

Manual de referencia rápida 3475 CASIO®

ESPAÑOL

Enhorabuena por haber seleccionado este reloj CASIO.

Para una completa Guía de operación y las Preguntas y respuestas acerca de este producto, visite el siguiente sitio web.



<https://world.casio.com/manual/wat/>

S-1

Contenido

Carga del reloj	S-4
Carga solar	S-5
Carga utilizando el cable del cargador	S-6
Carga mediante conexión a un puerto USB que no sea de PC	S-9
Otras precauciones sobre la carga	S-10
Cómo llevar puesto el reloj	S-11
Uso del reloj	S-14
Navegación entre modos	S-14
Configuración del ajuste de la hora	S-16
Función entrenamiento	S-19
Especificaciones	S-20

S-2

La palabra Bluetooth® y sus logotipos son marcas comerciales registradas propiedad de Bluetooth SIG, Inc., y cualquier utilización de tales marcas por parte de CASIO COMPUTER CO., LTD. se realiza bajo licencia.

Este producto dispone de la función Mobile Link que le permite comunicarse con teléfonos móviles con Bluetooth® para realizar ajustes automáticos de la hora y otras operaciones.

- Este producto ha sido aprobado o cumple con las leyes de radiofrecuencias en distintos países y zonas geográficas. El uso de este producto en zonas donde no ha sido aprobado o donde no cumple con las leyes de radiofrecuencia correspondientes puede ser sancionado por las leyes locales. Para obtener más información, visite <https://world.casio.com/ce/BLE/>.
- El uso de este producto a bordo de un avión está restringido por las leyes de aviación de cada país. Asegúrese de obedecer las instrucciones del personal de la aerolínea con respecto al uso de dispositivos tales como este producto.

S-3

Carga del reloj

Este reloj puede cargarse mediante carga solar o el cable del cargador.

- Utilice el cable del cargador en los casos siguientes.



Indicador de la batería

- Para cargar el reloj rápidamente o para realizar la carga completa antes de salir
- Cuando el indicador de carga de la batería muestra solo una o dos barras, o cuando la pantalla del reloj está en blanco

- Si el reloj no se carga por haberlo dejado con la pantalla en blanco por un período de tiempo prolongado, póngase en contacto con su vendedor original.
- Las funciones del reloj se deshabilitan a medida que la batería se descarga. Se recomienda una carga regular una vez al día.

S-4

Carga solar

Quítese el reloj de la muñeca y colóquelo en un lugar bien iluminado.

- El reloj podría calentarse al dejarlo expuesto a la luz durante la carga. Tenga cuidado de no quemarse.
- Evite realizar la carga en lugares muy calurosos.

S-5

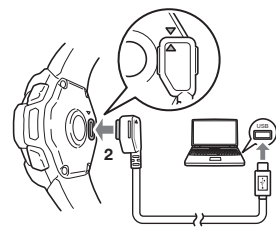
Carga utilizando el cable del cargador

Su reloj no se suministra con el adaptador de CA. Utilice el cable del cargador que viene con el reloj para realizar la carga como se describe a continuación.

- Cuando realice la carga sobre un escritorio u otra superficie de trabajo, mantenga los otros artículos alejados del cable del cargador y del reloj.
- Para realizar la carga, utilice únicamente el cable del cargador incluido con el reloj.

¡Importante!

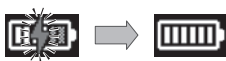
- Los dispositivos compatibles con carga USB y con fuente de alimentación USB (que se venden como utilizables para carga USB) cumplen normalmente con estándares específicos. No utilice un dispositivo inadecuado o que no cumpla con los estándares requeridos. Podría producirse el mal funcionamiento o la avería del reloj. También tenga en cuenta que existen diversos tipos de adaptadores USB-AC con diferentes estándares que deben cumplirse en países específicos. CASIO COMPUTER CO., LTD. no será responsable de ninguna manera por el mal funcionamiento o la avería del reloj debido al uso de dispositivos inadecuados o que no cumplan con los estándares requeridos.



S-6

S-7

1. Encienda el dispositivo equipado con puerto USB y conecte el cable del cargador.
2. Conecte el extremo del cable del cargador con conector especial para reloj con el terminal del cargador del reloj.
 - Con esto se inicia la carga (parpadea).



- [Icon] desaparece de la pantalla cuando la carga está completa.

¡Importante!

- Si el agua llegara a entrar en contacto con el reloj o el cargador durante la carga, desconecte inmediatamente el cable del cargador y detenga la carga.
- Si se detiene una operación de carga en curso, desconecte el reloj del cable del cargador. Tras verificar y eliminar los problemas, vuelva a realizar la carga.
- Al conectar el conector del cable del cargador, asegúrese de orientarlo correctamente.

Carga mediante conexión a un puerto USB que no sea de PC

Puede cargar utilizando la alimentación de un puerto USB (tipo A) que cumpla con los estándares USB.

- Tensión: 5 V
- Corriente: 0,5 A mín.

S-8

D

S-9

Manual de referencia rápida 3475 CASIO®

Otras precauciones sobre la carga

- Este reloj se puede cargar mediante un dispositivo que tenga un puerto USB que cumpla con la especificación USB 2.0 o superior.
- No se garantiza el funcionamiento en el caso de un PC casero o modificado por el usuario. Incluso en el caso de un PC disponible en el mercado, ciertas especificaciones del puerto USB pueden imposibilitar la carga a través del cable del cargador.
- La carga de la batería del reloj puede provocar interferencias con la recepción de la radio y la televisión. Si esto sucede, utilice para la carga, una toma de corriente más alejada de la radio o del televisor.
- El tiempo real de carga depende del nivel de carga actual de la batería y de las condiciones de uso del reloj.

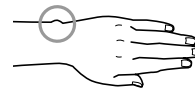
S-10

Cómo llevar puesto el reloj

La forma de llevar el reloj en la muñeca afecta a la precisión de los valores del monitor de frecuencia cardíaca. Coloque el reloj como se describe a continuación.

1. Con el reloj sin apretar en la muñeca, coloque al menos un dedo a la derecha del sensor de presión (lado derecho del reloj)* (Figura (1)).

- Si el reloj cubre el hueso protuberante de la muñeca (el cúbito, que está rodeado por un círculo en la ilustración cercada), siga añadiendo dedos hasta que deje de hacerlo.
- La ubicación y la forma de este hueso varían de una persona a otra.
- * Si lleva el reloj en la muñeca derecha, coloque su(s) dedo(s) a la izquierda de (C).



2. Coloque el reloj de manera que haya al menos un dedo de ancho entre el reloj y la muñeca al doblar la mano hacia atrás (Figura (2)).

3. Tras determinar la mejor posición en la muñeca, apriete la correa ceñidamente de manera que el reloj no se deslice por la muñeca.

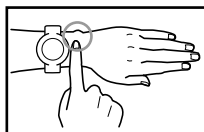


Figura (1)

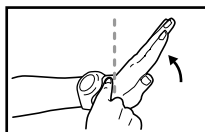


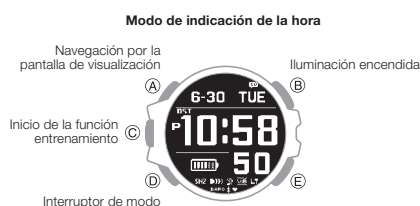
Figura (2)

S-12

S-13

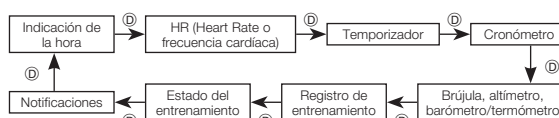
Uso del reloj

Navegación entre modos



S-14

Cada presión de (D) permite desplazarse a través de los modos, como se muestra a continuación.



Utilice (A) para desplazarse entre los modos de brújula, altímetro y barómetro/termómetro.

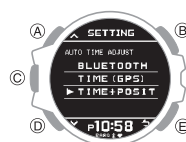


S-15

- Para volver al modo de indicación de la hora, mantenga presionado (D) durante al menos un segundo.
- Para obtener más información, consulte la Guía de operación en el sitio web de CASIO.

Configuración del ajuste de la hora

Inmediatamente después de comprar el reloj o de trasladarse a otra zona horaria, realice una operación de recepción de la señal GPS y obtenga la información de posición.



1. En el modo de indicación de la hora, mantenga presionado (A) durante al menos dos segundos.
2. Utilice (A) y (D) para seleccionar [TIME ADJUSTMENT].
3. Presione (C).
4. Utilice (A) y (D) para seleccionar [AUTO].
5. Presione (C).

S-16

6. Utilice (A) y (D) para seleccionar [TIME-POSITION (GPS)].

7. Traslédese a un lugar donde el cielo sea claramente visible y oriente el reloj de manera que la pantalla apunte hacia arriba.

8. Presione (C).

- Con esto se inicia la recepción de la señal GPS. Una vez que se obtenga la información de la ubicación, [ADJUSTED] aparece en la pantalla junto con la hora actual correspondiente al lugar donde se encuentra.
- La adquisición de la información de ubicación tarda aproximadamente de 40 a 80 segundos. En algunos casos podría llegar a tardar hasta 13 minutos.

Configuración de los ajustes de la hora

Una vez que se obtenga la información de ubicación, utilice el siguiente procedimiento para configurar los ajustes de la hora.

1. En el modo de indicación de la hora, mantenga presionado (A) durante al menos dos segundos.

2. Utilice (A) y (D) para seleccionar [TIME ADJUSTMENT].

S-17

3. Presione (C).

4. Utilice (A) y (D) para seleccionar [AUTO].

5. Presione (C).

6. Utilice (A) y (D) para seleccionar [TIME (GPS)].

7. Traslédese a un lugar donde el cielo sea claramente visible y oriente el reloj de manera que la pantalla apunte hacia arriba.

8. Presione (C).

- Con esto se inicia la recepción de la señal GPS. Una vez que se obtenga la información de la hora, [ADJUSTED] aparece en la pantalla junto con la hora actual.
- El ajuste de la hora tarda aproximadamente de 10 a 65 segundos. En algunos casos podría llegar a tardar hasta 13 minutos.

Uso de un teléfono para configurar los ajustes de la hora

Para obtener información detallada, visite el siguiente sitio web.

<https://world.casio.com/manual/wat/>

S-18

Función entrenamiento

Puede utilizar la función Entrenamiento de este reloj para que sus carreras y otros entrenamientos sean más eficientes y divertidos.

- Utilice el GPS para mantenerse al tanto de la distancia y el ritmo.
- Utilice la medición de su frecuencia cardíaca para que sus entrenamientos sean eficientes y seguros.
- Manténgase informado sobre la efectividad de su entrenamiento.
- Utilice la medición del consumo máximo de oxígeno (VO2max) para mantenerse al tanto de su nivel de resistencia actual.

También puede utilizar la aplicación para teléfono G-SHOCK MOVE para este reloj y realizar los tipos de entrenamiento descritos a continuación.

- Análisis intuitivo del entrenamiento diario
- Creación de planes de entrenamiento personalizados de acuerdo con sus objetivos

Para obtener más información sobre la instalación de la aplicación, consulte la Guía de operación en el sitio web de CASIO.

B

S-19

Manual de referencia rápida 3475 CASIO®

Especificaciones

Precisión: ±15 segundos al mes (sin ajuste mediante información de la señal)

Funciones básicas: Hora, minutos, segundos, mes, día, día de la semana a.m./p.m.(P)/formato horario de 24 horas
Calendario completamente automático (2000 a 2099)

Mobile Link:

- Función que se vincula con un dispositivo Bluetooth® mediante comunicación inalámbrica*
- * Operación mejorada mediante Mobile Link
- Ajuste automático de la hora
- Ajuste simple de la hora:
 - Hora mundial: Hora actual en 300 ciudades (38 zonas horarias, cambio automático del horario de verano), y hora UTC (Tiempo Universal Coordinado)
 - Configuración del ajuste del reloj
- Localizador de teléfonos

- Actualización de datos:
 - Actualización de la zona horaria y de la información de la regla del horario de verano
 - Creación del plan de entrenamiento
 - Ajustes de la función entrenamiento
 - Alertas de objetivos
 - Ajustes de navegación del altímetro
 - Gestión de datos del registro de entrenamiento
 - Gestión de datos del registro de entrenamiento y datos de vueltas
 - Resultados de los análisis de entrenamiento
 - Notificaciones
- Especificaciones de comunicación:
Bluetooth®
Banda de frecuencia: 2400 a 2480 MHz
Transmisión máxima: 0 dBm (1 mW)
Rango: Hasta 2 metros (depende del entorno)

S-20

S-21

Función entrenamiento:

Distancia, velocidad, ritmo y otra información calculada utilizando datos GPS y del acelerómetro
Medición del tiempo de vuelta automática/manual
Pausa automática
Inicio automático de medición de carreras
Habilitación/deshabilitación de alerta de objetivos (hora, altitud, calorías)
Personalización de la pantalla de entrenamiento

Análisis del entrenamiento:

Estado del entrenamiento
Tendencia del nivel de fitness
Tendencia de la carga de entrenamiento
VO2MAX
Tiempo de recuperación

Datos del registro de entrenamiento:

Hasta 100 carreras, hasta 140 registros de vueltas por carrera
Tiempo transcurrido, distancia, ritmo, calorías quemadas, frecuencia cardíaca, frecuencia cardíaca máxima, efectos del entrenamiento aeróbico, efectos del entrenamiento anaeróbico

Brújula digital:

Rango de medición: 0° a 359°
Pantalla de 16 direcciones
Medición continua de 60 segundos
Corrección automática del nivel
Calibración del rumbo (calibración de 3 puntos, calibración en forma de 8)
Corrección de la declinación magnética

S-22

S-23

Barómetro:

Rango de medición y visualización: 260 a 1.100 hPa (o 7,65 a 32,45 inHg)
Unidad de medición: 1 hPa (o 0,05 inHg)
Intervalo de medición automática: 2 horas
Calibración, gráfico de presión barométrica, indicador de cambio de presión barométrica

Termómetro:

Rango de medición y visualización: -10,0°C a 60,0°C (o 14,0°F a 140,0°F)
Unidad de medición: 0,1°C (o 0,2°F)
Calibración

Altímetro:

Rango de medición: -700 a 10.000 m (o -2.300 a 32.800 pies)
Rango de visualización: -10.000 a 10.000 m (o -32.800 a 32.800 pies)
Unidad de medición: 1 m (o 5 pies)
Intervalo de medición: 2 minutos/5 segundos
Ajuste de la altitud de referencia
Medición de la diferencia de altitud: -3.000 a +3.000 m (o -9.840 a 9.840 pies)
Gráfico de altitud

S-24

Medición de la frecuencia cardíaca en la muñeca:

Valor máximo de medición: 220 bpm
Frecuencia cardíaca
Ajuste de la frecuencia cardíaca objetivo
Zonas gráficas de la frecuencia cardíaca
Gráfico de la frecuencia cardíaca
Frecuencia cardíaca máxima/mínima

Precisión del sensor:

- Dirección
 - Exactitud de medición: Dentro de ±10°
 - Rango de temperaturas de precisión garantizada: -10°C a 60°C (14°F a 140°F)
- Temperatura
 - Exactitud de medición: Dentro de ±2,0°C (±3,6°F)
 - Rango de temperaturas de precisión garantizada: -10°C a 60°C (14°F a 140°F)
- Presión
 - Exactitud de medición: Dentro de ±3 hPa (0,1 inHg)
 - (Precisión de la medición de altitud: dentro de ± 75 m (246 pies))
 - Rango de temperaturas de precisión garantizada: -10°C a 60°C (14°F a 140°F)

S-25

Conteo de pasos:

Medición del conteo de pasos con un acelerómetro de 3 ejes
Rango de indicación del conteo de pasos: 0 a 99.999 pasos
Reposición del conteo de pasos: Reposición automática todos los días a la medianoche
Precisión del conteo de pasos: ±3% (De acuerdo con la prueba de vibración)

Cronómetro:

Unidad de medición: 1 segundo
Rango de medición: 99 horas 59 minutos 59 segundos (100 horas)
Tiempo fraccionario

Temporizador de cuenta regresiva:

Unidad de ajuste: 1 segundo
Unidad de medición: 1 segundo
Tiempo de inicio máximo: 60 minutos
Hasta cinco ajustes del tiempo de inicio
Repetición automática

S-26

C

S-27

Autonomía de la batería:

Uso del modo de indicación de la hora
Aproximadamente 12 meses

Accesorios:

Cable del cargador
• Cuando desempaque, verifique que todo esté incluido. Si falta algo, póngase en contacto con su vendedor original.

Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso.

S-28