

Indice

Prima di iniziare...

- Creazione del profilo personale
- Indicatori
- Area grafica
- Passaggio da una modalità all'altra
- Panoramica delle modalità
- Spostamento delle lancette
- Lettura del quadrante al buio
- Funzioni utili

Regolazione dell'ora

- Uso delle funzioni dell'orologio per regolare l'impostazione dell'ora
- Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo

Uso di Mobile Link con un telefono cellulare

- Operazioni preliminari
- Regolazione automatica dell'orologio
- Visualizzazione dei dati relativi a Life Log
- Impostazione dei valori di riferimento
- Attivazione del collegamento delle notifiche
- Visualizzazione dei dati del registro di allenamento
- Impostazione dei timer programmabili
- Configurazione delle impostazioni della città per l'ora internazionale
- Regolazione dell'allineamento delle lancette
- Attivazione della ricezione delle notifiche telefoniche
- Trova telefono
- Configurazione delle impostazioni dell'orologio
- Modifica dell'impostazione dell'ora legale della città per l'ora del proprio fuso orario
- Connesione
 - Connesione a un telefono
 - Disassociazione
 - Se si acquista un altro telefono

Misurazione tramite Life Log

- Misurazione dei dati di Life Log
- Visualizzazione delle schermate di Life Log
- Reimpostazione delle misurazione tramite Life Log
- Indicazione degli obiettivi giornalieri
- Cause del conteggio di passi non corretto

Cronometro

- Tempi parziali e tempi sul giro
- Misurazione del tempo trascorso
- Misurazione di un tempo parziale
- Misurazione dei tempi sul giro
- Passaggio tra distanza misurata e andatura
- Uso della notifica Giro automatico
 - Specifica della distanza del giro automatico
 - Cronometraggio del giro automatico
- Controllo dei dati del registro di allenamento
 - Visualizzazione dei record di dati

Timer

- Impostazione dell'ora di avvio del timer
- Uso del timer
- Misurazione del tempo trascorso con avvio automatico
- Uso del timer a intervalli
 - Panoramica
 - Configurazione delle impostazioni del timer a intervalli
 - Uso di un timer a intervalli per la misurazione del tempo trascorso
 - Controllo dello stato di attivazione/disattivazione dei timer programmabili

Ora doppia

- Configurazione delle impostazioni dell'ora doppia
- Passaggio tra ora della posizione corrente e ora del secondo fuso orario

Promemoria sonori e segnale orario

- Configurazione delle impostazioni del promemoria sonoro
- Abilitazione del segnale orario
- Disattivazione di un promemoria sonoro o del segnale orario

Allineamento delle lancette

- Regolazione dell'allineamento delle lancette

Ricezione delle notifiche telefoniche

Altre impostazioni

- Attivazione del segnale acustico di pressione pulsanti
- Controllo dell'intensità dell'esercizio
- Reimpostazione dell'orologio

Passaggio tra fusi orari

Altre informazioni

- Telefoni supportati
- Caratteristiche tecniche
- Precauzioni per l'uso di Mobile Link
- Copyright e copyright registrati

Risoluzione dei problemi

Prima di iniziare...

Questa sezione fornisce una panoramica dell'orologio e spiega le modalità più adeguate in cui può essere utilizzato.

Nota

- Le illustrazioni fornite in questa Guida all'uso sono state create per facilitare la spiegazione. Un'illustrazione può differire dall'elemento rappresentato.
 - Per ottenere valori più precisi, configurare le impostazioni del profilo prima di misurare i dati relativi a Life Log.
- [Creazione del profilo personale](#)

Creazione del profilo personale

È possibile configurare le impostazioni per gli elementi del profilo elencati di seguito sull'orologio.

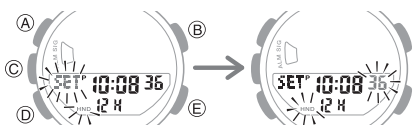
- Altezza
- Peso
- Sesso
- Data di nascita
- Unità di misura dell'altezza
- Unità di misura del peso

Importante!

- Se è stato utilizzato G-SHOCK MOVE per impostare Tokyo (TOKYO) come città di residenza, l'unità di misura dell'altezza sarà impostata in centimetri (cm) e quella del peso in chilogrammi (kg). Queste impostazioni non possono essere modificate. In questo caso, la schermata di selezione dell'unità di misura non viene visualizzata.

- Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
- Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

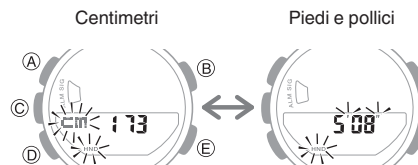
Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.



- Premere (A).
Viene visualizzata la schermata di impostazione dell'unità di misura di riferimento della distanza.

- Premere (D) cinque volte.
È possibile utilizzare la schermata visualizzata per specificare l'unità di misura dell'altezza.

- Premere (E) per selezionare [cm] (centimetri) o piedi e pollici.



- Premere (D).
Nella schermata visualizzata, è possibile registrare l'altezza.



- Utilizzare (E) e (B) per specificare l'altezza.
 - Se si seleziona piedi e pollici come unità di misura dell'altezza, è necessario specificare anche un valore in pollici. Per tornare ai valori in piedi, premere (D).

- Premere (D).
Nella schermata visualizzata, è possibile specificare l'unità di misura del peso.

- Premere (E) per selezionare [kg] (chilogrammi) o [lb] (libbre).

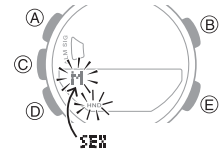


- Premere (D).
Nella schermata visualizzata, è possibile registrare il peso.



- Utilizzare (E) e (B) per specificare il peso.

- Premere (D).
Nella schermata visualizzata, è possibile registrare il sesso.



- Premere (E) per selezionare [M] (maschile) o [F] (femminile).

- Premere (D).
Nella schermata visualizzata, è possibile registrare l'anno di nascita.



- Utilizzare (E) e (B) per specificare l'anno di nascita.

- Premere (D).
Nella schermata visualizzata, è possibile registrare il mese di nascita.



- Utilizzare (E) e (B) per specificare il mese di nascita.

- Premere (D).
Nella schermata visualizzata, è possibile registrare il giorno di nascita.



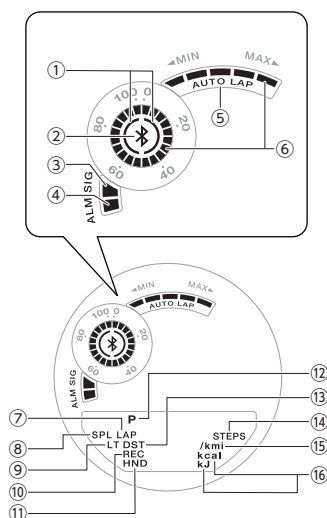
- Utilizzare (E) e (B) per specificare il giorno di nascita.

- Premere (A) per completare l'operazione.

Nota

- Non è possibile modificare le impostazioni del profilo durante un'operazione di misurazione del tempo con il cronometro.

Indicatori



- ① **Indicatori passi**
Indicano se il conteggio dei passi viene incrementato o meno.
- ② **Bluetooth**
Visualizzato quando l'orologio e il telefono sono collegati tramite Bluetooth.
- ③ **[SIG] (Segnale orario)**
Visualizzato quando il segnale orario è abilitato.
- ④ **[ALM] (Promemoria sonoro)**
Visualizzata quando è stato attivato un promemoria sonoro.
- ⑤ **[AUTO LAP]**
Visualizzato quando la funzione Giro automatico è abilitata.
- ⑥ **Indicatori grafici A, B**
Il funzionamento dell'area grafica è collegato alle operazioni di ciascuna modalità dell'orologio.
- ⑦ **[LAP]**
Visualizzato quando viene mostrato un tempo sul giro.
- ⑧ **[SPL]**
Visualizzato quando viene mostrato un tempo parziale.
- ⑨ **[LT]**
Visualizzato quando la funzione Illuminazione automatica è abilitata.

- ⑩ **[REC]**
Visualizzato quando l'orologio è in Modalità richiamo dati.
- ⑪ **[HND]**
Visualizzato quando le lancette dell'orologio vengono spostate per una lettura più facile.
- ⑫ **[P]**
Viene visualizzato quando l'ora mostrata è un'ora pomeridiana.
- ⑬ **[DST]**
Visualizzato quando l'ora attuale è un'ora legale.
- ⑭ **[STEPS]**
Visualizzato quando viene mostrato il conteggio dei passi.
- ⑮ **[km], [mi]**
Visualizzato in presenza di un valore di distanza.
- ⑯ **[kcal], [kJ]**
Visualizzato in presenza di un valore relativo alle calorie.

● Sostituzione della batteria

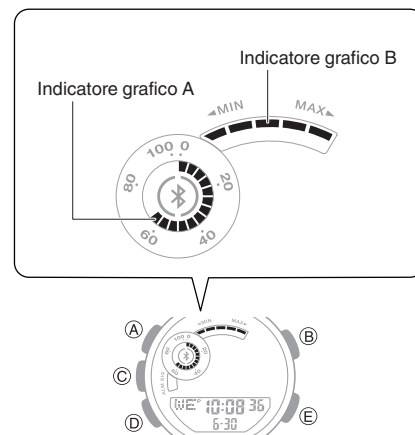
Quando il livello della batteria è basso, inizia a lampeggiare e alcune funzioni vengono disabilitate. Se continua a lampeggiare, provvedere alla sostituzione della batteria.

Richiedere la sostituzione della batteria a un centro di assistenza CASIO o al rivenditore originale.



Area grafica

Il funzionamento dell'area grafica è collegato alle operazioni di ciascuna modalità dell'orologio.



● Indicatore grafico A

Modo di indicazione dell'ora

Insieme ai dati relativi a Life Log viene visualizzato un valore di avanzamento. Su altri tipi di display, viene visualizzato il conteggio dei secondi dell'ora attuale.

Modo di cronometro

Quando la funzione Giro automatico è attiva, l'indicatore grafico A mostra i progressi di ogni giro in termini di distanza.

Quando la funzione Giro automatico non è attiva, l'indicatore grafico A mostra i secondi del tempo trascorso misurato dal cronometro.

Modo di timer

L'indicatore grafico A mostra la percentuale del conto alla rovescia rimanente.

Ora doppia

Il movimento è sincronizzato con i secondi del secondo fuso orario.

● Indicatore grafico B

Modo di indicazione dell'ora, modalità Cronometro, ora del secondo fuso orario

Indica uno dei cinque livelli di intensità dell'esercizio.

Modo di suoneria

In seguito all'attivazione di un promemoria sonoro (da 1 a 5) viene visualizzato il segmento dell'indicatore grafico B corrispondente al numero del promemoria in questione.

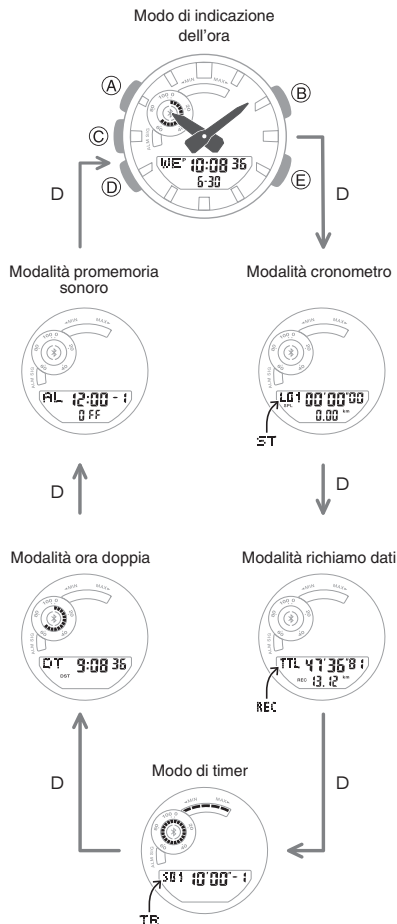
Modo di timer

Quando il timer programmabile è attivo, il segmento dell'indicatore grafico B corrispondente al numero attualmente in funzione lampeggia. I segmenti degli altri timer non lampeggiano.

Passaggio da una modalità all'altra

Ogni volta che si preme (D), si passa da un modo all'altro.

- Per accedere al modo di indicazione dell'ora da qualsiasi altra modalità, tenere premuto (D) per almeno due secondi.



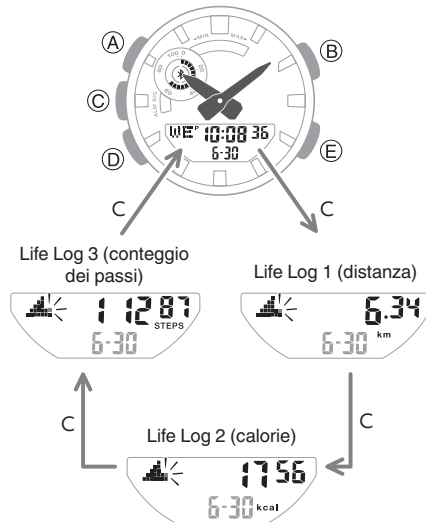
Panoramica delle modalità

• Modo di indicazione dell'ora

In questa modalità, l'orologio in mostra il giorno della settimana, l'ora, i minuti, i secondi, il mese e il giorno corrente. È inoltre possibile utilizzare (C) per visualizzare le voci relative a Life Log specificate di seguito.

- Distanza
- Calorie
- Conteggio dei passi

Giorno della settimana, ore, minuti, secondi, mese, giorno



Collegamento con un telefono associato per la correzione dell'ora dell'orologio

Tenere premuto (E) per almeno due secondi.

- Attivazione della correzione immediata dell'ora

Ricerca di un telefono associato

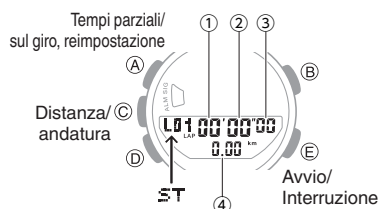
Tenere premuto (E) per almeno cinque secondi.

- Trova telefono

• Modo di cronometro

Utilizzare questa modalità per misurare il tempo trascorso.

- Cronometro

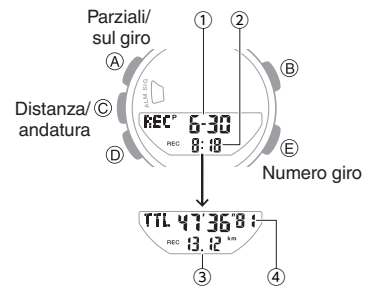


- 1 Minuti cronometro
- 2 Secondi cronometro
- 3 Cronometro: 1/100 di secondo
- 4 Distanza misurata

• Modalità richiamo dati

È possibile utilizzare questa modalità per visualizzare i record dei tempi parziali e sul giro.

- Visualizzazione dei dati del registro di allenamento



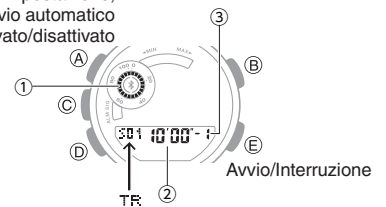
- 1 Mese e giorno della misurazione
- 2 Ora di avvio della misurazione
- 3 Distanza totale
- 4 Tempo totale

• Modo di timer

Utilizzare questa modalità per eseguire il conto alla rovescia da un'ora di inizio desiderata.

- Timer

Reimpostazione, avvio automatico attivato/disattivato



- 1 Tempo del timer rimanente
- 2 Minuti e secondi del timer
- 3 Numero del timer

• Modalità ora doppia

L'ora del secondo fuso orario consente di tenere traccia di un altro fuso orario oltre a quello locale.

- Ora doppia

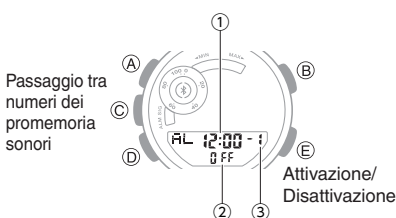


- 1 Secondi dell'ora corrente
- 2 Ora posizione corrente
- 3 Ora doppia

● Modo di suoneria

L'orologio emette un segnale acustico in corrispondenza dell'ora del promemoria sonoro.

🔊 Promemoria sonori e segnale orario

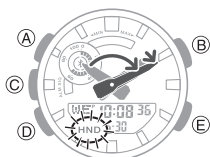


- ① Ora/minuto del promemoria sonoro
- ② Stato del promemoria sonoro o del segnale orario (attivato/disattivato)
- ③ Numero di promemoria sonoro

Spostamento delle lancette

Lo spostamento delle lancette consente di visualizzare più comodamente le informazioni sul display.

1. Tenendo premuto (B), premere (D).
 - In questo modo, le lancette analogiche verranno spostate per consentire una visualizzazione più facile delle informazioni digitali.



2. Per riportare le lancette nelle posizioni di normale indicazione dell'ora, tenere premuto (B) mentre si preme nuovamente (D) oppure premere (D) per passare a un'altra modalità.

Nota

- Le lancette tornano automaticamente alla normale indicazione dell'ora se si cambia modalità o se si lascia l'orologio con le lancette spostate e non si esegue alcuna operazione per circa un'ora.

Letture del quadrante al buio

Il quadrante dell'orologio può essere illuminato per la lettura al buio.

● Per illuminare manualmente il quadrante

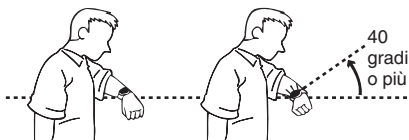
Premere (B) per attivare l'illuminazione.

- Se l'illuminazione è attiva, si spegne automaticamente nel caso in cui una delle notifiche riportate di seguito inizi a suonare.
 - Promemoria sonori
 - Promemoria sonoro timer
 - Notifica Giro automatico



● Per illuminare il quadrante quando la funzione di illuminazione automatica è abilitata

Se l'illuminazione automatica è abilitata, l'illuminazione del quadrante si attiva automaticamente ogni volta che l'orologio viene posizionato a un angolo di 40 gradi o più.



Importante!

- L'illuminazione automatica potrebbe non funzionare correttamente se l'orologio è a un angolo orizzontale di 15 gradi o più rispetto al piano orizzontale come mostrato nell'illustrazione seguente.



- Le cariche elettrostatiche o il magnetismo possono interferire con il funzionamento corretto dell'illuminazione automatica. In questo caso, provare ad abbassare il braccio e quindi a inclinarlo nuovamente verso il proprio viso.
- Quando si sposta l'orologio, è possibile avvertire un leggero suono meccanico. Questo è dovuto al funzionamento dell'interruttore dell'illuminazione automatica che determina l'orientamento attuale dell'orologio. Ciò non è indice di malfunzionamento.

Nota

- L'illuminazione automatica è disabilitata in presenza di una delle condizioni seguenti.
 - Emissione in corso di un suono di un promemoria sonoro, di un avviso del timer o di un altro segnale
 - Operazione di spostamento delle lancette in corso

● Configurazione dell'impostazione di illuminazione automatica

Tenendo premuto (B) per almeno due secondi nel modo di indicazione dell'ora, si alterna l'attivazione e la disattivazione dell'illuminazione automatica.

- [LT] appare se è abilitata l'illuminazione automatica.
- Se non viene disabilitata manualmente, la funzione di illuminazione automatica rimane abilitata per circa sei ore. Quindi, viene disabilitata automaticamente.



● Specifica della durata dell'illuminazione

È possibile selezionare 1,5 o tre secondi come durata dell'illuminazione.

1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
 - 🔊 Passaggio da una modalità all'altra

2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.

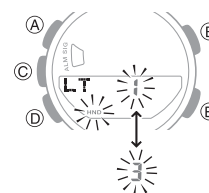


3. Premere nove volte (D) per visualizzare [LT].

4. Premere (E) per selezionare la durata dell'illuminazione.

[1]: illuminazione per 1,5 secondi

[3]: illuminazione per 3 secondi



5. Premere (A) due volte per completare l'impostazione.

Funzioni utili

L'associazione dell'orologio al telefono facilita l'uso di diverse funzioni dell'orologio.

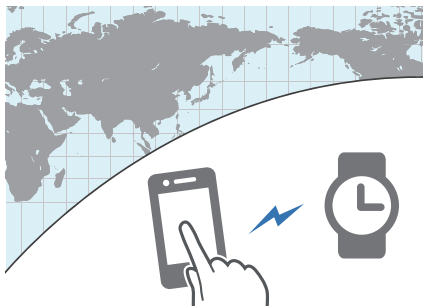
Correzione automatica dell'ora

[Regolazione automatica dell'orologio](#)



Selezione di oltre 300 città per l'ora internazionale

[Configurazione delle impostazioni della città per l'ora internazionale](#)



Trasferimento dei dati su un telefono

[Visualizzazione dei dati relativi a Life Log](#)
[Visualizzazione dei dati del registro di allenamento](#)



Inoltre, è possibile configurare una serie di altre impostazioni dell'orologio mediante il telefono.

Per trasferire i dati su un orologio e configurare le impostazioni, è necessario innanzitutto associare l'orologio al telefono.

[Operazioni preliminari](#)

- Per associare il telefono all'orologio, nel telefono deve essere installata l'app "G-SHOCK MOVE".

Regolazione dell'ora

L'orologio può connettersi a un telefono per ottenere informazioni utili alla correzione di data e ora.

Importante!

- Durante un viaggio in aereo o quando si è in un luogo in cui i segnali radio possono costituire un problema, attivare la modalità aereo dell'orologio per disattivare la connessione con il telefono.

[Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo](#)

Facendo riferimento alle informazioni fornite di seguito, configurare l'impostazione dell'ora secondo il metodo più adatto al proprio stile di vita.

Si utilizza un telefono?

Si consiglia di eseguire la correzione dell'ora collegandosi con il telefono.

[Regolazione automatica dell'orologio](#)



Se il telefono non si connette all'orologio

È possibile correggere le impostazioni dell'ora tramite l'orologio.

[Uso delle funzioni dell'orologio per regolare l'impostazione dell'ora](#)



Uso delle funzioni dell'orologio per regolare l'impostazione dell'ora

Se l'orologio non può connettersi a un telefono per qualsiasi motivo, è possibile utilizzare le funzioni dell'orologio per regolare le impostazioni di data e ora.

● Impostazione di data/ora

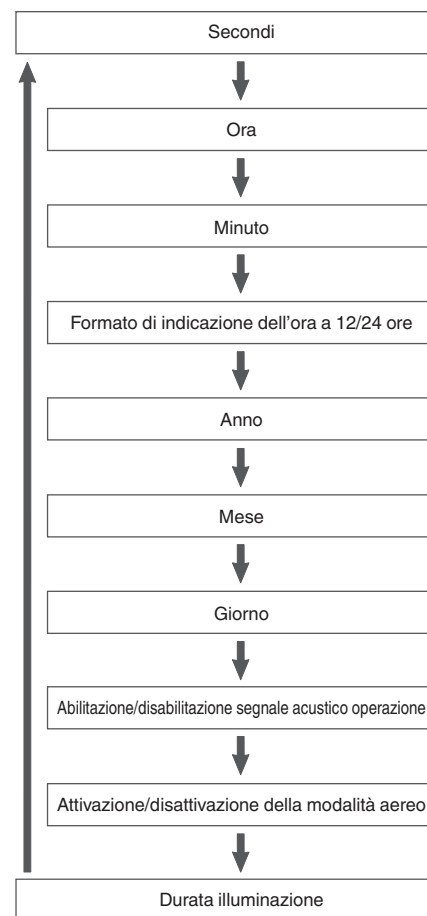
1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.



3. Utilizzare (D) per visualizzare l'impostazione che si desidera modificare.

- Ogni volta che si preme (D), si passa attraverso le impostazioni nella sequenza indicata di seguito.



4. Configurare le impostazioni di data e ora.

- Mentre i secondi lampeggiano, premendo (E) si ripristinano a 00. Viene aggiunto 1 ai minuti quando il conteggio corrente dei secondi è tra 30 e 59.
- Per configurare impostazioni diverse dai secondi, utilizzare (E) e (B).

5. Ripetere le operazioni descritte nei punti 3 e 4 per selezionare le impostazioni di data e ora.

6. Premere (A) due volte per completare l'impostazione.

● **Passaggio dal Modo di indicazione dell'ora a 12 ore a quello a 24 ore e viceversa**

È possibile specificare sia il formato a 12 ore che a 24 ore per la visualizzazione dell'ora.

1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.

🔗 [Passaggio da una modalità all'altra](#)

2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.



3. Premere tre volte (D) per far lampeggiare [12H] o [24H] sul display.



4. Premere (E) per selezionare [12H] (indicazione dell'ora a 12 ore) o [24H] (indicazione dell'ora a 24 ore).

5. Premere (A) due volte per completare l'impostazione.

Nota

- Mentre è selezionato il Modo di indicazione dell'ora a 12 ore, [P] verrà visualizzato per ore pomeridiane.



Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo

Quando si è in un ospedale, su un aereo o in qualsiasi altro luogo in cui i segnali radio possono costituire un problema, è possibile eseguire la procedura descritta di seguito per disconnettere l'orologio dal telefono in modo che la comunicazione tra i due dispositivi si interrompa (modalità aereo). Utilizzare la stessa procedura per disattivare la modalità aereo.

1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.

🔗 [Passaggio da una modalità all'altra](#)

2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.



3. Premere (D) otto volte.

Viene visualizzata l'icona della modalità aereo.

Icona della modalità aereo



4. Premere (E) per modificare l'impostazione della modalità aereo.

[On]: modalità aereo abilitata.

[OFF]: modalità aereo disabilitata.

5. Premere (A) due volte per completare l'impostazione.

Uso di Mobile Link con un telefono cellulare

Durante un collegamento Bluetooth tra l'orologio e il telefono, l'impostazione dell'ora dell'orologio viene regolata automaticamente. È possibile anche modificare le altre impostazioni dell'orologio.

Nota

- Questa funzione è disponibile solo quando l'app G-SHOCK MOVE è in esecuzione sul telefono.
- In questa sezione sono descritte le operazioni sull'orologio e sul telefono.
 - 🕒 : Operazione sull'orologio
 - 📱 : Operazione sul telefono

Operazioni preliminari

Prima di poter utilizzare l'orologio in combinazione con un telefono, è necessario associarli. Per associare l'orologio a un telefono, seguire la procedura riportata di seguito.

● ① **Installare l'app sul telefono.**

Su Google Play o nell'App Store, cercare l'app del telefono "G-SHOCK MOVE" e installarla sul telefono.

● ② **Configurare le impostazioni Bluetooth.**

Attivare il Bluetooth del telefono.

Nota

- Per informazioni dettagliate sulle procedure di impostazione, consultare la documentazione del telefono.

● ③ Associare l'orologio a un telefono.

Per utilizzare l'orologio in combinazione con un telefono, è prima necessario associarli.

1. ☑ Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. ☑ Seguire le istruzioni visualizzate sul display per passare alla schermata di configurazione iniziale.

Viene visualizzato un messaggio che indica di connettersi all'orologio.

- Se il telefono è già associato a un altro orologio

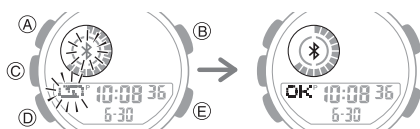
- ① ☑ Nella barra dei menu, toccare "Altro".
- ② ☑ Toccare "Orologio".
- ③ ☑ Toccare "Gestisci".
- ④ ☑ Eseguire l'operazione indicata sullo schermo per preparare l'aggiunta di un nuovo orologio.

3. ☑ Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
🔗 [Passaggio da una modalità all'altra](#)
4. ☑ Tenere premuto (E) per almeno due secondi.
5. Avvicinare il telefono da associare all'orologio (entro il raggio di un metro).
6. ☑ Quando viene visualizzato l'orologio desiderato, attenersi alle istruzioni visualizzate sul display per eseguire l'associazione.

- Se viene visualizzato un messaggio che richiede di effettuare l'associazione, eseguire l'operazione indicata sullo schermo del telefono.
- Se l'associazione non riesce per qualsiasi motivo, l'orologio tornerà allo stato del punto 3 di questa procedura. Eseguire di nuovo la procedura di associazione dall'inizio.

Associazione avviata.

Associazione completata.



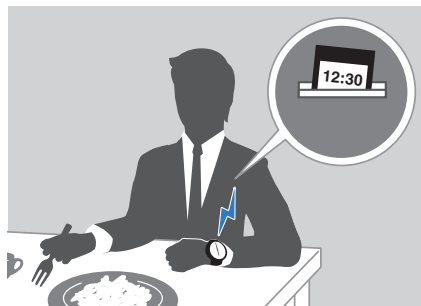
Nota

- Al primo avvio dell'app G-SHOCK MOVE, sul telefono viene visualizzato un messaggio che richiede di confermare l'attivazione dell'acquisizione delle informazioni sulla posizione. Configurare le impostazioni in modo da consentire l'utilizzo in background delle informazioni sulla posizione.

Regolazione automatica dell'orologio

L'orologio può connettersi al telefono per la regolazione dell'orologio.

Se l'orologio rimane impostato nel modo di indicazione dell'ora, la regolazione viene eseguita automaticamente durante la giornata e non richiede alcun intervento dell'utente.



Importante!

- L'orologio potrebbe non essere in grado di regolare automaticamente l'ora in caso siano presenti le condizioni descritte di seguito.
 - Se l'orologio è troppo lontano dal telefono associato
 - Se la comunicazione non è possibile a causa di interferenze audio o altri motivi
 - Mentre il telefono sta aggiornando il sistema
 - Se l'app del telefono G-SHOCK MOVE non è in esecuzione sul telefono

Nota

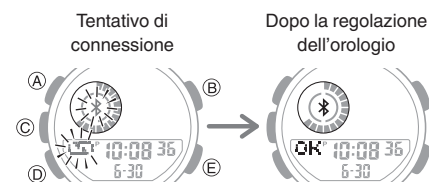
- Se l'orologio non indica l'ora corretta nonostante l'associazione al telefono sia andata a buon fine, regolare le posizioni delle lancette e della data.
🔗 [Regolazione dell'allineamento delle lancette](#)
- Se è specificata una città per l'ora internazionale con l'app G-SHOCK MOVE del telefono, anche la regolazione dell'ora di tale città verrà sincronizzata automaticamente.
- La regolazione automatica dell'orologio viene eseguita nei casi descritti di seguito.
 - Dopo che sul telefono viene modificato il fuso orario o l'impostazione dell'ora legale
 - Dopo 24 ore o più dall'ultima regolazione mediante connessione Bluetooth
 - Dopo 24 ore o più dal cambio città mediante G-SHOCK MOVE o dall'utilizzo dell'orologio
 - Dopo che sono trascorse almeno 24 ore dalla regolazione dell'ora corrente sull'orologio
- Le funzionalità dell'orologio si possono utilizzare anche quando questo è connesso al telefono.

● Attivazione della correzione immediata dell'ora

Dopo aver associato l'orologio a un telefono, è possibile connettersi al telefono per regolare l'ora dell'orologio. Per connettersi al telefono associato e avviare la regolazione immediata dell'orologio, eseguire l'operazione riportata di seguito.

1. ☑ Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
🔗 [Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Avvicinare il telefono (nel raggio di un metro) all'orologio.
3. ☑ Tenere premuto (E) per almeno due secondi.

✦ lampeggia e viene riprodotta un'animazione che indica che l'orologio ha avviato la connessione con il telefono. Una volta stabilita la connessione tra orologio e telefono, viene visualizzato [OK] e l'orologio regolerà l'ora in base alle informazioni del telefono.



Nota

- La connessione con il telefono non è possibile quando l'orologio è in Modo aeroplano. Per connettersi al telefono, disattivare il Modo aeroplano.
🔗 [Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo](#)
- L'orologio resta connesso al telefono anche dopo la regolazione dell'orologio.
- Se la correzione dell'ora non riesce per qualche motivo, verrà visualizzato [ERR].

Visualizzazione dei dati relativi a Life Log

È possibile utilizzare l'app del telefono G-SHOCK MOVE per visualizzare i dati seguenti, misurati dall'orologio.

- Distanza, calorie e conteggio dei passi giornalieri, settimanali e mensili

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Home".
3. Utilizzare il widget "Registro generale" per visualizzare i dati.

Nota

- È anche possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per specificare valori di riferimento giornalieri.

[Impostazione dei valori di riferimento](#)

- Anche se i valori dei dati relativi a Life Log visualizzati sull'orologio cambiano in tempo reale, G-SHOCK MOVE mostra i valori nel momento in cui viene stabilita una connessione tra l'orologio e il telefono. Per questo motivo, i valori mostrati dall'app potrebbero differire da quelli visualizzati sull'orologio.

Impostazione dei valori di riferimento

È possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per specificare valori di riferimento giornalieri.

È possibile specificare i valori di riferimento per gli elementi elencati di seguito.

- Distanza giornaliera
- Calorie giornaliere
- Passi giornalieri

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Utente".
4. Selezionare il valore di riferimento che si desidera specificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo del telefono.

Attivazione del collegamento delle notifiche

È possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per configurare l'emissione di notifiche sul telefono per segnalare gli eventi di notifica dell'orologio elencati di seguito.

- Quando viene raggiunta una distanza sul giro preimpostata
- Quando viene completato qualsiasi programma del timer programmabile
- Al raggiungimento dell'ora del promemoria sonoro

Importante!

- Non è possibile configurare questa impostazione utilizzando le funzioni dell'orologio. Usare G-SHOCK MOVE per configurare le impostazioni.
- Il telefono non emette alcuna notifica quando la connessione Bluetooth tra il telefono e l'orologio è interrotta.

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Selezionare l'orologio preferito.
5. Selezionare l'impostazione che si desidera modificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo.

Visualizzazione dei dati del registro di allenamento

È possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per visualizzare i dati seguenti, riferiti ai tempi sul giro misurati dalla modalità Cronometro dell'orologio.

- Tempi parziali/sul giro
- Andatura media parziale/sul giro
- Distanza di ogni giro/tempo parziale
- Calorie totali bruciate da una singola attività

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Attività".
3. Toccare "Cronologia".
4. Eseguire l'operazione indicata sullo schermo.

Impostazione dei timer programmabili

È possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per configurare le impostazioni del timer programmabile e creare un gruppo di più timer.

- Per informazioni sui timer programmabili, utilizzare il collegamento riportato di seguito per accedere alle relative istruzioni.

[Panoramica](#)

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Selezionare l'orologio preferito.
5. Selezionare l'impostazione che si desidera modificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo.

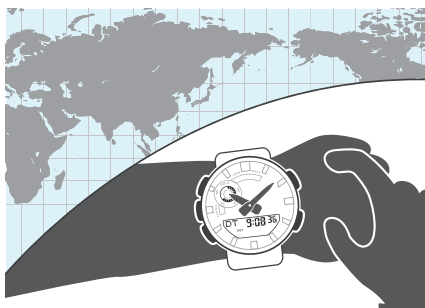
Configurazione delle impostazioni della città per l'ora internazionale

Se si specifica una città per l'ora internazionale con l'app del telefono G-SHOCK MOVE, la città per l'ora internazionale dell'orologio cambia di conseguenza. È possibile configurare le impostazioni in modo che venga eseguito automaticamente il passaggio all'ora legale per la città dell'ora internazionale.

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)



Nota

- L'ora internazionale dell'app del telefono G-SHOCK MOVE può essere selezionata tra l'ora internazionale di circa 300 città.

● Per selezionare una città per l'ora internazionale

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Selezionare l'orologio preferito.
5. Selezionare l'impostazione che si desidera modificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo.

Nota

- È possibile utilizzare l'app del telefono G-SHOCK MOVE per configurare le impostazioni relative alle città utente che non sono incluse nelle città per l'ora internazionale integrate nell'orologio. È necessario utilizzare l'app del telefono G-SHOCK MOVE per selezionare una città come città per l'ora internazionale.

● Configurazione dell'impostazione dell'ora legale

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Selezionare l'orologio preferito.
5. Selezionare l'impostazione che si desidera modificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo.
 - "Auto"
L'orologio alterna automaticamente tra ora solare e ora legale.
 - "OFF"
L'orologio indica sempre l'ora solare.
 - "ON"
L'orologio indica sempre l'ora legale.

Nota

- Quando l'ora legale è impostata su "Auto", l'orologio passa dall'ora solare all'ora legale automaticamente. Non è necessario passare manualmente da ora standard a ora legale e viceversa. Anche se ci si trova in un'area dove non è in vigore l'ora legale, è possibile mantenere l'impostazione dell'ora legale dell'orologio su "Auto".
- L'app G-SHOCK MOVE del telefono mostra informazioni sui periodi di applicazione dell'ora legale.

Regolazione dell'allineamento delle lancette

Se le lancette sono disallineate anche se l'orologio è connesso al telefono, utilizzare G-SHOCK MOVE per regolarle.

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Selezionare l'orologio preferito.
5. Selezionare l'impostazione che si desidera modificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo.

Attivazione della ricezione delle notifiche telefoniche

Utilizzare G-SHOCK MOVE per configurare le impostazioni in modo da ricevere le notifiche telefoniche (chiamate in arrivo, posta, siti di social networking, ecc.) sull'orologio.

Importante!

- Non è possibile configurare questa impostazione utilizzando le funzioni dell'orologio. Usare G-SHOCK MOVE per configurare le impostazioni.

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Selezionare l'orologio preferito.
5. Selezionare l'impostazione che si desidera modificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo.

Trova telefono

È possibile utilizzare la funzione Trova telefono per attivare un segnale acustico sul telefono associato e facilitarne l'individuazione. Il segnale acustico viene attivato anche se il telefono è in modalità silenziosa.

Importante!

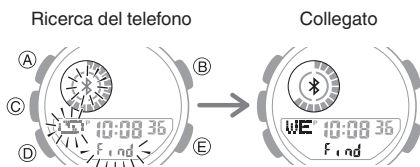
- La funzione Trovatelefono non emette alcun suono se l'app del telefono G-SHOCK MOVE non è in esecuzione sul telefono.
- Non utilizzare questa funzione in aree in cui l'uso dei segnali acustici del telefono è vietato.
- Il segnale acustico viene emesso ad alto volume. Non utilizzare questa funzione se si indossano degli auricolari collegati al telefono.

1. Se l'orologio si trova in un modo diverso dal modo di indicazione dell'ora, tenere premuto (D) per almeno due secondi per accedere al modo di indicazione dell'ora.

2. Tenere premuto (E) per almeno cinque secondi.

Il telefono emetterà un segnale acustico quando stabilisce una connessione con l'orologio.

- Sono necessari alcuni secondi prima che il telefono emetta il segnale acustico.



3. Premere qualsiasi pulsante per interrompere il segnale acustico.

- Il segnale acustico del telefono può essere interrotto solo durante i primi 30 secondi premendo qualsiasi pulsante dell'orologio.

Nota

- La connessione con il telefono non è possibile quando l'orologio è in Modo aeroplano. Per connettersi al telefono, disattivare il Modo aeroplano.

[Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo](#)

Configurazione delle impostazioni dell'orologio

Dopo aver stabilito una connessione tra l'orologio e un telefono, è possibile utilizzare l'app G-SHOCK MOVE del telefono per configurare le impostazioni dell'orologio e visualizzare le informazioni acquisite dall'orologio.

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Selezionare l'orologio preferito.
5. Selezionare l'impostazione che si desidera modificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo.

Modifica dell'impostazione dell'ora legale della città per l'ora del proprio fuso orario

Verifica della connessione

- Accertarsi che sul display dell'orologio sia visualizzato il simbolo quando si esegue la procedura riportata di seguito. Se il simbolo non è visualizzato, fare riferimento alle informazioni riportate nel collegamento seguente.

[Connessione a un telefono](#)

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Selezionare l'orologio preferito.
5. Selezionare l'impostazione che si desidera modificare, quindi eseguire l'operazione mostrata sullo schermo.

Connessione

Connessione a un telefono

L'orologio può connettersi a un telefono associato.

- Se l'orologio non è associato al telefono al quale si desidera eseguire la connessione, consultare le istruzioni riportate di seguito per associarli.

[③ Associare l'orologio a un telefono.](#)

Connessione con un telefono

Se sul display dell'orologio non compare il simbolo anche se l'orologio è associato al telefono, tenere premuto (E) per almeno due secondi per connettersi al telefono.

- Una volta connessi, orologio e telefono restano connessi.



Importante!

- Se si verificano problemi durante il tentativo di connessione, è possibile che l'app del telefono G-SHOCK MOVE non sia in esecuzione sul telefono. Nella schermata iniziale del telefono, toccare l'icona "G-SHOCK MOVE". Eseguire l'operazione indicata sullo schermo per associare l'orologio.

Disassociazione

La disassociazione dell'orologio da un telefono richiede operazioni sia sull'app G-SHOCK MOVE del telefono che sull'orologio.

Nota

- Se si utilizza un iPhone, eliminare anche le informazioni di associazione memorizzate sul telefono.

Eliminazione delle informazioni di associazione dall'app del telefono G-SHOCK MOVE

1. Toccare l'icona "G-SHOCK MOVE".
2. Nella barra dei menu, toccare "Altro".
3. Toccare "Orologio".
4. Toccare "Gestisci".
5. Toccare l'orologio con cui si desidera annullare l'associazione.
6. Eseguire l'operazione indicata sullo schermo.

Eliminazione delle informazioni relative all'associazione dall'orologio

1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.

[Passaggio da una modalità all'altra](#)

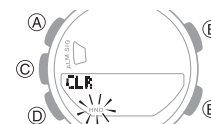
2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.



3. Tenere premuto (B) per almeno due secondi. Rilasciarlo quando [CLR] smette di lampeggiare.

Questa operazione comporta l'eliminazione delle informazioni relative all'associazione dall'orologio.



4. Tenere premuto (D) per almeno due secondi per tornare al modo di indicazione dell'ora.

● **Solo per iPhone**
Eliminazione delle informazioni di associazione del telefono

Per informazioni dettagliate sulle procedure di impostazione, consultare la documentazione del telefono.

“Impostazioni” → “Bluetooth” → Annullare la registrazione dispositivo dell’orologio.

Se si acquista un altro telefono

Nota

- Prima di eseguire l’associazione con il nuovo telefono, eliminare dall’orologio le informazioni di associazione del telefono precedente.

🔗 [Eliminazione delle informazioni relative all’associazione dall’orologio](#)

È necessario eseguire l’operazione di associazione ogni volta che si desidera stabilire una connessione Bluetooth con un telefono per la prima volta.

🔗 ③ [Associare l’orologio a un telefono.](#)

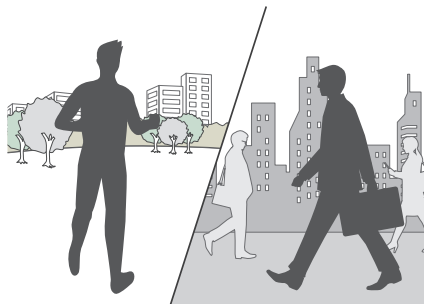
Misurazione tramite Life Log

L’orologio tiene traccia del conteggio dei passi percorsi mentre si cammina o si svolgono le normali attività quotidiane e utilizza questo valore per calcolare la distanza percorsa e il numero di calorie bruciate.



Misurazione dei dati di Life Log

Se si indossa l’orologio correttamente, Life Log esegue le misurazioni mentre si cammina o si svolgono le normali attività quotidiane.

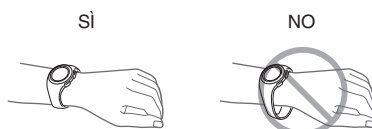


Importante!

- Poiché orologio è un dispositivo Life Log da polso, può rilevare movimenti non imputabili a passi e includerli nel conteggio dei passi e nel calcolo della distanza percorsa. Inoltre, movimenti anomali delle braccia durante la camminata possono determinare un conteggio dei passi errato.

● **Operazioni preliminari**

Per ottenere misurazioni più precise possibili tramite Life Log, indossare l’orologio con il quadrante rivolto verso l’alto sulla parte superiore del polso e stringere bene il cinturino. Un cinturino lento può determinare una misurazione errata.

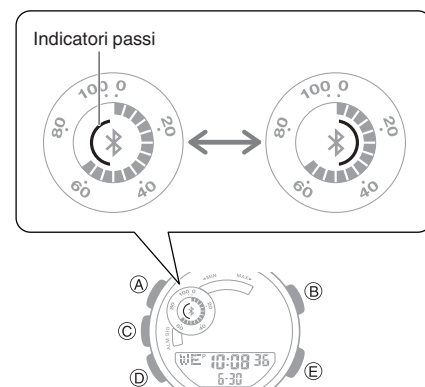


● **Conteggio dei passi**

Le operazioni di conteggio dei passi e misura della distanza percorsa vengono avviate automaticamente quando si inizia a camminare. Gli indicatori dei passi mostrano se il conteggio dei passi viene incrementato o meno.

Visualizzazione alternata a intervalli di un secondo: camminata (conteggio passi incrementato)

Visualizzazione di entrambi: nessuna camminata (conteggio passi non incrementato)



Nota

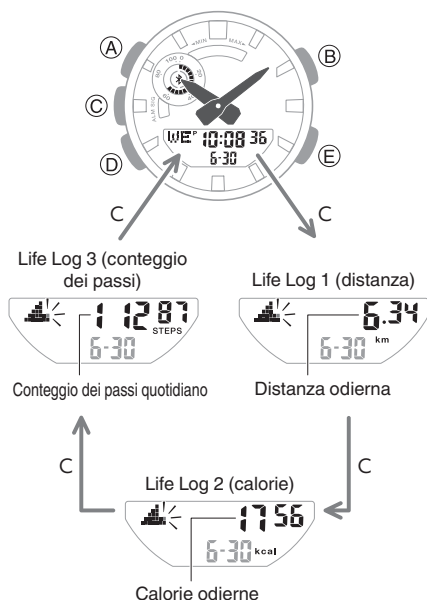
- L’indicatore di passi viene visualizzato anche durante la misurazione del tempo trascorso in modalità Cronometro per indicare che la misurazione è in corso. I risultati delle misurazioni si riflettono nei risultati della distanza e dell’andatura.

● **Visualizzazione dei dati relativi a Life Log**

🔗 [Visualizzazione delle schermate di Life Log](#)

Visualizzazione delle schermate di Life Log

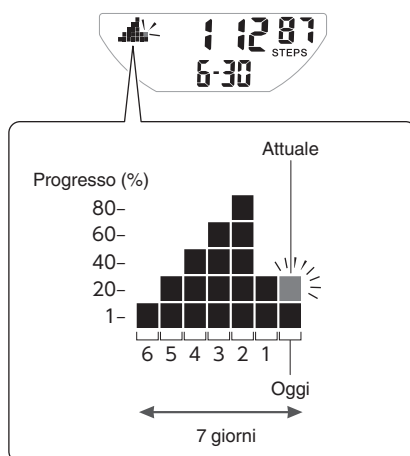
- Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
- Premere (C) per visualizzare la schermata di Life Log.
 Giorno della settimana, ore, minuti, secondi, mese, giorno



● Interpretazione del grafico dei progressi

Il grafico dei progressi mostra i miglioramenti compiuti per il raggiungimento dei valori di riferimento specificati per distanza giornaliera, calorie e numero di passi. È possibile visualizzare i progressi giornalieri per un massimo di sette giorni.

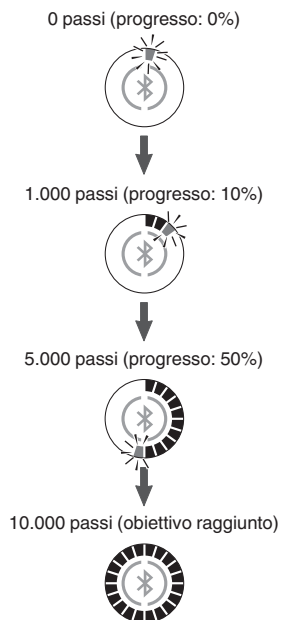
- I contenuti del grafico vengono normalmente aggiornati ogni minuto.



● Controllo dei progressi verso l'obiettivo di passi quotidiano

L'indicatore grafico A mostra la percentuale corrente (%) del valore di riferimento preimpostato raggiunto.

Esempio: obiettivo quotidiano 10.000 passi



Nota

- La distanza può essere misurata fino a 9.999,99 km. Il display dell'orologio continua a visualizzare 9.999,99 km anche se la distanza effettiva raggiunge o supera 10.000 km.
- È possibile misurare fino a 999.999 kcal. Il display dell'orologio continua a visualizzare 999.999 kcal anche se le calorie effettivamente bruciate raggiungono o superano 1.000.000 kcal.
- Il conteggio dei passi può mostrare un valore fino a 99.999 passi. Se il conteggio di passi supera 99.999, il valore massimo (99.999) rimane visualizzato sul display.
- Per evitare di includere nel conteggio movimenti non associati alla camminata, il conteggio dei passi inizia circa 20 secondi dopo che si comincia a camminare. Il numero di passi percorsi nei primi 20 secondi sarà incluso nel totale.
- Il conteggio dei passi viene azzerato a mezzanotte ogni giorno.
- Per risparmiare energia, il conteggio dei passi si arresta automaticamente una volta tolto l'orologio (nessun movimento dell'orologio rilevabile) e se non si esegue alcuna operazione per due o tre minuti.
- I contenuti del grafico vengono aggiornati anche quando si verifica uno degli eventi riportati di seguito.
 - Quando il conteggio dei passi viene arrestato per risparmiare energia
 - Quando non è possibile eseguire il conteggio a causa di un errore dell'accelerometro o energia insufficiente

Reimpostazione delle misurazione tramite Life Log

- Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
- Utilizzare (C) per visualizzare la voce di Life Log che si desidera reimpostare.
- Tenere premuti (C) e (E) per almeno due secondi.

Il valore della misurazione viene reimpostato.

Esempio: per reimpostare il conteggio dei passi



Indicazione degli obiettivi giornalieri

È possibile utilizzare la procedura descritta in questa sezione per specificare i valori di riferimento giornalieri per distanza, calorie e conteggio dei passi.

Di seguito sono riportati gli intervalli di impostazione di ciascun elemento.

- Distanza: fino a 199,0 km in unità di 1,0 km
- Calorie: 60.000 kcal in unità di 10 kcal
- Passi: 99.900 passi in unità di 100 passi

È possibile selezionare le unità di misura di distanza e calorie.

Importante!

- Se è stato utilizzato G-SHOCK MOVE per impostare Tokyo (TOKYO) come città di residenza, l'unità di misura della distanza sarà impostata su chilometri (km) e non potrà essere modificata. In questo caso, la schermata di selezione dell'unità di misura non viene visualizzata.

1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
🔍 Passaggio da una modalità all'altra
2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

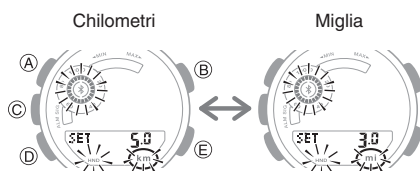
Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.



3. Premere (A).

È possibile utilizzare la schermata visualizzata per specificare l'unità di misura della distanza.

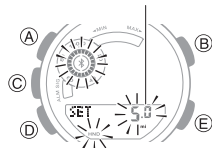
4. Premere (E) per selezionare [km] (chilometri) o [mi] (miglia).



5. Premere (D).

È possibile utilizzare la schermata visualizzata per specificare un valore di riferimento della distanza.

Valore di riferimento della distanza



6. Utilizzare (E) e (B) per specificare un valore di riferimento di distanza.

7. Premere (D).

È possibile utilizzare la schermata visualizzata per specificare l'unità di misura delle calorie.

8. Utilizzare (E) per selezionare [kcal] (kilocalorie) o [kJ] (kilojoule).



9. Premere (D).

È possibile utilizzare la schermata visualizzata per specificare un valore di riferimento della calorie.

Valore di riferimento delle calorie



10. Utilizzare (E) e (B) per specificare un valore di riferimento delle calorie.

11. Premere (D).

È possibile utilizzare la schermata visualizzata per specificare un valore di conteggio dei passi giornaliero.

Valore di conteggio dei passi



12. Utilizzare (E) e (B) per specificare un valore di conteggio dei passi giornaliero.

13. Premere (A) per completare l'operazione.

Nota

- È possibile uscire dalla procedura di impostazione in qualsiasi momento premendo (A).
- Non è possibile modificare le impostazioni del valore di riferimento utilizzando le funzioni dell'orologio o di G-SHOCK MOVE durante un'operazione di misurazione del tempo con il cronometro.

Cause del conteggio di passi non corretto

Qualsiasi condizione tra le seguenti può impedire un conteggio preciso.

- Camminare mentre si indossano ciabatte, sandali o altre calzature che portano a camminare trascinando i piedi
- Camminare su piastrelle, moquette, neve o altre superfici che portano a camminare trascinando i piedi
- Camminare in modo irregolare (in un luogo affollato, in una fila con arresti e ripartenze a intervalli brevi, eccetera)
- Camminare a un ritmo estremamente lento o correre molto veloci
- Spingere un carrello o un passeggino
- In un luogo in cui sono presenti vibrazioni o mentre si guida una bicicletta o si è a bordo di un veicolo
- Movimento frequente della mano o del braccio (ad esempio, per applaudire o sventolare)
- Camminare tenendo le mani, camminare con un bastone o effettuare qualsiasi altro movimento in cui movimenti di mani e braccia non sono coordinati tra di loro
- Normali attività quotidiane non correlate alla camminata (pulizie, eccetera)
- Indossare l'orologio sulla mano dominante
- Camminare per massimo 20 secondi
- Spostamento delle lancette dell'orologio (tramite l'apposita funzione, eccetera)
- Eseguire un'operazione con l'orologio

Cronometro

Il cronometro misura il tempo trascorso in unità di centesimi di secondo per la prima ora di misurazione, dopodiché in unità di 1 secondo per un massimo di 24 ore.

Oltre a eseguire le normali misurazioni del tempo trascorso, il cronometro consente di misurare il tempo parziale e il tempo sul giro.

È inoltre possibile misurare distanza e andatura.



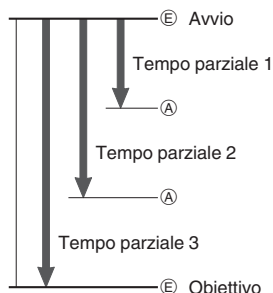
Nota

- Quando un'operazione di misurazione è in corso da 36 ore, si arresta automaticamente e [F] lampeggia sul display.
- Ogni volta che si registra un tempo parziale o un tempo sul giro, l'orologio crea un record. Il record include le seguenti informazioni: data e ora di avvio della misurazione, tempo e andatura di ogni giro o tempo parziale, distanza totale e calorie totali bruciate.
- È possibile memorizzare nell'orologio fino a 45 record di tempi parziali e tempi sul giro. Quando i dati memorizzati di un'operazione di misurazione superano i 44 record, non è possibile salvare ulteriori dati relativi al tempo parziale o al tempo sul giro. Il 45° record viene salvato quando il cronometro viene azzerato dopo aver interrotto l'operazione di misurazione.
- È possibile utilizzare il Modo di richiamo per visualizzare gli ultimi dati di misurazione.
[Visualizzazione dei record di dati](#)
- È possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per visualizzare i dati di misurazione passati.
- Se l'orologio è collegato al telefono, alla fine di un'operazione di misurazione e dopo l'esecuzione di una reimpostazione, i dati del registro misurati verranno inviati automaticamente a G-SHOCK MOVE. Non sarà possibile avviare la successiva operazione di misurazione fino al completamento del trasferimento.
- Non è possibile utilizzare le funzioni di G-SHOCK MOVE per aggiornare o inviare tutte le impostazioni quando è in corso un'operazione di misurazione in modalità Cronometro.

Tempi parziali e tempi sul giro

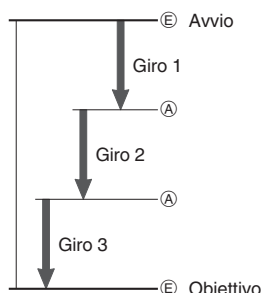
● Tempo parziale

Per tempo parziale si intende il tempo trascorso dall'inizio fino a un punto qualsiasi nel corso di un evento.



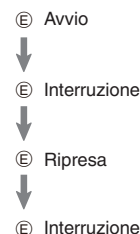
● Tempo sul giro

Il tempo sul giro mostra il tempo trascorso durante un giro attorno a una pista, ad esempio.

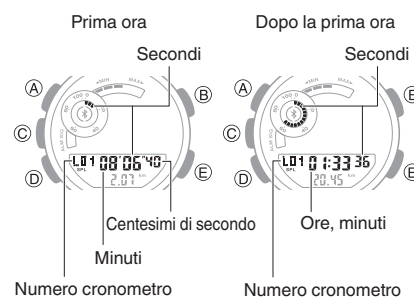


Misurazione del tempo trascorso

1. Accedere al Modo di cronometro.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Utilizzare le operazioni seguenti per misurare il tempo trascorso.



- Il tempo trascorso viene mostrato in unità di centesimi di secondo per la prima ora della misurazione. Dopo la prima ora, il tempo trascorso viene mostrato in unità di un secondo.



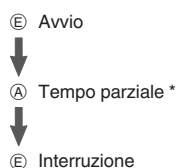
3. Premere (A) per azzerare il tempo di misurazione.

Misurazione di un tempo parziale

1. Accedere al Modo di cronometro.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Premere (A) per visualizzare [SPL].

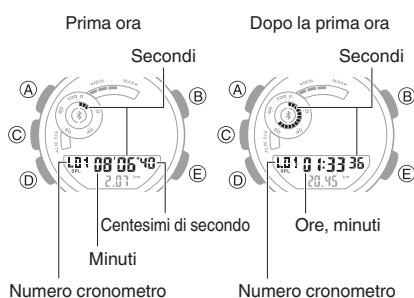


3. Utilizzare le operazioni seguenti per misurare il tempo trascorso.



* A ogni pressione di (A) viene visualizzato, per circa otto secondi, il tempo trascorso (tempo sul giro) dall'ultima operazione relativa al tempo sul giro. Il tempo sul giro viene visualizzato per circa otto secondi, seguito dal tempo trascorso (tempo parziale).

- Il tempo trascorso viene mostrato in unità di centesimi di secondo per la prima ora della misurazione. Dopo la prima ora, il tempo trascorso viene mostrato in unità di un secondo.



4. Premere (A) per azzerare il tempo di misurazione.

Misurazione dei tempi sul giro

1. Accedere al Modo di cronometro.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Premere (A) per visualizzare [LAP].

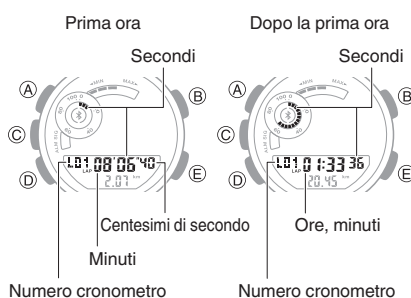


3. Utilizzare le operazioni indicate di seguito per la misurazione del tempo trascorso.



* A ogni pressione di (A) viene visualizzato, per circa otto secondi, il tempo trascorso (tempo sul giro) dall'ultima operazione relativa al tempo sul giro. Il tempo sul giro viene visualizzato per circa otto secondi, seguito dal tempo della sezione appena misurata (tempo sul giro).

- Il tempo trascorso viene mostrato in unità di centesimi di secondo per la prima ora della misurazione. Dopo la prima ora, il tempo trascorso viene mostrato in unità di un secondo.



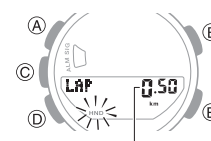
4. Premere (A) per azzerare il tempo di misurazione.

Uso della notifica Giro automatico

Con Giro automatico è possibile specificare una distanza di riferimento sul giro e misurare i tempi sul giro e i tempi parziali. Un segnale acustico e un indicatore sul display indicano quando viene raggiunta la distanza preimpostata.

Specifica della distanza del giro automatico

1. Accedere al Modo di cronometro.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.
3. Utilizzare (E) per specificare il valore della distanza.
 - Ogni pressione di (E) modifica l'impostazione della distanza in unità da 0,5 km. È possibile selezionare un'impostazione da OFF a 10 km. Se si preme (E) quando l'impostazione è 10 km, l'impostazione torna su OFF.

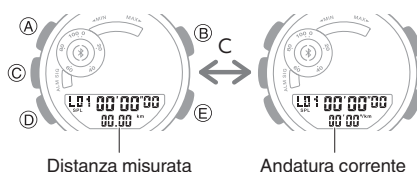


Impostazione della distanza

- Se si specifica un valore di distanza, viene visualizzato [AUTO LAP] in modalità Cronometro.
4. Premere (A) per completare l'operazione.

Passaggio tra distanza misurata e andatura

Premendo (C) si alterna la visualizzazione di distanza misurata e andatura.



Cronometraggio del giro automatico

È possibile eseguire le stesse operazioni per il tempo trascorso come descritto nelle sezioni seguenti.

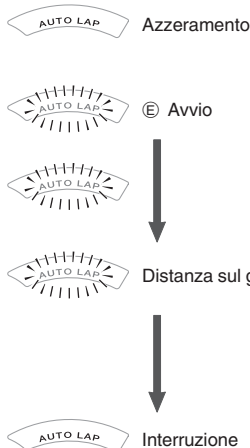
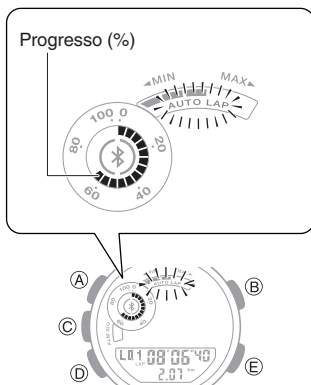
- 🕒 Misurazione del tempo trascorso
- 🕒 Misurazione di un tempo parziale
- 🕒 Misurazione dei tempi sul giro

Se si avvia la misurazione del tempo trascorso, [AUTO LAP] lampeggia sul display.

Ogni volta che si raggiunge la distanza specificata, si verificano i seguenti eventi.

- I tempi sul giro e parziali vengono misurati automaticamente.
- Viene emesso un promemoria sonoro.
- Viene visualizzata una schermata di conferma per circa otto secondi.

Inoltre, l'indicatore grafico A mostra il progresso (%) fino alla distanza impostata per il giro.



Controllo dei dati del registro di allenamento

Visualizzazione dei record di dati

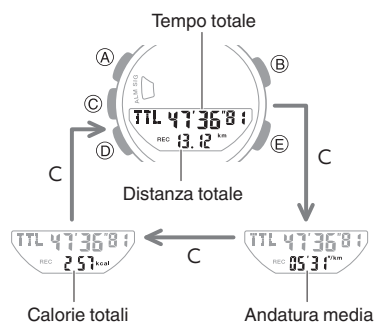
È possibile utilizzare l'operazione seguente per visualizzare i tempi parziali e i tempi sul giro.

1. Accedere al Modo di richiamo.

🕒 Passaggio da una modalità all'altra

Oltre al tempo totale, l'orologio può visualizzare la distanza totale, l'andatura media o le calorie totali.

- Per spostarsi tra le schermate del display, premere (C).



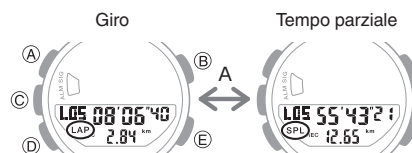
2. Premere (E).

Vengono visualizzati i dettagli dei dati più recenti relativi agli allenamenti.

- Per spostarsi tra le schermate del display, premere (C).

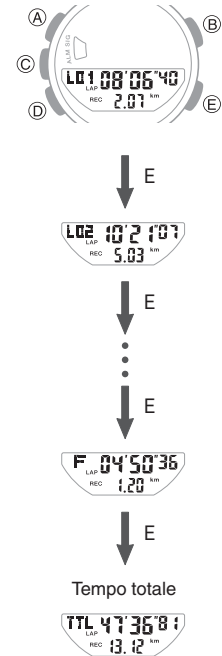


- Premere (A) per alternare la visualizzazione del valore di misurazione tra il tempo sul giro e il tempo parziale.



3. Premere (E) per scorrere i valori di misurazione.

- Ogni volta che si preme (E), si passa da [L01] al valore di numerazione successivo.



Timer

Il timer esegue il conto alla rovescia da un'ora di avvio specificata dall'utente. L'orologio emette un segnale acustico ogni secondo per gli ultimi cinque secondi del conto alla rovescia.

- Il segnale acustico non suona quando il livello della batteria è basso.



Impostazione dell'ora di avvio del timer

L'ora di avvio può essere impostata in unità da 1 secondo fino a 60 minuti.

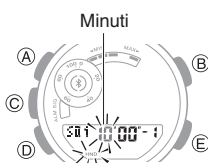
1. Accedere al Modo di timer.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.
3. Utilizzare (E) e (B) per specificare il numero di ripetizioni del timer.



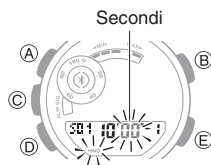
4. Premere (D).
5. Utilizzare (E) e (B) per visualizzare [1].



6. Premere (D).
 Questa operazione farà lampeggiare le cifre dei minuti.
7. Utilizzare (E) e (B) per modificare l'impostazione dei minuti.



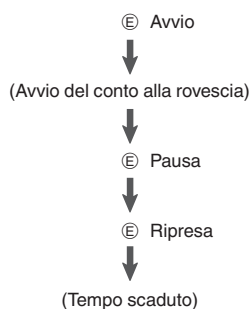
8. Premere (D).
 Questa operazione farà lampeggiare le cifre dei secondi.
9. Utilizzare (E) e (B) per modificare l'impostazione dei secondi.



10. Premere (A) per completare l'operazione.

Uso del timer

1. Accedere al Modo di timer.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Di seguito è illustrata un'operazione tipica.



- L'orologio emette un segnale acustico ogni secondo per gli ultimi cinque secondi del conto alla rovescia.
- Per interrompere un conto alla rovescia, premere (E) seguito da (A). In questo modo viene reimpostata l'ora di avvio del timer.

Misurazione del tempo trascorso con avvio automatico

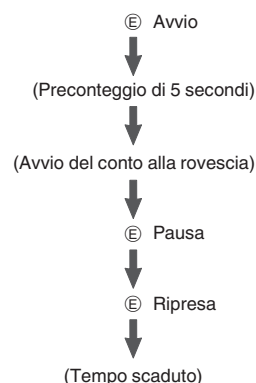
È possibile utilizzare la procedura seguente in modo che il conto alla rovescia del timer venga avviato automaticamente dopo cinque secondi di pre-conteggio.

1. Accedere al Modo di timer.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Premere (A) per selezionare Avvio automatico.



Cinque secondi restanti del conto alla rovescia

3. Di seguito è illustrata un'operazione tipica.



- Per interrompere un conto alla rovescia, premere (E) seguito da (A). In questo modo viene reimpostata l'ora di avvio del timer.

Uso del timer a intervalli

Panoramica

È possibile configurare le impostazioni per più timer in modo che eseguano diversi conti alla rovescia, uno dopo l'altro, per creare un timer a intervalli. È possibile utilizzare un timer a intervalli per controllare il tempo impiegato a fare flessioni, squat o altri esercizi di fitness.

Ad esempio, è possibile configurare un timer a intervalli come mostrato di seguito con intervalli da ① a ④ per 10 ripetizioni.

Impostazioni del timer

- Intervallo 1: 30 secondi
- Intervallo 2: 20 secondi
- Intervallo 3: 30 secondi
- Intervallo 4: 25 secondi
- Serie: 10

Allenamento a intervalli

- ① Flessioni: 30 secondi
- ② Riposo: 20 secondi
- ③ Squat: 30 secondi
- ④ Riposo: 25 secondi

Nota

- È possibile configurare fino a cinque diversi timer per un massimo di 20 ripetizioni.

Configurazione delle impostazioni del timer a intervalli

- Se è in corso un'operazione di conto alla rovescia del timer, viene reimpostata l'ora di avvio attuale del timer prima di eseguire questa operazione.

Uso del timer

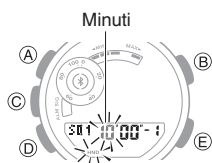
- Accedere al Modo di timer.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
- Tenere premuto (A) per almeno due secondi.



- Utilizzare (E) e (B) per specificare il numero di ripetizioni del timer.
- Premere (D).
- Utilizzare (E) e (B) per specificare la posizione del timer nella sequenza.
 - Per specificare la prima posizione, impostare [1].

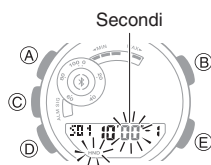


- Premere (D).
Questa operazione farà lampeggiare le cifre dei minuti del Timer 1.
- Utilizzare (E) e (B) per modificare l'impostazione dei minuti.



- Premere (D).
Questa operazione farà lampeggiare le cifre dei secondi del Timer 1.

- Utilizzare (E) e (B) per modificare l'impostazione dei secondi.



- Premere due volte (D).
Viene nuovamente visualizzata la schermata del punto 5.
- Ripetere le operazioni dal punto 5 al punto 10 il numero di volte necessario per configurare le impostazioni degli altri timer.
- Premere (A) per completare l'operazione.

Nota

- È inoltre possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per configurare le impostazioni del timer programmabile.

Uso di un timer a intervalli per la misurazione del tempo trascorso

- Accedere al Modo di timer.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
- Premere (E) per avviare il conto alla rovescia del timer.



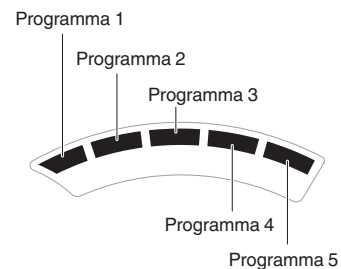
L'orologio emette un segnale acustico ogni secondo per gli ultimi cinque secondi del conto alla rovescia attuale e avvia il conto alla rovescia del successivo timer una volta raggiunta la fine.

- Per sospendere un conto alla rovescia del timer, premere (E). È possibile reimpostare sull'ora di avvio un conto alla rovescia sospeso premendo (A).
- Se è in corso un'operazione di conto alla rovescia di più timer, è possibile terminare il conto alla rovescia attuale e avviare quello successivo tenendo premuto (A) per almeno 0,5 secondi.

Controllo dello stato di attivazione/disattivazione dei timer programmabili

In modalità Timer, è possibile verificare se ciascuno dei timer programmabili è attivato o disattivato tramite l'indicatore grafico B. Lo stato corrente di un timer programmabile varia a seconda che il segmento indicatore del numero del programma sia visualizzato, lampeggiante o non visualizzato.

Indicatore grafico B



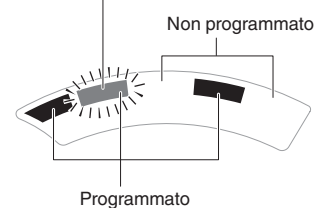
Stato del timer programmabile	Grafico
Non programmato	Non visualizzato
Programmato	Visualizzato
Operazione in corso/Avvio automatico	Lampeggiante *
In pausa	
Impostazioni del timer in fase di configurazione	Lampeggiante

* Il segmento scompare al termine del programma.

Esempio di visualizzazione

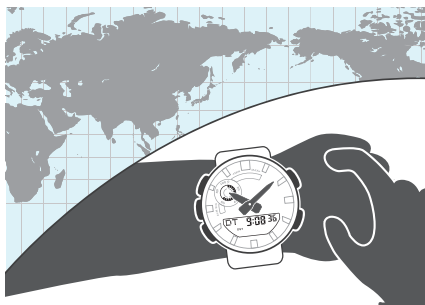
Programma 1, 2, 4: programmato
Programma 3, 5: non programmato
Programma 2: conto alla rovescia del timer in corso

Conto alla rovescia del timer in corso



Ora doppia

L'Ora doppia consente di cercare l'ora corrente tra diversi fusi orari in tutto il mondo.



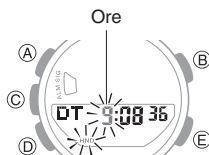
Configurazione delle impostazioni dell'ora doppia

L'Ora doppia consente di impostare l'ora attuale in un altro fuso orario oltre all'ora della posizione attuale.

1. Accedere alla Modalità ora doppia.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)

2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

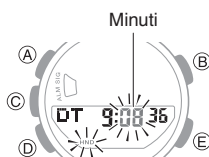
Questa operazione farà lampeggiare le cifre dell'ora.



3. Utilizzare (E) e (B) per modificare l'impostazione dell'ora.

4. Premere (D).

Questa operazione farà lampeggiare le cifre dei minuti.



5. Utilizzare (E) e (B) per modificare l'impostazione dei minuti.

- È possibile modificare l'impostazione in incrementi di 15 minuti.

6. Premere (A) per completare l'operazione.

Passaggio tra ora della posizione corrente e ora del secondo fuso orario

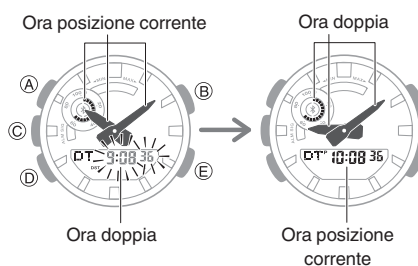
1. Accedere alla Modalità ora doppia.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)

2. Tenere premuto (C) per almeno due secondi.

L'ora della posizione corrente e l'ora del secondo fuso orario vengono scambiate.

Prima dello scambio

Dopo lo scambio



Nota

- Questa funzione è utile quando ci si sposta in un altro fuso orario. Per ulteriori informazioni su come si utilizza questa funzione, consultare la sezione qui di seguito.

[Passaggio tra fusi orari](#)

Promemoria sonori e segnale orario

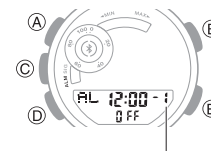
L'orologio emette un suono quando viene raggiunto l'orario del promemoria sonoro. È possibile impostare fino a cinque promemoria sonori diversi. Il segnale orario fa sì che l'orologio emetta un suono ogni ora esatta.

- Il segnale acustico non suona quando il livello della batteria è basso.



Configurazione delle impostazioni del promemoria sonoro

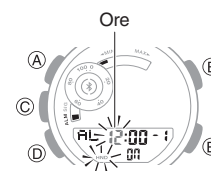
1. Accedere al Modo di suoneria.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Premere (C) per scorrere i numeri dei promemoria sonori (da [-1] a [-5]) finché non viene visualizzato quello da configurare.



Numero di promemoria sonoro

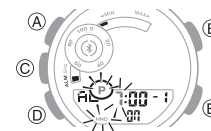
3. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

Questa operazione farà lampeggiare le cifre dell'ora.



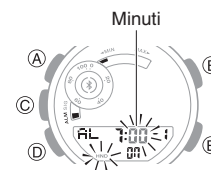
4. Utilizzare (E) e (B) per modificare l'impostazione dell'ora.

- Se si sta utilizzando il Modo di indicazione dell'ora di 12 ore, [P] indica p.m.



5. Premere (D).

Questa operazione farà lampeggiare le cifre dei minuti.



6. Utilizzare (E) e (B) per modificare l'impostazione dei minuti.

7. Premere (A) per completare l'operazione.

- Il segmento corrispondente all'allarme attivato viene visualizzato nell'indicatore grafico B.

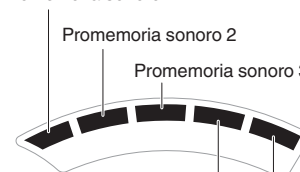
Promemoria sonoro 1

Promemoria sonoro 2

Promemoria sonoro 3

Promemoria sonoro 4

Promemoria sonoro 5



8. Tenere premuto (D) per almeno due secondi per tornare al modo di indicazione dell'ora.

● Per arrestare il promemoria sonoro

Per arrestare il promemoria sonoro dopo che inizia a suonare quando viene raggiunto l'orario del promemoria sonoro, premere un pulsante qualsiasi.

Nota

- Per indicare che è stato raggiunto l'orario del promemoria sonoro, viene emesso un suono per 10 secondi.
- È inoltre possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per configurare le impostazioni del promemoria sonoro.

Abilitazione del segnale orario

1. Accedere al Modo di suoneria.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Premere (C) per visualizzare la schermata del segnale orario ([SIG]).



3. Premere (E) per attivare (on) e disattivare (off) il segnale orario.
 - L'indicatore [SIG] (segnale orario) viene visualizzato sul display quando il segnale orario è abilitato.



4. Tenere premuto (D) per almeno due secondi per tornare al modo di indicazione dell'ora.

Nota

- È anche possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per configurare l'impostazione del segnale orario.

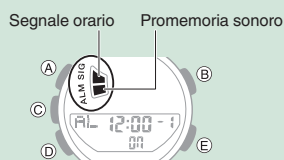
Disattivazione di un promemoria sonoro o del segnale orario

Per disattivare un promemoria sonoro o il segnale orario, eseguire la procedura riportata di seguito.

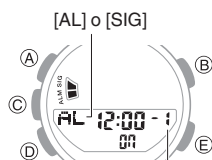
- Per ripristinare il promemoria sonoro o il suono del segnale orario, riattivarli.

Nota

- L'attivazione di un qualsiasi promemoria sonoro o di un segnale orario è visibile tramite gli appositi indicatori.
- Gli indicatori applicabili non sono visualizzati in caso di disattivazione del segnale orario e/o di tutti i promemoria sonori.

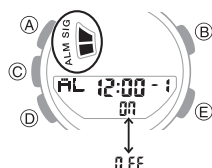


1. Accedere al Modo di suoneria.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)
2. Utilizzare (C) per scorrere le schermate dei promemoria sonori (da [-1] a [-5]) e del segnale orario ([SIG]) fino a visualizzare quella che si desidera disattivare.



Numero di promemoria sonoro

3. Premere (E) per disattivare il promemoria sonoro visualizzato o il segnale orario.
 - Ogni volta che si preme (E), si alterna l'opzione di attivazione e disattivazione.
 - Se si disattivano tutti i promemoria sonori, [ALM] (promemoria sonoro) non viene più visualizzato sul display, mentre se si disabilita il segnale orario, [SIG] (segnale orario) non viene più visualizzato sul display.



4. Tenere premuto (D) per almeno due secondi per tornare al modo di indicazione dell'ora.

Nota

- Se [ALM] (promemoria sonoro) continua a essere visibile dopo aver disattivato un promemoria sonoro, significa che è ancora abilitato almeno un altro promemoria sonoro. Per disattivare tutti i promemoria sonori, controllare quali sono attivi nell'indicatore grafico B, quindi ripetere i passaggi 2 e 3 fino a quando tutti i segmenti dell'indicatore grafico B e l'indicatore [ALM] (promemoria sonoro) non sono più visibili.

Allineamento delle lancette

Se sono presenti forti campi magnetici o in caso di urti, l'ora indicata dalle lancette analogiche può risultare diversa da quella sul display digitale. In questo caso, regolare l'allineamento delle lancette.

Regolazione dell'allineamento delle lancette

1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)

2. Tenere premuto (A) per almeno cinque secondi. Rilasciare il pulsante quando [12:00] inizia a lampeggiare.

Questo consente di regolare le lancette delle ore e dei minuti.

Dopo 3,5 secondi

Cinque secondi dopo



3. Se le lancette delle ore e dei minuti non sono sulle ore 12, utilizzare (E) e (B) per allinearle.
4. Premere (A) per completare l'operazione.

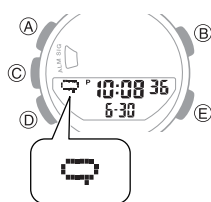
Ricezione delle notifiche telefoniche

È possibile utilizzare l'orologio per ricevere le notifiche di chiamate in arrivo, posta in arrivo, eventi dei siti di social networking e altri eventi da un telefono collegato all'orologio tramite Bluetooth.

- Per ricevere le notifiche, è necessario associare l'orologio al telefono.

[Operazioni preliminari](#)

Le informazioni sulle notifiche più recenti vengono visualizzate nel modo di indicazione dell'ora.



Questo indicatore:	Significa:
	Posta
	SNS
	Chiamate in arrivo, chiamate perse
	Pianificazione
	Altro

Nota

- Non è possibile eseguire le operazioni di spostamento delle lancette e di passaggio alla città per l'ora del secondo fuso orario mentre l'orologio riceve una notifica.
- È possibile utilizzare G-SHOCK MOVE per abilitare o disabilitare la ricezione delle notifiche. Non è possibile configurare questa impostazione utilizzando le funzioni dell'orologio.

[Attivazione della ricezione delle notifiche telefoniche](#)

● Cancellazione delle notifiche

È possibile cancellare le notifiche premendo un pulsante qualsiasi. Inoltre, le notifiche vengono cancellate automaticamente se non si esegue alcuna operazione sull'orologio per 30 secondi.

Altre impostazioni

In questa sezione vengono illustrate le altre impostazioni dell'orologio che è possibile configurare.

Attivazione del segnale acustico di pressione pulsanti

Utilizzare la procedura seguente per abilitare o disabilitare il segnale acustico emesso quando si preme un pulsante.

1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.
[Passaggio da una modalità all'altra](#)

2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.



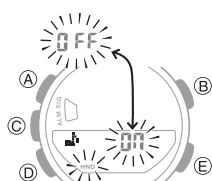
3. Premere sette volte (D) per visualizzare [♪].



4. Premere (E) per attivare e disattivare il segnale acustico di pressione pulsanti.

[On]: Segnale acustico abilitato.

[OFF]: Segnale acustico disabilitato.



5. Premere (A) due volte per completare l'impostazione.

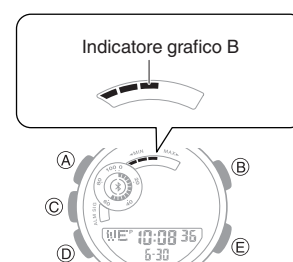
Controllo dell'intensità dell'esercizio

L'orologio calcola l'intensità dell'esercizio in base al conteggio dei passi e all'altezza registrata nel profilo utente.

L'indicatore grafico B mostra l'intensità dell'esercizio calcolata su una scala da uno a cinque livelli.

È possibile controllare l'intensità dell'esercizio nelle modalità elencate di seguito.

- Modo di indicazione dell'ora
- Modalità cronometro
- Modalità Ora del secondo fuso orario



Cinque indicazioni del livello di intensità dell'esercizio

Intensità dell'esercizio	Indicatore grafico B
1	
2	
3	
4	
5	

Cinque significati del livello di intensità dell'esercizio

Intensità dell'esercizio	Descrizione	Velocità approssimativa
1	Camminata lenta	Camminata a velocità inferiore a 4,5 km/h.
2	Camminata da normale a veloce	Camminata a velocità compresa tra 4,5 e 6 km/h.
3	Camminata veloce o corsa lenta	Camminata a velocità di almeno 6 km/h o corsa a velocità compresa tra 5,1 e 7,7 km/h.
4	Corsa da normale a veloce	Corsa a velocità compresa tra 7,7 e 11,0 km/h.
5	Corsa veloce	Corsa a velocità superiore a 11 km/h.

Reimpostazione dell'orologio

In questa sezione viene illustrato come ripristinare le impostazioni dell'orologio e del registro ai valori di fabbrica predefiniti.

- Tenere presente che l'ora della posizione corrente e l'ora del secondo fuso orario non vengono reimpostate.

1. Accedere al Modo di indicazione dell'ora.

[Passaggio da una modalità all'altra](#)

2. Tenere premuto (A) per almeno due secondi.

Rilasciare il pulsante quando il lampeggiamento di [SET] si arresta.



3. Tenere premuto (B) per almeno cinque secondi. Rilasciare il pulsante quando [CLR ALL] smette di lampeggiare.



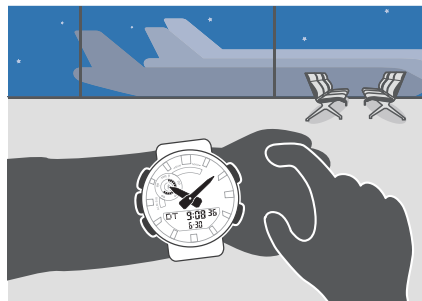
Nota

- Il ripristino dell'orologio comporta anche l'eliminazione delle informazioni relative all'associazione dell'orologio a un telefono e alla sua disassociazione.

Passaggio tra fusi orari

Quando si passa a un altro fuso orario, l'orologio regola l'impostazione dell'ora della posizione corrente in base al fuso orario del telefono.

Quando si raggiunge la destinazione, disattivare la modalità aereo dell'orologio.



1. Quando si raggiunge la destinazione, ristabilire una connessione tra l'orologio e il telefono.

[Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo](#)

Dopo la disattivazione della modalità aereo dell'orologio, l'impostazione dell'ora viene regolata in base all'ora nella posizione corrente.

- Per attivare la regolazione immediata dell'ora, fare riferimento alle informazioni descritte nel collegamento riportato di seguito.

[Attivazione della correzione immediata dell'ora](#)

Altre informazioni

Queste sezioni forniscono informazioni non operative che occorre conoscere. Quando necessario, fare riferimento a tali informazioni.

Telefoni supportati

Per informazioni sui telefoni che possono essere connessi all'orologio, visitare il sito Web di CASIO.

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

Caratteristiche tecniche

Precisione alla temperatura normale :

In media ± 15 secondi al mese quando la correzione dell'ora tramite la comunicazione con il telefono non è possibile.

Modo di indicazione dell'ora :

Analogico

Ora, minuto (si sposta ogni 20 secondi)

Digitale

Ora, minuto, secondi, mese, giorno, giorno della settimana, formato dell'ora a.m./p.m. (P)/24 ore, calendario automatico completo (da 2000 a 2099)

Ora legale

Funzioni di misurazione tramite Life Log :

Distanza

Intervallo di misurazione: da 0,00 a 9999,99 km

Impostazione della distanza di riferimento

Unità di impostazione della distanza: 1 km

Intervallo di impostazione della distanza: da 1 a 199 km

Calorie

Intervallo di misurazione: da 0 a 999.999 kcal

Impostazione delle calorie di riferimento

Unità di impostazione delle calorie: 10 kcal

Intervallo di impostazione delle calorie: da 10 a 60.000 kcal

Pedometro

Conteggio dei passi tramite accelerometro a 3 assi

Intervallo del conteggio dei passi: da 0 a 99.999 passi

Indicatori passi

Impostazione obiettivo di passi quotidiano

Unità di impostazione del conteggio dei passi: 100 passi

Intervallo di impostazione del conteggio dei passi: da 1.000 a 99.900 passi

Precisione del conteggio dei passi $\pm 3\%$ (in base a test di vibrazione)

Risparmio energetico

Reimpostazione di Life Log

Reimpostazione automatica a mezzanotte ogni giorno

Azzeramento manuale

Grafico Life Log

Visualizzazione dell'intensità dell'esercizio

Cronometro/Richiamo dati :

Unità di misurazione

Centesimi di secondo (prima ora); 1 secondo (dopo prima ora)

Intervallo di misurazione: 23 ore 59 minuti 59 secondi

Funzioni di misurazione:

Tempo trascorso normale, tempo cumulativo, tempo sul giro/parziale, passaggio tra visualizzazione della distanza e dell'andatura, misurazione del giro automatico/manuale, promemoria sonoro giro automatico, memorizzazione di 45 record

Timer :

Unità di misurazione: 1 secondo

Intervallo di misurazione: 60 minuti

Numero di intervalli: da 1 a 5

Numero di ripetizioni automatiche: da 1 a 20

Unità di impostazione dell'ora: 1 secondo

Intervallo impostazione dell'ora: da 1 secondo a 60 minuti

Conto a rovescia ultimi 5 secondi, segnale acustico tempo scaduto

Avvio automatico

Ora doppia :

Ora, minuti, secondi

Passaggio all'ora del proprio fuso orario

Promemoria sonoro :

Promemoria sonori ora
 Numero di promemoria sonori: 5
 Unità di impostazione: ore, minuti
 Durata segnale acustico promemoria sonoro: 10 secondi
 Segnale orario: segnale acustico ogni ora esatta

Mobile Link :

Collegamento delle funzioni tramite connessione wireless con dispositivi compatibili Bluetooth®*

* Funzionamento migliorato da Mobile Link

Correzione automatica dell'orologio
 Impostazione dell'ora semplificata
 Ora internazionale: ora attuale di 300 città (38 fusi orari, regolazione automatica dell'ora legale) e ora UTC (Coordinated Universal Time)
 Impostazioni dell'orologio
 Trova telefono
 Calibrazione della distanza
 Gestione dei dati di Life Log
 Dati di gestione (distanza, calorie, passi)
 Gestione dei dati del registro di allenamento
 Dati di gestione (tempo, distanza, andatura per ogni giro; calorie totali bruciate)
 Notifica semplice (solo promemoria acustico)

- Il nome della notifica o testo di altro tipo non viene visualizzato sul display dell'orologio.

Collegamento delle notifiche
 Regolazione automatica dell'ora legale
 Passaggio automatico tra ora solare e ora legale
 Impostazioni del timer
 Impostazioni del promemoria sonoro
 Correzione dell'allineamento delle lancette
 Specifiche di comunicazione dei dati Bluetooth®
 Banda di frequenza: da 2400 MHz a 2480 MHz
 Trasmissione massima: 0 dBm (1 mW)
 Raggio di comunicazione: fino a 2 metri (a seconda dell'ambiente)

Altro :

Retroilluminazione a LED (illuminazione automatica, super illuminazione, luminescenza, durata dell'illuminazione selezionabile di 1,5 o 3 secondi), attivazione/disattivazione del tono di funzionamento, modalità aereo, profilo utente, spostamento delle lancette, avviso di batteria scarica

Alimentazione :

CR2025 x 1
 Durata batteria: circa 2 anni
 Condizioni

Tempo di collegamento Bluetooth: 10 ore/giorno
 Promemoria sonoro: una volta (10 secondi)/giorno
 Illuminazione: una volta (1,5 secondi)/giorno
 Display: 24 ore/giorno
 Misurazione tramite Life Log: 12 ore/giorno
 Misurazione cronometro: 3 ore/settimana (1 ora/giorno, 3 volte/settimana)
 Notifica: 20 volte/giorno

Le specifiche tecniche sono soggette a modifiche senza preavviso.

Precauzioni per l'uso di Mobile Link


● Informazioni legali

- Questo orologio è conforme o ha ricevuto l'approvazione in base alle normative radio di vari Paesi o aree geografiche. L'utilizzo di questo orologio in un'area in cui non è consentito o non ha ricevuto l'approvazione in base alle normative radio applicabili può costituire un reato penale. Per ulteriori informazioni, visitare il sito Web CASIO. <https://world.casio.com/ce/BLE/>
- L'utilizzo di questo orologio all'interno di un velivolo è vietato dalle leggi dell'aviazione di ciascun Paese. Assicurarsi di seguire le istruzioni del personale della linea aerea.


● Precauzioni durante l'uso di Mobile Link

- Quando si utilizza questo orologio in combinazione con un telefono, tenere l'orologio e il telefono vicini tra loro. Una distanza di due metri è consigliata come linea guida, ma l'ambiente locale (pareti, arredamento, ecc.), la struttura di un edificio e altri fattori possono richiedere una distanza notevolmente inferiore.
- Questo orologio può essere influenzato da altri dispositivi (dispositivi elettrici, attrezzature audiovisive, attrezzature per ufficio, ecc.) In particolare, può essere influenzato dal funzionamento di un forno a microonde. L'orologio potrebbe non essere in grado di comunicare normalmente con un telefono se nelle vicinanze è in funzione un forno a microonde. Viceversa, l'orologio può causare disturbi nella ricezione radio e dell'immagine video di un televisore.
- La connessione Bluetooth di questo orologio utilizza la stessa banda di frequenza (2,4 GHz) dei dispositivi wireless LAN e l'utilizzo di tali dispositivi in prossimità di questo orologio può causare interferenze radio, minori velocità di comunicazione e rumore per l'orologio e il dispositivo wireless LAN o perfino errori di comunicazione.

● Interruzione dell'emissione di onde radio da parte dell'orologio

Il simbolo  sul display indica che l'orologio sta emettendo onde radio.

Quando ci si trova in un ospedale, a bordo di un aereo o in qualsiasi altra area in cui l'uso di onde radio non è consentito, attenersi alle procedure seguenti per interrompere la generazione di onde radio.

- Attivare la modalità aereo dell'orologio  [Usa dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo](#)

Copyright e copyright registrati

- I logo e il marchio denominativo Bluetooth® sono marchi registrati di Bluetooth SIG, Inc.; qualsiasi uso di tali marchi da parte di CASIO Computer Co., Ltd. è concesso su licenza.
- iPhone e App Store sono marchi di Apple Inc. negli Stati Uniti e in altri paesi.
- iOS è un marchio o un marchio registrato di Cisco Systems, Inc.
- GALAXY, GALAXY Note e GALAXY S sono marchi registrati di Samsung Electronics Co., Ltd.
- Android e Google Play™ sono marchi o marchi registrati di Google LLC.
- Altri nomi di società e nomi di prodotti utilizzati nel presente documento sono marchi o marchi registrati delle rispettive società.

Risoluzione dei problemi

Non è possibile associare l'orologio a un telefono.

Q1 Non è mai stato possibile stabilire una connessione (di associazione) tra l'orologio e il telefono.

Si utilizza un modello di telefono supportato?

Controllare se il modello di telefono e il relativo sistema operativo sono supportati dall'orologio.

Per informazioni sui modelli di telefoni supportati, visitare il sito Web di CASIO.

↓ https://world.casio.com/os_mobile/wat/

Si è installata l'app del telefono G-SHOCK MOVE sul telefono?

Per poter eseguire la connessione all'orologio, è necessario che l'app del telefono G-SHOCK MOVE sia installata sul telefono.

↓ ① [Installare l'app sul telefono.](#)

Le impostazioni Bluetooth del telefono sono configurate correttamente?

Configurare le impostazioni Bluetooth del telefono. Per informazioni dettagliate sulle procedure di impostazione, consultare la documentazione del telefono.

Utenti di iPhone

- "Impostazioni" → "Bluetooth" → Attivato
- "Impostazioni" → "Privacy" → "Bluetooth" → "G-SHOCK MOVE" → Attivato

Utenti di Android

- Abilitare Bluetooth.

↓ Oltre a quanto indicato in precedenza.

In alcuni telefoni è necessario disabilitare BT Smart per utilizzare l'app G-SHOCK MOVE. Per ulteriori informazioni sulle procedure di impostazione, consultare la documentazione del telefono.

Nella schermata iniziale toccare: "Menu" → "Impostazioni" → "Bluetooth" → "Menu" → "Impostazioni BT Smart" → "Disabilitare".

Non è possibile riconnettere l'orologio e il telefono.

Q1 L'orologio non si riconnette al telefono dopo la disconnessione.

L'app del telefono G-SHOCK MOVE è in esecuzione?

L'orologio non può riconnettersi al telefono a meno che l'app G-SHOCK MOVE non sia in esecuzione sul telefono. Nella schermata iniziale del telefono, toccare l'icona G-SHOCK MOVE. Eseguire l'operazione indicata sulla schermata visualizzata per associare l'orologio.

↓ ③ [Associare l'orologio a un telefono.](#)

Il telefono è stato spento e riacceso?

Spegnere e riaccendere il telefono, quindi toccare l'icona G-SHOCK MOVE. Eseguire l'operazione indicata sullo schermo per associare l'orologio.

↓ ③ [Associare l'orologio a un telefono.](#)

Q2 Non è possibile collegarsi mentre il telefono è in Modo aeroplano.

Non è possibile stabilire una connessione con l'orologio quando il telefono è in Modo aeroplano. Disabilitare il Modo aeroplano del telefono. Nella schermata iniziale toccare l'icona "G-SHOCK MOVE". Quindi, eseguire l'operazione indicata sullo schermo per associare l'orologio.

↓ ③ [Associare l'orologio a un telefono.](#)

Q3 Non è possibile collegarsi mentre l'orologio è in Modo aeroplano.

Uscire del Modo aeroplano dell'orologio.

↓ [Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo](#)

Q4 Dopo avere modificato l'impostazione Bluetooth del telefono da abilitata a disabilitata, non è più possibile eseguire la connessione.

Sul telefono, abilitare il Bluetooth. Quindi nella schermata iniziale toccare l'icona "G-SHOCK MOVE". Quindi, eseguire l'operazione indicata sullo schermo per associare l'orologio.

↓ ③ [Associare l'orologio a un telefono.](#)

Q5 Non è possibile eseguire la connessione dopo lo spegnimento del telefono.

Accendere il telefono. Nella schermata iniziale toccare l'icona G-SHOCK MOVE. Quindi, eseguire l'operazione indicata sullo schermo per associare l'orologio.

↓ ③ [Associare l'orologio a un telefono.](#)

Q6 Il simbolo non viene visualizzato e l'orologio non è connesso al telefono.

È in corso un'operazione di impostazione?

La connessione Bluetooth viene temporaneamente disattivata durante qualsiasi operazione di impostazione (impostazione dell'ora, impostazione del promemoria sonoro, ecc.). Uscire dall'operazione di impostazione per eseguire nuovamente la connessione.

È stata eseguita un'operazione con l'orologio nell'ultima ora?

Per preservare la carica della batteria, l'orologio interrompe in modo temporaneo e automatico la connessione Bluetooth al telefono quando rileva che tale connessione è rimasta inutilizzata per circa un'ora. La regolazione automatica dell'orologio si disattiva quando non è attiva alcuna connessione. Per riconnettersi, premere un pulsante dell'orologio o inclinare l'orologio verso il viso.

Connessione tra telefono e orologio

Q1 Non è possibile stabilire una connessione tra il telefono e l'orologio.

Il telefono è stato spento e riacceso?

Spegnere e riaccendere il telefono, quindi toccare l'icona G-SHOCK MOVE. Eseguire l'operazione indicata sullo schermo per associare l'orologio.

🔗 [③ Associare l'orologio a un telefono.](#)

L'orologio è in Modo aeroplano?

La connessione con il telefono non è possibile quando l'orologio è in Modo aeroplano. Per connettersi al telefono, disattivare il Modo aeroplano.

🔗 [Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo](#)

L'orologio è stato nuovamente associato con il telefono?

Eliminare le informazioni di associazione dall'app del telefono G-SHOCK MOVE e dal telefono (solo per iPhone), quindi rieseguire l'associazione.

🔗 [Eliminazione delle informazioni di associazione dall'app del telefono G-SHOCK MOVE](#)

🔗 [Solo per iPhone](#)

🔗 [Eliminazione delle informazioni di associazione del telefono](#)

🔗 [③ Associare l'orologio a un telefono.](#)

Se non si è in grado di ristabilire una connessione...

Dopo aver eliminato le informazioni di associazione dall'orologio, associare nuovamente l'orologio al telefono.

🔗 [Eliminazione delle informazioni relative all'associazione dall'orologio](#)

🔗 [③ Associare l'orologio a un telefono.](#)

Passaggio a un altro modello di telefono

Q1 Connessione dell'orologio corrente a un altro telefono.

Associare l'orologio al telefono.

🔗 [Se si acquista un altro telefono](#)

Regolazione automatica dell'ora tramite connessione Bluetooth (regolazione dell'ora)

Q1 Quando esegue l'orologio la correzione dell'ora?

L'orologio può essere connesso a un telefono associato per regolare l'impostazione dell'ora. La regolazione automatica dell'orologio viene eseguita nei casi descritti di seguito.

- Dopo che sul telefono viene modificato il fuso orario o l'impostazione dell'ora legale
- Dopo 24 ore o più dall'ultima regolazione mediante connessione Bluetooth
- Dopo 24 ore o più dal cambio città mediante G-SHOCK MOVE o dall'utilizzo dell'orologio
- Dopo che sono trascorse almeno 24 ore dalla regolazione dell'ora corrente sull'orologio

Q2 L'impostazione dell'ora automatica non è corretta.

Il simbolo  è visualizzato?

Per preservare la carica della batteria, l'orologio interrompe in modo temporaneo e automatico la connessione Bluetooth al telefono quando rileva che tale connessione è rimasta inutilizzata per circa un'ora. La regolazione automatica dell'orologio si disattiva quando non è attiva alcuna connessione. Per riconnettersi, premere un pulsante dell'orologio o inclinare l'orologio verso il viso.

Sono trascorse almeno 24 ore dall'ultima regolazione dell'orologio effettuata utilizzando la connessione Bluetooth?

La regolazione dell'orologio mediante connessione Bluetooth viene eseguita ogni 24 ore. La regolazione automatica dell'orologio viene eseguita quando sono trascorse 24 ore o più dall'ultima operazione di regolazione.

Sono trascorse altre 24 ore dall'ultima regolazione manuale dell'orologio, dal cambio o dal passaggio di città?

La regolazione automatica dell'orologio non viene eseguita per le 24 ore successive a un'operazione manuale di regolazione dell'orologio, modifica o passaggio di città. La regolazione automatica dell'orologio riprenderà 24 ore o più dopo l'esecuzione di una delle operazioni sopra descritte.

Il Modo aeroplano dell'orologio è abilitata?

La connessione con il telefono non è possibile quando l'orologio è in Modo aeroplano. Per connettersi al telefono, disattivare il Modo aeroplano.

🔗 [Uso dell'orologio nelle strutture sanitarie o in aereo](#)

Q3 L'ora non viene visualizzata correttamente.

L'impostazione dell'ora del telefono potrebbe essere errata in quanto il telefono non riesce a connettersi alla rete perché fuori portata o per altri motivi. In tal caso, collegare il telefono alla relativa rete e regolare l'impostazione dell'ora.

Misurazione tramite Life Log

Q1 Le informazioni relative a Life Log non vengono visualizzate correttamente.

Poiché l'orologio è un dispositivo Life Log da polso, può rilevare movimenti non imputabili a passi e includerli nei valori relativi ai passi e alla distanza.

🔗 [Misurazione tramite Life Log](#)

Inoltre, problemi di conteggio passi possono essere causati anche dal modo in cui viene indossato l'orologio e da movimenti del braccio anomali durante la camminata.

🔗 [Misurazione dei dati di Life Log](#)

Q2 Distanza e conteggio dei passi non cambiano.

Per evitare di includere nel conteggio movimenti non associati alla camminata, il conteggio dei passi o il valore della distanza non vengono visualizzati appena si inizia a camminare.

Appaiono solo dopo aver camminato continuamente per circa 20 secondi, con il numero di passi o il valore della distanza percorsi durante i primi 20 secondi incluso nel totale.

Q3 Viene visualizzato [ERR] durante il conteggio dei passi.

[ERR] (errore) indica che il funzionamento del sensore è disabilitato a causa di un malfunzionamento del sensore o dei circuiti interni.

Se l'indicatore rimane sul display per più di tre minuti o se viene visualizzato frequentemente, potrebbe indicare un sensore difettoso.

Sveglia

Q1 La suoneria non entra in funzione.

L'impostazione del promemoria sonoro è attivata? In caso contrario, attivarla.

🔗 [Configurazione delle impostazioni del promemoria sonoro](#)

Movimento e indicazioni delle lancette

Q1 Non so in che modalità è l'orologio.

È possibile determinare il modo di funzionamento attuale controllando il display dell'orologio. Utilizzare (D) per spostarsi tra le diverse modalità.

🔗 [Passaggio da una modalità all'altra](#)



Q2 Tutte le lancette sono ferme e i pulsanti non funzionano.

La batteria è scarica. Richiedere la sostituzione della pila al rivenditore presso cui si è acquistato l'orologio o ad un centro di assistenza CASIO autorizzato.

🔗 [Sostituzione della batteria](#)

Q3 Le lancette improvvisamente iniziano a muoversi ad alta velocità.

Ciò è dovuto a uno o più motivi riportati di seguito e non è indice di malfunzionamento. È sufficiente attendere che riprenda il normale movimento delle lancette.

- L'orologio viene connesso a un telefono per correggere l'impostazione dell'ora.

🔗 [Regolazione automatica dell'orologio](#)

Q4 L'ora corrente indicata dall'orologio presenta uno scarto di un'ora o 30 minuti.

L'impostazione dell'ora legale non è corretta. Selezionare l'impostazione corretta.

🔗 [Modifica dell'impostazione dell'ora legale della città per l'ora del proprio fuso orario](#)

Q5 L'ora indicata dalle lancette è diversa da quella digitale.

Un forte campo magnetico o un urto possono provocare un disallineamento delle lancette. Regolare l'allineamento delle lancette.

🔗 [Regolazione dell'allineamento delle lancette](#)

- Per sapere come allineare le lancette manualmente, consultare le informazioni seguenti.

🔗 [Allineamento delle lancette](#)

Batteria

Q1 lampeggia sul display digitale.

Questo indica che la batteria si sta esaurendo. Sostituire la batteria.

Per sostituire la batteria, rivolgersi al rivenditore presso cui è stato acquistato l'orologio o a un centro di assistenza CASIO autorizzato.

🔗 [Sostituzione della batteria](#)

Q2 [R] lampeggia sul display.

Questo accade quando il livello di carica della pila è basso o dopo che la luce o qualche altra funzione è stata attivata ripetutamente in un breve arco di tempo, azione che fa scaricare temporaneamente la pila. Tutte le funzioni diverse dall'indicazione dell'ora sono disabilitate mentre [R] lampeggia sul display. Se [R] rimane sul display o se continua ad apparire, ciò potrebbe significare che è necessario sostituire la pila.

Richiedere la sostituzione della pila al rivenditore presso cui si è acquistato l'orologio o ad un centro di assistenza CASIO autorizzato.

Altro

Q1 Non riesco a trovare le informazioni di cui ho bisogno.

Visitare il sito Web riportato di seguito.

<https://world.casio.com/support/>