TIMEX®

Register your product at www.timex.com

W-278 401-095002 **NA**

THANK YOU FOR PURCHASING YOUR TIMEX® PEDOMETER.

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® pedometer. **Your model may not have all of the features described in this booklet.**

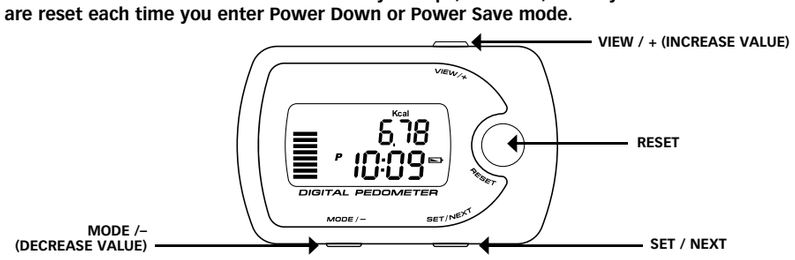
TIMEX® PEDOMETER

Your Timex® Pedometer will track steps, distance, calories and activity time throughout the day – whether you're walking, jogging or running!

Visit www.timex.com for more state-of-the-art Timex technology to help you reach your fitness goals and maintain your healthy lifestyle.

HOW TO CONSERVE YOUR BATTERY

Your pedometer is shipped in Power Save mode in order to conserve battery life. To turn your pedometer on, press any key. To enter back into Power Save mode, hold the VIEW button for 5 seconds. Your pedometer also has a Power Down mode. To enter Power Down mode, press and hold the MODE+SET buttons for 5 seconds. To exit Power Down mode, press and hold any button for 5 seconds. **NOTE: Your current day's Steps, Distance, Activity Time and Calories are reset each time you enter Power Down or Power Save mode.**



HOW TO SET UP YOUR PEDOMETER

1. Press MODE button until TODAY REC appears.
2. Press and hold SET button for 2 seconds. Unit type flashes. Press + or – to change value between Imperial, inches (in) and pounds (lb) or Metric, Centimeters (cm) and kilograms (kg).
3. Press NEXT button and Wt is shown. Press + or – to increase or decrease your current weight. **Hold + or – buttons to scan quickly through values.**
4. Press NEXT button and Ht is shown. Press + or – to increase or decrease your height.
5. Press NEXT button and AGE is shown. Press + or – to increase or decrease your current age.
6. Press NEXT button and GEN is shown. Press + or – to select W (woman) or M (man).
7. Press NEXT button and Str is shown. Your stride is calculated automatically based upon your personal information. However, you can adjust your stride length if you would like. Press + or – to increase or decrease your stride length.
8. Press NEXT button and your BMR is shown that the pedometer calculated based on your personal information. BMR stands for Basal Metabolic Rate and is an estimate of the number of calories you burn throughout the day if at rest.
9. Press NEXT button and your Step Target is shown. Press + or – to increase or decrease your daily step goal.
10. Press NEXT to exit Setting Mode.

HOW TO WEAR YOUR PEDOMETER

Your pedometer features a slim design that fits easily and comfortably into your pocket.

HOW TO USE YOUR PEDOMETER

There are 2 main modes in your pedometer.

TODAY REC Mode: This mode displays your progress for the current day. It is reset automatically at midnight each night. Your data is then transferred to the DAILY TOT (daily total) mode.

1. Press MODE until TODAY REC appears.
2. The top row of numbers shows steps, distance or calories burned. Press VIEW button to scroll through each different measurement.
3. The bottom row of numbers shows your activity time.
4. Wear your pedometer according to the directions above.
5. You can lock the buttons of your pedometer to prevent any unwanted button presses during use. Press and hold MODE button and, while pressing the MODE button also press and hold the RESET for 2 seconds to lock or unlock buttons. LOC or UnLC will flash for 3 seconds. When buttons are currently locked, LOC will again flash for 3 seconds as a reminder if you push any buttons.
6. Begin your activity. The pedometer will begin recording movement after 10 steps. This is done to ensure accuracy (your steps are still recorded).
7. Activity bars appear on the left side of the screen to show your progress towards your daily goal. Every time you finish 10% of your daily goal a new bar will appear. You have reached your goal once you have 10 bars!
8. If you would like to manually reset your pedometer, before the automatic reset at midnight, press and hold the RESET button for 3 seconds.

DAILY TOT Mode: This mode, also known as the Daily Total mode, serves as your activity history log. It is a running total of the activity from all your previous days until you manually reset while in this mode or replace the battery. The odometer icon **Odo** is displayed while in this mode.

1. Press MODE until DAILY TOT appears.
2. The top row of numbers shows your total steps, distance or calories burned. Press VIEW button to scroll through each different measurement.
3. The bottom row of numbers shows your total activity time.

Example:

	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	
Today Rec Mode	1,000	5,000	5,000	3,000	1,000	**(Steps)**
Daily Tot Mode	1,000	6,000	11,000	14,000	15,000	**(Steps)**

Printed in the Phillipines

(continued on reverse)

TIMEX®

Enregistrez votre produit à www.timex.com

W-278 401-095002 **NA**

MERCI D'AVOIR ACHETÉ CE PODOMÈTRE TIMEX®

GARANTIE ÉTENDUE
Proposée aux États-Unis seulement. La garantie peut être prolongée pour une période additionnelle de 4 ans à compter de la date d'achat pour la somme de 5 $. Vous pouvez effectuer ce paiement avec AMEX, Discover, Visa ou MasterCard en composant le 1-800-448-4639 durant les heures normales d'ouverture. Le paiement doit être effectué dans les 30 jours qui suivent l'achat. Indiquer les nom, adresse, numéro de téléphone, date d'achat et numéro de modèle à 5 chiffres. Il est également possible d'envoyer un chèque de 5 $ US par courrier à : Timex Extended Warranty, P.O. Box 1676, Dept. EF, Little Rock, AR 72203.

Lire les instructions attentivement pour bien comprendre le fonctionnement de ce podomètre Timex®. **Il est possible que ce modèle ne présente pas toutes les fonctions décrites dans le dépliant.**

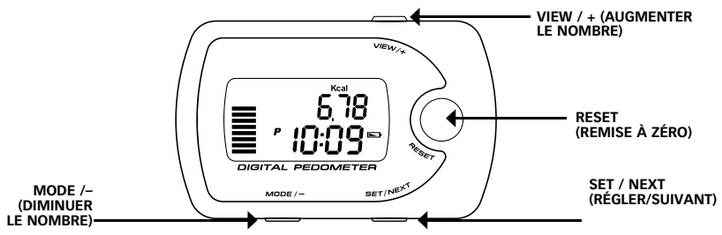
PODOMÈTRE TIMEX®

Votre podomètre Timex® enregistre les pas, la distance, les calories et le temps d'activité durant la journée – que vous marchiez, joggiez ou courriez !

Visiter www.timex.com pour plus de technologie de pointe Timex pour vous permettre d'atteindre vos objectifs de forme et de maintenir un style de vie sain.

COMMENT ÉCONOMISER LA PILE

Votre podomètre est vendu en mode Power Save [Économie d'énergie] pour économiser la pile. Pour allumer votre podomètre, appuyez sur n'importe quel bouton. Pour retourner en mode Power Save [Économie d'énergie], tenez le bouton VIEW [AFFICHER] enfoncé pendant 5 secondes. Votre podomètre a aussi un mode Power Down [Hors tension]. Pour sélectionner le mode Power Down [Hors tension], tenez MODE+SET [MODE+RÉGLER] enfoncés pendant 5 secondes. Pour quitter le mode Power Down [Hors tension], tenez n'importe quel bouton enfoncé pendant 5 secondes. **REMARQUE : Vos pas, distance, temps d'activité et calories quotidien(ne)s actuel(le)s sont remis(es) à zéro à chaque fois que vous sélectionnez le mode Power Down [Hors tension] ou Power Save [Économie d'énergie].**



COMMENT RÉGLER VOTRE PODOMÈTRE

1. Appuyez sur le bouton MODE jusqu'à afficher TODAY REC [ENREGISTREMENT JOUR].
2. Tenez SET [RÉGLER] enfoncé pendant 2 secondes. Le type d'unité clignote. Appuyez sur + ou – pour changer la valeur en système impérial, pouces (in) et livres (lb) ou métrique, centimètres (cm) et kilogrammes (kg).
3. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], Wt s'affiche. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre poids actuel. **Tenez les boutons + ou – enfoncés pour faire défiler rapidement les valeurs.**
4. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], Ht s'affiche. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre taille.
5. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], AGE s'affiche. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre âge actuel.
6. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], GEN s'affiche. Appuyez sur + ou – pour choisir W (femme) ou M (homme).
7. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], Str s'affiche. Votre foulée est automatiquement calculée à partir de vos données personnelles. Vous pouvez cependant ajuster votre longueur de foulée si vous le désirez. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre longueur de foulée.
8. Appuyez sur NEXT [SUIVANT], votre TMB que le podomètre a calculé à partir de vos données personnelles s'affiche. LE TMB est le Taux de Métabolisme Basal et correspond à une estimation du nombre de calories brûlées durant la journée en repos.
9. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], Step Target [Cible pas] s'affiche. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre objectif de pas quotidien.
10. Appuyez sur NEXT [Suivant] pour quitter le mode Setting [Réglage].

COMMENT PORTER VOTRE PODOMÈTRE

Le design plat de votre podomètre vous permet de le glisser facilement dans votre poche.

COMMENT UTILISER VOTRE PODOMÈTRE

Il y a 2 modes principaux dans votre podomètre.

Mode TODAY REC [ENREGISTREMENT JOUR] : Ce mode affiche vos progrès pour la journée actuelle. Il est automatiquement remis à zéro à minuit chaque nuit. Vos données sont ensuite transférées dans le mode DAILY TOT [TOTAL JOUR].

1. Appuyez sur MODE jusqu'à afficher TODAY REC [ENREGISTREMENT JOUR].
2. La ligne de chiffres du haut affiche les pas, la distance ou les calories brûlées. Appuyez sur le bouton VIEW [VOIR] pour faire défiler chacune des mesures.
3. La ligne de chiffres du bas affiche le temps d'activité.
4. Portez le podomètre en suivant les instructions ci-dessus.
5. Vous pouvez verrouiller les boutons de votre podomètre pour empêcher la pression involontaire de bouton pendant l'utilisation. Appuyez et tenez le bouton MODE enfoncé et en restant appuyé sur le bouton MODE, appuyez et tenez le bouton RESET [REMISE À ZÉRO] enfoncé pendant 2 secondes pour verrouiller ou déverrouiller les boutons. LOC [VERROUILLÉ] ou UnLC [DÉVERROUILLÉ] clignotera pendant 3 secondes. Lorsque les boutons sont verrouillés, LOC [VERROUILLÉ] clignotera encore pendant 3 secondes en rappel si vous appuyez sur n'importe quel bouton.
6. Commencez votre activité. Le podomètre commencera l'enregistrement des mouvements après 10 pas. Ceci est fait pour garantir l'exactitude (vos pas sont toujours enregistrés).
7. Les barres d'activité apparaissent sur le côté gauche de l'écran pour afficher vos progrès dans votre objectif quotidien. À chaque 10 % atteint de votre objectif quotidien, une nouvelle barre apparaîtra. Vous aurez atteint votre objectif une fois que vous avez 10 barres !
8. Si vous désirez remettre le podomètre à zéro manuellement, avant la remise à zéro automatique à minuit, tenez le bouton RESET [REMISE À ZÉRO] enfoncé pendant 3 secondes.

Mode DAILY TOT [TOTAL JOUR] : Ce mode, aussi appelé mode Daily Total [Total quotidien], vous sert d'historique d'activité. C'est le total cumulatif d'activité de tous les jours précédents jusqu'à la remise à zéro manuelle en étant dans ce mode ou en changeant la pile. L'icône de l'odomètre **Odo** est affichée dans ce mode.

1. Appuyez sur MODE jusqu'à afficher DAILY TOT [TOTAL JOUR].
2. La ligne de chiffres du haut affiche le total de pas, la distance ou les calories brûlées. Appuyez sur le bouton VIEW [VOIR] pour faire défiler chacune des mesures.
3. La ligne de chiffres du bas affiche le temps d'activité total.

(suite au dos)

TIMEX®

Registre su producto en www.timex.com

W-278 401-095002 **NA**

GRACIAS POR LA COMPRA DE SU PODÓMETRO TIMEX®.

GARANTÍA EXTENDIDA
Disponible solamente en EUA. Extienda su garantía por 4 años más a partir de la fecha de compra por $5. Puede pagar con AMEX, Discover, Visa o MasterCard llamando al 1 800-448-4639 en horas normales de oficina. El pago deberá efectuarse dentro de los 30 días siguientes a la fecha de compra. Indique el nombre, dirección, número de teléfono, fecha de compra y número de modelo (5 dígitos). También puede enviar un cheque de $5 por correo a: Timex Extended Warranty, P.O. Box 1676, Dept. EF, Little Rock, AR 72203.

Por favor lea cuidadosamente las instrucciones para entender cómo funciona su podómetro Timex®. **Su modelo tal vez no tenga todas las funciones descritas en este folleto.**

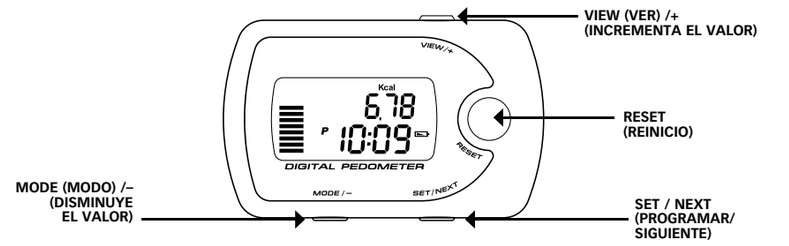
PODÓMETRO TIMEX®

¡Su podómetro Timex® marcará los pasos, calorías, distancia y tiempo de actividad durante el día, sea que esté usted caminando, trotando o corriendo!

Visite www.timex.com por más detalles de la tecnología de punta Timex para ayudarle a lograr sus metas de estado físico y mantener su estilo de vida saludable.

CÓMO AHORRAR LA PILA

El podómetro se entrega en modo Ahorro de energía para aumentar la duración de la pila. Para encender el podómetro, oprima cualquier botón. Para volverlo al modo Ahorro de energía, sostenga el botón VIEW durante 5 segundos. El podómetro también tiene un modo Apagado. Para ingresar al modo de apagado, sostenga los botones MODE y RESET durante 5 segundos. Para salir del modo de apagado, sostenga cualquier botón durante 5 segundos. **NOTA: Los pasos, distancia, tiempo de actividad y calorías marcados en el día se borran cada vez que se ingresa al modo apagado o de ahorro de energía.**



CÓMO PROGRAMAR SU PODÓMETRO

1. Pulse el botón MODE hasta que aparezca TODAY REC (registro del día).
2. Pulse y sostenga SET durante 2 segundos. El tipo de unidad destella. Pulse + ó – para cambiar el valor entre las unidades imperiales de pulgadas (in) y libras (lb) o las métricas de centímetros (cm) y kilogramos (kg).
3. Pulse el botón NEXT y Wt como se muestra. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su peso actual. **Sostenga los botones + ó – para pasar rápidamemente los valores.**
4. Pulse el botón NEXT y Ht como se muestra. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su estatura.
5. Pulse el botón NEXT y AGE como se muestra. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su edad actual.
6. Pulse el botón NEXT y GEN como se muestra. Pulse + ó – para seleccionar W (mujer) o M (hombre).
7. Pulse el botón NEXT y Str como se muestra. Su zancada se calcula automáticamente de acuerdo a su información personal. Sin embargo, si lo desea, usted puede ajustar la longitud de zancada. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su longitud de zancada.
8. Pulse el botón NEXT y su BMR aparece calculada por el podómetro de acuerdo a su información personal. BMR (en inglés) son las siglas de tasa metabólica basal (tmb) que es un cálculo del número de calorías que usted consume durante el día si está en reposo.
9. Pulse el botón NEXT y su paso previsto se muestra. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su meta de pasos diaria.
10. Pulse NEXT para salir del modo programar.

CÓMO COLOCARSE SU PODÓMETRO

El podómetro tiene un diseño delgado que cabe fácil y cómodamente en su bolsillo.

CÓMO USAR SU PODÓMETRO

Hay dos modos principales en el podómetro.

Modo TODAY REC: Este modo muestra su avance durante el día en curso. Automáticamente se reinicia a la medianoche, cada noche. Sus datos se transfieren después al modo DAILY TOT (total diario).

1. Pulse MODE hasta que aparezca TODAY REC (registro del día).
2. La hilera superior de números presenta pasos, distancia o calorías consumidas. Pulse el botón VIEW para pasar a través de cada diferente medida.
3. La hilera inferior de números presenta su tiempo de actividad.
4. Colóquese su podómetro conforme a las instrucciones que anteceden.
5. Se puede bloquear los botones del podómetro para prevenir la pulsación de un botón no deseado durante el uso. Pulse y sostenga el botón MODE y, mientras lo tiene presionado pulse y sostenga también RESET durante 2 segundos para bloquear o desbloquear botones LOC o UnLC destellarán durante 3 segundos. Cuando los botones se hallan bloqueados, LOC destellará de nuevo durante 3 segundos para recordarle si usted pulsa cualquier botón.
6. Comience la actividad. El podómetro empezará a registrar movimiento después de 10 pasos. Esto se hace para garantizar exactitud (se registran todos sus pasos).
7. La barra de actividad aparece al lado izquierdo de la pantalla para mostrar su avance hacia la meta diaria. Cada vez que se completa el 10% de la meta diaria, una nueva barra aparece. Habrá logrado su meta una vez tenga 10 barras.
8. Si quisiera reiniciar manualmente el podómetro, antes del reinicio automático a la medianoche, pulse y sostenga el botón RESET durante 3 segundos.

Modo DAILY TOT: Este modo, conocido también como modo Total del día, sirve como registro de su actividad. Es el recuento total de la actividad desde todos los días anteriores hasta que usted haga el reinicio manual dentro de este modo o reemplace la pila. El símbolo del odómetro **Odo** aparece dentro de este modo.

1. Pulse MODE hasta que DAILY TOT aparezca.
2. La hilera superior de números presenta el total de pasos, distancia o calorías consumidas. Pulse el botón VIEW para pasar a través de cada diferente medida.
3. La hilera inferior de números presenta el tiempo total de actividad.

Ejemplo:

	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	
Modo Today Rec	1.000	5.000	5.000	3.000	1.000	**(Pasos)**
Modo Daily Tot	1.000	6.000	11.000	14.000	15.000	**(Pasos)**

(sigue al dorso)

HOW TO CHANGE THE BATTERY

A low battery icon appears when the battery is low. You can replace the battery when required. Your pedometer uses a CR2032 battery.

1. Turn the battery hatch counterclockwise, following the OPEN arrow so that the arrow on the battery hatch turns from the circle ❍ to the arrow △. Remove battery hatch.
2. Remove battery.
3. Insert new battery.
4. Replace battery hatch. Rotate hatch clockwise until secure and the arrow on the battery hatch turns from the arrow △ back to the circle ❍.

Note: Changing the battery resets all your pedometer's data and settings. You will need to re-input your personal information.

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

TIMEX INTERNATIONAL WARRANTY

(U.S. – LIMITED WARRANTY – PLEASE SEE FRONT OF INSTRUCTION BOOKLET FOR TERMS OF EXTENDED WARRANTY OFFER)

Your TIMEX® product is warranted against manufacturing defects by Timex Group USA, Inc. for a period of ONE YEAR from the original purchase date. Timex and its worldwide affiliates will honor this International Warranty.

Please note that Timex may, at its option, repair your product by installing new or thoroughly reconditioned and inspected components or replace it with an identical or similar model. **IMPORTANT — PLEASE NOTE THAT THIS WARRANTY DOES NOT COVER DEFECTS OR DAMAGES TO YOUR PRODUCT:**

1) after the warranty period expires;
2) if the product was not originally purchased from an authorized Timex retailer;
3) from repair services not performed by Timex;
4) from accidents, tampering or abuse; and
5) lens or crystal, strap or band, watch case, attachments or battery. Timex may charge you for replacing any of these parts.

THIS WARRANTY AND THE REMEDIES CONTAINED HEREIN ARE EXCLUSIVE AND IN LIEU OF ALL OTHER WARRANTIES, EXPRESS OR IMPLIED, INCLUDING ANY IMPLIED WARRANTY OF MERCHANTABILITY OR FITNESS FOR PARTICULAR PURPOSE. TIMEX IS NOT LIABLE FOR ANY SPECIAL, INCIDENTAL OR CONSEQUENTIAL DAMAGES. Some countries and states do not allow limitations on implied warranties and do not allow exclusions or limitations on damages, so these limitations may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights which vary from country to country and state to state.

To obtain warranty service, please return your product to Timex, one of its affiliates or the Timex retailer where the product was purchased, together with a completed original Product Repair Coupon or, in the U.S. and Canada only, the completed original Product Repair Coupon or a written statement identifying your name, address, telephone number and date and place of purchase. Please include the following with your product to cover postage and handling (this is not a repair charge): a US$ 8.00 check or money order in the U.S.; a CAN$7.00 cheque or money order in Canada; and a UK£2.50 cheque or money order in the U.K. In other countries, Timex will charge you for postage and handling. NEVER INCLUDE A SPECIAL WATCHBAND OR ANY OTHER ARTICLE OF PERSONAL VALUE IN YOUR SHIPMENT.

For the U.S., please call 1-800-448-4639 for additional warranty information. For Canada, call 1-800-263-0981. For Brazil, call +55 (11) 5572 9733. For Mexico, call 01-800-01-060-00. For Central America, the Caribbean, Bermuda and the Bahamas, call (501) 370-5775 (U.S.). For Asia, call 852-2815-0091. For the U.K., call 44 020 8687 9620. For Portugal, call 351 212 946 017. For France, call 33 3 81 63 42 00. For Germany/Austria: +43 662 88921 30. For the Middle East and Africa, call 971-4-310850. For other areas, please contact your local Timex retailer or Timex distributor for warranty information. In Canada, the U.S. and in certain other locations, participating Timex retailers can provide you with a postage-paid, pre-addressed Product Repair Mailer for your convenience in obtaining factory service.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX is a registered trademark of Timex Group USA, Inc. in the US and other countries.

Exemple :

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	
Mode Today Rec (Enregistrement jour)	1.000	5.000	5.000	3.000	1.000	**(Pas)**
Mode Daily Tot (Total jour)	1.000	6.000	11.000	14.000	15.000	**(Pas)**

COMMENT CHANGER LA PILE

Une icône pile faible apparaît lorsque la pile est faible. Remplacez la pile quand cela est nécessaire. Votre podomètre utilise une pile CR2032.

1. Faites pivoter le logement de la pile dans le sens anti-horaire, en suivant la flèche OPEN [OUVRIR] pour positionner la flèche sur le logement de la pile du cercle ❍ vers la flèche △. Retirer le logement de la pile.
2. Retirez la pile.
3. Insérez la pile neuve.
4. Replacez le logement de la pile. Faites pivoter le logement dans le sens horaire pour le serrer correctement et positionnez la flèche sur le logement de la pile de la flèche △ vers le cercle ❍.

Remarque : Le remplacement de la pile efface toutes les données et tous les paramètres du podomètre. Il vous faudra de nouveau entrer vos données personnelles.

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

GARANTIE INTERNATIONALE TIMEX

(GARANTIE LIMITÉE – É.-U. – PRIÈRE DE SE REPORTER À LA COUVERTURE DU LIVRET D'INSTRUCTION POUR LES MODALITÉS DE L'OFFRE DE GARANTIE PROLONGÉE)

Votre produit TIMEX® est garanti contre les défauts de fabrication par Timex Group USA, Inc. pour une période d'UN AN, à compter de la date d'achat. Timex ainsi que ses filiales du monde entier honoreront cette Garantie Internationale.

Timex se réserve le droit de réparer votre produit en y installant des composants neufs ou reconditionnés avec soin, ou bien de le remplacer par un modèle identique ou similaire. **IMPORTANT — VEUILLEZ NOTER QUE CETTE GARANTIE NE COUVRE PAS LES DÉFAUTS OU DOMMAGES DE VOTRE PRODUIT :**

1) après l'expiration de la période de garantie ;
2) si le produit n'a pas été acheté initialement chez un revendeur Timex agréé ;
3) si la réparation n'a pas été effectuée par Timex ;
4) suite à un accident, une falsification ou un emploi abusif,
5) s'il s'agit du verre ou cristal, du bracelet ou brassard, du boîtier, des accessoires ou de la pile. Le remplacement de ces pièces peut vous être facturé par Timex.

CETTE GARANTIE ET LES RECOURS AUX PRÉSENTES SONT EXCLUSIFS ET REMPLACENT TOUTE AUTRE GARANTIE, EXPRESSE OU IMPLICITE, Y COMPRIS TOUTE GARANTIE IMPLICITE DE QUALITÉ MARCHANDE OU D'ADAPTATION À UN USAGE PARTICULIER. TIMEX N'EST RESPONSABLE D'AUCUN DOMMAGE PARTICULIER, ACCESSOIRE OU INDIRECT. Certains pays ou États n'autorisent pas les limitations de garanties implicites et n'autorisent pas les exclusions ou limitations pour des dommages, auquel cas lesdites limitations pourraient ne pas vous concerner. Cette garantie vous confère des droits légaux précis. Il se peut que vous bénéficiez d'autres droits, lesquels varient d'un pays à un autre ou d'un état à un autre.

Pour obtenir le service de garantie, retournez votre produit à Timex, à une de ses filiales ou au détaillant Timex où le produit a été acheté avec un coupon de réparation original dûment rempli ou, aux É.-U. et au Canada, le coupon original ou une déclaration écrite comprenant votre nom, adresse, numéro de téléphone ainsi que la date et le lieu d'achat. Veuillez inclure la somme suivante avec votre produit pour couvrir les frais de port et de manutention (ce ne sont pas des frais de réparation) : un chèque ou mandat de 8,00 $ US aux États-Unis, de 7,00 $ CAN au Canada et de 2,50 £ au Royaume-Uni. Dans les autres pays, Timex vous facturera les frais d'envoi et de manutention. N'INCLUEZ JAMAIS DANS VOTRE ENVOI UN BRACELET SPÉCIAL OU TOUT AUTRE ARTICLE AYANT UNE VALEUR PERSONNELLE.

Aux É.-U. veuillez composer le 1-800-448-4639 pour plus de renseignements sur la garantie. Au Canada, composez le 1-800-263-0981. Au Brésil, composez le +55 (11) 5572 9733. Au Mexique, composez le 01-800-01-060-00. Pour l'Amérique centrale, les Caraïbes, les Bermudes et les Bahamas, composez le (501) 370-5775 (É.-U.). En Asie, composer le 852-2815-0091. Au Royaume-Uni, composer le 44 020 8687 9620. Au Portugal, composer le 351 212 946 017. En France, composer le 33 3 81 63 42 00. En Allemagne/Autriche : +43 662 88921 30. Pour le Moyen-Orient et l'Afrique, composez le 971-4-310850. Pour les autres régions, veuillez contacter votre détaillant ou distributeur Timex local pour toute information sur la garantie. Au Canada, aux É.-U. et dans certains autres endroits, les détaillants Timex participants peuvent vous faire parvenir un emballage pré-adressé et pré-affranchi pour vous faciliter l'envoi du produit à l'atelier de réparation.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX est une marque déposée de Timex Group USA, Inc. aux É-U. et dans d'autres pays.

CÓMO CAMBIAR LA PILA

Un símbolo de carga baja aparece cuando la pila está agotada. Puede reemplazar la pila cuando se requiera. El podómetro usa una pila CR2032.

1. Gire la tapa de la pila en sentido antihorario, siguiendo la flecha OPEN de modo que la flecha sobre la tapa de la pila gire desde el círculo ❍ hasta la flecha △. Quite la tapa de la pila.
2. Saque la pila.
3. Introduzca la pila nueva.
4. Vuelva a colocar la tapa de la pila. Gire la tapa en sentido horario hasta que quede segura y la flecha sobre la tapa de la pila gire desde la flecha △ de nuevo al círculo ❍.

Nota: Al reemplazar la pila se borra toda la información y configuraciones de su podómetro. Será necesario que usted ingrese de nuevo su información personal.

NO TIRE LA PILA AL FUEGO. NO LA RECARGUE. MANTENGA LAS PILAS SUELTAS FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.

GARANTIA INTERNACIONAL DE TIMEX

(GARANTÍA LIMITADA EN EUA – VEA LA PARTE DELANTERA DEL FOLLETO DE INSTRUCCIONES RESPECTO A LOS TÉRMINOS DE LA OFERTA DE GARANTÍA EXTENDIDA)

Timex Group USA, Inc garantiza su producto contra defectos de fabricación durante un periodo de UN AÑO a partir de la fecha de compra original. Timex y sus sucursales en todo el mundo respaldarán esta garantía internacional.

Recuerde que Timex, a su entera discreción, podrá reparar el producto mediante la instalación de componentes nuevos o totalmente reacondicionados e inspeccionados, o bien reemplazarlo con un modelo idéntico o similar. **IMPORTANTE, ESTA GARANTÍA NO CUBRE DEFECTOS O DAÑOS AL PRODUCTO EN LOS SIGUIENTES CASOS:**

1) después de vencido el plazo de la garantía;
2. si el producto inicialmente no se compró a un distribuidor autorizado de Timex;
3) si las reparaciones efectuadas no las hizo Timex;
4) si son consecuencia de accidentes, manipulación no autorizada o abuso, y
5) en el cristal, la correa o pulsera, la caja, los accesorios o la pila. Timex podría cobrarle por el reemplazo de cualquiera de estas piezas.

ESTA GARANTÍA SE OFRECE EN FORMA EXCLUSIVA Y EN LUGAR DE CUALQUIER OTRA GARANTÍA, SEA EXPRESA O IMPLÍCITA, INCLUSIVE TODA GARANTÍA IMPLÍCITA PARA FINES COMERCIALES O DE ADECUACIÓN A FINES PARTICULARES. TIMEX NO SE HARÁ RESPONSABLE POR CUALQUIER DAÑO ESPECIAL, SECUNDARIO O A CONSECUENCIA. En ciertos países y estados no se permiten limitaciones de las garantías implícitas ni exclusiones o limitaciones de daños, por lo cual puede que estas limitaciones no sean de aplicación en su caso particular. Esta garantía le concede derechos legales específicos; usted también podría estar amparado por otros derechos, que varían según el país y el estado donde viva.

Para solicitar los servicios incluidos en la garantía, devolver el producto a Timex, a una de sus sucursales o al distribuidor de Timex adonde se compró el reloj, adjuntando el cupón de reparación que originalmente viene con éste o, en EUA y Canadá unicamente, se puede adjuntar el original del cupón de reparación del reloj o una nota en la que figure su nombre, domicilio, número de teléfono, fecha y lugar de compra. Para cubrir el costo de envío, adjuntar el siguiente importe (este importe no es para el pago de la reparación): En EUA, un cheque o giro por valor de US $ 8,00 (dólares estadounidenses); en Canadá, un cheque o giro por valor de CAN $7,00 (dólares canadienses); en el Reino Unido, un cheque o giro por valor de UK £ 2,50 (libras). En otros países, Timex se encargará· de cobrarle el importe por el franqueo y el manejo. NUNCA INCLUYA CON EL RELOJ UNA PULSERA ESPECIAL NI NINGÚN OTRO ARTÍCULO DE VALOR PERSONAL.

En EUA puede llamar al número 1-800-448-4639 para obtener información adicional sobre la garantía. En Canadá, llamar al número 1-800-263-0981. En Brasil, al +55 (11) 5572 9733. En México, al 01-800-01-060-00. En América Central, países del Caribe, Bermudas y Bahamas, al (501) 370-5775 (EUA.). En Asia, llamar al 852-2815-0091. En el Reino Unido., al 44.020 9620. En Portugal, al 351 212 946 017. En Francia, al 33 3 81 63 42 00. Para Alemania/Austria: +43 662 88921 30. Para el Medio Este y África, llamar al 971-4-310850. Para otras zonas, sírvase comunicarse con el vendedor local de Timex o el distribuidor de Timex para información de garantía. En Canadá, EUA y algunos otros lugares, algunos distribuidores de Timex podrían proporcionarle un sobre con la dirección y el franqueo prepago para que envíe el reloj a reparación.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX es una marca registrada de Timex Group USA, Inc. en los Estados Unidos y otros países.

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095003 **EU**

THANK YOU FOR PURCHASING YOUR TIMEX® PEDOMETER.

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

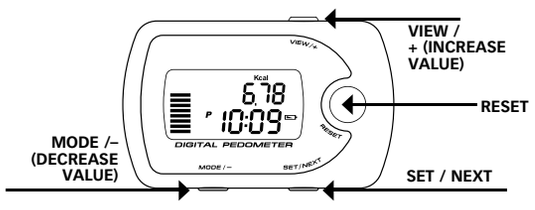
TIMEX® PEDOMETER

Your Timex® Pedometer will track steps, distance, calories and activity time throughout the day – whether you're walking, jogging or running!

Visit www.timex.com for more state-of-the-art Timex technology to help you reach your fitness goals and maintain your healthy lifestyle.

HOW TO CONSERVE YOUR BATTERY

Your pedometer is shipped in Power Save mode in order to conserve battery life. To turn your pedometer on, press any key. To enter back into Power Save mode, hold the VIEW button for 5 seconds. Your pedometer also has a Power Down mode. To enter Power Down mode, press and hold the MODE+SET buttons for 5 seconds. To exit Power Down mode, press and hold any button for 5 seconds. **NOTE: Your current day's Steps, Distance, Activity Time and Calories are reset each time you enter Power Down or Power Save mode.**



HOW TO SET UP YOUR PEDOMETER

1. Press MODE button until TODAY REC appears.
2. Press and hold SET button for 2 seconds. Unit type flashes. Press + or – to change value between Imperial, inches (in) and pounds (lb) or Metric, Centimeters (cm) and kilograms (kg).
3. Press NEXT button and Wt is shown. Press + or – to increase or decrease your current weight. **Hold + or – buttons to scan quickly through values.**
4. Press NEXT button and Ht is shown. Press + or – to increase or decrease your height.
5. Press NEXT button and AGE is shown. Press + or – to increase or decrease your current age.
6. Press NEXT button and GEN is shown. Press + or – to select W (woman) or M (man).
7. Press NEXT button and Str is shown. Your stride is calculated automatically based upon your personal information. However, you can adjust your stride length if you would like. Press + or – to increase or decrease your stride length.
8. Press NEXT button and your BMR is shown that the pedometer calculated based on your personal information. BMR stands for Basal Metabolic Rate and is an estimate of the number of calories you burn throughout the day if at rest.
9. Press NEXT button and your Step Target is shown. Press + or – to increase or decrease your daily step goal.
10. Press NEXT to exit Setting Mode.

HOW TO WEAR YOUR PEDOMETER

Your pedometer features a slim design that fits easily and comfortably into your pocket.

HOW TO USE YOUR PEDOMETER

There are 2 main modes in your pedometer.

TODAY REC Mode: This mode displays your progress for the current day. It is reset automatically at midnight each night. Your data is then transferred to the DAILY TOT (daily total) mode.

1. Press MODE until TODAY REC appears.
2. The top row of numbers shows steps, distance or calories burned. Press VIEW button to scroll through each different measurement.
3. The bottom row of numbers shows your activity time.
4. Wear your pedometer according to the directions above.
5. You can lock the buttons of your pedometer to prevent any unwanted button presses during use. Press and hold MODE button and, while pressing the MODE button also press and hold the RESET for 2 seconds to lock or unlock buttons. LOC or UnLC will flash for 3 seconds. When buttons are currently locked, LOC will again flash for 3 seconds as a reminder if you push any buttons.
6. Begin your activity. The pedometer will begin recording movement after 10 steps. This is done to ensure accuracy (your steps are still recorded).
7. Activity bars appear on the left side of the screen to show your progress towards your daily goal. Every time you finish 10% of your daily goal a new bar will appear. You have reached your goal once you have 10 bars!
8. If you would like to manually reset your pedometer, before the automatic reset at midnight, press and hold the RESET button for 3 seconds.

DAILY TOT Mode: This mode, also known as the Daily Total mode, serves as your activity history log. It is a running total of the activity from all your previous days until you manually reset while in this mode or replace the battery. The odometer icon **Odo** is displayed while in this mode.

1. Press MODE until DAILY TOT appears.
2. The top row of numbers shows your total steps, distance or calories burned. Press VIEW button to scroll through each different measurement.
3. The bottom row of numbers shows your total activity time.

Example:

	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	
Today Rec Mode	1,000	5,000	5,000	3,000	1,000	**(Steps)**
Daily Tot Mode	1,000	6,000	11,000	14,000	15,000	**(Steps)**

HOW TO CHANGE THE BATTERY

A low battery icon appears when the battery is low. You can replace the battery when required. Your pedometer uses a CR2032 battery.

1. Turn the battery hatch counterclockwise, following the OPEN arrow so that the arrow on the battery hatch turns from the circle ❍ to the arrow △. Remove battery hatch.
2. Remove battery.
3. Insert new battery.
4. Replace battery hatch. Rotate hatch clockwise until secure and the arrow on the battery hatch turns from the arrow △ back to the circle ❍.

Note: Changing the battery resets all your pedometer's data and settings. You will need to re-input your personal information.

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

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095003 **EU**

MERCI D'AVOIR ACHETÉ CE PODOMÈTRE TIMEX®

Lire les instructions attentivement pour bien comprendre le fonctionnement de ce podomètre Timex®. **Il est possible que ce modèle ne présente pas toutes les fonctions décrites dans le dépliant.**

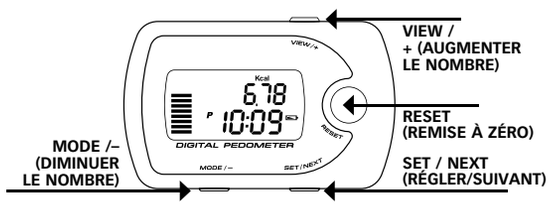
PODOMÈTRE TIMEX®

Votre podomètre Timex® enregistre les pas, la distance, les calories et le temps d'activité durant la journée – que vous marchiez, joggiez ou courriez !

Visiter www.timex.com pour plus de technologie de pointe Timex pour vous permettre d'atteindre vos objectifs de forme et de maintenir un style de vie sain.

COMMENT ÉCONOMISER LA PILE

Votre podomètre est vendu en mode Power Save [Économie d'énergie] pour économiser la pile. Pour allumer votre podomètre, appuyez sur n'importe quel bouton. Pour retourner en mode Power Save [Économie d'énergie], tenez le bouton VIEW [AFFICHER] enfoncé pendant 5 secondes. Votre podomètre a aussi un mode Power Down [Hors tension]. Pour sélectionner le mode Power Down [Hors tension], tenez MODE+SET [MODE+RÉGLER] enfoncés pendant 5 secondes. Pour quitter le mode Power Down [Hors tension], tenez n'importe quel bouton enfoncé pendant 5 secondes. **REMARQUE : Vos pas, distance, temps d'activité et calories quotidien(ne)s actuel(le)s sont remis(es) à zéro à chaque fois que vous sélectionnez le mode Power Down [Hors tension] ou Power Save [Économie d'énergie].**



COMMENT RÉGLER VOTRE PODOMÈTRE

1. Appuyez sur le bouton MODE jusqu'à afficher TODAY REC [ENREGISTREMENT JOUR].
2. Tenez SET [RÉGLER] enfoncé pendant 2 secondes. Le type d'unité clignote. Appuyez sur + ou – pour changer la valeur en système impérial, pouces (in) et livres (lb) ou métrique, centimètres (cm) et kilogrammes (kg).
3. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], Wt s'affiche. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre poids actuel.
   Tenez les boutons + ou – enfoncés pour faire défiler rapidement les valeurs.
4. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], Ht s'affiche. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre taille.
5. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], AGE s'affiche. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre âge actuel.
6. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], GEN s'affiche. Appuyez sur + ou – pour choisir W (femme) ou M (homme).
7. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], Str s'affiche. Votre foulée est automatiquement calculée à partir de vos données personnelles. Vous pouvez cependant ajuster votre longueur de foulée si vous le désirez. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre longueur de foulée.
8. Appuyez sur NEXT [SUIVANT], votre TMB que le podomètre a calculé à partir de vos données personnelles s'affiche. LE TMB est le Taux de Métabolisme Basal et correspond à une estimation du nombre de calories brûlées durant la journée en repos.
9. Appuyez sur le bouton NEXT [SUIVANT], Step Target [Cible pas] s'affiche. Appuyez sur + ou – pour augmenter ou diminuer votre objectif de pas quotidien.
10. Appuyez sur NEXT [Suivant] pour quitter le mode Setting [Réglage].

COMMENT PORTER VOTRE PODOMÈTRE

Le design plat de votre podomètre vous permet de le glisser facilement dans votre poche.

COMMENT UTILISER VOTRE PODOMÈTRE

Il y a 2 modes principaux dans votre podomètre.

Mode TODAY REC [ENREGISTREMENT JOUR] : Ce mode affiche vos progrès pour la journée actuelle. Il est automatiquement remis à zéro à minuit chaque nuit. Vos données sont ensuite transférées dans le mode DAILY TOT [TOTAL JOUR].

1. Appuyez sur MODE jusqu'à afficher TODAY REC [ENREGISTREMENT JOUR].
2. La ligne de chiffres du haut affiche les pas, la distance ou les calories brûlées. Appuyez sur le bouton VIEW [VOIR] pour faire défiler chacune des mesures.
3. La ligne de chiffres du bas affiche le temps d'activité.
4. Portez le podomètre en suivant les instructions ci-dessus.
5. Vous pouvez verrouiller les boutons de votre podomètre pour empêcher la pression involontaire de bouton pendant l'utilisation. Appuyez et tenez le bouton MODE enfoncé et en restant appuyé sur le bouton MODE, appuyez et tenez le bouton RESET [REMISE À ZÉRO] enfoncé pendant 2 secondes pour verrouiller ou déverrouiller les boutons. LOC [VERROUILLÉ] ou UnLC [DÉVERROUILLÉ] clignotera pendant 3 secondes. Lorsque les boutons sont verrouillés, LOC [VERROUILLÉ] clignotera encore pendant 3 secondes en rappel si vous appuyez sur n'importe quel bouton.
6. Commencez votre activité. Le podomètre commencera l'enregistrement des mouvements après 10 pas. Ceci est fait pour garantir l'exactitude (vos pas sont toujours enregistrés).
7. Les barres d'activité apparaissent sur le côté gauche de l'écran pour afficher vos progrès dans votre objectif quotidien. À chaque 10 % atteint de votre objectif quotidien, une nouvelle barre apparaîtra. Vous aurez atteint votre objectif une fois que vous avez 10 barres !
8. Si vous désirez remettre le podomètre à zéro manuellement, avant la remise à zéro automatique à minuit, tenez le bouton RESET [REMISE À ZÉRO] enfoncé pendant 3 secondes.

Mode DAILY TOT [TOTAL JOUR] : Ce mode, aussi appelé mode Daily Total [Total quotidien], vous sert d'historique d'activité. C'est le total cumulatif d'activité de tous les jours précédents jusqu'à la remise à zéro manuelle en étant dans ce mode ou en changeant la pile. L'icône de l'odomètre **Odo** est affichée dans ce mode.

1. Appuyez sur MODE jusqu'à afficher DAILY TOT [TOTAL JOUR].
2. La ligne de chiffres du haut affiche le total de pas, la distance ou les calories brûlées. Appuyez sur le bouton VIEW [VOIR] pour faire défiler chacune des mesures.
3. La ligne de chiffres du bas affiche le temps d'activité total.

Exemple :

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	
Mode Today Rec (Enregistrement jour)	1.000	5.000	5.000	3.000	1.000	**(Pas)**
Mode Daily Tot (Total jour)	1.000	6.000	11.000	14.000	15.000	**(Pas)**

COMMENT CHANGER LA PILE

Une icône pile faible apparaît lorsque la pile est faible. Remplacez la pile quand cela est nécessaire. Votre podomètre utilise une pile CR2032.

1. Faites pivoter le logement de la pile dans le sens anti-horaire, en suivant la flèche OPEN [OUVRIR] pour positionner la flèche sur le logement de la pile du cercle ❍ vers la flèche △. Retirer le logement de la pile.
2. Retirez la pile.
3. Insérez la pile neuve.
4. Replacez le logement de la pile. Faites pivoter le logement dans le sens horaire pour le serrer correctement et positionnez la flèche sur le logement de la pile de la flèche △ vers le cercle ❍.

Remarque : Le remplacement de la pile efface toutes les données et tous les paramètres du podomètre. Il vous faudra de nouveau entrer vos données personnelles.

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

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095003 **EU**

GRACIAS POR LA COMPRA DE SU PODÓMETRO TIMEX®.

Por favor lea cuidadosamente las instrucciones para entender cómo funciona su podómetro Timex®. **Su modelo tal vez no tenga todas las funciones descritas en este folleto.**

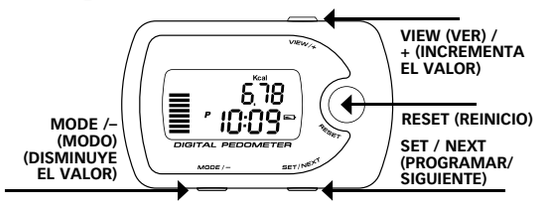
PODÓMETRO TIMEX®

¡Su podómetro Timex® marcará los pasos, calorías, distancia y tiempo de actividad durante el día, sea que esté usted caminando, trotando o corriendo!

Visite www.timex.com por más detalles de la tecnología de punta Timex para ayudarle a lograr sus metas de estado físico y mantener su estilo de vida saludable.

CÓMO AHORRAR LA PILA

El podómetro se entrega en modo Ahorro de energía para aumentar la duración de la pila. Para encender el podómetro, oprima cualquier botón. Para volverlo al modo Ahorro de energía, sostenga el botón VIEW durante 5 segundos. El podómetro también tiene un modo Apagado. Para ingresar al modo de apagado, sostenga los botones MODE y RESET durante 5 segundos. Para salir del modo de apagado, sostenga cualquier botón durante 5 segundos. **NOTA: Los pasos, distancia, tiempo de actividad y calorías marcados en el día se borran cada vez que se ingresa al modo apagado o de ahorro de energía.**



CÓMO PROGRAMAR SU PODÓMETRO

1. Pulse el botón MODE hasta que aparezca TODAY REC (registro del día).
2. Pulse y sostenga SET durante 2 segundos. El tipo de unidad destella. Pulse + ó – para cambiar el valor entre las unidades imperiales de pulgadas (in) y libras (lb) o las métricas de centímetros (cm) y kilogramos (kg).
3. Pulse el botón NEXT y Wt como se muestra. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su peso actual.
   Sostenga los botones + ó – para pasar rápidamemente los valores.
4. Pulse el botón NEXT y Ht como se muestra. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su estatura.
5. Pulse el botón NEXT y AGE como se muestra. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su edad actual.
6. Pulse el botón NEXT y GEN como se muestra. Pulse + ó – para seleccionar W (mujer) o M (hombre).
7. Pulse el botón NEXT y Str como se muestra. Su zancada se calcula automáticamente de acuerdo a su información personal. Sin embargo, si lo desea, usted puede ajustar la longitud de zancada. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su longitud de zancada.
8. Pulse el botón NEXT y su BMR aparece calculada por el podómetro de acuerdo a su información personal. BMR (en inglés) son las siglas de tasa metabólica basal (tmb) que es un cálculo del número de calorías que usted consume durante el día si está en reposo.
9. Pulse el botón NEXT y su paso previsto se muestra. Pulse + ó – para aumentar o disminuir su meta de pasos diaria.
10. Pulse NEXT para salir del modo programar.

CÓMO COLOCARSE SU PODÓMETRO

El podómetro tiene un diseño delgado que cabe fácil y cómodamente en su bolsillo.

CÓMO USAR SU PODÓMETRO

Hay dos modos principales en el podómetro.

Modo TODAY REC: Este modo muestra su avance durante el día en curso. Automáticamente se reinicia a la medianoche, cada noche. Sus datos se transfieren después al modo DAILY TOT (total diario).

1. Pulse MODE hasta que aparezca TODAY REC (registro del día).
2. La hilera superior de números presenta pasos, distancia o calorías consumidas. Pulse el botón VIEW para pasar a través de cada diferente medida.
3. La hilera inferior de números presenta su tiempo de actividad.
4. Colóquese su podómetro conforme a las instrucciones que anteceden.
5. Se puede bloquear los botones del podómetro para prevenir la pulsación de un botón no deseado durante el uso. Pulse y sostenga el botón MODE y, mientras lo tiene presionado pulse y sostenga también RESET durante 2 segundos para bloquear o desbloquear botones LOC o UnLC destellarán durante 3 segundos. Cuando los botones se hallan bloqueados, LOC destellará de nuevo durante 3 segundos para recordarle si usted pulsa cualquier botón.
6. Comience la actividad. El podómetro empezará a registrar movimiento después de 10 pasos. Esto se hace para garantizar exactitud (se registran todos sus pasos).
7. La barra de actividad aparece al lado izquierdo de la pantalla para mostrar su avance hacia la meta diaria. Cada vez que se completa el 10% de la meta diaria, una nueva barra aparece. Habrá logrado su meta una vez tenga 10 barras.
8. Si quisiera reiniciar manualmente el podómetro, antes del reinicio automático a la medianoche, pulse y sostenga el botón RESET durante 3 segundos.

Modo DAILY TOT: Este modo, conocido también como modo Total del día, sirve como registro de su actividad. Es el recuento total de la actividad desde todos los días anteriores hasta que usted haga el reinicio manual dentro de este modo o reemplace la pila. El símbolo del odómetro **Odo** aparece dentro de este modo.

1. Pulse MODE hasta que DAILY TOT aparezca.
2. La hilera superior de números presenta el total de pasos, distancia o calorías consumidas. Pulse el botón VIEW para pasar a través de cada diferente medida.
3. La hilera inferior de números presenta el tiempo total de actividad.

Ejemplo:

	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	
Modo Today Rec	1.000	5.000	5.000	3.000	1.000	**(Pasos)**
Modo Daily Tot	1.000	6.000	11.000	14.000	15.000	**(Pasos)**

CÓMO CAMBIAR LA PILA

Un símbolo de carga baja aparece cuando la pila está agotada. Puede reemplazar la pila cuando se requiera. El podómetro usa una pila CR2032.

1. Gire la tapa de la pila en sentido antihorario, siguiendo la flecha OPEN de modo que la flecha sobre la tapa de la pila gire desde el círculo ❍ hasta la flecha △. Quite la tapa de la pila.
2. Saque la pila.
3. Introduzca la pila nueva.
4. Vuelva a colocar la tapa de la pila. Gire la tapa en sentido horario hasta que quede segura y la flecha sobre la tapa de la pila gire desde la flecha △ de nuevo al círculo ❍.

Nota: Al reemplazar la pila se borra toda la información y configuraciones de su podómetro. Será necesario que usted ingrese de nuevo su información personal.

NO TIRE LA PILA AL FUEGO. NO LA RECARGUE. MANTENGA LAS PILAS SUELTAS FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095003 **EU**

OBRIGADO POR TER COMPRADO UM PEDÓMETRO TIMEX®.

Leia as instruções cuidadosamente para aprender como usar o seu pedómetro Timex®. **O seu modelo poderá não dispor de todas as funções descritas neste livro.**

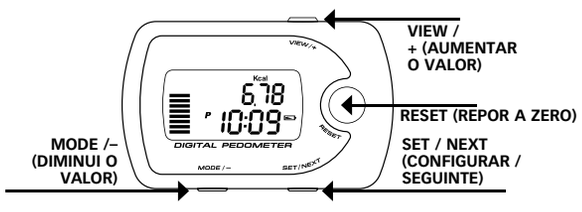
PEDÓMETRO TIMEX®

O seu pedómetro Timex® registará os passos, a distância, as calorias e o tempo de actividade durante o dia – quer caminhe, caminhe rápido (jogging) ou corra!

Visite o site www.timex.com para saber mais sobre a tecnologia de ponta da Timex a fim de o ajudar a alcançar os objectivos de manutenção da forma física e a conservar o seu estilo de vida saudável.

COMO CONSERVAR A CARGA DA PILHA

O seu pedómetro sai da fábrica no modo de conservação de energia (power save) para prolongar a vida da pilha. Para ligar o seu pedómetro, carregue em qualquer um dos botões. Para voltar ao modo de conservação de energia, mantenha o botão VIEW carregado durante 5 segundos. O seu pedómetro também tem um modo de desligado (power down). Para entrar no modo de corrente desligada (power down), mantenha os botões MODE+SET (modo+configurar) carregados durante 5 segundos. Para sair do modo de corrente desligada (power down), mantenha qualquer botão carregado durante 5 segundos. **NOTA: Os seus passos, distância, tempo de actividade e calorias do dia são levados a zero cada vez que entrar nos modos de desligado (power down) ou conservação de energia (power save).**



COMO CONFIGURAR O SEU PEDÓMETRO

1. Carregue no botão MODE até aparecer TODAY REC.
2. Mantenha o botão SET carregado durante 2 segundos. O tipo de unidade começa a piscar. Carregue em + ou – para mudar os valores entre o sistema de unidades inglês, polegadas (in) e libras (lb) ou o sistema métrico, centímetros (cm) e quilogramas (kg).
3. Carregue no botão NEXT (seguinte) e aparece Wt (peso). Carregue em + ou – para aumentar ou diminuir o seu peso actual.
   Mantenha o botão + ou – carregado para aumentar ou diminuir os valores rapidamente.
4. Carregue no botão NEXT (seguinte) e aparece Ht (altura). Carregue em + ou – para aumentar ou diminuir a sua altura.
5. Carregue no botão NEXT (seguinte) e aparece AGE (idade). Carregue em + ou – para aumentar ou diminuir a sua idade.
6. Carregue no botão NEXT (seguinte) e aparece GEN (sexo). Carregue em + ou – para seleccionar W (senhora) ou M (homem).
7. Carregue no botão NEXT (seguinte) e aparece Str (passada). A sua passada é calculada automaticamente com base na sua informação pessoal. No entanto, se quiser, pode ajustar o comprimento da sua passada. Carregue em + ou – para aumentar ou diminuir o comprimento da sua passada.
8. Carregue no botão NEXT (seguinte) e a sua BMR (taxa metabólica basal) aparece, a qual foi calculada pelo pedómetro com base na sua informação pessoal. BMR quer dizer Basal Metabolic Rate (taxa metabólica basal) e é o número estimado de calorias que o seu corpo queima durante o dia, se estiver a descansar.
9. Carregue no botão NEXT (seguinte) e aparece Step Target (alvo do passo). Carregue em + ou – para aumentar ou diminuir o objectivo a atingir para as suas passadas diárias.
10. Carregue em NEXT para sair do modo de configuração.

COMO LEVAR O SEU PEDÓMETRO

O seu pedómetro apresenta um desenho elegante que cabe fácil e confortavelmente dentro do seu bolso.

COMO USAR O SEU PEDÓMETRO

O seu pedómetro tem dois modos principais.

Modo TODAY REC (gravação de hoje): Este modo mostra o seu progresso para o dia actual. Ele volta a zero automaticamente todas as noites à meia-noite. Os seus dados são então transferidos para o modo de DAILY TOT (total diário).

1. Carregue no botão MODE até aparecer TODAY REC.
2. A fila de números de cima mostra passos, distância ou calorias queimadas. Carregue no botão de VIEW para ver cada um dos diferentes dados.
3. A fila dos números de baixo mostra o seu tempo de actividade.
4. Use o pedómetro de acordo com as instruções acima.
5. Pode bloquear os botões do seu pedómetro para evitar carregar em qualquer um deles, sem querer, durante o uso. Mantenha o botão MODE carregado e, ao mesmo tempo, carregue no botão RESET durante 2 segundos para bloquear ou desbloquear os botões. LOC ou UnLC piscará durante 3 segundos. Quando os botões estão bloqueados, se carregar em qualquer um deles, LOC piscará durante 3 segundos para o lembrar novamente de que estes estão bloqueados.
6. Comece a sua actividade. O pedómetro começará a gravar o movimento depois de 10 passos. Isto é feito para assegurar a precisão (os seus passos continuam a ser gravados).
7. As barras de actividade aparecem no lado esquerdo do ecrã para mostrar o seu progresso em relação ao seu objectivo diário. Cada vez que completar 10% do seu objectivo diário, aparece uma nova barra. Atingiu o seu objectivo quando tiver 10 barras!
8. Se quiser levar o seu pedómetro a zero manualmente, antes do reinício automático à meia-noite, mantenha o botão RESET carregado durante 3 segundos.

Modo DAILY TOT (total diário): Este modo, também conhecido como modo do total diário, serve como o seu diário histórico de actividade. É o total acumulado da sua actividade nos dias anteriores até que o reinicie manualmente enquanto está neste modo ou substitua a pilha. O ícone do hodómetro **Odo** é mostrado enquanto está neste modo.

1. Carregue no botão MODE até aparecer DAILY TOT (total diário).
2. A fila de números de cima mostra o total dos seus passos, distância ou calorias queimadas. Carregue no botão de VIEW para ver cada um dos diferentes dados.
3. A fila dos números de baixo mostra o seu tempo de actividade total.

Exemplo:

	Dia 1	Dia 2	Dia 3	Dia 4	Dia 5	
Today Rec Mode (Modo de gravação de hoje)	1,000	5,000	5,000	3,000	1,000	**(passos)**
Daily Tot Mode (Modo de gravação diário)	1,000	6,000	11,000	14,000	15,000	**(passos)**

COMO MUDAR A PILHA

O ícone da pilha sem carga aparece quando a pilha está descarregada. Pode substituir a pilha quando for necessário. O seu pedómetro usa uma pilha CR2032.

1. Rode a tampa da pilha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio, seguindo a seta de OPEN (abrir) para que a seta na tampa da pilha rode do círculo ❍ para a seta △. Retire a tampa da pilha.
2. Retire a pilha.
3. Introduza a pilha nova.
4. Volte a colocar a tampa da pilha. Rode a tampa no sentido dos ponteiros do relógio até prender e a seta na tampa da pilha rodar da seta △ de volta para o círculo ❍.

Nota: A substituição da pilha faz apagar todos os dados e configurações do seu pedómetro. Necessita de introduzir de novo a sua informação pessoal.

NÃO DEITE A PILHA NO FOGO. NÃO RECARREGUE A PILHA. MANTENHA AS PILHAS SOLTAS FORA DO ALCANCE DAS CRIANÇAS.

Printed in the Phillipines

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095003 EU

GRAZIE DI AVER ACQUISTATO UN PEDOMETRO TIMEX®.

Leggete attentamente le istruzioni per capire come usare il pedometro Timex®. **Il modello in dotazione potrebbe non disporre di tutte le funzioni descritte in questo opuscolo.**

PEDOMETRO TIMEX®

Il pedometro Timex® tiene traccia di passi, distanza, calorie bruciate e durata dell'attività per tutto il giorno, che stiate camminando o correndo in modo lento o veloce!

Visitate il sito www.timex.com per informazioni su altri prodotti ad alta tecnologia Timex in grado di aiutarvi a raggiungere le vostre mete di fitness e a mantenere il vostro stile di vita sano.

COME PRESERVARE LA BATTERIA

Il pedometro viene spedito in modalità Power Save (Risparmio energetico), per preservare la durata della batteria. Per accendere il pedometro, premere qualsiasi tasto. Per ritornare in modalità Power Save (Risparmio energetico), tenere premuto per 5 secondi il pulsante VIEW (VISUALIZZA). Il pedometro dispone anche della modalità Power Down (Spegnimento). Per entrare nella modalità Power Down (Spegnimento), premere e tenere premuti i pulsanti MODE e SET per 5 secondi. Per uscire dalla modalità Power Down (Spegnimento), premere e tenere premuto qualsiasi pulsante per 5 secondi. **NOTA: ogni volta che si entra nelle modalità Power Down (Spegnimento) o Power Save (Risparmio energetico), i dati correnti giornalieri relativi a passi, distanza, durata dell'attività e calorie vengono azzerati.**

COME IMPOSTARE IL PEDOMETRO

1. Premere il pulsante MODE (MODALITÀ) finché non appaiono le parole TODAY REC (REG ODIERNA).
2. Premere e tenere premuto il pulsante SET (IMPOSTA) per 2 secondi. Il tipo di unità di misura lampeggia. Premere + o – per cambiare il valore, scegliendo fra le unità di misura britanniche, pollici (in) e libbre (lb) oppure quelle metriche, centimetri (cm) e chilogrammi (kg).
3. Premere il pulsante NEXT (AVANTI), e viene mostrato il peso (Wt). Premere + o – per aumentare o diminuire il peso corrente.
   Tenere premuti i pulsanti + o – per spostarsi rapidamente fra i valori.
4. Premere il pulsante NEXT (AVANTI), e viene mostrata l'altezza (Ht). Premere + o – per aumentare o diminuire la propria altezza.
5. Premere il pulsante NEXT (AVANTI), e viene mostrata l'età (AGE). Premere + o – per aumentare o diminuire la propria età.
6. Premere il pulsante NEXT (AVANTI), e viene mostrato il sesso (GEN). Premere + o – per selezionare W (donna) o M (uomo).
7. Premere il pulsante NEXT (AVANTI), e viene mostrata la falcata (Str). La falcata dell'utente viene calcolata automaticamente in base alle sue informazioni personali. L'utente può tuttavia regolarne la lunghezza, se lo desidera. Premere + o – per aumentare o diminuire la lunghezza della propria falcata.
8. Premere il pulsante NEXT (AVANTI) e viene mostrato il tasso metabolico basale (BMR) calcolato dal pedometro in base alle informazioni personali inserite dall'utente. BMR sta per Basal Metabolic Rate (tasso metabolico basale), ed è una stima del numero di calorie che l'utente brucia durante tutta la giornata se a riposo.
9. Premere il pulsante NEXT (AVANTI), e viene mostrato il proprio Bersaglio dei passi (Step Target) Premere + o – per aumentare o diminuire la meta quotidiana di passi che si desidera raggiungere.
10. Premere NEXT (AVANTI) per uscire dalla Setting Mode (Modalità impostazione).

COME INDOSSARE IL PEDOMETRO

Il pedometro ha un design sottile che gli permette di stare in modo facile e comodo nella tasca dell'utente.

COME USARE IL PEDOMETRO

Il pedometro presenta 2 modalità principali.

Modalità TODAY REC (REG ODIERNA): questa modalità visualizza i progressi dell'utente nella giornata corrente. Alla mezzanotte di ogni giorno, si azzera automaticamente. I dati vengono quindi trasferiti nella modalità DAILY TOT (TOTALE QUOTIDIANO).

1. Premere MODE (MODALITÀ) finché non appaiono le parole TODAY REC (REG ODIERNA).
2. La riga di numeri superiore indica i passi, la distanza o le calorie bruciate. Premere il pulsante VIEW (VISUALIZZA) per passare in rassegna ciascuna misura diversa.
3. La riga di numeri inferiore mostra la durata dell'attività.
4. Indossare il pedometro seguendo le istruzioni indicate sopra.
5. Si possono bloccare i pulsanti del pedometro per evitare di premerli per errore durante l'uso. Premere e tenere premuto il pulsante MODE (MODALITÀ), e, mentre lo si tiene premuto, premere e tenere premuto anche il pulsante RESET (RIPRISTINA) per 2 secondi per bloccare o sbloccare i pulsanti. Le parole LOC (BLOCCO) o UnLC (SBLOCCO) lampeggiano per 3 secondi. Quando i pulsanti sono correntemente bloccati, la parola LOC (BLOCCO) lampeggia di nuovo per 3 secondi alla pressione di qualsiasi pulsante, per ricordare all'utente che i pulsanti sono bloccati.
6. Iniziare l'attività. Il pedometro inizia a registrare il movimento dopo 10 passi. Questo viene fatto per assicurare la precisione (i passi vengono comunque registrati).
7. Le barre di attività appaiono sulla sinistra dello schermo, ad indicare il progresso verso la meta quotidiana. Ogni volta che si completa il 10% della propria meta quotidiana, appare una nuova barra. Si è raggiunta la propria meta quando vengono visualizzate 10 barre!
8. Se si desidera azzerare manualmente il pedometro prima dell'azzeramento automatico alla mezzanotte, premere e tenere premuto il pulsante RESET (RIPRISTINA) per 3 secondi.

Modalità DAILY TOT (TOTALE QUOTIDIANO): questa modalità funge da registro delle attività precedenti dell'utente. Indica l'attività totale di tutti i giorni precedenti, fino a quando non si esegue l'azzeramento manuale in questa modalità o non si sostituisce la batteria. Mentre ci si trova in questa modalità viene visualizzata l'icona dell'odometro **Odo**.

1. Premere MODE (MODALITÀ) finché non appare DAILY TOT (TOTALE QUOTIDIANO).
2. La riga di numeri superiore indica i passi, la distanza o le calorie bruciate totali. Premere il pulsante VIEW (VISUALIZZA) per passare in rassegna ciascuna misura diversa.
3. La riga di numeri inferiore mostra la durata totale dell'attività.

Esempio:

	Giorno 1	Giorno 2	Giorno 3	Giorno 4	Giorno 5	
Modalità Today Rec (Registrazione odierna)	1.000	5.000	5.000	3.000	1.000	(Passi)
Modalità Daily Tot (Totale quotidiano)	1.000	6.000	11.000	14.000	15.000	(Passi)

COME SOSTITUIRE LA BATTERIA

L'icona della batteria scarica ▭ appare quando la batteria si sta scaricando. Si può sostituire la batteria quando necessario. Il pedometro impiega una batteria CR2032.

1. Girare in senso antiorario il coperchio del vano portabatteria, seguendo la freccia indicante OPEN (APRI) in modo che la freccia sul coperchio giri dal cerchio ❍ alla freccia △. Rimuovere il coperchio del vano portabatteria.
2. Rimuovere la batteria.
3. Inserire la batteria nuova.
4. Riposizionare il coperchio del vano portabatteria. Girare in senso orario il coperchio del vano portabatteria finché non risulta ben chiuso e la freccia sul coperchio ritorna dalla freccia △ al cerchio ❍.

Nota: sostituendo la batteria, tutti i dati e le impostazioni del pedometro vengono azzerati. Occorre reinserire le proprie informazioni personali.

NON SMALTIRE LE BATTERIE INCENDIANDOLE. NON RICARICARLE. MANTENERE LE BATTERIE SFUSE FUORI DALLA PORTATA DEI BAMBINI.

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095003 EU

WIR DANKEN FÜR DEN KAUF IHRES TIMEX® SCHRITTZÄHLERS.

Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung für Ihren Timex® Schrittzähler genau durch. **Ihr Modell besitzt eventuell nicht alle der hier aufgeführten Funktionen.**

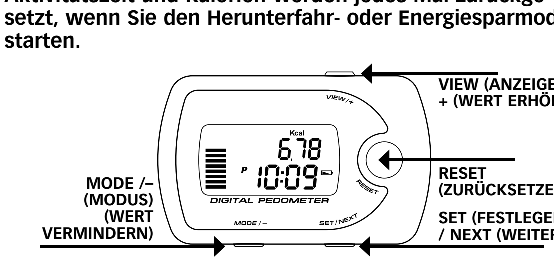
TIMEX® SCHRITTZÄHLER

Ihr Timex® Schrittzähler zeichnet Ihre Schritte, Entfernung, Kalorien und Aktivitätszeit den ganzen Tag über auf – egal ob Sie gehen, joggen oder laufen!

Die neue Timex-Technologie unter www.timex.com zeigt Ihnen, wie Sie Ihr Fitnessziel erreichen und einen gesunden Lebensstil beibehalten können.

SCHONUNG IHRER BATTERIE

Ihr Schrittzähler wird im Energiesparmodus ausgeliefert, um die Lebensdauer der Batterie zu schonen. Wenn Sie auf einen beliebigen Knopf drücken, wird Ihr Schrittzähler aktiviert. Um den Energiesparmodus erneut zu aktivieren, den Knopf VIEW (ANZEIGE) 5 Sekunden lang drücken. Ihr Schrittzähler verfügt auch einen Herunterfahrmodus. Den Herunterfahrmodus durch das gleichzeitige 5 Sekunden lange Drücken der Knöpfe MODE (MODUS) und SET (FESTLEGEN) starten. Zum Beenden des Herunterfahrmodus einen beliebigen Knopf 5 Sekunden lang gedrückt halten. **HINWEIS: Ihre Schritte, Entfernung, Aktivitätszeit und Kalorien werden jedes Mal zurückgesetzt, wenn Sie den Herunterfahr- oder Energiesparmodus starten.**



IHREN SCHRITTZÄHLER EINRICHTEN

1. MODE (MODUS) drücken bis TODAY REC (HEUTE AUFGEZEICHNET) angezeigt wird.
2. SET (FESTLEGEN) drücken und 2 Sekunden lang halten. Maßeinheit blinkt. + oder – drücken, um den Wert auf britisch (Imperial), Zoll (in) und engl. Pfund (lb) oder metrisch (Metric), Zentimeter (cm) und Kilogramm (kg) festzulegen.
3. NEXT (WEITER) drücken. Wt (Gewicht) wird angezeigt. + oder – drücken, um Ihr aktuelles Gewicht hoch- oder herabzusetzen.
   + oder – drücken, um die Werte rasch zu durchlaufen.
4. NEXT (WEITER) drücken. Ht (Größe) wird angezeigt. + oder – drücken, um Ihre Körpergröße hoch- oder herabzusetzen.
5. NEXT (WEITER) drücken. AGE (ALTER) wird angezeigt. + oder – drücken, um Ihr aktuelles Alter hoch- oder herabzusetzen.
6. NEXT (WEITER) drücken. GEN (GESCHLECHT) wird angezeigt. + oder – drücken, um W (weiblich) oder M (männlich) auszuwählen.
7. NEXT (WEITER) drücken. Str (Schrittlänge) wird angezeigt. Ihre Schrittlänge wird automatisch auf Grundlage Ihrer persönlichen Informationen berechnet. Sie können Ihre Schrittlänge aber bei Bedarf anpassen. + oder – drücken, um Ihre Schrittlänge herauf- oder herabzusetzen.
8. NEXT drücken. Ihr BMR wird angezeigt, den der Schrittzähler auf Grundlage Ihrer persönlichen Informationen berechnet hat. BMR steht für Grundumsatz (Basal Metabolic Rate) und stellt eine Einschätzung der Anzahl von Kalorien dar, die Sie während eines Tages ohne Aktivität verbrauchen.
9. NEXT drücken. Ihr Schritt-Ziel wird angezeigt. + oder – drücken, um Ihr tägliches Schritt-Ziel herauf- oder herabzusetzen.
10. NEXT drücken, um den Einstellungsmodus zu beenden.

SCHRITTZÄHLER TRAGEN

Durch das schlanke Design des Schrittzählers passt er einfach und mühelos in Ihre Tasche.

SCHRITTZÄHLER VERWENDEN

Es gibt 2 Hauptmodi für Ihren Schrittzähler.

Modus TODAY REC (HEUTE AUFGEZEICHNET): In diesem Modus wird Ihr Fortschritt für den aktuellen Tag angezeigt. Er wird automatisch um Mitternacht zurückgesetzt. Ihre Daten werden dann an den MODUS DAILY TOT (TÄGLICH GESAMT) übertragen.

1. MODE (MODUS) drücken bis TODAY REC (HEUTE AUFGEZEICHNET) angezeigt wird.
2. Auf der obersten Zeile mit Nummern werden Schritte, Entfernung oder verbrauchte Kalorien angezeigt. Sie können den Knopf VIEW (ANZEIGE) drücken, um die verschiedenen Messwerte zu durchlaufen.
3. Auf der unteren Zeile mit Nummern wird Ihre Aktivitätszeit angezeigt.
4. Tragen Sie Ihren Schrittzähler, wie oben beschrieben.
5. Sie können die Knöpfe Ihres Schrittzählers sperren, um das versehentliche Drücken der Knöpfe zu vermeiden. MODE (MODUS) gedrückt halten und gleichzeitig RESET (ZURÜCKSETZEN)drücken und 2 Sekunden lang halten, um die Knöpfe zu sperren oder zu entsperren. LOC (SPERREN) oder UnLC (ENTSPERREN) blinkt 3 Sekunden lang. Wenn die Knöpfe aktuell gesperrt sind, blinkt LOC 3 Sekunden lang als Erinnerung, wenn Sie einen Knopf drücken.
6. Beginnen Sie mit Ihrer Aktivität. Der Schrittzähler beginnt mit der Bewegungsaufzeichnung nach 10 Schritten. Hierdurch wird Genauigkeit gewährleistet (Ihre Schritte werden in jedem Fall gezählt).
7. Aktivitätsbalken werden auf der linken Seite des Displays angezeigt, um Ihren Fortschritt in Bezug auf Ihr tägliches Ziel anzuzeigen. Bei jedem Erreichen von jeweils 10 % Ihres täglichen Ziels wird ein neuer Balken angezeigt. Bei Erreichen Ihres Ziels werden 10 Balken angezeigt!
8. Wenn Sie Ihren Schrittzähler vor Mitternacht manuell zurücksetzen möchten, können Sie RESET (ZURÜCKSETZEN) 3 Sekunden lang halten.

Modus DAILY TOT (TÄGLICH GESAMT): Dieser Modus fungiert als Ihr Aktivitätsprotokoll. Es handelt sich um ein laufendes Gesamtergebnis der Aktivitäten zurückliegender Tage, bis zu einer Zurücksetzung in diesem Modus oder zum Austausch der Batterie. Wenn Sie sich in diesem Modus befinden, wird das Kilometerzähler-Symbol **Odo** angezeigt.

1. MODE (MODUS) drücken bis DAILY TOT (TÄGLICH GESAMT) angezeigt wird.
2. Auf der obersten Zeile mit Nummern werden die Gesamtzahl für Schritte, Entfernung oder verbrauchte Kalorien angezeigt. Sie können den Knopf VIEW (ANZEIGE) drücken, um die verschiedenen Messwerte zu durchlaufen.
3. Auf der unteren Zeile mit Nummern wird Ihre Gesamt-Aktivitätszeit angezeigt.

Beispiel:

	Tag 1	Tag 2	Tag 3	Tag 4	Tag 5	
Modus Today Rec (Heute aufgezeichnet):	1,000	5,000	5,000	3,000	1,000	(Steps)
Modus Daily Tot (Täglich gesamt)	1,000	6,000	11,000	14,000	15,000	(Steps)

AUSTAUSCHEN DER BATTERIE

Bei niedrigem Batteriestand wird das Symbol ▭ angezeigt. Die Batterie muss bei Bedarf ausgewechselt werden. Ihr Schrittzähler verwendet eine CR2032 Batterie.

1. Den Batteriedeckel entgegen des Uhrzeigersinns und gemäß des ÖFFNEN-Pfeils drehen, sodass der Pfeil auf dem Batteriedeckel vom Kreis ❍ zum Pfeil △ gedreht wird. Den Batteriedeckel abnehmen.
2. Batterie entfernen.
3. Die neue Batterie einlegen.
4. Den Batteriedeckel wieder einsetzen. Im Uhrzeigersinn auf einen sicheren Sitz drehen und der Pfeil auf dem Batteriedeckel vom Pfeil △ zurück auf den Kreis ❍ drehen.

Hinweis: Wird die Batterie Ihres Schrittzählers ausgetauscht, werden die Daten und Einstellungen gelöscht. Sie müssen Ihre persönlichen Informationen erneut eingeben.

DIE BATTERIE DARF AUF KEINEN FALL VERBRANNT WERDEN. SIE IST NICHT AUFLADBAR. BATTERIEN VON KINDERN FERNHALTEN.

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095003 EU

WIJ DANKEN U VOOR DE AANKOOP VAN UW TIMEX® STAPPENTELLER.

Lees de instructies goed door zodat u weet hoe u uw Timex® stappenteller moet bedienen. **Het is mogelijk dat uw model niet alle functies heeft die in dit boekje worden beschreven.**

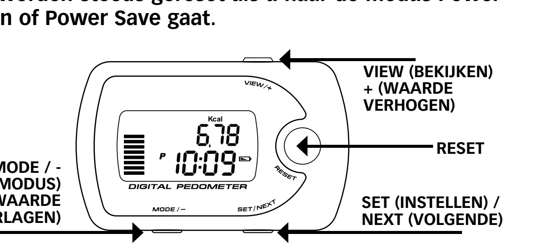
TIMEX® STAPPENTELLER

De Timex® stappenteller volgt stappen, afstand, calorieën en activiteitstijd de hele dag lang – terwijl u loopt, jogt of hardloopt!

Bezoek www.timex.com voor meer geavanceerde Timex-technologie om uw fitnessdoelen te bereiken en een gezonde levensstijl te handhaven.

DE BATTERIJ LANG MEE LATEN GAAN

Uw stappenteller wordt in de modus Power Save (stroombesparing) geleverd om de batterij langer mee te laten gaan. Druk op om het even welke knop om de stappenteller aan te zetten. Om terug te gaan naar de modus Power Save houdt u de knop VIEW 5 seconden ingedrukt. Uw stappenteller heeft ook een modus Power Down (uitschakelen). Om naar de modus Power Down te gaan houdt u de knoppen MODE en SET 5 seconden ingedrukt. Om de modus Power Down te verlaten houdt u om het even welke knop 5 seconden ingedrukt. **OPMERKING: Uw stappen, afstand, activiteitstijd en calorieën van de huidige dag worden steeds gereset als u naar de modus Power Down of Power Save gaat.**



INSTELLEN VAN DE STAPPENTELLER

1. Druk op de knop MODE totdat TODAY REC (reg. vandaag) verschijnt.
2. Houd de knop SET 2 seconden ingedrukt. Het eenheidstype knippert. Druk op + of – om de waarde te veranderen tussen Imperial (Engels), inch (in) en pond (lb), en Metric (metrisch), centimeter (cm) en kilogram (kg).
3. Druk op de knop NEXT en Wt (gewicht) wordt weergegeven. Druk op + of – om uw huidige gewicht hoger of lager in te stellen.
   Houd de knop + of - ingedrukt om de waarden snel te doorlopen.
4. Druk op de knop NEXT en Ht (lengte) wordt weergegeven. Druk op + of – om uw huidige lengte hoger of lager in te stellen.
5. Druk op de knop NEXT en AGE (leeftijd) wordt weergegeven. Druk op + of – om uw huidige leeftijd hoger of lager in te stellen.
6. Druk op de knop NEXT en GEN (geslacht) wordt weergegeven. Druk op + of – om W (vrouw) of M (man) te selecteren.
7. Druk op de knop NEXT en Str (stap) wordt weergegeven. Uw stap wordt automatisch berekend op grond van uw persoonlijke informatie. Maar u kunt desgewenst uw staplengte aanpassen. Druk op + of – om uw staplengte hoger of lager in te stellen.
8. Druk op de knop NEXT en uw BMR wordt weergegeven, die de stappenteller heeft berekend op grond van uw persoonlijke informatie. BMR betekent Basal Metabolic Rate (basaal metabolisme) en is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de hele dag in ruste verbrandt.
9. Druk op de knop NEXT en uw Step Target (stappendoel) wordt weergegeven. Druk op + of – om uw dagelijkse stappendoel hoger of lager in te stellen.
10. Druk op NEXT om de instellingsmodus af te sluiten.

DE STAPPENTELLER DRAGEN

Uw stappenteller heeft een slank ontwerp en past gemakkelijk en comfortabel in uw zak.

DE STAPPENTELLER GEBRUIKEN

Er zijn 2 hoofdmodi in de stappenteller.

De modus TODAY REC (reg. vandaag): Deze modus geeft uw vorderingen voor de huidige dag weer. Deze wordt elke nacht om middernacht automatisch gereset. Uw gegevens worden dan naar de modus DAILY TOT (dagelijks totaal) overgebracht.

1. Druk op MODE totdat TODAY REC verschijnt.
2. De bovenste rij getallen toont stappen, afstand of verbrande calorieën. Druk op de knop VIEW om alle verschillende metingen te doorlopen.
3. De onderste rij cijfers toont uw activiteitstijd.
4. Draag uw stappenteller volgens de bovenstaande aanwijzingen.
5. U kunt de knoppen van de stappenteller blokkeren om ongewenst indrukken van een knop tijdens gebruik te voorkomen. Houd de knop MODE ingedrukt en druk tegelijkertijd 2 seconden op de knop RESET om knoppen te blokkeren of deblokkeren. LOC (blokkeren) of UnLC (deblokkeren) knippert 3 seconden. Wanneer de knoppen momenteel geblokkeerd zijn, knippert LOC nogmaals gedurende 3 seconden ter herinnering ingeval u op een knop drukt.
6. Begin met uw activiteit. De stappenteller begint de beweging na 10 stappen te registreren. Dit wordt gedaan om nauwkeurigheid te verzekeren (uw stappen worden toch geregistreerd).
7. Activiteitsstaven verschijnen aan de linkerkant van het scherm om de voortgang naar uw dagelijkse doel te tonen. Steeds wanneer u 10% of van uw dagelijkse doel hebt bereikt, verschijnt een nieuwe staaf. U hebt uw doel bereikt als u 10 staven hebt!
8. Als u de stappenteller vóór de automatische reset middernacht handmatig wilt resetten, houdt u de knop RESET 3 seconden ingedrukt.

De modus DAILY TOT (dagelijks totaal): Deze modus dient als het logboek van uw activiteiten. Het is een lopend totaal van de activiteit van al uw vorige dagen tot u in deze modus een handmatige reset uitvoert of de batterij vervangt. Het afstandsmeterpictogram **Odo** wordt in deze modus weergegeven.

1. Druk op MODE totdat DAILY TOT verschijnt.
2. De bovenste rij getallen toont uw totale aantal stappen, afstand of verbrande calorieën. Druk op de knop VIEW om alle verschillende metingen te doorlopen.
3. De onderste rij cijfers toont uw totale activiteitstijd.

Voorbeeld:

	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	
Modus Today Rec	1000	5000	5000	3000	1000	(stappen)
Modus Daily Tot	1000	6000	11 000	14 000	15 000	(stappen)

DE BATTERIJ VERVANGEN

Het pictogram Batterij bijna leeg ▭ verschijnt wanneer de batterij bijna leeg is. U kunt de batterij vervangen wanneer dat nodig is. Uw stappenteller gebruikt een CR2032 batterij.

1. Draai het batterijdeurtje linksom en volg daarbij de OPEN-pijl zodat de pijl op het batterijdeurtje van de cirkel ❍ naar de pijl △ draait. Verwijder het batterijdeurtje.
2. Verwijder de batterij.
3. Plaats een nieuwe batterij.
4. Breng het batterijdeurtje weer aan. Draai het deurtje rechtsom tot het goed vastzit en de pijl op het batterijdeurtje van de pijl △ terug naar de cirkel ❍ draait.

Opmerking: Wanneer de batterij wordt vervangen, worden alle gegevens en instellingen van de stappenteller gereset. U zult uw persoonlijke informatie opnieuw moeten invoeren.

DE BATTERIJ NIET IN HET VUUR WEGGOOIEN. NIET OPLADEN. LOSSE BATTERIJEN UIT DE BUURT VAN KINDEREN HOUDEN.

TIMEX INTERNATIONAL WARRANTY

Your TIMEX® product is warranted against manufacturing defects by Timex Group USA, Inc. for a period of ONE YEAR from the original purchase date. Timex and its worldwide affiliates will honor this International Warranty.

Please note that Timex may, at its option, repair your product by installing new or thoroughly reconditioned and inspected components or replace it with an identical or similar model. **IMPORTANT — PLEASE NOTE THAT THIS WARRANTY DOES NOT COVER DEFECTS OR DAMAGES TO YOUR PRODUCT:**

1) after the warranty period expires;
2) if the product was not originally purchased from an authorized Timex retailer;
3) from repair services not performed by Timex;
4) from accidents, tampering or abuse; and
5) lens or crystal, strap or band, watch case, attachments or battery. Timex may charge you for replacing any of these parts.

THIS WARRANTY AND THE REMEDIES CONTAINED HEREIN ARE EXCLUSIVE AND IN LIEU OF ALL OTHER WARRANTIES, EXPRESS OR IMPLIED, INCLUDING ANY IMPLIED WARRANTY OF MERCHANTABILITY OR FITNESS FOR PARTICULAR PURPOSE. TIMEX IS NOT LIABLE FOR ANY SPECIAL, INCIDENTAL OR CONSEQUENTIAL DAMAGES. Some countries and states do not allow limitations on implied warranties and do not allow exclusions or limitations on damages, so these limitations may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights which vary from country to country and state to state.

To obtain warranty service, please return your product to Timex, one of its affiliates or the Timex retailer where the product was purchased, together with a completed original Product Repair Coupon or, in the U.S. and Canada only, the completed original Product Repair Coupon or a written statement identifying your name, address, telephone number and date and place of purchase. Please include the following with your product to cover postage and handling (this is not a repair charge): a US$ 8.00 check or money order in the U.S.; a CAN$7.00 cheque or money order in Canada; and a UK£2.50 cheque or money order in the U.K. In other countries, Timex will charge you for postage and handling. NEVER INCLUDE A SPECIAL WATCHBAND OR ANY OTHER ARTICLE OF PERSONAL VALUE IN YOUR SHIPMENT.

For the U.S., please call 1-800-448-4639 for additional warranty information. For Canada,call 1-800-263-0981. For Brazil, call +55 (11) 5572 9733. For Mexico, call 01-800-01-060-00. For Central America, the Caribbean, Bermuda and the Bahamas, call (501) 370-5775 (U.S.). For Asia, call 852-2815-0091. For the U.K., call 44 020 8687 9620. For Portugal, call 351 212 946 017. For France, call 33 3 81 63 42 00. For Germany/Austria: +43 662 88921 30. For the Middle East and Africa, call 971-4-310850. For other areas, please contact your local Timex retailer or Timex distributor for warranty information. In Canada, the U.S. and in certain other locations, participating Timex retailers can provide you with a postage-paid, pre-addressed Product Repair Mailer for your convenience in obtaining factory service.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX is a registered trademark of Timex Group USA, Inc. in the US and other countries.

GARANTIE INTERNATIONALE TIMEX

Votre produit TIMEX® est garanti contre les défauts de fabrication par Timex Group USA, Inc. pour une période d'UN AN, à compter de la date d'achat. Timex ainsi que ses filiales du monde entier honoreront cette Garantie Internationale.

Timex se réserve le droit de réparer votre produit en y installant des composants neufs ou reconditionnés avec soin, ou bien de le remplacer par un modèle identique ou similaire. **IMPORTANT — VEUILLEZ NOTER QUE CETTE GARANTIE NE COUVRE PAS LES DÉFAUTS OU DOMMAGES DE VOTRE PRODUIT :**

1) après l'expiration de la période de garantie ;
2) si le produit n'a pas été acheté initialement chez un revendeur Timex agréé ;
3) si la réparation n'a pas été effectuée par Timex ;
4) suite à un accident, une falsification ou un emploi abusif,
5) s'il s'agit du verre ou cristal, du bracelet ou brassard, du boîtier, des accessoires ou de la pile. Le remplacement de ces pièces peut vous être facturé par Timex.

CETTE GARANTIE ET LES RECOURS AUX PRÉSENTES SONT EXCLUSIFS ET REMPLACENT TOUTE AUTRE GARANTIE, EXPRESSE OU IMPLICITE, Y COMPRIS TOUTE GARANTIE IMPLICITE DE QUALITÉ MARCHANDE OU D'ADAPTATION À UN USAGE PARTICULIER. TIMEX N'EST RESPONSABLE D'AUCUN DOMMAGE PARTICULIER, ACCESSOIRE OU INDIRECT. Certains pays ou États n'autorisent pas les limitations de garanties implicites et n'autorisent pas les exclusions ou limitations pour des dommages, auquel cas lesdites limitations pourraient ne pas vous concerner. Cette garantie vous confère des droits légaux précis. Il se peut que vous bénéficiez d'autres droits, lesquels varient d'un pays à un autre ou d'un état à un autre.

Pour obtenir le service de garantie, retournez votre produit à Timex, à une de ses filiales ou au détaillant Timex où le produit a été acheté avec un coupon de réparation original dûment rempli ou, aux É.-U. et au Canada, le coupon original ou une déclaration écrite comprenant votre nom, adresse, numéro de téléphone ainsi que la date et le lieu d'achat. Veuillez inclure la somme suivante avec votre produit pour couvrir les frais de port et de manutention (ce ne sont pas des frais de réparation) : un chèque ou mandat de 8,00 $ US aux États-Unis, de 7,00 $ CAN au Canada et de 2,50 £ au Royaume-Uni. Dans les autres pays, Timex vous facturera les frais d'envoi et de manutention. N'INCLUEZ JAMAIS DANS VOTRE ENVOI UN BRACELET SPÉCIAL OU TOUT AUTRE ARTICLE AYANT UNE VALEUR PERSONNELLE.

Aux É.-U. veuillez composer le 1-800-448-4639 pour plus de renseignements sur la garantie. Au Canada, composez le 1-800-263-0981. Au Brésil, composez le +55 (11) 5572 9733. Au Mexique, composez le 01-800-01-060-00. Pour l'Amérique centrale, les Caraïbes, les Bermudes et les Bahamas, composez le (501) 370-5775 (É.-U.). En Asie, composer le 852-2815-0091. Au Royaume-Uni, composer le 44 020 8687 9620. Au Portugal, composer le 351 212 946 017. En France, composer le 33 3 81 63 42 00. En Allemagne/Autriche : +43 662 88921 30. Pour le Moyen-Orient et l'Afrique, composez le 971-4-310850. Pour les autres régions, veuillez contacter votre détaillant ou distributeur Timex local pour toute information sur la garantie. Au Canada, aux É.-U. et dans certains autres endroits, les détaillants Timex participants peuvent vous faire parvenir un emballage pré-adressé et pré-affranchi pour vous faciliter l'envoi du produit à l'atelier de réparation.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX est une marque déposée de Timex Group USA, Inc. aux É-U. et dans d'autres pays.

GARANTIA INTERNACIONAL DE TIMEX

Timex Group USA, Inc garantiza su producto contra defectos de fabricación durante un periodo de UN AÑO a partir de la fecha de compra original. Timex y sus sucursales en todo el mundo respaldarán esta garantía internacional.

Recuerde que Timex, a su entera discreción, podrá reparar el producto mediante la instalación de componentes nuevos o totalmente reacondicionados e inspeccionados, o bien reemplazarlo con un modelo idéntico o similar. **IMPORTANTE, ESTA GARANTÍA NO CUBRE DEFECTOS O DAÑOS AL PRODUCTO EN LOS SIGUIENTES CASOS:**

1) después de vencido el plazo de la garantía;
2. si el producto inicialmente no se compró a un distribuidor autorizado de Timex;
3) si las reparaciones efectuadas no las hizo Timex;
4) si son consecuencia de accidentes, manipulación no autorizada o abuso, y
5) en el cristal, la correa o pulsera, la caja, los accesorios o la pila. Timex podría cobrarle por el reemplazo de cualquiera de estas piezas.

ESTA GARANTÍA SE OFRECE EN FORMA EXCLUSIVA Y EN LUGAR DE CUALQUIER OTRA GARANTÍA, SEA EXPRESA O IMPLÍCITA, INCLUSIVE TODA GARANTÍA IMPLÍCITA PARA FINES COMERCIALES O DE ADECUACIÓN A FINES PARTICULARES. TIMEX NO SE HARÁ RESPONSABLE POR CUALQUIER DAÑO ESPECIAL, SECUNDARIO O A CONSECUENCIA. En ciertos países y estados no se permiten limitaciones de las garantías implícitas ni exclusiones o limitaciones de daños, por lo cual puede que estas limitaciones no sean de aplicación en su caso particular. Esta garantía le concede derechos legales específicos; usted también podría estar amparado por otros derechos, que varían según el país y el estado donde viva.

Para solicitar los servicios incluidos en la garantía, devolver el producto a Timex, a una de sus sucursales o al distribuidor de Timex adonde se compró el reloj, adjuntando el cupón de reparación que originalmente viene con éste o, en EUA y Canadá unicamente, se puede adjuntar el original del cupón de reparación del reloj o una nota en la que figure su nombre, domicilio, número de teléfono, fecha y lugar de compra. Para cubrir el costo de envío, adjuntar el siguiente importe (este importe no es para el pago de la reparación): En EUA, un cheque o giro por valor de US $ 8,00 (dólares estadounidenses); en Canadá, un cheque o giro por valor de CAN $7,00 (dólares canadienses); en el Reino Unido, un cheque o giro por valor de UK £ 2,50 (libras). En otros países, Timex se encargará· de cobrarle el importe por el franqueo y el manejo. NUNCA INCLUYA CON EL RELOJ UNA PULSERA ESPECIAL NI NINGÚN OTRO ARTÍCULO DE VALOR PERSONAL.

En EUA puede llamar al número 1-800-448-4639 para obtener información adicional sobre la garantía. En Canadá, llamar al número 1-800-263-0981. En Brasil, al +55 (11) 5572 9733. En México, al 01-800-01-060-00. En América Central, países del Caribe, Bermudas y Bahamas, al (501) 370-5775 (EUA.). En Asia, llamar al 852-2815-0091. En el Reino Unido., al 44.020 9620. En Portugal, al 351 212 946 017. En Francia, al 33 3 81 63 42 00. Para Alemania/Austria: +43 662 88921 30. Para el Medio Este y África, llamar al 971-4-310850. Para otras zonas, sírvase comunicarse con el vendedor local de Timex o el distribuidor de Timex para información de garantía. En Canadá, EUA y algunos otros lugares, algunos distribuidores de Timex podrían proporcionarle un sobre con la dirección y el franqueo prepago para que envíe el reloj a reparación.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX es una marca registrada de Timex Group USA, Inc. en los Estados Unidos y otros países.

GARANTIA INTERNACIONAL DA TIMEX

O seu produto TIMEX® está garantido contra defeitos de fabrico pela Timex Group USA, Inc. pelo período de UM ANO a contar da data da compra original. A Timex e as suas filiais em todo o mundo honrarão esta Garantia Internacional.

Tenha em atenção que a Timex poderá, por sua opção, reparar o seu produto através da instalação de componentes novos ou totalmente recondicionados e inspeccionados ou substituí-lo por um modelo idêntico ou semelhante. **IMPORTANTE — NOTE QUE ESTA GARANTIA NÃO COBRE DEFEITOS OU DANOS NO SEU PRODUTO:**

1) depois do período de garantia ter expirado;
2) se o produto não tiver sido originalmente comprado a um retalhista Timex autorizado;
3) resultantes de serviços de reparação não efectuados pela Timex;
4) resultantes de acidentes, modificações ilícitas ou manipulação abusiva do mesmo; e
5) danos na lente ou cristal, correia ou bracelete, caixa do relógio, acessórios ou pilha. A Timex poderá cobrar pela substituição de qualquer uma destas peças.

ESTA GARANTIA E OS REMÉDIOS AQUI CONTIDOS SÃO EXCLUSIVOS E SUBSTITUEM TODAS AS OUTRAS GARANTIAS, EXPRESSAS OU IMPLÍCITAS, INCLUINDO QUALQUER GARANTIA IMPLÍCITA DE COMERCIALIZAÇÃO OU DE ADEQUAÇÃO PARA UM PROPÓSITO EM PARTICULAR. A TIMEX NÃO SERÁ RESPONSÁVEL POR QUAISQUER DANOS ESPECIAIS, INCIDENTAIS OU DE CONSEQUÊNCIA. Alguns países ou estados não permitem limitações de garantias implícitas e não permitem quaisquer exclusões ou limitações sobre os danos, por isso estas limitações poderão não se aplicar ao seu caso. Esta garantia confere-lhe direitos legais específicos e poderá ter também outros direitos que variam de um país ou de um estado para o outro.

Para obter o serviço de garantia, devolva o seu produto à Timex, a uma das suas filiais ou ao retalhista Timex onde o relógio foi comprado, juntamente com o Cupão de Reparação do Relógio original, devidamente preenchido ou, apenas nos Estados Unidos e no Canadá, o Cupão de Reparação do Relógio original devidamente preenchido ou uma declaração escrita identificando o seu nome, morada, número de telefone e data, e local da compra. Junte ao seu produto o seguinte pagamento para despesas de envio (não se trata de despesas de reparação): um cheque ou vale postal de US$8,00 nos E.U.A.; um cheque ou vale postal de CAN$7,00 no Canadá; e um cheque ou vale postal de UK£2,50 no Reino Unido. Nos outros países, a Timex cobrar-lhe-á as despesas de porte e envio. NA ENCOMENDA NUNCA INCLUA QUALQUER ITEM ESPECIAL, TAL COMO UMA BRACELETE OU OUTRO ARTIGO DE VALOR PESSOAL.

Para obter informações adicionais sobre a garantia, nos EUA, telefone para o número 1-800-448-4639. No Canadá, telefone para 1-800-263-0981. No Brasil, telefone para +55 (11) 5572 9733. No México, telefone para 01-800-01-060-00. Na América Central, nas Caraíbas, nas Bermudas e nas Bahamas, telefone para (501) 370-5775 (EUA). Na Ásia, telefone para 852-2815-0091. No Reino Unido, telefone para 44 020 8687 9620. Em Portugal, telefone para 351 212 946 017. Na França, telefone para 33 3 81 63 42 00. Na Alemanha e na Áustria: +43 662 88921 30. Para o Médio Oriente e África, telefone para o número 971-4-310850. Para outras áreas, contacte o seu retalhista local da Timex ou o distribuidor da Timex para obter informações sobre a garantia. No Canadá, EUA e outros locais específicos, para sua comodidade na obtenção dos serviços de assistência da fábrica, os revendedores autorizados da Timex participantes poderão fornecer-lhe um Embrulho para Reparação do Produto pré-endereçado e com porte pago.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX é uma marca comercial registada da Timex Group USA, Inc. nos Estados Unidos e noutros países.

GARANZIA INTERNAZIONALE TIMEX

Il prodotto TIMEX® è garantito contro difetti di produzione dalla Timex Group USA, Inc. per un periodo di UN ANNO dalla data di acquisto originaria. Timex e le sue affiliate di tutto il mondo onoreranno questa Garanzia Internazionale.

Si prega di notare che la Timex potrà, a sua discrezione, riparare il prodotto installando componenti nuovi o accuratamente ricondizionati e ispezionati, oppure sostituirlo con un modello identico o simile. **IMPORTANTE – SI PREGA DI NOTARE CHE QUESTA GARANZIA NON COPRE I DIFETTI O I DANNI AL PRODOTTO:**

1) dopo la scadenza del periodo di garanzia;
2) se il prodotto non era stato acquistato originariamente presso un dettagliante autorizzato Timex;
3) causati da servizi di riparazione non eseguiti da Timex;
4) causati da incidenti, manomissione o abuso; e
5) a lente o cristallo, cinturino in pelle o a catena, cassa dell'orologio, periferiche o batteria. Timex potrebbe addebitare al cliente la sostituzione di una qualsiasi di queste parti.

QUESTA GARANZIA ED I RIMEDI IN ESSA CONTENUTI SONO ESCLUSIVI E SOSTITUISCONO TUTTE LE ALTRE GARANZIE, ESPRESSE O IMPLICITE, INCLUSA QUALSIASI GARANZIA IMPLICITA DI COMMERCIABILITÀ O IDONEITÀ AD UN USO PARTICOLARE. TIMEX NON È RESPONSABILE DI NESSUN DANNO SPECIALE, INCIDENTALE O CONSEQUENZIALE. Alcuni Paesi e Stati non permettono limitazioni su garanzie implicite e non permettono esclusioni o limitazioni sui danni; pertanto queste limitazioni potrebbero non pertenere al cliente. Questa garanzia dà al cliente diritti legali specifici, e il cliente potrebbe avere anche altri diritti, che variano da Paese a Paese e da Stato a Stato.

Per ottenere il servizio sotto garanzia, si prega di restituire il prodotto a Timex, ad una delle sue affiliate o al rivenditore Timex dove è stato acquistato il prodotto, insieme al Buono di riparazione originale compilato o, solo negli U.S.A. e nel Canada, insieme al Buono di riparazione compilato o una dichiarazione scritta indicante nome, indirizzo, numero di telefono e data e luogo dell'acquisto. Si prega di includere quanto segue con il prodotto al fine di coprire le spese di spedizione e gestione (non si tratta di addebiti per la riparazione): un assegno o un vaglia da US$ 8,00 negli U.S.A.; un assegno o vaglia da CAN$ 7,00 in Canada; un assegno o vaglia da UK£ 2,50 nel Regno Unito. Negli altri Paesi, la Timex addebiterà il cliente per le spese di spedizione e la gestione. NON ALLEGARE MAI ALLA SPEDIZIONE UN CINTURINO SPECIALE O QUALSIASI ALTRO ARTICOLO DI VALORE PERSONALE.

Per gli U.S.A., si prega di chiamare il numero 1-800-448-4639 per ulteriori informazioni sulla garanzia. Per il Canada, chiamare l'1-800-263-0981. Per il Brasile, chiamare il +55 (11) 5572 9733. Per il Messico, chiamare lo 01-800-01-060-00. Per l'America Centrale, i Caraibi, le Isole Bermuda e le Isole Bahamas, chiamare il (501) 370-5775 (U.S.A.). Per l'Asia, chiamare l'852-2815-0091. Per il Regno Unito, chiamare il 44.020 9620. Per il Portogallo, chiamare il 351 212 946 017. Per la Francia, chiamare il 33 3 81 63 42 00. Per Germania/Austria: +43 662 88921 30. Per Medio Oriente ed Africa, chiamare il 971-4-310850. Per altre aree, si prega di contattare il rivenditore o distributore Timex di zona per ottenere informazioni sulla garanzia. In Canada, negli Stati Uniti ed in certe altre località, i dettaglianti Timex partecipanti possono fornire al cliente una busta di spedizione preindirizzata e preaffrancata per la riparazione del prodotto, per facilitare al cliente l'ottenimento del servizio in fabbrica.

©2012 Timex Group USA Inc. TIMEX è un marchio commerciale di Timex Group USA, Inc depositato negli Stati Uniti e in altri Paesi.

TIMEX INTERNATIONALE GARANTIE

Für Ihr TIMEX®-Produkt übernimmt die Timex Group USA, Inc. eine Garantie auf Herstellungsmängel für die Dauer EINES JAHRES vom Original-Verkaufsdatum. Timex und ihre Partner weltweit erkennen diese internationale Garantie an.

Bitte beachten Sie, dass Timex nach eigenem Ermessen Ihr Gerät durch Installieren neuer oder gründlich überholter und überprüfter Komponenten reparieren bzw. durch ein identisches oder ähnliches Modell ersetzen kann. **WICHTIG: BITTE BEACHTEN SIE, DASS SICH DIESE GARANTIE NICHT AUF MÄNGEL ODER SCHÄDEN IHRES PRODUKTES BEZIEHT:**

1) nach Ablauf der Garantiezeit;
2) wenn die Uhr nicht bei einem Timex-Vertragshändler gekauft worden ist;
3) wenn Reparaturen nicht von Timex durchgeführt wurden;
4) Mängel oder Schäden infolge von Unfällen, unbefugten Eingriffen oder unsachgemäßer Behandlung; und
5) wenn Glas, Gurt oder Armband, Uhrengehäuse, Zubehör oder Batterie betroffen sind. Timex kann den Ersatz solcher Teile in Rechnung stellen.

DIESE GARANTIE UND DIE DARIN ENTHALTENEN ABHILFEN GELTEN AUSSCHLIESSLICH UND ANSTATT ALLER ANDEREN AUSDRÜCKLICHEN ODER STILLSCHWEIGENDEN GARANTIEN, EINSCHLIESSLICH JEDER STILLSCHWEIGENDEN GARANTIE DER HANDELSÜBLICHEN QUALITÄT ODER EIGNUNG ZU EINEM BESTIMMTEN ZWECK. TIMEX HAFTET NICHT FÜR SONDER-, NEBEN- ODER FOLGESCHÄDEN. In manchen Ländern oder Staaten sind keine Einschränkungen stillschweigender Garantien bzgl. Fehlerfreiheit, sowie Ausnahmen oder Einschränkungen des Schadenersatzes erlaubt. Daher gelten die Einschränkungen u. U. nicht für Sie. Diese Garantie verleiht Ihnen bestimmte Rechte. Darüber hinaus haben Sie u. U. weitere Rechte, die je nach Land unterschiedlich sind.

Garantieleistungen sind verfügbar, indem Sie das Produkt an Timex, ein verbundenes Unternehmen oder den Timex-Händler, bei dem Sie die Uhr erworben haben, zusammen mit einem vollständig ausgefüllten Original-Produktreparaturgutschein oder in den USA und Kanada den vollständig ausgefüllten Original-Produktreparaturgutschein oder ein Blatt Papier, auf dem Sie Ihren Namen, Adresse, Telefonnummer und Ort und Kaufdatum vermerken, zurückschicken bzw. -bringen. Schicken Sie zusammen mit Ihrem Produkt folgenden Betrag für Porto und Verpackung ein (hierbei handelt es sich nicht um Reparaturkosten): in den USA Scheck oder Zahlungsanweisung über US$ 8; in Kanada Scheck oder Zahlungsanweisung über CAN$ 7 und in GB Scheck oder Zahlungsanweisung über UK£ 2,50. In allen anderen Ländern stellt Timex die Porto- und Verpackungskosten in Rechnung. SCHICKEN SIE BITTE NIEMALS BESONDERE ARMBÄNDER ODER SONSTIGE ARTIKEL VON PERSÖNLICHEM WERT MIT EIN.

In den USA erhalten Sie unter der Nummer 1-800-448-4639 zusätzliche Garantieinformationen. Für Kanada wählen Sie 1-800-263-0981, für Brasilien +55 (11) 5572 9733, für Mexiko 01-800-01-060-00, für Zentralamerika, die Karibik, Bermuda und die Bahamas (501) 370 5775 (USA). Für Asien wählen Sie 852-2815-0091, für GB 44 020 8687 9620, für Portugal 351 212 946 017, für Frankreich 33 3 81 63 42 00, für Deutschland/Österreich: +43 662 88921 30. Für den mittleren Osten und Afrika 971-4-310850. Für alle anderen Länder wenden Sie sich für Garantieinformation bitte an Ihren örtlichen Timex-Einzelhändler oder Timex-Generalvertreter In Kanada, den USA und anderen bestimmten Standorten können teilnehmende Timex-Händler Ihnen einen frankierten und adressierten Versandumschlag für die Rücksendung des Produkts zur Verfügung stellen.

©2012 Timex Group USA Inc. TIMEX ist eine eingetragene Marke von Timex Group USA, Inc. in den USA und anderen Ländern.

INTERNATIONALE GARANTIE VAN TIMEX

Het TIMEX® product heeft een garantie van de Timex Group USA, Inc. voor gebreken in fabricage gedurende een periode van EEN JAAR vanaf de oorspronkelijke aankoopdatum. Timex en gelieerde ondernemingen over de hele wereld erkennen deze internationale garantie.

Timex mag, naar eigen keuze, het product repareren door nieuwe of grondig gereviseerde en geïnspecteerde componenten te installeren of het vervangen door een identiek of gelijksoortig model. **BELANGRIJK – DEZE GARANTIE DEKT GEEN GEBREKEN OF SCHADE AAN HET PRODUCT:**

1) nadat de garantietermijn is verlopen;
2) als het product oorspronkelijk niet bij een erkende Timex-winkelier is gekocht;
3) als gevolg van reparaties die niet door Timex zijn uitgevoerd;
4) als gevolg van ongelukken, knoeien of misbruik en
5) het glas, de band, de kast, de accessoires of de batterij. Timex kan het vervangen van deze onderdelen in rekening brengen.

DEZE GARANTIE EN HET HIERIN UITEENGEZETTE VERHAAL ZIJN EXCLUSIEF EN KOMEN IN DE PLAATS VAN ALLE ANDERE GARANTIES, UITDRUKKELIJK OF IMPLICIET, MET INBEGRIP VAN IMPLICIETE GARANTIE VAN VERKOOPBAARHEID OF GESCHIKTHEID VOOR EEN BEPAALD DOEL. TIMEX IS NIET AANSPRAKELIJK VOOR SPECIALE, INCIDENTELE OF GEVOLGSCHADE. Sommige landen en staten staan geen beperkingen toe met betrekking tot impliciete garanties en staan geen uitsluitingen of beperkingen met betrekking tot schade toe, zodat deze beperkingen wellicht niet voor u van toepassing zijn. Deze garantie geeft u specifieke wettelijke rechten en u kunt ook andere rechten hebben die van land tot land en van staat tot staat verschillen.

Voor het verkrijgen van service onder de garantie dient u uw product naar Timex, een van de gelieerde ondernemingen of de Timex winkelier waar het product gekocht is, te retourneren, samen met een ingevulde, originele productreparatiebon of, alleen in de VS en Canada, de ingevulde originele productreparatiebon of een schriftelijke verklaring waarin uw naam, adres, telefoonnummer en datum en plaats van aankoop worden vermeld. Wilt u het volgende met uw product sturen voor port en behandeling (dit zijn geen reparatiekosten): een cheque of postwissel voor US$ 8,00 in de VS; een cheque of postwissel voor CAN$ 7,00 in Canada; en een cheque of postwissel voor UK£ 2,50 in het VK. In andere landen zal Timex port en behandeling in rekening brengen. STUUR NOOIT EEN SPECIAAL HORLOGEBANDJE OF ENIG ANDER ARTIKEL VAN PERSOONLIJKE WAARDE MEE.

Voor de VS kunt u 1-800-448-4639 bellen voor meer informatie over de garantie. Voor Canada belt u 1-800-263-0981. Voor Brazilië +55 (11) 5572 9733. Voor Mexico 01-800-01-060-00. Voor Midden-Amerika, het Caribische gebied, Bermuda en de Bahamas (501) 370-5775 (VS). Voor Azië 852-2815-0091. Voor het VK 44 020 8687 9620. Voor Portugal 351 212 946 017. Voor Frankrijk 33 3 81 63 42 00. Voor Duitsland/Oostenrijk: +43 662 88921 30. Voor het Midden-Oosten en Afrika 971-4-310850. Voor andere gebieden kunt u contact opnemen met uw plaatselijke Timex-winkelier of -distributeur voor informatie over de garantie. In Canada, de VS en sommige andere locaties kunnen deelnemende Timex winkeliers u een voorgeadresseerde, franco reparatie-enveloppe voor het product verschaffen voor het verkrijgen van service van de fabriek.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX is een gedeponeerd handelsmerk van Timex Group USA, Inc. in de VS en andere landen.

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095004 **AS**

THANK YOU FOR PURCHASING YOUR TIMEX® PEDOMETER.

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

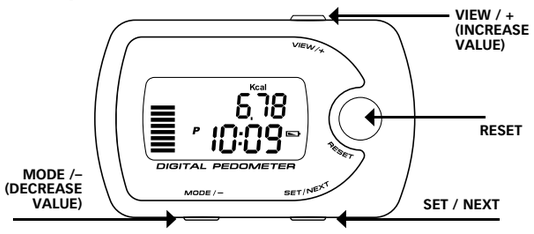
TIMEX® PEDOMETER

Your Timex® Pedometer will track steps, distance, calories and activity time throughout the day – whether you're walking, jogging or running!

Visit www.timex.com for more state-of-the-art Timex technology to help you reach your fitness goals and maintain your healthy lifestyle.

HOW TO CONSERVE YOUR BATTERY

Your pedometer is shipped in Power Save mode in order to conserve battery life. To turn your pedometer on, press any key. To enter back into Power Save mode, hold the VIEW button for 5 seconds. Your pedometer also has a Power Down mode. To enter Power Down mode, press and hold the MODE+SET buttons for 5 seconds. To exit Power Down mode, press and hold any button for 5 seconds. **NOTE: Your current day's Steps, Distance, Activity Time and Calories are reset each time you enter Power Down or Power Save mode.**



HOW TO SET UP YOUR PEDOMETER

1. Press MODE button until TODAY REC appears.
2. Press and hold SET button for 2 seconds. Unit type flashes. Press + or – to change value between Imperial, inches (in) and pounds (lb) or Metric, Centimeters (cm) and kilograms (kg).
3. Press NEXT button and Wt is shown. Press + or – to increase or decrease your current weight. **Hold + or – buttons to scan quickly through values.**
4. Press NEXT button and Ht is shown. Press + or – to increase or decrease your height.
5. Press NEXT button and AGE is shown. Press + or – to increase or decrease your current age.
6. Press NEXT button and GEN is shown. Press + or – to select W (woman) or M (man).
7. Press NEXT button and Str is shown. Your stride is calculated automatically based upon your personal information. However, you can adjust your stride length if you would like. Press + or – to increase or decrease your stride length.
8. Press NEXT button and your BMR is shown that the pedometer calculated based on your personal information. BMR stands for Basal Metabolic Rate and is an estimate of the number of calories you burn throughout the day if at rest.
9. Press NEXT button and your Step Target is shown. Press + or – to increase or decrease your daily step goal.
10. Press NEXT to exit Setting Mode.

HOW TO WEAR YOUR PEDOMETER

Your pedometer features a slim design that fits easily and comfortably into your pocket.

HOW TO USE YOUR PEDOMETER

There are 2 main modes in your pedometer.

TODAY REC Mode: This mode displays your progress for the current day. It is reset automatically at midnight each night. Your data is then transferred to the DAILY TOT (daily total) mode.

1. Press MODE until TODAY REC appears.
2. The top row of numbers shows steps, distance or calories burned. Press VIEW button to scroll through each different measurement.
3. The bottom row of numbers shows your activity time.
4. Wear your pedometer according to the directions above.
5. You can lock the buttons of your pedometer to prevent any unwanted button presses during use. Press and hold MODE button and, while pressing the MODE button also press and hold the RESET for 2 seconds to lock or unlock buttons. LOC or UnLC will flash for 3 seconds. When buttons are currently locked, LOC will again flash for 3 seconds as a reminder if you push any buttons.
6. Begin your activity. The pedometer will begin recording movement after 10 steps. This is done to ensure accuracy (your steps are still recorded).
7. Activity bars appear on the left side of the screen to show your progress towards your daily goal. Every time you finish 10% of your daily goal a new bar will appear. You have reached your goal once you have 10 bars!
8. If you would like to manually reset your pedometer, before the automatic reset at midnight, press and hold the RESET button for 3 seconds.

DAILY TOT Mode: This mode, also known as the Daily Total mode, serves as your activity history log. It is a running total of the activity from all your previous days until you manually reset while in this mode or replace the battery. The odometer icon **Odo** is displayed while in this mode.

1. Press MODE until DAILY TOT appears.
2. The top row of numbers shows your total steps, distance or calories burned. Press VIEW button to scroll through each different measurement.
3. The bottom row of numbers shows your total activity time.

Example:

	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	
Today Rec Mode	1,000	5,000	5,000	3,000	1,000	**(Steps)**
Daily Tot Mode	1,000	6,000	11,000	14,000	15,000	**(Steps)**

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095004 **AS**

感谢您购买 TIMEX® 计步器

请仔细阅读说明，了解如何使用您的 Timex® 计步器。**您购买的型号可能没有本手册描述的所有功能。**

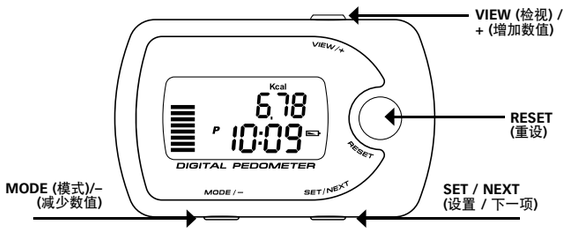
TIMEX® 计步器

您的 Timex® 计步器将追踪全天的步数、距离、卡路里和活动时间 — 无论您是在步行、慢跑还是在跑步!

请访问网站 www.timex.com，了解更多先进的 Timex 技术，帮助您达到您的健身目标和保持健康的生活方式。

如何节约电池

您的计步器在寄送过程中设为“节约电源”(Power Save) 模式，以便节省电池用量。如需打开计步器，按任意一个键。如需返回“节约电源”(Power Save) 模式，按住“检视”(VIEW) 按钮五秒。您的计步器还有“关闭电源”(Power Down) 模式。如需进入“关闭电源”(Power Down) 模式，同时按住“模式+设定”(MODE+SET) 按钮五秒。如需退出“关闭电源”(Power Down) 模式，按住任何一个按钮五秒。**注释：您每次进入“关闭电源”(Power Down) 或“节约电源”(Power Save) 模式时，您当天的步数、距离、活动时间和卡路里会被重设。**



如何设置计步器

1. 按“模式”(MODE) 按钮，直至显示“今天的记录”(TODAY REC)。
2. 按住“设定”(SET) 按钮两秒。单位类型闪烁。按 + 或 –，在英制的英寸 (in) 和磅 (lb) 或公制的厘米 (cm) 和公斤 (kg) 之间更换数值。
3. 按“下一项”(NEXT) 按钮，会显示“重量”(Wt)。按 + 或 –，增加或减少您目前的体重。
   按住 + 或 – 按钮，快速浏览数值。
4. 按“下一项”(NEXT) 按钮，会显示“身高”(Ht)。按 + 或 –，增加或减少您的身高。
5. 按“下一项”(NEXT) 按钮，会显示“年龄”(AGE)。按 + 或 –，增加或减少您目前的年龄。
6. 按“下一项”(NEXT) 按钮，会显示“性别”(GEN)。按 + 或 –，选择 W (女) 或 M (男)。
7. 按“下一项”(NEXT) 按钮，会显示“跨步”(Str)。会根据您的个人信息自动计算您的跨步。但是，您也可以选择调整您的跨步长度。按 + 或 –，增加或减少您的跨步长度。
8. 按“下一项”(NEXT) 按钮，会显示计步器根据您的个人信息计算的 BMR。BMR 代表“基础代谢率”，是您全天在休息时消耗的卡路里数量估计数字。
9. 按“下一项”(NEXT) 按钮，会显示“步数目标”(Step Target)。按 + 或 –，增加或减少您的每天步数目标。
10. 按“下一项”(NEXT)，退出“设置模式”(Setting Mode)。

如何佩戴计步器

您的计步器设计小巧，可便利、舒适地放入您的衣袋中。

如何使用计步器

您的计步器共有两种主要模式。

“今天的记录”(TODAY REC) 模式： 该模式显示您当天的进展状况。每天午夜会自动重设。然后会将您的数据转入“每日总计”(DAILY TOT) 模式。

1. 按“模式”(MODE)，直至显示“今天的记录”(TODAY REC)。
2. 最上方的一行数字显示步数、距离或消耗的卡路里。按“检视”(VIEW) 按钮，以滚动方式显示每一种不同的测量数字。
3. 最下方的一行数字显示您的活动时间。
4. 按照上述说明佩戴计步器。
5. 您可以锁定计步器按钮，防止在使用过程中无意中按下任何按钮。按住“模式”(MODE) 按钮，在按住“模式”(MODE) 按钮的同时按住“重设”(RESET) 按钮两秒，锁定或解除锁定按钮。“锁定”(LOC) 或“解除锁定”(UnLC) 会闪烁三秒。当按钮目前被锁定后，如果您按任何按钮，“锁定”(LOC) 会再闪烁三秒，作为提醒。
6. 开始活动。计步器将在您开始走 10 步后开始记录活动状况。这是为了确保准确性 (您走的步数仍然会被记录)。
7. 屏幕左面会出现活动条，显示您达到每天目标的进展状况。每当您完成了每天目标的 10%，就会显示一个新的活动条。一旦显示 10 个活动条，您就达到了您的目标!
8. 如果您希望以手动方式重设计步器，在午夜自动重设之前，按住“重设”(RESET) 按钮三秒。

“每日总计”(DAILY TOT) 模式： 该模式也称为“每日总计”(Daily Total) 模式，是您的活动记录。这是您所有以前天数的活动总计数字，直至您在这种模式中以手动方式重设或更换电池。在该模式中时会显示里程计图标 **Odo** 。

1. 按“模式”(MODE)，直至显示“每日总计”(DAILY TOT)。
2. 最上方的一行数字显示您的总步数、距离或消耗的卡路里。按“检视”(VIEW) 按钮，以滚动方式显示每一种不同的测量数字。
3. 最下方的一行数字显示您的总活动时间。

举例：

	第1天	第2天	第3天	第4天	第5天	
Today Rec Mode (今天的记录模式)	1,000	5,000	5,000	3,000	1,000	(步)
Daily Tot Mode (每日总计模式)	1,000	6,000	11,000	14,000	15,000	(步)

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095004 **AS**

TIMEX® 万歩計をお買い上げいただきありがとうございます。

Timex® 万歩計をご使用の際は、取り扱い説明書をよくお読みください。モデルによっては記載されているすべての機能が備わっていない場合があります。

TIMEX® 万歩計

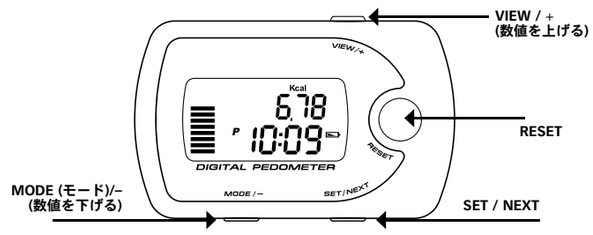
Timex® 万歩計は、歩行中だけでなく、ジョギングやランニング中の歩数、距離、カロリー、アクティビティ時間も1日を通じて計算します。

フィットネスの目標を達成して健康なライフスタイルの維持に活用できる最新の Timex テクノロジーについては www.timex.com をご覧ください。

電池の節約方法

お客様の万歩計は、電池寿命を節約するためにパワーセーブモードで出荷されています。いずれかのキーを押すと万歩計が作動します。パワーセーブモードに戻すには、VIEW ボタンを 5 秒間押し続けます。お客様の万歩計にはパワーダウンモードもついています。パワーダウンモードにするには、MODE と SET ボタンを 5 秒間押し続けます。パワーダウンモードを解除するには、いずれかのボタンを 5 秒間押し続けます。

注意: 現在の歩数、距離、アクティビティ時間およびカロリーはパワーダウンまたはパワーセーブモードに入るたびにリセットされます。



万歩計の設定方法

1. TODAY REC が表示されるまで MODE ボタンを押します。
2. SET ボタンを 2 秒間押し続けます。単位の種類が点滅します。+ または – を押すと、Imperial 単位（インチ、ポンド）または Metric 単位（センチメーター、キログラム）を選ぶことができます。
3. NEXT ボタンを押すと Wt が表示されます。+ または – を押して、現在の体重を入力します。
   + または – ボタンを押さえると数値が速く動きます。
4. NEXT ボタンを押すと Ht が表示されます。+ または – を押して、身長を入力します。
5. NEXT ボタンを押すと AGE が表示されます。+ または – を押して、現在の年齢を入力します。
6. NEXT ボタンを押すと GEN が表示されます。+ または – を押して W（女性）または M（男性）を指定します。
7. NEXT ボタンを押すと Str が表示されます。歩幅は入力された情報から自動的に計算されますが、調整することもできます。+ または – を押して、自分の歩幅を設定します。
8. NEXT ボタンを押すと BMR が表示されます。これは入力情報に基づいて万歩計が計算したものです。BMR とは基礎代謝率（Basal Metabolic Rate）のことで、安静状態で1日に消費するカロリーの推定値です。
9. NEXT ボタンを押すと目標歩数が表示されます。+ または – を押して、自分の目標歩数を設定します。
10. NEXT を押して設定モードを終了します。

万歩計の着用方法

万歩計は、簡単にまた快適にポケットに収まるようスリムにデザインされています。

万歩計の使用方法

万歩計には主な 2 つのモードがあります。

TODAY REC モード: このモードは 1 日の進捗状況を表示します。毎日真夜中に自動的にリセットされます。それまでのデータは DAILY TOT（1 日の合計）モードに移動します。

1. TODAY REC が表示されるまで MODE を押します。
2. 上の行は歩数、距離、消費カロリーを表示します。それぞれの測定をスクロールするには、VIEW ボタンを押します。
3. 下の行はアクティビティ時間を表示します。
4. 上記の万歩計の着用方法に従って着用してください。
5. 使用中に不要にボタンが押されないように万歩計のボタンをロックすることもできます。MODE ボタンを押さえ、MODE ボタンを押したまま RESET を 2 秒間押さえるとボタンがロックまたはアンロックされます。LOC または UnLC が 3 秒間表示されます。ボタンがロックされているときには、どのボタンを押しても再度 LOC が 3 秒間点滅して、ロック中であることを知らせます。
6. アクティビティを開始します。万歩計は 10 歩後に動きを記録し始めます。これは正確さを期すために行われるもので、歩数は記録されています。
7. アクティビティーバーが画面左に表示され、一日の目標の達成度を表示します。1 日の目標の 10 %を完了するたびに新しいバーが表示されます。バーが 10 本になると目標達成です!
8. 真夜中の自動リセットの前に手動で万歩計をリセットするには、RESET ボタンを 3 秒間押し続けます。

DAILY TOT モード: 一日の合計モードとして知られており、アクティビティ履歴ログとして使用されます。このモードから手動リセット、または電池を交換する前日までのすべてのアクティビティの合計を示します。このモードになっていると走行距離計のアイコン **Odo** が表示されます。

1. DAILY TOT が表れるまで MODE を押します。
2. 上の行は歩数、距離、消費カロリーの総計を表示します。それぞれの測定をスクロールするには、VIEW ボタンを押します。
3. 下の行はアクティビティ時間の合計を表示します。

例：

	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	
Today Rec Mode **(モード)**	1,000	5,000	5,000	3,000	1,000	**(歩)**
Daily Tot Mode **(モード)**	1,000	6,000	11,000	14,000	15,000	**(歩)**

TIMEX®

www.timex.com

W-278 401-095004 **AS**

БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА ПОКУПКУ ШАГОМЕРА TIMEX®.

Пожалуйста, внимательно прочитайте инструкцию по эксплуатации, чтобы понять, как правильно пользоваться шагомером Timex®. **В Вашей модели могут отсутствовать те или иные характеристики, описание которых приводится в настоящей брошюре.**

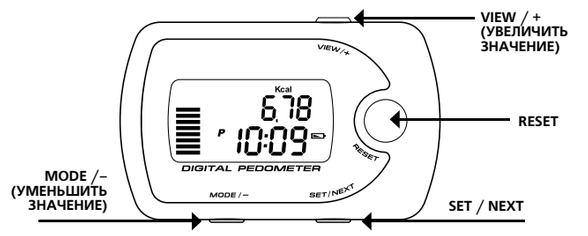
ШАГОМЕР TIMEX®

Шагомер Timex® отслеживает шаги, расстояние, калории и время тренировки на протяжении дня – независимо от того, идете ли Вы, занимаетесь пробежкой трусцой или бегом!

Посетите веб-сайт www.timex.com, чтобы узнать больше о последней технологии Timex, которая поможет Вам достичь поставленных Вами тренировочно-оздоровительных целей и поддержать здоровый образ жизни.

КАК ПРОДЛИТЬ СРОК СЛУЖБЫ БАТАРЕЙКИ

Шагомер был выслан Вам в режиме сохранения энергии в целях продления срока службы батарейки. Шагомер включается нажатием любой кнопки. Для того, чтобы вернуться в режим сохранения энергии, держите нажатой кнопку VIEW в течение 5 секунд. В Вашем шагомере также имеется режим пониженного потребления энергии. Для входа в режим пониженного потребления энергии нажмите и держите нажатой кнопки MODE+SET в течение 5 секунд. Для выхода из режима пониженного потребления энергии нажмите и держите нажатой любую кнопку в течение 5 секунд. **ПРИМЕЧАНИЕ: Каждый раз, когда Вы входите в режим пониженного потребления энергии или режим сохранения энергии, производится сброс показаний о Ваших Шагах, Расстоянии, Времени деятельности и Калорий за текущий день.**



КАК ПРОИЗВЕСТИ НАСТРОЙКУ ВАШЕГО ШАГОМЕРА

1. Нажимайте на кнопку MODE, пока на дисплее не появится режим TODAY REC.
2. Нажмите и держите нажатой кнопку SET в течение 2 секунд. Замигает вид единиц. Нажимайте + или – для перемены значений между имперциальной системой, дюймами (in) и фунтами (lb), или метрической, сантиметрами (cm) и килограммами (kg).
3. Нажмите кнопку NEXT, и на дисплее появится команда Wt. Нажмите + или – для увеличения или уменьшения значения своего текущего веса.
   Держите нажатыми кнопки + или –, чтобы быстро пройтись по списку значений.
4. Нажмите кнопку NEXT, и на дисплее появится команда Ht. Нажимайте + или – для увеличения или уменьшения значения своего текущего роста.
5. Нажмите кнопку NEXT, и на дисплее появится команда AGE. Нажмите + или – для увеличения или уменьшения значения своего текущего возраста.
6. Нажмите кнопку NEXT, и на дисплее появится команда GEN. Нажмите + или – для выбора W (женщина) или M (мужчина).
7. Нажмите кнопку NEXT, и на дисплее появится команда Str. Длина Вашего шага вычисляется автоматически на основании Ваших личных данных. Тем не менее, Вы можете ее подкорректировать, если желаете. Нажмите + или – для уменьшения или увеличения длины своего шага.
8. Нажмите кнопку NEXT, и на дисплее появится значение BMR, которое вычислил шагомер, основываясь на Ваших личных данных. Под BMR понимается основной уровень обмена веществ, и он представляет собой количество калорий, которые Вы сжигаете в течение дня в состоянии покоя.
9. Нажмите кнопку NEXT, и на дисплее появится команда Step Target. Нажимайте + или – для увеличения или уменьшения дневной цели по количеству шагов.
10. Нажмите NEXT для выхода из режима настройки.

КАК НОСИТЬ ШАГОМЕР

Ваш шагомер обладает стройным дизайном, и легко и удобно помещается в Вашем кармане.

КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ ШАГОМЕР

В Вашем шагомере имеются 2 основных режима.

Режим TODAY REC: Этот режим отображает Ваш прогресс за текущий день. Сброс этого режима производится каждую ночь в полночь. Затем Ваши данные переносятся в режим DAILY TOT (сумма за день).

1. Нажимайте MODE, пока на дисплее не появится режим TODAY REC.
2. Верхняя строка цифр показывает шаги, расстояние или израсходованные калории. Нажмите кнопку VIEW, чтобы перейти к каждому измерению.
3. Нижняя строка цифр показывает время Вашей деятельности.
4. Носите шагомер согласно инструкциям, указанным выше.
5. Вы можете заблокировать кнопки своего шагомера, чтобы предотвратить непроизвольное нажатие кнопок во время использования шагомера. Нажмите и держите нажатой кнопку MODE, а также во время нажатия кнопки MODE нажмите и держите нажатой кнопку RESET в течение 2 секунд для блокировки или разблокировки кнопок. На дисплее в течение 3 секунд будут мигать сообщения LOC или UnLC. При заблокированных кнопках сообщение LOC замигает снова в течение 3 секунд в качестве напоминания, если Вы нажмете какую-либо кнопку.
6. Начинайте свою деятельность. Шагомер начнет запись движения после 10 шагов. Это предусмотрено для получения точности измерения (Ваши шаги все равно записываются).
7. В левой части экрана появляются полосы обозначения деятельности для того, чтобы показать Вам Ваш прогресс по отношению к Вашей дневной цели. Каждый раз, когда Вы заканчиваете 10% на пути к своей дневной цели, появляется новая полоса. Вы достигли своей цели, когда Вы получили 10 полос!
8. Если Вы хотите произвести сброс шагомера вручную до автоматического сброса в полночь, нажмите и держите нажатой кнопку RESET в течение 3 секунд.

Режим DAILY TOT: Этот режим, который также называется режим Daily Total, служит в качестве дневника Вашей деятельности. Он несет в себе текущую сумму Вашей деятельности за предшествующие дни до того, как Вы произведете сброс вручную, находясь в этом режиме, или замените батарейку. В этом режиме на дисплее отображен **Odo** символ одометра.

HOW TO CHANGE THE BATTERY

A low battery icon appears when the battery is low. You can replace the battery when required. Your pedometer uses a CR2032 battery.

1. Turn the battery hatch counterclockwise, following the OPEN arrow so that the arrow on the battery hatch turns from the circle ❍ to the arrow △. Remove battery hatch.
2. Remove battery.
3. Insert new battery.
4. Replace battery hatch. Rotate hatch clockwise until secure and the arrow on the battery hatch turns from the arrow △ back to the circle ❍.

Note: Changing the battery resets all your pedometer's data and settings. You will need to re-input your personal information.

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

TIMEX INTERNATIONAL WARRANTY

Your TIMEX® product is warranted against manufacturing defects by Timex Group USA, Inc. for a period of ONE YEAR from the original purchase date. Timex and its worldwide affiliates will honor this International Warranty.

Please note that Timex may, at its option, repair your product by installing new or thoroughly reconditioned and inspected components or replace it with an identical or similar model. **IMPORTANT — PLEASE NOTE THAT THIS WARRANTY DOES NOT COVER DEFECTS OR DAMAGES TO YOUR PRODUCT:**

1) after the warranty period expires;
2) if the product was not originally purchased from an authorized Timex retailer;
3) from repair services not performed by Timex;
4) from accidents, tampering or abuse; and
5) lens or crystal, strap or band, watch case, attachments or battery. Timex may charge you for replacing any of these parts.

THIS WARRANTY AND THE REMEDIES CONTAINED HEREIN ARE EXCLUSIVE AND IN LIEU OF ALL OTHER WARRANTIES, EXPRESS OR IMPLIED, INCLUDING ANY IMPLIED WARRANTY OF MERCHANTABILITY OR FITNESS FOR PARTICULAR PURPOSE. TIMEX IS NOT LIABLE FOR ANY SPECIAL, INCIDENTAL OR CONSEQUENTIAL DAMAGES. Some countries and states do not allow limitations on implied warranties and do not allow exclusions or limitations on damages, so these limitations may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights which vary from country to country and state to state.

To obtain warranty service, please return your product to Timex, one of its affiliates or the Timex retailer where the product was purchased, together with a completed original Product Repair Coupon or, in the U.S. and Canada only, the completed original Product Repair Coupon or a written statement identifying your name, address, telephone number and date and place of purchase. Please include the following with your product to cover postage and handling (this is not a repair charge): a US$ 8.00 check or money order in the U.S.; a CAN$7.00 cheque or money order in Canada; and a UK£2.50 cheque or money order in the U.K. In other countries, Timex will charge you for postage and handling. NEVER INCLUDE A SPECIAL WATCHBAND OR ANY OTHER ARTICLE OF PERSONAL VALUE IN YOUR SHIPMENT.

For the U.S., please call 1-800-448-4639 for additional warranty information. For Canada, call 1-800-263-0981. For Brazil, call +55 (11) 5572 9733. For Mexico, call 01-800-01-060-00. For Central America, the Caribbean, Bermuda and the Bahamas, call (501) 370-5775 (U.S.). For Asia, call 852-2815-0091. For the U.K., call 44 020 8687 9620. For Portugal, call 351 212 946 017. For France, call 33 3 81 63 42 00. For Germany/Austria: +43 662 88921 30. For the Middle East and Africa, call 971-4-310850. For other areas, please contact your local Timex retailer or Timex distributor for warranty information. In Canada, the U.S. and in certain other locations, participating Timex retailers can provide you with a postage-paid, pre-addressed Product Repair Mailer for your convenience in obtaining factory service.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX is a registered trademark of Timex Group USA, Inc. in the US and other countries.

如何更换电池

当电池电量不足时，会显示电池电量不足图标 。您可以在需要时更换电池。您的计步器使用一节 CR2032 电池。

1. 按逆时针方向旋转电池盒门，沿“打开”(OPEN) 箭头的方向转动，以便使电池盒门上的箭头从圆圈 ❍ 转到箭头 △。取下电池盒门。
2. 取出电池。
3. 插入新电池。
4. 重新装上电池盒门。将电池盒门沿顺时针方向旋转，直至扣紧，电池盒门上的箭头从箭头 △ 转回到圆圈 ❍。

注释： 更换电池会重设您的计步器的所有数据和设置。您需要重新输入您的个人信息。

切勿将电池丢到火中。切勿为电池重新充电。切勿让儿童接触散放的电池。

TIMEX 国际担保

您的 TIMEX® 产品由 Timex Group USA, Inc. 提供一年期制造商产品缺陷担保，从最初购买日期开始计算。Timex 及其全球分公司均将提供本国际担保。

请注意，Timex 可能自行选择通过安装新部件或全部翻新和检查的部件或用相同或类似的型号取代您的产品的方法，为您修理产品。**重要事项 — 请注意，本担保不包含您的产品因以下原因导致的缺陷或损坏：**

1) 担保期失效后；
2) 产品起初并非从经授权 Timex 零售商处购买；
3) 接受并非由 Timex 进行的修理服务；
4) 事故、故意破坏或滥用；以及
5) 透镜或水晶、表带、表盒、附件或电池。Timex 可能会因更换任何此类部件向您收费。

本担保和此处包含的补救方法具有排他性，并取代所有其他明示或隐含担保，包括任何商品可售性或特定用途适用性的任何隐含担保。TIMEX 不对任何特殊、意外或继发性损坏负责。有些国家和州不允许对隐含担保进行限制，并不允许对损坏规定排除条款或限制，因此此类限制可能对您不适用。本担保赋予您特定的法律权利，您可能还享有其他权利，此类权利因国家和州不同而异。

如需获取担保服务，请将您的产品寄回给 Timex、Timex 的一家分公司或购买产品的 Timex 零售商，请随附填写妥当的产品修理单原件；如果是在美国或加拿大，请随附填写妥当的产品修理单原件或带有您的姓名、地址、电话号码和购买日期和地点的书面说明。请与产品随附以下费用，用于支付邮资和处理费 （并非修理费）：一张 8.00 美元的支票或汇票 （美国）；一张 7.00 加元的支票或汇票 （加拿大）；一张 2.50 英镑的支票或汇票 (英国)。如果在其他国家，Timex 将向您收取邮资和处理费。绝对不要在寄送的货物中包括特殊的表带或任何其他具有个人价值的物品。

美国客户请电洽 1-800-448-4639，了解其他担保信息。加拿大客户请电洽 1-800-263-0981。巴西客户请电洽 +55 (11) 5572 9733。墨西哥客户请电洽 01-800-01-060-00。中美洲、加勒比海、百慕大和巴哈马群岛客户请电洽 (501) 370-5775 (美国)。亚洲客户请电洽 852-2815-0091。英国客户请电洽 44 020 8687 9620。葡萄牙客户请电洽 351 212 946 017。法国客户请电洽 33 3 81 63 42 00。德国/奥地利客户请电洽 +43 662 88921 30. 中东和非洲客户请电洽 971-4-310850。其他地区请与当地的 Timex 零售商或 Timex 分销商联系，索取担保信息。如果是在加拿大、美国和某些其他地点，参加计划的 Timex 零售商可向您提供预付邮资、预填回邮地址的产品修理邮寄信封，以便您获取工厂服务。

© 2012年 Timex Group USA, Inc. 版权所有。TIMEX 是 Timex Group USA, Inc. 在美国和其他国家的注册商标。

電池の交換方法

バッテリーの残量が少なくなると「低」を示す アイコンが表示されます。必要なときに電池を交換できます。この万歩計は CR2032 電池を 1 個使用します。

1. 電池交換用ハッチの上についている OPEN 矢印が円 ❍ から矢印 △ を指すように反時計方向にハッチを回転します。電池交換用ハッチを外します。
2. 電池を取り出します。
3. 新しい電池を取り付けます。
4. 電池交換用ハッチを元の位置に戻します。ハッチの矢印が 矢印 △ から円 ❍ を指し完全に閉じるまで時計方向にハッチを回転します。

注意: 電池を交換すると万歩計のデータと設定がすべてリセットされます。お客様の情報を再入力する必要があります。

電池を焼却しないでください。再充電しないでください。はずした電池はお子様の手が届かないように注意してください。

TIMEX 国際保証書

お買い上げの TIMEX® 製品はお買い上げの日より 1 年間、Timex Group, USA, Inc. の製造上の欠陥に対して保証されています。 Timex および世界各地の関連会社がこの国際保証を履行します。

Timex は当社の判断に基づき、お客様の製品を新品、または再調整して検査済みの部品を使用して修理するか、あるいは同等または類似のモデルと交換する場合もありますのでご了承ください。 **重要 — この保証は下記の場合の製品の欠陥、または損傷に対しては適用されません：**

1) 保証期間満了後
2) 製品が正規の Timex 販売店以外から購入された場合
3) TIMEX 以外で修理が行われた場合
4) 事故、改造、乱用によって生じた場合
5) レンズまたはクリスタル、ストラップまたはバンド、腕時計のケース、付属品または電池。TIMEXは、これらを交換する場合には実費を請求させていただくことがあります。

この保証およびここに含まれる救済は排他的なものであり、商品性または特定目的適合性に関する黙示の保証を含めて、明示または黙示を問わず他のすべての保証に代わるものです。TIMEX は、いかなる特別損害、付随的損害、派生的損害に対する責任も負いません。 国や州によっては、黙示の保証に対する制限および損害に対する免責もしくは制限を認めていない場合もあるため、お客様にこれらの制限が適用されない場合もあります。 この保証はお客様に特定の法的権利を与えるものであり、また、お客様が国や州によって異なるその他の権利をお持ちである場合もあります。

保証によるサービスを受けるには、お客様の製品を Timex かその関連会社、または製品をお買い上げになった正規の Timex 販売店にご返送ください。製品と一緒に、製品修理クーポンのオリジナルに記入してください。また米国とカナダのみにおいては、製品修理クーポンのオリジナルに記入するか、またはお客様のお名前、ご住所、電話番号、購入日、購入場所を明記した報告書を同封してください。 製品とともに下記の送料と手数料（修理費ではありません）を同封してください。米国の場合は8ドルの小切手または郵便為替、カナダの場合は7カナダドルの小切手または郵便為替、英国の場合は2.50ポンドの切手または郵便為替。その他の国においては、TIMEXからお客様に郵送料および手数料をご請求させていただきます。腕時計を送る際に、特製の腕時計バンドや個人的な飾りなどは絶対に同封しないでください。

米国で保証に関するより詳細な情報をお求めの場合は、1–800–448–4639にお電話下さい。カナダは 1–800–263–0981、ブラジルは +55 (11) 5572 9733、メキシコは 01–800–01–060–00、中央アメリカ、カリブ海諸国、バミューダ、バハマは (501) 370–5775 (米国) にお電話ください。アジアでは 852–2815–0091。英国では 44 020 8687 9620。ポルトガルでは 351 212 946 017。フランスでは 33 3 81 63 42 00。ドイツ/オーストリアでは +43 662 88921 30。中東とアフリカでは 971–4–310850。その他の地域では地元の Timex 販売店または Timex 販売代理店でお問い合わせください。 カナダ、米国およびその他の特定地域では、工場での修理サービスをお受けになるお客様への便宜のため、TIMEX の一部参加取扱店が郵便料金前納で宛名記載済みの製品修理用封筒をご提供できる場合があります。

© 2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX は米国とその他の国において Timex Group USA, Inc. の登録商標です。

1. Нажимайте MODE, пока на дисплее не появится режим DAILY TOT.
2. Верхняя строка цифр показывает общее количество Ваших шагов, израсходованных калорий или общее расстояние. Нажмите кнопку VIEW, чтобы перейти к каждому измерению.
3. Нижняя строка цифр показывает общее время Вашей деятельности.

Пример:

	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	
Режим Today Rec	1,000	5,000	5,000	3,000	1,000	**(Шаги)**
Режим Daily Tot	1,000	6,000	11,000	14,000	15,000	**(Шаги)**

КАК ЗАМЕНИТЬ БАТАРЕЙКУ

На дисплее появляется символ слабого заряда батарейки при слабом заряде батарейки. Вы можете заменить батарейку при необходимости. В Вашем шагомере используется батарейка типа CR2032.

1. Поверните крышку отсека батарейки против часовой стрелки, следуя за стрелкой, на которой указано OPEN, так, чтобы стрелка на крышке отсека батарейки поворачивалась от круга ❍ к стрелке △. Снимите крышку отсека батарейки.
2. Достаньте батарейку.
3. Вставьте новую батарейку.
4. Замените крышку отсека батарейки. Поворачивайте крышку отсека батарейки по часовой стрелке до тех пор, пока она не будет закреплена, а стрелка на крышке отсека батарейки не повернется от стрелки △ обратно к кругу ❍.

Примечание: Замена батарейки произведет сброс всех данных и настроек Вашего шагомера. Вам необходимо будет заново ввести свои личные данные.

НЕ БРОСАЙТЕ БАТАРЕЙКУ В ОГОНЬ. НЕ ПЕРЕЗАРЯЖАЙТЕ БАТАРЕЙКУ. ХРАНИТЕ НЕЗАПАКОВАННЫЕ БАТАРЕЙКИ В НЕДОСТУПНЫХ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЕСТАХ.

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГАРАНТИЯ TIMEX

Фирма Timex Group USA, Inc. гарантирует отсутствие в Вашем продукте TIMEX® каких-либо производственных дефектов на период до ОДНОГО ГОДА со дня первоначальной покупки. Фирма Timex и ее международные филиалы признают настоящую международную гарантию.

Пожалуйста, учтите, что фирма Timex может, на свое усмотрение, отремонтировать Ваш продукт с использованием новых или полностью отремонтированных и прошедших инспекцию компонентов или заменить изделием той же или аналогичной модели. **ВНИМАНИЕ: ПОЖАЛУЙСТА, ИМЕЙТЕ В ВИДУ, ЧТО НАСТОЯЩАЯ ГАРАНТИЯ НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ НА ДЕФЕКТЫ ИЛИ ПОВРЕЖДЕНИЯ ВАШЕГО ПРОДУКТА ПРИ СЛЕДУЮЩИХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ:**

1) по истечении срока гарантии;
2) если продукт был первоначально приобретен не у официального распространителя продукции фирмы Timex;
3) если повреждения явились результатом ремонта или обслуживания, произведенного не фирмой Timex;
4) если повреждения явились результатом аварии, вскрытия часов или других недозволенных действий; кроме того,
5) гарантия не распространяется на стекло, ремешок или браслет, футляр от часов, прочие принадлежности и батарейку. Замена этих частей может быть произведена фирмой Timex за дополнительную плату.

НАСТОЯЩАЯ ГАРАНТИЯ И ПРЕДУСМОТРЕННЫЕ ЕЮ МЕРЫ ЯВЛЯЮТСЯ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНЫМИ И ЗАМЕНЯЮТ ВСЕ ДРУГИЕ ГАРАНТИИ, ЯВНЫЕ ИЛИ ПОДРАЗУМЕВАЕМЫЕ, ВКЛЮЧАЯ ЛЮБЫЕ ПОДРАЗУМЕВАЕМЫЕ ГАРАНТИИ КОММЕРЧЕСКОГО КАЧЕСТВА ИЛИ ПРИГОДНОСТИ ДЛЯ КАКОГО-ЛИБО СПЕЦИФИЧЕСКОГО ПРИМЕНЕНИЯ. КОМПАНИЯ TIMEX НЕ НЕСЕТ НИКАКОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА КАКИЕ-ЛИБО ОСОБЫЕ, ПОБОЧНЫЕ ИЛИ ВТОРИЧНЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ. Некоторые страны и штаты не допускают ограничений в отношении подразумеваемых гарантий и не допускают исключений или ограничений в отношении повреждений. В таком случае на Вас не будут распространяться эти ограничения. Настоящая гарантия предоставляет Вам конкретные юридические права, но Вы можете иметь также и другие права, которые могут отличаться в зависимости от конкретной страны или штата.

Для получения гарантийного обслуживания, пожалуйста, отправьте Ваш продукт на фирму Timex, в одно из ее отделений или официальному распространителю ее продукции, у которого продукт был куплен. Пожалуйста, приложите заполненный оригинал Гарантийного талона на ремонт продукта, а в США и Канаде - заполненный оригинал Гарантийного талона на ремонт продукта или сопроводительное письмо с указанием Вашего имени, адреса, номера телефона, а также даты и места покупки. Пожалуйста, включите оплату почтовых расходов и затрат на упаковку (не включенных в стоимость ремонта) в виде: чека или платежного поручения на сумму 8.00 долларов США на территории США, чека или платежного поручения на сумму 7.00 канадских долларов на территории Канады, чека или платежного поручения на сумму 2.50 английских фунтов стерлингов на территории Великобритании. В других странах фирма Timex предъявит Вам счет за почтовые расходы и затраты на упаковку. НИ ПРИ КАКИХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ НЕ ПРИЛАГАЙТЕ К ВАШЕЙ ПОСЫЛКЕ КАКИЕ-ЛИБО ПРЕДМЕТЫ, ПРЕДСТАВЛЯЮЩИЕ ДЛЯ ВАС ЛИЧНУЮ ЦЕННОСТЬ.

Для получения дополнительной информации по гарантийному обслуживанию в США звоните по телефону 1-800-448-4639. В Канаде звоните по телефону 1-800-263-0981. В Бразилии звоните по телефону +55 (11) 5572 9733. В Мексике звоните по телефону 01-800-01-060-00. В Центральной Америке, странах Карибского бассейна, на Бермудских и Багамских островах звоните по телефону (501) 370-5775 (США). В Азии звоните по телефону 852-2815-0091. В Великобритании звоните по телефону 44 020 8687 9620. В Португалии звоните по телефону 351 212 946 017. Во Франции звоните по телефону 33 3 81 63 42 00. В Германии/Австрии звоните по телефону +43 662 88921 30. На Ближнем Востоке и в Африке звоните по телефону 971-4-310850. В других регионах для получения дополнительной информации о гарантии, пожалуйста, свяжитесь с местным представителем или дистрибьютором фирмы Timex. В Канаде, США и в некоторых других регионах некоторые дистрибьюторы фирмы Timex могут предоставить Вам предоплаченные специальные почтовые упаковки для отправки продукта в ремонт с уже напечатанным адресом получателя. Это облегчит для Вас процесс получения фабричного обслуживания.

©2012 Timex Group USA, Inc. TIMEX является зарегистрированной торговой маркой фирмы Timex Group USA, Inc. в США и других странах.