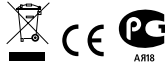


TIMEX

www.timex.com

W-307 076-095002 AS



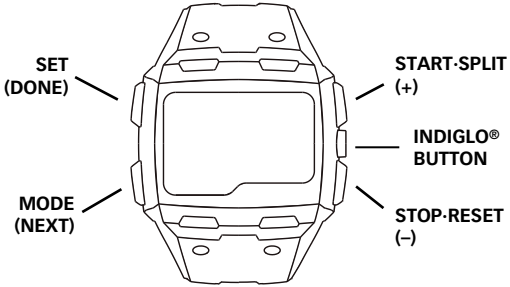
THANK YOU FOR PURCHASING YOUR TIMEX® WATCH.

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

FEATURES AND BASIC OPERATION

- Time with 12- or 24-hour format
- Date with MM-DD or DD-MM format
- 3 time zones
- Alerts with audible tone and/or silent vibration
- Optional hourly chime
- 100-hour chronograph with display of lap and split times
- 24-hour countdown timer (count down and stop or repeat)
- Hydration timer
- 3 daily/weekday/weekend alarms with 5-minute backup
- Customizable mode set (hide unwanted modes)
- INDIGLO® night-light with NIGHT-MODE® feature

Press **MODE** repeatedly to step through modes: Chrono, Timer, Hydration, Alarm 1, Alarm 2, and Alarm 3. Press **MODE** to exit current mode and return to Time mode.



Button functions shown with secondary functions in parentheses. Watch displays may vary. Button operations are the same.

TIME

To set time, date, and options:

- 1) With time and date showing, press and hold **SET**.
- 2) Current time zone (1, 2, or 3) flashes. Press + or – to select time zone to set, if desired.
- 3) Press **NEXT**. Hour flashes. Press + or – to change hour (including AM/PM); hold button to scan values
- 4) Press **NEXT**. Minutes flash. Press + or – to change minutes
- 5) Press **NEXT**. Seconds flash. Press + or – to set seconds to zero.
- 6) Press **NEXT**. Month flashes. Press + or – to change month.
- 7) Press **NEXT**. Day flashes. Press + or – to change day.
- 8) Press **NEXT**. Year flashes. Press + or – to change year.
- 9) Press **NEXT** to set options. Press + or – to change value and then press **NEXT** to go to next option. Available options are 12- or 24-hour time format, Month-Day or Day, Month date format, tone or vibration alert, hourly chime, beep for button presses, customizable mode set (Select “HIDE” for unwanted modes — they are removed from mode sequence). Press **DONE** at any step to exit and save settings.

If you hide a mode, you can turn it back on later using procedure above.

Press **START-SPLIT** once and hold to see 2nd time zone. Press **START-SPLIT** twice and hold to see third time zone. Continue to hold button for 4 seconds to switch to displayed time zone.

Dual mode offers choice of alert type for alarms and countdown time: audible tone, silent vibration or combination of vibration followed by tone. To set, refer to point 9.

CHRONOGRAPH

This mode provides a chronograph (stopwatch) function. Press **MODE** to go to Chrono mode.

To start, press **START-SPLIT**. Chrono counts up by hundredths of a second up to one hour, then by seconds up to 100 hours. Chrono indicator flashes to indicate chrono is running.

To stop, press **STOP-RESET**. Chrono indicator is solid to indicate chrono is stopped.

To resume, press **START-SPLIT**, or to reset (clear) chrono, press and hold **STOP-RESET**.

When chrono is already running, chrono continues to run if you exit mode. Stopwatch indicator appears in TIME mode.

While chrono is running, press **START-SPLIT** to take a split. Lap and split times will be displayed with lap number.

LAP 1 = 7.11	LAP 2 = 7.50	LAP 3 = 7.08	LAP 4 = 7.30
SPLIT 1 = 7.11			
	SPLIT 2 = 15.01		
		SPLIT 3 = 22.09	
			SPLIT 4 = 29.39

To set display format, press **SET**. Then, press + or – to select desired format. Press **DONE** to exit.

NOTE:

- When a split is taken, times are frozen on the display for 10 seconds. Press **MODE** to release display and show running chrono immediately.

TIMER

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

To set countdown time:

- 1) Press **SET**. Hours flash. Press + or – to change hours; hold button to scan values.
- 2) Press **NEXT**. Minutes flash. Press + or – to change minutes.
- 3) Press **NEXT**. Seconds flash. Press + or – to change seconds.
- 4) Press **NEXT**. Action at end of countdown flashes. Press + or – to select STOP or REPEAT.
- 5) Press **DONE** at any step when done setting.

To start timer, press **START-SPLIT**. Timer counts down every second from countdown time. Timer indicator flashes to indicate timer is running.

To pause countdown, press **STOP-RESET**. Timer indicator is solid to indicate timer is stopped.

To resume countdown, press **START-SPLIT**, or to reset countdown, press **STOP-RESET**.

Watch beeps and night-light flashes when countdown ends (timer reaches zero). Press any button to silence. If REPEAT AT END selected, timer repeats countdown indefinitely.

Timer continues to run if you exit mode. Timer indicator is solid in Time mode.

HYDRATION

Hydration mode provides a countdown timer with alert to remind you to drink during a workout. Press **MODE** repeatedly until HYDRA appears.

To set hydration time:

- 1) Press **SET**. Minutes flash. Press + or – to change minutes; hold button to scan values.
- 2) Press **NEXT**. Seconds flash. Press + or – to change seconds; hold button to scan values.
- 3) Press **DONE** at any step, when done setting.

To start hydration timer, press **START-SPLIT**. Timer counts down every second from countdown time. Hydration indicator will flash to indicate timer is running.

To pause countdown, press **STOP-RESET**. Hydration indicator will be solid.

To resume countdown, press **START-SPLIT**, or to reset countdown, press **STOP-RESET**.

Watch beeps and night-light flashes when countdown ends (timer reaches zero). Press any button to stop alert.

Hydration timer continues to run, if you exit mode. Hydration indicator will be solid in Time mode.

ALARM

The watch has three alarms. Press **MODE** repeatedly until ALM 1, ALM 2, or ALM 3 appears.

To set alarm:

- 1) Press **SET**. Hour flashes. Press + or – to change hour; hold button to scan values.
- 2) Press **NEXT**. Minutes flash. Press + or – to change minutes.
- 3) Press **NEXT**. AM/PM flashes if in 12-hour time format. Press + or – to change.
- 4) Press **NEXT**. Alarm day setting flashes. Press + or – to select DAILY, WKDAYS, or WEEKENDS.
- 5) Press **DONE** at any step when done setting.

To turn alarm on/off, press **START-SPLIT**.

If alarm is set, Alarm indicator is solid in Time mode.

When alarm sounds, night-light flashes. Press any button to silence. If no button is pressed, alarm will sound for 20 seconds and repeat once five minutes later.

Each of the three alarms has a different alert melody.

INDIGLO® NIGHT-LIGHT WITH NIGHT MODE® FEATURE

Press **INDIGLO®** button to illuminate watch display for 2 - 3 seconds (5 - 6 seconds while setting). Electroluminescent technology used in the INDIGLO® night-light illuminates entire watch face at night and in low light conditions. Any button pressed while INDIGLO® night-light is on keeps it on.

Press and hold **INDIGLO®** button for 4 seconds to activate NIGHT-MODE® feature. Moon icon will appear in Time mode. Feature causes any button press to activate INDIGLO® night-light for 3 seconds. NIGHT-MODE® feature may be deactivated by pressing and holding **INDIGLO®** button again for 4 seconds, or it automatically deactivates after 8 hours.

WATER RESISTANCE

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

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

*pounds per square inch absolute

WARNING: TO MAINTAIN WATER-RESISTANCE, DO NOT PRESS ANY BUTTONS UNDER WATER.

1. Watch is water-resistant only as long as lens, push buttons and case remain intact.
2. Watch is not a diver watch and should not be used for diving.
3. Rinse watch with fresh water after exposure to salt water.
4. Shock-resistance will be indicated on watch face or caseback. Watches are designed to pass ISO test for shock-resistance. However, care should be taken to avoid damaging crystal/lens.

BATTERY

Timex strongly recommends that a retailer or jeweler replace battery. Battery type is on watch back. If present, push/short internal reset switch after replacing battery. Battery life estimates are based on certain assumptions regarding usage; battery life may vary depending on actual usage.

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

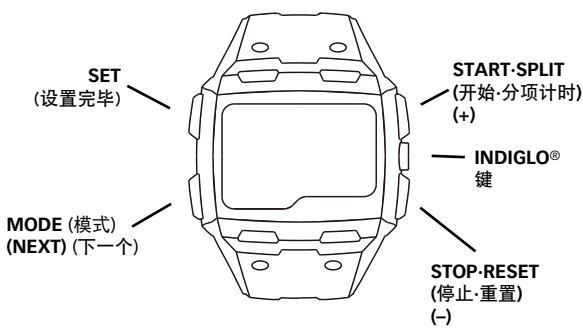
感谢您选购 TIMEX® 手表。

请仔细阅读本说明，以了解 Timex® 手表的使用方法。

功能与基本操作方法

- 12 或 24 小时制时间显示模式
- 按 MM-DD (月-日) 或 DD-MM (日日-月) 格式显示日期
- 3 个时区的时间显示
- 有声响铃及/或静音震动警报
- 每小时报时功能选择
- 可显示中途时间和间隔时间、长达 100 小时的秒表计时功能
- 24 小时倒计时功能 (含倒计时、秒表计时或重复计时功能)
- 水分补充计时功能
- 3 个含 5 分钟记忆备份并可按日/星期/周末设置的闹铃
- 可定制的模式设置 (隐藏不需要的模式)
- 带 NIGHT-MODE® 功能的 INDIGLO® 夜间照明灯

反复按 **MODE** (模式) 键钮可依次进入以下模式: Chrono (秒钟计时)、Timer (计时器)、Hydration (水分补充计时)、Alarm 1 (闹铃 1)、Alarm 2 (闹铃 2) 和 Alarm 3 (闹铃 3)。按 **MODE** 退出当前模式并回到时间模式。



不同按键功能并在括号内说明相关设置作用
表上的显示可能会有所不同，但按钮的操作是相同的。

时间 (TIME)

设置时间、日期和其它功能:

- 1) 在显示时间和日期的模式下，按住 **SET** 键。
- 2) 当前时区 (1、2 或 3) 开始闪烁。可按 + 或 – 选择设定所需要时区。
- 3) 按 **NEXT**。小时开始闪烁。按 + 或 – 调整小时 (包括 AM/PM)；按住键钮查找小时数值。
- 4) 按 **NEXT**。分钟开始闪烁。按 + 或 – 调整分钟。
- 5) 按 **NEXT**。秒钟开始闪烁。按 + 或 – 将秒钟归零。
- 6) 按 **NEXT**。月份开始闪烁。按 + 或 – 调整月份。
- 7) 按 **NEXT**。星期开始闪烁。按 + 或 – 调整星期。
- 8) 按 **NEXT**。年份开始闪烁。按 + 或 – 调整年份。
- 9) 按 **NEXT** 设置功能选项。按 + 或 – 调整数值，然后按 **NEXT** 进入下一个设置。各种可设定功能包括 12 或 24 小时制格式、“月-日”或“日-月”日期格式、闹铃或震动警报、每小时报时鸣音、按键鸣音、可定制的模式设置 (选“HIDE”隐藏不需要的模式——这些模式即会从模式序列中清除)。完成任何步骤后，都可以按 **DONE** 退出并保存设置。

如果将某种模式加以隐藏，以后也可以采用上述步骤将该模式还原。

按一下 **START-SPLIT** 并将该键按住查看第二个时区的时间。按两下 **START-SPLIT** 并将该键按住查看第三个时区的时间。继续按住键钮 4 秒钟，则会切换到所显示时区的时间。

双模式提供闹铃和计时警报类型选择。听得见的铃声、静音震动、或者震动加响铃组合。设置请参考第 9 点。

秒表计时器

这一模式提供秒表 (stopwatch) 计时功能。按 **MODE** 进入秒表计时模式。

按 **START-SPLIT** 开始设置。秒表计时能以百分之一秒计时。最高达一小时；然后以秒计时，达 100 小时。秒表计时指示开始闪烁，表示秒表计时器已开始计时。

按 **STOP-RESET** 停止计时。秒表计时指示长亮，表示秒表计时器已停止计时。

继续按 **START-SPLIT** 恢复计时，或按住 **STOP-RESET** 重新计时 (清除)。

秒表计时运行时，即使退出模式计时时仍会继续工作。秒表指示 会显示在 TIME 模式中。

在秒表计时状态下，按 **START-SPLIT** 截取分段时间。分段和分段时间将在分段时间号码显示。

LAP 1 = 7.11	LAP 2 = 7.50	LAP 3 = 7.08	LAP 4 = 7.30
SPLIT 1 = 7.11			
	SPLIT 2 = 15.01		
		SPLIT 3 = 22.09	
			SPLIT 4 = 29.39

设定显示格式。按 **SET**。然后按 + 或 – 选择所需要的格式。按 **DONE** (完成) 退出。

注:

- 截取时间时，时间显示会冻结 10 秒钟。这时可按 **MODE** 立即解冻并显示运行中的秒钟计时。

TIMER (计时器)

计时器提供带提示音的倒计时功能。不断按 **MODE**，直到出现 TIMER。

倒计时设置:

- 1) 按 **SET**。小时开始闪烁。按 + 或 – 调整小时；按住键钮查找小时数值。
- 2) 按 **NEXT**。分钟开始闪烁。按 + 或 – 调整分钟。
- 3) 按 **NEXT**。秒钟开始闪烁。按 + 或 – 调整秒钟。
- 4) 按 **NEXT**。倒计时结束时所应采取的行动开始闪烁。按 + 或 – 选择 STOP (停止) 或 REPEAT (重复)。
- 5) 按 **DONE** 完成每一步骤的设置。

按 **START-SPLIT** 开始计时。计时器按秒倒计时。计时器指示开始闪烁，表示计时器已开始计时。

按 **STOP-RESET** 暂停倒数计时。计时器指示长亮，表示计时器已停止计时。

按 **START-SPLIT** 恢复倒计时，或按 **STOP-RESET** 重新计时。

倒计时结束 (计时器回到零) 时，手表发出短促鸣音，夜间照明灯开始闪示。按任何键钮均可停止闹铃声。如选择了 REPEAT AT END，倒计时则会永远重复下去。

即使退出此模式，计时器仍会继续计时，在时间模式下，计时器指示长亮。

水分补充

水分补充模式具有倒计时提示功能，提醒您在锻炼中补充水分。不断按 **MODE**，直到出现 HYDRA。

水分补充计时设置:

- 1) 按 **SET**。分钟开始闪烁。按 + 或 – 调整分钟；按住键钮查找分钟数值。
- 2) 按 **NEXT**。秒钟开始闪烁。按 + 或 – 调整秒钟；按住键钮查找秒钟数值。
- 3) 按 **DONE** 完成每一步骤的设置。

按 **START-SPLIT** 开始水分补充计时。计时器按秒倒计时。水分补充计时指示开始闪烁，表示计时器已开始计时。

按 **STOP-RESET** 暂停倒数计时。水分补充计时指示将长亮。

按 **START-SPLIT** 恢复倒计时，或按 **STOP-RESET** 重新计时。

倒计时结束 (计时器回到零) 时，手表发出短促鸣音，夜间照明灯开始闪示。按任意键停止警告。

即便退出模式，水分补充计时器仍会继续工作。在时间模式下，水分补充计时指示将长亮。

ALARM (闹铃)

手表可有三个闹铃设置。不断按 **MODE** 直到出现 ALM 1、ALM 2 或 ALM 3。

闹铃设置:

- 1) 按 **SET**。小时开始闪烁。按 + 或 – 调整小时；按住键钮查找小时数值。
- 2) 按 **NEXT**。分钟开始闪烁。按 + 或 – 调整分钟。
- 3) 按 **NEXT**。如选择 12 小时制，则 AM/PM 开始闪烁。按 + 或 – 调整。
- 4) 按 **NEXT**。闹铃日设置开始闪烁。按 + 或 – 选择 DAILY (每日)、WKDAYS (每星期中)、或 WEEKENDS (每周末)。
- 5) 按 **DONE** 结束每一步骤的设置。

按 **START-SPLIT** 打开/关闭闹铃。

如果设置了闹铃，在时间模式下闹铃指示长亮。

闹铃响起时，夜间照明灯会开始闪示。按任何键钮均可停止闹铃声。如不按任何键钮，闹铃会持续响 20 秒，然后每隔五分钟重复一次。

每个闹铃设置都有不同的闹音旋律。

INDIGLO® NIGHT-MODE® 夜间照明/夜间照明功能

按 **INDIGLO®** 键可持续照亮表盘显示区 2-3 秒 (在设置时会显示 5-6 秒)。用于 INDIGLO® 键夜间照明的电致发光技术可在夜间和低光度环境下照亮整个表盘。INDIGLO® 键夜间照明启动时，按任何键就会让照明灯亮着。

按住 INDIGLO® 并持续 4 秒钟即可启动 NIGHT-MODE® 功能。月亮标志 会在时间模式下出现。使用此功能后，可以按任意键启动 INDIGLO® 夜间照明灯并持续照明 3 秒钟。再次按住 INDIGLO® 4 秒钟后，即可解除 NIGHT-MODE® 功能或者在 8 小时后该功能会自动解除。

防水功能

您的手表如果具有防水性能，则会显示米数刻度或 ()。

防水深度	p.s.i.a. * 水面以下水压
30米/98英尺	60
50米/164英尺	86
100米/328英尺	160

*按磅计算的每平方英寸压力绝对值

警告：为保持防水性能，请勿在水中按任何键钮。

1. 只有在镜盖、键钮和表壳完好无损的情况下，本表才能保持防水性能。
2. 表非跳水用手表，不宜在跳水时使用。
3. 接触盐水处理后，用清水冲洗。
4. 表壳或表壳背面有注明防震性能。本表的防震设计通过了 ISO 国际标准测试。但应注意避免损坏水晶/晶片。

电池

Timex 强烈建议由零售商店或钟表店来更换电池。 电池类型在手表背面注明。如配有内部重置开关，请在换电池后按下/接该重置开关。电池寿命是根据对使用方式的某些假设而估计确定的：电池寿命长短取决于实际使用方式。

切勿将电池扔到火中。请勿为电池充电。请将拆下的电池放在远离儿童的地方。

TIMEX 国际保修规定

自原购买日起，您的 TIMEX® 手表享受 Timex Group USA, Inc. 提供的为期一年的无制造缺陷保修。Timex 及其遍布全球的附属机构都会承诺这项国际保修义务。

请注意，Timex 在为您提供手表时，很可能安装新配件，也可能安装经过完全检查和检验的配件，还可能更换为相同或近似型号。请注意，本保修内容不包含以下原因造成的手表故障或损坏:

- 1) 保修期已过；
- 2) 如果手表是从未经授权公司的 Timex 零售店购买；
- 3) 设备由 Timex 之外的机构进行维修；
- 4) 意外事故、自行破坏或使用不当；以及
- 5) 表镜或水晶、表带或表链、表壳、附件或电池。Timex 会为更换这些配件向您收取一定费用。

本保修规定及其所含补偿条款具有专有性质，并取代所有其他明示或暗示的保修承诺，包括任何对适销性和适宜性任何具体目的暗示保证。TIMEX 对任何特殊损害、附带损害或间接损害所产生的损失概不负责。部分国家/地区和州不允许限制赔偿责任保证，也不允许排除或限制有关损失，因此上述限制可能对您无效。本保修规定赋予您具体的合法权利，同时因所在国或所在州而异，您可能还享有其他权利。

如需维修服务，请将您的手表退还给 Timex，其附属机构或购买该表的 Timex 零售店。同时附上填好的“手表维修单” (Watch Repair Coupon) 原件。如果您在美国或加拿大，则可附上填好的“手表维修单”原件或一份书面声明，其中注明您的姓名、住址、电话号码以及购买日期和地点。寄送手表时，请同时附带以下支票或汇票等用于支付邮费和运送成本 (此费用并非维修费)：美国用户请寄一张 8.00 美元的支票或汇票，加拿大用户请寄一张 12.00 加元的支票或汇票；英国用户请寄一张 3.50 英镑的支票或汇票。其他国家/地区的用户，Timex 会相应收取邮费和手续费。切勿在寄送的包裹内夹带特殊款式的表带或其他个人贵重物品。

如需了解有关保修方面的其他信息，美国用户请致电 1-800-448-4639，加拿大用户请致电 1-800-263-0981，巴西用户请致电 +11 2664 1001，墨西哥用户请致电 01-800-01-060-00，位于中美洲、加勒比海、百慕大和巴哈马的用户请致电 (501) 370-5775 (美国)，亚洲用户请致电 852-2815-0091，英国用户请致电 44 020 8687 9620，法国用户请致电 33 3 81 63 42 51，德国/奥地利用户请致电 +43 662 889 2130，其他地区用户请与当地 Timex 零售店或 Timex 经销商联系并了解有关保修信息。

一旦您的 Timex® 产品需要维修服务，请按照 Timex 国际保修规定寄交 Timex，或寄至以下地址：TG SERVICE CENTER, P.O.Box 2740, Little Rock, AR 72203。如对我们的服务有任何疑问，请致电 1-800-328-2677 或发电子邮件给 customer@timex.com

©2015 Timex Group USA, Inc. TIMEX、INDIGLO 和 NIGHT-MODE 均为 Timex Group B.V. 及其分公司的商标。

TIMEX®

www.timex.com

W-307 076-095002 AS

TIMEX®

www.timex.com

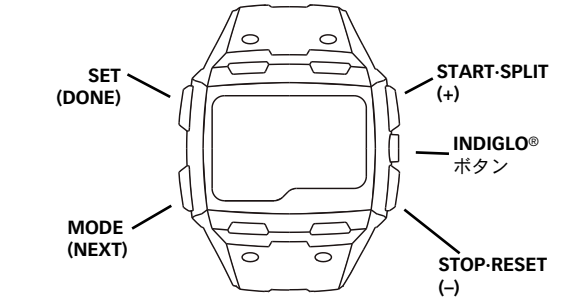
W-307 076-095002 AS

Timex® ウォッチをお買い上げいただきありがとうございます。

機能と基本操作

- 時刻を 12 時刻または 24 時刻で表示
- 日付を月・日 (MM-DD) または日・月 (DD.MM) の形式で表示
- 3 つのタイムゾーン
- 音か振動またはその両方によるアラート
- 毎正時チャイム (オプションル)
- ラップスプリットタイムを表示できる 100 時間未満クロノグラフ
- 最大 24 時間のカウントダウンタイマー (ゼロまでカウントした時点で停止またはリセット)
- 水分補給タイマー
- 3 種類のアラーム (毎日/平日のみ/土日のみ、5 分後にバックアップアラーム)
- カスタムモードの設定 (不要なモードを非表示にする)
- NIGHT-MODE® 機能付き INDIGLO® ナイトライト

MODE を繰り返し押してモードを変えます。クロノグラフ、タイムゾーン、ハイドレーション、アラーム 1、アラーム 2、アラーム 3 **MODE** を押して現在のモードを終了し、Time モードにします。



ボタン機能(かっこの中は二次機能)。文字盤は異なることがあります。ボタン操作は同じです。

時刻

- 時刻、日付、オプションは次の手順で設定します。
- 時刻と日付の表示モードで **SET** を押し続けます。
- 現在のタイムゾーン (1、2、または 3) が点滅します。タイムゾーンを選択したい場合は + または - を押して選択します。
- NEXT** を押します。時の位置が点滅します。+ または - を押して時の値 (AM/PM を含む) を変えます。数値を素早くスクロールするにはボタンを押し続けます。
- NEXT** を押しします。分の位置が点滅します。+ または - を押して分の値を変えます。
- NEXT** を押しします。秒の位置が点滅します。+ または - を押して秒をゼロに設定します。
- NEXT** を押しします。月の位置が点滅します。+ または - を押して月の値を変えます。
- NEXT** を押しします。日の位置が点滅します。+ または - を押して日の値を変えます。
- NEXT** を押しします。年の位置が点滅します。+ または - を押して年の値を変えます。
- NEXT** を押してオプションを設定します。+ または - を押して値を変え、**NEXT** を押して次のオプションに進みます。オプション機能は、12 または 24 時刻、オートマート、月・日または日・月、日付フォーマット、トーンまたはバイブレーションアラーム、時刻チャイム、ビープまたはボタンプレス、カスタムモード設定 (不要なモードには **HIDE** を選択すると、シグネチャーから除外されます)。どのステップでも **DONE** を押せば終了し、設定は保存されます。

非表示にしたモードは上記の要領で再び表示させることができます。2 つ目のタイムゾーンを表示するには **START-SPLIT** を 1 回押してそのまま押し続けます。3 つ目のタイムゾーンを表示するには **START-SPLIT** を 2 回押してそのまま押し続けます。表示したタイムゾーンに切り替えるにはそのまま 4 秒間押し続けます。

アラートタイプはデュアルモードになっており、アラームとカウントダウン終了時のアラートには、音か振動のいずれか、または振動してから音が鳴るコンビネーションから選択できます。設定方法については第 9 項を参照してください。

クロノグラフ

CHRONO モードではクロノグラフ (ストップウォッチ) 機能が使用できます。クロノメーターにするには **MODE** を押しします。

スタートするには、**START-SPLIT** を押しします。クロノグラフは 1/100 秒単位で 1 時間まで、さらに秒単位で 100 時間まで計測できます。クロノグラフインジケータが点滅し、クロノグラフが作動中であることを示します。

ストップするには、**STOP-RESET** を押しします。クロノグラフインジケータが点灯し、クロノグラフが停止したことを示します。

計測を再開するには **START-SPLIT** を押し、クロノグラフをリセット (クリア) するには **STOP-RESET** を押し続けます。

クロノグラフが既に作動している場合は、他のモードに切り替えてもクロノグラフは続行されます。ストップウォッチインジケータが TIME モードで表示されます。

スプリットを計測するには、クロノが作動中に **START-SPLIT** を押しします。ラップ/スプリットタイムがラップナンバーとともに表示されます。

LAP 1 = 7.11	LAP 2 = 7.50	LAP 3 = 7.08	LAP 4 = 7.30
SPLIT 1 = 7.11			
SPLIT 2 = 15.01			
SPLIT 3 = 22.09			
SPLIT 4 = 29.30			

表示形式を設定するには **SET** を押しします。次に、+ または - を押して希望の表示形式を選択します。 **DONE** を押して終了します。

- スプリットを計測すると、計測値がディスプレイ上に 10 秒間表示されます。表示を解除して作動中のクロノを直ちに表示した場合は **MODE** を押しします。

タイマー

タイマーモードでは、アラートが鳴るカウントダウンタイマーを使用できます。TIMER の表示が出るまで **MODE** ボタンを繰り返し押しします。

カウントダウンタイマーは次の手順で設定します。

- SET** を押しします。時間の位置が点滅します。+ または - を押して時の値を変えます。数値を素早くスクロールするにはボタンを押し続けます。
- NEXT** を押しします。分の位置が点滅します。+ または - を押して分の値を変えます。
- NEXT** を押しします。秒の位置が点滅します。+ または - を押して秒の値を変えます。
- NEXT** を押しします。カウントダウン終了時の動作が点滅します。+ または - を押して STOP または REPEAT を選択します。
- 設定が終了したらどのステップでも **DONE** を押しします。

スタートするには、**START-SPLIT** を押しします。タイマーは設定したカウントダウン時間から秒読みでカウントダウンしていきます。タイムインジケータが点滅し、タイマーが作動中であることを示します。

カウントダウンを一時停止するには、**STOP-RESET** を押しします。タイムインジケータが点灯し、タイマーが停止中であることを示します。

カウントダウンを再開するには **START-SPLIT** を押し、カウントダウンをリセットするには **STOP-RESET** を押しします。

タイマーがゼロになりカウントダウンが終了すると、ビープ音が鳴ってナイトライトが点滅します。音はどのボタンを押しても止めることができます。REPEAT AT END を選択してある場合は、タイマーがずっとビープし続けます。

このモードから出てもタイマーは継続します。Time モードでは、タイムインジケータは点灯します。

水分補給

水分補給モードでは、アラートが鳴るウントダウンタイマーで運動時に水分補給の時間を知らせます。HYDRA の表示が出るまで **MODE** ボタンを繰り返し押しします。

水分補給の時間は次の手順で設定します。

- SET** を押しします。分の位置が点滅します。+ または - を押して分の値を変えます。数値を素早くスクロールするにはボタンを押し続けます。
- NEXT** を押しします。秒の位置が点滅します。+ または - を押して秒の値を変えます。数値を素早くスクロールするにはボタンを押し続けます。

3) どのステップでも、設定が終了したら **DONE** を押しします。

ハイドレーションタイマーをスタートするには、**START-SPLIT** を押しします。タイマーは設定したカウントダウン時間から秒読みでカウントダウンしていきます。ハイドレーションインジケータが点滅し、タイマーが作動中であることを示します。

カウントダウンを一時停止するには、**STOP-RESET** を押しします。ハイドレーションインジケータが点灯します。

カウントダウンを再開するには **START-SPLIT** を押し、カウントダウンをリセットするには **STOP-RESET** を押しします。

タイマーがゼロになりカウントダウンが終了すると、ビープ音が鳴ってナイトライトが点滅します。音はどのボタンを押しても止めることができます。

このモードから出てもハイドレーションタイマーは継続します。Time モードでは、ハイドレーションインジケータが点灯します。

アラーム

アラームは 3 つまで設定できます。ALM 1、ALM 2 または ALM 3 が表示されるまで **MODE** を繰り返し押しします。

アラームは次の手順で設定します。

- SET** を押しします。時の位置が点滅します。+ または - を押して時の値を変えます。数値を素早くスクロールするにはボタンを押し続けます。
- NEXT** を押しします。分の位置が点滅します。+ または - を押して分の値を変えます。
- NEXT** を押しします。12 時刻の場合は AM/PM が点滅します。+ または - を押して AM/PM を変えます。
- NEXT** を押しします。アラームを鳴らす日の設定が点滅します。+ または - を押して DAILY (毎日)、WEEKDAYS (平日) または WEEKENDS (土日) を選択します。
- どのステップでも、設定が終了したら **DONE** を押しします。

アラームをオン/オフにするには、**START-SPLIT** を押しします。

アラームが設定されると、Time モードではアラームインジケータは点灯します。

アラームが鳴ると同時にナイトライトも点滅します。音はどのボタンを押しても止めることができます。ボタンを押さないで、アラームは 20 秒間鳴り続け、5 分後にもう一度鳴ります。

3 つのアラームにはそれぞれ特有のメロディーがあります。

INDIGLO® ナイトライト/NIGHT-MODE® 機能

INDIGLO® ボタンを押すと、ウォッチのディスプレイが 2〜3 秒間 (設定中は 5〜6 秒) 発光します。INDIGLO® ナイトライトに使用されているエレクトロルミネセンス技術が文字盤全体を明るくし、夜間や暗いところでもはっきり見える構造になっています。INDIGLO® ボタンを押してありナイトライト機能がオンになっているときには、どのボタンを押しても点灯します。

INDIGLO® ボタンを 4 秒間押し続けると **NIGHT-MODE®** 機能が作動します。時刻モードで月のアイコン **☾** が表示されます。この機能がオンになっているときには、どのボタンを押しても INDIGLO® ナイトライトが 3 秒間点灯します。 **NIGHT-MODE®** 機能を解除するには、もう一度 **INDIGLO®** ボタンを 4 秒間押し続ければ解除されますが、この操作をしなくても 8 時間後には自動的に解除されます。

耐水性

耐水性のウォッチには、メートル表示または (≡) マークが表示されています。

耐水性深度	p.s.i.a. * 水面下圧
30m/98ft	60
50m/164ft	86
100m/328ft	160

*重量ポンド毎平方インチ絶対圧

警告: 耐水性を維持するため、水中ではボタンは一切押さないで下さい。

- ウォッチの耐水性は、レンズ、プッシュボタン、ケースが無傷である場合に限り保たれます。
- このウォッチはダイバーウォッチではありませんので、ダイビングには使用しないでください。
- ウォッチに塩水がかかった場合は水ですすいでください。
- 耐衝撃性はウォッチの文字盤またはケース裏面に表示されています。腕時計は ISO の耐衝撃性試験に合格するよう設計されていますが、クリスタル/レンズを破砕しないように十分注意してください。

電池

Timex では、電池の交換は販売店または時計専門店に依頼されますよう強く勧めしています。電池の種類はウォッチの裏に表示されています。ウォッチ内部にリセットスイッチがある場合は、電池を交換した後でスイッチを押してショートさせてください。電池の寿命は一定の使用条件を仮定して概算したものです。電池の寿命は実際の使用法によって異なります。

電池を焼酎しないでください。再充電しないでください。取り出した電池はお子様の手が届かないところに保管してください。

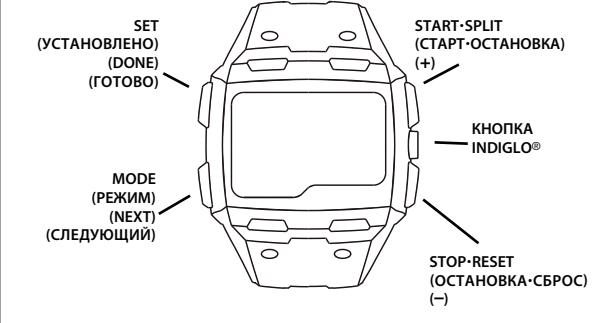
БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА ПОКУПКУ ЧАСОВ TIMEX®.

Пожалуйста, внимательно прочитайте инструкцию по эксплуатации, чтобы понять, как правильно пользоваться часами Timex®.

ФУНКЦИИ И ПРИНЦИП РАБОТЫ

- Отображение времени в 12- и 24-часовом формате
- Отображение даты в формате MM-DD (месяц-день) или DD.MM (день-месяц)
- 3 часовых пояса
- Подает сигнал с помощью звука и/или вибрации
- Дополнительный почасовой звуковой сигнал
- 100-часовой хронограф с отображением промежуточного времени и временных отрезков
- 24-х часовой таймер обратого отсчета (обратный отсчет и остановка или повторение)
- Таймер потребления жидкости
- 3 режима будильника (ежедневно/в будние дни/в выходные дни) с повтором сигнала через 5 минут
- Индивидуализированная настройка режимов (спрятать ненужные режимы)
- Ночная подсветка INDIGLO® с режимом NIGHT-MODE®

Многочисленные нажатие кнопки **MODE** позволяют пройти по списку режимов: Chrono (Хронограф), Timer (Таймер), Hydration (Потребление жидкости), Alarm 1 (Будильник 1), Alarm 2 (Будильник 2) и Alarm 3 (Будильник 3). Нажмите кнопку **MODE** для выхода из текущего режима и возвращения в режим **ВРЕМЯ**.



Вторичные функции кнопок обозначены в скобках. Дисплей часов могут различаться. Функции кнопок остаются неизменными.

ВРЕМЯ

Для установки времени, даты и других функций:

- При индикации времени и даты нажмите и держите в нажатой кнопку **SET**.
- Нажать мигать индикатор часового пояса(1, 2, или 3). Нажимайте + или - , чтобы настроить часовой пояс.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение часа. Нажмите + или - для изменения значения часа с учетом AM (до полудня) или PM (после полудня). Нажмите кнопку в нажатом положении для прокрутки значений.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение минут. Нажмите + или - для изменения значения минут.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение секунд. Нажмите + или - для обнуления секунд.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение месяца. Нажмите + или - для изменения значения месяца.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение дня. Нажмите + или - для изменения значения дня.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение года. Нажмите + или - для изменения значения года.
- Нажмите **NEXT** для настройки других функций. Нажимайте + или - для изменения значения, затем нажмите кнопку **NEXT** для перехода к другой функции. В часах имеются следующие функции: отображение времени в 12- или 24-часовом формате, отображение даты в формате Месяц-День или День.Месяц, звуковое оповещение или вибрация, почасовой звуковой сигнал, тональный сигнал кнопки, индивидуализированная настройка режимов (Выберите команду "HIDE" ("СПРЯТАТЬ") для ненужных функций - они будут удалены из последовательности функций). В любой момент Вы можете нажать кнопку **DONE** для выхода из режима настройки и сохранения параметров настройки.

Если Вы спрятали какой-либо режим, его можно позднее заново включить в последовательность функций, используя процедуру, описанную выше.

Нажмите и держите нажатой кнопку **START-SPLIT**, чтобы увидеть второй часовой пояс. Нажмите и держите нажатой кнопку **START-SPLIT**, чтобы увидеть третий часовой пояс. Продолжайте держать кнопку нажатой в течение 4 секунд для переключения на основной часовой пояс.

В двойном режиме имеется выбор типа оповещения для будильников и обратного отсчета: слышимый звуковой сигнал, беззвучная вибрация или комбинация вибрации и следующего за ней звукового сигнала. Смотрите пункт 9 для настройки.

ХРОНОГРАФ

В этом режиме часы выполняют функции хронографа (секундомера). Для перевода часов в режим хронографа (Chrono) следует нажать кнопку **MODE**.

Включение производится нажатием кнопки **START-SPLIT**.

Хронограф отсчитывает время сотыми долями секунды в пределах до одного часа, затем целыми секундами в пределах до 100 часов. Мигающий значок хронографа свидетельствует о том, что хронограф работает.

Остановка хронографа производится нажатием кнопки **STOP-RESET**. Значок хронографа неподвижен, если хронограф остановлен.

Повторное включение производится нажатием кнопки **START-SPLIT**. Сброс хронографа производится нажатием и удержанием в нажатом положении кнопки **STOP-RESET**.

Хронограф продолжает работу даже после выхода из режима. Значок секундомера **⌚** появится в режиме TIME (время).

При включенном хронографе нажмите кнопку **START-SPLIT**, чтобы начать отсчет времени определенного отрезка. Продолжительность каждого временного отрезка, а также промежуточное время будут показаны с номером соответствующего временного отрезка.

LAP 1 = 7.11	LAP 2 = 7.50	LAP 3 = 7.08	LAP 4 = 7.30
SPLIT 1 = 7.11			
SPLIT 2 = 15.01			
SPLIT 3 = 22.09			
SPLIT 4 = 29.30			

Для установки формата индикации нажмите кнопку **SET-RECALL**. Нажмите + или - для выбора необходимого формата. Для выхода из режима нажмите **DONE**.

- При замере промежуточного времени информация на дисплее "замерзает" на 10 секунд. Для разблокирования дисплея и немедленного возобновления индикации включенного хронографа необходимо нажать **MODE**.

ТАЙМЕР

Режим таймера дает возможность использовать таймер обратного отсчета с оповещением. Нажимайте **MODE** несколько раз, пока на дисплее не появится режим таймера (TIMER).

Для установки времени обратного отсчета:

- Нажмите **SET**. Начнет мигать значение часа. Нажмите + или - для изменения значения часа; держите кнопку в нажатом положении для прогона значений.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение минут. Нажмите + или - для изменения значения минут.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение секунд. Нажмите + или - для изменения значения секунд.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать команда в конце обратного отсчета. Нажмите + или - для выбора STOP (остановки) или REPEAT (повтора).
- Нажмите **DONE** после любого шага по окончании произведения настроек.

Для включения таймера нажмите кнопку **START-SPLIT**. Таймер производит обратный отсчет по секундам, начиная со времени обратного отсчета. Мигающий значок таймера свидетельствует о том, что таймер работает.

Для приостановки обратного отсчета нажмите **STOP-RESET**. Значок таймера неподвижен, если таймер остановлен.

Для возобновления обратного отсчета нажмите **START-SPLIT**. Для сброса обратного отсчета нажмите **STOP-RESET**.

Об окончании обратного отсчета (таймер дошел до нуля) будет свидетельствовать звуковой сигнал и мигание ночной подсветки. Будильник отключается нажатием любой кнопки. В случае выбора REPEAT AT END таймер войдет в режим циклического повторения обратного отсчета времени.

Таймер продолжает работать даже при выходе из режима. Значок таймера неподвижен в режиме времени (Time).

ПОТРЕБЛЕНИЕ ЖИДКОСТИ

Режим потребления жидкости дает возможность таймеру обратного отсчета напомнить Вам о необходимости пить во время тренировки. Нажимайте **MODE**, пока на дисплее не появится сообщение HYDRA.

Для установки времени потребления жидкости:

- Нажмите **SET**. Начнет мигать значение минут. Нажмите + или - для изменения значения минут, удерживайте кнопку в нажатом положении для прокрутки значений.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значения секунд. Нажмите + или - для изменения значения секунд, удерживайте кнопку в нажатом положении для прокрутки значений.
- Нажмите **DONE** после любого шага по окончании произведения настроек.

Для включения таймера увлажнения нажмите кнопку **START-SPLIT**. Таймер производит обратный отсчет по секундам, начиная со времени обратного отсчета. Мигающий значок таймера увлажнения свидетельствует о том, что таймер работает.

Для приостановки обратного отсчета нажмите **STOP-RESET**. Значок увлажнения станет неподвижным.

Для возобновления обратного отсчета нажмите **START-SPLIT**. Для сброса обратного отсчета нажмите **STOP-RESET**.

Об окончании обратного отсчета (таймер дошел до нуля) будет свидетельствовать звуковой сигнал и мигание ночной подсветки. Для выключения звукового сигнала достаточно нажать любую кнопку.

Таймер увлажнения продолжает работать даже при выходе из режима. Значок увлажнения неподвижен в режиме времени (Time).

БУДИЛЬНИК

Часы оборудованы тремя будильниками. Нажмите **MODE** несколько раз до появления ALM 1, ALM 2 или ALM 3.

Установка будильника:

- Нажмите **SET**. Начнет мигать значение часа. Нажмите + или - для изменения значения часа, удерживайте кнопку в нажатом положении для прокрутки значений.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать значение минут. Нажмите + или - для изменения значения минут.
- Нажмите **NEXT**. В 12-часовом формате отображения начнет мигать AM/PM. Нажмите + или - для изменения значения.
- Нажмите **NEXT**. Начнет мигать тип индикатора, устанавливаемого периодически будильника. Нажмите + или - для выбора режима работы будильника DAILY (ежедневно), WEEKDAYS (по будним дням) или WEEKENDS (по выходным дням).
- Нажмите **DONE** после любого шага по окончании произведения настроек.

Включение/выключение будильника производится нажатием кнопки **START-SPLIT**.

При выставленном будильнике значок будильника неподвижен в режиме времени (Time).

При срабатывании будильника мигает ночная подсветка. Будильник отключается нажатием любой кнопки, в противном случае будильник будет работать в течение 20 секунд с последующим единственным повторным включением через пять минут.

Каждый из трёх будильников имеет свою мелодию.

НОЧНАЯ ПОДСВЕТКА INDIGLO® С РЕЖИМОМ NIGHT-MODE®

Нажмите кнопку **INDIGLO®**, чтобы осветить циферблат часов на 2 - 3 секунды (5 - 6 секунд во время произведения настроек). Электролюминесцентная технология, используемая в устройстве ночной подсветки INDIGLO®, освещает весь дисплей часов ночью, а также в условиях слабого освещения. Ночная подсветка INDIGLO® останется включенной при нажатии любой кнопки, если включена функция ночной подсветки.

Нажмите и держите нажатой в течение 4 секунд кнопку **INDIGLO®**, чтобы включить режим NIGHT-MODE®. В режиме времени (TIME) на дисплее появляется значок луны **☾**. Засчет этой функции нажатие любой кнопки включает ночную подсветку INDIGLO® на 3 секунды. Режим NIGHT-MODE® можно отключить нажатием и удержанием нажатой в течение 4 секунд кнопки **INDIGLO®**. По прохождении 8 часов режим отключается автоматически.

ВОДОНЕПРОНИЦАЕМОСТЬ

Если Ваши часы водонепроницаемы, на них будет обозначена соответствующая логотипа в метрах или футах (≡).

Глубина водонепроницаемости	p.s.i.a. * Давление водного столба ниже поверхности воды
30m/98футов	60
50m/164 фута	86
100m/328ft	160

*абсолютное давление в футах на кв. дюйм

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ВОДОНЕПРОНИЦАЕМОСТИ, НЕ НАЖИМАЙТЕ КНОПКИ ПОД ВОДОЙ.

- Часы сохраняют водонепроницаемость только до тех пор, пока стекло циферблата, кнопки и корпус остаются неповрежденными.
- Часы не являются водонепроницаемыми и не предназначены для ныряния.
- После контакта с морской водой часы следует сполоснуть в пресной воде.
- Противоударные модели имеют соответствующую маркировку на лицевой стороне часов или задней части корпуса. Такие часы отвечают требованиям МОС по противоударности. Тем не менее, следует избегать повреждения стекла циферблата.

БАТАРЕЙКА

Для замены батарейки Фирма Timex настоятельно рекомендует обращаться в магазин или к ювелиру. Тип батарейки указан на задней стороне часов. После замены батарейки нажмите переключатель внутреннего сброса, если таковой имеется. Срок службы батарейки оценивается на основании некоторых допущений в отношении условий эксплуатации. Срок службы батарейки может варьироваться в зависимости от конкретных условий эксплуатации.

НЕ БРОСАЙТЕ БАТАРЕЙКУ В ОГОНЬ. НЕ ПЕРЕЗАРЯЖАЙТЕ БАТАРЕЙКУ. ХРАНИТЕ НЕЗАПАКОВАННЫЕ БАТАРЕЙКИ В НЕДОСТУПНЫХ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЕСТАХ.

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГАРАНТИЯ НА ЧАСЫ TIMEX
Фирма Timex Group USA, Inc. гарантирует отсутствие в Ваших часах TIMEX® каких-либо производственных дефектов на период до ОДИННОГО ГОДА со дня первоначальной покупки. Фирма Timex и ее международные филиалы признают настоящую международную гарантию.

Пожалуйста, учтите, что фирма Timex может, на свое усмотрение, отремонтировать Ваши часы с использованием новых или полностью отремонтированных и прошедших инспекцию компонентов или заменить изделие той же или аналогичной модели. **ВНИМАНИЕ: ПОЖАЛУЙСТА, ИМЕТЬ В ВИДУ, ЧТО НАСТОЯЩАЯ ГАРАНТИЯ НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ НА ДЕФЕКТЫ ИЛИ ПОВРЕЖДЕНИЯ ВАШИХ ЧАСОВ ПРИ СЛЕДУЮЩИХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ:**

- по истечении срока гарантии;
 - если часы были первоначально приобретены не у официального распространителя продукции фирмы Timex;
 - если повреждения являются результатом ремонта или обслуживания, произведенного не фирмой Timex;
 - если повреждения являются результатом аварии, вскрытия часов или других недовольных действий, кроме того;
 - гарантия не распространяется на стекло, ремешок или браслет, футляр от часов, прочие принадлежности и аксессуары. За замену этих деталей фирма Timex может потребовать от Вас плату.
- НАСТОЯЩАЯ ГАРАНТИЯ И ПРЕДСМОТРЕННЫЕ ЕЮ МЕРЫ ЗАЩИТЫ ЯВЛЯЮТСЯ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНЫМИ И ЗАМЕНЮЮТ СОБОЙ ВСЕ ПРОЧие ГАРАНТИИ, ЯВНЫЕ ИЛИ ПОДРАЗУМЕВАЮЩИЕСЯ, ВКЛЮЧАЯ ЛЮБЫЕ ПОДРАЗУМЕВАЮЩИЕСЯ ГАРАНТИИ ТОВАРНОЙ ЦЕЛИ И ПРИГОДНОСТИ ДЛЯ КОНкрЕТНОЙ ЦЕЛИ. КОМПАНИЯ TIMEX НЕ НЕСЕТ НИКАКОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА КАКИЕ-ЛИБО СПЕЦИАЛЬНЫЕ, ПОСОБОЧНЫЕ ИЛИ КОСВЕННЫЕ УЩЕРБ. Некоторые страны и штаты не допускают ограничений в отношении возмещения гарантий и изъятий или ограничений в отношении ущерба, поэтому такие ограничения, возможно, к Вам не относятся. В соответствии с настоящей гарантией Вы приобретаете гарантию с коммерческими условиями и затрат на установку (не включены в стоимость ремонта) в виде чек или платежного поручения на сумму 8.00 долларов США на территории США, чек или платежного поручения на сумму 12.00 канадских долларов на территории Канады, чек или платежного поручения на сумму 3.50 английских фунтов стерлингов на территории Великобритании. В Великобритании звоните по телефону 1 800-263-0981. В Бразилии звоните по телефону +1 2664 1001. В Мексике звоните по телефону 01-800-01-060-00. В Центральной Америке, странах Карибского бассейна, на Бермудских и багамских островах звоните по телефону (501) 370-5775 (США). В Азии звоните по телефону 852-2815-0001. В Великобритании звоните по телефону 44 020 8687 9620. Во Франции звоните по телефону 33 381 63 42 51. В Германии/ Австрии: +43 662 889 2130. В других регионах для получения дополнительной информации о гарантии, просьба связываться с местным назначенным представителем или дистрибутором фирмы Timex.

Если Ваши часы TIMEX® нуждаются в техническом обслуживании, отправьте их на фирму Timex согласно указанию, приведенному в Международной гарантии фирмы Timex, или по адресу: TG SERVICE CENTER, P.O. Box 2740, Little Rock, AR 72203. По всем вопросам, связанным с обслуживанием, обращайтесь по телефону 1-800-328-2677 или по адресу электронной почты custserv@timex.com

©2015 Timex Group USA, Inc. TIMEX, INDIGLO и NIGHT-MODE являются торговыми марками компании Timex Group B.V. и ее филиалов.