

Ръководство за работа 5520

CASIO®

АНГЛИЙСКИ

Поздравления за избора ви на този часовник CASIO.

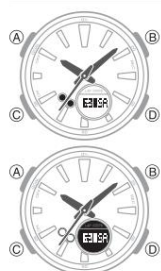
За да сте сигурни, че този часовник ще ви осигури годините на експлоатация, за които е проектиран, внимателно прочетете и следвайте инструкциите в това ръководство, особено информацията в „Предпазни мерки при работа“ и „Поддръжка от потребителя“.

Уверете се, че съхранявате цялата потребителска документация под ръка за бъдещи справки.

Имайте предвид, че CASIO COMPUTER CO., LTD. не поема никаква отговорност за каквито и да е щети или загуби, понесени от вас или трета страна, произтичащи от използването на вашия часовник или неговата неизправност.

E-1

Относно това ръководство



E-2

В зависимост от модела на вашия часовник, текстът на дисплея се появява или като тъмни фигури на светъл фон, или светли фигури на тъмен фон. Всички примерни дисплеи в това ръководство са показани с тъмни фигури на светъл фон.

Операциите с бутоните се обозначават с помощта на буквите, показани на илюстрацията.

Имайте предвид, че илюстрациите на продукта в това ръководство са предназначени само за справка, както и действителният продукт може да изглежда малко по-различно от изображеното на илюстрация.

Характеристика

Вашият часовник ви предоставя характеристиките и функциите, описани по-долу.

• Крачкомер Страница E-23



Пребройте стъпките, които правите.

• Предотвратяване на прекомерното седене Страница E-49

Напомнянето за стъпки показва индикатор и издава сигнал, когато часовникът определи, че не сте ходили за определен период от време. Това помага да се гарантира, че получавате достатъчно упражнения редовно.



E-3

• Съхранение на данни за броя на стъпките Страница E-35

Дневни данни за днес и последните седем дни

Седмични данни за тази седмица и последните три седмици
Брой на дните, в които сте постигнали целта си за дневен брой стъпки (GOAL)

• Известие за постигнат брой стъпки

..... Страница E-35

Индикатор GOAL мига, когато постигнете дневната си цел за крачки. Показва се и напредъкът ви към целта за стъпка (Напредък към целта по стъпка).



• Хронометър..... Страница E-52

Използвайте хронометъра, за да измервате изминалите времена и времената на обиколка. Памет за до 30 записа на време за обиколка.

• Таймер Страница E-58

Таймерът отброява от предварително зададен начален час. При достигане на края на обратното броене се чува аларма.

• Аларма..... Страница E-61

Когато настъпи времето за аларма, часовникът издава звуков сигнал.

• Двойно време Страница E-65

Можете да видите текущото време вън вашето текущо местоположение и още веднъж зона.

E-4

E-5

Съдържание

Относно това ръководство..... E-2

Характеристика..... E-3

Справочно ръководство за режим E-11

Отчитане на времето E-17

Регулиране на цифровите настройки за час и дата..... E-18

За да конфигурирате цифровите настройки за час и дата..... E-18

За да промените настройката за лято часово време (лято часово време)..... E-22

Педометър E-23

За да проверите броя на стъпките..... E-28

За да нулирате днешния брой стъпки..... E-31

E-6

За да посочите дневна цел за крачки..... E-33

За да проверите историята на броя на стъпките си..... E-36

За да нулирате броя на дните за постигане на дневна цел за крачки..... E-48

За да включите или изключите напомнянето за стъпки..... E-50

За да изчистите мигащия "STEP!" уведомление..... E-51

Използване на хронометъра..... E-52

За да влезете в режим Хронометър..... E-53

За извършване на операция за изминало време..... E-53

За извършване на измерване на времето за обиколка..... E-54

За да извикате данни за обиколка..... E-56

Таймер за обратно броене..... E-58

За да влезете в режим на таймер за обратно отброяване..... E-58

За да конфигурирате таймера за обратно отброяване..... E-59

E-7

За извършване на операция с таймер за обратно отброяване..... E-60

За спиране на алармата..... E-60

Използване на алармата..... E-61

За да влезете в режим на аларма..... E-61

За да зададете час за аларма..... E-61

За тестване на алармата..... E-62

За включване и изключване на аларма и часовия сигнал..... E-63

За спиране на алармата..... E-64

Режим на двойно време..... E-65

За да влезете в режим на двойно време..... E-65

За да зададете двойното време..... E-65

За да размените времената в режим на отчитане на времето и режим на двойно време..... E-67

E-8

Осветеност..... E-69

За озаряване на лицето..... E-69

За да промените продължителността на осветяване..... E-69

Регулиране на позициите на ръцете..... E-71

За регулиране на подравняването на ръцете..... E-72

Тон на работа на бутон..... E-74

За включване и изключване на тона за работа на бутоните..... E-74

Отстраняване на неизправности..... E-75

Основни показатели..... E-78

Спецификации..... E-79

Предпазни мерки при работа..... E-83

E-9

Ръководство за работа 5520



Поддръжка на потребителя. E-94

Справочно ръководство за режим

Режимът, който трябва да изберете, зависи от това какво искате да правите.

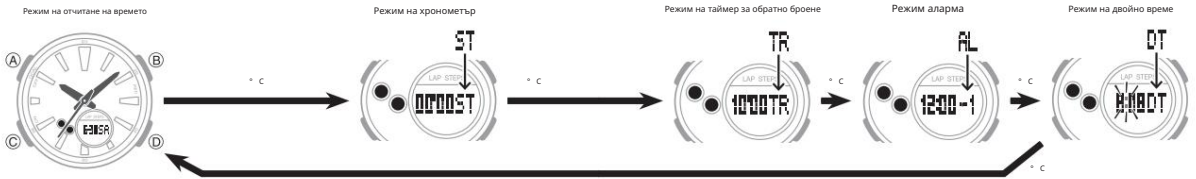
Да го направя:	Влезте в този режим:	Вижте:
Вижте текущия час и дата Конфигурирайте настройките за лятно часово време (DST). Конфигурирайте настройките за час и дата Запишете или прегледайте броя на стъпките си с крачкомаера Дневна цел за стъпки и настройки за напомняне за стъпки	Режим на отчитане на времето	E-17 E-23
Измерете изминалото време Запишете времето на обиколка (до 30)	Режим на хронометър	E-52
Използвайте таймера за обратно отброяване	Режим на таймер за обратно броене	E-58
Задайте час за аларма За включване или изключване на аларма или почасов сигнал	Режим аларма	E-61
Показване втори път Конфигурирайте настройките за втори път	Режим на двойно време	E-65

E-10

E-11

Избор на режим

Натиснете C, за да превключвате между режимите, както е показано по-долу.
За да се върнете към режима за отчитане на времето от всеки друг режим, задръжте C за около две секунди.
Във всеки режим (с изключение на режим на настройка), натиснете B, за да осветите дисплея.



E-12

E-13

Общи функции (всички режими)

Функциите и операциите, описани в този раздел, могат да се използват във всички режими.

Функции за автоматично връщане

Ако оставите екран с мигащи цифри на дисплея за две или три минути без да извършва никаква операция, часовникът автоматично излиза от екрана за настройка. Часовникът автоматично ще се върне в режим на отчитане на времето, ако не извършите никаква операция за определен период от време, както е описано по-долу.

Режим	Приблизително изминало време
Аларма	3 минути
Екран за история на броя на стъпките	2 минути

Превъртане

Бутоните B и D се използват в режим на настройка за превъртане през данните на дисплей. В повечето случаи задръжането на тези бутони по време на операция по превъртане превърта данните с висока скорост.

E-14

E-15

2. Задръжането на B отново, докато натискате C, ще накара стрелките да се върнат в нормалните си позиции (нормално отчитане на времето).

Забележка

Тази операция може да се извърши във всеки режим. В случай на режим на настройка (настройката мига на екрана), часовата и минутната стрелка ще се изместят от начин и секундната стрелка ще се премести на 12 часа автоматично, дори ако не извършите горната операция.

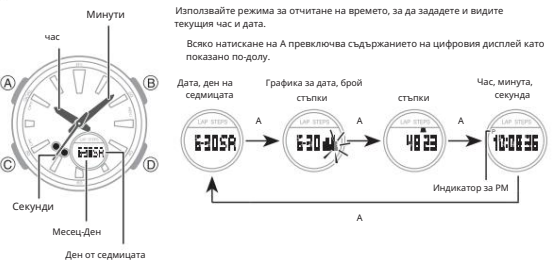
Функциите на бутоните за гледане са едни и същи, независимо дали стрелките са изместени от пътя или са в нормалните си позиции.

Промяната на друг режим ще накара ръцете да се върнат в нормалните си позиции.

Стрелките също ще се върнат в нормалните си позиции автоматично, ако не се извърши никаква операция за около един час.

E-16

Отчитане на времето



E-17

Регулиране на цифровите настройки за час и дата

Използвайте процедурата по-долу, за да регулирате цифровите настройки за час и дата.

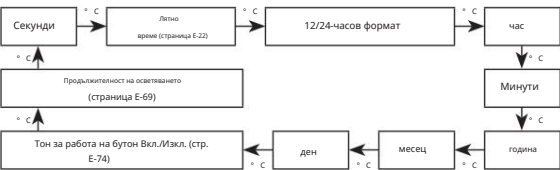
За да конфигурирате цифровите настройки за час и дата

1. В режима за отчитане на времето задръжте A, докато цифрите за секунди започнат да мигат (около две секунди). Това позволява настройка на секундите.



E-18

2. Натиснете C, за да преместите мигането в последователността, показана по-долу, за да изберете другите настройки.



E-19

Ръководство за работа 5520



3. Когато настройката за отчитане на времето, които искате да промените, мига, използвайте D и/или B за да го промените, както е описано по-долу.

екран	Да го направя:	Направете това:
	Нулирайте секундите на 00	Натиснете D.
	Превключвайте между 12-часов (12H) и 24-часов (24H) отчитане на времето	Натиснете D.
	Променете часа или минутата	Използвайте D (+) и B (-).
	Променете годината	Използвайте D (+) и B (-).
	Променете месеца или деня	Използвайте D (+) и B (-).

4. Натиснете A, за да излезете от режима на настройка.

E-20

E-21

За да промените настройката за лятно часово време (лятно часово време).



индикатор DST

- В режима за отчитане на времето задръжте A, докато цифрите за секунди започнат да мигат (около две секунди). Това позволява настройка на секундите.
- Натиснете C, за да се покаже режимът за настройка на DST.
- Натиснете D, за да превключите между лятно часово време (ON) и стандартно време (OFF).
- След като настройката е както искате, натиснете A, за да върнете се към режима за отчитане на времето. Индикаторът DST се появява, за да покаже, че дневна светлина Спестяване на време е включено.

Забележка

Лятно часово време (лятно часово време) измества настройката за часово време с един час напред спрямо стандартното време. Не забравяйте, че не всички държави или дори местни райони използват дневна светлина Спестяване на време.

E-22

E-23

важно!

Ако лентата е разслабена, крачкерът ще брой стъпките, но точността на броя на стъпките може да бъде намалена.

Ако изпитвате проблеми с получаването на относително точен брой стъпки

Всяко от условията по-долу може да направи правилното измерване невъзможно.

Носенето на чехли, сандали или други обувки, които насърчават пъргавата походка

Ходенето по плочки, килими, сняг или друга повърхност, което причинява тътреща се походка

Неправилно ходене (на многолюдно място, в опашка, където ходенето спира и започва на кратки интервали и т.н.)

Изключително бавно ходене или изключително бързо бягане

Бутане на пазарска количка или бебешка количка

На място, където има много вибрации, или каране в кола или друго превозно средство

Често движение на дланта или рамото (пласане, размахване и др.)

Ходене, докато се държите за ръце, ходене с бастун или пръчка или извършване на всяко друго движение, при което движенията на ръцете и краката ви не са координирани друго.

E-24

E-25

Подробности за крачкера

Брой стъпки

Броятът на стъпки може да брой от 0 до 999 999 стъпки. Ако броят на стъпките надвишава 999 999, максималната стойност (999 999) остава на дисплея.

Броят на стъпките не се показва в началото на разходката, за да се избегне погрешно отчитане на неподвижните движения. Появява се само след като сте продължили ходене за около 10 секунди, като броят на стъпките, които сте направили през това време, се добавя към общия брой.

Броят на стъпките се нулира автоматично до полунощ всеки ден.

Можете също така ръчно да нулирате дневния брой стъпки, който се показва в режима за отчитане на времето. Имайте предвид, че това не нулира дневния брой стъпки на екран с история. Това прави показаната стъпка нула и отчита стъпките оттам. Това е полезно, когато искате да преброите броя на стъпките между две точки. Вижте "За нулиране на дневния брой стъпки" (страница E-31).

E-26

E-27

Проверка на броя на стъпките

За да проверите броя на стъпките

- В режима за отчитане на времето използвайте A, за да преминете през информацията за броя на стъпките като показано по-долу.

Режим на отчитане на времето
Дата, ден от седмицата



Графика за дата, брой стъпки



Брой стъпки



Час, минута, секунда



E-28

E-29

Забележка

Нулирането на секундите до 00, докато текущият брой е в диапазона от 30 до 59, води до увеличаване на минутите с 1.

Вграденят в часовника натъпнато автоматичен календар отчита различни дължини на месеците и високосни години. След като сте определили датата, не трябва да има причина за това сменете го, освен след като смените батерията на часовника.

Денят от седмицата се променя автоматично при промяна на датата.

Докато е избран 12-часов формат за отчитане на времето, ще се появи индикатор P (PM).

за часове от обяд до 23:59 ч. Не се появява индикатор за времена от полунощ до 11:59 ч. С 24-часов формат времето се показва от 0:00 до 23:59 ч., без индикатор P (PM).

Педометър

Часовникът има вграден 3-осен акселерометър, който отчита стъпките, които правите. Можете да зададете дневна цел за стъпки и да следите напредъка на вашата цел за стъпки. Функцията за напомняне на стъпки ви помага да не седите твърде много.

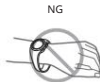
Предпазни мерки за крачкера

Докато часовникът е на китката ви, крачкерът може да открие движения без стъпки и да ги брой като стъпки. Освен това необичайните движения на ръцете по време на ходене могат да доведат до пропуснат брой стъпки.

Носенето на часовника



Добре



NG

За да осигурите правилно измерване на броя на стъпките, носете часовника, както е показано на илюстрацията наблизо.

Носете часовника на китката си, като лентата е здраво затегната.

Нормални ежедневни дейности без ходене (почитване и др.)

Носете часовника на доминиращата си ръка

Ходене за по-малко от 10 секунди

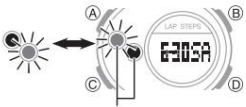
Гледайте движението на ръката (чрез функцията за смяна на ръката и т.н.)

Енергоспестяващ

За да пести енергия, работата на сензора спира автоматично, ако няма движение

засечен от часовника и не извършвате никаква операция в продължение на две до три минути.

Докато вървите, индикаторите за стъпки мигат последователно на дисплея на интервали от една секунда. И двата индикатора за стъпки се показват без да мигат, докато вие не се движат и двата индикатора се изчистват от дисплея, докато сензорът е спрян, за да се пести енергията на батерията.



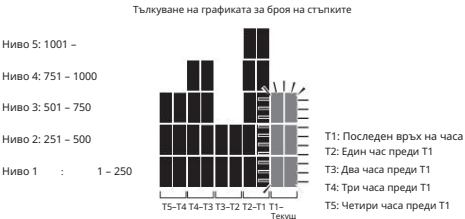
Индикатори за стъпки

Ръководство за работа 5520



Графика за брой на стъпките
Графиката за брой на стъпките в режима на часовник показва броя на стъпките (до 1000), които сте предприели всеки час.

Това ви позволява лесно да проверите темпото на ходене през последните четири или пет часа.



E-30

Нито един от сегментите на лентата не е затъмнен, когато броят на стъпките за този час е такъв нула.

Забележка

Съдържанието на графиката обикновено се актуализира в началото на всеки час.
Съдържанието на графиката продължава да се актуализира, докато съществува някое от условията по-долу.

Когато работата на сензора е спряна за пестене на енергия
Когато измерването не е възможно поради грешка на сензора или недостатъчна мощност

За да нулирате днешния брой стъпки

1. В режима за отчитане на времето използвайте A, за да покажете днешния брой стъпки.

E-31

2. Задръжте D за около две секунди, докато нулата започне да мига и след това остане се показва без мигане.

Тази операция нулира само показаната стойност на броя стъпки и не засяга общия брой стъпки за текущия ден, поддържан в паметта. Можете да видите общият брой стъпки за текущия ден, като се използва историята на броя на стъпките.



E-32

Задаване на цел за ежедневна стъпка

След като зададете дневна цел за стъпки, секундарният и дисплей ще покажат какъв процент от вашата цел сте постигнали (напредък на целта за стъпки).

Можете да зададете дневна цел за стъпки в единици от 1000 стъпки в диапазона от 1000 до 50 000.

Първоначалната настройка по подразбиране е 10 000 стъпки.

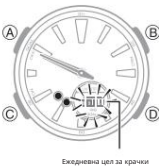


За да посочите дневна цел за крачки

1. В режима за отчитане на времето натиснете D.

Това показва ДАННИ и след това дневната история на данните екран.

E-33



2. Задръжте натиснат A, докато текущата настройка за дневна цел започне да мига (около две секунди).
3. Използвайте D (+) и B (-), за да промените мигащата дневна целева стойност на стъплата.
4. Натиснете A, за да излезете от настройката.

Забележка

Индикаторът GOAL ще мига на дисплея, когато постигнете дневната си цел за крачки.
Индикаторът GOAL също ще бъде показан на съответния екран с хронология, когато постигнете цел за дневен брой крачки или цел за седмичен брой стъпки.

Известие за постигане на цел за ежедневна стъпка



Индикаторът GOAL ще мига на дисплея, за да ви уведоми, че сте постигнали дневната си цел за крачки.

Индикаторът GOAL ще бъде изчистен от дисплея при полунощ на текущия ден. Индикаторът GOAL също ще бъде изчистен от дисплея, ако промените дневната си цел за стъпки на стойност, която е по-голяма от броя на стъпките за текущия ден.

Индикатор ЦЕЛ

Проверка на вашите записи за броя на стъпките (история)

Можете да използвате процедурата по-долу, за да проверите ежедневните си данни за днес и предходните седем дни, както и броя на дните, в които сте постигнали определена от вас цел за дневен брой стъпки (GOAL).

важно!

Смнатата на батерията ще доведе до изтриване на хронологията на броя стъпки.

E-35

За да проверите историята на броя на стъпките си

1. В режима за отчитане на времето натиснете D.

Това показва ДАННИ и след това екрана с дневна история на данните.

2. Използвайте A, за да изберете данните, които искате.

Всичко натискане на A преминава между данните в следната последователност: Дневни данни (DAT) Седмични данни (WK) Целта за брой стъпки е постигната Дневни данни (DAT) ... и т.н.

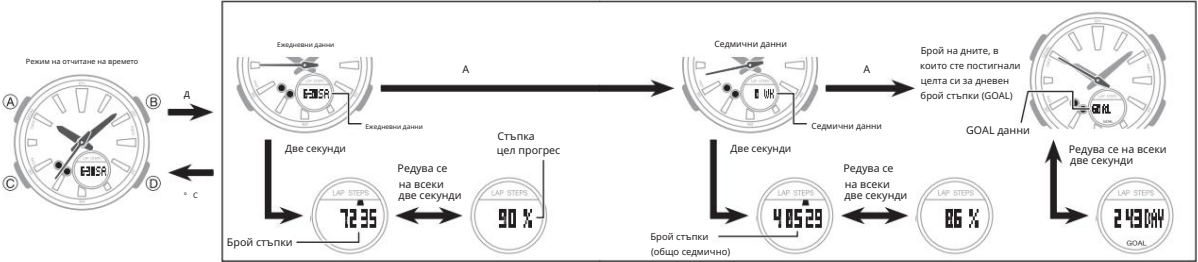
За да се върнете към режима за отчитане на времето, натиснете C.

Забележка

В режим на отчитане на времето, натискането на D девет пъти ще превърти дневните данни записи (днешния и предишните седем дни) и ще се върне към дисплей на режима за отчитане на времето.

E-36

Екран за история



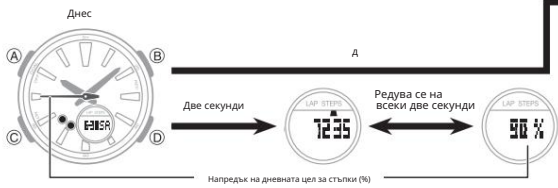
E-38

E-39

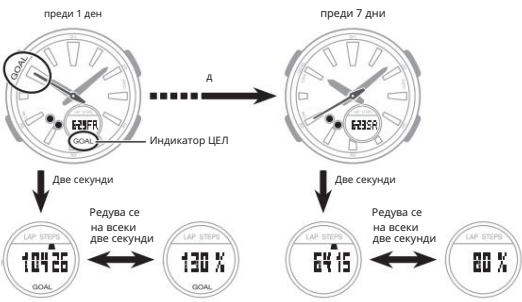
РЪКОВОДСТВО за работа 5520



3. Можете да използвате D, за да видите минали дневни и седмични данни, както е показано по-долу.
Ежедневни данни
Пример: Днешните данни
Брой стъпки: 7 235; Ежедневна цел за стъпки: 8 000; Напредък на целта по стъпка: 90%



E-40



E-41

След като зададете цел за дневна стъпка, секундната стрелка и показана стойност ще покажат какъв процент от вашите дневни и седмични цели сте постигнали.
Максималният показван напредък на целта за стъпка е 999%. 999% ще останат показани дори ако броят на стъпките достигне 1000% или повече.
Секундната стрелка показва прогреса на стъпката към целта в единици от 2%. Той сочи към GOAL, когато прогресът на целта на стъпката е 100% или повече.
Индикаторът GOAL се появява на дисплея, когато достигнете дневната си стъпка брой гол.
За да се върнете към режима за отчитане на времето, обикновено натиснете C. Ако данните са от седем дни преди се показва, натиснете D, за да се върнете към режима за отчитане на времето.

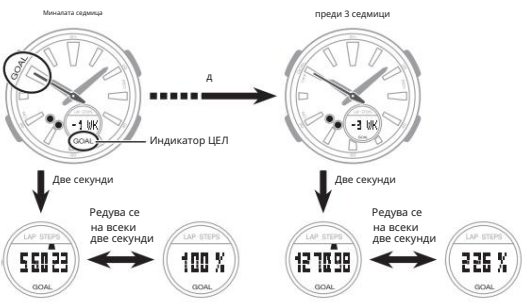
E-42

E-43

Седмични данни



E-44



E-45

Седмичните данни са общият брой стъпки от понеделник до неделя.
Секундната стрелка и показаната стойност показват какъв процент от вашите седмични цели сте постигнали.
Максималният показван напредък на целта за стъпка е 999%. 999% ще останат показани дори ако броят на стъпките достигне 1000% или повече.
Секундната стрелка показва прогреса на стъпката към целта в единици от 2%. Той сочи към GOAL, когато прогресът на целта на стъпката е 100% или повече.
Индикаторът GOAL се появява на дисплея, когато достигнете дневната си стъпка брой гол.
За да се върнете към режима за отчитане на времето, обикновено натиснете C. Ако данните от три преди седмици, натиснете D, за да се върнете към режима за отчитане на времето.

E-46

Брой на дните, в които сте постигнали целта си за дневен брой стъпки (GOAL)
Стойността на броя на дните се увеличава всеки път, когато постигнете целта си за дневен брой стъпки (GOAL).
Ако промените дневната си цел за крачки на по-голяма стойност, след като сте постигнали предишна дневна цел за крачки, часовникът пак ще отчита текущия ден като успешно постигане на вашата цел за дневна стъпка (въз основа на предишната стойност).
Ако преди да достигнете дневната си цел за крачки, я промените на стойност, която е по-малка от текущата целева стойност, денят ще остане отчетен като успешно постигане на вашата стъпка гол.
За да се върнете към режима за отчитане на времето, натиснете C.

E-47

За да нулирате броя на дните за постигане на дневна цел за крачки
1. Докато се показва общият брой дни, задържате D за около три секунди, докато нулата започне да мига и след това остане показана без мигане.



E-48

Напомняне за стъпка



Индикатори за стъпки

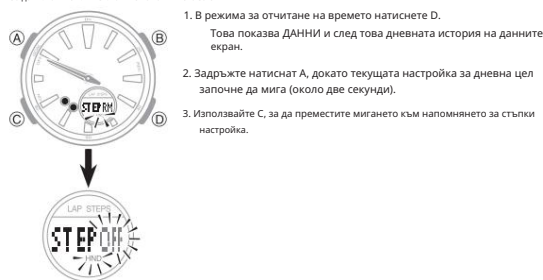
Проучванията показват, че прекаленото седене има неблагоприятен ефект върху човешкото здраве.
Функцията за напомняне за стъпки показва индикатор и издава сигнал, когато часовникът определи, че не сте ходили за определен период от време. Това помага да се гарантира, че получавате достатъчно упражнения редовно.
Уверете се, че продължавате да ходите поне пет минути след активиране на Напомняне за стъпки.
Първоначалната настройка за напомняне за стъпки по подразбиране е ИЗКЛ.

E-49

Ръководство за работа 5520

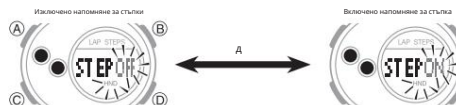
CASIO®

За да включите или изключите напомнянето за стъпки



E-50

4. Натиснете D, за да включите и изключите напомнянето за стъпки.



5. Натиснете A, за да излезете от настройката.

За да изчистите мигащата "STEP!!" уведомление

1. Можете да изчистите мигащата STEP!! известия чрез натискане на A, C или D. СЪПКАТА !! известието ще мига, докато достигнете предписания брой стъпки или докато се активира пестенето на енергия. Ако пестенето на енергия бъде деактивирано в рамките на един час след активирането, известието ще започне да мига отново.

E-51

Използване на хронометъра

Измерването се извършва 1/100 секунди



Хронометърът измерва изминалото време и времето за обиколка и извиква времето за обиколка. В паметта могат да се съхранят до 30 времена на обиколка.

След като изминалото време достигне един час, единиците на дисплея се променят на часове, минути и секунди и време се измерва на стъпки от една секунда.

Какво е време за обиколка?

Времето за обиколка е времето, изтекло за определен сегмент от състезанието.

Пример: Автомобилно състезание на овална писта



За да влезете в режим Хронометър

Използвайте C, за да изберете режим Хронометър, както е показано на страница E-12.

За извършване на операция за изминало време



E-53

За извършване на измерване на времето за обиколка



E-54

Текущото време за обиколка ще остане показано около осем секунди, след като A е натиснат. След това дисплей се връща към изминалото време.

Всяко натискане на A записва текущото време за обиколка. Паметта може да побере до 30 обиколки записи.

Записването на време за обиколка, докато в паметта има 30 записа, автоматично ще изтрие най-стария запис, за да освободи място за новия.

Крайното време за обиколка (времето, което се показва, когато операцията за изминало време е спряна) се записва в паметта, когато хронометърът се нулира на всички нули.

Нулирането на хронометъра на всички нули и стартирането на нова операция за измерване на изминалото време води до изтриване на всички текущи записи за време за обиколка.

Забелка

Режимът на хронометър може да показва изминало време до 23 часа, 59 минути, 59 секунди.

Текуща операция за измерване на изминало време ще продължи вътрешно, дори ако преминете към друг режим. Ако обаче излезете от режим Хронометър, докато а се показва време за обиколка, времето за обиколка няма да се показва, когато се върнете в режим Хронометър.

E-55

За извикване на данни за обиколка

1. Докато екранът на режим Хронометър е нулиран до всички нули, натиснете A. Това показва записа за време на обиколка за обиколка 1.
2. Използвайте A, за да превъртите през записите за време на обиколка и да намерите това, което искате. Дисплей се редува между номер на запис на обиколка (LAP01 до LAP30) и неговия време за обиколка. Секундната стрелка сочи към REC, докато записите за време на обиколка се извикват.



Записването на време за обиколка, докато вече има 30 записа в паметта, ще доведе до автоматично изтриване на най-стария запис (LAP01), за да се освободи място за нов запис. Например, ако запишете 40 времена на обиколка, номерата на обиколката ще се показват като LAP11 до LAP40 (30 записа).

E-56

E-57

Таймер за обратно броене



Таймерът за обратно отбояване може да се настрои в диапазон от една секунда до 100 минути. Прозвучава аларма, когато обратното броене достигне нула.

За да влезете в режим на таймер за обратно отбояване

Използвайте C, за да изберете режим на таймер за обратно отбояване, както е показано на страница E-13.

За да конфигурирате таймера за обратно отбояване

1. Задръжте A за около две секунди, докато цифрите на минутите на началния час започнат да мигат. Натиснете C, за да превключите мигането между минутите и секундите. Ако началният час на обратното отбояване не се показва, използвайте процедурата под „За извършване на таймер за обратно отбояване операция“ (стр. E-60), за да го покажете.

2. Използвайте D и B, за да промените настройката на мигащите цифри (минути или секунди). Можете да зададете начално време в диапазона от една секунда до 100 минути на стъпки от една секунда.

За да зададете началната стойност на времето за обратно броене на 100 минути, задайте 00:00.

3. Натиснете A, за да излезете от режима на настройка.

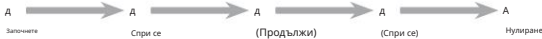
E-58

E-59

Ръководство за работа 5520



За извършване на операция с таймер за обратно отброяване



Преди да стартирате операция с таймер за обратно отброяване, проверете дали операцията за обратно отброяване не е в ход (посочено от секундите, които отброяват). Ако е, натиснете D, за да го спрете и след това A, за да нулирате началния час на обратното броене.

За спиране на алармата
Натиснете произволен бутон.

E-60

2. Задръжте натиснат A, докато цифрите за часа на текущото време на алармата започнат да мигат (около две секунди). Това е режимът на настройка.
Това също води до появата на индикатора за аларма и включва настройката на алармата.
3. Натиснете C, за да преместите мигането между часа и минутни настройки.
4. Докато дадена настройка мига, използвайте D (+) и B (-), за да я промените.
Докато 12-часовият формат е избран за отчитане на времето, индикатор P (PM) ще се появи за часове от обяд до 23:59 часа
5. Натиснете A, за да излезете от режима на настройка.

За тестване на алармата
В режим на аларма задръжте D, за да включите алармата.

E-62



За спиране на алармата
Натиснете произволен бутон.

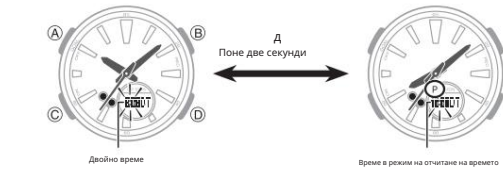
E-64

2. Натиснете C, за да промените селекцията в следната последователност.



3. Натиснете D, за да увеличите избраните цифри и B, за да ги намалите.
Всяко натискане на D превключва лятното часово време между включено (ON) и изключено (OFF). Кога лятното часово време е включено, на екрана на режима на двойно часово време се показва индикатор за DST. Докато 12-часовият формат е избран за отчитане на времето, ще има индикатор P (PM). Явяват се за часове от обяд до 23:59ч
4. След като зададете времето, натиснете A, за да се върнете в режим на двойно време.
В режим на двойно време отброяването на секундите се синхронизира с отброяването на секундите в режима на отчитане на времето.

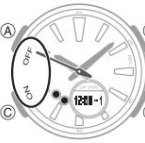
E-66



Забележка
Горната операция разменя само времената. Датите не се разменят.

E-68

Използване на алармата

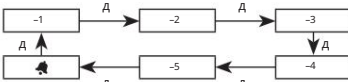


Можете да настроите до пет различни аларми.
Часовникът издава звуков сигнал за около 10 секунди, когато настъпи времето за аларма. Сигналят за почасово време кара часовника да бипка на всеки час.

За да влезете в режим на аларма
Използвайте C, за да изберете режим на аларма, както е показано на страница E-13.

За да зададете време за аларма

1. Натиснете D, за да се покаже настройката (-1 до -5 или искате да промените).



E-61

- За включване и изключване на аларма и часовия сигнал
1. В режим на аларма използвайте D, за да изберете аларма или почасов сигнал.
Всяко натискане на D превключва между екрана за час на алармата и часовото време екран за настройка на сигнала.
2. Натиснете A, за да превключвате показаната настройка (аларма или часови сигнал) между включване и изключване.
Това ще накара секундната стрелка да се премести на ON или OFF.
Индикатор за включена аларма ще бъде на дисплея всеки път, когато някоя от петте аларми е включена.
Включването на сигнала за часово време води до светването на неговия индикатор екрана.

E-63

Режим на двойно време



Текущо време
Можете да използвате режима за двойно време, за да зададете второ време (на стъпки от 15 минути), което е различно от времето в режима за отчитане на времето.

За да влезете в режим на двойно време
Използвайте C, за да изберете режим на двойно време, както е показано на страница E-13.

За да настроите двойното време

1. Задръжте натиснат A докато сте в режим Dual Time. Цифрите час и минута мигат на дисплея, защото са избрани.

E-65

2. Натиснете C, за да промените селекцията в следната последователност.



3. Натиснете D, за да увеличите избраните цифри и B, за да ги намалите.
Всяко натискане на D превключва лятното часово време между включено (ON) и изключено (OFF). Кога лятното часово време е включено, на екрана на режима на двойно часово време се показва индикатор за DST. Докато 12-часовият формат е избран за отчитане на времето, ще има индикатор P (PM). Явяват се за часове от обяд до 23:59ч
4. След като зададете времето, натиснете A, за да се върнете в режим на двойно време.
В режим на двойно време отброяването на секундите се синхронизира с отброяването на секундите в режима на отчитане на времето.

Забележка

Лятно часово време (лятно часово време) измества настройката за часово време с един час напред спрямо стандартното време. Не забравяйте, че не всички държави или дори местни райони използват дневна светлина Спестяване на време.

- За да размените времената в режим на отчитане на времето и режим на двойно време
1. В режим Dual Time задръжте D за около две секунди.
След като задръжте D, мига, времето в режима за отчитане на времето и времето в режим на двойно време ще бъдат разменени едно с друго.

E-67

Осветеност

Лицето на часовника е осветено за лесно четене на тъмно.
За да озари лицето
Във всеки режим (с изключение на режим на настройка), натиснете B, за да осветите лицето.
Предпазни мерки при осветяване
Осветлението може да е трудно забележимо, когато се гледа под пряка слънчева светлина.
Осветлението се изключва автоматично, когато звучи аларма.
Честото използване на осветление изтощава батерията.

- За промяна на продължителността на осветяване
1. В режим на отчитане на времето задръжте A, докато цифрите за секунди започнат да мигат (около две секунди).
Това позволява настройка на секундите.

E-69

Ръководство за работа 5520



- 2. Натиснете С девет пъти, за да се покаже екранът за настройка на продължителността на осветяване (страница E-19). Екранът ще покаже LT1 или LT3.
- 3. Натиснете D, за да превключите настройката за продължителност на осветяване между LT1 (1,5 секунди) и LT3 (3 секунди).
- 4. След като всички настройки са както искате, натиснете А, за да излезете от екрана за настройка.

Регулиране на позициите на ръцете

Стрелките на часовника могат да се разпадат спрямо часа на цифровия дисплей, ако той е изложен на силен магнетизъм или удар. Ако това се случи, трябва да коригирате позициите на ръцете.

Забележка

Не е необходимо да извършвате операцията по-долу, докато аналоговите стрелки показват същото време като цифровия дисплей.

E-70

E-71

За регулиране на подравняването на ръцете



- 1. В режима за отчитане на времето задръжте А за около пет секунди, докато се появи SEC 00. Това показва режима на настройка на втора ръка. Въпреки че SET и след това HS ще се появят, докато задръжате надолу А, не пускате бутона още. SEC 00 мига на дисплея, докато секундната стрелка се придвижва към начална позиция (12 часа).
- 2. Ако секундната стрелка не е на 12 часа, използвайте D и B да го преместите там.

Часова и минутна стрелка



- 3. Натиснете С. Това влиза в режим на настройка на часовата и минутната стрелка. Натиснете С отново*, за да се върнете към секундната стрелка режим на настройка. * Нищо няма да се случи, ако натиснете С, докато стрелките се движат. 0:00 мига на дисплея, докато часовите и минутните стрелки се преместват в начална позиция (12 часа).
- 4. Ако часовата и минутната стрелка не са на 12 часа, използвайте D и B, за да ги коригирате, докато станат.

5. Натиснете А, за да се върнете към режима за отчитане на времето. Проверете дали времето, посочено от стрелките, съпада с времето на цифровия дисплей. Ако времената не съпадат, изпълнете процедурата за коригиране по-горе отново.

E-72

E-73

Тон на работа на бутона



Можете да включите или изключите тона за работа на бутоните по желание. Дори ако изключите тона за работа на бутоните, алармите, почасовият сигнал за време и други звукови сигнали работят нормално. За включване и изключване на тона за работа на бутоните

- 1. В режима за отчитане на времето задръжте А, докато цифрите за секунди започнат да мигат (около две секунди). Това позволява настройка на секундите.

- 2. Натиснете С осем пъти, за да изведете екрана за включване/изключване на тона за работа на бутона (страница E-19). Екранът ще покаже или BEEP ON или BEEP OFF.
- 3. Натиснете D, за да превключите настройката между BEEP ON и BEEP OFF.
- 4. След като всички настройки са както искате, натиснете А, за да излезете от екрана за настройка.

E-74

E-75

Броят на стъпките не се увеличава.

Броят на стъпките не се показва в началото на разходката, за да се избегне погрешно отчитане на неходещите движения. Появява се само след като сте продължили да ходите около 10 секунди, с броя на стъпките, които сте направили през това време добавени към общата сума.

ERR се появява на дисплея, докато използвате часовника.

Подлагането на часовника на силен удар може да причини неизправност на сензора или неправилен контакт на вътрешната верига. Когато това се случи, на дисплея ще се появи ERR (грешка) и сензорните операции ще бъдат деактивирани.

Ако съобщението не излезе след около три минути или ако продължи да се появява, това може да показва неизправност на сензора. Свържете се с вашия оригинален търговец или Сервизен център CASIO.

Данните за историята биха изтрили.

Смяната на батерията ще доведе до изтриване на хронологията на броя стъпки.

Отстраняване на неизправности

Настройка на времето

Текущата настройка за час е изключена с един час.

Може да се наложи да промените настройката за стандартно/лятно часово време (DST). Използвайте процедурата под „Регулиране на цифровите настройки за час и дата“ (страница E-18), за да промените настройката за стандартно време/лятно часово време (DST).

Педометър

Броят на стъпките не е правилен.

Ако лентата е разхлабена, крачкочерът ще брой стъпките, но точността на броя на стъпките може да бъде намалена.

За подробности вижте „Предпазни мерки за крачкочера“ (страница E-23).

Батерия

R мига на цифровия дисплей.

Това се случва, когато зарядът на батерията е нисък или след като светлината или друга функция се включват многократно за кратък период от време, което временно изтощава батерията. Всички функции, различни от отчитането на времето, са деактивирани, докато R мига на дисплея.

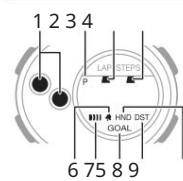
Ако R остане на дисплея или ако продължи да се появява, това може да означава, че батерията трябва да се смени.

Потърсете смяна на батерията от вашия оригинален търговец или оторизиран сервизен център на CASIO.

E-76

E-77

Основни показатели



Номер	Име	Викте
1	Индикатори за 1 стъпка	E-27
2	Индикатор 2 PM	E-17
3	LAP индикатор	E-57
4	Знак 4 СЪПКИ	E-29
5	Индикатор за часови сигнали	E-64
6	Индикатор за аларма	E-64
7	Индикатор ЦЕЛ	E-41, E-45
8	Индикатор DST	E-22
9	Индикатор за изместени стрелки	E-15

Спецификации

Точност при нормална температура: ± 15 секунди на месец

Цифрово отчитане на времето: час, минути, секунди, следобед (P), месец, ден, ден на седмица

Формат на времето: 12-часов и 24-часов

Календарна система: Пълнен автоматичен календар, предварително програмиран от 2000 до 2099 година

Друго: стандартно време/лятно часово време (лятно часово време)

Аналогово отчитане на времето: час, минути (стрелката се движи на всеки 10 секунди), секунди

Педометър:

Брое на стъпки с помощта на 3-осен акселерометър

Обхват на показване на броя стъпки: 0 до 999 999

Индикатори за стъпки

Екран за история на броя на стъпките

Ежедневни данни, седмични данни, брой постижения на цели

Стъпка цел прогрес

Графика за броя на стъпките

E-78

E-79

Ръководство за работа 5520



Нулиране на броя на стъпките Автоматично нулиране в полунощ всеки ден Ръчно нулиране Поставяне на цели за ежедневна стъпка Единица за настройка на броя стъпки: 1000 стъпки Диапазон на настройка на броя стъпки: 1000 до 50 000 Известие за постигане на цел Напомняне за стъпка Точност на броя на стъпките: ± 3% (Според тестване на вибрации) Функция за пестене на енергия Хронометър: Измервателна единица: 1/100 секунда (1 секунда след 1 час) Капацитет на измерване: 23 часа 59 минути, 59 секунди Режими на измерване: Изминало време, Време за обиколка, Данни за обиколка от последни измервателни сесии (до 30 записа) Извикване на рекорд за време на обиколка	Таймер за обратно броене: Измервателна единица: 1 секунда Обхват на обратното броене: 100 минути Диапазон на настройка на началния час на обратното отброяване: 1 секунда до 100 минути (стъпки от 1 секунда) Време за предупреждение на таймера: 10 секунди Аларми: 5 ежедневни аларми; Сигнал за часово време Двойно време: Час, минути Единица за настройка: 15 минути Други: Лятно часово време (Лятно часово време)/Стандартно време, Смяна на двойно време/Време у дома Осветление: LED (светодиод); Избираема продължителност на осветяване (приблизително 1,5 секунди или 3 секунди) Други: Алармен тест; Тон за работа на бутоните вкл./изкл.; Преместване на ръцете за преглед на Цифров дисплей
--	--

E-80

E-81

Захранване: Една литиева батерия (Тип: CR2016)

Приблизително време на работа на батерията: 2 години при следните условия:

1 операция на осветяване (1,5 секунди) на ден Аларма: 10 секунди/ден Педометър: 12 часа/ден

Честото използване на осветление изтощава батерията.

Спецификациите подлежат на промяна без предизвестие.

E-82