

Bedienerrführung 3028

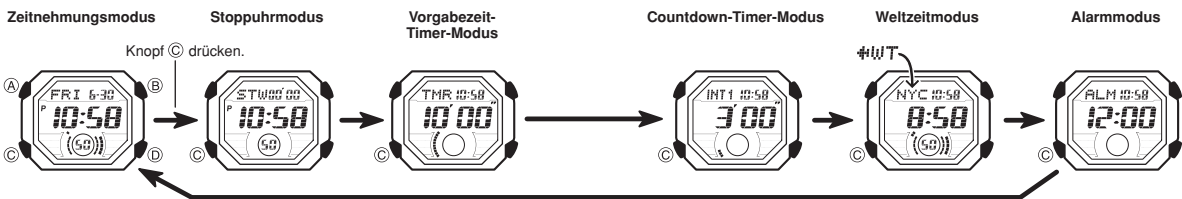
Über diese Bedienungsanleitung



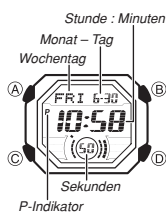
- Je nach Uhrmodell erfolgt die Anzeige entweder als dunkle Zeichen auf hellem Hintergrund oder helle Zeichen auf dunklem Hintergrund. In den Illustrationen dieser Anleitung werden dunkle Zeichen auf hellem Hintergrund gezeigt.
- Die Bedienelemente sind mit den in der Illustration gezeigten Buchstaben bezeichnet.
- Die jeweiligen Abschnitte dieser Bedienungsanleitung enthalten die Informationen, die Sie für die Bedienung im entsprechenden Modus benötigen. Weitere Einzelheiten und technische Informationen finden Sie im Abschnitt „Referenz“.

Allgemeine Anleitung

- Drücken Sie zum Umschalten von Modus auf Modus den Knopf (C).
- Drücken Sie zum Beleuchten des Displays in einem beliebigen Modus (außer bei angezeigter Einstellanzeige) den Knopf (B).



Zeitnehmung



Der Zeitnehmungsmodus dient zum Einstellen und Ablesen der aktuellen Uhrzeit und des Datums.

Vor dem Einstellen von Uhrzeit und Datum unbedingt lesen!

- Die im Zeitnehmungs- und Weltzeitmodus angezeigten Uhrzeiten sind miteinander synchronisiert. Dadurch ist vor dem Eingeben von Uhrzeit und Datum zunächst unbedingt ein für Ihre Heimat-Zeitzone (die Zeitzone, in der Sie die Uhr normalerweise benutzen) geeigneter Stadtcode einzustellen.
- Näheres zu den Stadtcodes finden Sie in der „City Code Table“ (Stadtcode-Tabelle).

Uhrzeit und Datum einstellen



1. Halten Sie im Zeitnehmungsmodus den Knopf (A) gedrückt, bis die Sekunden zu blinken beginnen. Dies bezeichnet die Einstellanzeige.
2. Schalten Sie das Blinken mit Knopf (C) wie unten gezeigt weiter, um die zu ändernden Einstellungen zu wählen.



3. Wenn die zu ändernde Einstellung blinkt, stellen Sie diese bitte mit den Knöpfen (D) und (B) wie unten beschrieben ein.

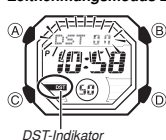
Anzeige	Um dies zu tun:	Folgendes tun:
58	Sekunden auf 00 zurückstellen	Knopf (D) drücken.
FF	Zwischen Sommerzeit (FF) und Standardzeit (FF) umschalten	
TYO	Stadtcode ändern	Knöpfe (D) (Osten) und (B) (Westen) verwenden.
10:58	Stunde oder Minuten ändern	Knöpfe (D) (+) und (B) (-) verwenden.
2005	Jahr ändern	
6:30	Monat oder Kalendertag ändern	

4. Näheres zur Sommerzeit-Einstellung siehe unter „Sommerzeit (DST)“.
4. Drücken Sie Knopf (A) zum Schließen der Einstellanzeige.

Sommerzeit (DST)

Die Sommerzeit (Daylight Saving Time = DST) stellt die Zeit gegenüber der Standardzeit um eine Stunde vor. Denken Sie aber immer daran, dass nicht alle Länder oder auch Regionen die Sommerzeit verwenden.

Zeitnehmungsmodus zwischen Sommer- und Standardzeit umschalten



1. Halten Sie im Zeitnehmungsmodus Knopf (A) gedrückt, bis die Sekunden zu blinken beginnen, was die Einstellanzeige bezeichnet.
 2. Rufen Sie mit Knopf (C) die Sommerzeit-Einstellanzeige (DST) auf.
 3. Wählen Sie mit Knopf (D) zwischen Sommerzeit (FF) angezeigt) und Standardzeit (FF) angezeigt.
 4. Drücken Sie Knopf (A) zum Schließen der Einstellanzeige.
- Bei eingeschalteter Sommerzeit wird im Display der DST-Indikator angezeigt.

Zeitnehmungsformat zwischen 12-Stunden- und 24-Stunden-Format umschalten

Im Zeitnehmungsmodus können Sie mit Knopf (D) zwischen Zeitnehmung im 12-Stunden- und 24-Stunden-Format umschalten.

- Im 12-Stunden-Format erscheint der P-Indikator (für pm = zweite Tageshälfte) bei Uhrzeiten im Bereich von Mittag bis 11:59 Uhr mitternachts, wogegen Uhrzeiten im Bereich von Mitternacht bis 11:59 Uhr mittags ohne Indikator angezeigt werden.
- Im 24-Stunden-Format wird die Uhrzeit im gesamten Bereich von 0:00 bis 23:59 Uhr ohne Indikator angezeigt.
- Das von Ihnen im Zeitnehmungsmodus gewählte 12-Stunden/24-Stunden-Zeitnehmungsformat wird auch in allen anderen Modi verwendet.
- In den Anzeigen des Vorgabezeit-Timer-Modus, Countdown-Timer-Modus, Weltzeitmodus und Alarmmodus wird der P-Indikator nicht zusammen mit der Uhrzeit des Zeitnehmungsmodus angezeigt.

Stoppuhr

Anfangsanzeige des Stoppuhrmodus

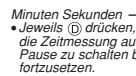


Uhrzeit des Zeitnehmungsmodus

Die Stoppuhrfunktion misst die abgelaufene Zeit. Sie können das obere und untere Display für die offizielle Zeitnahme auf Veranstaltungen und bei Spielen verwenden.

- Der Messbereich des oberen Displays beträgt 59 Minuten 59 Sekunden.
- Der Messbereich des unteren Displays beträgt 99 Minuten 59 Sekunden.
- Die Stoppuhr läuft weiter und startet mit jedem Erreichen der Messbereichsgrenze erneut ab Null, bis sie von Ihnen gestoppt wird.
- Der Messvorgang der Stoppuhr läuft auch dann weiter, wenn Sie den Stoppuhrmodus verlassen.
- Alle Bedienungsvorgänge dieses Abschnitts werden im Stoppuhrmodus ausgeführt, der mit Knopf (C) aufgerufen wird.

Anzeige der abgelaufenen Zeit



• Jeweils (D) drücken, um die Zeitmessung auf Pause zu schalten bzw. fortzusetzen.

• Diese Zeitmessung kann nicht angehalten werden. Hier wird die abgelaufene Gesamtzeit ab Start des Messvorgangs angezeigt.

• Diese Zeitmessung (1/100 Sek.) kann nicht angehalten werden.

Zeiten mit der Stoppuhr messen

Abgelaufene Zeit

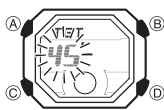


*1 Die Messung der abgelaufenen Zeit im unteren Display läuft weiter.

Verwendung für offizielle Zeitnahme auf Sportveranstaltungen

Nachdem Sie eine Spielzeit bzw. Ereigniszeit eingestellt haben, gibt die Uhr einen Alarm aus, wenn das untere Display die vorgegebene Zeit erreicht. Im Falle von Unterbrechungen können Sie die Zeit im oberen Display mit Knopf (D) anhalten und anschließend wieder starten. Das untere Display zeigt dabei ständig die seit Beginn der Zeitmessung abgelaufene Zeit an. Sie können die Gesamtlänge der Unterbrechungen (Verlustzeit bzw. Nachspielzeit) ermitteln, indem Sie die Zeit des oberen Displays von der Zeit im unteren Display abziehen.

Ereigniszeit einstellen



- Halten Sie im Stoppuhrmodus den Knopf (A) gedrückt, bis im unteren Display die aktuell eingestellte Ereigniszeit zu blinken beginnt. Damit ist die Einstellanzeige eingeschaltet.
 - Falls die aktuelle Ereigniszeit nicht erscheint, diese bitte gemäß Anleitung unter „Zeitmessung auf Null zurückstellen“ anzeigen.
- Stellen Sie die blinkende Einstellung mit (D) (+) und (B) (-) wunschgemäß ein.
 - Die Ereigniszeit ist in 1-Minute-Schritten im Bereich von 1 Minute bis 60 Minuten einstellbar.
 - „--“ bezeichnet, dass keine Ereigniszeit eingestellt ist.
- Drücken Sie Knopf (A) zum Schließen der Einstellanzeige.

Zeitnahme zum Ereignisbeginn starten

Wenn die laufende Uhrzeit im unteren Display des Ereignisses erreicht, starten Sie die Zeitnahme durch Drücken von Knopf (D).

- Dadurch erscheint in den oberen und unteren Displays die gemessene abgelaufene Zeit.

Zeitnahme anhalten

- Drücken Sie (D). Dies hält die Zeitmessung im oberen Display an.
 - Im unteren Display läuft die Messung der abgelaufenen Zeit weiter.
- Zum Fortsetzen der Zeitmessung im oberen Display erneut den Knopf (D) drücken.

Wenn die voreingestellte Ereigniszeit erreicht ist

- Die Uhr gibt einen Alarm aus, wenn die Messung der abgelaufenen Zeit im unteren Display (Gesamtzeit seit Start der Zeitnahme) die voreingestellte Ereigniszeit erreicht.
- Die Messung der abgelaufenen Zeit läuft auch nach Erreichen der voreingestellten Ereigniszeit weiter.

Zeitmessung auf Null zurückstellen

- Drücken Sie (D). Dies stoppt die Messung der abgelaufenen Zeit im oberen Display.
 - Im unteren Display läuft die Messung der abgelaufenen Zeit weiter.
- Halten Sie (A) gedrückt, bis die Anfangsanzeige des Stoppuhrmodus erscheint.

Vorgabezeit-Timer

Uhrzeit des Zeitnehmungsmodus



Zeit des Vorgabezeit-Timers

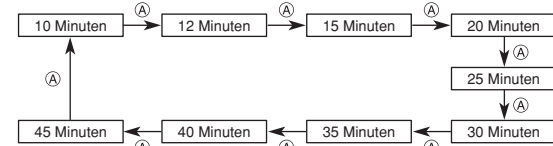
Die Uhr bietet eine Reihe von Vorgabezeiten, die Sie als Startzeit für den Countdown-Timer abrufen können. Wenn der Countdown Null erreicht, gibt die Uhr einen Alarm aus.

- Zur Verfügung stehen die folgenden Vorgabezeiten (sämtlich in Minuten): 10, 12, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45.
- Sie können auch die Wiederholautomatik zuschalten, wodurch auf Erreichen von Null automatisch die gewählte Vorgabezeit neu startet.
- Die Bedienungsvorgänge dieses Abschnitts werden im Vorgabezeit-Timer-Modus ausgeführt, der mit Knopf (C) aufgerufen wird.

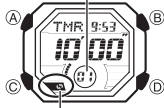
Vorgabezeit-Timer benutzen



- Scrollen Sie im Vorgabezeit-Timer-Modus mit Knopf (A) durch die Vorgabezeiten, bis die gewünschte Zeit angezeigt ist.



Anzahl Durchgänge



Wiederholautomatik-Ein-Indikator



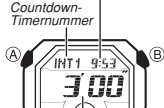
- Zum Einschalten der Wiederholautomatik Knopf (A) bei angezeigter Startzeitwahl-Anzeige gedrückt halten. Unter der Timerzeit wird die Anzahl der Durchgänge angezeigt.
- Häufiges Verwenden von Wiederholautomatik und Alarm kann die Batterie entladen.

- Drücken Sie Knopf (D) zum Starten des Countdown-Timers.
 - Mit Knopf (D) können Sie den laufenden Countdown anhalten. Zum Fortsetzen des Countdowns dann erneut Knopf (D) drücken.

- Wenn der Countdown abgelaufen ist, gibt die Uhr für 10 Sekunden einen Alarm aus, den Sie durch Drücken eines beliebigen Knopfes auch schon früher stoppen können.
- Wenn das Ende des Countdowns bei ausgeschalteter Wiederholautomatik erreicht wird, wechselt die Uhr auf Messung der abgelaufenen Zeit und zeigt an, wie viel Zeit seit dem Ende des Countdowns verstrichen ist. Die Messung der abgelaufenen Zeit stoppt automatisch mit Erreichen von 60 Minuten. Hieraufhin erscheint die Startzeitwahl-Anzeige.
- Wenn das Ende des Countdowns bei eingeschalteter Wiederholautomatik erreicht wird, startet ein neuer Countdown mit der gewählten Vorgabezeit. Unter der Timerzeit wird die Anzahl der Durchgänge angezeigt. Die Anzeige der Durchgänge wechselt auf „--“, wenn der Zählerstand 100 erreicht.
- Um den Countdown-Betrieb vollständig zu beenden, diesen zunächst auf Pause schalten (durch Drücken von (D)) und dann (A) drücken. Hieraufhin erscheint wieder die Anfangsanzeige des Vorgabezeit-Timer-Modus.

Countdown-Timer

Uhrzeit des Zeitnehmungsmodus



Startzeit (Minuten Sekunden)

Am Countdown-Timer können Sie bis zu neun Startzeiten einstellen, die dann der Reihe nach heruntergezählt werden.

Der Countdown-Timer ist ein praktisches Hilfsmittel für zum Beispiel Intervalltraining (z.B. drei Minuten Lauftraining mit INT1, 1 Minute Ruhe mit INT2, dann fünf Minuten Lauftraining mit INT3) oder für die Zeitgabe bei Ereignissen mit mehreren Abschnitten (z.B. 45 Minuten Spielzeit mit INT1, 15 Minuten Pause mit INT2, 45 Minuten Spielzeit mit INT3).

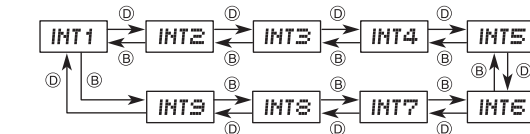
- Die Uhr gibt jedes Mal einen Alarm aus, wenn einer der Timer Null erreicht.
- Der Alarm (ca. eine Sekunde) erfolgt jedes Mal, wenn einer der Countdown-Timer (außer dem letzten Timer der Sequenz) Null erreicht. Auf Ablaufen des letzten Countdown-Timers der Sequenz wird der Alarm ca. fünf Sekunden lang ausgegeben.

- Wenn Sie die Wiederholautomatik zuschalten, startet die Timersequenz nach dem Ablaufen des letzten Timers automatisch von vorn.
- Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden im Countdown-Timer-Modus ausgeführt, der mit Knopf (C) aufgerufen wird.

Countdown-Timer einstellen



- Halten Sie im Countdown-Timer-Modus den Knopf (A) gedrückt, bis die Countdown-Timernummer zu blinken beginnt. Dies bezeichnet die Einstellanzeige.
- Scrollen Sie mit (D) (+) und (B) (-) durch die Countdown-Timernummern, bis die einzustellende Nummer angezeigt ist.



- Schalten Sie das Blinken mit Knopf (C) entsprechend weiter, um andere Einstellungen zu wählen.

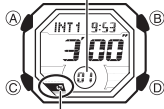


- Ändern Sie die blinkende Einstellung wie unten beschrieben mit den Knöpfen (D) und (B).

Anzeige	Um dies zu tun:	Folgendes tun:
INT 1	Countdown-Timernummer ändern	(D) (+) und (B) (-) verwenden.
00 59	Minuten ändern (00 - 59)	
	Sekunden ändern (00 - 55, 5-Sek.-Schritte)	
→	Wiederholautomatik ein- (↔) und ausschalten (→)	(D) drücken.

- Timer, deren Startzeit auf 00 00 eingestellt ist, werden beim Countdown-Timer-Betrieb übersprungen.
- Die Wiederholautomatik kann nicht für einzelne Countdown-Timer zugeschaltet werden. Im Countdown-Timer-Modus ist Wiederholbetrieb nur mit der gesamten Timersequenz möglich.

Anzahl Durchgänge



Wiederholautomatik-Ein-Indikator

- Stellen Sie alle zu verwendenden Timer auf die jeweils gewünschte Zeit ein.
- Drücken Sie Knopf (A) zum Schließen der Einstellanzeige.
 - Wenn die Wiederholautomatik eingeschaltet ist, wird unter der Timerzeit die Anzahl der Durchgänge angezeigt.
 - Häufiges Verwenden der Wiederholautomatik und des Alarms kann die Batterie entladen.

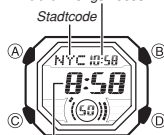
Countdown-Timer-Betrieb durchführen

Drücken Sie im Countdown-Timer-Modus den Knopf (D), um den Countdown zu starten. Dieser beginnt mit dem Countdowntimer mit der niedrigsten Nummer, bei dem die Startzeit nicht auf Null eingestellt ist.

- Durch Drücken von (D) können Sie den aktuell herunterzählenden Countdown-Timer anhalten. Zum Fortsetzen dann erneut (D) drücken.
- Beim Countdown-Timerbetrieb werden alle Countdown-Timer übersprungen, deren Startzeit auf Null (00:00) steht.
- Die Sequenz beginnt mit dem Countdown-Timer mit der niedrigsten Nummer, der nicht auf Null eingestellt ist. Der letzte Countdown-Timer der Sequenz ist der nicht auf Null eingestellte Timer mit der höchsten Nummer.
- Wenn die Wiederholautomatik ausgeschaltet ist, gibt die Uhr auf jedes Ablaufen von einem der Countdown-Timer einen Piepton aus. Beim Ablaufen des letzten Countdown-Timers wird circa fünf Sekunden lang ein Alarm ausgegeben.
- Wenn die Wiederholautomatik eingeschaltet ist, gibt die Uhr auf jedes Ablaufen von einem der Countdown-Timer einen Piepton aus. Wenn der letzte Countdown-Timer Null erreicht, wird der Alarm fünf Sekunden lang ausgegeben, falls die Startzeit des letzten Countdown-Timers nicht 10 Sekunden oder weniger beträgt. In einem solchen Falle ist der Alarm nur circa eine Sekunde lang.
- Wenn der letzte Countdown-Timer Null erreicht, startet die Zeitgabe erneut mit dem ersten Timer. Die Anzahl der Durchgänge wird unter der Timerzeit angezeigt. Die Anzeige der Durchgänge wechselt auf „-“, wenn der Zählerstand 100 erreicht.
- Der angelaufene Countdown-Timerbetrieb wird auch dann fortgesetzt, wenn Sie den Countdown-Timer-Modus verlassen.
- Um den Countdown-Timerbetrieb vollständig zu beenden, halten Sie diesen zuerst mit Knopf (E) an und drücken dann Knopf (A). Hieraufhin wird Countdown-Timer 1 (HT 1) angezeigt.

Weltzeit

Uhrzeit des Zeitnehmungsmodus



Ortszeit in der Zeitzone des gewählten Stadtcodes

Im Weltzeitmodus können Sie die laufende Ortszeit von 48 Städten (29 Zeitzonen) in aller Welt anzeigen lassen.

- Beim Aufrufen des Weltzeitmodus erscheinen als Erstes die Daten, die beim letzten Verlassen des Weltzeitmodus eingesehen wurden.
- Alle Bedienungsvorgänge in diesem Abschnitt werden im Weltzeitmodus durchgeführt, der mit Knopf (C) aufgerufen wird.

Ortszeit einer anderen Stadt abrufen

- Drücken Sie im Weltzeitmodus den Knopf (D), um nach Osten durch die Stadtcodes (Zeitzone) zu scrollen.
- Näheres zu den Stadtcodes siehe „City Code Table“ (Stadtcode-Tabelle).

- Falls für eine Stadt eine falsche Ortszeit angezeigt wird, bitte die Einstellungen von Zeitnehmungsmodus und Heimat-Stadtcode kontrollieren und die erforderlichen Korrekturen vornehmen.

Stadtcode zwischen Standardzeit und Sommerzeit umschalten

1. Rufen Sie im Weltzeitmodus mit Knopf (D) den Stadtcode (Zeitzone) auf, dessen Standard-/ Sommerzeit-Einstellung geändert werden soll.
2. Halten Sie Knopf (A) circa eine Sekunde lang gedrückt, um zwischen Sommerzeit (☀️ angezeigt) und Standardzeit (☁️ nicht angezeigt) umzuschalten.
- Der DST-Indikator erscheint im Display, wenn Sie einen Stadtcode anzeigen, der auf Sommerzeit gestellt ist.
- Bitte beachten Sie, dass die Standard-/Sommerzeit-Einstellung nur den aktuell angezeigten Stadtcode betrifft. Andere Stadtcodes sind davon nicht betroffen.



Alarm

Ein-Indikator für Stundensignal



Alarmzeit (Stunde : Minuten)

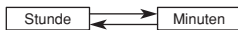
Wenn der tägliche Alarm eingeschaltet ist, gibt die Uhr jeden Tag zur voreingestellten Zeit für 10 Sekunden den Alarm aus. Wenn das Stundensignal eingeschaltet ist, meldet die Uhr jede volle Stunde durch Ausgabe eines Alarms.

- Alle Bedienungsvorgänge in diesem Abschnitt werden im Alarmmodus durchgeführt, der mit Knopf (C) aufgerufen wird.

Alarmzeit eingeben

1. Halten Sie den Knopf (A) gedrückt, bis die Stundenstellen der Alarmzeit zu blinken beginnen. Damit ist die Einstellanzeige aktiviert.
- Durch diese Bedienung wird der Alarm automatisch eingeschaltet.

2. Drücken Sie den Knopf (C), um das Blinken wie folgt zu verschieben.



3. Während eine Einstellung blinkt, können Sie diese wie unten beschrieben mit den Knöpfen (D) und (E) ändern.

Anzeige	Um dies zu tun:	Folgendes tun:
12:00	Stunde und Minuten ändern	Knöpfe (D) (+) und (E) (-) verwenden. • Bei Verwendung des 12-Stunden-Formats auf richtige Einstellung der ersten bzw. zweiten (P-Indikator) Tageshälfte achten.

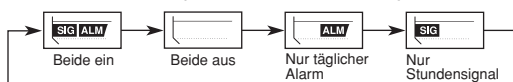
4. Nach dem Einstellen der Alarmzeit mit Knopf (A) auf den Alarmmodus zurückschalten.

Ausgelösten Alarmton stoppen

Drücken Sie eine beliebige Taste.

Täglichen Alarm und Stundensignal ein- und ausschalten

Wählen Sie im Alarmmodus wie unten gezeigt durch Weitschalten mit Knopf (D) den gewünschten Status für den täglichen Alarm und das Stundensignal.



Alarmton testen

Halten Sie im Alarmmodus den Knopf (D) gedrückt, um den Alarm auszulösen.

Beleuchtung



Beleuchtungsautomatik-Indikator

Die Uhr besitzt ein EL (Elektrolumineszenz)-Panel, das zur besseren Ablesbarkeit im Dunkeln das gesamte Display leuchten lässt. Die Beleuchtungsautomatik schaltet die Beleuchtung des Displays automatisch ein, wenn Sie die Uhr in einem bestimmten Winkel auf Ihr Gesicht richten.

- Die Beleuchtungsautomatik muss eingeschaltet sein (durch Beleuchtungsautomatik-Indikator angezeigt), damit sie arbeitet.
- Für weitere wichtige Informationen siehe „Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtung“.

Beleuchten des Displays

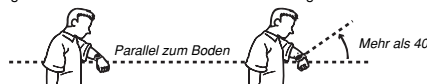
- Drücken Sie in einem beliebigen Modus Knopf (B) zum Einschalten der Beleuchtung.
- Durch die diese Bedienung wird die Beleuchtung unabhängig davon aktiviert, ob die Beleuchtungsautomatik aktuell ein- oder ausgeschaltet ist.

Über die Beleuchtungsautomatik

Bei eingeschalteter Beleuchtungsautomatik schaltet sich die Beleuchtung in allen Modi automatisch ein, wenn Sie Ihr Handgelenk wie unten gezeigt positionieren.

Halten Sie die Uhr parallel zum Boden und richten Sie sie dann um mehr als 40 Grad auf sich, was die Beleuchtung einschaltet.

- Tragen Sie die Uhr auf der Außenseite des Handgelenks.



Warnung!

- Achten Sie immer darauf, dass Sie sich an einem sicheren Ort befinden, wenn Sie das Display unter Verwendung der Beleuchtungsautomatik einsehen. Besondere Vorsicht gilt beim Laufen und anderen Tätigkeiten, die zu einem Unfall oder zu Verletzungen führen können. Achten Sie auch darauf, dass andere Personen durch das plötzliche Ansprechen der Beleuchtung nicht erschrecken oder abgelenkt werden.
- Beachten Sie beim Tragen der Uhr, dass die Beleuchtungsautomatik auszuschalten ist, bevor Sie ein Fahrrad fahren oder ein Motorrad oder anderes Kraftfahrzeug lenken. Plötzliches und unerwartetes Ansprechen der Beleuchtung kann zu einer Ablenkung und dadurch zu einem Verkehrsunfall mit möglicherweise ersten Verletzungsfolgen führen.

Beleuchtungsautomatik ein- und ausschalten

Halten Sie im Zeitnehmungsmodus den Knopf (B) etwa drei Sekunden lang gedrückt, um die Beleuchtungsautomatik ein- (Beleuchtungsautomatik-Indikator angezeigt) oder auszuschalten (Beleuchtungsautomatik-Indikator nicht angezeigt).

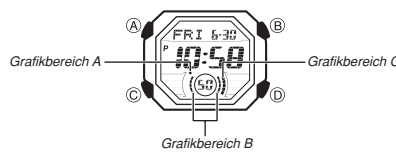
- Bei eingeschalteter Beleuchtungsautomatik bleibt der Beleuchtungsautomatik-Indikator in allen Modi angezeigt.
- Um die Batterie zu schonen, schaltet sich die Beleuchtungsautomatik circa sechs Stunden nach dem Einschalten automatisch wieder aus.

Referenz

In diesem Abschnitt finden Sie nähere Details und technische Informationen zum Betrieb der Armbanduhr. Er enthält auch wichtige Vorsichtsmaßnahmen und Hinweise zu den Merkmalen und Funktionen dieser Uhr.

Grafikbereiche

Nachstehend ist beschrieben, welche Informationen in den einzelnen Modi in den drei Grafikbereichen angezeigt werden.



Modus	Grafikbereich A	Grafikbereich B	Grafikbereich C
Zeitnehmung	Zeitnehmungsmodus-Minuten	Zeitnehmungsmodus-Sekunden	Zeitnehmungsmodus-10-Sekunden-Schritte
Stoppuhr	Stoppuhrzeit-Minuten	Stoppuhrzeit-1/20-Sekunden	Stoppuhrzeit-10-Sekunden-Schritte
Vorgabezeit-Timer	Vorgabezeit-Minuten	Vorgabezeit-1/20-Sekunden	Vorgabezeit-10-Sekunden-Schritte
Countdown-Timer	Countdownzeit-Minuten	Countdownzeit-1/20-Sekunden	Countdownzeit-10-Sekunden-Schritte
Weltzeit	Weltzeitmodus-Minuten	Weltzeitmodus-Sekunden	Weltzeitmodus-10-Sekunden-Schritte
Alarm	Keine Anzeige	Keine Anzeige	Keine Anzeige

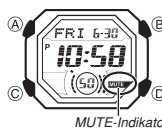
Bedienungskontrollton

Bei jedem Betätigen von einem der Knöpfe der Uhr ertönt ein Bedienungskontrollton. Sie können diesen Kontrollton beliebig ein- und ausschalten.



- Auch bei abgeschaltetem Kontrollton werden Alarm, Stundensignal, Countdown-Timer-Alarm und der Ereigniszeit-Alarm normal ausgegeben.

Bedienungskontrollton ein- und ausschalten



Halten Sie in einem beliebigen Modus (außer bei angezeigter Einstellanzeige) den Knopf (C) gedrückt, um den Kontrollton ein- (☀️ nicht angezeigt) und auszuschalten (☁️ angezeigt).



MUTE-Indikator

- Mit dem Gedrückthalten von Knopf  zum Ein- und Ausschalten des Bedienungskontrolltons ändert sich gleichzeitig auch der aktuell eingestellte Modus der Uhr.
- Bei ausgeschaltetem Bedienungskontrollton wird in allen Modi  angezeigt.



Scrollen

Sie können die Knöpfe  und  in verschiedenen Modi und Einstellanzeigen verwenden, um am Display durch die Daten zu blättern. In den meisten Fällen laufen die Daten beschleunigt durch, wenn Sie den entsprechenden Knopf dabei gedrückt halten. Dies gilt nicht bei blinkender Countdown-Timernummer in der Anzeige des Countdown-Timer-Modus.

Automatische Rückkehrfunktionen

- Falls Sie die Uhr zwei oder drei Minuten im Alarmmodus belassen, ohne einen der Knöpfe zu betätigen, kehrt sie automatisch in den Zeitnehmungsmodus zurück.
- Falls Sie bei einer Anzeige mit blinkenden Stellen auf dem Display innerhalb von zwei oder drei Minuten keine Bedienung vornehmen, schließt die Uhr automatisch die Einstellanzeige.

Zeitnehmung

- Falls Sie die Sekunden auf  zurückstellen, während die aktuelle Sekundenzählung im Bereich von 30 bis 59 liegt, werden die Minuten um 1 erhöht. Im Bereich von 00 bis 29 werden die Sekunden auf  zurückgestellt, ohne dass sich die Minuten ändern.
- Das Jahr ist im Bereich von 2000 bis 2099 einstellbar.
- Der vollautomatische Kalender der Uhr berücksichtigt die unterschiedliche Länge der Monate und Schaltjahre. Sobald Sie das Datum einmal richtig eingestellt haben, besteht normalerweise keine Veranlassung, dieses nachträglich wieder zu ändern, es sei denn, die Batterie der Uhr wurde ausgetauscht.

Weltzeit

- Die Sekundenzählung der Weltzeit ist mit der Sekundenzählung im Zeitnehmungsmodus synchronisiert.
- Die Ortszeiten des Weltzeitmodus werden über die UTC-Zeitdifferenzen aus der Uhrzeit des im Zeitnehmungsmodus eingestellten Heimat-Stadtcodes berechnet.
- Die UTC-Zeitdifferenzen bezeichnen den Zeitunterschied der Zeitzonen, denen die jeweiligen Stadtcodes zugeordnet sind, gegenüber dem Referenzpunkt Greenwich, England.
- „UTC“ steht für „Universal Time Coordinated“ (koordinierte Weltzeit), den weltweiten wissenschaftlichen Standard der Zeitmessung. Dieser beruht auf sorgfältig gewarteten Atomuhren (Caesium), welche die Zeit mit Mikrosekunden-Genauigkeit einhalten. Schaltsekunden werden wie erforderlich addiert oder subtrahiert, um UTC synchron mit der Erddrehung zu halten.

Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtung

- Beim Elektrolumineszenz-Panel, durch das die Beleuchtung erfolgt, verschlechtert sich nach sehr langem Gebrauch die Leistung.
- In direktem Sonnenlicht kann die Beleuchtung schwer erkennbar sein.
- Bei beleuchtetem Display kann von der Uhr ein Ton zu hören sein. Dies geht auf die Vibration des zur Beleuchtung dienenden EL-Panels zurück und stellt keine Störung dar.
- Die Beleuchtung erlischt automatisch, wenn ein Alarm ausgegeben wird.
- Häufiges Einschalten der Beleuchtung entlädt die Batterie.

Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtungsautomatik

- Vermeiden Sie, die Uhr auf der Innenseite des Handgelenks zu tragen, da dies ein unnötiges Ansprechen der Beleuchtung verursachen und dadurch die Lebensdauer der Batterie verkürzen kann. Wenn Sie die Uhr auf der Innenseite des Handgelenks tragen möchten, schalten Sie die Beleuchtungsautomatik bitte vorher aus.



- Die Beleuchtung spricht eventuell nicht an, wenn Sie das Zifferblatt der Uhr um mehr als 15 Grad über oder unter der Parallelen halten. Achten Sie darauf, den Handrücken parallel zum Boden zu halten.
- Die Beleuchtung erlischt automatisch nach circa einer Sekunde, auch wenn die Uhr weiterhin auf das Gesicht gerichtet ist.

- Statische Elektrizität und Magnetfelder können den Betrieb der Beleuchtungsautomatik beeinträchtigen. Falls die Beleuchtung nicht anspricht, sollten Sie die Uhr zunächst wieder in die Ausgangslage bringen (parallel zum Boden) und dann wieder auf das Gesicht richten. Falls dies nicht funktioniert, den Arm zunächst herabhängen lassen und dann wieder anheben.
- Unter bestimmten Bedingungen schaltet sich die Beleuchtung nach dem Richten auf das Gesicht eventuell mit ca. einer Sekunde Verzögerung ein. Dies stellt also nicht unbedingt ein Funktionsproblem der Beleuchtungsautomatik dar.
- Eventuell ist ein sehr leises Klickgeräusch zu hören, wenn Sie die Uhr schütteln. Dieses Geräusch wird vom mechanischen Schalter der Beleuchtungsautomatik verursacht und ist kein Hinweis auf ein Problem bei der Armbanduhr.

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
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	Neumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

*Based on data as of June 2005.