

# Guide d'utilisation 2490

## A propos de ce mode d'emploi

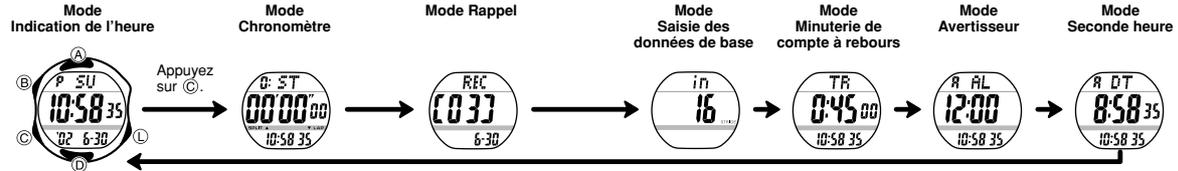


- Les lettres sur l'illustration ci-contre désignent les boutons utilisés pour les diverses opérations.
- Cette montre est dotée de deux panneaux LCD couleur. Pour des raisons de simplicité, les écrans représentés dans ce mode d'emploi sont d'une seule couleur.
- Chaque section de ce mode d'emploi fournit les informations nécessaires sur les opérations pouvant être effectuées dans chaque mode. Pour le détail et les informations techniques, reportez-vous à "Référence".

(Eclairage)

## Guide général

- Appuyez sur (C) pour changer de mode.
- Dans n'importe quel mode, appuyez sur (L) pour éclairer l'afficheur.



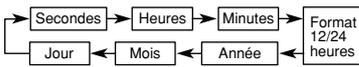
## Indication de l'heure



Utilisez le mode Indication de l'heure pour régler et voir l'heure et la date actuelles. Vous pouvez aussi sélectionner la couleur de l'heure actuelle dans ce mode.

### Pour régler l'heure et la date

1. En mode Indication de l'heure, appuyez sur (B) jusqu'à ce que les secondes se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
2. Appuyez sur (C) pour changer la position du clignotement de la façon suivante et sélectionnez d'autres réglages.



3. Lorsque le réglage souhaité clignote, utilisez (D) et (A) pour le changer de la façon suivante.

Réglage	Opérations à effectuer
Secondes	Appuyez sur (D) pour revenir à 00.
Heures, Minutes, Année, Mois, Jour	Utiliser (D) (+) et (A) (-) pour changer le réglage.
Format 12/24 heures	Appuyez sur (D) pour sélectionner le format de 12 heures (12H) ou de 24 heures (24H).

- Si vous appuyez sur (D) lorsque les secondes sont entre 30 et 59, elles reviennent à 00 et les minutes augmentent d'une unité. Entre 00 et 29, les minutes ne changent pas.
- 4. Appuyez sur (B) pour sortir de l'écran de réglage.
- Le format de 12 ou de 24 heures sélectionné en mode Indication de l'heure est valide dans tous les modes.
- Le jour de la semaine est automatiquement indiqué en fonction du réglage de la date (année, mois et jour).

## Réglage de la couleur de l'heure actuelle

Vous pouvez sélectionner une des trois couleurs pour l'indication de l'heure actuelle. La couleur sélectionnée affecte les caractères au centre de l'affichage et l'indicateur du matin (R) ou de l'après-midi (P) qui apparaît dans la partie supérieure de l'affichage.

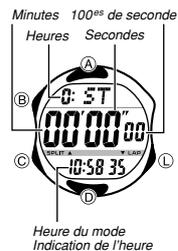


### Pour changer la couleur de l'heure

En mode Indication de l'heure, appuyez sur (D) pendant une seconde environ pour changer la couleur de l'heure actuelle.

- A chaque pression du bouton, la couleur change comme suit : noir → bleu → rouge → noir, etc.
- Le réglage sélectionné affecte les heures, les minutes, les secondes et l'indicateur matin/après-midi seulement.

## Chronomètre



Le chronomètre mesure le temps écoulé et le temps de tours/partiels au 100<sup>es</sup> de seconde près. Il utilise les données saisies en mode Saisie des données de base et un signal rythmique pour calculer la distance parcourue pendant un jogging ou une course. Les temps chronométrés et les distances sont aussi enregistrés dans la mémoire.

- Le chronométrage continue même si vous sortez du mode Chronomètre.
- Si vous sortez du mode Chronomètre pendant l'affichage du temps d'un tour/partiel, celui-ci s'éteint et le chronométrage se poursuit.
- Toutes les fonctions de chronométrage s'effectuent en mode Chronomètre, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

## Fonctionnement du chronomètre

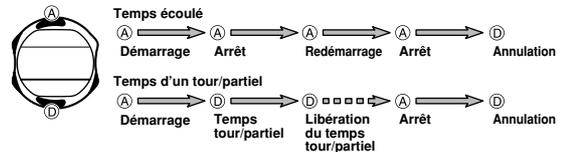
Vous pouvez utiliser le chronomètre de deux façons : pour mesurer le temps écoulé et le temps de tours/partiels comme un chronomètre ordinaire (voir "Pour chronométrer des temps") et pour connaître la distance parcourue pendant un jogging ou une course. Si vous utilisez le chronomètre pour connaître la distance parcourue, vous devez d'abord effectuer les opérations suivantes.

1. Spécifiez vos données de base. Voir "Saisie des données de base".
2. Configurez le signal rythmique. Voir "A propos du signal rythmique".

### Remarque

- Pour que la montre calcule la distance avec précision, les données de base doivent être précises et vous devez suivre le rythme du signal rythmique émis par la montre.
- Voir "Comment les données du chronomètre sont-elles enregistrées" pour le détail sur le type de données enregistrées dans la mémoire lorsque le chronomètre est utilisé.
- Vous pouvez voir les distances parcourues seulement dans le mode Rappel. Elles n'apparaissent pas sur l'écran du mode Chronomètre.

## Pour chronométrer des temps



### Remarque

- Si vous appuyez sur (D) pour afficher le temps d'un tour/partiel, ce temps reste affiché pendant huit secondes environ. Ensuite, l'affichage normal de chronométrage réapparaît.
- Pendant le chronométrage, la partie supérieure de l'afficheur indique les heures et le numéro du tour/partiel actuel, la partie centrale indique le temps du partiel actuel et la partie inférieure le temps du tour actuel.

## Sélection du format de l'écran de chronométrage

Vous pouvez sélectionner la position du temps du tour et du temps du partiel sur l'écran de chronométrage.



- L'indicateur de tour/partiel indique la position du temps du tour et du temps du partiel (écoulé) par des flèches.
- Si l'heure du mode Indication de l'heure est rouge ou bleu, la partie centrale de l'affichage est bleue lorsque le temps du partiel est indiqué, et elle est rouge lorsque le temps du tour est indiqué.
- Lorsque vous commencez un chronométrage en appuyant sur (A), la partie centrale et la partie inférieure de l'affichage indiquent toutes les deux les minutes, secondes et 100<sup>es</sup> de seconde. Lorsque le temps indiqué dans la partie inférieure est supérieur à 60 minutes, le format d'affichage change pour indiquer les heures, minutes et secondes. Lorsque le temps dans la partie centrale de l'affichage est supérieur à 10 heures, le format d'affichage change pour indiquer les heures, minutes et secondes.

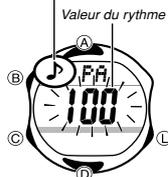
## A propos du signal rythmique

Le signal rythmique de cette montre bipse selon un rythme que vous devez fixer.

- Vous pouvez utiliser le signal rythmique pour maintenir un rythme constant pendant un jogging ou une course. Vous pouvez aussi le désactiver si vous ne voulez pas l'utiliser.
- Le rythme spécifié correspond au nombre de bips par minute.
- Lorsque vous activez le signal rythmique, la montre émet des bips au rythme spécifié.
- Vous pouvez désactiver le signal rythmique en spécifiant --- comme valeur. Lorsque le signal rythmique est défini par ---, la montre ne calcule pas la distance parcourue.

## Pour spécifier la valeur du rythme

Indicateur de signal rythmique activé



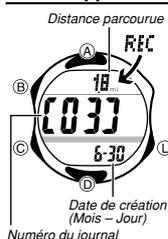
- Lorsque le chronomètre n'indique que des zéros (0:00 00' 00), appuyez un moment sur (B) jusqu'à ce que la valeur du rythme clignote. C'est l'écran de réglage de la valeur du rythme.
  - Appuyez sur (C) pour activer le signal rythmique.
    - A chaque pression de ce bouton, la signal rythmique est activé (bips) ou désactivé (aucun bip).
- Utilisez (D) (+) et (A) (-) pour changer la valeur du rythme.
  - A chaque pression du bouton, la valeur du rythme change par unités de 5. La valeur du rythme peut être réglée de 100 à 200.
  - Appuyez sur (D) lorsque la valeur du rythme est 200 ou sur (A) lorsque la valeur du rythme est 100 pour ramener la valeur à ---.
- Appuyez sur (B) pour sortir de l'écran de réglage.

## Pour activer et désactiver le signal rythmique

Lorsqu'autre chose que des zéros est affiché en mode Chronomètre, appuyez sur (B) pendant une seconde environ pour activer le signal rythmique (P affiché) ou le désactiver (P non affiché).

- A chaque pression de (B), la partie centrale de l'affichage indique soit le temps du tour soit le temps du partiel.

## Mode Rappel



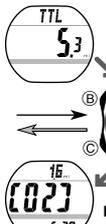
- Utilisez le mode Rappel pour rappeler et supprimer des fiches enregistrées dans le mode Chronomètre.
- Les fiches du mode Chronomètre sont enregistrées dans des "journaux" automatiquement créés par la montre. Voir "Gestion de la mémoire" pour le détail.
  - Le nom du dernier journal apparaît lorsque vous accédez au mode Rappel.
  - Les journaux sont automatiquement numérotés dans l'ordre de leur enregistrement à compter de 1.
  - Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent dans le mode Rappel auquel vous accédez en appuyant sur (C).

## Ecran du nom du journal

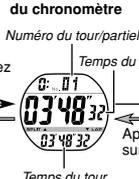
### Pour rappeler des fiches du chronomètre

En mode Rappel, utilisez (B) pour faire défiler les écrans de nom de journal en commençant par le dernier, comme indiqué ci-dessous. Lorsque l'écran de nom de journal souhaité apparaît, utilisez (D) et (A) pour faire défiler les fiches du journal.

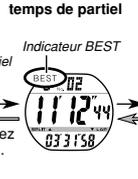
### Ecran des totaux cumulés



### Ecran de fiche du chronomètre



### Ecran du meilleur temps de partiel



### Ecran du nom du journal

- L'écran de totaux cumulés indique la distance totale depuis la réinitialisation de la dernière distance totale cumulée.
- L'emplacement du temps du tour et du temps du partiel (partie centrale ou inférieure de l'affichage) sur l'écran de fiches du chronomètre est déterminé par le format d'affichage sélectionné en mode Chronomètre.
- L'indicateur BEST identifie la fiche contenant le meilleur temps de tour de journal.
- Si la montre a été configurée pour que la partie centrale de l'affichage indique le temps du partiel, ce temps sera indiqué en bleu sur l'écran du meilleur tour. Si le temps du tour est au centre, il sera en rouge.
- Si la fiche du meilleur temps est supprimée lorsque le journal est plein, l'indicateur BEST n'apparaît pas pour la fiche suivante, contenant le meilleur temps. Voir "Gestion de la mémoire" pour le détail au sujet de la suppression des fiches.
- L'unité de mesure utilisée pour le calcul de la distance dépend de l'unité sélectionnée pour la longueur de la foulée, comme indiqué dans le tableau suivant. Voir "Pour saisir les données de base" pour le détail.

Unité de foulée sélectionnée	Unité de distance
in (pouces)	mi (miles)
cm (centimètres)	km (kilomètres)

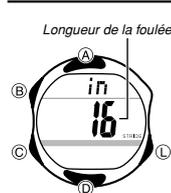
### Pour supprimer un journal

- En mode Rappel, affichez l'écran de nom du journal que vous voulez supprimer.
  - Voir "Pour réinitialiser les totaux cumulés" ci-dessous pour le détail sur ce qu'il se passe lorsque vous sélectionnez à ce moment l'écran de totaux cumulés.
- Appuyez sur (A) et (D) jusqu'à ce que la montre émette un long bip et CLF: cesse de clignoter.
- Le journal et toutes les fiches qu'il contient sont supprimés. La distance totale cumulée ne change pas lorsqu'un journal est supprimé.

### Pour réinitialiser les totaux cumulés

- En mode Rappel, affichez l'écran des totaux cumulés.
- Appuyez sur (A) et (D) jusqu'à ce que la montre émette un long bip et CLF: cesse de clignoter.
- La distance totale cumulée revient à zéro, sans que les journaux ou les fiches soient supprimés. Au prochain chronométrage, la distance totale est de nouveau cumulée.

## Saisie des données de base



Le mode Saisie des données de base permet de spécifier la longueur de la foulée et l'unité de longueur. Le mode Chronomètre utilise ces données de base pour le calcul des distances parcourues pendant un jogging ou une course.

- CLF apparaît au lieu de iF1 au haut de l'écran de longueur de la foulée lorsque le centimètre est spécifié comme unité de longueur de la foulée.
- Toutes les opérations mentionnées ici s'effectuent en mode Saisie des données de base, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

### Données de base

Vous pouvez spécifier les pouces (in) ou les centimètres (cm) comme unité. L'unité spécifiée pour la longueur de la foulée détermine aussi l'unité de distance parcourue en mode Chronomètre et Rappel, comme indiqué ci-dessous.

Unité de longueur de foulée	Plage de réglage	Incrément	Unité de distance
Pouces (in)	16 à 76 in	2 in	Miles (mi)
Centimètres (cm)	40 à 190 cm	5 cm	Kilomètres (km)

- Les exemples suivants indiquent comment calculer les valeurs pour ce réglage.

Si 330 yards sont parcourus en 239 foulées :  
 $330 \text{ (yards)} \div 239 \text{ (foulées)} \times 36 = 49,70 \text{ (environ 50 pouces)}$

Si 300 mètres sont parcourus en 239 foulées :  
 $300 \text{ (mètres)} \div 239 \text{ (foulées)} = 1,255 \text{ (environ 125 cm)}$

- Ces données doivent être changées si une autre personne utilise la montre.

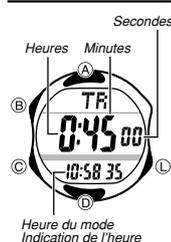
### Important !

- Vous ne pouvez pas changer les réglages des données de base pendant le chronométrage. Le chronomètre doit être arrêté et n'afficher que des zéros pour que vous puissiez changer les données de base.
- Si vous voulez changer l'unité de longueur de la foulée, vous devez d'abord remettre à zéro l'écran des totaux cumulés. Voir "Pour réinitialiser les totaux cumulés" pour le détail à ce sujet.

### Pour saisir les données de base

- En mode Saisie des données de base, appuyez sur (B) jusqu'à ce que la longueur de la foulée se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
- Appuyez sur (C) pour faire clignoter soit la longueur de la foulée soit l'unité de longueur (iF1 ou CLF).
- Saisissez les données de base souhaitées.
  - Lorsque l'unité de longueur de la foulée est sélectionnée, utilisez (D) (+) et (A) (-) pour la changer.
  - Lorsque l'unité de longueur de la foulée est sélectionnée, appuyez sur (D) pour passer d'une unité à l'autre. Si vous ne pouvez pas changer l'unité, appuyez sur (B) pour sortir de l'écran de réglage et réinitialiser les totaux cumulés.
- Appuyez sur (B) pour sortir de l'écran de réglage.

## Minuterie de compte à rebours



La minuterie de compte à rebours peut être réglée de 10 secondes à 100 heures. Un avertisseur retentit lorsque le compte à rebours atteint zéro.

- Vous pouvez sélectionner l'autorépétition, pour que le compte à rebours revienne à sa valeur initiale et redémarre chaque fois qu'il atteint zéro.
- Les fonctions de la minuterie de compte à rebours sont disponibles en mode Minuterie de compte à rebours, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

### Pour régler le temps initial du compte à rebours

- En mode Minuterie de compte à rebours, appuyez sur (B) jusqu'à ce que le réglage des heures du temps initial se mette à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
- Appuyez sur (C) pour faire clignoter successivement les heures, les minutes et les secondes.
- Utilisez (D) (+) et (A) (-) pour changer l'élément clignotant.
  - Pour régler le temps initial du compte à rebours sur 100 heures, spécifiez 0:00 00.
  - Vous pouvez régler les secondes par incréments de 10 secondes.
- Appuyez sur (B) pour sortir de l'écran de réglage.

### Pour utiliser la minuterie de compte à rebours

Appuyez sur (A) en mode Minuterie de compte à rebours pour mettre en marche la minuterie.

- Lorsque le compte à rebours est terminé et que l'autorépétition est désactivée, l'avertisseur retentit pendant quatre secondes à moins que vous ne l'arrêtiez en appuyant sur un bouton. Le compte à rebours revient à sa valeur initiale lorsque l'avertisseur s'arrête.
- Appuyez sur (A) pendant le compte à rebours pour l'interrompre. Appuyez de nouveau sur (A) pour continuer le compte à rebours.
- Pour arrêter complètement un compte à rebours, suspendez-le d'abord (en appuyant sur (A)), puis appuyez sur (D). Le temps du compte à rebours revient à sa valeur initiale.

### Pour activer et désactiver l'autorépétition



- Lorsque le temps initial du compte à rebours est indiqué sur l'écran du mode Minuterie de compte à rebours, appuyez sur (D) pour activer l'autorépétition (TR affiché) ou le désactiver (TR non affiché).
- Le temps du compte à rebours apparaît en bleu lorsque l'autorépétition est activée.
  - Lorsque le compte à rebours est terminé et que l'autorépétition est activée, l'avertisseur retentit, mais le compte à rebours recommence chaque fois qu'il atteint zéro. Vous pouvez arrêter le compte à rebours en appuyant sur (A) et revenir au temps initial du compte à rebours en appuyant sur (D).
  - L'emploi fréquent de l'autorépétition peut entraîner une usure de la pile.

## Avertisseur

Indicateur de signal horaire activé

Indicateur d'avertisseur activé

Heure du mode Indication de l'heure

Heure de l'avertisseur (Heures : Minutes)

Lorsque l'avertisseur est activé, la montre bipie à l'heure pré-réglée. Vous pouvez aussi activer le signal horaire qui marque chaque heure précise par deux bips.

- Les réglages d'avertisseur (et de signal horaire) sont disponibles en mode Avertisseur, auquel vous accédez en appuyant sur (C).

**Pour régler l'heure de l'avertisseur**

- En mode Avertisseur, appuyez sur (B) jusqu'à ce que les heures de l'heure de l'avertisseur se mettent à clignoter, ce qui indique l'écran de réglage.
  - A ce moment, l'avertisseur est activé.
- Appuyez sur (C) pour faire clignoter les heures ou les minutes.
- Utilisez (D) (+) et (A) (-) pour changer l'élément clignotant.

- Lorsque vous utilisez le format de 12 heures pour l'indication de l'heure, veillez à régler correctement l'heure de l'avertisseur sur le matin (indicateur R) ou sur l'après-midi (indicateur P).

- Appuyez sur (B) pour sortir de l'écran de réglage.

### Fonctionnement de l'avertisseur quotidien

L'avertisseur retentit chaque jour à l'heure pré-réglée pendant 20 secondes à moins que vous ne l'arrêtiez en appuyant sur un bouton.

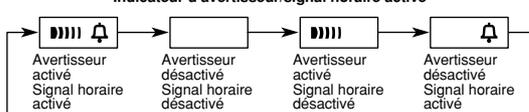
### Pour tester l'avertisseur

En mode Avertisseur, appuyez un moment sur (A) pour faire retentir l'avertisseur.

### Pour activer et désactiver l'avertisseur et le signal horaire

En mode Avertisseur, appuyez sur (D) pour faire défiler les réglages suivants.

#### Indicateur d'avertisseur/signal horaire activé



- L'heure de l'avertisseur apparaît en bleu lorsque l'avertisseur est activé.

## Seconde heure

Seconde heure (Heures : Minutes Secondes)

Heure du mode Indication de l'heure

Le mode Seconde heure indique l'heure d'un autre fuseau horaire.

- Les secondes de la seconde heure se synchronisent sur celles du mode Indication de l'heure.

**Pour régler la seconde heure**

- Appuyez sur (C) pour accéder au mode Seconde heure.
- Utilisez (A), (B) et (D) pour régler l'heure du mode Seconde heure.
- Pour régler la seconde heure sur l'heure du mode Indication de l'heure appuyez sur (B).
- A chaque pression de (D) (+) et (A) (-), le réglage de l'heure change par incréments de 30 minutes.

## Rétroéclairage

Indicateur d'autocommutateur de rétroéclairage activé

Le rétroéclairage emploie un panneau EL (électroluminescent) qui éclaire tout l'afficheur pour qu'il soit mieux visible dans l'obscurité. L'autocommutateur de la montre allume automatiquement le rétroéclairage lorsque vous tournez la montre vers votre visage.

- L'autocommutateur de rétroéclairage doit être activé (indiqué par l'indicateur AUTO) pour qu'il puisse fonctionner.
- Voilà "Précautions concernant le rétroéclairage" pour des informations importantes sur le rétroéclairage.

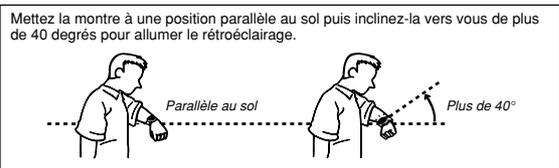
**Pour allumer manuellement le rétroéclairage**

Dans n'importe quel mode, vous pouvez allumer le rétroéclairage pendant une seconde en appuyant sur (L).

- Dans ce cas, le rétroéclairage s'allume même si l'autocommutateur est désactivé.

### A propos de l'autocommutateur de rétroéclairage

Le rétroéclairage s'allume pendant une seconde environ lorsque vous tenez le bras de la façon indiquée ci-dessous si l'autocommutateur de rétroéclairage a été activé.



### Avertissement!

- Consultez les données de la montre en lieu sûr lorsque vous utilisez l'autocommutateur de rétroéclairage. Soyez particulièrement prudent lorsque vous courez ou pratiquez une activité où un accident ou des blessures sont possibles. Attention à l'éclairage subit de la montre : il peut surprendre ou distraire votre entourage.
- Lorsque vous portez la montre, veillez à désactiver l'autocommutateur de rétroéclairage avant de monter à bicyclette, à moto ou dans un véhicule. Le fonctionnement subit et inopiné de l'autocommutateur peut distraire et provoquer un accident de la route et des blessures graves.

### Pour activer et désactiver l'autocommutateur de rétroéclairage

En mode d'Indication de l'heure, appuyez deux secondes environ sur (A) pour activer (AUTO affiché) et désactiver (AUTO non affiché) l'autocommutateur.

- L'indicateur AUTO est visible dans tous les modes lorsque l'autocommutateur est activé.

## Référence

Cette partie contient des détails et des informations techniques sur le fonctionnement de la montre. Elle contient aussi des précautions et des remarques importantes concernant diverses fonctions et caractéristiques de la montre.

## Affichage automatique

Le contenu de l'affichage change automatiquement lorsque l'affichage automatique est activé.



### Pour désactiver l'affichage automatique

Appuyez sur un bouton (sauf (L)) pour désactiver l'affichage automatique.

### Pour activer l'affichage automatique

Appuyez deux secondes environ sur (C) jusqu'à ce que la montre bipie.

- L'affichage automatique ne peut pas être activé sur un écran de réglage.

## Fonctions de retour automatique

- Après avoir utilisé des boutons dans un mode quelconque (sauf en mode Chronomètre), appuyez sur (C) pour revenir directement au mode Indication de l'heure.
- Si vous laissez un écran avec des chiffres ou un curseur clignotants pendant deux ou trois minutes sans effectuer aucune opération, les réglages effectués jusqu'à présent sont sauvegardés et l'écran de réglage s'éteint.

## Défilement des données et des réglages

Les boutons (A) et (D) servent à faire défiler les données sur les différents écrans de modes et de réglages. Dans la plupart des cas, il suffit de maintenir ces boutons enfoncés pour faire défiler plus rapidement les données.

## Indication de l'heure

- Dans le format de 12 heures, l'indicateur P (après-midi) apparaît pour les heures entre midi et 11:59 du soir et l'indicateur R (matin) apparaît pour les heures entre minuit et 11:59 du matin.
- Avec le format de 24 heures, les heures sont indiquées de 0:00 à 23:59, sans aucun indicateur.
- L'année peut être réglée de 2000 à 2039.
- Le calendrier entièrement automatique de la montre tient compte des différentes longueurs des mois et des années bissextiles. Une fois que la date a été réglée, il n'y en principe aucune raison de la changer sauf après le remplacement de la pile de la montre.
- L'heure actuelle est indiquée dans la partie inférieure des écrans des modes Chronomètre, Minuterie de compte à rebours, Avertisseur et Seconde heure. Sur ces écrans, les indicateurs des heures du matin ou de l'après-midi n'apparaissent pas lorsque la montre fonctionne sur 12 heures.

## Chronomètre

- Vous pouvez chronométrer le temps mis pour parcourir une partie d'une course, par exemple un tour de piste (temps d'un tour).
- Vous pouvez aussi chronométrer le temps mis pour arriver à un point précis d'une course (temps d'un partiel).

## Gestion de la mémoire

A chaque pression de (A) pour chronométrer un nouveau temps ou un tour/partiel, et la montre crée un nouveau journal. Ce journal reste ouvert et de nouvelles données sont enregistrées jusqu'à ce que vous le fermiez en appuyant sur (D) pour remettre le chronomètre à zéro.

- La montre peut contenir en tout 61 fiches. Comme chaque écran de nom emploie l'espace d'une fiche complète, le nombre maximal de fiches pouvant être enregistrées pour les temps de tours/partiels dépend du nombre de journaux déjà enregistrés, comme indiqué ci-dessous.

Capacité de la mémoire	Nombre de journaux actuellement en mémoire	Capacité d'une fiche avec temps de tour/partiel
61 fiches	1	61 fiches - 1 écran de nom de journal = 60
	2	61 fiches - 2 écrans de nom de journal = 59
	5	61 fiches - 5 écrans de nom de journal = 56

- La montre calcule la distance totale cumulée de tous les chronométrages depuis la dernière réinitialisation de la distance totale. La capacité de la mémoire n'est pas affectée par le total cumulé.
- Si la mémoire de la montre est déjà pleine lorsque vous chronométrez un temps produisant un nouveau journal, le journal le plus ancien et toutes ses fiches seront automatiquement supprimés pour laisser place au nouveau journal.
- Si la mémoire est pleine lorsque vous ajoutez des fiches au seul journal existant, la fiche la plus ancienne est supprimée dans ce journal pour laisser place à la nouvelle fiche.
- Si vous ajoutez des fiches à un des journaux enregistrés et que la mémoire est pleine, la fiche la plus ancienne sera effacée ainsi que toutes les fiches qu'il contient pour laisser place aux nouvelles.

### Comment les données du chronomètre sont-elles enregistrées

Le tableau suivant décrit la façon dont les données sont enregistrées lorsque vous effectuez les différentes opérations mentionnées dans "Pour chronométrer des temps".

Chronométrage	Enregistrement de données
(A) Démarrage (à partir de zéro)	Création d'un nouveau journal : date et distance actuelles (mises à jour pendant le chronométrage)
(A) Arrêt	Arrêt du chronométrage, sans enregistrement des données dans la mémoire
(A) Redémarrage	Redémarrage du chronométrage, sans enregistrement des données dans la mémoire
(D) Tour/Partiel	Création d'une nouvelle fiche : temps des tours/partiels
(D) Annulation	Création d'une nouvelle fiche : temps des tours/partiels (Retour à zéro du chronomètre)

**Précautions concernant le rétroéclairage**

- Le panneau électroluminescent de la montre perd de son intensité seulement après une très longue période d'utilisation.
- La lumière fournie par le rétroéclairage peut être à peine visible en plein soleil.
- La montre émet un son audible lorsque l'afficheur est éclairé. Ce son est dû à la vibration du panneau EL utilisé pour l'éclairage, il ne s'agit pas d'une défectuosité de la montre.
- Le rétroéclairage s'éteint automatiquement lorsqu'un avertisseur retentit.
- L'emploi fréquent du rétroéclairage réduit l'autonomie de la pile.

**Précautions concernant l'autocommutateur de rétroéclairage**

- Pour éviter une usure prématurée de la pile, l'autocommutateur de rétroéclairage se désactive automatiquement environ cinq heures après son activation.
- Évitez de porter la montre à l'intérieur du poignet. L'autocommutateur risque de fonctionner lorsque vous n'en avez pas besoin, ce qui peut réduire l'autonomie de la pile. Si vous voulez porter la montre à l'intérieur du poignet, désactivez l'autocommutateur.

Plus de 15 degrés,  
trop haut



- Le rétroéclairage risque de pas s'allumer si le cadran de la montre est à plus de 15 degrés de la parallèle, comme indiqué ci-contre. Assurez-vous que la paume de votre main est parallèle au sol.
  - Le rétroéclairage reste éclairé une seconde environ, même si vous laissez la montre tournée vers votre visage.
- L'électricité statique ou le magnétisme peuvent perturber le bon fonctionnement de l'autocommutateur. Si le rétroéclairage ne s'allume pas, remettez la montre dans sa position d'origine (parallèle au sol) puis inclinez-la vers vous. S'il ne fonctionne toujours pas, laissez tomber le bras le long du corps puis relevez-le.
  - Dans certains cas, il faut jusqu'à une seconde pour que le rétroéclairage s'allume. Cela ne signifie pas qu'il fonctionne mal.