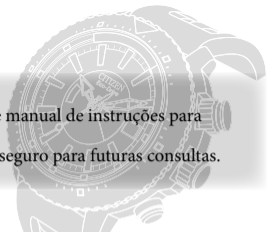


Obrigado por adquirir este relógio Citizen.  
Antes de utilizar o relógio, leia atentamente este manual de instruções para assegurar o uso correto.  
Depois de ler o manual, guarde-o em um lugar seguro para futuras consultas.



Exponha o mostrador do relógio à luz para carregar o relógio completamente antes de utilizá-lo. (Consulte a página 50)

- **Para o desempenho ótimo, exponha o mostrador à luz direta do sol durante várias horas pelo menos uma vez por mês.**



### **Aviso especial**

Devido a tecnologias especiais, com exceção da pulseira, este relógio só deve ser reparado em um Centro de Serviço CITIZEN Autorizado.  
Todas as solicitações para reparos devem ser dirigidas a um Centro de Serviço CITIZEN Autorizado.

## Sumário

<b>Funções .....</b>	<b>4</b>	Alcance da recepção do sinal .....	23
<b>Precauções de segurança.....</b>	<b>6</b>	Colocação para uma melhor recepção .....	24
<b>Uso do relógio</b>		Recepção do sinal .....	26
<b>—guia de iniciação rápida .....</b>	<b>12</b>	Interrupção da recepção do sinal.....	29
<b>Nomes dos componentes e suas principais funções .....</b>	<b>14</b>	Movimento dos ponteiros durante a recepção do sinal.....	30
Como utilizar a coroa aparafusada e botão aparafusado.....	16	Verificação da recepção do sinal.....	32
Como utilizar o aro graduado rotativo unidirecional.....	18		
<b>Recepção do sinal de ajuste da hora para acertar a hora e o calendário .....</b>	<b>20</b>	<b>Ajuste manual da hora/ calendário .....</b>	<b>34</b>
Antes de receber o sinal (Verificação da posição de referência) .....	20	Calendário perpétuo.....	37
Relógio controlado por rádio .....	22	<b>Alteração da definição do horário de verão (DST).....</b>	<b>39</b>
		<b>Definição da hora local (viagem) (função de correção de diferença horária) .....</b>	<b>40</b>

<b>Uso do relógio durante mergulhos</b>	
— <b>Modo de mergulho</b> .....	<b>42</b>
Uso do modo de mergulho .....	48
<b>Carga do relógio</b> .....	<b>50</b>
Carga do relógio .....	50
Quando o relógio atinge um nível de carga baixo—função de advertência de carga insuficiente .....	51
Tempo de carga .....	52
<b>Função de economia de energia</b> .....	<b>54</b>
<b>Localização e solução de problemas</b> .....	<b>56</b>
<b>Ajuste da posição de referência</b> .....	<b>60</b>

<b>Precauções</b> .....	<b>62</b>
Desempenho da resistência à água ...	62
Manipulação da pilha recarregável ...	64
Mantenha seu relógio limpo .....	64
Precauções relativas à carga .....	65
Para evitar um mau funcionamento ...	66
<b>Manutenção</b> .....	<b>68</b>
Manutenção diária .....	68
Armazenamento .....	69
Mostradores e ponteiros luminosos ...	69
<b>Especificações</b> .....	<b>70</b>
<b>Lista das funções</b> .....	<b>72</b>

## Funções



Recebe um sinal de ajuste da hora e ajusta a hora automaticamente na Europa (consulte a página 22)

- Para ajustar a hora e o calendário numa área onde não pode receber o sinal, consulte as páginas 34 a 38.

## **Eco-Drive**

Alimentado por energia solar— não há necessidade de trocar a pilha

4



O modo de mergulho garante a indicação precisa das horas durante o mergulho (consulte a página 42)



Calendário perpétuo— não há necessidade de correção da data no fim de cada mês (consulte a página 37)



Função de correção da diferença horária—ajuste fácil para a hora local no exterior (consulte a página 40)

### **Para evitar o desalinhamento dos ponteiros por impactos ou magnetismo**

- ❑ **Função de detecção de impactos:** Esta função previne movimentos indesejáveis dos ponteiros das horas, minutos e segundos quando o relógio recebe um impacto.
- ❑ **Função de correção dos ponteiros (função de correção automática da posição de referência dos ponteiros):** A posição de referência dos ponteiros é verificada em intervalos regulares, e se houver qualquer desalinhamento, os ponteiros das horas, minutos e segundos são corrigidos rapidamente para manter a hora certa.



## Precauções de segurança

**O mergulho é um esporte extremamente perigoso. Quando utilizar este relógio para mergulhar, certifique-se de que tenha uma compreensão apropriada dos procedimentos para o manuseio do relógio conforme descrito neste manual, e siga os procedimentos corretamente. O manuseio deste relógio de uma maneira contrária à descrita neste manual do usuário pode impedir que o relógio funcione corretamente.**

**ESTE RELÓGIO NÃO É DESTINADO A SER UTILIZADO COMO UM INSTRUMENTO DE MERGULHO PRIMÁRIO.**



## Para evitar ferimentos

- NÃO utilize o relógio onde a temperatura torna-se extremamente alta—como em uma sauna. O relógio pode ficar quente e causar queimaduras.
- Tome cuidado ao envolver-se em exercício ou trabalho duro, para evitar ferimentos a si mesmo ou aos outros.
- Tome especial cuidado ao segurar uma criança pequena com o relógio no pulso.
- A caixa e a pulseira do relógio entram em contato direto com a pele. Utilizar este relógio pode causar uma irritação ou alergia da pele se você tiver uma pele sensível ou dependendo da sua condição física. Se você achar que há algo errado, retire o relógio do pulso imediatamente e consulte o seu médico.

### Possíveis causas de irritações incluem

- Alergia a certos metais ou couro
- Corrosão, sujeira ou perspiração presente no corpo ou pulseira do relógio
- Formação de matérias estranhas na pulseira e caixa


### Precauções de mergulho gerais

- **No caso de utilizar este relógio para mergulhar, certifique-se sempre de receber o treinamento de mergulho adequado de um instrutor licenciado, para adquirir a experiência e a habilidade necessárias para um mergulho seguro.**
- **Certifique-se de que tenha dominado completamente o manuseio e operação deste relógio.**

Mesmo o mergulho recreativo pode ser extremamente perigoso. Mergulhar sem o treinamento adequado ou correto pode resultar em um acidente fatal ou sério.

**ESTE RELÓGIO NÃO É DESTINADO A SER UTILIZADO COMO UM INSTRUMENTO DE MERGULHO PRIMÁRIO.**



- 
- **Cada mergulhador deve ser responsável pela preparação e execução de seu próprio plano de mergulho para assegurar um mergulho seguro.**

Este relógio não é equipado com uma função que previne o mal de descompressão. Além disso, este relógio não é capaz de verificar diferenças nas funções fisiológicas de mergulhadores individuais ou diferenças na condição física em um dia particular.

Como a ocorrência do mal da descompressão é grandemente afetada pela condição física do mergulhador, o grau do risco do mal da descompressão varia dependendo da condição física do mergulhador no dia do mergulho. Recomendamos que você evite mergulhar sempre que não estiver em boas condições físicas, como quando estiver doente, fatigado, com poucas horas de sono ou de ressaca.


### **Precauções relativas ao uso deste relógio**

- **Este relógio não é equipado com uma função que indica um mergulho descompressivo.**

Não faça mergulhos descompressivos com este relógio.

### Precauções relativas ao uso deste relógio (continuação)

- **Quando utilizar este relógio para mergulhar, certifique-se sempre de utilizar o relógio em combinação com outros instrumentos de mergulho (tabela de mergulho, relógio de mergulhador, medidor de pressão residual ou medidor de profundidade da água).**  
Flutuações repentinas na atmosfera e mudanças na temperatura da água podem afetar o mostrador e o desempenho do relógio. Além disso, certifique-se sempre de utilizar este relógio em combinação com outros instrumentos de mergulho para o caso em que o relógio funcione incorretamente. Este relógio não é destinado a ser utilizado como um instrumento de mergulho primário.
- **Certifique-se sempre de verificar todas as funções do relógio antes de cada mergulho para evitar maus funcionamentos e acidentes causados pelo uso de definições inadequadas.**  
Especialmente, certifique-se de verificar se o relógio está suficientemente carregado e que a advertência de carga insuficiente (consulte a página 51) não esteja exibida no mostrador.

- 
- **O uso deste relógio para mergulhos é limitado para mergulhos recreativos (mergulhos não descompressivos) a uma temperatura da água de 0°C a +50°C.**  
Não utilize este relógio para os seguintes tipos de mergulho:
    - Mergulho fora da faixa de temperatura indicada acima
    - Mergulho descompressivo
    - Mergulho de saturação usando gás hélio
    - Mergulho em água doce (este relógio é calibrado para mergulho em água salgada)
  - **Permita uma margem suficiente durante o mergulho com respeito ao tempo limite de mergulho não descompressivo.**
  - **Não realize um mergulho livre (com snorkel) após um mergulho autônomo (scuba), pois isso pode afetar sua saúde seriamente.**  
Este relógio não tem uma função para distinguir entre mergulho autônomo e mergulho livre.

## **Uso do relógio—guia de iniciação rápida**

Verifique o seu relógio como segue antes de usá-lo:

Ponteiro dos segundos



**Verificação da reserva de energia**  
**Verifique o movimento do ponteiro dos segundos.**

O ponteiro dos segundos está se movendo em intervalos de 1-segundo.

O ponteiro dos segundos está se movendo em intervalos de 2-segundos ou parou.

**Carregue o relógio. (Consulte a página 50)**

Ao expor o relógio à luz após um período de escuridão, os ponteiros podem girar rapidamente. Isso indica que o relógio está saindo da função de economia de energia. (Consulte a página 54) Isso não indica um mau funcionamento. Permita que o relógio volte totalmente ao funcionamento normal antes de utilizá-lo para mergulhos ou outras funções. Espere até que o movimento rápido pare.

### Verificação da hora e do calendário

#### Verifique a hora e o calendário.

- Consulte a página 34 para verificar o calendário.

A hora e o calendário estão corretos.

A hora e o calendário não estão corretos.

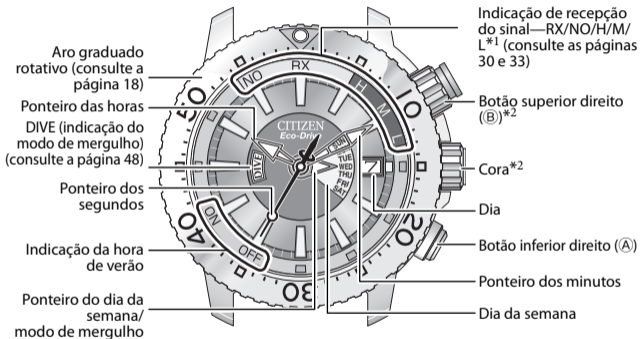
Comece a usar o relógio!

#### Ajuste a hora e o calendário usando um dos seguintes dois métodos:

- Recepção sob demanda do sinal de ajuste da hora (consulte a página 28)
- Correção manual da hora e do calendário (consulte as páginas 34 a 38)



## Nomes dos componentes e suas principais funções



As ilustrações neste manual de instruções podem diferir da aparência real do relógio.

\*1 Alguns modelos indicam o estado da recepção do sinal de ajuste da hora usando a ponta do ponteiro dos segundos, enquanto que outros empregam a cauda.

**Indicação com a ponta do ponteiro dos segundos**



**Indicação com a cauda do ponteiro dos segundos**



\*2 Há dois tipos de coroas e botões: normais e aparafusados. Consulte a página 16 para ver como utilizar a coroa e botão aparafusados.





## Nomes dos componentes e suas principais funções

### ■ Como utilizar a coroa aparafusada e botão aparafusado

Alguns modelos vêm com um coroa aparafusada e um botão aparafusado. Bloquear a coroa e o botão previne operações acidentais. Desbloqueie-os quando quiser operar o relógio.





	Desbloquear	Bloquear
Coroa aparafusada	 <p>Gire a coroa no sentido anti-horário (esquerda) até que ela fique se libere da caixa.</p>	 <p>Empurre a coroa para dentro da caixa. Exercendo um leve pressão na caixa, gire a coroa no sentido horário para fixá-la na caixa. Certifique-se de apertar firmemente.</p>
Botão aparafusado	 <p>Gire o botão de bloqueio no sentido anti-horário (esquerda), afrouxando-o até que pare.</p>	 <p>Gire o parafuso de bloqueio no sentido horário (direita), apertando-o firmemente.</p>

- O desbloqueio não é necessário no caso de uma coroa ou botão normal.

## Nomes dos componentes e suas principais funções

### ■ Como utilizar o aro graduado rotativo unidirecional

Você pode verificar facilmente o tempo decorrido ou tempo restante desde ou até um certo ponto girando o aro graduado. Isso é útil para verificar a duração de um mergulho.

#### <Para determinar o tempo decorrido>

Alinhe a marca  com a posição atual do ponteiro dos minutos.

- Você pode ver o tempo decorrido desde tal ponto.

Ex.: 10 minutos decorridos após a definição

Tempo decorrido  
(10 minutos)

Tempo da definição  
(8:40)

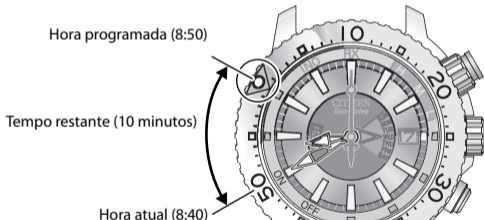


<Para determinar o tempo restante>

Alinha a marca  com a hora programada.

- Você pode ver o tempo restante até a hora programada.

Ex.: Faltam 10 minutos até a hora programada



O aro graduado unidirecional só gira no sentido anti-horário (ou esquerda) por motivos de segurança durante um mergulho.



## Recepção do sinal de ajuste da hora para acertar a hora e o calendário

### ■ Antes de receber o sinal (Verificação da posição de referência)

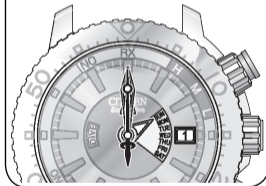
**Certifique-se de que a posição de referência esteja correta antes de receber o sinal.**

A posição de referência correta para a hora e o calendário é “SUN (Sunday – Domingo)”, “12:00:00” “1 (1º dia)”. Se a posição de referência estiver incorreta, o relógio não exibirá a hora e o calendário corretamente, mesmo depois de receber o sinal.

- A posição de referência pode tornar-se incorreta se o relógio for exposto a um magnetismo, eletricidade estática ou impacto forte. Ajuste a posição de referência (consulte a página 60) se a hora e o calendário não estiverem sendo exibidos corretamente após a recepção do sinal.

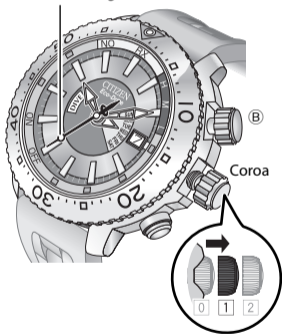
### Corrija a posição de referência

- O ponteiro do dia da semana aponta para “SUN”.
- Os ponteiros das horas, minutos e segundos apontam para “12:00”.
- A janela do dia exibe “1”.



<Verifique a posição de referência>

Ponteiro dos segundos



- 1. Puxe a coroa para a posição 1.**  
O ponteiro dos segundos indica a definição atual para a diferença horária.
- 2. Pressione o botão superior direito (B) durante cinco segundos ou mais.**  
A posição de referência atual é indicada. (Este processo pode levar até 7 minutos.)
- 3. Verifique a posição de referência.**
  - Avance ao passo **3** na página 60 se a posição de referência estiver incorreta.
- 4. Empurre a coroa para a posição 0 para concluir a verificação.**  
Todos os ponteiros se moverão para indicar a hora atual.

## Recepção do sinal de ajuste da hora para acertar a hora e o calendário

### ■ Relógio controlado por rádio

Este relógio recebe o sinal de ajuste da hora desde a estação de sinal e ajusta automaticamente a hora e o calendário. Este relógio também é dotado de uma função para mostrar o resultado da recepção (sucesso/falha) e a condição da recepção (nível de recepção).

- Normalmente, o sinal de ajuste da hora é transmitido continuamente durante 24 horas por dia, mas pode ser interrompido ocasionalmente para manutenção.
- Mesmo que este relógio receba um sinal de ajuste da hora com êxito, a indicação das horas pode desviar-se um pouco dependendo do ambiente de recepção e do processamento interno.
- Sem a recepção do sinal, o relógio continuará a funcionar com uma precisão dentro de  $\pm 15$  segundos por mês.
- O sinal de ajuste da hora não tem efeito no corpo humano ou equipamentos médicos.

## ■ Alcance da recepção do sinal

A estação de Frankfurt transmite o sinal de ajuste da hora na Europa. Este relógio recebe o sinal automaticamente somente desta localização.

- Este relógio só pode receber o sinal alemão (DCF77), e não pode receber os sinais de outras áreas.

Mesmo na área recebível ilustrada, o relógio pode não ser capaz de receber o sinal de ajuste da hora dependendo do tempo, condições das ondas de rádio ou ambiente de recepção (consulte a página 25).

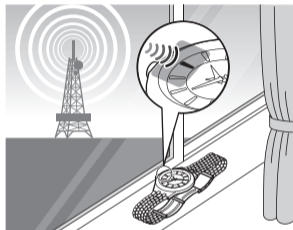


## Recepção do sinal de ajuste da hora para acertar a hora e o calendário

### ■ Colocação para uma melhor recepção

Retire o relógio e coloque-o numa superfície estável onde o mesmo possa receber melhor o sinal de ajuste da hora, tal como próximo a uma janela.

- A antena de recepção está localizada na posição das 9 horas do relógio. Coloque o relógio com a posição das 9 horas virada para a estação. (Consulte a página 23)
- Não mova o relógio durante a recepção do sinal de ajuste da hora; caso contrário, a recepção pode ser interrompida.



A recepção pode ficar instável dependendo do ambiente. Verifique o nível de recepção do relógio (consulte a página 33) e encontre a direção e lugar que proporcionam a melhor recepção.



### <Áreas de má recepção>

Pode ser difícil receber o sinal de ajuste da hora adequadamente em certas condições ambientais ou em áreas suscetíveis a ruídos de rádio.

- Lugares extremamente quentes ou frios



- Dentro de veículos



- Perto de equipamentos elétricos ou aparelhos de escritório



- Perto de cabos elétricos de alta tensão, cabos aéreos ferroviários ou instalações de comunicação



- Perto de telefones celulares que estão em uso



- Dentro de prédios de concreto armado, entre edifícios altos, montanhas ou no subsolo



**É recomendável tentar a recepção do sinal de noite, quando há menos interferência de rádio sobre o sinal de ajuste da hora.**

## Recepção do sinal de ajuste da hora para acertar a hora e o calendário

### ■ Recepção do sinal

Há duas formas de receber o sinal:

- Recepção automática:** Recepção automática do sinal em horas específicas (consulte a página 27)
- Recepção sob demanda:** Recepção do sinal quando se deseja ajustar a hora e o calendário (consulte a página 28)
- A recepção é feita automaticamente durante a carga do relógio após a sua parada devido a uma carga insuficiente. (Consulte a página 50)

#### Precaução

Certifique-se de desativar o modo de mergulho (DIVE) antes de iniciar a recepção. (Consulte a página 49)

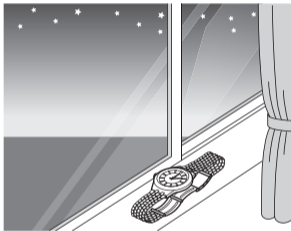


## Recepção automática

Coloque o relógio de acordo com a seção “Colocação para uma melhor recepção”. (Consulte a página 24)

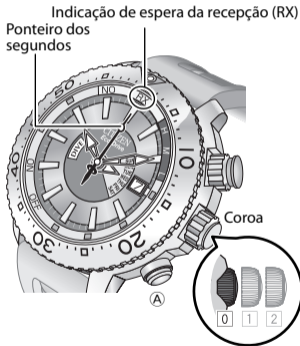
O relógio recebe automaticamente o sinal de ajuste da hora às 3 AM todos os dias.

- Se o sinal de ajuste da hora não puder ser recebido às 3 AM, será feita uma nova tentativa automaticamente às 4 AM.
- Consulte a página 30 para saber como os ponteiros do relógio se movem ao receber o sinal de ajuste da hora.



## Recepção do sinal de ajuste da hora para acertar a hora e o calendário

### Recepção sob demanda



- 1. Empurre a coroa para a posição 0.**
- 2. Pressione o botão inferior direito (A) durante dois segundos ou mais.**  
O ponteiro dos segundos indica o resultado da última recepção (NO, H, M ou L) e, em seguida, aponta para RX.
- 3. Coloque o relógio de acordo com a seção “Colocação para uma melhor recepção”. (Consulte a página 24)**
  - Não mova o relógio até que todos os ponteiros comecem a mover-se de novo.
  - Consulte a página 30 para saber como os ponteiros do relógio se movem ao receber o sinal de ajuste da hora.



### Precaução

O relógio não pode receber o sinal de ajuste da hora durante a mudança do dia e do dia da semana. Realize a recepção sob demanda após a mudança dos mesmos.

## ■ Interrupção da recepção do sinal

### 1. Pressione o botão inferior direito (A) durante dois segundos ou mais.

A recepção do sinal será cancelada e todos os ponteiros se moverão para indicar a hora atual.

### Precaução

Se a recepção for interrompida por alguma razão, a hora e o calendário não serão atualizados automaticamente.

## Recepção do sinal de ajuste da hora para acertar a hora e o calendário

### ■ Movimento dos ponteiros durante a recepção do sinal

Ao receber o sinal, o relógio se move da seguinte forma:

<Preparando-se para a recepção>



O ponteiro dos segundos aponta para RX.

<Durante a recepção>



O ponteiro dos segundos indica o nível de recepção apontando para H, M ou L. (Consulte a página 33)

- Pode levar algum tempo dependendo da situação (máx. de 13 minutos).

<Recepção concluída>



Todos os ponteiros começam a mover-se.



### **Precaução**

Se você operar o relógio durante uma recepção, a recepção será interrompida.

### **Quando a recepção for concluída...**

Quando a recepção tiver sido bem-sucedida, os ponteiros continuarão a indicar a hora correta.

Se a recepção do sinal falhar, a hora não será ajustada.

- Consulte a página 32 para o resultado da recepção.

## Recepção do sinal de ajuste da hora para acertar a hora e o calendário

### ■ Verificação da recepção do sinal

Você pode verificar se a última recepção do sinal de ajuste da hora foi bem-sucedida ou não. Você também pode ver o nível de recepção se a recepção foi possível.



1. Empurre a coroa para a posição 0.
2. Pressione o botão inferior direito (A).

O ponteiro dos segundos se move para indicar o resultado da última recepção e o nível da recepção. (Consulte a página 33)

- O resultado indicado é o da recepção concluída mais recente. As tentativas de recepção interrompidas são ignoradas.

#### Precaução

Não é possível verificar a recepção durante a mudança das indicações do dia e do dia da semana. Verifique após a conclusão da mudança.



### <Resultado da recepção>

**H/M/L:** recepção bem-sucedida

**NO:** recepção mal-sucedida

- Se NO for indicado, encontre uma localização e direção onde a recepção seja melhor e realize a recepção de novo. (Consulte a página 28)

### <Nível de recepção>

<b>H (Alto)</b>	Condição muito boa para recepção.
<b>M (Médio)</b>	Condição boa para recepção.
<b>L (Baixo)</b>	Má condição para recepção.

- H, M e L indicam somente a condição para recepção, e não estão relacionados com o desempenho do relógio.

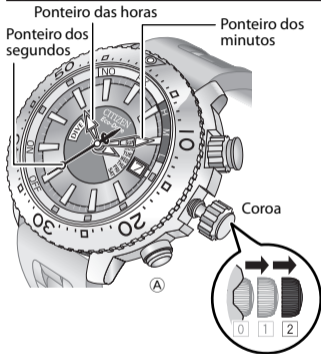
- Se a hora não for indicada adequadamente mesmo após uma recepção bem-sucedida, corrija a posição de referência. (Consulte a página 60)

### Para voltar à indicação normal das horas

Pressione o **botão inferior direito** (A) de novo.

- A hora atual será indicada automaticamente 10 segundos após a indicação do resultado da recepção.

## Ajuste manual da hora/calendário



### 1. Puxe a coroa para a posição 2.

O ponteiro dos segundos indica a definição do horário de verão.

### 2. Pressione o botão inferior direito (A).

- Você pode alterar a definição do horário de verão girando a coroa. (Consulte a página 39)

### 3. Pressione o o botão inferior direito (A) de novo.

O ponteiro dos segundos indica a posição das 12:00 horas.

Enquanto o modo de mergulho está ativado, a coroa e os botões não funcionam até que o ponteiro do modo de mergulho indique o dia da semana atual.

Agora você pode ajustar a hora.

- Você pode saltar o ajuste da hora para ajustar o calendário pressionando o **botão inferior direito (A)**.

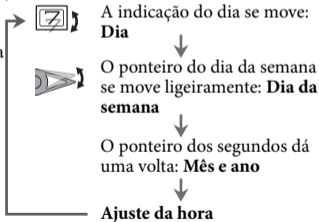
#### 4. Gire a coroa para ajustar a hora.

Os ponteiros das horas, minutos e segundos se movem.

- Se você girar a **coroa** rápida e continuamente, os três ponteiros começarão a mover-se continuamente. Para parar os ponteiros, gire a **coroa**.
- Se você ajustar a hora para 12:00 AM, as indicadores do dia e dia da semana começarão a mudar. Vá para o passo **5** após o movimento da indicação do dia e o ponteiro do dia da semana parará.

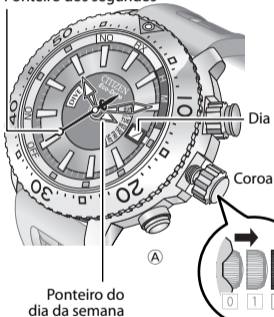
#### 5. Pressione o botão inferior direito (A).

Agora você pode ajustar o calendário. Cada vez que você pressiona o **botão inferior direito (A)**, o item ajustável muda como segue:



## Ajuste manual da hora/calendário


Ponteiro dos segundos



### 6. Gire a coroa para ajustar o item selecionado.



- Consulte a página 38 para verificar o mês e o ano.
- Se você girar a **coroa** rápida e continuamente, o dia começará a mover-se continuamente. Para parar o dia, gire a **coroa**.

- 
- 7.** Repita os passos **5** e **6** quando precisar ajustar os outros itens.
- 8.** Empurre a **coroa** para a posição **0** num sinal de hora certa emitido por rádio, TV, etc., para concluir o ajuste da hora/calendário.  
Todos os ponteiros se moverão para indicar a hora atual.

**Precaução**

Enquanto a indicação estiver se movendo, não é possível prosseguir ao próximo passo.

**Calendário perpétuo**

O dia é ajustado automaticamente até 28 de fevereiro de 2100. Portanto, não é preciso corrigi-lo no fim de cada mês.

## Ajuste manual da hora/calendário

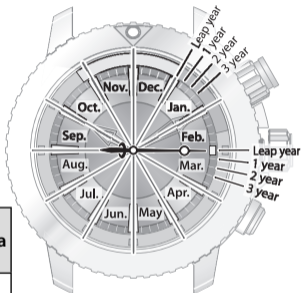
### <Indicação do mês e do ano>

Você pode verificar o ano (anos passados desde um ano bissexto) e o mês na posição onde o ponteiro dos segundos aponta.

- Você pode ver o número de anos passados depois de um ano bissexto verificando o marcador de minutos para o qual o ponteiro dos segundos está apontando.

**Quadro de referência rápida para o número de anos passados desde o ano bissexto**

Ano		Anos passados	O ponteiro dos segundos aponta para:
2012	2016	0 ano (ano bissexto)	marcador das horas
2009	2013	1 ano	Marcador do 1º min.
2010	2014	2 anos	Marcador do 2º min.
2011	2015	3 anos	Marcador do 3º min.



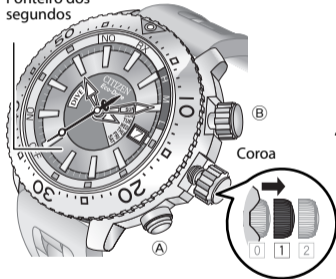
e.g. Quando for março no ano bissexto



## Definição da hora local (viagem) (função de correção de diferença horária)

Ao ir para um fuso horário diferente, você pode definir facilmente a hora local (viagem) temporariamente.

Ponteiro dos segundos



### 1. Puxe a coroa para a posição 1.

O ponteiro dos segundos indica a definição atual para a diferença horária.

- Quando quiser verificar somente a definição, vá para o passo 4 para finalizar a verificação.

### 2. Pressione o botão inferior direito (A).

Enquanto o modo de mergulho está ativado, a coroa e os botões não funcionam até que o ponteiro do modo de mergulho indique o dia da semana atual.



### 3. Mova o ponteiro dos segundos girando a coroa.

- Você pode definir a diferença horária no intervalo de  $\pm 27$  horas desde a hora da Alemanha (consulte a página 41).

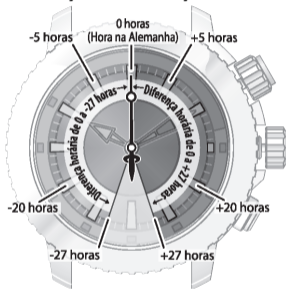
### 4. Empurre a coroa para a posição 0 para concluir a definição da diferença horária.

A hora local (viagem) (usando a diferença horária definida) é indicada.

#### Para voltar à hora da Alemanha

Defina o ponteiro dos segundos para a posição de 0 segundos ( $\pm 0$  horas) no passo 3.

#### <Indicação da diferença horária>



- Você pode ajustar a diferença horária  $\pm 1$  hora por passo do ponteiro dos segundos.




## Uso do relógio durante mergulhos—Modo de mergulho

### Uso do relógio ao mergulhar

**O mergulho é um esporte extremamente perigoso. Quando utilizar este relógio para mergulhar, certifique-se sempre de receber as instruções e treinamento de mergulho apropriados de um instrutor licenciado, e obedeça as regras depois adquirir a experiência e habilidades necessárias para um mergulho seguro.**

Mesmo o mergulho recreativo pode ser extremamente perigoso. Mergulhar sem o treinamento adequado ou correto pode resultar em um acidente fatal ou sério.

- Quando utilizar este relógio para mergulhar, certifique-se de que tenha uma compreensão apropriada dos procedimentos para o manuseio e operação do relógio, e siga os procedimentos corretamente.  
O manuseio deste relógio de uma maneira contrária à descrita neste manual do usuário pode impedir que o relógio funcione corretamente.
- Certifique-se sempre de inspecionar todas as funções deste relógio antes de mergulhar para assegurar que estejam funcionando adequadamente.  
Este relógio não é destinado a ser utilizado como um instrumento de mergulho primário.

- 
- No caso de utilizar o relógio para mergulhar, certifique-se sempre de utilizar o relógio em combinação com outros instrumentos de mergulho (como uma tabela de mergulho, medidor de pressão residual ou medidor de profundidade da água).
  - O uso deste relógio para mergulhos é limitado para mergulhos recreativos (mergulhos não descompressivos) a uma temperatura da água de 0°C a +50°C. Não utilize este relógio para os seguintes tipos de mergulho:
    - Mergulho fora da faixa de temperatura indicada acima
    - Mergulho descompressivo
    - Mergulho de saturação usando gás hélio
    - Mergulho em água doce (este relógio é calibrado para mergulho em água salgada)
  - Permita uma margem suficiente durante o mergulho com respeito ao tempo limite de mergulho não descompressivo.
  - Faça as paradas de segurança e paradas de descompressão suficientes.
  - Certifique-se de que o aro graduado esteja se movendo adequadamente.

### Itens proibidos ao utilizar o relógio durante um mergulho

Não utilize este relógio para mergulhar nos seguintes casos:

- Quando o ponteiro dos segundos está se movendo cada 2 segundos devido a uma carga insuficiente do relógio.  
Quando a função de advertência de carga insuficiente está ativada, pois não é possível mudar para o modo de mergulho.
- Quando o relógio tiver parado ou funcionado incorretamente.
- Quando estiver fora do intervalo de temperatura garantido.
- Durante ações perigosas ou situações ameaçadoras da vida.
- Em uma atmosfera com gás hélio (como durante um mergulho de saturação).
- Mergulho em água doce (este relógio é calibrado para mergulho em água salgada).



## **Precauções antes de mergulhar**

Certifique-se de verificar o seguinte:

- Certifique-se sempre de inspecionar todas as funções do relógio antes de cada mergulho.
- A pulseira está fixada firmemente no corpo do relógio?
- Há alguma rachadura, arranhão ou lasca na pulseira ou vidro?
- A hora e a data estão corretas?
- A coroa e o(s) botão(ões) aparafusados estão bloqueados?
- O relógio está carregado suficientemente para assegurar o seu funcionamento correto?
- A função de advertência de carga insuficiente (consulte a página 51) está desativada?

### Precauções durante um mergulho

- Evite subir à superfície com muita rapidez.  
Uma subida rápida pode causar o mal da descompressão e outros efeitos prejudiciais ao corpo. Mantenha uma velocidade de subida segura.
- Não utilize o relógio quando ocorrer um mau funcionamento ou um dano físico do relógio.
- Mergulhe dando uma margem suficiente para o tempo limite não descompressivo para garantir a segurança.
- Ao subir à superfície, certifique-se sempre de fazer paradas de descompressão de acordo com uma tabela de mergulho para assegurar a segurança.
- Não opere a coroa ou botões do relógio durante um mergulho.



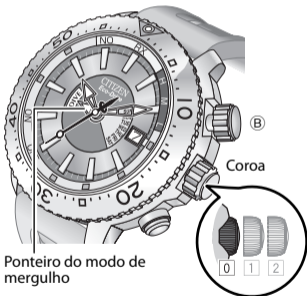
## **Precauções depois de mergulhar**

- Certifique-se de descansar o suficiente depois de mergulhar.
- É recomendável não viajar de avião durante pelo menos 24 horas após um mergulho.
- Lave cuidadosamente qualquer água salgada, lodo ou areia aderida ao relógio e, em seguida, remova qualquer excesso umidade com um pano seco.

## Uso do relógio durante mergulhos—Modo de mergulho

### ■ Uso do modo de mergulho

Certifique-se de ativar o modo de mergulho antes de mergulhar para impedir que o relógio pare os ponteiros para a recepção do sinal de ajuste da hora.



1. Ajuste a coroa para a posição **0**.
2. Pressione o **botão superior direito (B)** durante sete segundos ou mais.



O ponteiro do modo de mergulho aponta para **DIVE** e o modo de mergulho é ativado.

- Leva aproximadamente 1 minuto para que o ponteiro do modo de mergulho se mova para **DIVE**.



Não é possível utilizar a função de recepção do sinal de ajuste da hora enquanto o modo de mergulho está ativado.

- Recepção do sinal (consulte a página 26)
- Verificação dos resultados da recepção (consulte a página 32)

### **Para desativar o modo de mergulho**

Ajuste a **coroa** para a posição **0** e, em seguida, pressione o **botão superior direito** (**B**) durante sete segundos ou mais.

O ponteiro do modo de mergulho se move para indicar o dia da semana atual.

### **Precaução**

- Não é possível ativar/desativar o modo de mergulho enquanto a função de advertência de carga insuficiente (consulte a página 51) está ativada. Utilize o relógio somente depois de carregá-lo completamente.
- Não é possível ativar/desativar o modo de mergulho durante a mudança das indicações do dia e do dia da semana. Ative/desative após a mudança.
- Certifique-se de desativar o modo de mergulho depois de mergulhar.



## Carga do relógio

### ■ Carga do relógio

Este relógio tem uma pilha recarregável que é carregada pela exposição do mostrador do relógio à luz, tal como a luz solar direta ou luzes fluorescentes.

**Não carregue o relógio sob altas temperaturas (aproximadamente 60°C ou mais).**

#### **Para obter o desempenho ótimo:**

- Exponha o relógio com o seu mostrador virado para a luz direta do sol durante várias horas pelo menos uma vez por mês.
- Depois de retirar o relógio, coloque-o numa posição onde o mostrador fique exposto à luz brilhante, tal como perto de uma janela.
- Antes de guardar o relógio num lugar escuro durante um longo período de tempo, certifique-se de carregar a pilha completamente.

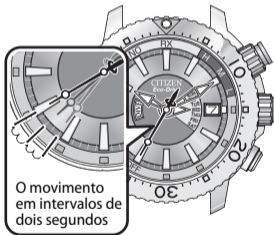


Quando o relógio não é exposto suficientemente à luz para uma carga, tal quando está coberto com mangas compridas, o relógio pode não ser carregado suficientemente para o funcionamento normal. Tente manter o relógio exposto à luz o suficiente para carregá-lo.

Enquanto estiver carregando o relógio após a sua parada devido a uma carga insuficiente, o relógio receberá o sinal de ajuste da hora automaticamente uma vez (recepção automática de recuperação). Para melhorar a recepção, coloque o relógio de acordo com a seção "Colocação para uma melhor recepção" (consulte a página 24) enquanto estiver carregando o mesmo.

## ■ Quando o relógio atinge um nível de carga baixo—função de advertência de carga insuficiente

Quando a reserva de energia torna-se baixa, o ponteiro dos segundos se move uma vez cada dois segundos—Esta é a função de advertência de carga insuficiente. Carregue o relógio expondo o seu mostrador à luz.



- Depois que o relógio for carregado, o ponteiro dos segundos se moverá normalmente. (Consulte as páginas 52 e 53)
- Se você não tiver carregado o relógio durante dois dias ou mais desde o começo do movimento de advertência de carga insuficiente, o relógio ficará sem energia e parará.

### AVISO:

Não é possível verificar ou ajustar as definições enquanto o movimento de advertência estiver ocorrendo, embora se possa ver a hora.

## Carga do relógio

### ■ Tempo de carga

O seguinte mostra os tempos aproximados necessários para uma carga ao expor o mostrador do relógio à luz continuamente. Utilize a tabela abaixo somente como referência.

Luminância (Lx)	Ambiente	Tempo de carga para funcionar durante um dia (aprox.)	Tempo de carga para começar a funcionar normalmente quando a pilha recarregável estiver esgotada (aprox.)
500	Iluminação interior	4 horas	13 horas
1,000	60-70 cm sob uma lâmpada fluorescente (30 W)	2 horas	6 horas
3,000	20 cm sob uma lâmpada fluorescente (30 W)	40 minutos	2,5 horas
10,000	Sob tempo nublado	11 minutos	1 hora
100,000	Sob a luz direta do sol no verão	5 minutos	40 minutos
Duração da reserva de energia após uma carga total (sem carga adicional)			Aproximadamente 6 meses

	Tempo para uma carga total quando a pilha recarregável estiver esgotada (aprox.)
	—
	—
	110 horas
	45 horas
	30 horas

**<Depois que o relógio ficar completamente carregado—Função de prevenção de sobrecarga>**

Depois que o relógio é carregado completamente, a carga pára automaticamente para prevenir a sobrecarga, que pode avariar a pilha ou afetar a precisão, funções e desempenho do relógio.

## Função de economia de energia

Quando o relógio não é exposto à luz durante mais de 7 dias quando você o guarda num lugar escuro, por exemplo, todos os ponteiros param automaticamente para economizar a energia. (Função de economia de energia)

**Durante a função de economia de energia...**

Os ponteiros das horas, minutos e segundos param na posição das 12:00 horas.



O dia e o dia da semana avançam em 1 dia às 12:00 AM cada dia.

## **Para cancelar a função de economia de energia**

Exponha o relógio a uma luz suficiente para a carga.

- Todos os ponteiros começam a mover-se e a indicar a hora atual, e a função de economia de energia é cancelada.
- Continue a expor o relógio a uma luz suficiente para carregá-lo se o ponteiro dos segundos estiver se movendo em intervalos de 2 segundos. (Consulte a página 50)

### **Precaução**

- Não é possível cancelar a função de economia de energia operando a coroa e os botões.
- Se a hora indicada não estiver correta após o cancelamento da função de economia de energia, realize a recepção sob demanda ou ajuste a hora e o calendário manualmente.



## Localização e solução de problemas

Se você tiver algum problema com o seu relógio, verifique a tabela abaixo.

Sintomas	Remédios	Página
----------	----------	--------

### Problemas com a recepção do sinal de ajuste da hora.

Não é possível iniciar a recepção/não é possível verificar o resultado da recepção.	Desative o modo de mergulho.	49
A recepção não é bem-sucedida em uma área recebível.	Evite coisas que provavelmente interferem com um sinal de ajuste da hora e coloque o relógio com a posição das 9 horas virada para a estação.	24
	Não mova o relógio até o fim da recepção.	24
A hora e o calendário não indicados corretamente após uma recepção bem-sucedida.	Verifique a definição da diferença horária.	40
	Verifique e corrija a posição de referência.	60
	Verifique a definição do horário de verão.	39



Sintomas	Remédios	Página
----------	----------	--------

### **Não é possível ativar o modo de mergulho.**

O ponteiro do modo de mergulho não se move para "DIVE".	Ative o modo após a verificação da posição de referência ou após a mudança do dia e do dia da semana.	48
	Carregue o relógio se o ponteiro dos segundos estiver se movendo uma vez cada 2 segundos.	51

### **Os ponteiros não funcionam adequadamente.**

O ponteiro dos segundos se move uma vez cada 2 segundos.	Carregue o relógio.	51
Todos os ponteiros param de mover-se.	Empurre a coroa para a posição [0].	—
	Carregue o relógio.	50
Os ponteiros começam a mover-se rapidamente ao retirar o relógio do estojo.	O relógio está cancelando a função de economia de energia. Espere até que o movimento rápido pare.	55

## Localização e solução de problemas

Sintomas	Remédios	Página
----------	----------	--------

### O calendário não está correto.

O dia e/ou o dia da semana está(ao) errado(s).	Receba o sinal de ajuste da hora para ajustar a hora e o calendário.	28
	Defina o ano, mês, dia e dia da semana corretamente.	34
	Verifique a definição da diferença horária.	40
	Verifique e corrija a posição de referência.	60
O dia da semana não é indicado.	Desative o modo de mergulho.	49
O dia muda ao redor das 12:00 PM.	Receba o sinal de ajuste da hora para ajustar a hora e o calendário.	28
	Ajuste a hora em 12 horas.	34

Sintomas	Remédios	Página
----------	----------	--------

### Outros

O relógio não funciona corretamente mesmo após as medidas corretivas indicadas na seção “Localização e solução de problemas” (consulte as páginas 56 a 59).	Entre em contato com o Centro de Serviço Citizen Autorizado mais próximo.	—
O relógio não se move embora esteja totalmente carregado. (Consulte a página 52)		

## Ajuste da posição de referência

Se a hora e o calendário não estiverem sendo indicados corretamente, mesmo após a recepção do sinal de ajuste da hora, ajuste a posição de referência.

Ponteiro dos segundos



Ponteiro do dia da semana



### 1. Puxe a coroa para a posição 1.

O ponteiro dos segundos se move para indicar o mês e o ano.

### 2. Pressione o botão superior direito ((B)) durante cinco segundos ou mais.

A posição de referência atual é indicada. (Este processo pode levar até 7 minutos.)

- Vá para o passo 7 quando a posição de referência estiver correta ("SUN", "0:00:00" e "1").

### 3. Puxe a coroa para a posição 2.

O ponteiro dos segundos aponta para a posição de 0 segundos, e você pode ajustar a posição de referência.

**4. Pressione o botão inferior direito (A) repetidamente para selecionar o item que deseja ajustar.**

Cada vez que você pressiona o **botão inferior direito (A)**, o item ajustável muda como segue:



O ponteiro do dia da semana se move ligeiramente: **Dia da semana**

O ponteiro dos segundos se move: **Hora**

O dia se move: **Dia**

**5. Gire a coroa para ajustar o item selecionado.**

- Se você girar a **coroa** rápida e continuamente, o item selecionado (ponteiro do dia da semana, ponteiro dos segundos, ou dia) começará a mover-se continuamente. Para parar o item, gire a **coroa**.



**6. Repita os passos 4 e 5 para ajustar os itens para “SUN”, “0:00:00” e “1” respectivamente.**




**7. Empurre a coroa para a posição 0 para concluir o ajuste da posição de referência.**


Todos os ponteiros se moverão para indicar a hora atual.

## Precauções

### Desempenho da resistência à água

Este relógio é resistente à água até 200 metros. Embora o relógio possa ser utilizado para mergulho com um tanque de ar (mergulho autônomo), ele não pode ser utilizado para mergulho de saturação que envolve o uso de gás hélio.

		Exemplos de uso				
						
Indicação	Pequena exposição à água (lavagem do rosto, chuva, etc.)	Exposição moderada à água (lavagem, trabalho na cozinha, natação, etc.)	Mergulho livre, esportes marítimos	Mergulho autônomo usando tanque de ar	Mergulho de saturação usando gás hélio	
Caixa (parte posterior da caixa)						
MERGULHADOR DE AR até 200 m	<b>OK</b>	<b>OK</b>	<b>OK</b>	<b>OK</b>	<b>NÃO</b>	

- 
- As juntas de borracha e outras vedações utilizadas neste relógio se deterioram com o tempo e uso. Se as juntas e vedações não forem verificadas regularmente, suas condições podem não ser suficientes para impedir a entrada de umidade. Para manter a qualidade de resistência à água do relógio, recomendamos que você providencie a inspeção das juntas e vedações a um Centro de Serviço CITIZEN Autorizado cada dois a três anos. Inspeções mais frequentes podem ser necessárias se o relógio for utilizado em ambientes tais como piscinas com cloro ou se o relógio não for lavado com água limpa após o uso em água salgada. As juntas e vedações utilizadas para impedir a entrada de umidade são consideradas itens consumíveis que não são cobertos pelos termos da garantia. As inspeções e quaisquer componentes que precisem ser substituídos para manter a qualidade de resistência à água do relógio vão às custas do cliente.
  - Se entrar umidade no relógio, ou se o interior do vidro estiver nublado e não ficar claro durante um período prolongado, não deixe o relógio nesse estado, mas leve-o imediatamente ao Centro de Atendimento ao Cliente Citizen ou Centro de Assistência Técnica mais próximo para inspeção e conserto.
  - Se entrar água do mar no relógio, coloque o relógio em uma caixa ou saco de plástico, e leve-o imediatamente para conserto. Caso contrário, a pressão no interior do relógio aumentará e as peças (como o vidro e botões) podem soltar-se.
  - Certifique-se de usar o relógio com a coroa completamente pressionada (posição normal) para garantir a resistência à água. Se a coroa do relógio for do tipo aparafusada, certifique-se de apertá-la completamente.
  - Não opere a coroa ou botões ou quando o relógio estiver molhado.

## Precauções

### Manipulação da pilha recarregável

- Não retire a pilha recarregável. Se for retirada, mantenha a pilha recarregável fora do alcance de crianças para prevenir a sua ingestão.
- Se a pilha recarregável for engolida, consulte um médico e procure tratamento médico.

### Mantenha seu relógio limpo

- Mantenha o relógio limpo para prevenir a corrosão ou acumulação de sujeira, pois isso pode manchar sua roupa, danificar o relógio ou aparecer como um resíduo preto no seu pulso. Dependendo do uso, uma limpeza ocasional do exterior do relógio pode ser necessária.
- NÃO utilize a pulseira muito apertada. Deixe um espaço suficiente entre a pulseira e sua pele para permitir a ventilação adequada.
- Remova a sujeira da pulseira de couro com um pano macio e seco para prevenir sua descoloração.

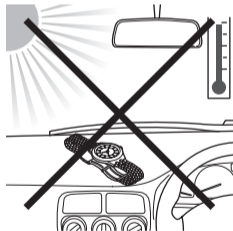


## Precauções relativas à carga

- Uma temperatura excessivamente alta ao carregar o relógio pode causar a descoloração e deformação dos componentes, bem como o mau funcionamento do movimento do relógio.
- Não carregue o relógio sob altas temperaturas (aproximadamente 60°C ou mais).

### Exemplo:

- carregar o relógio muito perto de uma luz forte tal como uma lâmpada incandescente ou lâmpada de halogénio (Luzes de halogénio não são recomendadas para carregar o relógio devido à sua geração de muito calor.)
- carregar o relógio em lugares onde a temperatura torna-se extremamente alta—como no painel de instrumentos de um automóvel



### Para evitar um mau funcionamento

- NÃO use o relógio onde a temperatura seja mais baixa ou mais alta do que a temperatura de funcionamento especificada neste manual. Fazer isso pode causar um mau funcionamento ou a parada do relógio.
- NÃO coloque o relógio perto de materiais que geram um campo magnético forte tais como:
  - equipamento magnético de saúde tal como um colar magnético
  - fecho magnético da porta de uma geladeira
  - fivela magnética em uma bolsa
  - uma bandeja de moedas magnética
  - alto-falantes de um telefone celular
  - dispositivos eletromagnéticos de cozinhaEsses materiais podem interferir com a função de movimento no relógio causando a parada ou um funcionamento incorreto do relógio.

- NÃO coloque o relógio em ou perto de aparelhos eletrodomésticos que geram eletricidade estática tais como televisores ou monitores de computador. A indicação das horas pode ser afetada.
- NÃO aplique nenhum impacto forte, por exemplo, derrubando-o num chão duro.
- Evite utilizar o relógio onde ele possa ser exposto a substâncias químicas ou gases corrosivos. Se solventes, tais como diluentes de tinta ou benzina, ou substâncias que contêm tais solventes entrarem em contato com o relógio, pode ocorrer a descoloração, derretimento, rachadura, etc., do relógio.  
A caixa, pulseira ou outras partes podem se descolorar se o relógio entrar em contato com alguns produtos químicos domésticos, tal como o mercúrio usado em termômetros.
- A pulseira de borracha (uretano) pode ser manchada pelas tinturas ou sujeiras presentes na roupa ou outros acessórios. Como essas manchas podem ser irremovíveis, é preciso ter cuidado ao utilizar o relógio com artigos que tendem a transferir cor facilmente (artigos de roupa, bolsas, etc.).
- Tome cuidado ao colocar ou retirar o seu relógio, pois há o risco de danificar as unhas, dependendo da maneira em que a pulseira estiver apertada.



## Manutenção

### Manutenção diária

- Gire a coroa enquanto ela estiver totalmente pressionada e pressione os botões periodicamente de forma que não fiquem emperrados devido à acumulação de matérias estranhas.
- Remova a sujeira, perspiração e água da caixa e vidro com um pano macio e limpo ocasionalmente.
- Para limpar uma pulseira de metal, plástico ou borracha, lave a sujeira com água. Utilize uma escova macia para remover a poeira e sujeira forte nas folgas da pulseira de metal.
- Não use um tipo de pano de polimento, pois isso pode danificar a superfície e certos tratamentos do relógio.
- Não utilize solventes (diluente de tinta, gasolina, etc.), pois essas substâncias podem avariar o acabamento.

## **Armazenamento**

- Se você não utilizar o relógio durante um longo período de tempo, limpe cuidadosamente qualquer perspiração, sujeira ou umidade. Logo, guarde o relógio em um lugar frio e seco, evitando lugares sujeitos a temperaturas extremamente altas ou baixas e com muita umidade.
- Se você não utilizar o relógio durante um longo período de tempo, é recomendável guardá-lo em um lugar que seja bem iluminado para evitar o descarregamento da pilha.

## **Mostradores e ponteiros luminosos**

A pintura no mostrador e ponteiros facilita a leitura da hora em lugares escuros. A pintura luminosa armazena a luz (luz do dia ou luz artificial) e reluz em lugares escuros.

Ela é livre de qualquer substância radioativa ou de qualquer material nocivo ao corpo humano ou meio ambiente.

- A emissão de luz se enfraquece gradativamente com o decorrer do tempo.
- A duração da luz (“brilho”) varia dependendo do brilho, tipos e distância de uma fonte de luz, tempo de exposição e quantidade da pintura.
- A pintura pode não reluzir e/ou pode desvanecer-se rapidamente se a exposição à luz não tiver sido suficiente.



## Especificações

<b>Modelo</b>	H162
<b>Tipo</b>	Relógio analógico alimentado por energia solar
<b>Precisão da indicação das horas</b>	Dentro de $\pm 15$ segundos por mês em média (quando usado em temperaturas normais entre $+5^{\circ}\text{C}$ e $+35^{\circ}\text{C}$ sem a recepção do sinal de ajuste da hora)
<b>Funções de exibição</b>	Hora: Horas, minutos, segundos Calendário: Anos passados desde o último ano bissexto, mês, dia, dia da semana
<b>Duração da pilha sem recarga</b>	Carga total até esgotamento: Aprox. 6 mês (Quando a função de economia de energia está ativada: Aprox. 2,5 anos) Movimento no intervalo de dois segundos até a parada: Aprox. 2 dias
<b>Pilha</b>	Pilha recarregável, 1 peça

<b>Funções adicionais</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Função de recepção do sinal de ajuste da hora (recepção automática, recepção sob demanda, recepção automática de recuperação)</li><li>• Função de indicação de espera da recepção (RX)</li><li>• Função de indicação do nível da recepção (H, M, L)</li><li>• Função de confirmação do estado de recepção (H, M, L ou NO)</li><li>• Função de verificação/correção da diferença horária</li><li>• Função de horário de verão</li><li>• Modo de mergulho</li><li>• Função de economia de energia</li><li>• Função de prevenção de sobrecarga</li><li>• Função de advertência de carga insuficiente</li><li>• Função de detecção de impactos/Função de correção automática dos ponteiros</li><li>• Calendário perpétuo (até 28 de fevereiro de 2100)</li><li>• Função de verificação/correção da posição de referência</li></ul>
---------------------------	--



As especificações estão sujeitas a modificações sem aviso prévio.

## Lista das funções

Ponteiro  
dos  
segundos



Coroa

### Função

Ative/desative o modo de mergulho.

Receba o sinal de ajuste da hora  
manualmente.

Verifique o resultado da recepção do  
sinal de ajuste da hora.

Defina a hora local temporariamente  
(correção da diferença horária).

Ajuste a hora/calendário  
manualmente.

Defina a hora do horário de verão  
manualmente.



	Posição da coroa	Operação com botões/coroa	Página
	0	Pressione o botão superior direito (B) durante sete segundos ou mais.	48
	0	Pressione o botão inferior direito (A) durante dois segundos ou mais.	28
	0	Pressione o botão inferior direito (A).	32
	1	Gire a coroa depois de pressionar o botão inferior direito (A).	40
	2	Pressione o botão inferior direito (A) repetidamente para selecionar o item que deseja definir (hora, dia, dia da semana, mês e ano) e, em seguida, gire a coroa.	34
	2	Gire a coroa depois de pressionar o botão inferior direito (A).	39

