

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

P

P-1

## 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 .....	P-6
Para cronometrar tempos .....	P-10
Para configurar os dados básicos .....	P-16
Para ativar e desativar o sinal do marca-passo .....	P-18
Para chamar registros do cronômetro .....	P-20
Para apagar um diário .....	P-23
Para reposicionar a tela do total cumulativo .....	P-23
Para definir o tempo inicial da contagem regressiva .....	P-24

P-2

P-3

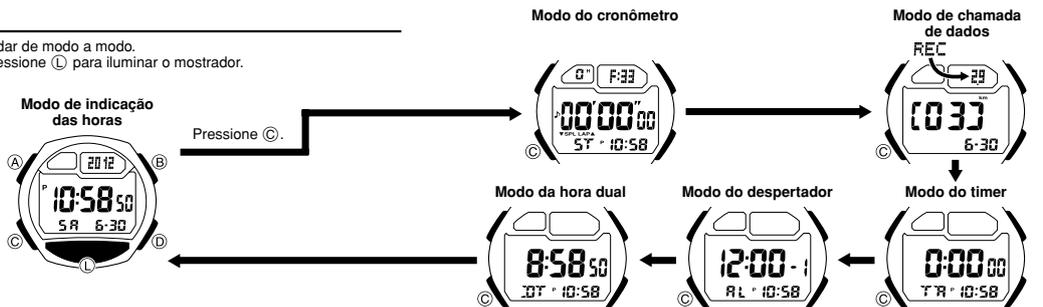
## Sumário

Guia geral .....	P-4
Indicação das horas .....	P-6
Cronômetro .....	P-8
Modo de chamada de dados .....	P-19
Timer .....	P-24
Despertadores .....	P-27
Hora dual .....	P-33
Iluminação .....	P-34
Referências .....	P-37
Especificações .....	P-45

Para usar o timer .....	P-25
Para ativar e desativar a repetição automática .....	P-26
Para definir a hora de um despertador .....	P-28
Para testar o alarme .....	P-30
Para selecionar a operação do despertador ! .....	P-30
Para ativar e desativar os despertadores de 2 e 5 .....	P-31
Para ativar e desativar o sinal de marcação das horas .....	P-32
Para definir a hora dual .....	P-33
Para acender a iluminação manualmente .....	P-34
Para ativar e desativar a função de luz automática .....	P-36

## Guia geral

- Pressione (C) para mudar de modo a modo.
- Em qualquer modo, pressione (L) para iluminar o mostrador.



P-4

P-5

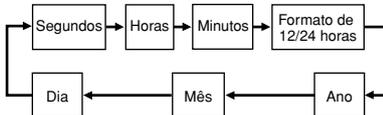
## Indicação das horas



Use o modo de indicação das horas para definir e ver a hora e data atual.

### Para definir a hora e a data

1. No modo de indicação das horas, pressione (A) até que os dígitos dos segundos comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
2. Pressione (C) para mover a intermitência na seqüência mostrada abaixo para selecionar outras definições.



P-6

P-7

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

Definição	Tela	Operação de botões
Segundos	10:58:50	Pressione (D) para reposicionar a 00.
Horas, minutos	10:58:50	Use (D) (+) e (B) (-) para alterar a definição.
Formato de 12/24 horas	12 H	Pressione (D) para alternar entre os formatos de 12 horas (12H) e 24 horas (24H).
Ano, mês, dia	20/12/6:30	Use (D) (+) e (B) (-) para alterar a definição.

4. Pressione (A) para sair da tela de definição.

- O formato de 12/24 horas selecionado no modo de indicação das horas é aplicado em todos os modos.
- O dia da semana é exibido automaticamente de acordo com as definições da data (ano, mês e dia).

## Cronômetro



O cronômetro de 1/100 de segundo pode cronometrar tempos decorridos e tempos de volta/intermediários. O cronômetro usa os dados básicos introduzidos pelo usuário e um sinal de marca-passo para calcular a distância coberta durante um jogging ou corrida. Os tempos do cronômetro e sua distância também são armazenados na memória.

- Uma cronometragem em andamento continua sendo feita mesmo que você saia do modo do cronômetro.
- Sair do modo do cronômetro enquanto um tempo de volta/intermediário está congelado no mostrador cancela o tempo de volta/intermediário e retorna o cronômetro para a cronometragem do tempo decorrido.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do cronômetro, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-5).

P-8

## Como o cronômetro funciona

Há duas maneiras que você pode usar o cronômetro: para cronometrar tempos decorridos e tempos de volta/intermediários como com um cronômetro normal (consulte a seção "Para cronometrar tempos" (página P-10)), bem como para acompanhar a distância percorrida durante um jogging ou corrida. Para usar o cronômetro para acompanhar a distância percorrida, primeiro você deve realizar os passos descritos a seguir.

1. Defina os seus dados básicos. Consulte a seção "Dados básicos" na página P-13.
2. Ative o sinal do marca-passo. Consulte a seção "Para ativar e desativar o sinal do marca-passo" (página P-18).

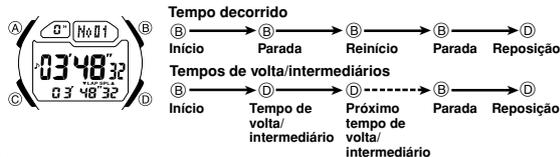
### Nota

- Para obter cálculos de distância precisos, você deve definir dados básicos precisos e manter o ritmo do seu exercício de acordo com o sinal do marca-passo emitido pelo relógio.
- Consulte a página P-42 para maiores informações sobre o tipo de dados que o relógio armazena na memória quando você usa o cronômetro.
- Use o modo de chamada de dados (página P-19) para ver os dados armazenados na memória.

P-9

- Você pode ver os dados da distância percorrida somente chamando-os no modo de chamada de dados. Eles não aparecem na tela do modo do cronômetro.

### Para cronometrar tempos

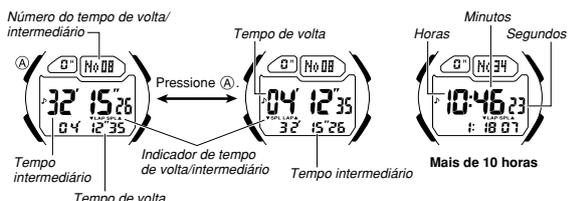


### Nota

- Pressionar (D) para realizar uma operação de tempo de volta/intermediário congela o tempo de volta/intermediário em tal ponto no mostrador durante aproximadamente oito segundos. Depois disso, o mostrador retorna para a cronometragem normal.

P-10

P-11



- O indicador de tempo de volta/intermediário usa setas para indicar a localização do tempo de volta e tempo intermediário (decorrido).

P-12

P-13

- Quando quiser mudar a unidade do comprimento da passada, primeiro você deve reposicionar a tela do total cumulativo para zero. Consulte a página P-23 para maiores informações sobre como fazer isso.
- Certifique-se de atualizar os valores dos dados básicos toda vez que uma outra pessoa usar o relógio.

### Sinal do marca-passo

- O sinal do marca-passo deste relógio emite bipes de acordo com um valor de marca-passo (ritmo) definido pelo usuário. Você pode usar o sinal do marca-passo para manter um ritmo constante durante um exercício de jogging ou corrida. Você também pode desativar o sinal do marca-passo quando não quiser usá-lo.
- O valor do marca-passo definido especifica o número de bipes por minuto.
  - Ativar o sinal do marca-passo faz que o relógio emita bipes no ritmo especificado pelo valor do marca-passo.
  - Você pode definir o valor do marca-passo na faixa de 100 a 200 bipes por minuto, em unidades de 5.
  - Você pode desativar a função do marca-passo definindo um valor de - - - . Enquanto o valor do marca-passo está definido para - - - , o relógio não calcula a distância percorrida.

P-14

- Durante uma operação de cronometragem, a parte superior do mostrador exibe o número do tempo de volta/intermediário atual e os dígitos das horas; a parte central exibe o tempo intermediário atual, e a parte inferior exibe o tempo de volta atual.
- Quando o sinal do marca-passo está ativado, ele soa para os primeiros 30 segundos depois que você começar uma operação de cronometragem. Depois disso, o sinal do marca-passo soa durante 30 segundos toda vez que você pressiona (A).
- Se o sinal do marca-passos não soar mesmo que o tenha ativado, pressione (A) para mudar as posições do tempo de volta e tempo intermediário no mostrador. Isso deve fazer que o marca-passos soe.

### Seleção do formato da tela do cronômetro

A ilustração a seguir mostra como você pode controlar a posição do tempo de volta e tempo intermediário na tela do cronômetro.

- Quando você inicia uma operação do cronômetro pressionando (B), tanto a parte central como a parte inferior do mostrador exibem os minutos, segundos e 1/100 de segundo. Quando o tempo exibido na parte inferior do mostrador passa de 60 minutos, o formato de exibição muda para exibir horas, minutos e segundos. Quando o tempo na parte central do mostrador passa de 10 horas, o formato de exibição muda para exibir horas, minutos e segundos.

### Dados básicos

O termo "dados básicos" refere-se à configuração do sinal do marca-passo, e a informação sobre o comprimento de sua passada.

### Importante!

- Não é possível mudar as definições dos dados básicos enquanto uma cronometragem está em andamento. A cronometragem deve ser parada e a tela do cronômetro deve ser reposicionada a zero antes que você possa mudar as configurações dos dados básicos.

### Comprimento da passada

Você pode especificar centímetros (cm) ou polegadas (in) como a unidade do comprimento da passada. A unidade especificada para a unidade do comprimento da passada também determina a unidade de medida usada para o valor da distância no modo do cronômetro e modo de chamada de dados, como mostrado a seguir.

Unidade do comprimento da passada	Faixa de definição	Incremento da definição	Unidade da distância
Centímetros (cm)	40 a 190 cm	5 cm	Quilômetros (km)
Polegadas (in)	16 a 76 pol.	2 pol.	Milhas (mi)

- Os seguintes exemplos ilustram como você pode calcular valores para esta definição.  
 $300 \text{ passos são requeridos para correr ao redor de uma pista de } 300 \text{ metros.}$   
 $300 \text{ (metros)} \div 239 \text{ (passos)} = 1,255 \text{ (aproximadamente } 125 \text{ cm)}$   
 $330 \text{ passos são requeridos para correr ao redor de uma pista de } 330 \text{ jardas.}$   
 $330 \text{ (jardas)} \div 239 \text{ (passos)} \times 36 = 49,70 \text{ (aproximadamente } 50 \text{ polegadas)}$

P-15

### Para configurar os dados básicos

- Com a tela do modo do cronômetro mostrando só zeros (00:00:00), pressione (A) até que o valor do marca-passo apareça intermitente no mostrador. Isso indica a tela de definição.
- Pressione (C) para mover a intermitência na seqüência mostrada abaixo para selecionar outras definições.



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

P-16

P-17

- Pressione (A) para sair da tela de definição.
- Se você achar que a unidade do comprimento da passada não mudou, reposicione o total cumulativo a zero (página P-23).

### Para ativar e desativar o sinal do marca-passo

- Com a tela do modo do cronômetro mostrando só zeros (00:00:00), pressione (A) até que o valor do marca-passo apareça intermitente no mostrador. Isso indica a tela de definição.
- Pressione (C) uma vez para exibir a tela de definição do sinal do marca-passo.
- Pressione (D) para ativar (ON) ou desativar (OFF) o sinal do marca-passo.
  - O indicador de ativação do sinal do marca-passo (J) aparece quando a definição é ativada.
- Pressione (A) para sair da tela de definição.

P-18

### Modo de chamada de dados

#### Distância percorrida



- Use o modo de chamada de dados para chamar e apagar registros armazenados pelo modo do cronômetro.
- Os registros do cronômetro são armazenados em "diários" que são criados automaticamente pelo relógio. Consulte a seção "Gerência da memória" (página P-39) para maiores informações.
  - A tela do título do diário mais recente aparece primeiro toda vez que você entra no modo de chamada de dados.
  - Os números de diário são designados automaticamente em seqüência, a partir de 01.
  - Todas as operações nesta seção são realizadas no modo de chamada de dados, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-5).

P-19

## Para chamar registros do cronômetro

No modo de chamada de dados, use (A) para rolar através das telas de título do diário, a partir do registro mais recente, como mostrado a seguir. Quando a tela do título do diário desejado for exibida, use (D) e (E) para mudar através dos registros contidos no diário.



- A tela do total cumulativo mostra a distância total desde a última distância de total cumulativo reposicionada (página P-23).

P-20

P-21

- As localizações do tempo de volta e tempo intermediário (parte intermediária ou inferior do mostrador) na tela de registro do cronômetro são determinadas pelo formato de exibição selecionado por último no modo do cronômetro (página P-11).
- O indicador BEST identifica o registro que contém o tempo da melhor volta no diário.
- Se o registro do tempo da melhor volta for apagado automaticamente quando o diário tornar-se cheio, o indicador BEST não será transferido para o registro com o tempo da próxima melhor volta. Consulte a seção "Gerência da memória" (página P-39) para maiores informações sobre o apagamento automático de registros.
- A unidade de medida usada para o cálculo da distância depende da unidade selecionada para o comprimento da passada como mostrado na tabela abaixo. Consulte a seção "Para configurar os dados básicos" (página P-16) para maiores informações.

Unidade da passada selecionada	Unidade de distância
☐ (centímetros)	km (quilômetros)
☐ (polegadas)	mi (milhas)

P-22

P-23

## Para apagar um diário

- No modo de chamada de dados, exiba a tela de título do diário que deseja apagar.
  - Consulte a seção "Para reposicionar a tela do total cumulativo" a seguir para maiores informações sobre o que acontece quando você seleciona a tela do total cumulativo aqui.
- Pressione (B) e (D) até que o relógio emita um bipe e CLF: pare de piscar no mostrador.
- Isso apaga o diário e todos os registros dentro dele. Apagar um diário não muda o valor da distância do total cumulativo.

## Para reposicionar a tela do total cumulativo

- No modo de chamada de dados, exiba a tela do total cumulativo.
- Pressione (B) e (D) até que o relógio emita um bipe e CLF: pare de piscar no mostrador.
- Isso reposiciona a distância do total cumulativo para zero, sem apagar nenhum diário ou registro. Um novo total cumulativo começará com a próxima operação do cronômetro.

## Timer



Você pode definir o timer dentro de uma faixa de um minuto a 100 horas. Um alarme soa quando a contagem regressiva atinge zero.

- Você também pode selecionar a repetição automática, que reinicia a contagem regressiva automaticamente desde o valor original definido toda vez que zero é atingido.
- As funções do timer são disponíveis no modo do timer, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-5).

### Para definir o tempo inicial da contagem regressiva

- Com o tempo inicial da contagem regressiva exibido no modo do timer, pressione (A) até que os dígitos das horas do tempo inicial da contagem regressiva comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
  - Se o tempo inicial da contagem regressiva não for exibido, use o procedimento descrito em "Para usar o timer" para exibi-lo.

P-24

P-25

- Pressione (C) para mover a intermitência entre horas e minutos.
- Use (D) (+) e (E) (-) para mudar o item intermitente.
  - Para definir o valor inicial para a contagem regressiva para 100 horas, defina 0:00.
- Pressione (A) para sair da tela de definição.

## Para usar o timer

- Pressione (B) no modo do timer para iniciar uma contagem regressiva.
- Quando o fim da contagem regressiva é atingido e a repetição automática está desativada, o alarme soa durante 10 segundos ou até que você o pare pressionando algum botão. O tempo da contagem regressiva é reposicionado automaticamente a seu valor inicial após a parada do alarme.
  - Pressione (B) enquanto uma contagem regressiva estiver em andamento para pausá-la. Pressione (B) de novo para continuar a contagem regressiva.
  - Para parar uma contagem regressiva completamente, primeiro pause-a (pressionando (B)), e em seguida pressione (D). Isso retorna o tempo da contagem regressiva a seu valor inicial.

## Para ativar e desativar a repetição automática



Enquanto o tempo inicial da contagem regressiva estiver exibido na tela do modo do timer, pressione (D) durante aproximadamente dois segundos para ativar (C) é exibido) e desativar (C) não é exibido) a repetição automática.

- Quando a repetição automática está ativada, o alarme soa e a contagem regressiva começa de novo toda vez que a contagem regressiva atinge zero. Você pode parar a contagem regressiva pressionando (B), e reposicionar o timer manualmente para o tempo inicial pressionando (D).
- Durante a repetição automática, a contagem regressiva é repetida sete vezes.

P-26

P-27

## Despertadores



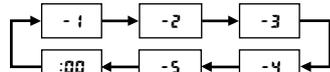
Você pode definir cinco despertadores diários independentes. Quando um despertador está ativado, o alarme soa quando a hora do despertador é atingida. Um dos despertadores pode ser configurado como um despertador de soneca ou um despertador de uma vez, enquanto que os outros quatro são despertadores de uma vez. 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 de 1 a 5. A tela do sinal de marcação das horas é indicada por :00.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do despertador, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-5).

## Para definir a hora de um despertador



- No modo do despertador, use (D) para rolar através das telas de despertador até que a tela do despertador cuja hora deseja definir seja exibida.



- Você pode configurar o despertador 1 como um despertador de soneca ou um despertador de uma vez. Os despertadores de 2 a 5 podem ser usados apenas como despertadores de uma vez.
  - O despertador de soneca repete cada cinco minutos.
- Depois de selecionar um despertador, pressione (A) até que os dígitos das horas da hora do despertador comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
  - Pressione (C) para mover a intermitência entre as definições das horas e minutos.

P-28

- Enquanto uma definição estiver piscando, use (D) (+) e (E) (-) para mudá-la.
- Ao definir a hora do despertador usando o formato de 12 horas, tome cuidado para definir a hora corretamente como AM (nenhum indicador) ou PM (indicador P).
- Pressione (A) para sair da tela de definição.

## Operação do despertador

O despertador soa na hora predeterminada durante aproximadamente 10 segundos. No caso do despertador de soneca, a operação do alarme é realizada um total de sete vezes, cada cinco minutos até que você desative o despertador ou mude-o para um despertador de uma vez (página P-30).

## Nota

- Pressionar qualquer botão interrompe o som do despertador.
- Realizar uma das seguintes operações durante um intervalo de 5 minutos 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-6)
  - Exibir a tela de definição do despertador 1 (página P-28)

P-29

## Para testar o alarme

No modo do despertador, mantenha **(D)** pressionado para soar o alarme.

## Para selecionar a operação do despertador ¶

- No modo do despertador, use **(D)** para selecionar o despertador ¶.
- Pressione **(B)** para mudar através das definições disponíveis na sequência mostrada abaixo.

Indicador de ativação do despertador de soneca e indicador de ativação de despertador



- O indicador de ativação do despertador aplicável é exibido em todos os modos quando um despertador está ativado.
- O indicador **SNZ** pisca durante os intervalos de 5 minutos entre os alarmes.

P-30

P-31

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

Indicador de ativação do sinal de marcação das horas



- No modo do despertador, use **(D)** para selecionar o sinal de marcação das horas.
  - Pressione **(B)** para ativar ou desativar o item exibido.
- Ativar o sinal de marcação das horas exibe o indicador de ativação do sinal de marcação das horas na sua tela.
  - O indicador de ativação do sinal de marcação das horas é exibido em todos os modos.

P-32

- Exibir a tela de definição do despertador ¶ (página P-28) enquanto o despertador de soneca está ativado, desativa o despertador de soneca automaticamente (mudando o despertador ¶ para um despertador de uma vez).

## Para ativar e desativar os despertadores de 2 a 5

Indicador de ativação de despertador



- No modo do despertador, use **(D)** para selecionar um despertador de uma vez (número do despertador 2 a 5).
  - Pressione **(B)** para ativar ou desativar o despertador exibido.
- Ativar um despertador de uma vez (2 a 5) exibe o indicador de ativação de despertador na sua tela.
  - O indicador de ativação de despertador é exibido em todos os modos.
  - Se qualquer despertador estiver ativado, o indicador de ativação de despertador aparece no mostrador em todos os modos.

## Hora dual

Hora dual (Horas : Minutos Segundos)



Hora do modo de indicação das horas

O modo da hora dual permite-lhe acompanhar a hora em um fuso horário diferente.

- A contagem dos segundos da hora dual é sincronizada com a contagem dos segundos do modo de indicação das horas.

### Para definir a hora dual

- Pressione **(C)** para selecionar o modo da hora dual (página P-5).
  - Use **(A)**, **(B)** e **(D)** para definir a hora do modo da hora dual.
- Cada pressão de **(D)** (+) e **(B)** (-) muda a definição da hora em incrementos de 30 minutos.
  - Pressionar **(A)** define o modo da hora dual para a mesma hora do modo de indicação das horas.

## Iluminação

Indicador de ativação da função de luz automática



- O mostrador do relógio é iluminado por um LED (díodo emissor de luz) e um painel de guia de luz 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" na página P-43 para outras informações importantes sobre o uso da iluminação.

### Para acender a iluminação manualmente

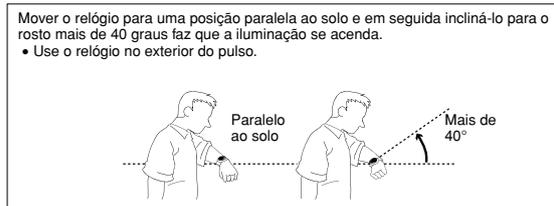
Em qualquer modo, pressione **(L)** para iluminar o mostrador durante aproximadamente um segundo.

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

P-34

## Sobre a função de luz automática

Ativar a função de luz automática faz que a iluminação se acenda durante aproximadamente um segundo 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-35

## Advertência!

- Certifique-se de que está 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 surpreenda ou distraia 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 **(D)** durante aproximadamente dois segundos para ativar (o indicador de ativação da função de luz automática é exibido) e desativar (o indicador de ativação da função de luz automática não é exibido) a função de luz automática.

- Para proteger a pilha contra o esgotamento, a função de luz automática será desativada automaticamente aproximadamente seis horas depois de ser ativada. Repita o procedimento acima para ativar a função de luz automática de novo se quiser.
- O indicador de ativação da função de luz automática aparece no mostrador em todos os modos enquanto a função de luz automática está ativada.

P-36

## Referências

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

### Função de retorno automático

Se você não realizar nenhuma operação durante dois ou três minutos enquanto uma tela de definição (uma tela com dígitos intermitentes) estiver exibida, o relógio sairá automaticamente da tela de definição.

### Telas iniciais

Ao entrar no modo do despertador, os dados que você estava vendo por último ao sair do modo serão os primeiros a aparecer.

### Rolagem dos dados e definições

Os botões **(B)** e **(D)** são usados em vários modos e telas de definição para rolar através dos dados no mostrador. Na maioria dos casos, manter um desses botões pressionado durante uma operação de rolagem rola os dados em alta velocidade.

P-37

## Indicação das horas

- Reposicionar os segundos da hora, pressione **(S)** enquanto a contagem dos segundos está 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 **(S)** mas o valor dos minutos permanece inalterado.
- Com o formato de 12 horas, o indicador **P** (PM) aparece à esquerda dos dígitos das horas para as horas na faixa do meio-dia às 11:59 PM, mas nenhum indicador aparece à esquerda dos dígitos das horas 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 às 23:59, sem nenhum indicador.
- O ano pode ser definido na faixa de 2000 a 2039.
- O calendário totalmente automático incorporado do relógio faz compensações automaticamente para meses de comprimento diferente e anos bissextos. Depois de definir a data, não há nenhuma razão para alterá-la, exceto depois de trocar a pilha do relógio.

P-38

## Cronômetro

- Você pode usar a cronometragem do tempo de volta para saber quanto tempo leva para completar uma porção específica (tal como de uma única volta) de uma corrida.
- Você pode usar a cronometragem do tempo intermediário para saber quanto tempo leva desde a partida até um ponto específico em uma corrida.

### Gerência da memória

Cada vez que você pressiona **(B)** para iniciar uma nova cronometragem de tempo decorrido ou tempo de volta/intermediário no modo do cronômetro (página P-10), o relógio cria automaticamente um novo "diário" em sua memória. O diário permanece aberto para o armazenamento de dados até que você o feche permanentemente pressionando **(D)** para reposicionar o cronômetro a zero.

- O relógio tem memória suficiente para reter até 61 registros. Como cada tela de título de diário (página P-21) usa até um registro de espaço da memória, o número máximo de registros de tempos de volta/intermediários que você pode armazenar depende de quantos diários houver atualmente na memória, como mostrado a seguir.

P-39

Capacidade da memória	Número de diários atualmente na memória	Capacidade de registros de tempos de volta/intermediários
61 registros	1	61 registros – 1 tela de título de diário = 60
	2	61 registros – 2 telas de título de diário = 59
	5	61 registros – 5 telas de título de diário = 56

- O relógio também calcula a distância do tempo cumulativo para todas as operações do cronômetro, desde a última vez que a distância do total cumulativo foi reposicionada (página P-23). O total cumulativo não afeta a capacidade da memória.
- Se a memória do relógio já estiver cheia quando você realizar uma operação de botão do cronômetro que cria um novo diário, o diário mais antigo na memória e todos os seus registros serão apagados automaticamente para criar espaço para o novo diário.
- Se você estiver adicionando registros para o único diário na memória e a memória do relógio tornar-se cheia, adicionar um outro registro fará que o registro mais antigo no diário seja apagado automaticamente para criar espaço para o novo registro.

P-40

P-41

## Maneira que os dados do cronômetro são armazenados

A tabela a seguir descreve como os dados são armazenados quando você realiza as operações de botões descritas na página P-10.

Operação de botões do cronômetro	Operação de armazenamento de dados
(B) Iniciar (de zero)	Cria um novo diário: data atual e distância (atualizado com o progresso do tempo)
(B) Parar	A cronometragem pára, sem armazenar dados na memória.
(B) Reiniciar	A cronometragem recomeça, sem armazenar dados na memória.
(D) Tempo de volta/intermediário	Cria um novo registro: os tempos de volta/intermediários são exibidos
(D) Reposicionar	Cria um novo registro: os tempos de volta/intermediários são exibidos (O cronômetro é reposicionado a zero.)

P-42

P-43

Mais de 15 graus



- 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 um segundo, mesmo que você mantenha o relógio virado para o rosto.
- 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 função de luz automática.
- Você pode perceber um som de estalido muito fraco emitido pelo relógio quando o mesmo é sacudido para frente e para trás, mas isso não indica um problema com o relógio.

P-44

- Se você estiver adicionando registros para um diário quando há vários diários na memória e a memória do relógio tornar-se cheia, adicionar um outro registro fará que o diário mais antigo na memória e todos os seus registros sejam apagados automaticamente para criar espaço para novos registros.

## 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 freqüente da iluminação encurta a vida útil da pilha.

## Precauções relativas à função de luz automática

- Usar o relógio no interior do pulso e o movimento e vibração do braço podem fazer que a função de luz automática seja ativada e ilumine o mostrador. Para evitar o esgotamento da pilha, desative a função de luz automática toda vez que participar de atividades que podem causar a iluminação freqüente do mostrador.

## Especificações

**Precisão em temperatura normal:** ±30 segundos por mês

**Indicação das horas:** Horas, minutos, segundos, PM (P), ano, mês, dia, dia da semana

Formato das horas: 12 e 24 horas

Sistema do calendário: Calendário totalmente automático programado do ano 2000 ao ano 2039

**Cronômetro:** Medições do tempo e distância

Unidade de medida: 1/100 (parte inferior do mostrador para os primeiros 60 minutos, parte central do mostrador para as primeiras 10 horas) ou 1 segundo (parte inferior do mostrador após 60 minutos, parte central do mostrador após 10 horas); 0,1 milha ou km

Capacidade de medição: 99:59:59\*; 99,9 milhas ou km; 999,9 milhas ou km (distância total percorrida)

Modos de cronometragem: Tempo decorrido, tempos de volta/intermediários

**Pilha:** Uma pilha de lítio (Tipo: CR2025)

Aproximadamente 10 anos com o tipo CR2025 (assumindo uma operação do alarme de 10 segundos por dia, uma operação da luz de fundo de 1,5 segundo por dia, e uma operação do cronômetro com o sinal do marca-passo (valor do marca-passo: 120) durante 30 segundos por semana)

Capacidade da memória: 61 registros (usados pelos registros dos tempos de volta/intermediários e telas de título de diário); distância total percorrida

Introdução de dados básicos: Comprimento da passada

Outros: Sinal do marca-passo; Número de tempo de volta/intermediário (de 01 a 99); Tela do tempo da melhor volta

**Timer:**

Unidade de medida: 1 segundo

Faixa de introdução: 1 minuto a 100 horas (incrementos de 1 minuto e incrementos de 1 hora)

Outros: Repetição automática

**Despertadores:** 5 despertadores diários (Quatro despertadores de uma vez; um despertador de soneca/uma vez); Sinal de marcação das horas

**Hora dual:** Horas, minutos, segundos, PM (P)

**Iluminação:** LED (diodo emissor de luz); Função de luz automática

P-46

P-47