


- Diese Armbanduhr wird mit Solarstrom betrieben. Setzen Sie das Zifferblatt direktem Licht aus und verwenden Sie die Uhr, wenn sie aufgeladen ist.
- Einzelheiten zu Ladedauer, technischen Daten und Funktionen finden Sie in der Bedienungsanleitung:  H80\* Bedienungsanleitungen

### Identifikation der Komponenten

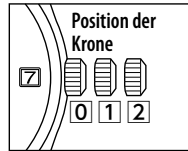
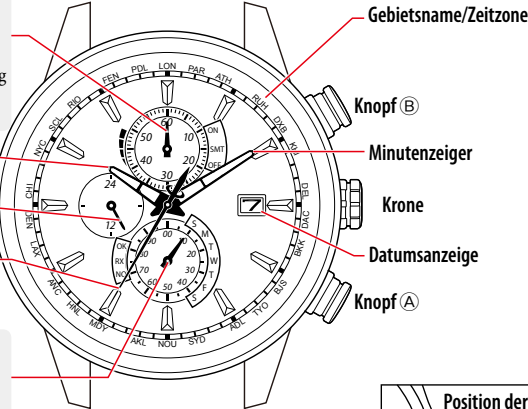
#### Minutenzeiger der Stoppuhr

- Minutenzeiger der Stoppuhr
- Gangreserve-Stufe (vier Stufen)
- Sommerzeiteinstellung (SMT ON/OFF)

- Stundenzeiger
- 24-Stunden-Zeiger
- Sekundenzeiger/ Sekundenzeiger der Stoppuhr

#### 1/20-Sekundenzeiger der Stoppuhr

- 1/20-Sekunde Stoppuhr
- Wochentag
- Empfang-Anzeige (OK)/RX/N (NO)



- Das tatsächliche Aussehen kann sich von der Abbildung oben unterscheiden.
- Die Krone besitzt zwei Vorziehpositionen.

### Prüfen der Gangreserve

- Sie können diesen Vorgang nicht durchführen, wenn sie die Stoppuhr-Funktion verwenden.

1. Drücken Sie die Krone in Position 0.
2. Drücken Sie den unteren rechten Knopf (A) und lassen Sie ihn los.

Der Minutenzeiger der Stoppuhr zeigt die Höhe der Gangreserve an.

#### Anzeige der Gangreserve in Stufen

Stufe	3	2	1	0
Anzeige				
Laufzeit (ca.)	180 - 130 Tage	130 - 30 Tage	30 - 2 Tage	2 Tage oder weniger
Bedeutung	Gangreserve ist ausreichend.	Gangreserve ist OK.	Gangreserve wird schwach.	Warnung für unzureichende Ladung wurde gestartet.
	In Ordnung für normale Verwendung		Sofort aufladen.	

3. Drücken Sie den unteren rechten Knopf (A) und lassen Sie ihn los, um den Vorgang zu beenden.

### Prüfen des Ergebnisses des Signalempfangs

Diese Uhr empfängt das Zeitsignal täglich um 2:00 Uhr und stellt Zeit und Kalender automatisch ein. Funktioniert der Empfang um 2:00 Uhr nicht, versucht sie um 3:00 Uhr erneut, das Signal zu empfangen.

- Sie können diesen Vorgang nicht durchführen, wenn sie die Stoppuhr-Funktion verwenden.

1. Drücken Sie die Krone in Position 0.
2. Drücken Sie den unteren rechten Knopf (A) und lassen Sie ihn los.

Das letzte Empfangsergebnis wird angezeigt.

O (OK)	Der Empfang war erfolgreich.
N (NEIN)	Der Empfang ist fehlgeschlagen.

- Wenn der letzte Empfang fehlgeschlagen ist, versuchen Sie, das Signal wie in [Manuelles Empfangen des Signals \(Empfang-on-demand\)](#) beschrieben zu empfangen.

3. Drücken Sie den unteren rechten Knopf (A) und lassen Sie ihn los, um den Vorgang zu beenden.

### Manuelles Empfangen des Signals (Empfang-on-demand)

- Die Ziel-Signalstelle ist von der eingestellten Zeitzone abhängig. Für das Prüfen der Zeitzone siehe [Tabelle der Zeitzonen und stellvertretenden Gebiete](#).
- Sie können diesen Vorgang nicht durchführen, wenn sie die Stoppuhr-Funktion verwenden.

1. Drücken Sie die Krone in Position 0.
2. Halten Sie den unteren rechten Knopf (A) mindestens 2 Sekunden lang gedrückt.

Es wird das letzte Empfangsergebnis des Signals angezeigt.

Danach zeigt der 1/20-Sekundenzeiger der Stoppuhr auf „R (RX)“ und startet der Empfang-on-demand. (2 - 30 Minuten)

- Um den Empfang abzubrechen, halten Sie den Knopf (A) gedrückt, bis der Sekundenzeiger wieder die Sekunden angibt.

## Einstellen der Weltzeit

### 1. Ziehen Sie die Krone bis auf Position 1 heraus.

Der Sekundenzeiger zeigt die aktuelle Weltzeit-Einstellung an, der Minutenzeiger der Stoppuhr die Standard-/Sommerzeiteinstellung, 1/20-Sekundenzeiger der Stoppuhr die Sommerzeiteinstellung (automatisch/manuell).

### 2. Drehen Sie die Krone zum Auswählen einer Weltzeit-Einstellung.

### 3. Drücken Sie die Krone in Position 0, um den Vorgang zu beenden.

#### Tabelle der Zeitzonen und stellvertretenden Gebiete

- Wenn Sie die Uhr in einem nicht in der Tabelle aufgelisteten Gebiet verwenden, wählen Sie einen Gebietsnamen in derselben Zeitzone.
- Es kann in bestimmten Umgebungen, die von Signalen nur schwer erreicht werden, schwierig sein, Signale zu empfangen.

Zeitzone	Sekundenzeiger	Gebiet	Stellvertretendes Gebiet	Signalstelle
0	0	LON	* London	DEUTSCHLAND
+1	2	PAR	* Paris	
+2	4	ATH	* Athen	DEUTSCHLAND
+3	7	RUH	Riad	
+4	9	DXB	Dubai	CHINA
+5	11	KHI	Karachi	
+5,5	14	DEL	Delhi	CHINA
+6	16	DAC	Dhaka	
+7	18	BKK	Bangkok	CHINA
+8	21	BJS (HKG)	Peking/Hongkong	
+9	23	TYO	Tokio	JAPAN
+9,5	25	ADL	Adelaide	JAPAN
+10	28	SYD	Sydney	
+11	30	NOU	Noumea	USA
+12	32	AKL	Auckland	
-11	35	MDY	Midway	USA
-10	37	HNL	Honolulu	
-9	39	ANC	** Anchorage	USA
-8	42	LAX	** Los Angeles	
-7	44	DEN	** Denver	USA
-6	46	CHI	** Chicago	
-5	49	NYC	** New York	USA
-4	51	SCL	Santiago	
-3	53	RIO	Rio de Janeiro	USA
-2	56	FEN	Fernando de Noronha	DEUTSCHLAND
-1	58	PDL	* Azoren	

- Die Zeitzone in der Tabelle basiert auf UTC.
- Länder oder Regionen können Zeitzonen aus verschiedenen Gründen ändern.
- Bei Gebietsnamen mit \* oder \*\* sind die Sommer- bzw. Standardzeit-Anzeigen miteinander gekoppelt.
- Zeitzonen mit der Markierung ♦ auf der Signalstelle liegen außerhalb des Empfangsbereichs. Es können keine Signale empfangen werden. (Die Uhr versucht dennoch, von der Ziel-Signalstelle Signale zu empfangen.)

## Einstellen der Sommerzeit

- Sie können diesen Vorgang nicht durchführen, wenn sie die Stoppuhr-Funktion verwenden.

### Umschalten von Sommerzeit und Standardzeit

### 1. Ziehen Sie die Krone bis auf Position 1 heraus.

Der Minutenzeiger der Stoppuhr zeigt die aktuelle Standard-/Sommerzeit-Einstellung an.

### 2. Drücken Sie den oberen rechten Knopf (B) und lassen Sie ihn los.

- Jedes Mal, wenn Sie den Knopf (B) drücken, wechselt die Einstellung Standardzeit/Sommerzeit.

SMT ON	Sommerzeit wird angezeigt.
SMT OFF	Standardzeit wird angezeigt.

### 3. Drücken Sie die Krone in Position 0, um den Vorgang zu beenden.

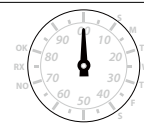

#### Umschalten der Sommerzeiteinstellung (automatisch/manuell)

### 1. Ziehen Sie die Krone bis auf Position 1 heraus.

Der 1/20-Sekundenzeiger der Stoppuhr zeigt die aktuelle Sommerzeiteinstellung (automatisch/manuell) an.

### 2. Halten Sie den unteren rechten Knopf (A) mindestens 2 Sekunden lang gedrückt.

- Jedes Mal, wenn Sie den Knopf (A) gedrückt halten, ändert sich die Sommerzeiteinstellung (automatisch/manuell) wie folgt:

Modus	AUTO	Bedienungsanleitung
Anzeige		
	SMT ON/OFF wechselt automatisch entsprechend den empfangenen Signalen (enthält Sommerzeit-Signal oder nicht).	Die Standard-/Sommerzeit-Einstellung wird bei Bedarf manuell geändert.

### 3. Drücken Sie die Krone in Position 0, um den Vorgang zu beenden.

## Verwenden der Stoppuhr

Misst bis zu 60 Stunden in Schritten von 1/20 Sekunden.

- Die Stoppuhr stoppt, wenn während der Messung die Krone herausgezogen wird.
- Die Stoppuhr kann nicht verwendet werden, wenn die Gangreserve „beinahe leer“ ist.

### 1. Drücken Sie die Krone in Position 0.

### 2. Drücken Sie den oberen rechten Knopf (B) und lassen Sie ihn los.

Der Minuten-, Sekunden- und 1/20-Sekundenzeiger der Stoppuhr zeigen nach oben.

Start/Stopp: Drücken Sie Knopf (B).

- Der 1/20-Sekundenzeiger der Stoppuhr stoppt 30 Sekunden nach Beginn (oder Fortsetzung) der Messung in 0-Sekunden-Position, aber die Messung läuft weiter.

Zurücksetzen: Drücken Sie Knopf (A), wenn die Stoppuhr nicht verwendet wird.

- Vergessen Sie nicht, die Stoppuhr nach Ende der Messung zurückzustellen.

#### Zurückkehren zur Anzeige der aktuellen Zeit

Drücken Sie nach dem Zurücksetzen der Stoppuhr den Knopf (A).

- Die Zeiger kehren innerhalb von 3 Stunden ohne Zutun automatisch zur Anzeige der aktuellen Zeit zurück.

## Manuelles Einstellen der Uhrzeit und des Kalenders

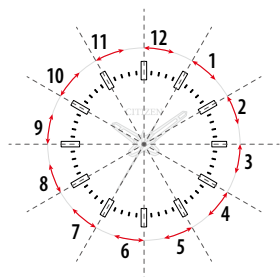
- Der Kalender dieser Uhr muss nicht von Hand eingestellt werden (bis 28. Februar 2100), auch nicht in Schaltjahren („ewiger Kalender“).

- Ziehen Sie die Krone bis auf Position 1 heraus.**
- Halten Sie den oberen rechten Knopf B 2 Sekunden oder länger gedrückt.**  
Der Sekundenzeiger zeigt auf 30 Sekunden und der Minutenzeiger der Stoppuhr auf 60 Minuten.
- Ziehen Sie die Krone bis auf Position 2 heraus.**  
Der Sekundenzeiger zeigt auf 0 Sekunden.
- Drücken Sie mehrmals den oberen rechten Knopf B und lassen Sie ihn los, um den/die zu ändernden Zeiger/Anzeige zu korrigieren.**
  - Jedes Mal, wenn Sie den Knopf B drücken, ändert sich das Ziel wie folgt: Minuten-, Stunden- und 24-Stunden-Zeiger → Datum → Tag → Jahr/Monat → (zurück zum Anfang)
- Drehen Sie die Krone zum Einstellen des Zeigers/der Anzeige.**
  - Wenn Sie die Krone einige Male schnell drehen, bewegt sich der Zeiger/die Anzeige kontinuierlich. Zum Stoppen der Bewegung drehen Sie die Krone in eine beliebige Richtung.

### Monatsanzeige

„Monat“ entspricht einer der 12 Zonen, die in der Abbildung unten gezeigt werden.

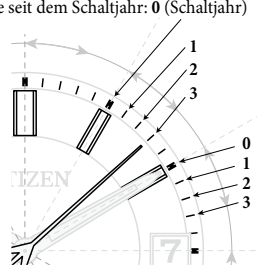
Jede Zahl steht für einen Monat.



### Jahresanzeige

„Jahr“ entspricht den Jahren seit dem Schaltjahr und wird über Markierungen in der Zone für jeden Monat angezeigt.

Jahre seit dem Schaltjahr: 0 (Schaltjahr)



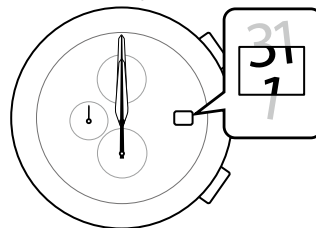
- Wiederholen Sie die Schritte 4 und 5.**
- Drücken Sie die Krone nach der Einstellung entsprechend einer verlässlichen Zeitquelle in Position 0, um den Vorgang zu beenden.**

## Prüfen der Bezugsposition

- Drücken Sie die Krone in Position 0.**
- Halten Sie den oberen rechten Knopf B 10 Sekunden lang gedrückt.**

Korrekte Bezugspositionen:

- Alle Zeiger: 12-Uhr-Position
- Datumsanzeige: in der Mitte zwischen 31 und 1



- Drücken Sie den oberen rechten Knopf B und lassen Sie ihn los, um den Vorgang zu beenden.**

## Korrigieren der Bezugsposition

- Drücken Sie die Krone in Position 0.**
- Halten Sie den oberen rechten Knopf B mindestens 10 Sekunden lang gedrückt.**
- Ziehen Sie die Krone bis auf Position 2 heraus.**
- Drücken Sie den oberen rechten Knopf B und lassen Sie ihn los.**
  - Jedes Mal, wenn Sie den Knopf B drücken, ändert sich das Ziel wie folgt: 1/20-Sekundenzeiger der Stoppuhr → Minutenzeiger der Stoppuhr/ Datumsanzeige → Minuten-/Stunden-/24-Stunden-Zeiger → Sekundenzeiger → (zurück zum Anfang)
- Drehen Sie die Krone zum Einstellen des Zeigers/der Anzeige.**
  - Wenn Sie die Krone einige Male schnell drehen, bewegt sich der Zeiger/die Anzeige kontinuierlich. Zum Stoppen der Bewegung drehen Sie die Krone in eine beliebige Richtung.
- Wiederholen Sie die Schritte 4 und 5.**
- Drücken Sie die Krone in Position 0.**
- Drücken Sie den oberen rechten Knopf B und lassen Sie ihn los, um den Vorgang zu beenden.**

## Zurücksetzen der Uhr — Vollständiges Zurücksetzen

- Ziehen Sie die Krone bis auf Position 2 heraus.**
- Halten Sie den Knopf A und den Knopf B gleichzeitig für mindestens 4 Sekunden gedrückt.**

Es wird ein vollständiges Zurücksetzen ausgeführt.

### Nach dem vollständigen Zurücksetzen

Stellen Sie nach dem vollständigen Zurücksetzen die Bezugsposition ein. Stellen Sie die Weltzeit ein und empfangen Sie das Signal manuell (Empfang-on-demand), um danach die Zeit und den Kalender einzustellen.