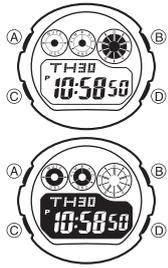


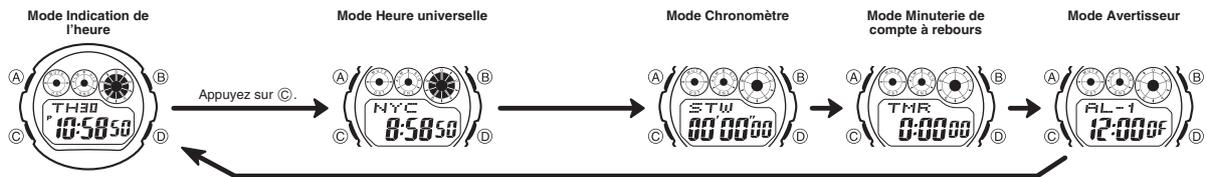
A propos de ce mode d'emploi



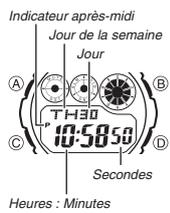
- Selon le modèle de votre montre, le texte apparaît soit en caractères sombres sur fond clair soit en caractères clairs sur fond sombre. Tous les exemples d'affichage dans ce manuel utilisent des caractères sombres sur fond clair.
- Les lettres sur l'illustration ci-contre désignent les boutons utilisés pour les diverses opérations.
- Chaque section de ce mode d'emploi fournit les informations nécessaires sur les opérations pouvant être effectuées dans chaque mode. Pour le détail et les informations techniques, reportez-vous à "Référence".

Guide général

- Appuyez sur **C** pour changer de mode.
- Dans n'importe quel mode (sauf lorsqu'un écran de réglage est affiché) appuyez sur **B** pour éclairer l'afficheur.



Indication de l'heure



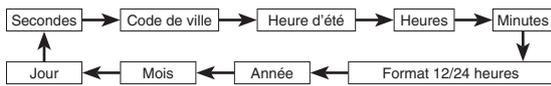
Utilisez le mode Indication de l'heure pour régler et voir l'heure et la date.

Lire ceci avant de régler l'heure et la date !

- Les heures des modes Indication de l'heure et Heure universelle sont reliées. C'est pourquoi il faut 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 voir le réglage actuel du code de ville de résidence, appuyez sur **A** en mode Indication de l'heure.
- Pour le détail sur les codes de ville, voir "City Code Table" (Tableau des codes de ville).

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 changer la position du clignotement et sélectionner d'autres réglages de la façon suivante.



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

Ecran	Pour:	Il faut:
58	Remettre les secondes à 00	Appuyer sur D .
T Y O	Changer le code de ville	Utiliser D (est) et B (ouest).
BF	Sélectionner l'heure d'été (BF) ou l'heure d'hiver (BF)	Appuyer sur D .
10:58	Changer les heures ou les minutes	Utiliser D (+) et B (-).
12 H	Sélectionner le format de 12 heures (12 H) ou de 24 heures (24 H)	Appuyer sur D .
5, 20 11	Changer l'année, le mois ou le jour	Utiliser D (+) et B (-).

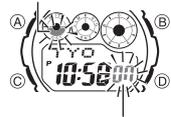
- Voir "Heure d'été (DST)" pour le détail sur l'heure d'été.
- 4. Appuyez sur **A** pour sortir de l'écran de réglage.
- Si vous remettez les secondes à 00 et 59 secondes, les minutes augmentent d'une unité. Si vous les remettez à 00 et 29 secondes, les minutes ne changent pas.
- Dans le format de 12 heures, l'indicateur **P** (après-midi) apparaît à la gauche des chiffres des heures pour les heures entre midi et 11:59 du soir et aucun indicateur n'apparaît pour les heures entre minuit et 11:59 du matin.
- Avec le format de 24 heures, les heures sont indiquées de 0:00 à 23:59, sans aucun indicateur.
- Le format de 12 ou 24 heures sélectionné dans le mode Indication de l'heure est valide dans tous les modes.
- L'année peut être réglée de 2000 à 2099.
- Le calendrier entièrement automatique de la montre tient compte des différences longues des mois et des années bissextiles. Une fois que la date a été réglée, il n'y a en principe aucune raison de la changer sauf après le remplacement de la pile de la montre.
- Le jour de la semaine est automatiquement indiqué en fonction de la date (année, mois et jour).

Heure d'été (DST)

Lorsque l'heure d'été est sélectionnée, l'heure d'hiver avance automatiquement d'une heure. Notez que l'heure d'été n'est pas utilisée dans l'ensemble des pays ou régions.

Pour sélectionner l'heure d'été ou l'heure d'hiver dans le mode Indication de l'heure

Indicateur DST



Etat 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 réglage de l'heure d'été.
 3. Appuyez sur **D** pour sélectionner l'heure d'été (BF) ou l'heure d'hiver (BF).
 4. Appuyez sur **A** pour sortir de l'écran de réglage.
- L'indicateur DST apparaît dans les modes Indication de l'heure et Avertisseur pour indiquer que l'heure d'été est activée.

Heure universelle



Code de ville
Heure actuelle dans le fuseau du code de ville sélectionné

L'heure universelle indique l'heure dans 48 villes (29 fuseaux horaires) dans le monde.

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

Pour voir l'heure d'un autre code de ville

En mode Heure universelle, appuyez sur **D** (est) pour faire défiler les codes de villes disponibles. Si vous maintenez ce bouton enfoncé, les codes défileront plus rapidement.

- Pour de plus amples informations sur les codes de ville, voir "City Code Table" (Tableau des codes de ville).

- Si l'heure indiquée pour une ville est fautive, vérifiez l'heure du mode Indication de l'heure et les réglages du code de ville de résidence, et changez-les si nécessaire.

Pour sélectionner l'heure d'été ou l'heure d'hiver pour un code de ville

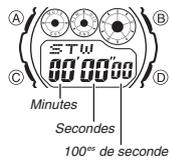
Indicateur DST



1. En mode Heure universelle, utilisez **D** pour afficher le code de ville (fuseau horaire) dont vous voulez changer le réglage d'heure d'hiver/heure d'été.
 2. Appuyez une seconde environ 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 pour lequel l'heure d'été a été sélectionnée.
 - Notez que le réglage d'heure d'été/hiver n'affecte que le code de ville actuellement affiché. Les autres codes de ville ne sont pas affectés par ce réglage.

- En mode Heure universelle, vous pouvez sélectionner l'heure d'été ou l'heure d'hiver pour le code de ville de résidence sélectionné en mode Indication de l'heure. Le réglage sélectionné en mode Heure universelle est également valide pour le mode Indication de l'heure.

Chronomètre



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

- La plage d'affichage du chronomètre est 59 minutes, 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'arrêtez.
- 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 s'efface et le chronométrage réapparaît.

Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent dans le mode Chronomètre, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Pour chronométrer des temps

Temps écoulé



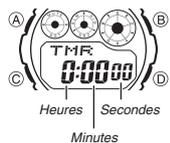
Temps partiel



Deux arrivées



Minuterie de compte à rebours



La minuterie de compte à rebours peut être réglée de 1 minute à 24 heures. Un avertisseur retentit lorsque le compte à rebours atteint zéro.

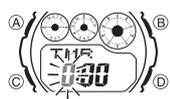
- Le compte à rebours continue même si vous sortez du mode Minuterie de compte à rebours.
- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent dans le mode Minuterie de compte à rebours, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Pour utiliser la minuterie de compte à rebours

Appuyez sur (D) en mode Minuterie de compte à rebours pour activer la minuterie.

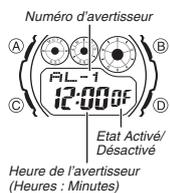
- Lorsque le temps est écoulé, la montre bip pendant 10 secondes à moins que vous ne l'arrêtez en appuyant sur un bouton. Le temps du compte à rebours revient automatiquement à sa valeur initiale lorsque les bips s'arrêtent.
- Appuyez sur (D) pendant un compte à rebours pour l'arrêter. Appuyez une nouvelle fois sur (D) pour continuer le compte à rebours.
- Pour arrêter complètement un compte à rebours, appuyez d'abord sur (D) (pour l'interrompre) puis sur (A). Le compte à rebours revient à sa valeur initiale.

Pour régler la minuterie de compte à rebours



- En mode Minuterie de compte à rebours, appuyez sur (A) jusqu'à ce que le réglage des heures du compte à rebours se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
- Appuyez sur (C) pour faire clignoter les heures ou les minutes.
- Lorsqu'un réglage clignote, utilisez (D) (+) ou (B) (-) pour le changer.
 - Pour un compte à rebours de 24 heures, réglez 00:00.
- Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.

Avertisseurs



Vous pouvez pré-régler cinq avertisseurs indépendants. Lorsqu'un avertisseur est activé, la montre bip à l'heure pré-réglée. Un des avertisseurs peut fonctionner comme avertisseur snooze, tandis que les quatre autres sont des avertisseurs uniques.

Vous pouvez aussi activer le signal horaire pour que la montre émette deux bips chaque heure.

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

Pour régler l'heure d'un avertisseur



- En mode Avertisseur, utilisez (D) 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 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 (A) jusqu'à ce que le réglage des heures de l'heure de l'avertisseur se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
 - A ce moment l'avertisseur est automatiquement activé.
- Appuyez sur (C) pour faire clignoter les heures ou les minutes.
- Lorsqu'un réglage clignote, utilisez (D) (+) et (B) (-) pour le changer.
 - Si vous réglez l'heure de l'avertisseur dans le format de 12 heures, réglez l'heure correctement sur le matin (pas d'indicateur) ou l'après-midi (indicateur P).
- Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.

Fonctionnement des avertisseurs

L'avertisseur retentit à l'heure pré-réglée pendant 10 secondes environ 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'intervalles à moins que vous ne l'arrêtez.

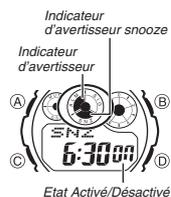
- Pour arrêter l'avertisseur lorsqu'il retentit, appuyez sur un bouton.
- Si vous effectuez une des opérations suivantes dans les intervalles de cinq minutes qui séparent les bips de l'avertisseur snooze, l'avertisseur s'arrête.
 - Affichage de l'écran de réglage du mode Indication de l'heure
 - Affichage de l'écran de réglage de l'avertisseur snooze

Pour tester l'avertisseur

En mode Avertisseur, appuyez un moment sur (D) pour faire retentir l'avertisseur.

Pour activer et désactiver un avertisseur

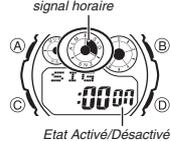
- En mode Avertisseur, utilisez (D) pour sélectionner un avertisseur.
- Appuyez sur (A) pour activer (SIG affiché) ou désactiver (BF affiché) l'avertisseur.
 - Lorsque vous activez un avertisseur unique (AL-1 à AL-4) l'indicateur d'avertisseur apparaît sur l'écran de mode Avertisseur.
 - Lorsque l'avertisseur snooze (SNZ) est activé, l'indicateur d'avertisseur et l'indicateur de snooze apparaissent sur l'écran d'avertisseur snooze du mode Avertisseur.
 - L'indicateur d'avertisseur apparaît dans tous les modes lorsqu'un avertisseur est activé.
 - L'indicateur d'avertisseur clignote lorsque l'avertisseur retentit.
 - L'avertisseur snooze clignote pendant les intervalles de 5 minutes entre les bips.



Etat Actif/Désactivé

Pour activer ou désactiver le signal horaire

- En mode Avertisseur, utilisez (D) pour sélectionner le signal horaire (SIG affiché).
- Appuyez sur (A) pour activer (SIG affiché) ou désactiver (BF affiché) le réglage.
 - Lorsque le signal horaire est activé, l'indicateur de signal horaire apparaît dans tous les modes.



Etat Actif/Désactivé

Eclairage



La montre a un panneau EL (électroluminescent) qui éclaire tout l'afficheur pour qu'il soit mieux visible dans l'obscurité.

Précautions concernant l'éclairage

- Le panneau électroluminescent qui fournit l'éclairage ne perd de son intensité qu'après une longue période d'utilisation.
- L'éclairage de l'afficheur peut être à peine visible en plein soleil.

- La montre émet un son audible lorsque l'afficheur est éclairé. Ce son provient du panneau EL utilisé pour l'éclairage, il ne s'agit pas d'un mauvais fonctionnement de la montre.
- L'éclairage s'éteint automatiquement lorsqu'un avertisseur retentit.
- L'emploi fréquent de l'éclairage réduit l'autonomie de la pile.

Pour éclairer l'afficheur

Dans n'importe quel mode (sauf lorsqu'un écran de réglage est affiché) appuyez sur (B) pour éclairer l'afficheur.

- Vous pouvez aussi procéder de la façon suivante pour sélectionner 1,5 seconde ou 3 secondes comme durée d'éclairage. Lorsque vous appuyez sur (B), l'afficheur reste éclairé pendant 1,5 seconde ou 3 secondes, selon la durée d'éclairage spécifiée.

Pour spécifier la durée de l'éclairage



- 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.
- Lorsque les secondes clignotent, appuyez sur (B) pour sélectionner 1,5 seconde (+) ou 3 secondes (*).
- Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.

Référence

Cette partie contient des détails et des informations techniques sur le fonctionnement de la montre. Elle contient aussi des précautions et des remarques importantes concernant diverses fonctions et caractéristiques de la montre.

Bip d'activation des boutons



La montre bip chaque fois que vous appuyez sur un de ses boutons. Vous pouvez activer ou désactiver ce bip.

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

Pour activer et désactiver le bip d'activation des boutons

Dans n'importe quel mode (sauf lorsqu'un écran de réglage est affiché), appuyez un instant sur **C** pour activer le bip (Indicateur MUTE non affiché) ou le désactiver (Indicateur MUTE affiché).

- Le bouton **C** utilisé pour activer ou désactiver le bip, sert aussi à changer le mode actuel de la montre.
- L'indicateur MUTE apparaît dans tous les modes lorsque le bip d'activation des boutons est désactivé.

Fonctions de retour automatique

- Si vous laissez la montre deux ou trois minutes dans le mode Avertisseur sans effectuer aucune opération, elle revient automatiquement au mode Indication de l'heure.
- Si vous laissez un écran avec des chiffres ou un curseur clignotants pendant deux ou trois minutes sans effectuer aucune opération, les réglages effectués jusqu'à présent sont sauvegardés et l'écran de réglage s'éteint.

Défilement

Les boutons **B** et **D** servent à faire défiler les données sur les différents écrans de modes et de réglages. Dans la plupart des cas, il suffit de maintenir ces boutons enfoncés pour faire défiler plus rapidement les données.

Ecrans initiaux

Lorsque vous accédez au mode Heure universelle ou Avertisseur, les données affichées au moment où vous êtes sorti de ce mode réapparaissent en premier.

Heure universelle

- Les secondes du l'heure universelle se synchronisent sur les secondes du mode Indication de l'heure.
- Toutes les heures du mode Heure universelle sont calculées d'après l'heure de la ville de résidence spécifiée en mode Indication de l'heure et les décalages horaires UTC.
- Le décalage horaire UTC est la différence d'heures entre le point de référence, Greenwich, en Angleterre, et l'heure du fuseau horaire où se trouve votre ville.
- Les lettres "UTC" signifient "Coordinated Universal Time" (Temps universel), c'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 exacte selon la rotation de la terre.

Fiche technique

Précision à température normale: ±30 secondes par mois

Indication de l'heure: Heures, minutes, secondes, matin/après-midi (P), jour, jour de la semaine

Format horaire: Formats de 12 et de 24 heures

Système de calendrier: Calendrier automatique préprogrammé de l'année 2000 à l'année 2099

Divers: Code de ville de résidence (48 codes au choix); Heure d'été/Heure d'hiver

Heure universelle: 48 villes (29 fuseaux horaires)

Divers: Heure d'été/Heure d'hiver

Chronomètre

Unité de mesure: 100^e de seconde

Capacité de mesure: 59' 59,99"

Modes de mesure: Temps écoulé, temps partiels, deux arrivées

Minuterie de compte à rebours

Unité de mesure: 1 seconde

Plage de saisie: 1 minute à 24 heures (incrément de 1 minute et incréments d'une heure)

Avertisseurs: 5 avertisseurs quotidiens (4 avertisseurs uniques : 1 avertisseur snooze) ; Signal horaire

Éclairage: Rétroéclairage EL (panneau électroluminescent) ; Durée de l'éclairage sélectionnable

Autre: Activation/Désactivation du bip des boutons

Pile: Une pile au lithium (Type: CR1616)

Environ 3 ans d'autonomie avec une CR1616 (à raison de 10 secondes de fonctionnement d'un avertisseur par jour et d'un éclairage de 1,5 secondes par jour)

City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential	City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11	THR	Tehran	+3.5
HNL	Honolulu	-10	DXB	Dubai	+4
ANC	Anchorage	-9	KBL	Kabul	+4.5
YVR	Vancouver		KHI	Karachi	+5
SFO	San Francisco	-8	MLE	Male	+5.5
LAX	Los Angeles		DEL	Delhi	+5.5
DEN	Denver	-7	DAC	Dhaka	+6
MEX	Mexico City		RGN	Yangon	+6.5
CHI	Chicago	-6	BKK	Bangkok	+7
MIA	Miami	-5	SIN	Singapore	
NYC	New York	-5	HKG	Hong Kong	+8
CCS*	Caracas	-4	BJS	Beijing	
YYT	St. Johns	-3.5	SEL	Seoul	+9
RIO	Rio De Janeiro	-3	TYO	Tokyo	
RAI	Praia	-1	ADL	Adelaide	+9.5
LIS	Lisbon		GUM	Guam	+10
LON	London	0	SYD	Sydney	
BCN	Barcelona		NOU	Noumea	+11
PAR	Paris		WLG	Wellington	+12
MIL	Milan	+1			
ROM	Rome				
BER	Berlin				
ATH	Athens				
JNB	Johannesburg				
IST	Istanbul	+2			
CAI	Cairo				
JRS	Jerusalem				
MOW	Moscow	+3			
JED	Jeddah				

• Based on data as of December 2009.

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

* In December 2007, Venezuela changed its offset from -4 to -4.5. Note, however, that this watch displays an offset of -4 (the old offset) for the CCS (Caracas, Venezuela) city code.