+3.5	Midnatt, 22. mars eller Midnatt, 21. mars	Midnatt, 22. september eller Midnatt, 21. september
DUBAI (DXB)	Dubai	+4	Ingen	Ingen

L-3

By kode	By	UTC Offset/ GMT Forskjell	Sommertid Periode	
			Sommertid Start	Sommertid Slutt
KABUL (KBL)	Kabul	+4.5	Ingen	Ingen
KARACHI (KHI)	Karachi	+5		
DELHI (DEL)	Delhi	+5.5		
DHAKA (DAC)	Dhaka	+6		
YANGON (RGN)	Yangon	+6.5		
BANGKOK (BKK)	Bangkok	+7		
HONG KONG (HKG)	Hong Kong	+8		
TOKYO (TYO)	Tokyo	+9		
ADELAIDE (ADL)	Adelaide	+9.5	2:00 a.m., første søndag i oktober	3:00 a.m., første søndag i April
SYDNEY (SYD)	Sydney	+10		
NOUMEA (NOU)	Noumea	+11	None	None
WELLINGTON (WLG)	Wellington	+12	2:00 a.m., siste søndag i September	3:00 a.m., første søndag i April

L-4

* Basert på data fra desember 2010.

L-5