

TIMEX

IRONMAN

50-LAP

USER GUIDE	1
GUÍA DEL USUARIO	3
MODE D'EMPLOI	5
GUIA DO USUÁRIO	8
GUIDA DELL'UTENTE	10
BENUTZERHANDBUCH	13
GEBRUIKERSHANDLEIDING	15
用戶指南	17
ユーザガイド	19
ИНСТРУКЦИИ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ	21

01Q-095000 1.15.19

Register your product at <https://www.timex.com/product-registration.html>

Registra tu producto en www.timex.es/es_ES/product-registration.html
timex.com.mx/pages/registro-de-productos

Enregistrez votre produit sur fr.timex.ca/product-registration.html
www.timex.fr/fr_FR/product-registration.html

Registre o seu produto no site www.timex.eu/en_GB/product-registration.html

Registrare il prodotto all'indirizzo www.timex.it/it_IT/product-registration.html

Registrieren Sie Ihr Produkt bei www.timex.de/de_DE/product-registration.html

Registreer uw product bij www.timex.eu/en_GB/product-registration.html

请在 www.timex.eu/en_GB/product-registration.html 上注册您的产品

製品登録サイト <https://www.timexwatch.jp/>

Зарегистрируйте свое изделие на сайте www.timex.eu/en_GB/product-registration.html

Пожалуйста, внимательно прочитайте инструкцию по эксплуатации, чтобы понять, как правильно пользоваться часами Timex®. **Те или иные функции, описанные в настоящем буклете, в вашей модели могут отсутствовать.**

ФУНКЦИИ

Время/дата (отображение времени в 12- и 24-часовом формате • отображение даты в формате месяц-день (MMDD) или день-месяц (DDMM) • 2 часовых пояса • почасовой звуковой сигнал)

Таймеры обратного отсчета (обратный отсчет до 24 часов • остановка или повтор по окончании отсчета • два интервала)

Три будильника (ежедневный/ в будние дни/ в выходные дни/ еженедельный • повтор сигнала через 5 минут)

Хронограф (запоминание временных отрезков • вызов тренировки из памяти по дате • индикация среднего/лучшего показателя времени • оперативный вызов временного отрезка из памяти • счетчик истекшего времени)

Ночная подсветка INDIGLO® с функцией ночного режима NIGHT-MODE®.

ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

A. SET/RECALL или **DONE** (Сохранить изменения и выйти из режима установки)

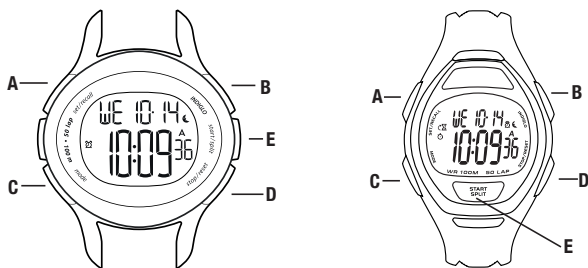
B. Кнопка INDIGLO®

C. MODE или **NEXT** (Перейти к следующему параметру/действию)

D. STOP/RESET или **-** (Уменьшить значение. Удерживайте для ускоренного уменьшения)

E. START/SPLIT или **+** (Увеличить значение. Удерживайте для ускоренного увеличения)

ПРИМЕЧАНИЕ: При настройке, каждая кнопка имеет особую функцию, отображаемую на дисплее часов.



ПРИМЕЧАНИЕ: Кнопка **START/SPLIT** на ваших часах может быть расположена спереди или сбоку.

ВРЕМЯ/ДАТА/ПОЧАСОВОЙ ЗВУКОВОЙ СИГНАЛ

- В режиме ВРЕМЯ нажмите и удерживайте кнопку **SET/RECALL**. Замигает индикатор часового пояса.
- Нажимайте на **+** или **-** для выбора часового пояса 1 или 2.
- Нажмите на кнопку **NEXT** для настройки часов. Замигают цифры.
- Нажимайте на **+** или **-** для изменения часов. Для смены времени дня (AM/PM) пройдите 12- часовой цикл.
- Нажмите на кнопку **NEXT** и **+** / **-** для установки минут.
- Нажмите на кнопку **NEXT** и **+** / **-** для обнуления секунд.
- Проделайте аналогичные действия для настройки дня недели, месяца, числа месяца, 12- (AM/PM) или 24-часового формата отображения времени, отображения даты в формате «месяц, день» (MM,DD) или «день-месяц» (DD-MM), включения/ отключения почасового звукового сигнала, включения/ отключения тонального сигнала кнопкой. Если включен тональный сигнал кнопкой, при каждом нажатии кнопки (за исключением кнопки INDIGLO®) послышится звуковой сигнал.
- Нажмите на кнопку **NEXT** для установки времени во втором часовом поясе, следуя вышеуказанным действиям.
- Для выхода из режима нажмите на кнопку **DONE**.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

- Нажмите и удерживайте кнопку **START/SPLIT** для того, чтобы «заглянуть» во второй часовой пояс.
- Нажмите и удерживайте кнопку **START/SPLIT** в течение 4-х секунд для переключения на другой часовой пояс.
- В других моделях, нажмите и удерживайте кнопку **MODE** для просмотра времени, отпустите кнопку для возвращения в текущий режим.

ХРОНОГРАФ

Часы отсчитывают до 99 временных отрезков (макс. 100 часов) и запоминают временные отрезки.

ВРЕМЯ ОТРЕЗКА 1	ВРЕМЯ ОТРЕЗКА 2	ВРЕМЯ ОТРЕЗКА 3	ВРЕМЯ ОТРЕЗКА 4
7:11 МИН	7:50 МИН	7:08 МИН	7:30 МИН
7:11 МИН			
ПРОМЕЖУТОЧНОЕ 1			
	15:01 МИН		
	ПРОМЕЖУТОЧНОЕ 2		
		22:09 МИН	
		ПРОМЕЖУТОЧНОЕ 3	
			29:40 МИН

ЗАПУСК ХРОНОГРАФА:

- Нажимайте на кнопку **MODE** до тех пор, пока не появится CHRONO.
- Нажмите на кнопку **START/SPLIT** для запуска хронографа. Хронограф продолжает работу даже после выхода из режима.
- Нажмите на кнопку **START/SPLIT** для замера промежуточного времени. Номер временного отрезка чередуется с последними 2-мя цифрами на дисплее.
- Дисплей замрет на 10 секунд. Нажмите на кнопку **MODE** для разблокирования дисплея и просмотра работающего хронографа.
- Нажмите на кнопку **STOP/RESET** для остановки или приостановки хронографа. Нажмите на кнопку **START/SPLIT** для возобновления работы.
- По окончании тренировки выберите из двух вариантов: нажать и удерживать кнопку **SET/RECALL** для сохранения данных или нажать и удерживать кнопку **STOP/RESET** для сброса данных (оба варианта приведут к сбросу хронографа в положение 00:00:00).

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

- При работающем хронографе, в режиме отображения времени на дисплее появится значок ϕ .
- При сохранении данных о тренировке, на дисплее отобразится объем свободной памяти (кол-во временных отрезков, которые можно сохранить). Объем в памяти каждого сохраненных данных о тренировке равен кол-ву замеров временных отрезков плюс дополнительный отрезок с записью суммарного времени тренировки или отображается сообщение MEMORY FULL (ПАМЯТЬ ЗАПОЛНЕНА).
- В случае недостаточного для сохранения всех данных о тренировке объема памяти, суммарное время, дата и предыдущие замеры будут сохранены с учетом оставшегося объема памяти.

ВЫЗОВ ДАННЫХ О ТРЕНИРОВКЕ ИЗ ПАМЯТИ:

- Нажмите на кнопку **SET/RECALL** для входа в режим вызова из памяти. Замигает дата последней тренировки.
- Нажимайте на **+** / **-** для выбора той или иной тренировки. Данные о тренировках сохраняются по датам. На один и тот же день может быть записано несколько тренировок.
- Нажмите на кнопку **NEXT** для просмотра данных о тренировке.
- Нажимайте на **+** / **-** для просмотра временных отрезков/ промежуточного времени последующих замеров, лучшего показателя (BEST), среднего показателя (AVG).
- Для просмотра данных о других тренировках, нажимайте на кнопку **NEXT** до тех пор, пока не замигает дата, затем следуйте пунктам 2-4.
- Для выхода из режима нажмите на кнопку **DONE**.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

Для просмотра временных отрезков/ промежуточного времени текущей тренировки, при работающем хронографе, нажмите на кнопку **SET/RECALL** и на **+** / **-** для прокрутки временных отрезков/ промежуточного времени, лучших показателей (BEST), средних показателей (AVG). Текущий временной отрезок отображаться не будет. При работающем хронографе данные о других тренировках не могут быть просмотрены.

УДАЛЕНИЕ ДАННЫХ О ТРЕНИРОВКАХ:

- После остановки хронографа нажмите и удерживайте кнопку **STOP/RESET**. Появится сообщение HOLD TO CLEAR LAST WRKOUT (УДЕРЖИВАТЬ ДЛЯ УДАЛЕНИЯ ПОСЛЕДНЕЙ ТРЕНИРОВКИ).
- Часы издадут звуковой сигнал. Последняя сохраненная в памяти тренировка будет удалена.
- Для удаления всех тренировок продолжайте удерживать кнопку **STOP/RESET**. Появится сообщение HOLD TO CLEAR CHRONO MEM (УДЕРЖИВАТЬ ДЛЯ ОЧИСТКИ ПАМЯТИ ХРОНОГРАФА). Послышится повторный звуковой сигнал в подтверждение того, что все сохраненные в памяти тренировки были удалены. На дисплее отобразится MEMORY 50.

ИНДИВИДУАЛИЗИРОВАННАЯ НАСТРОЙКА ФОРМАТА ДИСПЛЕЯ:

Эта операция определяет, что будет отображаться на первой и второй строчках дисплея.

1. Нажмите и удерживайте кнопку **SET/RECALL**.
2. Если данных о тренировках сохранено в памяти не было, на дисплее отобразится **FORMAT/SET** (ФОРМАТ/УСТАНОВКА).
3. Если данные о тренировках были сохранены, отобразится последняя тренировка.
4. Нажимайте на кнопку **NEXT** до тех пор, пока не появится формат дисплея.
5. Нажимайте на **+ / -** для выбора между **LAP/SPL** (промежуточным временем большими цифрами), **SPL/LAP** (временным отрезком большими цифрами) или **TOTAL RUN** (суммарным показателем).
6. Нажмите на кнопку **SET/RECALL** для выхода из режима.

ПРИМЕЧАНИЕ: Формат **TOTAL RUN** позволяет просмотреть суммарное истекшее время и общую продолжительность тренировки (общая продолжительность тренировки= суммарное истекшее время - перерывы во время тренировки).

Выберите формат дисплея **TOTAL RUN**, следуя описанному выше.

1. Нажмите на кнопку **START/SPLIT** для запуска хронографа.
2. Нажимайте на кнопку **STOP/RESET** каждый раз при перерыве/остановке тренировки. На главном дисплее отобразится истекшее время за вычетом перерывов во времени (общая продолжительность тренировки). Второстепенный дисплей будет продолжать работать, отображая суммарное истекшее время с момента запуска хронографа.
3. Нажмите на кнопку **STOP/RESET** для прекращения отсчета времени. Можно удалить или занести данные о тренировке в память.


ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

- После завершения тренировки в данном формате, отсчет суммарного истекшего времени будет продолжаться до тех пор, пока данные не будут сохранены или удалены.
- При вызове из памяти режима **TOTAL RUN**, будет отображаться только общая продолжительность тренировки.
- Счетчик истекшего времени будет продолжать работать до тех пор, пока хронограф не будет сброшен. Если вы сделаете замер промежуточного времени, формат дисплея сменится на **SPL/LAP**. Истекшее время в памяти не сохраняется.

ТАЙМЕР

1. Нажимайте на кнопку **MODE** до тех пор, пока не появится **TIMER**.
2. Нажмите на кнопку **SET/RECALL**. Замигают часы.
3. Нажимайте на **+ / -** для изменения часов.
4. Нажмите на кнопку **NEXT** и **+ / -** для установки минут.
5. Нажмите на кнопку **NEXT** и **+ / -** для установки секунд.
6. Нажмите на кнопку **NEXT** и **+ / -** для выбора между режимами **STOP AT END** (остановка по окончании обратного отсчета) или **REPEAT AT END** (повтор по окончании обратного отсчета).
7. Нажмите на кнопку **DONE** для подтверждения и выхода из режима.
8. Нажмите на кнопку **START/SPLIT** для запуска таймера. Таймер продолжит работать даже при выходе из режима.
9. По достижении таймером нулевой позиции или перед началом нового обратного отсчета зазвучит мелодия будильника.
10. Нажмите на кнопку **STOP/RESET** для остановки таймера. Нажмите еще раз для сброса.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

- При работающем таймере в режиме отображения времени появится значок .
- При повторном запуске таймера номер повтора появится в верхнем правом углу экрана, как в режиме таймера обратного отсчета, так и в режиме интервального отсчета.
- Максимальное количество повторов составляет 99.

ИНТЕРВАЛЫ

Есть возможность установить два таймера, которые будут вести обратный отсчет последовательно.

1. Нажимайте на кнопку **MODE** до тех пор, пока не появится **INTTMR**.
2. Нажмите на кнопку **SET/RECALL**. Замигает **INT 1**.
3. Нажмите на кнопку **NEXT**, затем следуйте пунктам 3-6 в разделе Таймер.
4. По возвращении к **INT 1**, нажмите на **+ / -** для перехода к **INT 2** (Интервал 2).

5. Нажмите на кнопку **NEXT**, затем следуйте пунктам 3-6 в разделе Таймер.
6. Нажмите на кнопку **DONE** для подтверждения и выхода из режима.
7. Нажмите на кнопку **START/SPLIT** для запуска таймера. Прочие операции аналогичны операциям в режиме **TIMER**.


ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:


- По завершении первого обратного отсчета, таймер переходит к следующему установленному ненулевому интервалу. При переходе от одного интервала к другому мигает ночная подсветка **INDIGLO®** и звучит сигнал.
- При установке обоих таймеров в режиме интервального таймера на повтор, таймер произведет обратный отсчет обоих интервалов, а затем повторит всю последовательность.

БУДИЛЬНИК

1. Нажимайте на кнопку **MODE** до тех пор, пока не появится **ALM 1**.
2. Нажмите на кнопку **SET/RECALL** для установки будильника.
3. Замигают часы. Нажимайте на **+ / -** для изменения часов.
4. Нажимайте на кнопку **NEXT** и **+ / -** для установки минут, **AM** (до пол.) или **PM** (после пол.) (если главное отображение времени установлено в 12-часовом формате), **DAILY** (ежедневно), **WKDAYS** (по будним дням), **WKENDS** (по выходным дням) или дня недели (еженедельный будильник).
5. Нажмите на кнопку **DONE** для подтверждения и выхода из режима.
6. Нажмите на кнопку **START/SPLIT** или **STOP/RESET** для включения или отключения будильника.
7. Для установки дополнительных будильников нажмите на кнопку **MODE** для отображения **ALM 2** или **ALM 3** и установите в соответствии с вышеописанным.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:


- При включенном будильнике, в режиме отображения времени появляется значок .
- При срабатывании будильника мигают ночная подсветка **INDIGLO®** и значок будильника, а также раздается звуковой сигнал. Звуковой сигнал отключается нажатием любой кнопки.
- В противном случае, звуковой сигнал прекратится через 20 секунд и через 5 минут сработает снова.

ПРИМЕЧАНИЕ: Значок будильника  отображается на дисплее только тогда, когда время, через которое должен сработать будильник, составляет менее 12 часов.

НОЧНАЯ ПОДСВЕТКА INDIGLO®/ФУНКЦИЯ НОЧНОГО РЕЖИМА NIGHT-MODE®

1. Нажмите на кнопку **INDIGLO®** для включения ночной подсветки. Электролюминесцентная технология освещает весь циферблат часов в ночное время и в условиях слабой освещенности.
2. Удерживайте кнопку в течение 3-х секунд для более длительного освещения.
3. Нажмите и удерживайте кнопку **INDIGLO®** в течение 4-х секунд для активации функции **NIGHT-MODE®** (ночной режим). Появится значок .
4. Находясь в режиме **NIGHT-MODE®**, нажмите на любую кнопку для освещения циферблата часов на 3 секунды.
5. Для отключения режима **NIGHT-MODE®**, нажмите и удерживайте кнопку **INDIGLO®** в течение 4 секунд. Режим отключится автоматически через 8 часов.

ВОДОНЕПРОНИЦАЕМОСТЬ И УДАРОПРОЧНОСТЬ

О водонепроницаемости ваших часов свидетельствует метровая отметка или значок ().

Глубина водонепроницаемости	p.s.i.a. * Давление воды ниже поверхности
30м/98футов	60
50м/164фута	86
100м/328футов	160

*абсолютное давление в фунтах на кв. дюйм

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ВОДОНЕПРОНИЦАЕМОСТИ НЕ НАЖИМАЙТЕ КНОПКИ ПОД ВОДОЙ.

1. Часы сохраняют водонепроницаемость только до тех пор, пока стекло циферблата, кнопки и корпус остаются неповрежденными.
2. Часы не являются водолазными и не предназначены для ныряния.

3. После контакта с морской водой часы следует ополоснуть пресной водой.
4. Ударопрочные модели имеют соответствующую маркировку на циферблате или задней крышке. Такие часы отвечают требованиям МОС по ударопрочности. Тем не менее, следует избегать повреждения стекла циферблата.

БАТАРЕЙКА

Для замены батарейки фирма Timex настоятельно рекомендует обращаться к розничному продавцу или ювелиру. В зависимости от модели часов, при замене батарейки нажмите на кнопку сброса. Тип батарейки указан на задней крышке. Приблизительный срок службы батарейки основан на определенных предположениях относительно пользования и может варьироваться, в зависимости от фактического пользования.

НЕ БРОСАЙТЕ БАТАРЕЙКУ В ОГОНЬ. НЕ ПОДЗАРЯЖАЙТЕ БАТАРЕЙКУ. ХРАНИТЕ РАСПАКОВАННЫЕ БАТАРЕЙКИ ВНЕ ДОСЯГАЕМОСТИ ДЕТЕЙ.

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГАРАНТИЯ TIMEX

www.timex.eu/en_GB/productWarranty.html

©2018 Timex Group USA, Inc. TIMEX, INDIGLO и NIGHT-MODE являются зарегистрированными торговыми марками компании Timex Group B.V. и ее дочерних предприятий.

IRONMAN® и логотип "M-DOT" являются зарегистрированными торговыми марками корпорации World Triathlon.

Официальный продукт компании IRONMAN TRIATHLON.

Используется с разрешения.