

Contenido

Antes de empezar...

Indicadores

Área de visualización del gráfico

Cambio de contenido en la pantalla digital en modo de indicación de la hora

Navegación entre modos

Cambio de las manecillas

Funciones útiles

Uso de Mobile Link con un teléfono móvil

Primeros pasos

Ajuste de hora automático

Visualización de los datos del podómetro

Visualización de los datos del cronómetro

Configuración de los ajustes del tiempo objetivo del cronómetro

Configuración de los ajustes programables del temporizador

Configuración de los ajustes de hora mundial

Ajuste de la alineación de las manecillas

Buscador de teléfono

Configuración de los ajustes del reloj

Cambio de los ajustes del horario de verano de la ciudad local

Conexión

Conexión con un teléfono

Cancelación de una conexión con un teléfono

Uso del reloj en un centro médico o un avión

Desemparejamiento

Si compra otro teléfono

Podómetro

Recuento de pasos

Visualización del recuento de pasos

Reinicio del recuento de pasos de hoy

Definición de un objetivo de pasos diarios

Causas de un recuento de pasos incorrecto

Cronómetro

Fraciones de tiempo y tiempos de segmento

Medición de tiempo transcurrido

Medición de fracciones de tiempo

Medición de los tiempos de segmento

Uso de la alarma de tiempo objetivo

Descripción general

Especificación de un tiempo objetivo

Medición del tiempo transcurrido con la función de tiempo objetivo

Restauración de tiempos objetivo

Visualización de los datos de tiempo de medición

Visualización de los registros de datos

Eliminación de un determinado registro

Eliminación de todos los registros

Temporizador

Configuración de la hora de inicio del temporizador

Uso del temporizador

Medición del tiempo transcurrido con inicio automático

Uso del temporizador de intervalos

Descripción general

Configuración de los ajustes de temporizador de intervalos

Uso de un temporizador de intervalos para la medición del tiempo transcurrido

Hora dual

Configuración de los ajustes de hora dual

Cambio entre la hora de la ciudad local y la hora dual

Alarmas y señal de hora

Configuración de los ajustes de alarma

Activación/desactivación de una alarma o de la señal de hora

Cómo parar una alarma

Determinación del estado de activación/desactivación de la alarma

Configuración manual de los ajustes de hora

Ajuste de la hora y la fecha

Cambio de indicación de hora entre 12 y 24 horas

Luz de iluminación

Iluminación manual de la pantalla

Luz automática

Configuración de los ajustes de luz automática

Especificación de la duración de la iluminación

Ajuste de la alineación de las manecillas

Ajuste de la alineación de las manecillas

Sustitución de la pila

Otros ajustes

Activación del tono de operación de los botones

Traslado a otra zona horaria

Otra información

Teléfonos compatibles

Especificaciones

Precauciones de Mobile Link

Copyright y copyright registrado

Solución de problemas

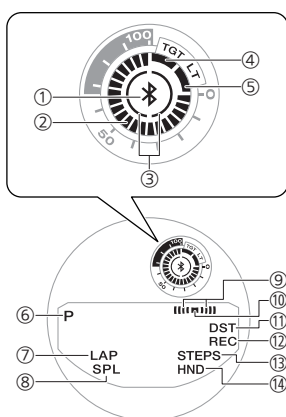
Antes de empezar...

Esta sección proporciona una descripción general del reloj y explica cómo conectarlo con un teléfono. La conexión con un teléfono le permite sincronizar los ajustes de la hora del reloj con la información obtenida del teléfono y visualizar los recuentos de pasos y el cronómetro del reloj en la pantalla del teléfono.

Nota

- Las ilustraciones incluidas en esta guía de operación se han creado con el fin de facilitar la explicación. Las ilustraciones pueden diferir ligeramente del elemento que representan.

Indicadores



- 1** Aparece cuando hay una conexión entre el reloj y el teléfono.
- 2** Área del gráfico
El funcionamiento del área de visualización del gráfico depende de las operaciones de cada modo de reloj.
- 3** Indicadores de pasos
Indica si el recuento de pasos se incrementa.
- 4** [TGT]
En el modo de cronómetro, indica el estado de la medición cuando está activada la función de tiempo objetivo.
- 5** [LT]
Se muestra cuando está habilitada la Luz automática.
- 6** [P]
Aparece cuando la hora indicada pertenece a una hora p.m.

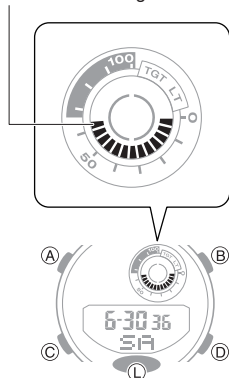
- 7** [LAP]
Se muestra cuando se visualiza un tiempo de segmento.
- 8** [SPL]
Se muestra cuando se visualiza una fracción de tiempo.
- 9** Alarma
Se muestra cuando hay una alarma activada.
- 10** Señal de hora
Se muestra cuando está activada la señal de hora.
- 11** [DST]
Se muestra cuando la hora actual corresponde al horario de verano.
- 12** [REC]
Se muestra cuando el reloj está en modo de recuperación.
- 13** [STEPS]
Se muestra cuando se visualiza el recuento de pasos.
- 14** [HND]
Se muestra cuando se apartan las manecillas del reloj para facilitar la lectura.

Área de visualización del gráfico

El funcionamiento del área de visualización del gráfico depende de las operaciones de cada modo de reloj.

- El área de visualización del gráfico aparece en blanco en el modo de recuperación y en el modo de alarma.

Área de visualización del gráfico



Modo de indicación de la hora

Mientras se muestra un recuento de pasos, el área de visualización del gráfico indica su progreso con respecto al objetivo de pasos diarios. En otros tipos de visualización, muestra los segundos de la hora actual.

Modo de cronómetro

Cuando la función de tiempo objetivo está activada, la pantalla gráfica indica hasta qué punto ha conseguido su tiempo objetivo. Cuando la función de tiempo objetivo está desactivada, muestra el recuento de los segundos del tiempo transcurrido en el cronómetro.

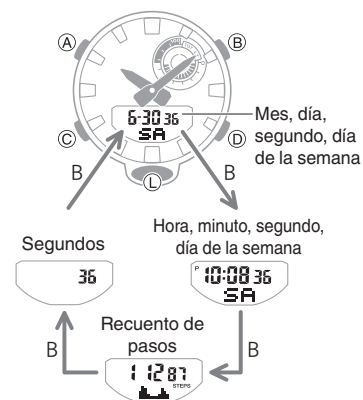
Modo de temporizador

El área de visualización del gráfico muestra el porcentaje de cuenta atrás que queda.

Hora dual

El área de visualización del gráfico está sincronizada con los segundos de la hora dual.

Cambio de contenido en la pantalla digital en modo de indicación de la hora

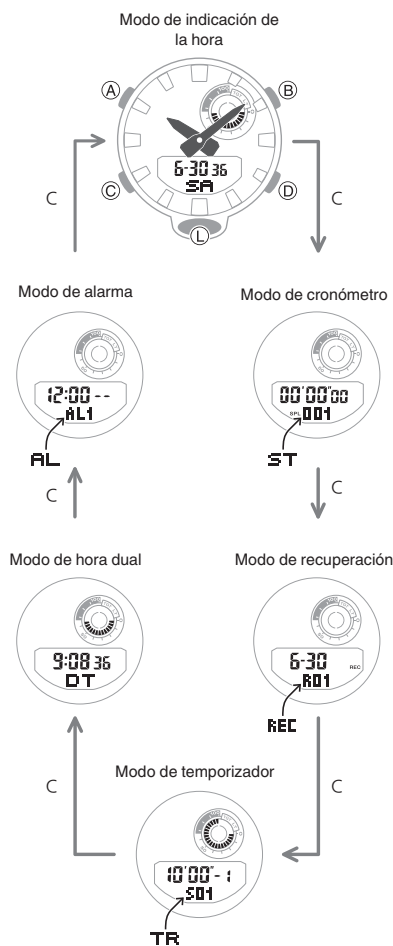


Para cambiar de contenido en la pantalla digital en modo de indicación de la hora, pulse (B).

Navegación entre modos

Pulse (C) para alternar entre los modos.

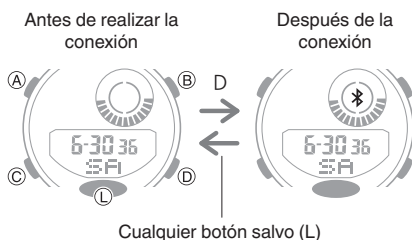
- Mantenga pulsado (C) durante unos dos segundos para acceder al modo de indicación de la hora.



● Conexión con un teléfono

Mantenga pulsado (D) durante dos segundos aproximadamente para establecer una conexión con el teléfono.

- Para finalizar una conexión entre un teléfono y el reloj, pulse cualquier botón del reloj distinto a (L).

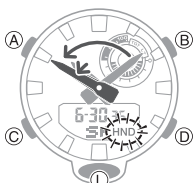


Cambio de las manecillas

El cambio de manecilla desplaza las manecillas para facilitar la visualización de la información de la pantalla.

- Mientras mantiene pulsado (L), pulse (C).

- Las manecillas analógicas se apartarán para facilitar la visualización de la información que se muestra en la pantalla.



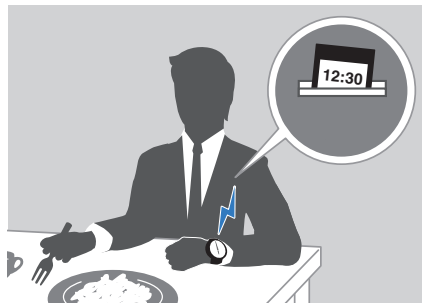
- Para devolver las manecillas a las posiciones de indicación de hora normal, pulse (C).

Funciones útiles

El emparejamiento del reloj con el teléfono facilita el uso de varias de las funciones del reloj.

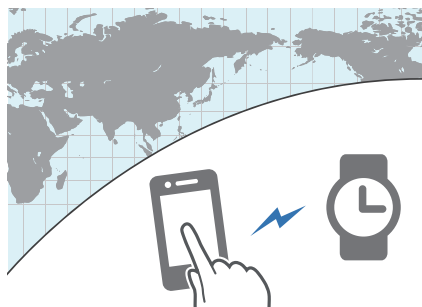
Ajuste de hora automático

- [Ajuste de hora automático](#)



Selección de más de 300 horas mundiales en función de la ciudad

- [Configuración de los ajustes de hora mundial](#)



Transferencia de datos a un teléfono

- [Visualización de los datos del podómetro](#)
- [Visualización de los datos del cronómetro](#)



Además, se pueden configurar varios ajustes del reloj mediante el teléfono.

Para transferir datos a un reloj y configurar los ajustes, primero debe emparejar el reloj con el teléfono.

- [Primeros pasos](#)

Uso de Mobile Link con un teléfono móvil

Mientras exista una conexión Bluetooth entre el reloj y el teléfono, el ajuste de hora del reloj se realiza automáticamente. También puede cambiar el resto de ajustes del reloj.

Nota

- Esta función solo está disponible mientras se esté ejecutando CASIO WATCHES en el teléfono.
- En esta sección se describen las operaciones del reloj y el teléfono.
- : operación del reloj
- : operación del teléfono

Primeros pasos

Para conectar el reloj con un teléfono, instale la aplicación CASIO "CASIO WATCHES" en el teléfono y utilice la conexión Bluetooth para emparejar el reloj con el teléfono.

● ① Instale la aplicación en el teléfono.

En Google Play o App Store, busque la aplicación "CASIO WATCHES" de CASIO e instálela en el teléfono.

● ② Configure los ajustes de Bluetooth.

Activar el Bluetooth del teléfono.

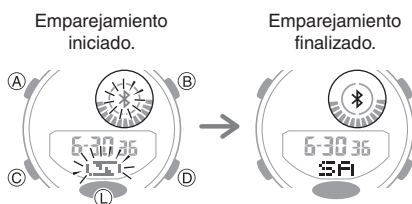
Nota

- Para obtener información detallada sobre los procedimientos de ajuste, consulte la documentación del teléfono.

● ③ Empareje el reloj con un teléfono.

Para poder utilizar el reloj junto con un teléfono, primero debe emparejarlos.

1. Acceda al modo de indicación de la hora.
[Navegación entre modos](#)
2. Ponga el teléfono con el que se va a emparejar cerca del reloj (aproximadamente a una distancia de un metro).
3. Toque el icono "CASIO WATCHES".
4. Pulse en la pestaña "Mi reloj".
5. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para registrar el reloj en la aplicación CASIO WATCHES del teléfono.
6. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos. Suelte el botón cuando empiece a parpadear.
 Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.
 - Si el emparejamiento no puede llevarse a cabo por algún motivo, realice de nuevo el procedimiento desde el paso 1.



Nota

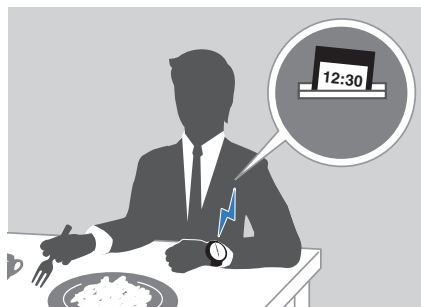
- La primera vez que inicie CASIO WATCHES, aparecerá un mensaje en el teléfono para preguntarle si desea activar la obtención de información de ubicación. Configure los ajustes para permitir el uso de la información de ubicación en segundo plano.

Ajuste de hora automático

Puede configurar los ajustes del reloj para que se conecte con un teléfono a horas preestablecidas cada día y configure los ajustes de hora según la información que obtenga de un servidor de hora en línea.

● Mediante el ajuste automático

El reloj actualiza el ajuste de hora cuatro veces al día, según un horario predefinido. Lleva a cabo la operación de ajuste automáticamente mientras usted sigue con su vida diaria, sin necesidad de que realice ninguna acción.



¡Importante!

- Es posible que el reloj no pueda realizar el ajuste automático de la hora en las condiciones descritas a continuación:
 - Cuando el reloj está demasiado lejos del teléfono emparejado
 - Cuando la comunicación no sea posible debido a interferencias de radio, etc.
 - Mientras el sistema del teléfono se esté actualizando
 - Cuando CASIO WATCHES no se está ejecutando en el teléfono

Nota

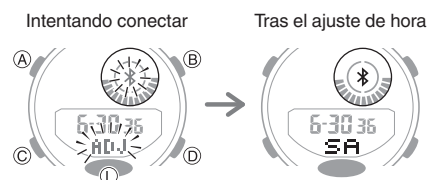
- Si el reloj no indica la hora correcta, aunque sea capaz de conectarse con un teléfono, corrija las posiciones de las manecillas y la fecha.
[Ajuste de la alineación de las manecillas](#)
- Si se ha especificado una hora mundial en función de la ciudad con CASIO WATCHES, el ajuste de hora también se realiza de forma automática.
- El reloj se conectará al teléfono y realizará un ajuste de hora automático a las siguientes horas: 00:30, 06:30, 12:30 y 18:30. La conexión finalizará automáticamente tras completarse el ajuste de hora automático.

● Activación del ajuste de hora inmediato

El reloj sincronizará el ajuste de hora de acuerdo con la hora del teléfono inmediatamente cuando se hayan conectado. Cuando desee configurar el ajuste de hora del reloj en función de la hora del teléfono, realice el procedimiento siguiente para conectarse a un teléfono.

1. Pulse (D).

Esto hace que y [ADJ] parpadeen en la pantalla. dejará de parpadear cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, y los ajustes de la hora del reloj se sincronizarán con los del teléfono.



Nota

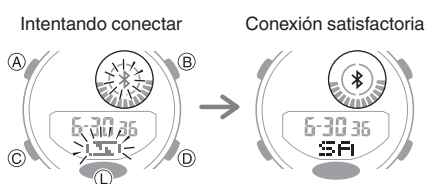
- La conexión finaliza automáticamente tras completarse el ajuste de hora.
- Si se produce algún error en el ajuste de hora, el reloj volverá al modo de indicación de la hora sin cambiar los ajustes.

Visualización de los datos del podómetro

CASIO WATCHES se puede utilizar para ver los datos medidos por el reloj que aparecen a continuación.

- Recuento de pasos y calorías quemadas durante 24 horas
- Recuento de pasos y calorías quemadas durante la semana

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Siga las instrucciones de la pantalla para mostrar los datos del podómetro.

Nota

- También puede utilizar CASIO WATCHES para especificar un objetivo de pasos diarios.
- Aunque el recuento de pasos se muestra en la pantalla en tiempo real, CASIO WATCHES muestra el recuento de paso en la parte superior cada hora y cada media hora. Por este motivo, el recuento de pasos que muestra CASIO WATCHES puede ser diferente al que aparece en el reloj.

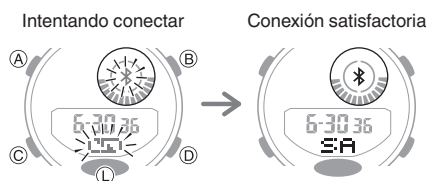
Visualización de los datos del cronómetro

En esta sección se explica cómo enviar tiempos de segmento y fracciones de tiempo (hasta 200 registros) almacenados en la memoria del reloj, así como otros datos del teléfono, para visualizarlos en CASIO WATCHES.

● Envío de datos del cronómetro a un teléfono

Use el procedimiento siguiente para enviar datos desde el reloj a un teléfono.

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para transferir los datos medidos por el reloj al teléfono.

Cuando la transferencia de datos termine, aparecerá una lista de los datos de medición en la pantalla del teléfono.

- Si toca el elemento de datos del cronómetro aparecen los detalles.

● Comprobación de los datos enviados

Utilice CASIO WATCHES para comprobar los datos que envía al teléfono.

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para ver los datos de medición que desee.

Nota

- Para eliminar los datos, puede tocar "Editar".

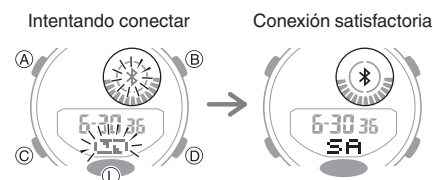
Configuración de los ajustes del tiempo objetivo del cronómetro

Puede utilizar CASIO WATCHES para configurar ajustes de hasta 10 tiempos objetivo. Los tiempos objetivo se pueden indicar en unidades de un segundo hasta un total de 24 horas.

- Para obtener más información acerca de los tiempos objetivo, consulte la siguiente información.

[Descripción general](#)

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para configurar el ajuste del tiempo objetivo del cronómetro.

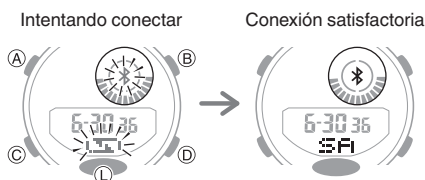
Configuración de los ajustes programables del temporizador

Puede utilizar CASIO WATCHES para configurar ajustes programables del temporizador y crear un grupo de varios temporizadores.

- Para obtener más información acerca del temporizador programable, consulte la siguiente información.

[Descripción general](#)

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



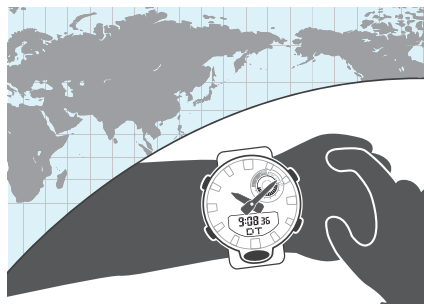
3. Realice la operación que aparece en la pantalla para configurar los ajustes programables del temporizador.

Nota

- Para cambiar el título de un temporizador o eliminarlo, toque "Editar".

Configuración de los ajustes de hora mundial

La especificación de una hora mundial en función de la ciudad con CASIO WATCHES hace que el reloj cambie su hora en consecuencia. El ajuste del horario estándar/horario de verano de la hora mundial se configurará automáticamente sin que realice ninguna acción.

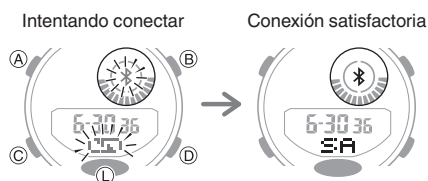


Nota

- La función Hora mundial de CASIO WATCHES le permite seleccionar una de las aproximadamente 300 ciudades como hora mundial en función de la ciudad.

• Selección de una hora mundial en función de la ciudad

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



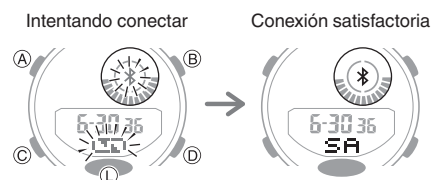
3. Realice la operación que se muestra en la pantalla del teléfono. El ajuste de la hora mundial se reflejará en el reloj.

- Puede comprobar la hora mundial accediendo al modo de hora dual.



• Configuración del ajuste de horario de verano

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para seleccionar el ajuste del horario de verano.

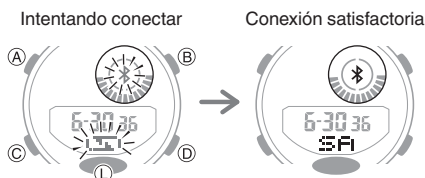
- "Auto"
El reloj cambia entre la hora estándar y el horario de verano automáticamente.
- "OFF"
El reloj siempre indica la hora estándar.
- "ON"
El reloj siempre indica el horario de verano.

Nota

- Mientras el ajuste del horario de verano esté configurado como "Auto", el reloj cambiará entre la hora estándar y el horario de verano automáticamente. No es necesario que cambie manualmente entre la hora estándar y el horario de verano. Incluso si se encuentra en una zona que no contempla el horario de verano, puede dejar el ajuste de horario de verano del reloj en "Auto".
- La modificación manual del ajuste de hora con una operación del reloj cancelará el cambio automático entre la hora estándar y el horario de verano.
- Una pantalla CASIO WATCHES muestra información sobre los períodos de hora de verano.

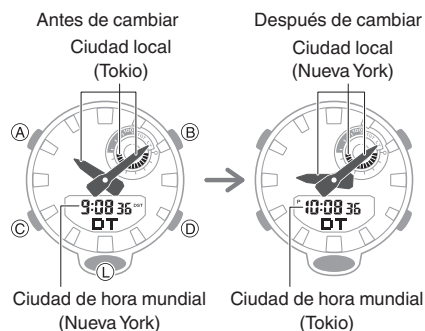
● Cambio entre la hora mundial y la hora local

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Realice la operación que se muestra en la pantalla del teléfono para cambiar entre la hora local y la hora mundial.

Por ejemplo, si su ciudad local es Tokio y la ciudad para la hora mundial es Nueva York, se intercambiarán como se muestra a continuación.



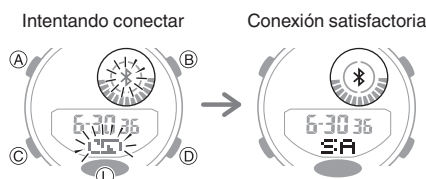
Nota

- El ajuste de hora automático no funciona durante las 24 horas siguientes al cambio entre la hora local y la hora mundial.

Ajuste de la alineación de las manecillas

Si las manecillas no están alineadas incluso después de haber realizado el ajuste de hora automático, utilice CASIO WATCHES para ajustarlas.

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para corregir la alineación de las manecillas.

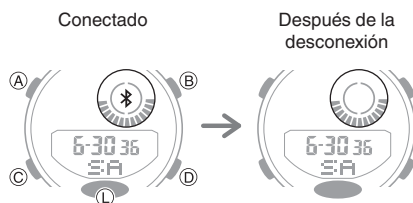
Buscador de teléfono

Puede utilizar el buscador del teléfono para emitir un tono en el teléfono y que sea más fácil localizarlo. Esta función obliga al teléfono a emitir un tono incluso si está en modo silencioso.

¡Importante!

- No utilice esta función en zonas en las que no se permitan tonos para llamadas telefónicas.
- El tono suena a un volumen muy alto. No utilice esta función si está utilizando el teléfono con auriculares.

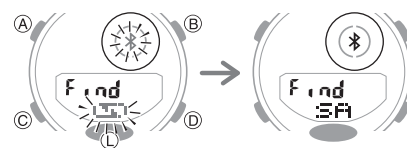
1. Si el reloj está conectado a un teléfono, pulse cualquier botón excepto (L) para finalizar la conexión.



2. Mantenga pulsado (C) durante 2 segundos aproximadamente.
Esto hará que el reloj acceda al modo de indicación de la hora.

3. Mantenga pulsado (D) durante cinco segundos aproximadamente hasta que [Find] aparezca en la pantalla.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, este último emitirá un tono.

- Pasarán unos segundos antes de que suene el teléfono.

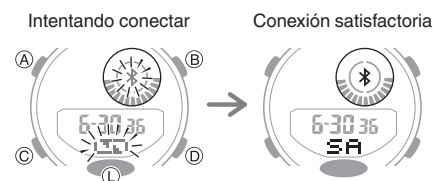


4. Pulse cualquier botón excepto (L) para detener el tono.
• Puede pulsar cualquier botón del reloj para detener el tono, pero solo durante los primeros 30 segundos después de que empiece a sonar.

Configuración de los ajustes del reloj

Puede utilizar CASIO WATCHES para especificar la cantidad de tiempo hasta finalizar automáticamente la conexión Bluetooth y la duración de la iluminación, así como configurar otros ajustes.

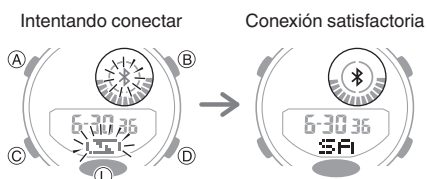
1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Seleccione el ajuste que desea cambiar y, a continuación, realice la operación que se muestra en la pantalla del teléfono.

Cambio de los ajustes del horario de verano de la ciudad local

1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para cambiar el ajuste del horario mundial de verano de la ciudad local.

Conexión

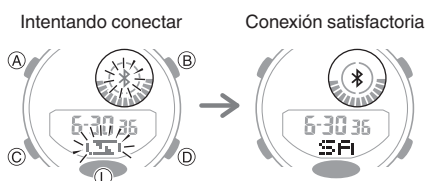
Conexión con un teléfono

En esta sección se explica cómo establecer una conexión Bluetooth con un teléfono emparejado con el reloj.

- Si el reloj no está emparejado con el teléfono al que desea conectarse, consulte la información que aparece a continuación para emparejarlos.

[Empareje el reloj con un teléfono.](#)

1. Acceda al modo de indicación de la hora.
 [Navegación entre modos](#)
2. Ponga el teléfono cerca del reloj (aproximadamente a una distancia de un metro).
3. Tras confirmar que no aparece el icono , mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



¡Importante!

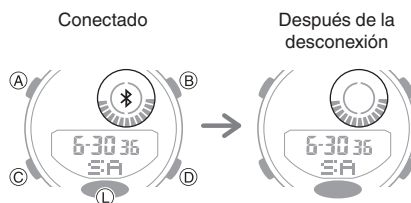
- Si tiene problemas para establecer una conexión, eso podría significar que CASIO WATCHES no se está ejecutando en el teléfono. En la pantalla de inicio del teléfono, toque el icono "CASIO WATCHES". Una vez iniciada la aplicación, mantenga pulsado el botón (D) del reloj durante unos dos segundos.

Nota

- La conexión se interrumpirá si no realiza ninguna operación en el reloj o el teléfono durante un tiempo determinado.
Para especificar el límite de tiempo de conexión, realice la siguiente operación con CASIO WATCHES: "Ajustes del reloj" → "Tiempo de conexión con la aplicación". A continuación, seleccione una configuración de 3 minutos, 5 minutos o 10 minutos.

Cancelación de una conexión con un teléfono

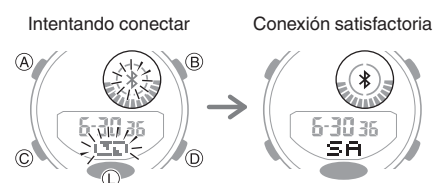
Para finalizar una conexión Bluetooth, pulse cualquier botón excepto (L).



Uso del reloj en un centro médico o un avión

Tanto si se encuentra en un hospital, un avión como cualquier otro lugar donde la conexión con un teléfono pueda causar problemas, puede utilizar el siguiente procedimiento para desactivar el ajuste de hora automático. Para volver a activar el ajuste de hora automático, realice la misma operación.

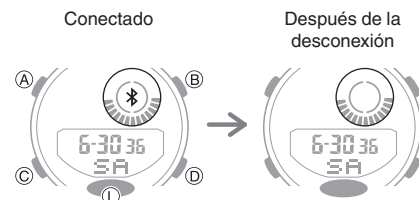
1. Toque el icono "CASIO WATCHES".
2. Mantenga pulsado (D) durante unos dos segundos.
Cuando se establezca una conexión entre el reloj y el teléfono, el icono dejará de parpadear.



3. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para activar o desactivar el ajuste de hora automático.

Desemparejamiento

1. Si el reloj está conectado a un teléfono, pulse cualquier botón excepto (L) para finalizar la conexión.



2. Toque el icono "CASIO WATCHES".
3. Realice la operación que aparece en la pantalla del teléfono para que se produzca el desemparejamiento.

Si compra otro teléfono

Deberá realizar la operación de emparejamiento siempre que desee establecer una conexión Bluetooth con un teléfono por primera vez.

[Empareje el reloj con un teléfono.](#)

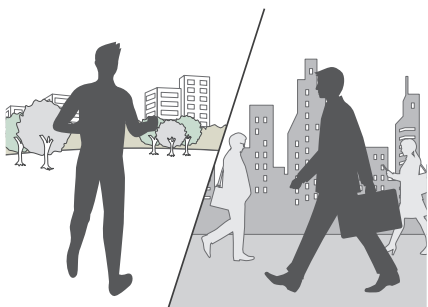
Podómetro

Puede utilizar el podómetro para consultar su recuento de pasos mientras camina, realiza sus actividades diarias, etc.



Recuento de pasos

Si lleva el reloj puesto correctamente, el podómetro contará sus pasos conforme camina y realiza actividades diarias.

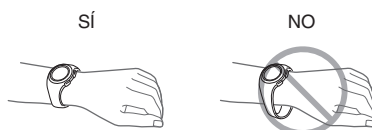


¡Importante!

- Puesto que el podómetro del reloj es un dispositivo de muñeca, es posible que detecte movimientos que no sean pasos y los cuente como tales. Asimismo, los movimientos anómalos del brazo al caminar pueden resultar en un recuento de pasos incorrecto.

● Antes de empezar

Para lograr una mayor exactitud en el recuento de pasos, oriente la pantalla del reloj hacia la parte exterior de la muñeca y cierre la correa con firmeza. Si la correa está suelta, será imposible obtener una medición exacta.



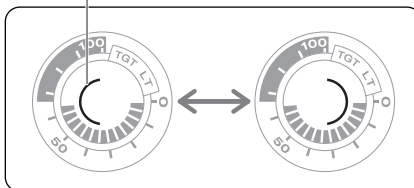
● Recuento de pasos

El podómetro comenzará a contar sus pasos en cuanto comience a andar. Los indicadores de pasos muestran si el recuento de pasos se incrementa.

Si se alternan en intervalos de un segundo, significa que está andando y se está aumentando el recuento.

Si se muestran los dos al mismo tiempo, significa que no está andando y no se está incrementando el recuento.

Indicadores de pasos



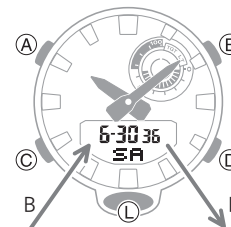
● Cómo visualizar el recuento de pasos

[Visualización del recuento de pasos](#)

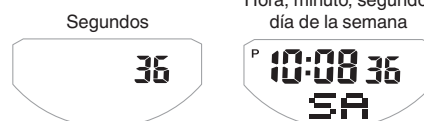
Visualización del recuento de pasos

1. Acceda al modo de indicación de la hora. [Navegación entre modos](#)
2. Utilice (B) para mostrar el recuento de pasos.

Mes, día, segundo, día de la semana



Hora, minuto, segundo, día de la semana



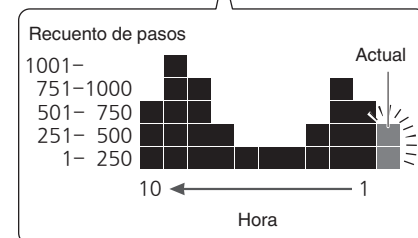
Recuento de pasos diario

Gráfico de recuento de pasos

● Interpretación del gráfico de recuento de pasos

El gráfico de recuento de pasos muestra el número de pasos (hasta 1.000) que ha dado cada hora. Esto le permite consultar fácilmente su ritmo de marcha durante las últimas 10 u 11 horas.

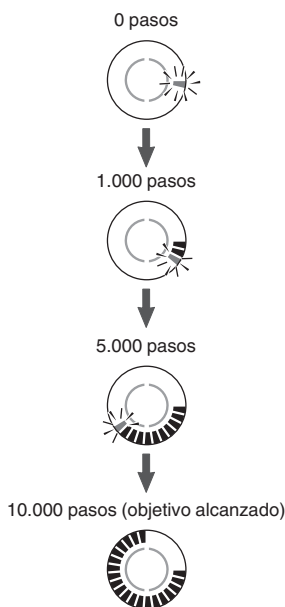
- Cuando el recuento de pasos es igual a cero, no se muestra el gráfico.
- El contenido del gráfico se actualiza normalmente cada hora en punto.



● Consulta de su progreso respecto al objetivo de pasos diarios

El área de visualización del gráfico muestra su progreso actual respecto al objetivo de pasos diarios especificado.

Ejemplo: objetivo diario de 10.000 pasos



Nota

- El recuento de pasos puede mostrar un valor máximo de 999.999 pasos. Si el recuento de pasos supera los 999.999, se seguirá mostrando el valor máximo (999.999).
- Para evitar recuentos incorrectos, el recuento que se muestra no aumenta durante 10 segundos después de empezar a caminar. Después de caminar durante 10 segundos, aparece el recuento correcto, que incluye los pasos dados durante estos 10 segundos.
- El contenido del gráfico se actualiza normalmente cada hora en punto.
- El recuento de pasos se restablece a 0 a las 00:00 h.
- Para ahorrar energía, el recuento de pasos se detiene automáticamente cuando se quita el reloj (cuando este no detecta movimiento) y no realiza ninguna operación durante dos o tres minutos.
- El gráfico de recuento de pasos también se actualiza cuando tiene lugar alguna de las siguientes situaciones.
 - Cuando se detiene el funcionamiento del acelerómetro para ahorrar energía.
 - Cuando el recuento no es posible debido a un error del acelerómetro o a un nivel bajo de la pila.

Reinicio del recuento de pasos de hoy

1. Acceda al modo de indicación de la hora.
[🔍 Navegación entre modos](#)

2. Mantenga pulsado (B) y (D) durante unos dos segundos.

Esto reinicializa el recuento de pasos.



Definición de un objetivo de pasos diarios

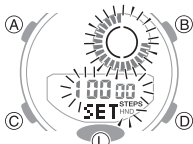
Puede especificar un objetivo de pasos diarios de entre 1.000 y 50.000 en unidades de 1.000 pasos.

1. Acceda al modo de indicación de la hora.
[🔍 Navegación entre modos](#)

2. Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.

Suelte el botón cuando [SET] deje de parpadear.

- Esto hace que el objetivo actual de pasos diarios parpadee.



3. Utilice (D) y (B) para ajustar el objetivo de pasos diarios.

4. Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Causas de un recuento de pasos incorrecto

Cualquiera de las siguientes condiciones puede impedir que se realice un recuento de pasos correcto.

- Caminar con zapatillas de casa, sandalias o cualquier otro calzado con el que se arrastren los pies
- Caminar sobre un suelo de azulejos, una alfombra, una carretera nevada o cualquier otra superficie que requiera arrastrar los pies
- Caminar de forma irregular (en un lugar abarrotado, en un sitio estrecho que implique caminar y detenerse a intervalos cortos, etc.)
- Andar muy lentamente o correr muy rápidamente
- Llevar un carro de compra o un carrito de bebé
- Caminar por una zona con muchas vibraciones, montar en bicicleta o conducir un vehículo
- Realizar movimientos frecuentes con la mano o el brazo (aplaudir, abanicar, etc.)
- Caminar cogidos de la mano, caminar con bastón o realizar cualquier otra acción en la que los movimientos de la mano y las piernas no estén sincronizados
- Realizar actividades diarias en las que no se camina (limpieza, etc.)
- Llevar el reloj puesto en la mano dominante
- Caminar durante 10 segundos o menos
- Realizar movimientos con la mano del reloj (para la función de cambio de manecilla, etc.)

Cronómetro

El cronómetro mide el tiempo transcurrido en unidades de 1/100 segundos durante la primera hora y, a continuación, en unidades de 1 segundo hasta 24 horas.

Además de las mediciones normales de tiempo transcurrido, el cronómetro también le permite tomar lecturas de fracción de tiempo y tiempo de segmento. También puede establecer un tiempo objetivo y controlar su progreso respecto al mismo. Puede configurar el reloj para que le avise con una señal acústica o un indicador en la pantalla cuando haya logrado su objetivo.

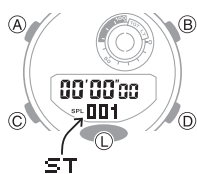
Nota

- La memoria del reloj puede almacenar hasta 200 registros de fracciones de tiempo y tiempos de segmento. Realizar una operación de fracción de tiempo o tiempo de segmento cuando la memoria del reloj ya almacena 200 registros provocará que se elimine automáticamente el registro más antiguo para dejar espacio al nuevo registro.
- Puede utilizar el modo de recuperación para visualizar los datos de medición más recientes.
 - 🔍 [Visualización de los registros de datos](#)
- Puede utilizar CASIO WATCHES para visualizar los datos de mediciones anteriores.

Preparación

Acceda al modo de cronómetro.

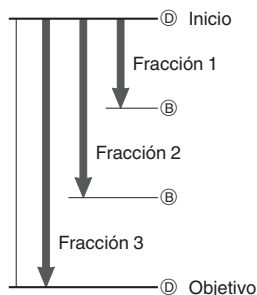
🔍 [Navegación entre modos](#)



Fracciones de tiempo y tiempos de segmento

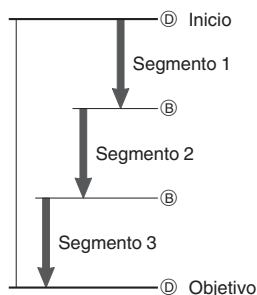
● Fracción de tiempo

Una fracción de tiempo es el tiempo que transcurre desde el comienzo hasta cualquier punto a lo largo de la duración de un evento.



● Tiempo de segmento

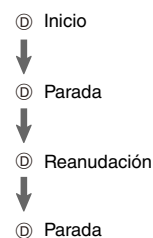
Un tiempo de segmento muestra el tiempo transcurrido durante un segmento específico, como una vuelta alrededor de una pista.



Medición de tiempo transcurrido



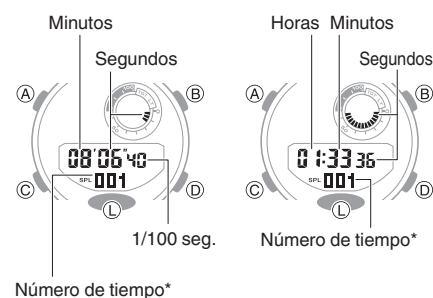
1. Utilice las funciones indicadas a continuación para medir el tiempo transcurrido.



- El tiempo transcurrido se muestra en unidades de 1/100 segundos durante la primera hora de medición. Tras la primera hora de medición, el tiempo transcurrido se mide en unidades de un segundo.

Primera hora

Después de la primera hora



* [F] aparece en la pantalla para el número de tiempo final cuando se detiene una operación de medición del tiempo transcurrido.

2. Pulse (B) para restablecer el tiempo transcurrido a todo ceros.

Medición de fracciones de tiempo

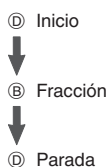


1. Pulse (A) para mostrar [SPL].

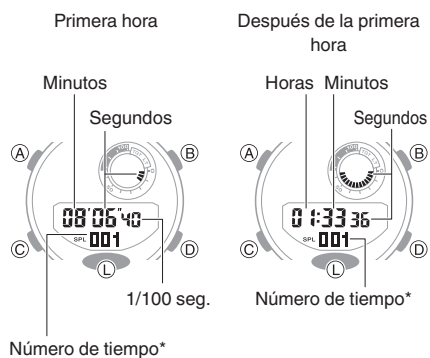


2. Utilice las operaciones indicadas a continuación para medir las fracciones de tiempo.

- Cada vez que pulse (B), se indicará durante ocho segundos el tiempo transcurrido hasta ese momento (fracción de tiempo).



- El tiempo transcurrido se muestra en unidades de 1/100 segundos durante la primera hora de medición. Tras la primera hora de medición, el tiempo transcurrido se mide en unidades de un segundo.



* [F] aparece en la pantalla para el número de tiempo final cuando se detiene la operación de medición del tiempo transcurrido.

3. Pulse (B) para restablecer el tiempo transcurrido a todo ceros.

Medición de los tiempos de segmento



1. Pulse (A) para mostrar [LAP].

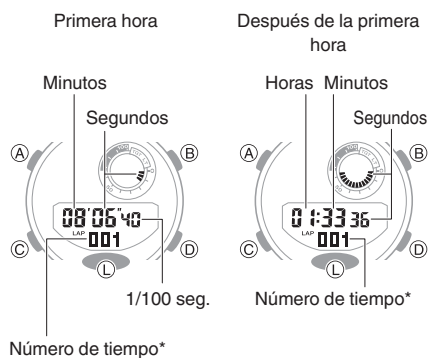


2. Utilice las operaciones indicadas a continuación para medir las fracciones de tiempo.

- Cada vez que pulse (B), se mostrará durante ocho segundos el tiempo transcurrido de la sección (tiempo de segmento).



- El tiempo transcurrido se muestra en unidades de 1/100 segundos durante la primera hora de medición. Tras la primera hora de medición, el tiempo transcurrido se mide en unidades de un segundo.



* [F] aparece en la pantalla para el número de tiempo final cuando se detiene la operación de medición del tiempo transcurrido.

3. Pulse (B) para restablecer el tiempo transcurrido a todo ceros.

Uso de la alarma de tiempo objetivo

Descripción general

Después de configurar al menos un tiempo objetivo, el reloj emitirá un pitido y mostrará una alerta para indicarle que el tiempo transcurrido ha llegado al tiempo objetivo.

Por ejemplo, si quiere correr cinco kilómetros en 30 minutos, puede comprobar su ritmo cada kilómetro, estableciendo los tiempos objetivos que se indican a continuación.

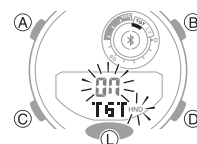
- Tiempo objetivo 1: 6 minutos
- Tiempo objetivo 2: 12 minutos
- Tiempo objetivo 3: 18 minutos
- Tiempo objetivo 4: 24 minutos
- Tiempo objetivo 5: 30 minutos

Especificación de un tiempo objetivo

Puede especificar hasta 10 tiempos objetivo en unidades de un segundo, con un máximo de 24 horas cada uno.

- Si quiere especificar varios tiempos objetivo, introduzca el tiempo menor como Tiempo objetivo 1 y los siguientes tiempos en orden ascendente (Tiempo objetivo 2, Tiempo objetivo 3, etc.)

1. Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.
 - Puede activar y desactivar la función de tiempo objetivo pulsando (D).



2. Pulse (C).
3. Utilice (B) y (D) para seleccionar un número de tiempo objetivo.



Número de objetivo

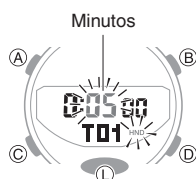
4. Pulse (C).

5. Utilice (B) y (D) para ajustar las horas del tiempo objetivo.



6. Pulse (C).

7. Utilice (B) y (D) para ajustar los minutos del tiempo objetivo.



8. Pulse (C).

9. Utilice (B) y (D) para ajustar los segundos del tiempo objetivo.



- Si quiere especificar varios tiempos objetivo, repita los pasos 2 a 9.

10. Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Medición del tiempo transcurrido con la función de tiempo objetivo

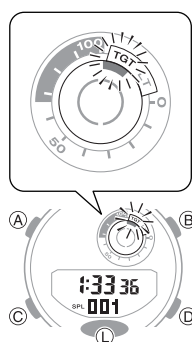
Puede realizar las mismas operaciones de tiempo transcurrido descritas en las siguientes secciones.

- 🔗 [Medición de tiempo transcurrido](#)
- 🔗 [Medición de fracciones de tiempo](#)
- 🔗 [Medición de los tiempos de segmento](#)

El inicio de una operación de tiempo transcurrido hará que [TGT] parpadee en la pantalla.

Sonará una alarma durante 10 segundos para indicarle que la operación de tiempo transcurrido ha llegado al tiempo objetivo definido.

[TGT] desaparece de la pantalla cuando la operación de tiempo transcurrido supera el último tiempo objetivo.



Reposición

Inicio

Tiempo objetivo alcanzado.

Parada *

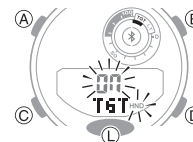
* [TGT] aparece en la pantalla si detiene la operación de medición del tiempo transcurrido antes de alcanzar el tiempo objetivo.

Restauración de tiempos objetivo

Este procedimiento restablece los ajustes de tiempo objetivo a la configuración predeterminada.

- Tiempo objetivo 1: 5 minutos
- Función de tiempo objetivo: desactivada

1. Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.



2. Mantenga pulsados (B) y (D) al mismo tiempo durante unos cinco segundos hasta que [ALL] deje de parpadear en la pantalla.

Esto restablece los ajustes de tiempo objetivo a la configuración predeterminada.



3. Pulse (A) para completar la operación.

Visualización de los datos de tiempo de medición

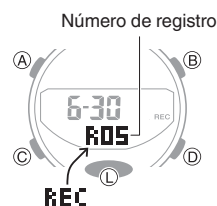
Visualización de los registros de datos

Puede utilizar la siguiente operación para ver las fracciones de tiempo y los tiempos de segmento.

1. Acceda al modo de recuperación.

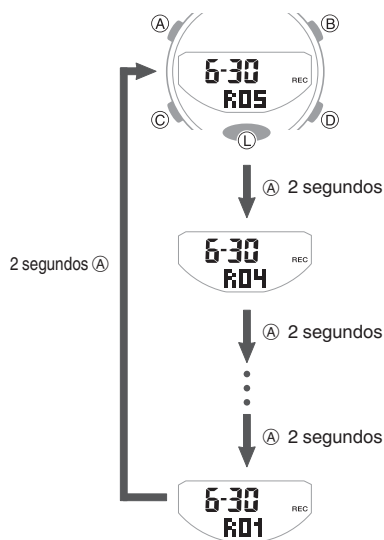
🔗 [Navegación entre modos](#)

- Esto hace que aparezca el número de registro de la medición más reciente.

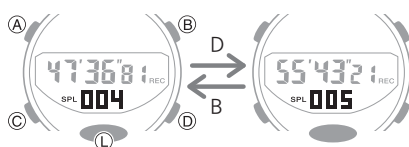


2. Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos para desplazarse por los registros.

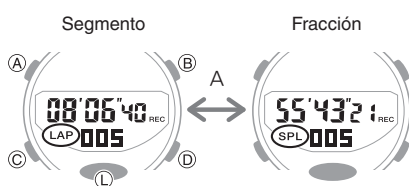
- Cada vez que mantenga pulsado (A), aparecerá el siguiente registro más antiguo.



3. Utilice (D) y (B) para mostrar el valor de medición que desee.



- Pulse (A) para cambiar la visualización del valor de medición entre la fracción de tiempo y el tiempo del segmento.



Nota

- Se crea un registro del tiempo medido y se asigna un número para cada operación de medición (desde el inicio hasta el fin).

Eliminación de un determinado registro

Siga el procedimiento que se indica a continuación para eliminar un registro de datos seleccionado.

1. Acceda al modo de recuperación.

🔍 [Navegación entre modos](#)

2. Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.



- Mantenga pulsado (A) para cambiar el número de registro.

3. Mantenga pulsado (B) y (D) durante unos dos segundos.



Suelte el botón en cuanto aparezca [CLR]. Esto elimina los datos mostrados.

Nota

- No puede eliminar datos mientras haya una operación de medición de tiempo transcurrido en curso.

Eliminación de todos los registros

Puede seguir el procedimiento que se indica a continuación para borrar todos los registros de datos almacenados en la memoria del reloj.

1. Acceda al modo de recuperación.

🔍 [Navegación entre modos](#)

2. Mantenga pulsados (B) y (D) durante cinco segundos.

[CLR] parpadea y deja de parpadear para indicar que el registro de datos se ha eliminado. Mantenga pulsados los botones hasta que [ALL CLR] parpadee durante unos 1,5 segundos y después deje de parpadear, lo que indica que se han eliminado todos los datos.



Nota

- No puede eliminar datos mientras haya una operación de medición de tiempo transcurrido en curso.

Temporizador

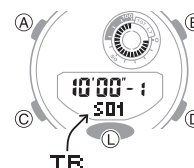
El temporizador realiza la cuenta regresiva desde el tiempo de inicio que haya especificado. El reloj emite una señal acústica cada segundo durante los últimos cinco segundos de la cuenta atrás.

- La señal acústica se silencia en los siguientes casos.
 - Cuando el nivel de carga de la pila es bajo.

Preparación

Acceda al modo de indicación de temporizador.

🔍 [Navegación entre modos](#)



Configuración de la hora de inicio del temporizador

El tiempo de inicio se puede ajustar en unidades de 1 segundo, hasta 60 minutos.

- Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.
- Utilice (D) y (B) para especificar el número de repeticiones del temporizador.



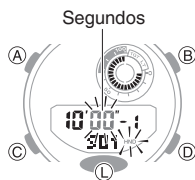
- Pulse (C).
- Utilice (D) y (B) para mostrar [1].



- Pulse (C).
Esto hace que los dígitos de los minutos parpadeen.
- Utilice (D) y (B) para ajustar los minutos del temporizador.



- Pulse (C).
Esto hace que los dígitos de los segundos parpadeen.
- Utilice (D) y (B) para ajustar los segundos del tiempo inicial.

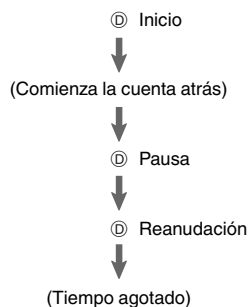


- Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Uso del temporizador



A continuación se muestra una operación normal.



- El reloj emite una señal acústica cada segundo durante los últimos cinco segundos de la cuenta atrás.
- Para detener una operación de cuenta atrás, primero páusela y, a continuación, pulse (B). Esto restablecerá el temporizador al tiempo inicial.

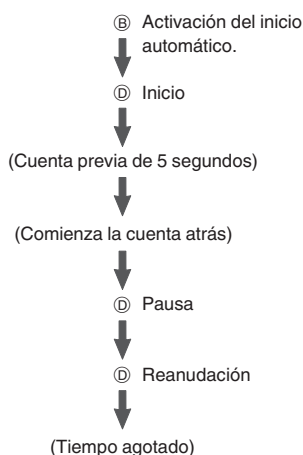
Medición del tiempo transcurrido con inicio automático

Puede seguir el procedimiento que se indica a continuación para que el temporizador inicie automáticamente una cuenta atrás tras una cuenta previa de cinco segundos.



Segundos restantes de la cuenta previa de cinco segundos

A continuación se muestra una operación normal.



- Para detener una operación de cuenta atrás, primero páusela y, a continuación, pulse (B). Esto restablecerá el temporizador al tiempo inicial.

Uso del temporizador de intervalos

Descripción general

Puede configurar los ajustes para que varios temporizadores realicen diferentes cuentas atrás consecutivas para crear un temporizador de intervalos. Puede utilizar un temporizador de intervalos para controlar cuánto tiempo tarda en hacer flexiones, sentadillas u otros ejercicios físicos.

Por ejemplo, puede configurar el temporizador de intervalos como se muestra a continuación para que los intervalos de ① a ④ se repitan 10 veces

Ajustes del temporizador

- Intervalo 1: 30 segundos
- Intervalo 2: 20 segundos
- Intervalo 3: 30 segundos
- Intervalo 4: 25 segundos
- Repeticiones: 10

Entrenamiento con intervalos

- Flexiones: 30 segundos
- Descanso: 20 segundos
- Sentadillas: 30 segundos
- Descanso: 25 segundos

Nota

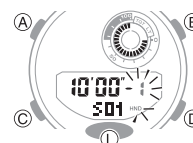
- Puede configurar hasta cinco temporizadores diferentes con 20 repeticiones.

Configuración de los ajustes de temporizador de intervalos

- Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.



- Utilice (D) y (B) para especificar el número de repeticiones del temporizador.
- Pulse (C).
- Utilice (D) y (B) para especificar la posición del temporizador en la secuencia.
 - Para establecer la primera posición, asigne [1].



5. Pulse (C).

Esto hace que los dígitos de los minutos del Temporizador 1 parpadeen.

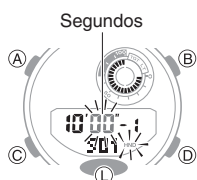
6. Utilice (D) y (B) para ajustar los minutos del temporizador.



7. Pulse (C).

Esto hace que los dígitos de los segundos del Temporizador 1 parpadeen.

8. Utilice (D) y (B) para ajustar los segundos del tiempo inicial.



9. Pulse (C) dos veces.

Esta acción vuelve a mostrar la pantalla del paso 4.

10. Repita los pasos 4 a 9 tantas veces como sea necesario para configurar los otros temporizadores.

11. Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Uso de un temporizador de intervalos para la medición del tiempo transcurrido

1. Pulse (D) para iniciar la cuenta atrás.

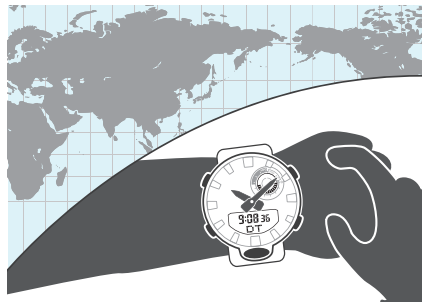


El reloj emite una señal acústica cada segundo durante los últimos cinco segundos de la cuenta atrás actual y, cuando esta finaliza, inicia la cuenta atrás del siguiente temporizador.

- Para pausar la cuenta atrás en curso del temporizador, pulse (D). Para restablecer una cuenta atrás pausada al tiempo inicial, pulse (B).
- Mientras se realizan operaciones de cuenta atrás de varios temporizadores, puede pulsar (A) para finalizar de inmediato la cuenta atrás en curso e iniciar la siguiente.

Hora dual

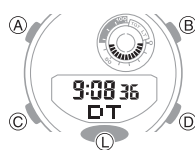
La hora dual le permite buscar la hora actual en varias zonas horarias de todo el mundo.



Preparación

Acceda al modo de hora dual.

Navegación entre modos

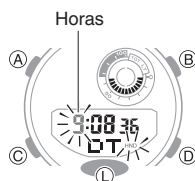


Configuración de los ajustes de hora dual

La hora dual le permite establecer la hora actual de otra zona horaria, además de la hora de la ubicación actual.

1. Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.

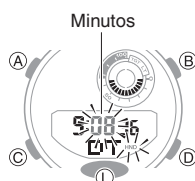
Esto hace que los dígitos de las horas parpadeen.



2. Utilice (D) y (B) para ajustar las horas.

3. Pulse (C).

Esto hace que los dígitos de los minutos parpadeen.



4. Utilice (D) y (B) para ajustar los minutos.

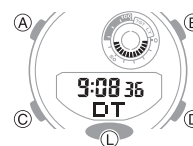
- Puede cambiar el valor en incrementos de 15 minutos.

5. Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Cambio entre la hora de la ciudad local y la hora dual

1. Acceda al modo de hora dual.

Navegación entre modos



2. Mantenga pulsado (B) durante unos dos segundos.

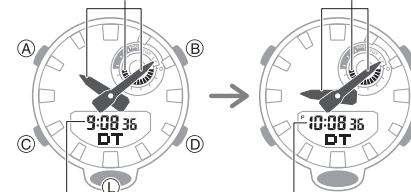
Esto alterna entre la hora de la ciudad local y la hora dual.

Antes de cambiar

Después de cambiar

Hora en ubicación actual

Hora dual



Hora dual

Hora en ubicación actual

Nota

- Esta función es útil cuando es necesario desplazarse a otra zona horaria. Para obtener información sobre cómo utilizarla, consulte la sección siguiente.

Traslado a otra zona horaria

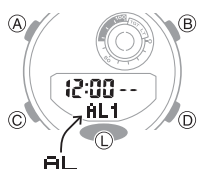
Alarmas y señal de hora

El reloj emitirá una señal acústica cuando llegue la hora de la alarma. Puede configurar hasta cinco alarmas diferentes. La señal de hora provoca que el reloj emita una señal acústica cada hora.

Primeros pasos

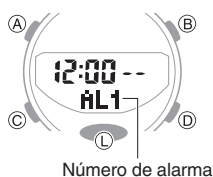
Acceda al modo de alarma.

[Navegación entre modos](#)



Configuración de los ajustes de alarma

1. Pulse (D) para desplazarse a través de los números de alarma ([AL1] a [AL5]) hasta que aparezca el número de la alarma que desea configurar.



2. Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.

Esto hace que los dígitos de las horas parpadeen.



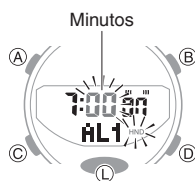
3. Utilice (D) y (B) para ajustar las horas.

- Si está utilizando la indicación de 12 horas, [P] indica p.m.



4. Pulse (C).

Esto hace que los dígitos de los minutos parpadeen.



5. Utilice (D) y (B) para ajustar los minutos.
6. Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Nota

- Se emitirá una señal acústica durante 10 segundos para hacerle saber que ha llegado la hora de la alarma.

Activación/desactivación de una alarma o de la señal de hora

1. Pulse (D) para desplazarse a través de las pantallas de números de alarma (de [AL1] a [AL5]) y de señal de hora ([SIG]) hasta que aparezca la pantalla que desea configurar.



2. Pulse (B) para activar o desactivar la alarma o la señal de hora.

[On]: activada

[—]: desactivada



Cómo parar una alarma

Pulsar cualquier botón mientras la señal acústica suena hará que se detenga.

Determinación del estado de activación/desactivación de la alarma

Al activar la alarma o la señal de hora, el indicador correspondiente aparecerá en la pantalla. El indicador de alarma activada aparece cuando hay una o más alarmas activadas.



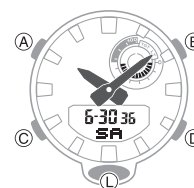
Configuración manual de los ajustes de hora

Cuando no hay comunicación con un teléfono, la hora y la fecha se pueden ajustar con el procedimiento que se indica a continuación.

Primeros pasos

Acceda al modo de indicación de la hora.

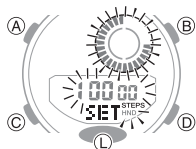
[Navegación entre modos](#)



Ajuste de la hora y la fecha

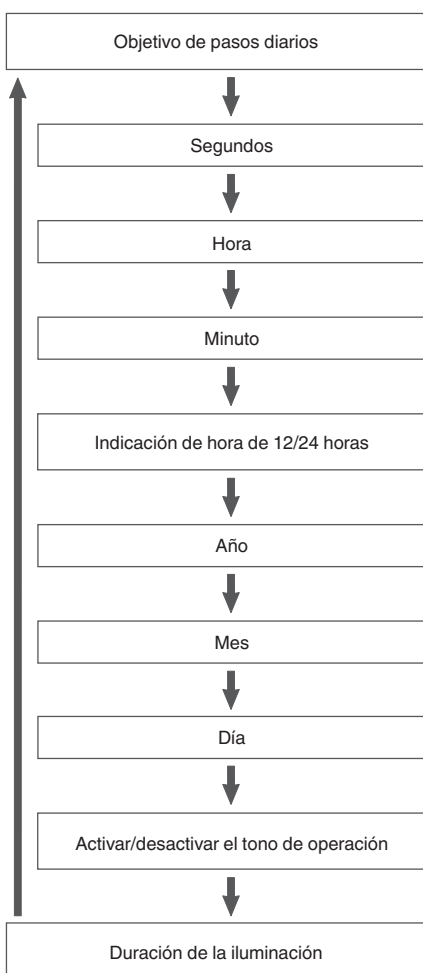
- Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.

Suelte el botón cuando [SET] deje de parpadear.



- Siga pulsando (C) hasta que parpadee el ajuste que desea cambiar.

- Cada pulsación de (C) pasa el parpadeo al siguiente ajuste en la secuencia que se muestra a continuación.



- Configure los ajustes de fecha y hora.

- Pulse (D) para restablecer los segundos a 00. Cuando el recuento está comprendido entre 30 y 59 segundos, se añade 1 a los minutos.
- Use los botones (D) y (B) para cambiar otros ajustes.

- Repita los pasos 2 y 3 para configurar los ajustes de fecha y hora.

- Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Cambio de indicación de hora entre 12 y 24 horas

- Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.

Suelte el botón cuando [SET] deje de parpadear.



- Pulse (C) cuatro veces hasta que el ajuste actual ([12H] o [24H]) parpadee en la pantalla.



- Pulse (D) para cambiar el ajuste entre [12H] (indicador de 12 horas) y [24H] (indicador de 24 horas).

- Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Nota

- Mientras esté seleccionada la indicación de 12 horas, se mostrará [P] para las horas p.m.



Luz de iluminación

El reloj tiene una luz LED que puede apagar o encender para leer en la oscuridad.

Illuminación manual de la pantalla

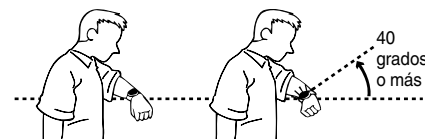
Al pulsar (L) se enciende la iluminación.



- La iluminación se apagará automáticamente si empieza a sonar la alarma.

Luz automática

Si se ha activado la luz automática, la iluminación de la pantalla se encenderá automáticamente cada vez que el reloj se incline en un ángulo de 40 grados o más.



¡Importante!

- Es posible que la luz automática no funcione correctamente cuando el reloj esté en un ángulo horizontal de 15 grados o superior, tal como se muestra en la siguiente ilustración.



- La carga electrostática o el magnetismo pueden interferir en el funcionamiento adecuado de la luz automática. Si esto sucede, pruebe a bajar el brazo e inclínelo hacia su rostro de nuevo.
- Cuando mueva el reloj es posible que perciba un ligero sonido metálico. Esto es debido al funcionamiento del encendido de luz automática, que determina la orientación actual del reloj. Esto no indica un funcionamiento incorrecto.

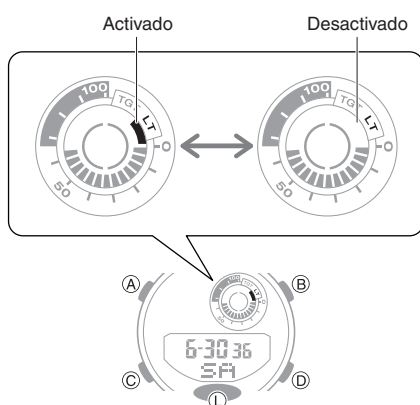
Nota

- La luz automática se desactiva si se da alguna de estas condiciones.
 - Cuando suene una alarma, alerta de temporizador u otro sonido acústico
 - Cuando hay una operación de movimiento de las manecillas en curso

Configuración de los ajustes de luz automática

Cada vez que se mantenga pulsado (L) durante unos tres segundos en el modo de indicación de la hora, la luz automática se activará o se desactivará.

- Si no desactiva manualmente la función de luz automática, permanecerá activada durante aproximadamente seis horas. Después, se deshabilitará automáticamente.



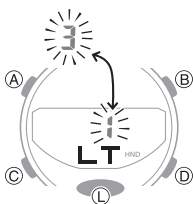
Especificación de la duración de la iluminación

Puede especificar 1,5 o 3 segundos como duración de la iluminación.

- Acceda al modo de indicación de la hora.
[Navegación entre modos](#)
- Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.
 Suelte el botón cuando [SET] deje de parpadear.



- Pulse (C) nueve veces para mostrar [LT].
- Pulse (D) para cambiar entre los dos ajustes de duración de la iluminación.
 [1]: iluminación durante 1,5 segundos
 [3]: iluminación durante 3 segundos



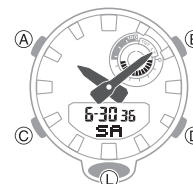
- Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Ajuste de la alineación de las manecillas

Un fuerte magnetismo o impacto puede hacer que la hora indicada por las manecillas analógicas difiera de la hora de la pantalla digital. Si esto sucede, ajuste la alineación de la manecilla.

Primeros pasos

Acceda al modo de indicación de la hora.
[Navegación entre modos](#)

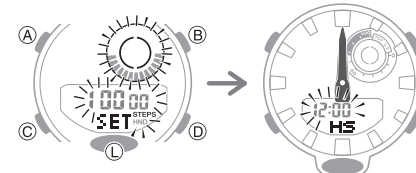


Ajuste de la alineación de las manecillas

- Acceda al modo de indicación de la hora.
[Navegación entre modos](#)
- Mantenga pulsado el botón (A) durante unos cinco segundos, hasta que deje de parpadear [12:00] en la pantalla.

Esto permite ajustar las manecillas de la hora y de los minutos.

Dos segundos después Cinco segundos después

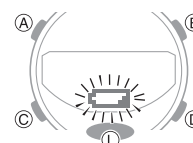


- Si las manecillas de horas y minutos no están en la posición de las 12 en punto, utilice los botones (D) y (B) para alinearlas.
- Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Sustitución de la pila

Cuando el nivel de carga de la pila sea bajo, comenzará a parpadear y algunas de las funciones se desactivarán. Si sigue parpadeando, cambie la pila.

Solicite la sustitución de la pila en un centro de servicio técnico de CASIO o al distribuidor original.

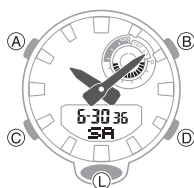


Otros ajustes

Primeros pasos

Acceda al modo de indicación de la hora.

[Navegación entre modos](#)



Activación del tono de operación de los botones

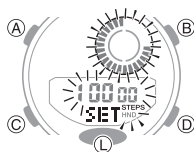
Utilice el procedimiento siguiente para activar o desactivar el tono que suena cuando se pulsa un botón.

1. Acceda al modo de indicación de la hora.

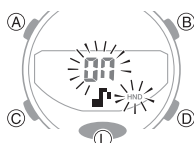
[Navegación entre modos](#)

2. Mantenga pulsado (A) durante unos dos segundos.

Suelte el botón cuando [SET] deje de parpadear.



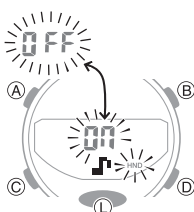
3. Pulse (C) ocho veces para mostrar [♪].



4. Pulse (D) para habilitar y deshabilitar el tono de operación de los botones.

[On]: tono de operación habilitado.

[OFF]: tono de operación deshabilitado.



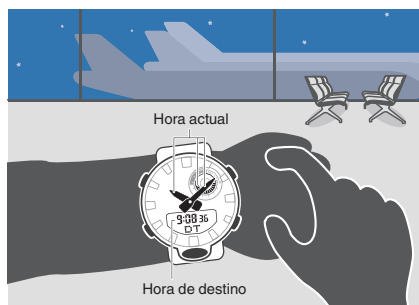
5. Pulse (A) para salir de la pantalla de configuración.

Traslado a otra zona horaria

Utilice el siguiente procedimiento para cambiar fácilmente los ajustes de día y hora del reloj a una ubicación de destino.

● Antes de embarcar

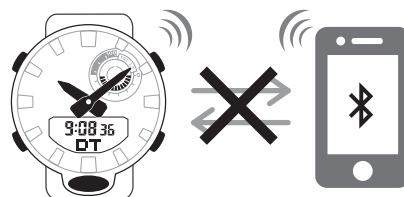
1. Configure el ajuste de la hora mundial (hora dual) con la hora actual en el destino.



[Uso de CASIO WATCHES para configurar ajustes](#)

[Uso de las operaciones del reloj para configurar ajustes](#)

2. Desactive el ajuste de hora automático.



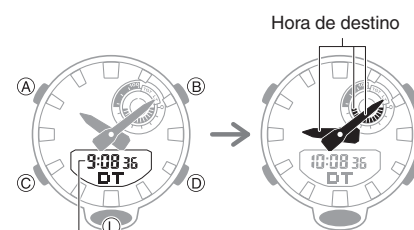
[Uso del reloj en un centro médico o un avión](#)

● En el avión, antes de llegar a su destino

1. Cambie la zona horaria de origen por la de destino.

Antes de cambiar

Después de cambiar



Hora de destino

[Uso de CASIO WATCHES para configurar ajustes](#)

[Uso de las operaciones del reloj para configurar ajustes](#)

● Después del aterrizaje

1. Ajuste la hora.
 - [Activación del ajuste de hora inmediato](#)
2. Active el ajuste de hora automático.
 - [Uso del reloj en un centro médico o un avión](#)

Otra información

Esta sección proporciona información adicional que también necesita conocer. Consulte esta información según sea necesario.

Teléfonos compatibles

Para obtener más información sobre teléfonos que pueden conectarse con el reloj, visite el sitio web de CASIO.

https://world.casio.com/os_mobile/wat/

Especificaciones

Precisión con temperatura normal :

±15 segundos al mes como media cuando el ajuste de hora por comunicación con un teléfono no es posible.

Indicación de la hora :

Analógico

Hora, minuto (se mueve cada 20 segundos)

Digital

Hora, minuto, segundo, mes, día, día de la semana, formato a.m./p.m. (P) o de 24 horas, calendario automático completo (de 2000 a 2099)

Horario de verano

Podómetro :

Medición del recuento de pasos mediante un acelerómetro de tres ejes

Rango de pasos en pantalla: de 0 a 999.999 pasos

Indicador de pasos

Gráfico de recuento de pasos

Reinicio del recuento de pasos

Reinicio automático a 0 a las 00:00 h

Reinicio manual

Ajuste del objetivo de pasos diarios

Unidad de ajuste del recuento de pasos:

1.000 pasos

Rango de ajuste del recuento de pasos: de 1.000 a 50.000 pasos

Precisión del recuento de pasos

±3 % (según prueba de vibración)

Ahorro de energía

Cronómetro/recuperación de datos :

Unidad de medición

1/100 segundos (primera hora);

1 segundo (tras la primera hora)

Rango de medición: 23 horas, 59 minutos y 59 segundos

Funciones de medición:

Tiempo transcurrido normal; tiempo acumulado; fracciones de tiempo y tiempo de segmento; memoria de datos de 200 registros

Alarma de tiempo objetivo:

Hasta 10 ajustes de temporizador; el reloj emite señales acústicas (durante 10 segundos) cuando se alcanza un tiempo objetivo

Temporizador :

Unidad de medición: 1 segundo

Rango de medición: 60 minutos

Número de intervalos: de 1 a 5

Número de repeticiones automáticas: de 1 a 20

Unidad de tiempo: 1 segundo

Rango de tiempo: de 1 segundo a 60 minutos

Cuenta atrás de los últimos 5 segundos, señal acústica de finalización

Inicio automático

Hora dual :

Hora, minuto, segundo

Cambio de hora local

Alarma :

Alarmas

Número de alarmas: 5

Selección de unidades: Horas, minutos

Duración del tono de alarma: 10 segundos

Señal de hora: emite una señal acústica cada hora en punto

Mobile Link :

Ajuste de hora automático

Los ajustes de la hora se configuran automáticamente a la hora preestablecida.

Corrección de la hora con un solo toque

Conexión y ajuste de hora manual

Buscador de teléfono

La operación del reloj activa el sonido de alerta del teléfono.

Hora mundial

Hora actual en aproximadamente 300 ciudades seleccionadas para el reloj

Cambio entre la hora local/mundial

Transferencia de datos del recuento de pasos

Recuento de pasos, calorías

Transferencia de datos de cronómetro

Registros de 200 segmentos/fracciones (fecha y hora, segmento/fracción, número de segmento)

Cambio automático del horario de verano

Cambio automático entre la hora estándar y el horario de verano.

Ajustes del temporizador

Ajustes de alarma

Corrección de la alineación de las manecillas

Especificaciones de la comunicación de datos

Bluetooth®

Banda de frecuencia: de 2400 MHz a 2480 MHz

Transmisión máxima: 0 dBm (1 mW)

Alcance de la comunicación: hasta 2 metros (en función del entorno)

Otros :

Luz LED de brillo elevado; ajuste de duración de la iluminación; luz automática; activación o desactivación del tono de operación; cambio de manecillas; alerta de batería baja

Fuente de alimentación :

CR2016 x 1

Vida útil: aproximadamente 2 años

Condiciones

Corrección automática de hora: 4 veces al día

Alarma: una vez (10 segundos) al día

Iluminación: una vez (1,5 segundos) al día

Recuento de pasos: 12 horas al día

Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso.

Precauciones de Mobile Link

● Precauciones legales

• Este reloj cumple con las leyes sobre radios de diversos países y zonas geográficas o ha recibido aprobación de las mismas. El uso de este reloj en una zona donde no se cumplan o no se haya recibido la aprobación de las leyes aplicables puede ser un delito penal. Para obtener más información, visite el sitio web de CASIO. <https://world.casio.com/ce/BLE/>

• El uso de este reloj en aviones está restringido por las leyes de aviación de cada país. Asegúrese de seguir las instrucciones del personal de la línea aérea.

● Precauciones al utilizar Mobile Link

• Cuando se utiliza este reloj en combinación con un teléfono, mantenga el reloj y el teléfono cerca el uno del otro. Se recomienda un alcance de dos metros como referencia, pero el entorno local (paredes, muebles, etc.), la estructura del edificio, así como otros factores pueden requerir un alcance mucho más cercano.

• Este reloj puede verse afectado por otros dispositivos (dispositivos eléctricos, equipo audiovisual, equipo de oficina, etc.) En concreto, puede verse afectado por el funcionamiento de un horno microondas. Es posible que el reloj no pueda comunicarse normalmente con un teléfono si hay un horno microondas funcionando cerca. Inversamente, este reloj puede provocar ruido en la recepción de radio y la imagen de vídeo de un televisor.

• La conexión Bluetooth de este reloj utiliza la misma banda de frecuencia (2,4 GHz) que los dispositivos de una LAN inalámbrica. Además, el uso de dispositivos de este tipo en las proximidades de este reloj puede provocar interferencias de radio, velocidades de comunicación más bajas y el ruido del reloj y el dispositivo de LAN inalámbrica, o incluso el fallo de la comunicación.

● Detención de la emisión de ondas de radio de este reloj

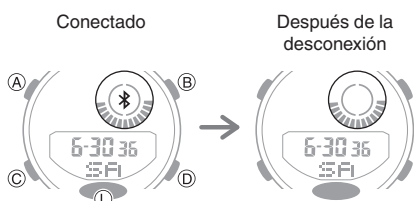
El reloj emite ondas de radio cada vez que aparece en la pantalla.

Incluso si no aparece , el reloj intentará conectarse automáticamente con un teléfono cuatro veces al día para actualizar los ajustes de hora.

Cuando esté en un hospital, un avión o cualquier otra zona donde el uso de las ondas de radio no esté permitido, utilice las operaciones indicadas a continuación para detener la generación de ondas de radio.

- Detención de la generación de ondas de radio

Pulse cualquier botón salvo (L) para finalizar la conexión Bluetooth.



- Deshabilitación del ajuste de hora automático
- Configure los ajustes de CASIO WATCHES para deshabilitar la sincronización entre el reloj y el teléfono.

[Uso del reloj en un centro médico o un avión](#)

Copyright y copyright registrado

- La palabra Bluetooth® y sus logotipos son marcas registradas propiedad de Bluetooth SIG, Inc. y cualquier uso de estas marcas por parte de CASIO Computer Co., Ltd. se efectúa bajo licencia.
- iPhone y App Store son marcas registradas de Apple Inc. en Estados Unidos y otros países.
- iOS es una marca comercial o marca comercial registrada de Cisco Systems, Inc.
- GALAXY, GALAXY Note y GALAXY S son marcas registradas de Samsung Electronics Co., Ltd.
- Android y Google Play™ son marcas comerciales o marcas comerciales registradas de Google LLC.
- Otros nombres de empresas y de productos que aparecen en este documento son marcas comerciales o marcas comerciales registradas de sus respectivas empresas.

Solución de problemas

No puedo emparejar el reloj con un teléfono.

Q1 No he podido establecer una conexión (emparejamiento) entre el reloj y el teléfono.

¿Está utilizando un modelo de teléfono compatible?

Compruebe si el modelo de teléfono y su sistema operativo son compatibles con el reloj.

Para obtener más información sobre los modelos de teléfono compatibles, visite el sitio web de CASIO.

https://world.casio.com/os_mobile/wat/

¿Ha instalado CASIO WATCHES en el teléfono?

CASIO WATCHES debe estar instalada en el teléfono para poder conectarse con el reloj.

① [Instale la aplicación en el teléfono.](#)

¿Están los ajustes Bluetooth del teléfono configurados correctamente?

Configure los ajustes Bluetooth del teléfono. Para obtener información detallada sobre los procedimientos de ajuste, consulte la documentación del teléfono.

Usuarios de iPhone

- “Ajustes” → “Bluetooth” → Activado

Usuarios de Android

- Active Bluetooth.

Un caso distinto a los anteriores.

En algunos teléfonos es necesario haber desactivado BT Smart para utilizar CASIO WATCHES. Para obtener información detallada sobre los procedimientos de ajuste, consulte la documentación del teléfono.

En la pantalla de inicio, toque: “Menú” → “Ajustes” → “Bluetooth” → “Menú” → “Ajustes de BT Smart” → “Deshabilitar”.

No puedo volver a conectar el reloj y el teléfono.

Q1 El reloj no se volverá a conectar con el teléfono después de que estén desconectados.

¿CASIO WATCHES se está ejecutando?

El reloj no puede volver a conectarse al teléfono a menos que CASIO WATCHES se esté ejecutando en el teléfono. En la pantalla de inicio del teléfono, toque el icono “CASIO WATCHES”.

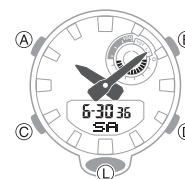
A continuación, en el reloj, mantenga pulsado MODE (C) durante unos dos segundos para acceder al modo de indicación de la hora. Después, mantenga pulsado CONNECT (D) durante unos dos segundos para establecer una conexión entre el reloj y el teléfono.



¿Ha probado a apagar el teléfono y, a continuación, volver a encenderlo?

Apague el teléfono y, a continuación, vuelva a encenderlo. En la pantalla de inicio, toque el icono “CASIO WATCHES”.

A continuación, en el reloj, mantenga pulsado MODE (C) durante unos dos segundos para acceder al modo de indicación de la hora. Después, mantenga pulsado CONNECT (D) durante unos dos segundos para establecer una conexión entre el reloj y el teléfono.



¿Hay una operación de cuenta atrás del temporizador en curso?

No es posible conectarse con un teléfono si quedan 30 segundos o menos en una operación de cuenta regresiva del cronómetro. Detenga la operación de cuenta regresiva antes de conectarse al teléfono.

Q2 No puedo conectarme mientras mi teléfono está en modo avión.

Después de salir del modo avión del teléfono, vaya a la pantalla de inicio y, a continuación, toque el icono "CASIO WATCHES".

A continuación, en el reloj, mantenga pulsado MODE (C) durante unos dos segundos para acceder al modo de indicación de la hora.

Después, mantenga pulsado CONNECT (D) durante unos dos segundos para establecer una conexión entre el reloj y el teléfono.



Q3 He cambiado la conexión Bluetooth del teléfono de activada a desactivada y ahora ya no me puedo conectar.

En el teléfono, active Bluetooth y, a continuación, vaya a la pantalla de inicio y toque el icono "CASIO WATCHES".

A continuación, en el reloj, mantenga pulsado MODE (C) durante unos dos segundos para acceder al modo de indicación de la hora.

Después, mantenga pulsado CONNECT (D) durante unos dos segundos para establecer una conexión entre el reloj y el teléfono.



Q4 No puedo conectarme después de apagar el teléfono.

Encienda el teléfono. En la pantalla de inicio, toque el icono "CASIO WATCHES".

A continuación, en el reloj, mantenga pulsado MODE (C) durante unos dos segundos para acceder al modo de indicación de la hora.

Después, mantenga pulsado CONNECT (D) durante unos dos segundos para establecer una conexión entre el reloj y el teléfono.



Conexión teléfono-reloj

Q1 No puedo establecer una conexión entre el teléfono y el reloj.

¿Ha probado a apagar el teléfono y, a continuación, volver a encenderlo?

Apague el teléfono y, a continuación, vuelva a encenderlo. En la pantalla de inicio, toque el icono "CASIO WATCHES".
A continuación, en el reloj, mantenga pulsado MODE (C) durante unos dos segundos para acceder al modo de indicación de la hora. Después, mantenga pulsado CONNECT (D) durante unos dos segundos para establecer una conexión entre el reloj y el teléfono.



¿Ha vuelto a emparejar el reloj con el teléfono?

Después de eliminar la información de emparejamiento de CASIO WATCHES, vuelva a emparejar los dispositivos.

🔗 [Desemparejamiento](#)

Si no se puede establecer una conexión...

Utilice el procedimiento descrito a continuación para eliminar la información de emparejamiento del reloj y, a continuación, vuelva a sincronizar el reloj y el teléfono.

- ① Mantenga pulsado (C) durante unos dos segundos para acceder al modo de indicación de la hora.
- ② Mantenga pulsado (A) hasta que [SET] deje de parpadear en la pantalla.
- ③ Pulse (C).
- ④ Mantenga pulsado (B) hasta que [CLR] deje de parpadear en la pantalla.
- ⑤ Pulse (A) para salir de la pantalla de ajustes.

Cambiar a otro modelo de teléfono

Q1 Conexión del reloj actual con otro teléfono.

Empareje el reloj con el teléfono.

🔗 [Si compra otro teléfono](#)

Ajuste de hora automático por conexión Bluetooth (ajuste de hora)

Q1 ¿Cuándo actualiza el reloj el ajuste de hora?

El reloj se conectará al teléfono y realizará un ajuste de hora automático a las siguientes horas: 00:30, 06:30, 12:30 y 18:30. La conexión finalizará automáticamente tras completarse el ajuste de hora automático.

Q2 El ajuste de hora automático no se inicia.

¿Ha cambiado recientemente la hora local y la hora mundial o ha ajustado manualmente el ajuste de la hora del reloj?

Tenga en cuenta que no se realiza ningún ajuste de hora automático durante las 24 horas siguientes al cambio de la hora local a la hora mundial, ni tampoco después de realizar manualmente el ajuste de hora del reloj. El ajuste de hora automático se reanudará 24 horas después de cualquiera de las anteriores operaciones.

¿Está activado el ajuste de hora automático?

El ajuste de hora automático no se realizará a las horas programadas a menos que esté activado. Active el ajuste de hora automático.

🔗 [Uso del reloj en un centro médico o un avión](#)

Q3 La hora no se muestra correctamente.

Los ajustes de la hora del teléfono podrían no ser correctos porque es incapaz de conectarse con su red debido a que está fuera de rango, etc. Si esto sucede, conecte el teléfono a la red y, a continuación, configure los ajustes de la hora.

Podómetro

Q1 El recuento de pasos de la pantalla no es correcto.

Cuando lleva el reloj en la muñeca, el podómetro puede detectar movimientos que no sean pasos y contarlos como tales.

[Podómetro](#)

Otros factores que pueden causar incorrecciones en el recuento de pasos son la forma de llevar puesto el reloj o los movimientos anormales del brazo al caminar.

[Recuento de pasos](#)

Q2 El recuento de pasos no se incrementa.

Para evitar incorrecciones en el recuento por movimientos anómalos del brazo, al empezar a andar no se muestra el recuento de pasos. Solo aparece cuando lleva 10 segundos caminando, y el total incluye los pasos dados durante esos 10 primeros segundos.

Q3 [ERR] aparece al utilizar el podómetro.

[ERR] (error) indica que el funcionamiento del sensor está deshabilitado debido a un fallo en el funcionamiento del sensor o el circuito interno.

Si el indicador se muestra en la pantalla durante más de tres minutos o si aparece con frecuencia, podría significar un fallo en el sensor.

Alarma

Q1 La alarma no suena.

¿Está activada la alarma? Si no es así, actívela para que suene.

[Activación/desactivación de una alarma o de la señal de hora](#)

Movimiento e indicaciones de la manecilla

Q1 No sé en qué modo se encuentra el reloj.

Para determinar el modo actual, compruebe la pantalla del reloj. Utilice el botón (C) para navegar por los distintos modos.

[Navegación entre modos](#)



Q2 Todas las manecillas se detienen y los botones no funcionan.

La pila está agotada. Solicite el reemplazo de la batería a su vendedor original o al Centro de servicio autorizado CASIO.

[Sustitución de la pila](#)

Q3 De repente las manecillas se empiezan a mover a gran velocidad.

Esto se debe a que uno de los motivos que se mencionan a continuación, y no representa indicios de avería. Basta con esperar a que se reanude el movimiento normal de las manecillas.

- El reloj está conectado con un teléfono para ajustar la hora.

[Ajuste de hora automático](#)

Q4 La hora actual que indica el reloj está retrasada una hora o 30 minutos.

El ajuste del horario de verano es erróneo. Seleccione el ajuste correcto.

[Cambio de los ajustes del horario de verano de la ciudad local](#)

Q5 La hora indicada por las manecillas es diferente de la hora digital.

Un fuerte magnetismo o un gran impacto pueden provocar que las manecillas dejen de estar alineadas. Ajuste la alineación de las manecillas.

[Ajuste de la alineación de las manecillas](#)

- Consulte la siguiente información para descubrir cómo alinear las manecillas manualmente.

[Ajuste de la alineación de las manecillas](#)

Pila

Q1 está parpadeando en la pantalla digital.

Esto indica que la alimentación de la batería se está agotando. Solicite el reemplazo de la batería a su vendedor original o al Centro de servicio autorizado CASIO.

[Sustitución de la pila](#)

Q2 [R] está destellando en la pantalla digital.

Esto ocurre cuando la carga de la pila está baja o tras activar repetidas veces la iluminación o alguna otra función durante un breve lapso, por lo que la pila se ha descargado temporalmente. Todas las funciones, a excepción de la indicación de la hora se deshabilitan mientras [R] destella en la pantalla.

Si [R] permanece en la pantalla o sigue apareciendo, podría significar que es necesario sustituir la pila.

Solicite el reemplazo de la pila a su vendedor original o al Centro de servicio autorizado CASIO.