

TIMEX

T200

USER GUIDE	1
GUÍA DEL USUARIO	3
MODE D'EMPLOI	5

06Y096000 12.14.20

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

Registra tu producto en www.timex.es/es_ES/product-registration.html

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

www.timex.fr/fr_FR/product-registration.html

TIMEX

⚠ WARNING

- **INGESTION HAZARD:** This product contains a button cell or coin battery.
- **DEATH** or serious injury can occur if ingested.
- A swallowed button cell or coin battery can cause **Internal Chemical Burns** in as little as 2 hours.
- **KEEP** new and used batteries **OUT OF REACH OF CHILDREN**.
- **Seek immediate medical attention** if a battery is suspected to be swallowed or inserted inside any part of the body.



⚠ AVERTISSEMENT

- **RISQUE D'INGESTION :** ce produit contient une pile bouton.
- Avaler une pile bouton peut entraîner d'importantes blessures, et même la **MORT**.
- L'ingestion d'une pile bouton peut causer des **brûlures chimiques internes** en seulement **2 heures**.
- **CONSERVEZ** les piles neuves et usagées **HORS DE PORTÉE DES ENFANTS**.
- **Appelez les soins médicaux d'urgence** si vous suspectez qu'une pile a été avalée ou insérée dans une partie du corps.



- Remove and immediately or dispose of used batteries according to local regulations and keep away from children. Do NOT dispose of batteries in household trash or incinerate.
- Even used batteries may cause severe injury or death.
- Call a local poison control center for treatment information.
- Battery number, Lithium Metal (CRXXXX series) or Silver Oxide (SRXXXXX Series).
- Nominal battery voltage, Lithium Metal (CRXXXX series) 3.0 V or Silver Oxide (SRXXXXX Series) 1.5 V.
- Non-rechargeable batteries are not to be recharged.
- Do not force discharge, recharge, disassemble, heat above (Lithium Metal (CRXXXX series) 158°F (70 °C) or Silver Oxide (SRXXXXX Series) 140°F (60°C) or incinerate. Doing so may result in injury due to venting, leakage or explosion resulting in chemical burns.
- Ensure the batteries are installed correctly accord to polarity.
- Do not mix old and new batteries, different brands or types of batteries, such as alkaline, carbon zinc, or rechargeable batteries.
- Remove and immediately recycle or dispose of batteries from equipment not used for an extended period of time according to local regulations.
- Always completely secure the battery compartment. If the battery compartment does not close securely, stop using the product, remove the batteries and keep them away from children.

- Retirez immédiatement les piles usagées ou éliminez-les en accord avec les lois locales. Gardez-les hors de portée des enfants. Ne les jetez pas aux ordures ménagères dans la poubelle domestique. Ne jetez pas de piles dans un feu.
- Même des piles usagées peuvent causer des blessures graves ou mortelles.
- Appelez votre centre antipoison pour connaître le traitement en cas d'ingestion.
- Identification des piles : métal-lithium (CRXXXX), oxyde d'argent (SRXXXX).
- Tension nominale des piles : métal-lithium (CRXXXX) 3.0 V, oxyde d'argent (SRXXXX) 1.5V.
- Les batteries non-rechargeables ne doivent en aucun être rechargées.
- Ne forcez pas la décharge ou la recharge des piles. Ne les désassemblez pas. Ne les exposez pas à une température supérieure à 70°C (158°F) pour les piles métal-lithium (CRXXXX) et 60°C (140°F) pour les piles à oxyde d'argent (SRXXXX). Ne les jetez pas dans le feu.
- Cela peut provoquer des blessures dues à des émanations gazeuses, à des fuites ou à une explosion avec pour conséquence des brûlures chimiques.
- Assurez-vous que les polarités de la pile sont respectées.
- Retirez puis recyclez ou éliminez immédiatement les piles des équipements qui n'ont pas été utilisés depuis longtemps, en accord avec les lois locales.
- Assurez-vous de toujours sécuriser le compartiment à piles. S'il ne se ferme pas correctement, arrêtez d'utiliser le produit. Retirez les piles et conservez-les hors de portée des enfants.

EXTENDED WARRANTY

Available in U.S. only. Extend your warranty for an additional 4 years from date of purchase for \$5. You can pay with AMEX, Discover, Visa or MasterCard by calling 1 800-448-4639 during normal business hours. Payment must be made within 30 days of purchase. Name, address, telephone number, purchase date, and 5-digit model number required. You can also mail a check for \$5 to: Timex Extended Warranty, P.O. Box 1676, Dept. EF, Little Rock, AR 72203.

Please read instructions carefully to understand how to operate your Timex® watch. **Your model may not have all of the features described in this booklet.**

FUNCTIONS

Real-time calendar clock, Second time zone, Countdown timer, Daily/weekday/weekend alarm, Hourly chime, 200 Lap Chronograph, Interval Timer, Review, INDIGLO® night-light with Night-Mode® Feature.

BASIC OPERATION



When setting, each button has a different function as indicated above. Watch face will indicate when button changes function.

TIME/DATE/HOURLY CHIME

1. In TIME mode, press and hold SET/RECALL. Time zone will flash.
2. To set, push + or - to select first or second time zone.
3. Press NEXT. Hour digits flash.
4. Press + or - to change hour including AM/PM. (Scroll through 12 hours to get to AM/PM).
5. Press NEXT. Minute digits flash.
6. Press + or - to change minutes.
7. Press NEXT. Second digits flash.
8. Press + or - to set seconds to zero.
9. Continue pattern to set month, day of month, year, 12-hour or 24-hour time display, MM.DD or DD.MM date format, turn hourly CHIME on/off, turn BEEP on/off. If you select BEEP on, a beep will sound every time you push a button (except INDIGLO®).
10. Press DONE to confirm and exit or NEXT to continue and set second time zone, if desired.
11. When in Time mode, press and hold START/LAP to "peek" at second time zone; hold for 4 seconds to switch time zones.

CHRONO

LAP 1 = 7.11	LAP 2 = 7.50	LAP 3 = 7.08	LAP 4 = 7.30
SPLIT 1 = 7.11			
SPLIT 2 = 15.01			
SPLIT 3 = 22.09			
SPLIT 4 = 29.39			

1. Press MODE until CHRONO appears.
2. Press and hold SET/RECALL.
3. The Display will read: FORMAT/SET, then select LAP/SPL or SPL/LAP options.
4. Press + or - to select desired format.

5. Press DONE to confirm and exit.
6. To use chrono, press START/LAP. Chrono continues to run even if you exit the mode.
7. Press STOP/RESET to stop chronograph from running OR while chrono is running, press START/LAP to take a split. Lap and split times will then be displayed in the format you selected. The lap number will alternate with the last two digits of the bottom line.

NOTES:

- Lap and split times will appear frozen for 10 seconds. Press MODE to release the display and see running chrono.

INTERVAL TIMER

Single simple Interval Timer with four segments: Warm Up, Interval 1, Interval 2, Cool Down.

To set:

1. Press MODE until INTTMR appears.
2. Press SET/RECALL, wait for WARMUP to flash.
3. Press NEXT. Hour digits flash. Press + or - to change hours.
4. Press NEXT. Minute digits flash. Press + or - to change minutes.
5. Press NEXT. Second digits flash. Press + or - to set seconds.
6. Press NEXT to proceed to INT 1. Then follow steps 3-5 to set.
7. Complete setup of INT2 & COOL using steps 3-5.
8. Press NEXT to confirm and exit.
9. Press START/LAP to start Interval Timer.

NOTES:

- When first countdown is complete, Timer proceeds to the next non-zero interval that is set. INDIGLO® night-light flashes and beep sounds between each interval.
- If you set both Timers in Interval Timer to repeat, Timer will countdown both intervals and then repeat entire sequence.
- Press and hold STOP/RESET to reset Interval Timer.

TIMER

1. Press MODE repeatedly until TIMER appears.
2. Press SET/RECALL. Hour digits flash.
3. Follow same pattern as setting TIME and ALARM to set hours, minutes, seconds, and select between REPEAT/AT END (timer counts down and then repeats) or STOP/AT END (the timer counts down and then stops).
4. Press DONE to confirm and exit.
5. Press START/LAP to start TIMER. Timer will continue to run even if you exit Timer mode. If REPEAT/END selected will flash. If STOP/END selected will flash.
6. An alarm melody will chime when the timer has reached zero or before it starts to count down again.
7. Press STOP/RESET to stop TIMER. Press again to reset to countdown time.

REVIEW

1. Press MODE until REVIEW displays.
2. Press START/LAP to select a workout to view, and then press SET to view the data for that workout.
3. Press + and - to scroll through the workout data.
4. Press SET to go back to the list of saved workouts.
5. Press MODE to exit.


NOTES:

- Press and hold SET to clear workout memory.

ALARM


Setting the ALARM is similar to setting TIME.

1. Press MODE repeatedly until ALARM appears.
2. Press SET/RECALL to set alarm.
3. Hour digits flash. Press + or - to change hour.
4. Press NEXT. Minute digits flash. Press + or - to change minutes.
5. Press NEXT. If in 12-hour format, AM/PM flashes. Press + or - to change.
6. Press NEXT. Press + or - to select DAILY, WEEKDAYS OR WEEKENDS.
7. Press DONE to confirm and exit.

8. Press START/LAP or STOP/RESET to arm or disarm alarm. When disarmed, OFF will be displayed. When armed, the alarm clock icon will appear .
9. The INDIGLO® night-light and alarm icon flashes and an alert sounds when the alarm goes off. Press any button to silence. A back up alarm will sound after five minutes if you don't press any buttons.

INDIGLO® NIGHT-LIGHT/NIGHT MODE® FEATURE

Press INDIGLO® button to activate night-light. Electroluminescent technology used in INDIGLO® night-light illuminates entire watch face at night and in low light conditions. While the night-light is on pressing any button keeps it on for three seconds.

Press and hold INDIGLO® button for 4 seconds to activate NIGHT-MODE® feature. Moon icon  will appear. Once activated, any button pushed will cause INDIGLO® night-light to stay on for 3 seconds. NIGHT-MODE® feature will stay activated for 8 hours or until deactivated by pressing and holding INDIGLO® button again for 4 seconds.

WATER RESISTANCE

If your watch is water-resistant, meter marking or () is indicated.

Water-Resistance Depth	p.s.i.a. * Water Pressure Below Surface
30m/98ft	60
50m/164ft	86
100m/328ft	160

*pounds per square inch absolute

WARNING: TO MAINTAIN WATER-RESISTANCE, DO NOT PRESS ANY BUTTONS UNDER WATER.

1. Watch is water-resistant only as long as lens, push buttons and case remain intact.
2. Watch is not a diver watch and should not be used for diving.
3. Rinse watch with fresh water after exposure to salt water.

BATTERY

Timex strongly recommends that a retailer or jeweler replace battery. Battery type is on watch back. If present, push/short internal reset switch after replacing battery. Battery life estimates are based on certain assumptions regarding usage; battery life may vary depending on actual usage.

DO NOT DISPOSE OF BATTERY IN FIRE. DO NOT RECHARGE. KEEP LOOSE BATTERIES AWAY FROM CHILDREN.

TIMEX INTERNATIONAL WARRANTY

<https://www.timex.com/productWarranty.html>

©2020 Timex Group USA, Inc. TIMEX, INDIGLO and NIGHT-MODE are registered trademarks of Timex Group and its subsidiaries.

GARANTÍA EXTENDIDA

Disponible solamente en EE. UU. Extiende tu garantía por 4 años adicionales a partir de la fecha de compra por 5 dólares. Puedes pagar con AMEX, Discover, Visa o Mastercard llamando al 1 800-448-4639 durante el horario comercial normal. El pago deberá efectuarse dentro de los 30 días siguientes a la fecha de compra. Se requieren el nombre, dirección, teléfono, fecha de compra y número de modelo de 5 dígitos. También puedes enviar un cheque de 5 dólares por correo a: Timex Extended Warranty, P.O. Box 1676, Dept. EF, Little Rock, AR 72203.

Por favor lee cuidadosamente las instrucciones para entender cómo funciona tu reloj Timex®. Puede que tu reloj no tenga todas las características descritas en este folleto.

FUNCIONES

OPERACIONES BÁSICAS

Calendario en tiempo real, segunda zona horaria, temporizador de cuenta atrás, alarma diaria/de días laborables/de fin de semana, señal horaria, cronógrafo con almacenamiento de 200 vueltas, temporizador de intervalos, luz nocturna INDIGLO® con función Night-Mode®.



Como se indicó anteriormente, al realizar ajustes, cada botón tiene una función diferente. La esfera del reloj indicará cuándo un botón cambia de función.

HORA/FECHA/SEÑAL HORARIA

- En el modo TIME, pulsa y mantén oprimido SET/RECALL. La zona horaria destellará.
- Para ajustarla, pulsa + o - para seleccionar la primera o la segunda zona horaria.
- Pulsa NEXT. Los dígitos de la hora destellan.
- Pulsa + o - para cambiar la hora, incluyendo AM/PM. (Desplázate a través de las 12 horas para llegar a AM/PM).
- Pulsa NEXT. Los dígitos de los minutos destellan.
- Pulsa + o - para cambiar los minutos.
- Pulsa NEXT. Los dígitos de los segundos destellan.
- Pulsa + o - para poner los segundos a cero.
- Continúa la misma pauta para ajustar el mes, el día del mes, el año, la pantalla de 12 o 24 horas, el formato de fecha en MM.DD o DD.MM, activar/desactivar la señal horaria, activar/desactivar el pitido. Si BEEP está activado, sonará un pitido cada vez que pulses un botón (con la excepción del botón INDIGLO®).
- Pulsa DONE para confirmar y salir o NEXT para continuar y ajustar la segunda zona horaria, si lo deseas.
- En el modo Time, pulsa y mantén oprimido START/LAP para dar un vistazo a la segunda zona horaria; mantelo oprimido durante 4 segundos para cambiar de zona horaria.

CRONÓGRAFO

VUELTA 1 = 7,11	VUELTA 2 = 7,50	VUELTA 3 = 7,08	VUELTA 4 = 7,30
FRACCIÓN 1 = 7,11			
	FRACCIÓN 2 = 15,01		
		FRACCIÓN 3 = 22,09	
			FRACCIÓN 4 = 29,39

- Pulsa MODE hasta que aparezca CHRONO.
- Pulsa y mantén oprimido SET/RECALL.
- La pantalla mostrará: FORMAT/ SET, selecciona entonces las opciones LAP/SPL o SPL/LAP.
- Pulsa + o - para escoger el formato deseado.
- Pulsa DONE para confirmar y salir.
- Para usar el cronógrafo, pulsa START/LAP. El cronógrafo continúa funcionando aunque salgas del modo.
- Pulsa STOP/RESET para hacer que el cronógrafo deje de funcionar O, mientras que el cronógrafo esté en marcha, pulsa START/LAP para tomar un intervalo. Los tiempos de vuelta y de intervalo se mostrarán entonces en el formato que hayas seleccionado. El número de vueltas alternará con los dos últimos dígitos de la línea inferior.

NOTAS:

- Los tiempos de vuelta y de intervalo aparecerán congelados durante 10 segundos. Pulsa MODE para desbloquear la pantalla y ver el cronógrafo en marcha.

TEMPORIZADOR DE INTERVALOS

Temporizador de intervalos individuales simples con cuatro segmentos: Calentamiento, Intervalo 1, Intervalo 2, Enfriamiento.

Para ajustar:

- Pulsa MODE hasta que aparezca INTTMR.
- Pulsa SET/RECALL, espera hasta que WARMUP destelle.
- Pulsa NEXT. Los dígitos de la hora destellan. Pulsa + o - para cambiar la hora.
- Pulsa NEXT. Los dígitos de los minutos destellan. Pulsa + o - para cambiar los minutos.
- Pulsa NEXT. Los dígitos de los segundos destellan. Pulsa + o - para restablecer los segundos.
- Pulsa NEXT para avanzar a INT 1. A continuación sigue los pasos 3-5 para ajustar.
- Completa la configuración de INT2 y COOL siguiendo los pasos 3-5.
- Pulsa NEXT para confirmar y salir.
- Pulsa START/LAP para poner en marcha el temporizador de intervalos.

NOTAS:

- Al terminar la cuenta atrás, el temporizador procede al siguiente intervalo ajustado que no sea cero. La luz nocturna INDIGLO® destella y suena un pitido entre cada intervalo.
- Si ajustas ambos temporizadores para que se repitan en el temporizador de intervalos, el temporizador realizará una cuenta atrás de ambos intervalos y luego repetirá la secuencia entera.
- Pulsa y mantén oprimido STOP/RESET para poner a cero el temporizador de intervalos.

TEMPORIZADOR

- Pulsa MODE repetidamente hasta que aparezca TIMER.
- Pulsa SET/RECALL. Los dígitos de la hora destellan.
- Sigue la misma pauta que para ajustar la hora y la alarma al ajustar las horas, los minutos, los segundos y seleccionar entre REPEAT/AT END (el temporizador realiza una cuenta atrás y luego repite) o STOP/AT END (el temporizador realiza una cuenta atrás y luego se para).
- Pulsa DONE para confirmar y salir.
- Pulsa START/LAP para iniciar el temporizador. El temporizador continuará corriendo aunque salgas del modo Timer. Si REPEAT/END está seleccionado, destellará . Si STOP/END está seleccionado destellará .
- Sonará una melodía de alarma cuando el temporizador haya alcanzado cero o antes de que empiece la cuenta atrás de nuevo.
- Pulsa STOP/RESET para parar el temporizador. Vuelve a pulsar para poner a cero el tiempo de la cuenta atrás.

REVISAR

- Pulsa MODE hasta que aparezca REVIEW.
- Pulsa START/LAP para elegir ver un ejercicio, y a continuación pulsa SET para ver los datos de ese ejercicio.
- Pulsa + y - para desplazarte por los datos del ejercicio.
- Pulsa SET para volver a la lista de ejercicios guardados.
- Pulsa MODE para salir.

NOTAS:

- Pulsa y mantén oprimido SET para borrar la memoria de ejercicios.

ALARMA

La alarma se ajusta de manera parecida a la hora.


1. Pulsa MODE repetidamente hasta que aparezca ALARM.
2. Pulsa SET/RECALL para ajustar una alarma.
3. Los dígitos de la hora destellan. Pulsa + o - para cambiar la hora.
4. Pulsa NEXT. Los dígitos de los minutos destellan. Pulsa + o - para cambiar los minutos.
5. Pulsa NEXT. Si estás en el formato de 12 horas, AM/PM destella. Pulsa + o - para cambiar.
6. Pulsa NEXT. Pulsa + o - para seleccionar DAILY, WEEKDAYS O WEEKENDS.
7. Pulsa DONE para confirmar y salir.
8. Pulsa START/ LAP o STOP/ RESET para activar o desactivar la alarma. Cuando esté desactivada, se mostrará OFF. Cuando esté activada, aparecerá un icono de despertador t.
9. La luz nocturna INDIGLO® y el icono de alarma destellan y suena una alerta cuando la alarma se dispara. Pulsa cualquier botón para silenciarla. Sonará una alarma repetida después de cinco minutos si no pulsas ningún botón.

LUZ NOCTURNA INDIGLO®/FUNCIÓN NIGHT-MODE®

Pulsa el botón INDIGLO® para activar la luz nocturna. La tecnología electroluminescente utilizada en la luz nocturna INDIGLO® ilumina toda la esfera del reloj de noche en condiciones de poca luz. Mientras que la luz nocturna esté encendida, pulsar cualquier botón hace que permanezca encendida durante tres segundos.

Pulsa y mantén oprimido el botón INDIGLO® durante 4 segundos para activar la función NIGHT-MODE®. Aparecerá el icono de la luna ☾. Una vez activada, pulsar cualquier botón hará que la luz nocturna INDIGLO® permanezca encendida durante 3 segundos. La función NIGHT-MODE® permanecerá activada durante 8 horas o hasta que se desactive pulsando y manteniendo oprimido el botón INDIGLO® de nuevo durante 4 segundos.

RESISTENCIA AL AGUA

Si tu reloj es resistente al agua, se indicarán los metros o ().

Profundidad de resistencia al agua	p.s.i.a. * Presión bajo la superficie del agua
30 m/98 pies	60
50 m/164 pies	86
100 m/328 pies	160

*libras por pulgada cuadrada absoluta

ADVERTENCIA: PARA MANTENER LA RESISTENCIA AL AGUA, NO PULSES NINGÚN BOTÓN DEBAJO DEL AGUA.

1. El reloj es resistente al agua solamente mientras el cristal, los botones y la carcasa permanezcan intactos.
2. El reloj no es apropiado para hacer submarinismo y no debería usarse para ello.
3. Enjuaga el reloj con agua dulce después de haber estado expuesto al agua salada.

PILA

Timex recomienda encarecidamente que un minorista o un joyero lleve a cabo el cambio de pila. El tipo de pila está indicado en la parte de atrás de la caja. Si existiera un interruptor interno de reinicio, púlsalo brevemente después de cambiar la pila. Las estimaciones de duración de la pila se basan en ciertas suposiciones relacionadas con el uso.

NO ARROJES LA PILA AL FUEGO. NO LA RECARGUES. MANTÉN LAS PILAS SUELTAS FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.

GARANTÍA INTERNACIONAL DE TIMEX

<https://www.timex.com/productWarranty.html>

©2020 Timex Group USA, Inc. TIMEX, INDIGLO y NIGHT-MODE son marcas comerciales registradas de Timex Group y sus afiliados.

GARANTIE PROLONGÉE

Disponible uniquement aux États-Unis. Prolongez votre garantie de 4 ans à compter de la date d'achat pour 5 \$. Vous pouvez payer avec AMEX, Discover, Visa ou MasterCard en appelant au 1 800-448-4639 pendant les heures normales d'ouverture. Le paiement doit être effectué dans les 30 jours suivant l'achat. Nom, adresse, numéro de téléphone, date d'achat et numéro de modèle à 5 chiffres requis. Vous pouvez également poster un chèque de 5 \$ à : Garantie prolongée Timex, PO Box 1676, Dept EF, Little Rock, AR 72203

Veillez lire attentivement les instructions pour comprendre comment utiliser votre montre Timex®. **Il se peut que votre modèle ne dispose pas de toutes les fonctionnalités décrites dans ce livret.**

FONCTIONS

Horloge calendrier en temps réel, deuxième fuseau horaire, compte à rebours, alarme quotidienne / jour de la semaine / week-end, carillon horaire, chronographe 200 tours, minuterie à intervalles, revue, veilleuse INDIGLO® avec fonction Night-Mode®.

FONCTIONNEMENT DE BASE



Lors du réglage, chaque bouton a une fonction différente comme indiqué ci-dessus. Le cadran de la montre indiquera quand le bouton change de fonction.

HEURE/DATE/CARILLON HORAIRE

- En mode HEURE, maintenez enfoncée la touche SET/RECALL. Le fuseau horaire clignote.
- Pour régler, appuyez sur + ou - pour sélectionner le premier ou le deuxième fuseau horaire.
- Appuyez sur NEXT. Les chiffres des heures clignotent.
- Appuyez sur + ou - pour changer l'heure, y compris AM/PM. (Faites défiler 12 heures pour arriver à AM/PM).
- Appuyez sur NEXT. Les chiffres des minutes clignotent.
- Appuyez sur + ou - pour changer les minutes.
- Appuyez sur NEXT. Les deuxièmes chiffres clignotent.
- Appuyez sur + ou - pour remettre les secondes à zéro.
- Continuez sur ce modèle pour régler le mois, le jour du mois, l'année, l'affichage de l'heure sur 12 heures ou 24 heures, le format de date MM.JJ ou JJ.MM, activez / désactivez le carillon horaire, activez / désactivez BIP. Si vous sélectionnez BIP activé, un bip retentit chaque fois que vous appuyez sur un bouton (sauf INDIGLO®).
- Appuyez sur DONE pour confirmer et quitter ou sur NEXT pour continuer et régler le deuxième fuseau horaire, si vous le souhaitez.
- En mode Heure, maintenez la touche START/LAP enfoncée pour «voir» le deuxième fuseau horaire; maintenez enfoncé pendant 4 secondes pour changer de fuseau horaire.

CHRONOGRAPHE

TOUR 1 = 7.11	TOUR 2 = 7.50	TOUR 3 = 7.08	TOUR 4 = 7.30
TPS INTERM. 1 = 7.11			
TPS INTERM. 2 = 15.01			
	TPS INTERM. 3 = 22.09		
			TPS INTERM. 4 = 29.39

- Appuyez sur MODE jusqu'à ce que CHRONO apparaisse.
- Maintenez enfoncée la touche SET/RECALL.
- L'écran affichera : FORMAT/SET, puis sélectionnez les options LAP/SPL ou SPL/LAP.
- Appuyez sur + ou - pour sélectionner le format souhaité.
- Appuyez sur DONE pour confirmer et quitter.
- Pour utiliser le chrono, appuyez sur START/LAP. Le chrono continue de fonctionner même si vous quittez le mode.
- Appuyez sur STOP/RESET pour arrêter le chronographe OU pendant que le chrono est en cours d'exécution, appuyez sur START/LAP pour prendre un temps intermédiaire. Les temps intermédiaires et les tours seront alors affichés dans le format que vous avez sélectionné. Le numéro du tour alternera avec les deux derniers chiffres de la ligne du bas.

REMARQUES :

- Les temps au tour et les temps intermédiaires apparaissent figés pendant 10 secondes. Appuyez sur MODE pour libérer l'affichage et voir le chrono en cours.

MINUTERIE AVEC INTERVALLES

Minuterie à intervalle simple avec quatre segments : Préchauffage, intervalle 1, intervalle 2, refroidissement.

Pour effectuer le réglage :

- Appuyez sur MODE jusqu'à ce que INTTMR apparaisse.
- Appuyez sur SET/RECALL, attendez que WARMUP clignote.
- Appuyez sur NEXT. Les chiffres des heures clignotent. Appuyez sur + ou - pour changer les heures.
- Appuyez sur NEXT. Les chiffres des minutes clignotent. Appuyez sur + ou - pour changer les minutes.
- Appuyez sur NEXT. Les deuxièmes chiffres clignotent. Appuyez sur + ou - pour régler les secondes.
- Appuyez sur NEXT pour passer à INT 1.
- Terminez la configuration de INT2 et COOL en suivant les étapes 3-5.
- Appuyez sur NEXT pour confirmer et quitter.
- Appuyez sur START/LAP pour démarrer la minuterie d'intervalle.

REMARQUES :

- Lorsque le premier compte à rebours est terminé, la minuterie passe à l'intervalle suivant différent de zéro qui est réglé. La veilleuse INDIGLO® clignote et un bip retentit entre chaque intervalle.
- Si vous réglez les deux minuteries de la minuterie d'intervalle pour se répéter, la minuterie compte à rebours les deux intervalles, puis répète la séquence entière.
- Appuyez et maintenez STOP/RESET pour réinitialiser la minuterie d'intervalle.

MINUTERIE

- Appuyez plusieurs fois sur MODE jusqu'à ce que TIMER apparaisse.
- Appuyez sur SET/RECALL. Les chiffres des heures clignotent.
- Suivez le même schéma que pour régler TIME et ALARM pour régler les heures, les minutes, les secondes, et choisissez entre REPEAT/AT END (la minuterie compte à rebours puis se répète) ou STOP/AT END (la minuterie compte à rebours puis s'arrête)
- Appuyez sur DONE pour confirmer et quitter.
- Appuyez sur START/LAP pour démarrer la minuterie. La minuterie continuera à fonctionner même si vous quittez le mode minuterie. Si REPEAT/END est sélectionné, clignotera. Si STOP/END est sélectionné, clignotera.
- Une mélodie d'alarme retentit lorsque la minuterie atteint zéro ou avant qu'elle ne recommence à compter à rebours.
- Appuyez sur STOP/RESET pour arrêter TIMER. Appuyez à nouveau pour réinitialiser le compte à rebours.

RÉVISER

- Appuyez sur MODE jusqu'à ce que REVIEW s'affiche.
- Appuyez sur START/LAP pour sélectionner un entraînement à afficher, puis appuyez sur SET pour afficher les données de cet entraînement.
- Appuyez sur + et - pour faire défiler les données d'entraînement.
- Appuyez sur SET pour revenir à la liste des entraînements enregistrés.
- Appuyez sur MODE pour quitter.

REMARQUES :

- Appuyez et maintenez SET pour effacer la mémoire d'entraînement.

ALARME

Le réglage de l'ALARME est similaire au réglage de l'HEURE.

1. Appuyez plusieurs fois sur MODE jusqu'à ce que ALARM apparaisse.
2. Appuyez sur SET/RECALL pour régler l'alarme.
3. Les chiffres des heures clignotent. Appuyez sur + ou - pour changer l'heure.
4. Appuyez sur NEXT. Les chiffres des minutes clignotent. Appuyez sur + ou - pour changer les minutes.
5. Appuyez sur NEXT. Si au format 12 heures, AM/PM clignote. Appuyez sur + ou - pour changer.
6. Appuyez sur SUIVANT. Appuyez sur + ou - pour sélectionner QUOTIDIEN, JOURS DE LA SEMAINE OU FIN DE SEMAINE.
7. Appuyez sur DONE pour confirmer et quitter.
8. Appuyez sur START/LAP ou STOP/RESET pour armer ou désarmer l'alarme. Lorsqu'il est désarmé, OFF s'affiche. Lorsqu'il est armé, l'icône du réveil apparaîtra ☹.
9. L'icône de la veilleuse et de l'alarme INDIGLO® clignote et une alerte retentit lorsque l'alarme se déclenche. Appuyez sur n'importe quel bouton pour couper le son. Une alarme de recul retentit après cinq minutes si vous n'appuyez sur aucun bouton.

FONCTION INDIGLO® NIGHT-LIGHT / NIGHT-MODE®

Appuyez sur le bouton INDIGLO® pour activer la veilleuse. La technologie électroluminescente utilisée dans la veilleuse INDIGLO® illumine tout le cadran de la montre la nuit et dans des conditions de faible éclairage. Lorsque la veilleuse est allumée, appuyez sur n'importe quel bouton pour la maintenir allumée pendant trois secondes.

Appuyez sur le bouton INDIGLO® et maintenez-le enfoncé pendant 4 secondes pour activer la fonction NIGHT-MODE®. L'icône de lune ☾ apparaîtra. Une fois activé, tout bouton enfoncé fera en sorte que la veilleuse INDIGLO® reste allumée pendant 3 secondes. La fonction NIGHT-MODE® restera activée pendant 8 heures ou jusqu'à ce qu'elle soit désactivée en appuyant de nouveau sur le bouton INDIGLO® et en le maintenant enfoncé pendant 4 secondes.

ÉTANCHÉITÉ

Si votre montre est étanche, le marquage du compteur ou () est indiqué.

Profondeur d'étanchéité	p.s.i.a. * Pression de l'eau sous la surface
30 m/98 pi	60
50 m/164 pi	86
100 m/328 pi	160

* livres par pouce carré absolu

AVERTISSEMENT : POUR PRÉSERVER L'ÉTANCHÉITÉ, NE PAS ENFONCER LES BOUTONS SOUS L'EAU.

1. La montre est étanche uniquement tant que la lentille, les boutons-poussoirs et le boîtier restent intacts.
2. La montre n'est pas une montre de plongée et ne doit pas être utilisée pour la plongée.
3. Rincer la montre à l'eau douce après une exposition à l'eau salée.

PILE

Timex recommande vivement qu'un détaillant ou un bijoutier remplace la pile. Le type de pile est sur le dos de la montre. Le cas échéant, appuyez/court-circuitez l'interrupteur de réinitialisation interne après avoir remplacé la pile. L'estimation de la durée de vie de la pile est basée sur certaines hypothèses concernant l'utilisation ; l'autonomie de la batterie peut varier en fonction de l'utilisation réelle.

NE PAS JETER LA PILE AU FEU. NE PAS RECHARGER LA PILE. GARDER LES PILES HORS DE PORTÉE DES ENFANTS.

GARANTIE INTERNATIONALE TIMEX

<https://www.timex.com/productWarranty.html>

© 2020 Timex Group USA, TIMEX TIMEX, INDIGLO et NIGHT-MODE sont des marques déposées de Timex Group et de ses filiales.