

**TIMEX**  
www.timex.com  
W-213 157-095000 NA



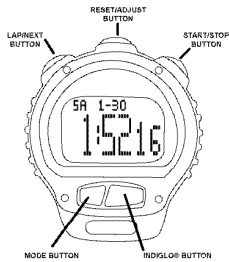
**THANK YOU FOR PURCHASING YOUR TIMEX® STOPWATCH.**

Please read instructions carefully to understand how to operate your Timex® stopwatch.

#### FEATURES AND BASIC OPERATION

- Time of day with 12- or 24-hour format
- Day and date
- 2nd time zone
- Optional hourly chime
- 24-hour chronograph with memory for 50 laps in multiple runs
- Chronograph recall with date stamp, best lap, and average lap time for each run
- Optional 10-second auto-start for chronograph
- Speed calculation
- 24-hour countdown timer (count down and count up or repeat)
- Pacer
- 7 weekly alarms and one daily alarm
- INDIGLO® night-light with NIGHT-MODE® feature

Press MODE repeatedly to step through modes: Time, Chrono, Speed, Recall, Timer, Pacer, Weekly Alarm, and Daily Alarm. Unit displays mode name for 2 seconds before switching to mode shown.



#### ACTIVATION

Unit is shipped in "OFF" mode to preserve battery life. To activate unit, press and hold all five buttons simultaneously until STOP indicator disappears, about 4 seconds. When buttons are released, unit is ready for use.

#### TIME

Time mode provides time and date like a digital watch. Press MODE repeatedly until TIME appears. To set time and date:

- 1) Press and hold RESET/ADJUST. Seconds flash. Press START/STOP to round time up or down to nearest minute, setting seconds to zero.
- 2) Press MODE. Minutes flash. Press START/STOP to change minutes; hold button to scan values.
- 3) Press MODE. Hour flashes. Press START/STOP to change hour (including AM/PM).
- 4) Press MODE. Day flashes. Press START/STOP to change day.
- 5) Press MODE. Month flashes. Press START/STOP to change month.
- 6) Press MODE. Year flashes. Press START/STOP to change year.
- 7) Press MODE. Time format flashes. Press START/STOP to select 12- or 24-hour time format (selected format will be used in all modes). 12-hour format has AM/PM.
- 8) Press RESET/ADJUST, at any step, when done setting.

Press and hold LAP/NEXT to see TIME 2, a 2nd time zone. "TIME 2" appears on display. Continue holding button to switch time and date to TIME 2. After switching, set TIME 2 using procedure above. Press and hold LAP/NEXT to see or switch back to home time from TIME 2.

Press START/STOP to turn hourly chime on/off. When on, bell icon appears and unit chimes on every hour.

#### CHRONOGRAPH

This mode provides a chronograph (stopwatch) function. This mode is only available when Speed mode is not in use. Press MODE repeatedly until CHRONO appears.

To start, press START/STOP. Chrono counts up by hundredths of a second. Hours are shown in upper right part of display ("00H" initially).

To stop, press START/STOP. To resume, press START/STOP again.

While chrono is running, press LAP/NEXT to take a lap/split. Lap time is displayed with lap number for 9 seconds, while chrono continues to run.

At end of run, press START/STOP. Last lap time is displayed for 9 seconds followed by total time. Press LAP/NEXT or RESET/ADJUST to immediately display total time.

Once chrono is stopped and total time is displayed, to store run and go to next (new) run, press and hold LAP/NEXT, or to reset chrono (clear last run), press and hold RESET/ADJUST. Run number is shown in upper right part of display. Stored runs may be recalled in Recall mode, described below.

Auto-Start - Chrono may be started automatically after a 10-second countdown. When chrono is reset (zero), press RESET/ADJUST to turn auto-start feature on/off. "AUTO" appears at bottom of display when feature is on. Press START/STOP to begin countdown. Unit beeps once every second followed by one long beep when chrono is started.

Chrono continues to run if you exit mode.

#### NOTES:

- To see amount of remaining memory, when chrono is reset (zero), press and hold LAP/NEXT.
- Chrono counts up to 24 hours and starts over at zero.

#### SPEED

Speed mode calculates speed of individual laps. This mode is only available when chrono is reset (zero). Press MODE repeatedly until SPEED appears.

To use Speed mode, you must set lap distance:

- 1) Press and hold RESET/ADJUST. 1/100 mile digit flashes. Press START/STOP to change value; hold button to scan values.
- 2) Press MODE. 1/10 mile digit flashes. Press START/STOP to change value.
- 3) Use MODE and START/STOP as above to set other digits.
- 4) Press RESET/ADJUST, at any step, when done setting.

Mode operates like Chrono mode, except speed is displayed briefly when timing is stopped or lap/split is taken. When run is stored, speed data is included. See RECALL section.

#### RECALL

Recall mode allows you to view data of stored runs from Chrono or Speed mode. This mode is only available when stopwatch is not running. Press MODE repeatedly until RECALL appears.

Upon mode entry, amount of remaining memory is displayed.

If no data is stored, "NO DATA" is displayed. Otherwise, last run is displayed. Run number and date of run are shown.

To select another run to recall, press LAP/NEXT. This may be done at any point in recall sequence.

To recall run, press START/STOP repeatedly to step through data: run date, lap distance (if run was done in Speed mode), lap times, total time, best lap time, and average lap time. If run was done in Speed mode, speed is shown alternating with the lap times.

To delete run from memory, press and hold RESET/ADJUST. To clear all of memory, continue holding RESET/ADJUST.

#### TIMER

Timer mode provides a countdown timer with alert. Press MODE repeatedly until TIMER appears.

To set countdown time:

- 1) Press and hold RESET/ADJUST. Seconds flash. Press START/STOP to change seconds; hold button to scan values.
- 2) Press MODE. Minutes flash. Press START/STOP to change minutes.
- 3) Press MODE. Hours flash. Press START/STOP to change hours.
- 4) Press LAP/NEXT, at any step, to select action at end of countdown, repeat or count up .
- 5) Press RESET/ADJUST, at any step, when done setting.

To start timer, press START/STOP.

To pause countdown, press START/STOP. To resume countdown, press START/STOP, or to reset countdown, press LAP/NEXT when timer is stopped.

Watch beeps when countdown ends (timer reaches zero). Press any button to silence. If no button is pressed, alert will sound for 20 seconds. If timer was set to repeat, timer repeats countdown indefinitely. Otherwise, it begins counting up.

Timer continues to run if you exit mode.

**TIMEX**  
www.timex.com  
W-213 157-095000 NA



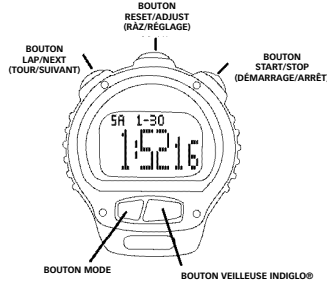
**MERCI D'AVOIR ACHETÉ VOTRE MONTRE-CHRONOMÈTRE TIMEX®.**

Lire les instructions attentivement pour bien comprendre le fonctionnement de votre montre-chronomètre Timex®.

#### FONCTIONS ET OPÉRATIONS DE BASE

- L'heure, avec format 12 ou 24 heures
- Jour et date
- Deuxième fuseau horaire
- Carillon horaire facultatif
- 24 heures de chronométrage avec mémorisation de 50 tours de plusieurs courses
- Rappel des données du chronomètre avec impression de la date, meilleur temps au tour, et temps au tour moyen pour chaque course
- Démarrage auto facultatif 10 secondes pour chronomètre
- Calcul de vitesse
- Minuterie 24 heures (compter vers le bas et vers le haut ou répétition)
- Fonction allure
- 7 alarmes hebdomadaires et une alarme quotidienne
- Veilleuse INDIGLO® avec fonction NIGHT-MODE®

Appuyer sur le bouton MODE plusieurs fois pour passer d'un mode à l'autre : Heure, Chronomètre, Vitesse, Rappel, Minuterie, Fonction Allure, Alarme Hebdomadaire, et Alarme Quotidienne. La montre affiche le nom du mode pendant 2 secondes avant de passer au mode affiché.



#### ACTIVATION

La montre est envoyée en mode « OFF » (arrêt) pour préserver la durée de vie de la pile. Pour activer la montre, appuyer et tenir tous les 5 boutons simultanément jusqu'à ce que l'indicateur STOP disparaisse, environ 4 secondes. Quand les boutons sont relâchés, la montre est prête à fonctionner.

#### HEURE

Dans le mode Heure, l'heure et la date sont indiquées comme sur une montre à affichage numérique. Appuyer sur MODE plusieurs fois jusqu'à afficher TIME.

Réglage de l'heure et de la date :

- 1) Appuyer et tenir enfoncé RESET/ADJUST. Les secondes clignotent. Appuyer sur START/STOP pour arrondir à la minute supérieure ou inférieure, ce qui remet les secondes à zéro.
- 2) Appuyer sur MODE. Les minutes clignotent. Appuyer sur START/STOP pour changer les minutes; tenir le bouton enfoncé pour faire défiler les valeurs.
- 3) Appuyer sur MODE. L'heure clignote. Appuyer sur START/STOP pour changer l'heure (y compris AM (matin)/PM (après-midi)).
- 4) Appuyer sur MODE. Le jour clignote. Appuyer sur START/STOP pour changer le jour.
- 5) Appuyer sur MODE. Le mois clignote. Appuyer sur START/STOP pour changer le mois.
- 6) Appuyer sur MODE. L'année clignote. Appuyer sur START/STOP pour changer l'année.
- 7) Appuyer sur MODE. Le format de l'heure clignote. Appuyer sur START/STOP pour sélectionner avec format 12 ou 24 heures (le format sélectionné sera utilisé dans tous les modes). Le format 12 heures affiche AM (matin)/PM (après-midi).
- 8) Appuyer sur RESET/ADJUST à n'importe quelle étape, quand le réglage est terminé.

Appuyer et tenir enfoncé LAP/NEXT pour voir TIME 2, un deuxième fuseau horaire. « TIME 2 » s'affiche. Continuer à tenir le bouton enfoncé pour régler l'heure et la date dans le deuxième fuseau horaire. Après être passé dans le deuxième fuseau horaire, régler TIME 2 en suivant la procédure ci-dessus. Appuyer et tenir enfoncé LAP/NEXT pour voir ou retourner au premier fuseau horaire.

Appuyer sur START/STOP pour activer ou désactiver le carillon horaire. Quand le carillon horaire est activé, l'icône d'une cloche apparaît et la montre sonne toutes les heures.

#### CHRONOMÈTRE

Ce mode correspond à une fonction chronomètre (stopwatch). Ce mode est disponible seulement quand le mode Vitesse n'est pas activé. Appuyer sur MODE plusieurs fois jusqu'à afficher CHRONO.

Pour démarrer appuyer sur START/STOP. Le chronomètre compte par centièmes de seconde. Les heures sont affichées en haut à droite. (« 00H » au départ).

Pour arrêter, appuyer sur START/STOP. Pour redémarrer appuyer de nouveau sur START/STOP.

Lorsque le chronomètre est en marche, appuyer sur LAP/NEXT pour enregistrer un temps au tour/intermédiaire. Le temps au tour est affiché avec le numéro du tour pendant 9 secondes, pendant le chronomètre continue à fonctionner.

À la fin de la course, appuyer sur START/STOP. Le dernier temps au tour est affiché pendant 9 secondes suivi par la durée totale. Appuyer sur LAP/NEXT ou RESET/ADJUST pour afficher immédiatement la durée totale.

Une fois le chrono arrêté et la durée totale affichée, pour enregistrer la course et passer à la suivante, appuyer et tenir enfoncé LAP/NEXT, ou remettre le chrono à zéro (effacer la dernière course), appuyer et tenir enfoncé RESET/ADJUST. Le numéro de la course est affiché en haut à droite. Les courses enregistrées peuvent être récupérées dans le mode Rappel, décrit ci-dessous.

Démarrage auto - Le chrono peut être démarré automatiquement après un compte à rebours de 10 secondes. Lorsque le chrono est remis à zéro, appuyer sur RESET/ADJUST pour activer ou désactiver la fonction démarrage automatique. « AUTO » s'affiche en bas lorsque cette fonction est activée. Appuyez sur START/STOP pour démarrer le compte à rebours. La montre sonne toutes les secondes suivi par un long bip sonore lorsque le chrono est démarré.

Le chronomètre reste en marche lorsque vous quittez un mode.

#### REMARQUES :

- Pour voir la quantité de mémoire encore disponible, lorsque le chrono est remis à zéro, appuyer et tenir enfoncé LAP/NEXT.
- Le chrono compte jusqu'à 24 heures et redémarre à zéro.

#### VITESSE

Le mode Vitesse calcule la vitesse des tours individuels. Ce mode est uniquement disponible lorsque le chrono est remis à zéro. Appuyer sur MODE plusieurs fois jusqu'à afficher VITESSE.

Pour utiliser le mode Vitesse, vous devez régler la distance du tour :

- 1) Appuyer et tenir enfoncé RESET/ADJUST. Le chiffre des centièmes de mille clignote. Appuyer sur START/STOP pour changer la valeur; tenir le bouton enfoncé pour faire défiler les valeurs.
- 2) Appuyer sur MODE. Le chiffre des dixièmes de mille clignote. Appuyer sur START/STOP pour changer la valeur.
- 3) Utiliser MODE et START/STOP comme ci-dessus pour régler les autres chiffres.
- 4) Appuyer sur RESET/ADJUST à n'importe quelle étape, quand le réglage est terminé.

Le mode fonctionne comme le mode Chrono, à l'exception du fait que la vitesse est affichée brièvement lorsque le chronométrage est arrêté ou lorsqu'un temps au tour/intermédiaire est enregistré. Quand la course est enregistrée, les données de vitesse sont incluses. Voir la section RAPPEL.

#### RAPPEL

Le mode Rappel vous permet de visualiser les données des courses enregistrées à partir du mode Chrono ou Vitesse. Ce mode est uniquement disponible lorsque le chrono n'est pas en marche. Appuyer sur MODE plusieurs fois jusqu'à afficher RAPPEL.

Dès que le mode est activé, la quantité de mémoire disponible est affichée.

Si aucune donnée n'a été enregistrée, « NO DATA » s'affiche. Sinon, la dernière course s'affiche. Le numéro et la date de la course sont affichés.

Pour rappeler une autre course, appuyer sur LAP/NEXT. Ceci peut se faire à n'importe quel moment dans la séquence de rappel.

Pour rappeler une course, appuyer sur START/STOP plusieurs fois pour passer d'une donnée à l'autre : la date de la course, la distance du tour (si la course a été faite dans le mode Vitesse), les temps au tour, la durée totale, le meilleur temps au tour, et le temps au tour moyen. Si la course a été faite dans le mode Vitesse, la vitesse est affichée en alternance avec les temps au tour.

Pour effacer une course de la mémoire, appuyer et tenir enfoncé RESET/ADJUST. Pour vider complètement la mémoire, continuer à tenir enfoncé RESET/ADJUST.

**TIMEX**  
www.timex.com  
W-213 157-095000 NA



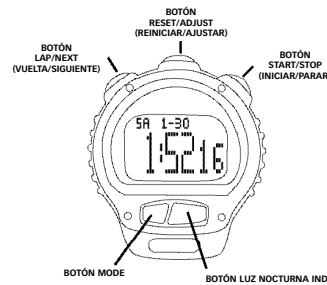
**GRACIAS POR LA COMPRA DE SU CRONÓMETRO TIMEX®.**

Por favor lea atentamente las instrucciones para saber cómo funciona su cronómetro Timex®.

#### CARACTERÍSTICAS Y OPERACIÓN BÁSICA

- Hora con formato de 12 o 24 horas
- Día y fecha
- 2a zona horaria
- Timbre a cada hora opcional
- Cronógrafo de 24 horas con memoria para 50 vueltas en carreras múltiples
- El cronógrafo registra con fecha incorporada, la mejor vuelta, y tiempo promedio de vuelta para cada carrera
- Auto-inicio opcional de 10 segundos para el cronógrafo
- Cálculo de velocidad
- Temporizador de conteo regresivo de 24 horas (cuenta regresiva y progresiva o repetir)
- Marcadore de paso
- 7 alarmas semanales y una alarma diaria
- Luz nocturna INDIGLO® con NIGHT-MODE®

Pulse MODE varias veces para pasar a través de los modos: Time (hora), Chrono (cronógrafo), Speed (velocidad), Recall (revisar), Timer (temporizador), Pacer (marcador de paso), Weekly Alarm (alarma semanal) y Daily Alarm (alarma diaria). La unidad presenta el nombre del modo por 2 segundos antes de cambiar al modo siguiente.



#### ACTIVACIÓN

La unidad se entrega "OFF" (apagada) para preservar la duración de la pila. Para activar la unidad, pulse y sostenga todos los cinco botones simultáneamente hasta que el indicador STOP (parar) desaparezca, aproximadamente por 4 segundos. Cuando se sueltan los botones, la unidad está lista para ser usada.

#### HORA

El modo horario da la hora y fecha como un reloj digital. Pulse MODE varias veces hasta que aparezca TIME.

Para programar hora y fecha:

- 1) Pulse y sostenga RESET/ADJUST. Los segundos destellan. Pulse START/STOP para colocar la hora sobre el minuto más próximo arriba o abajo, ajustando los segundos a cero.
- 2) Pulse MODE. Los minutos destellan. Pulse START/STOP para cambiar los minutos; sostenga el botón para buscar los valores.
- 3) Pulse MODE. La hora destella. Pulse START/STOP para cambiar la hora (incluyendo AM/PM).
- 4) Pulse MODE. El día destella. Pulse START/STOP para cambiar el día.
- 5) Pulse MODE. El mes destella. Pulse START/STOP para cambiar el mes.
- 6) Pulse MODE. El año destella. Pulse START/STOP para cambiar el año.
- 7) Pulse MODE. El formato de hora destella. Pulse START/STOP para seleccionar el formato de 12 o 24 horas (el formato elegido se usará en todos los modos). El formato de 12 horas tiene AM/PM.
- 8) Pulse RESET/ADJUST en cualquier paso, cuando acabe el ajuste.

Pulse y sostenga LAP/NEXT para ver TIME 2, una segunda zona horaria. "TIME 2" aparece en pantalla. Continúe sosteniendo el botón para cambiar la hora y la fecha a TIME 2. Después de cambiar, ajuste Time 2 usando el procedimiento anterior. Pulse y sostenga LAP/NEXT para ver o regresar a la hora local desde TIME 2.

Pulse START/STOP para activar o desactivar el timbre a cada hora. Cuando está activado, el símbolo de la campana aparece y la unidad timbra a cada hora.

#### CRONÓGRAFO

Este modo permite una función de cronógrafo (cronómetro). Este modo está disponible sólo cuando no se utiliza el modo Speed. Pulse MODE varias veces hasta que aparezca CHRONO.

Para comenzar, pulse START/STOP. El cronógrafo cuenta hasta por centésimas de segundo. Las horas se muestran en pantalla a la derecha en la parte superior (inicialmente "00H").

Para detenerlo, pulse START/STOP. Para reanudarlo, pulse START/STOP de nuevo.

Con el cronógrafo en marcha, pulse LAP/NEXT para tomar un tiempo de vuelta/acumulativo. El tiempo de vuelta se presenta con el número de vuelta por 9 segundos, mientras el cronógrafo sigue en marcha.

Al final de la carrera, pulse START/STOP. El último tiempo de vuelta se presenta durante 9 segundos seguido por el tiempo total. Pulse LAP/NEXT o RESET/ADJUST para presentar inmediatamente el tiempo total.

Una vez se detenga el cronógrafo y el tiempo total esté en pantalla, para registrar la carrera e ir a la siguiente (nueva) carrera, pulse y sostenga LAP/NEXT, o para reiniciar el cronógrafo (borrar la última carrera), pulse y sostenga RESET/ADJUST. El número de la carrera aparece en pantalla a la derecha en la parte superior. Las carreras registradas pueden ser revisadas en el modo Recall, descrito más adelante.

Auto-inicio - El cronógrafo puede comenzar automáticamente luego de un conteo regresivo de 10 segundos. Cuando se reinicia el cronógrafo (desde cero), pulse RESET/ADJUST para activar/desactivar el auto-inicio. "AUTO" aparece abajo en la pantalla cuando esta función está activada. Pulse START/STOP para comenzar el conteo regresivo. La unidad suena a cada segundo seguido por un sonido largo cuando el cronógrafo es iniciado.

El cronógrafo sigue funcionando si usted sale del modo.

#### NOTAS:

- Para ver la cantidad de memoria restante, cuando se reinicia el cronógrafo (desde cero), pulse y sostenga LAP/NEXT.
- El cronógrafo cuenta hasta 24 horas y comienza de nuevo desde cero.

#### VELOCIDAD

El modo Speed calcula la velocidad de las vueltas individuales. Este modo sólo está disponible cuando se reinicia el cronógrafo (desde cero). Pulse MODE varias veces hasta que aparezca SPEED.

Para usar el modo Speed, usted debe ajustar la distancia de la vuelta:

- 1) Pulse y sostenga RESET/ADJUST. El dígito de centésimas (1/100) de milla destella. Pulse START/STOP para cambiar el valor; sostenga el botón para buscar los valores.
- 2) Pulse MODE. El dígito de décimas (1/10) de milla destella. Pulse START/STOP para cambiar el valor.
- 3) Use MODE y START/STOP como anteriormente para ajustar otros dígitos.
- 4) Pulse RESET/ADJUST en cualquier paso, cuando acabe el ajuste.

El modo funciona como el modo Chrono, con excepción de la velocidad que aparece brevemente en pantalla cuando se detiene el cronómetro o se toma un tiempo de vuelta/acumulativo. Al registrar la carrera, se incluye la información de velocidad. Ver la sección REVISAR.

#### REVISAR

El modo Recall (revisar) le permite revisar la información de carreras registradas desde el modo Chrono o Speed. Este modo sólo está disponible cuando el cronómetro no está funcionando. Pulse MODE varias veces hasta que aparezca RECALL.

Al ingresar el modo, la cantidad de memoria restante aparece en pantalla.

Si no existe información registrada, "NO DATA" aparece en pantalla. De otro modo, la última carrera aparece en pantalla. Se muestra el número de la carrera y fecha.

Para revisar otra carrera, pulse LAP/NEXT. Esto se puede hacer en cualquier momento de la secuencia de revisión.

Para revisar una carrera, pulse START/STOP varias veces para pasar a través de la información: fecha de la carrera, distancia de la vuelta (si la carrera se realizó en el modo Speed), tiempos de la vuelta, tiempo total, mejor tiempo de vuelta, y tiempo promedio de vuelta. Si la carrera se realizó en el modo Speed, la velocidad se presenta alternativamente con los tiempos de vuelta.

Para borrar la carrera de la memoria, pulse y sostenga RESET/ADJUST. Para borrar todo de la memoria, continúe sosteniendo RESET/ADJUST.

**PACER**

Pacer mode provides beeps to help you pace your run or other activity. Press MODE repeatedly until PACER appears.

Press LAP/NEXT to select number of beeps per minute (30 - 240).

Press START/STOP to start/stop pacer.

You may change number of beeps per minute while pacer is running by pressing LAP/NEXT.

If you exit mode, pacer stops automatically.


**WEEKLY ALARM**

Unit has 7 weekly alarms. Press MODE repeatedly until WEEKLY ALARM appears.

To set an alarm:

- 1) Press LAP/NEXT to select alarm to set AL-1 to AL-7.
- 2) Press and hold RESET/ADJUST. Day of week flashes. Press START/STOP to change day of week.
- 3) Press MODE. Minutes flash. Press START/STOP to change minutes; hold button to scan values.
- 4) Press MODE. Hour flashes. Press START/STOP to change hour (including AM/PM).
- 5) Press LAP/NEXT, at any step, to select whether alarm is referenced to home time or TIME 2.
- 6) Press RESET/ADJUST, at any step, when done setting.

Alarm is automatically turned on after setting (ON appears). To turn alarm on/off, press START/STOP.

Alarm icon  appears in Time mode when any alarm for the displayed time (home time or TIME 2) is on.

When alarm sounds, press any button to silence. If no button is pressed, alarm will sound for 20 seconds.

Alarm repeats weekly unless turned off.

**DAILY ALARM**

Unit has one daily alarm. Press MODE repeatedly until DAILY ALARM appears.

For operation, see WEEKLY ALARM section. Setting procedure is identical, except step 1 is skipped.


Alarm repeats daily unless turned off.

**INDIGLO® NIGHT-LIGHT WITH NIGHT-MODE® FEATURE**

Press INDIGLO® button to illuminate display for 3 seconds.

Electroluminescent technology used in the INDIGLO® night-light illuminates entire display at night and in low light conditions.

Press and hold INDIGLO® button for 4 seconds to activate NIGHT-MODE feature.

Light bulb icon  will appear. Feature causes any button press to activate INDIGLO® night-light for 3 seconds. NIGHT-MODE® feature may be deactivated by pressing and holding INDIGLO® button again for 3 seconds, or it automatically deactivates itself after 3 hours of inactivity.

**PRECAUTIONS**

Unit is designed and manufactured to give you years of service if handled properly. Do not subject unit to physical or mechanical shock or abuse, or extreme temperatures or humidity. Do not tamper with its electronic parts as they are not user-serviceable.

**WATER RESISTANCE**

If your watch is water-resistant, meter marking or  is indicated.

Water-Resistance Depth	p.s.i.a. * Water Pressure Below Surface
30m/98ft	60
50m/164ft	86
100m/328ft	160

\*pounds per square inch absolute

**WARNING: TO MAINTAIN WATER-RESISTANCE, DO NOT PRESS ANY BUTTONS UNDER WATER.**  
1. Watch is water-resistant only as long as lens, push buttons and case remain intact.  
2. Watch is not a diver watch and should not be used for diving.  
3. Rinse watch with fresh water after exposure to salt water.

**BATTERY**

Unit is powered by 2 lithium CR 2032 batteries, which should provide up to 2 years of life, depending upon use of INDIGLO® night-light and alarm. When display becomes dim or blank, replace batteries. Unscrew 6 small screws on case back and remove back. Loosen (do not remove) screws holding metal strips over batteries and remove batteries. Replace batteries with new ones and reverse process above.



**DO NOT DISPOSE OF BATTERY IN FIRE. DO NOT RECHARGE. KEEP LOOSE BATTERIES AWAY FROM CHILDREN.**

**WARNING:** Once case back is opened, it is not possible to maintain water resistance. Do not submerge in water after changing batteries.

**MINUTERIE**

Le mode minuterie possède un compte à rebours avec alerte. Appuyer sur MODE plusieurs fois jusqu'à afficher TIMER.

Pour régler le compte à rebours :

- 1) Appuyer et tenir enfoncé RESET/ADJUST. Les secondes clignotent. Appuyer sur START/STOP pour changer les secondes, tenir le bouton enfoncé pour faire défiler les valeurs.
- 2) Appuyer sur MODE. Les minutes clignotent. Appuyer sur START/STOP pour changer les minutes.
- 3) Appuyer sur MODE. Les heures clignotent. Appuyer sur START/STOP pour changer les heures.
- 4) Appuyer sur LAP/NEXT, à n'importe quelle étape, pour sélectionner l'action à la fin du compte à rebours, répéter  ou compter vers le haut .
- 5) Appuyer sur RESET/ADJUST à n'importe quelle étape, quand le réglage est terminé.

Pour démarrer la minuterie, appuyer sur START/STOP.

Pour arrêter le compte à rebours, appuyer sur START/STOP. Pour reprendre le compte à rebours, appuyer sur START/STOP, ou pour recommencer le compte à rebours au début, appuyer sur LAP/NEXT quand la minuterie est arrêtée.

La montre émet un bip sonore quand le compte à rebours se termine (la minuterie atteint zéro). Appuyer sur n'importe quel bouton pour l'arrêter. L'alarme sonnera pendant 20 secondes si on n'appuie sur aucun bouton. Si la minuterie est réglée pour se répéter, la minuterie reprend le compte à rebours indéfiniment. Autrement, la minuterie commence à compter vers le haut.

La minuterie reste en marche lorsque vous quittez un mode.

**FNCTION ALLURE**

Le mode Allure émet des bips sonores pour vous aider à contrôler votre allure durant votre course ou toute autre activité. Appuyer sur MODE plusieurs fois jusqu'à afficher PACER.

Appuyer sur LAP/NEXT pour sélectionner le nombre de bips par minute (30 - 240).

Appuyer sur START/STOP pour démarrer ou arrêter la fonction allure.

Vous pouvez changer le nombre de bips par minute pendant que la fonction allure est en marche en appuyant sur LAP/NEXT.

Si vous quittez le mode, la fonction allure s'arrête automatiquement.


**ALARME HEBDOMADAIRE**

La montre possède 7 alarmes hebdomadaires. Appuyer sur MODE plusieurs fois jusqu'à afficher ALARME HEBDOMADAIRE.

Pour régler une alarme :

- 1) Appuyer sur LAP/NEXT pour sélectionner l'alarme à régler, AL-1 à AL-7.
- 2) Appuyer et tenir enfoncé RESET/ADJUST. Le jour de la semaine clignote. Appuyer sur START ou STOP pour changer le jour de la semaine.
- 3) Appuyer sur MODE. Les minutes clignotent. Appuyer sur START/STOP pour changer les minutes, tenir le bouton enfoncé pour faire défiler les valeurs.
- 4) Appuyer sur MODE. L'heure clignote. Appuyer sur START/STOP pour changer l'heure (y compris AM (matin)/PM (après-midi)).
- 5) Appuyer sur LAP/NEXT, à n'importe quelle étape, pour sélectionner si l'alarme est réglée à l'heure locale ou au deuxième fuseau horaire.
- 6) Appuyer sur RESET/ADJUST à n'importe quelle étape, quand le réglage est terminé.

L'alarme est automatiquement activée après le réglage (ON s'affiche). Pour activer ou désactiver l'alarme (on/off), appuyer sur START/STOP.

L'icône d'une alarme  apparaît dans le mode Heure quand toute alarme réglée pour le fuseau horaire actuel (premier ou deuxième fuseau horaire) est activée.

Appuyer sur n'importe quel bouton pour couper l'alarme. L'alarme sonnera pendant 20 secondes si on n'appuie sur aucun bouton.

L'alarme se répète chaque semaine à moins d'être désactivée.

**ALARME QUOTIDIENNE**


La montre possède une alarme quotidienne. Appuyer sur MODE plusieurs fois jusqu'à afficher ALARME QUOTIDIENNE.

Pour le fonctionnement, voir section ALARME HEBDOMADAIRE. La procédure de réglage est identique, à l'exception de l'étape 1 qu'on passe.

L'alarme se répète quotidiennement à moins d'être désactivée.

**VEILLEUSE INDIGLO® À FONCTION NIGHT-MODE®**


Appuyer sur le bouton INDIGLO® pour illuminer l'affichage de la montre pendant 3 secondes. La technologie électroluminescente utilisée dans la veilleuse INDIGLO® permet d'illuminer tout le cadran de la montre la nuit et dans des conditions de faible éclairage.

Tenir INDIGLO® enfoncé pendant 4 secondes pour activer la fonction NIGHT-MODE®. L'icône d'une ampoule  apparaît. Dans cette fonction, si on appuie sur n'importe quel bouton, la veilleuse INDIGLO® est activée pendant trois secondes. La fonction NIGHT-MODE peut être désactivée en tenant INDIGLO® enfoncé pendant 3 secondes, ou elle se désactive automatiquement après 3 heures.

**PRÉCAUTIONS**

La montre est conçue et fabriquée pour vous donner satisfaction pendant des années si vous l'utilisez correctement. Ne pas soumettre la montre à des chocs physiques ou mécaniques ou abus, ou à des températures extrêmes ou à l'humidité. Ne pas altérer les composants électroniques car ils ne sont pas réparables par l'utilisateur.

**ÉTANCHÉITÉ**

Si la montre est étanche, la profondeur maximale ou le symbole  est indiqué.

Profondeur d'étanchéité	Pression de l'eau sous la surface en p.s.i.a.*
30m/98 (ft/ft)	60
50m/164(ft/pi)	86
100m/328(ft/pi)	160

\*livres par pouce carré (abs.)

**ATTENTION : POUR PRÉSERVER L'ÉTANCHÉITÉ, NE PAS ENFONCER LES BOUTONS SOUS L'EAU.**

1. La montre est étanche aussi longtemps que le verre, les boutons et le boîtier sont intacts.
2. La montre n'est pas étanche si elle est soumise à des conditions.
3. Rincer la montre à l'eau douce après tout contact avec l'eau de mer.

**PILE**

La montre fonctionne avec 2 piles lithium CR 2032, ce qui devrait correspondre à une durée de vie de deux ans, en fonction de l'utilisation de la veilleuse INDIGLO® et de l'alarme. Quand l'affichage faiblit ou ne s'allume pas, remplacer les piles. Dévisser les 6 petites vis au dos du boîtier et l'enlever. Desserrer (ne pas enlever) les vis maintenant les bandes métalliques couvrant les piles et enlever les piles. Remplacer les piles usagées par des neuves et faire la procédure inverse comme indiqué ci-dessus.



**NE PAS JETER LA PILE AU FEU. NE PAS RECHARGER LA PILE. GARDER LES PILES HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS.**

**ATTENTION :** Une fois le dos du boîtier ouvert, il est impossible de préserver l'étanchéité. Ne pas immerger après avoir changé les piles.

**TEMPORIZADOR**

El modo Timer (temporizador) permite un conteo regresivo con alerta. Pulse MODE varias veces hasta que aparezca TIMER.

Para programar el tiempo de conteo regresivo:

- 1) Pulse y sostenga RESET/ADJUST. Los segundos destellan. Pulse START/STOP para cambiar los segundos; sostenga el botón para buscar los valores.
- 2) Pulse MODE. Los minutos destellan. Pulse START/STOP para cambiar los minutos.
- 3) Pulse MODE. La hora destella. Pulse START/STOP para cambiar las horas.
- 4) Pulse LAP/NEXT, en cualquier paso, para seleccionar la acción al final del conteo regresivo, repetir  o conteo progresivo .
- 5) Pulse RESET/ADJUST en cualquier paso, cuando acabe el ajuste.

Para iniciar el temporizador, pulse START/STOP.

Para pausar el conteo regresivo, pulse START/STOP. Para reanudar el conteo regresivo, pulse START/STOP, o para reiniciar el conteo regresivo, pulse LAP/NEXT cuando el temporizador esté detenido.

El reloj emite un sonido cuando finaliza el conteo regresivo (el temporizador llega a cero). Pulse cualquier botón para silenciarlo. Si no se pulsa botón alguno, la alerta sonará por 20 segundos. Si el temporizador fué programado para repetir, repite el conteo regresivo indefinidamente. De otro modo, comienza el conteo progresivo.

El temporizador sigue funcionando si usted sale del modo.

**MARCADOR DE PASO**

El marcador de paso emite señales acústicas para ayudarle a llevar el ritmo de su carrera o de otra actividad. Pulse MODE varias veces hasta que aparezca PACER.

Pulse LAP/NEXT para seleccionar el número de señales por minuto (30 - 240).

Pulse START/STOP para iniciar/detener el marcador de pasos.

Puede cambiar el número de señales por minuto pulsando LAP/NEXT mientras el marcador de pasos está funcionando.

Si usted sale del modo, el marcador de pasos se detiene automáticamente.


**ALARMA SEMANAL**

La unidad tiene 7 alarmas semanales. Pulse MODE varias veces hasta que aparezca WEEKLY ALARM.

Para programar una alarma:

- 1) Pulse LAP/NEXT para seleccionar la alarma a programar desde AL-1 hasta AL-7.
- 2) Pulse y sostenga RESET/ADJUST. El día de la semana destella. Pulse START/STOP para cambiar el día de la semana.
- 3) Pulse MODE. Los minutos destellan. Pulse START/STOP para cambiar los minutos; sostenga el botón para buscar los valores.
- 4) Pulse MODE. La hora destella. Pulse START/STOP para cambiar la hora (incluyendo AM/PM).
- 5) Pulse LAP/NEXT, en cualquier paso, para seleccionar una alarma con relación a la hora local o a TIME 2 (2a zona horaria).
- 6) Pulse RESET/ADJUST en cualquier paso, cuando acabe el ajuste.

La alarma queda automáticamente activada después de ser programada (aparece ON). Para activar/desactivar la alarma, pulse START/STOP.

El símbolo de alarma  aparece en el modo horario cuando cualquier alarma para la hora en pantalla (local o TIME 2) está activada.

Cuando suene la alarma, pulse cualquier botón para silenciarla. Si no se pulsa botón alguno, la alarma sonará por 20 segundos.

La alarma se repite semanalmente a menos que se desactive.

**ALARMA DIARIA**


La unidad tiene una alarma diaria. Pulse MODE varias veces hasta que aparezca DAILY ALARM.

Para su funcionamiento, ver la sección ALARMA SEMANAL. El procedimiento de programación es idéntico, exceptuando el paso 1 que se omite.

La alarma se repite diariamente a menos que se desactive.

**LUZ NOCTURNA INDIGLO® CON NIGHT-MODE®**

Pulse el botón INDIGLO® para iluminar la pantalla del reloj por 3 segundos. La tecnología electrocruminescente y utilizada por la luz nocturna INDIGLO® ilumina toda la cara del reloj por la noche y en condiciones de poca luz.

Pulse y sostenga el botón INDIGLO® por 4 segundos para activar la función NIGHT-MODE. Aparece el símbolo del bombillo . Esta característica permite activar la luz nocturna INDIGLO® por 3 segundos pulsando cualquier botón. La función NIGHT-MODE® puede ser desactivada pulsando y sosteniendo el botón INDIGLO® de nuevo por 3 segundos, o ésta se desactiva automáticamente después de 3 horas de inactividad.

**PRECAUTIONS**

La unidad está diseñada y fabricada para prestarle años de servicio si se maneja adecuadamente. No exponga la unidad a maltrato físico o mecánico o abuso, a temperaturas extremas o a la humedad. No altere las partes electrónicas porque éstas no son piezas reparables por el usuario.

**RESISTENCIA AL AGUA**

Si su reloj es resistente al agua, se indicarán los metros o aparecerá el símbolo .

Profundidad de Resistencia al Agua	Presión del agua por debajo de la superficie, en p.s.i.a.*
30m/98pies	60
50m/164pies	86
100m/328pies	160

\*libras por pulgada cuadrada absoluta

**ADVERTENCIA: PARA MANTENER LA RESISTENCIA AL AGUA, NO PULSE NINGÚN BOTÓN BAJO EL AGUA.**

1. El reloj es resistente al agua solamente mientras el cristal, los botones y la caja permanezcan intactos.
2. El reloj no es un reloj de buzo y no debe utilizarse para bucear.
3. Enjuague el reloj con agua fresca después de haber estado expuesto al agua salada.

**PILA**

La unidad se alimenta con 2 pilas de litio 2032, que deben durar hasta 2 años, dependiendo del uso de la luz nocturna INDIGLO® y de la alarma. Cuando la pantalla se vuelva opaca o en blanco, reemplace las pilas. Desatornille 6 tornillos pequeños al respaldo de la caja y quite la cubierta. Afloje (sin quitar) los tornillos que sostienen las laminitas metálicas sobre las pilas y saque las pilas. Reemplace las pilas con las nuevas y siga el procedimiento anterior a la inversa.

**NO TIRE LA PILA AL FUEGO. NO LA RECARGUE. MANTENGA LAS PILAS SUELTAS FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.**

**ADVERTENCIA:** Una vez que se abra la caja, no es posible mantener la resistencia al agua. No sumergir en agua después de cambiar las pilas.

**TIMEX INTERNATIONAL WARRANTY**

(U.S. - LIMITED WARRANTY - PLEASE SEE FRONT OF INSTRUCTION BOOKLET FOR TERMS OF EXTENDED WARRANTY OFFER)

Your TIMEX® watch 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 watch 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 WATCH:**

- 1) after the warranty period expires;
- 2) if the watch 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 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.

To obtain warranty service, please return your watch to Timex, one of its affiliates or the Timex retailer where the watch was purchased, together with a completed original Watch Repair Coupon or, in the U.S. and Canada only, the completed original Watch 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 1-800-328-2677 for additional warranty information. For Canada, call 1-800-263-0981. For Brazil, call 0800-168787. For Mexico, call 01-800-01-060-00. 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 44 020 8687 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. In Canada, the U.S. and in certain other locations, participating Timex retailers can provide you with a postage-paid, pre-addressed Watch Repair Mailer for your convenience in obtaining factory service.

©2005 Timex Corporation. TIMEX and NIGHT-MODE® are registered trademarks of Timex Corporation. INDIGLO is a registered trademark of Indiglo Corporation in the U.S. and other countries.

**GARANTIE INTERNATIONALE TIMEX**

(GARANTIE LIMITÉE - É.U. - PRIÈRE DE SE REPORTER À LA COUVERTURE DU LIVRET D'INSTRUCTION POUR LES MODALITÉS DE L'OFFRE DE GARANTIE PROLONGÉE)

Votre montre TIMEX® est garantie contre les défauts de fabrication par Timex Corporation pour une période d'UN AN, à compter de la date d'achat. Timex ainsi que ses filiales du monde entier honoreront cette garantie internationale.

Timex se réserve le droit de réparer votre montre en y installant des composants neufs ou révisés, ou bien de la remplacer par un modèle identique ou similaire. **IMPORTANT - CETTE GARANTIE NE COUVRE PAS LES DÉFAUTS OU L'ENDOMMAGEMENT DE VOTRE MONTRE:**

- 1) après l'expiration de la période de garantie;
- 2) si la montre n'a pas été achetée initialement chez un revendeur Timex agréé;
- 3) résultant de travaux de réparation non effectués par Timex;
- 4) s'il s'agit d'un accident, falsification ou abus;
- 5) s'il s'agit de verre ou cristal, du bracelet ou bracelet, du boîtier, des accessoires ou de la pile. Le remplacement de ces pièces peut vous être facturé par Timex.

CETTE GARANTIE ANSI QUE LES RECOURS PRÉVUS DANS LES PRÉSENTES SONT EXCLUSIFS ET REMPLACENT TOUTE AUTRE GARANTIE EXPRESSE OU IMPLICITE, Y COMPRIS TOUTE GARANTIE IMPLICITE DE QUALITÉ MARCHANDE ET D'ADAPTATION À UN USAGE PARTICULIER. TIMEX N'EST RESPONSABLE D'AUCUN DOMMAGE PARTICULIER, ACCESSOIRE OU INDIRECT. Certains états ou provinces n'autorisent pas les limitations de garanties implicites et n'autorisent pas les exclusions ou limitations pour des dommages, auquel cas lesdites limitations pourraient ne pas vous concerner. Les modalités de la présente garantie vous donnent des droits légaux précis et vous pouvez également vous prévaloir d'autres droits qui varient d'un état ou d'une province à l'autre.

Pour obtenir le service garanti, retourner la montre à Timex, à une de ses filiales ou au détaillant Timex où il a été acheté. Inclure un coupon de réparation original dûment rempli ou, aux É.-U. et au Canada, le coupon original ou une déclaration écrite comprenant votre nom, adresse, numéro de téléphone ainsi que la date et le lieu d'achat. Veuillez inclure la somme suivante avec votre montre pour couvrir les frais de poste et de manutention (ce ne sont pas des frais de réparation): un chèque ou mandat de 7,00 \$ É.U. aux États-Unis, de 6,00 \$ CAN au Canada et de 2,50 £ au Royaume-Uni. Dans les autres pays, Timex vous facturera les frais de poste et de manutention. N'INCLUEZ JAMAIS DANS VOTRE ENVOI UN BRACELET SPÉCIAL OU AUTRE ARTICLE AVANT UNE VALEUR SENTIMENTALE.

Aux É.-U. veuillez composer le 1-800-328-2677 pour plus de renseignements sur la garantie. Au Canada, composer le 1-800-263-0981. Au Brésil, composer le 0800-168787. Au Mexique, composer le 01-800-01-060-00. En Amérique centrale, les Caraïbes, les Bermudes et les Bahamas, composer le (501) 370-5775 (É.-U.). En Asie, composer le 852-2815-0091. Au R.U., composer le 44 020 8687 9620. Au Portugal, composer le 351 212 946 017. En France, composer le 33 3 81 63 42 00. En Allemagne, composer le 49 7 231 494140. Au Moyen-Orient et en Afrique, composer le 971-4-310850. Dans les autres régions, veuillez contacter votre détaillant ou distributeur Timex pour des renseignements sur la garantie. Au Canada, aux É.-U. et en certains autres endroits, les détaillants Timex participants peuvent vous faire parvenir un emballage pré-adressé et pré-affranché pour vous faciliter l'envoi de la montre à l'atelier de réparation.

©2005 Timex Corporation. TIMEX et NIGHT-MODE sont des marques déposées de Timex Corporation. INDIGLO est une marque déposée d'Indiglo Corporation aux États-Unis et dans d'autres pays.



**TIMEX**  
www.timex.com  
**W-213 157-095002 EU**

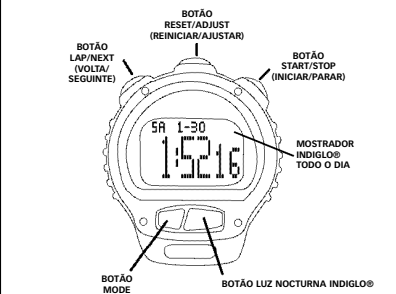
**ORRIGADO POR TER COMPRADO UM CRONOMETRO TIMEX®.**

Leia as instruções cuidadosamente para compreender o modo de funcionamento do seu cronómetro Timex®.

**FUNÇÕES E FUNCIONAMENTO BÁSICO**

- Apresentação das horas no formato de 12 ou 24 horas
- Dia e data
- 2º fuso horário
- Sinal horário opcional
- Cronómetro de 24 horas com memória para 50 voltas e múltiplas cronometragens
- Revisão dos dados com data-hora, melhor volta e tempo médio das voltas para cada cronometragem
- Início automático do cronómetro em 10 segundos, opcional
- Cálculo da velocidade
- Temporizador de contagem decrescente de 24 horas (contagem decrescente e contagem crescente ou repetição)
- Controlador de ritmo
- 7 alarmes semanais e um alarme diário
- Luz nocturna INDIGLO® com a função NIGHT-MODE®

Carregue no botão MODE repetidamente para percorrer os modos: Hora, Cronómetro, Velocidade, Revisão de dados, Temporizador, Controlador de ritmo, Alarme semanal e Alarme diário. O aparelho apresenta o nome do modo durante 2 segundos antes de comutar para o modo indicado.



**ACTIVAÇÃO**

O aparelho é fornecido no modo "OFF" (desligado) para poupar as pilhas. Para activar o aparelho, carregue e segure nos cinco botões ao mesmo tempo até a indicação STOP desaparecer e por cerca de 4 segundos. Quando libertar os botões, o aparelho está pronto para ser utilizado.

**HORA (TIME)**

O modo TIME indica a data e a hora tal como um relógio digital. Carregue no botão MODE repetidamente até aparecer TIME.

- Para acertar a data e a hora:
- 1) Carregue e segure o botão RESET/ADJUST. Os dígitos dos segundos começam a piscar. Carregue no botão START/STOP para arredondar as horas, por excesso ou por defeito, para o minuto mais próximo, colocando os dígitos dos segundos em zero.
  - 2) Carregue em MODE. Os dígitos dos minutos começam a piscar. Carregue em START/STOP para mudar os minutos; mantenha o botão carregado para percorrer os valores.
  - 3) Carregue em MODE. Os dígitos das horas começam a piscar. Carregue em START/STOP para acertar a hora (incluindo a selecção de AM/PM).
  - 4) Carregue em MODE. Os dígitos do dia começam a piscar. Carregue em START/STOP para mudar o dia.
  - 5) Carregue em MODE. Os dígitos do mês começam a piscar. Carregue em START/STOP para mudar o mês.
  - 6) Carregue em MODE. Os dígitos do ano começam a piscar. Carregue em START/STOP para mudar o ano.
  - 7) Carregue em MODE. O formato das horas começa a piscar. Carregue em START/STOP para seleccionar o formato de 12 ou 24 horas (o formato seleccionado será utilizado em todos os modos). No formato das 12 horas aparece a indicação AM/PM.
  - 8) Carregue no botão RESET/ADJUST em qualquer um dos passos para concluir a regulação.

Carregue e segure o botão LAP/NEXT para ver o TIME 2, o segundo fuso horário. No mostrador aparece a indicação "TIME 2". Continue a segurar o botão para comutar para a data e hora do segundo fuso horário (TIME 2). Depois de comutar, aceite os valores do TIME 2 utilizando o procedimento descrito anteriormente. Carregue e segure o botão LAP/NEXT para ver o comutar do TIME 2 para o primeiro fuso horário.

Carregue no botão START/STOP para ligar ou desligar o sinal horário. Quando estiver ligado, o ícone da campainha aparece e o sinal toca às horas certas.

**CRONOMETRO (CHRONOGRAPH)**

Este modo proporciona a função de cronómetro. Este modo só está disponível quando o modo Speed (Velocidade) não estiver a ser utilizado. Carregue em MODE repetidamente até aparecer CHRONO. Para o iniciar, carregue no botão START/STOP. O cronómetro efectua contagens crescentes ao ritmo de centésimos de segundo. As horas são apresentadas na parte superior direita do mostrador (inicialmente "00H").

Para parar, carregue no botão START/STOP. Para retomar a contagem, carregue novamente no botão START/STOP.

Com o cronómetro em funcionamento, carregue no botão LAP/NEXT para tomar tempos de voltas ou tempos repartidos. Os tempos das voltas são apresentados durante 9 segundos, juntamente com os respectivos números das voltas, enquanto o cronómetro continua a funcionar.

No fim da contagem, carregue no botão START/STOP. O tempo da última volta é apresentado durante 9 segundos, seguido pelo tempo total. Carregue no botão LAP/NEXT ou RESET/ADJUST se pretender apresentar imediatamente o tempo total.

Quando o cronómetro tiver parado e o tempo total estiver apresentado, para armarzenar os valores referentes a esta cronometragem e passar à cronometragem seguinte (nova), carregue e segure o botão LAP/NEXT ou para repor o cronómetro a zero (limpar a última cronometragem), carregue e segure o botão RESET/ADJUST. O número da cronometragem é apresentado na parte superior direita do mostrador. As cronometragens armarzenadas podem ser revistas no modo Recall (Rever), que é descrito mais abaixo.

Início automático - O cronómetro pode ser iniciado automaticamente a seguir a uma contagem decrescente de 10 segundos. Quando o cronómetro estiver reposto a zero, carregue no botão RESET/ADJUST para ligar/desligar a função de início automático. A indicação "AUTO" aparece no fundo do mostrador quando esta função está activada. Carregue em START/STOP para iniciar a contagem decrescente. O aparelho emite um sinal sonoro curto de segundo a segundo, seguindo-se um sinal sonoro longo quando o cronómetro é iniciado. O cronómetro continua a funcionar mesmo se sair deste modo.

- NOTAS:
- Para ver a quantidade de memória ainda existente, quando o cronómetro estiver reposto a zero, carregue e segure o botão LAP/NEXT.
  - O cronómetro efectua a contagem até atingir 24 horas e recomeça a partir do zero.

**VELOCIDADE (SPEED)**

O modo Speed permite calcular a velocidade de voltas individuais. Este modo só está disponível quando o cronómetro estiver reposto a zero. Carregue em MODE repetidamente até aparecer SPEED.

- Para utilizar o modo Speed, deve definir a distância a percorrer nas voltas:
- 1) Carregue e segure o botão RESET/ADJUST. O dígito de 1/100 de milha começa a piscar. Carregue em START/STOP para mudar o valor; mantenha o botão carregado para percorrer os valores.
  - 2) Carregue em MODE. O dígito de 1/10 de milha começa a piscar. Carregue em START/STOP para mudar o valor.
  - 3) Utilize os botões MODE e START/STOP como acima indicado para definir os outros dígitos.
  - 4) Carregue no botão RESET/ADJUST em qualquer um dos passos quando concluir a regulação.

Este modo funciona tal como o modo cronómetro, com a excepção de que a velocidade é apresentada durante breves instantes quando a contagem é parada ou quando são tomados tempos de voltas/repertidos. Quando os valores da cronometragem são armarzenados, a velocidade também é incluída. Ver a secção RECALL (REVER).

**REVER (RECALL)**

O modo Recall (Rever) permite ver os dados relativos às cronometragens armarzenadas nos modos Chrono (Cronómetro) ou Speed (Velocidade). Este modo só está disponível quando o cronómetro não estiver a funcionar. Carregue em MODE repetidamente até aparecer RECALL.

Quando se entra neste modo é apresentada a quantidade de memória remanescente.

Se não houver dados armarzenados, é apresentada a indicação "NO DATA" (Nenhum dado). Se não for esse o caso, serão apresentados os dados relativos à última cronometragem. São apresentados o número e a data da cronometragem.

Para seleccionar outra cronometragem e ver os respectivos dados, carregue em LAP/NEXT. Isto pode ser feito em qualquer ponto da sequência de revisão dos dados.

Para rever uma determinada cronometragem, carregue em START/STOP repetidamente para percorrer os dados: data da cronometragem, distância percorrida nas voltas (se a cronometragem tiver sido feita no modo Speed), tempos das voltas, tempo total, tempo da melhor volta e tempo médio das voltas. Se a cronometragem tiver sido feita no modo Speed, a velocidade é apresentada em alternância com os tempos das voltas.

Para apagar os dados da cronometragem da memória, carregue e segure o botão RESET/ADJUST. Para limpar todos os dados da memória, continue a segurar o botão RESET/ADJUST.

**TEMPORIZADOR (TIMER)**

O modo Timer (Temporizador) oferece um temporizador de contagem decrescente com alerta. Carregue em MODE repetidamente até aparecer TIMER.

- Para regular o tempo de contagem decrescente:
- 1) Carregue e segure o botão RESET/ADJUST. Os dígitos dos segundos começam a piscar. Carregue em START/STOP para mudar os segundos; mantenha o botão carregado para percorrer os valores.
  - 2) Carregue em MODE. Os dígitos dos minutos começam a piscar. Carregue em START/STOP para mudar os minutos.
  - 3) Carregue em MODE. Os dígitos das horas começam a piscar. Carregue em START/STOP para mudar as horas.
  - 4) Carregue em LAP/NEXT, em qualquer passo, para seleccionar a acção a empreender no fim da contagem decrescente, repetir ou iniciar contagem crescente .
  - 5) Carregue no botão RESET/ADJUST em qualquer um dos passos quando concluir a regulação.

Para iniciar o temporizador, carregue no botão START/STOP. Para fazer uma pausa na contagem decrescente, carregue no botão START/STOP. Para retomar a contagem decrescente, carregue em START/STOP ou para restabelecer a contagem decrescente, carregue em LAP/NEXT quando o temporizador estiver parado.

O relógio emite um bip quando a contagem decrescente termina (o temporizador chega a zero). Carregue em qualquer botão para silenciar. Se não carregar em nenhum botão, o alerta toca durante 20 segundos. Se o temporizador tiver sido programado para repetir, a contagem decrescente será repetida indefinidamente. Caso contrário, inicia a contagem crescente.

O temporizador continua a funcionar, mesmo se sair deste modo.

**CONTROLADOR DE RITMO (PACER)**

O modo Pacer emite sinais sonoros (bips) para ajudar a controlar o ritmo da sua corrida ou outra actividade. Carregue em MODE repetidamente até aparecer PACER.

Carregue em LAP/NEXT para seleccionar o número de bips por minuto (30 - 240).

Carregue no botão START/STOP para iniciar ou parar o pacer. Pode alterar o número de bips por minuto quando o pacer está a funcionar carregando no botão LAP/NEXT.

Se sair deste modo, o pacer pára automaticamente.

**ALARME SEMANAL**

O aparelho dispõe de 7 alarmes semanais. Carregue em MODE repetidamente até aparecer WEEKLY ALARM.

- Para programar um alarme:
- 1) Carregue em LAP/NEXT para seleccionar o alarme a programar, AL-1 a AL-7.
  - 2) Carregue e segure o botão RESET/ADJUST. O dia da semana começa a piscar. Carregue em START/STOP para mudar o dia da semana.
  - 3) Carregue em MODE. Os dígitos dos minutos começam a piscar. Carregue em START/STOP para mudar os minutos; mantenha o botão carregado para percorrer os valores.
  - 4) Carregue em MODE. Os dígitos das horas começam a piscar. Carregue em START/STOP para regular a hora (incluindo a selecção de AM/PM).
  - 5) Carregue em LAP/NEXT, em qualquer dos passos, para seleccionar o fuso horário relacionado com o alarme, TIME 1 ou TIME 2.
  - 6) Carregue no botão RESET/ADJUST em qualquer um dos passos para concluir a regulação.

Depois de programado, o alarme fica automaticamente ligado (aparece a indicação ON). Para ligar ou desligar o alarme, carregue no botão START/STOP.

O ícone do despertador parece no modo Time quando estiver activado um alarme para o fuso horário (TIME 1 ou TIME 2) apresentado.

Quando o alarme toca, carregue em qualquer um dos botões para o silenciar. Se não carregar em nenhum botão, o alarme toca durante 20 segundos.

O alarme toca semanalmente, a menos que seja desligado.

**ALARME DIÁRIO**

O relógio dispõe de um alarme diário. Carregue em MODE repetidamente até aparecer DAILY ALARM.

Sobre o funcionamento deste alarme, consulte a secção ALARME SEMANAL. O procedimento de programação do alarme é idêntico, excepto no que se refere ao passo 1 o qual não se aplica.

O alarme toca diariamente, a menos que seja desligado.

**FUNÇÃO LUZ NOCTURNA INDIGLO® COM NIGHT MODE®**

Carregue no botão INDIGLO para iluminar o mostrador durante 3 segundos. A tecnologia electroluminescente usada na luz nocturna INDIGLO® ilumina o mostrador à noite e em condições de pouca luz.

Carregue e segure no botão INDIGLO® durante 4 segundos para activar a função NIGHT-MODE®. Aparece o ícone da lâmpada . A função faz com que carregue em qualquer botão active a luz nocturna INDIGLO® durante 3 segundos. A função NIGHT-MODE® pode ser desactivada carregando e segurando o botão INDIGLO® novamente durante 3 segundos ou desactiva automaticamente ao fim de 3 horas de actividade.

**PRECAUÇÕES**

O aparelho foi concebido e fabricado para lhe proporcionar vários anos de serviço, se for manuseado correctamente. Não sujeite o aparelho a quaisquer choques ou maus tratos físicos ou mecânicos, nem a temperaturas extremas ou humidade. Não mexa nas peças electrónicas porque elas não se destinam a manutenção por parte do utilizador.

**RESISTÊNCIA À ÁGUA**

Se o seu relógio for resistente à água, ele indicará os metros ou (m)

Profundidade de resistência à água	Pressão da água abaixo da superfície (em p.s.i.a.*)
30m/98 pés	60
50m/164 pés	86
100m/328 pés	160

\*pressão absoluta em libras por polegada quadrada

**AVISO: PARA MANTER A RESISTÊNCIA À ÁGUA, NÃO CARREGUE EM NENHUM BOTÃO DEBAIXO DA ÁGUA.**

1. O relógio é resistente à água apenas enquanto a lente, os botões e a caixa se mantiverem intactos.
2. O relógio não é um relógio de mergulho e não deverá ser usado para mergulhar.
3. Lave o relógio com água doce depois de ter estado em contacto com a água salgada.

**PILHA**

O aparelho recebe alimentação eléctrica de duas pilhas de lítio CR 2032, as quais devem fornecer até 2 anos de vida útil, dependendo do grau de utilização da luz nocturna INDIGLO® e do alarme. Quando o mostrador ficar obscurecido ou em branco, é tempo de substituir as pilhas. Desaparrarize os 4 parafusos pequenos da parte posterior da caixa e retire-a. Desaparrize (não retire) os parafusos que seguram as placas metálicas por cima das pilhas e retire as pilhas. Substitua as pilhas por pilhas novas e repita o procedimento anterior, inversamente.

**NÃO DEITE A PILHA VELHA NO FOGO. NÃO RECARREGUE A PILHA. MANTENHA AS PILHAS SOLTAS FORA DO ALCANCE DAS CRIANÇAS.**

AVISO: Uma vez aberta a parte posterior da caixa, não é possível manter a resistência à água. Depois de substituir as pilhas não deve submergir o aparelho em água.

**GARANZIA INTERNACIONAL DA TIMEX**  
(EU) - GARANTIA LIMITADA - VEJA NA PARTE FRONTAL DO LIVRO DE INSTRUÇÕES  
(EUA) - CONDIÇÕES DE POLÍTICA DE GARANTIA LIMITADA  
O seu relógio TIMEX® está garantido contra defeitos de fabrico pela Timex Corporation pelo período de UM ANO a contar da data da compra original. A Timex e as suas filiais em todo o mundo honrarão esta garantia internacional.

É favor notar que a Timex pode, a sua escolha, reparar o seu relógio instalando componentes novos ou completamente reconicionados e inspeccionados ou substituído por um modelo idêntico semelhante. **IMPORTANTE - NOTE QUE ESTA GARANTIA NÃO COBRE DEFECTOS OU DANOS NÃO RELACIONADOS.**

- 1) depois do período de garantia ter expirado;
- 2) se o relógio não tiver sido originalmente comprado num revendedor autorizado da TIMEX;
- 3) resultados de serviços de reparação não efectuados pela Timex;
- 4) resultados de acidentes, modificações ilícitas do relógio ou manipulação abusiva do mesmo;
- 5) nem cobre danos na lente ou cristal, correntes ou braceletes, caixa do relógio, acessórios ou pilha.

Esta garantia cobre pilhas substituídas ou substituídas por uma destas pilhas. ESTA GARANTIA E OS RECURSOS AQUI CORRESPONDENTES SÃO EXCLUSIVOS E SUBSTITUÍMOS QUALQUER OUTROS GARANTIAS, EXPRESSAS OU IMPLÍCITAS, INCLUSIVE QUALQUER GARANTIA IMPLÍCITA DE COMERCIABILIDADE OU ADEQUAÇÃO A UM FIM PARTICULAR. A TIMEX NÃO SERÁ RESPONSÁVEL POR QUALQUER DANO ESPECIAL, ESPECIALMENTE OU DE CONSEQUÊNCIA. Alguns países ou estados não permitem limitações de garantias implícitas e não permitem quaisquer exclusões ou limitações sobre prazos de tempo, por isso estas limitações poderão não se aplicar ao seu caso. Esta garantia confere-lhe direitos legais específicos e poderá ter outros direitos que variam de um país ou de um estado para o outro.

Para obter o serviço de garantia, devolve o seu relógio à Timex, a uma das suas filiais ou ao revendedor autorizado da Timex onde o relógio foi comprado, juntamente com o Cupão de Reparação do Relógio original, devidamente preenchido ou, apenas nos Estados Unidos e no Canadá, o Cupão de Reparação do Relógio original devidamente preenchido ou uma declaração escrita identificando o modelo, número de telefone, número de telefone e data e local de compra. Junto ao seu relógio o seguinte pagamento para despesas de envio não se trata de despesas de reparação do relógio: nos Estados Unidos, um cheque ou vale postal de US\$ 7,95 no Canadá, um cheque ou vale postal de CAN\$ 9,00, e no Reino Unido, um cheque ou vale postal de UK£ 5,00. Nos outros países, a Timex cobrará-lhe as despesas de envio e envio. NÃO DEITE A PILHA VELHA NO FOGO. NÃO RECARREGUE A PILHA. MANTENHA AS PILHAS SOLTAS FORA DO ALCANCE DAS CRIANÇAS.

NOI Estados Unidos, telefone para 1-800-323-2677 para obter informações adicionais sobre a garantia. No Canadá, telefone para 1-800-263-0961. No Brasil, telefone para 0800-168787. No México, telefone para 01-800-510-6000. Na América Central, nas Caraíbas, nas Bermudas e nas Ilhas Britânicas, telefone para 001-370-575 (E.U.S.A.). Na Ásia, telefone para 852-2815-0291. No Reino Unido, telefone para 44 2020 8420 7620. Em Portugal, telefone para 351 212 946 017. Na França, telefone para 33 3 81 63 42 00. No Alemanha, telefone para 49 231 494140. No Médio Oriente e África, telefone para 971 4 310350. Noutros países, por favor contactar o seu revendedor autorizado da Timex, ou distribuidor Timex para obter mais informações sobre a garantia. No Canadá, E.U.A. e outros locais específicos, para sua comodidade na obtenção dos serviços de assistência da Timex, os revendedores autorizados da Timex participam do programa de assistência da Timex. Este programa de assistência pré-entendida e com porte pago.

©2005 Timex Corporation. TIMEX e NIGHT-MODE são marcas comerciais registadas da Timex Corporation. INDIGLO é uma marca comercial registada da Timex Corporation nos Estados Unidos e noutros países.

**TIMEX**  
www.timex.com  
**W-213 157-095002 EU**

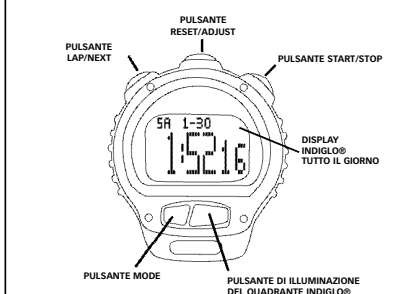
**GRAZIE DI AVERE ACQUISTATO UN CRONOMETRO TIMEX®.**

Si prega di leggere attentamente le istruzioni per capire come usare il cronometro Timex®.

**CARATTERISTICHE E FUNZIONAMENTO BASILARE**

- Ora del giorno con formato a 12 o a 24 ore
- Giorno e data
- Secondo fuso orario
- Segnale acustico orario opzionale
- Cronografo da 24 ore con memoria per 50 giri in corse multiple
- Riciamo del cronografo con indicazione della data, giro migliore e tempo di giro medio per ciascuna corsa
- Avvio automatico dopo 10 secondi opzionale per il cronografo
- Calcolo della velocità
- Timer per conto alla rovescia da 24 ore (conto alla rovescia e conto verso l'alto o ripetizione)
- Misuratore del passo
- 7 sveglie settimanali ed una sveglia giornaliera
- Illuminazione del quadrante INDIGLO® con funzione NIGHT-MODE®

Premere ripetutamente il pulsante per passare in rassegna le varie modalità una alla volta: Time (ora), Chrono (cronografo), Speed (velocità), Recall (richiamo), Timer, Pacer (misuratore del passo), Weekly Alarm (sveglia settimanale) e Daily Alarm (sveglia giornaliera). Il cronografo visualizza il nome della modalità per 2 secondi prima di passare alla modalità visualizzata.



**ATTIVAZIONE**

Il dispositivo viene spedito in modalità "OFF" (spento) per preservare la durata della batteria. Per attivare il dispositivo, premere e tenere premuti per circa 4 secondi tutti e cinque i pulsanti contemporaneamente, finché l'indicatore STOP non scinque. Quando i pulsanti vengono rilasciati, il dispositivo è pronto per l'uso.

**ORA**

La modalità Time (ora) fornisce l'ora e la data come un orologio digitale. Premere ripetutamente MODE finché non appare la parola TIME. Per impostare ora e data, fare quanto segue.

- 1) Premere e tenere premuto RESET/ADJUST. Lampeggiano le cifre dei secondi. Premere START/STOP per arrotondare l'ora verso l'alto o verso il basso al minuto più vicino, impostando i secondi sullo zero.
- 2) Premere MODE (MODALITÀ). Lampeggiano le cifre dei minuti. Premere START/STOP per modificare i minuti; tenere premuto il pulsante per passare rapidamente in rassegna i valori.
- 3) Premere MODE (MODALITÀ). Le cifre dell'ora lampeggiano. Premere START/STOP per modificare l'ora (incluso il contrassegno AM/PM, ovvero mattina/pomeriggio).
- 4) Premere MODE (MODALITÀ). Lampeggia il giorno. Premere START/STOP per modificare il giorno.
- 5) Premere MODE (MODALITÀ). Lampeggia il mese. Premere START/STOP per modificare il mese.
- 6) Premere MODE (MODALITÀ). Lampeggiano le cifre dell'anno. Premere START/STOP per modificare l'anno.
- 7) Premere MODE (MODALITÀ). Il formato dell'ora lampeggia. Premere START/STOP per selezionare il formato dell'ora a 12 o a 24 ore (il formato selezionato verrà utilizzato in tutte le modalità). Il formato a 12 ore presenta l'indicazione AM/PM (mattina/pomeriggio).
- 8) Premere RESET/ADJUST in qualsiasi momento del procedimento quando si è terminata l'impostazione.

Premere e tenere premuto LAP/NEXT per visualizzare TIME 2, un secondo fuso orario. "TIME 2" appare sul display. Continuare a tenere premuto il pulsante per far passare l'ora e la data al secondo fuso orario, TIME 2. Dopo il passaggio, impostare il secondo fuso orario, TIME 2, seguendo la stessa procedura indicata sopra. Premere e tenere premuto LAP/NEXT per visualizzare o per ritornare dal secondo fuso orario (TIME 2) all'ora del fuso orario principale. Premere START/STOP per attivare o disattivare il segnale acustico orario. Quando è attivato, appare l'icona del campanello e il dispositivo emette ogni ora un segnale acustico.

**CRONOGRFO**

Questa modalità offre la funzione di cronografo (cronometro). Questa modalità è disponibile per 9 secondi, seguito dal tempo totale. Premere LAP/NEXT o RESET/ADJUST per visualizzare immediatamente il tempo totale.

Per avviare il cronografo, premere START/STOP. Il cronografo conta verso l'alto in incrementi di centesimi di secondo. Le ore vengono visualizzate nella parte in alto a destra del display (inizialmente si vede "00H").

Per fermare il cronografo, premere START/STOP. Per riavviare il cronografo, premere di nuovo START/STOP.

Mentre il cronografo sta scorrendo, premere LAP/NEXT per registrare un tempo di giro/intermedio. Il tempo di giro viene visualizzato con il numero di giri per 9 secondi, mentre il cronografo continua a scorrere.

Al termine della corsa, premere START/STOP. L'ultimo tempo di giro viene visualizzato per 9 secondi, seguito dal tempo totale. Premere LAP/NEXT o RESET/ADJUST per visualizzare immediatamente il tempo totale.

Una volta che il cronografo si è fermato ed è visualizzato il tempo totale, per memorizzare la corsa e passare alla corsa successiva (nuova), premere e tenere premuto LAP/NEXT, oppure, per ripristinare il cronografo (azzerare l'ultima corsa) premere e tenere premuto RESET/ADJUST. Il numero della corsa viene indicato nella parte in alto a destra del display. Le corse memorizzate possono essere richiamate nella modalità Recall, che viene descritta sotto.

Avvio automatico - Il cronografo può essere avviato automaticamente dopo un conto alla rovescia di 10 secondi. Quando il cronografo viene ripristinato (ripulito sullo zero), premere RESET/ADJUST per attivare/disattivare la funzione di avvio automatico. La parola "AUTO" appare in fondo al display quando questa funzione è attivata. Premere START/STOP per iniziare il conto alla rovescia. Il dispositivo emette un segnale acustico ogni secondo, seguito da un segnale acustico prolungato quando il cronografo viene avviato.

Il cronografo continua a scorrere quando si esce dalla modalità.

- NOTE
- Per vedere quanta memoria resta, una volta ripristinato il cronografo (sullo zero), premere e tenere premuto LAP/NEXT.
  - Il cronografo conta verso l'alto fino a 24 ore e poi ricomincia a contare da zero.

**VELOCITÀ**

La modalità Speed (velocità) calcola la velocità dei singoli giri. Questa modalità è disponibile solo quando il cronografo è azzerato. Premere ripetutamente MODE (modalità) finché non appare SPEED (velocità).

Per usare la modalità Speed, occorre impostare come segue la distanza del giro.

- 1) Premere e tenere premuto RESET/ADJUST. Lampeggiano le cifre di 1/100 di miglio. Premere START/STOP per modificare il valore; tenere premuto il pulsante per passare rapidamente in rassegna i valori.
- 2) Premere MODE (MODALITÀ). Lampeggiano le cifre di 1/10 di miglio. Premere START/STOP per modificare il valore.
- 3) Usare MODE e START/STOP come sopra per impostare le altre cifre.
- 4) Premere RESET/ADJUST in qualsiasi momento del procedimento quando si è terminata l'impostazione.

Questa modalità funziona come quella Chrono (cronografo), con l'eccezione che la velocità viene visualizzata per qualche secondo quando il cronometraggio viene fermato o quando si registra il tempo di giro/intermedio. Quando una corsa viene memorizzata, i dati sulla velocità vengono inclusi. Vedere la sezione RECALL (richiamo).

**RICHIAMO**

La modalità Recall (richiamo) permette all'utente di visualizzare i dati relativi alle corse memorizzate dalla modalità Chrono (cronografo) o Speed (velocità). Questa modalità è disponibile solo quando il cronometro non sta scorrendo. Premere ripetutamente MODE (modalità) finché non appare RECALL (richiamo).

Quando si entra nella modalità, viene visualizzata la memoria restante.

Se non vi sono dati memorizzati, vengono visualizzate le parole "NO DATA" (nessun dato). Altrimenti, viene visualizzata l'ultima corsa. Vengono indicati il numero e la data della corsa.

Per selezionare un'altra corsa da richiamare, premere LAP/NEXT. Questa operazione può essere fatta in qualsiasi momento della sequenza di richiamo.

Per richiamare una corsa, premere ripetutamente START/STOP per passare in rassegna uno ad uno i dati: data corsa, distanza giro (se la corsa è stata fatta in modalità Speed), tempi di giro, tempo totale, miglior tempo di giro e tempo medio di giro. Se una corsa è stata fatta in modalità Speed, la velocità viene indicata alternandola ai tempi di giro.

Per cancellare la corsa dalla memoria, premere e tenere premuto RESET/ADJUST. Per azzerare tutta la memoria, continuare a tenere premuto RESET/ADJUST.

**TIMER**

La modalità Timer offre un timer per conto alla rovescia con segnale di allerta. Premere ripetutamente MODE finché non appare la parola TIMER.

Per impostare l'ora del conto alla rovescia, fare quanto segue.

- 1) Premere e tenere premuto RESET/ADJUST. Lampeggiano le cifre dei secondi. Premere START/STOP per modificare i secondi; tenere premuto il pulsante per passare rapidamente in rassegna i valori.
- 2) Premere MODE (MODALITÀ). Lampeggiano le cifre dei minuti. Premere START/STOP per modificare i minuti.
- 3) Premere MODE (MODALITÀ). Le cifre dell'ora lampeggiano. Premere START/STOP per modificare l'ora (incluso il contrassegno AM/PM, ovvero mattina/pomeriggio).
- 4) Premere LAP/NEXT, in qualsiasi momento del procedimento, per selezionare l'azione da intraprendere al termine del conto alla rovescia, ovvero ripeti o conta verso l'alto .
- 5) Premere RESET/ADJUST in qualsiasi momento del procedimento quando si è terminata l'impostazione.

Per avviare il timer, premere START/STOP. Per fermare il conto alla rovescia, premere START/STOP. Per riprendere il conto alla rovescia, premere START/STOP, oppure, per azzerarlo, premere LAP/NEXT quando il timer si ferma.

L'orologio emette un segnale acustico quando il conto alla rovescia termina (il timer raggiunge lo zero). Premere un pulsante qualsiasi per silenziarlo. Se non si preme nessun pulsante, l'allerta suona per 20 secondi. Se il timer era impostato per ripetersi, ripete il conto alla rovescia un numero indefinito di volte. Altrimenti, comincia a contare verso l'alto.

Il timer continua a scorrere se si esce dalla modalità.

**PACER**

La modalità Pacer offre un segnale acustico che aiuta l'utente a regolare il ritmo della corsa o di un'altra attività. Premere ripetutamente MODE finché non appare la parola PACER.



# TIMEX

www.timex.com  
**W-213 157-095002 EU**

CE

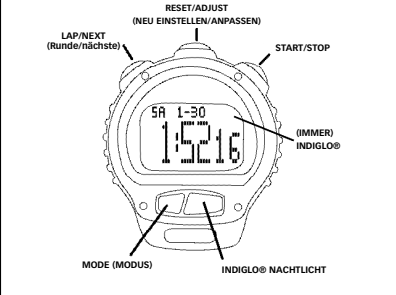
**WIR DANKEN FÜR DEN KAUF IHRER TIMEX® STOPPUIR.**

Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung für Ihre Timex® Stoppuhr genau durch.

## FUNKTIONEN UND ANWENDUNG

- Tageszeit im 12- oder 24-Stundenformat
- Tag und Datum
- 2 Zeitzone
- Option für Stundensignal
- 24-Stunden-Stoppuhr mit Speicher für 50 Runden in mehreren Läufen.
- Stoppuhr-Abwurf mit Datum, bester Runde und Durchschnittsrunnenzeit für jeden Lauf
- Option für 10-Sekunden-Auto-Start
- Geschwindigkeitsberechnung
- 24 Stunden Countdown-Timer (Countdown und Countup oder Wiederholen)
- Schrittzähler
- Eine tägliche und 7 wöchentliche Weckoptionen
- INDIGLO®-Nachlicht mit NIGHT-MODE® Funktion

MODE wiederholt drücken, um Modi zu durchlaufen: Zeit, Chrono, Geschwindigkeit, Abruf, Timer, Schrittzähler, wöchentlich und tägliche Weckoption. Gerät zeigt Modusnamen für 2 Sekunden an, bevor er in den Modus wechselt.



## AKTIVIERUNG

Gerät wird im "OFF" Modus geliefert, um die Batterie zu schonen. Zum Aktivieren, alle fünf Knöpfe gleichzeitig drücken und halten, bis STOP Anzeige verschwindet, ca. 4 Sekunden. Nach dem Loslassen der Knöpfe ist die Stoppuhr aktiviert.

## ZEIT (TIME)

Zeitmodus gibt Zeit und Datum an wie eine Digitaluhr. MODE wiederholt drücken, bis TIME (Zeit) erscheint.

- Zeit- und Datumseinstellung:
- RESET/ADJUST drücken und halten. Sekunden blinken. START/STOP drücken, um die Zeit auf die nächste volle Minute auf- oder abzurunden und die Sekunden auf Null zu stellen.
  - MODE drücken. Minuten blinken. START/STOP drücken, um Minuten zu ändern; Knopf halten, um Stellen durchlaufen zu lassen.
  - MODE drücken. Stunde blinkt. START/STOP drücken, um Stunde (und AM/PM) einzustellen.
  - MODE drücken. Tag blinkt. START/STOP drücken, um Tag zu ändern.
  - MODE drücken. Monat blinkt. START/STOP drücken, um Monat zu ändern.
  - MODE drücken. Jahr blinkt. START/STOP drücken, um Jahr zu ändern.
  - MODE drücken. Zeitformat blinkt. START/STOP drücken, um 12- oder 24-Stundenformat zu wählen (gewähltes Format wird für alle Modi benutzt). 12-Stundenformat enthält AM/PM.
  - RESET/ADJUST nach jeder beendet Einstellung drücken.

LAP/NEXT drücken, um TIME 2, eine zweite Zeitzone, einzusehen. "TIME 2" erscheint auf der Anzeige. Knopf gedrückt halten, um Zeit und Datum auf TIME 2 zu wechseln. Danach TIME 2 einstellen, wie oben beschrieben. LAP/NEXT drücken und halten, um auf die regionale Zeit zurückzustellen oder sie anzusehen. START/STOP nochmals drücken, um Stundenent ein- oder auszuschalten. Wenn eingeschaltet, erscheint das Glockensymbol und ein akustisches Signal ertönt jede Stunde.

## STOPPUIR (CHRONOGRAPH)

Dieser Modus bietet eine Stoppuhr. Diese Funktion ist nur bei abgestelltem Geschwindigkeitsmodus verfügbar. MODE wiederholt drücken, bis CHRONO erscheint. START/STOP drücken, um zu beginnen. Stoppuhr zählt bis zu Hundertstelsekunde. Stunden sind oben rechts auf der Anzeige sichtbar (Zählung beginnt mit "00H"). START/STOP drücken, um Vorgang zu beenden. START/STOP drücken, um Vorgang wieder aufzunehmen. Während Stoppuhr läuft, LAP/NEXT drücken, um Runde/Zwischenzeit aufzuzeichnen. Rundenzeit mit Rundennummer wird für 9 Sekunden angezeigt, während die Stoppuhr weiter läuft. Am Ende des Laufes START/STOP drücken. Die letzte Rundenzeit wird für 9 Sekunden gezeigt, dann die Gesamtzeit. LAP/NEXT oder RESET/ADJUST drücken für Gesamtzeit.

Sobald Stoppuhr gestoppt ist und die Gesamtzeit erscheint, LAP/NEXT drücken, um Runde zu speichern und eine neue Runde aufzuzeichnen, oder RESET/ADJUST drücken und halten, um die Stoppuhr zurückzustellen (letzte Runde löschen). Rundennummer erscheint oben rechts auf der Anzeige. Gespeicherte Runden können im Recall-Modus, wie weiter unten beschrieben, wieder abgerufen werden.

Auto-Start - Stoppuhr kann nach einem 10-Sekunden Countdown automatisch gestartet werden. Wenn Stoppuhr auf Null zurückgestellt ist, RESET/ADJUST drücken, um die Auto-Start-Funktion ein- oder auszuschalten. "AUTO" erscheint unten auf der Anzeige, wenn diese Funktion eingestellt ist. Drücken Sie START/STOP, um den Countdown zu beginnen. Ein akustisches Signal ertönt jede Sekunde, dann ein langer Ton, nachdem Stoppuhr gestartet wurde. Stoppuhr läuft weiter, wenn Modus verlassen wird.

**ANMERKUNGEN:**

- Um verbleibende Speicherkapazität zu sehen, nachdem Stoppuhr auf Null zurückgesetzt wurde, LAP/NEXT drücken und halten.
- Stoppuhr zählt bis zu 24 Stunden und beginnt dann wieder bei Null.

## GESCHWINDIGKEIT (SPEED)

Speed-Modus berechnet die Geschwindigkeit einzelner Runden. Diese Funktion ist nur verfügbar, wenn Stoppuhr auf Null zurückgesetzt wurde. MODE wiederholt drücken, bis SPEED erscheint.

- Um im Speed-Modus zu arbeiten, muss die Rundenlänge eingegeben werden:
- RESET/ADJUST drücken und halten. 1/100 Meile blinkt. START/STOP drücken, um Werte zu ändern; Knopf halten, um Stellen durchlaufen zu lassen.
  - MODE drücken. 1/10 Meile blinkt. START/STOP drücken, um Wert zu ändern.
  - MODE und START/STOP wie oben benutzen, um Stellen zu ändern.
  - RESET/ADJUST nach jeder beendet Einstellung drücken.
- Modus funktioniert wie Stoppuhr-Modus mit zusätzlicher kurzer Anzeige der Geschwindigkeit, wenn Zeitmessung gestoppt oder Runden/Zwischenzeit aufgezeichnet wird. Bei gespeichertem Lauf wird auch Geschwindigkeitsinformation gegeben. Siehe Abschnitt RECALL.

## ABRUFEN (RECALL)

Im Abrufmodus können gespeicherte Läufe vom Chrono- oder Speed-Modus eingesehen werden. Diese Funktion ist nur verfügbar, wenn Stoppuhr nicht läuft. MODE wiederholt drücken, bis RECALL erscheint.

Wenn dieser Modus eingestellt wird, wird die Speicherkapazität angezeigt.

Ist keine Information gespeichert, erscheint "NO DATA" auf der Anzeige. Sonst wird der letzte Lauf gezeigt. Laufnummer und -datum werden angezeigt.

Um einen anderen Lauf abzurufen, LAP/NEXT drücken. Dieses ist zu jedem Zeitpunkt innerhalb des Recall-Zyklus möglich. START/STOP wiederholt drücken, um einen Lauf abzurufen und die Daten einzusehen; Laufdatum, Rundenlänge (wenn der Lauf im Speed-Modus aufgezeichnet wurde), Rundenzeiten, Gesamtzeit, beste Rundenzeit und Durchschnittsrunnenzeit. Wurde der Lauf im Speed-Modus aufgezeichnet, wird die Geschwindigkeit abwechselnd mit den Rundenzeiten gezeigt.

Um einen Lauf aus dem Speicher zu löschen, RESET/ADJUST drücken und halten. Um den gesamten Speicher zu löschen, RESET/ADJUST weiterhin gedrückt halten.

## TIMER

Im Timer-Modus befindet sich ein Countdown Timer mit Signalton. MODE wiederholt drücken, bis TIMER erscheint.

- Einstellung der Countdown-Zeit:
- RESET/ADJUST drücken und halten. Sekunden blinken. START/STOP drücken, um Sekunden zu ändern; Knopf halten, um Stellen durchlaufen zu lassen.
  - MODE drücken. Minuten blinken. START/STOP drücken, um Minuten zu ändern.
  - MODE drücken. Stunden blinken. START/STOP drücken, um Stunden zu ändern.
  - LAP/NEXT nach jeder Einstellung drücken, um am Ende des Countdowns Wiederholen (repeat) oder Countup zu wählen.
  - RESET/ADJUST nach jeder beendet Einstellung drücken. START/STOP drücken, um zu beginnen.

STOP drücken, um Countdown zu unterbrechen. Um den Countdown fortzusetzen, START/STOP drücken; für Neueinstellung bei angehaltenem Countdown LAP/NEXT drücken.

Akustisches Signal ertönt, wenn Countdown beendet ist (Timer hat Null erreicht). Einen beliebigen Knopf drücken, um Signalton abzustellen. Wird kein Knopf gedrückt, ertönt das Signal 20 Sekunden lang. Wenn der Timer auf Wiederholen eingestellt wurde, wird der Countdown endlos wiederholt. Sonst beginnt er wieder zu zählen.

Timer läuft weiter, wenn Modus verlassen wird.

## SCHRITZÄHLER (PACER)

Schrittzähler Modus bietet akustisches Signal, das Ihnen hilft, Ihren Workout einzuteilen. MODE wiederholt drücken, bis PACER erscheint.

LAP/NEXT drücken, um Anzahl der gewünschten Signaltöne pro Minute einzustellen (30 - 240).

START/STOP drücken, um Schrittzähler ein- oder auszustellen. Sie können die Anzahl der Signaltöne pro Minute ändern, indem Sie - bei laufendem Schrittzähler - LAP/NEXT drücken.

Bei Verlassen des Modus stoppt der Schrittzähler automatisch.

## WÖCHENTLICHE WECKOPTION

Die Uhr hat 7 wöchentliche Weckoptionen. MODE wiederholt drücken, bis WEEKLY ALARM erscheint.

- Einstellung des Weckers:
- LAP/NEXT drücken, um Weckoption von AL-1 bis zu AL-7 zu wählen.
  - RESET/ADJUST drücken und halten. Wochentag blinkt. START/STOP drücken, um Wochentag zu ändern.
  - Press MODE. Minuten blinken. START/STOP drücken, um Minuten zu ändern; Knopf halten, um Stellen durchlaufen zu lassen.
  - MODE drücken. Stunde blinkt. START/STOP drücken, um Stunde (und AM/PM) einzustellen.
  - LAP/NEXT kann jederzeit gedrückt werden, um die Weckoption für regionale oder TIME 2 zu wählen.
  - RESET/ADJUST nach jeder beendet Einstellung drücken.

Wecker ist dann automatisch eingestellt (ON erscheint). Um Wecker ein- oder auszustellen, START/STOP drücken.

Weckersymbol erscheint im Zeitmodus, wenn ein Wecksignal für die angezeigte Zeit (Regionalzeit oder TIME 2) eingestellt ist. Einen beliebigen Knopf drücken, um Weckton abzustellen. Wird kein Knopf gedrückt, ertönt das Wecksignal 20 Sekunden lang. Der Weckton wird wöchentlich wiederholt, bis er deaktiviert wird.

## TÄGLICHER WECKTON (DAILY ALARM)

Die Uhr hat eine tägliche Weckoption. MODE wiederholt drücken, bis DAILY ALARM erscheint.

Zur Bedienung sehen Sie bitte den Abschnitt WEEKLY ALARM (Wöchentliche Weckoption) des Handbuchs. Das Einstellverfahren ist identisch, außer dass der 1. Schritt übersprungen wird.

Der Weckton wird täglich wiederholt, bis er deaktiviert wird.

## INDIGLO® NACHTLICHT MIT NIGHT-MODE® FUNKTION

INDIGLO® Knopf drücken, um Uhrenanzeige für 3 Sekunden zu beleuchten. Die für das INDIGLO® Nachlicht verwendete, Elektrotechnik beleuchtet das gesamte Zifferblatt bei Nacht und Dunkelheit. INDIGLO® drücken und 4 Sekunden lang halten, um NIGHT-MODE® zu aktivieren. Glühbirnensymbol erscheint. In diesem Modus wird das INDIGLO® Nachlicht durch Drücken eines beliebigen Knöpfes für 3 Sekunden aktiviert. NIGHT-MODE kann durch nachmaliges Drücken und 3-sekündelanges Halten von INDIGLO® deaktiviert werden, oder er stellt sich nach 3 Stunden automatisch ab.

## ANMERKUNG

Dieses Gerät wurde so entworfen und hergestellt, dass es Ihnen bei sachgerechter Behandlung lange Jahre zur Verfügung steht. Setzen Sie das Gerät keinen physischen oder mechanischen Erschütterungen oder unsachgemäßer Behandlung aus und vermeiden Sie extreme Temperaturen und Luftfeuchtigkeit. Hantieren Sie nicht mit den elektronischen Teilen. Sie sind nicht durch den Benutzer zu warten.

## WASSERBESTÄNDIGKEIT

Wasserdichte Uhren sind mit Tiefenangabe in Metern oder mit (≡) gekennzeichnet.

Wasserbeständigkeit/Tiefe	p.s.i.a. * Wasserdruck
30m/98ft	60
50m/164ft	86
100m/328ft	160

\*lbs per square inch absolute

## ACHTUNG: UM WASSERBESTÄNDIGKEIT ZU BEWAHREN, UNTER WASSER KEINE KNÖPFE DRÜCKEN.

- Die Uhr ist nur wasserdicht, solange Glas, Knöpfe und Gehäuse intakt sind.
- Dies ist keine Taucheruhr und sie sollte nicht zum Tauchen benutzt werden.
- Nach Kontakt mit Salzwasser Uhr mit klarem Wasser abspülen.

## BATTERIE

Das Gerät wird von 2 Lithium CR 2032 Batterien betrieben, die eine Lebensdauer bis zu 2 Jahren (900-1672) für Mexico (1-800-01-060-0) oder INDIGLO® Nachlichts und des Weckers. Wenn die Anzeige dunkel oder leer wird, Batterien ersetzen. Die 6 kleinen Schrauben auf der Gehäuserückseite herausdrehen und Rückseite abnehmen. Die Schrauben der Metallstreifen über den Batterie lockern (nicht entfernen) und Batterien herausnehmen. Batterien auswechseln und den gesamten Vorgang in umgekehrter Reihenfolge wiederholen.

## BATTERIE NICHT INS FEUER WERFEN. NICHT WIEDERAUFLADBAR. BATTERIEN VON KINDERN FERNHALTEN.

ACHTUNG: Wenn die Gehäuserückwand geöffnet wurde, kann Wasserfestigkeit nicht mehr garantiert werden. Nach Austausch der Batterien nicht mehr ins Wasser tauchen.

## TIMEX INTERNATIONALE GARANTIE

(U.S.A. - ENGESCHRÄNKTE GARANTIE - SIEHE VORBEREITETE BEI GEBRAUCHSANWEISUNG FÜR ANGEBOGENSBEDINGUNGEN EINER ERWERTERTEN GARANTIE)  
 Für Ihre TIMEX-UHR übernimmt die Timex Corporation eine Garantie auf Herstellungsängel für die Dauer DREI JAHE (3) vom Original-Kaufdatum. Timex und Ihre Partner weltweit erkennen diese internationale Garantie an.  
 Bitte beachten Sie, dass Timex nach eigenem Ermessen die Uhr durch Installieren neuer oder gründlich überholter und überprüfter Komponenten reparieren bzw. durch ein identisches oder funktionsfähiges Ersatzteil ersetzen lässt. Dies ist ein gesetzlich vorgeschriebenes Recht, das Sie nicht auf Mängel oder Schäden Ihrer Uhr bezieht.  
 1) Wenn die Garantiezeit abgelaufen ist.  
 2) Wenn das Produkt ursprünglich nicht von einem autorisierten TIMEX-Händler gekauft wurde.  
 3) Wenn Reparaturen nicht von TIMEX durchgeführt wurden.  
 4) Wenn diese durch Unfall, unvorsichtige Eingriffe oder unsachgemäße Behandlung entstanden sind.  
 5) Wenn Glas, Gurt oder Armband, Uhrgehäuse, Zubehör oder Batterie betroffen sind. Ein kann den Ersatz dieser Teile in Rechnung stellen.  
 DIESE GARANTIE UND DIE DABIN ENHALTENEN RECHTMITTEL SCHLIESSEN ALLE ANDERWEGIGEN GARANTIEEN AUS UND ERSETZEN DIESE UNABHÄNGIG DAVON, OB ES SICH DABEI UM AUSDRÜCKLICHE ODER SCHRIFTLICHE GARANTIEEN HANDELT, INKLUSIVE JEGLICHER STILLSCHWENDENDER GARANTIEEN IN BEZUG AUF MARKTANGEBOT ODER EIGNUNG FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK. TIMEX HAFTET NICHT FÜR SONDER-, NEBEL- ODER FOLGESCHÄDEN. Einige Länder und Bundesstaaten erlauben keine Einschränkungen stillschwegender Garantien und keine Einschränkungen von Schadenersatzansprüchen, so dass diese Einschränkungen nicht unbedingt auf Sie zutreffen. Diese Garantie gibt Ihnen bestimmte Rechte, die über die in U.S.A. geltenden Rechte, die je nach Land oder Bundesstaat unterschiedlich sind.  
 Um den Garantie-Service in Anspruch zu nehmen, senden Sie Ihre Uhr an Timex, einen Timex-Partner oder den Timex-Einzelhändler, bei dem Sie die Uhr gekauft haben, mit ausgefülltem Original-Reparaturchein als Anlage. Auswechsell für USA und Kanada: legen Sie den ausgefüllten Original-Reparaturchein oder eine schriftliche Erklärung mit Namen, Adresse, Telefonnummer, Ort und Kaufdatum bei. Schreiben Sie zusammen mit einer Uhr folgenden Text für Porto- und Verpackung ein (hierbei handelt es sich nicht um Reparaturkosten): in den USA, Schick oder Zahlungsanweisung über US\$ 2,00 in Kanada, Schick oder Zahlungsanweisung über CAN\$ 4,00 und in GB, Schick oder Zahlungsanweisung über UK£ 2,50. In allen anderen Ländern stellt Timex die Porto- und Verpackungskosten Rechnung. KEINE BESONDEREN ARMBÄNDER ODER ANDERE ARTIKEL MIT PERSÖNLICHEM WERT BEIFÜGEN.  
 Inhaberd der USA erhalten Sie zusätzliche Garantieinformation unter der Nummer 1-800-328-2677. Für Kanada wählen Sie 1-800-391-1. Für Brasilien (0800-16782) für Mexico (1-800-01-060-0) für Zentralamerika, die Karibik, Bermuda und die Bahamas (501) 370 5775 (USA). Für Australien wählen Sie 612-9215-0991. Für GB wählen Sie 01235 810101. Für die Philippinen wählen Sie 63 2 81 63 42 00. Für Deutschland 49 7 231 494140. Für den mittleren Osten und Afrika 971-4-101850. Ihre alle anderen Länder wenden Sie bitte an Ihren örtlichen Timex-Einzelhändler oder Timex-Generalarverteiler. In Kanada, den USA und anderen bestimmten Standorten können funktionsfähige Ersatzteile für Ersatzteile am Markt und adressierten Versandumschlag für die Rücksendung der Uhr zur Verfügung stehen.

Met de modus Recall (Terugroepen) kunt de gegevens van opgeslagen lopen uit de modus Chrono of Speed bekijken. Deze modus is alleen beschikbaar wanneer de stopwatch niet loopt. Druk herhaaldelijk op MODE tot datd RECALL verschijnt.

Wanneer u bij deze modus komt, wordt het nog beschikbare geheugen weergegeven.

Als geen gegevens zijn opgeslagen, wordt "NO DATA" (GEEN GEGEVENS) weergegeven. Anders wordt de laatste loop weergegeven. Het loopnummer en de datum worden weergegeven. Om een andere terug te roepen loop te selecteren drukt u op LAP/NEXT. Dit kan op elk gewenst moment in de terugroepreeks worden gedaan.

Druk herhaaldelijk op START/STOP om de loop terug te roepen en de gegevens te doorlopen; loopdatum, rondstand (als de loop in de modus Speed werd gedaan), rondtijden, totale tijd, beste rondtijd en gemiddelde rondtijd. Als de loop in de modus Speed werd gedaan, wordt de snelheid afwisselend met de rondtijden weergegeven.

Houd RESET/ADJUST ingedrukt om de loop uit het geheugen te wissen. Bij RESET/ADJUST ingedrukt houden om het gehele geheugen te wissen.

## TIMER

De modus Timer heeft een countdown-timer met waarschuwing. Druk herhaaldelijk op MODE tot datd TIMER verschijnt.

- Afletijd instellen:
- Houd RESET/ADJUST ingedrukt. De seconden knipperen. Druk op START/STOP om de seconden te veranderen; houd de knop ingedrukt om de waarden te doorlopen.

# TIMEX

www.timex.com  
**W-213 157-095002 EU**

CE

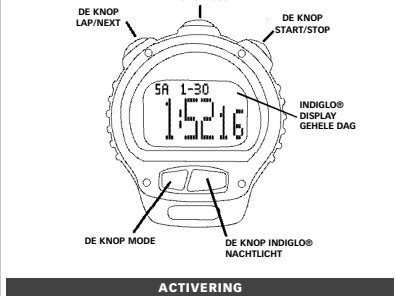
**WIJ DANKEN U VOOR DE AANKOOP VAN UW TIMEX® STOPWATCH.**

Lees de instructies goed door zodat u weet hoe u uw Timex® stopwatch moet bedienen.

## FUNCTIES EN ALGEMENE WERKING

- Tijd met 12- of 24-uurs indeling
- Dag en datum
- 2e tijdzone
- Optioneel uursignaal
- 24-uurs chronograaf met geheugen voor 50 rondten in meerdere lopen
- Chronograaf terugroepen met datumstempel, beste ronde en gemiddelde rondtijd voor elke loop
- Optioneel automatisch starten van chronograaf na 10 seconden
- Snelheidsberekening
- 24-uurs countdown-timer (aftellen en optellen of herhalen)
- Pacer
- 7 wekelijks alarmen en één dagelijks alarm
- INDIGLO® nachlicht met de functie NIGHT-MODE®

Druk herhaaldelijk op MODE om de modi te doorlopen. Time (Tijd), Chrono, Speed (Snelheid), Recall (Terugroepen), Timer, Pacer, Weekly Alarm (Wekelijks alarm) en Daily Alarm (Dagelijks alarm). De stopwatch geeft de naam van de modus 2 seconden weer alvorens naar de afgebeelde modus over te schakelen.



## ACTIVERING

De stopwatch wordt in de modus "OFF" (uit) geleverd zodat de batterij langer meegaat. Om de stopwatch te activeren houdt u alle vijf knoppen tegelijk ingedrukt totdat de indicator STOP verdwijnt, ongeveer 4 seconden. Wanneer u de knoppen loslaat, is de stopwatch klaar voor gebruik.

## TIJD

De tijdmodus geeft de tijd en datum zoals een digitaal horloge. Druk herhaaldelijk op MODE totdat TIME (TIJD) verschijnt.

Tijd en datum instellen:

- Houd RESET/ADJUST (RESET/BUSTELLEN) ingedrukt. De seconden knipperen. Druk op START/STOP om de tijd naar boven of beneden op de minuut af te ronden en de seconden op nul in te stellen.
- Druk op MODE. De minuten knipperen. Druk op START/STOP om de minuten te veranderen; houd de knop ingedrukt om de waarden te doorlopen.
- Druk op MODE. Het uur knippert. Druk op START/STOP om het uur te veranderen (incl. AM/PM).
- Druk op MODE. De dag knippert. Druk op START/STOP om de dag te veranderen.
- Druk op MODE. De maand knippert. Druk op START/STOP om de maand te veranderen.
- Druk op MODE. Het jaar knippert. Druk op START/STOP om het jaar te veranderen.
- Druk op MODE. De tijdsindeling knippert. Druk op START/STOP om de 12- of 24-uurs tijdsindeling te selecteren (de geselecteerde indeling wordt in alle modi gebruikt). De 12-uurs indeling heeft AM/PM.
- Druk bij elke gewenste stap op RESET/ADJUST wanneer u klaar bent met instellen.

Houd LAP/NEXT (RONDE/VOLGENDE) ingedrukt om TIME 2, een 2e tijdzone, te zien. "TIME 2" verschijnt op het display. Blijf de knop ingedrukt houden om de tijd en datum naar TIME 2 over te schakelen. Stel TIME 2 vervolgens aan de hand van de bovenstaande procedure in. Houd LAP/NEXT ingedrukt om TIME 2 te zien of naar de tijd thuis terug te schakelen.

Druk op START/STOP om het uursignaal aan of uit te zetten. Wanneer het aan is, verschijnt een belpictogram en geeft de stopwatch elk uur een signaal.

## CHRONOGRAAF

Deze modus biedt een chronograaffunctie (stopwatch). Deze modus is alleen beschikbaar wanneer de modus Speed (Snelheid) niet in gebruik is. Druk herhaaldelijk op MODE totdat CHRONO verschijnt.

Druk op START/STOP om te beginnen. Chrono telt met honderdsten van een seconde op. De uren worden rechtsboven op het display weergegeven (aanvankelijk "00H").

Druk op START/STOP om te stoppen. Druk nogmaals op START/STOP om te hervatten.

Terwijl de chronograaf loopt, kunt u op LAP/NEXT drukken om rond-tussentijd op te nemen. De rondtijd wordt 9 seconden met een rondennummer weergegeven terwijl de chronograaf blijft lopen.

Druk aan het einde van de loop op START/STOP. De laatste rondtijd wordt 9 seconden weergegeven gevolgd door de totale tijd. Druk op LAP/NEXT of RESET/ADJUST om onmiddellijk de totale tijd weer te geven.

Zodra de chronograaf gestopt is en de totale tijd wordt weergegeven, houdt u LAP/NEXT ingedrukt om de loop op te slaan en naar de volgende (nieuwe) te gaan of houdt u RESET/ADJUST ingedrukt om de chronograaf terug te stellen (laatste loop te wissen). Het loopnummer wordt rechtsboven op het display weergegeven. Opgeslagen lopen kunnen in de modus Recall (Terugroepen) worden teruggezien (zie hieronder).

Automatisch starten - De chronograaf kan na 10 seconden aftellen automatisch worden gestart. Wanneer de chronograaf teruggesteld is (nul), drukt u op RESET/ADJUST om de functie Automatisch starten aan of uit te zetten. "AUTO" verschijnt onder op het display wanneer deze functie aan staat. Druk op START/STOP om met aftellen te beginnen. De stopwatch geeft elke seconde één pieptoon gevolgd door één lange pieptoon wanneer de chronograaf wordt gestart. De chronograaf blijft lopen als u de modus afsluit.

OPMERKINGEN:

- Houd LAP/NEXT ingedrukt om te zien hoeveel geheugen nog beschikbaar is wanneer de chronograaf teruggesteld is (nul).
- De chronograaf telt tot 24 uur op en begint dan weer bij nul.

## SNELHEID

De modus Speed (Snelheid) berekent de snelheid van afzonderlijke rondten. Deze modus is alleen beschikbaar wanneer de chronograaf teruggesteld is (nul). Druk herhaaldelijk op MODE totdat SPEED verschijnt.

U moet de rondafstand instellen om de modus Speed te kunnen gebruiken:

- Houd RESET/ADJUST ingedrukt. Het cijfer voor 1/100 mijl knippert. Druk op START/STOP om de waarde te veranderen; houd de knop ingedrukt om de waarden te doorlopen.
- Druk op MODE. Het cijfer voor 1/10 mijl knippert. Druk op START/STOP om de waarde te veranderen.
- Gebruik MODE en START/STOP zoals hierboven om de andere cijfers in te stellen.
- Druk bij elke gewenste stap op RESET/ADJUST wanneer u klaar bent met instellen.

Deze modus werkt zoals de modus Chrono behalve dat de snelheid even wordt weergegeven wanneer het opnemen van de tijd wordt gestopt of wanneer de ronde-tussentijd wordt opgenomen. Bij het opslaan van de loop worden de snelheidsgegevens ook opgenomen. Zie het gedeelte TERUGROEVEN.

## TERUGROEVEN

Met de modus Recall (Terugroepen) kunt de gegevens van opgeslagen lopen uit de modus Chrono of Speed bekijken. Deze modus is alleen beschikbaar wanneer de stopwatch niet loopt. Druk herhaaldelijk op MODE tot datd RECALL verschijnt.

Wanneer u bij deze modus komt, wordt het nog beschikbare geheugen weergegeven.

Als geen gegevens zijn opgeslagen, wordt "NO DATA" (GEEN GEGEVENS) weergegeven. Anders wordt de laatste loop weergegeven. Het loopnummer en de datum worden weergegeven. Om een andere terug te roepen loop te selecteren drukt u op LAP/NEXT. Dit kan op elk gewenst moment in de terugroepreeks worden gedaan.

Druk herhaaldelijk op START/STOP om de loop terug te roepen en de gegevens te doorlopen; loopdatum, rondstand (als de loop in de modus Speed werd gedaan), rondtijden, totale tijd, beste rondtijd en gemiddelde rondtijd. Als de loop in de modus Speed werd gedaan, wordt de snelheid afwisselend met de rondtijden weergegeven.

Houd RESET/ADJUST ingedrukt om de loop uit het geheugen te wissen. Bij RESET/ADJUST ingedrukt houden om het gehele geheugen te wissen.

## TIMER

De modus Timer heeft een countdown-timer met waarschuwing. Druk herhaaldelijk op MODE totdat TIMER verschijnt.

- Afletijd instellen:
- Houd RESET/ADJUST ingedrukt. De seconden knipperen. Druk op START/STOP om de seconden te veranderen; houd de knop ingedrukt om de waarden te doorlopen.

- Druk op MODE. De minuten knipperen. Druk op START/STOP om de minuten te veranderen.
- Druk op MODE. De uren knipperen. Druk op START/STOP om de uren te veranderen.
- Druk bij elke gewenste stap op LAP/NEXT om de handeling aan het einde van het aftellen te selecteren. Herhalen of Optellen
- Druk bij elke gewenste stap op RESET/ADJUST wanneer u klaar bent met instellen.

Druk op START/STOP om de timer te starten. Druk op START/STOP om het aftellen even te stoppen. Druk op START/STOP om het aftellen te hervatten of druk op LAP/NEXT om het aftellen terug te stellen wanneer de timer stilstaat.

U hoort een pieptoon wanneer het aftellen is geëindigd (timer staat op nul). Druk op het even welke knop om de pieptoon te stoppen. Als er niet op een knop wordt gedrukt, weerlinkt de waarschuwing gedurende 20 seconden. Als de timer op herhalen is ingesteld, herhaalt de timer het aftellen een onbepaald aantal malen. Anders begint hij op te tellen.

De timer blijft lopen als u de modus afsluit.

## PACER

De modus Pacer geeft pieptonen om u te helpen het tempo van de loop of een andere activiteit aan te geven. Druk herhaaldelijk op MODE totdat PACER verschijnt.

Druk op LAP/RESET om het aantal pieptonen per minuut (30 - 240) te selecteren.

Druk op START/STOP om de pacer te starten of stoppen. U kunt het aantal pieptonen per minuut veranderen terwijl de pacer loopt door op LAP/NEXT te drukken.

Als u de modus afsluit, stopt de pacer automatisch.

## WEKELIJKS ALARM

De stopwatch heeft 7 wekelijks alarmen. Druk herhaaldelijk op MODE totdat WEEKLY ALARM verschijnt.

Een alarm instellen:

- Druk op LAP/NEXT om een op AL-1 tot AL-7 in te stellen alarm te selecteren.
- Houd RESET/ADJUST ingedrukt. De dag van de week knippert. Druk op START/STOP om de dag van de week te veranderen.