

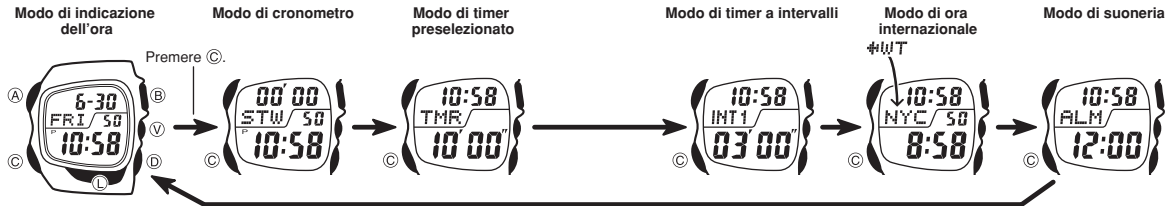
## Cenni su questo manuale



- Le operazioni di tasto sono indicate mediante le lettere mostrate nell'illustrazione.
- Ciascuna sezione di questo manuale fornisce le informazioni necessarie per poter eseguire le operazioni in ciascun modo di funzionamento. Ulteriori dettagli e informazioni tecniche si trovano nella sezione "Riferimento".

## Guida generale

- Premere C per passare da un modo di funzionamento ad un altro.
- In un modo di funzionamento qualsiasi, premere L per far illuminare il display.



## Indicazione dell'ora



Usare il modo di indicazione dell'ora per impostare e per vedere l'ora e la data attuali.

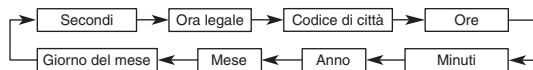
### Leggere questa parte prima di impostare l'ora e la data!

- L'ora visualizzata nel modo di indicazione dell'ora e quella visualizzata nel modo di ora internazionale sono collegate. Per questo motivo, accertarsi di selezionare un codice di città per la propria città per l'ora di casa (la città in cui si usa normalmente l'orologio) prima di impostare l'ora e la data.
- Per informazioni dettagliate sui codici delle città, fare riferimento a "City Code Table" (Tabella dei codici delle città).

## Per impostare l'ora e la data



- Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto A finché i secondi iniziano a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
- Premere C per spostare il lampeggiamento nell'ordine indicato di seguito per selezionare altre impostazioni.



- Mentre l'impostazione che si desidera cambiare lampeggia, usare D o B per farla cambiare come descritto di seguito.

Schermata	Per fare ciò:	Eseguire questa operazione:
50	Ripartire i secondi a 00	Premere D.
0FF	Passare dall'ora legale (0A) all'ora solare (0FF) e viceversa	Premere D.
TYO	Cambiare il codice di città	Usare D (oriente) o B (occidente).
P 10:58	Cambiare le ore o i minuti	Usare D (+) o B (-).
7 0E	Cambiare l'anno	
6-30	Cambiare il mese o il giorno del mese	

- Per i dettagli sull'impostazione dell'ora legale, fare riferimento a "Ora legale (DST)".

- Premere A per lasciare la schermata di impostazione.

## Ora legale (DST)

L'ora legale (ora estiva) fa avanzare l'impostazione dell'ora di un'ora rispetto all'ora solare. Ricordare che non tutti i paesi o persino non tutte le aree locali adottano l'ora legale.

## Per far passare l'ora segnata nel modo di indicazione dell'ora dall'ora legale (DST) all'ora solare e viceversa



- Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto A finché i secondi iniziano a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
  - Premere C per visualizzare la schermata di impostazione ora legale.
  - Premere D per passare dall'ora legale (0A visualizzato) all'ora solare (0FF visualizzato) e viceversa.
  - Premere A per lasciare la schermata di impostazione.
- L'indicatore DST viene visualizzato sul display quando l'ora legale è attivata.

Indicatore di ora legale (DST)

## Per passare dal formato di indicazione dell'ora di 12 ore a quello di 24 ore e viceversa

Nel modo di indicazione dell'ora, premere D per passare dal formato di indicazione dell'ora di 12 ore a quello di 24 ore e viceversa.

- Con il formato di indicazione dell'ora di 12 ore, l'indicatore P (pomeridiane) appare sul display per le ore comprese fra mezzogiorno e le 11:59 pm, mentre nessun indicatore appare alla sinistra delle cifre delle ore per le ore comprese fra mezzanotte e le 11:59 am.
- Con il formato di indicazione dell'ora di 24 ore, le ore vengono indicate nella gamma compresa fra 0:00 e 23:59, senza alcun indicatore.
- Il formato di indicazione dell'ora di 12 ore/24 ore selezionato nel modo di indicazione dell'ora viene applicato in tutti gli altri modi di funzionamento.
- L'indicatore P non viene visualizzato con l'ora segnata nel modo di indicazione dell'ora sulle schermate del modo di timer preselezionato, del modo di timer a intervalli, del modo di ora internazionale e del modo di suoneria.

## Cronometro

### Schermata iniziale del modo di cronometro



Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

Il cronometro consente di misurare il tempo trascorso. La parte superiore e la parte inferiore del display possono essere utilizzate per il cronometraggio ufficiale di un evento o di un gioco.

- È possibile configurare l'orologio per l'avviso mediante segnale acustico o l'avviso mediante vibrazioni. Per i dettagli sull'avviso mediante vibrazioni, fare riferimento a "Avviso mediante vibrazioni".
- La gamma di misurazione della parte superiore del display è 59 minuti e 59 secondi.
- La gamma di misurazione della parte inferiore del display è 99 minuti e 59 secondi.
- Il cronometro continua a funzionare, ripartendo da zero ogni volta che raggiunge il suo limite, finché non lo si ferma.

- L'operazione di misurazione del cronometro continua anche se si esce dal modo di cronometro.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di cronometro, in cui è possibile entrare premendo C.

### Schermata del tempo trascorso

Minuti Secondi  
Premere B per fare una pausa e far ricominciare la misurazione del tempo trascorso.



Per questa misurazione del tempo (centesimi di secondo) non è possibile fare una pausa.

Minuti Secondi  
Per questa misurazione del tempo non è possibile fare una pausa. Essa mostra il tempo trascorso totale dal momento in cui l'operazione di cronometraggio è iniziata.

## Per misurare i tempi con il cronometro

### Tempo trascorso



\*1 La misurazione del tempo trascorso nella parte inferiore del display continua.

## Uso dell'orologio per il cronometraggio ufficiale di un evento sportivo

Dopo che è stata impostata la durata di un gioco o di un evento, l'orologio eseguirà un'operazione di avviso (segnale acustico o vibrazioni) quando la durata nella parte inferiore del display raggiunge quella durata. Se un evento viene interrotto per qualche motivo, è possibile premere B per fare una pausa e far ricominciare il cronometraggio nella parte superiore del display. La parte inferiore del display indica il tempo trascorso totale dall'inizio dell'operazione di cronometraggio. È possibile calcolare il lasso di tempo totale per cui il gioco è rimasto interrotto (tempi di recupero o tempi di infortunio) sottraendo il tempo della parte superiore del display dal tempo della parte inferiore del display.

### Per impostare la durata di un evento



- Nel modo di cronometro, tenere premuto (A) finché l'impostazione di durata dell'evento attuale inizia a lampeggiare nella parte inferiore del display. Questa è la schermata di impostazione.
  - Se la durata dell'evento attuale non è visualizzata, usare il procedimento descritto in "Per riportare la misurazione del tempo trascorso a zero" per visualizzarla.
- Mentre un'impostazione lampeggia, usare (D) (+) o (B) (-) per farla cambiare.
  - È possibile impostare la durata dell'evento nella gamma compresa fra 1 minuto e 60 minuti, in unità di 1 minuto.
  - "--" indica che non c'è alcuna durata di evento impostata.
- Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.

### Per avviare il cronometraggio all'inizio di un evento

Quando il tempo attuale nella parte inferiore del display raggiunge il tempo di inizio evento, premere (B) per avviare il cronometraggio.

- Questa operazione visualizzerà la misurazione del tempo trascorso nella parte superiore e nella parte inferiore del display.

### Per fare una pausa durante il cronometraggio

1. Premere (B). Questa operazione interrompe la misurazione del tempo trascorso nella parte superiore del display.

- La misurazione del tempo trascorso nella parte inferiore del display continua.
2. Per far ricominciare la misurazione del tempo trascorso nella parte superiore del display, premere di nuovo (B).

### Quando la durata dell'evento preselezionata viene raggiunta

- L'orologio esegue un'operazione di avviso quando la misurazione del tempo trascorso nella parte inferiore del display (tempo trascorso totale dal momento in cui il cronometraggio è iniziato) raggiunge la durata dell'evento preselezionata.
- La misurazione del tempo trascorso continua ad essere eseguita anche dopo che la durata dell'evento preselezionata è stata raggiunta.

### Per riportare la misurazione del tempo trascorso a zero

1. Premere (B). Questa operazione interrompe la misurazione del tempo trascorso nella parte superiore del display.

- La misurazione del tempo trascorso nella parte inferiore del display continua.
2. Tenere premuto (D) finché appare la schermata iniziale del modo di cronometro.

### Timer preselezionato

Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora



Durata del timer preselezionato

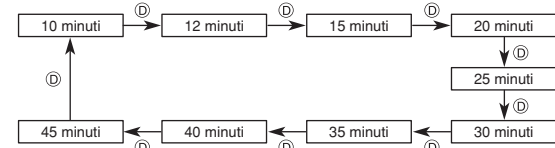
L'orologio include una serie di differenti durate preselezionate che è possibile scegliere per la durata iniziale del conto alla rovescia. L'operazione di avviso attualmente selezionata (segnale acustico o vibrazioni) viene eseguita quando il conto alla rovescia giunge a zero. Le seguenti sono le durate iniziali preselezionate, tutte in minuti: 10, 12, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45.

- È anche possibile selezionare la ripetizione automatica, che fa ripartire automaticamente la durata iniziale preselezionata che è stata scelta ogni volta che viene raggiunto lo zero.
- È possibile configurare l'orologio per l'avviso mediante segnale acustico o l'avviso mediante vibrazioni. Per i dettagli sull'avviso mediante vibrazioni, fare riferimento a "Avviso mediante vibrazioni".

- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di timer preselezionato, in cui è possibile entrare premendo (C).

### Per eseguire un'operazione di timer preselezionato

1. Nel modo di timer preselezionato, usare (D) per scorrere tutte le durate preselezionate finché viene visualizzata quella che si desidera usare.



Numero di ripetizioni



Indicatore di ripetizione automatica attivata

- Per attivare la ripetizione automatica, tenere premuto (A) mentre è visualizzata una schermata di selezione durata iniziale. Il numero di ripetizioni apparirà sopra la durata del timer.
- Un uso frequente della ripetizione automatica e dell'operazione di avviso (segnale acustico o vibrazioni) può far scaricare la pila.

2. Premere (B) per avviare il timer per il conto alla rovescia.



- Premere (B) mentre un'operazione di conto alla rovescia è in corso per interromperla temporaneamente (per fare una pausa). Premere di nuovo (B) per far ripartire il conto alla rovescia.

- Quando il conto alla rovescia giunge alla fine, un'operazione di avviso (segnale acustico o vibrazioni) viene eseguita per 10 secondi o finché non la si interrompe premendo un tasto qualsiasi.
- Quando il conto alla rovescia giunge alla fine mentre la ripetizione automatica è disattivata, l'orologio eseguirà un'operazione di misurazione del tempo trascorso e visualizzerà il lasso di tempo che è trascorso dal momento in cui il conto alla rovescia è giunto alla fine. L'operazione di misurazione del tempo trascorso si interromperà automaticamente quando essa raggiunge 60 minuti. A quel punto apparirà la schermata di selezione durata iniziale del timer per il conto alla rovescia.
- Quando il conto alla rovescia giunge alla fine mentre la ripetizione automatica è attivata, un nuovo conto alla rovescia inizia dalla durata iniziale preselezionata che è stata scelta. Il numero di ripetizioni viene visualizzato sopra la durata del timer. L'indicazione del numero di ripetizioni cambia in "--" quando il conteggio giunge a 100.
- Per interrompere definitivamente un'operazione di conto alla rovescia, interromperla prima temporaneamente (premendo (B)), e quindi premere (D). Questa operazione visualizzerà la schermata iniziale del modo di timer preselezionato.

### Timer a intervalli

Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

Numero di timer a intervalli



Durata iniziale (Minuti/Secondi)

Con il timer a intervalli, è possibile impostare fino a nove durate iniziali, il cui conto alla rovescia, viene eseguito nell'ordine, l'uno dopo l'altro. Il timer a intervalli può essere utilizzato per l'allenamento a intervalli (per esempio, 3 minuti di corsa con INT 1, 1 minuto di riposo con INT 2, 5 minuti di corsa con INT 3) o per il cronometraggio di un evento in più periodi (per esempio, 45 minuti di gioco con INT 1, 15 minuti di riposo con INT 2, 45 minuti di gioco con INT 3).

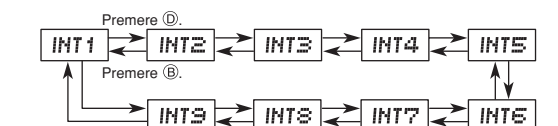
- È possibile configurare l'orologio per l'avviso mediante segnale acustico o l'avviso mediante vibrazioni. Per i dettagli sull'avviso mediante vibrazioni, fare riferimento a "Avviso mediante vibrazioni".
- L'orologio esegue un'operazione di avviso (segnale acustico o vibrazioni) quando un qualsiasi timer giunge a zero.

- Un'operazione di avviso (un secondo circa) viene eseguita quando un qualsiasi timer a intervalli (ad eccezione dell'ultimo nella serie) giunge a zero. Quando l'ultimo timer a intervalli nella serie giunge a zero, viene eseguita un'operazione di avviso per cinque secondi circa.
- È possibile attivare una funzione di ripetizione automatica che riavvia la sequenza dei timer dall'inizio quando viene raggiunta la fine dell'ultimo timer.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di timer a intervalli, in cui è possibile entrare premendo (C).

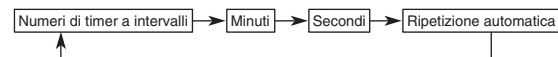
### Per configurare le impostazioni del timer a intervalli

- Nel modo di timer a intervalli, tenere premuto (A) finché il numero di timer a intervalli inizia a lampeggiare. Questa è la schermata di impostazione.
- Usare (D) (+) o (B) (-) per scorrere i numeri di timer a intervalli finché viene visualizzato quello che si desidera impostare.

3. Premere (C) per spostare il lampeggiamento nell'ordine indicato di seguito per selezionare altre impostazioni.



3. Premere (C) per spostare il lampeggiamento nell'ordine indicato di seguito per selezionare altre impostazioni.



4. Mentre un'impostazione lampeggia, usare (D) o (B) per farla cambiare come descritto di seguito.

Schermata	Per fare ciò:	Eseguire questa operazione:
INT 1	Cambiare i numeri di timer a intervalli	Usare (D) (+) o (B) (-).
03:00	Cambiare i minuti (00-59)	Usare (D) (+) o (B) (-).
	Cambiare i secondi (00-55, unità di 5 secondi)	Usare (D) (+) o (B) (-).
→	Attivare (↔) e disattivare (→) la ripetizione automatica	Premere (D).

- Un qualsiasi timer la cui durata iniziale è 00:00 non verrà usato durante l'operazione di timer a intervalli.
- Non c'è alcuna ripetizione automatica per i singoli timer a intervalli. Nel modo di timer a intervalli, la ripetizione automatica viene eseguita per l'intero gruppo di timer.

Numero di ripetizioni



Indicatore di ripetizione automatica attivata

### Per eseguire un'operazione di timer a intervalli

Nel modo di timer a intervalli, premere (B) per avviare il conto alla rovescia del timer a intervalli dal numero più basso che ha un'impostazione di durata iniziale diversa da zero.

- Per fare una pausa per il timer a intervalli il cui conto alla rovescia è attualmente in corso, premere (B). Premere di nuovo (B) per far ripartire il conto alla rovescia.
- Durante un'operazione di timer a intervalli, qualsiasi timer a intervalli la cui durata iniziale è zero (00:00) viene saltato.
- Il primo timer a intervalli della serie è quello dal numero più basso con una durata iniziale diversa da zero. L'ultimo timer a intervalli della serie è quello dal numero più alto con una durata iniziale diversa da zero.

- Mentre la ripetizione automatica è disattivata, l'orologio esegue un'operazione di avviso (segnale acustico o vibrazioni) quando ciascun timer a intervalli giunge a zero. Un'operazione di avviso viene eseguita per cinque secondi circa quando l'ultimo timer a intervalli giunge a zero.
- Mentre la ripetizione automatica è attivata, l'orologio emette un segnale acustico (o vibra) una volta quando ciascun timer a intervalli giunge a zero. Un'operazione di avviso di cinque secondi viene eseguita quando l'ultimo timer a intervalli giunge a zero, purché la durata iniziale dell'ultimo timer a intervalli sia 10 secondi o meno. In tal caso, l'operazione di avviso per l'ultimo timer a intervalli dura un secondo soltanto.
- Il cronometraggio ricomincia dal primo timer quando l'ultimo timer a intervalli giunge a zero. Il numero di ripetizioni viene visualizzato sopra la durata del timer. L'indicazione del numero di ripetizioni cambia in "--" quando il conteggio giunge a 100.
- Un'operazione di timer a intervalli in corso continua ad essere eseguita anche se si esce dal modo di timer a intervalli.
- Per interrompere definitivamente un'operazione di timer a intervalli, premere prima (B) per fare una pausa per il conto alla rovescia del timer attuale, e quindi premere (D). Questa operazione visualizzerà il timer a intervalli 1 (INT 1).

## Ora internazionale

Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

Codice di città



Ora attuale del fuso orario del codice di città selezionato

L'ora internazionale mostra l'ora attuale in 48 città (29 fusi orari) del mondo.

- Quando si entra nel modo di ora internazionale, i dati che erano visualizzati l'ultima volta che si è usciti da quel modo appaiono per primi.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di ora internazionale, in cui è possibile entrare premendo (C).

### Per vedere l'ora di un altro codice di città

Nel modo di ora internazionale, premere (D) per scorrere i codici delle città verso oriente o premere (B) per scorrere i codici delle città verso occidentale.

- Per informazioni dettagliate sui codici delle città, fare riferimento a "City Code Table" (Tabella dei codici delle città).

- Se l'ora attuale visualizzata per una città è errata, controllare l'impostazione dell'ora e quella del codice della città per l'ora di casa del modo di indicazione dell'ora ed eseguire i cambiamenti necessari.

### Per far passare l'ora di un codice di città dall'ora solare all'ora legale e viceversa



Indicatore di ora legale (DST)

1. Nel modo di ora internazionale, usare (D) o (B) per visualizzare il codice di città (fuso orario) per cui si desidera cambiare l'impostazione di ora solare/ora legale.
2. Tenere premuto (A) per un secondo circa per passare dall'ora legale (DST visualizzato) all'ora solare (DST non visualizzato) e viceversa.

- L'indicatore DST viene visualizzato sul display ogni volta che si visualizza un codice di città per cui è attivata l'ora legale.
- Notare che l'impostazione di ora legale/ora solare ha effetto soltanto sul codice di città attualmente visualizzato. Gli altri codici di città non risentono di questa impostazione.

## Suoneria

Indicatore di segnale orario di ora esatta attivato

Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora



Ora per la suoneria (Ore : Minuti)

Indicatore di suoneria attivata

Quando la suoneria quotidiana è attivata, l'operazione di avviso attualmente selezionata (segnale acustico o vibrazioni) viene eseguita all'ora fissata ogni giorno.

Quando il segnale orario di ora esatta è attivato, l'orologio esegue un'operazione di avviso ogni ora allo scoccare dell'ora.

- È possibile configurare l'orologio per l'avviso mediante segnale acustico o l'avviso mediante vibrazioni. Per i dettagli sull'avviso mediante vibrazioni, fare riferimento a "Avviso mediante vibrazioni".
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di suoneria, in cui è possibile entrare premendo (C).

### Per impostare l'ora per la suoneria

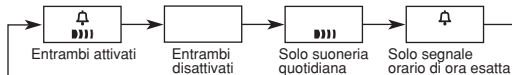
1. Tenere premuto (A) mentre l'orologio si trova nel modo di suoneria finché l'impostazione delle ore dell'ora per la suoneria inizia a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
    - Questa operazione attiva automaticamente la suoneria.
  2. Premere (C) per spostare il lampeggiamento tra l'impostazione delle ore e quella dei minuti.
  3. Mentre un'impostazione lampeggia, usare (D) (+) o (B) (-) per farla cambiare.
  4. Dopo aver impostato l'ora per la suoneria, premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.
- Con il formato di 12 ore, impostare correttamente l'ora per la mattina o per il pomeriggio (indicatore P).

### Per silenziare il segnale acustico della suoneria dopo che esso ha cominciato a suonare

Premere un tasto qualsiasi.

### Per attivare e disattivare la suoneria quotidiana e il segnale orario di ora esatta

Premere (D) mentre l'orologio è nel modo di suoneria per far cambiare lo stato della suoneria quotidiana e del segnale orario di ora esatta nell'ordine indicato di seguito:



### Per provare l'operazione di avviso

Nel modo di suoneria, tenere premuto (D) per eseguire l'operazione di avviso attualmente selezionata (segnale acustico o vibrazioni).

## Illuminazione



Indicatore di illuminazione automatica

Questo orologio dispone di un pannello elettroluminescente (EL) che fa illuminare l'intero display per facilitare la visione delle indicazioni al buio. La funzione di illuminazione automatica dell'orologio fa accendere automaticamente l'illuminazione quando si orienta l'orologio verso il proprio viso per leggere le indicazioni.

- Per poter funzionare, l'illuminazione automatica deve essere attivata (condizione indicata dall'indicatore di illuminazione automatica attivata).
- Per altre informazioni importanti, fare riferimento a "Avvertenze sull'illuminazione".

### Per far illuminare manualmente il display

In un modo di funzionamento qualsiasi, premere (L) per far accendere l'illuminazione per un secondo circa.

- L'operazione sopra descritta fa accendere l'illuminazione indipendentemente dall'impostazione attuale della funzione di illuminazione automatica.

### Funzione di illuminazione automatica

Quando la funzione di illuminazione automatica è abilitata, l'illuminazione si accende ogni volta che si posiziona il polso come descritto di seguito in un qualsiasi modo di funzionamento.

Lo spostamento dell'orologio in una posizione parallela al suolo e quindi l'inclinazione dell'orologio verso di sé per più di 40 gradi fa accendere l'illuminazione.

- Portare l'orologio sulla parte esterna del polso.



### Attenzione!

- **Accertarsi sempre di trovarsi in un luogo sicuro quando si legge la visualizzazione sul display dell'orologio usando la funzione di illuminazione automatica.** Fare particolare attenzione mentre si corre o mentre si è impegnati in qualsiasi altra attività che comporta il pericolo di incidenti o lesioni fisiche. Inoltre, fare attenzione affinché l'improvvisa illuminazione dovuta all'attivazione della funzione di illuminazione automatica non sorprenda e non distraga gli altri attorno a sé.
- Quando si porta l'orologio, accertarsi che la sua funzione di illuminazione automatica sia disattivata prima di montare in sella ad una bicicletta o di mettersi alla guida di una motocicletta o di un altro veicolo a motore. L'attivazione improvvisa e involontaria dell'illuminazione automatica può provocare distrazione, che può essere causa di incidenti stradali e di gravi lesioni fisiche.

### Per attivare e disattivare la funzione di illuminazione automatica

Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto (B) per tre secondi circa per attivare (A,EL visualizzato) o disattivare (A,EL non visualizzato) la funzione di illuminazione automatica.

- L'indicatore di illuminazione automatica viene visualizzato sul display in tutti i modi di funzionamento quando la funzione di illuminazione automatica è attivata.
- Per protezione contro lo scaricamento della pila, la funzione di illuminazione automatica si disattiva automaticamente circa sei ore dopo essere stata attivata.

## Riferimento

Questa sezione contiene informazioni più dettagliate e informazioni tecniche sul funzionamento dell'orologio. Essa contiene inoltre avvertenze e note importanti sulle varie caratteristiche e funzioni di questo orologio.

### Avviso mediante vibrazioni

Quando l'avviso mediante vibrazioni è attivato, l'orologio vibra invece di emettere un segnale acustico. Ciò consente di usare l'orologio senza disturbare gli altri con il suono del segnale acustico.

- L'avviso mediante vibrazioni può essere utilizzato per sostituire il suono della suoneria.
- Per informazioni sulla selezione del tipo di avviso, fare riferimento a "Per passare dall'avviso mediante vibrazioni all'avviso mediante segnale acustico e viceversa" di seguito.
- Gli orologi con cinturino di metallo potrebbero generare rumore quando viene eseguita un'operazione di vibrazione. Ciò è dovuto alla vibrazione del cinturino di metallo, e non è indice di problemi di funzionamento dell'orologio.

### Per passare dall'avviso mediante vibrazioni all'avviso mediante segnale acustico e viceversa

In un modo di funzionamento qualsiasi, premere (V) per far passare l'operazione di avviso da vibrazioni (VIB visualizzato) a segnale acustico (VIB non visualizzato) e viceversa.



Indicatore di avviso mediante vibrazioni

### Scorrimento

I tasti (B) e (D) servono in vari modi di funzionamento e in varie schermate di impostazione per scorrere i dati visualizzati sul display. Nella maggior parte dei casi, tenere premuti questi tasti durante un'operazione di scorrimento per scorrere i dati rapidamente. Ciò vale tranne quando il numero di timer a intervalli lampeggia sulla schermata del modo di timer a intervalli.

## Funzioni di ritorno automatico

- Se si lascia l'orologio nel modo di suoneria per due o tre minuti senza eseguire alcuna operazione, esso passa automaticamente al modo di indicazione dell'ora.
- Se si lascia una schermata con cifre lampeggianti sul display per due o tre minuti senza eseguire alcuna operazione, l'orologio lascia la schermata di impostazione automaticamente.

## Indicazione dell'ora

- Se si riportano i secondi a **00** mentre il conteggio attuale è tra 30 e 59, i minuti vengono aumentati di 1 unità. Mentre il conteggio attuale è tra 00 e 29, i secondi vengono riportati a **00** ma i minuti rimangono invariati.
- L'anno può essere impostato per il periodo compreso fra il 2000 e il 2099.
- Il calendario completamente automatico incorporato nell'orologio tiene conto automaticamente della differente durata dei mesi e degli anni bisestili. Una volta impostata la data, non c'è bisogno di cambiarla, tranne dopo aver fatto sostituire la pila dell'orologio.

## Ora internazionale

- Il conteggio dei secondi dell'ora internazionale è sincronizzato con il conteggio dei secondi del modo di indicazione dell'ora.
- Tutte le ore del modo di ora internazionale vengono calcolate dall'ora attuale della città per l'ora di casa segnata nel modo di indicazione dell'ora utilizzando i valori di differenza rispetto al tempo universale coordinato.
- La differenza rispetto al tempo universale coordinato è un valore che indica la differenza di ora che intercorre fra il punto di riferimento situato a Greenwich, in Inghilterra, e il fuso orario in cui si trova una città.
- Il "tempo universale coordinato" (TUC) (in inglese: "Universal Time Coordinated" (abbreviazione: UTC)) è lo standard scientifico internazionale per l'indicazione dell'ora. Esso si basa su orologi atomici (al cesio) mantenuti con cura e aventi una precisione al microsecondo. I secondi in più vengono aggiunti o sottratti come necessario per mantenere il tempo universale coordinato in sincronia con la rotazione della Terra.

## Avvertenze sull'illuminazione

- Il pannello elettroluminescente che fornisce l'illuminazione perde il suo potere dopo l'uso per un periodo molto lungo.
- L'illuminazione può essere difficile da vedere sotto la luce solare diretta.
- L'orologio potrebbe emettere un suono udibile ogni volta che il display è illuminato. Questo è dovuto alla vibrazione del pannello elettroluminescente utilizzato per l'illuminazione, e non è indice di problemi di funzionamento.
- L'illuminazione si spegne automaticamente ogni volta che viene eseguita un'operazione di avviso (segnale acustico o vibrazioni).
- Un uso frequente dell'illuminazione abbrevia la durata della pila.

## Avvertenze sull'illuminazione automatica

- Evitare di portare l'orologio sulla parte interna del polso. Ciò potrebbe causare un'attivazione dell'illuminazione automatica quando non è necessario, con una conseguente riduzione della durata della pila. Se si desidera portare l'orologio sulla parte interna del polso, disattivare la funzione di illuminazione automatica.



- L'illuminazione può non accendersi se il quadrante dell'orologio è fuori parallelo per più di 15 gradi in alto o in basso. Accertarsi che il dorso della mano sia parallelo al suolo.
- L'illuminazione si spegne dopo un secondo circa, anche se si tiene l'orologio orientato verso il proprio viso.
- L'elettricità statica o l'intensità del campo magnetico possono interferire con il corretto funzionamento della funzione di illuminazione automatica. Se l'illuminazione non si accende, provare a spostare l'orologio nella posizione iniziale (parallela al suolo) e quindi inclinarlo nuovamente verso di sé. Se ciò non ha alcun effetto, abbassare completamente il braccio in modo che penda di fianco, e quindi riportarlo su nuovamente.
- In determinate condizioni, l'illuminazione può non accendersi fino a un secondo circa dopo che si è rivolto il quadrante dell'orologio verso di sé. Questo non è necessariamente indice di problemi di funzionamento della funzione di illuminazione automatica.
- Potrebbe essere udibile un leggerissimo ticchettio proveniente dall'orologio quando si scuote l'orologio avanti e indietro. Questo rumore è causato dall'operazione meccanica dell'illuminazione automatica, e non è indice di problemi all'orologio.

## City Code Table

City Code	City	UTC Differential	Other major cities in same time zone
PPG	Pago Pago	-11.0	
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
YVR	Vancouver	-08.0	Las Vegas, Seattle/Tacoma, Dawson City
SFO	San Francisco		
LAX	Los Angeles		
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton
MEX	Mexico City	-06.0	Winnipeg, Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans
CHI	Chicago		
MIA	Miami	-05.0	Montreal, Detroit, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
NYC	New York		
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
YYT	St. Johns	-03.5	
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
RAI	Praia	-01.0	
LIS	Lisbon	+00.0	Dublin, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London		
BCN	Barcelona	+01.0	Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm, Madrid
PAR	Paris		
MIL	Milan		
ROM	Rome		
BER	Berlin		
ATH	Athens	+02.0	Helsinki, Beirut, Damascus, Cape Town
JNB	Johannesburg		
IST	Istanbul		
CAI	Cairo		
JRS	Jerusalem		
MOW	Moscow	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi
JED	Jeddah		
THR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	
MLE	Male		
DEL	Delhi	+05.5	Mumbai, Kolkata
DAC	Dhaka	+06.0	Columbo
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
SIN	Singapore	+08.0	Kuala Lumpur, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
HKG	Hong Kong		
BJP	Beijing		
SEL	Seoul	+09.0	Pyongyang
TYO	Tokyo		
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
GUM	Guam	+10.0	Melbourne, Rabaul
SYD	Sydney		
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

\*Based on data as of June 2005.