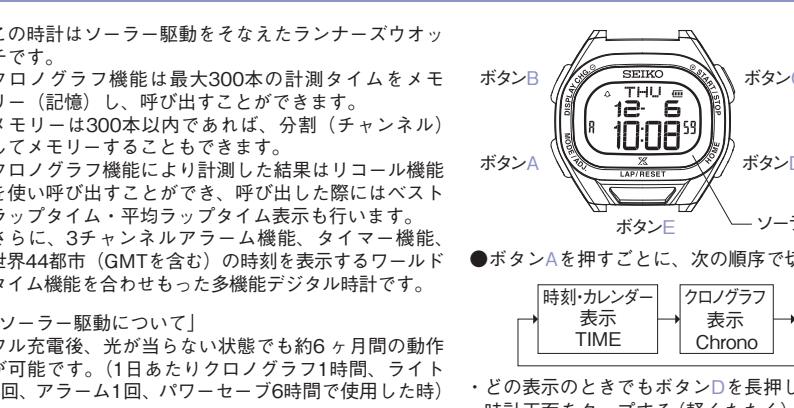


■ボタンの名称と表示の切り替え



この時計はソーラー駆動をそなえたランナーズウォッチです。

クロノグラフ機能は最大300本の計測タイムをメモリー(記憶)し、呼び出すことができます。

メモリーは300本以内であれば、分割(チャンネル)してメモリーすることができます。

クロノグラフ機能によって計測した結果はリコール機能を使い呼び出すことができます、呼び出した際にはベストラップタイム・平均ラップタイム表示も行います。

さらに、3チャンネルランナーズ機能、タイマー機能、世界44都市(GMTを含む)の時刻を表示するワールドタイム機能をそなえた多機能デジタル時計です。

【ソーラー駆動について】

フル充電後、光が当らない状態でも約6ヶ月間の動作が可能です。(1日あたりクロノグラフ1時間、ライト1回、フラー1回、パワーセーブ6時間で使用した時)

【時刻・カレンダー機能】

年・月・曜日、分・秒、スマータイムマークを表示し、

12時間制や24時間制いずれかの時刻表示を選択できます。

音符マークでターンを押すと、現在表示している時刻の表示内容が拡大されます。

2001年から200年までの間、うるつな年の月表修正ができない「フルオートカレンダー」です。

【クロノグラフ機能】

1/100秒単位で計測できる最大計測時間99時間59分59秒の999本のオッチャ機能です。

ラップタイム・スマートタイム最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

【リコール機能】

2つの設定ができるダブルタイマー機能付です。

10秒から9時間59分59秒までの1秒単位で設定可能

です。

繰り返し回数設定は、1~100回可能です。繰り返し回数も表示します。

【アラーム機能】

設定した時刻(分、秒)で毎日鳴る3チャンネルのデイリーラーム機能付です。

各チャンネルは、アラームのON/OFF切り替えができます。

【ワールドタイム機能】

世界44都市(GMTを含む)の都市名、月、日、時刻を表示します。

各都市ごとにスマータイム(DST)の設定ができます。

(GMTを除く)

内部照明(LED)機能/タップ入力機能

時計正面をタップする(軽くたたく)と、約3秒間

ライトが点滅します。

いずれかのボタンを操作すると、本来の機能動作と

その他の点灯動作と同時に行えます(オートライト機能ON時)。

オートライトは、明るい場所(ソーラーレベル3以上)

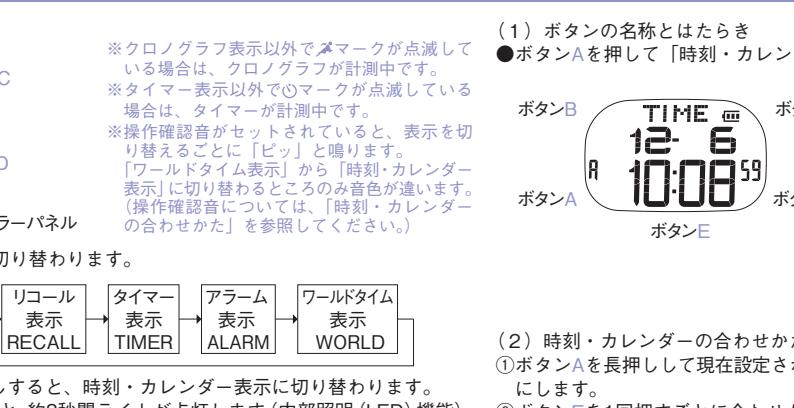
では動作しません。

【ソーラーモニタ機能】

充電の自覚として、現在のソーラー発電レベルと電池

残量レベルをそれぞれ1段階で表示します。

■時刻・カレンダーの合わせかた



ボタンAを押すごとに、次の順序で切り替わります。

【ソーラー駆動について】

フル充電後、光が当らない状態でも約6ヶ月間の動作が可能です。(1日あたりクロノグラフ1時間、ライト1回、フラー1回、パワーセーブ6時間で使用した時)

【時刻・カレンダー機能】

年・月・曜日、分・秒、スマータイムマークを表示し、

12時間制や24時間制いずれかの時刻表示を選択できます。

音符マークでターンを押すと、現在表示している時刻の表示内容が拡大されます。

【クロノグラフ機能】

1/100秒単位で計測し、最大計測時間99時間59分59秒99です。

ラップタイム・スマートタイム最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

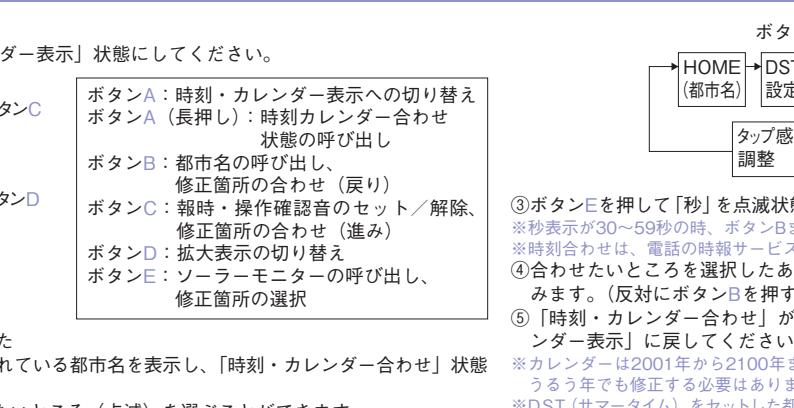
【リコール機能】

1/100秒単位で計測できる最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

【クロノグラフの使いかた



ボタンAを押すごとに、次の順序で切り替わります。

【ソーラー駆動について】

フル充電後、光が当らない状態でも約6ヶ月間の動作が可能です。(1日あたりクロノグラフ1時間、ライト1回、フラー1回、パワーセーブ6時間で使用した時)

【時刻・カレンダー機能】

年・月・曜日、分・秒、スマータイムマークを表示し、

12時間制や24時間制いずれかの時刻表示を選択できます。

音符マークでターンを押すと、現在表示している時刻の表示内容が拡大されます。

【クロノグラフ機能】

1/100秒単位で計測し、最大計測時間99時間59分59秒99です。

ラップタイム・スマートタイム最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

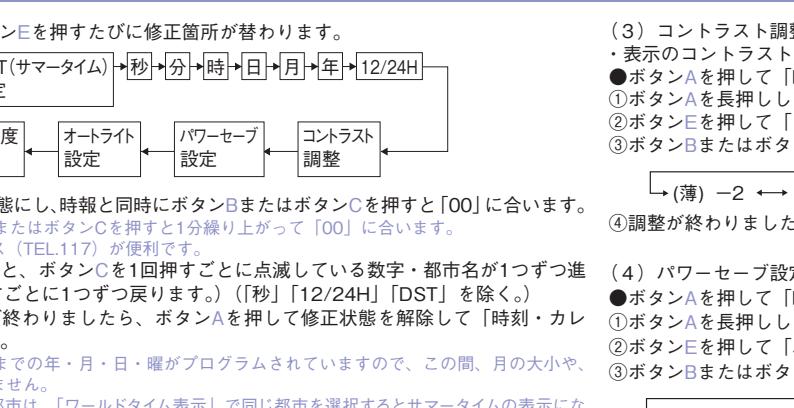
【リコール機能】

1/100秒単位で計測できる最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

【クロノグラフの使いかた



ボタンAを押すごとに、次の順序で切り替わります。

【ソーラー駆動について】

フル充電後、光が当らない状態でも約6ヶ月間の動作が可能です。(1日あたりクロノグラフ1時間、ライト1回、フラー1回、パワーセーブ6時間で使用した時)

【時刻・カレンダー機能】

年・月・曜日、分・秒、スマータイムマークを表示し、

12時間制や24時間制いずれかの時刻表示を選択できます。

音符マークでターンを押すと、現在表示している時刻の表示内容が拡大されます。

【クロノグラフ機能】

1/100秒単位で計測し、最大計測時間99時間59分59秒99です。

ラップタイム・スマートタイム最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

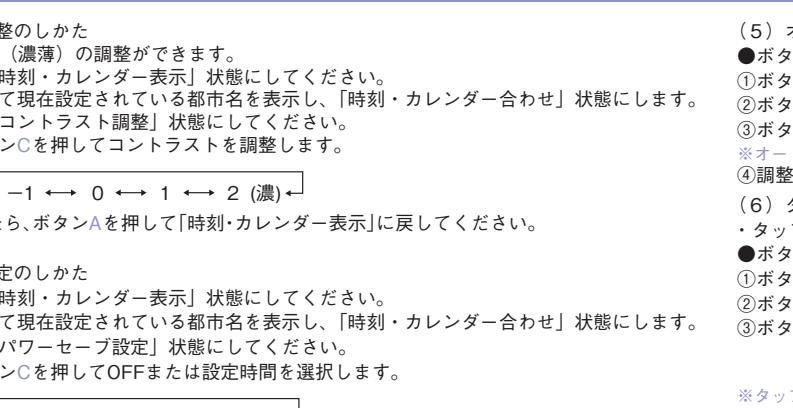
【リコール機能】

1/100秒単位で計測できる最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

【クロノグラフの使いかた



ボタンAを押すごとに、次の順序で切り替わります。

【ソーラー駆動について】

フル充電後、光が当らない状態でも約6ヶ月間の動作が可能です。(1日あたりクロノグラフ1時間、ライト1回、フラー1回、パワーセーブ6時間で使用した時)

【時刻・カレンダー機能】

年・月・曜日、分・秒、スマータイムマークを表示し、

12時間制や24時間制いずれかの時刻表示を選択できます。

音符マークでターンを押すと、現在表示している時刻の表示内容が拡大されます。

【クロノグラフ機能】

1/100秒単位で計測し、最大計測時間99時間59分59秒99です。

ラップタイム・スマートタイム最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

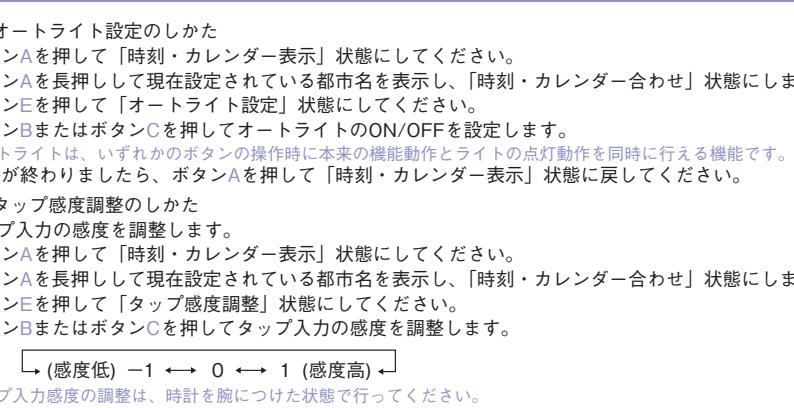
【リコール機能】

1/100秒単位で計測できる最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

【クロノグラフの使いかた



ボタンAを押すごとに、次の順序で切り替わります。

【ソーラー駆動について】

フル充電後、光が当らない状態でも約6ヶ月間の動作が可能です。(1日あたりクロノグラフ1時間、ライト1回、フラー1回、パワーセーブ6時間で使用した時)

【時刻・カレンダー機能】

年・月・曜日、分・秒、スマータイムマークを表示し、

12時間制や24時間制いずれかの時刻表示を選択できます。

音符マークでターンを押すと、現在表示している時刻の表示内容が拡大されます。

【クロノグラフ機能】

1/100秒単位で計測し、最大計測時間99時間59分59秒99です。

ラップタイム・スマートタイム最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

【リコール機能】

1/100秒単位で計測できる最大300本メモリー(記憶)することができます。

メモリーは300本以内であれば、分割してメモリーすることができます。

ラップタイムとスマートタイムの表示位置を切り替えることができます。

【クロノグラフの使いかた



ボタンAを押すごとに、次の順序で切り替わります。

【ソーラー駆動について】

フル充電後、光が当らない状態でも約6ヶ月間の動作が可能です。(1日あたりクロノグラフ1時間、ライト1回、フラー1回、パワーセーブ6時間で使用した時)

【時刻・カレンダー機能】

年・月・曜日、分・秒、スマータイムマークを表示し、

12時間制や24時間制いずれかの時刻表示を選択できます。

音符マークでターンを押すと、現在表示している時刻の表示内容が拡大されます。

【クロノグラフ機能】

1/100秒単位で計測し、最大計測時間99時間59分59秒99です。

SEIKO

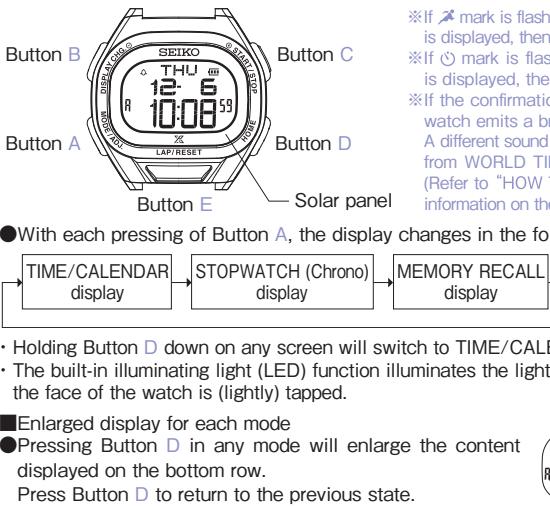
取扱説明書
INSTRUCTIONS

S690

この度は弊社製品をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。
ご使用の前にこの説明書をよくお読みの上、正しくご愛用くださいますよう、お願い申し上げます。
なお、この説明書はお手元に保管し、必要に応じてご覧ください。

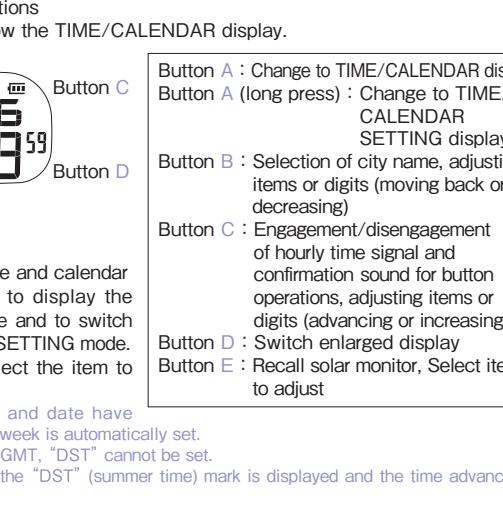


■ BUTTONS AND CHANGE OF DISPLAY



●お問い合わせ窓口
セイコーウオッチ株式会社 お客様相談室
0120-612-911 通話料無料
お客様相談室の現住所は下記にてご確認をお願いいたします。
https://www.seikowatches.com/jp/ja/customerservice/contact/servicecenter
QRコード

■ HOW TO SET THE TIME AND CALENDAR

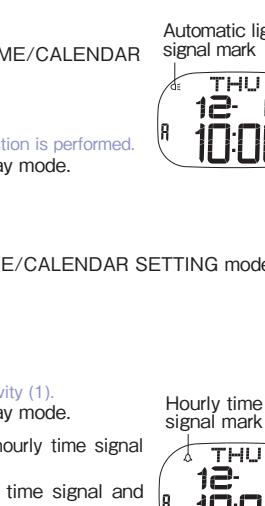


(1) Buttons and operations
●Press Button A to show the TIME/CALENDAR display.
Button B: Change to STOPWATCH (Chrono) display
Button C: Selection of city name (advancing)
Button D: Switch enlarged display
Button E: Tap sensitivity setting

(2) How to set the time and calendar
①Hold Button A down to display the currently set city name and to switch to TIME/CALENDAR SETTING mode.
②After selecting the item to be adjusted, press Button C or D to set the digits. With each pressing of Button C, one digit is increased or the city name advanced one by one. (With each pressing of Button D, one digit is decreased.)
③After all adjustments are completed, press Button A to return to the TIME/CALENDAR display.
④Because the year, month, day and day from 2001 to 2100 have been programmed in the automatic calendar, in this period, it is not necessary to manually adjust odd and even months including February of leap years.
⑤If the time zone is set in the TIME/CALENDAR display, the summer time will also be shown in the WORLD TIME display.
⑥If all indicators of the display light while in the TIME/CALENDAR SETTING display, it is not a malfunction. This happens if buttons C and D are pressed at the same time. In such a case, press any one of buttons A, B, C, D, or E to return to the TIME/CALENDAR display, and then, follow the above procedures from step 1 of (2) to set the time and calendar.

(3) How to adjust the contrast level
①The contrast level of the display (dark/light) can be adjusted.
②Press Button A to show the TIME/CALENDAR display.
③Hold Button A down to display the currently set city name and to switch to TIME/CALENDAR SETTING mode.
④Press Button C or D to switch the automatic light ON/OFF.
⑤Press Button B or C to switch the automatic light ON/OFF.
⑥Automatic light function turns the light on whenever a button is pressed and its function is performed.

(4) After adjusting the setting, press Button A to return to TIME/CALENDAR display.
(5) How to adjust the automatic light setting
①Press Button A to switch to TIME/CALENDAR display mode.
②Hold Button A down to display the currently set city name and to switch to TIME/CALENDAR SETTING mode.
③Press Button C or D to switch the automatic light ON/OFF.
④After the adjustment is completed, press Button A to return to TIME/CALENDAR display.
(6) How to adjust the tap sensitivity setting
①Press Button A to switch to TIME/CALENDAR display mode.
②Hold Button A down to display the currently set city name and to switch to TIME/CALENDAR SETTING mode.
③Press Button B or C to adjust the tap input sensitivity.
④After adjusting the setting, press Button A to return to TIME/CALENDAR display mode.
(7) How to test the alarm sound (sound demonstration), and turn ON/OFF the hourly time signal and confirmation sound for button operations
①With each pressing of Button C in the TIME/CALENDAR display, the hourly time signal and confirmation sound for button operations can be turned ON/OFF.
②The alarm sound can be heard by pressing and holding Button C and Button D at the same time.



■ FEATURES

This runner's watch is driven by solar energy. This watch can store time data measured by the equipped stopwatch of up to 300 units of memory and can recall data on demand. Data within 300 units of memory can be sorted by channel when being stored. Results measured by the stopwatch can be recalled and displayed by using the memory recall function. The best lap time and average lap time can also be displayed. In addition, this multifunctional digital watch is equipped with a 3-channel alarm function, timer function, and world time function which can display the time of 44 cities (including GMT) throughout the world.

[About solar watch]
After being fully charged, the watch will keep running for approximately 6 months when it is used under the following conditions, even if it is left uncharged. (If the stopwatch is used for one hour, the built-in illuminating light is turned on once, the alarm sounds once, or the Power Save function is activated for 6 hours per day.)

[Timer/Calendar]

The time, year, month, date, day, hour, minute, second, and summer time mark can be displayed. The time can be displayed in either 12-hour or 24-hour format. (The year will be displayed only during adjustment.) The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[Stopwatch]
The stopwatch can measure up to 99 hours 59 minutes 59 seconds in 1/100 second increments. Up to 300 units of memory can be used for storing measured lap time and split time data. Measured time data within 300 units of memory can be sorted by channel when being stored. The positions of LAP time and SPLIT time in the display can be changed over.

[Solar monitor function]
The current solar power level and battery level are each shown at 11 stages, as an indication of the charging status.

[World time]
The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Built-in illuminating light (LED) function/tap input function]

The three-channel daily alarm sounds at a designated time (hour and minute) every 24 hours. Each alarm channel can be switched between ON/OFF independently.

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Built-in illuminating light (LED) function/tap input function]

The three-channel daily alarm sounds at a designated time (hour and minute) every 24 hours. Each alarm channel can be switched between ON/OFF independently.

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Built-in illuminating light (LED) function/tap input function]

The three-channel daily alarm sounds at a designated time (hour and minute) every 24 hours. Each alarm channel can be switched between ON/OFF independently.

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]

The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

[World time]

The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.

[Alarm]