

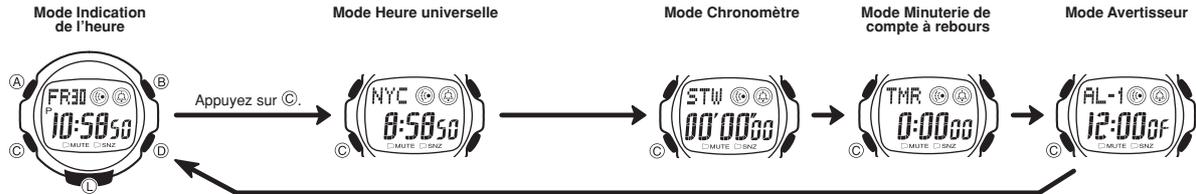
## À propos de ce manuel



- Tous les affichages dans ce manuel sont en noir sur fond blanc.
- Les lettres indiquées sur l'illustration ci-contre indiquent les boutons utilisés pour les diverses opérations.
- Chaque section de ce mode d'emploi fournit les informations nécessaires sur les fonctions disponibles dans chaque mode. Vous trouverez plus de détails et des informations d'ordre technique dans la partie intitulée "Référence".

## Guide général

- Appuyez sur **C** pour changer de mode.
- Dans n'importe quel mode, appuyez sur **L** pour éclairer l'afficheur.



## Indication de l'heure

Jour de la semaine

Jour



Indicateur d'après-midi

Heures : Minutes Secondes

Utilisez le mode Indication de l'heure pour régler et voir l'heure et la date actuelles.

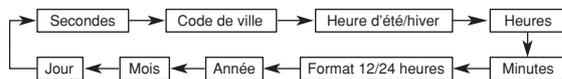
### Veillez lire ce qui suit avant de régler l'heure et la date !

- Les heures indiquées dans les modes Indication de l'heure et Heure universelle sont reliées. C'est pourquoi vous devez sélectionner un code de ville pour votre ville de résidence (la ville où vous utilisez normalement la montre) avant de régler l'heure et la date.
- Pour savoir quel code de ville de résidence est actuellement sélectionné, appuyez sur **A** en mode Indication de l'heure.
- Pour le détail sur les codes de villes, voir "City Code Table" (Liste des codes de villes).

### Pour régler l'heure et la date



1. En mode Indication de l'heure, appuyez sur **A** jusqu'à ce que les secondes se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
2. Appuyez sur **C** pour faire clignoter et sélectionner un autre réglage dans l'ordre suivant.



3. Lorsque le réglage que vous voulez changer clignote, utilisez **D** et **B** pour le changer de la façon suivante.

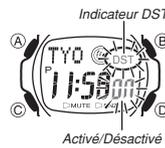
Écran	Pour faire ceci :	Il faut :
50	Remettre les secondes à 00	Appuyer sur <b>D</b> .
TYO	Changer le code de ville	Utiliser <b>D</b> (est) et <b>B</b> (ouest).
DST 0F	Passer à l'heure d'été (0F) ou à l'heure d'hiver (0F)	Appuyer sur <b>D</b> .
10:50	Changer les heures ou les minutes	Utiliser <b>D</b> (+) et <b>B</b> (-).
12 H	Sélectionner le format de 12 heures (12 H) ou de 24 heures (24 H)	Appuyer sur <b>D</b> .
500 20 06	Changer l'année, le mois ou le jour	Utiliser <b>D</b> (+) et <b>B</b> (-).

- Voir "Heure d'été (DST)" pour le détail sur le passage à l'heure d'été.
- 4. Appuyez sur **A** pour sortir de l'écran de réglage.
- Si vous remettez les secondes à 00 lorsqu'elles sont entre 30 et 59, les minutes augmenteront d'une unité. Si vous les remettez à 00 entre 00 et 29, les minutes ne changeront pas.
- Dans le format de 12 heures, l'indicateur **P** (après-midi) apparaît sur l'afficheur pour les heures comprises entre midi et 11:59 du soir mais aucun indicateur n'apparaît pour les heures comprises entre minuit et 11:59 du matin.
- Dans le format de 24 heures, les heures sont indiquées de 0:00 à 23:59, sans indicateur.
- Le format 12 heures/24 heures sélectionné en mode Indication de l'heure s'applique à tous les modes.
- L'année peut être réglée de 2000 à 2099.
- Le calendrier automatique de la montre tient compte des différentes longueurs des mois et des années bissextiles. Lorsque vous avez réglé la date, vous n'avez en principe plus besoin de la changer, sauf après le remplacement de la pile.
- Le jour de la semaine est automatiquement indiqué en fonction de la date (année, mois et jour) spécifiée.

### Heure d'été (DST)

L'heure d'été (DST) est en avance d'une heure par rapport à l'heure d'hiver. Souvenez-vous que l'heure d'été n'est pas utilisée dans l'ensemble des pays et des régions.

### Pour mettre l'heure du mode Indication de l'heure à l'heure d'été ou à l'heure d'hiver



Indicateur DST

Activé/Désactivé

1. En mode Indication de l'heure, appuyez sur **A** jusqu'à ce que les secondes se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
  2. Appuyez deux fois sur **C** pour afficher l'écran de passage à l'heure d'été/heure d'hiver.
  3. Appuyez sur **D** pour passer à l'heure d'été (0F) ou à l'heure d'hiver (0F).
  4. Appuyez sur **A** pour sortir de l'écran de réglage.
- L'indicateur **DST** apparaît sur les écrans des modes Indication de l'heure et Avertisseur pour indiquer que la montre est à l'heure d'été.

## Heure universelle

Code de ville



Heure actuelle dans le fuseau correspondant au code de ville sélectionné

Le mode Heure universelle indique l'heure actuelle dans 48 villes (29 fuseaux horaires) du globe.

- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent en mode Heure universelle, auquel vous accédez en appuyant sur **C**.

### Pour voir l'heure d'une autre ville

En mode Heure universelle, appuyez sur **D** pour faire défiler les codes de villes vers l'est ou sur **B** pour les faire défiler vers l'ouest.

- Pour le détail sur les codes de villes, voir "City Code Table" (Liste des codes de villes).
- Si l'heure indiquée pour une ville est inexacte, vérifiez l'heure dans le mode Indication de l'heure et le code de ville de résidence spécifié et changez-les si nécessaire.

### Pour mettre l'heure d'un code de ville à l'heure d'été ou à l'heure d'hiver

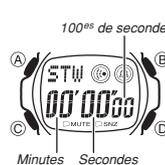


Indicateur DST

Activé/Désactivé

1. En mode Heure universelle, utilisez **D** et **B** pour afficher le code de ville (fuseau horaire) que vous voulez mettre à l'heure d'été ou à l'heure d'hiver.
  2. Appuyez environ une seconde sur **A** pour sélectionner l'heure d'été (indicateur **DST** affiché) ou l'heure d'hiver (indicateur **DST** non affiché).
- L'indicateur **DST** apparaît lorsque vous affichez un code de ville réglé sur l'heure d'été.
  - Notez que le réglage d'heure d'été/heure d'hiver n'affecte que le code de ville actuellement affiché. Les autres codes de villes ne sont pas affectés par ce réglage.
  - En mode Heure universelle, vous pouvez mettre aussi le code de ville sélectionné en mode Indication de l'heure à l'heure d'été ou à l'heure d'hiver. Le réglage sélectionné en mode Heure universelle est également valide en mode Indication de l'heure.

## Chronomètre



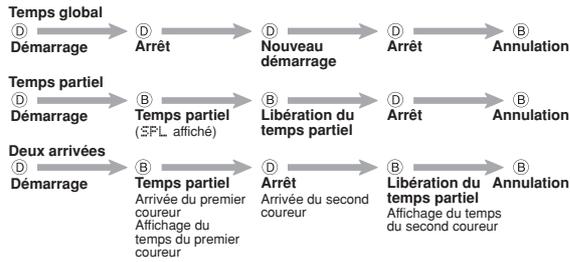
100<sup>es</sup> de seconde

Minutes Secondes

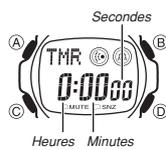
Le chronomètre permet de mesurer des temps globaux, des temps partiels et deux arrivées.

- La plage d'affichage du chronomètre est de 59 minutes et 59,99 secondes.
- Lorsque la limite de chronométrage est atteinte, le chronomètre revient à zéro et le chronométrage se poursuit à moins que vous ne l'arrêtiez.
- Le chronométrage se poursuit même si vous sortez du mode Chronomètre.
- Si vous sortez du mode Chronomètre pendant l'affichage d'un temps partiel, celui-ci laisse place à l'indication du temps global.
- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent en mode Chronomètre, auquel vous accédez en appuyant sur **C**.

## Pour chronométrer des temps



## Minuterie de compte à rebours



La minuterie de compte à rebours peut être réglée d'une minute à 24 heures. La montre bipie lorsque le compte à rebours est terminé.

- Le compte à rebours continue même si vous sortez du mode Minuterie de compte à rebours.
- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent en mode Minuterie de compte à rebours, auquel vous accédez en appuyant sur ③.

### Pour utiliser la minuterie de compte à rebours

En mode Minuterie de compte à rebours, appuyez sur ① pour mettre la minuterie en marche.

- Lorsque le compte à rebours est terminé, la montre bipie pendant 10 secondes, à moins que vous ne l'arrêtez en appuyant sur un bouton. La montre revient automatiquement au temps initial du compte à rebours lorsqu'elle cesse de bipier.

- Appuyez sur ① pendant un compte à rebours pour l'interrompre. Pour continuer appuyez une nouvelle fois sur ①.
- Pour arrêter complètement un compte à rebours, appuyez d'abord sur ① pour l'interrompre, puis appuyez sur ②. La montre revient au temps initial du compte à rebours.

### Pour régler le temps initial du compte à rebours



- En mode Minuterie de compte à rebours, appuyez sur ① jusqu'à ce que les heures du temps du compte à rebours se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
- Appuyez sur ③ pour faire clignoter les heures ou les minutes.
- Lorsqu'un réglage clignote, utilisez ④ (+) et ⑤ (-) pour le changer.
  - Pour spécifier 24 heures comme temps initial du compte à rebours, réglez 0:00.
- Appuyez sur ① pour sortir de l'écran de réglage.

## Avertisseurs



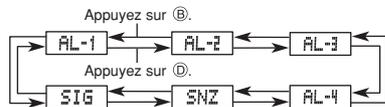
Vous pouvez régler cinq avertisseurs indépendants. Lorsqu'un avertisseur est activé, la montre bipie à l'heure spécifiée pour cet avertisseur. Un des avertisseurs est de type snooze et les autres sont des avertisseurs uniques. Vous pouvez aussi activer un signal horaire qui marquera chaque heure de deux bips.

- Il y a six écrans en mode Avertisseur. Quatre sont pour les avertisseurs uniques (indiqués par les numéros AL-1 à AL-4), un pour l'avertisseur snooze (indiqué par SNZ) et le dernier pour le signal horaire (indiqué par SIG).
- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent en mode Avertisseur, auquel vous accédez en appuyant sur ③.

### Pour régler l'heure d'un avertisseur



- En mode Avertisseur, utilisez ④ et ⑤ pour faire défiler les écrans d'avertisseur jusqu'à ce que celui que vous voulez régler apparaisse.



- Pour régler un avertisseur unique, affichez un des écrans indiqués par un numéro d'avertisseur AL-1 à AL-4. Pour régler l'avertisseur snooze, affichez l'écran indiqué par SNZ.
  - L'avertisseur snooze se répète toutes les cinq minutes.
- Après avoir sélectionné un avertisseur, appuyez sur ① jusqu'à ce que le réglage de l'heure de l'avertisseur se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
    - L'avertisseur est automatiquement activé à ce moment.
  - Appuyez sur ③ pour faire clignoter les heures ou les minutes.
  - Lorsqu'un réglage clignote, utilisez ④ (+) et ⑤ (-) pour le changer.
  - Lorsque vous réglez l'heure de l'avertisseur dans le format de 12 heures, veillez à bien vérifier si elle est réglée pour le matin ou l'après-midi (indicateur P).
  - Appuyez sur ① pour sortir de l'écran de réglage.

## Fonctionnement des avertisseurs

L'avertisseur retentit à l'heure préréglée pendant 10 secondes, quel que soit le mode dans lequel se trouve la montre. Dans le cas de l'avertisseur snooze, l'avertisseur retentit sept fois au maximum à cinq minutes d'intervalle, à moins que vous ne l'arrêtiez avant.

- Pour arrêter l'avertisseur il suffit d'appuyer sur un bouton.
- Si vous effectuez une des opérations suivantes pendant l'intervalle de 5 minutes entre deux déclenchements de l'avertisseur snooze, l'avertisseur snooze se désactivera.
  - Affichage de l'écran de réglage du mode Indication de l'heure
  - Affichage de l'écran de réglage de l'avertisseur SNZ

### Pour tester l'avertisseur

En mode Avertisseur, appuyez un moment sur ① pour faire retentir l'avertisseur.

### Pour activer ou désactiver un avertisseur

- En mode Avertisseur, utilisez ④ et ⑤ pour sélectionner un avertisseur.
- Appuyez sur ① pour l'activer (Ⓜ affiché) ou le désactiver (Ⓜ̄ affiché).
- L'indicateur d'avertisseur apparaît sur l'écran du mode Avertisseur lorsqu'un avertisseur unique (AL-1 à AL-4) est activé.
- L'indicateur d'avertisseur et l'indicateur d'avertisseur snooze apparaissent sur l'écran du mode Avertisseur lorsque l'avertisseur snooze (SNZ) est activé.
- Dans tous les modes, l'indicateur d'avertisseur apparaît quand un avertisseur est activé.
- L'indicateur d'avertisseur clignote lorsque qu'un avertisseur retentit.

- L'indicateur d'avertisseur snooze clignote pendant les intervalles de 5 minutes entre deux déclenchements de l'avertisseur.

### Pour activer ou désactiver le signal horaire

- En mode Avertisseur, utilisez ④ et ⑤ pour sélectionner le signal horaire (SIG).
- Appuyez sur ① pour activer (Ⓜ̄ affiché) ou désactiver (Ⓜ̄̄ affiché) le signal horaire.
- L'indicateur de signal horaire apparaît dans tous les modes lorsque le signal horaire est activé.

## Éclairage



Deux DEL (diodes électroluminescentes) éclairent l'afficheur pour qu'il soit mieux visible dans l'obscurité.

### Précautions concernant l'éclairage

- L'éclairage peut être à peine visible lorsque vous regardez la montre en plein soleil.
- L'éclairage s'éteint automatiquement lorsqu'un avertisseur retentit.
- L'emploi fréquent de l'éclairage peut réduire l'autonomie de la pile.

### Pour éclairer l'afficheur

- Dans n'importe quel mode, appuyez sur ① pour éclairer l'afficheur.
- Procédez de la façon suivante pour spécifier 1,5 seconde ou 3 secondes comme durée d'éclairage. Lorsque vous appuyez sur ①, l'affichage reste environ 1,5 seconde ou 3 secondes éclairé selon la durée spécifiée.

### Pour spécifier la durée de l'éclairage



- En mode Indication de l'heure, appuyez sur ① jusqu'à ce que les secondes se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
- Lorsque les secondes clignotent, appuyez sur ② pour spécifier 1,5 seconde (×) ou 3 secondes (Ⓜ) comme durée d'éclairage.
- Appuyez sur ① pour sortir de l'écran de réglage.

## Référence

Vous trouverez ici des informations détaillées et techniques sur le fonctionnement de la montre, ainsi que des précautions et remarques importantes au sujet des caractéristiques et fonctions de la montre.

## Bip des boutons



Chaque fois que vous appuyez sur un bouton, la montre bipie. Ce bip peut être désactivé, si nécessaire.

- L'avertisseur, le signal horaire et l'avertisseur du mode Minuterie de compte à rebours fonctionnent normalement même si le bip des boutons est désactivé.

### Pour activer ou désactiver le bip des boutons

Dans n'importe quel mode (sauf lorsqu'un écran de réglage est affiché), appuyez un moment sur ③ pour activer (indicateur d'arrêt de bip non affiché) ou désactiver (indicateur d'arrêt de bip affiché) le bip des boutons.

- Lorsque vous appuyez sur ③ pour activer ou désactiver le bip des boutons, le mode actuel de la montre change.
- Lorsque le bip des boutons est désactivé, l'indicateur d'arrêt de bip apparaît dans tous les modes.

## Fonctions de retour automatique

- Si vous laissez la montre en mode Avertisseur pendant deux ou trois minutes sans effectuer aucune opération, elle revient automatiquement au mode Indication de l'heure.
- Si vous laissez la montre avec des chiffres clignotants pendant deux ou trois minutes sans effectuer aucune opération, elle sort automatiquement de l'écran de réglage tout en sauvegardant les réglages effectués jusqu'à présent.

## Défilement

Les boutons **Ⓢ** et **Ⓣ** servent dans divers modes et sur divers écrans de réglage à faire défiler les données. Dans la plupart des cas, une pression continue sur ces boutons permet de faire défiler les données plus rapidement.

## Écrans initiaux

Lorsque vous accédez au mode Heure universelle ou Avertisseur, les données consultées en dernier, apparaissent en premier.

## Heure universelle

- Les secondes de l'heure universelle se synchronisent sur les secondes du mode Indication de l'heure.
- Toutes les heures du mode Heure universelle sont calculées à partir de l'heure du mode Indication de l'heure et des décalages horaires UTC.
- Le décalage UTC est la différence d'heures entre le fuseau horaire d'un lieu et l'heure de référence de Greenwich, en Angleterre.
- Les lettres "UTC" sont l'abréviation de "Universal Time Coordinated" (Heure universelle). L'heure UTC est le standard scientifique universellement utilisé pour l'indication de l'heure. Cette heure est indiquée par une horloge atomique (au césium) qui a une précision d'une microseconde. Des secondes sont ajoutées ou soustraites, si nécessaire, pour que l'heure UTC reste synchronisée sur la rotation de la terre.

## 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	Colombo
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		
BJS	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.