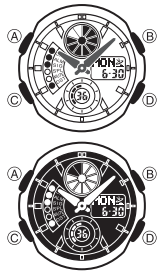


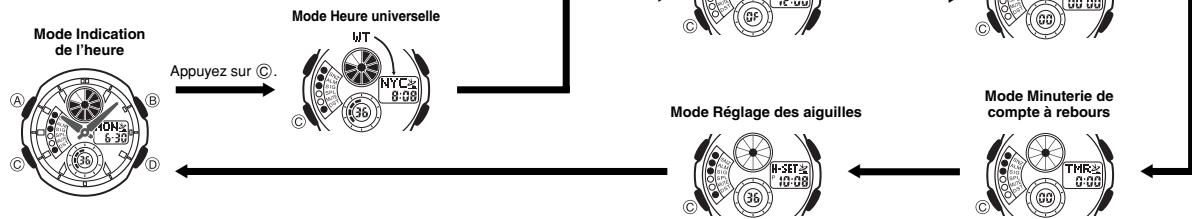
À propos de cette notice



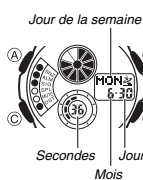
- Selon le modèle de montre, le texte apparaît soit en sombre sur fond clair soit en clair sur fond sombre. Tous les exemples dans cette notice montrent un affichage sombre sur fond clair.
- Les lettres indiquées sur l'illustration ci-contre représentent les boutons utilisés pour les diverses opérations.
- La plupart des exemples d'affichage dans cette notice ne montrent que l'afficheur numérique, sans aiguilles analogiques.
- Chaque section de ce mode d'emploi fournit les informations nécessaires sur les fonctions disponibles dans chaque mode. Vous trouverez plus de détails et des informations d'ordre technique dans le paragraphe "Référence".

Guide général

- Appuyez sur (C) pour changer de mode.
- Dans n'importe quel mode (sauf lorsqu'un écran de réglage est affiché), appuyez sur (B) pour éclairer le cadran de la montre.



Indication de l'heure atomique radio-pilotée



Cette montre reçoit un signal d'étalonnage de l'heure et règle l'heure en conséquence.

- Signaux d'étalonnage de l'heure reçus : Allemagne (Mainflingen), Angleterre (Anthorn), États-Unis (Fort Collins), Japon

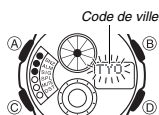
Réglage de l'heure actuelle

L'heure actuelle se règle automatiquement sur cette montre en fonction du signal d'étalonnage de l'heure reçu. Vous pouvez cependant régler vous-même l'heure et la date si nécessaire.

- Après l'achat de cette montre, réglez immédiatement la ville de résidence (la ville où vous utilisez normalement cette montre). Pour le détail à ce sujet, voir " Pour spécifier la ville de résidence ".

- Si vous utilisez la montre hors des zones couvertes par les émetteurs de signaux horaires, vous devrez régler vous-même l'heure, lorsque c'est nécessaire. Voir " Indication de l'heure " pour le détail sur les réglages manuels de l'heure.
- Le signal d'étalonnage de l'heure des États-Unis peut être capté par la montre dans toute l'Amérique du Nord. Le terme " Amérique du Nord " dans cette notice désigne le Canada, les États-Unis continentaux et le Mexique.
- L'heure analogique de la montre se synchronise sur l'heure numérique. C'est pourquoi l'heure analogique s'ajuste automatiquement lorsque vous changez l'heure numérique. Voir " Indication analogique de l'heure " pour de plus amples informations.

Pour spécifier la ville de résidence



1. En mode Indication de l'heure, appuyez sur (A) de sorte que le code de ville se mette à clignoter. C'est l'écran de réglage.
2. Appuyez sur (D) (est) pour faire défiler les codes de villes jusqu'à ce que celui que vous voulez utiliser comme ville de résidence apparaisse.
 - Le signal d'étalonnage de l'heure peut être reçu lorsque l'un des codes de villes figurant dans le tableau suivant est sélectionné comme ville de résidence.

Signal de l'Allemagne/Angleterre		Signal du Japon		Signal des États-Unis					
Code de ville	Nom de ville	Code de ville	Nom de ville	Code de ville	Nom de ville				
LIS	Lisbonne	ATH	Athènes	HKG	Hong Kong	HNL	Honolulu	YWG	Winnipeg
LON	Londres	MOW	Moscou	BJS	Pékin	ANC	Anchorage	CHI	Chicago
MAD	Madrid			TPE	Taipei	YVR	Vancouver	MIA	Miami
PAR	Paris			SEL	Séoul	LAX	Los Angeles	YTO	Toronto
ROM	Rome			TYO	Tokyo	YEA	Edmonton	NYC	New York
BER	Berlin					DEN	Denver	YHZ	Halifax
STO	Stockholm					MEX	Mexico	YYT	St. Johns

3. Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.

Important !

- Normalement la montre devrait indiquer l'heure correcte dès que vous sélectionnez le code de ville de résidence. Si ce n'est pas le cas, l'heure devrait être réglée dès la prochaine réception automatique (au milieu de la nuit). Vous pouvez sinon activer vous-même la réception ou régler vous-même l'heure.
- La montre reçoit le signal d'étalonnage de l'heure automatiquement de l'émetteur approprié (au milieu de la nuit) et se met à l'heure en conséquence. Pour le détail sur la relation entre les codes de villes et les émetteurs, voir " Codes de villes de résidence et émetteurs ".
- La réception automatique a été désactivée en usine pour tous les codes de villes suivants : MOW (Moscou), HKG (Hong Kong), BJS (Pékin) et HNL (Honolulu). Pour le détail sur l'activation de la réception automatique pour tous ces codes, voir " Pour activer et désactiver la réception automatique ".
- Vous pouvez désactiver la réception automatique, si vous voulez. Voir " Pour activer et désactiver la réception automatique " pour le détail.
- Voir les cartes dans " Portées approximatives des émetteurs " pour le détail sur les régions dans lesquelles la montre peut recevoir les signaux.
- Si vous trouvez dans une région n'utilisant pas l'heure d'été (DST), désactivez le réglage DST.

Réception du signal d'étalonnage de l'heure

Vous pouvez recevoir le signal d'étalonnage de l'heure de deux façons : automatiquement et manuellement.

• Réception automatique

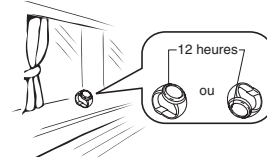
Lors de la réception automatique, la montre reçoit le signal d'étalonnage automatiquement jusqu'à six fois par jour. Lorsque le signal a été reçu une fois avec succès, les autres réceptions n'ont pas lieu. Pour le détail à ce sujet, voir " À propos de la réception automatique ".

• Réception manuelle

Lors de la réception manuelle, vous devez appuyer sur un bouton pour activer la réception. Pour le détail à ce sujet, voir " Pour activer soi-même la réception ".

Important !

- Lorsque l'heure de réception du signal d'étalonnage de l'heure approche, posez la montre de la façon indiquée sur l'illustration avec le côté 12 heures orienté vers une fenêtre. Cette montre est conçue pour recevoir le signal d'étalonnage de l'heure tard la nuit et c'est pourquoi vous devriez la poser près d'une fenêtre, comme indiqué sur l'illustration, lorsque vous l'enlevez le soir. Veillez à ne pas la poser près d'objets métalliques.



- La montre doit être orientée correctement.
- La réception du signal peut être difficile, voire impossible, dans les situations suivantes.



- À l'intérieur ou au milieu de bâtiments
- À l'intérieur d'un véhicule
- Près d'appareils électroménagers, ou de bureau, ou près d'un téléphone portable
- Près d'un site en construction, d'un aéroport ou d'une source produisant des interférences électriques
- Près de lignes électriques à haute tension
- Près ou derrière des montagnes

- La réception du signal est en principe meilleure la nuit que le jour.
- La réception du signal dure de deux à sept minutes, mais dans certains cas elle peut durer 14 minutes. Veillez à ne toucher à aucun bouton et à ne pas bouger la montre pendant ce temps.
- Le signal d'étalonnage de l'heure que la montre essaie de capter dépend du code de ville de résidence sélectionné, comme indiqué ci-dessous. Si vous utilisez la montre au Japon ou en Europe (qui ont deux émetteurs différents), elle essaiera de recevoir le signal d'étalonnage de l'heure d'un des deux émetteurs à l'endroit où vous vous trouvez. Si elle ne peut pas le recevoir d'un émetteur, elle essaiera de le recevoir de l'autre émetteur.

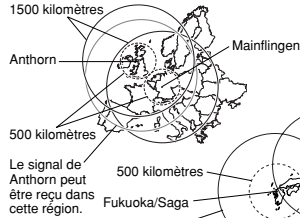
Codes de villes de résidence et émetteurs

Code de la ville de résidence	Émetteur	Fréquence
LIS, LON, MAD, PAR, ROM, BER, STO, ATH, MOW*	Anthorn (Angleterre) Mainflingen (Allemagne)	60,0 kHz 77,5 kHz
HKG*, BJS*, TPE, SEL, TYO	Fukushima (Japon) Fukuoka/Saga (Japon)	40,0 kHz 60,0 kHz
HNL*, ANC*, YVR, LAX, YEA, DEN, MEX, YWG, CHI, MIA, YTO, NYC, YHZ, YYT	Fort Collins, Colorado (États-Unis)	60,0 kHz

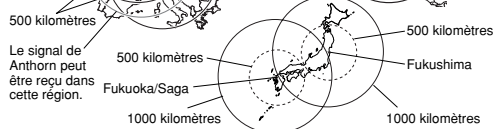
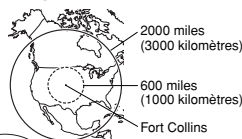
* Les zones couvertes par les codes de villes **MOW, HKG, BJS, HNL et ANC** sont assez éloignées des émetteurs de signal d'étalonnage de l'heure et dans certaines circonstances la réception peut être difficile.

Portées approximatives des émetteurs

Signaux émis en Angleterre et en Allemagne



Signaux émis aux États-Unis



Signaux émis au Japon

- La réception du signal d'étalonnage de l'heure peut être impossible aux distances indiquées ci-dessous à certaines périodes de l'année ou du jour. Des interférences radio peuvent aussi causer des problèmes de réception.
 - Émetteurs de Mainflingen (Allemagne) ou Anthorn (Angleterre) : 500 kilomètres (310 miles)
 - Émetteur de Fort Collins (États-Unis) : 600 miles (1000 kilomètres)
 - Émetteurs de Fukushima ou Fukuoka/Saga (Japon) : 500 kilomètres (310 miles)
- Même lorsque la montre est à portée des émetteurs, la réception peut être impossible si le signal est bloqué par des montagnes ou des formations géologiques.
- La réception du signal est affectée par le temps, les conditions atmosphériques et les changements saisonniers.
- Voir les informations dans "Problèmes de réception du signal" si des problèmes apparaissent lors de la réception du signal.

À propos de la réception automatique

La montre reçoit le signal d'étalonnage de l'heure jusqu'à six fois par jour. Lorsque le signal a bien été reçu, les autres réceptions n'ont pas lieu. L'horaire des réceptions (heures d'étalonnage) dépend de la ville de résidence sélectionnée et du réglage de l'heure d'été ou de l'heure d'hiver pour la ville de résidence.

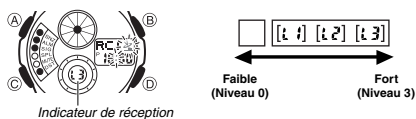
Votre ville de résidence	Heures de réception automatique						
	1	2	3	4	5	6	
LIS, LON	Heure d'hiver	1:00 du matin	2:00 du matin	3:00 du matin	4:00 du matin	5:00 du matin	Minuit le jour suivant
	Heure d'été	2:00 du matin	3:00 du matin	4:00 du matin	5:00 du matin	Minuit le jour suivant	1:00 du matin le jour suivant
MAD, PAR, ROM, BER, STO	Heure d'hiver	2:00 du matin	3:00 du matin	4:00 du matin	5:00 du matin	Minuit le jour suivant	1:00 du matin le jour suivant
	Heure d'été	3:00 du matin	4:00 du matin	5:00 du matin	Minuit le jour suivant	1:00 du matin le jour suivant	2:00 du matin le jour suivant
ATH	Heure d'hiver	3:00 du matin	4:00 du matin	5:00 du matin	Minuit le jour suivant	1:00 du matin le jour suivant	2:00 du matin le jour suivant
	Heure d'été	4:00 du matin	5:00 du matin	Minuit le jour suivant	1:00 du matin le jour suivant	2:00 du matin le jour suivant	3:00 du matin le jour suivant
MOW	Heure d'hiver	4:00 du matin	5:00 du matin	Minuit le jour suivant	1:00 du matin le jour suivant	2:00 du matin le jour suivant	3:00 du matin le jour suivant
	Heure d'été	5:00 du matin	Minuit le jour suivant	1:00 du matin le jour suivant	2:00 du matin le jour suivant	3:00 du matin le jour suivant	4:00 du matin le jour suivant
HKG, BJS, TPE, SEL, TYO	Heure d'hiver	Minuit	1:00 du matin	2:00 du matin	3:00 du matin	4:00 du matin	5:00 du matin
	Heure d'été	Minuit	1:00 du matin	2:00 du matin	3:00 du matin	4:00 du matin	5:00 du matin

Remarque

- Lorsqu'une heure d'étalonnage est atteinte, la montre ne reçoit le signal d'étalonnage de l'heure que si elle se trouve en mode Indication de l'heure ou en mode Heure universelle. La réception n'est pas possible si vous êtes en train de faire des réglages à ce moment.
- La réception automatique du signal d'étalonnage s'effectue tôt le matin, lorsque vous dormez (si l'heure du mode Indication de l'heure est réglée correctement). Avant de vous coucher, retirez la montre de votre poignet et posez-la à un endroit où elle pourra facilement recevoir le signal.
- La montre reçoit le signal d'étalonnage chaque jour pendant deux à sept minutes lorsque l'heure du mode Indication de l'heure atteint chacune des heures d'étalonnage. Évitez de toucher aux boutons de la montre pendant les sept minutes précédant ou suivant les heures d'étalonnage. Sinon l'étalonnage ne s'effectuera pas normalement.
- Souvenez-vous que la réception du signal d'étalonnage dépend de l'heure indiquée en mode Indication de l'heure. La réception s'effectue lorsqu'une des heures d'étalonnage est indiquée, même si la montre n'est pas à l'heure.
- La réception du signal d'étalonnage de l'heure est désactivée pendant les comptes à rebours.

À propos de l'indicateur de réception

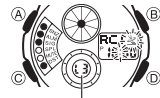
L'indicateur de réception montre la puissance du signal reçu. Pour mieux recevoir le signal d'étalonnage, posez la montre à l'endroit où le signal est le plus puissant.



- Utilisez l'indicateur de réception comme guide pour vérifier la puissance du signal et pour trouver l'endroit où la montre reçoit le mieux le signal.
- Même à un endroit où le signal est puissant, il faut compter environ 10 secondes pour que le signal se stabilise et que l'indicateur montre la puissance du signal.

Pour activer soi-même la réception

Réception



Indicateur de réception

Signal reçu avec succès



Heure de réception

Signal non reçu



Pour activer et désactiver la réception automatique

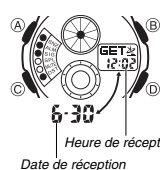


État activé/désactivé

- Accédez au mode Indication de l'heure.
- Posez la montre sur une surface stable de sorte que la position de 12 heures soit orientée vers une fenêtre.
- Appuyez environ deux secondes sur (D) jusqu'à ce que l'indicateur de réception apparaisse sur l'afficheur.
 - La réception du signal d'étalonnage de l'heure dure de deux à 14 minutes. Veillez à ne pas toucher aux boutons et à ne pas déplacer la montre pendant ce temps.
 - Si le signal est bien reçu, la date et l'heure de réception apparaissent sur l'afficheur avec l'indicateur **GET**. La montre se remet en mode Indication de l'heure si vous appuyez sur (D) ou si vous n'effectuez aucune opération pendant une ou deux minutes environ.
 - Si le signal n'est pas reçu, l'indicateur **ERR** apparaîtra. La montre se remet en mode Indication de l'heure sans changer l'heure si vous appuyez sur (D) ou si vous ne touchez à aucun bouton pendant une ou deux minutes environ.

- En mode Indication de l'heure, appuyez sur (D) pour afficher l'écran de dernier signal.
- Appuyez sur (A) jusqu'à ce que le réglage de réception automatique actuel (**ON** ou **OF**) se mette à clignoter. C'est l'écran de réglage.
 - Notez que l'écran de réglage n'apparaît pas si le code de ville de résidence sélectionné ne prend pas en charge la réception du signal.
- Appuyez sur (D) pour activer (**ON**) ou désactiver (**OF**) la réception automatique.
- Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.
- Pour le détail sur les codes de villes compatibles avec la réception du signal, voir "Pour spécifier la ville de résidence".

Pour vérifier les résultats de la dernière réception



Heure de réception

- En mode Indication de l'heure, appuyez sur (D) pour afficher l'écran de dernier signal.
- Si le signal a bien été reçu, l'heure et la date de la réception apparaîtront sur l'afficheur. - - - indique que le signal n'a été reçu aucune fois avec succès.
 - Pour revenir au mode Indication de l'heure, appuyez sur (D).

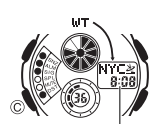
Problèmes de réception du signal

Vérifiez les points suivants si vous ne parvenez pas à recevoir le signal normalement.

Problème	Cause probable	Ce qu'il faut faire
Réception manuelle impossible	<ul style="list-style-type: none"> La montre n'est pas en mode Indication de l'heure. La ville de résidence actuelle n'est pas un des codes suivants : LIS, LON, MAD, PAR, ROM, BER, STO, ATH, MOW, HKG, BJS, TPE, SEL, TYO, HNL, ANC, YVR, LAX, YEA, DEN, MEX, YWG, CHI, MIA, YTO, NYC, YHZ ou YYT 	<ul style="list-style-type: none"> Accédez au mode Indication de l'heure et essayez une nouvelle fois. Sélectionnez LIS, LON, MAD, PAR, ROM, BER, STO, ATH, MOW, HKG, BJS, TPE, SEL, TYO, HNL, ANC, YVR, LAX, YEA, DEN, MEX, YWG, CHI, MIA, YTO, NYC, YHZ ou YYT comme code de ville de résidence.
L'heure n'est pas exacte après la réception du signal.	<ul style="list-style-type: none"> Si l'heure est décalée d'une heure, le réglage d'heure d'été/hiver n'est peut-être pas approprié. Le code de ville de résidence ne correspond pas à la région où vous utilisez la montre. La position d'origine des aiguilles est décalée. 	<ul style="list-style-type: none"> Sélectionnez le réglage de DST automatique. Sélectionnez le code de ville de résidence correct. Accédez au mode Réglage des aiguilles et réglez l'heure analogique.

- Pour un complément d'informations, voir "Important !" dans "Réception du signal d'étalonnage de l'heure" et "Précautions concernant l'indication de l'heure atomique radio-pilotée".

Heure universelle



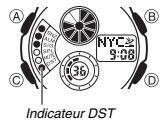
Heure actuelle dans la ville sélectionnée

- Le mode Heure universelle indique l'heure dans 48 villes (29 fuseaux horaires) dans le monde.
- Si l'heure indiquée pour une ville est fautive, vérifiez l'heure de la ville de résidence et changez-la, si nécessaire.
 - Le signal d'étalonnage de l'heure est reçu aux heures prévues même si la montre est dans le mode Heure universelle à ce moment. Dans ce cas, l'heure du mode Heure universelle s'ajuste en fonction de l'heure spécifiée pour la ville de résidence sélectionnée dans le mode Indication de l'heure.
 - Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent dans le mode Heure universelle, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Pour voir l'heure d'une autre ville

- Dans le mode Heure universelle, appuyez sur (D) pour faire défiler les codes de villes (fuseaux horaires) vers l'est.
- Pour le détail sur les codes de villes, voir "City Code Table" (Tableau des codes de villes).

Pour sélectionner l'heure d'été ou l'heure d'hiver pour un code de ville

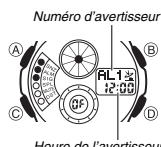


Indicateur DST

1. En mode Heure universelle, utilisez (D) pour afficher le code de ville (fuseau horaire) pour lequel vous voulez sélectionner l'heure d'été ou l'heure d'hiver.
2. Appuyez un moment sur (A) pour sélectionner l'heure d'été (indicateur DST affiché) ou l'heure d'hiver (indicateur DST non affiché).

- Vous ne pouvez pas utiliser le mode Heure universelle pour changer le réglage DST du code de ville sélectionné comme ville de résidence dans le mode Indication de l'heure. Voir pour le détail sur la sélection de l'heure d'été ou de l'heure d'hiver pour la ville de résidence.
- L'indicateur DST apparaît lorsque l'heure d'été est sélectionnée pour le code de ville affiché.
- Le réglage DST effectué n'affecte que le code de ville affiché. Les autres codes de villes ne sont pas affectés par ce réglage.

Avertisseurs



Heure de l'avertisseur

- En mode Avertisseur vous avez le choix entre quatre avertisseurs uniques et un avertisseur snooze. Le mode Avertisseur permet aussi d'activer ou de désactiver le signal horaire (SIG).
- Il y a cinq avertisseurs numérotés de FIL 1 à FIL 4 et SNZ. Vous pouvez spécifier SNZ comme avertisseur snooze seulement. Les avertisseurs FIL 1 à FIL 4 peuvent être utilisés comme avertisseurs uniques seulement.
 - Les réglages d'avertisseurs (et de signal horaire) s'effectuent dans le mode Avertisseur, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Pour régler l'heure d'un avertisseur



Indicateur d'avertisseur activé

1. En mode Avertisseur, utilisez (D) pour faire défiler les écrans d'avertisseur jusqu'à ce que celui dont vous voulez régler l'heure apparaisse.



2. Après avoir sélectionné un avertisseur, appuyez sur (A) jusqu'à ce que les heures du réglage de l'heure de l'avertisseur se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
 - À ce moment l'avertisseur est activé.

3. Utilisez (C) pour faire clignoter et sélectionner les réglages suivants.



4. Lorsqu'un réglage clignote, utilisez (D) et (B) pour le changer.
 - Lorsque les heures ou les minutes clignotent, utilisez (D) (+) et (B) (-) pour les changer.
5. Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.
- Lorsque vous utilisez le format de 12 heures, veillez à régler correctement l'heure de l'avertisseur sur le matin (pas d'indicateur) ou sur l'après-midi (indicateur P).

Fonctionnement des avertisseurs

L'avertisseur retentit à l'heure pré-réglée pendant 10 secondes, quel que soit le mode dans lequel se trouve la montre. Dans le cas de l'avertisseur snooze, l'avertisseur se déclenche jusqu'à sept fois, à cinq minutes d'intervalles, à moins que vous ne l'arrêtiez.

- Il suffit d'appuyer sur un bouton pour arrêter un avertisseur.
- Si un avertisseur se déclenche (avertisseur unique ou snooze) pendant la réception du signal de calibrage, la réception sera annulée.
- Si vous affichez l'écran de réglage du mode Indication de l'heure pendant l'intervalle de 5 minutes entre les bips de l'avertisseur snooze, celui-ci se désactivera (mais restera réglé comme avertisseur snooze).
- L'indicateur de snooze clignote pendant les intervalles de 5 minutes entre les bips.
- L'indicateur d'avertisseur activé et l'indicateur de snooze apparaissent dans tous les modes.
- Dans tous les modes, l'indicateur d'avertisseur activé apparaît si l'avertisseur correspond est activé.

Pour tester l'avertisseur

En mode Avertisseur, appuyez sur (D) et maintenez la pression pour faire retentir l'avertisseur.

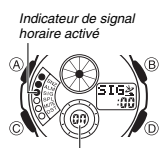
Pour activer ou désactiver un avertisseur



État activé/désactivé

1. En mode Avertisseur, utilisez (D) pour faire défiler les écrans d'avertisseur jusqu'à ce que celui dont vous voulez régler l'heure apparaisse.
2. Appuyez sur (A) pour l'activer (0F) et le désactiver (0F).

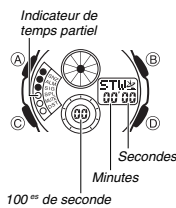
Pour activer ou désactiver le signal horaire



État activé/désactivé

1. En mode Avertisseur, utilisez (D) pour faire défiler les écrans d'avertisseur jusqu'à ce que l'écran de signal horaire (SIG) apparaisse.
2. Appuyez sur (A) pour l'activer (0F) et le désactiver (0F).
- L'indicateur de signal horaire activé apparaît dans tous les modes lorsque le signal horaire est activé.

Chronomètre



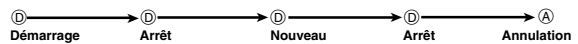
100^{me} de seconde

Le chronomètre permet de mesurer le temps écoulé, des temps partiels et deux arrivées.

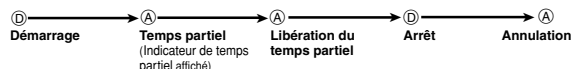
- La plage d'affichage du chronomètre est de 59 minutes et 59,99 secondes.
- Lorsque la limite de chronométrage est atteinte, le chronomètre revient à zéro et le chronométrage se poursuit, à moins que vous ne l'arrêtiez.
- Si vous sortez du mode Chronomètre pendant l'affichage d'un temps partiel, celui-ci s'éteint et l'écran de chronométrage réapparaît.
- Le chronométrage se poursuit même si vous sortez du mode Chronomètre.
- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent en mode Chronomètre, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Pour chronométrer des temps

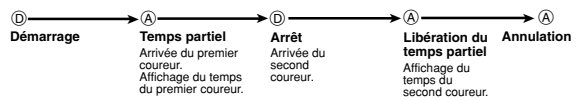
Temps écoulé



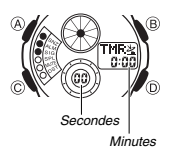
Temps partiel



Deux arrivées



Minuterie de compte à rebours



Secondes Minutes

La minuterie de compte à rebours peut être réglée de 1 minute à 24 heures. Un avertisseur retentit lorsque le compte à rebours atteint zéro.

- La réception du signal d'étalonnage de l'heure (automatique et manuelle) est désactivée pendant les comptes à rebours.
- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent dans le mode Minuterie de compte à rebours, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

Pour régler le temps initial du compte à rebours

1. Lorsque le temps initial du compte à rebours est affiché en mode Minuterie de compte à rebours, appuyez sur (A) jusqu'à ce qu'il se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
 - Si le temps initial du compte à rebours n'apparaît pas, procédez comme indiqué dans "Pour utiliser la minuterie de compte à rebours" pour l'afficher.
2. Appuyez sur (C) pour faire clignoter les heures ou les minutes.
3. Lorsqu'un réglage clignote, utilisez (D) (+) et (B) (-) pour le changer.
 - Pour régler le temps initial du compte à rebours sur 24 heures, spécifiez 0:00.
4. Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.

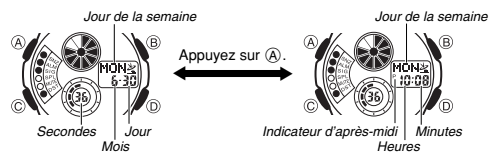
Pour utiliser la minuterie de compte à rebours

- Appuyez sur (D) en mode Minuterie de compte à rebours pour activer la minuterie.
- Lorsque le temps est écoulé, la montre bip pendant 10 secondes à moins que vous ne l'arrêtiez en appuyant sur un bouton. Le temps du compte à rebours revient automatiquement à sa valeur initiale lorsque les bips s'arrêtent.
 - Appuyez sur (D) pendant un compte à rebours pour l'arrêter. Appuyez une nouvelle fois sur (D) pour continuer le compte à rebours.
 - Pour arrêter complètement un compte à rebours, appuyez d'abord sur (D) (pour l'interrompre) puis sur (A). Le temps du compte à rebours revient à sa valeur initiale.

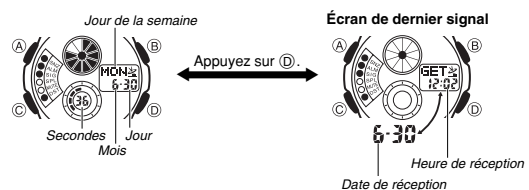
Indication de l'heure

Utilisez le mode Indication de l'heure pour régler et voir l'heure et la date actuelles. Le réglage de l'heure et de la date actuelles est expliqué dans ce qui suit.

- Lorsque vous réglez l'heure, vous pouvez aussi choisir la langue des jours de la semaine et le format 12 ou 24 heures.
- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent dans le mode Indication de l'heure auquel vous accédez en appuyant sur (C).
- En mode Indication de l'heure, vous pouvez appuyer sur le bouton (A) pour changer le contenu de l'affichage, comme indiqué ci-dessous.



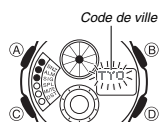
- En mode Indication de l'heure le bouton (D) sert à afficher l'écran de dernier signal.



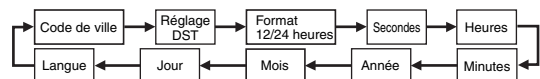
Réglage manuel de l'heure et de la date numériques

Avant de régler l'heure et la date actuelles, assurez-vous que le code a bien été sélectionné pour votre ville de résidence. Les heures du mode Heure universelle de cette montre dépendent des réglages effectués dans le mode Indication de l'heure. C'est pourquoi les heures du mode Heure universelle ne seront pas correctes si vous ne sélectionnez pas le bon code avant de régler l'heure et la date dans le mode Indication de l'heure.

Pour régler soi-même l'heure et la date numériques



1. En mode Indication de l'heure, appuyez sur (A) jusqu'à ce que le code de ville se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
2. Appuyez sur (C) pour déplacer le clignotement de la façon suivante et sélectionner d'autres réglages.



- L'indicateur de la langue actuellement sélectionnée clignote lorsque le réglage de langue est sélectionné ci-dessus.
- 3. Lorsque le réglage souhaité clignote, utilisez (B) et (D) pour le changer de la façon suivante.

Écran :	Pour :	Il faut :
TYO	Changer le code de ville	Appuyer sur (D) (est) et sur (B) (ouest).
AUTO ● DST	Sélectionner l'heure d'été (ON), l'heure d'hiver (OFF) ou le réglage DST automatique (AUTO)	Appuyer sur (D).
12H	Sélectionner le format de 12 heures (12H) ou de 24 heures (24H)	Appuyer sur (D).
36	Remettre les secondes à 00	Appuyer sur (D).
P 10:08	Changer les heures ou les minutes	Utiliser (D) (+) et (B) (-) pour changer le réglage.
20 08	Changer l'année	
6.30	Changer le mois ou le jour	
ENG	Changer la langue du jour de la semaine	Utiliser (B) et (D) pour changer le réglage.

- Voir "City Code Table" (Tableau des codes de villes) pour la liste complète des codes disponibles.
- Le passage automatique aux heures d'été/hiver (AUTO) ne peut être sélectionné que lorsque LIS, LON, MAD, PAR, ROM, BER, STO, ATH, MOW, HKG, BJS, TPE, SEL, TYO, HNL, ANC, YVR, LAX, YEA, DEN, MEX, YWG, CHI, MIA, YTO, NYC, YHZ ou YYT est sélectionné comme code de ville de résidence. Pour le détail, voir ci-dessous "Heure d'été (DST)".
- Lorsque l'indicateur de langue clignote, utilisez (B) et (D) pour passer en revue toutes les langues jusqu'à ce que celle que vous voulez sélectionner apparaisse.

Appuyez sur (D).

Indicateur	Langue
ENG	Anglais
ESP	Espagnol
FRF	Français
DEU	Allemand
ITA	Italien

Appuyez sur (B).

4. Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.
- Le jour de la semaine est automatiquement indiqué en fonction de la date (année, mois et jour).
- Voir "Day of the Week List" (Liste des jours de la semaine) pour le détail sur les abréviations.
- Si vous appuyez (A) en mode Indication de l'heure, l'indicateur de la langue actuellement sélectionnée apparaît. Si vous maintenez (A) enfoncé environ deux secondes, l'écran de réglage du mode Indication de l'heure s'affiche (ce qui est indiqué par le clignotement des secondes). Si, par inadvertance, vous affichez l'écran de réglage, appuyez de nouveau sur (A) pour en sortir.

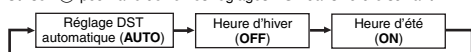
Heure d'été (DST)

L'heure d'été (DST) est en avance d'une heure par rapport à l'heure d'hiver. Souvenez-vous que l'heure d'été n'est pas utilisée dans l'ensemble des pays et des régions.

- Le signal d'étalement de l'heure émis par Mainflingen (Allemagne), Anthorn (Angleterre) ou Fort Collins (États-Unis) contient aussi des informations concernant l'heure d'hiver et l'heure d'été. Lorsque le réglage DST automatique est activé, le passage à l'heure d'été et à l'heure d'hiver est automatique.
- Les signaux d'étalement de l'heure émis par Fukushima et Fukuoka/Saga (Japon) ne contiennent pas d'informations pour l'heure d'été.
- Le réglage DST automatique (AUTO) est toujours spécifié lorsque vous sélectionnez LIS, LON, MAD, PAR, ROM, BER, STO, ATH, MOW, HKG, BJS, TPE, SEL, TYO, HNL, ANC, YVR, LAX, YEA, DEN, MEX, YWG, CHI, MIA, YTO, NYC, YHZ ou YYT comme code de ville de résidence.
- Si vous ne parvenez pas à recevoir correctement le signal d'étalement de l'heure dans votre région, réglez vous-même l'heure sur l'heure d'été ou l'heure d'hiver, lorsque c'est nécessaire.

Pour changer le réglage DST

1. En mode Indication de l'heure, appuyez sur (A) jusqu'à ce que le code de ville se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
2. Appuyez une fois sur (C) pour afficher l'écran de réglage DST.
3. Utilisez (D) pour faire défiler les réglages DST dans l'ordre suivant.



4. Lorsque le réglage souhaité est sélectionné, appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.
- L'indicateur DST apparaît sur l'afficheur pour indiquer que l'heure d'été a été activée.

Indication analogique de l'heure

L'heure analogique de la montre est synchronisée sur l'heure numérique. L'heure analogique s'ajuste automatiquement lorsque l'heure numérique change.

Remarque

- Les aiguilles de l'horloge analogique se règlent lorsque les opérations suivantes sont effectuées.
- Vous changez manuellement l'heure numérique. L'heure numérique est changée par le signal d'étalement de l'heure. Vous changez le code de ville et/ou le réglage DST.
- Si l'heure analogique ne correspond pas à l'heure numérique pour une raison quelconque, procédez comme indiqué dans "Pour régler l'heure analogique" pour faire correspondre les deux heures.
- Si vous devez régler vous-même l'heure numérique et l'heure analogique, commencez toujours par l'heure numérique.
- Selon le décalage entre les deux heures, il faudra attendre plus ou moins de temps pour que les aiguilles s'arrêtent.

Pour régler l'heure analogique



1. En mode Indication de l'heure, appuyez cinq fois sur (C) pour accéder au mode Réglage des aiguilles.
2. Appuyez sur (A) jusqu'à ce que l'heure numérique actuelle se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
3. Utilisez (D) et (B) pour régler l'heure analogique de la façon suivante.

Si vous voulez :	Il faut :
Avancer les aiguilles de 20 secondes	• Appuyer sur (D).
Avancer les aiguilles rapidement sur une courte distance	• Maintenir (D) enfoncé. • Relâcher (D) lorsque les aiguilles atteignent le réglage souhaité.
Avancer les aiguilles rapidement sur une longue distance	• Tout en tenant (D) enfoncé pour faire avancer rapidement les aiguilles, appuyer sur (B) pour bloquer les aiguilles sur le mouvement rapide. • Pour arrêter le mouvement des aiguilles, appuyer sur un bouton. • Le mouvement des aiguilles s'arrête automatiquement lorsque l'aiguille des heures a fait un tour complet (12 heures).

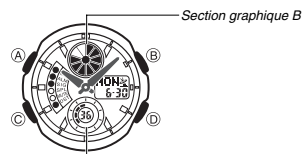
4. Appuyez sur (A) pour sortir de l'écran de réglage.
- L'aiguille des minutes s'ajuste légèrement en fonction des secondes, lorsque vous sortez de l'écran de réglage.
- Pour revenir au mode Indication de l'heure, appuyez sur (C).

Référence

Vous trouverez ici des informations détaillées et techniques sur le fonctionnement de la montre, ainsi que des précautions et remarques importantes au sujet des caractéristiques et fonctions de la montre.

Sections graphiques

Les informations indiquées par les deux sections graphiques dans chaque mode sont les suivantes.



Mode	Section graphique A	Section graphique B
Indication de l'heure	Secondes du mode Indication de l'heure	Minutes du mode Indication de l'heure
Heure universelle	Secondes du mode Indication de l'heure	Minutes du mode Heure universelle
Minuterie de compte à rebours	Secondes du temps du compte à rebours	Minutes du temps du compte à rebours
Chronomètre	Secondes du temps du chronomètre	10es de seconde du temps du chronomètre
Avertisseur	Aucune indication	Aucune indication
Réglage des aiguilles	Aucune indication	Aucune indication

Bip des boutons



- Le bip des boutons retentit chaque fois que vous appuyez sur un bouton de la montre. Ce bip peut être activé ou désactivé.
- L'avertisseur, le signal horaire et l'avertisseur du mode Minuterie de compte à rebours fonctionnent tous normalement même si le bip des boutons est désactivé.

Indicateur sans bip

Pour activer ou désactiver le bip des boutons

- Dans n'importe quel mode (sauf lorsqu'un écran de réglage est affiché), appuyez sur (C) pour activer (Indicateur sans bip non affiché) ou désactiver (Indicateur sans bip affiché) le bip des boutons.
- Comme le bouton (C) sert aussi à changer de mode, le mode change lorsque vous maintenez le bouton enfoncé pour activer ou désactiver le bip des boutons.
 - L'indicateur sans bip apparaît dans tous les modes lorsque le bip d'activation des boutons est désactivé.

Fonctions de retour automatique

- Si vous laissez la montre en mode Avertisseur ou Réglage des aiguilles pendant deux ou trois minutes sans effectuer aucune opération, elle reviendra automatiquement au mode Indication de l'heure.
- Si vous laissez un réglage clignoter pendant deux ou trois minutes sans effectuer aucune opération, la montre sortira automatiquement de l'écran de réglage.

Défilement

Les boutons **⊕** et **⊖** servent dans plusieurs modes et sur plusieurs écrans à faire défiler les données sur l'afficheur. Dans la plupart des cas, une pression continue de ces boutons permet de faire défiler les réglages plus rapidement.

Écrans initiaux

Lorsque vous accédez au mode Heure universelle, les informations affichées à la sortie de ce mode réapparaissent en premier.

Précautions concernant l'indication de l'heure atomique radio-pilotée

- Une charge électrostatique importante peut dérégler l'horloge.
- Le signal d'étalonnage de l'heure rebondit dans l'ionosphère. C'est pourquoi, les changements de réflexivité de l'ionosphère, les mouvements de l'ionosphère à de hautes altitudes dus aux changements atmosphériques saisonniers, l'heure du jour ou d'autres facteurs peuvent réduire la portée du signal et rendre la réception momentanément impossible.
- Même lorsque le signal d'étalonnage de l'heure est bien reçu, dans certaines circonstances l'heure peut avancer ou retarder d'une seconde au maximum.
- Le réglage de l'heure en fonction du signal d'étalonnage de l'heure a priorité sur les réglages manuels.
- La montre est conçue pour indiquer la date et le jour de la semaine du 1^{er} janvier 2000 au 31 décembre 2099. Le réglage de la date par le signal d'étalonnage ne sera plus possible à partir du 1^{er} janvier 2100.
- La montre peut recevoir les signaux différenciant les années bissextiles des années ordinaires.
- Bien que la montre soit conçue pour recevoir les données de l'heure (heures, minutes, secondes) et de la date (années, mois, jour), dans certaines circonstances seules les données de l'heure seront reçues.
- Normalement la date de réception du signal indiquée sur l'écran de dernier signal est celle qui est incluse dans le signal d'étalonnage de l'heure. Si les données de l'heure seulement sont reçues, la date indiquée sur l'écran de dernier signal sera celle indiquée en mode Indication de l'heure au moment de la réception du signal.
- Si vous vous trouvez dans une région où la réception du signal d'étalonnage de l'heure est impossible, la précision de la montre est de ± 30 secondes par mois à une température normale.
- Si vous ne parvenez pas à recevoir correctement le signal d'étalonnage de l'heure, ou si l'heure est fautive après la réception du signal, vérifiez le code de votre ville de résidence, le réglage DST, et les réglages de réception automatique.

Indication de l'heure

- Si vous réglez les secondes sur **00** entre 30 et 59 secondes, les minutes augmentent d'une unité. Entre 00 et 29, les secondes reviennent à **00** sans que les minutes changent.
- Le jour de la semaine est automatiquement indiqué en fonction de la date (année, mois et jour).
- L'année peut être réglée de 2000 à 2099.
- Le calendrier automatique de la montre tient compte des différentes longueurs de mois et des années bissextiles. Lorsque la date a été réglée, il n'y a en principe aucune raison de la changer sauf après le remplacement des piles de la montre.
- Les heures du mode Indication de l'heure et des codes de villes du mode Heure universelle sont calculées en fonction du décalage horaire UTC de chaque ville.
- Le décalage horaire UTC est une valeur indiquant la différence d'heures entre un point de référence situé à Greenwich, en Angleterre, et le fuseau horaire où se trouve une ville.
- Les lettres " UTC " sont l'abréviation de " Coordinated Universal Time " (temps universel coordonné), un standard scientifique utilisé universellement pour l'indication de l'heure. L'heure est indiquée par des horloges atomiques (au césium) dont la précision est proche de quelques microsecondes. Des secondes sont ajoutées ou soustraites, lorsque c'est nécessaire, pour synchroniser l'heure UTC sur la rotation de la terre.

Format de 12/24 heures

Le format d'indication de l'heure (12 ou 24 heures) sélectionné dans le mode Indication de l'heure est valide dans tous les autres modes.

- Lorsque le format de 12 heures est sélectionné, l'indicateur **(P)** apparaît pour les heures comprises entre midi et 11:59 du soir et aucun indicateur n'apparaît pour les heures comprises entre minuit et 11:59 du matin.
- Avec le format de 24 heures, les heures sont indiquées de 0:00 à 23:59, sans indicateur.

Précautions concernant l'éclairage

- Une DEL (diode électroluminescente) et un panneau lumineux éclairent l'affichage numérique pour qu'il soit mieux visible dans l'obscurité. Dans n'importe quel mode (sauf lorsqu'un écran de réglage est affiché) appuyez sur **⊕** pour éclairer l'affichage.
- L'éclairage peut être à peine visible en plein soleil.
- L'éclairage s'éteint automatiquement lorsqu'un avertisseur retentit.
- L'emploi fréquent de l'éclairage réduit l'autonomie des piles.

City Code Table

City Code	City	UTC Offset	Other major cities in same time zone
PPG	Pago Pago	-11.0	
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
YVR	Vancouver		San Francisco, Las Vegas, Seattle/Tacoma, Dawson City, Tijuana
LAX	Los Angeles	-08.0	
YEA	Edmonton		
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton, Culiacan
MEX	Mexico City		
YWG	Winnipeg	-06.0	Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans
CHI	Chicago		
MIA	Miami		
YTO	Toronto	-05.0	Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
NYC	New York		
CCS*	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
YHZ	Halifax		
YYT	St. Johns	-03.5	
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
RAI	Praia	-01.0	
LIS	Lisbon		
LON	London	+00.0	Dublin, Casablanca, Dakar, Abidjan
MAD	Madrid		
PAR	Paris		
ROM	Rome	+01.0	Milan, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna
BER	Berlin		
STO	Stockholm		
ATH	Athens		
CAI	Cairo	+02.0	Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
JRS	Jerusalem		
MCW	Moscow	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi
JED	Jeddah		
THR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	Male
DEL	Delhi	+05.5	Mumbai, Kolkata, Colombo
DAC	Dhaka	+06.0	
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
HKG	Hong Kong		
BJS	Beijing	+08.0	Singapore, Kuala Lumpur, Manila, Perth, Ulaanbaatar
TPE	Taipei		
SEL	Seoul	+09.0	Pyongyang
TYO	Tokyo	+09.5	Darwin
ADL	Adelaide	+09.5	
GUM	Guam	+10.0	Melbourne, Rabaul
SYD	Sydney	+11.0	Port Vila
NOU	Noumea	+11.0	
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

* Based on data as of February 2008.

• UTC offsets and the use of summer time are subject to change in the country where they are used.

* In December 2007, the UTC offset for Caracas, Venezuela (CCS) was changed from -4.0 to -4.5. However, this watch still uses the old UTC offset of -4.0 when the Caracas (CCS) city code is selected.

Day of the Week List

	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
ENG	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
ESP	DOM	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIÉ	SÁB
FRA	DIM	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
DEU	SON	MON	DIE	MIT	DON	FRE	SAM
ITA	DOM	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB