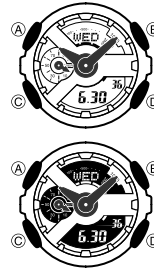


## Sobre este manual



- Dependendo do modelo do seu relógio, o texto aparece em indicações escuras com um fundo claro, ou em indicações claras com um fundo escuro. Todas as exibições de amostra neste manual são mostradas usando indicações escuras com um fundo claro.
- As operações dos botões são indicadas usando as letras mostradas na ilustração.
- Repare que as ilustrações do produto neste manual são apresentadas apenas como referência e, portanto, o produto pode ter uma aparência um pouco diferente.

P-1

- Cada seção deste manual oferece as informações que você precisa saber para realizar as operações em cada modo. Maiores detalhes e informações técnicas podem ser encontrados na seção "Referências".

## Sumário

Guia geral .....	P-6
Indicação das horas .....	P-8
Cronômetro .....	P-15
Timer .....	P-30
Hora mundial .....	P-34
Despertadores .....	P-38
Iluminação .....	P-43
Correção da posição original dos ponteiros .....	P-47
Referências .....	P-49
Especificações .....	P-53

P-2

P-3

## Lista dos procedimentos

A lista a seguir é uma referência útil de todos os procedimentos operacionais contidos neste manual.

Para definir a hora e a data digital .....	P-10
Para alternar a definição da hora de verão .....	P-13
Para especificar um valor de distância .....	P-17
Para especificar leituras de tempo de volta ou tempo intermediário .....	P-20
Para cronometrar o tempo decorrido .....	P-21
Para configurar o cronômetro para tomar leituras de tempo de volta .....	P-23
Para cronometrar um tempo de volta .....	P-24
Para configurar o cronômetro para tomar leituras de tempo intermediário ...	P-26
Para cronometrar um tempo intermediário .....	P-27
Para cronometrar tempos .....	P-29

P-4

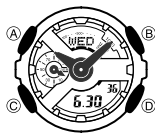
Para usar o timer .....	P-31
Para fazer as definições do tempo inicial da contagem regressiva e da repetição automática .....	P-32
Para ver a hora atual em outro fuso horário .....	P-35
Para alternar um código de cidade entre hora normal e hora de verão .....	P-36
Para alternar entre sua cidade local e cidade da hora mundial .....	P-37
Para definir a hora de um despertador .....	P-39
Para ativar e desativar um despertador .....	P-41
Para ativar e desativar o sinal de marcação das horas .....	P-42
Para iluminar o mostrador manualmente .....	P-43
Para especificar a duração da iluminação .....	P-44
Para ativar e desativar a função de luz automática .....	P-46
Para ajustar as posições originais .....	P-47

P-5

## Guia geral

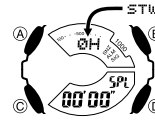
- Pressione (C) para mudar de modo a modo.
- Em qualquer modo (exceto numa tela de definição), pressione (B) para iluminar o mostrador.

### Modo de indicação das horas

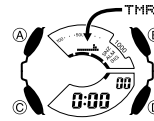


Pressione (C).

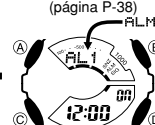
### Modo do cronômetro (página P-15)



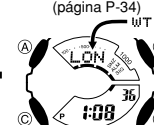
### Modo do timer (página P-30)



### Modo do despertador (página P-38)



### Modo da hora mundial (página P-34)



P-6

P-7

## Indicação das horas

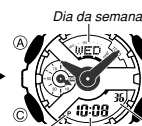
Você pode definir a data e a hora da cidade da hora local no modo de indicação das horas.

- A hora analógica deste relógio é sincronizada com a hora digital. A definição da hora analógica é ajustada automaticamente sempre que você altera a hora digital.
- Se a hora analógica não estiver igual à hora digital por alguma razão, use o procedimento descrito em "Para ajustar as posições originais" (página P-47) para igualar a definição analógica com a definição digital.
- Pressionar (D) no modo de indicação das horas alterna a exibição entre a data da cidade local e a hora da cidade local.

### Data da cidade local



### Hora da cidade local



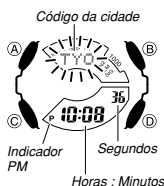
Mês Dia Segundos

Indicador PM Horas : Minutos Segundos

P-8

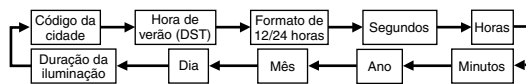
P-9

## Para definir a hora e a data digital



- No modo de indicação das horas, pressione (A) durante aproximadamente três segundos até que o código da cidade selecionada atualmente comece a piscar no mostrador digital superior. Essa é a tela de definição.
- Use (D) (leste) e (B) (oeste) para selecionar o código de cidade desejado.
  - Certifique-se de selecionar o código da cidade local antes de alterar qualquer outra definição.
  - Para maiores informações sobre os códigos das cidades, consulte a "City Code Table" (Tabela dos códigos das cidades) no fim deste manual.

- Pressione (C) para mudar o conteúdo da tela intermitente na seqüência mostrada abaixo para selecionar a outra definição.



- Quando a definição que você deseja alterar estiver piscando, use (D) ou (B) para alterá-la conforme descrito a seguir.

Tela:	Para fazer isto:	Faça isto:
TYO	Alterar o código da cidade	Use (D) (leste) e (B) (oeste).
OFF	Alternar entre hora de verão (ON) e hora normal (OFF)	Pressione (D).

P-10

P-11

Tela:	Para fazer isto:	Faça isto:
12H	Alternar entre os formatos de 12 (12H) e 24 (24H) horas	Pressione (D).
50	Reposicionar os segundos a 00	Pressione (D).
P 10:08	Alterar as horas e os minutos	Use (D) (+) e (B) (-).
20 10 6.30	Alterar o ano, mês ou dia	
LT1	Alternar a duração da iluminação do mostrador entre 1,5 segundo (LT1) e três segundos (LT3).	Pressione (D).

- Pressione (A) para sair da tela de definição.
  - O dia da semana é exibido automaticamente de acordo com as definições da data (ano, mês e dia).

P-12

P-13

- Quando a definição desejada estiver selecionada, pressione (A) para sair da tela de definição.

- O indicador DST aparece para indicar que a hora de verão está ativada.

## Formato de 12 e 24 horas

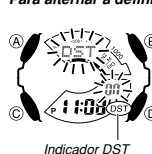
- Com o formato de 12 horas, o indicador PM (P) aparece para as horas na faixa do meio-dia às 11:59 PM, mas nenhum indicador aparece para as horas na faixa da meia-noite às 11:59 AM.
- Com o formato de 24 horas, as horas são exibidas na faixa de 0:00 a 23:59, sem o indicador PM (P).
- O formato de 12/24 horas selecionado no modo de indicação das horas é aplicado em todos os outros modos.

P-14

## Horário de verão (DST)

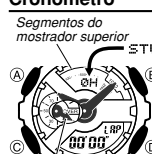
O horário de verão (hora de verão) avança a definição da hora em uma hora desde a hora normal. Lembre-se, entretanto, de que nem todos os países ou mesmo áreas locais empregam o horário de verão.

### Para alternar a definição da hora de verão



- No modo de indicação das horas, pressione (A) durante aproximadamente três segundos até que o código da cidade selecionada atualmente comece a piscar no mostrador digital superior. Essa é a tela de definição.
- Pressione (C). Isso exibirá a tela de definição da hora de verão (DST).
- Use (D) para ativar (ON) ou desativar (OFF) a definição da hora de verão.
  - A seleção predefinida é hora de verão desativada (OFF).

## Cronômetro



### Ponteiro de velocidade

- Uma cronometragem em andamento continua sendo feita internamente mesmo que você saia do modo do cronômetro. Se você sair do modo do cronômetro enquanto uma operação do cronômetro estiver em progresso, os segmentos ao longo do topo do mostrador digital superior (segmentos do mostrador superior) indicarão os segundos da hora atual. Cada segmento representa um segundo. Isso é para informá-lo que uma cronometragem está em andamento.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do cronômetro, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-7).

## Importante!

- Certifique-se de que o ponteiro da velocidade não esteja em movimento antes de realizar qualquer operação de botão no modo do cronômetro.

## Especificação de um valor de distância

- Você pode usar o procedimento abaixo para especificar um valor de distância, se quiser. Se você especificar um valor de distância, o relógio calculará e indicará a velocidade para certas operações do cronômetro.
- O valor da distância representa quilômetros, milhas ou qualquer outra unidade de distância desejada. Especificar um valor de distância de 10,0, por exemplo, pode significar 10,0 quilômetros ou 10,0 milhas.
  - Nenhum cálculo de velocidade é realizado quando se especifica 0,0 como o valor da distância atual.
  - Para as leituras de tempo de volta, você pode especificar a distância da volta (quando todas as voltas tiverem a mesma distância) ou a distância total da corrida.
  - Para as leituras de tempo intermediário, você só pode especificar a distância total da corrida. Embora o relógio indique uma velocidade cada vez que você toma uma leitura de tempo intermediário, tais velocidades são baseadas na distância total da corrida e, portanto, não indicam as velocidades reais dos tempos intermediários.

P-16

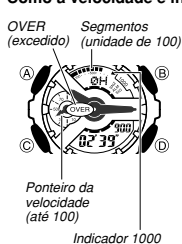
## Para especificar um valor de distância



- No modo do cronômetro, certifique-se de que o cronômetro esteja parado e reposicionado a zero.
  - Se você tiver que reposicionar o cronômetro a zero, pressione (A).
- Pressione (A) durante aproximadamente três segundos até que a definição atual do valor da distância comece a piscar no mostrador digital inferior.
  - Essa é a tela de definição do valor de distância.
- Pressione (C) para mover a intermitência entre o lado esquerdo e lado direito do ponto decimal do valor da distância.
- Enquanto o valor da distância estiver piscando, use (D) (+) e (B) (-) para alterá-lo.
  - Você pode especificar um valor de distância no intervalo de 0,1 a 99,9.
- Depois de especificar o valor de distância desejado, pressione (A) para sair da tela de definição.

P-17

## Como a velocidade é indicada



- Enquanto uma cronometragem de tempo decorrido estiver sendo realizada no modo do cronômetro, o relógio exibirá um valor de velocidade, que é calculado com base na distância especificada pelo usuário e no tempo decorrido. O valor da velocidade é indicado como descrito abaixo.
  - Ponteiro da velocidade: Até 100
  - Segmentos do mostrador superior: Unidade de 100
  - Um indicador 1000 aponta para 1000 (localizado à direita dos segmentos do mostrador superior) quando o valor da velocidade excede 1000
- O ponteiro de velocidade indica os valores de velocidade inferiores a 100. Somente os valores de número par são indicados.
- A velocidade pode ser indicada de 0 a 1998. OVER é indicado pelo ponteiro de velocidade quando a velocidade excede 1998.

P-18

## Exemplo:

Quando o valor da velocidade é 1.740.  
 Ponteiro da velocidade: Indica 40.  
 Segmentos do mostrador superior: Indicam 700.  
 Indicador 1000: Exibido

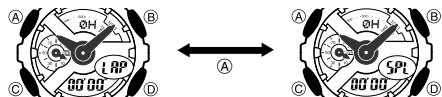
## Cronometragem

- Você precisa selecionar tempo de volta (página P-22) ou tempo intermediário (página P-25) antes de iniciar uma cronometragem.
- Se você deseja cronometrar o tempo decorrido total, selecione a cronometragem de tempo intermediário.

P-19

## Para especificar leituras de tempo de volta ou tempo intermediário

- No modo do cronômetro, certifique-se de que o cronômetro esteja parado e reposicionado a zero.
  - Certifique-se de que **LRP** (tempos de volta) ou **SPt** (tempos intermediários) esteja exibido no mostrador digital inferior.
  - Se você tiver que reposicionar o cronômetro a zero, pressione **A**.
- Você pode para alternar entre **LRP** (tempos de volta) e **SPt** (tempos intermediários) pressionando **A**.



P-20

P-21

## Tempo de volta



Tempo de volta

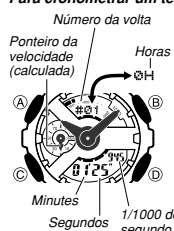
Uma leitura de tempo de volta mostra o tempo decorrido desde a última tomada de leitura de tempo de volta.

- Se você quiser que o relógio calcule a velocidade de cada volta (quando todas as voltas tiverem a mesma distância), especifique a distância da volta para a definição da distância (página P-16).
- Se você quiser que o relógio calcule a velocidade da corrida inteira, especifique a distância da corrida para a definição da distância (página P-16). Uma velocidade será indicada cada vez que você tomar uma leitura de volta, mas essas velocidades de volta não indicarão a velocidade real da corrida inteira.

P-22

P-23

## Para cronometrar um tempo de volta



Selecione a cronometragem de tempo de volta (**LRP**) e, em seguida, realize as seguintes operações de botões.

- Início → **A** Volta\* → **A** Volta\* →
  - Parada → **A** Reposição
- A cronometragem do tempo decorrido normal reaparece depois de aproximadamente 12 segundos.
  - Você pode pressionar **A** para tomar leituras de volta quantas vezes quiser.
  - Enquanto um tempo de volta estiver exibido, o mostrador digital superior se alternará entre o número de volta (**#01** a **#99**) e o valor da hora da volta. Se você tomar mais de 99 leituras de volta, o número de volta recomeçará de **#00** após a volta **#99**.
  - Pressionar **D** para parar a cronometragem de tempo decorrido exibe o tempo (e a velocidade se houver uma distância especificada) da volta final.

P-24

P-25

## Para configurar o cronômetro para tomar leituras de tempo intermediário

- No modo do cronômetro, certifique-se de que o cronômetro esteja parado e reposicionado a zero.
    - Se você tiver que reposicionar o cronômetro a zero, pressione **A**.
  - Certifique-se de que **SPt** (tempo intermediário) esteja exibido no mostrador digital inferior.
- Se **LRP** (tempo de volta) estiver exibido, pressione **A** para mudar para **SPt**.

P-26

## Cronometragem do tempo decorrido

Use o seguinte procedimento para cronometrar o tempo decorrido, sem tomar as leituras de tempo de volta ou tempo intermediário.

### Para cronometrar o tempo decorrido

Selecione a cronometragem de tempo intermediário (**SPt**) e, em seguida, realize as seguintes operações de botões.

- Início → **D** Parada → **A** Reposição

- Se você tiver um valor de distância (página P-16) especificado para a cronometragem de tempo decorrido atual, os segmentos do mostrador superior e o ponteiro de velocidade indicarão a velocidade ao pressionar **D** para parar a cronometragem de tempo decorrido.
- Depois de pressionar **D** para parar uma cronometragem de tempo decorrido, você poderia pressionar **D** de novo para recomeçar a partir do ponto onde parou.

## Para configurar o cronômetro para tomar leituras de tempo de volta

- No modo do cronômetro, certifique-se de que o cronômetro esteja parado e reposicionado a zero.
    - Se você quiser que o relógio calcule a velocidade da corrida, especifique a distância da corrida para a definição da distância (página P-16).
  - Certifique-se de que **LRP** (tempos de volta) esteja exibido no mostrador digital inferior.
- Se **SPt** (tempos intermediários) estiver exibido, pressione **A** para mudar para **LRP**.

## Tempo intermediário

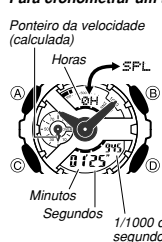


Tempo intermediário

Uma leitura de tempo intermediário mostra o tempo decorrido desde o começo da cronometragem atual.

- Se você quiser que o relógio calcule a velocidade da corrida, especifique a distância da corrida para a definição da distância (página P-16).
- Para as leituras de tempo intermediário, você só pode especificar a distância total da corrida. Embora o relógio indique uma velocidade cada vez que você toma uma leitura de tempo intermediário, tais velocidades são baseadas na distância total da corrida e, portanto, não indicam as velocidades reais dos tempos intermediários.

## Para cronometrar um tempo intermediário



Selecione a cronometragem de tempo intermediário (**SPt**) e, em seguida, realize as seguintes operações de botões.

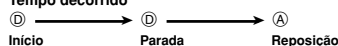
- Início → **A** Tempo intermediário\* → **D** Parada → **A** Reposição
- \* O tempo intermediário é liberado automaticamente se você não pressionar **A** dentro de aproximadamente 12 segundos.
- Você pode pressionar **A** para tomar leituras de tempo intermediário quantas vezes quiser.
  - O cronômetro continua a cronometragem do tempo decorrido internamente enquanto uma leitura de tempo intermediário estiver sendo exibida.
  - Pressionar **A** enquanto um tempo intermediário estiver exibido mudará de volta para a cronometragem do tempo decorrido normal. O tempo decorrido aparecerá no mostrador digital inferior.
  - Você também poderia pressionar **D** para parar a cronometragem do tempo decorrido, se quisesse.

- Pressionar **D** para parar a cronometragem de tempo decorrido exibe o tempo (e a velocidade se houver uma distância especificada) do tempo intermediário final (que é o tempo decorrido total).

P-28

## Para cronometrar tempos

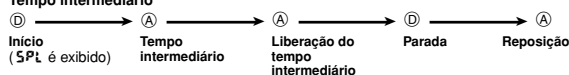
### Tempo decorrido



### Tempo de volta

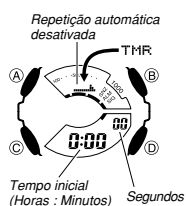


### Tempo intermediário



P-29

## Timer



Você pode definir o tempo inicial da contagem regressiva dentro de um intervalo de um minuto a 24 horas. Um alarme soa quando a contagem regressiva atinge zero.

- Você também pode selecionar uma função de repetição automática, que reinicia a contagem regressiva automaticamente desde o tempo original definido sempre que zero for atingido.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do timer, no qual você pode entrar pressionando **(C)** (página P-7).

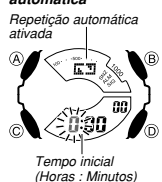
## Para usar o timer

- Pressione **(D)** no modo do timer para iniciar o timer.
- Quando o fim da contagem regressiva é atingido, o alarme soa durante dez segundos ou até que o pare pressionando algum botão.
  - O tempo da contagem regressiva é reposicionado automaticamente ao seu valor inicial após a parada do alarme quando a repetição automática está desativada.
  - Quando a repetição automática está ativada, a contagem regressiva recomeça automaticamente sem pausar quando zero é atingido.
  - Uma operação do timer em andamento continua sendo feita internamente mesmo que você saia do modo do timer.
  - Pressione **(D)** enquanto uma contagem regressiva estiver em andamento para pausá-la.
  - Pressione **(D)** de novo para continuar a contagem regressiva.
  - Para interromper a operação de contagem regressiva completamente, primeiro pause-a (pressionando **(D)**) e, em seguida, pressione **(A)**. Isso retorna o tempo da contagem regressiva ao seu valor inicial.

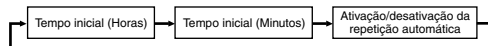
P-30

P-31

## Para fazer as definições do tempo inicial da contagem regressiva e da repetição automática



1. Enquanto o tempo inicial da contagem regressiva estiver exibido no modo do timer, pressione **(A)** durante aproximadamente três segundos até que a definição das horas do tempo inicial da contagem regressiva comece a piscar. Essa é a tela de definição.
  - Se o tempo inicial da contagem regressiva não for exibido, use o procedimento descrito em "Para usar o timer" (página P-31) para exibi-lo.
2. Pressione **(C)** para mover a intermitência na sequência mostrada abaixo, e selecione a definição que deseja alterar.

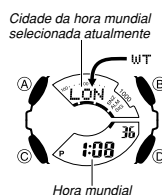


3. Realize as seguintes operações, dependendo da definição selecionada atualmente no mostrador.
  - Enquanto a definição do tempo inicial estiver piscando, use **(D)** (+) e **(B)** (-) para alterá-la.
  - Enquanto a definição de ativação/desativação da repetição automática estiver piscando no mostrador, pressione **(D)** para ativar (**(D)**) ou desativar (**(D)**) a repetição automática.
4. Pressione **(A)** para sair da tela de definição.
  - O indicador de ativação da repetição automática (**(D)**) é exibido na tela do modo do timer enquanto esta função está ativada.

P-32

P-33

## Hora mundial



A hora mundial exibe, digitalmente, a hora atual em uma das 48 cidades (29 fusos horários) ao redor do mundo. Uma simples operação alterna sua cidade local com a cidade da hora mundial selecionada atualmente.

- As horas mantidas no modo da hora mundial são sincronizadas com a hora mantida no modo de indicação das horas. Se você achar que existe um erro em qualquer hora do modo da hora mundial, certifique-se de que tenha selecionado a cidade correta como sua cidade local. Certifique-se também de que a hora atual mostrada no modo de indicação das horas esteja correta.
- As horas no modo da hora mundial são baseadas nas correções UTC. Consulte a "City Code Table" (Tabela dos códigos das cidades) no final deste manual para maiores informações sobre as correções UTC que são suportadas.

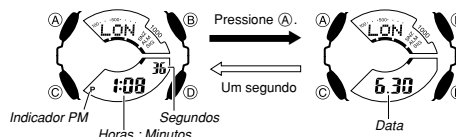
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo da hora mundial, no qual você pode entrar pressionando **(C)** (página P-7).

P-34

## Para ver a hora atual em outro fuso horário

No modo da hora mundial, use **(D)** para rolar através dos códigos de cidade disponíveis (fusos horários).

- O mostrador digital inferior mostrará a hora na cidade da hora mundial selecionada atualmente.
- Um indicador PM (**P**) aparecerá no mostrador digital inferior entre as horas do meio-dia e meia-noite.
- Quando o código de cidade (fuso horário) desejado estiver selecionado, você pode pressionar **(A)** para exibir a data. Após cerca de um segundo, o relógio continuará com a indicação das horas normal para a cidade selecionada atualmente.



P-35

## Para alternar um código de cidade entre hora normal e hora de verão



1. No modo da hora mundial, pressione **(D)** para exibir o código da cidade (fuso horário) cuja definição de hora normal/hora de verão deseja alterar.
  2. Pressione **(A)** durante aproximadamente três segundos para alternar entre hora de verão (o indicador **DST** é exibido) e hora normal (o indicador **DST** não é exibido).
- Um indicador **DST** aparecerá no mostrador digital inferior se o horário de verão estiver ativado.
  - Você pode ativar o horário de verão (DST) individualmente para cada código de cidade, exceto para UTC.
  - Ativar o horário de verão (DST) para o código de cidade que está selecionado atualmente como a cidade local ativar o horário de verão para a indicação normal das horas.

P-36

P-37

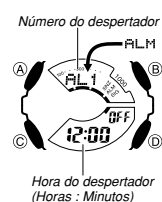
## Alternação entre sua cidade local e cidade da hora mundial

Você pode usar o procedimento abaixo para alternar sua cidade local com a cidade da hora mundial. Isso muda sua cidade local para a cidade da hora mundial, e a cidade da hora mundial para sua cidade local. Esta função é útil quando você viaja com frequência entre duas cidades em diferentes fusos horários.

## Para alternar entre sua cidade local e cidade da hora mundial

1. No modo da hora mundial, use **(D)** para selecionar a cidade da hora mundial desejada.
  2. Pressione **(A)** e **(B)** ao mesmo tempo até que o relógio emita um bipe.
- Isso fará a cidade da hora mundial selecionada no passo 1 a sua cidade local, e fará que os ponteiros das horas e dos minutos se movam para a hora atual de tal cidade. Ao mesmo tempo, isso mudará a cidade local selecionada antes do passo 2 a sua cidade da hora mundial, e fará que o conteúdo do mostrador digital inferior mude em conformidade.
- Depois de alternar a cidade local e a cidade da hora mundial, o relógio permanece no modo da hora mundial com a cidade que foi selecionada como a cidade local antes do passo 2, exibida agora como a cidade da hora mundial.

## Despertadores



Quando um despertador está ativado, o alarme soa quando a hora do despertador é atingida. Um dos despertadores é um despertador de soneca, enquanto que os outros quatro são despertadores diários. Você também pode ativar um sinal de marcação das horas que faz que o relógio emita dois bipes na passagem de cada hora.

- Há cinco telas de despertador, numeradas como **AL1**, **AL2**, **AL3** e **AL4** para os despertadores diários, e uma tela indicada por **SNZ** para o despertador de soneca. A tela do sinal de marcação das horas é indicada por **SIG**.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo de despertador, no qual você pode entrar pressionando **(C)** (página P-7).

## Para definir a hora de um despertador



1. No modo do despertador, use **(D)** para rolar através das telas de despertador até que a tela cuja hora deseja definir seja exibida.
  - Para definir um despertador diário, exiba a tela de despertador **AL1**, **AL2**, **AL3** ou **AL4**. Para definir o despertador de soneca, exiba a tela **SNZ**.
  - **SIG** é a definição do sinal de marcação das horas (página P-42).
  - O despertador de soneca repete cada cinco minutos.

2. Depois de selecionar um despertador, pressione **(A)** durante aproximadamente três segundos até que a definição das horas da hora do despertador comece a piscar. Essa é a tela de definição.
  - Essa operação ativa o despertador automaticamente.

P-38

P-39

3. Pressione **(C)** para mover a intermitência entre horas e minutos.
4. Enquanto uma definição estiver piscando, use **(D)** (+) e **(B)** (-) para alterá-la.
5. Pressione **(A)** para sair da tela de definição.

### Operação do despertador

O alarme do despertador soa na hora predefinida durante dez segundos, independentemente do modo em que o relógio estiver. No caso do despertador de soneca, a operação do alarme é realizada um total de sete vezes, cada cinco minutos, ou até que você desative o despertador (página P-41).

- As operações de despertador e do sinal de marcação das horas são realizadas de acordo com a hora atual na sua cidade local, conforme mantida pelo modo de indicação das horas.
- Para interromper o alarme depois que ele começar a soar, pressione qualquer botão.
- Realizar qualquer uma das seguintes operações durante um intervalo de 5 minutos entre os alarmes do despertador de soneca cancela a operação atual do despertador de soneca.

Exibir a tela de definição do modo de indicação das horas (página P-10)  
Exibir a tela de definição SNZ (página P-39)

P-40

### Para ativar e desativar um despertador



1. No modo do despertador, use **(D)** para selecionar um despertador.
2. Pressione **(A)** para ativar (ON) ou desativá-lo (OFF).
  - Ativar um despertador (AL1, AL2, AL3, AL4 ou SNZ) exibe o indicador de ativação do despertador em sua tela no modo do despertador.
  - Em todos os modos, o indicador de ativação do despertador é exibido para qualquer despertador que esteja ativado atualmente.
  - O indicador de ativação do despertador pisca enquanto o alarme está soando.
  - O indicador do despertador de soneca pisca enquanto o despertador de soneca está soando e durante os intervalos de 5 minutos entre os alarmes.

P-41

### Para ativar e desativar o sinal de marcação das horas

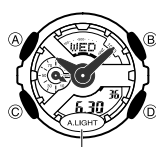
Indicador de ativação do sinal de marcação das horas



1. No modo do despertador, use **(D)** para selecionar o sinal de marcação das horas (SIG) (página P-39).
  2. Pressione **(A)** para ativar (ON) ou desativá-lo (OFF).
- O indicador de ativação do sinal de marcação das horas é exibido no mostrador em todos os modos enquanto essa função está ativada.

P-42

### Iluminação



Um LED (diodo emissor de luz) ilumina o mostrador do relógio para uma leitura fácil no escuro. A função de luz automática do relógio acende a iluminação automaticamente quando você inclina o relógio para o rosto.

- A função de luz automática deve estar ativada (indicado pelo indicador de ativação da função de luz automática) para que funcione.
- Consulte "Precauções relativas à iluminação" (página P-51) para outras informações importantes sobre o uso da iluminação.

### Para iluminar o mostrador manualmente

Em qualquer modo, pressione **(B)** para acender a iluminação.

- A operação acima acende a iluminação independentemente da definição atual da função de luz automática.

P-43

- Você pode usar o procedimento a seguir para selecionar 1,5 segundo ou 3 segundos como a duração da iluminação. Ao pressionar **(B)**, a iluminação permanecerá acesa durante aproximadamente 1,5 segundo ou 3 segundos, dependendo da definição atual da duração da iluminação.

### Para especificar a duração da iluminação

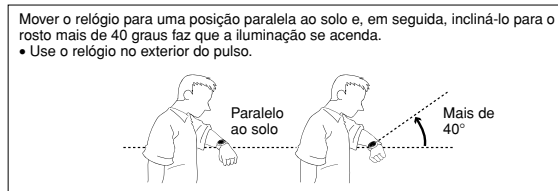


1. No modo de indicação das horas, pressione **(A)** até que o conteúdo do mostrador comece a piscar. Essa é a tela de definição.
2. Pressione **(C)** nove vezes para exibir a duração atual da iluminação LT1 ou LT3.
3. Pressione **(D)** para alternar a definição entre LT1 (1,5 segundo) e LT3 (3 segundos).
4. Pressione **(A)** para sair da tela de definição.

P-44

### Sobre a função de luz automática

Ativar a função de luz automática faz que a iluminação se acenda toda vez que você posiciona o pulso conforme descrito abaixo em qualquer modo.



Mover o relógio para uma posição paralela ao solo e, em seguida, incliná-lo para o rosto mais de 40 graus faz que a iluminação se acenda.

- Use o relógio no exterior do pulso.

P-45

### Advertência!

- **Certifique-se de que esteja em um lugar seguro toda vez que ler o mostrador do relógio usando a função de luz automática. Tome especial cuidado ao correr ou participar de atividades que podem resultar em acidentes ou ferimentos. Tome cuidado também para que a iluminação repentina da luz automática não surpnda os outros ao seu redor.**
- Quando estiver usando o relógio, certifique-se de que a função de luz automática esteja desativada antes de andar de bicicleta, motocicleta ou outro veículo motorizado. A operação repentina ou desintencional da iluminação pode criar uma distração, que pode resultar em um acidente de trânsito e sérios ferimentos.

### Para ativar e desativar a função de luz automática

No modo de indicação das horas, pressione **(B)** durante aproximadamente três segundos para ativar (indicador de ativação função de luz automática é exibido) ou desativar (indicador de ativação função de luz automática não é exibido) a função de luz automática.

- O indicador de ativação da função de luz automática permanece em todos os modos enquanto a função de luz automática está ativada.
- Para proteger a pilha contra o esgotamento, a função de luz automática é desativada automaticamente mais ou menos seis horas depois de ser ativada. Repita o procedimento acima para ativar a função de luz automática de novo se quiser.

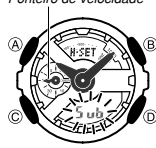
P-46

### Correção da posição original dos ponteiros

Os ponteiros da velocidade, horas e minutos do relógio podem ser desviados pela exposição a um forte magnetismo ou impacto. O relógio foi desenhado para permitir a correção manual do ponteiro de velocidade e dos ponteiros das horas e dos minutos.

### Para ajustar as posições originais

Ponteiro de velocidade



Posição correta do ponteiro de velocidade

1. No modo de indicação das horas, pressione **(D)** durante aproximadamente três segundos até que **Sub** apareça no mostrador digital inferior.
  - Esse é o modo de ajuste das posições originais.
2. Verifique a posição do ponteiro de velocidade.
  - O ponteiro da velocidade está na sua posição original correta se estiver apontando para 50 (posição das 9 horas). Se não estiver, use **(D)** para mover o ponteiro no sentido horário até que fique na posição correta.
  - Depois de confirmar que o ponteiro de velocidade esteja em sua posição original correta, pressione **(C)**.

P-47

Ponteiro das horas e dos minutos



Posições corretas dos ponteiros das horas e dos minutos

3. Verifique as posições dos ponteiros das horas e dos minutos.
  - Os ponteiros estão nas suas posições originais corretas se estiverem apontando para a posição de 12 horas. Se não estiverem, use **(D)** (sentido horário) e **(B)** (sentido anti-horário) para ajustar suas posições.
4. Quando tudo estiver como quiser, pressione **(A)** para voltar à indicação normal das horas.
  - Isso fará que os ponteiros das horas e dos minutos se movam para a hora atual do modo de indicação das horas e que o ponteiro de velocidade se mova para a posição 0.
  - Pressionar **(C)** aqui retornará o relógio à definição no começo do passo 2.

P-48

### Referências

Esta seção contém maiores detalhes e informações técnicas sobre a operação do relógio. Ela também contém precauções e notas importantes sobre os vários recursos e funções deste relógio.

### Funções de retorno automático

- Se você deixar o relógio com uma definição intermitente no mostrador durante dois ou três minutos sem realizar nenhuma operação, ele sairá automaticamente da tela de definição.
- O relógio retornará automaticamente ao modo de indicação das horas se você não realizar nenhuma operação dentro de dois ou três minutos no modo do despertador.

### Movimento em alta velocidade

- Os botões **(D)** e **(B)** são usados para alterar a definição em várias telas de definição. Na maioria dos casos, manter um desses botões pressionado iniciará um movimento em alta velocidade.

P-49

## Telas iniciais

Ao entrar no modo do cronômetro, modo da hora mundial ou modo do despertador, os dados que estava vendo ao sair do modo serão os primeiros a aparecer.

## Indicação das horas

- Reposicionar os segundos a 00 enquanto a contagem dos segundos estiver entre 30 e 59 faz que o valor dos minutos seja aumentado em 1 unidade. Na faixa de 00 a 29, os segundos são reposicionados a 00, mas o valor dos minutos permanece inalterado.
- O ano pode ser definido no intervalo de 2000 a 2099.
- O calendário totalmente automático incorporado do relógio faz compensações para meses de comprimento diferente e anos bissextos. Depois de definir a data, não há nenhuma razão para alterá-la, exceto se a pilha for trocada.
- A hora atual para todos os códigos de cidade no modo de indicação das horas e modo da hora mundial é calculada de acordo com o Tempo Universal Coordenado (UTC) para cada cidade, com base na definição da hora da cidade local.

P-50

## Precauções relativas à iluminação

- A iluminação pode ser difícil de ver sob a luz direta do sol.
- A iluminação se apaga automaticamente toda vez que um alarme soa.
- O uso frequente da iluminação esgota a carga da pilha.

## Precauções relativas à função de luz automática

- Evite usar o relógio no interior do pulso. Fazer isso fará que a luz automática funcione quando não for preciso, o que encurtará a vida útil da pilha. Se você quiser usar o relógio no interior do pulso, desative a função de luz automática.

Mais de 15 graus para cima



- A iluminação pode não se acender se o mostrador do relógio estiver mais de 15 graus acima ou abaixo de uma linha paralela ao solo. Certifique-se de que a palma da mão esteja paralela ao solo.
- A iluminação se apaga dentro de aproximadamente 1,5 segundo ou 3 segundos, mesmo que você mantenha o relógio virado para o rosto.

P-51

- A eletricidade estática ou força magnética podem interferir com o funcionamento adequado da luz automática. Se a iluminação não se acender, tente mover o relógio de volta para a posição inicial (paralelo ao solo) e, em seguida, incline-o de novo para o rosto. Se isso não funcionar, baixe o braço completamente de modo que fique estendido ao lado do corpo, e eleve-o de novo.
- Em certas condições, a iluminação pode não se acender até aproximadamente um segundo depois que você virar o mostrador do relógio para o rosto. Isso, no entanto, não indica um mau funcionamento da luz automática.
- Você pode perceber um som de estalido muito fraco do relógio quando ele é sacudido para trás e para a frente. Este som é produzido pela operação do mecanismo da luz automática, e não indica um problema com o relógio.

P-52

## Especificações

**Precisão em temperatura normal:** ± 15 segundos por mês

**Indicação digital das horas:** Horas, minutos, segundos, PM (P), mês, dia, dia da semana  
Formato das horas: 12 e 24 horas

Sistema do calendário: Calendário totalmente automático programado do ano 2000 ao ano 2099

Outros: Código da cidade local (um dos 48 códigos de cidade disponíveis pode ser designado); Hora normal/Hora de verão

**Indicação analógica das horas:** Horas, minutos (o ponteiro se move cada 20 segundos)

**Cronômetro:**

Unidade de medida: 1/1000 de segundo

Capacidade de medição: 99:59:999"

Modos de cronometragem: Tempo decorrido, tempo de volta, tempo intermediário

Outros: Velocidade

**Timer:**

Unidade de medida: 1 segundo

Intervalo de introdução: 1 minuto a 24 horas (incrementos de 1 minuto)

Outros: Repetição automática do timer

P-53

## Hora mundial: 48 cidades (29 fusos horários)

Outros: Hora de verão/Hora normal; Troca entre cidade local e cidade da hora mundial

**Despertadores:** Quatro despertadores diários; Um despertador de soneca; Sinal de marcação das horas

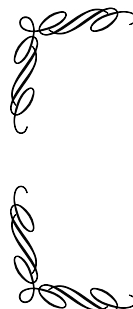
**Iluminação:** LED (diodo emissor de luz); Função de luz automática; Duração da iluminação selecionável

**Pilha:** Uma pilha de lítio (Tipo: CR1220)

Vida útil aproximada da pilha: 2 anos com o tipo CR1220

(dez segundos de funcionamento do alarme por dia, uma operação de iluminação (1,5 segundo) por dia)

P-54



## City Code Table

L-1

### City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11
HNL	Honolulu	-10
ANC	Anchorage	-9
YVR	Vancouver	-8
LAX	Los Angeles	-8
YEA	Edmonton	-7
DEN	Denver	-7
MEX	Mexico City	-6
CHI	Chicago	-6
MIA	Miami	-5
YTO	Toronto	-5
NYC	New York	-5

L-2

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
SCL	Santiago	-4
YHZ	Halifax	-4
YYT	St. Johns	-3.5
RIO	Rio De Janeiro	-3
RAI	Praia	-1
UTC		
LIS	Lisbon	0
LON	London	0
MAD	Madrid	0
PAR	Paris	0
ROM	Rome	0
BER	Berlin	0
STO	Stockholm	0

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
ATH	Athens	+2
CAI	Cairo	+2
JRS	Jerusalem	+2
MOW	Moscow	+3
JED	Jeddah	+3
THR	Tehran	+3.5
DXB	Dubai	+4
KBL	Kabul	+4.5
KHI	Karachi	+5
DEL	Delhi	+5.5
DAC	Dhaka	+6
RGY	Yangon	+6.5

• Based on data as of June 2009.

• The rules governing global times (UTC offset and GMT differential) and summer time are determined by each individual country.

L-3

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
BKK	Bangkok	+7
SIN	Singapore	+7
HKG	Hong Kong	+8
BJS	Beijing	+8
TPE	Taipei	+8
SEL	Seoul	+9
TYO	Tokyo	+9
ADL	Adelaide	+9.5
GUM	Guam	+10
SYD	Sydney	+10
NOU	Noumea	+11
WLG	Wellington	+12