

## Инструкция W-191

Пожалуйста, внимательно прочитайте инструкцию, чтобы полностью разобраться, как правильно пользоваться данной моделью часов. Часы могут не иметь всех описанных ниже функций.

### ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ

- **Технология FLIX:** Бесконтактное активирование ночной подсветки INDIGLO
- **Время и Дата:** 12- или 24-часовой формат времени \* Формат даты день-месяц или месяц-день \* 2 часовых пояса \* Тоновый сигнал в начале часа (включить/отключить) \* Сигнал при нажатии кнопок (включить/отключить)
- **Хронограф:** Счётчик засечек \* Сохранение результатов по датам \* Воспроизведение засечек / отрезков \* Воспроизведение результатов, включая засечки / полное время, лучшее и среднее время засечки \* Отслеживание общего истёкшего времени
- **Окончание обратного отсчёта таймера:** Нажмите любую кнопку, чтобы отключить звуковой сигнал
- **Интервальный таймер**
- **Пять будильников:** Ежедневная, еженедельная настройка или настройка по выходным \* Резервный будильник
- **Ночная подсветка INDIGLO:** Освещает дисплей часов \* Мигает при звучании сигнала

### ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ ЧАСОВ

Выбирайте функции, повторно нажимая на кнопку MODE (режим) для переключения режимов Времени, Хронографа (CHRONO), Таймера (TIMER), Интервального таймера (INTTMR) и Будильника (ALARM). В любом режиме можно посмотреть время, нажав кнопку MODE. На дисплее появляются сигналы, обозначающие активную функцию.

Находясь в любом режиме, нажмите кнопку SET/RECALL (настройка/воспроизведение), чтобы начать настройку. Функции кнопок изменяются в процессе настройки часов. Новые функции отображаются на циферблате. Нажмите кнопку SET/RECALL, чтобы выйти и вернуться в активный режим.

При нажатии кнопки ночная подсветка INDIGLO будет освещать циферблат часов, чтобы можно было посмотреть дисплей при слабом освещении. Находясь в режиме INDIGLO циферблат часов будет освещаться в течение 3-4 секунд.

Ночная подсветка INDIGLO мигает и звучит мелодия при любом сигнале, как, например, окончание отсчёта. Нажмите любую кнопку, чтобы отключить звуковой сигнал.

SET/RECALL  
(настройка/воспроизведение)

MODE  
(режим)



Ночная подсветка  
INDIGLO

STOP/RESET  
(остановка/сброс)  
(-)

START/SPLIT  
(запуск/отрезки)  
(+)

## **ВРЕМЯ И ДАТА**

- 1) Чтобы настроить дисплей времени и даты, нажмите и удерживайте кнопку SET/RECALL. Нажмите + или -, чтобы выбрать часовой пояс 1 или 2.
- 2) Нажмите кнопку NEXT (следующий), чтобы выбрать HOURS (часы), затем нажимайте + или -, чтобы изменять цифры. Ещё раз нажмите кнопку NEXT, чтобы выбрать MINUTES (минуты), затем нажмите + или -, чтобы изменять цифры. Продолжайте этот процесс, чтобы выбирать и изменять секунды, день недели, месяц, дату, формат времени (12- или 24-часовой), формат даты (день-месяц или месяц-день), тоновый сигнал в начале часа (включить/отключить) и сигнал при нажатии кнопок (включить/отключить).
- 3) Для изменения числовых значений нажимайте + и -. Нажатие +/- настроит секунды на ноль. Для того, чтобы выбрать AM (до полудня) или PM (после полудня), настраивайте числовое значение ЧАСОВ, пока не достигнете отметки 12 часов (12-часовой формат дисплея).
- 4) После настройки первого часового пояса продолжайте нажимать кнопку NEXT, пока не появится Time Set 1 (настройка времени 1). Измените настройку часов 1 на 2, нажимая +/- . Повторите вышеописанную процедуру, чтобы настроить время для этого часового пояса.
- 5) Нажмите кнопку DONE (выполнено) в любой момент, чтобы завершить настройку.

Примечание: Находясь в режиме времени суток, для просмотра другого часового пояса нажмите и удерживайте кнопку START/SPLIT. Продолжайте удерживать кнопку для изменения дисплея на второй часовой пояс.

## **ХРОНОГРАФ – ОТСЧЁТ И СОХРАНЕНИЕ ЗАСЕЧЕК/ОТРЕЗКОВ**

Дисплей показывает минуты, секунды и сотые до одного часа, затем часы, минуты секунды.

- 1) Нажимайте кнопку MODE, пока не появится надпись Chrono (хронограф). Нажмите кнопку START/SPLIT, чтобы запустить Хронограф.
- 2) Нажмите кнопку START/SPLIT ещё раз, чтобы показать lap/split (засечки/отрезки). На дисплее в течении 10 секунд будет отображаться засечка и отрезок, а затем дисплей вернётся к работающему хронографу.

Примечание: Нажмите кнопку MODE, чтобы сбросить информацию на дисплее и увидеть работающий хронограф.

- 3) Нажмите кнопку STOP/RESET, чтобы остановить или приостановить отсчёт времени. Нажмите кнопку START/SPLIT, чтобы возобновить отсчёт.
- 4) Нажмите и удерживайте кнопку SET/RECALL, чтобы сохранить результат, включая дату, время засечек и отрезков, а также общее время. Пропустите этот шаг, если вы не хотите сохранять результаты.
- 5) Нажмите и удерживайте кнопку STOP/RESET, чтобы перезапустить Хронограф и начать новый отсчёт.

Примечание: Хронограф продолжит работать, когда вы выйдете из режима. При сохранении результата дисплей отобразит свободный объём памяти или надпись MEMORY FULL (память заполнена). Если памяти недостаточно для сохранения результата целиком, то сохранится только полное время и последние засечки.

### **Воспроизведение результатов:**

- 1) Нажмите кнопку SET/RECALL, чтобы войти в режим воспроизведения. Замигает дата сохранения последнего результата.
- 2) Нажимайте +/-, чтобы выбрать результат, который вы хотите просмотреть. Результаты сохраняются по датам. В один и тот же день может быть сохранено несколько результатов.
- 3) Нажмите кнопку NEXT, чтобы просмотреть детали результатов.
- 4) Нажмите кнопку START/SPLIT, чтобы просмотреть время засечек и отрезков между следующими друг за другом засечками, лучшую засечку и среднюю засечку.
- 5) Для того, чтобы посмотреть другие результаты, нажимайте кнопку NEXT до тех пор, пока не замигает дата, затем повторите шаги 2 – 4.
- 6) Нажмите кнопку DONE (выполнено), чтобы вернуться к хронографу.

Примечание: Чтобы просмотреть время текущих засечек и отрезков при работающем хронографе, нажмите кнопку SET/RECALL и кнопку START/SPLIT, чтобы прокрутить время засечек и отрезков, лучшую засечку, среднюю засечку. При работающем хронографе нельзя посмотреть никакие другие результаты.

#### Удаление результатов:

- 1) Когда хронограф остановится, нажмите и удерживайте кнопку STOP/RESET. Появится надпись HOLD TO CLR WORKOUT («удерживайте кнопку, чтобы удалить результаты»). Когда прозвучит сигнал, последний записанный результаты будет удалён из памяти.
- 2) Для того, чтобы удалить все результаты, продолжайте удерживать кнопку STOP/RESET. Появится надпись HOLD TO CLR ALL («удерживайте кнопку, чтобы удалить все результаты»). Прозвучит сигнал, свидетельствующий о том, что все результаты удалены.

#### Изменение формата дисплея:

Изменение данных, отображаемых в первой и второй строке дисплея.

- 1) Нажмите и держите кнопку SET/RECALL (хронограф работает или находится в изначальной позиции).
- 2) Если не сохранено на одного результата, то дисплей отобразит надпись FORMAT/SET (формат/настройка). Если сохранены какие-либо результаты, то будет отображён последний результат. Нажимайте кнопку NEXT до тех пор, пока не появится надпись FORMAT.
- 3) Нажимайте +/-, чтобы выбрать LAP/SPL (засечки/отрезки), SPL/LAP (отрезки/засечки) или RUN/TOTAL (время работы/общее время).
- 4) Нажмите кнопку DONE (выполнено), чтобы выйти.

#### Отображение времени работы / времени отсчёта на дисплее

Определение общего времени тренировки.

- 1) Выполните вышеуказанные шаги и выберите формат RUN/TOTAL.
- 2) Нажмите кнопку START/SPLIT, чтобы запустить хронограф. Нажмите кнопку STOP/RESET, чтобы поставить его на паузу. Хронограф покажет время, истёкшее до нажатия кнопки. Дисплей будет продолжать работать, показывая общее время, истёкшее после запуска хронографа.
- 3) Нажмите кнопку START/SPLIT, чтобы продолжить отсчёт времени тренировки.
- 4) Повторите процедуру, чтобы записать время работы (общее время тренировки) и истёкшее время.
- 5) Нажмите кнопку STOP/RESET, чтобы остановить отсчёт времени. Нажмите и удерживайте кнопку STOP/RESET, чтобы перенастроить хронограф, или нажмите и держите кнопку SET/RECALL, чтобы сохранить результаты (рабочее время).

Примечание: Счётчик истёкшего времени будет продолжать работать, пока хронограф не будет перенастроен. Истёкшее время не сохраняется в памяти. Сохраняется только общее время упражнений. Если вы выберете lap/split в режиме TOTAL/RUN, то дисплей изменится на LAP/SPLIT.

Засечка 1	Засечка 2	Засечка 3	Засечка 4
7:11 мин. 7:11 мин.	7:50 мин.	7:08 мин.	7:30 мин
Отрезок 1	15:01 мин. Отрезок 2	22:09 мин. Отрезок 3	29:39 мин. Отрезок 4

## **ТАЙМЕР – отслеживание засечек и отрезков**

Таймер выполняет обратный отсчёт установленного вами отрезка времени.

- 1) Для работы с таймером нажимайте кнопку MODE до тех пор, пока на дисплее не появится надпись TIMER (таймер).
- 2) Для настройки таймера нажмите кнопку SET/RECALL. Замигают цифры для настройки ЧАСОВ. Нажимайте + или -, чтобы изменять цифры.
- 3) Нажимайте кнопку NEXT, чтобы выбрать МИНУТЫ, СЕКУНДЫ, Action at End (действие по окончании отсчёта) (STOP (остановка), REPEAT (повтор) или start CHRONO (запуск хронографа)). Нажимайте + и - для изменения числовых значений.
- 4) Нажмите кнопку DONE (выполнено), чтобы выйти.
- 5) Нажмите кнопку START/SPLIT, чтобы запустить таймер, нажмите кнопку STOP/RESET, чтобы остановить его. Нажмите кнопку START/SPLIT, чтобы продолжить отсчёт.
- 6) Нажмите и удерживайте кнопку STOP/RESET, чтобы перенастроить таймер. Нажмите и удерживайте кнопку STOP/RESET для обнуления и затем настройте новое время обратного отсчёта.

Примечание: Таймер продолжает работать после выхода из режима таймера. Когда таймер дойдёт до нуля, прозвучит сигнал и замигает подсветка INDIGLO. В режиме Repeat at End (повторный запуск таймера после окончания отсчёта) на дисплее появится количество повторений. Максимальное количество повторений – 199. В режиме Chrono at End (запуск хронографа после окончания отсчёта таймера) дисплей часов переключается на режим хронографа после окончания отсчёта и хронограф запускается. Для использования этой функции хронограф должен быть установлен на нулевое положение.

## **ИНТЕРВАЛЬНЫЙ ТАЙМЕР (INTTMR)**

В часах есть несколько последовательных таймеров. После окончания каждого отсчёта звучит сигнал и таймер переходит к следующему настроенному интервалу, который не равен нулю.

- 1) Нажимайте кнопку MODE, пока не появится надпись INTTMR.
- 2) Нажмите кнопку SET/RECALL. Замигает надпись INT 1 (интервал 1).
- 3) Нажмите кнопку NEXT, затем повторите шаги 2-3 из раздела «ТАЙМЕР».
- 4) Вернитесь к INT 1, затем нажимайте +/- для настройки Interval Timer 2 (интервального таймера 2). Повторите эти шаги для остальных интервалов.
- 5) Нажмите кнопку DONE (выполнено), чтобы вернуться к Интервальному таймеру.

Примечание: После того, как первый обратный отсчёт будет завершён, таймер перейдёт к следующему настроенному интервалу, который не равен нулю. Между интервалами будет мигать подсветка INDIGLO и звучать сигнал.

Примечание: Настройка Action at End (действие по окончании отсчёта), например, REPEAT (повтор), применяется ко всем последовательным интервалам.

## **БУДИЛЬНИК– вы никогда не пропустите встречу или мероприятие**

Настраивайте несколько будильников. Если настроен какой-либо из будильников, то на дисплее времени появляется значок будильника.

- 1) Нажимайте кнопку MODE до тех пор, пока не появится надпись ALARM (будильник), а затем ALM 1 (будильник 1). Нажмите кнопку STOP/RESET, чтобы выбрать будильник, который вы хотите настроить.
- 2) Нажмите кнопку SET/RECALL, чтобы настроить будильник. Замигают цифры ЧАСОВ. Нажимайте +/- для изменения цифр.
- 3) Нажимайте кнопку NEXT и +/- для настройки МИНУТ, AM (до полудня) или PM (после полудня) (если начальный дисплей времени настроен на 12-часовой формат), DAILY (ежедневно), WKDAYS (по рабочим дням), WKENDS (по выходным дням), или day of the week (по дням недели) (еженедельный будильник).

- 4) Нажмите кнопку DONE (выполнено), чтобы выйти.
- 5) Нажимайте +/-, чтобы настроить разные будильники. Для настройки выполните вышеуказанную процедуру.
- 6) Находясь в режиме будильника, нажмите кнопку START/SPLIT, чтобы включить (ON) или выключить (OFF) будильник.

Примечание: Будильники работают в соответствии с часовым поясом, настроенным на дисплее часов. Сигнал резервного будильника прозвучит через 5 минут, если не будет нажата ни одна кнопка. Отключение какого-либо будильника или резервного будильника не повлияет на другие будильники.

#### **НОЧНАЯ ПОДСВЕТКА INDIGLO с функциями FLIX и NIGHT-MODE – вы всегда будете видеть в темноте**

- **Ночная подсветка INDIGLO:** Нажмите кнопку ночной подсветки INDIGLO, чтобы включить подсветку. Запатентованная электролюминесцентная подсветка (номера патентов в США: 4,527,096 и 4,775,964), используемая в INDIGLO, освещает циферблат часов ночью и при слабом освещении.
- **НОЧНОЙ РЕЖИМ:** Нажмите и удерживайте кнопку ночной подсветки INDIGLO в течение 3 секунд (прозвучит сигнал), чтобы включить или отключить функцию ночного режима. Когда функция ночного режима активирована, нажмите любую кнопку, чтобы включить INDIGLO.
- **Технология FLIX:** Новая функция FLIX включает подсветку INDIGLO простым взмахом запястья. Не нужно нажимать кнопки, не нужно тратить заряд батареи. Для того, чтобы функция FLIX работала, часы должны быть в НОЧНОМ РЕЖИМЕ.

Примечание: Ночная подсветка INDIGLO включается на три секунды. Режим ночной подсветки автоматически отключится через восемь часов.

TIMEX, FLIX и NIGHT-MODE (ночной режим) являются зарегистрированными торговыми марками компании TIMEX CORPORATION в США и других странах. INDIGLO является зарегистрированной торговой маркой компании INDIGLO CORPORATION в США и других странах.

#### **БАТАРЕЯ**

**Timex настоятельно рекомендует заменять батарею только у продавца или в специализированном сервисном центре.** Перед заменой, если возможно, нажмите кнопку «сброс». Тип батареи указан на задней крышке. Срок службы батареи рассчитывается на основании предположений об интенсивности использования часов. Реальный срок службы батареи может изменяться в зависимости от реального использования тех или иных функций часов.

**НЕ БРОСАЙТЕ ИСПОЛЬЗОВАННУЮ БАТАРЕЮ В ОГОНЬ, НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ЕЕ ПЕРЕЗАРЯДИТЬ. ДЕРЖИТЕ БАТАРЕИ ПОДАЛЬШЕ ОТ ДЕТЕЙ.**