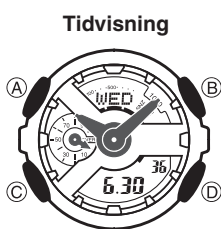


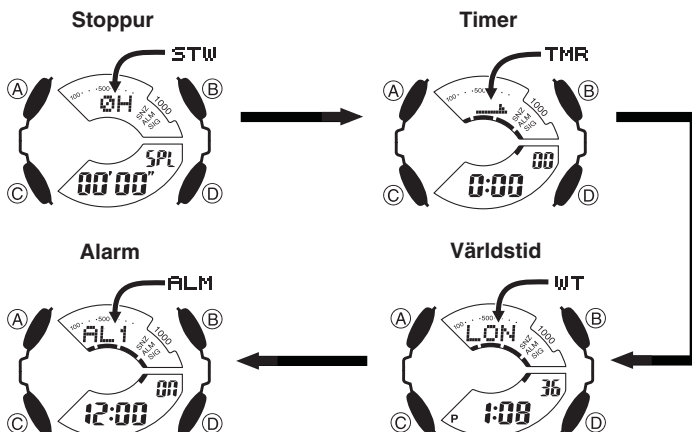


Tryck **C** för att växla mellan klockans funktioner.
Tryck **B** i valfri funktion för att tända bakgrundsbelysningen.



Tidvisning

Tryck **C**



Tidvisning

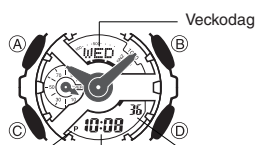
I Tidvisningsfunktionen kontrollerar du aktuell tid samt justerar tiden.

- Tryck **D** i Tidvisningsfunktionen för att växla innehållet på klockans display mellan Hemstadens datum och Hemstadens tid.

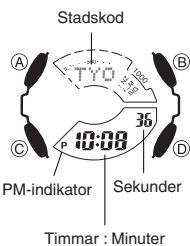
Hemstads Datum



Hemstads Tid

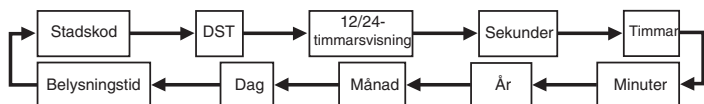


Datum Sekunder PM-indikator Timmar : Minuter Sekunder



Inställning av digital tid och datum

- I Tidvisningsfunktionen, tryck och håll inne **A** i ca tre sekunder till Stadskoden börjar att blinka i displayens övre del.
- Tryck **D** och **B** för att välja den Stadskod du önskar som din Hemstadskod (den plats där du oftast befinner dig).
 - För information kring Stadskoder – Se Stadskod-tabellen.
- Tryck **C** för att välja inställning enligt nedan:



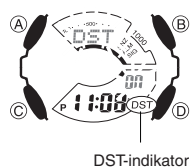
- När inställningsposition blinkar, justera med **D** och **B**.

Display	För att justera	Tryck
TYO	Justera Stadskod	D (Öst) eller B (Väst)
OFF	DST (Sommartid) ON / OFF	D
12H	12 eller 24 timmarvisning	D
50	Nollställa sekundvisning	D

PM 10:00	Timmar och minuter	D (+) och B (-)
2010	Justera Årtal	D (+) och B (-)
6 30	Justera Månad och Dag	D (+) och B (-)
	Justera belysningstid	D
LT1	LT1 1.5 sek LT3 3 sek	

- Tryck **A** för att avsluta.

- Klockan har automatisk kalenderfunktion och visar rätt veckodag automatiskt för aktuellt inställt datum.



DST/Sommartid

Tiden justeras automatiskt 1 timme vid sommartid. Du kan inte ändra sommartid individuellt för olika tidzoner. Sommartidsinställningen påverkar alla tidzoner.

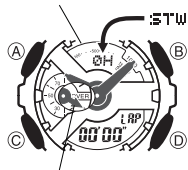
Sommartid av/på för Digital tidvisning

- I Tidvisningsfunktionen, tryck och håll inne **A** i ca tre sekunder tills Stadskoden börjar att blinka i displayens övre del.
- Tryck **C** en gång för att aktivera ändringsläge för DST/sommartid.
- Tryck **D** för att växla mellan Sommartid på **ON** eller sommartid av **OFF**.
- Tryck **A** för att avsluta.
 - DST** visas på displayen för att indikera att sommartid är aktiverat.

Stoppur

Stoppuret mäter tid, varvtid och mellantid. Om en distans anges i klockan kan klockan även kalkylera och visa hastighet på displayen.

Övre grafisk display



Hastighetsvisare

- Max mättid är 99 timmar, 59 minuter, 59 sekunder och 99 hundradelar.
- Varvtid är oftast ett varv under ett race/lopp
- Mellantid är tiden från start på ett race/lopp till en viss punkt under racet.
- Tidtagning över maxtiden fortsätter från 0'00'00.
- Tidtagning fortsätter även om du använder någon annan av klockans funktioner. I andra av klockans funktioner indikerar segmenten vid den nedre vänstra visaren att pågående tidtagning sker.

VIKTIGT!

kontrollera att hastighetsvisaren ej rör sig innan stoppursfunktionerna används.

Ange en distans

Om en distans anges i klockan kan klockan kalkylera och visa hastighet för uppmätt sträcka.

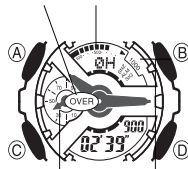
- Distansvärdet representerar kilometer, miles eller vilken enhet du önskar. Ange ett värde på 10.0 för exempelvis 10.0 kilometer eller 10.0 miles.
- Klockan utför ingen hastighetsberäkning när 0.0 anges.
- För varvtiden kan antingen varvets distans eller totala distansen för alla varv anges.
- För mellantider kan endast totala distansen anges.



Att ange ett distansvärde

1. I Stoppursfunktionen, kontrollera att stoppuret är stoppat och nollställt.
2. Vid behov, tryck **A** för att nollställa.
3. Tryck och håll inne **A** i ca tre sekunder tills att det nuvarande distansvärdet blinkar.
4. Tryck **C** för att flytta markören mellan inställning av hental och decimaltal.
5. När position blinkar, tryck **D** (+) och **B** (-) för att justera värdet.
- Värdet kan ställas mellan 0.1 till 99.9.
6. Tryck **A** för att avsluta

OVER Övre grafisk display



Analog Hastighetsvisare 1000 indikator

Hur hastighet visas

Vid en tidtagning i Stoppursfunktionen visas ett hastighetsvärde vid varvtider, mellantider och målgång som baseras på inställt distansvärde och tid.

Hastigheten visas som nedan:

- Hastighetsvisaren indikerar ental och tiotal.
- Den övre grafiska displayen indikerar 100 tal.
- En **1000** indikator pekar på 1000 när hastigheten överstiger 1 000.
- Hastigheten kan mätas mellan 0 och 1 998. **OVER** indikerar att hastigheter överstiger 1 998.

Exempel:

Ett maratonlopp som är 41,56 km

- Angivet distansvärde är 41,56 km
- Tidtagningen visar 2,39 h
- Hastighetsvisaren indikerar 40.
- Den övre grafiska displayen indikerar 700.
- 1000 indikatorn visas.
- Hastighet visas som 1740

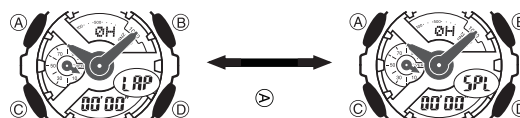
Resultatet visar en snitthastighet på 17,4 km/h

Tidtagning

- **OBS!** Val av mätning av **Varvtid** eller **Mellantid** måste göras innan tidtagning startas.
- Om mätning av total tid skall göras - välj Mellantid.

Att ställa in Stoppuret för tidtagning av Varv eller Mellantid

1. I Stoppursfunktionen tryck **A** för att nollställa
 - **LAP** eller **SPL** skall visas i den övre högra displayen.
LAP = Varvtid
SPL = Mellantid
2. Tryck **A** för att växla mellan **LAP** och **SPL**.



Att mäta tid

- Välj mellantid (**SPL**)
- Starta tidtagning Tryck **D**
- Stoppa tidtagning Tryck **D**
- Nollställa Tryck **A***
- * Om distans är angiven visas kalkylerad hastighet vid tryck på **D**.



Varvtid

Varvtid

En varvtid visar tiden som uppmäts sedan senast uppmätta varvtid.

- Om klockan skall visa hastigheten för varje varv (om alla varv är lika långa), ange varvets längd i Distansinställning.
- Om klockan skall visa hastigheten för hela loppet, ange distansen för hela loppet i Distansinställning. Hastighet kommer att indikeras varje gång som en varvtid tas, men den faktiska hastigheten är ej korrekt.

Att mäta Varvtid

- Välj mellantid (**LAP**)
- Starta tidtagning Tryck **D**
- Varvtid Tryck **A***
- Varvtid etc ** Tryck **A***
- Stoppa tidtagning Tryck **D*****
- Nollställa Tryck **A**

* Varvtiden visas i ca 12 sekunder

** Antal varvtider som kan tas är obegränsat.

*** Om distans är angiven visas kalkylerad hastighet vid tryck på **D**.

• Varvtiderna numreras från 00 till 99. Om fler varvtider tas fortsätter visningen från 00 igen.

Mellantid

En mellantid visar tiden som uppmäts sedan starten av pågående tidtagning.

- Om klockan skall visa hastigheten för hela loppet, ange distansen för hela loppet i Distansinställning.
- Hastighet kommer att indikeras varje gång som en mellantid tas men den faktiska hastigheten är ej korrekt.

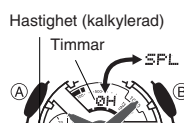
Att mäta Mellantid

- Välj mellantid (**SPL**)
- Starta tidtagning Tryck **D**
- Visa Mellantid Tryck **A***
- Återgå Tryck **A**
- Stoppa tidtagning Tryck **D*****
- Nollställa Tryck **A**

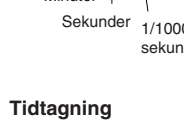
* Mellantiden visas i ca 12 sekunder

• Antal mellantider som kan tas är obegränsat.

*** Om distans är angiven visas kalkylerad hastighet vid tryck på **D**.



Mellantid



Tidtagning

Start Stopp Nollställning

Varvtid

Start Varv Varv Stopp Nollställning
LAP visas Lap01 Lap02

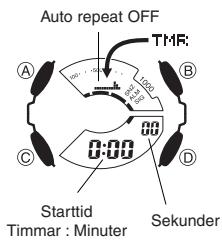
Mellantid

Start Mellantid Återgå Stopp Nollställning
SPL visas

Timer

Timerfunktionen kan utföra nedräkning mellan 24 timmar och 1 minut. Klockan ger signal i 10 sekunder när timern nått noll.

- Du kan även aktivera Auto-repeat-funktion vilket gör att timern automatiskt startar om från startvärdet efter att nedräkning skett till noll.

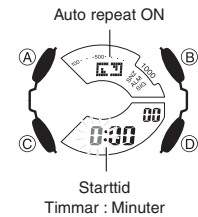


Auto-repeat och användning av timer

När Auto-repeat är aktiverat startar nedräkningen om från den inställda tiden när Timern nått noll. Om Auto-repeat är avaktiverad stoppar timern efter utförd nedräkning och den inställda starttiden visas.

Att använda Timerfunktionen

- I Timerfunktionen, tryck **D** för att starta nedräkningen.
- Nedräkningen fortsätter även om du använder någon annan av klockans funktioner.
 - Tryck **D** för att stoppa nedräkningen.
 - För att avsluta nedräkningen tryck **D** (paus) och sedan **A**.



Att ställa in Timerfunktionen

- När starttiden visas i Timerfunktionen, tryck och håll inne **A** tills Timmar börjar blinka.
- Tryck **C** för att växla mellan inställningarna enligt nedan:



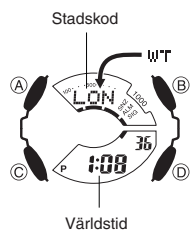
- Tryck **B** och **D** för att ändra enligt nedan:

För att justera	Tryck
Timmar, Minuter	D (+) och B (-)
Autorepeat	D för att aktivera (→ ON) eller avaktivera (→ OFF)

- Tryck **A** för att avsluta.

Världstid

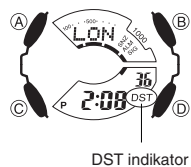
Världstidsfunktionen visar tiden i 48 städer (29 olika tidszoner) världen över.



Att visa tiden i annan tidszon

I Världstidsfunktionen, tryck **D** (öst) för att scrolla bland stadskoderna.

- Tidvisningen i Världstids- och Tidvisningsfunktionen är synkroniserade. Om misstanke om att tiden visas fel i Världstidsfunktionen, kontrollera att rätt Hemstadskod är vald.
- Vald stadskod visas växelvis med aktuell tid i Tidzonen.
- För full information om stadskoderna – se **Stadskodtabellen**.
- Om tiden för annan tidszon skulle vara fel – kontrollera tiden i din egen tidszon.
- För att visa aktuell tid för vald Världstid, tryck **A**.

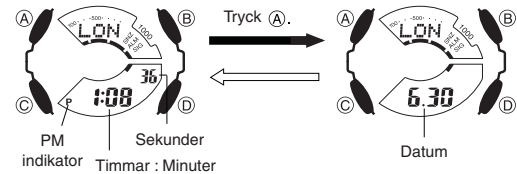


Sommartid av/på i Världstidsfunktionen

- I Världstidsfunktionen, tryck **D** (öst) för att scrolla fram till den stadskod du vill ändra till sommartid.
- Tryck och håll inne **A** i ca tre sekunder.
- DST** visas på displayen för varje Tidzon när sommartid är aktiverat.
- Notera att sommartidsjusteringen med 1 timme, endast gäller för den stadskod du justerade för.
- När **UTC** är vald som stadskod kan inte DST aktiveras.

Att växla din Hemstadstid och Världstid

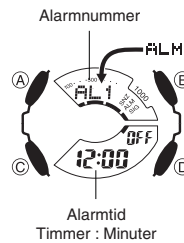
Denna funktion används för att växla plats på den hemstadstid (Hemstadskod) och vald Världstid.



- I Världstidsfunktionen, tryck **D** för att välja Världstid.
 - Tryck och håll inne **A** och **B** samtidigt tills klockan ger en kort signal.
- Klockans anloga tidvisning kommer nu att visa Världstiden och visa aktuell Hemstadstid (hemstadskod) i Världstidsfunktionen

Alarm

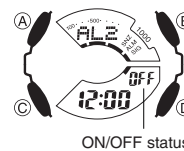
När ett alarm är aktiverat ger klockan signal på inställd tid. Klockan har Timsignal och 4 alarm och ett snoozealarm.



- Snoozefunktionen ger repetition av alarmsignalen var femte minut och upp till 7 gånger.
- Timsignalen ger två korta signaler varje hel timme.
- Klockans alarm är numrerade från **AL1** till **AL4** samt **SNZ**.
- Timsignalen benämnes **SIG**.

Inställning av alarm

- I Alarmfunktionen, tryck **D** för att välja det alarm du önskar ställa in.

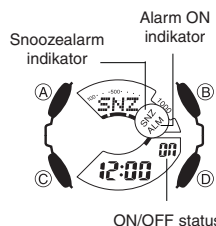


- Tryck och håll inne **A** tills timsiffrorna blinkar.
- Alarmet aktiveras nu automatiskt.
- Tryck **C** för att flytta markören mellan Timmar och Minuter.
- Tryck **D** (+) och **B** (-) för att justera
- Tryck **A** för att avsluta

Alarmfunktion

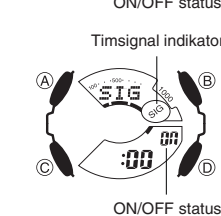
Alarmet ger signal på inställd tid i ca 10 sekunder. Snoozealarmet upprepas upp till 7 gånger var 5:e minut eller till du avaktiverar alarmet.

- Tryck valfri knapp för att stoppa larmsignalen.
- För att avaktivera snoozealarmet: Aktivera inställningssidan för Tidvisning. Visa inställningssidan för Snoozealarm **SNZ**.



Alarm ON/OFF

- I Alarmfunktionen, tryck **D** för att välja alarm.
- Tryck **A** för att växla alarm ON/OFF.
- Alarmindikatorerna visas på displayen i klockans alla funktioner.
- Snoozealarmindikatorn visas blinkande på displayen under snoozeperiod.



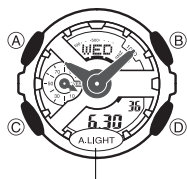
Timsignal ON/OFF

- I Alarmfunktionen, tryck **D** för att välja Timsignal **SIG**.
- Tryck **A** för att växla alarm ON/OFF.
- SIG** visas när Timsignalen är aktiverad (ON)
- Timsignalindikatorn visas i klockans alla funktioner.

Belysning

Att manuellt tända belysningen

I valfri funktion, tryck **B** – belysningen tänds i 1,5 alternativt 3 sekunder beroende hur belysningstiden är inställd.



Auto light funktion

Auto-light funktion

När auto light-funktionen är aktiverad tänds bakgrunds-belysningen automatiskt när klockan vrids mer än 40° från parallellt läge mot marken.

Att manuellt aktivera/avaktivera

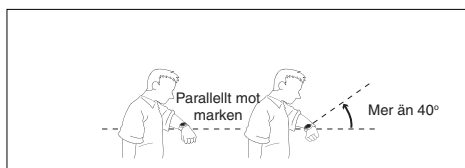
Auto Light-funktionen

För att aktivera/avaktivera Auto light-funktionen, tryck och håll inne **B** i ca 3 sekunder.

- Symbolen för Auto Light visas i alla funktioner när den är aktiverad **A.LIGHT**.

Att använda Auto Light-bakgrundsbelysning

Vinklas klockan ca 40° så tänds bakgrundsbelysningen automatiskt – praktiskt när det är mörkt och du snabbt vill se tid eller annan funktion etc.



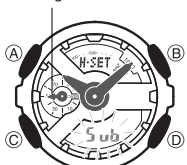
Att ändra belysningstid

1. I Tidvisningsfunktionen, tryck och håll inne **A** tills innehållet på displayen börjar att blinka.
2. Tryck **C** 9 gånger för att ändra belysningstid **LT1** eller **LT3**.
3. Tryck **D** för att växla mellan **LT1** eller **LT3**
LT1 ca 1.5 sekund
LT3 ca 3 sekunder
4. Tryck **A** för att avsluta.

Justering av visarnas Hemposition.

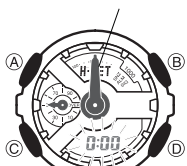
Klockans analoga tidvisning kan störas av starkt magnetfält eller kraftigt slag. Om den analoga tiden visas fel kan visarnas position justeras manuellt.

Hastighetsvisare



Hastighetsvisarens korrekta position

Tim- och minutvisare



Tim- och minutvisarens korrekta positioner

Att justera visarnas position

1. I Tidvisningsfunktionen, tryck och håll inne **D** i ca tre sekunder tills **H-SET** visas på displayen i den övre displayen och **Sub** blinkar i den nedre displayen.
2. Kontrollera Hastighetsvisarens position.
 - Visarens position är korrekt om den pekar exakt på 50 ("klockan 12"). För att justera tryck **D**.
 - När visarens position är korrekt, tryck **C**.
3. Kontrollera Minut- och Timvisarens position.
 - Visarnas position är korrekt om de pekar exakt på "klockan 12". För att justera tryck **D** (medurs) eller **B** (moturs).
4. När visarnas position är korrekt, tryck **A*** för att avsluta.
 - * Tryck **C** för att fortsätta från punkt 2 och börja om.

Referenser

Tidvisning

- Vid nollställning av sekundsiffrorna och när sekundvisningen är inom 30 till 59, nollställs sekunderna och 1 minut läggs till. Om sekund siffrorna är inom 00 till 29 är minutsiffrorna oförändrade.
- Veckodagen ställs automatiskt in enligt det datum du anger.
- Årtal kan ställas in mellan år 2000 och 2099.
- Klockans autokalender tar även hänsyn till skottår.

Data/Inställning – Scrollfunktion

B och **D** används i flera av funktionerna för att stega/scrolla framåt respektive bakåt, håll inne för snabbstegning.

Auto Retur Funktion

- Om du lämnar klockan med blinkande siffror på displayen i ca 2 till 3 minuter så avslutar klockan automatiskt Inställningsfunktionen.

Illuminator/Bakgrundsbelysning

- Bakgrundsbelysningen kan vara svår att se i starkt ljus/solljus.
- Bakgrundsbelysningen släcks när klockans alarm ljuder.
- Frekvent användning av belysningsfunktionen förkortar batteriets livslängd.
- Klockan kan ge ifrån sig ett ljud när Bakgrundsbelysningen är aktiverad vilket beror på vibrationer i EL-panelen och är inte ett fel.

Auto light-funktion

- Undvik att bära klockan med klockan på insidan av armen. I den positionen kan Auto light-funktionen aktiveras när den ej är avsedd att aktiveras.
- Statisk elektricitet kan påverka Auto light-funktionen.

Stadskodtabell

City Code	City	UTC Offset/ GMT Diff erential	City Code	City	UTC Offset/ GMT Diff erential
PPG	Pago Pago	-11	ATH	Athens	
HNL	Honolulu	-10	CAI	Cairo	+2
ANC	Anchorage	-9	JRS	Jerusalem	
YVR	Vancouver		MOW	Moscow	+3
LAX	Los Angeles	-8	JED	Jeddah	
YEA	Edmonton		THR	Tehran	+3.5
DEN	Denver	-7	DXB	Dubai	+4
MEX	Mexico City		KBL	Kabul	+4.5
CHI	Chicago	-6	KHI	Karachi	+5
MIA	Miami		DEL	Delhi	+5.5
YTO	Toronto	-5	DAC	Dhaka	+6
NYC	New York		RGN	Yangon	+6.5
SCL	Santiago	-4	BKK	Bangkok	+7
YHZ	Halifax		SIN	Singapore	
YYT	St. Johns	-3.5	HKG	Hong Kong	+8
RIO	Rio De Janeiro	-3	BJS	Beijing	
RAI	Praia	-1	TPE	Taipei	
UTC			SEL	Seoul	+9
LIS	Lisbon	0	TYO	Tokyo	
LON	London		ADL	Adelaide	+9.5
MAD	Madrid		GUM	Guam	+10
PAR	Paris		SYD	Sydney	
ROM	Rome	+1	NOU	Noumea	+11
BER	Berlin		WLG	Wellington	+12
STO	Stockholm				

Based on data as of June 2009.

The rules governing global times (UTC offset and GMT differential) and summer time are determined by each individual country.

