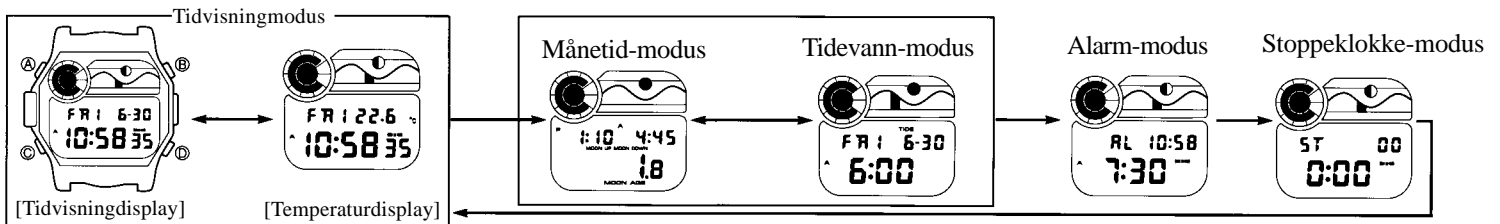
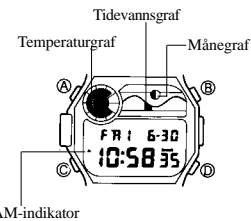


## GENERELL VEILEDNING

- Trykk **C** for å skifte fra modus til modus.
- For å returnere til tidvisningsmodus trykker du **C**.



## TIDVISNINGSFUNKSJONER

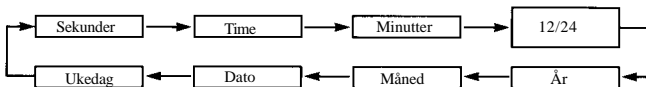


I dette uret er det to forskjellige displayer i tidvisningsmodus. Et tidvisningsdisplay og et temperaturdisplay. Benytt **D** for å skifte mellom dem.

- Begge displayene viser temperaturgrafen.
- Hvis du holder nede **A** når tidvisningsdisplayet er fremme, kan du stille inn tid og dato.
- Hvis du holder nede **A** når temperaturdisplayet er fremme, kan du justere temperaturmåleren.

### Innstilling av tid og dato

1. Trykk **D** for å få frem tidvisningsdisplayet.
2. Hold nede **A** og sekundtallene vil begynne å blinke fordi de er klar til å stilles.
3. Trykk **C** for å velge hva som skal stilles. Se kvensen er som følger:

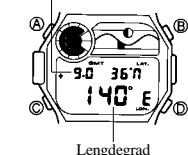


4. Når sekundtallene er klar til å stilles (blinker) trykker du **D** for å nullstille dem. Hvis du nullstiller dem mens de er i området 30-59 vil uret automatisk legge til ett minutt. Minuttene vil stå uforandret om du nullstiller mens sekundene er mellom 0 og 29.
  5. For alle tall utenom sekundene trykker du **D** for å øke tallverdien og **B** å minke den.
  6. Når du er ferdig med innstilling: Trykk **A** to ganger for å returnere til tidvisningsmodus.
- Retur til tidvisningsmodus skjer automatisk etter noen minutter, om du ikke rører noen av knappene.
  - Dette uret har programmert inn en kalender som strekker seg fra 1. januar 1995 til 31. desember 2039.

### Viktig!

- Etter innstilling av tid eller dato behøver uret noe tid for omjusteringer. Da vil mønstrene i det grafiske displayet bevege seg hurtig. Vent til mønstrene stopper, før du mater uret med nye data.
- Husk at ved bruk av sommertid må innstillingen av forskjellen mellom GMT og lokal tid justeres med en time. Husk å justere tilbake når sommertid ikke lenger er aktuelt.

### GMT-differanse



### Innstilling av lokasjonsdata

1. Trykk **C** for å komme i tidvisningsmodus.
2. Trykk **D** for å få frem tidvisningsdisplayet.
3. Hold nede **A** slik at sekundtallene begynner å blinke. De blinker fordi de er klare til å stilles.
4. Trykk **A** på nytt slik at lokasjonsdataene kommer frem i displayet. Nå blinker GMT-differanse tallene og er klare til å stilles.

5. Trykk **C** for å skifte mellom GMT-differanse og lengde- og breddegrad.

6. Når du har valgt GMT-differanse trykker du **D** for å øke verdien.
7. Når lengde- og breddegrad er valgt (blinker) trykker du **D** for å forandre lengdegraden, og **B** for å forandre breddegraden.



8. Når du er ferdig med å stille lokasjoner trykker du **A** for å returnere til tidvisningsdisplayet.

### Viktig!

Etter innstillingen av lokasjoner behøver uret noe tid for omjusteringer. Da vil mønstrene i det grafiske displayet bevege seg hurtig. Vent til mønstrene stopper, før du mater uret med nye data.

### OBS!

- Bakgrunnslyset benytter et elektrolumiserende lys (EL) som etter lang tids bruk vil miste sin kraft. Dette kan skiftes.
- Stadig bruk av bakgrunnslyset forkorter batteriets levetid.

### TERMOMETERFUNKSJONER

En innebygget sensor måler temperaturen og viser den målte verdien på displayet. Termometeret kan justeres.

### Viktig!

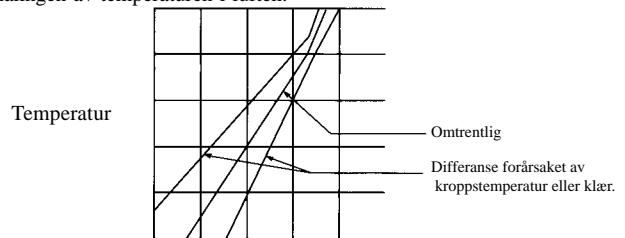
Temperaturmålinger påvirkes av kroppstemperatur, direkte sollys og fuktighet.

For å oppnå mer nøyaktige temperaturmålinger kan du fjerne uret fra håndleddet og legge det på et sted med god ventilasjon, uten direkte sollys, og tørke av all fuktighet fra kassen.

Det tar ca 20-30 minutter for kassen å registrere den rådende temperaturen.

Når bakgrunnslyset lyser kan en svak lyd høres. Dette fordi EL-lyset vibrerer.

Nøyaktige temperaturmålinger kan ikke foretas når uret er festet på handledet. Grafen nedenfor viser hvordan kroppstemperaturen påvirker målingen av temperaturen i luften.



Temperaturmålinger når uret er festet på handledet.

### Om temperaturmålinger

Temperaturmålinger blir tatt hvert femte minutt uansett hvilken side som er fremme. Målte verdier kan du se i temperaturdisplayet i tidvisningsmodus.

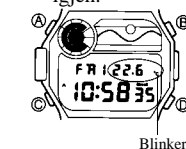
### Å forstå temperaturdisplayet

1. Bruk **C** for å hente frem tidvisningsmodus. Trykk **D** for å få frem temperaturdisplayet.
- Når uret kommer i tidvisningsmodus vil det automatisk måle og vise temperaturen.

- Displayet viser “- °C” hvis en målt verdi kommer utenfor avgrænsingen på -20 °C og +60 °C. Det normale displayet kommer frem så snart temperaturen er innenfor det avgrænsede området igjen.

### Skifte mellom celsius og fahrenheit

1. I tidvisningsmodus trykker du **D** for å få frem temperaturdisplayet.
2. Hold nede **Aslik** at den gjeldende temperatur blinker i displayet.
3. Trykk **C** for å velge mellom celsius og fahrenheit.
4. Trykk **A** for å returnere til temperaturdisplayet.



### Justering av temperaturmåling

Temperatursensoren i dette uret er finjustert på fabrikken, og ytterligere justeringer skulle ikke være nødvendig.

Hvis du imidlertid skulle finne at uret gjør markerte feilmålinger av temperaturen, kan du finstille dette.

### VIKTIG!

Feil innstilling av temperaturmålingene i dette uret kan resultere i gale avlesninger. Les det påfølgende nøye før du foretar deg noe:

- Sammenlign avlesningene foretatt av dette uret med dem gjort av et annet, pålitelig termometer.
- Hvis justering er påkrevet, fjern uret fra håndledet og vent i 20-30 minutter for å gi urets temperatur tid til å stabilisere seg.



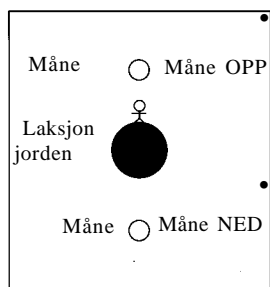
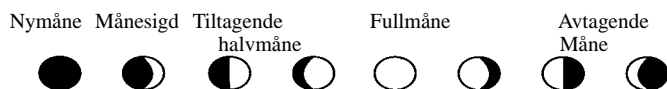
### Å finjustere temperaturmålingsfunksjonen:

1. Hent frem temperatur-displayet.
2. Hold inne **A** til displayet er klart.
3. Hvert trykk på **D** økerteperaturen med  $0.1^{\circ}\text{C}$  ( $0.2^{\circ}\text{F}$ ).

- Hvis du trykker **B** og **D** samtidig vil du returnere til fabrikkens justeringer.
  - Justeringsområdet er  $-9.9^{\circ}\text{C}$  til  $+9.9^{\circ}\text{C}$ .
4. Trykk **A** for å gå tilbake til temperatur-displayet.

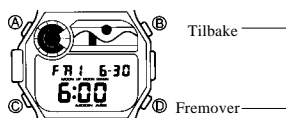
### MÅNEFASEMODUS

Still inn tid og lokasjon før du benytter månefasemodus. Månefasemodus viser gjeldene månealder. Månealder vises både ved en tallverdi og ved følgende grafikk:



Måne OPP (moon-UP) indikerer når månen vil nå sin høyeste punkt i forhold til gjeldene lokasjon. Lavmåne indikerer når månen når sitt laveste punkt i forhold til lokasjonen. Vær oppmerksom på at tidene for måne OPP og måne NED har en feilmargen på  $\pm 5$  min.

Du kan benytte operasjonen under til å finne tiden for måne OPP og måne NED for enhver dato mellom 1. januar 1995 og 31. desember 2039.



Datasøk etter måne-tider

### Hvordan få frem data om måne OPP og måne NED for en bestemt dato



1. Trykk **C** for å komme i månefasemodus.
- Nå vil dagens månefase automatisk vise i displayet (om dato er riktig innstilt).
2. Trykk **D** for å bla fremover i datoene, og **B** for å bla bakover.

Når du har funnet den dato du ønsker, vil uret bruke noen sekunder til å kalkulere måne OPP og måne NED.

Blinker Omtrentlig Differanse forårsaket av kroppstemperatur eller klær

### TIDEVANNSGRAFMODUS

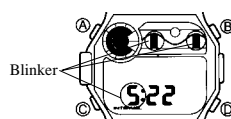
Still tid, lokasjon og månefase-intervaller før du benytter tidevannsgrafmodus.

### Om månefase-intervall

Månefaseintervallet er perioden fra måne OPP til høyvann. Hvis du kjenner månefaseintervallet, kan forandringer i tidevannet kalkuleres på bakgrunn av månelader. Dette uret kalkulerer forandringer i tidevannet på bakgrunn av tidsinnstillingen og lokasjonsinnstillingen og viser dette grafisk.

### Å kalkulere månefase-intervaller

1. Sjekk høyvann-tiden for den lokasjonen du ønsker å kjenne tidevannsforskningene til.
2. Benytt dette uret til å finne tiden for måne OPP som kommer umiddelbart før høyvannstiden.
3. Trekker du fra tiden for måne OPP fra tiden for fullmåne får du måne fase-intervallet.



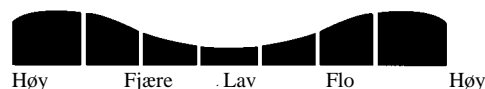
### Innstilling av månefase-intervaller

1. Hold **A** nede i månefasemodus til begge endene på grafen begynner å blinke samtidig med timetallene.
  - Denne operasjonen kan du også starte ved å holde **A** nede i tidevannsgrafmodus.
2. Benytt **C** for å velge hvilke tall du vil stille.
3. Trykk **D** for å øke tallverdien eller **B** for å minke den.
4. Når innstillingen er ferdig trykker du **A** for at uret skal komme i tidevannsgrafmodus.

### Om tidevannsgrafmodus

Tidevannsgrafmodus viser grafisk forandringene i tidevannet. Grafens horisontale akse (fra venstre til høyre) viser tiden, og dens vertikale akse viser tidevannet.

- Uret kommer i tidevannsgrafmodus ved at du trykker **A** mens uret er i månefasemodus. Du kan stille tiden mens uret er i tidevannsgrafmodus, men ikke dato og måned. Vil du se grafen for en annen dato gjør du følgende: La uret stå i månefasemodus, hvor du forandrer dato. Gå så tilbake til tidevannsgrafmodus. Vær oppmerksom på at du ikke kan forandre måned i månefasemodus. Måned følger automatisk innstillingen av dato.
- Tidevannsgrafen vises også i tidvisningsmodus, hvor den indikerer tidevannet for dagen i dag.



### Hvordan få frem tidevannsgrafen for en bestemt dato

1. Trykk **C** for å komme inn i månefasemodus.
  - Når uret kommer i månefasemodus fra et annet modus viser displayet måne OPP og måne NED for dagen i dag.
2. Trykk **A** for å komme inn i tidevannsgrafmodus.
  - Når uret kommer i tidevannsgrafmodus vil grafen vise bevegelsene i tidevannet klokken 06:00 for dagen.
3. Trykk **D** for å øke tiden for dagen, og **B** for å minke det. Holder du nede knappene går det hurtigere.



### ALARMFUNKSJONER



Når døgnalarmen er på vil den pipe i 20 sekunder. Når timesignalet er på vil uret pipe en gang hver hele time. Trykk på en av knappene for å slå av alarm og/eller timesignal.

### Å stille alarmen

1. Trykk **C** for å få frem alarm-modus.
2. Hold inne **A** til timetallene begynner å blinke på displayet. Timetallene blinker fordi de er selektert (det er de som er klar for innstilling).
3. Trykk **C** på den måten som er vist nedenfor for å forandre selektering (fra timetall til minuttall eller omvendt):
 

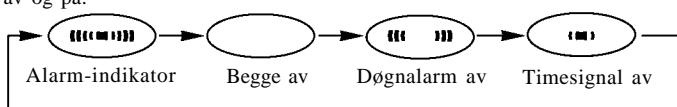
Time

↔

Minutter
4. Trykk **D** om du vil ha høyere tallverdi.
- Om alarmen har 12 eller 24 timers format avhenger av hvilket format du har valgt på tidvisning.
- Om du har 12-timers format må du være observant på om du stiller inn på ettermiddag (PM) eller formiddag (AM).
5. Etter at du har stilt alarmen trykker du **A** for å returnere til alarm-modus.

**Hvordan slå på og av alarm og timetidssignalet:**

I alarm-modus trykker du **B** for å skifte mellom alarm og timesignal og mellom av og på:

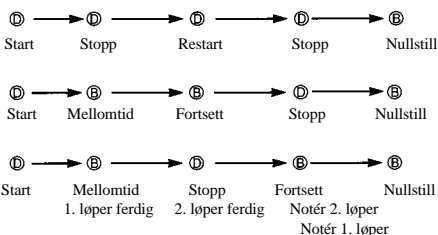


**Testing av alarm:**

Når du er i alarm-modus holder du **D** nede til du hører alarmlyden.

**STOPPEKLOKKEFUNKSJONER**

4Stoppeklokkemodus lar deg måle forløp tid, rundetid og mellomtid. Stoppeklokkens måleområde er 23 timer, 59 minutter, og 59 sekunder.



Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
1.	Pago Pago	-11	171°W	14°N
2.	Honolulu	-10	158°W	21°N
3.	Anchorage	-9	150°W	61°N
4.	Nome	-9	165°W	65°N
5.	Los Angeles	-8	118°W	34°N
6.	San Francisco	-8	122°W	38°N
7.	Las Vegas	-8	115°W	36°N
8.	Vancouver	-8	123°W	49°N
9.	Seattle	-8	122°W	48°N
10.	Denver	-7	105°W	40°N
11.	El Paso	-7	106°W	32°N
12.	Edmonton	-7	114°W	54°N
13.	Chicago	-6	88°W	42°N
14.	Houston	-6	95°W	30°N

Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
15.	Dallas	-6	97°W	33°N
16.	New Orleans	-6	90°W	30°N
17.	Winnipeg	-6	97°W	50°N
18.	Mexico City	-6	99°W	19°N
19.	New York	-5	74°W	41°N
20.	Montreal	-5	74°W	45°N
21.	Detroit	-5	83°W	42°N
22.	Miami	-5	80°W	26°N
23.	Boston	-5	71°W	42°N

Hvis sommertid: Legg til 1 ekstra time.

Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
1.	Panama City	-5	80°W	9°N
2.	Lima	-5	77°W	12°S
3.	Bogota	-5	74°W	5°N
4.	Caracas	-4	67°W	10°N
5.	La Paz	-4	68°W	17°S
6.	Santiago	-4	71°W	33°S
7.	Port of Spain	-4	61°W	11°N
8.	Rio de Janeiro	-3	43°W	23°S
9.	Sao Paulo	-3	47°W	24°S
10.	Brasilia	-3	48°W	16°S
11.	Buenos Aires	-3	58°W	35°S
12.	Montevideo	-3	56°W	35°S

Hvis sommertid: Legg til 1 ekstra time.

Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
1.	Azores	-1	25°W	38°N
2.	London	+0	0°E	51°N
3.	Dublin	+0	6°W	53°N
4.	Casablanca	+0	8°W	34°N
5.	Lisboa	+1	9°W	39°N
6.	Paris	+1	2°E	49°N
7.	Milano	+1	9°E	45°N
8.	Roma	+1	12°E	42°N
9.	Madrid	+1	4°W	40°N
10.	Amsterdam	+1	5°E	52°N
11.	Hamburg	+1	10°E	54°N
12.	Frankfurt	+1	9°E	50°N
13.	Wien	+1	16°E	48°N
14.	Stockholm	+1	18°E	59°N

Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
15.	Aten	+2	24°E	38°N
16.	Helsinki	+2	25°E	60°N
17.	Istanbul	+2	29°E	41°N
	Oslo			
	Bergen			
	Trondheim			
	Stavanger			
	Tromsø			
	Ålesund			
	Kristiansand			

Hvis sommertid: Legg til 1 ekstra time.

Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
1.	Beirut	+2	35°E	34°N
2.	Damaskus	+2	36°E	33°N
3.	Cape Town	+2	18°E	34°S
4.	Kuwait	+3	48°E	29°N
5.	Rijad	+3	47°E	25°N
6.	Jedda	+3	39°E	21°N
7.	Aden	+3	45°E	13°N
8.	Addis Ababa	+3	39°E	9°N
9.	Nairobi	+3	37°E	1°S
10.	Dubai	+4	55°E	25°N
11.	Abu Dhabi	+4	54°E	24°N
12.	Muscat	+4	58°E	23°N
13.	Karachi	+5	67°E	25°N
14.	Praia	-1	23°W	15°N

Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
15.	Dakar	+0	17°W	15°N
16.	Abidjan	+0	4°W	5°N

Hvis sommertid: Legg til 1 ekstra time.

Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
1.	Dakka	+6	90°E	24°N
2.	Bangkok	+7	100°E	14°N
3.	Jakarta	+7	107°E	6°S
4.	Phnom-Penh	+7	105°E	12°N
5.	Hanoi	+7	106°E	21°N
6.	Vientiane	+7	103°E	18°N
7.	Hong Kong	+8	114°E	22°N
8.	Singapore	+8	104°E	1°N
9.	Kuala Lumpur	+8	102°E	3°N
10.	Beijing	+8	116°E	40°N
11.	Taipei	+8	122°E	25°N
12.	Manila	+8	121°E	15°N
13.	Perth	+8	116°E	32°N
14.	Ulan Bator	+8	107°E	48°N
15.	Tokyo	+9	140°E	36°N

Nr.	By	GMT-differansegrader	Breddegrader	Lengdegrader
16.	Seoul	+9	127°E	38°N
17.	Pyongyang	+9	126°E	39°N
18.	Sydney	+10	151°E	34°S
19.	Melbourne	+10	145°E	38°S
20.	Guam	+10	145°E	13°N
21.	Noumea	+11	166°E	22°S
22.	Port Vila	+11	168°E	18°S
23.	Wellington	+12	175°E	41°S
24.	Christchurch	+12	173°E	43°S
25.	Suva	+12	178°E	18°S
26.	Nauru Island	+12	166°E	1°S
27.	papeete	-10	150°W	18°S

Hvis sommertid: Legg til 1 ekstra time.