

# Guía de operación 3283

## Acerca de este manual



- Dependiendo del modelo de reloj, el texto visualizado aparece como caracteres oscuros sobre un fondo claro, o bien como caracteres claros sobre un fondo oscuro. Todos los ejemplos de presentaciones de este manual se muestran con caracteres oscuros sobre un fondo claro.
- Las operaciones de botón se indican usando las letras mostradas en la ilustración.
- Cada sección de este manual le proporciona la información necesaria para realizar las operaciones en cada modo. Detalles adicionales e información técnica pueden ser encontradas en la sección "Referencia".

S

## Contenidos

- Guía general ..... S-4
- Hora normal ..... S-6
- Cronógrafo ..... S-8
- Modo de llamada de datos ..... S-19
- Temporizador de cuenta regresiva ..... S-24
- Alarmas ..... S-27
- Hora doble ..... S-33
- Iluminación ..... S-34
- Referencia ..... S-38
- Especificaciones ..... S-47

S-1

## Bosquejo de los procedimientos

La siguiente es una lista de referencia práctica de todos los procedimientos de operación contenidos en este manual.

- Para ajustar la hora y fecha ..... S-6
- Para medir tiempos con el cronógrafo ..... S-10
- Para configurar sus datos básicos ..... S-16
- Para activar y desactivar la señal de marcación de ritmo ..... S-18
- Para llamar los registros del cronógrafo ..... S-20
- Para borrar una memoria de registro ..... S-23
- Para reposicionar la pantalla de total acumulativo ..... S-23
- Para ajustar el tiempo de inicio de la cuenta regresiva ..... S-24
- Para usar el temporizador de cuenta regresiva ..... S-25

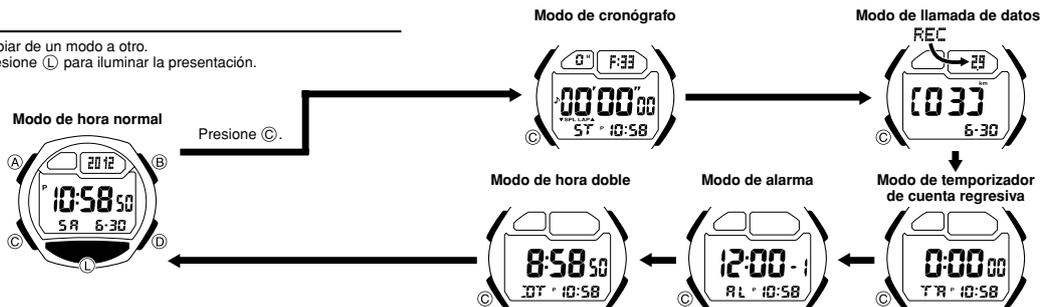
S-2

- Para activar y desactivar la repetición automática ..... S-26
- Para ajustar una hora de alarma ..... S-28
- Para probar la alarma ..... S-30
- Para seleccionar la operación de la alarma f ..... S-30
- Para activar y desactivar las alarmas 2 a la 5 ..... S-31
- Para activar y desactivar la señal horaria ..... S-32
- Para ajustar la hora doble ..... S-33
- Para activar la iluminación manualmente ..... S-34
- Para activar y desactivar el interruptor de luz automático ..... S-36

S-3

## Guía general

- Presione (C) para cambiar de un modo a otro.
- En cualquier modo, presione (L) para iluminar la presentación.



S-4

S-5

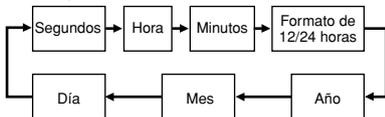
## Hora normal



Para ajustar y ver la hora y fecha actuales, utilice el modo de hora normal.

### Para ajustar la hora y fecha

1. En el modo de hora normal, mantenga presionado (A) hasta que los segundos comiencen a destellar, lo cual indica la pantalla de ajuste.
2. Presione (C) para mover la parte destellante en la secuencia mostrada a continuación para seleccionar otros ajustes.



S-6

S-7

3. Cuando el ajuste que desea cambiar está destellando, utilice (D) y (B) para cambiarlo como se describe a continuación.

Ajuste	Pantalla	Operación de botón
Segundos	10:58:50	Presione (D) para reposicionar a 00.
Hora y minutos	10:58:50	Utilice (D) (+) y (B) (-) para cambiar el ajuste.
Formato de 12/24 horas	12 H	Presione (D) para alternar la hora normal entre los formatos de 12 horas (12H) y 24 horas (24H).
Año, mes y día	12 6-30	Utilice (D) (+) y (B) (-) para cambiar el ajuste.

4. Presione (A) para salir de la pantalla de ajuste.
  - El formato de hora normal de 12/24 horas que selecciona en el modo de hora normal también se aplica en todos los modos.
  - El día de la semana se visualiza automáticamente de acuerdo con los ajustes de fecha (año, mes y día).

## Cronógrafo



El cronógrafo de 1/100 de segundo puede medir el tiempo transcurrido y tiempos de vuelta/fracción. El cronógrafo utiliza los datos básicos que ha ingresado y una señal de marcación de ritmo, para calcular la distancia que ha cubierto mientras trotas o corres. Los tiempos del cronógrafo y su distancia son también almacenados en la memoria.

- La operación de medición del cronógrafo continúa aun si sale del modo de cronógrafo.
- Saliendo del modo de cronógrafo mientras un tiempo de vuelta/fracción se encuentra fijo sobre la presentación, borra el tiempo de vuelta/fracción y retorna a la medición de tiempo transcurrido.
- Las mediciones del cronógrafo se realizan en el modo de cronógrafo, al cual ingresa presionando (C) (página S-5).

S-8

S-9

## Cómo funciona el cronógrafo

El cronógrafo puede utilizarse de dos maneras diferentes: para medir el tiempo transcurrido y los tiempos de vuelta/fracción como un cronógrafo estándar (vea la parte titulada "Para medir tiempos con el cronógrafo" (página S-10)), y para llevar la cuenta de la distancia que cubre mientras trotas o corres. Para llevar la cuenta de la distancia, primero deberá realizar los pasos listados a continuación.

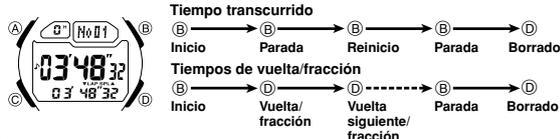
1. Ajuste sus datos básicos. Vea la parte titulada "Datos básicos" en la página S-13.
2. Active la señal de marcación de ritmo. Vea la parte titulada "Para activar y desactivar la señal de marcación de ritmo" en la página S-18.

### Notas

- Para obtener cálculos de distancia precisos, deberá ajustar los datos básicos precisamente y mantener el ritmo de su ejercicio de acuerdo con la señal de marcación de ritmo emitida por el reloj.
- Para informarse acerca del tipo de datos que el reloj almacena en la memoria cuando utiliza el cronógrafo vea la página S-43.
- Para ver los datos almacenados en la memoria, vea el modo de llamada de datos (página S-19).

- También puede ver solamente los datos de la distancia cubierta, llamándolos en el modo de llamada de datos. No aparecen en la pantalla del modo de cronógrafo.

### Para medir tiempos con el cronógrafo



### Notas

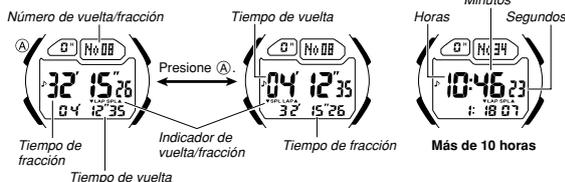
- Presionando **(D)** para realizar una operación de vuelta/fracción, fija el tiempo de vuelta/fracción en el punto sobre la presentación durante unos ocho segundos. Después de eso, la presentación retorna a la medición de tiempo de cronógrafo normal.

S-10

- Durante una operación de medición de tiempo del cronógrafo, la parte superior de la presentación muestra el número de vuelta/fracción actual y el dígito de hora, la parte central muestra la hora de fracción actual, y la parte inferior muestra el tiempo de vuelta actual.
- Cuando la señal de marcación de ritmo se encuentra activada, suena durante los primeros 30 segundos después que inicia una operación de medición de tiempo del cronógrafo. Después de eso, la señal de marcación de ritmo suena durante 30 segundos siempre que presiona **(A)**.
- Si la señal de marcación de ritmo no suena aunque se encuentra activada, presione **(A)** para cambiar la posición del tiempo de vuelta y tiempo de fracción sobre la presentación. Esto ocasionará que la señal de marcación de ritmo suene.

### Seleccionando el formato de la pantalla del cronógrafo

A continuación se muestra la manera en que puede controlar la posición del tiempo de vuelta y tiempo de fracción sobre la pantalla del cronógrafo.



- El indicador de vuelta/fracción utiliza flechas para indicar la ubicación del tiempo de vuelta y tiempo de fracción (transcurrido).

S-12

- Cuando inicia al principio una operación de cronógrafo presionando **(B)**, la parte central y la parte inferior de la presentación muestran los minutos, segundos y 1/100 de segundo. Siempre que la hora se muestra en la parte inferior de la presentación es mayor de 60 minutos, el formato de presentación cambia para mostrar las horas, minutos y segundos. Siempre que la hora en la parte central de la presentación es mayor de 10 horas, el formato de presentación cambia para mostrar las horas, minutos y segundos.

### Datos básicos

El término "datos básicos" se refiere a la configuración de la señal de marcación de ritmo, y la información acerca de la longitud de su paso.

### ¡Importante!

- No puede cambiar los ajustes de los datos básicos mientras una operación de medición de tiempo en el modo de cronógrafo se encuentra en progreso. Antes de que pueda cambiar los ajustes de los datos básicos, la operación del cronógrafo debe estar detenida y la pantalla del cronógrafo debe estar reposicionada completamente a cero.

- Siempre que desea cambiar la unidad de la longitud de paso, primero deberá reposicionar la pantalla de total acumulativo a cero. Para informarse acerca de cómo realizar esto, vea la página S-23.
- Siempre que cambia la persona que utiliza el reloj, asegúrese de actualizar los valores de datos básicos.

### Señal de marcación de ritmo

- La señal de marcación de ritmo de este reloj emite zumbidos de acuerdo al ajuste del valor (régimen) de marcación de ritmo que realiza. Puede utilizar la señal de marcación de ritmo para mantener un ritmo constante mientras trota o corre. También puede desactivar la señal de marcación de ritmo cuando no desea usarla.
- El valor de la marcación de ritmo que ajusta especifica el número de zumbidos por minuto.
  - Activando la señal de marcación de ritmo ocasiona que el reloj emita zumbidos en un régimen especificado por el valor de marcación de ritmo.
  - Puede ajustar un valor de marcación de ritmo en la gama de 100 a 200 tiempos por minuto, en unidades de 5.
  - Puede inhabilitar la función de marcación de ritmo ajustando un valor de marcación de ritmo de ---. Mientras el valor de marcación de ritmo está ajustado a ---, el reloj no calcula la distancia cubierta.

S-14

### Longitud de paso

Como la unidad de longitud de paso, puede especificarse centímetros (cm) o pulgadas (in). La unidad que especifica para la longitud de paso también determina la unidad de medición utilizada para el valor de distancia en el modo de cronógrafo y modo de llamada de datos, como se muestra a continuación.

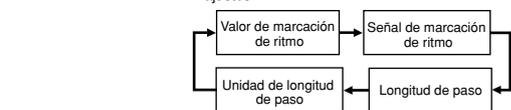
Unidad de longitud de paso	Gama de ajuste	Incremento de ajuste	Unidad de distancia
Centímetros (cm)	40 a 190 cm	5 cm	Kilómetros (km)
Pulgadas (in)	16 a 76 pulg.	2 pulg.	Millas (mi)

- Los ejemplos siguientes ilustran cómo puede calcular los valores para este ajuste.  
 $239 \text{ pasos requeridos para correr alrededor de una pista de } 300 \text{ metros.}$   
 $300 \text{ (metros)} \div 239 \text{ (pasos)} = 1,255 \text{ (aproximadamente } 125 \text{ centímetros)}$   
 $239 \text{ pasos requeridos para correr alrededor de una pista de } 330 \text{ yardas.}$   
 $330 \text{ (yardas)} \div 239 \text{ (pasos)} \times 36 = 49,70 \text{ (aproximadamente } 50 \text{ pulgadas)}$

S-15

### Para configurar sus datos básicos

- Mientras la pantalla del modo de cronógrafo muestra completamente cero (00:00:00), mantenga presionado **(A)** hasta que el valor de marcación de ritmo aparezca destellando sobre la presentación. Esto indica la pantalla de ajuste.
- Presione **(C)** para mover la parte destellante en la secuencia mostrada siguiente para seleccionar otros ajustes.



- Cuando el ajuste que desea cambiar se encuentra destellando, utilice **(D)** y **(B)** para cambiarlo como se describe a continuación.

S-16

Ajuste	Pantalla	Operaciones de botón
Valor de marcación de ritmo	120 PR LR	Utilice <b>(D)</b> (+) y <b>(B)</b> (-) para cambiar el ajuste. • Seleccionando --- inhabilita la señal de marcación de ritmo.
Señal de marcación de ritmo	ON SOUND	Presione <b>(D)</b> para alternar entre la activación (ON) y desactivación (OFF) de la señal de marcación de ritmo.
Longitud de paso	cm	Utilice <b>(D)</b> (+) y <b>(B)</b> (-) para cambiar el ajuste.
Unidad de longitud de paso	40	Presione <b>(D)</b> para alternar entre centímetros (cm) y pulgadas (in).

- Cuando la señal de marcación de ritmo está activada, la señal de marcación de ritmo suena de acuerdo con el valor de marcación de ritmo, mientras la pantalla de la señal de marcación de ritmo o ajuste de valor de marcación de ritmo se encuentra sobre la presentación.

S-17

- Presione **(A)** para salir de la pantalla de ajuste.
- Si encuentra que la unidad de longitud de paso no cambia, reposicione el total acumulativo completamente a cero (página S-23).

### Para activar y desactivar la señal de marcación de ritmo

- Mientras la pantalla del modo de cronógrafo muestra completamente cero (00:00:00), mantenga presionado **(A)** hasta que el valor de marcación de ritmo aparezca destellando sobre la presentación. Esto indica la pantalla de ajuste.
- Presione una vez **(C)** para visualizar la pantalla de ajuste de la señal de marcación de ritmo.
- Presione **(D)** para alternar entre la activación (ON) y desactivación (OFF) de la señal de marcación de ritmo.
  - Cuando el ajuste está activado, aparece el indicador de activación de señal de marcación de ritmo (P).
- Presione **(A)** para salir de la pantalla de ajuste.

S-18

### Modo de llamada de datos

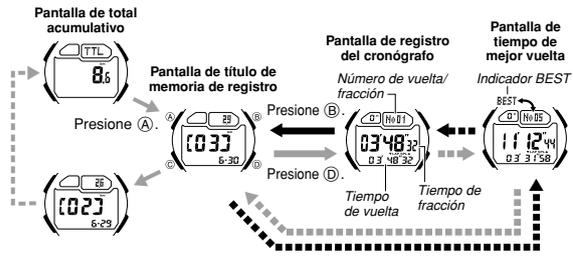


- Utilice el modo de llamada de datos para llamar y borrar los registros almacenados en el modo de cronógrafo.
- Los registros del cronógrafo se almacenan en las "memorias de registro" que son creadas automáticamente por el reloj. Para mayor información, vea la parte titulada "Administración de la memoria" (página S-40).
  - Siempre que ingresa el modo de llamada de datos, la pantalla del título del registro más nuevo aparece primero.
  - Los números de las memorias de registro se asignan automáticamente en secuencia, comenzando desde 01.
  - Todas las operaciones en esta sección se realizan en el modo de llamada de datos, al cual puede ingresar presionando **(C)** (página S-5).

S-19

## Para llamar los registros del cronógrafo

En el modo de llamada de datos, utilice (A) para pasar a través de las pantallas de título de la memoria de registro, comenzando desde la más nueva, como se muestra a continuación. Cuando se visualiza la pantalla de título de la memoria de registro, utilice (D) y (E) para realizar un ciclo a través de los registros contenidos en la memoria de registro.



- La pantalla de total acumulativo muestra la distancia total desde la reposición de la última distancia total acumulativa (página S-23).

S-20

S-21

- Las ubicaciones del tiempo de vuelta y tiempo de fracción (parte media o inferior de la presentación) en la pantalla de registro del cronógrafo, se determinan por el último formato de presentación que ha seleccionado en el modo de cronógrafo (página S-12).
- El indicador BEST identifica el registro que contiene el mejor tiempo de vuelta en la memoria de registro.
- Si un registro de mejor tiempo de vuelta es borrado automáticamente cuando se completa la memoria de registro, el indicador BEST no será transferido al registro con el mejor tiempo de vuelta siguiente. Para informarse acerca del borrado automático de los registros, vea la parte titulada "Administración de la memoria" (página S-40).
- La unidad de medición usada para el cálculo de distancia depende en la unidad que selecciona para su longitud de paso, como se muestra en la tabla siguiente. Para mayor información vea la parte titulada "Para configurar sus datos básicos" (página S-16).

Unidad de paso seleccionada	Unidad de distancia
cm (centímetros)	km (kilómetros)
in (pulgadas)	mi (millas)

S-22

S-23

## Para borrar una memoria de registro

- En el modo de llamada de datos, visualice la pantalla de título de la memoria de registro que desea borrar.
  - Para informarse acerca de lo que sucede cuando selecciona aquí la pantalla de total acumulativo, vea a continuación la parte titulada "Para reposicionar la pantalla de total acumulativo".
- Mantenga presionado (E) y (D) hasta que el reloj emita zumbidos y CLF: pare de destellar sobre la presentación.
- Esto borra la memoria de registro y todos los registros dentro de la misma. Borrando una memoria de registro no cambia el valor de la distancia total acumulativa.

## Para reposicionar la pantalla de total acumulativo

- En el modo de llamada de datos, visualice la pantalla de total acumulativo.
- Mantenga presionado (E) y (D) hasta que el reloj emita zumbidos y CLF: pare de destellar sobre la presentación.
- Esto reposiciona la distancia del total acumulativo a cero, sin borrar ninguna memoria de registro o registros. Se iniciará un total acumulativo nuevo con la siguiente operación de cronógrafo que realice.

## Temporizador de cuenta regresiva



El temporizador de cuenta regresiva puede ajustarse dentro de una extensión de 1 minuto a 100 horas. Cuando la cuenta regresiva llega a cero suena una alarma.

- También se puede seleccionar la repetición automática, que automáticamente reinicia la cuenta regresiva desde el valor original que ajusta siempre que se llega a cero.
- Las funciones del temporizador de cuenta regresiva se disponen en el modo de temporizador de cuenta regresiva, al cual puede ingresar usando (C) (página S-5).

### Para ajustar el tiempo de inicio de la cuenta regresiva

- Mientras el tiempo de inicio de la cuenta regresiva se encuentra en la presentación del modo de temporizador de cuenta regresiva, mantenga presionado (A) hasta que el ajuste de hora del tiempo de inicio de la cuenta regresiva comience a destellar, lo cual indica la pantalla de ajuste.

S-24

- Si el tiempo de inicio de la cuenta regresiva no se visualiza, utilice el procedimiento en la parte titulada "Para usar el temporizador de cuenta regresiva", para visualizarlo.
- Presione (C) para mover la parte destellante entre los ajustes de la hora y minutos.
  - Utilice (D) (+) y (E) (-) para cambiar el ítem destellando.
  - Para ajustar el valor del tiempo de la cuenta regresiva a 100 horas, ajuste 0:00.
  - Presione (A) para salir de la pantalla de ajuste.

### Para usar el temporizador de cuenta regresiva

- Para iniciar el temporizador de cuenta regresiva, presione (B) mientras el reloj se encuentra en el modo de temporizador de cuenta regresiva.
- Cuando se llega al final de la cuenta regresiva y la repetición automática está desactivada, la alarma suena durante 10 segundos o hasta que la para presionando cualquier botón. El tiempo de la cuenta regresiva se reposiciona automáticamente a su valor inicial después que se para la alarma.
  - Presione (B) mientras una operación de cuenta regresiva se encuentra en progreso para realizar una pausa. Presione (B) nuevamente para reanudar la cuenta regresiva.

S-25

- Para parar completamente una operación de la cuenta regresiva, primero realice una pausa (presionando (B)), y luego presione (D). Esto retorna el tiempo de cuenta regresiva a su valor inicial.

### Para activar y desactivar la repetición automática



Indicador de activación de repetición automática

Mientras se visualiza el tiempo de inicio de cuenta regresiva sobre la pantalla del modo de temporizador de cuenta regresiva, mantenga presionado (D) durante unos dos segundos para alternar entre la activación (se visualiza C) y desactivación (no se visualiza C) de la repetición automática.

- Cuando la repetición automática está activada, la alarma suena y la cuenta regresiva se inicia de nuevo siempre que la cuenta regresiva llega a cero. Puede parar la cuenta regresiva presionando (B), y reposicionar manualmente al tiempo de inicio de la cuenta regresiva presionando (D).
- La medición de tiempo con repetición automática se repite hasta ocho veces.

S-26

C

## Alarmas



Se pueden ajustar cinco alarmas diarias independientes. Cuando una alarma se encuentra activada, el tono de alarma suena cuando se llega a la hora de alarma. Una de las alarmas puede configurarse como una alarma de despertador o una alarma que suena una vez, mientras las otras cuatro son alarmas que suenan una sola vez. También puede activar la señal horaria que ocasiona que el reloj emita dos zumbidos a cada hora sobre la hora ajustada.

- Hay cinco pantallas de alarma numeradas de 1 al 5. La pantalla de señal horaria se indica mediante :00.
- Todas las operaciones en esta sección se realizan en el modo de alarma, al que se ingresa presionando (C) (página S-5).

### Para ajustar una hora de alarma



- En el modo de alarma, utilice (D) para desplazar a través de las pantallas de alarma hasta visualizar la hora que desea ajustar.

- Puede configurar la alarma 1 como una alarma de despertador o una alarma que suena una vez. Las alarmas 2 a la 5 pueden usarse solamente como alarmas que suenan una sola vez.
  - La alarma de despertador se repite a cada cinco minutos.
- Después que selecciona una alarma, mantenga presionado (A) hasta que el ajuste de hora de la hora de alarma comience a destellar. Esto indica la pantalla de ajuste.
  - Presione (C) para mover la parte destellante entre los ajustes de hora y minutos.

S-28

- Mientras un ajuste está destellando, utilice (D) (+) y (E) (-) para cambiarlo.
- Cuando se ajusta la hora de alarma usando el formato de 12 horas, tenga cuidado de ajustar la hora correctamente como hora de la mañana AM (sin indicador) o de la tarde PM (indicador P).
- Presione (A) para salir de la pantalla de ajuste.

### Operación de alarma

La alarma suena a la hora programada durante 10 segundos. En el caso de la alarma de despertador, la operación de alarma se realiza un total de siete veces a cada cinco minutos, hasta que desactiva la alarma o la cambia a una alarma que suena una vez (página S-30).

### Notas

- Presionando cualquier botón para la operación del tono de alarma.
- Realizando cualquiera de las operaciones siguientes durante un intervalo de cinco minutos entre las alarmas de despertador, cancela la operación de alarma de despertador actual.
- Visualizando la pantalla de ajuste del modo de hora normal (página S-6).
- Visualizando la pantalla de ajuste de la alarma 1 (página S-28).

S-29

## Para probar la alarma

Para hacer sonar la alarma, mantenga presionado **(D)** en el modo de alarma.

## Para seleccionar la operación de la alarma †

1. En el modo de alarma, utilice **(D)** para seleccionar la alarma †.
2. Presione **(B)** para realizar un ciclo a través de los ajustes disponibles en la secuencia que se muestra a continuación.

Indicador de activación de alarma de despertador e indicador de activación de alarma



- El indicador de activación de alarma aplicable se visualiza en todos los modos cuando se activa la alarma.
- El indicador **SNZ** destella durante intervalos de 5 minutos entre las alarmas.

S-30

- Visualizando la pantalla de ajuste de la alarma † (página S-28), mientras la alarma de despertador está activada automáticamente desactiva la alarma de despertador (haciendo que la alarma † sea una alarma que suena una vez).

## Para activar y desactivar las alarmas ‡ a la 5

Indicador de activación de alarma



1. En el modo de alarma, utilice **(D)** para seleccionar una alarma que suena una vez (número de alarma ‡ a la 5).
  2. Presione **(B)** para alternar entre la activación y desactivación de la alarma visualizada.
- Activando la alarma de una sola vez (‡ a la 5) visualiza el indicador de activación de alarma sobre su pantalla.
  - El indicador de activación de alarma se visualiza en todos los modos.
  - Si alguna alarma está activada, el indicador de activación de alarma se muestra sobre la presentación en todos los modos.

S-31

## Para activar y desactivar la señal horaria

Indicador de activación de señal horaria



1. En el modo de alarma, utilice **(D)** para seleccionar la señal horaria.
  2. Presione **(B)** para alternar entre la activación y desactivación del ítem visualizado.
- Activando la señal horaria visualiza el indicador de activación de señal horaria sobre su pantalla.
  - El indicador de activación de señal horaria se visualiza en todos los modos.

S-32

## Hora doble

Hora doble (Hora : Minutos Segundos)



El modo de hora doble le permite saber la hora de una zona horaria diferente.

- La cuenta de segundos de la hora doble se encuentra sincronizada con la cuenta de segundos del modo de hora normal.

## Para ajustar la hora doble

1. Presione **(C)** para ingresar el modo de hora doble (página S-5).
  2. Utilice **(A)**, **(B)** y **(D)** para ajustar la hora del modo de hora doble.
- A cada presión de **(D)** (+) y **(B)** (-) cambia el ajuste de hora en incrementos de 30 minutos.
  - Presionando **(A)** ajusta el modo de hora doble a la misma hora que el modo de hora normal.

S-33

## Iluminación

Indicador de activación del interruptor de luz automático



La presentación del reloj se ilumina mediante un diodo LED (diodo emisor de luz) y un panel de guía de luz para una fácil lectura en la oscuridad. El interruptor de luz automático del reloj, activa automáticamente la iluminación cuando inclina el reloj hacia su cara.

- Para que opere el interruptor de luz automático debe estar activado (indicado por el indicador de activación del interruptor de luz automático).
- Para otra información importante acerca del uso de la iluminación, vea la parte titulada "Precauciones con la iluminación" (página S-44).

## Para activar la iluminación manualmente

En cualquier modo, presione **(L)** para iluminar la presentación durante alrededor de un segundo.

- La operación anterior activa la iluminación sin considerar del ajuste actual del interruptor de luz automático.

S-34

## Acerca del interruptor de luz automático

Activando el interruptor de luz automático ocasiona que la iluminación se active siempre que ubica su muñeca como se describe a continuación en cualquier modo.

Moviendo el reloj a una posición que sea paralela al piso y luego inclinandolo hacia su posición en más de 40 grados ocasiona que la iluminación se ilumine.

- Utilice el reloj fuera de su muñeca.



S-35

## ¡Advertencia!

- **Asegúrese de estar siempre en un lugar seguro al realizar una lectura de la presentación del reloj usando el interruptor de luz automático. Tenga especial precaución cuando corre o está realizando cualquier otra actividad que pueda resultar en accidente o lesiones. También tenga cuidado de que una iluminación repentina por el interruptor de luz automático no sobresalte o distraiga a otras personas en su alrededor.**
- **Cuando está usando el reloj, asegúrese de que el interruptor de luz automático se encuentra desactivado, antes de montar una bicicleta o motocicleta o cualquier otro vehículo automotor. Una operación repentina y sin intención de la luz de fondo puede crear una distracción, lo cual puede resultar en un accidente de tráfico y en serias lesiones personales.**

## Para activar y desactivar el interruptor de luz automático

En el modo de hora normal, mantenga presionado **(D)** durante unos dos segundos para alternar entre la activación del interruptor de luz automático (se visualiza el indicador de activación del interruptor de luz automático), y desactivación (no se visualiza el indicador de activación del interruptor de luz automático).

S-36

- Para evitar que la pila se agote, el interruptor de luz automático será desactivado automáticamente en aproximadamente seis horas después de activarse. Repita el procedimiento anterior para activar de nuevo el interruptor de luz automático si así lo desea.
- El indicador de activación del interruptor de luz automático se encuentra sobre la presentación en todos los modos, mientras el interruptor de luz automático se encuentra activado.

S-37

## Referencia

Esta sección contiene información técnica y más detallada acerca de las operaciones del reloj. También contiene precauciones y notas importantes acerca de las variadas características y funciones de este reloj.

## Función de retorno automático

Si no realiza ninguna operación durante dos o tres minutos mientras se visualiza una pantalla de ajuste (una con los dígitos destellando), el reloj saldrá automáticamente de la pantalla de ajuste.

## Pantallas iniciales

Los botones **(B)** y **(D)** se usan en varios modos y pantallas para ir pasando a través de los datos sobre la presentación. En la mayoría de los casos, manteniendo presionado estos botones durante una operación de desplazamiento pasa visualizando a través de los datos en alta velocidad.

## Desplazamiento de datos y ajustes

Los botones **(B)** y **(D)** se usan en varios modos y pantallas para ir pasando a través de los datos sobre la presentación. En la mayoría de los casos, manteniendo presionado estos botones durante una operación de desplazamiento pasa visualizando a través de los datos en alta velocidad.

S-38

## Hora normal

- Reposicionando los segundos a **00** mientras la cuenta de segundos se encuentra en la extensión de 30 a 59 ocasiona que los minutos sean aumentados en 1. En la extensión de 00 a 29, los segundos se reposicionan a **00** sin cambiar los minutos.
- Con el formato de 12 horas, el indicador **P (PM)** aparece sobre la presentación para las horas en la extensión del mediodía hasta las 11:59 PM, y no aparece ningún indicador para las horas en la extensión de la medianoche hasta las 11:59 AM.
- Con el formato de 24 horas, las horas se indican en la extensión de las 0:00 hasta las 23:59, sin ningún indicador.
- El año puede ajustarse en la extensión de 2000 al 2039.
- El calendario completamente automático incorporado en su reloj, permite las diferentes extensiones de los meses y años bisiestos. Una vez que ajusta la fecha, no hay razón para cambiar la fecha excepto después de reemplazar la pila del reloj.

S-39

## Cronógrafo

- Puede usar la medición de tiempo de vuelta para medir el tiempo que tarda para completar una parte específica (tal como una sola vuelta) de una carrera.
- Puede usar la medición de tiempo fraccionado para medir el tiempo que tarda desde el inicio hasta un punto específico dentro de una carrera.

## Administración de la memoria

- Cada vez que presiona (B) para comenzar una operación de tiempo transcurrido nuevo, o vuelta/fracción en el modo de cronógrafo (página S-10), el reloj crea automáticamente una nueva "memoria de registro" en su memoria. La memoria de registro permanece abierta para el almacenamiento de datos, hasta que la cierra permanentemente presionando (D) para reposicionar el cronógrafo completamente a cero.
- El reloj tiene memoria suficiente para retener hasta 61 registros. Como cada pantalla de título de memoria de registro (página S-21), utiliza un registro de espacio de memoria, el número máximo de registros de tiempo de vuelta/fracción que puede almacenar depende en la cantidad de memorias de registro que hay actualmente en la memoria, como se muestra a continuación.

S-40

Capacidad de memoria	Número de memorias de registro en la memoria	Capacidad de registro de tiempo de vuelta/fracción
61 registros	1	61 registros – 1 pantalla de título de memoria de registro = 60
	2	61 registros – 2 pantallas de título de memoria de registro = 59
	5	61 registros – 5 pantallas de título de memoria de registro = 56

- El reloj también calcula la distancia acumulativa total de todos los registros almacenados desde la última vez que se ha reposicionado la distancia total acumulativa (página S-23). El total acumulativo no afecta la capacidad de memoria.
- Si la memoria del reloj está ya completa cuando realiza una operación de botón de cronógrafo que crea una memoria de registro nueva, la memoria de registro más antigua en la memoria y todos sus registros son borrados automáticamente para dejar espacio a la memoria de registro nueva.

S-41

- Si está agregando registros a la única memoria de registro en la memoria y la memoria del reloj se llena, agregando otro registro ocasiona que el registro más antiguo en la memoria de registro se borre automáticamente para dejar espacio al registro más nuevo.
- Si está agregando registros a una memoria de registro cuando ya hay muchas memorias de registro en la memoria y la memoria del reloj se llena, agregando otro registro ocasiona que la memoria de registro más antigua y todos sus registros se borren automáticamente para dejar espacio a los registros nuevos.

S-42

## Cómo se almacenan los datos en el cronógrafo

La tabla siguiente describe cómo los datos se almacenan cuando realiza las variadas operaciones de botón descritas en la página S-10.

Operación de botón de cronógrafo	Operación de almacenamiento de datos
(B) Inicio (desde completamente cero)	Creación de una memoria de registro nueva: fecha actual y distancia (actualizada a medida que progresa la medición).
(B) Parada	La medición de tiempo se para, sin almacenar los datos en la memoria.
(B) Reinicio	La medición de tiempo se reinicia, sin almacenar los datos en la memoria.
(D) Vuelta/fracción	Creación de un registro nuevo: se visualizan los tiempos de vuelta/fracción.
(D) Borrado	Creación de un registro nuevo: se visualizan los tiempos de vuelta/fracción (la presentación del cronógrafo se repone completamente a cero).

S-43

## Precauciones con la iluminación

- La iluminación puede ser difícil de ver cuando se observa bajo la luz directa del sol.
- La iluminación se desactiva automáticamente siempre que suena una alarma.
- El uso frecuente de la iluminación agota de pila.

## Precauciones con el interruptor de luz automático

- El uso del reloj sobre el lado interno de su muñeca, y el movimiento o vibración de su brazo pueden ocasionar que se active el interruptor de luz automático, e iluminar la presentación. Para evitar agotar la energía de la pila, desactive el interruptor de luz automático siempre que realice actividades que puedan ocasionar una iluminación frecuente de la presentación.

S-44

Más de 15 grados demasiado alto



- La iluminación puede no iluminarse si la esfera del reloj se encuentra a más de 15 grados encima o debajo de la horizontal. Asegúrese de que el dorso de su mano se encuentre paralelo al piso.
- La iluminación se desactiva después de un segundo, aun si mantiene el reloj orientado hacia su cara.
- La electricidad estática o fuerza magnética pueden interferir con la operación apropiada del interruptor de luz automático. Si la iluminación no se activa, trate de mover el reloj de nuevo a la posición inicial (paralela al piso), y luego inclinarlo de nuevo hacia su posición. Si esto no tiene efecto, deje caer su brazo en toda su extensión hacia abajo de manera que quede colgando a su costado, y luego levántelo de nuevo.

- Bajo ciertas condiciones la iluminación puede no iluminarse hasta transcurrir alrededor de un segundo luego de dirigir la esfera del reloj hacia su posición. Esto no indica necesariamente una falla de funcionamiento del interruptor de luz automático.

S-45

- Puede notar un sonido metálico muy débil que viene desde el reloj cuando es sacudido hacia adelante y atrás. Este sonido es ocasionado por la operación mecánica del interruptor de luz automático, y no indica ningún problema con el reloj.

S-46

## Especificaciones

**Precisión a temperatura normal:** ±30 segundos por mes

**Hora normal:** Hora, minutos, segundos, PM (P), año, mes, día, día de la semana

Formato de hora: 12 horas y 24 horas

Sistema calendario: Calendario automático y completo, programado desde el año 2000 al 2039

**Cronógrafo:** Mediciones de tiempo y distancia

Unidad de medición: 1/100 (parte inferior de la presentación para los primeros 60 minutos, parte central de la presentación para las primeras 10 horas), o 1 segundo (parte inferior de la presentación para después de 60 minutos, parte central de la presentación para después de 10 horas), 0,1 milla o kilómetro

Capacidad de medición: 99:59:59", 99,9 millas o kilómetros, 999,9 millas o kilómetros (distancia total cubierta)

Modos de medición: Tiempo transcurrido, tiempos de vuelta/fracción

Capacidad de memoria: 61 registros (usados por los registros de tiempo de vuelta/fracción y pantallas de títulos de memorias de registro), distancia total cubierta

S-47

Ingreso de datos básicos: Longitud de paso

Otros: Señal de marcación de ritmo, número de vuelta/fracción (desde 01 a 99), pantalla de tiempo de mejor vuelta

## Temporizador de cuenta regresiva:

Unidad de medición: 1 segundo

Gama de ingreso: 1 minuto a 100 horas (incrementos de 1 minuto e incrementos de 1 hora)

Otros: Medición de tiempo con repetición automática

**Alarmas:** 5 alarmas diarias (cuatro alarmas que suenan una vez, una alarma de despertador/que suena una vez), señal horaria

**Hora doble:** Hora, minutos, segundos, PM (P)

**Iluminación:** LED (diodo emisor de luz), interruptor de luz automático

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

Aproximadamente 10 años con la pila tipo CR2025 (suponiendo una operación de alarma de 10 seg./día, una operación de luz de fondo de 1,5 seg./día y una operación del cronógrafo con señal de marcación de ritmo (valor de marcación de ritmo: 120) 30 seg./semana)

S-48