

Bedienführung 2993

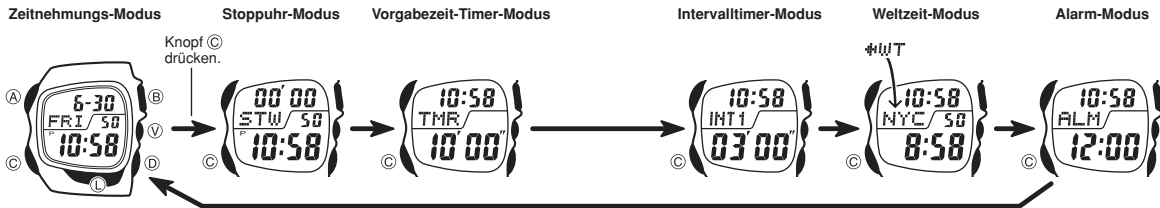
Über diese Bedienungsanleitung



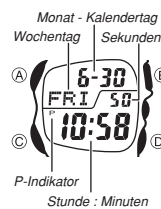
- Die Knopfbetätigungen sind in dieser Anleitung durch die in der Abbildung aufgeführten Buchstaben bezeichnet.
- Jeder Abschnitt dieser Bedienungsanleitung enthält die Informationen, die Sie für die Bedienung im jeweiligen Modus benötigen. Weitere Einzelheiten und technische Informationen finden Sie im Abschnitt „Referenz“.

Allgemeine Anleitung

- Drücken Sie zum Umschalten von Modus auf Modus den Knopf (C).
- Drücken Sie zum Beleuchten des Zifferblatts in einem beliebigen Modus den Knopf (L).



Zeitnehmung



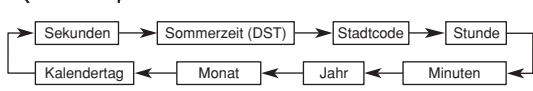
Im Zeitnehmungs-Modus können Sie die aktuelle Uhrzeit und das Datum einstellen und anzeigen.

Vor dem Einstellen von Uhrzeit und Datum unbedingt das Folgende lesen!

- Die Uhrzeiten im Zeitnehmungs-Modus und Weltzeit-Modus sind miteinander synchronisiert. Dadurch ist vor dem Eingeben von Uhrzeit und Datum zunächst unbedingt ein für Ihre Heimatzone (die Zeitzone, in der Sie die Uhr normalerweise benutzen) geltender Stadtcode einzustellen.
- Näheres zu den Stadtcodes finden Sie in der „City Code Table“ (Stadtcode-Tabelle).

Datum und Uhrzeit eingeben

- Halten Sie im Zeitnehmungs-Modus den Knopf (A) gedrückt, bis die Sekunden zu blinken beginnen. Damit ist die Einstellanzeige eingeschaltet.
- Schalten Sie das Blinken mit Knopf (C) in der nachstehenden Reihenfolge weiter, um die zu ändernden Einstellungen zu wählen.



- Wenn die zu ändernde Einstellung blinkt, verwenden Sie die Knöpfe (D) und (B), um diese wie unten beschrieben einzustellen.

Anzeige	Um dies zu tun:	Folgendes tun:
50	Sekunden auf 00 zurückstellen	Knopf (D) drücken.
0FF	Zwischen Sommerzeit (0FF) und Standardzeit (0FF) umschalten	Knopf (D) drücken.
TYO	Stadtcode ändern	(D) (Osten) und (B) (Westen) verwenden.
P 10:58	Stunde oder Minuten ändern	(D) (+) und (B) (-) verwenden.
3 0E	Jahr ändern	
6-30	Monat oder Kalendertag ändern	

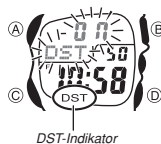
- Näheres zur Sommerzeit-Einstellung siehe unter „Sommerzeit (DST)“.
- Drücken Sie Knopf (A), um die Einstellanzeige wieder zu schließen.

Sommerzeit (DST)

Die Sommerzeit (Daylight Saving Time = DST) stellt die Zeit gegenüber der Standardzeit um eine Stunde vor. Denken Sie aber immer daran, dass nicht alle Länder oder Gebiete die Sommerzeit verwenden.

Zeitnehmungs-Modus zwischen Sommer- und Standardzeit umschalten

- Halten Sie im Zeitnehmungs-Modus Knopf (A) gedrückt, bis die Sekunden zu blinken beginnen, womit die Einstellanzeige eingeschaltet ist.
 - Rufen Sie mit Knopf (C) die DST-Einstellanzeige auf.
 - Drücken Sie Knopf (D), um die Einstellung zwischen Sommerzeit (0FF angezeigt) und Standardzeit (0FF angezeigt) umzuschalten.
 - Drücken Sie Knopf (A), um die Einstellanzeige wieder zu schließen.
- Wenn auf Sommerzeit geschaltet ist, wird im Display der DST-Indikator angezeigt.

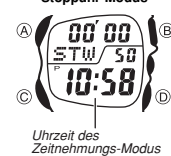


Zeitnehmungsformat zwischen 12 Stunden- und 24-Stunden-Format umschalten

- Im Zeitnehmungs-Modus können Sie mit Knopf (D) zwischen Zeitnehmung im 12-Stunden- und 24-Stunden-Format umschalten.
- Bei Verwendung des 12-Stunden-Formats erscheint der P-Indikator (für pm = zweite Tageshälfte) für Uhrzeiten im Bereich von Mittag bis 11:59 Uhr mitternachts, wogegen die Uhrzeit im Bereich von Mitternacht bis 11:59 Uhr mittags ohne Indikator angezeigt wird.
 - Bei Verwendung des 24-Stunden-Formats wird die Uhrzeit im gesamten Bereich von 0:00 bis 23:59 Uhr ohne Indikator angezeigt.
 - Das von Ihnen im Zeitnehmungs-Modus gewählte 12-Stunden/24-Stunden-Zeitnehmungsformat wird auch in allen anderen Modi verwendet.
 - In den Anzeigen des Vorgabezeit-Timer-Modus, Intervalltimer-Modus, Weltzeit-Modus und Alarm-Modus wird der P-Indikator nicht zusammen mit der Uhrzeit des Zeitnehmungs-Modus angezeigt.

Stoppuhr

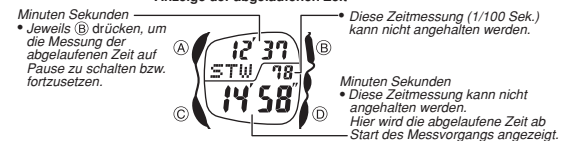
Anfangsanzeige des Stoppuhr-Modus



- Die Stoppuhrfunktion misst die abgelaufene Zeit. Sie können das obere und untere Display für die offizielle Zeitnahme auf Veranstaltungen und bei Spielen verwenden.
- Sie können die Uhr für Piepton- oder Vibrationsalarm konfigurieren. Näheres zum Vibrationsalarm finden Sie unter „Vibrationsalarm“.
 - Der Messbereich des oberen Displays beträgt 59 Minuten 59 Sekunden.
 - Der Messbereich des unteren Displays beträgt 99 Minuten 59 Sekunden.
 - Die Stoppuhr läuft weiter und startet mit jedem Erreichen der Messbereichsgrenze erneut ab Null, bis sie von Ihnen gestoppt wird.

- Der Messvorgang der Stoppuhr läuft auch dann weiter, wenn Sie den Stoppuhr-Modus verlassen.
- Alle Bedienungsvorgänge dieses Abschnitts werden im Stoppuhr-Modus ausgeführt, der durch Drücken von Knopf (C) auferufen wird.

Anzeige der abgelaufenen Zeit



- Minuten Sekunden
- Jeweils (B) drücken, um die Messung der abgelaufenen Zeit auf Pause zu schalten bzw. fortzusetzen.
- Diese Zeitmessung (1/100 Sek.) kann nicht angehalten werden.
- Minuten Sekunden
- Diese Zeitmessung kann nicht angehalten werden. Hier wird die abgelaufene Zeit ab Start des Messvorgangs angezeigt.

Zeiten mit der Stoppuhr messen

Abgelaufene Zeit



- *1 Die Messung der abgelaufenen Zeit im unteren Display läuft weiter.

Verwendung für offizielle Zeitnehmung auf Sportveranstaltungen

Nachdem Sie eine Spielzeit bzw. Ereigniszeit eingestellt haben, gibt die Uhr einen Alarm (Piepton oder Vibration) aus, wenn die Zeit im unteren Display die vorgegebene Zeit erreicht.

Im Falle von Unterbrechungen können Sie die Zeit im oberen Display mit Knopf (B) anhalten und anschließend wieder starten. Das untere Display zeigt dabei ständig die seit Beginn der Zeitmessung abgelaufene Zeit an. Sie können die Gesamtlänge der Unterbrechungen (Verlustzeit bzw. Nachspielzeit) berechnen, indem Sie die Zeit des oberen Displays von der Zeit im unteren Display abziehen.

Ereigniszeit einstellen



- Halten Sie im Stoppuhr-Modus den Knopf (A) gedrückt, bis im unteren Display die aktuelle Einstellung der Ereigniszeit zu blinken beginnt. Damit ist die Einstellanzeige eingeschaltet.
 - Falls die aktuelle Ereigniszeit nicht erscheint, diese bitte gemäß Anleitung unter „Messung der abgelaufenen Zeit auf Null zurückstellen“ anzeigen.
- Stellen Sie die blinkende Einstellung mit (D) (+) und (B) (-) wunschgemäß ein.
 - Die Ereigniszeit ist in 1-Minute-Schritten im Bereich von 1 Minute bis 60 Minuten einstellbar.
 - „- -“ bezeichnet, dass keine Ereigniszeit eingestellt ist.
- Drücken Sie Knopf (A), um die Einstellanzeige wieder zu schließen.

Zeitnahme zum Ereignisbeginn starten

- Wenn die laufende Uhrzeit im unteren Display die Startzeit des Ereignisses erreicht, starten Sie die Zeitnahme durch Drücken von Knopf (B).
- Dadurch erscheint in den oberen und unteren Displays die gemessene abgelaufene Zeit.

Zeitnahme anhalten

- Drücken Sie (B). Dies hält die Zeitmessung im oberen Display an.
 - Im unteren Display läuft die Messung der abgelaufenen Zeit weiter.
- Zum Fortsetzen der Zeitmessung im oberen Display erneut den Knopf (B) drücken.

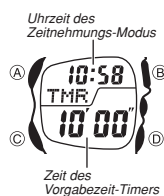
Wenn die voreingestellte Ereigniszeit erreicht ist

- Die Uhr gibt einen Alarm aus, wenn die Messung der abgelaufenen Zeit im unteren Display (Gesamtzeit seit Start der Zeitnahme) die voreingestellte Ereigniszeit erreicht.
- Die Messung der abgelaufenen Zeit läuft auch nach Erreichen der voreingestellten Ereigniszeit weiter.

Messung der abgelaufenen Zeit auf Null zurückstellen

- Drücken Sie (B). Dies stoppt die Messung der abgelaufenen Zeit im oberen Display.
 - Im unteren Display läuft die Messung der abgelaufenen Zeit weiter.
- Halten Sie (D) gedrückt, bis die Anfangsanzeige des Stoppuhr-Modus erscheint.

Vorgabezeit-Timer

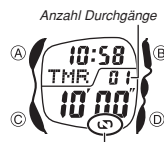
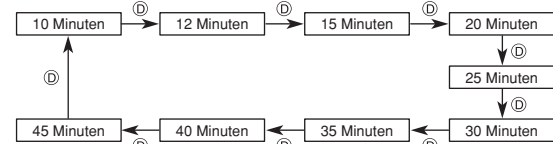


- Die Uhr besitzt eine Reihe von Vorgabezeiten, die Sie als Startzeit für den Countdown-Timer abrufen können. Der aktuell gewählte Alarmvorgang (Piepton oder Vibration) wird dann automatisch ausgelöst, wenn der Countdown Null erreicht.
- Zur Verfügung stehen die folgenden Vorgabezeiten (sämtlich in Minuten): 10, 12, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45.
 - Sie können auch die Wiederholautomatik zuschalten, wodurch der Countdown auf Erreichen von Null automatisch mit der gewählten Vorgabezeit neu startet.
 - Sie können die Uhr für Piepton- oder Vibrationsalarm konfigurieren. Näheres zum Vibrationsalarm siehe unter „Vibrationsalarm“.
 - Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden im Vorgabezeit-Timer-Modus ausgeführt, der durch Drücken von Knopf (C) aufgerufen wird.

Vorgabezeit-Timer benutzen



- Scrollen Sie im Vorgabezeit-Timer-Modus mit Knopf (D) durch die Vorgabezeiten, bis die gewünschte Zeit angezeigt ist.



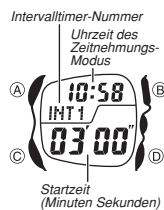
- Die Wiederholautomatik wird durch Gedrückthalten von Knopf (A) bei angezeigter Startzeitwahl-Anzeige eingeschaltet. Über der Timerzeit wird die Anzahl der Durchgänge angezeigt.
- Durch häufige Verwendung von Wiederholautomatik und Alarmausgabe (Piepton oder Vibration) kann die Batterie entladen werden.



- Drücken Sie Knopf (B) zum Starten des Countdown-Timers.
 - Bei laufendem Countdown können Sie diesen mit Knopf (B) anhalten. Zum Fortsetzen des Countdowns dann erneut Knopf (B) drücken.

- Wenn der Countdown abgelaufen ist, gibt die Uhr für 10 Sekunden einen Alarm (Piepton oder Vibration) aus, den Sie durch Drücken eines beliebigen Knopfes auch schon früher stoppen können.
- Wenn das Ende des Countdowns bei ausgeschalteter Wiederholautomatik erreicht wird, wechselt die Uhr auf Messung der abgelaufenen Zeit und zeigt an, wie viel Zeit seit dem Ende des Countdowns verstrichen ist. Die Messung der abgelaufenen Zeit stoppt automatisch mit Erreichen von 60 Minuten. Hieraufhin erscheint die Startzeitwahl-Anzeige.
- Wenn das Ende des Countdowns bei eingeschalteter Wiederholautomatik erreicht wird, startet ein neuer Countdown mit der gewählten Vorgabezeit. Über der Timerzeit wird die Anzahl der Durchgänge angezeigt. Die Anzeige der Durchgänge wechselt auf „- -“, wenn der Zählerstand 100 erreicht.
- Um den Countdown-Betrieb vollständig zu beenden, diesen zunächst auf Pause schalten (durch Drücken von (B)) und dann (D) drücken. Hieraufhin erscheint wieder die Anfangsanzeige des Vorgabezeit-Timer-Modus.

Intervalltimer



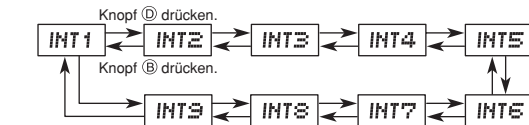
- Am Intervalltimer können Sie bis zu neun Startzeiten einstellen, die dann der Reihe nach herunter gezählt werden. Der Intervalltimer ist ein praktisches Hilfsmittel für zum Beispiel Intervalltraining (z.B. drei Minuten Lauftraining mit INT1, 1 Minute Ruhe mit INT2, dann fünf Minuten Lauftraining mit INT3) oder für die Zeitgabe bei Ereignissen mit mehreren Abschnitten (z.B. 45 Minuten Spielzeit mit INT1, 15 Minuten Ruhe mit INT2, 45 Minuten Spielzeit mit INT3).
- Sie können die Uhr für Pieptonalarm oder Vibrationsalarm konfigurieren. Näheres zum Vibrationsalarm siehe unter „Vibrationsalarm“.
 - Die Uhr gibt jedes Mal den Alarm (Piepton oder Vibration) aus, wenn einer der Timer Null erreicht.

- Die Alarmausgabe (ca. eine Sekunde) erfolgt jedes Mal, wenn einer der Intervalltimer (außer dem letzten Timer der Sequenz) Null erreicht. Auf Ablauf des letzten Intervalltimers der Sequenz wird der Alarm ca. fünf Sekunden lang ausgegeben.
- Wenn Sie die Wiederholautomatik zuschalten, startet die Timersequenz nach dem Ablauf des letzten Timers automatisch von vorn.
- Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden im Intervalltimer-Modus ausgeführt, der durch Drücken von Knopf (C) aufgerufen wird.

Intervalltimer einstellen



- Halten Sie im Intervalltimer-Modus den Knopf (A) gedrückt, bis die Intervalltimer-Nummer zu blinken beginnt. Damit ist die Einstellanzeige eingeschaltet.
- Scrollen Sie mit (D) (+) und (B) (-) durch die Intervalltimer-Nummern, bis der einzustellende Timer angezeigt ist.



- Schalten Sie das Blinken mit Knopf (C) entsprechend weiter, um andere Einstellungen zu wählen.



- Ändern Sie die blinkende Einstellung wie unten beschrieben mit den Knöpfen (D) und (B).

Anzeige	Um dies zu tun:	Folgendes tun:
INT 1	Intervalltimer-Nummern ändern	(D) (+) und (B) (-) verwenden.
03 00	Minuten ändern (00 - 59)	(D) (+) und (B) (-) verwenden.
	Sekunden ändern (00 - 59, 5-Sek.-Schritte)	(D) (+) und (B) (-) verwenden.
↔	Wiederholautomatik einschalten (↔) / ausschalten (→)	(D) drücken.

- Timer, deren Startzeit auf 00:00 eingestellt ist, werden beim Intervalltimerbetrieb übersprungen.
- Die Wiederholautomatik kann nicht für einzelne Intervalltimer zugeschaltet werden. Im Intervalltimer-Modus ist Wiederholbetrieb nur mit der gesamten Timersequenz möglich.

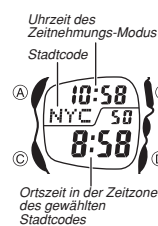


- Stellen Sie alle zu verwendenden Timer auf die jeweils gewünschte Zeit ein.
- Drücken Sie Knopf (A), um die Einstellanzeige wieder zu schließen.
 - Wenn die Wiederholautomatik eingeschaltet ist, wird über der Timerzeit die Anzahl Durchgänge angezeigt.
 - Durch häufige Verwendung von Wiederholautomatik und Alarmausgabe (Piepton oder Vibration) kann die Batterie entladen werden.

Intervalltimerbetrieb durchführen

- Drücken Sie im Intervalltimer-Modus den Knopf (B), um den Countdown zu starten. Dieser beginnt mit dem Intervalltimer mit der niedrigsten Nummer, bei dem die Startzeit nicht auf Null eingestellt ist.
- Durch Drücken von (B) können Sie den aktuell herunterzählenden Intervalltimer anhalten. Zum Fortsetzen dann erneut (B) drücken.
 - Beim Intervalltimerbetrieb werden alle Intervalltimer übersprungen, deren Startzeit auf Null (00:00) steht.
 - Die Sequenz beginnt mit dem Intervalltimer mit der niedrigsten Nummer, der nicht auf Null eingestellt ist. Sie endet mit dem Intervalltimer mit der höchsten Nummer, dessen Startzeit nicht auf Null gestellt ist.
 - Wenn die Wiederholautomatik ausgeschaltet ist, gibt die Uhr auf jedes Ablauf von einem der Intervalltimer einen Alarm (Piepton oder Vibration) aus. Beim Ablauf des letzten Intervalltimers wird der Alarm circa fünf Sekunden lang ausgegeben.
 - Wenn die Wiederholautomatik eingeschaltet ist, piept bzw. vibriert die Uhr jedes Mal, wenn einer der Intervalltimer Null erreicht. Wenn der letzte Intervalltimer Null erreicht, wird der Alarm fünf Sekunden lang ausgegeben, falls die Startzeit des letzten Intervalltimers nicht 10 Sekunden oder weniger beträgt. In einem solchen Falle ist der Alarm nur circa eine Sekunde lang.
 - Wenn der letzte Intervalltimer Null erreicht, startet die Zeitgabe erneut mit dem ersten Timer. Die Anzahl der Durchgänge wird über der Timerzeit angezeigt. Die Anzeige der Durchgänge wechselt auf „- -“, wenn der Zählerstand 100 erreicht.
 - Der angelaufene Intervalltimerbetrieb wird auch dann fortgesetzt, wenn Sie den Intervalltimer-Modus verlassen.
 - Um den Intervalltimerbetrieb vollständig zu beenden, halten Sie diesen zuerst mit Knopf (B) an und drücken dann Knopf (D). Hieraufhin wird Intervalltimer 1 (INT1) angezeigt.

Weltzeit



Im Weltzeit-Modus können Sie die laufende Ortszeit von 48 Städten (29 Zeitzonen) in aller Welt anzeigen lassen.

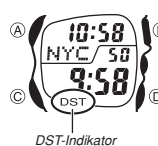
- Beim Aufrufen des Weltzeit-Modus erscheinen als Erstes die Daten, die beim letzten Verlassen des Weltzeit-Modus eingesehen wurden.
- Alle Bedienungsvorgänge in diesem Abschnitt werden im Weltzeit-Modus durchgeführt, der durch Drücken von **C** aufgerufen wird.

Ortszeit einer anderen Stadt abrufen
Drücken Sie im Weltzeit-Modus den Knopf **D**, um nach Osten und den Knopf **B**, um nach Westen durch die Stadtcodes zu scrollen.

- Näheres zu den Stadtcodes siehe „City Code Table“ (Stadtcode-Tabelle).

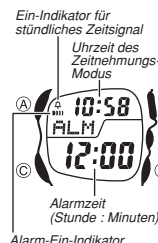
- Falls bei einer Stadt eine falsche Ortszeit angezeigt wird, bitte die Einstellungen des Zeitnehmers-Modus und der Heimatzone (Stadtcode) kontrollieren und erforderlichenfalls korrigieren.

Stadtcode zwischen Standardzeit und Sommerzeit umschalten



1. Rufen Sie im Weltzeit-Modus mit den Knöpfen **D** und **B** den Stadtcode (Zeitzone) auf, dessen Standard-/ Sommerzeit-Einstellung geändert werden soll.
2. Halten Sie Knopf **A** circa eine Sekunde lang gedrückt, um zwischen Sommerzeit (DST-Indikator angezeigt) und Standardzeit (DST-Indikator nicht angezeigt) umzuschalten.
- Der DST-Indikator erscheint im Display, wenn Sie einen Stadtcode einstellen, der auf Sommerzeit gestellt ist.
- Bitte beachten Sie, dass die Sommer-/Standardzeit-Einstellung nur den aktuell angezeigten Stadtcode betrifft. Andere Stadtcodes sind davon nicht betroffen.

Alarm



Wenn der tägliche Alarm eingeschaltet ist, gibt die Uhr jeden Tag zur voreingestellten Zeit den gewählten Alarm (Piepton oder Vibration) aus. Wenn das stündliche Zeitsignal eingeschaltet ist, meldet die Uhr jede volle Stunde durch Ausgabe eines Alarms.

Sie können die Uhr für Pieptonalarm oder Vibrationsalarm konfigurieren. Näheres zum Vibrationsalarm siehe unter „Vibrationsalarm“.

- Alle Bedienungsvorgänge in diesem Abschnitt werden im Alarm-Modus durchgeführt, der durch Drücken von **C** aufgerufen wird.

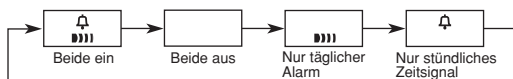
Alarmzeit eingeben
1. Halten Sie den Knopf **A** gedrückt, bis die Stundeneinstellung der Alarmzeit zu blinken beginnt. Damit ist die Einstellanzeige aktiviert.

- Durch diese Bedienung wird der Alarm automatisch eingeschaltet.

2. Drücken Sie den Knopf **C**, um das Blinken zwischen der Stunden- und Minuteneinstellung zu verschieben.
 3. Während eine Einstellung blinkt, verwenden Sie die Knöpfe **D** (+) und **B** (-), um diese zu ändern.
 4. Drücken Sie nach dem Einstellen der Alarmzeit den Knopf **A**, um die Einstellanzeige zu schließen.
- Bei Verwendung des 12-Stunden-Formats ist auf richtige Einstellung der ersten (kein Indikator) bzw. zweiten (P-Indikator) Tageshälfte zu achten.

Ausgelösten Alarmton stoppen
Drücken Sie eine beliebige Taste.

Täglichen Alarm und stündliches Zeitsignal ein- und ausschalten
Wählen Sie im Alarm-Modus durch das unten gezeigte Weiterschalten mit Knopf **D** die gewünschte Einstellung.



Alarmbetrieb testen

Halten Sie im Alarm-Modus den Knopf **D** gedrückt, um die aktuell gewählte Alarmanzeige auszulösen (Piepton oder Vibration).

Beleuchtung



Die Uhr besitzt ein EL (Elektrolumineszenz)-Panel, das zur besseren Ablesbarkeit im Dunkeln das gesamte Display leuchten lässt. Die Beleuchtungsautomatik schaltet die Beleuchtung des Displays automatisch ein, wenn Sie die Uhr in einem bestimmten Winkel auf Ihr Gesicht richten.

- Die Beleuchtungsautomatik muss eingeschaltet sein (durch Beleuchtungsautomatik-Indikator angezeigt), damit sie arbeitet.
- Für weitere wichtige Informationen siehe „Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtung“.

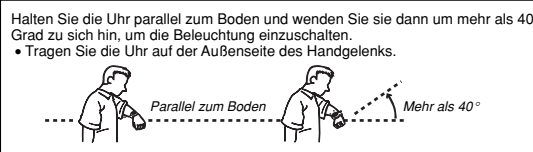
Display manuell beleuchten

Drücken Sie Knopf **L** in einem beliebigen Modus, um die Beleuchtung des Displays für circa eine Sekunde zu aktivieren.

- Durch die obige Bedienung wird die Beleuchtung unabhängig davon aktiviert, ob die Beleuchtungsautomatik aktuell ein- oder ausgeschaltet ist.

Über die Beleuchtungsautomatik

Bei eingeschalteter Beleuchtungsautomatik schaltet sich die Beleuchtung in allen Modi automatisch ein, wenn Sie Ihr Armgelenk wie unten gezeigt positionieren.



Warnung!

- **Achten Sie immer darauf, dass Sie sich an einem sicheren Ort befinden, wenn Sie das Display unter Verwendung der Beleuchtungsautomatik einsehen.** Seien Sie besonders vorsichtig beim Laufen oder anderen Tätigkeiten, die zu einem Unfall oder zu Verletzungen führen können. Achten Sie auch darauf, dass das plötzliche Ansprechen der Beleuchtung andere Personen in Ihrer Nähe nicht erschrickt oder ablenkt.
- **Beachten Sie beim Tragen der Uhr, dass die Beleuchtungsautomatik auszuschalten ist, bevor Sie ein Fahrrad fahren oder ein Motorrad oder anderes Kraftfahrzeug lenken.** Plötzliches und unerwartetes Ansprechen der Beleuchtung kann zu einer Ablenkung und dadurch möglicherweise zu einem Verkehrsunfall mit eventuell ersten Verletzungsfolgen führen.

Beleuchtungsautomatik ein- und ausschalten

Halten Sie im Zeitnehmers-Modus den Knopf **B** etwa drei Sekunden lang gedrückt, um die Beleuchtungsautomatik ein- (A.E.L. angezeigt) oder auszuschalten (A.E.L. nicht angezeigt).

- Bei eingeschalteter Beleuchtungsautomatik bleibt der Beleuchtungsautomatik-Indikator in allen Modi angezeigt.
- Um die Batterie zu schonen, schaltet sich die Beleuchtungsautomatik circa sechs Stunden nach dem Einschalten automatisch wieder aus.

Referenz

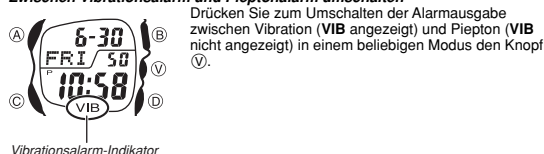
In diesem Abschnitt finden Sie nähere Details und technische Informationen zum Betrieb der Armbanduhr. Er enthält auch wichtige Vorsichtsmaßnahmen und Hinweise zu den Merkmalen und Funktionen dieser Uhr.

Vibrationsalarm

Wenn der Vibrationsalarm eingeschaltet ist, gibt die Uhr die Alarme durch Vibration anstelle des Pieptons aus. Dadurch können Sie die Funktionen benutzen, ohne andere Personen durch Pieptöne zu stören.

- Der Vibrationsalarm kann anstelle der akustischen Alarmtöne verwendet werden.
- Näheres zum Umschalten der Alarmanzeige siehe nachstehend unter „Zwischen Vibrationsalarm und Pieptonalarm umschalten“.
- Uhren mit Metallarmband können bei Vibrationsalarm Geräusche erzeugen. Dies geht auf Vibrationen des Metallarmbands zurück und ist kein Hinweis auf einen Defekt der Uhr.

Zwischen Vibrationsalarm und Pieptonalarm umschalten



Drücken Sie zum Umschalten der Alarmanzeige zwischen Vibration (VIB) und Piepton (VIB nicht angezeigt) in einem beliebigen Modus den Knopf **V**.

Scrollen

Sie können die Knöpfe **B** und **D** in den verschiedenen Modi und Einstellanzeigen verwenden, um am Display durch die Daten zu blättern. In den meisten Fällen laufen die Daten beschleunigt durch, wenn Sie den entsprechenden Knopf dabei gedrückt halten. Dies gilt nicht bei blinkender Intervalltimer-Nummer in der Anzeige des Intervalltimer-Modus.

Automatische Rückkehrfunktionen

- Falls Sie die Uhr zwei oder drei Minuten im Alarm-Modus belassen, ohne einen der Knöpfe zu betätigen, kehrt sie automatisch in den Zeitnehmers-Modus zurück.
- Falls Sie bei einer Anzeige mit blinkenden Stellen auf dem Display innerhalb von zwei oder drei Minuten keine Bedienung vornehmen, schließt die Uhr automatisch die Einstellanzeige.

Zeitnehmung

- Falls Sie die Sekunden auf **00** zurückstellen, während die aktuelle Sekundenzählung im Bereich von 30 bis 59 liegt, werden die Minuten um 1 erhöht. Im Bereich von 00 bis 29 werden die Sekunden auf **00** zurückgestellt, ohne dass sich die Minuten ändern.
- Das Jahr ist im Bereich von 2000 bis 2099 einstellbar.
- Der vollautomatische Kalender dieser Armbanduhr berücksichtigt die unterschiedliche Länge der Monate und Schaltjahre. Sobald Sie das Datum einmal richtig eingestellt haben, besteht normalerweise keine Veranlassung, dieses nachträglich zu ändern, es sei denn, die Batterie der Uhr wurde ausgetauscht.

Weltzeit

- Die Sekundenzählung der Weltzeit ist mit der Sekundenzählung im Zeitnehmers-Modus synchronisiert.
- Die Ortszeiten des Weltzeit-Modus werden über die UTC-Zeitdifferenzen aus der Uhrzeit der im Zeitnehmers-Modus eingestellten Heimatzone berechnet.
- Die UTC-Zeitdifferenzen bezeichnen die Abweichungen der Zeitzonen, denen die jeweiligen Stadtcodes zugeordnet sind, gegenüber dem Referenzpunkt Greenwich, England.
- „UTC“ steht für „Universal Time Coordinated“, einen weltweiten wissenschaftlichen Standard der Zeitnehmung. Dieser beruht auf sorgfältig gewarteten Atomuhren (Caesium), welche die Zeit mit Mikrosekunden-Genauigkeit einhalten. Schaltsekunden werden wie erforderlich addiert oder subtrahiert, um UTC synchron mit der Erddrehung zu halten.

Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtung

- Beim Elektrolumineszenz-Panel, durch das die Beleuchtung erfolgt, verschlechtert sich nach sehr langem Gebrauch die Leistung.
- In direktem Sonnenlicht kann die Beleuchtung schwer erkennbar sein.

- Bei beleuchtetem Display kann von der Uhr ein Ton zu hören sein. Dies geht auf Vibrationen des zur Beleuchtung dienenden EL-Panels zurück und stellt keine Störung dar.
- Die Beleuchtung erlischt automatisch, wenn ein Alarm (Piepton oder Vibration) ausgegeben wird.
- Häufiges Einschalten der Beleuchtung verkürzt die Batteriebetriebsdauer.

Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtungsautomatik

- Vermeiden Sie, die Uhr auf der Innenseite des Handgelenks zu tragen, da dies ein unnötiges Ansprechen der Beleuchtung verursachen kann, was die Lebensdauer der Batterie verkürzt. Wenn Sie die Uhr auf der Innenseite des Handgelenks tragen möchten, schalten Sie die Beleuchtungsautomatik bitte vorher aus.



- Die Beleuchtung spricht eventuell nicht an, wenn Sie das Zifferblatt der Uhr um mehr als 15 Grad über oder unter der Parallelen halten. Achten Sie darauf, den Handrücken parallel zum Boden zu halten.
- Die Beleuchtung erlischt automatisch nach circa einer Sekunde, auch wenn die Uhr weiterhin auf das Gesicht gerichtet ist.
- Statische Elektrizität und Magnetfelder können den richtigen Betrieb der Beleuchtungsautomatik beeinträchtigen. Falls die Beleuchtung nicht anspricht, sollten Sie die Uhr zunächst wieder in die Ausgangslage bringen (parallel zum Boden) und dann wieder auf das Gesicht richten. Falls dies nicht funktioniert, den Arm zunächst herabhängen lassen und dann wieder anheben.
- Unter bestimmten Bedingungen schaltet sich die Beleuchtung nach dem Richten auf das Gesicht eventuell mit ca. einer Sekunde Verzögerung ein. Dies stellt nicht unbedingt einen Fehlbetrieb der Beleuchtungsautomatik dar.
- Eventuell ist ein sehr leises Klickgeräusch zu hören, wenn Sie die Uhr schütteln. Dieses Geräusch wird vom mechanischen Schalter der Beleuchtungsautomatik verursacht und ist kein Hinweis auf ein Problem mit der Armbanduhr.

City Code Table

City Code	City	UTC Differential	Other major cities in same time zone
PPG	Pago Pago	-11.0	
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
YVR	Vancouver	-08.0	Las Vegas, Seattle/Tacoma, Dawson City
SFO	San Francisco		
LAX	Los Angeles		
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton
MEX	Mexico City	-06.0	Winnipeg, Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans
CHI	Chicago		
MIA	Miami	-05.0	Montreal, Detroit, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
NYC	New York		
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
YYT	St. Johns	-03.5	
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
RAI	Praia	-01.0	
LIS	Lisbon	+00.0	Dublin, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London		
BCN	Barcelona	+01.0	Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm, Madrid
PAR	Paris		
MIL	Milan		
ROM	Rome		
BER	Berlin		
ATH	Athens	+02.0	Helsinki, Beirut, Damascus, Cape Town
JNB	Johannesburg		
IST	Istanbul		
CAI	Cairo		
JRS	Jerusalem		
MOW	Moscow	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi
JED	Jeddah		
THR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	
MLE	Male		
DEL	Delhi	+05.5	Mumbai, Kolkata
DAC	Dhaka	+06.0	Colombo
RGY	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
SIN	Singapore	+08.0	Kuala Lumpur, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
HKG	Hong Kong		
BJS	Beijing		
SEL	Seoul	+09.0	Pyongyang
TYO	Tokyo		
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
GUM	Guam	+10.0	Melbourne, Rabaul
SYD	Sydney		
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

*Based on data as of June 2005.