



**WIRED 説明書 W605**

このたびは弊社ワイアードをお買いあげいただきありがとうございました。ご使用の前にこの取扱説明書をよくお読みのうえ正しくお取り扱いください。なお、この取扱説明書はお手もとに保存し、必要に応じてご覧ください。

弊社製品についての修理その他の相談は、「お買い上げいただきありがとうございます」の裏面に記載の「お問い合わせ先」をご覧ください。

**全国共通フリーダイヤル 0120-612-911**

お客様相談室  
〒100-0005 東京都千代田区丸の内 3-1-1 国際ビル  
〒550-0013 大阪府高槻市新街 1-4-24 大阪府機新街ビルディング

セイコーウォッチ株式会社  
本社 〒105-8467 東京都港区六本木 1-7-2-8-10  
http://www.seiko-watch.co.jp/

1008A

**FEATURES**

This watch can store time data measured by the equipped stopwatch of up to 100 units of memory and can recall data on demand. Data within 100 units of memory can be sorted by channel when being stored. The stopwatch has a pace sound and running distance calculator as its sub functions. This watch is a sports watch for runners, which can recall the best lap time and average lap time from the measured time data by using its memory recall function. 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 33 cities throughout the world.

**TIME/CALENDAR**  
Year, month, date, day, hour, minute, second, and summer time mark can be displayed. Either of a 12-hour indication or 24-hour indication of time display can be selected.  
The calendar automatically adjusts for odd and even months including February of leap years from January 1, 2009 to December 31, 2058 (Automatic calendar).

**STOPWATCH**  
The stopwatch can measure up to 9 hours 59 minutes 59 seconds 99 in 1/100 second increments.  
Up to 100 units of memory can be used for storing measured lap time and split time data.  
Measured time data within 100 units of memory can be sorted by channel when being stored in memory.

**MEMORY RECALL**  
The stored data (lap number, lap time, and split time) can be recalled on demand after measurement.  
The best lap time and average lap time can be displayed.

**TIMER**  
The timer can be set from 1 minute to 60 minutes in one-minute increments.

**ALARM**  
The three-channel daily alarm sounds at a designated time (hour and minute) every 24 hours.  
Each alarm channel can be engaged ("on") or disengaged ("off") independently.

**WORLD TIME**  
The time of 33 cities (including GMT) throughout the world can be displayed.  
The summer time (DST) can be set for each city (except GMT).

**AUTO ILLUMINATION FUNCTION**  
If set in advance, the display is illuminated for approximately 2 seconds with each press of any of the buttons (except press buttons for adjusting items or digits).

**ILLUMINATING LIGHT**  
The built-in light illuminates any digital display for approximately 2 seconds by pressing the button for turning on the light.

**HOW TO USE THE ALARM**

The three-channel daily alarm sounds at a designated time (hour and minute) every 24 hours.  
Each alarm channel can be engaged ("on") or disengaged ("off") independently.

**(1) Buttons and operations**  
Press Button A to show the ALARM display.



**(2) How to use the alarm**  
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."  
1) Press Button A to show the ALARM display.  
2) Press Button B to show "AL-1."  
3) Long press Button A to show the ALARM SETTING display. The hour digits start flashing.  
4) With each press of Button D, hour digits and minute digits flash alternately. Select the digits to be adjusted (flashing).  
5) With each press of Button C, one digit is increased. (With each press of Button B, one digit is decreased.)  
\*If Button C or B is kept pressed, the digits move quickly.6) After all adjustments are completed, press Button A to release the ALARM SETTING display and to return to the ALARM 1 display. If the watch is left untouched with the digits flashing, the display will automatically return to the ALARM 1 display in two to three minutes.

**(3) How to engage or disengage the alarm**  
With each press of Button C in the ALARM display, "on" (the alarm is engaged) or "off" (the alarm is disengaged) mark is displayed alternately.

**(4) How to stop the alarm while sounding**  
At a designated time the alarm sounds for approximately 20 seconds and automatically stops. To stop the alarm manually while sounding, press any of Buttons A, B, C, D, or E.  
\*Doing this in any display can stop the alarm.

**REMARKS ON THE BATTERY**

**(3) Battery life indicator**  
The watch is equipped with a battery life indicator that enables you to know when the battery needs to be replaced.  
When the battery nears its end, all the digits start flashing. In that case, immediately have it replaced with a new one by the retailer from whom the watch was purchased.

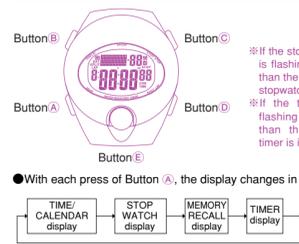
**2. Notes on the battery**

**(1) Battery life**  
When a new normal battery is installed, this watch operates for approximately three years. However, if the alarm is used more than once a day, the illuminating light more than 2 times a day and/or the confirmation sound more than 50 times a day, the battery life may be less than the specified period.  
\*The battery life should be approximately 3 years, if the alarm sounds more than 20 seconds a day, if the built-in illuminating light is turned on more than once a day, if the timer is used more than once a day, and/or if the pace is set within 150 steps/minute three times a day, the battery life may be shorter than the specified period.

**(1) Monitor battery**  
The battery in your watch may run down in less than two years after the date of purchase, as it is a monitor battery which is inserted at the factory to check the function and performance of the watch.

**(2) Battery change**  
1) For battery replacement, be sure to have the battery replaced with a new one at the retailer from whom the watch was purchased, and specify a genuine battery.  
2) If the old battery is left in the watch for a long time, a malfunction may be caused due to battery leakage, etc. Have it replaced with a new one as soon as possible.  
3) Battery replacement is charged even if it runs down within the guarantee period.  
4) Once the case back is opened for battery replacement or other purposes, the original water resistant quality designed for the watch may deteriorate when it is closed. When you have the battery replaced with a new one, also request the water resistance test pertaining to the water resistant quality of your watch.

**BUTTONS AND CHANGE OF DISPLAY**

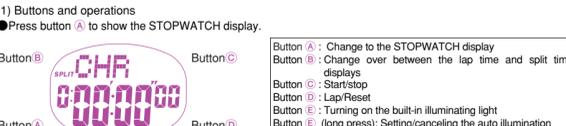


With each press of Button A, the display changes in the following order.  
TIME/CALENDAR display → STOPWATCH display → MEMORY RECALL display → TIMER display → ALARM display → WORLD TIME display

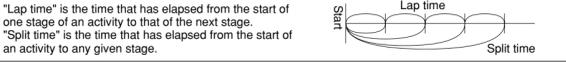
If the confirmation sound for button operations is set, the watch emits a brief sound when a button is pressed. When the display is changed to the Time/Calendar display from World time display, the watch emits a sound different from other button operations. (Refer to "HOW TO SET THE TIME AND CALENDAR" regarding the confirmation sound for button operations.)  
\*The display changes within 2 seconds after the button is pressed.

**HOW TO USE THE STOPWATCH**

The stopwatch can measure up to 9 hours 59 minutes 59 seconds 99 in 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.  
Refer to "HOW TO USE THE MEMORY RECALL FUNCTION" for further details.  
Up to 100 units of memory can be used for storing measured time data.  
The measured data can be sorted by channel when being stored in memory.



"Lap time" is the time that has 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 activity to any given stage.



**●About memory**

How to measure time	Units of memory used for storing 1 time data
1 Start → Stop → Reset	3 to 4 units of memory
2 Start → Stop/Restart → Stop → Reset	3 to 4 units of memory
3 Start → Lap/Split → Stop → Reset	4 to 5 units of memory
4 Start → Stop/Restart → Lap/Split → Stop → Reset	4 to 5 units of memory
5 Start → Lap/Split → Lap/Split → Stop → Reset	5 to 6 units of memory

Due to the function displaying the best lap time and average lap time, it takes at least three units of memory to store 1 time data. If you store data only in one channel, you can use 100 units of memory per channel. If you use more than one channel, the units of memory you can use will be less than 100 units of memory in total. For example, if the measured time data are stored in one channel, 100 units of memory can be used, but if data is divided and stored in 2 channels, 97 units of memory can be used in total.  
\*When lap time/split time is being measured, if lap number and "Full" mark flash alternately in the upper row of the display, lap time/split time cannot be stored any further because all units of memory have been used. In such a case, lap time/split time cannot be recalled.  
\*If "Full" mark appears in the upper row when using the stopwatch, lap time/split time cannot be stored. Refer to "HOW TO USE THE MEMORY RECALL FUNCTION."

**HOW TO USE THE WORLD TIME**

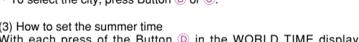
The time of 33 cities in different time zones throughout the world can be displayed.  
The summer time (DST) can also be set for each city (except GMT).

**(1) Buttons and operations**  
Press Button A to show the WORLD TIME display.



**(2) How to use the world time**  
Press Button A to show the WORLD TIME display.  
\*The city code, month, date, and time are displayed.  
To select the city, press Button B or C.

**(3) How to set the summer time**  
With each press of the Button D in the WORLD TIME display, the summer time can be alternately set or cancelled.



(The summer time is set.) The DST mark appears.  
(The summer time is cancelled.) The DST mark disappears.



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.

**NOTE ON THE LIQUID CRYSTAL PANEL**

The normal life expectancy for the liquid crystal panel of the 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 purchased to have the liquid crystal panel replaced with a new one.

**NECESSARY PROCEDURE AFTER THE BATTERY CHANGE (RESETTING THE IC)**

After the battery is replaced with a new one, or when an abnormal display such as broken digits appears, follow the procedure below. The built-in IC will be reset and the watch will resume normal operation.  
How to reset the IC  
Keep buttons A, B, C, D and E pressed at the same time for 2 to 3 seconds. The display will become blank, and "1-1 AM 12:00:00" will be displayed as the buttons are released.  
Before using the watch, set the time/calendar, and then the alarm time.

**(1) Frequency of crystal oscillator** ..... 32,768 Hz  
**(2) Loss/gain (monthly rate)** ..... Less than 30 seconds (when the watch is worn on your wrist in the temperature range of 5°C ~ 35°C)

**(3) Operational temperature range** ..... -10°C ~ +50°C  
**(4) Display medium** ..... F-STN  
**(5) Battery** ..... Miniature lithium battery CR1620, 1 piece

**(6) Battery life** ..... Approx. 3 years  
**(7) Battery life indicator**  
**(8) IC (Integrated Circuit)** ..... Oscillator, frequency divider and driving circuits (C-MOS-LSI), 1 piece

\*The specifications are subject to change without prior notice, for product improvement.

**HOW TO SET THE TIME AND CALENDAR**

**(1) Buttons and operations**  
Press Button B to show the TIME/CALENDAR display.



**(2) How to set the time and calendar**  
1) Long press Button A to show the TIME/CALENDAR SETTING display. The city name currently set starts flashing.  
2) Press Button B to select the item to be adjusted (flashing).  
\*Once the year, month and date have been set, the day of the week is automatically set.  
\*If the city name is set to GMT (GREENWICH), on ("on") / off ("off") mark of D. S. T. is not displayed.  
\*The "D.S.T (summer time)" is set to "on," the "DST" mark is displayed and the time advances for one hour.  
\*If Button B or C is kept pressed, the digits move quickly.



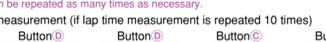
With each press of Button A, the display changes in the following order.  
D.S.T (summer time) "on"/"off" → (City name) → Contrast level adjustment → 12H/24H

3) To reset the seconds to "00," press Button B to select the second digits (flashing), and then press Button B or C in accordance with a time signal.  
\*If Button B or C is pressed while the second digits count any number between "30" and "59," one minute is added and the second digits are immediately reset to "00."  
\*The telephone time signal service (Tel. 117) is convenient to set the time.  
4) After selecting the item to be adjusted, press Button C to set the digits. With each press of Button C, one digit is increased or the city name advances one by one. (With each press of Button B, one digit is decreased or the city name moves back one by one). (Except "second," "12H/24H," and "DST")  
5) After all adjustments are completed, press Button A once to return to the TIME/CALENDAR display. If the watch is left untouched with the digits flashing, the display will automatically return to the TIME/CALENDAR display in two to three minutes.  
\*Because the year, month, date, and day from 2009 to 2058 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.  
\*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.

**(2) Standard measurement**  
Start → Stop → Restart → Stop → Reset  
\*If "F-100" is displayed, it means that 100 units of memory can be used.  
\*After starting the stopwatch, "F-100" changes to "L-1."  
\*Restart and Stop can be repeated as many times as necessary.



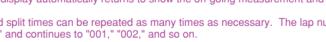
**(3) Lap time/split time measurement (if lap time measurement is repeated 10 times)**  
Start → Lap/Split → Lap/Split → Stop → Reset  
\*If "F-100" is displayed, it means that 100 units of memory can be used.  
\*After starting the stopwatch, "F-100" changes to "L-1."  
\*After a measurement, lap number, flashes, and lap and split times are displayed for approximately 10 seconds. And then the display automatically returns to show the on-going measurement and the current lap number.  
\*Measurement of lap and split times can be repeated as many times as necessary. The lap number can be displayed until "098," and continues to "001," "002," and so on.



**(4) How to use the memory recall function**  
Ex.) If you want to see data in channel 2 (ch-2)  
1) Press Button A to show the MEMORY RECALL display.  
\*The newest channel number is displayed.



2) Press Button B to show the desired channel number (ch-2).  
3) Press Button B to check the lap time. If 10 lap time data have been stored, each stored data can be checked in the following order.  
Total measurement time → 1 → 2 → ... → Best lap time → Average lap time → ch-2



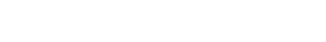
4) To check data in other channels, press Button B to select the desired channel number and check the data in the same way as procedure 3.



When the best lap time is displayed, "BEST" and "L-#-#\*" are alternately displayed.  
To check data in other channels, press Button B to select the desired channel number and check the data in the same way as procedure 3.



When the best lap time is displayed, "BEST" and "L-#-#\*" are alternately displayed.  
To check data in other channels, press Button B to select the desired channel number and check the data in the same way as procedure 3.



When the best lap time is displayed, "BEST" and "L-#-#\*" are alternately displayed.  
To check data in other channels, press Button B to select the desired channel number and check the data in the same way as procedure 3.

**CITIES AND TIME DIFFERENCES**

City code	City name	Country/Region	Time difference to GMT
GMT	Greenwich		0 hours
LON	London	United Kingdom	0 hour
PAR	Paris	France	1 hour
BER	Berlin	Germany	1 hour
ATH	Athens	Greece	2 hours
CAI	Cairo	Egypt	2 hours
MOW	Moscow	Russia	3 hours
BGW	Baghdad	Iraq	3 hours
THR	Tehran	Iran	3.5 hours
DXB	Dubai	United Arab Emirates	4 hours
KBL	Kabul	Alghanistan	4.5 hours
KHI	Karachi	Pakistan	5 hours
DEL	Delhi	India	5.5 hours
DAC	Dhaka	Bangladesh	6 hours
RGN	Yangon	Burma	6.5 hours
BKK	Bangkok	Thailand	7 hours
BJS	Beijing	China	8 hours
HKG	Hong Kong	China	8 hours
SEL	Seoul	Korea	9 hours
TYO	Tokyo	Japan	9 hours
ADL	Adelaide	Australia	9.5 hours
SYD	Sydney	Australia	10 hours
NOU	Noumea	New Caledonia	11 hours
WLG	Wellington	New Zealand	12 hours
HNL	Honolulu	United States	-10 hours
ANC	Anchorage	United States	-9 hours
LAX	Los Angeles	United States	-8 hours
DEN	Denver	United States	-7 hours
CHI	Chicago	United States	-6 hours
NYC	New York	United States	-5 hours
SCL	Santiago	Chile	-4 hours
RIC	Rio de Janeiro	Brazil	-3 hours
PDL	Azores	Azores	-1 hour

**■ Summer time (DST: Daylight Saving Time)**  
Summer time is daylight saving time, advancing the watch one hour to prolong daytime during longer daylight hours in summer. Daylight saving time has been adopted in about 80 countries, mainly in Europe and North America. The adoption and duration of daylight saving time vary depending on the country.

Cities marked with "★" use daylight saving time (as of September 2009)

**REPLACEMENT OF THE ELECTROLUMINESCENT PANEL (FOR ILLUMINATING LIGHT)**

The electroluminescent panel for illumination of the display loses its luminance as the battery voltage gets lowered. Also, its luminance level decreases gradually with use.  
\*After 120 hours of use, the luminance level decreases by about half. When the illuminating light becomes dim, replace the battery with a new one. If the illuminating light remains dim after the battery is replaced, have the electroluminescent panel replaced with a new one by the retailer from whom the watch was purchased.  
It will be replaced at cost.

**(1) Frequency of crystal oscillator** ..... 32,768 Hz  
**(2) Loss/gain (monthly rate)** ..... Less than 30 seconds (when the watch is worn on your wrist in the temperature range of 5°C ~ 35°C)

**(3) Operational temperature range** ..... -10°C ~ +50°C  
**(4) Display medium** ..... F-STN  
**(5) Battery** ..... Miniature lithium battery CR1620, 1 piece

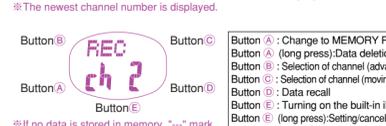
**(6) Battery life** ..... Approx. 3 years  
**(7) Battery life indicator**  
**(8) IC (Integrated Circuit)** ..... Oscillator, frequency divider and driving circuits (C-MOS-LSI), 1 piece

\*The specifications are subject to change without prior notice, for product improvement.

**HOW TO USE THE MEMORY RECALL FUNCTION**

Up to 100 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 time data is stored, the best lap time is displayed).  
The date when the measurement is started is memorized in each channel.  
\*If the stride length is set in advance, calculation based on the stride length and pace set in advance, and the measurement time, is displayed.

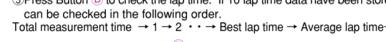
**(1) Buttons and operations**  
Press Button A to show the MEMORY RECALL display.  
\*The newest channel number is displayed.



2) Press Button B to show the desired channel number (ch-2).  
3) Press Button B to check the lap time. If 10 lap time data have been stored, each stored data can be checked in the following order.  
Total measurement time → 1 → 2 → ... → Best lap time → Average lap time → ch-2



4) To check data in other channels, press Button B to select the desired channel number and check the data in the same way as procedure 3.



When the best lap time is displayed, "BEST" and "L-#-#\*" are alternately displayed.  
To check data in other channels, press Button B to select the desired channel number and check the data in the same way as procedure 3.



When the best lap time is displayed, "BEST" and "L-#-#\*" are alternately displayed.  
To check data in other channels, press Button B to select the desired channel number and check the data in the same way as procedure 3.



When the best lap time is displayed, "BEST" and "L-#-#\*" are alternately displayed.  
To check data in other channels, press Button B to select the desired channel number and check the data in the same way as procedure 3.

**TO PRESERVE THE QUALITY OF YOUR WATCH**

**WARNING**

Immediately stop wearing the watch in following cases.  
If the watch body or band becomes edged by corrosion etc.  
If the pins protrude from the band.  
\*Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER.

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

Do not remove the battery from the watch.  
Replacement of the battery requires professional knowledge and skill.  
Do not attempt to charge the battery, as it may cause a battery explosion or leakage, heat generation or irreversible 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.

**CAUTION**  
Avoid wearing or storing the watch in the following places.  
Places where volatile agents (cosmetics such as polish remover, bug repellent, thinners etc.) are vaporizing  
Places where the temperature drops below 5°C or rises above 35°C for a long time  
Places of high humidity  
Places affected by strong magnetism or static electricity  
Dusty places  
Places affected by strong vibrations

If you observe any allergic symptoms or skin irritation  
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.  
Do not turn or pull out the crown when the watch is wet.  
Water may get inside of the watch.

If the inner surface of the glass is clouded with condensation or water droplets appear inside of the watch 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.  
Be aware of a risk that a water resistant watch may lessen its water resistant performance because of deterioration of the adhesive on the glass or gasket, or the development of rust on stainless steel.

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

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 and fear of losing parts.  
\*The service may also be available on a chargeable basis at other retailers, however, some retailers may not undertake the service.

Do not disassemble or tamper with the watch.  
Keep 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.  
If your watch is of the fob or pendant type, the strap or chain attached to the watch may damage your clothes, or injure the hand, neck, or other parts of your body.

**Repair parts**  
The repair parts of this watch will be retained usually for 7 years.  
Some alternative parts may be used for repair if necessary.

**AFTER-SALE SERVICE**

Notes on guarantee and repair  
Contact the retailer the watch was purchased from or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER for repair or overhaul.  
Within the guarantee period, present the certificate of guarantee to receive repair services.  
Guarantee coverage is provided in the certificate of guarantee. Read carefully and retain it.  
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.

**Inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul)**  
Periodic inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul) is recommended 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 oil retaining condition of your watch mechanical parts may deteriorate, abrasion of the parts due to contamination of oil may advance or delay the time significantly, or the watch itself may stop. As the parts such as gasket may deteriorate, water-resistant performance may be impaired due to intrusion of perspiration and moisture. Please contact the retailer from whom the watch was purchased for inspection and adjustment by disassembly and cleaning (

## ●ボタンの名称と表示の切替

この時計は、100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。また、メモリーが100本以内であれば、分割（チャンネル）してメモリーできます。（クロノグラフ機能で測定した結果から、リコール機能を使いベストラップタイム、平均ラップタイムを呼びだせるランナー向けスポーツウォッチです。）さらに、3チャンネルアラーム機能、タイマー機能、世界主要33都市の時刻を表示するワールドタイム機能をあわせもった多機能のデジタル時計です。



●ボタンAを押すごとに、次の順序で切り替わります。



※操作確認音がセットされていますと、表示を切り替えるごとに「ピ」と鳴ります。  
※年月日をセットする「時刻・カレンダー表示」は自動的に設定されます。  
※都市名をGMT（GREENWICH）にする「D. S. T.」の「onまたは---」は表示しません。  
※「D. S. T.」の「on」を表示させると「DSTマーク」が点灯し、1時間進みます。  
※ボタンAまたはボタンEは押し続けると、早送りできます。

## ■クロノグラフの使いかた

- ・1/100秒単位、最大計測時間は時間59分59秒99です。
- ・ラップタイムとスプリットタイムを同時に表示し、ベストラップタイム、平均ラップタイム等をメモリー（記憶）します。
- ・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・平均ラップタイムは、リコール表示で呼び出し見ることが出来ます。
- ※詳しくは「リコール機能の使いかた」を参照ください。
- ・最大100メモリー（記憶）できます。
- ・測定した値はチャンネル（ch）ごとに分割してメモリー（記憶）することができます。

(1) ボタンの名称とはたらき

●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。



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、スター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
1 スタート→ストップ→リセット	3~4メモリー
2 スタート→ストップ/再スタート→ストップ→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
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

※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つのメモリーを使います。  
1チャンネル(ch)のみ使用した場合は100メモリー（記憶）できますが、chを複数使用した場合はメモリーの合計が100に達しません。  
たとえば、1チャンネル(ch)使用の場合は100メモリー、2チャンネル(ch)使用の場合は合計97メモリーとなります。  
※ラップ/スプリットを計測した際、上段にラップ回数と「FULL」と表示が交互に点滅した場合、ラップ/スプリットタイムのメモリーができません。メモリーがいっぱいになっているという意味です。ラップ/スプリットタイムは呼び出せません。  
※クロノグラフ機能を使用するときに、上段に「FULL」と表示されていた場合は、ラップ/スプリットタイムのメモリーができません。「リコールの使いかた」を参照してください。

## 「時刻・カレンダー機能」

- ・日、曜日、時、分、秒、サマータイムマークを表示し、12時間制24時間制いずれかの時刻表示を選択できます。
- ・2009年から2058年（12月31日）までの50年間、うるう年などの月修正がいらぬ「フルオートカレンダー」です。

## 「クロノグラフ（ストップウォッチ機能）」

- ・1/100秒単位で計測できる最大計測時間9時間59分59秒99のストップウォッチ機能です。
- ・ラップタイム、スプリットタイムを最大100本メモリー（記憶）することができます。
- ・メモリーが100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。

## 「リコール機能」

- ・メモリーしたデータ（ラップ回数、ラップタイム、スプリットタイム）を計測後リコール（呼び出し）することができます。
- ・ベストラップ表示、平均ラップ表示ができます。

## 「タイマー機能」

- ・1分から60分まで1分単位で設定ができます。

## 「アラーム機能」

- ・設定した時刻（時・分）で毎日報知する3チャンネルのデイリーアラーム機能です。
- ・各チャンネルは、アラームのon/--（セット/解除）切替ができます。

## 「ワールドタイム機能」

- ・世界33都市（GMTを含む）の時刻を表示します。
- ・各都市（GMTを除く）ごとにサマータイム（DST）の設定ができます。

## 「オートパネライト機能」

- ・あらかじめ設定すると、どのボタン操作操作後も、約2秒間ライトが点灯します。（修正する時は除く）

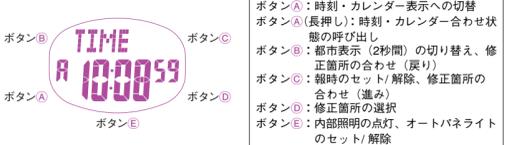
## 「内部照明（パネライト）機能」

- ・専用ボタン操作により、どの表示状態でも1回押しで約2秒間ライトが点灯します。

## ■時刻・カレンダーの合わせかた

(1) ボタンの名称とはたらき

●ボタンBを押して「時刻・カレンダー表示」状態にしてください。

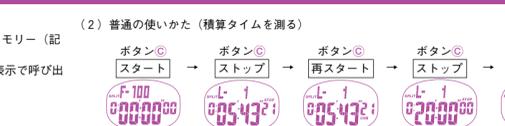


(2) 時刻・カレンダーの合わせかた

- ①ボタンAを長押しすると現在設定されている都市名が表示し、「時刻・カレンダー合わせ」状態になります。
- ②ボタンBを1回押すごとに合わせたいところ（点滅）を選びことができます。

※年月日をセットする「時刻・カレンダー表示」は自動的に設定されます。  
※都市名をGMT（GREENWICH）にする「D. S. T.」の「onまたは---」は表示しません。  
※「D. S. T.」の「on」を表示させると「DSTマーク」が点灯し、1時間進みます。  
※ボタンAまたはボタンEは押し続けると、早送りできます。

## (2) 普通の使いかた（積算タイムを測る）



- ・「F-100」表示は、100メモリできます。
- ・スタート後「L-1」表示に切り替わります。
- ・「F-96」表示は、残り96メモリできます。

※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。

## (3) 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）



- ・「F-100」表示は、100メモリできます。
- ・スタート後「L-1」表示に切り替わります。
- ・「F-87」表示は、残り87メモリできます。

※ラップ/スプリット計測後、約10秒間表示をホールドし、ラップ回数が点滅します。その後自動的にストップウォッチ計測表示にもどります。ラップ回数は、次のラップ回数を表示します。  
※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。

## (4) 都市と時差の比較表

都市・国	都市名	国・地域	GMTとの時差
1	GMT		0時間
2	LOW	イギリス	0時間
3	PAR	フランス	1時間
4	BER	ドイツ	1時間
5	ATH	ギリシャ	2時間
6	CAI	エジプト	2時間
7	MOW	ロシア	3時間
8	BGW	イラク	3時間
9	THR	イラン	3.5時間
10	DXB	アラブ首長国連邦	4時間
11	KBL	アフガニスタン	4.5時間
12	KHI	パキスタン	5時間
13	DEL	インド	5.5時間
14	DAC	バングラデシュ	6時間
15	RMV	ミャンマー	6.5時間
16	BKK	タイ	7時間
17	BJS	北京	8時間
18	HKG	中国	8時間
19	SEL	韓国	9時間
20	TYO	東京	9時間
21	ADL	オーストラリア	9.5時間
22	SYD	オーストラリア	10時間
23	NOU	ニュージーランド	11時間
24	WLG	ニュージーランド	12時間
25	HNL	アメリカ合衆国	-10時間
26	ANC	アメリカ合衆国	-9時間
27	LAX	アメリカ合衆国	-8時間
28	DEN	アメリカ合衆国	-7時間
29	CHI	アメリカ合衆国	-6時間
30	NYC	アメリカ合衆国	-5時間
31	SCL	チリ	-4時間
32	RIO	ブラジル	-3時間
33	PDL	アレス諸島	-1時間

## ■エレクトロルミネッセンスパネル（内部照明）について

内部照明として使用されているエレクトロルミネッセンス（EL）パネルは、電池の電圧が低くなること、輝度（明るさ）が低下します。また、ELパネルは発光時間の経過と共に、徐々に輝度が減衰する特性を持っています。

## ■液晶パネルについて

この時計の（液晶パネル）は、7年をすぎると、コントラストが低下したり数字が読みにくくなる場合があります。お買い上げ店に交換をお申し付けください。有料にて受け付けます。

## ■製品仕様

- 1) 水晶振動数・・・32,768Hz
- 2) 精度・・・平均月誤差±30秒（気温5℃～35℃において腕につけた場合）
- 3) 作動温度範囲・・・-5℃～+50℃
- 4) 表示色・・・F-STDN
- 5) 使用電池・・・小型リチウム電池 CR1620 1個
- 6) 電池寿命・・・約3年
- 7) 電池寿命切れ予告機能
- 8) 電子回路・・・発振（分・駆動）回路（C-MOS-LSI 1個）

## ■アフターサービスについて

●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ご依頼ください。

## ■電池交換後のお願い（システムリセット）

●システムリセットのしかた  
ボタンA、B、C、Eを同時に2～3秒間押し続けてください。表示が一瞬消え、ボタンEを離した時「1月1日 AM1時00分00秒」になります。

## ■製品仕様

- 1) 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ご依頼ください。
- 2) 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。
- 3) 保証内容は保証書に記載したとおりです。
- 4) 保証書をよくお読みいただき、大切に保管してください。
- 5) 保証期間終了後については、修理によるお取扱いいただけない場合があります。
- 6) 修理の際、一部代替品を使用させていただくことがあります。
- 7) 修理の際、一部代替品を使用させていただくことがあります。
- 8) 修理の際、一部代替品を使用させていただくことがあります。

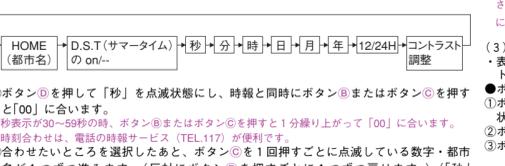
## ■製品仕様

●修理用部品について  
この時計の修理用部品の保有期間は、通常7年を基準としています。

## ■製品仕様

●修理用部品について  
この時計の修理用部品の保有期間は、通常7年を基準としています。

ボタンEを押すたびに修正箇所が変わります。



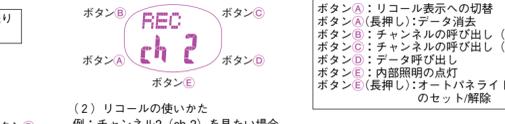
- ③ボタンEを押して「[秒]」を点滅状態にし、時報と同時にボタンBまたはボタンCを押すと「00」に合います。
- ※秒表示が30～59の時、ボタンBまたはボタンCを押すと1分繰り上がって「00」に合います。
- ※時刻合わせは、電話の時報サービス（TEL.117）が便利です。
- ④合わせたいところを選択したあと、ボタンCを1回押すごとに点滅している数字・都市名が1つずつ進みます。（反対にボタンCを押すごとに1つずつ戻ります。）（「秒」[12/24H]「D.S.T.」を除く。）
- ⑤「時刻・カレンダー合わせ」が終わりましたら、ボタンAを1回押しして修正箇所を解除して「時刻・カレンダー表示」にもどしてください。押し忘れた場合でも2～3分後には「時刻・カレンダー表示」へ自動的にもどります。

## ■リコール（呼び出し）の使いかた

- ・最大100メモリー（記憶）できます。
- ・チャンネル（ch）ごとにメモリーを呼び出すことができます。
- ・ベストラップタイム、平均ラップタイムを表示します。（1つのデータの場合は、ベストラップタイムを表示します。）

(1) ボタンの名称とはたらき

●ボタンAを押して「リコール表示」にしてください。



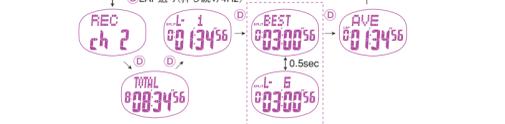
## (2) リコールの使いかた

- ①ボタンAを押して「リコール表示」にしてください。
- ※はじめに最新のチャンネルを表示します。

●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。
- ※はじめに最新のチャンネルが表示されます。
- ②ボタンAを長押しして「CLR」表示にします。
- ③ボタンAをそのまま約2秒押し続け、「CLR ALL」と表示されたら、さらにボタンAを約2秒押し続けます。
- ④「F-100」と表示した後、「リコール表示」にもどります。「リコール表示」は「----」表示になります。

## ※クロノグラフが計測中にデータ消去した場合は「F----」を表示し、リコール表示に戻ります。



※ベストラップを表示する時は、「BEST」表示と「L-\*\*\*」が交互に表示します。

## ④他の測定結果を見たい場合は、ボタンB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。

## ■使用上のご注意とお手入れについて

### ●製品取扱上のご注意

- △警告
  - ・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
    - バンドのピンが飛び出した場合
      - ※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苛酷な環境を想定した様々な厳しい検査を行っています。
  - 専用のダイバースウォッチをご使用ください。
- △注意
  - ・以下の場所での携帯・保管は避けてください
    - 揮発性の薬品が散発しているところ
    - 除光液などの化粧品、防虫剤、シンナーなど
    - 5℃～35℃から外れる温度に長期間なるところ
    - 高湿度なところ
    - 磁気や静電気の影響があるところ
    - ホコリの多いところ
    - 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。
  - ・アレルギーやかぶれを起こした場合は、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防水不良になるおそれがあります。
  - ・水分のついたまま、りゅうずや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いるとのは避けてください
  - 防水時計でもガラスの接合面・パッキンの劣化やステンレスがさびることにより、防水不良なるおそれがあります。
  - ・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。
  - ・その他のご注意
    - 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。
    - ご購入、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相談ください。
    - ※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。
    - 使い捨て時計やペンダント・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。衣類や手、首などを傷つけたら、首を締めたりするおそれがあります。

### ★印の地域ではサマータイムが導入されています。（2009年9月現在）

※各地域の時差、およびサマータイムは、国または地域の都合により変更される場合があります。

## ●お手入れについて

- 目ごろからこまめにお手入れしてください
- ・水や汗、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。
- その際、直接蛇口から水をかけるとは避け、容器に水をためたなどしてから洗ってください。
- ※非防水・日常生活防水の場合はおやめください。

## ●防水性能について

- お買い上げいただいた時計の防水性能を裏までご確認ください。
- 防水性能について
- 防水性能について
- 防水性能について

## ●防水性能について

- 防水性能について
- 防水性能について
- 防水性能について

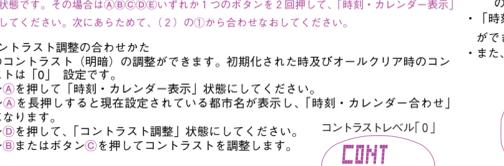
## ●防水性能について

- 防水性能について
- 防水性能について
- 防水性能について

## ●防水性能について

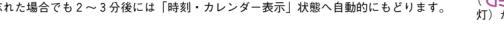
- 防水性能について
- 防水性能について
- 防水性能について

※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BとボタンCが同時に押された状態です。その場合はA、B、Cをいずれか1つのボタンを2回押し、「時刻・カレンダー表示」にもどしてください。次にあらためて、(2)の①から合わせなおしてください。



(3) コントラスト調整の合わせかた

- ・表示のコントラスト（明るさ）の調整ができます。初期化された時及びオールクリア時のコントラストは「0」に設定です。
- ボタンB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を長押しすると現在設定されている都市名が表示し、「時刻・カレンダー合わせ」状態になります。
- ②ボタンB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。



## 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」にもどしてください。

押し忘れた場合でも2～3分後には「時刻・カレンダー表示」状態へ自動的にもどります。

## (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おこなってください。
- リセット状態でない場合はデータ消去してもメモリーメモリは増えません。

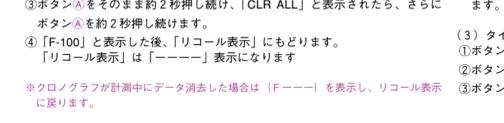
## ●1つのチャンネルを消去する場合

- ①ボタンAを押して「リコール表示」にしてください。
- ※はじめに最新のチャンネルが表示されます。
- ②ボタンBまたはボタンCを押して消去したいチャンネルを呼び出します。
- ③ボタンAを押し続け「CLR」表示にします。
- ④ボタンAをそのまま約2秒押し続け、「CLR ALL」と表示されたらボタンAを約2秒押し続けます。
- ⑤フリーメモリー数を表示した後、「リコール表示」にもどります。

## ●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。
- ※はじめに最新のチャンネルが表示されます。
- ②ボタンAを長押しして「CLR」表示にします。
- ③ボタンAをそのまま約2秒押し続け、「CLR ALL」と表示されたら、さらにボタンAを約2秒押し続けます。
- ④「F-100」と表示した後、「リコール表示」にもどります。「リコール表示」は「----」表示になります。

## ※クロノグラフが計測中にデータ消去した場合は「F----」を表示し、リコール表示に戻ります。



## ●オートパネライトのセットと解除

- ・各表示状態でボタンEを2秒間押し続けることに、オートパネライのセット（Cマーク点灯）と解除（Cマーク消灯）ができます。

## ●オートパネライトのセットと解除

- ・各表示状態でボタンEを2秒間押し続けることに、オートパネライのセット（Cマーク点灯）と解除（Cマーク消灯）ができます。