

Parabéns pela aquisição deste relógio CASIO.

E-1

Funções

O relógio dispõe de características e funções abaixo mencionadas.

♦ **Hora Mundo**..... **Pag. E-20**

Acesso instantâneo à hora corrente em 100 cidades do globo.

♦ **Alarmes** **Pag. E-24**

O relógio pode ser configurado para emitir som e piscar a luz do visor ou vibrar, quando chega à hora pré-determinada do alarme.

♦ **Cronómetro**..... **Pag. E-31**

O cronómetro conta o tempo decorrido até 1000 horas, em incrementos de 1/100-segundos.

♦ **Temporizador**..... **Pag. E-34**

O temporizador faz contagem regressiva a partir da hora pré-configurada, e quando chega a zero, emite um som e pisca a luz do visor, ou vibra.

E-3

Conteúdo

Funções	E-2
Sobre este Guia de Utilizador.....	E-7
Tipos de visor.....	E-7
Nome dos botões e indicações do visor.....	E-8
Indicadores do visor.....	E-10
Modos de utilização.....	E-12
Visão geral dos Modos.....	E-14
Acertar Hora.....	E-15
Acertar Hora e data correntes	E-15
Hora Mundo.....	E-20
Ver horas em outros fusos horários	E-20
Definir Hora -Verão (DST).....	E-22

E-4

Outras definições.....	E-42
Ligar/desligar som operação com botões	E-42
Alterar tipo de alerta do alarme/temporizador.....	E-44
Iluminação.....	E-46
Iluminar o visor	E-46
Usar luz auto	E-47
Ativar/desativar luz auto	E-48
Precauções luz auto	E-49
Definir duração da luz	E-50
Indicador pilha fraca.....	E-52
Especificações	E-54

E-6

Nomes dos Botões e Indicações do Visor

Operações neste relógio são executadas através dos botões **A** até **D**, e botão **L**. A figura abaixo, mostra a localização e significado dos diversos botões e indicações do visor.

Ver "Usar Modos" (pag. E-12).



E-8

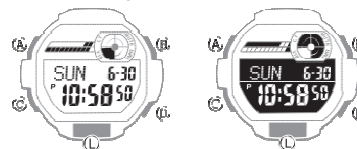
Alarme e Sinal horário	E-24
Aceder ao Modo Alarme.....	E-24
Alterar definição de alarme	E-26
Parar operação alerta por som/vibração	E-30
Testar alarme.....	E-30
Cronómetro	E-31
Aceder Modo Cronómetro.....	E-31
Contar tempo com cronómetro	E-32
Temporizador	E-34
Aceder ao Modo Temporizador.....	E-35
Definir Hora-início do temporizador.....	E-36
Executar contagem regressiva.....	E-38
Usar Temporizador no Modo Pontualidade.....	E-39
Parar operação alerta som/vibração	E-41

E-5

Tipos de Visor

Consoante o modelo do seu relógio, o texto do visor digital aparece com figuras a negro num fundo claro ou figuras claras num fundo escuro. Todos exemplos neste manual, usam figuras a negro num fundo claro.

x Note que o tipo de visor do relógio é fixo. Não pode alternar entre eles.



E-7

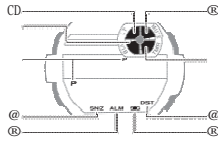
Nota

x Os nomes mostrados acima são usados nas explicações sobre operações com botões, ao longo deste Guia do Utilizador.

x Note que as figuras deste Guia do Utilizador servem apenas de referência. A aparência do relógio pode ser diferente da reprodução nas ilustrações.

E-9

Indicadores do Visor



Número	Nome	Função	Mais Info
1	Indicador Luz Auto ligado	Ativa Luz Auto.	E-48
2	Indicador Vibração	Ativa alerta Vibração alarmes/temporz.	E-45
3	Indicador PM	Indica horas p.m. no formato 12-horas.	E-8
4	Indicador Besouro	Alarme Besouro ativo.	E-28

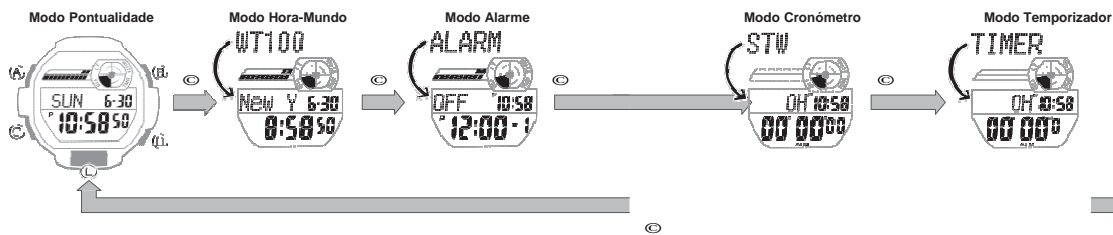
E-10

Número	Nome	Função	Mais Info
5	Indicador Alarme	Alarme ativo.	E-28
6	Indicador Silêncio	Som dos botões desativado.	E-43
7	Indicador Temporizador	Operação Contagem Regressiva em curso.	E-39
8	Indicador DST	Hora-Verão ativa (avança uma hora).	E-22
9	Indicador Sinal Horário	Sinal Horário ativado.	E-28

E-11

Usar Modos

Cada pressão em **C**, faz circular entre modos como mostra figura abaixo.



E-12

E-13

Visão Geral dos Modos

Modo	Função	Mais Info
Modo Pontualidade	<ul style="list-style-type: none"> Exibe hora atual Hora, data, definição Hora-Verão; alternar formato 12/24-horas Exibir Temporizador 	E-12 E-15 E-39
Modo Hora-Mundo	<ul style="list-style-type: none"> Hora atual em 100 cidades do globo (35 fusos horários) 	E-20
Modo Alarme	<ul style="list-style-type: none"> Definição hora alarme Ativar/desativar sinal horário 	E-24
Modo Cronómetro	<ul style="list-style-type: none"> Conta tempo decorrido 	E-31
Modo Temporizador	<ul style="list-style-type: none"> Definição hora início contagem regressiva 	E-34

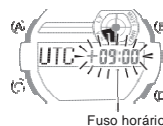
E-14

Acertar a Hora

Use procedimento abaixo para acertar hora e data do relógio.

Acertar Hora e Data Correntes

- No Modo Pontualidade, prima **A** cerca de dois segundos até surgir ecrã de definição de fuso horário.

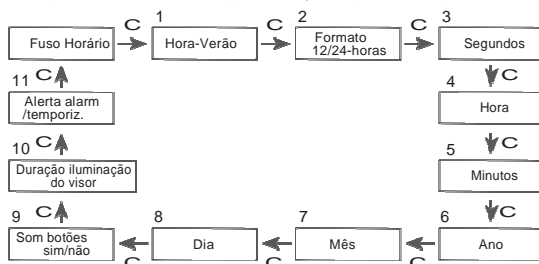


Fuso horário

[SET Hold] vai surgir no visor do relógio, seguido do ecrã de definição de fuso horário.

E-15

- Use **C** para selecionar item cuja definição pretende alterar. Cada pressão em **C** faz circular pelas definições disponíveis na sequência abaixo.



E-16

Nota

Os números no diagrama acima, indicam quantas vezes tem de pressionar **C** para visualizar cada uma das definições.

- Use **B** e **D** para alterar definições correntemente selecionadas (ver abaixo.)

Ecrã	Definição	Operação
UTC +09:00	Fuso horário da cidade onde vai usar o relógio	Use B e D .
00	Hora-Verão ativo/desativo	Pressione D .
12H	Alternar formato entre 12-horas(12H)/24-horas (24H)	Pressione D .
P 10:58	Pôr segundos a 00 <ul style="list-style-type: none"> Inicializar entre 30 e 59 segundos, soma 1 ao total dos minutos. 	Pressione D .
2013 6-30	Acerto de Hora e minutos	Use B e D .
	Acerto de ano, mês e dia.	Use B e D .

E-18

Nota

Recorra à "Lista Nome Cidades" (final deste manual), para saber fuso horário da cidade onde pretende usar o relógio.
 x Hora-Verão ou (DST) como é referido em alguns países, obriga a adiantar uma hora durante o período de verão. Note que este período depende de cada país. Alguns países ou áreas geográficas podem não ter Hora-Verão.
 x Quando a Hora-Verão está ativa, aparece no visor o indicador DST e avança uma hora.
 x O calendário automático do relógio faz os acertos dos dias, de acordo com duração dos meses e anos bissextos.

- Após todas definições estarem como pretende, prima **A** para retornar ao Modo Pontualidade.

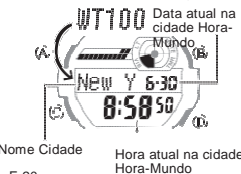
E-19

Hora Mundo

Hora Mundo permite-lhe visionar hora corrente em qualquer das 100 cidades do globo (35 fusos horários).

Ver as horas noutros fusos horários

- No Modo Pontualidade, prima **C** para aceder ao Modo Hora Mundo.



Ver "Usar Modos" (pag. E-12).
[WT100] vai surgir no visor cerca de um segundo, e depois o nome da cidade Hora-Mundo atualmente selecionada, vai rolar no visor.

Nome Cidade Hora atual na cidade Hora-Mundo
E-20

Nota

Fazer rolar o nome da cidade Hora-Mundo, termina após dois minutos. Para reiniciar esta operação, prima **A**.

- Use **B** e **D** para fazer rolar os nomes de cidade Hora-Mundo
 - Ver "Lista Nome Cidades" (final deste manual),
 - x Rolar para um nome de cidade, exhibe hora atual dessa cidade.
 - x Mantendo pressionado qualquer botão, faz rolar a alta velocidade.
 - x Para exhibir nome cidade UTC (compensação 0), prima **B** e **D** ao mesmo tempo.
- Para retornar ao Modo Pontualidade, prima **C** quatro vezes.

E-21

Configurar definição Hora-Verão (DST)

- No Modo Hora-Mundo, prima **A** cerca de dois segundos.



- x [DST Hold] vai surgir no visor. Depois disso, [DST Hold] vai desaparecer e definição Hora-Verão vai alternar entre ligado e desligado.
- x **DST** no visor indica que Hora-Verão está ativa.

E-22

Nota

- x Hora-Verão ou Hora (DST) como é conhecida em alguns países, obriga a adiantar uma hora à hora oficial durante o período do Verão. Note que este período depende de cada país. Alguns países ou áreas geográficas podem não ter Hora-Verão.
- x Quando a Hora-Verão está ativa, aparece no visor o indicador DST e avança uma hora.
- x A definição Hora-Verão não pode ser alterada no fuso horário UTC.
- x A Hora-Verão aplica-se apenas ao fuso horário atualmente selecionado. A definição configurada para um fuso horário, não afeta qualquer outro fuso horário.

E-23

Alarmes e Sinal Horário

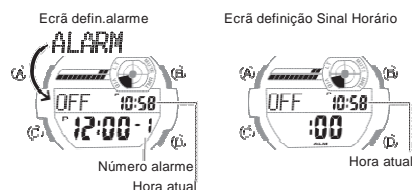
Pode dispor de até cinco alarme distintos. Quando atinge a hora de qualquer dos alarmes, o relógio toca o alarme e pisca a luz do visor, ou vibra cerca de 10 segundos. No sinal horário, o relógio emite um som e pisca a luz do visor, ou vibra todas as horas.

Ver "Alterar tipo de alerta alarme/temporizador" (pag.E-44).

Aceder ao Modo Alarme

- No Modo Pontualidade, prima **C** duas vezes para aceder ao Modo Alarme. Ver "Usar Modos" (pag. E-12).
[ALARM] vai surgir no visor cerca de um segundo. Depois disso, vai aparecer o ecrã de definição de alarme (Alarme 1 até Alarme 5, ou sinal horário).

E-24



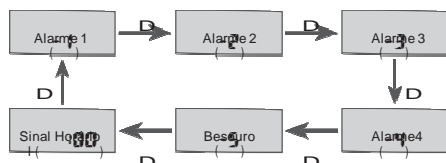
Nota

No Modo Alarme, se não proceder a qualquer operação durante cerca de dois ou três minutos, o relógio retorna automaticamente ao Modo Pontualidade.

E-25

Alterar definições do alarme

- No Modo Alarme, use **D** para selecionar o alarme cujas definições pretende alterar.



E-26

- Use **B** para selecionar tipo de alarme ou alternar sinal horário entre ativo e desativo.

Alarme 1 a 4

OFF : Alarme desativado.

1 TIME : Alarme toca só uma vez na hora pré-determinada e não volta a tocar depois disso.

DAILY : Alarme toca todos os dias na hora marcada.

Alarme Besouro

OFF : Alarme desativado.

SNZ : Alarme toca todos dias na hora marcada, até sete vezes com intervalo de cinco minutos.

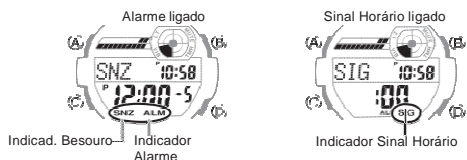
E-27

Sinal Horário

OFF : Sinal Horário desativado.

SIG : Sinal Horário toca todas as horas, à hora certa.

Indicador de alarme é exibido enquanto alarme está ativado, e o indicador de sinal horário é exibido sempre que sinal horário está ativado. Quando besouro está ativado, são exibidos o indicador de alarme e o indicador do besouro.



E-28

- Para alterar definições da hora de alarme, prima **A** cerca de dois segundos, até dígitos das horas do alarme atual comece a piscar.



[SET Hold] vai surgir no visor. Depois disso, [SET Hold] vai desaparecer e dígito das horas vai piscar.

- Cada pressão em **C**, faz mover o piscar entre os dígitos das horas e os dígitos dos minutos. Os dígitos a piscar são os que estão selecionados.

- Use **B** e **D** para alterar as definições que estão a piscar, e defina as horas e minutos que pretende.
 - x Mantendo pressionado qualquer botão faz rolar as definições a alta velocidade.
 - x Se está a usar formato 12-horas, o indicador PM vai aparecer nas horas entre o meio-dia e 11:59 p.m.

E-29

- Após todas definições estarem como pretende, prima **A** para sair do ecrã das definições.
- Para retornar ao Modo Pontualidade, prima **C** três vezes.

Parar operação alerta som/vibração

- Pressione qualquer botão para parar operação alerta som/vibração em curso.

Testar o alarme

- No Modo Alarme, mantenha pressionado **D** para executar operação alerta por som/vibrações.

E-30

Cronómetro

O cronómetro conta tempo decorrido em parcelas de 1/100 segundos até 999 horas, 59 minutos, 59.99 segundos. A contagem retoma automaticamente a zero e a contagem continua daí, quando é atingido o limite máximo.

Aceder ao Modo Cronómetro



- No Modo Pontualidade, prima **C** três vezes para aceder ao Modo Cronómetro. Ver "Usar Modos" (pag. E-12).

[STW] vai surgir no visor cerca de um segundo, e depois aparece o ecrã do cronómetro.

E-31

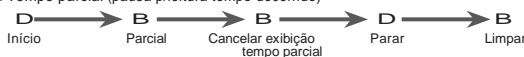
Contar tempo com o cronómetro

- Mostramos seguidamente, operações dos botões para usar o cronómetro.

x Tempo decorrido/tempo acumulado



x Tempo parcial (pausa p/leitura tempo decorrido)



Pressionar **B** enquanto contagem decorre, exhibe tempo parcial (com [SPLIT] a piscar), mas contagem do tempo continua internamente.

E-32

Nota

- x Uma vez começado, a contagem do tempo continua até que prima **D** para pará-lo, mesmo que mude para outro Modo e até mesmo que o cronómetro atinja o limite máximo de contagem.
- x Se mudar para outro Modo enquanto o tempo parcial é exibido no visor, a exibição do tempo parcial é cancelada.

E-33

Temporizador

O tempo-início do temporizador pode ser definido em incrementos de um segundo até 24 horas. Quando chega ao fim a contagem regressiva, o relógio emite um som e pisca a luz do visor ou vibra.

Ver "Alterar tipo de alerta do alarme/temporizador" (pag. E-44).

Nota

Para iniciar a operação de contagem regressiva no Modo Pontualidade. Para mais informação, ver "Usar Temporizador no Modo Pontualidade" (pag. E-39).

E-34

Aceder ao Modo Temporizador



- No Modo Pontualidade, prima **C** quatro vezes para entrar no Modo Temporizador. Ver "Usar Modos" (pag. E-12).

E-35

Definir Hora-início do Temporizador

- No Modo Temporizador, prima **A** cerca de dois segundos.



[SET Hold] vai surgir no visor. Depois disso, [SET Hold] vai desaparecer e dígito das horas vai piscar.

Nota

- x Se a operação contagem regressiva está em curso, prima **D** para parar e depois prima **B** para definir hora-início do temporizador, antes de executar o passo acima mencionado.
- x Se a operação contagem regressiva está em pausa, prima **B** para definir hora-início do temporizador, antes de executar o passo acima mencionado.

- Use **C** para mover o piscar entre horas, minutos e segundos. Os dígitos que estão a piscar são os que estão selecionados.

E-36

- Use **B** e **D** para alterar definições correntemente selecionadas (horas, minutos, ou segundos).
 - x Mantendo pressão num destes dois botões, faz rolar definições a alta velocidade.
 - x Para indicar hora-início às 24 horas, coloque o temporizador nas 0H 00'00".
- Após todas definições estarem como pretende, prima **A** para sair do ecrã das definições.

E-37

Executar contagem regressiva

- De seguida, mostramos operações com botões para contagem regressiva.



Nota

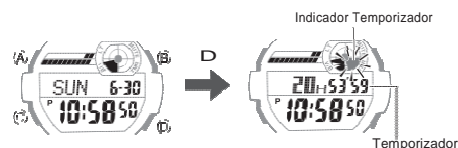
- x Quando a contagem chega ao fim, toca o alerta de som/vibração durante cerca de 10 segundos, e o visor retorna ao ecrã que estava antes do início da contagem.
- x Mesmo que saia do Modo Temporizador enquanto a contagem decorre, a operação continua e o alerta de som/vibração é executado quando a contagem chega ao fim.
- x O indicador do temporizador pisca, enquanto a operação decorre.

E-38

Usar Temporizador no Modo Pontualidade

• Iniciar contagem regressiva

- No Modo Pontualidade, prima **D**. Vai causar a alteração da exibição do dia da semana e dia do mês, para exibição do temporizador.



E-39

Nota

- x Se no Modo Temporizador uma contagem prévia foi interrompida, pressionando **D** faz retomar a contagem.
- x O botão **D** é desativado, se uma contagem iniciada no Modo Temporizador ainda está em curso.
- x Uma contagem em curso (iniciada tanto no Modo Temporizador, como no Modo Pontualidade) não pode se parada ou inicializada, no Modo Pontualidade.

• **Ver hora-início do temporizador**

- No Modo Pontualidade, prima **A**.
Isto vai causar a exibição da hora-início no visor do temporizador por um segundo (a hora que definiu com o procedimento da página E-36) no lugar do dia da semana e do dia do mês.

E-40

Nota

- x Se a contagem regressiva foi interrompida no Modo Temporizador, esse tempo de contagem é exibido quando pressiona **A** no Modo Pontualidade.
- x Enquanto a contagem regressiva está em curso, o visor exibe o tempo. Pode mudar para exibição do dia da semana e dia do mês, pressionando **A**.

Parar operação alerta por som/vibração

- Pressionar qualquer botão, faz parar operação alerta por som/vibração, em curso.

E-41

Outras Definições

Pode usar o procedimento desta secção, para ligar/desligar o som emitido na operação com botões. Também pode selecionar entre som e luz do visor a piscar ou vibração, para tipo de alerta do alarme e do temporizador.

Ligar/desligar som da operação com botões



- No Modo Pontualidade, pressione **A** cerca de dois segundos até aparecer ecrã definição de fuso horário.

E-42



- Prima **C** nove vezes para exibir ecrã de definição do som da operação com botões. Ver "Configurar Definição de Hora e Data Correntes" (pag. E-15).
O ecrã vai exibir [KEY] ou [MUTE].

Indicador MUTE



- Prima **D** para alternar definição entre [KEY.] (ON) e [MUTE] (OFF). Quando [MUTE] (OFF) está selecionado, o indicador MUTE é exibido para alertar que não há som na operação com botões.

E-43

- Para retornar ao Modo Pontualidade prima **A**.

Nota

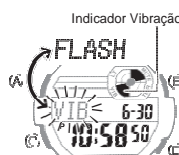
Os procedimentos acima mencionados afetam apenas o som na operação com botões. Alarme, sinal horário e alerta final tempo do alarme, não são afetados.

Alterar tipo de alerta do alarme/temporizador



- No Modo Pontualidade, prima **A** cerca de dois segundos até aparecer ecrã definição fuso horário.
- Prima **C** 11 vezes p/exibir ecrã definição de alerta. Ver "Configurar Definição Hora e Data Correntes" (pag. E-15).
O ecrã vai mostrar [VIB] ou [FLASH].

E-44



- Prima **D** para alternar definição entre [VIB] e [FLASH].
O indicador de vibração é exibido no visor enquanto [VIB] está selecionado.
VIB : Alerta por vibração.
FLASH : Alerta por som e pelo piscar da luz do visor.

• **Testar Vibração**

- No Modo Pontualidade, prima **B** para executar operação vibração.

- Para retornar ao Modo Pontualidade, prima **A**.

E-45

Iluminação

Pode usar procedimento abaixo, para iluminar o visor facilitando a leitura no escuro.

Iluminar o visor

- Prima **L** para iluminar o visor.

Nota

A iluminação desliga-se automaticamente, se estiver ativa quando chega a hora do alarme ou final da contagem regressiva.

• **Precauções no uso da luz**

Uso frequente da luz pode enfraquecer a pilha.

E-46

Usar Luz Auto

Quando Luz Auto está ativa, se posicionar o relógio em direção ao seu rosto fazendo um ângulo igual ou maior que 40°, o visor ilumina-se automaticamente.



Nota

Luz Auto desativa-se automaticamente enquanto toca o alarme.

E-47

Ativar/desativar Luz Auto



- No Modo Pontualidade, prima **L** cerca de três segundos. Isto vai alternar Luz Auto entre ativado (Indicador Luz Auto presente) e desativado.

E-48

Precauções uso Luz Auto



- x Luz Auto não trabalha adequadamente se o seu braço fizer um ângulo com plano horizontal, igual ou maior que 15°, como indica a figura.
- x A presença de eletricidade estática ou magnetismo, podem impedir o funcionamento da Luz Auto. Se isto acontecer, tente baixar o braço e levantá-lo de seguida.
- x Pode notar um clique vindo do relógio quando o inclina em direção ao seu rosto. Este som é originado pelo interruptor da Luz Auto, e não, por qualquer problema com o relógio.
- x A Luz Auto permanece ativa só cerca de seis horas. Após este período, desliga-se automaticamente.

E-49

● No Modo Pontualidade, prima **A** cerca de dois segundos até aparecer o ecrã de definição do fuso horário.

● Prima **C** 10 vezes para exibir ecrã definição da duração da iluminação.
Ver "Configurar Definição Hora e Data Correntes" (pag. E-15).
O ecrã vai mostrar [LT1], [LT3], ou [LT5].

E-50

- Prima **D** para circular a definição duração iluminação entre [LT1] (1.5 segundos), [LT3] (3 segundos), e [LT5] (5 segundos).
- Para retornar ao Modo Pontualidade, prima **A**.

E-51

Indicador Pilha Fraca

O indicador de pilha fraca surge no visor quando a carga da pilha cai abaixo de certo nível. Enquanto indicador de pilha fraca está presente, disponibilidade de certas funções ficam limitadas. Se o indicador permanece no visor, substitua as pilhas o mais breve possível.

Nota

Para informação sobre duração das pilhas e tipo de pilhas adequadas, ver especificações do produto.

Ver "Especificações" (pag.E-54).

De seguida, indicamos de que forma a exibição do indicador de pilha fraca afeta as operações do relógio.

Indicador Pilha Fraca

- x O relógio entra em Modo Pontualidade.
- x Luz do visor é desativada.
- x Som de alerta e vibração são desativados.



Nota

Uso repetido da luz do visor, da alerta som/vibração e outras funções, por um certo período de tempo podem causar queda momentânea da voltagem da pilha. Isto pode causar exibição temporária do indicador de pilha fraca e disponibilidade limitada de certas funções.

E-52

E-53

Especificações

Precisão à tempera- : ±15 segundos/mês

tura normal (incluindo precisão do Cronómetro e Temporizador)

Funções Base : Horas, minutos, segundos; a.m./p.m. (P); formato 12/24-horas; Mês, dia, dia da semana, Calendário automático (2000 a 2099); Definição Hora-Verão

Hora Mundo : Hora atual em 100 cidades (35 fusos horários) + Hora UTC Tempo Universal Coordenado; Hora-Verão

Alarmes e Sinal Horário : Alarmes
Alarmes diário ou de uma só vez: 4
Besouro: 1
Unidades acerto: Hora, minuto
Alerta som e piscar luz do visor ou vibração: 10 segundos
Sinal Horário:
Emite som ou vibra, todas as horas certas

E-54

Cronómetro : Unidade contagem: 1/100 segundo
Capacidade contagem: 999:59:59.99" (1000 horas)
Funções Contagem: Tempo decorrido, tempo acumulado, tempo parcial

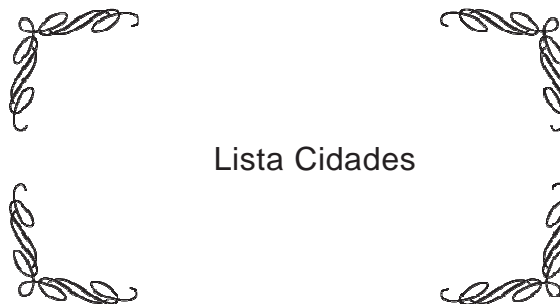
Temporizador :Unidade Contagem Regressiva: 1/10 segundo
Intervalo contagem: 24 horas Unidade: 1 segundo
Alerta fim de tempo: 10 segundos por som e piscar da luz do visor, ou vibração

Outros : Alerta pilha fraca; Retorno Automático ao Modo Pontualidade; Alerta por som e luz, ou por vibração; alta luminosidade luz LED; Duração luz selecionável; Ligar/desligar som dos botões

Pilha : Uma pilha lítio (Tipo: CR2032)

E-55

Duração aproximada da pilha : 5 anos
Condições de uso
x Luz: Uma vez (1.5 segundo) /dia
x Alarme: Uma vez (vibração por 10 segundos) /dia
Duração da pilha pode ser mais reduzida por utilização frequente das operações.



Lista Cidades

E-56

L-1

Lista Cidades

Nome Cidade	Fuso Horário	Nome Cidade	Fuso Horário	Nome Cidade	Fuso Horário
(UTC)		Frankfurt		Helsinquia	
Reykjavik	0	Oslo	+1	Istanbul	+2
Lisboa		Roma		Kyiv	
Casablanca		Copenhaga		Cairo	
Londres		Berlim		Jerusalem	
Madrid	+1	Estocolmo	+2	Moscovo*	+3
Paris		Budapeste		Addis Ababa	
Algiers		Varsóvia		Jeddah	
Bruxelas		Cidade do Cabo		Teerão	
Amsterdão		Sofia		Dubai	+4
Zurique		Atenas		Kabul	+4.5

L-2

Nome Cidade	Fuso Horário	Nome Cidade	Fuso Horário	Nome Cidade	Fuso Horário
Karachi	+5	Beijing		Ilhas Chatham	+12.75
Delhi	+5.5	Manila	+8	Nukualofa	+13
Kathmandu	+5.75	Shanghai		Kiritimati	+14
Novosibirsk*	+6	Taipei	+9	Pago Pago	-11
Dhaka		Seoul		Honolulu	-10
Yangon	+6.5	Toquio	+9.5	Anchorage	-9
Bangcoque		Adelaide		Vancouver	
Hanoi	+7	Vladivostok*	+10	São Francisco	
Jakarta		Guam		Seattle	-8
Kuala Lumpur		Sydney	Los Angeles		
Singapore	+8	Noumea	+11	Tijuana	
Hong Kong		Wellington	+12	Edmonton	
Perth		Suva		Phoenix	-7

L-3

Nome Cidade	Fuso Horário	Nome Cidade	Fuso Horário	Nome Cidade	Fuso Horário
Chihuahua	-7	Kingston	-5	Rio de Janeiro	-3
Denver		Philadelphia		Fernando de Noronha	-2
Cidade do Mexico	Bogota	Praia		-1	
Winnipeg	Nova Iorque				
Dallas	-6	Boston			
Houston		Caracas	-4.5		
Cidade Guatemala		Santiago			
Chicago		La Paz	-4		
Atlanta	San Juan				
Havana		Halifax			
Toronto	-5	St. John's	-3.5		
Lima		Buenos Aires	-3		
Washington DC		Montevideo			

Nota

- x A lista acima mostra os nomes das cidade deste relógio.
- x Se vai usar o relógio numa cidade que não está na lista, selecione o nome da cidade que fica no mesmo fuso horário da sua cidade.
- x Os fusos horários da lista acima estão de acordo com Tempo Universal Coordenada (UTC).

* Em Junho de 2012, o ajuste da hora das cidades abaixo mencionadas, foram alteradas de +1 hora. Tenha em atenção que este relógio não inclui esta alteração e apresenta a hora antiga destas cidades.

Quando usar o relógio nas cidades abaixo mencionadas, deixe sempre ativa a Hora-Verão, de forma a avançar sempre uma hora.

Moscovo
Novosibirsk
Vladivostok