

表示」に切り替わるところのみ音色が違います。 (操作確認音については、「時刻・カレンダー └─ ソーラーパネル の合わせかた」を参照してください。 時刻・カレンダー クロノグラフ リコール タイマー アラーム ワールドタイム 表示 → 表示 → 表示 → 表示 → 表示 Chrono RECALL TIMER ALARM WORLD

・どの表示のときでもボタン□を長押しすると、時刻・カレンダー表示に切り替わります。 ・時計正面をタップする (軽くたたく) と、約3秒間ライトが点灯します (内部照明 (LED) 機能)。

●各モードでボタンDを押すと、現在表示している / ´ **12**- **6** \ ボタン□ (

※クロノグラフ表示以外で**※**マークが点滅して

※タイマー表示以外で心マークが点滅している

※操作確認音がセットされていると、表示を切

場合は、タイマーが計測中です。

ボタンD:拡大表示の切り替え ボタンE:ソーラーモニターの呼び出し、 修正箇所の選択 (2) 時刻・カレンダーの合わせかた ①ボタンAを長押しして現在設定されている都市名を表示し、「時刻・カレンダー合わせ」状態

②ボタンEを1回押すごとに合わせたいところ(点滅)を選ぶことができます。 ※年月日をセットすると「曜日」は自動的に設定されます。 ※都市名をGMTにすると「DST」は設定できません。 ※「DST」の「on」を表示させると「DST」(サマータイム) マークが点灯し、1時間または30分進みます。

ボタンA:時刻・カレンダー表示への切り替え

修正箇所の合わせ(戻り)

ボタンC:報時・操作確認音のセット/解除、

修正箇所の合わせ(進み)

状態の呼び出し

ボタンA (長押し): 時刻カレンダー合わせ

ボタンR:都市名の呼び出し

の①から合わせなおしてください。

ボタンB /

この時計は一度フル充電すると、以下の状況で使用した場合、その後充電 3)パワーセーブ・スリープについて

そのときは

ボタンFを押すたびに修正箇所が替わります。 → HOME → DST(サマータイム) → 秒 → 分 → 時 → 日 → 月 → 年 → 12/24H (都市名) 設定 タップ感度 オートライト パワーセーブ コントラスト → 設定 ・ 設定 調整 ■調整 ~59秒の時、ボタンBまたはボタンCを押すと1分繰り上がって「00」に合います

③ボタンEを押して「秒」を点滅状態にし、時報と同時にボタンBまたはボタンCを押すと「00」に合います。 ④合わせたいところを選択したあと、ボタン○を1回押すごとに点滅している数字・都市名が1つずつ進 (4)パワーセーブ設定のしかた みます。(反対にボタンBを押すごとに1つずつ戻ります。)(「秒」「12/24H」「DST」を除く。)

:2001年から2100年までの年・月・日・曜がプログラムされていますので、この間、月の大小や、 うるう年でも修正する必要はありません。 DST(サマータイム)をセットした都市は、「ワールドタイム表示」で同じ都市を選択するとサマータイムの表示にな

ります。 ※時刻修正の途中で「全点灯表示」になるのは、故障ではありません。ボタンCとボタンDが同時に押された状態です。 ※所列修正の途中で「全点灯表示」になるのは、故障ではありません。ボタンCとボタンDが同時に押された状態です。 ※ボワーセーブは光があたらない状態で一定時間ボタン操作が無い時、表示を消灯させて消費電力を低減する機能で

・表示のコントラスト(濃薄)の調整ができます。 ●ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示」状態にしてください。 ①ボタンAを長押しして現在設定されている都市名を表示し、「時刻・カレンダー合わせ」状態にします。

②ボタンEを押して「コントラスト調整」状態にしてください。 ③ボタンBまたはボタンCを押してコントラストを調整します。

 \downarrow (\overline{p}) $-2 \longleftrightarrow -1 \longleftrightarrow 0 \longleftrightarrow 1 \longleftrightarrow 2 (\stackrel{\text{\tiny le}}{=}) \longleftrightarrow$

④調整が終わりましたら、ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示」に戻してください。

●ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示」状態にしてください。)「時刻・カレンダー合わせ」が終わりましたら、ボタンAを押して修正状態を解除して「時刻・カレ ①ボタンAを長押しして現在設定されている都市名を表示し、「時刻・カレンダー合わせ」状態にします。 ②ボタンEを押して「パワーセーブ設定」状態にしてください。 ③ボタンBまたはボタン℃を押してOFFまたは設定時間を選択します。

→ OFF ↔ 30分 ↔ 1時間 ↔ 2時間 ↔ 4時間 ←

その場合はいずれか1つのボタンを押して、「時刻・カレンダー表示」に戻してください。次にあらためて、(2) す。表示状態へ復帰する場合は、光をあてるかいずれかのボタンを押すことで消灯前の表示状態に戻ります。 ④調整が終わりましたら、ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示」に戻してください。

オートライトマークー/© **THU** @ ①ボタンAを長押しして現在設定されている都市名を表示し、「時刻・カレンダー合わせ」状態にします。 ②ボタンEを押して「オートライト設定」状態にしてください。

③ボタンBまたはボタンCを押してオートライトのON/OFFを設定します。 いずれかのボタンの操作時に本来の機能動作とライトの占灯動作を同時に行える機能です

④調整が終わりましたら、ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示」状態に戻してください。 (6) タップ感度調整のしかた ・タップ入力の感度を調整します。

①ボタンAを長押しして現在設定されている都市名を表示し、「時刻・カレンダー合わせ」状態にします。 ②ボタンEを押して「タップ感度調整」状態にしてください。 ③ボタンBまたはボタン○を押してタップ入力の感度を調整します。

→ (感度低) -1 ←→ 0 ←→ 1 (感度高) ←

●ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示|状態にしてください。

●ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示」状態にしてください。

(5) オートライト設定のしかた

※タップ入力感度の調整は、時計を腕につけた状態で行ってください。 ※タップしてもライトが点灯しづらい場合は、感度高 (1) を選択してください ④調整が終わりましたら、ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示」状態に戻してください。 (7) アラーム音の試し聞き(サウンドデモンストレーション)と報時ならびに操作確認音のON/OFFのしかた 「時刻・カレンダー表示」でボタン○を押すごとに報時・操作確認音のON/OFFができます。

■アラームの使いかた

・また、ボタンCとボタンDを同時に押し続けると「アラーム音の試し聞き」ができます。

▋クロノグラフの使いかた

・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。 ・ラップタイムとスプリットタイム表示を同時に表示し、ベストラップタイム・平均ラップ

タイムをメモリー(記憶)します。 ・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。 ここで計測したラップ/スプリットタイム、およびベストラップタイム・平均ラップタイ ムは。リコール表示で呼び出して見ることができます。

リットタイム)を計測後にリコール (呼び出し) すること ●ボタンAを押して「クロノグラフ表示」状態にしてください。



ボタンA:クロノグラフ表示への切り替え | ボタンB:ラップ・スプリットの表示位置、およ び現在時刻・ラップ番号の切り替え ボタンC:スタート/ストッフ ボタン□:拡大表示の切り替え ボタンE: ラップ・スプリット/リセット

ラップタイム ラップタイムは 区間ごとの経過時間 であり、スプリットタイムは、スタ-トからある区間での途中経過時間です。

	●メモリーの考えかた							
		計測の使いかた	メモリーの使用量					
別を	1	スタート→ストップ→リセット	3~4メモリー					
す。	2	スタート→ストップ/再スタート→ストップ <i>→</i> リセット	3~4メモリー					
	3	スタート→ラップ→ストップ→リセット	4~5メモリー					
少間	4	スタート→ストップ / 再スタート→ラップ→ストップ→リセット	4~5メモリー					
	5	スタート→ラップ→ラップ→ストップ→リセット	5~6メモリー					
乍と		 ※ベストラップタイム、平均ラップタイムを表示する関係のため、1つでもデータを取ると、最低3つ						
1 ト		のメモリーを使います。						

はメモリーの合計が300本に達しません。 たとえば、1チャンネル (ch) 使用の場合は300メモリー、2チャンネル (ch) 使用の場合は合計 297メモリーとなります。

※1チャンネル(CH)のみ使用の場合、L-1からL-300までメモリーします。L-301以降も計測しますが、 メモリーされません。 ※メモリーがいっぱいになると一番古いチャンネルのデータをチャンネル単位で消去し、新しいメモリー ・ベストラップタイム、平均ラップタイムを表示します。 を登録します。

※メモリーを選択して消去する場合は、「リコールの使いかた」を参照してください。 ※クロノグラフモード時にタイマーやアラームの報知音が鳴った場合、ボタンCまたはボタンEを押すと報 (1) ボ<mark>タンの名称とはたらき</mark> 知音が止まると同時にそれぞれボタンの機能が動作します。 ※操作確認音をONにした場合(報時マーク点灯)、クロノグラフ操作中の各ボタン押しにより「ピッ」と

鳴ります。また、ボタンE(ラップ/スプリット時間計測)時のみ「ピロリ」と鳴ります。 (2) ラップ/スプリット表示の切り替え

●ボタンBを押すごとにラップ"LAP"/スプリット"SPLIT"タイムの表示位置と、現在時刻/ラッ プ番号の入れ替えができます。

■時刻・カレンダーの合わせかた

12- 6

ボタンE

●ボタンAを押して「時刻・カレンダー表示」状態にしてください。

TIME @ ボタンC

(1) ボタンの名称とはたらき

ボタンA

(3) クロノグラフの使いかた

1) 積算タイムの計りかた



※クロノグラフが計測中はダマークが点滅します。

2) ラップ/スプリットタイムの計りかた(ラップを10回測定した場合)



測表示に戻ります。ラップ回数は、次のラップ回数を表示します。 チャンネル(ch)のみ使用した場合は300メモリー(記憶)できますが、chを複数使用した場合 ※途中のラップは、何回でも繰り返すことができます。ラップ回数は、999回まで表示します。以降は、 1001 (表示:001)、1002 (表示:002) と順次表示します。

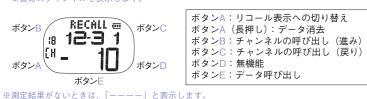
ライト点灯 …

アラーム音

■リコール(呼び出し)の使いかた ・最大300メモリ(記憶)できます。

チャンネル (ch) ごとにメモリーを呼びだすことができます。 ・各チャンネルには測定開始時の日付が記憶されます。

●ボタンAを押して「リコール表示」にしてください。



(2) リコールの使いかた 例:チャンネル10 (ch-10) を見たい場合 ①ボタンAを押して「リコール表示」にしてください。

②ボタンC(進み)とボタンB(戻り)を押して呼び出したいチャンネルを選びます。 ③ボタンEを押して、ラップタイムの確認ができます。 次の順序で確認できます。



ストラップを表示する時は、「BEST」表示と「L-**」表示を交互に表示します。 ップタイムとスプリットタイムの表示位置はクロノグラフの表示位置設定に準じてま ④他の測定結果を見たい場合は、ボタンBまたはボタンCを押して見たいチャンネルを選 び、③のように確認してください。

■タイマーの使いかた

(3) データ消去のしかた ※クロノグラフがリセット状態であることを確認してから行ってください。 ●1つのチャンネルを消去する場合

(3) コントラスト調整のしかた

じめに最新のチャンネルが表示されます。 (1) ボタンの名称とはたらき たいチャンネルを呼び

出します。 ③ボタンAを約2秒押し 【H - 10】 続けると「CLR?」と, 表示されます。 ④ボタンAをそのまま約 2秒押し続け、「ピピピ」 と鳴り「CLR? ALL」 と表示されたらボタン

Aをはなします。 ⑤選択したチャンネルが 消去され、フリーメモ リ数を表示した後、「リ コール表示」に戻ります。

●全てのチャンネルを消去する場合 ①ボタンAを押して「リコール表示」にして ください。 ・・・・ ドけじめに最新のチャンネルが表示されます

と表示されます。 ③ボタンAをそのまま約2秒押し続け、「ピ ピピ」と鳴り「CLR? ALL」と表示され たら、そのままさらにボタンAを約2秒

押し続けます。)「ピー」と鳴り、すべてのチャンネルが 消去され、フリーメモリー数「F-300」 を表示した後、「リコール表示」に戻り

ロノグラフ計測中およびSTOP状態では ⑤ボタンCを押してタイマーをスタート/ストップができます。ボタンEを押してタイ データ削除はできません。

・タイマー 1、2とも10秒以上9時間59分59秒まで設定ができます。 ・タイマー 1のタイムアップ後、タイマー 2がスタートする2つのタイマーを備えています。また、ター・各チャンネルは、アラームのON/OFF切り替えができます。 イマー 2のタイムアップ後再びタイマー 1がスタートするリピート (繰り返し) 機能となっています。 ・タイマー 1または2のどちらかを、0時間00分00秒に合わせると一つのリピートタイマーとして使えます。 ①ボタンAを押して「リコール表示」にし ・リピート回数は、1~100回まで設定ができます。

②ボタンBまたはボタンCを押して消去し ●ボタンAを押して「タイマー表示」状態にしてください。



ボタンA (長押し):タイマー修正状態の呼び出し ボタンB:修正箇所の合わせ(戻り) ボタン○:修正箇所の合わせ(進み スタート/ストップ ボタンD:拡大表示の切り替え ボタンE:修正箇所の選択 タイマーのリセット

ボタンA:タイマー表示への切り替え

例:タイマー 1のセットを3分、タイマー 2のセットを1分、リピート回数を5回にする場合 ①ボタンAを押して「タイマー表示」にしてください。 ②ボタンAを長押しして「タイマーセット」状態にします。タイマー1の「時」が点滅表示します ボタンEを1回押すごとに合わせたいところ(点滅)を選ぶことができます。

> タイマー1 → タイマー2 → リピート回数 時→分→秒

②ボタンAを約2秒間押し続けると「CLR?」 ③合わせたいところを点滅させたらボタンCを押すごとに点滅している数字が1つ進みます。 (反対にボタンBを押すごとに点滅している数字が1つ戻ります。)

④セットが終わりましたらボタンAを押して修正状態を解除して「タイマー表示」に戻してください。



マーがリセットされます。 ※途中のストップ、再スタートは何回でも繰り返すことができます。 ※タイムアップする3秒前に予告音が鳴り、タイムアップすると5秒間タイムアップ音が鳴り

■使用上のご注意とお手入れについて

・次のような場合、ご使用を中止してください

○時計本体やバンドが腐食などにより鋭利になった場合

●製品取扱上のご注意

⚠ 警告

※鳴っているタイムアップ音を止めるには、A、B、C、D、Eいずれか1つのボタンを押してください ※タイマー計測中はタイマーマーク「〇」が点滅します。 ※タイマー計測中およびSTOP中は修正状態に入れません。

10:0859 ボタンA ボタン

①ボタンEを押して「ALARM 1」を呼び出します。

●ボタンAを押して「アラーム表示」にしてください。

| ボタンA:アラーム表示への切り替え ボタンA (長押し):アラーム修正状態の呼び出し ボタンB:修正箇所の合わせ(戻り) ボタン○:修正箇所の合わせ(進み) アラームのON / OFF切り替え ボタンD: 拡大表示の切り替え

(2) アラームの使いかた

・3チャンネルとも、使いかたは同じです。 例:「ALARM 1」のところで、アラーム時刻「午前6時30分」にセットする場合

設定した時刻(時・分)で毎日鳴る3チャンネルのデイリーアラーム機能付です。

②ボタンEを押すたびに「時」と「分」が交互に点滅表示します。修正する箇所

をボタンEで選択してください。

③合わせたいところを点滅させたあと、ボタン○を1回押すごとに点滅している数 字が1つずつ進みます。(反対にボタンBを押すごとに1つずつ戻ります。) ※ボタンBまたはボタンCを押し続けると、早送りできます。

④セットが終わりましたらボタンAを押して修正状態を解除して「アラーム1表示」に 戻してください。 ※このとき、アラームは自動的にonになります。

(3) アラームを鳴らしたい場合、鳴らしたくない場合

※「アラーム表示」でボタンCを押すごとにON/OFF切り替えができます。

(4) 鳴っているアラームを止めるには

・アラームはセットした時刻になると、20秒間鳴り続けます。鳴っているアラー ムを途中で止めたい場合は、いずれかのボタンを押してください。 ※どの表示の時でも、この操作は可能です。

■充電について

は遅れを示しています。)

都市名

ヌーメア (ニューカレドニア)

ロサンゼルス

ブエノスアイレス リオデジャネイロ

アゾレス諸島

ボタンA:ワールドタイム表示への切り替え

| ボタンE:サマータイマーのセット/解除

②ボタンB、ボタンCを押して都市名を変

「ワールドタイム表示」でボタンFを押す 10:08 10:08 (サマータイムセット時)

※「ワールドタイム表示」である都市のサマータ イムをセットした場合は、「時刻・カレンダー 表示」にした場合同じ都市のときはサマータイ ム表示をします。また、「時刻・カレンダー表示」 で、サマータイムをセットした場合も「ワール ドタイム表示 | で同じ都市を選択したときはサ

準時を示しています。+はGMTより進み、- ソーラーパネルに光をあてて充電してください。

★ 電池残量 LCD 表示

快適にご使用いただくために、十分な充電をすることを心がけま 以下の状況では充電不足によりエネルギーが切れ、時計が止まる

可能性が高くなります。 ・時計が衣類のそでの中に隠れている 光のあたりにくい環境での使用や保管が続く ・充電の際は、時計が高温にならないようにご注意ください。

(作動温度範囲は-10℃~+60℃です。) (使いはじめ、または充電不足で停止していた時計を駆動させる ときは、下の表をめやすに十分な充電をしてください。

1) 充電にかかる時間のめやす 下記の時間を参考に、充電を行ってください。

(点滅) 価 電池残量LCD表示 (なし) 約1時間 約5時間〉約1時間〉約3分 - ラー発電レベル 晴れた日の窓際 約5時間 | 約37時間 | 約9時間 | 約19分 約16時間 /ーラー発電レベル 蛍光灯下の屋内 約100時間 約6時間

充電時間

約125時間 約31時間 約65分

4

※オートライト機能をONにしている場合は充電不足になる場合もあるの 、ご注意ください く そ使い始め、充電不足で停止している時計を動かすときは、左記の表を参考に ※スリープ中の表示と機能 十分な充電をしてください。 表示と電池残量について ■雷池残量についる 液晶パネルの表示で、おおまかな電池残量がわかります。

されなくても約6ヶ月間動き続けます。

雷池残量 操作・機能の制限 LCD表示

(なし)

→ ありません → そのままお使いください → ありません → 点灯不可 報時停止

… 1 回(3秒間)/1日

····20秒間/1E

--- 6時間/1日

イト(内部照明)をたくさん使うと、電池が早く減りますのでご注意

→充電のしかた 要充電 \Box (点滅) →システムリセットのしかた

→システムリセットのしかた

ないことがあります。

充電を心がけてください ①の状態になるまで、十分 な充電をしてください → 充電後は、そのままお使い 動作中のクロノグラフ、タイマーはリセットされ

※万が一、異常な動きになったときは、システム ①の状態なるまで十分な充電をしてください。 ⑥万が一、異常な動きになったときは、システムリー

※この状態になると、保存してある計測タイムの

データが消去されます。または正しく表示され

※パワーセーブ中の表示と機能 操作・機能の制限 「PS」マーク点滅 タップによる 光があたらずにボタン操作が 内部照明の点灯 ………不可

光が当らず、ボタン操作が一定時間以上ない状態が続くパワーセーブ機能(節電機能)がはたらきます。

ない状態が設定時間を越えた 「SL」マーク点滅

光があたらずにボタン操作が --> ない状態が、約3日間続いた ※パワーセーブ設定のしかた 「時刻・カレンダー合わせ」でOFFまたONの時間設定を行います。

時間設定は30分、1時間、2時間、4時間から選べます。 「時刻・カレンダー合わせ」を参照してください。 パワーセーブをONにすると「PS」マークが点灯します。 音いところでクロノグラフ、またはタイマーを使うときは、パワーセーブをOFFまたは使用時間より長い時間設定にしていただ ことをおすすめします。

通常はパワーセーブをONにしてお使いください。 電池残量が十分(••••)の時にはパワーセーブおよびスリープに入りません。 またクロノグラフ動作中はパワーセーブに入りません。

ルをそれぞれ11段階で表示します。

ラーモニターを表示します。 1秒毎に表示を更新します

■ソーラーモニター表示について

●「時刻・カレンダー表示」状態のときに、ボタンEを押してソー 電状態にあります。

①の状態になるまで十分な充電をしてください。 充電の目安として、現在のソーラー発電レベルと電池残量レベ ■充電の目安について

時刻・カレンダー表示 ソーラー発電レベル表示 電池残量レベル表示

そのときは

またはいずれ

かのボタンを

押すと、パワー

セーブ機能が

解除されます

アラーム音……… 停止

クロノグラフ…… リセット

動作中のタイマー リセット

内部照明の点灯 ………不可

動作中の

タップによる

・ソーラー発電レベルが「07」以上であれば、時計は良好な充 ・電池残量レベルが「06」以下になったら、積極的に充電を心

防水時計でもガラスの接着面・パッキンの劣化やステンレスがさびることにより、防水不良になるおそれがあり ・入浴やサウナの際はご使用を避けてください 蒸気や石けん、温泉の成分などが防水性能の劣化を早めることがあります。

お買い上げ店以外では有料もしくはお取扱いいただけない場合があります。

○商品の分解・改造はしないでください。 ○乳幼児に時計が触れないようにご注意ください。 ケガやアレルギーをひき起こすおそれがあります。

○使用済み電池の処理は自治体の指示に従ってください。 ○提げ時計やペンダント時計の場合、ひもやチェーンの取り扱いにご注意ください。

●お手入れについて 日ごろからこまめにお手入れしてください

・水分や汗、汚れはこまめに柔らかい布でふき取るように心がけてください。 ・海水につけた後は、必ず真水でよく洗ってからふき取ってください。

●防水性能について

非防水です。

日常生活用防水です。 日常生活での「水がかかる」程 度の環境であれば使用できます。 本泳には使用しないで さい。 日常生活用強化防水で 水泳などのスポーツに使用できます。

長くお使いになるためには、こまめなお手入れが必要です。

水や汗・汚れは、早めに柔らかな布でふき取ってください。 バンドのすき間の汚れは、水で洗い、柔らかな歯ブラシなどで取り除いてください。

(時計本体は水にぬれないように、台所用ラップなどで保護しておきましょう。) 残った水分は柔らかな布でふき取ってください。

さびが進行すると ピンの飛び出しや抜けが発生し、時計を脱落させてしまうことがあります。また 逆に中留が外れなくなることがあります。 ・万が一、ピンが飛び出している場合は、怪我をするおそれがありますので、ただちに使用をやめて

・水や汗、直射日光に弱く、色落ちや劣化の原因になります。 ・水がかかったときや汗をかいた後は、すぐに乾いた布などで、吸い取るように軽くふいてください。

・直接日光にあたる場所には放置しないでください。

・光で色があせたり、溶剤や空気中の湿気などにより劣化する性質があります。 ・特に半透明や白色・淡い色のバンドは、他の色を吸着しやすく、また変色をおこします。 ・汚れたら水で洗い、乾いた布でよくふき取ってください。

すくなります。 シリコンバンド ・材料の特性上、バンドに汚れがつきやすく、しみこんだりして、変色を生じることがあります。汚

つけない様、ご注意ください。 かぶれやアレルギーについて バンドによるかぶれは、金属や皮革が原因となるアレルギー反応や、汚れ、もしくはバンドとのす

れなどの不快感が原因となる場合など、いろいろな発生原因があります。 バンドサイズのめやすについて

時計をつけた状態で、指一本入る程度が適当です。

・長くご愛用いただくために、3年~4年に1度程度の点検調整のための分解掃除(オーバーホール) ご使用状況によっては、漏液により表示消えが生じることがあります。

点検調整のための分解掃除(オーバーホール)は、「純正部品」とご指定の上、お買い上げ店にご 依頼ください。その際、パッキンやばね棒の交換も合わせてご依頼ください。 点検調整のための分解掃除(オーバーホール)の際には、ムーブメント交換となる場合もあります。

●点検調整のための分解掃除(オーバーホール)について

発光ダイオード(LED)の光を導光板により、均一に拡散発光させる方式を採用しています。

この時計の液晶パネルは、7 年を過ぎるとコントラストが低下したり、数字が読みにくくなり ます。お買い上げ店に交換をお申しつけください。有料にて申し受けます。

機能するようになります。 ①ボタンA,B,C,D を同時に長押しし、表示が消えたら離す

■システムリセットのしかた

万が一、異常な動きになったときは、システムリセットをすることで正常に

表示がない状態から復帰すると、ホームタイムモードの時刻表示になります。 時刻、カレンダーは2018年1月1日、月曜日、午前12時00分00秒からカウ ントを始めます。 正しい時刻で使っていただくために、システムリセット後は時刻合わを行っ ※ 復帰後は、ホームタイムが日本時間(都市コード:TYO)になります。

この時計には、一般の酸化銀電池とは異なる専用の二次電池を使用しています。二次電 池とは、乾電池やボタン電池のような使い捨ての電池とは異なり、充電と放電をしなが

■使用電源について

ら繰り返し使用可能な電池です。 長期的な使用や使用環境により、容量や充電効率が少しずつ低下し持続時間が短くなる 場合があります。性能が低下し始めたら修理にお出しください。 ・二次電池は取り出さないでください。

二次電池の交換には専門知識・技能が必要ですので、お買い上げ店にご依頼ください。

一般の酸化銀電池が組み込まれると、破裂、発熱、発火などのおそれがあります。

■充雷時のご注意 ・充電の際、撮影用ライト、スポットライト、白熱ライト(球)などに、近づけ のでおやめください

過ぎると、時計が高温になり内部の部品などが損傷を受けるおそれがあります 故障の原因となる場合がありますので、おやめください。

・太陽光にて充電する際も、車のダッシュボードなどでは、かなりの高温となり

・時計が50℃以上にならないようにしてください。

としています。補修用性能部品とは時計の機能を維持す るために必要な修理用部品です。修理の際、外観の異な る代替部品を使用させていただくことがありますので、

●保証と修理について 修理や点検調整のための分解掃除(オーバーホール) の際は、お買い上げ店、または弊社お客様相談窓口に

■アフターサービスについて

ご依頼ください。 ・保証期間内に不具合が生じた場合は、必ず保証書を添 えてお買い上げ店へお持ちください。 ・保証内容は保証書に記載したとおりです。 保証書をよくお読みいただき、大切に保管してください。 ・保証期間終了後については、修理によって機能が維持で

きる場合には、ご要望により有料修理させていただきます。 ■補修用性能部品について この時計の補修用性能部品の保有期間は通常7年を基準

あらかじめご了承ください。

お買い上げいただいた時計の防水性能を裏ぶたでご確認の上ご使用ください。

○バンドのピンが飛び出してきた場合 ※ すぐに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご連絡ください ・乳幼児の手の届くところに、時計本体や部品を置かないでください 部品や電池を乳幼児が飲み込んでしまうおそれがあります。 万が一飲み込んだ場合は、身体に害があるため、ただちに医師にご相談ください。

・時計から電池を取り出さないでください 電池の交換には、専門知識・技能が必要ですので、お買い上げ店にご依頼ください。 電池は充電しないでください。破裂・発熱・液漏れ・破損などのおそれがあります。 この時計はスキューバダイビングや飽和潜水には絶対に使用しないでください スキューバダイビングや飽和潜水用の時計に必要とされる過酷な環境を想定した様々な厳しい検査を行っていま

せん。専用のダイバーズウオッチをご使用ください。

○5℃~35℃から外れる温度に長期間なるところ

アレルギーやかぶれを起こした場合

防水不良になるおそれがあります。

○高湿度なところ

・以下の場所での携帯・保管は避けてください ○揮発性の薬品が発散しているところ (除光液などの化粧品、防虫剤、シンナーなど)

○磁気や静電気の影響があるところ)ホコリの多いと ○強い振動のあるところ ※電池式の場合は、電池が切れた状態で長時間放置しないでください。電池が漏液するおそれがあります。

ただちに時計の使用をやめ、皮膚科など専門医にご相談ください。 直接蛇口から水をかけることは避けてください 水道水は非常に水圧が高く 日常生活用強化防水の時計でも

水分のついたまま、ボタンを操作しないでください。 時計内部に水分が入ることがあります。 ※万が一、ガラス内面にくもりや水滴が発生し、長時間消えない場合は防水不良です。 お早めに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご相談ください。 ・水や汗、汚れが付着したままにしておくのは避けてください

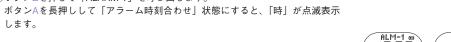
金属バンドの調整は専門知識・技能が必要ですので、お買い上げ店にご依頼ください。 手や指などをケガする可能性があるほか、部品を紛失する可能性があります。 でご贈答、ご転居などにより、お買い上げ店での調整が受けられない場合は、弊社お客様相談窓口へご依頼く

衣類や手、首などを傷つけたり、首を締めたりするおそれがあります。

その際、直接蛇口から水をかけることは避け、容器に水をためるなどしてから洗ってください。

(1) ボタンの名称とはたらき

|ボタンE:アラームチャンネルの切り替え















●バンドについて バンドは直接肌に触れ、汗やほこりで汚れます。そのため、お手入れが悪いとバンドが早く傷んだり 肌のかぶれ・そで口の汚れなどの原因になります。

・ステンレスバンドも水や汗・汚れをそのままにしておくと、さびやすくなります。 ・手入れが悪いと、かぶれやワイシャツのそで口が黄色や金色に汚れる原因になります。

・チタンバンドでも、ピン類には強度に優れたステンレスが使用されているものがあり、ステンレス からさびが発生することがあります。

修理をご依頼ください。 皮革バンド

・色の薄いバンドは、汚れが目立ちやすいので、ご使用の際はご注意ください。 ・時計本体が日常生活用強化防水10(20)気圧防水になっているものでも、アクアフリーバンド以 外の皮革バンドは、水泳・水仕事などでのご使用はお控えください。 ポリウレタンバンド

(時計本体は水にぬれないように、台所用ラップなどで保護しておきましょう。) ・弾力性がなくなったら取り換えてください。そのまま使い続けるとひび割れが生じバンドが切れや

れた場合は、ぬれた布やウェットクリーニングティッシュなどですぐにふきとってください。 ・他の材料に比べ、亀裂が生じた場合そこから切れてしまう恐れがあります。先の鋭い刃物などで傷

バンドは多少余裕をもたせ、通気性をよくしてご使用ください。

またパッキンなどの部品の劣化が進み、汗や水分の浸入などで防水性能が損なわれる場合があります。

KSJS690-1809

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。

正しくご愛用くださいますよう、お願い申

●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



the face of the watch is (lightly) tapped. ■Enlarged display for each mode

Button

●Pressing Button D in any mode will enlarge the content displayed on the bottom row. Press Button D to return to the previous state

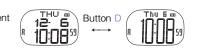
With each pressing of Button A, the display changes in the following order.

· Holding Button D down on any screen will switch to TIME/CALENDAR display

TIME/CALENDAR STOPWATCH (Chrono) MEMORY RECALL display display WORLD TIME display

The built-in illuminating light (LED) function illuminates the light for approximately three seconds when

BUTTONS AND CHANGE OF DISPLAY



※If ♡ mark is flashing when anything other than the timer

is displayed, then the stopwatch is currently operating.

is displayed, then the timer is currently operating.

watch emits a brief been when the display switches

A different sound is played only when the display is changed

from WORLD TIME display to TIME/CALENDAR display.

(Refer to "HOW TO SET THE TIME AND CALENDAR" for

Button A (long press) : Change to TIME/ 12- 6 10:08⁵⁹ Button D SETTING display Button B: Selection of city name, adjusting items or digits (moving back or Button E decreasing) Button C: Engagement/disengagement of hourly time signal and (2) How to set the time and calendar confirmation sound for button ①Hold Button A down to display the operations, adjusting items or currently set city name and to switch digits (advancing or increasing) to TIME/CALENDAR SETTING mode. | Button [: Switch enlarged display ②Press Button E to select the item to Button E: Recall solar monitor, Select item to adjust be adjusted (flashing).

HOW TO SET THE TIME AND CALENDAR

● Press Button A to show the TIME/CALENDAR display.

TIME @ Button C

(1) Buttons and operations

Button B

neen set, the day of the week is automatically set. If the city name is set to GMT, "DST" cannot be set. If "DST" is set to "on," the "DST" (summer time) mark is displayed and the time advances for one hour or 30 minutes.

Button A: Change to TIME/CALENDAR display

Button B

TIME display, the summer time will also be shown in the WORLD TIME display.

If 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 procedures from step 1 of (2) to set the time and calendar.

With each pressing of Button E, the display changes in the following order

setting

After all adjustments are completed, press Button A to return to the TIME/CALENDAR display.

alendar, in this period, it is not necessary to manually adjust odd and even months including Februar

Tap sensitivity | Automatic | Power saving | Contrast

light setting

press Button B or Button C in accordance with a time signal.

one). (Except "second," "12H/24H," and "DST"

setting

(3) How to adjust the contrast level The contrast level of the display (dark/light) can be adjusted. DST (summer time) second minute hour date month

Press Button A to show the TIME/CALENDAR display. Hold Button A down to display the currently set city name and to switch

to TIME/CALENDAR SETTING mode. setting 12/24H year 2)Press Button E to select "contrast. ③Press Button B or Button C to adjust the contrast level

③To reset the seconds to "00," press Button E to select the second digits (flashing), and then \downarrow (Light) $-2 \leftrightarrow -1 \leftrightarrow 0 \leftrightarrow 1 \leftrightarrow 2$ (Dark) \leftarrow

4) After the adjustment is completed, press Button A to return to the TIME/ CALENDAR display.

(4) How to adjust the POWER SAVE setting

(4) After selecting the item to be adjusted, press Button C or B to set the digits. With each Press Button A to show the TIME/CALENDAR display. pressing of Button C, one digit is increased or the city name advances one by one. (With Hold Button A down to display the currently set city name and to switch

each pressing of Button B, one digit is decreased or the city name moves back one by to TIME/CALENDAR SETTING mode. ②Press Button E to show the POWER SAVE SETTING display.

Press Button B or Button C to select OFF or set the time.

OFF

30 minutes

1hour

2 hours

4 hours of leap years.

If summer time is set in the TIME/CALENDAR display and the same city is selected in the WORLD **The POWER SAVE function turns off the display to save power while

operation is performed for a predetermined time. To recover the display, expose the solar panel to the light or press any button to recover the display before (4) After the adjustment is completed, press Button A to return to the TIME/

and confirmation sound for button operations.

SETTING display

: Timer time setting (decreasing digits)

: Timer time setting (increasing digits)

(5) How to adjust the automatic light setting

(6) How to adjust the tap sensitivity setting

Adjust the sensitivity at which tapping is recognized.

Press Button A to switch to TIME/CALENDAR display mode

Press Button F to switch to "Tap sensitivity setting" mode.

* Tap sensitivity setting should be adjusted while wearing the watch

you have trouble getting the light to turn on by tapping the scr

③Press Button B and Button C to adjust the tap input sensitivity.

 \vdash (Low sensitivity) $-1 \longleftrightarrow 0 \longleftrightarrow 1$ (High sensitivity) \leftarrow

Button /

SETTING mode.

Press Button A to switch to TIME/CALENDAR display mode.

②Press Button E to switch to AUTOMATIC LIGHT SETTING mode.

③Press Button B or Button C to switch the automatic light ON/OFF.

(7) How to test the alarm sound (sound demonstration), and turn ON/OFF the hourly time signal

HOW TO USE THE ALARM

Press Button A to show the ALARM display.

10:0859

<u> 12:00°</u>

①Press Button E to show "ALARMI."

"hourdigit begins flashing.

Button E

(2) How to use the alarm

using Button E.

"ALARM 1" display.

→ ALARM @ Button C

· With 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. The alarm sound can be heard by pressing and holding Button $\mathbb C$ and Button $\mathbb D$ at the same time.

(1) Buttons and operations

After adjusting the setting, press Button A to return to TIME/CALENDAR display mode.

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 keen 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 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 "Automatic calender" does not require any adjustment at the end of the month for leap years and the like, from 2001 to 2100.

[Stopwatch] The stopwatch can measure up to 99

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 The current solar power level and battery in the display can be changed over.

[Memory recall]

split time) can be recalled on demand after The recalled total time, best lap time and

average lap time can be displayed.

timer function which allows you to set two

one-second increments.

· 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.

[Built-in illuminating light (LED) function/ta

 When enabled, the automatic light function hours 59 minutes 59 seconds 99 in 1/100 turns the light on whenever a button is press automatic light function is ON). The automatic light does not operate

· The stored data (lap number, lap time, and

to 9 hours, 59 minutes and 59 seconds in The number of times that the timers repeat Button E their cycles can be set from 1 to 100 times.

The number of times the countdown has been

 The time of 44 cities (including GMT) throughout the world can be displayed. The summer time (DST) can be set for each

input function This illuminates the light for approximately three seconds when the face of the watch is (lightly) tapped.

bright areas (solar level "3" or above).

mean time. + indicates advancement from the

GMT and – indicates time lag from the GMT.)

[Solar monitor function] level are each shown at 11 stages, as an

indication of the charging status.

Los Angels

temperature range between 5°C and 35°C)

3. Operational temperature range... Between -10°C and +60°C (for the display function: between 0°C and becomes blank.

charged, and the stopwatch is used for one hour, the built-in illuminating light is

turned on once for 3 seconds, or the alarm sounds once for 20 seconds per day.)

6. Duration of operation ·· Approximately six months (When the watch is not exposed to light after being fully

he brightness (lightness) will decrease as the voltage drops as the battery reaches the end of its product life.

The normal life expectancy for the liquid crystal panel of this watch is approximately 7 years. After that, it

may decrease in contrast, becoming difficult to read. Please contact the retailer from whom the watch was

8. IC (Integrated Circuit)...Oscillator, frequency divider and driving circuits (C-MOS-LSI), 3 pieces

Light-emitting diodes (LED) are used for the illumination panel to provide consistent light distribution

purchased to have the liquid crystal panel replaced with a new one. It will be replaced at your cost.

2. Loss/gain (monthly rate) Less than 20 seconds (when the watch is worn on your wrist in the reset the Built-in IC. Then the watch will resume its normal operation.

1/100 second increments. The lap time and split time can be displayed at the same time. The best lap time and average lap time can be stored in memory.

The measured and stored lap time, split time, best lap time, and average lap time data can be recalled in the memory recall display. Up to 300 units of memory can be used for storing measured time data.

The watch is equipped with a double repeat • The measured data can be sorted by channel when being stored in memory.

(1) Buttons and operations The timer can be set from 10 seconds up Press Button A to show the STOPWATCH display.

■HOW TO USE THE STOPWATCH

Button A: Change to the #10:00 @ Button (STOPWATCH display Button B: Switch lap/split display position, and current time/lap number Button C: Start/stop

Button E Button D: Switch enlarged display Button E : Lap, split/reset "Lap time" is the time that has Lap time elapsed from the start of one stage of an activity to that of the next stage. "Split time" is the time that has elapsed from the start of an Split time activity to any given stage.

About memory

tap		How to measure time	storing 1 time data
ion sed	1	Start → Stop → Reset	3 to 4 units of memory
n	2	Start → Stop/Restart → Stop → Reset	storing 1 time data Reset Restart → Stop → Reset Stop → Reset A to 5 units of memory Restart → Lap → Stop → Reset A to 5 units of memory A to 5 units of memory A to 5 units of memory
h 2 Start \rightarrow Stop/Restart \rightarrow Stop \rightarrow Reset 3 to 4 unit ion 3 Start \rightarrow Lap \rightarrow Stop \rightarrow Reset 4 to 5 unit seed the 3 Start \rightarrow Stop/Restart \rightarrow Lap \rightarrow Stop \rightarrow Reset 4 to 5 unit 5 to 5 unit 5 to 5 unit 6 to 6 to 7 to 7 to 7 to 7 to 7 to 7 t	3	Start → Lap → Stop → Reset	4 to 5 units of memory
	4 to 5 units of memory		
	5	$Start \to Lap \to Lap \to Stop \to Reset$	5 to 6 units of memory
in			

Due to the function displaying the best lap time and average lap time, it takes at least three units of memory to store 1 piece of time data. If you store data only in one channel, you can use 300 units of memory per channel. If you use more than one channel, the units of memory you can use will be less than 300 units of memory in total. For example, if the measured time data are stored in one channel, 300 units of memory can be used, but if data is divided and stored in 2 channels, 297 units of memory can be

asured they are not stored in memory

If the memory is full, data from the older channel will be cleared (for the entire channel) and new memory will be registered.

o select memory to delete, refer to "HOW TO USE THE MEMORY RECALL FUNCTION." If a timer or alarm notification sound is played while in stopwatch mode, press Button C or Button E to stop the sound and perform the function of the button.

*If the confirmation sound is ON (when the hourly time signal mark appears), then pressing buttons during chronograph operation will sound a "beep". Additionally, only Button E (lap/split time measurement) will sound a "warbling".

(2) Switching lap/split display

●The lap ("LAP")/split ("SPLIT") time display position and current time/lap number switch each time Button B is pressed.

(3) How to use the stopwatch 1) How to measure the cumulative time

Button Button Stop Stop Reset "Restart" and "Stop" can be repeated as many times as necessary

While the stopwatch is operating, the mark * flashes.

2) Lap time/split time measurement (if lap time measurement is repeated 10 times)						
Button C	Measurement 1 Button E	Measurement 9 Button E	Button C	Button E		
Start -	Lap/Split →	Lap/Split →	Stop →	Reset		
	503 10 5 003 10 5			A10:0H @ 00:00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00		
*After a measurement	t, lap number flashes	the state of the s				

10 seconds. And then the display automatically returns to show the on-going measurement and the Channel number *Measurement of lap and split times can be repeated as many times as necessary. The lap number can be displayed until "999," and continues to 1,001("001" is displayed) 1002 ("002" is displayed)

■HOW TO USE THE MEMORY RECALL FUNCTION

• The stopwatch can measure up to 99 hours 59 minutes 59 seconds 99 in **If using Channel 1 (CH) only, L-1 through L-300 are stored in memory. Although L-301 onward are • Up to 300 units of memory can be used to store measured time data. The stored data can be recalled per channel.

> · The best lap time and average lap time can be displayed (if only one piece of time data is stored, the best lap time is displayed.)

The date when the measurement is started is memorized in each channel.

(1) Buttons and operations Press Button A to show the MEMORY RECALL display.

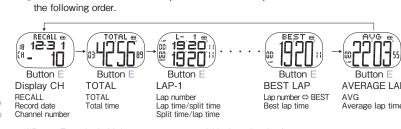
> Button A: Change to MEMORY RECALL display 8 12-3 1 Button C Button A (long press): Data deletion : Selection of channel (moving back channel number) Button C : Selection of channel (advancing Button E channel number)

Button D: No function Button E: Data recal ※If no measurement data is stored, "----" is displayed.

Example: If you want to see data in channel 10 (ch-10) Press Button A to show the MEMORY RECALL display.

(2) How to use the memory recall function

2Press Button C (advancing) or B (moving back) to show the desired channel numbe ③Press Button E to check the lap time. Each stored piece of data can be checked in



The LAP time and SPLIT time positions are displayed in accordance with the stopwatch display

④To check data in other channels, press Button B or Button C to select the desired.

MEMORY RECALL display.

is measuring, or when it is stopped.

Solutions

To cancel

the Power

function.

light or

button.

press any

expose the

...Not possible

··Stopped.

(3) How to delete the stored data

ore deleting the data

How to delete a channe

RECALL display.

the channel you

Press Button A for

approximately 2

seconds. "CLR?

will be displayed.

4 Continue to hold

Button A for

approximately two

seconds. Once it

emits three short

beeps and "CLR?

ALL" is displayed.

5The selected channel is deleted, the

amount of free memory is displayed

and you are returned to MEMORY

Press Button A to show the MEMORY

emits three short beeps and "CLR?

ALL" is displayed, continue to hold

F-300," and you are returned to

release Button A.

RECALL display.

RECALL display.

How to delete all channels

seconds to show "CLR?"

want to delete.

• The timer can be set from 10 seconds up to 9 hours, 59 minutes and 59 seconds in one-second increments. • The watch includes a three-channel daily alarm function, which plays an alarm every day • Two timers are provided and the second timer starts after the first timer has concluded its countdown. at the set time (hour/minute). A repeating function is also included so that timer 1 restarts after timer 2 has concluded. You can set either Timer 1 or Timer 2 to "0:00" to use it as a repeat timer.

①Press Button A to show the MEMORY The number of times the timers repeat the countdown can be set from 1 to 100 times.

■ HOW TO USE THE TIMER

(1) Buttons and operations Press Button A to show the TIMER display. ②Press Button B or Button C to select

Button A: Change to TIMER display TIMER ... Button (Button B Button A (long press): Change to TIMER **1** - 5 Button C Button A Button 🛚 Button E

Start/stop : Switch enlarged display Button E : Selection of the item or digits to be adjusted Reset the timer (2) How to set the timer

Example: How to set timer 1 to three minutes and timer 2 to one minute and the number of repeats setting to five. Press Button A to show the TIMER display 2) Hold Button A down to switch to TIMER SETTING mode. The "hour" digit of Timer 1 flashes.

Press Button E to select the item or digits to be adjusted (flashing). TIMER 1 → TIMER 2 → THE NUMBER OF TIME Hour → Minute → Second Hour → Minute → Second THE COUNTDOWN I

3With each pressing of Button C, one digit is increased. (With each pressing of Button B, one digit is decreased.)

Press Button A to return to the TIMER display. ②Press Button A for approximately 2 If you press button B and button C at the same time, you can reset all set values to zero 0300 3 Continue to hold Button A for approximately two seconds. Once it

(TIMER 2:1 minute)

THE COUNTDOWN IS TO BE REPEATED: 5 times) Button A for approximately two seconds. The watch emits a long beep, all \$\sigma\$ To start or stop the timer, press Button C. To reset the timer, press Button E. *Restarting and stopping the timer can be repeated as many times as necess channels are deleted, the amount of free memory is displayed as *A time-up warning beep sounds 3 seconds before the set time is up. When the set

> time is up, the time-up beep sounds for approximately 5 seconds. *While the timer is counting or when it is stopped, it is not possible to enter the TIMER SETTING display

**To stop the time-up warning beep and time-up beep while sounding, press either Button A, B, C, D, or E.

(THE NUMBER OF TIMES

*Each pressing of Button C in the ALARM display toggles between

(4) How to stop the alarm while sounding · At a designated time the alarm sounds for approximately 20

2) Pressing Button E will switch back and forth between the

If Button B or Button C is kept pressed, the digits move quickly

hour" and hinutes" digits flashing. Select the digit to adjust

while sounding, press any button. *Doing this in any display can stop the alarm

*The alarm will be automatically set to on at this time.

(3) How to engage or disengage the alarm

■HOW TO USE THE WORLD TIME

different time zones throughout the world can be displayed. The summer time (DST) can also be set for each city (except GMT).

(1) Buttons and operations

WORLD @ Button 10:08 Button Button

Button A: Change to WORLD TIME display Button B: Selection of the city (moving back) Button C: Selection of the city (advancing) Button D: Switch enlarged display Button $\mathsf{E}:\mathsf{Setting}$ / canceling the DST

(2) How to use the world time 1)Press Button A to show the WORLD TIME display.

The city name and time are displayed. 2To select the city, press Button B or (3) How to set the summer time

With each pressing of the Button E

in the WORLD TIME display, the summer time can be alternately set or cancelled.

SPECIFICATIONS

When the summer (The summer time is set.) time is set, the DST appears. If summer time is set to the city which has also been set as "HOME" in the TIME/ CALENDAR display, the summer time will also be shown in the TIME/CALENDAR display. If summer time is set in the TIME/CALENDAR display and the same city is selected in the WORLD TIME display, the summer time will also be shown in the WORLD TIME display.

1. Frequency of crystal oscillator...32.768 Hz

5. Battery···Secondary battery, 1 piece

■ Built-in illuminating light (LED)

4. Display medium···Nematic Liquid Crystal, FEM (Field Effect Mode)

The time of 44 cities (including GMT) in (4) Comparison table between city and time

difference (GMT indicates the Greenwich To charge the battery, expose the solar panel to light.

· If the watch is used or stored continually under conditions where it cannot receive sufficient light nen recharging the battery, ensure that the watch temperature is kept under 50°C. (The operational temperature

range of the watch is between -10°C and +60°C.) Before using the watch for the first time or when the watch has completely stopped due to battery depletion, charge the watch sufficiently, referring to the table below as a guide.

RESETTING THE IC

②The built-in IC is reset.

from 12:00:00 AM, Monday, January 1, 2018.

Before using the watch, set it to the correct time.

narge the battery, referring to the table below as a guide.						
Remaining battery evel LCD display	(Nothing)	(Flashing)	□	<u>—</u>	⊞	To run the watch for one day
Outdoor on a sunny day Solar power generation level "10"	Approx	ximately 1	hour	Approximately 5 hours	Approximately 1 hours	Approximatel 3 minutes
By the window on a sunny day Solar power generation level "06"	Approx	imately 5	hours	Approximately 37 hours	Approximately 9 hours	Approximatel 19 minute
By the window on a cloudy day Solar power generation level "04"	Approxi	mately 16	6 hours	Approximately 125 hours	Approximately 31 hours	Approximatel 65 minutes
ndoor under luorescent light Solar power generation level "02"	Approxir	nately 10	0 hours			Approximatel 6 hours

After the built-in IC is reset, the display returns to the time display in the

HOME TIME mode. The time and calendar of the watch start moving

ery, the city code of the home time is set to TYO (Tokyo).

HOW TO CHARGE



To enjoy optimal performance of the watch, it is recommended that the watch be kept sufficiently charged at all times. Under the following conditions, it is very likely that the battery will run down due to insufficient battery charge · When the watch is concealed under long sleeve shirts

1) Time required to charge the battery

arge the battery, referring to the table below as a guide.						
emaining battery vel LCD display	(Nothing)	(Flashing)		—	<u>—</u>	To run the watch for one day
utdoor on a sunny ly plar power neration level "10"	Approx	ximately 1	hour	Approximately 5 hours	Approximately 1 hours	Approximate 3 minutes
the window on a						
nny day plar power neration level "06"	Approximately 5 hours			Approximately 37 hours	Approximately 9 hours	Approximate 19 minute
the window on a						
oudy day blar power neration level "04"	Approximately 16 hours			Approximately 125 hours	Approximately 31 hours	Approximate 65 minute
door under						

After being fully charged, the watch will keep running for approximately 6 months when it is 3) Power Save function (Power Save and Sleep)

used under the following conditions, even if it is left uncharged. Built-in illuminating light turned on ·· ··Once for 3 seconds per day ... For 20 seconds per day Power Save function activated-·· For 6 hours per day ···· For 1 hour per day requent use of the built-in illuminating light will quickly consume the battery

Note that turning the automatic light function ON may deplete the battery. Before using the watch for the first time or when the watch has completely stopped due to battery depletion, charge the watch sufficiently, referring to the table on the left.

Use the watch as it is

Keep the watch sufficiently charged.

Sufficiently charge the watch until the

indicator (1) appears on the display.

→ How to charge the battery

The watch displays the approximate remaining battery level. LCD display

and so on.

(Nothing)

In a case that the watch moves abnormally, follow the instructions below to The battery used in this watch is a special secondary battery, which

①Keep buttons A, B, C and D pressed at the same time until the display disposable batteries such as dry-cell batteries or button cells, this

TIII Medium No restriction 価 Light cannot be Extremely turned on. → Alarm sound and → After charging the watch, use the watch

Display and remaining battery level

low to check the remaining battery level

Restricted operations

or functions

→ How to charge the battery The on-going measurement of the stopwatch or timer will be reset Charging Sufficiently charge the watch until the indicator ① appears on the required ates abnormally, reset the built-in IC. →How to reset the Built-in IC (Flashing) Charging Sufficiently charge the watch until the indicator ① appears on the reauired

deleted, or will not be correctly displayed.

→ How to reset the Built-in IC

is totally different from ordinary silver oxide batteries. Unlike other

cycles of discharging and recharging.

⚠ CAUTION |

secondary battery can be used over and over again by repeating the

However, for various reasons such as long-term use or usage

conditions, the capacity or recharging efficiency of the secondary

battery may gradually deteriorate and recharging cycles may be

shortened. If the efficiency of the secondary battery decreases,

Replacement of the secondary battery requires professional

knowledge and skill. Please ask the retailer from whom the

Installation of an ordinary silver oxide battery can generate heat

 $\boldsymbol{\cdot}$ Do not remove the secondary battery yourself.

watch was purchased for repair.

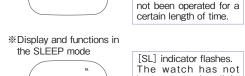
that can cause bursting or ignition.

If the watch operates abnormally, reset the built-in IC.

In the displays 4 and 5, measured time stored in memory will be

When the watch is left without being exposed to light and its buttons are not operated for a certain length of time, the Power Save function is automatically activated to preserve energy consumption.

※Display and functions in Restricted operations or functions the POWER SAVE mode [PS] indicator flashes. The watch has not Tap to turn built-in been exposed to light illuminating and its buttons have light on..



[SL] indicator flashes. The watch has not and its buttons have not been operated for 3

Stopwatch on operation. Timer on operation······Reset Tap to turn built-in illuminating light on----Not possible *How to set the Power Save function

The current solar power level and battery level are each

Charging indicator

The OFF or set time of the Power Save function can be set in the TIME/CALENDAR setting display. The Power Save time can be selected between 30 minutes, 1 hour, 2 hours, and 4 hours. Refer to the TIME, When the Power Save function is ON, the [PS] indicator flashes. To use the stopwatch or timer in a dark place, it is recommended that you turn the Power Save function

FE or select Power Save time longer than the time you use the ston For normal use, turn the Power Save function ON When the watch is sufficiently charged (•••), neither the Power Save nor Sleep function is activated. When the stopwatch is operating, the Power Save function is not activated.

SOLAR MONITOR DISPLAY

shown at 11 stages, as an indication of the charging status. ●When the watch is in "Time/Calendar display" mode, press Button E to display the solar monitor

Solar Charge display Level display display Button E Button *Display is updated every second

the watch is sufficiently charged.

· Be sure to charge the watch when the battery level drops to "06" or lower.

· When the solar charge level is "07" or above.

for photography, spotlights or incandescent lights, as the watch

may be excessively heated resulting in damage to its internal

When charging the watch by exposure to direct sunlight, avoid

places that easily reach high temperatures, such as a car

Always keep the watch temperature under 50°C.

■Notes on charging the watch

dashboard.

 Notes on guarantee and repair Contact the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER for repair or overhaul. When charging the watch, do not place the watch in close Within the guarantee period, present the certificate of guarantee to receive repair services proximity to an intense light source such as lighting equipment

Guarantee coverage is provided in the certificate of guarantee.

For repair services after the guarantee period has expired, if

the functions of the watch can be restored by repair work, we

will undertake repair services upon request and payment.

REMARKS ON REPLACEMENT PARTS

AFTER-SALE SERVICE

Read carefully and retain it.

SEIKO makes it a policy to typically keep a stock of replacement parts for this watch for 7 years. Replacement parts are those Daily care which are essential to maintaining the functional integrity of the watch. Please keep in mind that if original parts are not available, they may be replaced with substitutes whose outward appearance may differ from the originals.

• Handling cautions

(TIMER 1:3 minutes)

⚠ WARNING · Immediately stop wearing the watch in the following cases.

■TO PRESERVE THE QUALITY OF YOUR WATCH

If the watch body or band becomes edged by corrosion etc Olf the pins protrude from the band. Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE

· Keep the watch and accessories out of the reach of babies and children WARNING Care should be taken to prevent a baby or a child accidentally swallowing the battery or accessories. If a baby or child swallows the battery or accessories, immediately consult a doctor, as it will be harmful to

 Do not remove the battery from the watch. Replacement of the battery requires professional knowledge and skill. Please ask a watch retailer for replacement of the battery

Do not attempt to charge the battery, as this may cause battery explosion, heat generation, battery leakage, or damage to the battery. Do not use the watch in scuba diving or saturation diving. The various tightened inspections under simulated harsh environment, which are usually required for

watches designed for scuba diving or saturation diving, have not been conducted on the water-resistant watch with the BAR (barometric pressure) display. For diving, use special watches for diving.

· Avoid wearing or storing the watch in the following places.

If you observe any allergic symptoms or skin irritation

· Do not press buttons when the watch is wet.

Water may get inside of the watch.

OPlaces where volatile agents (cosmetics such as polish remover, bug repellent, thinners etc.) are present Places of high humidity OPlaces affected by strong magnetism or static electricity

the health of the baby or child.

ODusty places OPlaces affected by strong vibrations For watches with batteries, do not leave a dead battery compartment for a long time as it may cause battery leakage

Stop wearing the watch immediately and consult a specialist such as a dermatologist or an allergist. Do not pour running water directly from faucet. The water pressure of tap water from a faucet is high enough to degrade the water resistant performance of a water resistant watch for everyday life.

for a long time, the water resistant performance of the watch is deteriorated. Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER. · Do not leave moisture, sweat and dirt on the watch for a long time.

If the inner surface of the glass is clouded with condensation or water droplets appear inside of the water

Be aware of a risk that a water resistant watch may lessen its water resistant performance because of

 Do not wear the watch while taking a bath or a sauna. Steam, soap or some components of a hot spring may accelerate the deterioration of water resistant performance of the watch. Other cautions

deterioration of the adhesive on the glass or gasket, or the development of rust on stainless steel.

Replacement of the metal band requires professional knowledge and skill. Please ask a watch retailer for replacement of the metal band, as there is a risk of hand or finger injury as well as a risk of losing parts. *Length adjustment service for metallic bands is available at the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER. The service may also be available on a chargeable basis at other retailers, however, some retailers may not undertake the service.

OKeep the watch out of the reach of babies and children. Extra care should be taken to avoid risks of any injury or allergic rash or itching that may be caused when they touch the watch. When disposing of used batteries, follow the instructions of your local authorities

· Wipe away moisture, sweat or dirt with a soft cloth.

· After soaking the watch in seawater, be sure to wash the watch in clean pure water and wipe it dry carefully.

ODo not disassemble or tamper with the watch.

clothes, or injure the hand, neck, or other parts of your body.

Water resistance Refer to the table below for the description of each degree of water resistant performance of your watch before using

Avoid drops of water or sweat on-water resistance The watch withstands accidental contact with water in everyday life. ater resistance for everyda

(TIMER display

The band touches the skin directly and becomes dirty with sweat or dust. Therefore, lack of care may accelerate deterioration of the band or cause skin irritation or stain on the sleeve edge. The watch requires a lot of attention for long usage.

Wipe off moisture, sweat or soil with a soft cloth as soon as possible. soft toothbrush.

(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc Because some titan bracelets use pins made of stainless steel, which has outstanding strength,

· If a pin is poking out, personal injury may result. In such a case, refrain from using the watch and request repair.

· Do not expose the watch to direct sunlight for a long time. Please take care when wearing a watch with a light-colored band as dirt and other stains are more visible. Refrain from wearing a leather band watch other than Aqua Free bands while bathing, swimming, and when working with water even if the watch itself is water-resistant rated for daily use (10-

or atmospheric humidity. smears or discoloration

When the band becomes less flexible or cracked, replace the band with a new one. Notes on the length of the band

· Due to the nature of the material used, the band may easily become stained with dirt, or may become soaked or discolored. If it becomes dirty, quickly wipe it clean using a wet cloth or cleaning tissue. Compared with other materials, it is more likely to break if any cracks form in the surface. Be

Skin irritation caused by a band has various reasons such as allergy to metals or leathers, or skin

Adjust the band to allow a little clearance with your wrist to ensure proper airflow. When wearing the watch, leave enough room to insert a finger between the band and your wrist.

approximately once every 3 to 4 years in order to maintain optimal performance of the watch for a long time. According to use conditions, the digital display may go out due to liquid leakage. As the parts such as gasket may deteriorate, water-resistant performance may be impaired due to

cleaning (overhaul), make sure that the gasket and push pin are also replaced with new ones.

①Hold Button A down to display the currently set city name and to switch to TIME/CALENDAR

Automatic light

4) After adjusting the setting, press Button A to return to TIME/CALENDAR display mode.

①Hold Button A down to display the currently set city name and to switch to TIME/CALENDAR SETTING mode



















Each alarm channel can be switched between ON/OFF independently

Button A: Change to ALARM display Button A (long press) : Change to ALARM TIME SETTING display Button B: Alarm time setting (decreasing digits) Button C: Alarm time setting (increasing digits) Engagement/disengagement of the alarm

Button D: Switch enlarged display Button E: Change between the alarm 1, 2, and 3 The way of using the alarm is the same for every alarm channel. Ex.) Selecting ALARM 1 and setting the alarm time to 6:30 a.m." Hold Button A down to switch to SET ALARM mode. The

3With each pressing of Button C, the digit increases by 1. (Minute: 30 minutes) (With each pressing of Button B, the digit decreases by 1.) 4After all adjustments are completed, press Button A to release the ALARM SETTING display and to return to 10:08 12:00

(Hour : 6 a.m.)

When Alarm is ON (Do not sound alarm)















Lack of care may cause skin irritation, or a yellowish or gold stain on the lower sleeve edge of shirts. To clean the soil around the joint gaps of the band, wipe it out in water and then brush it off with a

rust may form in the stainless steel parts. · If rust advances, pins may poke out or drop out, and the watch case may fall off the bracelet, or the clasp may not open.

Wipe off moisture and sweat as soon as possible by gently blotting them up with a dry cloth.

Especially a translucent, white, or pale colored band easily adsorbs other colors, resulting in color Wash out dirt in water and clean it off with a dry cloth. (Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc.)

Silicon band

reactions caused by friction or dust on the band itself. Notes on the length of the band

Periodic inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul) is recommended

movement of your watch may be replaced.

seconds and automatically stops. To stop the alarm manually

The watch is suitable for sports such as swimming. ater resistance for everyday life The watch is suitable for diving not using an air cylinder

Moisture, sweat or soil will cause rust even on a stainless steel band if they are left for a long time

Leather band · A leather band is susceptible to discoloration and deterioration from moisture, sweat and direct sunlight.

BAR water resistant). Polyurethane band · A polyurethane band is susceptible to discoloration from light, and may be deteriorated by solvent

Notes on skin irritation and allergy

Olf your watch is of the fob or pendant type, the strap or chain attached to the watch may damage your intrusion of perspiration and moisture. Please contact the retailer from whom the watch was purchased for inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul). For replacement of parts, please specify "SEIKO GENUINE PARTS." When asking for inspection and adjustment by disassembly and When your watch is inspected and adjusted by disassembly and cleaning (overhauled), the