

## Cenni su questo manuale



- A seconda del modello di orologio, la visualizzazione del testo appare sotto forma di caratteri scuri su sfondo chiaro o sotto forma di caratteri chiari su sfondo scuro. Tutte le visualizzazioni di esempio in questo manuale sono mostrate usando caratteri scuri su sfondo chiaro.
- Le operazioni di tasto sono indicate mediante le lettere mostrate nell'illustrazione.
- Ciascuna sezione di questo manuale fornisce le informazioni necessarie per poter eseguire le operazioni in ciascun modo di funzionamento. Ulteriori dettagli e informazioni tecniche si trovano nella sezione "Riferimento".

I

## Indice

Guida generale .....	I-4
Indicazione dell'ora .....	I-6
Cronometro .....	I-8
Modo di richiamo .....	I-19
Timer per il conto alla rovescia .....	I-24
Suonerie .....	I-28
Doppia indicazione dell'ora .....	I-35
Illuminazione .....	I-36
Riferimento .....	I-40
Caratteristiche tecniche .....	I-49

I-1

## Descrizione dei procedimenti

La seguente è un'utile lista di riferimento di tutti i procedimenti operativi descritti in questo manuale.

Per impostare l'ora e la data .....	I-6
Per misurare i tempi con il cronometro .....	I-10
Per configurare i propri dati di base .....	I-16
Per attivare e disattivare il segnale di andatura .....	I-18
Per richiamare le registrazioni del cronometro .....	I-20
Per cancellare un registro .....	I-23
Per azzerare la schermata del totale cumulativo .....	I-23
Per impostare la durata iniziale del conto alla rovescia .....	I-24
Per usare il timer per il conto alla rovescia .....	I-25

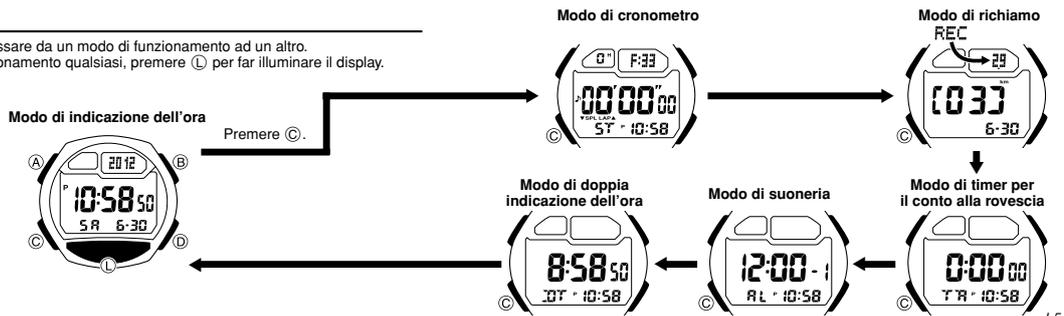
I-2

Per attivare e disattivare la ripetizione automatica .....	I-27
Per impostare l'ora per una suoneria .....	I-29
Per provare il suono della suoneria .....	I-31
Per selezionare il tipo di funzionamento della suoneria 1 .....	I-32
Per attivare e disattivare le suonerie da 2 a 5 .....	I-33
Per attivare e disattivare il segnale orario di ora esatta .....	I-34
Per impostare la doppia indicazione dell'ora .....	I-35
Per attivare manualmente l'illuminazione .....	I-36
Per attivare e disattivare la funzione di illuminazione automatica .....	I-39

I-3

## Guida generale

- Premere (C) per passare da un modo di funzionamento ad un altro.
- In un modo di funzionamento qualsiasi, premere (L) per far illuminare il display.



I-4

I-5

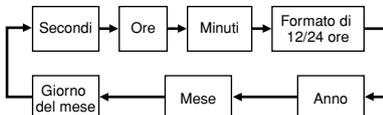
## Indicazione dell'ora



Usare il modo di indicazione dell'ora per impostare e per vedere l'ora e la data attuali.

## Per impostare l'ora e la data

1. Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto (A) finché i secondi iniziano a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.
2. Premere (C) per spostare il lampeggiamento nell'ordine indicato di seguito per selezionare altre impostazioni.



I-6

I-7

3. Mentre l'impostazione che si desidera cambiare lampeggia, usare (D) o (B) per farla cambiare come descritto di seguito.

Impostazione	Schermata	Uso dei tasti
Secondi		Premere (D) per riportare i secondi a 00.
Ore, Minuti	10:58 50	Usare (D) (+) o (B) (-) per far cambiare l'impostazione.
Formato di 12/24 ore	12 H	Premere (D) per passare dal formato di 12 ore (12H) a quello di 24 ore (24H) e viceversa.
Anno, Mese, Giorno del mese	' 12 6:30	Usare (D) (+) o (B) (-) per far cambiare l'impostazione.

4. Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.
- Il formato di indicazione dell'ora di 12 ore/24 ore selezionato nel modo di indicazione dell'ora viene applicato in tutti i modi di funzionamento.
- Il giorno della settimana viene visualizzato automaticamente conformemente alle impostazioni della data (anno, mese e giorno del mese).

## Cronometro



Il cronometro a centesimi di secondo è in grado di misurare il tempo trascorso e i tempi di giro/tempi parziali. Il cronometro utilizza i dati di base introdotti dall'utente e un segnale di andatura per calcolare la distanza percorsa facendo jogging o correndo. Anche i tempi di cronometraggio e la distanza vengono memorizzati nella memoria.

- L'operazione di misurazione del cronometro continua anche se si esce dal modo di cronometro.
- Se si esce dal modo di cronometro mentre un tempo di giro/tempo parziale è fermo sul display, il tempo di giro/tempo parziale scompare e il display ritorna alla misurazione del tempo trascorso.
- Le misurazioni del cronometro vanno eseguite nel modo di cronometro, in cui è possibile entrare premendo (C) (pagina I-5).

I-8

## Come funziona il cronometro

Il cronometro può essere utilizzato in due modi: per misurare il tempo trascorso e i tempi di giro/tempi parziali come un cronometro normale (fare riferimento a "Per misurare i tempi con il cronometro" (pagina I-10)) e per tenere traccia della distanza percorsa facendo jogging o correndo. Per poter usare il cronometro per tenere traccia della distanza, è necessario innanzitutto eseguire i punti descritti di seguito.

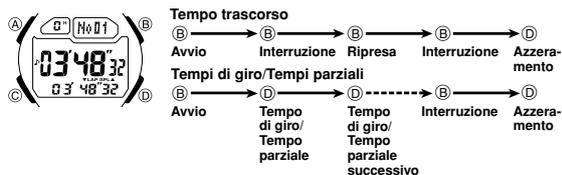
1. Introdurre i propri dati di base. Fare riferimento a "Dati di base" a pagina I-13.
2. Attivare il segnale di andatura. Fare riferimento a "Per attivare e disattivare il segnale di andatura" a pagina I-18.

## Note

- Per poter ottenere calcoli accurati della distanza, si devono impostare dati di base accurati e si deve mantenere la propria andatura di esercizio in conformità con il segnale di andatura emesso dall'orologio.
- Per informazioni sul tipo di dati che l'orologio memorizza nella memoria quando si usa il cronometro, fare riferimento a pagina I-45.
- Usare il modo di richiamo (pagina I-19) per vedere i dati memorizzati nella memoria.
- È possibile vedere i dati della distanza percorsa soltanto richiamando tali dati nel modo di richiamo. Tali dati non appaiono sulla schermata del modo di cronometro.

I-9

## Per misurare i tempi con il cronometro



### Note

- La pressione di (D) per eseguire un'operazione di misurazione di tempi di giro/tempi parziali blocca il tempo di giro/tempo parziale visualizzato sul display a quel punto per otto secondi circa. Dopodiché, il display ritorna all'operazione di misurazione normale dei tempi del cronometro.

- Durante un'operazione di misurazione dei tempi del cronometro, la parte superiore del display mostra il numero di giri/parziale attuale e la cifra delle ore, la parte centrale mostra il tempo parziale attuale, e la parte inferiore mostra il tempo di giro attuale.
- Quando il segnale di andatura è attivato, esso suona per i primi 30 secondi dopo che è stata avviata un'operazione di misurazione dei tempi del cronometro. Dopodiché, il segnale di andatura suona per 30 secondi ogni volta che si preme (A).
- Se il segnale di andatura non suona neppure quando lo si è attivato, premere (A) per cambiare la posizione del tempo di giro e quella del tempo parziale sul display. Questa operazione dovrebbe far suonare il segnale di andatura.

### Selezione del formato di schermata del cronometro

Le illustrazioni riportate di seguito mostrano come è possibile controllare la posizione del tempo di giro e del tempo parziale sulla schermata del cronometro.

I-10

I-11



- L'indicatore di tempo di giro/tempo parziale utilizza delle frecce per indicare la posizione del tempo di giro e del tempo parziale (tempo trascorso).

- Quando si avvia per la prima volta un'operazione di cronometrando premendo (B), sia la parte centrale che la parte inferiore del display mostrano i minuti, i secondi e i centesimi di secondo. Ogni volta che il tempo visualizzato nella parte inferiore del display è maggiore di 60 minuti, il formato della visualizzazione cambia a indicare le ore, i minuti e i secondi. Ogni volta che il tempo visualizzato nella parte centrale del display è maggiore di 10 ore, il formato della visualizzazione cambia a indicare le ore, i minuti e i secondi.

### Dati di base

L'espressione "dati di base" indica la predisposizione del segnale di andatura, e le informazioni sulla lunghezza del passo della persona che usa l'orologio.

### Importante!

- Non è possibile cambiare le impostazioni dei dati di base mentre è in corso un'operazione di misurazione del tempo del modo di cronometro. È necessario interrompere l'operazione del cronometro e riportare a tutti zeri la schermata del cronometro prima di poter cambiare le impostazioni dei dati di base.
- Ogni volta che si desidera cambiare l'unità di lunghezza del passo, si deve prima riportare a zero la schermata del totale cumulativo. Per informazioni su come fare ciò, fare riferimento a pagina I-23.

I-12

I-13

- Accertarsi di aggiornare i valori dei dati di base qualora la persona che usa l'orologio dovesse cambiare.

### Segnale di andatura

Il segnale di andatura di questo orologio suona in conformità con un valore (velocità) dell'andatura impostato dall'utente. È possibile usare il segnale di andatura per mantenere un'andatura costante quando si fa jogging o si corre. È possibile inoltre disattivare il segnale di andatura quando non si desidera usarlo.

- Il valore dell'andatura impostato specifica il numero di segnali acustici al minuto.
- L'attivazione del segnale di andatura fa suonare l'orologio alla frequenza specificata dal valore dell'andatura.
- È possibile impostare il valore dell'andatura nella gamma compresa tra 100 e 200 segnali acustici al minuto, in unità di 5.
- È possibile disabilitare la funzione di andatura impostando un valore dell'andatura di ---. Mentre il valore dell'andatura è impostato su ---, l'orologio non calcola la distanza percorsa.

### Lunghezza del passo

È possibile specificare centimetri (Cm) o pollici (I) come unità di lunghezza del passo. L'unità specificata per l'unità di lunghezza del passo determina anche l'unità di misura utilizzata per il valore della distanza nel modo di cronometro e nel modo di richiamo, come indicato di seguito.

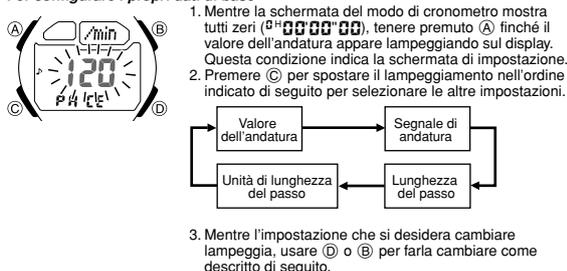
Unità di lunghezza del passo	Gamma di impostazione	Incremento dell'impostazione	Unità di distanza
Centimetri (Cm)	Da 40 a 190 cm	5 cm	Chilometri (km)
Pollici (I)	Da 16 a 76 in	2 in	Miglia (mi)

- I seguenti esempi illustrano come è possibile calcolare i valori per questa impostazione.  
 Sono necessari 239 passi per percorrere di corsa una pista di 300 metri.  
 $300 \text{ (metri)} \div 239 \text{ (passi)} = 1,255$  (approssimativamente 125 cm)  
 Sono necessari 239 passi per percorrere di corsa una pista di 330 iarde.  
 $330 \text{ (iarde)} \div 239 \text{ (passi)} \times 36 = 49,70$  (approssimativamente 50 pollici)

I-14

I-15

## Per configurare i propri dati di base



Impostazione	Schermata	Uso dei tasti
Valore dell'andatura	120 P/E	Usare (D) (+) o (B) (-) per far cambiare l'impostazione. • La selezione di --- disabilita il segnale di andatura.
Segnale di andatura	07 S o U o D	Premere (D) per attivare (S) o disattivare (B/F) il segnale di andatura.
Lunghezza del passo	cm	Usare (D) (+) o (B) (-) per far cambiare l'impostazione.
Unità di lunghezza del passo	40	Premere (D) per passare da centimetri (Cm) a pollici (I) e viceversa.

- Quando il segnale di andatura è attivato, il segnale di andatura suona in conformità con il valore dell'andatura mentre l'impostazione del segnale di andatura o quella del valore dell'andatura è visualizzata sul display.

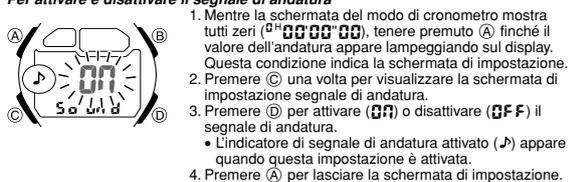
I-16

I-17

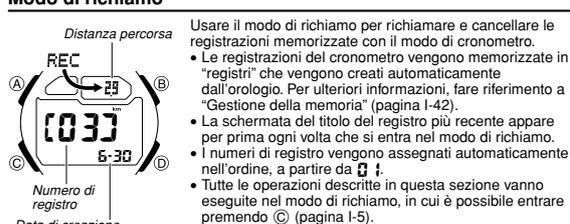
- Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.

- Se si scopre che l'unità di lunghezza del passo non cambia, riportare il totale cumulativo a tutti zeri (pagina I-23).

## Per attivare e disattivare il segnale di andatura



## Modo di richiamo

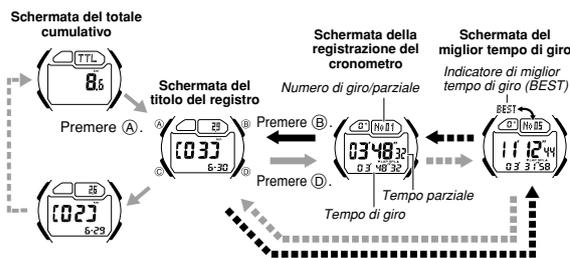


I-18

I-19

## Per richiamare le registrazioni del cronometro

Nel modo di richiamo, usare (A) per scorrere le schermate dei titoli dei registri, iniziando dalla più recente, come mostrato di seguito. Quando viene visualizzata la schermata del titolo del registro desiderato, usare (D) o (B) per scorrere le registrazioni contenute nel registro.



• La schermata del totale cumulativo mostra la distanza totale calcolata dall'ultima volta che la distanza totale cumulativa è stata azzerata (pagina I-23).

I-20

I-21

- Le posizioni del tempo di giro e del tempo parziale (parte centrale o inferiore del display) nella schermata della registrazione del cronometro sono determinate dal formato di visualizzazione selezionato per ultimo nel modo di cronometro (pagina I-11).
- L'indicatore BEST identifica la registrazione che contiene il miglior tempo di giro nel registro.
- Se una registrazione di miglior tempo di giro viene cancellata automaticamente quando il registro si riempie, l'indicatore BEST non sarà trasferito nella registrazione con il miglior tempo di giro successivo. Fare riferimento a "Gestione della memoria" (pagina I-42) per ulteriori informazioni sulla cancellazione automatica delle registrazioni.
- L'unità di misura utilizzata per il calcolo della distanza dipende dall'unità selezionata per la lunghezza del passo come indicato nella tabella sottostante. Per ulteriori informazioni, fare riferimento a "Per configurare i propri dati di base" (pagina I-16).

Unità di lunghezza del passo selezionata	Unità di distanza
cm (centimetri)	km (chilometri)
in (pollici)	mi (miglia)

I-22

I-23

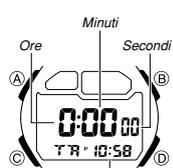
## Per cancellare un registro

1. Nel modo di richiamo, visualizzare la schermata del titolo del registro che si desidera cancellare.
  - Fare riferimento a "Per azzerare la schermata del totale cumulativo" di seguito per informazioni su ciò che accade quando si seleziona la schermata del totale cumulativo a questo punto.
2. Tenere premuti (B) e (D) finché l'orologio emette un segnale acustico e CLF: cessa di lampeggiare sul display.
- Questa operazione cancella il registro e tutte le registrazioni contenute al suo interno. La cancellazione di un registro non fa cambiare il valore della distanza totale cumulativa.

## Per azzerare la schermata del totale cumulativo

1. Nel modo di richiamo, visualizzare la schermata del totale cumulativo.
2. Tenere premuti (B) e (D) finché l'orologio emette un segnale acustico e CLF: cessa di lampeggiare sul display.
- Questa operazione riporta la distanza totale cumulativa a zero, senza cancellare alcun registro o alcuna registrazione. Un nuovo totale cumulativo inizierà con la successiva operazione di cronometratura eseguita.

## Timer per il conto alla rovescia



Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

È possibile impostare il timer per il conto alla rovescia nella gamma compresa fra 1 minuto e 100 ore. Quando il conto alla rovescia giunge a zero, una suoneria suona.

- È anche possibile selezionare la ripetizione automatica, che fa ripartire automaticamente il conto alla rovescia dal valore originale fissato ogni volta che viene raggiunto lo zero.
- Le funzioni di timer per il conto alla rovescia sono disponibili nel modo di timer per il conto alla rovescia, in cui è possibile entrare premendo (C) (pagina I-5).

### Per impostare la durata iniziale del conto alla rovescia

1. Mentre la durata iniziale del conto alla rovescia è visualizzata sul display nel modo di timer per il conto alla rovescia, tenere premuto (A) finché l'impostazione delle ore della durata iniziale del conto alla rovescia inizia a lampeggiare, condizione che indica la schermata di impostazione.

I-24

I-25

- Premere (B) mentre un'operazione di conto alla rovescia è in corso per interromperla temporaneamente (per fare una pausa). Premere di nuovo (B) per far ripartire il conto alla rovescia.
- Per interrompere definitivamente un'operazione di conto alla rovescia, interromperla prima temporaneamente (premendo (B)), e quindi premere (D). Questa operazione riporta la durata del conto alla rovescia al suo valore iniziale.

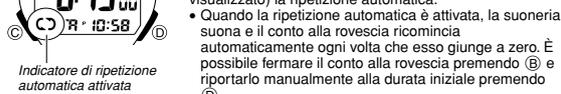
- Se la durata iniziale del conto alla rovescia non è visualizzata, usare il procedimento descritto in "Per usare il timer per il conto alla rovescia" per visualizzarla.
2. Premere (C) per spostare il lampeggiamento tra l'impostazione delle ore e quella dei minuti.
  3. Usare (D) (+) o (B) (-) per far cambiare l'elemento lampeggiante.
  - Per impostare il valore iniziale della durata del conto alla rovescia su 100 ore, impostare su 0:00.
  4. Premere (A) per lasciare la schermata di impostazione.

## Per usare il timer per il conto alla rovescia

- Premere (B) mentre l'orologio è nel modo di timer per il conto alla rovescia per avviare il timer per il conto alla rovescia.
- Quando il conto alla rovescia giunge alla fine e la ripetizione automatica è disattivata, la suoneria suona per 10 secondi o finché non la si silenzia premendo un tasto qualsiasi. La durata del conto alla rovescia viene riportata automaticamente al suo valore iniziale dopo che la suoneria ha smesso di suonare.

## Per attivare e disattivare la ripetizione automatica

Quando la durata iniziale del conto alla rovescia è visualizzata sulla schermata del modo di timer per il conto alla rovescia, tenere premuto (D) per due secondi circa per attivare (C visualizzato) o disattivare (C non visualizzato) la ripetizione automatica.



Indicatore di ripetizione automatica attivata

- Quando la ripetizione automatica è attivata, la suoneria suona e il conto alla rovescia ricomincia automaticamente ogni volta che esso giunge a zero. È possibile fermare il conto alla rovescia premendo (B) e riportarlo manualmente alla durata iniziale premendo (D).
- Il conteggio con ripetizione automatica si ripete fino a sette volte.

I-26

I-27

## Suonerie



Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

È possibile impostare cinque suonerie quotidiane indipendenti. Quando una suoneria è attivata, il segnale acustico della suoneria suona quando viene raggiunta l'ora fissata per la suoneria. Una delle suonerie può essere configurata come suoneria a ripetizione o suoneria per 1 volta, mentre le altre quattro sono suonerie per 1 volta. È possibile attivare anche il segnale orario di ora esatta che fa suonare l'orologio due volte ogni ora allo scoccare dell'ora.

- Sono disponibili cinque schermate di suoneria, dal numero 1 al numero 5. La schermata del segnale orario di ora esatta è indicata da :00.
- Tutte le operazioni descritte in questa sezione vanno eseguite nel modo di suoneria, in cui è possibile entrare premendo (C) (pagina I-5).

I-28

## Per impostare l'ora per una suoneria



1. Nel modo di suoneria, usare (D) per scorrere le schermate di suoneria finché viene visualizzata quella della suoneria che si desidera impostare.
  - È possibile configurare la suoneria 1 come suoneria a ripetizione o come suoneria per 1 volta. Le suonerie da 2 a 5 possono essere usate soltanto come suonerie per 1 volta.
  - La suoneria a ripetizione suona ripetutamente ogni cinque minuti.
2. Dopo aver selezionato una suoneria, tenere premuto (A) finché l'impostazione delle ore dell'ora per la suoneria inizia a lampeggiare. Questa condizione indica la schermata di impostazione.

I-29

3. Premere **(C)** per spostare il lampeggiamento tra l'impostazione delle ore e quella dei minuti.
4. Mentre un'impostazione lampeggia, usare **(D)** (+) o **(B)** (-) per farla cambiare.
  - Quando si imposta l'ora per la suoneria usando il formato di 12 ore, fare attenzione a impostare correttamente l'ora per la mattina (nessun indicatore) o per il pomeriggio (indicatore P).
5. Premere **(A)** per lasciare la schermata di impostazione.

### Funzionamento della suoneria

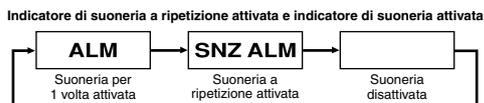
La suoneria suona all'ora preselezionata per 10 secondi circa. Nel caso della suoneria a ripetizione, l'operazione di suoneria viene eseguita un totale di sette volte, ogni cinque minuti, finché non si disattiva la suoneria o non la si cambia in una suoneria per 1 volta (pagina I-32).

I-30

I-31

### Per selezionare il tipo di funzionamento della suoneria †

1. Nel modo di suoneria, usare **(D)** per selezionare la suoneria †.
2. Premere **(B)** per scorrere le impostazioni disponibili nell'ordine indicato di seguito.



- Il relativo indicatore di suoneria attivata viene visualizzato sul display in tutti i modi di funzionamento quando una suoneria è attivata.
- L'indicatore **SNZ** lampeggia durante gli intervalli di 5 minuti tra una suoneria e l'altra.
- Se si visualizza la schermata di impostazione suoneria † (pagina I-29) mentre la suoneria a ripetizione è attivata, la suoneria a ripetizione si disattiva automaticamente (rendendo la suoneria † una suoneria per 1 volta).

I-32

I-33

### Per attivare e disattivare il segnale orario di ora esatta

Indicatore di segnale orario di ora esatta attivato



1. Nel modo di suoneria, usare **(D)** per selezionare il segnale orario di ora esatta.
2. Premere **(B)** per attivare o disattivare la funzione visualizzata.
  - L'attivazione del segnale orario di ora esatta visualizza l'indicatore di segnale orario di ora esatta attivato sulla relativa schermata.
  - L'indicatore di segnale orario di ora esatta attivato viene visualizzato sul display in tutti i modi di funzionamento.

I-34

### Note

- La pressione di un tasto qualsiasi mette termine al funzionamento del segnale acustico della suoneria.
- L'esecuzione di una qualsiasi delle seguenti operazioni durante un intervallo di 5 minuti tra una suoneria a ripetizione e l'altra disattiva l'operazione attuale di suoneria a ripetizione.
  - Visualizzazione della schermata di impostazione del modo di indicazione dell'ora (pagina I-6)
  - Visualizzazione della schermata di impostazione suoneria † (pagina I-29)

### Per provare il suono della suoneria

Nel modo di suoneria, tenere premuto **(D)** per far suonare la suoneria.

### Per attivare e disattivare le suonerie da 2 a 5

Indicatore di suoneria attivata



1. Nel modo di suoneria, usare **(D)** per selezionare una suoneria per 1 volta (suonerie dal numero 2 al numero 5).
2. Premere **(B)** per attivare o disattivare la suoneria visualizzata.
  - L'attivazione di una suoneria per 1 volta (suonerie da 2 a 5) visualizza l'indicatore di suoneria attivata sulla relativa schermata.
  - L'indicatore di suoneria attivata viene visualizzato sul display in tutti i modi di funzionamento.
  - Se una qualsiasi delle suonerie è attivata, l'indicatore di suoneria attivata viene visualizzato sul display in tutti i modi di funzionamento.

### Doppia indicazione dell'ora

Doppia indicazione dell'ora (Ore : Minuti Secondi)



Ora segnata nel modo di indicazione dell'ora

Il modo di doppia indicazione dell'ora consente di tenere traccia dell'ora in un altro fuso orario.

- Il conteggio dei secondi della doppia indicazione dell'ora è sincronizzato con il conteggio dei secondi del modo di indicazione dell'ora.

### Per impostare la doppia indicazione dell'ora

1. Premere **(C)** per entrare nel modo di doppia indicazione dell'ora (pagina I-5).
2. Usare **(A)**, **(B)** e **(D)** per impostare l'ora del modo di doppia indicazione dell'ora.
  - Ogni pressione di **(D)** (+) o di **(B)** (-) fa cambiare l'impostazione dell'ora in incrementi/decrementi di 30 minuti.
  - La pressione di **(A)** imposta il modo di doppia indicazione dell'ora sulla stessa ora del modo di indicazione dell'ora.

### Illuminazione

Indicatore di illuminazione automatica attivata



Il display dell'orologio è illuminato da un LED (diode a emissione luminosa) e da un pannello a fibra ottica per una facile visione delle indicazioni al buio. La funzione di illuminazione automatica dell'orologio fa attivare automaticamente l'illuminazione quando si orienta l'orologio verso il proprio viso.

- Per poter funzionare, l'illuminazione automatica deve essere attivata (condizione indicata dall'indicatore di illuminazione automatica attivata).
- Fare riferimento a "Avvertenze sull'illuminazione" a pagina I-46 per altre informazioni importanti sull'uso dell'illuminazione.

### Per attivare manualmente l'illuminazione

In un modo di funzionamento qualsiasi, premere **(L)** per far illuminare il display per un secondo circa.

- L'operazione sopra descritta attiva l'illuminazione indipendentemente dall'impostazione attuale della funzione di illuminazione automatica.

I-36

### Funzione di illuminazione automatica

L'attivazione della funzione di illuminazione automatica fa accendere la l'illuminazione ogni volta che si posiziona il polso come descritto di seguito in un qualsiasi modo di funzionamento.



I-37

### Attenzione!

- Accertarsi sempre di trovarsi in un luogo sicuro quando si legge la visualizzazione sul display dell'orologio usando la funzione di illuminazione automatica. Fare particolare attenzione mentre si corre o mentre si è impegnati in qualsiasi altra attività che comporta il pericolo di incidenti o lesioni fisiche. Inoltre, fare attenzione affinché l'improvvisa illuminazione dovuta all'attivazione della funzione di illuminazione automatica non sorprenda e non distraga gli altri attorno a sé.
- Quando si porta l'orologio, accertarsi che la sua funzione di illuminazione automatica sia disattivata prima di montare in sella ad una bicicletta o di mettersi alla guida di una motocicletta o di un altro veicolo a motore. L'attivazione improvvisa e involontaria dell'illuminazione automatica può provocare distrazione, che può essere causa di incidenti stradali e di gravi lesioni fisiche.

I-38

### Per attivare e disattivare la funzione di illuminazione automatica

Nel modo di indicazione dell'ora, tenere premuto **(D)** per due secondi circa per attivare (indicatore di illuminazione automatica attivata visualizzato) o disattivare (indicatore di illuminazione automatica attivata non visualizzato) la funzione di illuminazione automatica.

- Per protezione contro lo scaricamento della pila, la funzione di illuminazione automatica si disattiverà automaticamente circa sei ore dopo essere stata attivata. Ripetere il procedimento sopra descritto per riattivare la funzione di illuminazione automatica se lo si desidera.
- L'indicatore di illuminazione automatica attivata viene visualizzato sul display in tutti i modi di funzionamento quando la funzione di illuminazione automatica è attivata.

I-39

## Riferimento

Questa sezione contiene informazioni più dettagliate e informazioni tecniche sul funzionamento dell'orologio. Essa contiene inoltre avvertenze e note importanti sulle varie caratteristiche e funzioni di questo orologio.

### Funzione di ritorno automatico

Se non si esegue alcuna operazione per due o tre minuti mentre è visualizzata una schermata di impostazione (una schermata con cifre lampeggianti), l'orologio uscirà automaticamente dalla schermata di impostazione.

### Schermate iniziali

Quando si entra nel modo di suoneria, la schermata che era visualizzata l'ultima volta che si è usciti da quel modo appare per prima.

### Scorrimento dei dati e delle impostazioni

I tasti **(B)** e **(D)** servono in vari modi di funzionamento e in varie schermate di impostazione per scorrere i dati visualizzati sul display. Nella maggior parte dei casi, tenere premuti questi tasti durante un'operazione di scorrimento per scorrere i dati rapidamente.

I-40

## Indicazione dell'ora

- Se si riportano i secondi a **00** mentre il conteggio attuale è tra 30 e 59, i minuti vengono aumentati di 1 unità. Mentre il conteggio attuale è tra 00 e 29, i secondi vengono riportati a **00** ma i minuti rimangono invariati.
- Con il formato di indicazione dell'ora di 12 ore, l'indicatore **P** (pomeridiane) appare sul display per le ore comprese fra mezzogiorno e le 11:59 pm, mentre nessun indicatore appare per le ore comprese fra mezzanotte e le 11:59 am.
- Con il formato di indicazione dell'ora di 24 ore, le ore vengono indicate nella gamma compresa fra 0:00 e 23:59, senza indicatore.
- L'anno può essere impostato per il periodo compreso fra il 2000 e il 2039.
- Il calendario completamente automatico incorporato nell'orologio tiene conto automaticamente della differenza durata dei mesi e degli anni bisestili. Una volta impostata la data, non c'è bisogno di cambiarla, tranne dopo la sostituzione della pila dell'orologio.

I-41

## Cronometro

- È possibile usare la misurazione dei tempi di giro per calcolare il tempo impiegato per completare un tratto specifico (come un singolo giro) di una corsa.
- È possibile usare la misurazione dei tempi parziali per calcolare il tempo impiegato per arrivare dal punto di partenza ad un punto specifico in una corsa.

### Gestione della memoria

Ogni volta che si preme **(B)** per avviare una nuova operazione di misurazione del tempo trascorso o dei tempi di giro/tempi parziali nel modo di cronometro (pagina I-10), l'orologio crea automaticamente un nuovo "registro" nella sua memoria. Il registro rimane aperto per la memorizzazione dei dati finché lo si chiude permanentemente premendo **(D)** per riportare il cronometro a tutti zeri.

• L'orologio ha memoria sufficiente per poter contenere fino a 61 registrazioni. Poiché ciascuna schermata del titolo del registro (pagina I-21) utilizza uno spazio della memoria pari ad una registrazione, il numero massimo di registrazioni di tempi di giro/tempi parziali che è possibile memorizzare dipende dal numero di registri che sono presenti attualmente nella memoria, come indicato di seguito.

I-42

Capacità della memoria	Numero di registri attualmente presenti nella memoria	Capacità di registrazione tempi di giro/tempi parziali
61 registrazioni	1	61 registrazioni – 1 schermata del titolo del registro = 60
	2	61 registrazioni – 2 schermate del titolo del registro = 59
	5	61 registrazioni – 5 schermate del titolo del registro = 56

- L'orologio calcola anche la distanza totale cumulativa per tutte le operazioni di cronometraggio effettuate dall'ultima volta che la distanza totale cumulativa è stata azzerata (pagina I-23). Il totale cumulativo non influisce sulla capacità della memoria.
- Se la memoria dell'orologio è già piena quando si esegue un'operazione di tasto per il cronometro che crea un nuovo registro, il registro più vecchio presente nella memoria e tutte le sue registrazioni vengono cancellati automaticamente per fare spazio al nuovo registro.

I-43

- Se la memoria dell'orologio si riempie mentre si stanno aggiungendo registrazioni all'unico registro presente nella memoria, l'aggiunta di un'altra registrazione causa la cancellazione automatica della registrazione più vecchia presente nel registro per fare spazio alla nuova registrazione.
- Se la memoria dell'orologio si riempie mentre si stanno aggiungendo registrazioni ad un registro quando nella memoria sono presenti più registri, l'aggiunta di un'altra registrazione causa la cancellazione automatica del registro più vecchio presente nella memoria e di tutte le sue registrazioni per fare spazio a nuove registrazioni.

I-44

## Come vengono memorizzati i dati del cronometro

La tabella riportata di seguito mostra in che maniera vengono memorizzati i dati quando si eseguono le varie operazioni di tasto descritte a pagina I-10.

Operazione di tasto per il cronometro	Operazione di memorizzazione dati
<b>(B)</b> Avvio (da tutti zeri)	Viene creato un nuovo registro: data e distanza attuali (aggiornamento eseguito man mano che la misurazione prosegue).
<b>(B)</b> Interruzione	La misurazione del tempo si interrompe, senza memorizzazione dei dati nella memoria.
<b>(B)</b> Ripresa	La misurazione del tempo riprende, senza memorizzazione dei dati nella memoria.
<b>(D)</b> Tempo di giro/Tempo parziale	Viene creata una nuova registrazione: tempi di giro/tempi parziali visualizzati.
<b>(D)</b> Azzeramento	Viene creata una nuova registrazione: tempi di giro/tempi parziali visualizzati. (L'indicazione del cronometro viene riportata a tutti zeri.)

I-45

## Avvertenze sull'illuminazione

- L'illuminazione può essere difficile da vedere sotto la luce solare diretta.
- L'illuminazione si spegne automaticamente ogni volta che suona una suoneria.
- Un uso frequente dell'illuminazione abbrevia la durata della pila.

### Avvertenze sull'illuminazione automatica

• Se si porta l'orologio sulla parte interna del polso o se si muove o si fa vibrare il braccio, l'illuminazione automatica potrebbe attivarsi frequentemente facendo illuminare il display. Per evitare di scaricare la pila, disattivare la funzione di illuminazione automatica ogni volta che si è impegnati in attività che potrebbero causare una frequente illuminazione del display.

I-46

Troppo alto per più di 15 gradi



- L'illuminazione può non accendersi se il quadrante dell'orologio è fuori parallelo per più di 15 gradi in alto o in basso. Accertarsi che il dorso della mano sia parallelo al suolo.
- L'illuminazione si spegne dopo un secondo circa, anche se si tiene l'orologio orientato verso il proprio viso.
- L'elettricità statica o l'intensità del campo magnetico possono interferire con il corretto funzionamento della funzione di illuminazione automatica. Se l'illuminazione non si accende, provare a spostare l'orologio nella posizione iniziale (parallela al suolo) e quindi inclinarlo nuovamente verso di sé. Se ciò non ha alcun effetto, abbassare completamente il braccio in modo che pendia di fianco, e quindi riportarlo su nuovamente.

- In determinate condizioni, l'illuminazione può non accendersi fino a un secondo circa dopo che si è rivolto il quadrante dell'orologio verso di sé. Questo non è necessariamente indice di problemi di funzionamento della funzione di illuminazione automatica.

I-47

- Potrebbe essere udibile un leggerissimo ticchettio proveniente dall'orologio quando si scuote l'orologio avanti e indietro. Questo rumore è causato dall'operazione meccanica dell'illuminazione automatica, e non è indice di problemi all'orologio.

I-48

## Caratteristiche tecniche

**Accuratezza a temperatura normale:** ±30 secondi al mese

**Indicazione dell'ora:** Ore, minuti, secondi, pomeridiane (P), anno, mese, giorno del mese, giorno della settimana

Formato di indicazione dell'ora: 12 ore e 24 ore

Sistema di calendario: Calendario completamente automatico preprogrammato dal 2000 al 2039

**Cronometro:** Misurazioni dei tempi e della distanza

Unità di misurazione: Un centesimo di secondo (parte inferiore del display per i primi 60 minuti, parte centrale del display per le prime 10 ore) o 1 secondo (parte inferiore del display dopo 60 minuti, parte centrale del display dopo 10 ore); 0,1 miglia o km

Capacità di misurazione: 99:59:59; 99,9 miglia o km; 999,9 miglia o km (distanza percorsa totale)

Modi di misurazione: Tempo trascorso, tempi di giro/tempi parziali

I-49

Capacità di memorizzazione: 61 registrazioni (memoria utilizzata dalle registrazioni dei tempi di giro/tempi parziali e dalle schermate dei titoli dei registri); distanza percorsa totale

Introduzione dei dati di base: Lunghezza del passo

Altre funzioni: Segnale di andatura; numero di giro/parziale (da 01 a 99); schermata del miglior tempo di giro

**Timer per il conto alla rovescia:**

Unità di misurazione: 1 secondo

Gamma di introduzione: Da 1 minuto a 100 ore (incrementi di 1 minuto e incrementi di 1 ora)

Altre funzioni: Conteggio con ripetizione automatica

**Suonerie:** 5 suonerie quotidiane (quattro suonerie per 1 volta; una suoneria a ripetizione/per 1 volta); segnale orario di ora esatta

**Doppia indicazione dell'ora:** Ore, minuti, secondi, pomeridiane (P)

**Illuminazione:** LED (diodo a emissione luminosa); funzione di illuminazione automatica

**Pila:** Una pila al litio (Tipo: CR2025)

Durata di circa 10 anni per il tipo CR2025 (supponendo un uso della suoneria per 10 secondi al giorno, un uso della retroilluminazione per 1,5 secondi al giorno, e una operazione del cronometro con segnale di andatura (valore dell'andatura: 120) di 30 secondi alla settimana)