OS3 size: 8 x 9cm

2. Öffnen Sie vorsichtig mit einem Kreuzschraubendreher die 6 Schrauben am Gehäuse der Uhr und entfernen Sie den Gehäusedeckel.

3. Entfernen Sie die alte Batterie und setzen Sie die neue Batterie so ein, daß der + Pol nach oben zeigt. (Vermeiden Sie dabei, daß Sie den + Pol und den - Pol gleichzeitig berühren.)
4. Es wird eine CR2032 3.0 Volt Lithum Batterie benötigt.
5. Setzen Sie den Gehäusedeckel wieder auf und beachten Sie dabei den korrekten Sitz der Batterie und der Gummidichtung. Der Gehäusedeckel muß ohne dabei ohne Zwischenraum festsitzen.
6. Drehen Sie die 6 Schrauben wieder fest, wobei diese nicht überdreht werden dürfen.
7. Drücken Sie die Uhr wieder in den Clip und achten Sie darauf, daß sie richtig einrastet.

Anmerkung: Freie Übersetzung der beiliegenden englischen Bedienungsanleitung ! Entsprechende Abb. entnehmen Sie bitte der Originalanleitung.

Montre OS Série 3

Cette montre est un minuteur résistant à l'eau avec un affichage géant, et toutes les caractéristiques d'une montre, un compteur (de zéro), et un compte à rebours programmé avec une alarme. Le timer du compteur à rebours peut être reglé pour reprendre la periode programmée ou reprendre à compter de zéro. Les boutons ont un système de déclic et se situent dans la partie supérieure de l'affichage pour être protégés des coups. Une fois que le compte à rebours est lancé, seuls les boutons « START/STOP », « SYNC », et « MODE » auront une fonction. Chaque fois qu'un bouton est pressé, si il va avoir une fonction, l'alarme déclenchera un seul signal.

OPTIMUM TIME SPECIALISES IN SPORTS TIMING EQUIPMENT. PLEASE REFER TO OUR WEBSITE FOR INFORMATION ON OUR RANGE OF TIMING PRODUCTS THAT ARE DESIGNED FOR SPECIFIC SPORTS
www.optimumtime.co.uk

Optimum Time
PO Box 39
Market Deeping
Peterborough
PE6 8XQ
England
Telephone: 01733 333324
Fax: 01733 333700
International Tel: +44 1733 333324
International Fax: +44 1733 333700
e-mail:sales@optimumtime.co.uk
web : www.optimumtime.co.uk

OPTIMUM TIME

OS 3 SERIES

1 LINE DISPLAY WATCHES

INSTRUCTIONS

THE OS SERIES 3 WATCH WITH 1 ROW DISPLAY

"THE OS SERIES 3 WITH 1 ROW DISPLAY" IS A WATERPROOF WATCH, WHICH FEATURES TIME OF DAY, A COUNTUP (FROM ZERO) TIMER, AND A PROGRAMMED COUNTDOWN TIMER WITH ALARM. THE COUNTDOWN TIMER CAN BE SET TO COUNTDOWN TO ZERO AND COUNTUP AGAIN OR TO COUNTDOWN TO ZERO AND THEN REPEAT THE PROGRAMMED PERIOD.

ONCE THE COUNTDOWN TIMER IS RUNNING, THE START/STOP, SYNC, AND MODE BUTTONS ARE THE ONLY ONES THAT WILL HAVE A FUNCTION.

AT ANY TIME A BUTTON IS PRESSED THAT IS GOING TO HAVE ANY FUNCTIONS, THE ALARM SOUNDS A SINGLE BEEP.

Sulla batteria vi è un'apposita etichetta di protezione. Questa si richiede per scopi d'isolamento e deve essere rimessa quando la batteria è stata montata.

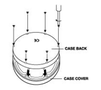
Rimuovere la vecchia batteria e sostituirla con una nuova assicurandosi che le superfici di contatto +ve siano rivolte verso l'alto. (Evitare di tenere la batteria in modo che le dita tocchino conteporaneamente I contatti +ve e -ve).

La batteria è del tipo di 3.0 Volt CR2032 al Litio.

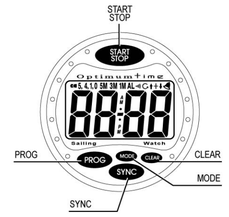
Ricordarsi di riporre l'etichetta d'isolamento

Riporre il retrocoperchio assicurandosi che la batteria sia stata montata correttamente, che la tenuta di gomma attorno al retrocoperchio sia assestato correttamente, che il retrocoperchio sia montato senza interferenze e nel verso corretto. Se possibile aggiungere del grasso di silicone o della vaselina sulla tenuta di gomma.

Riporre le viti avendo cura di non sovrasserrarle fino a graffiarne la filettatura.



Nota: Sul retrocoperchio dell'orologio vi sono due spine sporgenti di plastica (accanto alle 2 viti superiori) che devono adattarsi nei fori (accanto ai 2 fori delle viti superiori) nella parte anteriore.



3. Drücken Sie die Plastiklasche über das übrige Ende, um es zu fixieren.

Batterieanzeige

Die Uhr verfügt über eine Batterieladeanzeige auf der oberen linken Seite im Display. Sobald die Anzeige aufleuchtet, ist es Zeit, die Batterie zu wechseln. Es ist allerdings üblich, daß die Uhr trotz Anzeige noch einige Tage funktioniert.

Wechseln der Batterie

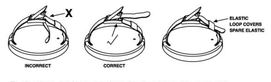
1. Entfernen Sie die Uhr aus dem äußeren Clip.

Note: This may be easier to do if you pull the elastic strap out of the clip.

und diesen auf einen Handschuh nähen. Zwei entsprechende Löcher sind bereits vorhanden. Anschließend die Uhr wieder in den Befestigungsclip eindrücken. Achten Sie darauf, daß die Uhr richtig einrastet.

3. Der äußere Clip kann auch am Mast oder einer beliebigen Fläche mit Hilfe der mitgelieferten Plastikhalterung mit Senkschrauben oder „Blind"-Nieten befestigt werden. Falls der Abstandhalter nicht benutzt wird, kann die Uhr nicht vom Clip entfernt werden.

Einstellen des elastischen Armbandes



Es gibt einen richtigen und einen falschen Weg, das Armband einzustellen. Um ein unbeabsichtiges Aufgehen des Armbandes zu vermeiden, beachten Sie bitte folgendes:

1. Legen Sie die Uhr um das Handgelenk und führen Sie das Armband von unten in den Verschluß.
2. Ziehen Sie das Armband stramm und sichern Sie es durch Drücken des Verschlusses.

MODE D'EMPLOI

Pour régler l'heure :

1- Mettre le Timer en mode heure en pressant et relâchant le bouton « MODE ». Cela peut être reconnu parce que l'affichage n'affichera plus les icônes du compte à rebours. En mode 12 heures l'affichage affichera « AM » ou « PM ».
2- Appuyer sur le bouton « CLEAR » et le maintenir environ 2 secondes jusqu'à ce que l'affichage commence à clignoter.
3- Appuyer sur le bouton «PROG » jusqu'à ce que l'heure soit correctement affichée.
Notes : a) Chaque fois que vous pressez le bouton, l'heure avancera d'une heure.
b) Garder le bouton enfoncé pendant quelques secondes entraînera un défilement des heures.
4- Pour changer entre mode 12 heures et 24 heures, appuyer sur le bouton « START/STOP » quand l'affichage de l'heure est en train de clignoter.
5- Une fois l'heure réglée, presser le bouton « MODE ». L'affichage des minutes commence à clignoter.
6- Appuyer sur le bouton « PROG » jusqu'à ce que les minutes soient correctement affichées.
7- Appuyer sur « CLEAR » et la montre sera à jour. L'affichage s'arrêtera alors de clignoter.

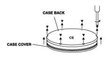
INDICATORE DI BATTERIA SCARICA

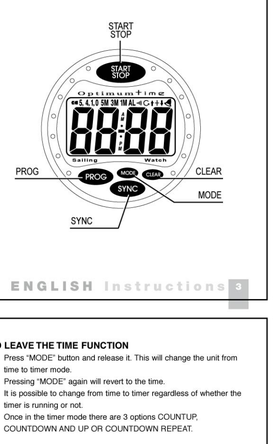
Il timer è munito di un indicatore di batteria scarica in alto a sinistra del display. Quando l'indicatore è acceso, è tempo di cambiare la batteria. È probabile che l'orologio funzioni per diversi giorni con l'indicatore acceso.

PER CAMBIARE LA BATTERIA

Note: This may be easier to do if you pull the elastic strap out of the clip.

Annotare il modo in cui è montato il retrocoperchio. Utilizzando un cacciavite a croce rimuovere cautamente tutte le viti dal timer, e rimuovere il retrocoperchio dalla parte anteriore della cassa per rivelare la batteria.





OPERATING INSTRUCTIONS

TO SET THE TIME

1. Put the watch into time mode by pressing the "MODE" button. This can be recognised because above the digits the display will show no icons relating to countdown. Also if in 12 hour mode the time will show AM or PM either above or below the central colon.
2. Press the "CLEAR" button and hold it down for approximately 2 seconds until the hour display begins to flash.
3. Press the "PROG" (short for programme) button until the correct hour is shown. Make sure if you are in the 12 hour clock that AM or PM is correct, or if you are in the 24 hour mode that you have the correct hour.
Notes a) Each time you press the button the time will advance 1 hour
b) Keeping the button pressed in for a couple of seconds will start fast scrolling through the hours.
4. To change from 12 hour to 24 hour setting press the "START/STOP" button at any time the hours are still flashing.
5. Once the correct hour and 12/24 hr setting are set press "MODE". This confirms the hours and starts the minutes flashing ready for setting
6. Press the "PROG" button until the correct minute is shown.
7. Once the correct hours and minutes are set, press "CLEAR" button one more time and the time is set and running. The display will also stop flashing.

un quanto utilizzando 2 fori nel clip. Il timer quindi può essere spinto nel clip esterno a qualsiasi angolo di visualizzazione richiesto. Prendere nota di assicurarsi che il timer scatti in posizione in modo positivo nel clip esterno.
3. Il clip esterno può essere montato anche sul boma oppure su qualsiasi altra superficie piatta utilizzando il distanziale di plastica fornito. Questo viene montato tra la barca ed il clip esterno utilizzando delle viti svasate o dei rivetti. Se non viene utilizzato questo distanziale sarà praticamente impossibile rimuovere il timer dal clip

REGOLAZIONE DELLA CINGHIA ELASTICA

C'è un modo coretto ed uno errato per regolare la cinghia elastica. Aver cura di evitare la possibilità che la cinghia si slacci.

1. Posizionare l'orologio al polso e passare la cinghia elastica attraverso la tenuta dal fondo verso l'alto.
2. Tirare la cinghia elastica alla richiesta strettezza e fissarla premendo con fermezza la tenuta.
3. Spingere il cappio dell'elastica sulla lunghezza rimanente per lasciare l'estremità sciolta ordinata.

QUITTER LES FONCTIONS DE LA MONTRE

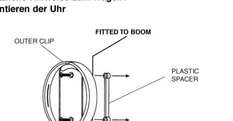
1- Presser « MODE » et relâcher-le.
2- Presser une nouvelle fois « MODE » vous fera revenir à l'heure.
3- Il est possible de changer d'heure au Timer ou inversement, que le minuteur fonctionne ou pas.
4- Une fois dans le mode Timer, il y a 3 options : compteur de zéro (COUNTUP), compte à rebours et reprendre à compter de zéro (COUNTDOWN AND UP), ou compte à rebours et reprendre la periode programmée (COUNTDOWN REPEAT).

OPTION COUNTUP (compteur de zéro)

1- Une fois dans le mode Timer, presser « CLEAR ». Cela fonctionnera seulement si le Timer ne fonctionne pas (si le Timer est en fonction, presser STOP d'abord, ensuite « CLEAR »). L'affichage montrera alors 0:00.
2- Presser « START » et le Timer partira de zéro, en minutes et secondes jusqu'à un maximum de 5 mins 59secs. † s'affichera.
3- Pendant cette fonction, le Timer peut être arrêté et peut repartir quand vous le souhaitez.
Note : Le timer du compteur fonctionnera seulement en mode compte à rebours (COUNTDOWN AND UP), et non en compte à rebours programmé (COUNTDOWN REPEAT).

haben eine „Soft-Klick"-Funktion, um ein unbeabsichtigtes Drücken zu vermeiden. Um diese Schutzfunktion zu erhöhen, ist die „Sync"-Taste schwergängiger als die anderen Tasten.

Nützliche Hinweise zum Tragen / Montieren der Uhr



1. Uhr kann wie jede andere Uhr am Handgelenk getragen werden. Um das Display gut zu sehen, kann das Uhrgehäuse innerhalb des äußeren Befestigungsclips gedreht werden.
2. Falls Sie die Uhr lieber auf dem Handrücken tragen, können Sie das elastische Armband und die Uhr aus dem Befestigungsclip entfernen

Modus sind - aufwärts bis max. 59:59 Minuten und beginnt erneut bei 0:00. Im Display erscheint das entsprechende Symbol † . Dies Aufwärtszählen zeigt die verstrichene Rennzeit an und ist bei bestimmten Rennen von großer Bedeutung.
7. Sollten Sie im Countdown-Wiederholen-Modus sein, bleibt das Zeichen konstant und der Timer geht zurück auf die programmierte Zeit und zählt wieder abwärts.

Die Synchronisationsfunktion

Sicher haben Sie schon festgestellt, daß auf der unteren rechten Taste „Sync" steht. Das ist die Synchronisationstaste. Sie funktioniert während des Countdowns und wenn der Timer läuft. Es könnte vorkommen, daß Sie nach Beginn der Timing-Sequenz das Gefühl haben, den Timer zu spät gestartet zu haben und daß die Uhr nun ein paar Sekunden „nachgeht". Oder Sie haben das Vorbereitungszeichen komplett verpaßt. Kein Problem. Anstatt die Uhr erneut zu starten, drücken Sie beim nächsten Zeichen des Starters nur die „Sync"-Taste und der Timer springt zur nächsten vollen Minute herunter in den Countdown. (z.B. nach Drücken der 1. Die „Sync"-Taste bei 5:08 auf 5:00. Genauso von 3:35 oder aber 3:59 auf 3:00) Die „Sync"-Taste ermöglicht also eine schnelle Übereinkunft Ihrer Startsequenz mit der des offiziellen Starters. Achtung: Ein versehentliches Drücken der „Sync"-Taste würde bedeuten, daß Sie nicht mehr mit der offiziellen Zeit übereinstimmen. Alle Knöpfe

COUNTDOWN (COMPTE A REBOURS) PROGRAMME

Il existe 4 comptes à rebours différents déjà programmés : une séquence de 5,4,1,0 minutes, une durée de 5 minutes, une durée de 3 minutes, et une durée de 1 minute. Ces séquences fonctionnent pour les deux modes de compte à rebours. Il est possible d'en choisir plusieurs (2x5 minutes = 10 minutes) seulement en mode compte à rebours. En mode compte à rebours programmé seuls les multiples de 1 minute peuvent êtres utilisés.

Chaque durée pré-programmée a une courte alarme chaque minute, et pour la dernière minute du compte à rebours, une alarme à 50,40,30 & 20 secondes, et également une alarme pour chacune des 15 dernières secondes.

CHOISIR ENTRE COMPTE A REBOURS ET COMPTE A REBOURS PROGRAMME.

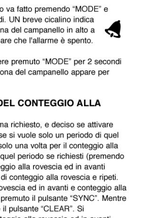
1- Appuyer sur « MODE » pour passer en fonction timer
2- S'assurer de l'arrêt du timer (utiliser le bouton « START/STOP')
3- Affichage à zéro (presser « CLEAR »)
4- Maintenir enfoncé le bouton « SYNC »
5- En maintenant enfoncé le bouton « SYNC », appuyer sur « CLEAR » Ceci vous donnera le choix entre la fonction compteur à rebours ou ↓ † † et compte à rebours programmé ↻ .
6- Relacher le bouton "SYNC" pour confirmer

rovescia. (Es. se l'orologio indica 5:08, premendo "SYNC" porterà l'orario a 500 e continuerà il conteggio alla rovescia. Similmente se l'orologio indica 3.35 o anche 3.59 e si preme "SYNC" l'orario passa a 3:00).

Quindi il pulsante "SYNC" può essere utilizzato per ottenere la sequenza di avviamento rapidamente in perfetto unisono con lo starter ufficiale.
NOTA: Premendo "SYNC" accidentalmente causerebbe ovviamente il disallineamento con l'orario ufficiale. Tutti I pulsanti sull'orologio sono del tipo a scatto positivo per evitare che vengano urtati. Per aumentare questa protezione il pulsante "SYNC" è munito di uno scatto ancora più duro. Pertanto il pulsante "SYNC" i più rigido degli altri pulsanti è ciò è intenzionale e per buoni motivi.

UTILI SUGGERIMENTI COME INDOSSARE/MONTARE L'OROLOGIO

1. L'orologio può essere indossato al polso come qualsiasi altro orologio. Tuttavia se il display non è di facile visualizzazione, l'intera cassa del timer può essere invertita all'interno dal clip esterno per ottenere un migliore angolo di visualizzazione.
2. Se si preferisce indossare l'orologio sulla mano, il timer e la cinghia elastica devono essere rimossi dal clip esterno. IL clip esterno quindi può essere cucito su



TO LEAVE THE TIME FUNCTION

1. Press "MODE" button and release it. This will change the unit from time to timer mode.
2. Pressing "MODE" again will revert to the time.
3. It is possible to change from time to timer regardless of whether the timer is running or not.
4. Once in the timer mode there are 3 options COUNTUP, COUNTDOWN AND UP OR COUNTDOWN REPEAT.

COUNTUP OPTION

1. Once in the timer mode press the "CLEAR" button. This will only function if the timer is not running. (If the timer is running, press "STOP" first and then press "CLEAR"). The display will now show 0:00.
2. Press "START" and the timer will count up from zero in minutes and seconds up to a maximum of 59mins and 59 secs. The display will also show an arrow icon to denote count-up.
3. During count-up the timer can be stopped and restarted as many times as required.
NOTE The count-up timer will only work if the countdown time is in and up mode and not countdown repeat. (see next section)

PROGRAMMED COUNTDOWN MODE

There are 4 different pre-programmed timing sequences. They are: 5,4,1,0 minutes, 5 minute periods, 3 minute periods, and 1 minute periods, plus two types of countdown. They are countdown and up or countdown repeat. It is possible to choose multiples of these periods (e.g. 2 x 5 minutes = 10 minutes) in countdown and up plus the 1 minute setting of countdown repeat. Multiples of 5,4,1,0, 5 minutes and 3 minutes are not available in countdown repeat. Each pre-programmed period has a short alarm sound every minute, and for the last minute of countdown an alarm at 50, 40 30 & 20 seconds, and also an alarm for each of the last 15 seconds.

CHOOSING BETWEEN COUNTDOWN AND UP OR COUNTDOWN REPEAT

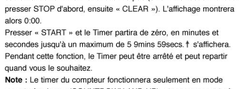
1. Press "MODE" to leave the clock and reach the timer function.
2. Make sure the timer is stopped (using the "START/STOP" button)
3. Make sure the display is at zero (By pressing "CLEAR")
4. Press the "SYNC" button and hold it down.
5. Whilst holding the sync button in press the "CLEAR" button. This makes the choice between countdown and up with the ↓ † † icon and countdown repeat the ↻ .
6. Release "SYNC" and the choice is confirmed

viene visualizzata.
4. Durante il conteggio alla rovescia il timer può essere arrestato quante più volte si desidera.
5. Durante la modalità di conteggio alla rovescia l'allarme emetterà il segnale acustico (se attivo) ogni minuto con una sequenza di allarme più frequente durante l'ultimo minuto.
6. Quando il timer raggiunge zero, se in conteggio alla rovescia ed in avanti, inizia il conteggio in avanti e sul display si visualizza l'icona † della freccia in alto. Il timer avanza il conteggio fino a 59 minuti e 59 secondi e incomincia di nuovo da zero. Questo conteggio in avanti visualizzerà di tempo di gara scaduto e sarà particolarmente utile in gare di handicap.
7. Se in conteggio alla rovescia ripeti, l'icona rimane permanentemente attiva ed il timer ritorna all'orario programmato selezionato e continua il conteggio alla rovescia nuovamente.

LA FUNZIONE DI SINCRONIZZAZIONE

Si noterà che il pulsante inferiore a destra è stampigliato "SYNC". Questo è il pulsante di sincronizzazione. Questo ha una funzione solamente durante il conteggio alla rovescia quando il timer è in funzione.
Una volta iniziata la sequenza di temporizzazione, si potrebbe avere la sensazione di essere stati in ritardo nell'avviare l'orologio e di conseguenza l'orologio è in ritardo di alcuni secondi. Si potrebbe anche aver mancato completamente il segnale di preparazione. Non c'è da preoccuparsi.. Invece basta avviare l'orologio.
Quando lo starter dà il successivo segnale, basta premere "SYNC" ed il display scende al successivo completo minuto nel conteggio alla

CHOISIR LA DUREE PRE-PROGRAMMEE



1- Les 4 durées pré-programmées ont des indicateurs correspondant en haut de l'affichage pour montrer quel programme est sélectionné.
2- Pour changer le programme sélectionné, soyez sûr que la montre est en fonction Timer, avec le Timer arrêté et l'affichage à zéro. (en pressant « CLEAR »).
3- Appuyer et maintenir les boutons « SYNC » et « PROG » en même temps. Chaque fois que la touche « PROG » est enfoncée, l'affichage changera au prochain programme disponible.
4- Ces séquences programmées sont disponibles en 5,4,1,0. Suivies par 5 mins, par 3 mins, et par 1 min. Le prochain programme disponible sera encore 5,4,1,0.

ARRETER L'ALARME

Si vous préférez utiliser la montre seulement comme affichage visuel, il est possible de neutraliser l'alarme. Pour cela, appuyer sur « MODE » et le maintenir enfoncé pendant environ 2 secondes. Un petit signal indique que la manipulation a marché, et

kurzer Ton bestätigt das erfolgreiche Abschalten und die Glocke im Display verschwindet. Um den Alarm wieder einzuschalten, drücken Sie „Mode" erneut für ca. 2 s . (Quittungston und Glocke im Display)

Nutzen der Coundown-Funktion

1. Sobald Sie das richtige Programm gewählt und entschieden haben, ob Sie den Alarm nutzen wollen, entscheiden Sie, ob Sie nur einen Abschnitt (durch einmaliges Drücken der „Prog"-Taste) oder ein Vielfaches (durch mehrmaliges Drücken der „Prog"-Taste) anwählen möchten.
2. Um zwischen dem Aufwärts- und Abzählen und dem wiederholten Abwärtszählen zu wählen, halten Sie den „SYNC"-Knopf gedrückt, während Sie mit der „CLEAR"-Taste die Funktion anwählen. Auf dem Display erscheinen die entsprechenden Symbole. ↓ † † oder ↻
3. Sobald die richtige Anzahl an Minuten angezeigt wird, drücken Sie „Start" und der Timer zählt in Minuten und Sekunden runter auf Null. Im Display erscheint das jeweilige Symbol für Countdown Wiederholung ↻ oder Count down und up nur ↓
4. Während des Countdowns kann der Timer beliebig oft gestoppt und gestartet werden.
5. Während des Countdowns ertönt (wenn eingeschaltet) jede volle Minute der Alarm, innerhalb der letzten mehrfach.
6. Nach Erreichen der 0 zählt der Timer - sofern Sie im entsprechenden

Anwahl der vorprogrammierten Zeitabschnitte

1. Die 4 vorprogrammierten Abschnitte besitzen eine eigene Anzeige im Display, die die Programmwahl anzeigt.
2. Um das ausgewählte Programm zu ändern, müssen Sie darauf achten, daß der Timer auf 0:00 steht (durch „Clear").
3. Drücken Sie, bei gleichzeitig gedrückter „Sync"-Taste, die „Prog"-Taste zum gewünschten Programm.
4. Die Abschnitte in den Programmen sind 5,4,1,0, gefolgt von 5 Minuten, gefolgt von 3 Minuten, gefolgt von 1 Minute. Nach 1 Minute ist das nächste Programm 5,4,1,0 und so weiter.

Beachten Sie, daß die benötigte Einstellung wahrscheinlich konstant bleibt, wenn Sie jedesmal im gleichen Club Regatten segeln und Sie nur ggf. bei anderen Clubs andere Startsequenzen benötigen.

Ausschalten des Alarms

Falls Sie bevorzugen, die Uhr nur optisch zu nutzen, ist es möglich, den Alarmton abzuschalten. Drücken Sie die „Mode"-Taste für ca. 2 s. Ein

l'image de la cloche en haut à droite de l'écran disparaît pour montrer que l'alarme est arrêtée.
Pour la réactiver, appuyer et maintenir le bouton « MODE » pendant 2 secondes jusqu'à ce que vous entendez le bip et que l'image de la cloche revienne à l'écran.

UTILISATION DE LA FONCTION COUNTDOWN COMPTE A REBOURS

1- Une fois que vous avez choisi le programme demandé, décidé soit d'avoir l'alarme allumée ou pas, et choisi soit que vous voulez juste une durée de ce programme (en appuyant sur « PROG » juste une fois) soit plusieurs (en pressant sur « PROG » plusieurs fois). Les multiples de séquences (autre qu'une minute) ne peuvent être utilisés qu'en mode compte à rebours.
2- Pour changer de mode compte à rebours à compte à rebours programmé, maintenir enfoncé le bouton « CLEAR ». Vous verrez alors apparaître l'icône ↓ † † pour le compte à rebours et l'icône ↻ pour le compte à rebours programmé.
3- Une fois que le nombre correct de minutes apparaît, appuyer sur « START » et le Timer se met en compte à rebours en minutes et secondes vers zéro. L'affichage montre aussi l'icône pour le mode de compteur sélectionné ↻ ou ↓
4- Pendant le compte à rebours, le minuteur peut être stoppé et redémarré comme vous le souhaitez.

è possibile silenziare l'allarme. Questo va fatto premendo "MODE" e tenendolo premuto per circa 2 secondi. UN breve cicalino indica che ciò ha avuto esito positivo, e l'icona del campanello in alto a destra del display scompare per indicare che l'allarme è spento.

Per riattivare l'allarme premere e tenere premuto "MODE" per 2 secondi fino a quando si sente il cicalino e l'icona del campanello appare per indicare che l'allarme è attivo.

UTILIZZO DELLA FUNZIONE DEL CONTEGGIO ALLA ROVESCIA

1. Una volta selezionato il programma richiesto, e deciso se attivare l'allarme oppure no, selezionare se si vuole solo un periodo di quel programma (premendo "PROG" solo una volta per il conteggio alla rovescia ripeti) oppure multipli di quel periodo se richiesti (premendo "PROG" diverse volte per il conteggio alla rovescia ed in avanti oppure il programma di 1 minuto di conteggio alla rovescia e ripeti.
2. Per cambiare da conteggio alla rovescia ed in avanti a conteggio alla rovescia ripeti, premere e tenere premuto il pulsante "SYNC". Mentre si tiene premuto questo, premere il pulsante "CLEAR". Si visualizzerà l'icona ↓ † † per conteggio alla rovescia ed in avanti oppure ↻ per conteggio alla rovescia ripeti.
3. Una volta che sul display si visualizza il corretto numero di minuti premere "START" ed il timer conteggia alla rovescia in minuti e secondi verso zero. Questo display visualizza anche l'icona per conteggio alla rovescia ripeti ↻ oppure per conteggio alla rovescia ed in avanti solo l'icona ↓ della freccia in basso

CHOOSING THE PRE-PROGRAMMED PERIOD.

1. The 4 pre-programmed periods each have corresponding indicators at the top of the display to show which programme is selected.

2. To change the programme selected make sure the watch is in timer function with the timer stopped and the display at zero (by pressing "CLEAR")
3. Press and hold the "SYNC" button in, and then whilst holding it in press "PROG". Each time "PROG" is pressed the display will change to the next available programme.
4. The sequence the programmes are available in is 5,4,1,0. Followed by 5 mins, followed by 3 mins, followed by 1 min. After 1 min the next programme will be 5,4,1,0. again and so on.
Note: The programme required will probably stay constant every time you race at the same club, and will probably only need changing if you race somewhere else that uses a different starting sequence.

SILENCING THE ALARM

If you prefer to use the watch purely as a visual reference only it is possible to silence the alarm. This is done by pressing "MODE" and holding it down for approximately 2 seconds. A short bip indicates that this has been successful, and the icon of the bell in the top right of the display disappears to show the alarm is off.

To re-activate the alarm press and hold "MODE" for 2 seconds until you hear the bip and the icon of the bell comes on to show that the alarm is on.

USING THE COUNTDOWN FUNCTION

1. Once you have chosen the programme required, and decided whether to have the alarm on or not, chose whether you want just one period of that programme (by pressing "PROG" just once for countdown repeat) or multiples of that period if required (by pressing "PROG" several times for countdown and up or the 1 minute programme of countdown repeat)
2. To change between countdown & up and countdown repeat, press and hold in the "SYNC" button. Whilst holding this in, press the "CLEAR" button. You will see the icon ↓ † † for countdown & up or ↻ for countdown repeat.

SELEZIONE DEL PERIODO PROGRAMMATO.

1. Ognuno dei 4 periodi programmati hanno un indicatore corrispondente nella parte superiore del display per indicare quale programma è stato selezionato.
2. Per cambiare il programma selezionato assicurarsi che l'orologio sia nella funzione timer con quest'ultimo arrestato ed il display sia a zero (premendo "CLEAR")
3. Premere e tenere premuto il pulsante "SYNC", e poi continuando a tenerlo premuto premere "PROG". Ogni qualvolta si preme "PROG" il display cambia al successivo programma disponibile.
4. I programmi di sequenza sono disponibili in 5, 4, 1, 0. Seguito da 5 minuti, seguito da 3 minuti, seguito da 1 minuto. Dopo la sequenza di 1 minuto la sequenza successiva sarà di nuovo 5 , 4, 1, 0 e così via.
Nota: Il programma richiesto rimarrà probabilmente costante ogni qualvolta si gareggia allo stesso club, e probabilmente necessiterà soltanto modifica se si gareggia altrove dove si usa una sequenza di partenza diversa.

SILENZIAMENTO DELL'ALLARME

Se si preferisce usare l'orologio semplicemente come riferimento visuale

5- Durant le mode count down, l'alarme sonnera (si elle est allumée) chaque minute avec une fréquence plus rapide la dernière minute.
6- Mode compte à rebours: Quand le minuteur atteint zéro, il commence alors à compter et l'affichage montre † . Le minuteur comptera jusqu'à 59mins et 59 secs et repartira à 0:00 encore. Ce compteur indiquera le temps écoulé et sera particulièrement utile pour une course avec handicaps.
7- Compte à rebours programmé : Quand le timer arrive a zéro, on revient à la séquence choisie et le compte à rebours reprend.

SYNCHRONISATION

Vous noterez que le bouton en bas à droite se nomme « SYNC ». Ceci est la touche de synchronisation. Cela a seulement une fonction pendant le compte à rebours et quand le minuteur est en marche. Une fois que le minuteur a commencé, vous pouvez sentir que vous êtiez en retard en démarrant votre montre et que par conséquent, votre montre a quelques secondes en retard. Vous pouvez avoir manquer le signal. Ne vous inquiétez pas. Démarrer la montre. Quand le prochain signal est donné par le starter, appuyer juste sur « SYNC » et l'affichage tombera à la prochaine minute du compte à rebours. (exemple : si la montre affiche 5 :08, presser « SYNC » donnera 5 :00 et le compte à rebours continuera. De même si la montre affiche 3 :35 ou même 3 :59 et vous pressez « SYNC » l'heure sautera à 3 :00.).

verschiedene Countdown-Varianten, Abwärts- und wieder Aufwärtszählen oder Wiederholung des Abwärtszählens. Es ist möglich, im Abwärts- und Aufwärtszählen ein Vielfaches dieser Abschnitte zu wählen (z.B. 2 x 5 min. - 10 Minuten) zzgl. der 1 Minute des Wiedereinstellens. Bei der Einstellung des wiederholten Abwärtszählens ist dies nicht möglich. Innerhalb jedes vorprogrammierten Intervalls ertönt jede volle Minute ein Alarm und innerhalb der letzten Minute bei 50, 40, 30 und 20 Sekunden, sowie bei jeder der letzten 15 s.

Wählen zwischen dem Abwärts- und Aufwärtszählen und dem wiederholten Abwärtszählen

1. Drücken Sie „MODE" um aus der Zeiteinstellung in die Timerfunktion zu gelangen
2. Achten Sie darauf, daß der Timer steht (durch den „START/STOP"-Knopf)
3. Achten Sie darauf, daß das Display 0 anzeigt (durch Drücken des „CLEAR"-Knopfes)
4. Drücken Sie den „SYNC"-Knopf und halten Sie ihn gedrückt
5. Während die den SYNC-Knopf gedrückt halten, drücken Sie „CLEAR". Hierdurch wählen Sie zwischen zwischen den beiden Countdown-Varianten mit den entsprechenden Symbolen im Display. ↓ † † oder ↻
6. Durch Loslassen des „SYNC"-Knopfes wird die Einstellung bestätigt.

Verlassen des Uhr-Modus

1. Drücken Sie kurz „Mode". Sie gelangen vom „Uhr"- in den „Timer"-Modus.
2. Drücken Sie „Mode" erneut, um wieder in den Uhr-Modus zu gelangen.
3. Es ist jederzeit möglich, von der Uhr zum Timer und zurück zu gelangen, egal ob der Timer läuft oder nicht.
4. Im „Timer"-Modus haben Sie 3 Möglichkeiten: Count up, Countdown und Count up oder Countdown Wiederholung.

Count up-Funktion

1. Sobald Sie im „Timer"-Modus sind, drücken Sie „Clear". Dies ist nur möglich, wenn der Timer nicht läuft. (Sollte der Timer laufen, drücken Sie erst „Stop" und dann „Clear"). Auf dem Display erscheint nun 0:00.
2. Drücken Sie „START" und der Timer zählt von 0 aufwärts in Minuten und Sekunden bis max. 59 Min.