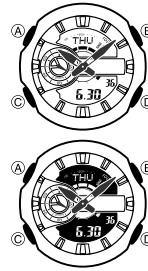


## Über diese Bedienungsanleitung



- Je nach Modell der Uhr erfolgt die Anzeige entweder in dunklen Ziffern auf hellem Grund oder hellen Ziffern auf dunklem Grund. Die Illustrationen in dieser Bedienungsanleitung zeigen dunkle Zeichen auf hellem Grund.
- Die jeweils zu betätigenden Knöpfe sind im Text mit den in den Illustrationen gezeigten Buchstaben angegeben.
- Bitte beachten Sie, dass die Produktillustrationen in dieser Bedienungsanleitung nur zur Veranschaulichung dienen, weshalb das Aussehen des tatsächlichen Produkts von den Illustrationen abweichen kann.

G-1

- Jeder Abschnitt dieser Bedienungsanleitung enthält die für die Bedienung im jeweiligen Modus erforderlichen Informationen. Weitere Einzelheiten und technische Informationen finden Sie im Abschnitt „Referenz“.

## Inhalt

Allgemeine Anleitung .....	G-6
Uhrzeit .....	G-8
Stoppuhr .....	G-15
Countdown-Timer .....	G-28
Weltzeit .....	G-32
Alarmer .....	G-37
Beleuchtung .....	G-42
Nachstellen der Zeigergrundstellungen .....	G-47
Referenz .....	G-49
Technische Daten .....	G-53

G-2

G-3

## Übersicht über die Anleitungen

Nachstehend finden Sie eine praktische Auflistung aller in dieser Bedienungsanleitung beschriebenen Bedienungsvorgänge.

Digitalzeit und Datum einstellen .....	G-10
Sommerzeit-Einstellung ändern .....	G-13
Distanzwert eingeben .....	G-17
Auf Rundenzeit- oder Zwischenzeit-Messung schalten .....	G-20
Abgelaufene Zeit messen .....	G-21
Stoppuhr auf Rundenzeit-Messung schalten .....	G-22
Rundenzeiten messen .....	G-23
Stoppuhr auf Zwischenzeit-Messung schalten .....	G-25
Zwischenzeiten messen .....	G-26
Zeiten mit der Stoppuhr messen .....	G-27

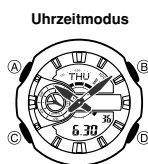
G-4

G-5

Countdown-Timer benutzen .....	G-29
Countdown-Startzeit und Wiederholfunktion einstellen .....	G-30
Aktuelle Uhrzeit einer anderen Zeitzone anzeigen .....	G-33
Einen Stadtcode zwischen Standardzeit und Sommerzeit umschalten .....	G-35
Heimstadt und Weltzeitstadt vertauschen .....	G-36
Eine Alarmzeit einstellen .....	G-38
Einen Alarm ein- und ausschalten .....	G-40
Stundensignal ein- und ausschalten .....	G-41
Display manuell beleuchten .....	G-43
Beleuchtungsdauer einstellen .....	G-43
Ein- oder Ausschalten des automatischen Beleuchtungsschalters .....	G-46
Grundstellungen korrigieren .....	G-47

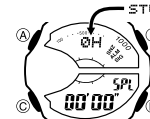
## Allgemeine Anleitung

- Drücken Sie (C) zum Weiterschalten von Modus zu Modus.
- In allen Modi (außer in einem Einstellmodus) kann durch Drücken von (B) das Display beleuchtet werden.

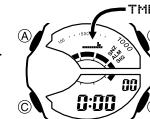


(C) drücken.

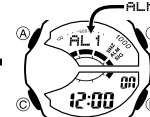
### Stoppuhrmodus (Seite G-15)



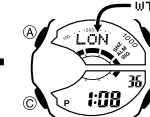
### Countdown-Timermodus (Seite G-28)



### Alarmmodus (Seite G-37)



### Weltzeitmodus (Seite G-32)



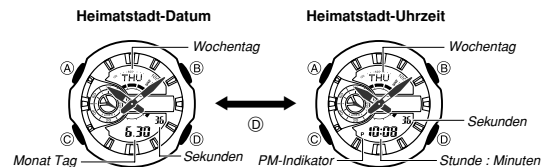
G-6

G-7

## Uhrzeit

Sie können das für die Heimatzeitstadt eingestellte Datum und deren Uhrzeit im Uhrzeitmodus ändern.

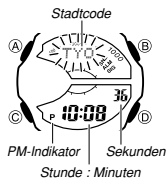
- Die Analogzeit dieser Uhr ist mit der Digitalzeit synchronisiert. Wenn Sie die Digitalzeit ändern, wird die Analogzeit automatisch entsprechend angepasst.
- Falls die Analogzeit aus irgendwelchen Gründen von der Digitalzeit abweicht, führen Sie bitte den unter „Grundstellungen korrigieren“ (Seite G-47) beschriebenen Vorgang aus, um die angezeigte Analogzeit an die eingestellte Digitalzeit anzupassen.
- Drücken von (D) im Uhrzeitmodus schaltet die Digitalanzeige zwischen dem Heimatstadt-Datum und der Heimatstadt-Uhrzeit um.



G-8

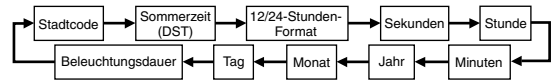
G-9

## Digitalzeit und Datum einstellen



- Halten Sie im Uhrzeitmodus (A) gedrückt, bis nach etwa drei Sekunden der aktuell gewählte Stadtcode in der oberen Digitalanzeige blinkt. Dies ist der Einstellmodus.
- Wählen Sie mit (D) (nach Osten) und (B) (nach Westen) den gewünschten Stadtcode.
  - Wählen Sie den Heimatstadtcode unbedingt schon bevor Sie andere Einstellungen ändern.
  - Näheres zu den Stadtcodes finden Sie in der „City Code Table“ (Stadtcode-Tabelle) am Ende dieser Bedienungsanleitung.

- Zum Wählen des Gegenstands schalten Sie den blinkenden Anzeigehalt bitte mit (C) wie unten gezeigt der Reihe nach weiter.



- Wenn die zu ändernde Einstellung blinkt, stellen Sie sie bitte wie unten beschrieben mit (D) bzw. (B) wunschgemäß ein.

Anzeige:	Um dies zu tun:	Tun Sie dies:
TYO	Stadtcode ändern	Verwenden Sie (D) (nach Osten) und (B) (nach Westen).
OFF	Sommerzeit-Einstellung zwischen Sommerzeit (on) und Standardzeit (OFF) umschalten	Drücken Sie (D).

G-10

G-11

Anzeige:	Um dies zu tun:	Tun Sie dies:
12H	Uhrzeitformat zwischen 12 Stunden (12H) und 24 Stunden (24H) umschalten	Drücken Sie (D).
50	Sekunden auf 00 rücksetzen	Drücken Sie (D).
P 10:08	Stunde und Minuten ändern	Verwenden Sie (D) (+) und (B) (-).
2011 6.30	Jahr, Monat oder Tag ändern	
LT1	Beleuchtungsdauer zwischen 1,5 Sekunden (LT1) und drei Sekunden (LT3) umschalten	Drücken Sie (D).

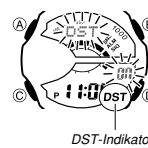
- Drücken Sie (A) zum Schließen des Einstellmodus.
- Der Wochentag wird automatisch entsprechend dem eingestellten Datum (Jahr, Monat und Tag) angezeigt.

G-12

## Sommerzeit (DST)

Die Sommerzeit (im Englischen als DST = „Daylight Saving Time“ bezeichnet) stellt die Uhrzeit um eine Stunde gegenüber der Standardzeit vor. Bitte beachten Sie aber, dass nicht alle Länder oder auch örtlichen Regionen die Sommerzeit verwenden.

### Sommerzeit-Einstellung ändern



- Halten Sie im Uhrzeitmodus (A) gedrückt, bis nach etwa drei Sekunden der aktuell gewählte Stadtcode in der oberen Digitalanzeige blinkt. Dies ist der Einstellmodus.
- Drücken Sie (C). Dies zeigt die Sommerzeit-Einstellanzeige an.
- Schalten Sie DST mit (D) ein (on) bzw. aus (OFF).
  - Die Werksvorgabe für DST ist aus (OFF).
- Wenn die gewünschte Einstellung gewählt ist, drücken Sie bitte (A), um den Einstellmodus zu schließen.
  - Bei eingeschalteter Sommerzeit wird der DST-Indikator angezeigt.

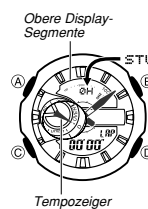
G-13

## 12-Stunden- und 24-Stunden-Uhrzeitformat

- Wenn das 12-Stunden-Uhrzeitformat gewählt ist, erscheint bei Uhrzeiten von Mittag bis 11:59 Uhr abends über den Stundenstellen der PM-Indikator (P) (für die 2. Tageshälfte), während Uhrzeiten von Mitternacht bis 11:59 Uhr vormittags ohne Indikator angezeigt werden.
- Wenn das 24-Stunden-Uhrzeitformat gewählt ist, werden sämtliche Uhrzeiten von 0:00 bis 23:59 Uhr ohne den PM (P)-Indikator angezeigt.
- Das für den Uhrzeitmodus gewählte Uhrzeitformat (12 Stunden/24 Stunden) gilt gleichzeitig auch für alle anderen Modi.

G-14

## Stoppuhr



Mit der Stoppuhrfunktion können Sie die abgelaufene Zeit, Rundenzeiten und Zwischenzeiten messen. Wenn Sie einen Distanzwert eingeben, kann die Stoppuhr auch Geschwindigkeiten (Tempo) berechnen und anzeigen.

- Der digitale Anzeigebereich der Stoppuhr beträgt 99 Stunden, 59 Minuten und 59,999 Sekunden. Die Stoppuhr läuft, bis Sie sie wieder stoppen. Wenn sie das Ende ihres Bereichs erreicht, startet sie die Zeitmessung wieder von Null.
- Die Stoppuhrmessung läuft weiter, auch wenn Sie den Stoppuhrmodus verlassen. Wenn Sie den Stoppuhrmodus verlassen, während noch ein Stoppuhrvorgang läuft, zeigen die Segmente oben entlang der oberen Digitalanzeige (obere Display-Segmente) die Sekunden der laufenden Zeit an. Jedes Segment repräsentiert eine Sekunde. Dies lässt Sie wissen, dass eine Stoppuhrmessung läuft.

G-15

- Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden im Stoppuhrmodus ausgeführt, der mit (C) aufgerufen wird (Seite G-7).

### Wichtig!

- Kontrollieren Sie, dass der Tempozeiger sich nicht bewegt, bevor Sie im Stoppuhrmodus einen der Knöpfe drücken.

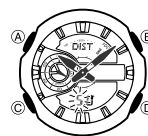
### Eingeben eines Distanzwerts

- Wenn Sie möchten, können Sie nach dem nachstehenden Vorgehen einen Distanzwert eingeben. Wenn ein Distanzwert eingegeben ist, berechnet die Uhr bei bestimmten Stoppuhr-Vorgängen das Tempo und zeigt dieses an.
- Der Distanzwert kann Kilometer, Meilen oder eine beliebige andere Maßeinheit für Wegstrecken darstellen. Ein Distanzwert von 10,0 kann zum Beispiel 10,0 Kilometer oder 10,0 Meilen bedeuten.
  - Wenn 0,0 als aktueller Distanzwert eingestellt ist, erfolgt keine Tempoberechnung.
  - Bei Rundenzeit-Messung kann entweder die Länge der Runde (wenn alle Runden gleich lang sind) oder die Gesamtdistanz des Rennens eingegeben werden.

G-16

- Bei Zwischenzeit-Messung kann nur die Gesamtdistanz des Rennens eingegeben werden. Die Uhr zeigt zwar Tempowerte bei jeder Anzeige einer Zwischenzeit an, diese sind aber jeweils auf die Gesamtdistanz bezogen und geben nicht das tatsächliche Tempo für den jeweiligen Abschnitt an.

### Distanzwert eingeben



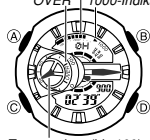
- Vergewissern Sie sich im Stoppuhrmodus, dass die Stoppuhr gestoppt und auf Null zurückgesetzt ist.
  - Falls die Stoppuhr noch auf Null zurückgesetzt werden muss, drücken Sie dazu (A).
- Halten Sie (A) gedrückt, bis nach etwa drei Sekunden in der unteren Digitalanzeige der aktuell eingestellte Distanzwert blinkt.
  - Dies ist der Distanzwert-Einstellmodus.
- Schalten Sie das Blinken mit (C) zwischen den Werten auf der linken Seite und rechten Seite vom Distanzwert-Dezimalpunkt weiter.

G-17

- Stellen Sie den jeweils blinkenden Distanzwert mit (D) (+) und (B) (-) wunschgemäß ein.
  - Sie können einen Distanzwert im Bereich von 0,1 bis 99,9 einstellen.
- Wenn der Distanzwert wunschgemäß eingestellt ist, drücken Sie bitte (A) zum Schließen des Einstellmodus.

### Wie das Tempo angezeigt wird

- Während einer laufenden Zeitmessung im Stoppuhrmodus zeigt die Uhr einen Tempowert an, der auf Basis der eingestellten Distanz und der abgelaufenen Zeit berechnet wird. Der Tempowert wird wie unten beschrieben angezeigt.
  - Tempozeiger: Bis 100
  - Obere Display-Segmente: 100er-Stelle
  - Ein 1000-Indikator zeigt auf 1000 (liegt rechts von den oberen Display-Segmenten), wenn der Tempowert 1000 überschreitet
  - Der Tempozeiger zeigt Tempowerte unter 100 an. Nur geradzählige Werte werden angezeigt.



G-18

- Die Uhr kann Geschwindigkeiten von 0 bis 1998 anzeigen. Wenn die Geschwindigkeit 1998 überschreitet, zeigt der Tempozeiger OVER an.

### Beispiel:

Bei Tempowert 1.740  
Tempozeiger: Zeigt 40 an.  
Obere Display-Segmente: Zeigen 700 an.  
1000-Indikator: Angezeigt

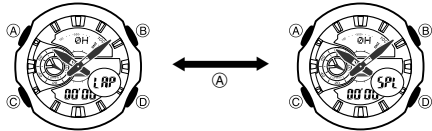
### Zeitmessung

- Bevor Sie einen Messvorgang mit der Stoppuhr starten, ist diese auf Messung von Rundenzeiten (Seite G-22) oder Zwischenzeiten (Seite G-24) zu schalten.
- Wenn Sie die abgelaufene Gesamtzeit messen möchten, wählen Sie bitte Zwischenzeit-Messung.

G-19

### Auf Rundenzeit- oder Zwischenzeit-Messung schalten

- Vergewissern Sie sich im Stoppuhrmodus, dass die Stoppuhr gestoppt und auf Null zurückgesetzt ist.
  - Vergewissern Sie sich, dass in der unteren Digitalanzeige **L RP** (Rundenzeiten) oder **SPt** (Zwischenzeiten) angezeigt ist.
  - Wenn die Stoppuhr auf Null zurückgesetzt werden muss, drücken Sie dazu bitte **(A)**.
- Sie können mit **(A)** zwischen **L RP** (Rundenzeiten) und **SPt** (Zwischenzeiten) umschalten.



G-20

G-21

### Rundenzeit



Eine angezeigte Rundenzeit gibt die seit dem letzten Stoppen einer Rundenzeit verstrichene Zeit an.

- Falls die Uhr bei jeder Runde das Tempo berechnen soll (wenn alle Runden gleich lang sind), stellen Sie bitte als Distanz die Länge der Runde ein (Seite G-16).
- Falls das Tempo für das gesamte Rennen berechnet werden soll, stellen Sie bitte als Distanz die Gesamtdistanz des Rennens an (Seite G-16). Danach wird zwar jedes Mal, wenn Sie eine Rundenzeit nehmen, auch ein Tempo angezeigt, diese Rundenzeiten geben aber nicht das tatsächliche Tempo des gesamten Rennens an.

### Stoppuhr auf Rundenzeit-Messung schalten

- Vergewissern Sie sich im Stoppuhrmodus, dass die Stoppuhr gestoppt und auf Null zurückgesetzt ist.
  - Wenn die Stoppuhr auf Null zurückgesetzt werden muss, drücken Sie dazu bitte **(A)**.

G-22

### Messen der abgelaufenen Zeit

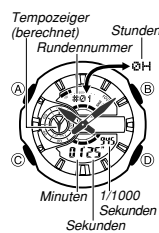
Gehen Sie nach der folgenden Anleitung vor, wenn Sie nur die abgelaufene Zeit messen möchten, ohne dabei Runden- oder Zwischenzeiten zu nehmen.

### Abgelaufene Zeit messen

Wählen Sie Zwischenzeit-Messung (**SPt**) und nehmen Sie dann die folgende Bedienung vor.

- (D)** Start → **(D)** Stopp → **(A)** Rücksetzen
- Wenn für die aktuelle Messung der abgelaufenen Zeit ein Distanzwert (Seite G-16) eingegeben ist, zeigen die oberen Display-Segmente und der Tempozeiger das Tempo an, wenn Sie die laufende Messung mit **(D)** stoppen.
- Nach dem Stoppen der laufenden Messung mit **(D)** kann diese durch erneutes Drücken von **(D)** von dem Punkt, an dem sie gestoppt wurde, wieder fortgesetzt werden.

### Rundenzeiten messen



Wählen Sie Rundenzeit-Messung (**L RP**) und nehmen Sie dann die folgende Bedienung vor.

- (D)** Start → **(A)** Runde\* → **(A)** Runde\* → **(D)** Stopp → **(A)** Rücksetzen
- Nach etwa 12 Sekunden erscheint wieder die normale Messung der abgelaufenen Zeit.
- Sie können beliebig oft **(A)** drücken, um Rundenzeiten zu nehmen.
- Während der Anzeige einer Rundenzeit wechselt die obere Digitalanzeige zwischen der Rundennummer (**#01** bis **#99**) und dem Stundenwert der Rundenzeit. Wenn Sie mehr als 99 Runden stoppen, beginnt die Rundennummer nach Runde **#99** neu ab **#00**.

G-23

- Auf Drücken von **(D)** zum Beenden der laufenden Zeitmessung wird die Zeit (und das Tempo, falls eine Distanz eingegeben ist) der letzten Runde angezeigt.

### Zwischenzeit



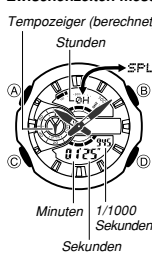
Eine angezeigte Zwischenzeit gibt die seit Beginn der laufenden Zeitmessung abgelaufene Zeit an.

- Falls die Uhr das Tempo des Rennens berechnen soll, geben Sie bitte als Distanz die Distanz des Rennens ein (Seite G-16).
- Bei Zwischenzeit-Messung kann nur die Gesamtdistanz des Rennens eingegeben werden. Danach wird zwar jedes Mal, wenn Sie eine Zwischenzeit nehmen, auch ein Tempo angezeigt, diese Werte sind aber auf die Gesamtdistanz des Rennens bezogen und geben nicht das Tempo bis zur jeweiligen Zwischenzeit an.

G-24

G-25

### Zwischenzeiten messen



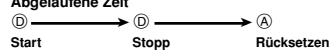
Wählen Sie Zwischenzeit-Messung (**SPt**) und nehmen Sie dann die nachstehende Bedienung vor.

- (D)** Start → **(A)** Zwischenzeit → **(A)** Zwischenzeit-Freigabe\* → **(D)** Stopp → **(A)** Rücksetzen
- \*Die Zwischenzeit wird automatisch freigegeben, wenn Sie **(A)** nicht innerhalb von circa 12 Sekunden drücken.
- Sie können beliebig oft **(A)** drücken, um Zwischenzeiten zu nehmen.
- Während der Anzeige einer Zwischenzeit läuft die Messung der abgelaufenen Zeit intern weiter.
- Drücken von **(A)** während der Anzeige einer Zwischenzeit schaltet auf normale Messung der abgelaufenen Zeit zurück. Die abgelaufene Zeit erscheint in der unteren Digitalanzeige.
- Sie können stattdessen auch **(D)** drücken, um die laufende Zeitmessung zu beenden.
- Auf Beenden der laufenden Zeitmessung mit **(D)** wird die Zeit (und das Tempo, falls eine Distanz eingegeben ist) für den letzten Abschnitt angezeigt (d.h. die abgelaufene Gesamtzeit).

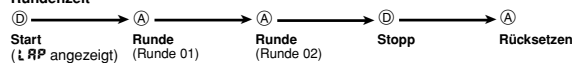
G-26

### Zeiten mit der Stoppuhr messen

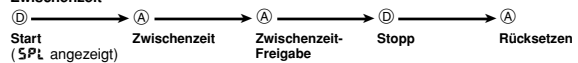
#### Abgelaufene Zeit



#### Rundenzeit

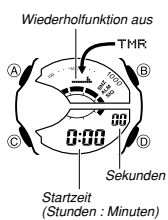


#### Zwischenzeit



G-27

### Countdown-Timer



Die Countdown-Startzeit ist im Bereich von einer Minute bis 24 Stunden einstellbar. Wenn der Countdown Null erreicht, ertönt ein Alarm.

- Sie können eine Wiederholungsfunktion zuschalten, die den Countdown bei jedem Erreichen von Null automatisch wieder mit der eingestellten Startzeit startet.
- Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden im Countdown-Timermodus ausgeführt, der mit **(C)** aufgerufen wird (Seite G-7).

G-28

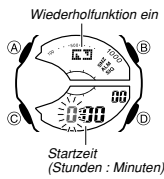
### Countdown-Timer benutzen

Drücken Sie im Countdown-Timermodus den Knopf **(D)**, um den Countdown-Timer zu starten.

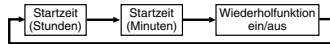
- Wenn das Ende des Countdowns erreicht ist, ertönt der Alarm circa 10 Sekunden lang bzw. bis er von Ihnen durch Drücken eines Knopfes gestoppt wird.
- Bei nicht eingeschalteter Wiederholungsfunktion stellt sich die Countdown-Zeit nach dem Stoppen des Alarms automatisch auf ihren Startwert zurück.
- Wenn die Wiederholungsfunktion eingeschaltet ist, startet der Countdown auf Erreichen von Null automatisch ohne Unterbrechung wieder neu.
- Der Countdown-Timer-Betrieb läuft auch dann weiter, wenn Sie den Countdown-Timermodus verlassen.
- Durch Drücken von **(D)** während eines laufenden Countdowns kann dieser angehalten werden.
- Drücken Sie danach erneut **(D)**, um den Countdown wieder fortzusetzen.
- Um einen Countdown vollständig abzubrechen, halten Sie ihn bitte zunächst an (durch Drücken von **(D)**) und drücken dann **(A)**. Dies stellt die Countdown-Zeit auf ihren Startwert zurück.

G-29

## Countdown-Startzeit und Wiederholfunktion einstellen



- Halten Sie im Countdown-Timermodus bei im Display angezeigter Countdown-Startzeit den Knopf (A) gedrückt, bis nach etwa drei Sekunden die Stunden der Countdown-Startzeit zu blinken beginnen. Dies ist der Einstellmodus.
  - Falls die Countdown-Startzeit nicht angezeigt wird, zeigen Sie sie bitte nach dem Vorgehen unter „Countdown-Timer benutzen“ (Seite G-29) an.
- Wählen Sie wie unten gezeigt durch Weiterschalten des Blinkens mit (C) den einzustellenden Gegenstand.



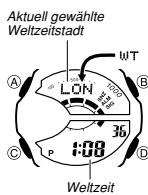
- Nehmen Sie je nach im Display gewähltem Gegenstand die folgende Bedienung vor.
  - Bei blinkender Startzeit-Einstellung ändern Sie diese bitte mit (D) (+) und (B) (-).
  - Bei im Display blinkender Wiederholfunktion-Ein/Aus-Einstellung schalten Sie diese bitte mit (D) auf ein (ON) bzw. aus (OFF).

G-30

- Drücken Sie (A) zum Schließen des Einstellmodus.
  - In der Anzeige des Countdown-Timermodus wird der Wiederholfunktion-Ein-Indikator (ON) angezeigt, wenn diese Funktion eingeschaltet ist.

G-31

## Weltzeit



- Die Weltzeit zeigt digital die aktuelle Ortszeit in einer von 48 Städten (29 Zeitzonen) aus aller Welt an. Weiterhin kann auch mühelos die Heimatstadt mit der aktuell gewählten Weltzeitstadt vertauscht werden.
- Die Uhrzeiten des Weltzeitmodus sind mit der im Uhrzeitmodus geführten Uhrzeit synchronisiert. Wenn Sie den Eindruck haben, dass eine im Weltzeitmodus angezeigte Uhrzeit nicht stimmt, kontrollieren Sie bitte unbedingt, ob der für die Heimatstadt eingestellte Stadtcode zutreffend ist. Kontrollieren Sie auch, ob die im Uhrzeitmodus angezeigte Uhrzeit stimmt.
  - Die im Weltzeitmodus angezeigten Uhrzeiten basieren auf dem jeweiligen Versatz gegenüber UTC. Die von der Uhr unterstützten UTC-Versatzwerte finden Sie in der „City Code Table“ (Stadtcode-Tabelle) am Ende dieser Bedienungsanleitung.

G-32

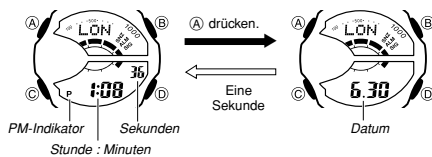
- Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden im Weltzeitmodus ausgeführt, der mit (C) aufgerufen wird (Seite G-7).

### Aktuelle Uhrzeit einer anderen Zeitzone anzeigen

- Schalten Sie im Weltzeitmodus mit (D) durch die verfügbaren Stadtcodes (Zeitzone). Die untere Digitalanzeige zeigt die Uhrzeit der aktuell gewählten Weltzeitstadt. Bei Stunden zwischen Mittag und Mitternacht wird ein PM-Indikator (P) in der unteren Digitalanzeige angezeigt.

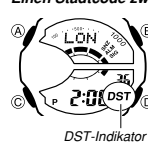
G-33

- Wenn der gewünschte Stadtcode (Zeitzone) gewählt ist, können Sie mit (A) das Datum anzeigen. Nach etwa einer Sekunde wechselt die Uhr auf normale Uhrzeitanzeige für die aktuell gewählte Stadt zurück.



G-34

### Einen Stadtcode zwischen Standardzeit und Sommerzeit umschalten



- Zeigen Sie im Weltzeitmodus mit (D) den Stadtcode (Zeitzone) an, dessen Standard-/Sommerzeit-Einstellung Sie ändern möchten.
- Halten Sie (A) gedrückt, bis die Einstellung nach etwa drei Sekunden auf Sommerzeit (DST-Indikator angezeigt) bzw. Standardzeit (DST-Indikator nicht angezeigt) wechselt.
  - Bei eingeschalteter Sommerzeit wird ein DST-Indikator in der unteren Digitalanzeige angezeigt.
  - Sie können die Sommerzeit mit Ausnahme von UTC für jeden Stadtcode getrennt einstellen.
  - Einschalten der Sommerzeit für den Stadtcode, der aktuell für die Heimatstadt gewählt ist, schaltet die Sommerzeit für die normale Uhrzeit ein.

G-35

## Vertauschen von Heimatstadt und Weltzeitstadt

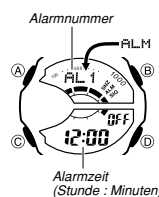
Heimatstadt und Weltzeitstadt können wie nachstehend beschrieben vertauscht werden. Dadurch wird die Heimatstadt zur Weltzeitstadt und die Weltzeitstadt zur Heimatstadt. Diese Möglichkeit ist praktisch, wenn Sie häufig zwischen zwei Städten in verschiedenen Zeitzonen pendeln.

### Heimatstadt und Weltzeitstadt vertauschen

- Wählen Sie im Weltzeitmodus mit (D) die gewünschte Weltzeitstadt.
- Halten Sie (A) und (B) gedrückt, bis die Uhr piept.
  - Damit wird die in Schritt 1 gewählte Weltzeitstadt zur Heimatstadt und der Stunden- und der Minutenzeiger bewegen sich zur aktuellen Uhrzeit in der betreffenden Stadt. Gleichzeitig wird die vor Schritt 2 eingestellte Heimatstadt zur Weltzeitstadt, womit sich auch die Anzeige in der unteren Digitalanzeige entsprechend ändert.
- Nach dem Vertauschen von Heimatstadt und Weltzeitstadt bleibt die Uhr im Weltzeitmodus, wobei die Stadt, die vor Schritt 2 als Heimatstadt gewählt war, nun als Weltzeitstadt angezeigt wird.

G-36

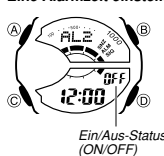
## Alarmer



- Falls ein Alarm eingeschaltet ist, ertönt der Alarmton, wenn die Alarmzeit erreicht wird. Einer der Alarmer ist ein Schlummeralarm, die anderen vier sind tägliche Alarmer. Sie können auch ein Stundensignal aktivieren, wodurch die Uhr jede volle Stunde durch zweimaliges Piepen meldet.
- Die Uhr besitzt fünf Alarmanzeigen, die mit den Alarmnummern AL1, AL2, AL3 und AL4 für die täglichen Alarmer sowie SNZ für den Schlummeralarm bezeichnet sind. Die Stundensignalanzeige ist mit SIG bezeichnet.
  - Alle in diesem Abschnitt beschriebenen Bedienungsvorgänge werden im Alarmmodus ausgeführt, der mit (C) aufgerufen wird (Seite G-7).

G-37

### Eine Alarmzeit einstellen



- Blättern Sie im Alarmmodus mit (D) durch die Alarmanzeigen, bis die einzustellende Anzeige im Display erscheint.
  - Zum Einstellen eines täglichen Alarms zeigen Sie bitte Alarmanzeige AL1, AL2, AL3 oder AL4 an. Zum Einstellen des Schlummeralarms ist SNZ anzuzeigen.

- SIG ist die Stundensignal-Einstellung (Seite G-41).
- Der Schlummeralarm wird alle fünf Minuten wiederholt.
- Wenn Sie einen Alarm gewählt haben, halten Sie bitte (A) gedrückt, bis nach etwa drei Sekunden die Stundenstellen der Alarmzeit zu blinken beginnen. Dies ist der Einstellmodus.
- Diese Bedienung schaltet den Alarm automatisch ein.

G-38

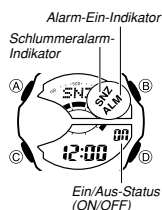
- Schalten Sie das Blinken mit (C) zwischen den Stunden- und Minutenstellen um.
- Nehmen Sie während des Blinkens mit (D) (+) und (B) (-) die gewünschte Einstellung vor.
- Drücken Sie (A) zum Schließen des Einstellmodus.

### Alarmerbetrieb

- Der Alarmton ertönt zur voreingestellten Zeit für 10 Sekunden, unabhängig davon, auf welchen Modus die Uhr geschaltet ist. Im Falle des Schlummeralarms wird der Alarm alle fünf Minuten ausgegeben, und zwar bis zu insgesamt sieben Mal bzw. bis Sie den Alarm wieder ausschalten (Seite G-40).
- Die Alarm- und Stundensignalausgabe erfolgt entsprechend der im Uhrzeitmodus geführten aktuellen Uhrzeit der Heimatstadt.
  - Während der Ausgabe des Alarmtons kann dieser durch Drücken eines beliebigen Knopfes gestoppt werden.
  - Wenn während der 5-Minuten-Intervalle eines laufenden Schlummeralarms eine der folgenden Bedienungen erfolgt, hebt dies den laufenden Schlummeralarmbetrieb auf. Anzeigen der Uhrzeitmodus-Einstellanzeige (Seite G-10) Anzeigen der SNZ-Einstellanzeige (Seite G-38)

G-39

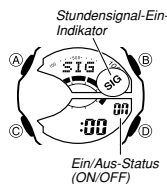
## Einen Alarm ein- und ausschalten



1. Wählen Sie im Alarmmodus mit **(D)** einen Alarm.
  2. Drücken Sie **(A)** zum Umschalten des Alarms zwischen Ein (**on**) und Aus (**OFF**).
- Durch Einschalten eines Alarms (**AL1**, **AL2**, **AL3**, **AL4** oder **SNZ**) erscheint der Alarm-Ein-Indikator in der betreffenden Alarmmodus-Anzeige.
  - Wenn einer der Alarme eingeschaltet ist, wird in allen Modi der Alarm-Ein-Indikator angezeigt.
  - Der Alarm-Ein-Indikator blinkt während der Ausgabe des Alarmtons.
  - Der Schlummeralarm-Indikator blinkt während der Ausgabe des Schlummeralarmtons und während der 5-Minuten-Intervalle zwischen den Alarmtönen.

G-40

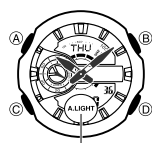
## Stundensignal ein- und ausschalten



1. Wählen Sie im Alarmmodus mit **(D)** das Stundensignal (**SIG**) (Seite G-38).
  2. Drücken Sie **(A)** zum Umschalten zwischen Ein (**on**) und Aus (**OFF**).
- Wenn diese Funktion eingeschaltet ist, wird in allen Modi der Stundensignal-Ein-Indikator im Display angezeigt.

G-41

## Beleuchtung



- Für einfaches Ablesen bei Dunkelheit besitzt die Uhr eine LED (Licht emittierende Diode) zum Beleuchten des Zifferblatts. Der automatische Beleuchtungsschalter dieser Armbanduhr sorgt für eine automatische Beleuchtung des Zifferblatts, wenn Sie die Armbanduhr unter einem bestimmten Winkel auf Ihr Gesicht richten.
- Der automatische Beleuchtungsschalter muss aktiviert sein (angezeigt durch den Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter), damit er arbeiten kann.
  - Für weitere wichtige Informationen siehe „Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtung“ (Seite G-51).

G-42

## Display manuell beleuchten

- Drücken Sie **(B)** zum Einschalten der Beleuchtung in einem beliebigen Modus.
- Die obige Bedienung schaltet die Beleuchtung unabhängig von der aktuellen Einstellung des automatischen Beleuchtungsschalters ein.
  - Mit dem nachstehenden Vorgehen kann für die Beleuchtungsdauer zwischen entweder 1,5 Sekunden oder 3 Sekunden gewählt werden. Wenn **(B)** gedrückt wird, bleibt die Beleuchtung je nach der aktuell eingestellten Beleuchtungsdauer für 1,5 Sekunden bzw. 3 Sekunden eingeschaltet.

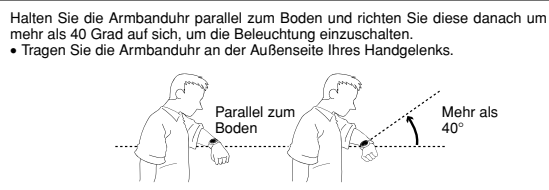
## Beleuchtungsdauer einstellen

1. Halten Sie im Uhrzeitmodus den Knopf **(A)** gedrückt, bis der Displayinhalt zu blinken beginnt. Dies ist der Einstellmodus.
2. Drücken Sie neunmal **(C)**, um die aktuell eingestellte Beleuchtungsdauer **LT1** oder **LT3** anzuzeigen.
3. Drücken Sie **(D)** zum Umschalten der Einstellung zwischen **LT1** (1,5 Sekunden) und **LT3** (drei Sekunden).
4. Drücken Sie **(A)** zum Schließen des Einstellmodus.

G-43

## Über den automatischen Beleuchtungsschalter

Falls der automatische Beleuchtungsschalter eingeschaltet ist, schaltet sich die Beleuchtung ein, wenn Sie Ihr Handgelenk in einem beliebigen Modus wie unten gezeigt ausrichten.



G-44

## Warnung!

- Achten Sie immer darauf, dass Sie sich an einem sicheren Ort befinden, wenn Sie das Display der Armbanduhr unter Verwendung des automatischen Beleuchtungsschalters ablesen. Seien Sie besonders vorsichtig beim Laufen oder anderen Tätigkeiten, die zu einem Unfall oder zu Verletzungen führen können. Achten Sie auch darauf, dass die plötzliche Beleuchtung durch den automatischen Beleuchtungsschalter andere Personen in Ihrer Nähe nicht überrascht oder ablenkt.
- Wenn Sie die Armbanduhr tragen, achten Sie darauf, dass der automatische Beleuchtungsschalter ausgeschaltet ist, bevor Sie ein Fahrrad fahren oder ein Motorrad bzw. ein anderes Kraftfahrzeug lenken. Plötzlicher und unerwarteter Betrieb des automatischen Beleuchtungsschalters kann zu einer Ablenkung führen, so dass es zu einem Verkehrsunfall mit möglicherweise schweren Verletzungen kommen kann.

G-45

## Ein- oder Ausschalten des automatischen Beleuchtungsschalters

Halten Sie den Knopf **(B)** im Uhrzeitmodus für etwa drei Sekunden gedrückt, um den automatischen Beleuchtungsschalter ein- (Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter angezeigt) oder auszuschalten (Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter nicht angezeigt).

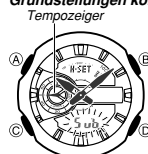
- Der Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter bleibt in allen Modi angezeigt, solange der automatische Beleuchtungsschalter eingeschaltet ist.
- Um die Batterie zu schonen, schaltet sich der automatische Beleuchtungsschalter ca. sechs Stunden nach dem Einschalten automatisch aus. Zum Wiedereinschalten bitte erneut die obige Anleitung ausführen.

G-46

## Nachstellen der Zeigergrundstellungen

Durch den Einfluss von starken Magnetfeldern oder Stößen kann es vorkommen, dass der Tempozeiger und die Stunden- und Minutenzeiger der Uhr aus ihren korrekten Positionen ausdriften. Die Uhr ist so konstruiert, dass der Tempozeiger und die Stunden- und Minutenzeiger manuell nachgestellt werden können.

## Grundstellungen korrigieren



Korrekte Tempozeiger-Stellung

1. Halten Sie im Uhrzeitmodus den Knopf **(D)** gedrückt, bis nach etwa drei Sekunden **Sub** in der unteren Digitalanzeige blinkt.
  2. Kontrollieren Sie die Stellung des Tempozeigers.
- Der Tempozeiger ist richtig eingestellt, wenn er auf 50 (9 Uhr) zeigt. Ist dies nicht der Fall, bewegen Sie ihn bitte mit **(D)** im Uhrzeigersinn in die richtige Stellung.
  - Kontrollieren Sie, dass die Grundstellung des Tempozeigers richtig eingestellt ist, und drücken Sie dann **(C)**.

G-47



Korrekte Stunden- und Minutenzeiger-Stellungen

3. Kontrollieren Sie die Stellung des Stunden- und des Minutenzeigers.
- Die Zeiger sind richtig eingestellt, wenn sie auf 12 Uhr zeigen. Ist dies nicht der Fall, bewegen Sie sie bitte mit **(D)** (Uhrzeigersinn) und **(B)** (Gegenuhrzeigersinn) in die richtigen Stellungen.
4. Wenn alle Zeiger korrekt eingestellt sind, drücken Sie bitte **(A)** zum Zurückschalten auf die reguläre Uhrzeit.
- Damit bewegen sich der Stunden- und der Minutenzeiger zur aktuellen Uhrzeit des Uhrzeitmodus und der Tempozeiger stellt sich auf 0.
  - Wenn Sie hier **(C)** drücken, schaltet dies zur Einstellung ab Beginn von Schritt 2 zurück.

G-48

## 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.

## Automatische Rückkehrfunktionen

- Falls Sie bei blinkender Einstellung im Display zwei bis drei Minuten lang keine Bedienung mehr vornehmen, verlässt die Uhr automatisch den Einstellmodus.
- Die Uhr wechselt automatisch in den Uhrzeitmodus zurück, wenn Sie im Alarmmodus zwei bis drei Minuten lang keine Bedienung mehr vornehmen.

## Schnelldurchgang

- Bei einer Reihe von Einstellungen dienen die Knöpfe **(D)** und **(B)** zum Ändern der Einstellungen. In den meisten Fällen wechselt die Uhr auf Schnelldurchgang, wenn der jeweilige Knopf dabei gedrückt gehalten wird.

G-49

## Anfangsanzeigen

Wenn Sie den Stoppmodus, Weltzeitmodus oder Alarmmodus aufrufen, erscheinen als Erstes wieder die Daten, die beim letzten Schließen des Modus betrachtet wurden.

## Uhrzeitmessung

- Wenn Sie die Sekunden auf **00** zurücksetzen, 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** zurückgesetzt, ohne dass sich die Minuten ändern.
- Das Jahr ist im Bereich von 2000 bis 2099 einstellbar.
- Der vollautomatische Kalender der Uhr berücksichtigt die unterschiedlichen Längen der Monate und die Schaltjahre. Sobald Sie das Datum einmal richtig eingestellt haben, besteht normalerweise keine Veranlassung, es wieder zu ändern, es sei denn, die Batterie wurde ausgewechselt.
- Im Uhrzeit- und Weltzeitmodus wird die aktuelle Uhrzeit für alle Stadtcodes entsprechend der für die Heimatstadt eingestellten Uhrzeit jeweils mit Bezug auf die koordinierte Weltzeit (UTC) berechnet.

G-50

G-51

## Mehr als 15 Grad zu hoch



- Die Beleuchtung kann vielleicht nicht aufleuchten, wenn Sie das Zifferblatt der Armbanduhr um mehr als 15 Grad über oder unter der Parallelen halten. Achten Sie darauf, den Handrücken parallel zum Boden zu halten.
- Nach ca. 1,5 oder 3 Sekunden erlischt die Beleuchtung wieder, auch wenn Sie die Armbanduhr weiter auf Ihr Gesicht gerichtet halten.

- Statische Elektrizität oder Magnetkraft kann den richtigen Betrieb des automatischen Beleuchtungsschalters beeinträchtigen. Falls die Beleuchtung nicht leuchtet, versuchen Sie die Armbanduhr zurück in die Ausgangsstellung zu bringen (parallel zum Boden) und dann wieder auf das Gesicht zu richten. Falls dies nicht funktioniert, lassen Sie Ihren Arm an Ihrer Seite hängen und heben ihn danach wieder an.
- Unter bestimmten Bedingungen kann die Beleuchtung vielleicht für eine Sekunde nach dem Richten des Zifferblattes auf das Gesicht nicht leuchten. Dies stellt jedoch nicht unbedingt einen Fehlbetrieb des automatischen Beleuchtungsschalters dar.
- Sie können vielleicht ein sehr schwaches Klickgeräusch feststellen, wenn Sie die Armbanduhr schütteln. Dieses Geräusch wird durch die mechanische Operation des automatischen Beleuchtungsschalters verursacht und stellt kein Problem mit der Armbanduhr dar.

G-52

## Vorsichtsmaßnahmen zur Beleuchtung

- In direkter Sonne kann die Beleuchtung schwer erkennbar sein.
- Die Beleuchtung erlischt automatisch, wenn ein Alarm ausgegeben wird.
- Häufiges Einschalten der Beleuchtung entlädt die Batterie.

## Vorsichtsmaßnahmen hinsichtlich des automatischen Beleuchtungsschalters

- Tragen Sie die Armbanduhr möglichst nicht auf der Innenseite des Handgelenks. Dies würde ein unnötig häufiges Ansprechen des automatischen Beleuchtungsschalters verursachen, was die Batteriebensdauer verkürzt. Wenn Sie die Uhr auf der Innenseite des Handgelenks tragen möchten, schalten Sie den automatischen Beleuchtungsschalter bitte vorher aus.

## Technische Daten

**Ganggenauigkeit bei Normaltemperatur:** ±30 Sek./Monat

**Digitale Uhrzeit:** Stunde, Minuten, Sekunden, 2. Tageshälfte (P), Monat, Tag,

Wochentag

Uhrzeitformat: 12 Stunden/24 Stunden

Kalendersystem: Vollautomatischer Kalender, vorprogrammiert für 2000 bis 2099

Sonstige: Heimatstadtcode (einer von 48 Stadtcodes zuweisbar), Standardzeit/

Sommerzeit

**Analoge Uhrzeit:** Stunde, Minuten (Zeigerbewegung alle 20 Sekunden)

**Stoppuhr:**

Messeinheit: 1/1000 Sek.

Messkapazität: 99:59:59,999"

Messmodi: Abgelaufene Zeit, Rundenzeit, Zwischenzeit

Sonstige: Tempo

**Countdown-Timer:**

Messeinheit: 1 Sek.

Einstellbereich: 1 Min. bis 24 Std. (1-Minute-Schritte)

Sonstige: Wiederholfunktion

G-53

## Weltzeit: 48 Städte (29 Zeitzonen)

Sonstige: Sommerzeit/Standardzeit, Vertauschen von Heimat- und Weltzeitstadt

**Alarme:** Vier tägliche Alarme, ein Schlummeralarm, Stundensignal

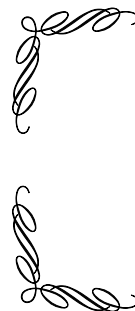
**Beleuchtung:** LED (Licht emittierende Diode), automatischer Beleuchtungsschalter, umschaltbare Beleuchtungsdauer

**Batterie:** Eine Lithium-Batterie (Typ: CR1220)

Ungefähre Batteriebetriebszeit: 2 Jahre mit Typ CR1220

(zehn Sekunden Alarmbetrieb pro Tag, ein Beleuchtungsvorgang (1,5 Sek.) pro Tag)

G-54



## City Code Table



L-1

## City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11
HNL	Honolulu	-10
ANC	Anchorage	-9
YVR	Vancouver	-8
LAX	Los Angeles	
YEA	Edmonton	-7
DEN	Denver	
MEX	Mexico City	-6
CHI	Chicago	
MIA	Miami	
YTO	Toronto	-5
NYC	New York	

L-2

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
SCL	Santiago	-4
YHZ	Halifax	
YYT	St. Johns	-3.5
RIO	Rio De Janeiro	-3
RAI	Praia	-1
UTC		
LIS	Lisbon	0
LON	London	
MAD	Madrid	
PAR	Paris	+1
ROM	Rome	
BER	Berlin	
STO	Stockholm	

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
ATH	Athens	+2
CAI	Cairo	
JRS	Jerusalem	+3
MOW	Moscow	
JED	Jeddah	+3.5
THR	Tehran	
DXB	Dubai	+4
KBL	Kabul	+4.5
KHI	Karachi	+5
DEL	Delhi	+5.5
DAC	Dhaka	+6
RGN	Yangon	+6.5

• Based on data as of July 2010.

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

L-3

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
BKK	Bangkok	+7
SIN	Singapore	+8
HKG	Hong Kong	
BJS	Beijing	
TPE	Taipei	
SEL	Seoul	+9
TYO	Tokyo	
ADL	Adelaide	+9.5
GUM	Guam	+10
SYD	Sydney	
NOU	Noumea	
WLG	Wellington	+12