



## QUICK START GUIDE

Congratulations on your purchase of the Timex® Ironman® Data Link® USB watch.

- It's a feature-rich Ironman sport watch.
- It's a PDA for your wrist.

This simple guide will get you started with your new Timex Ironman Data Link USB watch and help you use the many features of the watch and software.

For complete instructions on using this watch, see the Watch Help and Software Help in the software. Printable versions are loaded automatically onto your computer when you install the Timex Data Link USB software.

## WHAT YOU NEED

While a computer is not needed for most watch functions, the software makes watch setting easy and unlocks powerful features such as appointment and contact management. Every feature can be set simply and easily with a computer.

You need the following to take advantage of all the watch functions:

- The included CD-ROM with the Timex Data Link® USB software.
- The supplied USB cable.
- A PC with the following configuration:
  - Microsoft® Windows® 98 2nd Ed., 2000 (with Service Pack 1 or higher), ME, XP or higher operating system
  - 30 MB of free hard disk space
  - USB port

The mini CD-ROM works in any standard CD-ROM drive with a tray; place the CD-ROM in the center of the tray. Visit [www.timex.com](http://www.timex.com) to download the software if you have any trouble.

\*IRONMAN is a registered trademark of World Triathlon Corporation. TIMEX, DATA LINK, and NIGHT-MODE are registered trademarks of Timex Corporation. Microsoft, Windows, and Outlook are registered trademarks of Microsoft Corporation in the U.S. and in other countries. INDIGLO is a registered trademark of Indiglo Corporation in the U.S. and other countries.

© 2003 Timex Corporation. All rights reserved.

D: 990-095194  
G: 991-094067

## INSTALL THE SOFTWARE

To install the software, load the CD-ROM into your computer. A menu should automatically appear (if not, run INTRO.EXE on the CD). Select "Install Timex Data Link USB." If you wish to keep track of your workouts on the PC, you may also select "Install Timex Trainer."

## RUN THE SOFTWARE

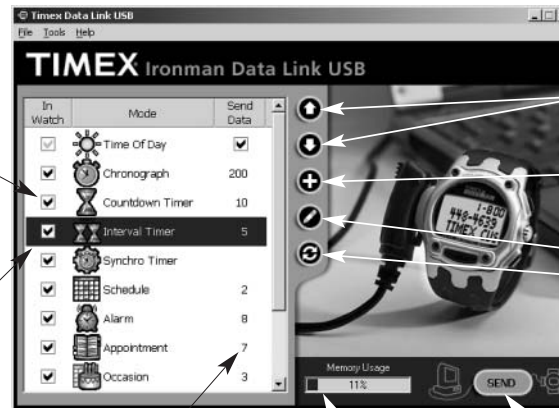
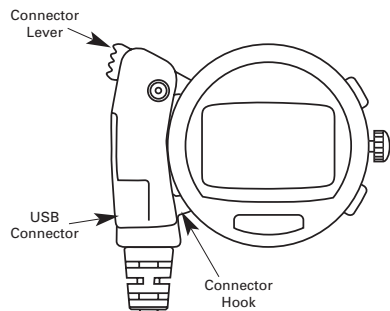
The installation will place a watch icon in the system tray at the lower right of the screen. You may start the software by double-clicking on this icon or simply connect the watch, and it will start automatically.



## CONNECT THE WATCH

Connect the USB cable to your watch as follows:

- Insert the rectangular end of the USB cable into an open USB port on your PC.
- Hook the bottom of the connector on the other end of the cable to the left side of the watch below the contacts.
- Pull the connector lever down and hook the upper end of the connector to the watch.
- The software automatically reads the watch's data.



Check the modes you want to be in the watch and uncheck the ones you don't want.

Double-click on a mode to edit its data.

Number of data entries to be sent.

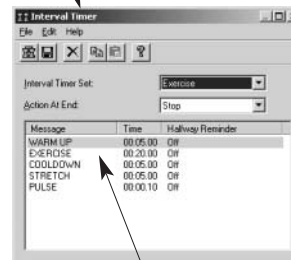
Indicates how much of the watch memory will be used by the data you have selected to send. If it is more than 100%, select less data to send.

Click here to send data from the computer to the watch.

Move mode up or down in the list (reflected in the watch).

Add a mode. You can have multiple versions of one mode (e.g., two Contact modes, one business and one personal).

Edit mode data. Refresh auto-imported data (see Software Help).



Double-click on an entry to edit it.

## ENTER YOUR INFORMATION

You can add your contacts, appointments, alarms, and other data in three ways:

- Enter information directly into the Timex software.
- Import from Microsoft® Outlook® messaging and collaboration client.
- Import from a .csv file (this is a Save As option in spreadsheet applications).

With the software you can also set up your chronograph and timers. See the Watch Help for detailed instructions.

## SEND TO THE WATCH

Click the SEND button to download the information to your watch.

## BATTERY

The life of a factory-installed battery is estimated to be about 2 years, but battery life will vary depending on actual usage. When the watch's battery is low, the message LO BATT is displayed in place of the date, at the beginning of each day. The reminder disappears when you change the display. You should replace the battery as soon as possible. While the watch will continue to run, a low battery may cause communication problems.

To avoid permanent damage to the watch, Timex strongly recommends that you have the battery replaced by a jeweler.

## TRY IT OUT

The software comes loaded with sample data, so if you want to try sending data to your watch right away, just click the SEND button in the software. Then disconnect the watch and you should see the data in the watch. See the other side of this sheet for instructions on operating the watch.

## TECHNICAL SUPPORT

If you have any questions about the operation of your watch or its software, please refer to the Watch Help and the Software Help. For any questions not answered by the Help, check the Timex website or call the support line:

- Website: <http://www.timex.com>
- Technical support line in the US and Canada: 1-800-328-2677
- Technical support line from other than US and Canada: 1-501-370-5775

## WATER RESISTANCE

This watch is rated as water resistant as marked on the watch. A 100 m water-resistant watch withstands pressure to 172 p.s.i. (equals immersion to 330 feet or 100 meters below sea level). A 50 m water-resistant watch withstands pressure to 86 p.s.i. (equals immersion to 165 feet or 50 meters below sea level).

Do not press the watch buttons while under water, as the watch will not remain water resistant.

## IMPORTANT

The Timex Ironman Data Link USB Watch is not a medical device. It should not be used in the diagnosis, treatment, or prevention of any disease or other medical condition. Users should have alternate methods for such purposes.

## COMPLIANCE

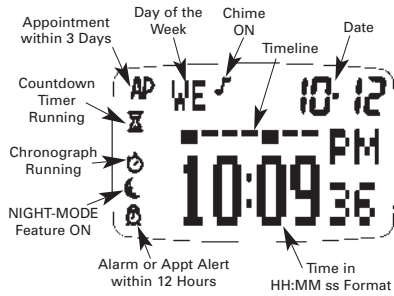
**FCC Notice:** Tested To Comply With FCC Standards FOR HOME OR OFFICE USE.



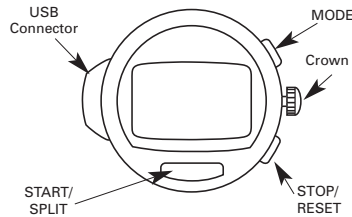
This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation. **Caution:** Any changes or modifications not expressly approved by Timex Corporation could void the user's authority to operate this equipment.

**Industry Canada Notice:** This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003. Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

## WATCH DISPLAY



## WATCH CONTROLS



### MODE Button

Press the MODE button to cycle through the watch modes.

### Crown

Scrolling – In any mode (other than Time of Day), turn the Crown to scroll through the entries.

### INDIGLO® night-light –

Electroluminescent technology used in the INDIGLO night-light illuminates the entire watch face at night and in low-light conditions. Press the crown to activate; hold for 4 seconds to activate NIGHT-MODE® feature. for 8 hours (see Options).

Setting – Pull the Crown out to set. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press the MODE button to advance to the next item or STOP/RESET to return to the previous item. Push the Crown in to save your changes and return to the normal display.

## DEMO

Your watch may be preloaded with a running Demo mode. You may exit the demo by pressing the MODE button. The demo is deactivated when you set the date or send data to the watch.

## TIME OF DAY

### Setting

Pull out the Crown to set. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press MODE to set the time, time format, date, date format, year, day of the week or week number, and time zone name. Push in the Crown to save your changes.

### Time Zones

Press STOP/RESET once and hold it to display the second time zone; press twice and hold to display the third time zone. Continue holding to switch to the displayed time zone.

### Next Appointment/Occasion

Press START/SPLIT once and hold to display the next Appointment; press twice and hold to display the next Occasion.

### Tip

- Use the PC software to set the watch; it's much easier than using the buttons.

## CHRONOGRAPH

Time an event and record lap or segment times that you can review during or after the event.

### Operation

To start the chronograph	Press START/SPLIT
To take a split	Press START/SPLIT
To stop the chronograph	Press STOP/RESET
To restart the chronograph	Press START/SPLIT
or	
To clear the workout	Press and hold STOP/RESET
or	
To store the workout	Turn the Crown one click
To recall a stored workout when the chrono is reset (at zero)	Turn the Crown to scroll the entries
then	
To review lap/split times	Pull out and turn the Crown
or	
To delete a workout	Hold STOP/RESET

### Tips

- Lap/split times can be recalled while the chronograph is running or after it is stopped.
- When you take a split, the display freezes for 10 seconds, then resumes with the next lap. Press MODE to immediately display the next lap.
- When the chronograph is reset (at zero), you can change the format of the display. Pull the Crown out and turn to select the positions of the lap and split times or the time of day.

## COUNTDOWN TIMER

A countdown timer counts backward to zero from a time you set. You can set multiple countdown timers on your watch.

### Operation

To view the timers	Turn the Crown
To start the timer	Press START/SPLIT
To stop the timer	Press STOP/RESET
To resume countdown or	Press START/SPLIT
To reset the timer	Hold STOP/RESET

When the countdown finishes, an alert sounds until you press any button or the Crown.

### Setting

To set a timer, turn the Crown to display a timer and pull out the Crown. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press MODE to set the hours, minutes, seconds, and the action at the end: STOP, REPEAT, or (start) CHRONO. Push in the Crown to save your changes.

### Tip

- Activate the Halfway reminder by pressing STOP/RESET before starting the timer.

## INTERVAL TIMER

This is a sequence of linked countdown timers. When one countdown timer interval ends, an alert sounds and the next interval starts. Operation and setting are otherwise similar to the Countdown Timer.

### Tip

- After setting an interval, press START/SPLIT to go to the next interval.

## ALARM

Set one or more alarms.

### Operation

To view the list of alarms	Turn the Crown
To arm or disarm an alarm	Press START/SPLIT
To delete an alarm	Hold STOP/RESET

When an alarm alert sounds, press any button to silence it. If not silenced, it repeats once in 5 minutes.

### Setting

To set an alarm, turn the Crown to display an existing or unused alarm and pull out the Crown. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press MODE to set the time, active day(s), and message. Push in the Crown to save your changes.

### Tips

- When setting the time of an alarm, press START/SPLIT to switch between 5 minute and 1 minute increments.
- The alarm icon appears only when an alarm is set to alert within 12 hours.

## APPOINTMENT

This feature informs you of appointments.

### Operation

To view appointments	Turn the Crown
To arm or disarm an appointment	Press START/SPLIT
To delete an appointment	Hold STOP/RESET

When an alert sounds, press any button to silence it. If not silenced, it repeats once in 5 minutes.

### Setting

To set an appointment, turn the Crown to display an existing or unused appointment and pull out the Crown. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press MODE to set the time, recurrence, alert time, and message. Push in the Crown to save your changes.

### Tip

- The symbol AP appears when an appointment is scheduled within the next 3 days.

## OPTIONS

Access three watch options. Turn the Crown to choose among them.

### NIGHT-MODE® Feature

When this feature is activated, the INDIGLO® night-light is turned on whenever a button is pressed. It can be set to OFF, ON, or AUTO. When ON, the NIGHT-MODE feature is active for 8 hours. AUTO activates it between the ON and OFF times you set.

To change to ON, OFF, or AUTO	Press START/SPLIT or STOP/RESET
To set the ON and OFF times	Pull out the Crown, turn the Crown, press MODE

### Chime

When this feature is activated, the watch chimes at each hour. It can be set to OFF, ON, or AUTO. When ON, the watch chimes every hour. AUTO activates the chime between the ON and OFF times you set.

To change to ON, OFF, or AUTO	Press START/SPLIT or STOP/RESET
To set the ON and OFF times	Pull out the Crown, turn the Crown, press MODE

### Button Beep

When this feature is activated, the watch beeps with each button press.

To change between ON and OFF	Press START/SPLIT or STOP/RESET
------------------------------	---------------------------------

## ADDITIONAL MODES

Other modes can be downloaded to the watch with the PC software. See the Software Help.

## NOTE

Enter and retrieve short messages.

### Operation

To view the notes	Turn the Crown
To delete a note	Hold STOP/RESET

### Setting

To edit or create a note, turn the Crown to display an existing or unused note and pull out the Crown. Turn the Crown to change the character at the cursor. Press MODE to move to the next position. Push in the Crown to save your changes.

## WARRANTY

To obtain warranty service, please return your watch to Timex, one of its affiliates or the Timex retailer where the product was purchased, together with a completed original Product Repair Coupon or, in the U.S. and Canada only, the completed original Product Repair Coupon or a written statement identifying your name, address, telephone number and date and place of purchase. Please include the following with your watch to cover postage and handling (this is not a repair charge): a US\$ 7.00 check or money order in the U.S.; a CAN\$6.00 cheque or money order in Canada; and a UK£ 2.50 cheque or money order in the U.K. In other countries, Timex will charge you for postage and handling. NEVER INCLUDE A SPECIAL WATCHBAND OR ANY OTHER ARTICLE OF PERSONAL VALUE IN YOUR SHIPMENT.

For the U.S., please call 1-800-448-4639 for additional warranty information. For Canada, call 1-800-263-0981. For Brazil, call 0800-168787. For Mexico, call 91-800-01-060. For Central America, the Caribbean, Bermuda and the Bahamas, call (501) 370-5775 (U.S.). For Asia, call 852-2815-0091. For the U.K., call 44 208 687 9620. For Portugal, call 351 212 946 017. For France, call 33 3 81 63 42 00. For Germany, call 49 7 231 494140. For the Middle East and Africa, call 971 4-310850. For other areas, please contact your local Timex retailer or Timex distributor for warranty information.

TIMEX INTERNATIONAL WARRANTY (U.S. – LIMITED WARRANTY) Your TIMEX® product is warranted against manufacturing defects by Timex Corporation for a period of ONE YEAR from the original purchase date. Timex and its worldwide affiliates will honor this International Warranty. Please note that Timex may, at its option, repair your product by installing new or thoroughly reconditioned and inspected components or replace it with an identical or similar model. IMPORTANT – PLEASE NOTE THAT THIS WARRANTY DOES NOT COVER DEFECTS OR DAMAGES TO YOUR PRODUCT: 1) after the warranty period expires; 2) if the product was not originally purchased from an authorized Timex retailer; 3) from repair services not performed by Timex; 4) from accidents, tampering or abuse; and 5) lens or crystal, strap or band, watch or transceiver case, attachments or battery. Timex may charge you for replacing any of these parts.

THIS WARRANTY AND THE REMEDIES CONTAINED HEREIN ARE EXCLUSIVE AND IN LIEU OF ALL OTHER WARRANTIES, EXPRESS OR IMPLIED, INCLUDING ANY IMPLIED WARRANTY OF MERCHANTABILITY OR FITNESS FOR PARTICULAR PURPOSE. TIMEX IS NOT LIABLE FOR ANY SPECIAL, INCIDENTAL OR CONSEQUENTIAL DAMAGES. Some countries and states do not allow limitations on implied warranties and do not allow exclusions or limitations on damages, so these limitations may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights which vary from country to country and state to state.



## QUICK START GUIDE

Congratulations on your purchase of the Timex® Ironman® Data Link® USB watch.

- It's a feature-rich Ironman sport watch.
- It's a PDA for your wrist.

This simple guide will get you started with your new Timex Ironman Data Link USB watch and help you use the many features of the watch and software.

For complete instructions on using this watch, see the Watch Help and Software Help in the software. Printable versions are loaded automatically onto your computer when you install the Timex Data Link USB software.

## WHAT YOU NEED

While a computer is not needed for most watch functions, the software makes watch setting easy and unlocks powerful features such as appointment and contact management. Every feature can be set simply and easily with a computer.

You need the following to take advantage of all the watch functions:

- The included CD-ROM with the Timex Data Link® USB software.
- The supplied USB cable.
- A PC with the following configuration:
  - Microsoft® Windows® 98 2nd Ed., 2000 (with Service Pack 1 or higher), ME, XP or higher operating system
  - 30 MB of free hard disk space
  - USB port

The mini CD-ROM works in any standard CD-ROM drive with a tray; place the CD-ROM in the center of the tray. Visit [www.timex.com](http://www.timex.com) to download the software if you have any trouble.

\*IRONMAN is a registered trademark of World Triathlon Corporation. TIMEX, DATA LINK, and NIGHT-MODE are registered trademarks of Timex Corporation. Microsoft, Windows, and Outlook are registered trademarks of Microsoft Corporation in the U.S. and in other countries. INDIGLO is a registered trademark of Indiglo Corporation in the U.S. and other countries.

© 2003 Timex Corporation. All rights reserved.

D: 990-095194  
G: 991-094067

## INSTALL THE SOFTWARE

To install the software, load the CD-ROM into your computer. A menu should automatically appear (if not, run INTRO.EXE on the CD). Select "Install Timex Data Link USB." If you wish to keep track of your workouts on the PC, you may also select "Install Timex Trainer."

## RUN THE SOFTWARE

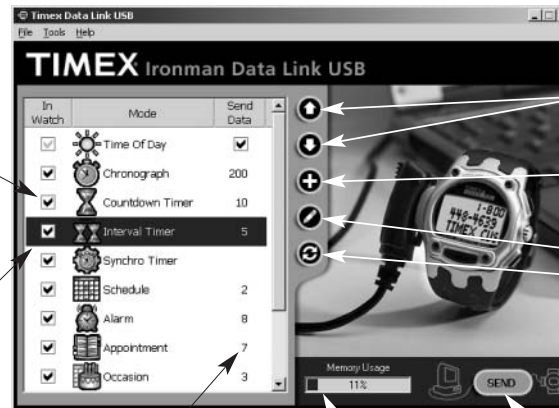
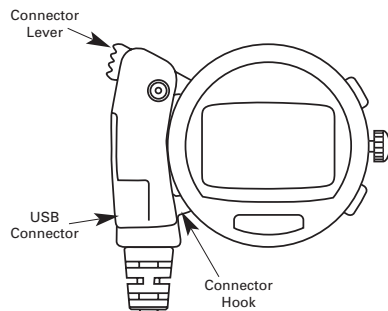
The installation will place a watch icon in the system tray at the lower right of the screen. You may start the software by double-clicking on this icon or simply connect the watch, and it will start automatically.



## CONNECT THE WATCH

Connect the USB cable to your watch as follows:

- Insert the rectangular end of the USB cable into an open USB port on your PC.
- Hook the bottom of the connector on the other end of the cable to the left side of the watch below the contacts.
- Pull the connector lever down and hook the upper end of the connector to the watch.
- The software automatically reads the watch's data.



Check the modes you want to be in the watch and uncheck the ones you don't want.

Double-click on a mode to edit its data.

Number of data entries to be sent.

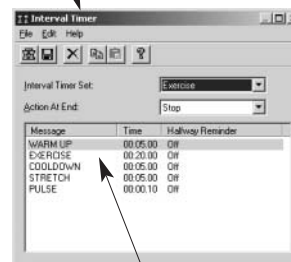
Indicates how much of the watch data memory will be used by the data you have selected to send. If it is more than 100%, select less data to send.

Click here to send data from the computer to the watch.

Move mode up or down in the list (reflected in the watch).

Add a mode. You can have multiple versions of one mode (e.g., two Contact modes, one business and one personal).

Edit mode data. Refresh auto-imported data (see Software Help).



Double-click on an entry to edit it.

## ENTER YOUR INFORMATION

You can add your contacts, appointments, alarms, and other data in three ways:

- Enter information directly into the Timex software.
- Import from Microsoft® Outlook® messaging and collaboration client.
- Import from a .csv file (this is a Save As option in spreadsheet applications).

With the software you can also set up your chronograph and timers. See the Watch Help for detailed instructions.

## SEND TO THE WATCH

Click the SEND button to download the information to your watch.

## BATTERY

The life of a factory-installed battery is estimated to be about 2 years, but battery life will vary depending on actual usage. When the watch's battery is low, the message LO BATT is displayed in place of the date, at the beginning of each day. The reminder disappears when you change the display. You should replace the battery as soon as possible. While the watch will continue to run, a low battery may cause communication problems.

To avoid permanent damage to the watch, Timex strongly recommends that you have the battery replaced by a jeweler.

## TRY IT OUT

The software comes loaded with sample data, so if you want to try sending data to your watch right away, just click the SEND button in the software. Then disconnect the watch and you should see the data in the watch. See the other side of this sheet for instructions on operating the watch.

## TECHNICAL SUPPORT

If you have any questions about the operation of your watch or its software, please refer to the Watch Help and the Software Help. For any questions not answered by the Help, check the Timex website or call the support line:

- Website: <http://www.timex.com>
- Technical support line in the US and Canada: 1-800-328-2677
- Technical support line from other than US and Canada: 1-501-370-5775

## WATER RESISTANCE

This watch is rated as water resistant as marked on the watch. A 100 m water-resistant watch withstands pressure to 172 p.s.i. (equals immersion to 330 feet or 100 meters below sea level). A 50 m water-resistant watch withstands pressure to 86 p.s.i. (equals immersion to 165 feet or 50 meters below sea level).

Do not press the watch buttons while under water, as the watch will not remain water resistant.

## IMPORTANT

The Timex Ironman Data Link USB Watch is not a medical device. It should not be used in the diagnosis, treatment, or prevention of any disease or other medical condition. Users should have alternate methods for such purposes.

## COMPLIANCE

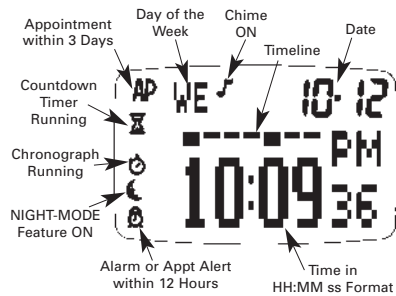
**FCC Notice:** Tested To Comply With FCC Standards FOR HOME OR OFFICE USE.



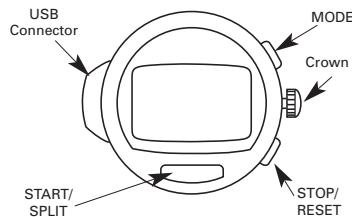
This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation. **Caution:** Any changes or modifications not expressly approved by Timex Corporation could void the user's authority to operate this equipment.

**Industry Canada Notice:** This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003. Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

## WATCH DISPLAY



## WATCH CONTROLS



### MODE Button

Press the MODE button to cycle through the watch modes.

### Crown

Scrolling – In any mode (other than Time of Day), turn the Crown to scroll through the entries.

### INDIGLO® night-light –

Electroluminescent technology used in the INDIGLO night-light illuminates the entire watch face at night and in low-light conditions. Press the crown to activate; hold for 4 seconds to activate NIGHT-MODE® feature. for 8 hours (see Options).

Setting – Pull the Crown out to set. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press the MODE button to advance to the next item or STOP/RESET to return to the previous item. Push the Crown in to save your changes and return to the normal display.

## DEMO

Your watch may be preloaded with a running Demo mode. You may exit the demo by pressing the MODE button. The demo is deactivated when you set the date or send data to the watch.

## TIME OF DAY

### Setting

Pull out the Crown to set. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press MODE to set the time, time format, date, date format, year, day of the week or week number, and time zone name. Push in the Crown to save your changes.

### Time Zones

Press STOP/RESET once and hold it to display the second time zone; press twice and hold to display the third time zone. Continue holding to switch to the displayed time zone.

### Next Appointment/Occasion

Press START/SPLIT once and hold to display the next Appointment; press twice and hold to display the next Occasion.

### Tip

- Use the PC software to set the watch; it's much easier than using the buttons.

## CHRONOGRAPH

Time an event and record lap or segment times that you can review during or after the event.

### Operation

To start the chronograph	Press START/SPLIT
To take a split	Press START/SPLIT
To stop the chronograph	Press STOP/RESET
To restart the chronograph	Press START/SPLIT
or	
To clear the workout	Press and hold STOP/RESET
or	
To store the workout	Turn the Crown one click
To recall a stored workout when the chrono is reset (at zero)	Turn the Crown to scroll the entries
then	
To review lap/split times	Pull out and turn the Crown
or	
To delete a workout	Hold STOP/RESET

### Tips

- Lap/split times can be recalled while the chronograph is running or after it is stopped.
- When you take a split, the display freezes for 10 seconds, then resumes with the next lap. Press MODE to immediately display the next lap.
- When the chronograph is reset (at zero), you can change the format of the display. Pull the Crown out and turn to select the positions of the lap and split times or the time of day.

## COUNTDOWN TIMER

A countdown timers counts backward to zero from a time you set. You can set multiple countdown timers on your watch

### Operation

To view the timers	Turn the Crown
To start the timer	Press START/SPLIT
To stop the timer	Press STOP/RESET
To resume countdown or	Press START/SPLIT
To reset the timer	Hold STOP/RESET

When the countdown finishes, an alert sounds until you press any button or the Crown.

### Setting

To set a timer, turn the Crown to display a timer and pull out the Crown. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press MODE to set the hours, minutes, seconds, and the action at the end: STOP, REPEAT, or (start) CHRONO. Push in the Crown to save your changes.

### Tip

- Activate the Halfway reminder by pressing STOP/RESET before starting the timer.

## INTERVAL TIMER

This is a sequence of linked countdown timers. When one countdown timer interval ends, an alert sounds and the next interval starts. Operation and setting are otherwise similar to the Countdown Timer.

### Tip

- After setting an interval, press START/SPLIT to go to the next interval.

## ALARM

Set one or more alarms.

### Operation

To view the list of alarms	Turn the Crown
To arm or disarm an alarm	Press START/SPLIT
To delete an alarm	Hold STOP/RESET

When an alarm alert sounds, press any button to silence it. If not silenced, it repeats once in 5 minutes.

### Setting

To set an alarm, turn the Crown to display an existing or unused alarm and pull out the Crown. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press MODE to set the time, active day(s), and message. Push in the Crown to save your changes.

### Tips

- When setting the time of an alarm, press START/SPLIT to switch between 5 minute and 1 minute increments.
- The alarm icon appears only when an alarm is set to alert within 12 hours.

## APPOINTMENT

This feature informs you of appointments.

### Operation

To view appointments	Turn the Crown
To arm or disarm an appointment	Press START/SPLIT
To delete an appointment	Hold STOP/RESET

When an alert sounds, press any button to silence it. If not silenced, it repeats once in 5 minutes.

### Setting

To set an appointment, turn the Crown to display an existing or unused appointment and pull out the Crown. Turn the Crown to change the flashing item's value. Press MODE to set the time, recurrence, alert time, and message. Push in the Crown to save your changes.

### Tip

- The symbol AP appears when an appointment is scheduled within the next 3 days.

## OPTIONS

Access three watch options. Turn the Crown to choose among them.

### NIGHT-MODE® Feature

When this feature is activated, the INDIGLO® night-light is turned on whenever a button is pressed. It can be set to OFF, ON, or AUTO. When ON, the NIGHT-MODE feature is active for 8 hours. AUTO activates it between the ON and OFF times you set.

To change to ON, OFF, or AUTO	Press START/SPLIT or STOP/RESET
To set the ON and OFF times	Pull out the Crown, turn the Crown, press MODE

### Chime

When this feature is activated, the watch chimes at each hour. It can be set to OFF, ON, or AUTO. When ON, the watch chimes every hour. AUTO activates the chime between the ON and OFF times you set.

To change to ON, OFF, or AUTO	Press START/SPLIT or STOP/RESET
To set the ON and OFF times	Pull out the Crown, turn the Crown, press MODE

### Button Beep

When this feature is activated, the watch beeps with each button press.

To change between ON and OFF	Press START/SPLIT or STOP/RESET
------------------------------	---------------------------------

## ADDITIONAL MODES

Other modes can be downloaded to the watch with the PC software. See the Software Help.

## NOTE

Enter and retrieve short messages.

### Operation

To view the notes	Turn the Crown
To delete a note	Hold STOP/RESET

### Setting

To edit or create a note, turn the Crown to display an existing or unused note and pull out the Crown. Turn the Crown to change the character at the cursor. Press MODE to move to the next position. Push in the Crown to save your changes.

## WARRANTY

To obtain warranty service, please return your watch to Timex, one of its affiliates or the Timex retailer where the product was purchased, together with a completed original Product Repair Coupon or, in the U.S. and Canada only, the completed original Product Repair Coupon or a written statement identifying your name, address, telephone number and date and place of purchase. Please include the following with your watch to cover postage and handling (this is not a repair charge): a US\$ 7.00 check or money order in the U.S.; a CAN\$6.00 cheque or money order in Canada; and a UK£ 2.50 cheque or money order in the U.K. In other countries, Timex will charge you for postage and handling. NEVER INCLUDE A SPECIAL WATCHBAND OR ANY OTHER ARTICLE OF PERSONAL VALUE IN YOUR SHIPMENT.

For the U.S., please call 1-800-448-4639 for additional warranty information. For Canada, call 1-800-263-0981. For Brazil, call 0800-168787. For Mexico, call 91-800-01-060. For Central America, the Caribbean, Bermuda and the Bahamas, call (501) 370-5775 (U.S.). For Asia, call 852-2815-0091. For the U.K., call 44 208 687 9620. For Portugal, call 351 212 946 017. For France, call 33 3 81 63 42 00. For Germany, call 49 7 231 494140. For the Middle East and Africa, call 971 4-310850. For other areas, please contact your local Timex retailer or Timex distributor for warranty information.

TIMEX INTERNATIONAL WARRANTY (U.S. – LIMITED WARRANTY) Your TIMEX® product is warranted against manufacturing defects by Timex Corporation for a period of ONE YEAR from the original purchase date. Timex and its worldwide affiliates will honor this International Warranty. Please note that Timex may, at its option, repair your product by installing new or thoroughly reconditioned and inspected components or replace it with an identical or similar model. IMPORTANT – PLEASE NOTE THAT THIS WARRANTY DOES NOT COVER DEFECTS OR DAMAGES TO YOUR PRODUCT: 1) after the warranty period expires; 2) if the product was not originally purchased from an authorized Timex retailer; 3) from repair services not performed by Timex; 4) from accidents, tampering or abuse; and 5) lens or crystal, strap or band, watch or transceiver case, attachments or battery. Timex may charge you for replacing any of these parts.

THIS WARRANTY AND THE REMEDIES CONTAINED HEREIN ARE EXCLUSIVE AND IN LIEU OF ALL OTHER WARRANTIES, EXPRESS OR IMPLIED, INCLUDING ANY IMPLIED WARRANTY OF MERCHANTABILITY OR FITNESS FOR PARTICULAR PURPOSE. TIMEX IS NOT LIABLE FOR ANY SPECIAL, INCIDENTAL OR CONSEQUENTIAL DAMAGES. Some countries and states do not allow limitations on implied warranties and do not allow exclusions or limitations on damages, so these limitations may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights which vary from country to country and state to state.



## GUÍA RÁPIDA DE USO

Nuestras sinceras felicitaciones por comprar el reloj Timex® Ironman® Data Link® USB.

- Es un reloj deportivo Ironman con multitud de funciones.
- Es un PDA ideal en su muñeca.

Esta guía fácil le ayudará a comprender rápidamente cómo usar el reloj Timex Ironman Data Link USB y el software que lo acompaña.

Las instrucciones completas de uso están en el software, en la parte de Ayuda. Cuando instala el software de Timex Data Link USB, en su computadora se cargan automáticamente versiones que se pueden imprimir.

## QUÉ NECESITA

Si bien no se necesita una computadora para usar la mayoría de las funciones del reloj, el software permite programar el reloj más fácilmente y también manejar poderosas funciones (citas, contactos, etc.).

Para poder usar todas las funciones del reloj, necesita:

- El CD-ROM con el software Timex Data Link® USB.
- El cable USB.
- Una computadora con la siguiente configuración:
  - Sistema operativo Microsoft® Windows® 98 2a. Ed., 2000 (con Service Pack 1 o posterior), ME, XP o posterior
  - 30 MB de espacio libre en el disco
  - Conector USB

El mini CD-ROM funciona en cualquier unidad de CD-ROM estándar; colóque el CD-ROM en el centro de la bandeja. Visite [www.timex.com](http://www.timex.com) para descargar el software si se presentara cualquier problema.

\*IRONMAN es una marca comercial registrada de World Triathlon Corporation. TIMEX, DATA LINK y NIGHT-MODE son marcas comerciales registradas de Timex Corporation. Microsoft, Windows y Outlook son marcas comerciales registradas de Microsoft Corporation en EE.UU. y en otros países. INDIGLO es una marca comercial registrada de Indiglo Corporation en EE.UU. y en otros países.

## INSTALACIÓN DEL SOFTWARE

Para instalar el software, cargue el CD-ROM en la computadora y automáticamente aparecerá un menú (de lo contrario, ejecute INTRO.EXE). Seleccione "Instalar Timex Data Link USB". Si desea mantener un registro de sus entrenamientos en la computadora, seleccione "Instalar Timex Trainer".

## USO DEL SOFTWARE

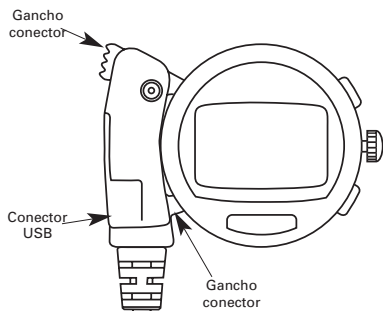
Al instalar el software aparece un símbolo de un reloj en la esquina inferior derecha de la pantalla. Para abrir el programa, haga clic dos veces en el símbolo o simplemente conecte el reloj y el programa se abrirá automáticamente.



## CONEXIÓN DEL RELOJ

Conecte el cable USB al reloj del siguiente modo:

1. Inserte el extremo rectangular del cable USB en un conector USB de la computadora.
2. Conecte la parte inferior del conector del otro extremo del cable al lado izquierdo del reloj, debajo de los contactos.
3. Mueva la palanca del conector hacia abajo y enganche el extremo superior del conector al reloj.
4. El software leerá automáticamente los datos del reloj.



Seleccione los modos que desea activos en el reloj y quite la marca del resto.

Haga doble clic en el modo para cambiar sus datos.

Cambiar modo hacia arriba o abajo (lo verá en el reloj).

Agregado de modo. Puede tener múltiples versiones de un modo (p.ej., dos modos "Contacto": uno comercial y otro personal).

Cambiar datos en el modo.

Actualización de datos importados (ver Ayuda en Software).

Cantidad de entradas de datos a enviar.

Indica cuánta memoria usarán los datos que desea enviar. Si fuera más de 100%, envíe menos datos.

Haga clic aquí para enviar datos de la computadora al reloj.

Haga doble clic en una entrada para modificarla.

Grupo de intervalos	Evento	Acción al terminar:
Intervalos consecutivos	Intervalos consecutivos	Para

Mensaje	Tiempo	Aviso a mitad de tiempo
WARM UP	00:05:00	No
E-WROUSE	00:20:00	No
COOLDOWN	00:05:00	No
STRETCH	00:05:00	No
PULSE	00:00:10	No

## INGRESO DE INFORMACIÓN

Agregue contactos, citas, alarmas y otros datos de tres formas distintas:

1. Ingrese información directamente en el software de Timex.
2. Importe mensajes y colaboración cliente de Microsoft® Outlook®.
3. Importe de un archivo .csv (en una opción "Guardar como" en aplicaciones de planilla de datos).

Con el software también puede programar el cronómetro y contadores. Vea instrucciones detalladas en Ayuda.

## ENVÍO AL RELOJ

Haga clic en el botón SEND para transferir la información al reloj.

## PILA

Se calcula que la vida útil de la pila instalada en fábrica es de unos 2 años, pero ese lapso varía dependiendo del uso. Cuando la pila tiene poca carga, aparece el mensaje LO BATT en lugar de la fecha al comienzo de cada día. El recordatorio desaparece cuando cambia de pantalla. Reemplace la pila tan pronto como le sea posible. Si bien el reloj seguirá funcionando, una pila con poca carga puede causar problemas de comunicación.

Para evitar daños permanentes al reloj, Timex recomienda que la pila sea reemplazada por un joyero.

## ASISTENCIA TÉCNICA

Si tuviera dudas acerca del funcionamiento del reloj o del software, refiérase a "Ayuda". Si eso no resolviera su problema, vea la página web de Timex o llámenos por teléfono:

- Página web: <http://www.timex.com>
- Asistencia técnica en EE.UU. y Canadá: 1-800-328-2677
- Asistencia técnica desde fuera de EE.UU. y Canadá: 1-501-370-5775

## RESISTENCIA AL AGUA

Este reloj resiste al agua hasta el límite marcado en el reloj. Si resiste 100 m, soporta una presión de 172 p.s.i. (inmersión a 330 pies, equivalente a 100 metros debajo del mar). Si resiste 50 m, soporta una presión de 86 p.s.i. (inmersión a 165 pies, equivalente a 50 metros debajo del mar).

No oprima los botones mientras esté sumergido, pues el reloj *no* mantendrá su resistencia al agua en esas condiciones.

## IMPORTANTE

El reloj Timex Ironman Data Link USB no es un dispositivo médico. No lo use para diagnóstico, tratamiento ni prevención de enfermedades o trastornos de la salud. Para tales fines, recurra a otros métodos.

## CUMPLIMIENTO

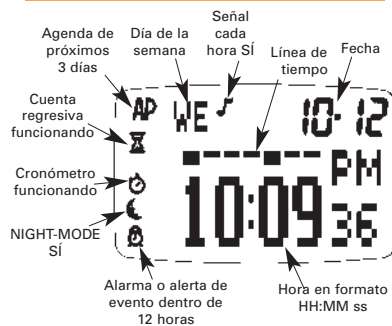
**Aviso de FCC:** cumple con las normas de FCC para USO EN EL HOGAR O LA OFICINA.



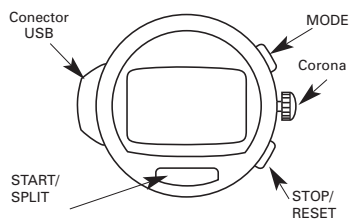
Este reloj cumple con la Sección 15 de las Reglas de FCC. Su funcionamiento está sujeto a las siguientes dos condiciones: (1) no provocará interferencias nocivas, y (2) aceptará todas las interferencias que reciba, incluso interferencias que pudieran causar un funcionamiento no deseado. **Precaución:** los cambios y modificaciones no expresamente aprobados por Timex Corporation podrían anular el derecho del usuario a operar este reloj.

**Aviso de la industria canadiense:** este aparato digital Clase B cumple con la norma ICES-003 canadiense. Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

## PANTALLA DEL RELOJ



## CONTROLES DEL RELOJ



### Botón MODE

Oprima el botón MODE para recorrer los distintos modos del reloj.

### Corona

Desplazamiento - En cualquier modo (que no sea la Hora del día), gire la Corona para desplazarse por las entradas.

### Luz nocturna INDIGLO® -

Tecnología electroluminiscente usada en la luz nocturna INDIGLO, ilumina la cara del reloj en la noche y cuando hay poca luz. Oprima la corona y mantenga oprimida por 4 segundos para activar la función NIGHT-MODE® por 8 horas (ver Opciones).

**Programación** - Tire hacia afuera de la Corona y gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima el botón MODE para avanzar al próximo u oprima STOP/RESET para regresar al previo. Para guardar los cambios y regresar a la pantalla normal, pulse la Corona hacia adentro.

## DEMO

Su reloj puede estar previamente cargado con una versión demostrativa (Demo). Puede salir del modo demo oprimiendo el botón MODE. Demo se desactiva cuando programe la fecha o envíe datos al reloj.

## HORA

### Programación

Tire hacia afuera de la Corona y gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima MODE para programar la hora y su formato, la fecha y su formato, el año, el día de la semana o el número de la semana y la zona horaria. Para conservar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

### Zona horaria

Oprima y mantenga oprimido STOP/RESET para ver la segunda zona horaria; oprima dos veces y mantenga oprimido para ver la tercera zona horaria. Mantenga oprimido para cambiar a la zona horaria que se muestra.

### Próxima cita/ocasión

Oprima y mantenga oprimido START/SPLIT para ver la próxima cita; oprima dos veces y mantenga oprimido para ver la próxima ocasión.

### Sugerencia

- Use el software para programar el reloj; es mucho más fácil que usar los botones.

## CRONÓMETRO

Tome el tiempo de un evento y registre el tiempo de la vuelta o segmento para revisarlo durante el evento o después.

### Operación

Para <b>iniciar</b> el cronómetro	Oprima START/SPLIT
Para <b>cronometrar un intervalo</b>	Oprima START/SPLIT
Para <b>parar</b> el cronómetro	Oprima STOP/RESET
Para <b>reiniciar</b> el cronómetro o	Oprima START/SPLIT
Para <b>borrar</b> el ejercicio o	Oprima y mantenga oprimido STOP/RESET
Para <b>guardar</b> el ejercicio	Gire la Corona un clic
Para <b>ver</b> un ejercicio guardado cuando se lleva el cronómetro a cero y luego	Gire la Corona para desplazarse por las entradas
Para <b>ver</b> tiempos de vuelta o intervalo o	Tire hacia afuera de la Corona y gírela
Para <b>borrar</b> un ejercicio	Mantenga oprimido STOP/RESET

### Sugerencias

- Puede ver los tiempos de vueltas o intervalos mientras funciona el cronómetro o después de detenerlo
- Cuando mide un intervalo, la pantalla queda pasiva por 10 segundos para luego retomar en la siguiente vuelta. Oprima MODE para mostrar inmediatamente la próxima vuelta.
- Cuando regresa el cronómetro a cero, puede cambiar el formato de la pantalla. Tire hacia afuera de la Corona y gírela para seleccionar las posiciones de los tiempo de vuelta e intervalo o la hora del día.

## CONTADOR REGRESIVO

El contador regresivo cuenta hacia atrás, hasta cero, desde la hora que usted indique. Con el reloj puede programar varias cuentas regresivas

### Operación

Para <b>ver</b> los contadores	Gire la Corona
Para <b>iniciar</b> el contador	Oprima START/SPLIT
Para <b>parar</b> el contador	Oprima STOP/RESET
Para <b>retomar</b> la cuenta regresiva	Oprima START/SPLIT
Para <b>reiniciar</b> el contador	Mantenga oprimido STOP/RESET

Cuando finalice la cuenta regresiva se emitirá una señal sonora de aviso que continuará hasta que se oprima cualquier botón o la Corona.

### Programación

Gire la Corona hasta ver un contador; tire hacia afuera de la Corona. Gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima MODE para programar horas, minutos, segundos y la acción al final: STOP (parar), REPEAT (repetir), o (iniciar) CHRONO. Para guardar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

### Sugerencia

- Active el recordatorio de mitad de tiempo; oprima STOP/RESET antes de iniciar el contador.

## INTERVALOS CONSECUTIVOS

Es una secuencia de contadores regresivos vinculados. Cuando termina el intervalo de un contador regresivo, se emite una señal y comienza el próximo intervalo. El funcionamiento y la programación son similares al de contador regresivo.

### Sugerencia

- Después de programar un intervalo, oprima START/SPLIT para pasar al próximo intervalo.

## ALARMA

Programación de una o más alarmas.

### Operación

Para <b>ver</b> la lista de alarmas	Gire la Corona
Para <b>activar</b> o <b>desactivar</b> una alarma	Oprima START/SPLIT
Para <b>borrar</b> una alarma	Mantenga oprimido STOP/RESET

Cuando suena una alarma, oprima cualquier botón para silenciarla. Si no lo hace, el aviso se repetirá una vez en 5 minutos.

### Programación

Para programar una alarma, gire la Corona para ver una alarma ya existente o sin usar y tire hacia afuera de la Corona. Gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima MODE para programar la hora, día o días activos y el mensaje. Para guardar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

### Sugerencias

- Cuando programe la hora de una alarma, oprima START/SPLIT para cambiar entre incrementos de 5 minutos y 1 minuto.
- El símbolo de la alarma aparece sólo cuando ésta va a sonar dentro de las próximas 12 horas.

## AGENDA

Esta función le informa de sus citas.

### Operación

Para <b>ver</b> citas	Gire la Corona
Para <b>activar</b> o <b>desactivar</b> una cita	Oprima START/SPLIT
Para <b>borrar</b> una cita	Mantenga oprimido STOP/RESET

Cuando oiga la alerta, oprima cualquier botón para silenciarla. Si no lo hace, el aviso se repetirá una vez en 5 minutos.

### Programación

Para programar una cita, gire la Corona para ver una cita ya existente o sin usar; tire hacia fuera de la Corona y gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima MODE para programar el tiempo, frecuencia, hora de alerta y mensaje. Para guardar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

### Sugerencia

- Aparecerá el símbolo AP para avisarle que tiene una cita dentro de los próximos 3 días.

## OPCIONES

Acceso a tres opciones. Gire la Corona para seleccionar una de ellas

### Función NIGHT-MODE®

Cuando se activa esta función, se enciende la luz nocturna INDIGLO® cada vez que se oprime cualquier botón. Esta función puede activarse (ON), desactivarse (OFF) o dejarse en automático (AUTO). Si se activa, funciona por 8 horas. La opción AUTO activa la luz entre las horas que usted seleccione.

Para <b>cambiar</b> a SÍ, NO o AUTO	Oprima START/SPLIT o STOP/RESET
Para <b>elegir</b> la hora de activación y desactivación.	Tire hacia afuera de la Corona, gírela y oprima MODE

### Señal sonora cada hora

Cuando se activa esta función, se escucha una señal cada hora. Esta función puede activarse (OFF), desactivarse (ON) o dejarse en automático (AUTO). Cuando se activa, se escucha una señal cada hora. La opción AUTO activa esta función entre las horas que usted seleccione.

Para <b>cambiar</b> a SÍ, NO o AUTO	Oprima START/SPLIT o STOP/RESET
Para <b>elegir</b> la hora de activación y desactivación	Tire hacia afuera de la Corona, gírela y oprima MODE

### Sonido al pulsar botones

Cuando se activa esta función, el reloj emite un sonido cada vez que se oprime un botón.

Para <b>cambiar</b> entre SÍ y NO	Oprima START/SPLIT o STOP/RESET
-----------------------------------	---------------------------------

## OTROS MODOS

Use el software para descargar otros modos en el reloj. Refiérase a Ayuda del software.

## NOTA

Ingreso y recuperación de mensajes cortos.

### Operación

Para <b>ver</b> las notas	Gire la Corona
Para <b>borrar</b> una nota	Mantenga oprimido STOP/RESET

### Programación

Para modificar o crear una nota, gire la Corona para ver una nota ya existente o sin usar y tire hacia afuera de la Corona. Gírela para cambiar la letra indicada por el cursor. Oprima MODE para pasar a la próxima posición. Para guardar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

## GARANTÍA

Para solicitar servicio de reparación, envíe el reloj a Timex, a uno de sus afiliados o al distribuidor de Timex donde lo compró, junto con el cupón original (complete los datos) para reparación del producto. Sólo en EE.UU. y Canadá, el cupón original (complete los datos) para reparación del producto o una declaración por escrito con su nombre, dirección, teléfono, fecha y lugar de compra. Para cubrir gastos de manejo y envío, incluya (no es el costo de la reparación) lo siguiente: en EE.UU., un cheque o giro postal ("money order") por US\$ 7.00; en Canadá, un cheque o giro postal por CAN\$6.00; en Reino Unido, un cheque o giro postal por UK£ 2.50. En otros países, Timex le cobrará por gastos de manejo y envío. JAMÁS INCLUYA PULSERAS ESPECIALES PARA RELOJ NI NINGÚN OTRO ARTÍCULO DE VALOR PERSONAL EN SU ENVÍO.

Si desea más información sobre la garantía, en EE.UU. llame al 1-800-448-4639. En Canadá, al 1-800-263-0981. En Brasil, al 0800-168787. En México, al 91-800-01-060. En América Central, el Caribe, Bermudas y Bahamas, al (501) 370-5775 (EE.UU.). En Asia, al 852-2815-0091. En el Reino Unido, al 44 208 687 9620. En Portugal, al 351 212 946 017. En Francia, al 33 3 81 63 42 00. En Alemania, al +43 662 88 92130. En Medio Oriente y África, al 971-4-310850. En otras áreas, consulte al vendedor local de Timex o al distribuidor de Timex.

**GARANTÍA INTERNACIONAL DE TIMEX (EE.UU. - GARANTÍA LIMITADA)** Timex Corporation garantiza su producto TIMEX® contra defectos de fabricación por un periodo de UN AÑO a partir de la fecha de compra original. Timex y sus afiliados de todo el mundo cumplirán con esta Garantía Internacional. Recuerde que Timex, a su entera discreción, podrá reparar su reloj mediante la instalación de componentes nuevos o totalmente reacondicionados e inspeccionados, o bien reemplazarlo con un modelo idéntico o similar. **IMPORTANTE - ESTA GARANTÍA NO CUBRE DEFECTOS O DAÑOS A SU PRODUCTO:** 1) después de que vence el plazo de la garantía; 2) si el producto inicialmente no se compró a un distribuidor autorizado de Timex; 3) si las reparaciones efectuadas no las hizo Timex; 4) si son consecuencia de accidentes, manipulación no autorizada o abuso; y 5) si son en el lente o cristal, pulsera, funda del reloj o transmisor, accesorios o pila. Timex podría cobrarle por el reemplazo de cualquiera de estas piezas.

ESTA GARANTÍA Y LOS REMEDIOS QUE ELLA CONTIENE SON EXCLUSIVOS Y REEMPLAZAN A CUALQUIER OTRA GARANTÍA, EXPRESA O IMPLÍCITA, INCLUSO LA GARANTÍA IMPLÍCITA DE COMERCIABILIDAD O ADECUACIÓN PARA UN FIN PARTICULAR. TIMEX NO SE RESPONSABILIZA DE NINGÚN DAÑO ESPECIAL, INCIDENTAL O INDIRECTO. Algunos países y estados no permiten limitaciones en las garantías implícitas y no permiten exclusiones o limitaciones a los daños, por lo cual dichas limitaciones podrían no aplicarse al caso suyo. Esta garantía le concede derechos legales específicos; usted también podría estar amparado por otros derechos, que varían según el país y el estado donde viva.



## GUÍA RÁPIDA DE USO

Nuestras sinceras felicitaciones por comprar el reloj Timex® Ironman® Data Link® USB.

- Es un reloj deportivo Ironman con multitud de funciones.
- Es un PDA ideal en su muñeca.

Esta guía fácil le ayudará a comprender rápidamente cómo usar el reloj Timex Ironman Data Link USB y el software que lo acompaña.

Las instrucciones completas de uso están en el software, en la parte de Ayuda. Cuando instala el software de Timex Data Link USB, en su computadora se cargan automáticamente versiones que se pueden imprimir.

## QUÉ NECESITA

Si bien no se necesita una computadora para usar la mayoría de las funciones del reloj, el software permite programar el reloj más fácilmente y también manejar poderosas funciones (citas, contactos, etc.).

Para poder usar todas las funciones del reloj, necesita:

- El CD-ROM con el software Timex Data Link® USB.
- El cable USB.
- Una computadora con la siguiente configuración:
  - Sistema operativo Microsoft® Windows® 98 2a. Ed., 2000 (con Service Pack 1 o posterior), ME, XP o posterior
  - 30 MB de espacio libre en el disco
  - Conector USB

El mini CD-ROM funciona en cualquier unidad de CD-ROM estándar; colóque el CD-ROM en el centro de la bandeja. Visite [www.timex.com](http://www.timex.com) para descargar el software si se presentara cualquier problema.

\*IRONMAN es una marca comercial registrada de World Triathlon Corporation. TIMEX, DATA LINK y NIGHT-MODE son marcas comerciales registradas de Timex Corporation. Microsoft, Windows y Outlook son marcas comerciales registradas de Microsoft Corporation en EE.UU. y en otros países. INDIGLO es una marca comercial registrada de Indiglo Corporation en EE.UU. y en otros países.

## INSTALACIÓN DEL SOFTWARE

Para instalar el software, cargue el CD-ROM en la computadora y automáticamente aparecerá un menú (de lo contrario, ejecute INTRO.EXE). Seleccione "Instalar Timex Data Link USB". Si desea mantener un registro de sus entrenamientos en la computadora, seleccione "Instalar Timex Trainer".

## USO DEL SOFTWARE

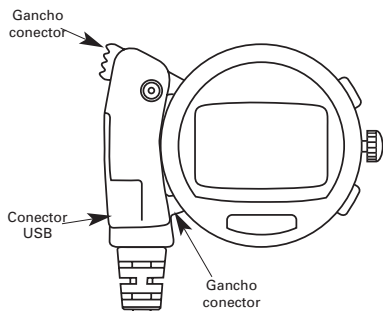
Al instalar el software aparece un símbolo de un reloj en la esquina inferior derecha de la pantalla. Para abrir el programa, haga clic dos veces en el símbolo o simplemente conecte el reloj y el programa se abrirá automáticamente.



## CONEXIÓN DEL RELOJ

Conecte el cable USB al reloj del siguiente modo:

1. Inserte el extremo rectangular del cable USB en un conector USB de la computadora.
2. Conecte la parte inferior del conector del otro extremo del cable al lado izquierdo del reloj, debajo de los contactos.
3. Mueva la palanca del conector hacia abajo y enganche el extremo superior del conector al reloj.
4. El software leerá automáticamente los datos del reloj.



Seleccione los modos que desea activos en el reloj y quite la marca del resto.

Haga doble clic en el modo para cambiar sus datos.

Cambiar modo hacia arriba o abajo (lo verá en el reloj).

Agregado de modo. Puede tener múltiples versiones de un modo (p.ej., dos modos "Contacto": uno comercial y otro personal).

Cambiar datos en el modo.

Actualización de datos importados (ver Ayuda en Software).

Cantidad de entradas de datos a enviar.

Indica cuánta memoria usarán los datos que desea enviar. Si fuera más de 100%, envíe menos datos.

Haga clic aquí para enviar datos de la computadora al reloj.

Haga doble clic en una entrada para modificarla.

Grupo de intervalos	Evento	Acción al terminar
Intervalos consecutivos	Intervalos consecutivos	Para

Mensaje	Tiempo	Aviso a mitad de tiempo
WARM UP	00:05:00	No
E-WROUSE	00:20:00	No
COOLDOWN	00:05:00	No
STRETCH	00:05:00	No
PULSE	00:00:10	No

## INGRESO DE INFORMACIÓN

Agregue contactos, citas, alarmas y otros datos de tres formas distintas:

1. Ingrese información directamente en el software de Timex.
2. Importe mensajes y colaboración cliente de Microsoft® Outlook®.
3. Importe de un archivo .csv (es una opción "Guardar como" en aplicaciones de planilla de datos).

Con el software también puede programar el cronómetro y contadores. Vea instrucciones detalladas en Ayuda.

## ENVÍO AL RELOJ

Haga clic en el botón SEND para transferir la información al reloj.

## PILA

Se calcula que la vida útil de la pila instalada en fábrica es de unos 2 años, pero ese lapso varía dependiendo del uso. Cuando la pila tiene poca carga, aparece el mensaje LO BATT en lugar de la fecha al comienzo de cada día. El recordatorio desaparece cuando cambia de pantalla. Reemplace la pila tan pronto como le sea posible. Si bien el reloj seguirá funcionando, una pila con poca carga puede causar problemas de comunicación.

Para evitar daños permanentes al reloj, Timex recomienda que la pila sea reemplazada por un joyero.

## ASISTENCIA TÉCNICA

Si tuviera dudas acerca del funcionamiento del reloj o del software, refiérase a "Ayuda". Si eso no resolviera su problema, vea la página web de Timex o llámenos por teléfono:

- Página web: <http://www.timex.com>
- Asistencia técnica en EE.UU. y Canadá: 1-800-328-2677
- Asistencia técnica desde fuera de EE.UU. y Canadá: 1-501-370-5775

## RESISTENCIA AL AGUA

Este reloj resiste al agua hasta el límite marcado en el reloj. Si resiste 100 m, soporta una presión de 172 p.s.i. (inmersión a 330 pies, equivalente a 100 metros debajo del mar). Si resiste 50 m, soporta una presión de 86 p.s.i. (inmersión a 165 pies, equivalente a 50 metros debajo del mar).

No oprima los botones mientras esté sumergido, pues el reloj *no* mantendrá su resistencia al agua en esas condiciones.

## IMPORTANTE

El reloj Timex Ironman Data Link USB no es un dispositivo médico. No lo use para diagnóstico, tratamiento ni prevención de enfermedades o trastornos de la salud. Para tales fines, recurra a otros métodos.

## CUMPLIMIENTO

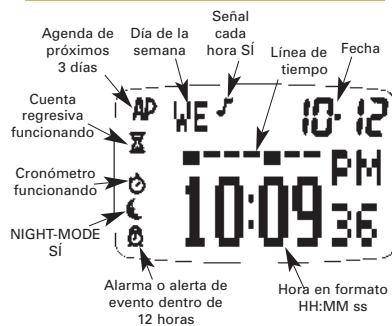
**Aviso de FCC:** cumple con las normas de FCC para USO EN EL HOGAR O LA OFICINA.



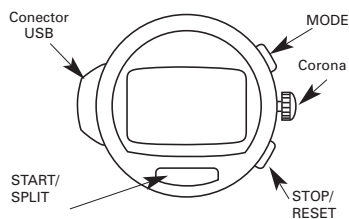
Este reloj cumple con la Sección 15 de las Reglas de FCC. Su funcionamiento está sujeto a las siguientes dos condiciones: (1) no provocará interferencias nocivas, y (2) aceptará todas las interferencias que reciba, incluso interferencias que pudieran causar un funcionamiento no deseado. **Precaución:** los cambios y modificaciones no expresamente aprobados por Timex Corporation podrían anular el derecho del usuario a operar este reloj.

**Aviso de la industria canadiense:** este aparato digital Clase B cumple con la norma ICES-003 canadiense. Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

## PANTALLA DEL RELOJ



## CONTROLES DEL RELOJ



### Botón MODE

Oprima el botón MODE para recorrer los distintos modos del reloj.

### Corona

Desplazamiento - En cualquier modo (que no sea la Hora del día), gire la Corona para desplazarse por las entradas.

### Luz nocturna INDIGLO® -

Tecnología electroluminiscente usada en la luz nocturna INDIGLO, ilumina la cara del reloj en la noche y cuando hay poca luz. Oprima la corona y mantenga oprimida por 4 segundos para activar la función NIGHT-MODE® por 8 horas (ver Opciones).

**Programación** - Tire hacia afuera de la Corona y girela para cambiar el valor intermitente. Oprima el botón MODE para avanzar al próximo u oprima STOP/RESET para regresar al previo. Para guardar los cambios y regresar a la pantalla normal, pulse la Corona hacia adentro.

## DEMO

Su reloj puede estar previamente cargado con una versión demostrativa (Demo). Puede salir del modo demo oprimiendo el botón MODE. Demo se desactiva cuando programe la fecha o envíe datos al reloj.

## HORA

### Programación

Tire hacia afuera de la Corona y gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima MODE para programar la hora y su formato, la fecha y su formato, el año, el día de la semana o el número de la semana y la zona horaria. Para conservar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

### Zona horaria

Oprima y mantenga oprimido STOP/RESET para ver la segunda zona horaria; oprima dos veces y mantenga oprimido para ver la tercera zona horaria. Mantenga oprimido para cambiar a la zona horaria que se muestra.

### Próxima cita/ocasión

Oprima y mantenga oprimido START/SPLIT para ver la próxima cita; oprima dos veces y mantenga oprimido para ver la próxima ocasión.

### Sugerencia

- Use el software para programar el reloj; es mucho más fácil que usar los botones.

## CRONÓMETRO

Tome el tiempo de un evento y registre el tiempo de la vuelta o segmento para revisarlo durante el evento o después.

### Operación

Para <b>iniciar</b> el cronómetro	Oprima START/SPLIT
Para <b>cronometrar un intervalo</b>	Oprima START/SPLIT
Para <b>parar</b> el cronómetro	Oprima STOP/RESET
Para <b>reiniciar</b> el cronómetro o	Oprima START/SPLIT
Para <b>borrar</b> el ejercicio o	Oprima y mantenga oprimido STOP/RESET
Para <b>guardar</b> el ejercicio	Gire la Corona un clic
Para <b>ver</b> un ejercicio guardado cuando se lleva el cronómetro a cero y luego	Gire la Corona para desplazarse por las entradas
Para <b>ver</b> tiempos de vuelta o intervalo o	Tire hacia afuera de la Corona y gírela
Para <b>borrar</b> un ejercicio	Mantenga oprimido STOP/RESET

### Sugerencias

- Puede ver los tiempos de vueltas o intervalos mientras funciona el cronómetro o después de detenerlo
- Cuando mide un intervalo, la pantalla queda pasiva por 10 segundos para luego retomar en la siguiente vuelta. Oprima MODE para mostrar inmediatamente la próxima vuelta.
- Cuando regresa el cronómetro a cero, puede cambiar el formato de la pantalla. Tire hacia afuera de la Corona y gírela para seleccionar las posiciones de los tiempo de vuelta e intervalo o la hora del día.

## CONTADOR REGRESIVO

El contador regresivo cuenta hacia atrás, hasta cero, desde la hora que usted indique. Con el reloj puede programar varias cuentas regresivas

### Operación

Para <b>ver</b> los contadores	Gire la Corona
Para <b>iniciar</b> el contador	Oprima START/SPLIT
Para <b>parar</b> el contador	Oprima STOP/RESET
Para <b>retomar</b> la cuenta regresiva	Oprima START/SPLIT
Para <b>reiniciar</b> el contador	Mantenga oprimido STOP/RESET

Cuando finalice la cuenta regresiva se emitirá una señal sonora de aviso que continuará hasta que se oprima cualquier botón o la Corona.

### Programación

Gire la Corona hasta ver un contador; tire hacia afuera de la Corona. Gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima MODE para programar horas, minutos, segundos y la acción al final: STOP (parar), REPEAT (repetir), o (iniciar) CHRONO. Para guardar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

### Sugerencia

- Active el recordatorio de mitad de tiempo; oprima STOP/RESET antes de iniciar el contador.

## INTERVALOS CONSECUTIVOS

Es una secuencia de contadores regresivos vinculados. Cuando termina el intervalo de un contador regresivo, se emite una señal y comienza el próximo intervalo. El funcionamiento y la programación son similares al de contador regresivo.

### Sugerencia

- Después de programar un intervalo, oprima START/SPLIT para pasar al próximo intervalo.

## ALARMA

Programación de una o más alarmas.

### Operación

Para <b>ver</b> la lista de alarmas	Gire la Corona
Para <b>activar</b> o <b>desactivar</b> una alarma	Oprima START/SPLIT
Para <b>borrar</b> una alarma	Mantenga oprimido STOP/RESET

Cuando suena una alarma, oprima cualquier botón para silenciarla. Si no lo hace, el aviso se repetirá una vez en 5 minutos.

### Programación

Para programar una alarma, gire la Corona para ver una alarma ya existente o sin usar y tire hacia afuera de la Corona. Gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima MODE para programar la hora, día o días activos y el mensaje. Para guardar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

### Sugerencias

- Cuando programe la hora de una alarma, oprima START/SPLIT para cambiar entre incrementos de 5 minutos y 1 minuto.
- El símbolo de la alarma aparece sólo cuando ésta va a sonar dentro de las próximas 12 horas.

## AGENDA

Esta función le informa de sus citas.

### Operación

Para <b>ver</b> citas	Gire la Corona
Para <b>activar</b> o <b>desactivar</b> una cita	Oprima START/SPLIT
Para <b>borrar</b> una cita	Mantenga oprimido STOP/RESET

Cuando oiga la alerta, oprima cualquier botón para silenciarla. Si no lo hace, el aviso se repetirá una vez en 5 minutos.

### Programación

Para programar una cita, gire la Corona para ver una cita ya existente o sin usar; tire hacia fuera de la Corona y gírela para cambiar el valor intermitente. Oprima MODE para programar el tiempo, frecuencia, hora de alerta y mensaje. Para guardar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

### Sugerencia

- Aparecerá el símbolo AP para avisarle que tiene una cita dentro de los próximos 3 días.

## OPCIONES

Acceso a tres opciones. Gire la Corona para seleccionar una de ellas

### Función NIGHT-MODE®

Cuando se activa esta función, se enciende la luz nocturna INDIGLO® cada vez que se oprime cualquier botón. Esta función puede activarse (ON), desactivarse (OFF) o dejarse en automático (AUTO). Si se activa, funciona por 8 horas. La opción AUTO activa la luz entre las horas que usted seleccione.

Para <b>cambiar</b> a SÍ, NO o AUTO	Oprima START/SPLIT o STOP/RESET
Para <b>elegir</b> la hora de activación y desactivación.	Tire hacia afuera de la Corona, gírela y oprima MODE

### Señal sonora cada hora

Cuando se activa esta función, se escucha una señal cada hora. Esta función puede activarse (OFF), desactivarse (ON) o dejarse en automático (AUTO). Cuando se activa, se escucha una señal cada hora. La opción AUTO activa esta función entre las horas que usted seleccione.

Para <b>cambiar</b> a SÍ, NO o AUTO	Oprima START/SPLIT o STOP/RESET
Para <b>elegir</b> la hora de activación y desactivación	Tire hacia afuera de la Corona, gírela y oprima MODE

### Sonido al pulsar botones

Cuando se activa esta función, el reloj emite un sonido cada vez que se oprime un botón.

Para <b>cambiar</b> entre SÍ y NO	Oprima START/SPLIT o STOP/RESET
-----------------------------------	---------------------------------

## OTROS MODOS

Use el software para descargar otros modos en el reloj. Refiérase a Ayuda del software.

## NOTA

Ingreso y recuperación de mensajes cortos.

### Operación

Para <b>ver</b> las notas	Gire la Corona
Para <b>borrar</b> una nota	Mantenga oprimido STOP/RESET

### Programación

Para modificar o crear una nota, gire la Corona para ver una nota ya existente o sin usar y tire hacia afuera de la Corona. Gírela para cambiar la letra indicada por el cursor. Oprima MODE para pasar a la próxima posición. Para guardar los cambios, pulse la Corona hacia adentro.

## GARANTÍA

Para solicitar servicio de reparación, envíe el reloj a Timex, a uno de sus afiliados o al distribuidor de Timex donde lo compró, junto con el cupón original (complete los datos) para reparación del producto. Sólo en EE.UU. y Canadá, el cupón original (complete los datos) para reparación del producto o una declaración por escrito con su nombre, dirección, teléfono, fecha y lugar de compra. Para cubrir gastos de manejo y envío, incluya (no es el costo de la reparación) lo siguiente: en EE.UU., un cheque o giro postal ("money order") por US\$ 7.00; en Canadá, un cheque o giro postal por CAN\$6.00; en Reino Unido, un cheque o giro postal por UKE 2.50. En otros países, Timex le cobrará por gastos de manejo y envío. JAMÁS INCLUYA PULSERAS ESPECIALES PARA RELOJ NI NINGUN OTRO ARTÍCULO DE VALOR PERSONAL EN SU ENVÍO.

Si desea más información sobre la garantía, en EE.UU. llame al 1-800-448-4639. En Canadá, al 1-800-263-0981. En Brasil, al 0800-168787. En México, al 91-800-01-060. En América Central, el Caribe, Bermudas y Bahamas, al (501) 370-5775 (EE.UU.). En Asia, al 852-2815-0091. En el Reino Unido, al 44 208 687 9620. En Portugal, al 351 212 946 017. En Francia, al 33 3 81 63 42 00. En Alemania, al +43 662 88 92130. En Medio Oriente y África, al 971-4-310850. En otras áreas, consulte al vendedor local de Timex o al distribuidor de Timex.

**GARANTÍA INTERNACIONAL DE TIMEX (EE.UU. - GARANTÍA LIMITADA)** Timex Corporation garantiza su producto TIMEX® contra defectos de fabricación por un periodo de UN AÑO a partir de la fecha de compra original. Timex y sus afiliados de todo el mundo cumplirán con esta Garantía Internacional. Recuerde que Timex, a su entera discreción, podrá reparar su reloj mediante la instalación de componentes nuevos o totalmente reacondicionados e inspeccionados, o bien reemplazarlo con un modelo idéntico o similar. **IMPORTANTE - ESTA GARANTÍA NO CUBRE DEFECTOS O DAÑOS A SU PRODUCTO:** 1) después de que vence el plazo de la garantía; 2) si el producto inicialmente no se compró a un distribuidor autorizado de Timex; 3) si las reparaciones efectuadas no las hizo Timex; 4) si son consecuencia de accidentes, manipulación no autorizada o abuso; y 5) si son en el lente o cristal, pulsera, funda del reloj o transmisor, accesorios o pila. Timex podría cobrarle por el reemplazo de cualquiera de estas piezas.

ESTA GARANTÍA Y LOS REMEDIOS QUE ELLA CONTIENE SON EXCLUSIVOS Y REEMPLAZAN A CUALQUIER OTRA GARANTÍA, EXPRESA O IMPLÍCITA, INCLUSO LA GARANTÍA IMPLÍCITA DE COMERCIABILIDAD O ADECUACIÓN PARA UN FIN PARTICULAR. TIMEX NO SE RESPONSABILIZA DE NINGÚN DAÑO ESPECIAL, INCIDENTAL O INDIRECTO. Algunos países y estados no permiten limitaciones en las garantías implícitas y no permiten exclusiones o limitaciones a los daños, por lo cual dichas limitaciones podrían no aplicarse al caso suyo. Esta garantía le concede derechos legales específicos; usted también podría estar amparado por otros derechos, que varían según el país y el estado donde viva.