

 **AVERTISSEMENT**

- Ne vous livrez pas à la plongée en utilisant cette montre si vous n'avez pas reçu une formation appropriée à la plongée. Pour votre sécurité, respectez les règles relatives à la plongée.
- N'utilisez pas cette montre lors d'une plongée à saturation utilisant de l'hélium.
- Avant la plongée, assurez-vous que la montre fonctionne normalement.
- Lors de la plongée, n'effectuez jamais aucune démarche autre que celles spécifiées dans le manuel fourni. Un usage impropre de l'appareil et/ou une erreur d'interprétation du contenu affiché pourrait entraîner un accident mortel ou grave.
- Cette montre est un instrument d'appoint, destiné à indiquer le temps. Utilisez cette montre avec des équipements de plongée adéquats, tels qu'une jauge de pression résiduelle, une jauge de profondeur d'eau, etc., indispensables pour une plongée sans danger.

 **PRÉCAUTION**

- Veuillez lire et respecter les instructions décrites dans cette brochure pour garantir un bon fonctionnement de cette montre de plongée.
- N'utilisez pas la couronne lorsque que la montre est humide ou dans l'eau.
- Evitez de cogner la montre contre des objets durs tels que des rochers.

 **AVERTISSEMENT**

La mention **AVERTISSEMENT** signale un état ou une pratique qui peut entraîner de sérieuses blessures, voire la mort, s'ils ne sont pas strictement respectés.

 **PRÉCAUTION**

La mention **PRÉCAUTION** signale un état ou une pratique qui peut entraîner une blessure ou des dégâts matériels, s'ils ne sont pas strictement respectés.

PRÉCAUTIONS À L'EMPLOI DE LA MONTRE DE PLONGÉE

Avant la plongée, assurez-vous que la montre fonctionne normalement et veillez à observer les précautions décrites ci-après.

AVANT LA PLONGÉE

- N'utilisez pas la montre pour la plongée saturation utilisant de l'hélium.
- Pour mesurer sous l'eau la durée écoulée, utilisez toujours le cadran rotatif.
- Assurez-vous que:
 - la trotteuse se déplace à intervalles d'une seconde.
 - le remontoir est correctement vissée.
 - il n'y a pas de fissure visible sur le verre ou le bracelet de la montre.
 - la boucle ou le bracelet est solidement fixé sur le boîtier de la montre.
 - la boucle maintient le bracelet solidement attaché au poignet.
 - la cadran rotatif tourne sans difficulté dans le sens anti-horaire (la rotation ne doit être ni trop dure ni trop lâche) et que le repère "🕒" s'aligne sur l'aiguille des minutes.
 - l'heure et le calendrier ont été correctement ajustés.

En présence d'un quelconque fonctionnement anormal, il est conseillé de contacter un CENTRE DE SERVICE SEIKO agréé.

PENDANT LA PLONGÉE

- N'actionnez pas le remontoir pendant que la montre est mouillée ou dans l'eau.
- Prenez garde de ne pas cogner la montre contre des objets durs comme des rochers.
- La rotation du cadran peut devenir légèrement plus dure dans l'eau, mais il ne s'agit pas d'une défaillance.

APRÈS LA PLONGÉE

- Rincez la montre dans de l'eau douce après une plongée et éliminez toute trace d'eau de mer, de sable, de terre, etc.
- Essuyez convenablement la montre pour éviter que son boîtier ne se rouille après l'avoir lavée dans de l'eau douce.

SOMMAIRE

	Page
AVERTISSEMENT / PRÉCAUTION	64
PRÉCAUTIONS A L'UTILISATION DE LA MONTRE DE PLONGÉE	66
CARACTÉRISTIQUES	68
NOMS DES PIÈCES	69
RECHARGE ET MISE EN MARCHÉ DE LA MONTRE.....	70
INDICATEUR DE RESERVE D'ENERGIE	72
COURONNE DE REMONTOIR VISSABLE	73
RÉGLAGE DE L'HEURE ET DE LA DATE, UTILISATION DE LA FONCTION D'AJUSTEMENT DU DÉCALAGE HORAIRE.....	74
SI LA TROTTEUSE SE DÉPLACE À INTERVALLE DE DEUX SECONDES.....	85
FONCTION DE MISE EN MARCHÉ RAPIDE.....	85
REMARQUES SUR LA PILE RECHARGEABLE.....	86
REMARQUES SUR L'EMPLOI DE LA MONTRE	86
CADRAN ROTATIF.....	89
POUR PRÉSERVER LA QUALITÉ DE LA MONTRE	90
FICHE TECHNIQUE	93

☆ *En ce qui concerne l'entretien de votre montre, reportez-vous à "POUR PRÉSERVER LA QUALITÉ DE LA MONTRE" dans le Livret de Garantie Mondiale et Instructions ci-joint.*

CARACTÉRISTIQUES

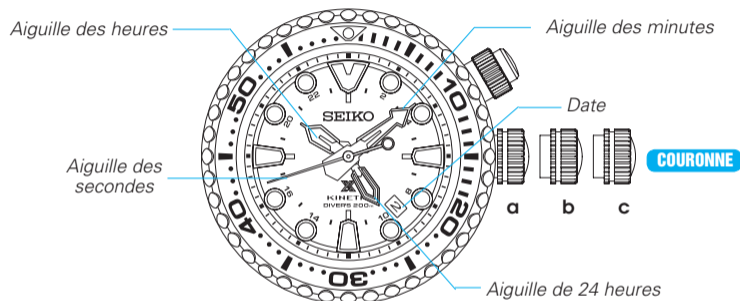
La montre SEIKO KINETIC Cal. 5M85 est une montre quartz analogique dotée de la technologie Kinetic, mise au point par SEIKO. Le courant électrique qui alimente la montre est produit en tirant parti du mouvement du corps; l'énergie est emmagasinée dans une pile rechargeable. A la différence des montres à pile habituelle de type bouton, aucun remplacement périodique n'est requis. Cette montre est dotée d'une aiguille de 24 heures et elle possède une fonction de réglage indépendant de l'aiguille des heures (pour ajuster le décalage horaire), offrant ainsi plusieurs types d'utilisation de l'aiguille de 24 heures. Par exemple, si vous réglez l'aiguille de 24 heures pour indiquer l'heure, vous pouvez régler indépendamment l'aiguille des heures pour afficher l'heure de l'endroit où vous séjournez, tout en vérifiant facilement l'heure de votre région par l'aiguille de 24 heures.

● Numéro de calibre de votre montre

Veillez vérifier le dos du boîtier de votre montre où est inscrit le numéro de son calibre. Comme illustré à droite, le numéro de calibre de votre montre est le nombre de 4 chiffres à la gauche du trait d'union.



NOMS DES PIÈCES



COURONNE

- a) Position normale
- b) Position du premier dé clic:
- c) Position du second dé clic:

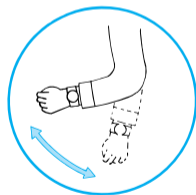
ajustement indépendant d'aiguille de l'heure, réglage de la date
réglage de l'heure

RECHARGE ET MISE EN MARCHÉ DE LA MONTRE

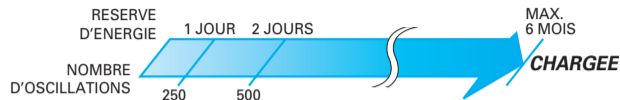
- 1 Balancer la montre dans le sens latéral.
** Balancer de façon rythmique à une cadence de deux fois par seconde.*

- 2 Recharger suffisamment la pile rechargeable.

- 3 Ajuster l'heure et le calendrier et mettre la montre au poignet.



NOMBRE D'OSCILLATIONS ET RESERVE D'ENERGIE



1. Lorsque la montre s'arrête complètement, ou si vous découvrez que la trotteuse se déplace à des intervalles de deux secondes, faites osciller la montre d'un côté à l'autre à une cadence de deux fois par seconde.
2. 250 oscillations suffiront à faire fonctionner la montre pendant 24 heures environ. La trotteuse se mettra en marche en se déplaçant à des intervalles d'une seconde.

** Il est conseillé de faire osciller davantage la montre de manière à disposer de 2 jours d'énergie en réserve. A titre d'indication de la recharge, sachez que 250 oscillations supplémentaires, soit 500 au total, fourniront une réserve d'énergie de 2 jours.*

3. Portez la montre à votre poignet.

RESERVE DE COURANT ACCUMULEE PENDANT LA MARCHÉ

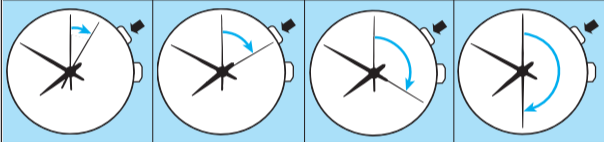


☆ Les illustrations ci-dessus ne sont fournies qu'en tant que règles directrices indiquant la relation entre la réserve d'énergie et le nombre d'oscillations/distance que vous parcourez. Le montant réel de la réserve d'énergie diffère selon les personnes.

INDICATEUR DE RESERVE D'ENERGIE

- Appuyez sur le bouton à la position 2 heures.

* Pour faciliter la lecture des secondes parcourues par la trotteuse, il est conseillé d'actionner le bouton quand celle-ci se trouve à la position 12 heures.

★ MOUVEMENT RAPIDE DE LA TROTTEUSE	5 secondes	10 secondes	20 secondes	30 secondes
		Plus d'un jour	Plus de 7 jours	Plus d'un mois environ
RESERVE D'ENERGIE				

- ★ A la fin du mouvement rapide, la trotteuse ralentit progressivement jusqu'à ce qu'elle s'arrête.
- ★ La trotteuse reprend son mouvement normal après que les 5, 10, 20 ou 30 secondes indiquées se sont écoulées.

COURONNE DE REMONTOIR VISSABLE

- Certains modèles sont munis d'une couronne de remontoir de type vissable qui peut être verrouillée lorsqu'elle ne doit pas être actionnée.
- Le vissage de la couronne évitera des erreurs de fonctionnement.
- Dévissez la couronne avant de l'utiliser. Après son emploi, revissez la couronne de remontoir.

■ UTILISATION DE LA COURONNE DE REMONTOIR VISSABLE

Si votre montre est munie d'une couronne de remontoir vissable, dévissez-la avant de l'utiliser.

- ❖ Sauf quand elle doit être actionnée, laissez toujours la couronne vissée.

[Dévissage de la couronne]

Tournez la couronne dans le sens antihoraire (vers le bas) pour la dévisser. La couronne peut être actionnée quand elle est dévissée.



La couronne peut être retirée.

[Vissage de la couronne]

Après utilisation de la couronne, vissez-la à fond en la tournant dans le sens horaire (vers le haut) tout en l'enfonçant délicatement à sa position originale.



Tournez la couronne en l'enfonçant.

RÉGLAGE DE L'HEURE ET DE LA DATE, UTILISATION DE LA FONCTION D'AJUSTEMENT DU DÉCALAGE HORAIRE

● Réglage de l'heure

- Lors du réglage de l'heure, assurez-vous que la montre fonctionne et que la trotteuse se déplace à intervalles d'une seconde.
- Si la montre s'est complètement arrêtée par manque d'énergie électrique stockée, rechargez-la de sorte que la trotteuse retrouve son mouvement normal à intervalle d'une seconde. Ajustez ensuite l'heure et le calendrier avant de porter à nouveau la montre. (Reportez-vous à "SI LA TROTTEUSE SE DÉPLACE À INTERVALLE DE DEUX SECONDES" à la page 88.)
- L'aiguille de 24 heures est utilisée de deux façons. Comme la procédure de réglage de l'heure diffère selon l'utilisation, choisissez la méthode avant de régler l'heure.

<Méthode 1> Utilisation de l'aiguille de 24 heures pour indiquer l'heure en cycle de 24 heures comme repère AM/PM'

- Ceci est l'utilisation normale de l'aiguille de 24 heures.

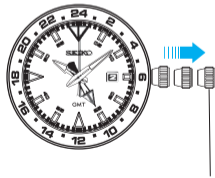


<Méthode 2> Utilisation de l'aiguille de 24 heures pour afficher l'heure d'un fuseau horaire différent.

- Par exemple, en réglant l'aiguille de 24 heures à GMT tout en ajustant les aiguilles des heures et des minutes à l'heure de votre région, vous pouvez facilement vérifier l'heure de GMT par l'aiguille de 24 heures.



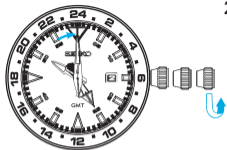
Réglage de l'aiguille de 24 heures comme repère ordinaire de 24 heures < Quand l'utilisation de la Méthode 1 est sélectionnée >



Position du second dé clic

1. Retirez la couronne au second dé clic.

- * Retirez la couronne quand l'aiguille des secondes est à la position 12 heures. L'aiguille s'arrêtera sur le champ.
- * Lors du réglage de l'heure, assurez-vous que la montre fonctionne et que la trotteuse se déplace à intervalles d'une seconde.



<Exemple>

Pour régler la montre à 10:00 du matin (A.M.), ajustez l'aiguille de 24 heures pour indiquer "10" sur l'échelle de 24 heures (position 5 heures), et l'aiguille des minutes à la position "0" minute.

Pour régler la montre à 6:00 du soir (P.M.), ajustez l'aiguille de 24 heures pour indiquer "18" sur l'échelle de 24 heures (position 9 heures), et l'aiguille des minutes à la position "0" minute.

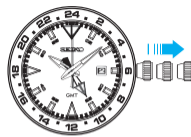
2. Tournez la couronne pour ajuster les aiguilles de 24 heures et des minutes à l'heure actuelle.

- * Seules l'aiguille de 24 heures et celle des minutes sont ajustées à ce stade. L'aiguille des heures sera ajustée ultérieurement et elle ne doit pas l'être encore, même si l'indication de l'heure semble erronée.
- * La date peut être modifiée selon la position de l'aiguille des heures. Toutefois, ceci ne doit pas vous préoccuper car elle pourra être ajustée ultérieurement.
- * Amenez l'aiguille des minutes en avance sur l'heure actuelle, puis revenez en arrière à la minute souhaitée.

3. Repoussez la couronne en accord avec un top horaire officiel.

- * Le réglage des aiguilles de 24 heures, des minutes et des secondes est ainsi terminé.

4. Repoussez la couronne au premier déclic.

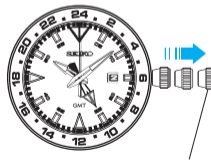


5. Tournez la couronne pour amener l'aiguille des heures à l'heure actuelle.

- * Au besoin, ajustez aussi la date à ce stade.
- * La date change à minuit. Lors du réglage de l'aiguille des heures, veillez à effectuer correctement le réglage AM/PM (matin/soir).
- * Tournez lentement la couronne, en vérifiant que l'aiguille des heures se déplace par palier d'une heure.
- * Lors du réglage de l'aiguille des heures, il se peut que les autres aiguilles bougent légèrement, mais ceci est normal.

6. Repoussez la couronne lorsqu'est terminé le réglage de l'heure.

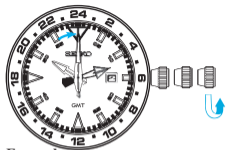
Réglage de l'aiguille de 24 heures comme repère de double fuseau pour un "fuseau horaire différent" <Quand l'utilisation de la Méthode 2 est sélectionnée>



Position du second déclic

1. Retirez la couronne au second déclic.

- * Retirez la couronne quand l'aiguille des secondes est à la position 12 heures. L'aiguille s'arrêtera sur le champ.
- * Lors du réglage de l'heure, assurez-vous que la montre fonctionne et que la trotteuse se déplace à intervalles d'une seconde.



<Exemple>

Pour ajuster l'aiguille de 24 heures à l'heure de New York tout en réglant les aiguilles des heures/minutes pour afficher l'heure de Londres.

Si l'heure de Londres est 10:00 du matin (AM), il est 5:00 AM à New York.

Réglez l'aiguille de 24 heures pour indiquer "5" sur l'échelle de 24 heures (position 2,5 heures), tandis que l'aiguille des minutes indique la position "0" minute.

* La fonction d'ajustement du décalage horaire agit uniquement pour une heure d'un "fuseau horaire différent" dont la différence horaire par rapport à Londres est représentée en paliers d'une heure.

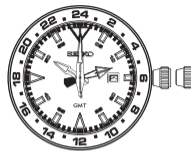
2. Tournez la couronne pour amener les aiguilles de 24 heures et des minutes à l'heure de la "zone horaire différente" que vous souhaitez régler.

- * Seules l'aiguille de 24 heures et celle des minutes sont ajustées à ce stade. L'aiguille des heures sera ajustée ultérieurement et elle ne doit pas l'être encore, même si l'indication de l'heure semble erronée.
- * La date peut être modifiée selon la position de l'aiguille des heures. Toutefois, ceci ne doit pas vous préoccuper car elle pourra être ajustée ultérieurement.
- * Amenez l'aiguille des minutes en avance sur l'heure actuelle, puis revenez en arrière à la minute souhaitée.

3. Repoussez la couronne en accord avec un top horaire officiel.

- * Le réglage des aiguilles de 24 heures, des minutes et des secondes à l'heure du "fuseau horaire différent" est ainsi terminé.

4. Repoussez la couronne au premier déclic.



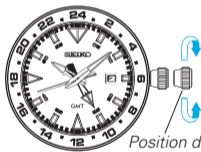
5. Tournez la couronne pour amener l'aiguille des heures à l'heure actuelle. (Dans cet exemple, l'heure actuelle à Londres.)

- * Au besoin, ajustez aussi la date à ce stade.
- * La date change à minuit. Lors du réglage de l'aiguille des heures, veillez à effectuer correctement le réglage AM/PM (matin/soir).
- * Tournez lentement la couronne, en vérifiant que l'aiguille des heures se déplace par palier d'une heure.
- * Lors du réglage de l'aiguille des heures, il se peut que les autres aiguilles bougent légèrement, mais ceci est normal.

6. Repoussez la couronne lorsqu'est terminé le réglage de l'heure

● Réglage de la date

- Cette montre est conçue de telle sorte que la date change d'un jour en effectuant deux rotations complètes de l'aiguille des heures, de la même façon que pour la "fonction de réglage du décalage horaire".
 - La date avance d'un jour en effectuant deux rotations complètes de l'aiguille des heures dans le sens horaire, tandis qu'elle est retardée d'un jour en effectuant deux rotations complètes de l'aiguille des heures dans le sens antihoraire.
 - Après le réglage de l'heure, il est nécessaire d'ajuster la date. Un réglage manuel de la date est requis le premier jour après un mois de moins de 31 jours.
1. Retirez la couronne au premier déclic.
 2. Chaque fois que l'aiguille des heures effectue deux rotations complètes en tournant la couronne, la date est ajustée d'un jour.



Sens horaire : l'aiguille des heures tourne dans le sens antihoraire. La date recule d'un jour quand l'aiguille des heures effectue deux rotations complètes dans le sens antihoraire.

Sens antihoraire : l'aiguille des heures tourne dans le sens horaire. La date avance d'un jour quand l'aiguille des heures effectue deux rotations complètes dans le sens horaire.

Position du premier encliquetage

* La date peut être ajustée soit à la suivante, soit à la précédente. Choisissez le sens qui demandera le moins de rotations.

* Tournez délicatement la couronne.

* Pour ajuster la date sans changer l'heure, tournez l'aiguille des heures par paliers de deux rotations complètes.

* Lors du réglage de l'aiguille des heures, il se peut que les autres aiguilles bougent légèrement, mais ceci est normal.

3. Lorsque le réglage de la date est terminé, vérifiez à nouveau la position de l'aiguille des heures, puis repoussez à fond la couronne.

● Pour ajuster le décalage horaire

- Lorsque vous séjournez dans un endroit d'un fuseau horaire différent de celui où vous vivez, il est pratique d'ajuster la montre pour qu'elle indique l'heure de l'endroit où vous séjournez sans avoir à arrêter la montre.
- La fonction d'ajustement de la différence horaire est liée à l'affichage de la date. Si la différence horaire est correctement ajustée, la montre affiche la date correcte de l'endroit où vous séjournez.

1. Retirez la couronne au premier déclic.
2. Tournez la couronne pour que l'aiguille des heures indique l'heure de l'endroit où vous séjournez. L'aiguille des heures est réglée indépendamment de l'heure actuelle.



Sens horaire : Recul de l'heure (l'aiguille des heures tourne dans le sens antihoraire).

Sens antihoraire : Avance de l'heure (l'aiguille des heures tourne dans le sens horaire).

Position du premier déclic

* Tournez délicatement la couronne, en vérifiant que l'aiguille des heures se déplace par

palier d'une heure.

- * Reportez-vous à "Tableau des différences horaires" pour connaître le décalage par rapport à GMT (UTC).
 - * Lors du réglage de la différence horaire, assurez-vous que le réglage AM/PM (matin/soir) est effectué correctement.
 - * Lors du réglage de l'aiguille des heures, il se peut que les autres aiguilles bougent légèrement, mais ceci est normal.
 - * Lorsque vous tournez la couronne dans le sens horaire pour régler l'aiguille des heures afin d'indiquer une heure comprise entre 9:00 du soir (PM) et minuit, continuez à tourner jusqu'à ce que l'aiguille des heures indique 8:00 du soir (PM), puis avancez l'aiguille à l'heure souhaitée.
3. Après avoir terminé le réglage de la différence horaire, vérifiez à nouveau la position de l'aiguille des heures, puis repoussez à fond la couronne.

● Tableau des différences horaires

- * Reportez-vous au tableau ci-dessous pour les différences horaires par rapport à GMT (UTC) des principales villes du monde.

Principales villes dans leur fuseau horaire respectif	Décalage horaire par rapport à GMT (UTC)
Iles Midway	-11 heures
Honolulu	-10 heures
Ancorage ★	-9 heures
Los Angeles ★, San Francisco ★	-8 heures
Denver ★, Edmonton ★	-7 heures
Chicago ★, Mexico City ★	-6 heures
New York ★, Washington ★, Montreal ★	-5 heures
Santiago ★	-4 heures
Rio de Janeiro ★	-3 heures
Açores ★	-1 heure
Londres ★, Casablanca	0 heure

Paris★, Rome★, Amsterdam★	+1 heure
Le Caire, Athènes★, Istanbul★	+2 heures
Djeddah, La Mecque, Nairobi	+3 heures
Dubaï	+4 heures
Karachi, Tashkent	+5 heures
Dacca	+6 heures
Bangkok, Djakarta	+7 heures
Hong Kong, Manille, Pékin, Singapour	+8 heures
Tokyo, Séoul, Pyongyang	+9 heures
Sydney★, Guam, Khabarovsk★	+10 heures
Nouméa, Iles Solomon	+11 heures
Wellington★, Iles Fiji, Auckland★	+12 heures

* Les villes marquées d'un astérisque "★" utilisent l'heure d'été.

* Les différences horaires et l'emploi de l'heure d'été de chaque ville sont sujets à modifications en fonction des décisions du gouvernement des régions et pays respectifs.

SI LA TROTTEUSE SE DÉPLACE À INTERVALLE DE DEUX SECONDES (FONCTION AVERTISSEMENT DE DÉCHARGE)

- Si la trotteuse commence à se déplacer à intervalle de deux secondes, qu'elle soit portée ou immobile, elle risque de s'arrêter dans les 24 heures environ.
- Dans ce cas, oscillez la montre dans le sens latéral pour recharger suffisamment la pile rechargeable (reportez-vous à "RECHARGE ET MISE EN MARCHÉ DE LA MONTRE" à la page 66), puis ajustez l'heure et le calendrier.

FONCTION DE MISE EN MARCHÉ RAPIDE

- Si la montre a été arrêtée pendant longtemps, elle pourra être remise en marche rapidement par quelques oscillations seulement.
- La fonction de mise en marche rapide restera active pendant 3 ans environ après que la montre pleinement rechargée a cessé de fonctionner.

* Quand cette fonction est activée, la trotteuse commence à se déplacer à intervalles de 2 secondes. Oscillez la montre dans le sens latéral pour recharger la pile rechargeable en vous référant à "NOMBRE D'OSCILLATIONS ET RÉSERVE D'ÉNERGIE" à la page 67.

* Une fois que la trotteuse commence à se déplacer par intervalles d'une seconde, mettez la montre à votre poignet pour la recharger davantage.

* La montre conserve sa précision tandis que la trotteuse se déplace à intervalles de deux secondes.

REMARQUES SUR LA PILE RECHARGEABLE

- L'énergie électrique produite par le mouvement du bras lorsque vous portez la montre à votre poignet est stockée dans la pile rechargeable. C'est une source de courant complètement différente des piles classiques utilisées pour des montres et elle ne nécessite aucun remplacement périodique.
- Lorsque la pile rechargeable est complètement chargée, elle continuera de fonctionner pendant **6 mois** environ sans nouvelle recharge.
- La durée de la recharge diminue progressivement avec le temps. Mais le degré de diminution varie selon le milieu et les conditions de l'utilisation.
- La pile rechargeable est une source d'énergie propre et d'une très grande facilité d'utilisation.



ATTENTION

N'installez jamais une pile à oxyde d'argent pour montre ordinaire à la place de la pile rechargeable car elle pourrait exploser, s'échauffer ou prendre feu.

REMARQUES SUR L'EMPLOI DE LA MONTRE

RECHARGE ET MISE EN MARCHÉ DE LA MONTRE

- Pour recharger efficacement la pile rechargeable, balancer la montre dans le sens latéral, en décrivant un arc d'environ 20 cm.
- Il ne servira à rien de balancer la montre plus rapidement ou avec plus de vigueur.
- Lorsque la montre est balancée, le poids oscillant à l'intérieur du système de production de courant tourne pour entraîner le mécanisme. A mesure qu'il tourne, il produit un son, mais ceci est normal.
- Si la montre n'a pas été touchée pendant plus d'une année après s'être arrêtée complètement, il se peut que la trotteuse ne commence pas à se déplacer à l'intervalle normal d'une seconde, même si la montre a été oscillée selon le nombre de fois indiqué sous "NOMBRE D'OSCILLATIONS ET RÉSERVE D'ÉNERGIE" à la page 67. Dans ce cas, faites osciller davantage la montre jusqu'à ce que la trotteuse démarre à des intervalles d'une seconde.
- La montre est dotée d'un système destiné à empêcher une surcharge. Aucune défaillance ne se produira, même si vous continuez à l'osciller alors qu'elle est déjà pleinement rechargée.
- La montre est dotée d'une fonction de mise en marche instantanée et elle peut commencer à fonctionner après avoir été oscillée quelques fois seulement. Pour les détails, voir sous "FONCTION DE MISE EN MARCHÉ RAPIDE".
- Il n'est pas nécessaire de recharger complètement la montre, du fait qu'elle se recharge automatiquement lorsqu'elle est portée au poignet.
- Porter la montre au moins pendant 10 heures par jour.
- Si la montre est portée au poignet, elle ne se rechargera pas si le bras n'est pas en mouvement.

INDICATEUR DE RÉSERVE D'ÉNERGIE

- L'indicateur de réserve donne une idée générale de la durée pendant laquelle la montre continuera de fonctionner sans être rechargée.
- Il est permis d'actionner une nouvelle fois le bouton pour vérifier à nouveau la réserve d'énergie. Cependant, avant d'actionner le bouton une troisième fois, attendre que la trotteuse ait repris son mouvement normal.
- Quand la trotteuse se déplace à intervalles de deux secondes, la réserve d'énergie est très faible et

l'indicateur ne fonctionne plus.

- Sitôt après que vous avez oscillé la montre pour charger la pile rechargeable, il se peut que la trotteuse n'indique pas correctement la réserve de courant. Dans ce cas, vérifiez à nouveau après un délai de 10 à 15 minutes.

- **Précaution relative aux modèles "squelette":**

Si la montre est munie d'un dos de boîtier en verre, ne pas exposer celui-ci à une forte lumière, telle que les rayons directs du soleil ou une lampe à incandescence placée à proximité, car ceci pourrait temporairement augmenter la consommation d'électricité du circuit de la montre et réduire la réserve d'énergie de la pile rechargeable. Toutefois, l'état normal sera rétabli lorsque le dos du boîtier sera écarté de la source de lumière.

RÉGLAGE DE L'HEURE/CALENDRIER

- Pour régler l'heure avec exactitude, retirez la couronne à fond quand la trotteuse arrive à la position 12 heures et le repousser à la position normale en accord avec un top horaire officiel.
- Lors du réglage de l'aiguille des heures, retirez la couronne au premier déclic, tournez-la pour amener l'aiguille des heures à l'heure actuelle, puis assurez-vous que le réglage AM/PM (matin/soir) est correct. La montre est ainsi conçue que le calendrier change une fois toutes les 24 heures.


Tourner les aiguilles au-delà de la position 12 heures pour déterminer si la montre est réglée pour la période du matin ou du soir. Si le calendrier change, c'est que la montre est réglée pour la période du matin. S'il ne change pas, la montre est réglée pour la période du soir. Tournez lentement la couronne en vérifiant que l'aiguille des heures tourne à intervalle d'une heure

- Lors du réglage de l'aiguille des minutes, retirez à fond la couronne pour tourner l'aiguille des minutes. Avancez l'aiguille de 4 à 5 minutes par rapport à l'heure souhaitée, puis revenez à la minute exacte.
- Lors du réglage de l'heure, assurez-vous que la trotteuse se déplace à intervalle d'une seconde.
- Il est nécessaire d'ajuster la date à la fin de février et des mois de 30 jours.
- Lors du réglage de la date, retirez la couronne au premier déclic et tournez-la pour faire avancer l'aiguille des heures jusqu'à ce que la date change. La date avance d'un jour si l'aiguille des heures effectue deux rotations complètes dans le sens horaire. En revanche, elle recule d'un jour si l'aiguille des heures effectue deux rotations complètes dans le sens antihoraire.

CADRAN ROTATIF

Le cadran rotatif permet d'afficher une durée écoulée, allant jusqu'à 60 minutes. En le programmant avant une plongée, on peut ainsi savoir combien de temps on a passé sous l'eau.

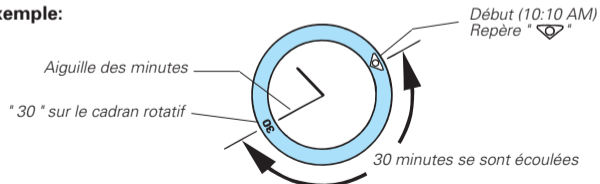
- Pour éviter une rotation accidentelle, le cadran est ainsi conçu que sa rotation devient plus dure sous l'eau. De plus, par souci de sécurité, il ne peut tourner que dans le sens anti-horaire, de sorte que la durée mesurée ne soit jamais plus courte que la durée écoulée réelle.

1. Tourner le cadran rotatif pour amener son repère "  " en regard de l'aiguille des minutes.

*Le cadran rotatif tourne avec des déclics. Chacun d'eux marque une demi minute.

2. Pour connaître la durée écoulée, lire le chiffre du cadran rotatif vers lequel est dirigée l'aiguille des minutes.

Exemple:



POUR PRESERVER LA QUALITÉ DE LA MONTRE

- La réparation d'une montre de plongée exige un savoir-faire et des équipements spéciaux. Si vous constatez que votre montre de plongée ne fonctionne plus correctement, n'essayez jamais de la réparer vous-même, mais confiez toute réparation à un centre de service SEIKO.

■ TEMPERATURES



La montre fonctionne avec une grande précision dans une plage de températures allant de 5 à 35°C (41 à 95°F). Des températures supérieures à 60° C (140° F) ou inférieures à -10°C (+14°F) peuvent provoquer un léger gain/perte de la précision horaire ou réduire la durée pendant laquelle la montre continue de fonctionner. Ce problème disparaîtra en replaçant la montre dans une température normale.

■ MAGNETISME



Cette montre subira l'effet d'un magnétisme puissant. Par conséquent, ne l'approchez pas d'objets magnétiques.

■ CHEMICALS



Prenez soin de ne pas exposer la montre à des solvants, mercure, produits cosmétiques en atomiseur, détergents, adhésifs ou peintures, car le boîtier ou le bracelet pourraient en être décolorés, détériorés ou endommagés.

■ PERIODIC CHECK



Il est conseillé de faire vérifier la montre tous les 2 à 3 ans. Confiez ce travail à un CONCESSIONNAIRE ou un CENTRE DE SERVICE SEIKO AUTORISE pour être sûr que le boîtier, la couronne, le joint et le verre soient en bon état.

■ SOIN DU BOITIER ET DU BRACELET



Pour éviter une oxydation éventuelle du boîtier et du bracelet, frottez-les régulièrement avec un linge doux et sec.

■ CHOCS ET VIBRATION



Veillez à ne pas laisser tomber la montre et à ne pas la cogner contre des surfaces dures.

■ PRECAUTION A PROPOS DE LA PELLICULE DE PROTECTION A L'ARRIERE DU BOITIER



Si votre montre est munie d'une pellicule et/ou d'un adhésif protecteur sur le dos de son boîtier, veillez à l'enlever avant d'utiliser la montre.

LUMIBRITE™

La LumiBrite est une peinture phosphorescente de conception nouvelle parfaitement inoffensive pour l'être humain et l'environnement naturel puisqu'elle ne contient aucun matériau nocif, tel que des substances radioactives.

La LumiBrite absorbe rapidement et conserve l'énergie de la lumière solaire ou d'une lumière artificielle de manière à la restituer sous forme de lumière dans l'obscurité. Par exemple, si elle est exposée à une lumière de plus de 500 lux pendant environ 10 minutes, la LumiBrite pourra émettre de la lumière pendant 5 à 8 heures.

Notez toutefois qu'étant donné que la LumiBrite émet la lumière qu'elle emmagasine, le niveau de luminosité diminue à mesure que le temps passe. La durée de l'émission de lumière peut aussi varier légèrement en fonction de facteurs tels que la luminosité de l'endroit où la montre avait été exposée à la lumière et la distance entre la source de lumière et la montre.

Si vous effectuez une plongée en eau profonde, il se peut que la LumiBrite n'émette pas de lumière à moins qu'elle n'ait absorbé et emmagasiné suffisamment de lumière.

Par conséquent, avant une plongée, prenez soin d'exposer la montre à de la lumière dans les conditions spécifiées ci-avant de manière à ce qu'elle absorbe suffisamment d'énergie. Sinon, utilisez la montre en même temps qu'une lampe-torche sous-marine.

< Données de référence sur la luminosité >

- (A) Lumière solaire
[Beau temps]: 100.000 lux [Temps couvert]: 10.000 lux
- (B) Intérieur (Près d'une fenêtre pendant le jour)
[Beau temps]: plus de 3.000 lux [Temps couvert]: de 1.000 à 3.000 lux
[Temps pluvieux]: moins de 1.000 lux
- (C) Appareil d'éclairage (lampe fluorescente de 40 watts pendant le jour)
[Distance à la montre: 1 m]: 1.000 lux
[Distance à la montre: 3 m]: 500 lux (luminosité moyenne d'une pièce)
[Distance à la montre: 4 m]: 250 lux

* "LUMIBRITE" est une marque de fabrique de SEIKO HOLDINGS CORPORATION.

FICHE TECHNIQUE

- | | | |
|---|--|--|
| 1 | Fréquence de l'oscillateur au quartz | 32.768 Hz (Hertz = Cycles par seconde) |
| 2 | Gain/perte (moyenne mensuelle) | Moins de 15 secondes dans la plage normale de température (de 5° C à 35° C) (de 41° F à 95° F) |
| 3 | Plage de température d'utilisation | De -10° C à +60° C (de 14° F à 140° F) |
| 4 | Système d'affichage | |
| | Indication de calendrier | La date est affichée. |
| | Indication d'heure | 4 aiguilles (aiguilles des heures, minutes, secondes et 24 heures) |
| 5 | Système d'entraînement | Moteur pas à pas |
| 6 | Réserve de courant | |
| | Pleine charge | Environ 6 mois |
| 7 | Fonctions supplémentaires | Indicateur de réserve d'énergie, fonction d'avertissement de décharge et fonction de prévention de surcharge |
| 8 | Circuit intégré | Circuit C-MOS, 1 pièce |
| 9 | Pile rechargeable | Type bouton, 1 pièce |

* Les spécifications sont sujettes à changement sans préavis en raison d'améliorations éventuelles.