הוראות הפעלה למנגנון 3568

לפני שמתחילים...

חלק זה מספק סקירה כללית של השעון ומציג דרכים נוחות לשימוש בו.

תכונות שעון

● קישור טלפון

אתה יכול להעביר נתוני אימון לטלפון בעל יכולת Bluetooth® ולתפעל אותם באמצעות יישומים.

● פונקציית אימון

השתמש במצב זה כדי למדוד ולתעד מרחק, זמן שחלף, קצב ונתוני ריצה והליכה אחרים.

● יומן הדרכה

יומן האימון יכול לאחסן עד 100 רשומות של נתונים שנרכשו במהלך תזמון הריצה.

● זמן עולם

אתה יכול להציג את השעה הנוכחית בכל אחת מ-38 ערים* ברחבי העולם, כמו גם עבור UTC (זמן אוניברסלי מתואם).

* בכפוף לעדכון בעת חיבור לטלפון.

● אזעקה

השעון מבצע פעולת צליל ו/או רטט כאשר מגיעים לזמן אזעקה מוגדר מראש.

● טיימר

השתמש בטיימר כדי לבצע ספירה לאחור מזמן התחלה. השעון מבצע פעולת צליל ו/או רטט כאשר הספירה לאחור מגיעה לאפס.

● שעון עצר

שעון העצר מודד עד 99 שעות, 59 דקות ו-59 שניות של זמן שחלף ביחידות של שניה אחת.

● האיורים הכלולים במדריך הפעלה זה נוצרו כדי להקל על ההסבר. איור עשוי להיות שונה במקצת מהפריט שהוא מייצג.

● לפני השימוש בפונקציית האימון, הגדר את הגדרות הפרופיל שלך. זה יעזור לך להשיג ערכים מדויקים יותר. | יצירת הפרופיל שלך

● בהתאם לגרסת התוכנה של השעון שלך, פעולותיו ותכני התצוגה עשויים להיות שונים מאלה המתוארים במדריך הפעלה זה.

מדריך כללי



כפתור A

לחיצה על לחצן זה בכל מצב עוברת בין צגים.

בזמן שמסך הגדרות מוצג, לחיצה על לחצן זה גוללת את פריטי התפריט הזמינים כלפי מעלה.

לחצן B במצב שמירת זמן, לחיצה על לחצן זה נכנסת למצב אימון.

לחיצה על כפתור זה בזמן שמסך ההגדרות של מצב כלשהו מוצג מחיל את כל ההגדרות או השינויים הממתינים של המסך.

כפתור C

החזק את הלחצן הזה למשך שנייה אחת לפחות כדי לחזור למצב שמירת זמן. לחיצה על לחצן זה בזמן פעולת תזמון ריצה מתבצעת חוזרת למסך תזמון הריצה.

לחיצה על לחצן זה בזמן שמסך הגדרות מוצג גוללת את פריטי התפריט הזמינים כלפי מטה.

כפתור D

במצבים אחרים, לחיצה על לחצן זה חוזרת למצב שמירת זמן.

בזמן קביעת תצורת ההגדרות, לחיצה על כפתור זה חוזרת למסך הקודם.

כפתור E

לחץ כדי להפעיל את התאורה.

יצירת הפרופיל שלך

אתה יכול להשתמש בהליך בסעיף זה כדי להזין מידע וליצור פרופיל (גובה, משקל, מין, תאריך לידה, פרק כף היד שבו עונדים את השעון).

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע אל [פרופיל].

4. לחץ על (B).

זה מציג את מסך בחירת פריט הפרופיל.



[HEIGHT/ WEIGHT]	Height/weight
[SEX]	Gender
[BIRTHDAY]	Date of birth
[WRIST]	Wrist where you wear the watch

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור את הפריט שברצונך להזין.

6. לחץ על (B).

7. רשמו את הגובה והמשקל שלכם.

● במסך בחירת פריט הפרופיל, בחר [HEIGHT/WEIGHT].

① השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזין את הגובה שלך.

B לחץ על (B).

C השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזין את המשקל שלך.

D לחץ על (B).

E השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור אם ברצונך לשמור את ערכי הקלט הנוכחיים או לא.

[YES]	Saves current settings.
[NO]	Discards current settings.
[RETURN]	Returns to the height and weight setting screen.

F לחץ על (B) כדי לרשום את הגובה והמשקל שלך.

לאחר השלמת רישום המידע, [SETTING COMPLETED]

יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך בחירת פריט הפרופיל.

● כדי לצאת מפעולת הגדרת הגובה והמשקל בכל נקודה, לחץ על (D) והתקדם לשלב E.

8. ציין את המגדר שלך.

● במסך בחירת פריט הפרופיל, בחר [SEX].

① השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע אל [MALE] או [FEMALE].

B לחץ על (B) כדי לרשום את המגדר שלך.

לאחר השלמת רישום המידע, [SETTING COMPLETED]

יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך בחירת פריט הפרופיל.

9. ציין את תאריך הלידה שלך.

● במסך בחירת פריט הפרופיל, בחר [BIRTHDAY].

① השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לציין שנה.

B לחץ על (B).

C השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לציין חודש.

D לחץ על (B).

E השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לציין יום.

F לחץ על (B).

G השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור אם ברצונך לשמור את ערכי הקלט הנוכחיים או לא.

[YES]	Saves current settings.
[NO]	Discards current settings.
[RETURN]	Returns to the date of birth setting screen.

⑧ לחץ על (B) כדי לרשום את תאריך הלידה שלך. לאחר השלמת רישום המידע, [SETTING COMPLETED]

יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך בחירת פריט הפרופיל.

● כדי לצאת מפעולת הגדרת תאריך הלידה בכל נקודה, לחץ על (D) והתקדם לשלב G.

10. ציין את פרק כף היד שבו אתה עונד את השעון.

● במסך בחירת פריט הפרופיל, בחר [WRIST].

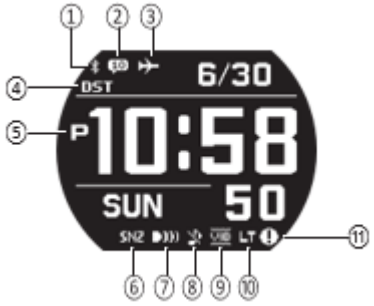
① השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[שמאל] או [ימינה].

B לחץ על (B) כדי לרשום את הגדרת פרק כף היד שלך. לאחר השלמת רישום המידע, [SETTING COMPLETED]

יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך בחירת פריט הפרופיל.

11. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות

אינדיקטורים



① מוצג כאשר יש חיבור בין השעון לטלפון.

● בזמן ניסיון להתחבר מחדש לטלפון שלך לאחר איבוד החיבור, מחוון זה מהבהב במרווחים של שנייה אחת.

● בזמן שלא מנסים להתחבר מחדש לטלפון שלך לאחר איבוד החיבור, מחוון זה מהבהב במרווחים של שתי שניות.

B מציין את מספר הודעות הטלפון החדשות.

C מוצג כאשר מצב טיסה מופעל.

D מוצג כאשר השעה המצוינת היא שעון קיץ.

E מוצג במהלך הצהריים פעמים כאשר נעשה שימוש בשמירה על זמן של 12 שעות.

F מוצג כאשר פונקציית נודניק האזעקה מופעלת.

G מוצג כאשר אזעקה מופעלת.

⑧ מוצג כאשר צליל הפעולה או צליל ההתראה מושבתים.

הוצג בזמן שהרטט מופעל.

J מוצג כאשר אור אוטומטי מופעל.

K מוצג כאשר מתח הסוללה נמוך.

מהבהב כאשר מתח הסוללה נמוך לרגע.

● החלפת סוללה

מופיע בתצוגה כאשר מתח הסוללה יורד. החליפו את הסוללה.

בקש החלפת סוללה ממרכז שירות של CASIO או מהקמעונאי המקורי שלך.



● כאשר יש עומס גדול לרגע על הסוללה, מתח הסוללה יירד ויהבהב בתצוגה. כפתור הכול

הפעולה מושבתת כאשר מהבהבת.

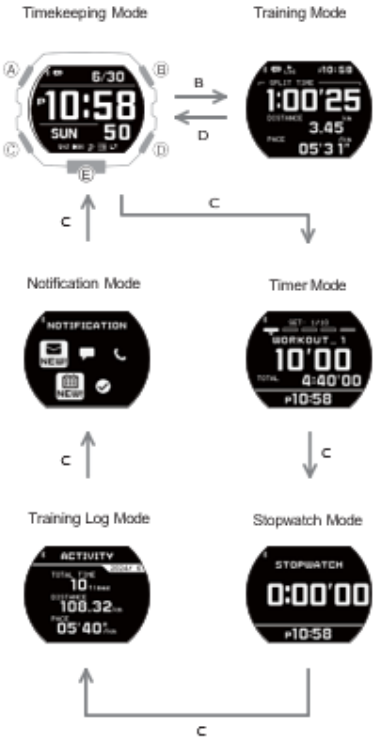
ניווט בין מצבים

לשעון שלך יש את המצבים המוצגים למטה.

● ניתן גם לחזור למצב שמירת זמן ישירות מכל מצב מלבד מצב האימון על ידי לחיצה ממושכת על (C) למשך שנייה אחת לפחות, או על ידי לחיצה על (D).

● במצב שמירת זמן, לחיצה על (B) נכנסת למצב אימון.

● כדי לעבור ממצב אימון למצב שמירת זמן, תחילה הפסק את מדידת האימון ולאחר מכן לחץ על (D).



השתמש בלחצנים באיור למעלה כדי לנווט בין המצבים.

סקירת מצב

סעיף זה מספק סקירה כללית של מצבי השעון שלך.

- מצב שמירת זמן

אתה יכול להשתמש במצב שמירת זמן כדי לבדוק את השעה והתאריך הנוכחיים, וכדי להציג את ספירת הצעדים היומית שלך, מרחק הריצה שלך לחודש מסוים ומידע אחר. אתה יכול גם להשתמש במצב זה כדי להגדיר את עיר הבית, אזעקה והגדרות זמן בסיסיות אחרות.

- מצב אימון

השתמש במצב זה כדי למדוד ולתעד מרחק, זמן שחלף, קצב ונתוני ריצה אחרים.

- מצב טיימר

הטיימר סופר לאחור מזמן התחלה שצוין על ידך. השעון מבצע פעולת צליל ו/או רטט כאשר מגיעים לסוף הספירה לאחור.

- מצב שעון עצר

השתמש במצב זה כדי למדוד את הזמן שחלף.

- מצב יומן אימון

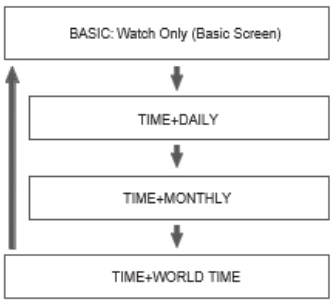
השתמש במצב זה כדי להציג נתוני יומן אימונים מוקלטים.

- מצב התראה

מצב ההתראה מקבל הודעות ומידע על שיחות נכנסות, דואר ו-SNS.
! חשוב , **<u>השעון אינו תומך בשפה העברית</u>**

בחירת מצב שמירת זמן פורמט תצוגה דיגיטלית

כל לחיצה על (A) במחזורי מצב שמירת זמן מציגה את התוכן כפי שמוצג להלן. שים לב שאתה יכול להציג את השעה הנוכחית יחד עם סוג אחר של מידע.



BASIC: Watch Only (Basic Screen)



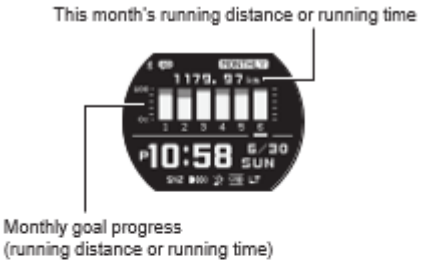
TIME+DAILY: שעה נוכחית + מידע שבועי

מסך זה מציג את השעה הנוכחית, ספירת הצעדים של היום והתקדמות יעד ספירת הצעדים היומית.



זמן+חודשי: זמן נוכחי + מידע חודשי

מסך זה מציג את השעה הנוכחית, מרחק הריצה של החודש הנוכחי והתקדמות יעד מרחק הריצה החודשי. במקום מרחק ריצה, תוכל גם לציין תצוגה של זמן ריצה. שים לב שעליך להשתמש באפליקציית "G-SHOCK MOVE" כדי לציין איזה פריט (מרחק ריצה או זמן ריצה) יש להציג.



TIME+WORLD TIME: Current Time + World Time



צפייה בחושך

לשעון יש אור המאיר את הפנים לצפייה בחושך.

- להארת באופן ידני

לחץ על (E) כדי להפעיל את התאורה.

- התאורה תכבה אוטומטית אם תתחיל להישמע אזעקה.



חָשׁוּב!

● שימוש תכוף בתאורה מרוקן את הסוללה.

● תאורת התצוגה מושבתת כאשר מתקיים אחד מהתנאים שלהלן.— בעוד צליל אזעקה, צליל טיימר ו/או פעולת רטט בעיצומה

● כדי להאיר את הפנים כאשר אור אוטומטי מופעל

אם תאורה אוטומטית מופעלת, תאורת הפנים תופעל אוטומטית בכל פעם שהשעון ממוקם בזווית של 40 מעלות או יותר.

חשוב!

● ייתכן שהאור האוטומטי לא יפעל כשורה כאשר השעון נמצא בזווית אופקית של 15 מעלות או יותר מהאופקי כפי שמוצג באיור למטה.

● מטען אלקטרו-סטטי או מגנטיות עלולים להפריע לפעולת האור האוטומטי התקין. אם זה קורה, נסה להוריד את זרועך ואז לכוון אותה שוב לכיוון הפנים שלך.

● בעת הזזת השעון אתה עשוי להבחין בצליל שקשוק קל. זה נובע מהפעלת מתג האור האוטומטי, שקובע את הכיוון הנוכחי של השעון. זה לא מעיד על תקלה.

● הגדרת הגדרת האור האוטומטי

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[LIGHT].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[AUTO LIGHT].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[OFF] (מושבת) או [ON] (מופעל).

● מחוון [LT] מוצג במצב שמירת זמן כאשר אור אוטומטי מופעל.

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרות התאורה.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

● ציון משך ההארה ניתן לבחור 1.5 שניות או שלוש שניות כמשך ההארה.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[LIGHT].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[DURATION].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור משך תאורה.

[1.5 SEC.]	1.5-second illumination
[3.0 SEC.]	3-second illumination

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרות התאורה.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

תכונות שימושיות

התאמה בין השעון לטלפון שלך הופכת מספר מתכונות השעון לקלות יותר לשימוש.

תיקון זמן אוטומטי

העברת נתונים לטלפון

מבחר של יותר מ-300 ערים בזמן עולם

בנוסף, ניתן להגדיר מספר הגדרות שעון אחרות באמצעות הטלפון שלך.

כדי להעביר נתונים לשעון וכדי להגדיר הגדרות, תחילה עליך להתאים את השעון לטלפון שלך.

● בטלפון שלך צריכה להיות מותקנת אפליקציית הטלפון "G-SHOCK MOVE" כדי להתאים לשעון.

קישור עם טלפון

בעוד שיש חיבור בלוטות' בין השעון לטלפון (Mobile Link), הגדרת הזמן הנוכחית של השעון מתוקנת באופן אוטומטי. אתה יכול גם לשנות את ההגדרות האחרות של השעון.

כמו כן, אתה יכול להשתמש באפליקציית CASIO "G-SHOCK MOVE" כדי לצפות ברשומות האימונים.

● לקבלת התוצאות הטובות ביותר עם שעון זה, מומלץ להשתמש בגרסאות העדכניות ביותר של אפליקציית הטלפון החכם ותוכנת השעון.

● פונקציה זו זמינה רק כאשר אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE פועלת בטלפון.

מתכוננים

כדי להשתמש בשעון בשילוב עם טלפון, תחילה עליך להתאים אותם. בצע את השלבים הבאים כדי להתאים את השעון לטלפון.

● ① התקן את האפליקציה הנדרשת בטלפון שלך.

ב-Google Play או ב-App Store, חפש את אפליקציית הטלפון "G-SHOCK MOVE" והתקן אותה בטלפון שלך.

● B הפעל את שירותי המיקום

הפעל את שירותי המיקום של הטלפון שלך.

● C קביעת תצורה של הגדרות Bluetooth

הפעל את ה-Bluetooth של הטלפון.

● D התאם את השעון לטלפון שלך לפני שתוכל להשתמש בשעון בשילוב עם טלפון, תחילה עליך להתאים אותם.

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".

2. Y עקוב אחר ההוראות בתצוגה כדי להתקדם למסך ההגדרה הראשוני.

זה יציג הודעה שאומרת לך להתחבר לשעון.

● אם הטלפון שלך כבר משויך לשעון אחר

① בשורת התפריטים, הקש על "עוד".

Bהקש על "צפה".

Cהקש על "ניהול".

Dבצע את הפעולה המוצגת על המסך כדי להתכונן להוספת שעון חדש.

3. היכנסו למצב שמירת זמן.

4. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[PAIRING].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[CONNECT].

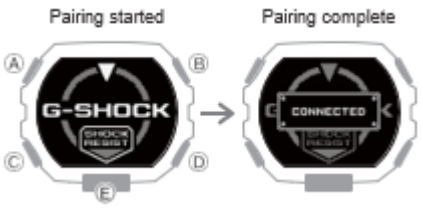
8. לחץ על (B).

9. הזיזו את הטלפון לשיוך קרוב לשעון (בתוך מטר אחד מהשעון).

10. כאשר מופיע השעון שאליו ברצונך להתאים, עקוב אחר ההוראות בתצוגה כדי להתאים אתו.

● אם מופיעה הודעת הנחיה להתאמה, בצע את הפעולה המוצגת על מסך הטלפון.

● אם הצימוד נכשל מסיבה כלשהי, השעון יחזור למצב בשלב 5 של הליך זה. בצע שוב את הליך הזיווג מההתחלה



● בפעם הראשונה שתפעיל את אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE, תופיע הודעה בטלפון שלך שתשאל אם ברצונך לאפשר רכישת מידע מיקום. הגדר הגדרות כדי לאפשר שימוש ברקע בפרטי מיקום.

● למידע על מה לעשות כאשר ההתאמה לא מצליחה, עיין במידע שלהלן.

אני לא יכול להתאים את השעון לטלפון.

● אם השעון שלך כבר משויך לטלפון אחר, לא תוכל לבחור [PAIRING] במסך בשלב

5. בטל את הצמדת השעון שלך מהטלפון השני לפני הצמדתו לטלפון שלך.

תיקון זמן אוטומטי

השעון שלך יכול להתחבר לטלפון שלך כדי להתאים את הגדרת הזמן של השעון.

אם תשאיר את השעון במצב שמירת זמן, הוא יבצע את פעולת ההתאמה באופן אוטומטי תוך כדי חיי היומיום שלך, ללא כל פעולה שתדרש ממך.

חָשׁוּב!

- ייתכן שהשעון לא יוכל לבצע תיקון זמן אוטומטי בתנאים המתוארים להלן.

— בזמן שהשעון רחוק מדי מהטלפון המותאם שלו

— אמנם תקשורת אינה אפשרית עקב הפרעות רדיו וכו'.

— בזמן שהטלפון מעדכן את המערכת שלו

— בעוד אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE אינה פועלת בטלפון

- אם קיימת עיר זמן עולמית שצוינה עם אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE, גם השעה שלה יתוקן אוטומטית.
- תיקון זמן אוטומטי מתבצע בזמנים המתוארים להלן.

— לאחר שינוי אזור הזמן או הגדרת שעון הקיץ של הטלפון

— לאחר שחלפו 24 שעות או יותר מאז התאמת הפעם האחרונה באמצעות חיבור Bluetooth

— לאחר שחלפו 24 שעות או יותר מאז השינוי האחרון בעיר הבית או התאמת הזמן באמצעות פעולת השעון

- השעון נשאר מחובר לטלפון שלך גם לאחר השלמת התאמת הזמן.
- אם כוונון הזמן נכשל מסיבה כלשהי, [CONNECT FAILED] יופיע.
- פעולת השעון יכולה להתבצע גם כשהיא מחוברת לטלפון שלך.
- חיבור לטלפון שלך אינו אפשרי כאשר מצב טיסה של השעון מופעל. כדי להתחבר לטלפון שלך, השבת את מצב טיסה.

צפייה ברשומות אימונים

אתה יכול להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי להציג את נתוני האימון למטה, הנמדדים על ידי השעון.

- נתוני יומן אימון ונתוני הקפה
- תוצאות ניתוח הדרכה

בדוק את החיבור

- ודא שסמל e מוצג על תצוגת השעון בעת ביצוע ההליך שלהלן.
- אם e אינו מוצג, עיין במידע בקישור למטה.

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".
2. בשורת התפריטים, הקש על "פעילות".
3. הקש על "היסטוריה".
4. בצע את הפעולה המוצגת על המסך.

הצגת נתונים הקשורים ליומן חיים

ניתן להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE לצפייה במידע שלהלן, הנמדד על ידי השעון.

- מספר יומי, שבועי או חודשי של צעדים וקלוריות שנשרפו

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".
2. בשורת התפריטים, הקש על "בית".
3. השתמש בווידג'ט "יומן חיים" כדי להציג את הנתונים.

הגדרת ערכי יעד

אתה יכול להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי לציין ערכי יעד יומיים או חודשיים.

חָשׁוּב!

- לא ניתן לציין ערכי יעד באמצעות פעולות השעון. השתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי להגדיר הגדרות.

אתה יכול לציין ערכי יעד עבור הפריטים למטה.

- ספירת צעדים יומית
- מרחק ריצה חודשי
- זמן ריצה חודשי

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".
2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".
3. הקש על "משתמש".
4. בחר את היעד שברצונך לציין ולאחר מכן בצע את הפעולה המוצגת על מסך הטלפון.

ציון מרווח ההתראות (התראות יעד)

אתה יכול להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי לציין מרווחי התראות כדי לעדכן אותך על הקלוריות שנשרפו והזמן שחלף בזמן האימון. לאחר מכן, השעון יבצע פעולת התראת קול ו/או רטט בכל פעם שמגיעים לערך מרווח התראה בזמן שאתה מתאמן.

חָשׁוּב!

● שימו לב שלא ניתן לציין את מרווח ההתראה באמצעות פעולות השעון. השתמש ב- G-SHOCK MOVE כדי להגדיר הגדרות.

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".
2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".
3. הקש על "צפה".
4. בחר את השעון המועדף עליך.
5. בחר את ההגדרה שברצונך לשנות ולאחר מכן בצע את הפעולה המוצגת על המסך.

ציון המרחק עבור תזמון ההקפה האוטומטי

לפני השימוש בתזמון ההקפה האוטומטי, עליך להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי לציין את מרחק תזמון ההקפה האוטומטי.

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".
2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".
3. הקש על "צפה".
4. בחר את השעון המועדף עליך.
5. בחר את ההגדרה שברצונך לשנות ולאחר מכן בצע את הפעולה המוצגת על המסך.

הגדרת טיימרים הניתנים לתכנות

אתה יכול להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי להגדיר הגדרות טיימר הניתנות לתכנות וליצור קבוצה של טיימרים מרובים.

● למידע על טיימרים הניתנים לתכנות, עיין במידע בקישור למטה.

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".
2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".
3. הקש על "צפה".
4. בחר את השעון המועדף עליך.

5. בחר את ההגדרה שברצונך לשנות ולאחר מכן בצע את הפעולה

הגדרת הגדרות זמן עולם

ציון עיר שעון עולמי באמצעות אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE גורם לשינוי שעון עולמי של השעון בהתאם.

ניתן להגדיר הגדרות לביצוע החלפת שעון קיץ אוטומטית עבור עיר הזמן העולמית.

● אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE World Time מאפשרת לך לבחור מבין כ-300 ערים כעיר הזמן העולמית.

● אתה יכול להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי להגדיר הגדרות עבור ערי משתמש שאינן כלולות בערים המובנות של השעון העולמי. עליך להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי לבחור עיר משתמש כעיר זמן העולם שלך.

● לבחירת עיר בזמן עולם

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".

2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".

3. הקש על "צפה".

4. בחר את השעון המועדף עליך.

5. בחר את ההגדרה שברצונך לשנות ולאחר מכן בצע את הפעולה המוצגת על המסך.

● הגדרת הגדרת שעון קיץ

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".

2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".

3. הקש על "צפה".

4. בחר את השעון המועדף עליך.

5. בחר את ההגדרה שברצונך לשנות ולאחר מכן בצע את הפעולה המוצגת על המסך.

● "אוטומטי"

השעון עובר בין שעון רגיל לשעון קיץ באופן אוטומטי.

● "כבוי"

השעון תמיד מציין זמן סטנדרטי.

● "ON"

השעון תמיד מציין את שעון הקיץ.

הגדרת האזעקה

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".
2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".
3. הקש על "צפה".
4. בחר את השעון המועדף עליך.
5. בחר את ההגדרה שברצונך לשנות ולאחר מכן בצע את הפעולה המוצגת המסך

מאתר טלפונים

אתה יכול להשתמש באיתור הטלפון כדי להפעיל צליל בטלפון מותאם כדי להקל על איתור הטלפון. צליל מאתר הטלפון נשמע גם אם הטלפון שלך במצב רטט.

חָשׁוּב!

- מאתר הטלפון לא ישמיע את הטון אלא אם אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE פועלת בטלפון.
- אל תשתמש בפונקציה זו באזורים שבהם צלילי שיחות טלפון מוגבלים.
- הצליל נשמע בעוצמה גבוהה. אל תשתמש בפונקציה זו בעת האזנה לפלט הטלפון דרך אוזניות.

1. X היכנסו למצב שמירת זמן.
2. X החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[PHONE FINDER].
4. לחץ על (B).
5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[EXECUTE].
6. לחץ על (B).

פעולה זו תיצור חיבור בין השעון לטלפון, ותשמיע את הצלצול של הטלפון.

● יידרשו מספר שניות עד שיישמע צליל הטלפון.

7. לחץ על לחצן כלשהו כדי לעצור את הצליל.

● ניתן ללחוץ על כל כפתור שעון כדי להפסיק את צליל הטלפון רק במהלך 30 השניות הראשונות לאחר שהוא מתחיל להישמע.

הגדרת הגדרות שעון

לאחר יצירת חיבור בין השעון לטלפון, תוכל להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי להגדיר את הגדרות השעון ולצפות במידע שנרכש על ידי השעון.

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".

2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".

3. הקש על "צפה".

4. בחר את השעון המועדף עליך.

5. בחר את ההגדרה שברצונך לשנות ולאחר מכן בצע את הפעולה המוצגת על המסך.

חיבור עם טלפון

השעון שלך מתחבר אוטומטית לטלפון המותאם שלו.

הסמל e מוצג בחלק העליון של מסך השעון בזמן שהשעון מחובר

עם טלפון. e מהבהב כאשר אין קשר בין השעון לטלפון.

● אם השעון אינו משויך לטלפון שאליו ברצונך להתחבר, עיין במידע שלהלן והתאם אותם.

חָשׁוּב!

● אם יש לך בעיות ביצירת חיבור, זה יכול להיות שאפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE לא פועלת בטלפון שלך. במסך הבית של הטלפון, הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE". בצע את הפעולה המוצגת על המסך כדי להתאים לשעון.

ביטול צימוד השעון מטלפון

ביטול ההתאמה בין השעון לטלפון דורש הן את אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE והן את פעולות השעון.

● אם נותר מידע התאמה בטלפון שלך, מחק גם מידע זה.

● לא ניתן לבטל את ההתאמה של השעון מטלפון כאשר מצב טיסה של השעון מופעל. כדי לבטל את ההתאמה מהטלפון שלך, השבת את מצב הטיסה של השעון.

● מחיקת מידע התאמה מאפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE

1. הקש על הסמל "G-SHOCK MOVE".
2. בשורת התפריטים, הקש על "עוד".
3. הקש על "צפה".
4. הקש על "ניהול".
5. הקש על השעון שברצונך לבטל את ההתאמה.
6. בצע את הפעולה המוצגת על המסך.

- מחיקת מידע זיווג מהשעון

1. היכנסו למצב שמירת זמן.
2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע אל [PAIRING].
4. לחץ על (B).
5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[UNPAIRING].
6. לחץ על (B).
7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור אם ברצונך למחוק את פרטי ההתאמה או לא.

[YES]	Deletes pairing information.
[NO]	Does not delete pairing information.

8. לחץ על (B).

לאחר השלמת מחיקת פרטי ההתאמה, [מחיקה הושלמה] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע מחדש מסך ההגדרה של מצב שמירת זמן.



9. לחץ על (D) כדי לצאת ממסך ההגדרות.

● מחיקת פרטי ההתאמה של הטלפון

לפרטים על נהלי הגדרה, עיין בתיעוד הטלפון שלך.

"הגדרות" n "Bluetooth" n בטל את רישום המכשיר של השעון

אם תרכוש טלפון אחר

עליך לבצע את פעולת הצימוד בכל פעם שתרצה ליצור חיבור בלוטות' לטלפון בפעם הראשונה.

קבלת הודעות טלפוניות *השעון אינו תומך עברית*

אתה יכול להשתמש בשעון שלך כדי לבדוק את הפרטים של שיחות נכנסות, דואר והתראות SNS ומידע שמתקבל בטלפון המחובר לשעון באמצעות Bluetooth. השעון יכול לשמור עד 10 התראות בזיכרון שלו.

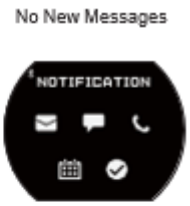
● כדי לקבל התראות מהטלפון שלך, עליך להתאים את השעון אליו.

מספר ההודעות החדשות מוצג בתצוגת מצב שמירת זמן.



אתה יכול להשתמש במצב הודעות כדי לבדוק סוגי הודעות והאם יש הודעות חדשות.





This indicator:	Means this:
	Mail
	SNS
	Incoming calls, missed calls
	Schedule
	Other

בזמן קבלת הודעות מופעלת, קבלת הודעה גורמת לתוכן שלה להופיע בתצוגה, ללא קשר למצב (Notification Cut-in)

● השעון חוזר אוטומטית ממצב ההתראה למצב שמירת זמן אם לא תבצע שום פעולה של מצב התראה במשך כשתיים או שלוש דקות.

הפעלה והשבתה של התראות על שיחות נכנסות

ניתן להפעיל או להשבית קבלת הודעות לפי הצורך.

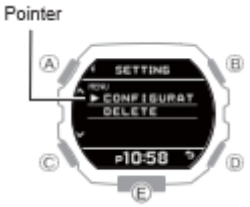
1. היכנסו למצב התראה.

2. לחץ על (B).

זה מציג את רשימת ההתראות.

3. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

פעולה זו מציגה את מסך הגדרת מצב התראה.



4. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[CONFIGURATION].

5. לחץ על (B).

6. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור הגדרת הפעלה/כיבוי של קבלת הודעה.

[ON]	Enables receive and notification cut-in display.
[ON (RUN OFF)]	Disables receive during run timing only.
[OFF]	Disables receive and notification cut-in display.

● קטע הודעה מציג את התוכן של הודעה שהתקבלה, ללא קשר למצב השעון.

● לאחר כ-30 שניות, התצוגה תחזור למה שהייתה לפני הופעת ניתוק ההתראה.

7. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת מצב ההתראה.

8. לחץ על (D) כדי לצאת ממסך ההגדרות.

הצגת תוכן הודעות

1. היכנסו למצב התראה.

2. לחץ על (B).

זה מציג את רשימת ההתראות.

- רשימת ההתראות יכולה להכיל עד 10 התראות.

- הוספת הודעה לרשימה כאשר היא כבר מכילה 10 הודעות, תגרום למחיקת ההודעה הישנה ביותר ברשימה כדי לפנות מקום לחדשה.

3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע לכותרת ההודעה שברצונך להציג.

4. לחץ על (B).

זה מציג את פרטי ההודעה. 83 עד 100 תווים ברוחב כפול מוצגים עבור גוף הטקסט.

- ניתן להשתמש ב-(A) ו-(C) כדי לגלול.

- כדי לחזור לרשימת ההתראות, לחץ על (D).

- כדי לחזור למצב שמירת זמן, החזק את (C) לחוץ למשך שנייה אחת לפחות.

מחיקת הודעה

- מחיקת הודעה מסוימת

1. היכנסו למצב התראה.

2. לחץ על (B).

זה מציג את רשימת ההתראות.

3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע לכותרת של ההתראה שברצונך למחוק.

4. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

פעולה זו מציגה את מסך הגדרת מצב התראה.

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[DELETE].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ONE].

8. לחץ על (B).

9. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[EXECUTE].

- כדי לבטל את מחיקת הנתונים, העבר את המצביע ל-[CANCEL].

10. לחץ על (B).

לאחר השלמת פעולת מחיקת הנתונים, [מחק הושלם] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך מצב ההתראה.

- מחיקת כל ההתראות

1. היכנסו למצב התראה.

2. לחץ על (B).

זה מציג את רשימת ההתראות.

3. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

פעולה זו מציגה את מסך הגדרת מצב התראה.

4. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[DELETE].

5. לחץ על (B).

6. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ALL].

7. לחץ על (B).

8. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[EXECUTE].

- כדי לבטל את מחיקת הנתונים, העבר את המצביע ל-[CANCEL].

9. לחץ על (B).

זה מציג מסך אישור.

10. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[YES].

11. לחץ על (B).

לאחר השלמת פעולת מחיקת הנתונים, [מחק הושלם] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך מצב ההתראה.

תיקון זמן

השעון שלך יכול להתחבר לטלפון כדי לקבל מידע שהוא משתמש בו כדי לתקן את הגדרת התאריך והשעה שלו.

חָשׁוּב!

- כאשר אתה על מטוס או בכל מקום אחר שבו אזור אותות רדיו עלול לגרום לבעיות, הפעל את מצב טיסה של השעון כדי להשבית את החיבור לטלפון שלך.

בהתייחס למידע שלהלן, הגדר את הגדרת הזמן בהתאם לשיטה המתאימה לאורח החיים שלך.

האם אתה משתמש בטלפון?

מומלץ לתקן זמן על ידי חיבור לטלפון שלך.

אם הטלפון שלך לא יכול להתחבר לשעון

ניתן לתקן הגדרות זמן על ידי ביצוע פעולות בשעון.

שימוש בפעולות שעון כדי לתקן את הגדרת הזמן

אם השעון שלך לא יכול להתחבר לטלפון מסיבה כלשהי, אתה יכול להשתמש בפעולות השעון כדי להתאים את הגדרות התאריך והשעה.

- הגדרת עיר בית

השתמש בהליך בסעיף זה כדי לבחור עיר שתשמש כעיר הבית שלך.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.
2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[HOME TIME].
4. לחץ על (B).
5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[CITY].
6. לחץ על (B).
7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע לעיר שבה ברצונך להשתמש כעיר הבית שלך.
8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת Time Home.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

● הגדרת הגדרת שעון קיץ אם אתה נמצא באזור ששומר על שעון קיץ, תוכל גם להפעיל או לבטל את שעון הקיץ.

● הגדרת ברירת המחדל הראשונית של שעון הקיץ של היצרן עבור כל הערים היא [(AUTO) AT].
במקרים רבים, [(AUTO) AT] מאפשר לך להשתמש בשעון מבלי לעבור באופן ידני בין שעון קיץ לשעון רגיל.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[HOME TIME].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[DST].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור הגדרת שעון קיץ.

[AUTO]	Auto switching between standard time and summer time
[OFF]	Always standard time
[ON]	Always summer time

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת Time Home.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

● לתיקון השעה באופן ידני

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[TIME ADJUSTMENT].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ידנית].

6. לחץ על (B).

זה גורם להופעת סמן מתחת להגדרת השעה.

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת השעה הנוכחית.

8. לחץ על (B).

זה מעביר את הסמן להגדרת הדקות.

9. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת הזמן הנוכחית של דקות.

10. לחץ על (B).

זה מעביר את הסמן להגדרת השנה.

11. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת השנה.

12. לחץ על (B).

זה מעביר את הסמן להגדרת החודש.

13. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת החודש.

14. לחץ על (B).

זה מעביר את הסמן להגדרת היום.

15. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת היום.

16. לחץ על (B).

17. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור אם ברצונך לשמור את ההגדרות הנוכחיות שלך או לא.

[YES]	Saves current settings.
[NO]	Discards current settings.
[RETURN]	Returns to the hour setting screen.

18. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך התאמת הזמן.

19. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות

- כדי לצאת מפעולת הגדרת הזמן הנוכחית בכל נקודה, לחץ על (D) ועבור לשלב 17.
- השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.

- מעבר בין שמירת זמן של 12 שעות ל-24 שעות

אתה יכול לציין פורמט של 12 שעות או פורמט של 24 שעות עבור תצוגת הזמן.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.

3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[TIME ADJUSTMENT].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[H12/24].

6. לחץ על (B).

7. השתמשו ב-(A) ו-(C) כדי לבחור ב-[H12] (צמרת זמן של 12 שעות) או [H24] (שמיעת זמן של 24 שעות).

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך התאמת הזמן.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

- בזמן שנבחר שמירת זמן של 12 שעות,

[P] יוצג במשך p.m. פִּי.

- השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.

שימוש בשעון במתקן רפואי או במטוס

בכל פעם שאתה בבית חולים, במטוס או בכל מקום אחר שבו חיבור לטלפון עלול לגרום לבעיות, תוכל לבצע את ההליך שלהלן כדי להשבית את תיקון הזמן האוטומטי. כדי להפעיל מחדש את תיקון הזמן האוטומטי, בצע שוב את אותה פעולה.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[מצב מטוס].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור הגדרה של מצב טיסה.

[OFF]	Exits Airplane Mode.
[ON]	Enables Airplane Mode.

6. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן מסך הגדרות מצב שמירת הזמן יופיע שוב.

7. לחץ על (D) כדי לצאת ממסך ההגדרות.

- מוצג כאשר השעון במצב טיסה.

זמן עולם

שעון עולמי מאפשר לך לחפש את השעה הנוכחית בכל אחת מ-38 ערים ברחבי העולם, ו-UTC (זמן אוניברסלי מתואם).

שימוש באפליקציית טלפון G-SHOCK MOVE כדי להגדיר את הגדרות עיר הזמן העולמי

- ערים בזמן עולם שניתן לבחור רק באמצעות אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE לא ניתן לבחור באמצעות פעולות השעון.

בודק שעון עולם

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. השתמש ב-(A) כדי להציג את זמן העולם.

פורמט זה מציג את עיר הזמן העולמית הנוכחית ואת השעה הנוכחית שם.



ציון עיר בזמן עולמי

השתמש בהליך בסעיף זה כדי לבחור עיר בזמן עולמי.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[זמן עולמי].

4. לחץ על (B).

זה מציג את מסך הגדרת זמן העולם.

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[CITY].

6. לחץ על (B).

זה מציג תפריט של ערים בזמן עולם.



7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע לעיר שבה ברצונך להשתמש.

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת הזמן העולמי.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

זה גורם למסך שעון עולמי להציג את השעה והתאריך הנוכחיים בעיר שעון עולמי שלך.



● אם תבחר עיר בזמן עולמי עם אפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE ולאחר מכן תשנה לעיר אחרת עם פעולת שעון, מידע העיר G-SHOCK MOVE יימחק מהשעון.

הגדרת הגדרת שעון קיץ

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[זמן עולמי].

4. לחץ על (B).

זה מציג את מסך הגדרת זמן העולם.



5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[DST].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור הגדרת שעון קיץ.

[OFF]	Disables alarm, disables snooze
[ON]	Enables alarm, disables snooze
[ON (SNZ)]	Enables alarm, enables snooze

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת הזמן העולמי.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

● הגדרת ברירת המחדל הראשונית של שעון הקיץ של היצרן עבור כל הערים היא [(AUTO) AT].
במקרים רבים, [(AUTO) AT] מאפשר לך להשתמש בשעון מבלי לעבור באופן ידני בין שעון קיץ לשעון רגיל.

● כאשר [UTC] נבחר כעיר, לא תוכל לשנות או לבדוק את הגדרת שעון הקיץ.

אַזעָקָה/שעון מעורר

השעון מבצע התראת צפצוף או רטט כאשר מגיעה שעת אזעקה. ניתן להגדיר עד ארבע אזעקות שונות.

- פעולות התראת הקול ו/או הרטט לא יבוצעו כאשר מתח הסוללה חלש.
- כאשר נודניק מופעל עבור התראה, היא נשמעת כל חמש דקות עד שבע פעמים

שימוש באפליקציית G-SHOCK MOVE Phone להגדרת הגדרות אזעקה

אם השעון משויך לטלפון, אתה יכול גם להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי להגדיר אזעקות.

הגדרת הגדרות אזעקה

1. היכנסו למצב שמירת זמן.
2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ALARM].
4. לחץ על (B).
5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע לאזעקה שברצונך להגדיר.



6. לחץ על (B).
7. השתמשו ב-(A) ו-(C) כדי לבחור הגדרת הפעלה/כיבוי של פונקציית אזעקה ונודניק.

[OFF]	Disables alarm, disables snooze
[ON]	Enables alarm, disables snooze
[ON (SNZ)]	Enables alarm, enables snooze

● ההגדרה שנבחרה כעת תצוין באמצעות סימן ביקורת (✔) משמאל.



8. לחץ על (B).

9. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להגדיר את שעת ההתראה.

10. לחץ על (B).

11. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להגדיר את דקת האזעקה.

12. לחץ על (B).

13. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור אם ברצונך לשמור את ההגדרות הנוכחיות שלך או לא.

[YES]	Saves current settings.
[NO]	Discards current settings.
[RETURN]	Returns to the alarm setting screen.

14. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך בחירת הגדרות האזעקה.

● הפעלת אזעקה גורמת ל [illegible] מופיעים בתצוגה מימין להגדרת הזמן. אם נודניק מופעל, [SNZ] מופיע גם.

15. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

● כדי לצאת מפעולת הגדרת האזעקה בכל נקודה, לחץ על (D) והתקדם לשלב 13.

● השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.

● להפסקת התראה

בזמן ביצוע פעולת צליל אזעקה ו/או רטט, לחץ על כפתור כלשהו כדי לעצור אותה.

● כאשר נודניק מופעל עבור התראה, צליל אזעקה ו/או רטט יחזרו על עצמם כל חמש דקות, עד שבע פעמים. כדי לעצור את פעולת הנודניק המתמשכת של התראה, כבה את ההתראה.

כיבוי אזעקה

כדי להפסיק צליל אזעקה ו/או פעולת רטט, בצע את השלבים שלהלן כדי לכבות אותה.

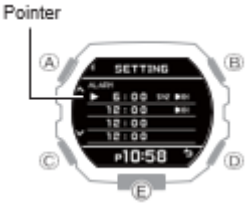
- כדי להפעיל מחדש צליל אזעקה ו/או פעולת רטט, הפעל אותו מחדש.
- מחוונים מוצגים כאשר כל אחת מההתראות מופעלת.
- מחוון האזעקה אינו מוצג כאשר כל האזעקות כבויות.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.
2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ALARM].
4. לחץ על (B).
5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע לאזעקה שברצונך לכבות.



6. לחץ על (B).
7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור [OFF].
8. לחץ על (D).
9. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור אם ברצונך לשמור את ההגדרות הנוכחיות שלך או לא.

[YES]	Saves current settings.
[NO]	Discards current settings.
[RETURN]	Returns to the alarm setting screen.

10. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך בחירת הגדרות האזעקה.

11. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.



● כיבוי כל האזעקות יגרום להעלמת (אזעקה) מהתצוגה.

●אם (אזעקה) עדיין מוצג, זה פירושו שלפחות אחת האזעקות האחרות עדיין מופעלת. כדי לכבות את כל ההתראות חזור על שלבים 5 עד 10 עד שהמחוון (אזעקה) לא יוצג יותר.

שימוש בפונקציית האימון

מצב האימון משתמש במד תאוצה כדי למדוד ולתעד מרחק, זמן שחלף, קצב ונתונים אחרים בזמן שאתה ריצה או הליכה.

אתה יכול לסקור נתונים מוקלטים בשעון או עם G-SHOCK MOVE.

תזמון הפעלה

באמצעות פונקציית האימון, התחל לרוץ.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. לחץ על (B).

זה מציג את מסך מצב אימון.



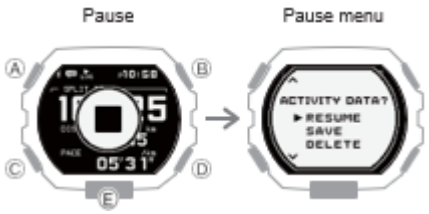
3. לחץ על (B).

התחל תזמון ריצה.

● השהיית תזמון ריצה

1. בזמן שמסך תזמון הריצה מוצג, לחץ על (B).

פעולה זו משהה את תזמון הריצה ומציגה את מסך תפריט ההשהיה.



2. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור מה ברצונך לעשות עם נתוני תזמון הריצה שמדדת זה עתה.

[RESUME]	Resumes timing.
[SAVE]	Saves data.
[DELETE]	Deletes data.

3. לחץ על (B).

● אם בחרת באפשרות שמירת הנתונים, מסך תוצאות תזמון הריצה יופיע. כדי לחזור למצב שמירת זמן, לחץ על כפתור כלשהו מלבד (E).

● אם תבחר באפשרות מחיקת נתונים, השעון יחזור למצב שמירת זמן.

● מדידת זמני הקפה

1. התחל תזמון ריצה.

2. לחץ על (D).

כל לחיצה על (D) מציגה את הזמן שחלף של הקטע הנוכחי (זמן ההקפה) שיופיע.



3. לחץ על (A) או (C) כדי לחזור למסך תזמון הריצה.

● אם לא תבצע פעולת כפתור כלשהי, השעון יחזור למסך תזמון הריצה באופן אוטומטי לאחר כ-10 שניות.

שינוי מידע התצוגה במהלך תזמון הריצה

ניתן להציג אחד משלושה מסכים במהלך תזמון הריצה (מצב אימון), ותוכל לציין את הפריטים שברצונך שיופיעו בכל מסך.

זה אומר שאתה יכול להגדיר מסך עם הפריטים שאתה רוצה לנטר ולהציג את המסך בזמן שאתה מתאמן.

ניתן לנווט בין מסכי תצוגה על ידי לחיצה על (A).

דוגמה:



הגדרת התראות

אתה יכול להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי לציין מרווחי התראות כדי לעדכן אותך על הקלוריות שנשרפו והזמן שחלף בזמן האימון. לאחר מכן, השעון יבצע פעולת התרעת צליל ו/או רטט בכל פעם שמגיעים לערך מרווח התראה בזמן שאתה מתאמן. השתמש בפעולות שעון כדי להפעיל או להשבית התראות.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. לחץ על (B).

זה מציג את מסך מצב אימון.

3. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרות מצב אימון.



4. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ALERT].

5. לחץ על (B).

6. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור את הפריט שאת ההגדרה שלו ברצונך לשנות.

[CALORIES]	Calories burned
[TIME 1]	Time 1
[TIME 2]	Time 2

7. לחץ על (B).

8. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור הגדרת התראה.

[OFF]	Disabled
[ON (REPEAT)]	Enabled (repeat)
[ON (1 TIME)]	Enabled (one time)

● כאשר [ON (REPEAT)] נבחר, פעולת התראה מבוצעת בכל פעם שמגיעים לערך מרווח התראה.

9. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת ההתראה.

● אם ברצונך להגדיר הגדרות עבור פריט אחר, חזור על שלבים 6 עד 9.

10. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

חָשׁוּב!

● כדי לציין את מרווח ההתראה עבור כל פריט, השתמש ב-G-SHOCK MOVE. שים לב שאינך יכול להגדיר הגדרות באמצעות פעולות שעון.

● השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.

● ניתן גם להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי להפעיל או להשבית התראות.

ציון יחידת המרחק

חָשׁוּב!

● כאשר טוקיו (TOKYO) היא עיר הבית, יחידת המרחק קבועה כקילומטרים (ק"מ) ולא ניתנת לשינוי.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[UNIT].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[DISTANCE].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור יחידת מרחק.

[KILOMETER]	Kilometers
[MILE]	Miles

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת היחידה.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

- השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.
- ניתן גם להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי לשנות את יחידת המרחק.

הפעלת תזמון הקפה אוטומטי

בעוד תזמון ההקפה האוטומטי מופעל, בכל פעם שאתה רץ את המרחק שציינת עם G-SHOCK MOVE, זמן ההקפה יירשם באופן אוטומטי.

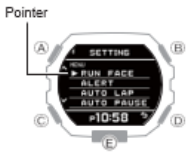
1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. לחץ על (B).

זה מציג את מסך מצב אימון.

3. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרות מצב אימון.



4. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[AUTO LAP].

5. לחץ על (B).

6. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ON] (מופעל) או [OFF] (מושבת).

7. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרות מצב האימון.

8. לחץ על (D) כדי לצאת ממסך ההגדרות.

הפעלת השהייה אוטומטית

בזמן שהשהייה אוטומטית מופעלת, התזמון יושהה בכל פעם שתפסיק לרוץ.

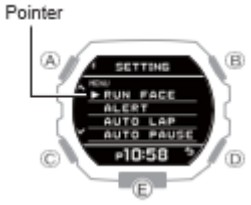
1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. לחץ על (B).

זה מציג את מסך מצב אימון.

3. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרות מצב אימון.



4. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[PAUSE AUTO].

5. לחץ על (B).

6. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ON] (מופעל) או [OFF] (מושבת).

7. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרות מצב האימון.

8. לחץ על (D) כדי לצאת ממסך ההגדרות.

- השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.
- ניתן גם להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי להפעיל או להשבית את ההשהיה האוטומטית.

ציון המסך שיוצג במהלך הריצה (RUN FACE)

אתה יכול להתאים אישית את הפריטים בשלושת המסכים שניתן להציג במהלך תזמון הריצה (מצב אימון).

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. לחץ על (B).

זה מציג את מסך מצב אימון.

3. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרות מצב אימון.



4. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע אל [RUN FACE].

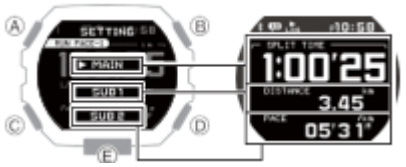
5. לחץ על (B).

6. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור את מסך ההתאמה האישית (RUN FACE).



7. לחץ על (B).

8. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור את אזור התצוגה שאת תוכנו ברצונך לשנות.



9. לחץ על (B).

10. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור את הפריט הרצוי באזור התצוגה שנבחר כעת.

[SPLIT TIME]	Split time
[DISTANCE]	Running distance
[PACE]	Pace
[LAP TIME]	Lap time
[LAP DISTANCE]	Lap distance
[LAP PACE]	Lap pace
[AVG.PACE]	Average pace
[SPEED]	Speed
[AVG.SPEED]	Average speed
[CALORIES]	Calories burned
[TIME]	Time
[DATE]	Day

● אם ברצונך לשנות את התוכן של אזור תצוגה אחר, לחץ על (D) ולאחר מכן בחר את אזור התצוגה הרצוי. חזור על שלבים 8, 9 ו-10 לעיל לפי הצורך.

11. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך ההגדרה RUN FACE.

12. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

- השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.
- ניתן גם להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי להתאים אישית פריטי מסך תצוגה.

הגדרות מוגדרות עם האפליקציה

ניתן להגדיר חלק מהגדרות פונקציית האימון באמצעות פעולות שעון או G-SHOCK MOVE, בעוד שחלק מההגדרות חייבות להיות מוגדרות באמצעות G-SHOCK MOVE.

הגדרות שניתן להגדיר בשעון או באמצעות G-SHOCK MOVE

- התאמה אישית של מסכים המוצגים במהלך תזמון הריצה
- הפעלה/השבתה של התראה
- יחידת מרחק
- הפעלה/השבתה של תזמון הקפה אוטומטי
- הפעלה/השבתה אוטומטית

הגדרות שניתן להגדיר באמצעות G-SHOCK MOVE בלבד

- פריט תצוגת מסך הקפה אוטומטית: [SPLIT TIME] או [DISTANCE]
- מרווח שריפת קלוריות התראה
- מרווח זמן התראה
- מרחק תזמון הקפה אוטומטי

צפייה ברשומות יומן הדרכה

השעון שלך מאחסן נתונים (רשומות יומן) שנרכשו במהלך תזמון הריצה. יש מספיק זיכרון לאחסון של עד 100 רשומות יומן.

אתה יכול לדעת כמה שטח אחסון זמין על ידי בדיקת המחוון.

- במהלך תזמון הריצה

Indicator:		Meaning:
LOG	Displayed	Storage space available
LOG	Flashing	Storage space low
FULL	Flashing	Storage memory full

● לא במהלך תזמון הריצה

Indicator:	Meaning:
None	Storage space available
LOG 90 Displayed	Storage space low
LOG FULL Displayed	Storage memory full

דיוק נתוני יומן הדרכה

● השעון שלך מחשב ספירת צעדים, קלוריות שנשרפו ומידע אחר על סמך נתונים שנקלטו על ידי החיישנים המובנים שלו. אין הבטחות לגבי הסטטיסטיקה והערכים המחושבים על ידי שעון זה, ולכן יש להשתמש בהם כמידע כללי בלבד.

פריטי יומן הדרכה שניתנים לצפייה

הפריטים שלהלן מוצגים במסך יומן הדרכה.

[DISTANCE]	Running distance
[TIME]	Travel time
[PACE]	Pace
[CALORIES]	Calories burned
[CADENCE]	Cadence

הצגת רשומות נתוני יומן רשומות

1. היכנס למצב יומן הדרכה.



2. לחץ על (B).

זה מציג את רשימת יומן האימונים.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע לרשומת נתוני היומן שברצונך להציג.

4. לחץ על (B).

זה מציג את פריטי נתוני היומן שנבחרו.



5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע לפריט שאת פרטיו ברצונך להציג.

6. לחץ על (B).

זה מציג פרטים על הפריט שנבחר.



- ניתן להשתמש ב-(A) ו-(C) כדי לגלול את תוכן המסך.

7. החזק את (C) לחוץ למשך שנייה אחת לפחות כדי לחזור למצב שמירת זמן.

- לחיצה על (D) במהלך ההליך לעיל תחזור מסך אחד אחורה.

- השעון חוזר אוטומטית ממצב יומן אימון למצב שמירת זמן אם לא תבצע שום פעולה של מצב יומן אימון במשך כשתיים או שלוש דקות.

מחיקת נתוני יומן

- מחיקת רשומת נתוני יומן מסוימת

1. היכנס למצב יומן הדרכה.



2. לחץ על (B).

זה מציג את רשימת יומן האימונים.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע לנתונים שברצונך למחוק.

4. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות. זה מציג תפריט מחיקה.

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ONE].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[EXECUTE].

כדי לבטל את מחיקת נתוני היומן, העבר את המצביע ל-[CANCEL].

8. לחץ על (B).

לאחר השלמת פעולת מחיקת הנתונים, [DELETE COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך ה- Training Log Mode.

- מחיקת כל רשומות נתוני היומן

1. היכנס למצב יומן הדרכה.



2. לחץ על (B).

זה מציג את רשימת יומן האימונים.



3. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות. זה מציג תפריט מחיקה.

4. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[ALL].

5. לחץ על (B).

6. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[EXECUTE].

כדי לבטל את מחיקת נתוני היומן, העבר את המצביע ל-[CANCEL].

7. לחץ על (B).

זה מציג מסך אישור.

8. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[YES].

9. לחץ על (B).

לאחר השלמת פעולת מחיקת הנתונים, [DELETE COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך ה- Training Log Mode.

שְׁעוֹן עֶצֶר/סטופר

הטיימר סופר לאחור מזמן התחלה שצוין על ידך. השעון מבצע פעולת צליל ו/או רטט כאשר מגיעים לסוף הספירה לאחור.

- פעולות התראת הקול ו/או הרטט לא יבוצעו כאשר מתח הסוללה חלש.

שימוש באפליקציית G-SHOCK MOVE Phone כדי להגדיר הגדרות טיימר

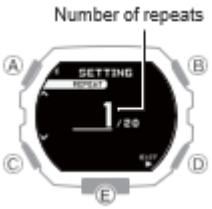
אם השעון משויך לטלפון, אתה יכול גם להשתמש באפליקציית הטלפון G-SHOCK MOVE כדי להגדיר את שעת ההתחלה של הטיימר.

הגדרת זמן התחלה

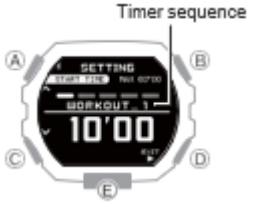
ניתן להגדיר את זמן ההתחלה ביחידות של שנייה אחת עד 60 דקות.

1. היכנס למצב טיימר.
2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מספר חזרות הטיימר (1 עד 20) מסך הגדרות.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לציין את מספר חזרות הטיימר (חזרה אוטומטית).
4. לחץ על (B).
5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לציין את מיקום הטיימר ברצף.



6. לחץ על (B).

זה גורם להופעת סמן תחת הגדרת הדקות.

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת הדקות.



8. לחץ על (B).

זה מעביר את הסמן להגדרת השניות.

9. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת השניות.



10. לחץ על (B).

11. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור אם ברצונך לשמור את ההגדרות הנוכחיות שלך או לא.

[YES]	Saves current settings.
[NO]	Discards current settings.
[RETURN]	Returns to the number of repeats setting.

12. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

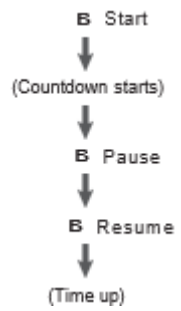
לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן מסך מצב הטיימר יופיע שוב.

- כדי לצאת מפעולת הגדרת הטיימר בכל נקודה, לחץ על (D) ועבור לשלב 11.
- השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.

שימוש בטיימר

1. היכנס למצב טיימר.

2. השתמש בפעולות שלהלן כדי לבצע פעולת טיימר.



● השעון מבצע פעולת צליל ו/או רטט למשך 10 שניות כאשר מגיעים לסוף הספירה לאחור.

● ניתן לאפס ספירה לאחור מושהית לשעת ההתחלה שלה, על ידי לחיצה על (D).

3. לחץ על כפתור כלשהו כדי לעצור את פעולת הקול ו/או הרטט.

שימוש בטיימרים ניתנים לתכנות לאימון אינטרוולים

סקירה כללית

אתה יכול להגדיר הגדרות עבור טיימרים מרובים כך שהם יבצעו ספירות שונות לאחור אחד אחרי השני כדי ליצור טיימר מרווחים. אתה יכול להשתמש בטיימר הניתן לתכנות כדי ליצור רצף לאימון אינטרוולים שמחליף ריצה בריצה עם ספרינט.

לדוגמה, אתה יכול להגדיר טיימר מרווחים כפי שמוצג להלן ולגרום למרווחים ① עד D לחזור על 10 פעמים.

הגדרות טיימר

● 10 :[WORKOUT_1] דקות 00 שניות

● 4 :[WORKOUT_2] דקות 00 שניות

● 10 :[WORKOUT_3] דקות 00 שניות

● 4 :[WORKOUT_4] דקות 00 שניות

● סטים: 10

אימון אינטרוולים

① ריצה: 10 דקות 00 שניות

B ריצה 1 ק"מ: 4 דקות 00 שניות

C: 10 דקות 00 שניות

D ריצה 1 ק"מ: 4 דקות 00 שניות

● ניתן להגדיר עד חמישה טיימרים שונים לחזור על עד 20 פעמים (חזרה אוטומטית).

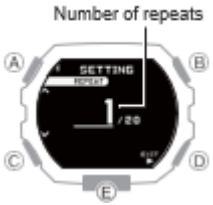
הגדרת טיימרים הניתנים לתכנות

● אם מתבצעת פעולת ספירה לאחור של טיימר, אפס את הטיימר לשעת ההתחלה הנוכחית שלו לפני ביצוע פעולה זו.

1. היכנס למצב טיימר.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מספר חזרות הטיימר (1 עד 20) מסך הגדרות.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לציין את מספר חזרות הטיימר (חזרה אוטומטית).

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לציין את מיקום הטיימר ברצף.

● כדי להגדיר את הטיימר הראשון, הגדר את [WORKOUT_1].



6. לחץ על (B).

זה גורם להופעת הסמן בהגדרת הדקות של הטיימר הראשון.

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת הדקות.



8. לחץ על (B).

זה גורם לסמן לעבור להגדרת השניות של הטיימר הראשון.

9. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לשנות את הגדרת השניות.



10. לחץ על (B).

11. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור אם ברצונך לשמור את ההגדרות הנוכחיות שלך או לא.

[YES]	Saves current settings.
[NO]	Discards current settings.
[RETURN]	Returns to the number of repeats setting.

12. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן מסך מצב הטיימר יופיע שוב.

13. חזור על שלבים 2 עד 12 פעמים רבות ככל הנדרש כדי להגדיר את ההגדרות של הטיימרים האחרים.

● כדי לצאת מפעולת הגדרת התוכנית בכל נקודה, לחץ על (D) ועבור לשלב 11.

● אתה יכול להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי לשנות את [WORKOUT_1] ושמות טיימרים אחרים למשהו אחר. שם טיימר יכול לכלול שילוב של עד 14 אותיות אלפביתיות (A עד Z), מספרים (0 עד 9) וסמלים.

תזמון עם טיימרים ניתנים לתכנות

1. היכנס למצב טיימר.

2. לחץ על (B) כדי להתחיל את ספירת הטיימר לאחור.



● כדי להשהות ספירת טיימר מתמשכת, לחץ על (B). אתה יכול לאפס ספירה לאחור מושהית לשעת ההתחלה שלה, על ידי לחיצה על (D).

● כאשר מתבצעת פעולת ספירה לאחור של טיימר מרובה, ניתן לסיים מיד את הספירה לאחור הנוכחית ולהתחיל את הספירה לאחור הבאה על ידי לחיצה ממושכת על (A) למשך שתי שניות לפחות.

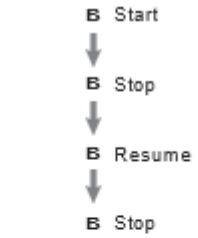
סטוֹפֶר

ניתן להשתמש בשעון העצר כדי לבצע מדידת זמן חלוף של יחידה אחת של שניה עד 99 שעות, 59 דקות, 59 שניות. יכול גם למדוד זמני פיצול.

מדידת זמן שחלף

1. היכנס למצב שעון עצר.

2. השתמש בפעולות שלהלן כדי למדוד את הזמן שחלף.



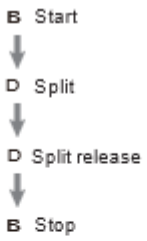


3. לחץ על (D) כדי לאפס את שעון העצר לכל האפסים.

מדידת זמן מפוצל

1. היכנס למצב שעון עצר.

2. השתמש בפעולות שלהלן כדי למדוד את הזמן שחלף.





3. לחץ על (D) כדי לאפס את שעון העצר לכל האפסים.

ספירת צעדים

אתה יכול להשתמש בשעון שלך כדי לעקוב אחר ספירת הצעדים שלך בזמן הליכה, עיסוק בפעילויות היומיומיות הרגילות שלך וכו'.

אם אתה עונד את השעון נכון, השעון יספור את הצעדים שלך בזמן שאתה הולך או עוסק בפעילויות היומיומיות הרגילות שלך.

חָשׁוּב!

● מכיוון ששעון זה הוא מכשיר הנלבש בפרק כף היד, הוא עשוי לזהות תנועות שאינן שלבים ולספור אותן כצעדים. כמו כן, תנועות זרוע חריגות בזמן הליכה עלולות לגרום לפספוס של צעדים.

כדי לאפשר את ספירת הצעדים המדויקת ביותר, עונד את השעון עם הפנים על החלק החיצוני של פרק היד שלך והדק את הרצועה היטב. רצועה רופפת עלולה לגרום לכך שלא ניתן להשיג מדידה נכונה.



● ספירת צעדים

מד הצעדים יתחיל לספור את הצעדים שלך כאשר תתחיל ללכת.

● לבדיקת ספירת הצעדים

הצג את מסך TIME+DAILY.

● ספירת הצעדים יכולה להראות ערך של עד 99,999 צעדים. אם ספירת הצעדים עולה על 99,999, הערך המרבי (99,999) יישאר בתצוגה.

● כדי למנוע ספירה שגויה, הספירה המוצגת אינה עולה במשך כ-10 שניות לאחר תחילת ההליכה. לאחר שהלכת במשך כ-10 שניות, מופיעה הספירה הנכונה, כולל הצעדים שעשית במהלך 10 השניות הקודמות.

● ספירת הצעדים מאופסת לאפס בחצות בכל יום.

● כדי לחסוך בחשמל, המדידה נפסקת אוטומטית אם אתה מוריד את השעון (ללא תנועת שעון) ולא מבצע שום פעולה במשך שתיים או שלוש דקות.

גורמים לספירת צעדים שגויה

כל אחד מהתנאים שלהלן עלול להפוך את הספירה הנכונה לבלתי אפשרית.

● הליכה עם נעלי בית, סנדלים או הנעלה אחרת המעודדת הליכה מדשדשת

● הליכה על אריחים, שטיחים, שלג או משטח אחר הגורם להליכה מדשדשת

● הליכה לא סדירה (במקום צפוף, בקו שבו ההליכה נעצרת ומתחילה במרווחים קצרים וכו')

● הליכה איטית במיוחד או ריצה מהירה במיוחד

● דחיפת עגלת קניות או עגלת תינוק

● במקום שבו יש הרבה רטט, או רכיבה על אופניים או ברכב

● תנועה תכופה של היד או הזרוע (מחיאות כפיים, תנועת מניפה וכו')

● הליכה תוך החזקת ידיים, הליכה עם מקל או מקל, או עיסוק בכל תנועה אחרת שבה תנועות היד והרגליים אינן מתואמות זו לזו

● פעילויות יומיומיות רגילות שאינן הליכה (ניקיון וכו')

● ענידת השעון על היד הדומיננטית שלך

● הליכה של 10 שניות או פחות

הגדרות אחרות

סעיף זה מסביר הגדרות שעון אחרות שתוכל להגדיר.

הפעלת צליל פעולת הלחצן

השתמש בהליך שלהלן כדי להפעיל או לבטל את הצליל שנשמע כאשר אתה לוחץ על כפתור.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[BEEP].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע אל [פעולה].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להעביר את המצביע ל-[ON] (מופעל) או [OFF] (מושבת).

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרות ה-BEEP (צליל).

● מוצג במצב שמירת זמן כאשר צליל הפעולה מושבת.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

● השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.

[ALL ON]	Enables sound for all notifications.
[USER]	Enables sound only for items specified by you.
[ALL OFF]	Disables sound for all notifications.

● ניתן לשנות את התצורה של התראות [USER] באמצעות G-SHOCK MOVE.

הגדרת הגדרות רטט

בנוסף לצלילי הפעולה וצלילי ההתראה, השעון שלך משתמש גם ברטט להתראות. אתה יכול להשתמש בהליך שלהלן כדי להפעיל או לבטל רטט.

● הסמל מוצג על שמירת זמן

תצוגת מצב כאשר רטט הפעלה או רטט התראה מופעלים.

● הגדרת הגדרות רטט פעולה

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[VIBRATION].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע אל [פעולה].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להפעיל או לבטל את רטט הפעולה.

[ON]	Enables operation vibration.
[OFF]	Disables operation vibration.

8. לחץ על (B).

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך בחירת הגדרות הרטט.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות

● השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.

● הגדרת הגדרות רטט של הודעות

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[VIBRATION].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע אל [NOTIFICATION].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור הגדרה של הפעלה/כיבוי של רטט של הודעה.

[ALL ON]	Enables vibration for all notifications.
[USER]	Enables vibration only for items specified by you.
[ALL OFF]	Disables vibration for all notifications.

● ניתן לשנות את התצורה של התראות [USER] באמצעות G-SHOCK MOVE.

8. לחץ על (B).

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך בחירת הגדרות הרטט.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

● השעון יוצא מפעולת ההגדרה באופן אוטומטי לאחר כשתיים או שלוש דקות של אי הפעלה.

ציון יחידות הגובה והמשקל

ניתן לציין את יחידות המידה המשמשות לגובה ומשקל.

● ניתן לבחור סנטימטרים (ס"מ) או רגל (רגל) כיחידת הגובה.

● ניתן לבחור קילוגרמים (ק"ג) או פאונד (lb) כיחידת המשקל.

חָשׁוּב!

● כאשר טוקיו (TOKYO) היא עיר הבית, יחידת הגובה קבועה כסנטימטרים (ס"מ) ויחידת המשקל קבועה כקילוגרמים (ק"ג), ולא ניתן לשנות הגדרות אלו.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[UNIT].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור בפריט הגדרת היחידה.

[HEIGHT]	Height unit
[WEIGHT]	Weight unit

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור את היחידה הרצויה.

● גובה

[CENTIMETER]	Centimeters
[FEET]	Feet

• Weight

[KILOGRAM]	Kilograms
[POUND]	Pounds

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת היחידה.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

ציון יחידת תצוגת הקלוריות

אתה יכול לבחור קלוריות (קלוריות) או ג'אול

(J) כיחידת הקלוריות שנשרפו

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[UNIT].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[CALORIES].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי לבחור את יחידת הקלוריות הרצויה.

[CALORIE]	Calories
[JOULE]	Joules

8. לחץ על (B) כדי להשלים את פעולת ההגדרה.

לאחר השלמת פעולת ההגדרה, [SETTING COMPLETED] יופיע למשך מספר שניות, ולאחר מכן יופיע שוב מסך הגדרת היחידה.

9. לחץ על (D) פעמיים כדי לצאת ממסך ההגדרות.

פונקציית כיבוי מסך

כדי למנוע צריבה של המסך פנימה, פונקציה זו מכבה את התצוגה כאשר השעון מוסר מפרק כף היד ואינו בשימוש בשעה ביום המצוינת עם G-SHOCK MOVE.

● כל אחד מהאירועים למטה יפעיל מחדש את התצוגה.

— ענידת השעון

— הפעלת כפתור

— חלף שלוש שעות

● ניתן להשתמש ב-G-SHOCK MOVE כדי לציין את זמן ההדק של המסך. שים לב שאינך יכול להגדיר הגדרה זו באמצעות פעולות שעון. הגדרת ברירת המחדל הראשונית של היצרן היא 2:00 לפנות בוקר.

איפוס הגדרות השעון

סעיף זה מסביר כיצד להחזיר את הגדרות השעון למטה לברירות המחדל הראשוניות של היצרן.

● הגדרות שעון

● שעון עצר

● טיימר

● אזעקה

● פרופיל

חָשׁוּב!

● לא ניתן לאפס את השעון כאשר מצב המטוס שלו מופעל.

1. היכנסו למצב שמירת זמן.

2. החזק את (A) לחוץ למשך שתי שניות לפחות.

זה מציג את מסך הגדרת מצב שמירת זמן.



3. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[RESET ALL SETTINGS].

4. לחץ על (B).

5. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[EXECUTE].

● כדי לבטל את פעולת האיפוס, הזז את המצביע ל-[CANCEL].

6. לחץ על (B).

7. השתמש ב-(A) ו-(C) כדי להזיז את המצביע ל-[YES].

● כדי לעצור את פעולת האיפוס, הזז את המצביע ל-[NO].

8. לחץ על (B).

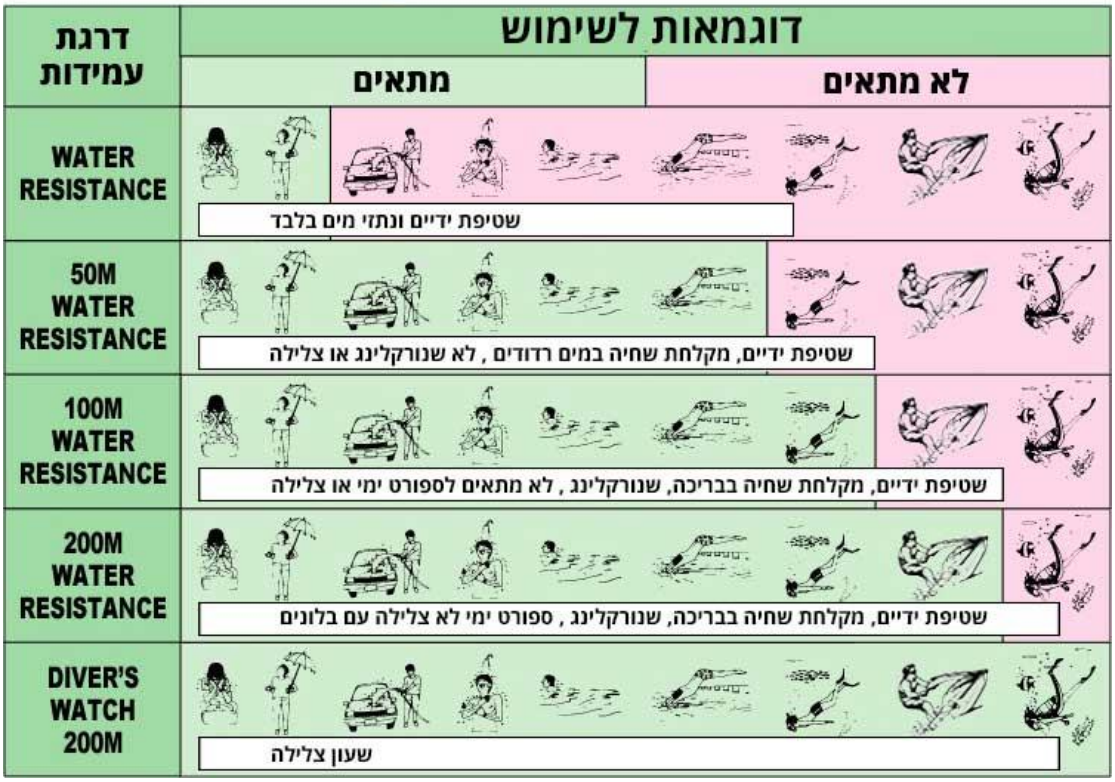
השעון יחזור למצב שמירת זמן לאחר סיום פעולת האיפוס. פעולת האיפוס הושלמה כאשר [AC] מופיע בפינה הימנית התחתונה של התצוגה.

9. לחץ על (A) כדי לנקות את [AC] מהתצוגה.

אמצעי זהירות

- עמידות במים
- המידע להלן חל על שעונים עם WATER RESIST או WATER RESISTANT מסומן בכריכה האחורית.

עמידות למים בשעוני קסיו



- שעונים שאין להם WATER RESIST או WATER RESISTANT מסומנים על הכריכה האחורית אינם מוגנים מפני השפעות הזיעה. הימנע משימוש בשעון כזה בתנאים שבהם הוא יהיה חשוף לכמויות גדולות של זיעה או לחות, או להתזות ישירה של מים.

- גם אם השעון עמיד במים, שימו לב לאמצעי הזהירות בשימוש המתוארים להלן. סוגים כאלה של שימוש מפחיתים את ביצועי העמידות למים ועלולים לגרום לערפל של הזכוכית.

— אל תפעיל את הכתר או הכפתורים כאשר השעון שלך שקוע במים או רטוב.

— הימנע לענוד את השעון בזמן האמבטיה.

— אל תענד את השעון שלך בבריכת שחייה מחוממת, סאונה או כל סביבת טמפרטורה גבוהה/לחות גבוהה אחרת.

— אין לענוד את השעון בזמן שטיפת ידיים או פנים, בזמן ביצוע עבודות בית או בזמן ביצוע כל משימה אחרת הכוללת סבונים או חומרי ניקוי.

● לאחר טבילה במי ים, השתמש במים רגילים כדי לשטוף את כל המלח והלכלוך מהשעון שלך.

● כדי לשמור על עמידות למים, החליפו את האטמים של השעון מדי פעם (בערך אחת לשנתיים או שלוש שנים).

● טכנאי מיומן יבדוק את השעון שלך עבור עמידות תקינה למים בכל פעם שתחליף את הסוללה שלו. החלפת סוללה דורשת שימוש בכלים מיוחדים. בקש תמיד החלפת סוללה מהמשווק המקורי שלך או ממרכז שירות מורשה של CASIO.

● כמה שעונים עמידים במים מגיעים עם רצועות עור אופנתיות. הימנע משחייה, כביסה או כל פעילות אחרת הגורמת לחשיפה ישירה של רצועת עור למים.

● המשטח הפנימי של זכוכית השעון עלול להתערפל כאשר השעון נחשף לירידה פתאומית בטמפרטורה. אין שום בעיה אם הערפל מתפוגג מהר יחסית. שינויי טמפרטורה פתאומיים וקיצוניים (כגון כניסה לחדר ממוזג בקיץ ועמידה קרוב לשקע מזגן, או יציאה מחדר מחומם בחורף ומתן לשעון שלך לבוא במגע עם שלג) עלולים לגרום לו להימשך זמן ארוך יותר עד שיתבהר ערפול הזכוכית. אם ערפול הזכוכית אינו מתפוגג או אם אתה מבחין בלחות בתוך הזכוכית, הפסק מיד להשתמש בשעון שלך ולקח אותו למשווק המקורי שלך או למרכז שירות מורשה של CASIO.

● השעון העמיד במים שלך נבדק בהתאם לתקנות הארגון הבינלאומי לתקינה.

● רצועה

● הידוק הרצועה חזק מדי עלול לגרום להזעה ולהקשות על מעבר אוויר מתחת לרצועה, מה שעלול להוביל לגירוי בעור. אין להדק את הרצועה חזק מדי. צריך להיות מספיק מקום בין הרצועה לפרק היד כדי שתוכל להכניס את האצבע.

● הידרדרות, חלודה ותנאים אחרים עלולים לגרום לרצועה להישבר או לרדת מהשעון שלך, מה שבתורו עלול לגרום לסיכות הרצועה לעוף ממקומן או לנשור החוצה. זה יוצר את הסיכון שהשעון שלך ייפול מפרק כף היד וילך לאיבוד, וגם יוצר את הסיכון לפציעה אישית. תמיד שמור היטב על הלהקה שלך ושמור אותה נקייה.

● הפסק מיד את השימוש ברצועה אם אתה בכלל מבחין באחד מהדברים הבאים: אובדן גמישות הרצועה, סדקים ברצועה, שינוי צבע הרצועה, התרופפות הרצועה, סיכת חיבור רצועה עפה או נושרת החוצה, או כל חריגה אחרת. קח את השעון שלך לקמעונאי המקורי שלך או למרכז שירות של CASIO לבדיקה ותיקון (שבגינם תחויב) או להחלפת הרצועה (שבגינם תחויב).

● טמפרטורה

● לעולם אל תשאיר את השעון שלך על לוח המחוונים של מכונית, ליד תנור חימום, או בכל מקום אחר שנתון לטמפרטורות גבוהות מאוד. אל תשאיר את השעון במקום שבו הוא ייחשף לטמפרטורות נמוכות מאוד. טמפרטורות קיצוניות עלולות לגרום לשעון שלך לאבד או לצבור זמן, לעצירה או לתקלה אחרת.

● השארת השעון שלך באזור חם יותר מ

+60 מעלות צלזיוס (140 מעלות פרנהייט) לתקופות ארוכות עלולות להוביל לבעיות ב-LCD שלו. ה-LCD עשוי להיות קשה לקריאה בטמפרטורות נמוכות מ-0 מעלות צלזיוס (32 מעלות פרנהייט) ומעלה

+40 מעלות צלזיוס (104 מעלות פרנהייט).

● השפעה

● השעון שלך מתוכנן לעמוד בפני פגיעות הנגרמות במהלך שימוש יומיומי רגיל ובמהלך פעילות קלה כגון משחק תופסת, טניס וכו'. הפלת השעון שלך או חשיפתו אחרת לפגיעה חזקה, עם זאת, עלולה להוביל לתקלה. שימו לב שניתן לענוד שעונים עם עיצובים עמידים בפני זעזועים (G-SHOCK, BABY-G, G-MS) בעת הפעלת מסור שרשרת או עיסוק בפעילויות אחרות היוצרות רטט חזק, או בעת עיסוק בפעילות ספורטיבית מאומצת (מוטוקרוס וכו' .)

● מגנטיות

● למרות שבדרך כלל שעון דיגיטלי אינו מושפע ממגנטיות, יש להימנע ממגנטיות חזקה מאוד (מציוד רפואי וכו') מכיוון שהיא עלולה לגרום לתקלה ולנזק לרכיבים אלקטרוניים.

● מטען אלקטרוסטטי

● חשיפה למטען אלקטרוסטטי חזק מאוד עלולה לגרום לשעון שלך להציג את השעה הלא נכונה. מטען אלקטרוסטטי חזק מאוד יכול אפילו לגרום נזק לרכיבים אלקטרוניים.

● מטען אלקטרוסטטי עלול לגרום לתצוגה להתרוקן לרגע או לגרום לאפקט של קשת בענן על הצג.

● כימיקלים

● אל תאפשר לשעון שלך לבוא במגע עם מדלל, בנזין, ממסים, שמנים או שומנים, או עם חומרי ניקוי, דבקים, צבעים, תרופות או מוצרי קוסמטיקה המכילים מרכיבים כאלה. פעולה זו עלולה לגרום לשינוי צבע או נזק למארז השרף, רצועת השרף, העור וחלקים אחרים.

● אחסון

● אם אינך מתכוון להשתמש בשעון שלך במשך זמן רב, נגב אותו היטב מכל לכלוך, זיעה ולחות, ואחסן אותו במקום קריר ויבש.

● רכיבי שרף

● מתן אפשרות לשעון שלך להישאר במגע עם פריטים אחרים או אחסונו יחד עם פריטים אחרים לתקופות ארוכות כשהוא רטוב עלול לגרום לצבע על רכיבי שרף לעבור לפריטים האחרים, או לצבע של הפריטים האחרים לעבור לשרף רכיבי השעון שלך. הקפד לייבש את השעון שלך היטב לפני אחסונו וודא שהוא לא במגע עם פריטים אחרים.

● השארת השעון שלך במקום שבו הוא חשוף לאור שמש ישיר (קרני אולטרה סגול) לתקופות ארוכות או אי ניקוי לכלוך מהשעון במשך תקופות ארוכות עלול לגרום לו להשתבש.

● חיכוך הנגרם מתנאים מסוימים (כוח חיצוני חזק, שפשוף מתמשך, פגיעה וכו') עלול לגרום לשינוי צבע של רכיבים צבועים.

● אם יש דמויות מודפסות על הרצועה, שפשוף חזק של האזור המודפס עלול לגרום לשינוי צבע.

● השארת השעון שלך רטוב לתקופות ארוכות עלולה לגרום לדהיית צבע ניאון. נגב את השעון יבש בהקדם האפשרי לאחר שהוא נרטב.

● חלקי שרף חצי שקופים עלולים להשתבש עקב זיעה ולכלוך, ואם נחשפים לטמפרטורות ולחות גבוהות לתקופות ארוכות.

● שימוש יומיומי ואחסון לטווח ארוך של השעון שלך עלולים להוביל להידרדרות, שבירה או כיפוף של רכיבי שרף. היקף הנזק הזה תלוי בתנאי השימוש ובתנאי האחסון.

● רצועת עור

● מתן אפשרות לשעון שלך להישאר במגע עם פריטים אחרים או אחסונו יחד עם פריטים אחרים לתקופות ארוכות כשהוא רטוב עלול לגרום למעבר של צבע רצועת העור לפריטים האחרים או לצבע של שאר הפריטים לעבור ל- להקת עור. הקפד לייבש את השעון שלך היטב עם מטלית רכה לפני אחסונו וודא שהוא לא במגע עם פריטים אחרים.

● השארת רצועת עור במקום שהיא חשופה לאור שמש ישיר (קרני אולטרה סגול) לתקופות ארוכות או אי ניקוי הלכלוך מרצועת עור לתקופות ארוכות עלול לגרום לשינוי צבעה.

זְהִירוּת:

חשיפת רצועת עור לשפשוף או לכלוך עלולה לגרום להעברת צבע ולשינוי צבע.

● רכיבי מתכת

● אי ניקוי לכלוך מרכיבי מתכת עלול להוביל להיווצרות חלודה, גם אם הרכיבים הם נירוסטה או מצופים. אם רכיבי מתכת חשופים לזיעה או למים, נגב ביסודיות עם מטלית רכה וסופגת ולאחר מכן הנח את השעון במקום מאוורר היטב לייבוש.

● השתמש במברשת שיניים רכה או בכלי דומה כדי לקרצף את המתכת עם תמיסה חלשה של מים וחומר ניקוי ניטרלי עדין, או עם מי סבון. לאחר מכן, יש לשטוף במים כדי להסיר את כל חומר הניקוי שנותר ולאחר מכן לנגב עם מטלית סופגת רכה. בעת שטיפת רכיבי מתכת, עטפו את מארז השעון בניילון פלסטיק למטבח כך שהוא לא יבוא במגע עם חומר הניקוי או הסבון.

● פס עמיד לחיידקים וריחות

● הרצועה עמידה לחיידקים ולריחות מגינה מפני ריח הנוצר מהיווצרות חיידקים מזיעה, מה שמבטיח נוחות והיגיינה. על מנת להבטיח עמידות מרבית לחיידקים ולריחות, יש לשמור על הרצועה נקייה. השתמש במטלית רכה סופגת כדי לנגב ביסודיות את הרצועה מלכלוך, זיעה ולחות. פס עמיד לחיידקים וריחות מדכא היווצרות של אורגניזמים וחיידקים. הוא אינו מגן מפני פריחה עקב תגובה אלרגית וכו'.

● תצוגת גביש נוזלי

● ייתכן שקשה לקרוא את דמויות התצוגה במבט מזווית.

● צפה עם זיכרון נתונים

● מתן אפשרות לסוללה להתרוקן, החלפת הסוללה או תיקון השעון עלול לגרום לאיבוד כל הנתונים בזיכרון השעון. שים לב ש-CASIO Computer Co., Ltd אינה נושאת באחריות לכל נזק או אובדן שנגרמו על ידי נתונים שאבדו עקב תקלה או תיקון של השעון שלך, החלפת סוללה וכו'. הקפד לשמור עותקים כתובים נפרדים של כל הנתונים החשובים.

● חיישני שעון

● חיישן שעון הוא מכשיר מדויק. לעולם אל תנסה לפרק אותו. לעולם אל תנסה להכניס חפצים כלשהם לתוך פתחי החיישן, ודאג לוודא שלכלוך, אבק או חומר זר אחר לא ייכנסו אליו. לאחר השימוש בשעון במקום בו הוא טבל במי מלח, שטפו אותו היטב במים מתוקים.

● אמצעי זהירות להגנה על מידע אישי

כדי להגן על המידע האישי שלך, הקפד לבצע את הפעולה תחת "איפוס הגדרות שעון" לפני העברת הבעלות על שעון זה לגורם אחר או לפני סילוקו.

שים לב ש-CASIO Computer Co., Ltd אינה נושאת באחריות לכל נזק או הפסד שייגרם לך או לכל צד שלישי הנובעים מהשימוש בשעון שלך או התקלה שלו.

תחזוקת משתמש

● טיפול בשעון שלך

זכור שאתה עונד את השעון שלך ליד העור שלך, ממש כמו פריט לבוש. כדי להבטיח שהשעון שלך יתפקד ברמה שלשמה הוא תוכנן, שמור אותו נקי על ידי ניגוב תכוף עם מטלית רכה כדי לשמור על השעון והרצועה נקיים מלכלוך, זיעה, מים וחומרים זרים אחרים.

● בכל פעם שהשעון שלך נחשף למי ים או לבוץ, שטפו אותו במים מתוקים נקיים.

● עבור רצועת מתכת או רצועת שרף עם חלקי מתכת, השתמש במברשת שיניים רכה או בכלי דומה כדי לקרצף את הרצועה עם תמיסה חלשה של מים וחומר ניקוי ניטרלי עדין, או עם מי סבון. לאחר מכן, יש לשטוף במים כדי להסיר את כל חומר הניקוי שנותר ולאחר מכן לנגב עם מטלית סופגת רכה. בעת שטיפת הרצועה, עטפו את מארז השעון בניילון נצמד למטבח כך שהוא לא יבוא במגע עם חומר הניקוי או הסבון.

● לרצועת שרף, יש לשטוף במים ולאחר מכן לנגב עם מטלית רכה. שימו לב שלפעמים עשויה להופיע דפוס דמוי כתם על פני השטח של רצועת שרף. זה לא ישפיע על העור או הבגדים שלך. נגב עם מטלית כדי להסיר את דוגמת הכתם.

● נקה מים וזיעה מרצועת עור על ידי ניגוב עם מטלית רכה.

● אי הפעלת כתר שעון, לחצנים או מסגרת סיבובית עלולה להוביל לבעיות מאוחרות יותר בהפעלתם. סובב מעת לעת את הכתר ואת המסגרת הסיבובית ולחץ על הלחצנים כדי לשמור על פעולה תקינה.

● סכנות של חלודה לטיפול בשעון לקוי

● למרות שפלדת המתכת המשמשת לשעון שלך עמידה מאוד לחלודה, עלולה להיווצר חלודה אם לא מנקים את השעון שלך לאחר שהוא מתלכלך. — לכלוך על השעון שלך יכול להפוך את זה לבלתי אפשרי

לחמצן לבוא במגע עם המתכת, מה שעלול להוביל לפירוק שכבת החמצון על פני המתכת ולהיווצרות חלודה.

● חלודה עלולה לגרום לאזורים חדים על רכיבי מתכת ועלולה לגרום לסיכות הרצועה לעוף ממקומן או לנשור החוצה. אם אי פעם תבחין באי נורמליות כלשהי, הפסק מיד להשתמש בשעון שלך וקבל אותו למשווק המקורי שלך או למרכז שירות מורשה של CASIO.

● גם אם פני המתכת נראים נקיים, זיעה וחלודה בסדקים עלולים ללכלך את שרוולי הבגד, לגרום לגירוי בעור, ואף להפריע לביצועי השעון.

לבישה מוקדמת

● השארת זיעה או מים על רצועת שרף או מסגרת, או אחסון השעון שלך באזור נתון ללחות גבוהה עלולים להוביל לבלאי מוקדם, לחתכים ושברים.

גירוי בעור

● אנשים עם עור רגיש או במצב פיזי ירוד עלולים לחוות גירוי בעור בעת עונדת שעון. אנשים כאלה צריכים לשמור על רצועת העור או רצועת השרף שלהם נקייה במיוחד. אם אי פעם תחווה פריחה או גירוי אחר בעור, הסר מיד את השעון ופנה לאיש מקצוע לטיפול בעור.

החלפת סוללה

● השאר את החלפת הסוללה לידי הקמעונאי המקורי או מרכז השירות המורשה של CASIO.

● החליפו את הסוללה רק בסוג המצוין ב"מפרטים". שימוש בסוג סוללה אחר עלול לגרום לתקלה.

● בעת החלפת הסוללה, בקש גם בדיקה של עמידות תקינה למים.

● רכיבי שרף נוי עשויים להישחק, להיסדק או להתכופף עם הזמן כאשר הם נתונים לשימוש יומיומי רגיל. שימו לב שאם מבחינים בשעון המוגש להחלפת סוללה, סדקים או כל חריגה אחרת המעידה על נזק אפשרי, השעון שלכם יוחזר עם הסבר על החריגות, מבלי שיבוצע הטיפול המבוקש.

● סוללה ראשונית

● הסוללה שמגיעה עמוסה בשעון בעת רכישתו משמשת לבדיקת תפקוד וביצועים במפעל.

● סוללת הבדיקה עלולה להתרוקן מהר יותר מחיי הסוללה המדורגים בדרך כלל המצוינים ב"מפרטים". שים לב שתחויב עבור החלפת סוללה זו, גם אם נדרשת החלפה במסגרת תקופת האחריות של השעון שלך.

● כוח סוללה נמוך

● כוח סוללה נמוך מסומן על ידי שגיאה גדולה של שמירת זמן, על ידי תוכן תצוגה עמום או על ידי תצוגה ריקה.

● פעולה בזמן שהסוללה חלשה עלולה לגרום לתקלה. החלף את הסוללה בהקדם האפשרי.

אמצעי זהירות לקישור נייד

● אמצעי זהירות משפטיים

● שעון זה תואם או קיבל אישור לפי חוקי הרדיו של מדינות ואזורים גיאוגרפיים שונים. שימוש בשעון זה באזור שבו הוא אינו תואם או לא קיבל אישור לפי חוקי הרדיו החלים עשוי להיות עבירה פלילית. לפרטים, בקר באתר CASIO.

/https://world.casio.com/ce/BLE

● השימוש בשעון זה בתוך כלי טיס מוגבל על פי חוקי התעופה של כל מדינה. הקפד לעקוב אחר הוראות אנשי חברת התעופה.

● אמצעי זהירות בעת שימוש ב-Mobile Link

● בעת שימוש בשעון זה בשילוב עם טלפון, שמור את השעון והטלפון קרוב זה לזה. טווח של שני מטרים מומלץ כקו מנחה, אך הסביבה המקומית (קירות, ריהוט וכו'), מבנה המבנה וגורמים נוספים עשויים לדרוש טווח קרוב הרבה יותר.

● שעון זה יכול להיות מושפע ממכשירים אחרים (מכשירים חשמליים, ציוד אודיו-ויזואלי, ציוד משרדי וכו') בפרט, הוא יכול להיות מושפע מהפעלת תנור מיקרוגל. ייתכן שהשעון לא יוכל לתקשר כרגיל עם טלפון אם תנור מיקרוגל פועל בקרבת מקום. לעומת זאת, שעון זה עלול לגרום לרעש בקליטת רדיו ותמונת וידאו של טלוויזיה.

● Bluetooth של שעון זה משתמש באותו פס תדר (2.4 GHz) כמו התקני LAN אלחוטי, ושימוש במכשירים כאלה בקרבת שעון זה עלול לגרום להפרעות רדיו, מהירויות תקשורת איטיות יותר ורעש עבור השעון והתקן ה-LAN האלחוטי. או אפילו כשל בתקשורת.

● עצירת פליטת גלי רדיו על ידי שעון זה

ה-e בתצוגה מציין שהשעון פולט גלי רדיו.

כאשר אתה נמצא בבית חולים, במטוס, או בכל אזור אחר שבו השימוש בגלי רדיו אסור, הפעל את מצב טיסה.