

Guía de operación 3100

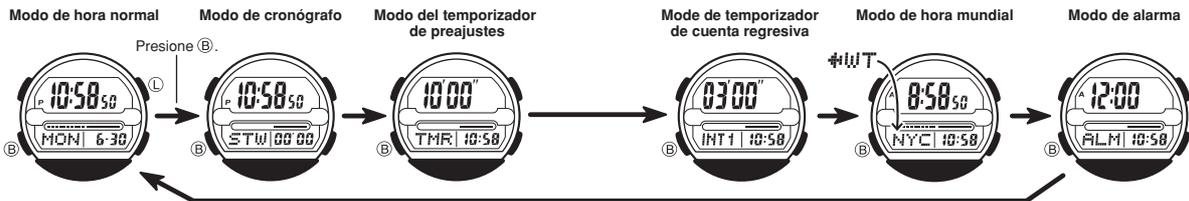
Acerca de este manual



- Dependiendo del modelo de su reloj, el texto visualizado aparece como caracteres oscuros sobre un fondo claro, o bien como caracteres claros sobre un fondo oscuro. Todos los ejemplos de visualizaciones de este manual utilizan caracteres oscuros sobre un fondo claro.
- Las operaciones de botón se indican usando las letras mostradas en la ilustración.
- Cada sección de este manual le proporciona la información que necesita para realizar las operaciones en cada modo. Detalles adicionales e información técnica pueden encontrarse en la sección "Referencia".

Guía general

- Presione (B) para cambiar de un modo a otro.
- En cualquier modo (excepto cuando la pantalla de ajuste se encuentra visualizada en la presentación), presione (L) para iluminar la presentación.



Hora normal

Hora : Minutos : Segundos
Indicador de PM



Día de semana Mes - Día

Para ajustar y ver la hora y fecha actual utilice el modo de hora normal.

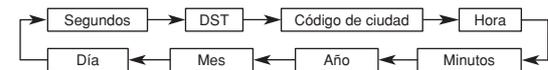
¡Lea esto antes de ajustar la hora y fecha!

Las horas visualizadas en el modo de hora normal y modo de hora mundial se encuentran vinculadas. Debido a esto, asegúrese de seleccionar el código de ciudad local antes de ajustar la hora y fecha.

Para ajustar la hora y fecha



1. En el modo de hora normal, mantenga presionado (A) hasta que los segundos comiencen a destellar, lo cual indica la pantalla de ajuste.
2. Presione (B) para mover la parte destellante en la secuencia mostrada a continuación para seleccionar los otros ajustes.



3. Cuando el ajuste que desea cambiar se encuentra destellando, utilice (D) y (C) para cambiarlo como se describe a continuación.

Pantalla	Para hacer esto:	Haga esto:
50	Reposicionar los segundos a 00	Presione (D).
0FF	Alternar entre la hora de verano (0FF) y la hora estándar (0FF)	Presione (D).
TYY	Cambiar el código de ciudad	Utilice (D) (este) y (C) (oeste).
:0:58	Cambiar la hora o los minutos	Utilice (D) (+) y (C) (-).
7000	Cambiar el año	
6-30	Cambiar el mes o el día	

- Para los detalles acerca de los códigos de ciudad, vea "City Code Table" (Tabla de código de ciudades).
- Para los detalles acerca del ajuste DST, vea la parte titulada "Hora de verano (DST)".

4. Presione (A) para salir de la pantalla de ajuste.

Hora de verano (DST)

La hora de verano (hora de ahorro de luz diurna) avanza el ajuste de la hora en una hora desde la hora estándar. Recuerde que no todos los países o aun áreas locales utilizan la hora de verano.

Para alternar la hora del modo de hora normal entre la hora DST y la hora estándar



1. En el modo de hora normal, mantenga presionado (A) hasta que los segundos comiencen a destellar, lo cual indica la pantalla de ajuste.
 2. Presione (B) para visualizar la pantalla de ajuste DST.
 3. Presione (D) para alternar entre la hora de verano (se visualiza 0FF) y la hora estándar (se visualiza 0FF).
 4. Presione (A) para salir de la pantalla de ajuste.
- El indicador DST aparece sobre la presentación, para indicar que la hora de verano se encuentra activada.

Para alternar entre la hora normal de 12 y 24 horas

- En el modo de hora normal, presione (D) para alternar entre la hora normal de 12 horas y la hora normal de 24 horas.
- Con el formato de 12 horas, en la presentación aparece el indicador P (PM) para las horas comprendidas entre el mediodía y las 11:59 p.m., y el indicador A (AM) aparece para las horas comprendidas entre la medianoche y las 11:59 a.m.
 - Con el formato de 24 horas, las horas se indican en la gama de 0:00 a 23:59, sin ningún indicador.
 - El formato de hora normal de 12/24 horas que selecciona en el modo de hora normal se aplica para todos los otros modos.
 - Los indicadores A y P no se visualizan cuando se visualiza la hora actual en otros modos.

Cronógrafo

Pantalla inicial del modo de cronógrafo

Hora actual del modo de hora normal



El modo de cronógrafo permite cronometrar un juego o un evento. La presentación superior muestra el tiempo transcurrido total sin parada, mientras que la presentación inferior muestra el tiempo transcurrido del evento, que puede ponerse en pausa para límites temporales, medios tiempos, etc.

- El límite de medición de la presentación superior (tiempo total) es de 99 minutos 59 segundos.
- El límite de medición de la presentación inferior (tiempo del evento) es de 59 minutos 59 segundos.
- La operación de medición del cronógrafo continuará ejecutándose hasta que usted la pare. Si cualquiera de los tiempos llega a su límite de medición, se vuelve a iniciar desde cero.
- La operación de medición del cronógrafo continuará aunque salga del modo de cronógrafo.

- Cuando se inicia el cronometraje de un evento, la presentación de la pantalla inicial mostrada en la página anterior cambiará a la de pantalla de tiempo transcurrido (mostrada debajo).
- Todas las operaciones de esta sección se ejecutan en el modo de cronógrafo, al que se ingresa presionando (B).

Pantalla de tiempo transcurrido

Minutos, segundos, 1/100 seg. del tiempo total
*Una vez que se inicie la medición de este tiempo, no se puede poner en pausa. Muestra el tiempo total desde el inicio de la operación de medición del cronógrafo.



Minutos, segundos del tiempo de evento
*La medición del tiempo en esta presentación se puede poner en pausa y reiniciar presionando (D).

Operación básica para cronometrar un evento



* La medición del tiempo total continúa en la presentación superior.

Uso del modo de cronógrafo para cronometrar un evento deportivo

Puede cronometrar un evento deportivo en el modo de cronógrafo, con la duración del evento preajustada o sin preajustar. Si la preajusta, el reloj emitirá un pitido cuando el tiempo total de la presentación superior alcance la duración preajustada para el evento.

Si se interrumpe el evento por límites temporales u otros motivos, presione (D) para poner en pausa y reiniciar la medición del tiempo del evento en la presentación inferior. Puesto que la medición del tiempo total continúa en la presentación superior, podrá calcular el tiempo de interrupción del juego (tiempo perdido), restando el tiempo visualizado en la presentación inferior del visualizado en la presentación superior.

Para preajustar la duración del evento



- En el modo de cronógrafo, mantenga presionado (A) hasta que el ajuste de la duración del evento actual comience a parpadear en la presentación superior. Esta es la pantalla de ajuste.
 - Si el ajuste de la duración de evento actual no aparece cuando mantiene presionado (A), significa que la operación del tiempo transcurrido actual está en curso. Para reposicionar, utilice el procedimiento descrito en "Para detener una operación de tiempo transcurrido y reposicionar el cronógrafo".
- Utilice (D) (+) y (C) (-) para cambiar el ajuste de la duración del evento actual.
 - La duración se puede ajustar en el rango de 1 a 60 minutos, en unidades de un minuto.
- Tras ajustar la duración, presione (A) para salir de la pantalla de ajuste.

Para empezar a cronometrar un evento

Presione (D) para empezar a cronometrar un evento.

- Inicialmente, el mismo tiempo transcurrido aparece en ambas presentaciones, superior e inferior.

Para poner el cronometraje en pausa

- Presione (D).
 - Esto hace que la medición del tiempo del evento se pare en la presentación inferior, pero la medición del tiempo total continúa en la presentación superior.
- Para volver a iniciar la medición del evento en la presentación inferior, presione (D) otra vez.

Cuando se alcance la duración preajustada para el evento

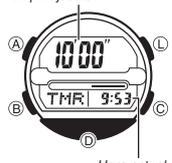
- Cuando el tiempo transcurrido en la presentación superior alcance la duración preajustada para el evento, el reloj emitirá un pitido durante 10 segundos.
- El evento continúa cronometrándose incluso después de que se alcance la duración preajustada para el evento.

Para detener una operación de tiempo transcurrido y reposicionar el cronógrafo

- Presione (D) para detener la medición del tiempo del evento en la presentación inferior.
 - La medición del tiempo total continúa en la presentación superior.
- Mantenga presionado (C) hasta que aparezca la pantalla inicial del modo de cronógrafo.

Temporizador de preajustes

El reloj incluye diversos tiempos preajustados, que se pueden seleccionar para el tiempo de inicio de la cuenta regresiva. La alarma suena cuando la cuenta regresiva llegue a cero.

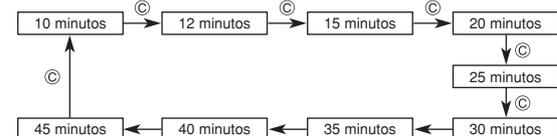


- A continuación se indican, en minutos, los tiempos de inicio preajustados: 10, 12, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45.
- También puede activar la auto-repetición, que reinicia automáticamente el temporizador desde el tiempo de preajuste actualmente seleccionado, cada vez que se llegue a cero.
- Todas las operaciones de esta sección se realizan en el modo de temporizador de preajustes, al cual se puede ingresar usando (B).

Para realizar una operación con el temporizador de preajustes



- En el modo de temporizador de preajustes, utilice (C) para desplazar secuencialmente los tiempos preajustados hasta que se visualice el que desea usar.



Indicador de auto-repetición activada



Número de repeticiones



- Para activar la auto-repetición, mantenga presionado (A) mientras se está visualizando la pantalla de selección del tiempo de inicio. El número de repeticiones aparecerá junto al tiempo del temporizador.
- El uso frecuente de la auto-repetición y de la alarma puede provocar la descarga de la pila.

- Presione (D) para poner en marcha la cuenta regresiva.

- Presione (D) durante la operación de cuenta regresiva para ponerla en pausa. Presione de nuevo (D) para reanudar la cuenta regresiva.

- Al llegar al final de la cuenta regresiva (independientemente de que la auto-repetición esté activada o desactivada), la alarma suena durante 10 segundos o hasta que la detenga presionando cualquier botón.

- Auto-repetición desactivada: Cuando se llega al final de la cuenta regresiva, se inicia la operación de tiempo transcurrido, y en la presentación superior se indica cuánto tiempo ha transcurrido desde el fin de la cuenta regresiva. La operación de tiempo transcurrido cesará automáticamente cuando se completen 60 minutos. En tal caso, aparecerá la pantalla de selección del tiempo de inicio del temporizador de cuenta regresiva.

- Auto-repetición activada: al llegar al final de la cuenta regresiva, se iniciará una nueva cuenta regresiva desde el tiempo de inicio preajustado. El número de repeticiones se visualizará junto al tiempo del temporizador. La visualización del número de repeticiones cambiará a "- -" cuando la cuenta llegue a 100.
- Para detener completamente una operación de cuenta regresiva, en primer lugar póngala en pausa (presionando (D)) y, a continuación, presione (C). Se visualizará la pantalla inicial del modo de temporizador preajustado.

Temporizador de cuenta regresiva

Con el temporizador de cuenta regresiva, puede configurar hasta nueve tiempos de inicio, para que la cuenta regresiva se realice secuencialmente, una tras otra.



Temporizador de cuenta regresiva

Ejemplo 1: Entrenamiento a intervalos
Carrera de 3 minutos (INT 1), descanso de 1 minuto (INT 2), carrera de 5 minutos (INT 3)

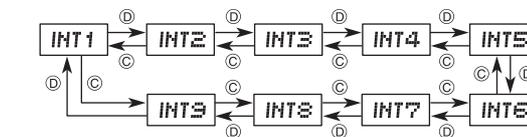
Ejemplo 2: Cronometraje de un juego
Período de 45 minutos (INT 1), medio tiempo de 15 minutos (INT 2), período de 45 minutos (INT 3)

- El reloj emite un pitido cada vez que cualquier temporizador de cuenta regresiva llegue a cero.
- Suena una alarma durante aproximadamente cinco segundos cuando el último temporizador de cuenta regresiva llegue a cero.

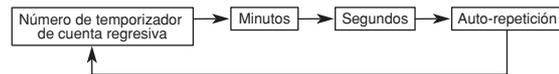
- Puede activar la función de auto-repetición para que la secuencia del temporizador de cuenta regresiva se inicie desde el comienzo al llegar al final del último temporizador.
- Todas las operaciones de esta sección se realizan en el modo de temporizador de cuenta regresiva, al cual puede ingresar usando (B).

Para configurar los ajustes del temporizador de cuenta regresiva

- En el modo de temporizador de cuenta regresiva, mantenga presionado (A) hasta que el número del temporizador de cuenta regresiva comience a parpadear. Esta es la pantalla de ajuste.
- Utilice (D) y (C) para desplazar secuencialmente los números del temporizador de cuenta regresiva hasta que se visualice el que desea ajustar.



- Presione (B) y mueva el parpadeo en la secuencia indicada a continuación para seleccionar otros ajustes.



- Mientras un ajuste está parpadeando, utilice (D) y (C) para cambiarlo, tal como se describe seguidamente.

Pantalla	Para hacer esto:	Haga esto:
INT 1	Cambiar el número de temporizador de cuenta regresiva	Utilice (D) (+) y (C) (-).
03:00	Cambiar los minutos	Utilice (D) (+) y (C) (-).
03:00	Cambiar los segundos (unidades de 5 segundos)	Utilice (D) (+) y (C) (-).
☑	Cambiar la auto-repetición entre desactivación y activación (OFF/ON)	Presione (D).

- Cualquier temporizador cuyo tiempo de inicio sea 00:00 no será usado durante la operación del temporizador de cuenta regresiva.
- La auto-repetición no está disponible individualmente para cada uno de los temporizadores de cuenta regresiva. En el modo de temporizador de cuenta regresiva, la auto-repetición se activará para todo el conjunto de temporizadores.



- Ajuste los tiempos de todos los temporizadores de cuenta regresiva deseados.
- Presione (A) para salir de la pantalla de ajuste.
 - Al activar la auto-repetición, el número de repeticiones aparecerá junto al tiempo del temporizador.
 - El uso frecuente de la auto-repetición y de la alarma provocará la descarga de la pila.

Para realizar una operación con el temporizador de cuenta regresiva

- En el modo de temporizador de cuenta regresiva, presione (D) para iniciar el temporizador de cuenta regresiva.
- Para poner en pausa una operación del temporizador de cuenta regresiva, presione (D). Presione de nuevo (D) para volverlo a iniciar.
 - Mientras está desactivada la auto-repetición, el reloj emite un pitido cuando cada temporizador de cuenta regresiva llegue a cero. Una alarma sonará durante aproximadamente cinco segundos cuando el último temporizador de cuenta regresiva llegue a cero.
 - Mientras está activada la auto-repetición, el reloj emite un pitido cuando cada temporizador de cuenta regresiva llegue a cero. Una alarma sonará durante aproximadamente cinco segundos cuando el último temporizador de cuenta regresiva llegue a cero. El cronometraje se reiniciará desde el primer temporizador cuando el último temporizador de cuenta regresiva llegue a cero. El número de repeticiones aparecerá visualizado junto al tiempo del temporizador. La visualización del número de repeticiones cambiará a "--" cuando la cuenta llegue a 100.
 - Cualquier operación del temporizador de cuenta regresiva en curso continuará ejecutándose aunque usted salga del modo de temporizador de cuenta regresiva.
 - Para detener el temporizador de cuenta regresiva, primero presione (D) para ponerlo en pausa y, a continuación, presione (C). El tiempo de la cuenta regresiva volverá a su valor inicial.

Hora mundial



- La hora mundial muestra la hora actual en 48 ciudades (29 zonas horarias) alrededor del mundo.
- Al ingresar al modo de hora mundial, aparecerán en primer lugar los datos que se estaban viendo la última vez que salió del modo.
 - Todas las operaciones en esta sección se realizan en el modo de hora mundial, al que ingresa presionando (B).

Para ver la hora de otro código de ciudad

- En el modo de hora mundial, presione (D) para desplazarse hacia el este a través de los códigos de ciudades, o (C) para desplazarse hacia el oeste.
- Para una información completa sobre los códigos de ciudades, vea la tabla "City Code Table" (Tabla de código de ciudades).

- Si la hora actual mostrada para una ciudad está equivocada, verifique la hora del modo de hora normal y los ajustes del código de ciudad, y realice los cambios necesarios.

Para alternar la hora de un código de ciudad entre la hora estándar y la hora de verano



- En el modo de hora mundial, utilice (D) y (C) para visualizar el código de ciudad cuyo ajuste de hora estándar/hora de verano desea cambiar.
- Mantenga presionado (A) durante un segundo para alternar la hora de verano (se visualiza DST) y hora estándar (no se visualiza DST).
- El indicador DST aparece en la presentación siempre que visualiza un código de ciudad para el cual se encuentra activada la hora de verano.
- Tenga en cuenta que el ajuste de hora DST/hora estándar afecta solamente al código de ciudad visualizado. Los otros códigos de ciudades no son afectados.

Alarma

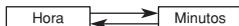


- Cuando la alarma diaria está activada, la alarma suena todos los días durante 10 segundos a la hora programada. Cuando la señal horaria se encuentra activada, el reloj emite zumbidos a cada hora.
- Todas las operaciones de esta sección se realizan en el modo de alarma, al que puede ingresar presionando (B).

Para ajustar la hora de alarma

- Sostenga presionado (A) mientras el reloj está en el modo de alarma hasta que los dígitos de hora comiencen a destellar sobre la presentación. Los dígitos de hora destellan sobre la presentación debido a que son seleccionados.
 - Esta operación activa automáticamente la alarma.

- Presione (B) para cambiar la selección en la secuencia siguiente.



- Mientras está parpadeando un ajuste, utilice (D) y (C) para cambiarlo, tal como se describe a continuación.

Pantalla	Para hacer esto:	Haga esto:
12:00	Cambiar la hora y los minutos	Utilice (D) (+) y (C) (-). • Con el formato de 12 horas, ajuste correctamente a a.m. (indicador A) o p.m. (indicador P).

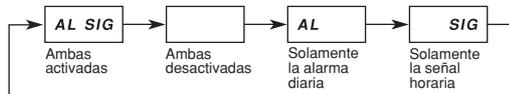
- Después de ajustar la alarma, presione (A) para retornar al modo de alarma.

Para parar la alarma

Presione cualquier botón para parar la alarma después que comience a sonar.

Para activar y desactivar la alarma diaria y la señal horaria

Presione (D) mientras el reloj se encuentra en el modo de alarma, para cambiar el estado de la alarma diaria y señal horaria en la secuencia siguiente.



Para probar la alarma

Para hacer sonar la alarma, sostenga presionado (D) mientras se encuentra en el modo de alarma.

Referencia

Esta sección contiene información técnica y más detallada acerca de las operaciones del reloj. También contiene precauciones y notas importantes acerca de las variadas características y funciones de este reloj.

Tono de operación de los botones



El tono de operación de los botones suena cada vez que presiona uno de los botones del reloj. Puede activar o desactivar el tono de operación de los botones, según se desee.

- Aunque se desactive el tono de operación de los botones, las alarmas, la señal horaria, la alarma de cuenta regresiva, y la alarma del temporizador de eventos funcionarán de la manera normal.

Para activar y desactivar el tono de operación de los botones

En cualquier modo (excepto cuando la pantalla de ajuste se encuentra visualizada en el la presentación), mantenga presionado (B) para alternar el tono de operación de los botones entre activación (no se visualiza S) y desactivación (se visualiza S).

- Si mantiene presionado (B) para activar y desactivar el tono de operación de los botones también hace que cambie el modo actual del reloj.
- El indicador S se visualiza en todos los modos cuando esté desactivado el tono de operación de los botones.

Desplazamiento

Los botones (C) y (D) se utilizan en los variados modos y pantallas de ajuste para desplazarse a través de los datos sobre la presentación. En la mayoría de los casos, manteniendo presionado estos botones durante una operación de desplazamiento, se desplaza a alta velocidad. Esto es válido a menos que el número del temporizador de cuenta regresiva esté destellando en la pantalla del modo de temporizador de cuenta regresiva.

Funciones de retorno automático

- Si deja el reloj en el modo de alarma durante dos o tres minutos sin realizar ninguna operación, se cambiará automáticamente el modo de hora normal.
- Si deja una pantalla de ajuste con los dígitos destellando sobre la presentación durante dos o tres minutos sin realizar ninguna operación, el reloj saldrá automáticamente de la pantalla de ajuste.

Hora normal

- Reposicionando los segundos a 00 mientras la cuenta actual se encuentra en la extensión de 30 a 59, ocasiona que los minutos aumenten en 1. En la extensión de 00 a 29, los segundos se reposicionan a 00 sin cambiar los minutos.
- El año puede ajustarse en la extensión de 2000 al 2099.
- El calendario completamente incorporado en su reloj, permite ajustar automáticamente las diferentes extensiones de los meses y años bisiestos. Una vez que ajusta la fecha, no hay razón para cambiar la fecha excepto después de reemplazar la pila del reloj.

Hora mundial

- La cuenta de segundos de la hora mundial se encuentra sincronizada con la cuenta de segundos del modo de hora normal.
- Las horas del modo de hora mundial se calculan a partir de la hora de la ciudad local ajustada actualmente en el modo de hora normal, usando los valores de diferencia horaria con UTC.
- La diferencia UTC es un valor que indica la diferencia horaria entre un punto de referencia en Greenwich, Inglaterra y la zona horaria en donde se ubica una ciudad.
- "UTC" es la abreviación de "Hora Universal Coordinada", que es la norma científica mundial para la indicación horaria normal. Se basa en relojes atómicos (cesium) mantenidos cuidadosamente, que mantienen una precisión con exactitud de microsegundos. Los saltos de segundos se agregan o sustraen de acuerdo a lo que sea necesario, para mantener la hora UTC en sincronismo con la rotación de la Tierra.

Precauciones con la iluminación

- Un LED (diodo emisor de luz) ilumina la presentación para una fácil lectura en la oscuridad. En cualquier modo (excepto cuando hay una pantalla de ajuste en la presentación), presione (L) para activar la iluminación durante aproximadamente dos segundos.
- La iluminación puede ser difícil de ver cuando se la observa bajo la luz directa del sol.
 - La iluminación se desactiva automáticamente siempre que suena una alarma.
 - El uso frecuente de la iluminación agota la pila.

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, Colombo
DAC	Dhaka	+06.0	
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 December 2006.