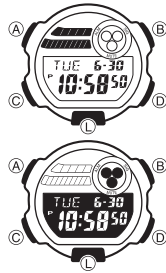


# Guia de operação para 3434

## Sobre este manual

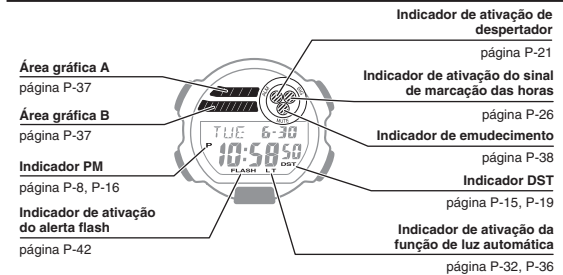


- Dependendo do modelo do seu relógio, o texto aparece em indicações escuras com um fundo claro, ou em indicações claras com um fundo escuro. Todas as exibições de amostra neste manual são mostradas usando indicações escuras com um fundo claro.
- As operações dos botões são indicadas usando as letras mostradas na ilustração.
- Cada seção deste manual oferece as informações que você precisa saber para realizar as operações em cada modo. Maiores detalhes e informações técnicas podem ser encontrados na seção "Referências".

P

P-1

## Indicadores



P-2

P-3

## Sumário

Indicadores .....	P-2
Guia geral .....	P-6
Indicação das horas .....	P-8
Hora mundial .....	P-18
Despertadores .....	P-21
Timer .....	P-27
Cronômetro .....	P-30
Iluminação .....	P-32
Referências .....	P-37
Especificações .....	P-45

## Lista dos procedimentos

A lista a seguir é uma referência útil de todos os procedimentos operacionais contidos neste manual.

- Para alternar as horas do modo de indicação das horas entre hora de verão e hora normal .....** P-15
- Para ver a hora em um outro código de cidade .....** P-18
- Para alterar a hora de um código de cidade entre hora normal e hora de verão .....** P-19
- Para mudar a cidade da hora local para a cidade da hora mundial atual .....** P-20
- Para definir a hora de um despertador .....** P-22
- Para testar o alarme .....** P-24
- Para ativar e desativar um despertador .....** P-25
- Para ativar e desativar o sinal de marcação das horas .....** P-26
- Para configurar o timer .....** P-28
- Para usar o timer .....** P-29

P-4

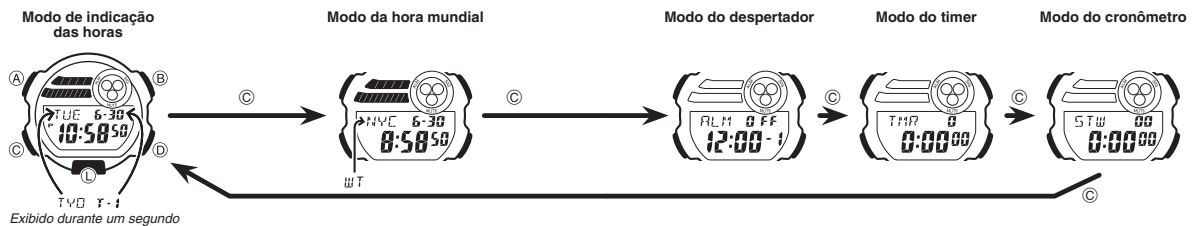
P-5

- Para cronometrar tempos .....** P-31
- Para acender a iluminação .....** P-33
- Para especificar a duração da iluminação .....** P-33
- Para ativar e desativar a função de luz automática .....** P-36
- Para ativar e desativar o som de operação dos botões .....** P-39
- Para ativar e desativar o alerta flash .....** P-42

## Guia geral

- Pressione **(C)** para mudar de modo a modo.

- Em qualquer modo (exceto enquanto uma tela de definição estiver no mostrador), pressione **(L)** para iluminar o mostrador.



P-6

P-7

## Indicação das horas

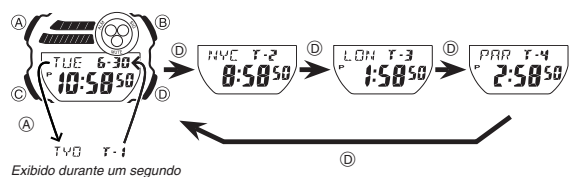


A função de horas múltiplas do modo de indicação das horas dá-lhe um acesso rápido e fácil à hora e data atual em quatro cidades diferentes, numeradas de T-1 (Hora 1) a T-4 (Hora 4). T-1 é a hora da sua cidade local, e T-2, T-3 e T-4 são as horas locais de outras cidades. As horas locais das outras cidades são mantidas em sincronismo com a hora da sua cidade local (T-1).

P-8

## Mudança entre as telas das horas

Cada pressão de **(D)** muda as telas das horas na sequência mostrada abaixo.



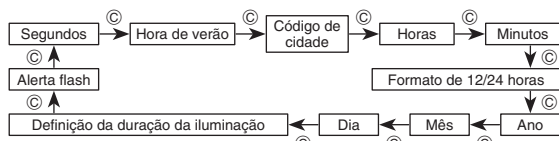
P-9

- Se você pressionar (A) enquanto a hora da cidade local (T-1) estiver exibida, a indicação do dia da semana/mês-dia mudará para o código selecionado atualmente para a cidade local juntamente com o indicador T-1 durante aproximadamente um segundo.
- Você só pode alterar a definição da hora atual para a hora da cidade local (T-1).
- Para as horas locais (T-2, T-3, T-4) das outras cidades, você só pode alterar o código da cidade e a definição da hora de verão (DST).

### Rolagem através das telas das horas

- No modo de indicação das horas (página P-6), pressione (D) durante aproximadamente três segundos para mudar as telas das horas na sequência de T-1 a T-4.
- Pressionar qualquer botão exibirá a tela das horas da cidade local (T-1).

P-10



4. Quando a definição que quiser alterar estiver piscando, use (D) e (B) para alterá-la conforme descrito a seguir.

### Alteração das definições da hora e data atual da cidade local



1. Use (D) para exibir a tela da hora atual da cidade local (T-1).
2. Pressione (A) até que os dígitos dos segundos comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
3. Pressione (C) para mover a intermitência na sequência mostrada abaixo para selecionar outras definições.

Tela	Para fazer isto:	Faça isto:
50	Reposicionar os segundos a 00	
0 FF DST	Alternar entre hora de verão (0 0) e hora normal (0 FF)	Pressione (D).
T 1	Alterar o código de cidade	Use (D) (leste) e (B) (oeste).
10:58	Alterar as horas ou minutos	Use (D) (+) e (B) (-).
12H	Alternar entre os formatos de 12 (12H) e 24 (24H) horas	Pressione (D).
20 15	Alterar o ano	
6-30	Alterar o mês ou dia	Use (D) (+) e (B) (-).
L T 1	Alternar a definição entre 1,5 segundo (1) e 3 segundos (3)	Pressione (D).
FL 0 0	Ativar (0 0) ou desativar (0 FF) o alerta flash	

P-12

P-13

- Consulte "Hora de verão (DST)" na página P-14 para maiores detalhes sobre a definição da hora de verão.
  - Para maiores informações sobre o alerta flash, consulte "Alerta flash" (página P-42).
5. Pressione (A) para sair da tela de definição.
- O dia da semana é exibido automaticamente de acordo com as definições da data (ano, mês e dia).

### Hora de verão (DST)

A hora de verão avança a definição da hora em um hora desde a hora normal. Repare, entretanto, que nem todos os países ou mesmo áreas locais empregam o horário de verão.

### Para alternar as horas do modo de indicação das horas entre hora de verão e hora normal



Indicador DST

1. Use (D) para exibir a tela da hora atual da cidade local (T-1).
  2. Pressione (A) até que os dígitos dos segundos comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
  3. Pressione (C) para exibir a tela de definição da hora de verão.
  4. Pressione (D) para alternar entre hora de verão (0 0 é exibido) e hora normal (0 FF é exibido).
  5. Pressione (A) para sair da tela de definição.
- O indicador DST aparece na tela de indicação das horas para indicar que a hora de verão está ativada.

P-14

P-15

### Formato de 12/24 horas

- Com o formato de 12 horas, o indicador P (PM) aparece à esquerda dos dígitos das horas para as horas na faixa do meio-dia às 11:59 PM, mas nenhum indicador aparece à esquerda dos dígitos das horas para as horas na faixa da meia-noite às 11:59 AM.
- Com o formato de 24 horas, as horas são exibidas na faixa de 0:00 às 23:59, sem nenhum indicador.
- O formato de 12/24 horas selecionado no modo de indicação das horas é aplicado em todos os outros modos.

### Alteração da definição da cidade de uma hora local

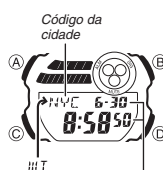
Você pode selecionar qualquer um dos códigos de cidade que aparecem na tabela no final deste manual como uma cidade para hora local.

1. Exiba a hora local cuja definição da cidade você deseja alterar e, em seguida, pressione (A) durante aproximadamente um segundo até que o código da cidade atual comece a piscar.
2. Use (D) (leste) e (B) (oeste) para selecionar o código de cidade desejado.
3. Pressione (C) para exibir a tela de definição da hora de verão (DST).

P-16

P-17

### Hora mundial



Hora atual no fuso horário do código da cidade selecionada

O modo da hora mundial mostra a hora atual em 48 cidades (31 fusos horários) ao redor do mundo.

- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo da hora mundial, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-6).

### Para ver a hora em um outro código de cidade

- No modo da hora mundial, use (D) (leste) e (B) (oeste) para rolar através dos códigos de cidade (fusos horários).
- Para maiores informações sobre os códigos das cidades, consulte a "City Code Table" (Tabela dos códigos das cidades) no fim deste manual.
- Se a hora atual mostrada para uma cidade estiver errada, verifique as definições da hora do modo de indicação das horas e do fuso horário, e faça as mudanças necessárias.

P-18

### Para alterar a hora de um código de cidade entre hora normal e hora de verão



Indicador DST

1. No modo da hora mundial, use (D) e (B) para exibir o código da cidade (fuso horário) cuja definição de hora normal/hora de verão deseja mudar.
  2. Pressione (A) durante aproximadamente um segundo para alternar entre hora de verão (DST é exibido) e hora normal (DST não é exibido).
- O indicador DST aparece no mostrador toda vez que você exibe um código de cidade para o qual a hora de verão está ativada.
  - Repare que a definição da hora de verão/hora normal afeta apenas o código da cidade exibido atualmente. Os outros códigos de cidade não são afetados.
  - Repare que não é possível alternar entre hora normal e hora de verão enquanto UTC estiver selecionado como o código de cidade.

P-19

### Para mudar a cidade da hora local para a cidade da hora mundial atual

- No modo da hora mundial, use (D) e (B) para exibir a cidade que deseja definir como sua nova cidade local.
- Pressione (A) e (B) ao mesmo tempo.
  - Isso faz que a cidade da hora mundial selecionada no passo 1 seja definida como a nova cidade da hora local.

P-20

### Despertadores



O seu relógio tem um total de cinco despertadores, cada um dos quais pode ser configurado como um despertador diário ou um despertador de uma vez.

- Despertador diário: Soa todos os dias na hora predeterminada.
- Despertador de uma vez: Soa uma vez na hora predeterminada e, em seguida, é desativado automaticamente.

Você também pode ativar o sinal de marcação das horas que faz que o relógio emita dois bipes na passagem de cada hora.

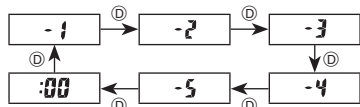
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do despertador, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-7).
- Os despertadores funcionam em coordenação com a hora atual da cidade local.

P-21

### Para definir a hora de um despertador



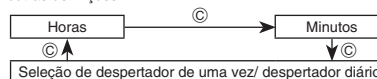
- No modo do despertador, use (D) para rolar através das telas de despertador até que o número do despertador deseja definir seja exibido.



- Depois de selecionar um despertador, pressione (A) até que os dígitos das horas da hora do despertador comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
  - Esta operação ativa o despertador de uma vez automaticamente.

P-22

- Pressione (C) para mover a intermitência na sequência mostrada a seguir para selecionar outras definições.



- Enquanto uma definição estiver piscando, use (D) e (B) para alterá-la conforme descrito a seguir.

Tela	Para fazer isto:	Faça isto:
12:00	Alterar as horas e minutos	Use (D) (+) e (B) (-). • Com o formato de 12 horas, defina a hora corretamente como AM ou PM (indicador P).
1:00/0 P	Alternar entre despertador de uma vez e despertador diário	Pressione (D). Despertador de uma vez ativado: 1:00 Despertador diário ativado: 0 P

- Pressione (A) para sair da tela de definição.

P-23

### Operação do despertador

O alarme soa na hora predeterminada durante 20 segundos, independentemente do modo em que o relógio estiver.

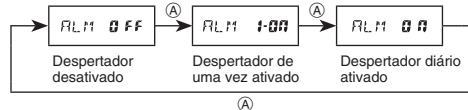
- As operações do despertador e do sinal de marcação das horas são realizadas de acordo com a hora da cidade local (T-1).
- Para parar um despertador depois que ele começar a soar, pressione qualquer botão.

### Para testar o alarme

No modo do despertador, mantenha (D) pressionado para soar o alarme.

### Para ativar e desativar um despertador

- No modo do despertador, use (D) para selecionar um despertador.
- Pressione (A) para mudar entre as definições do despertador como mostrado abaixo.



- Em todos os modos, o indicador de ativação do despertador é exibido para o despertador que esteja ativado atualmente.
- O indicador de ativação do despertador pisca enquanto o despertador está soando.

P-24

### Para ativar e desativar o sinal de marcação das horas

Indicador de ativação do sinal de marcação das horas



- No modo do despertador, use (D) para selecionar o sinal de marcação das horas.
- Pressione (A) para ativar ou desativar o sinal de marcação das horas.
  - O indicador de ativação do sinal de marcação das horas aparece no mostrador em todos os modos enquanto esta função está ativada.

P-26

### Timer



O timer pode ser definido dentro de uma faixa de um segundo a 24 horas. Um alarme soa quando a contagem regressiva atinge zero.

- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do timer, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-7).

P-25

### Para configurar o timer



- Enquanto o tempo inicial da contagem regressiva está exibido no modo do timer, pressione (A) até que o tempo inicial da contagem regressiva atual comece a piscar, o que indica a tela de definição.
  - Se o tempo inicial da contagem regressiva não for exibido, use o procedimento descrito em "Para usar o timer" (página P-29) para exibi-lo.
- Pressione (C) para mover a intermitência na sequência mostrada abaixo para selecionar outras definições.



- Quando a definição que você deseja alterar estiver piscando, use (D) (+) e (B) (-) para alterar o item intermitente.
  - Para especificar um tempo inicial de 24 horas, defina para 0:00:00.

P-28

- Pressione (A) para sair da tela de definição.

### Para usar o timer



- Pressione (D) no modo do timer para iniciar o timer.
- Quando o fim da contagem regressiva é atingido, o alarme soa durante dez segundos ou até que o pare pressionando algum botão. O tempo da contagem regressiva é reposicionado automaticamente ao seu valor inicial quando o alarme soa.
- Pressione (D) enquanto uma contagem regressiva estiver em andamento para pausá-la. Pressione (D) de novo para continuar a contagem regressiva.
- Para interromper completamente a operação de contagem regressiva, primeiro pause-a (pressionando (D)), e em seguida pressione (B). Isso retorna o tempo da contagem regressiva a seu valor inicial.

P-29

## Cronômetro



O cronômetro permite-lhe cronometrar o tempo decorrido, tempos intermediários, e os tempos dos dois primeiros colocados.

- A faixa de exibição do cronômetro é de 23 horas, 59 minutos e 59,99 segundos.
- O cronômetro continua a funcionar, recomeçando de zero, após atingir o seu limite, até que você o pare.
- Uma cronometragem contínua sendo feita internamente mesmo que você saia do modo do cronômetro.
- Sair do modo do cronômetro enquanto um tempo intermediário está congelado no mostrador apaga o tempo intermediário e retorna o cronômetro para a cronometragem do tempo decorrido.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do cronômetro, no qual você pode entrar pressionando (C) (página P-7).

P-30

## Para cronometrar tempos

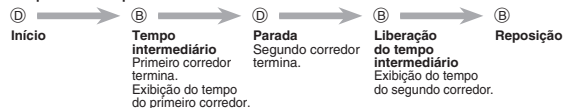
### Tempo decorrido



### Tempo intermediário



### Tempos dos dois primeiros colocados



P-31

## Iluminação



Indicador de ativação da função de luz automática

Este relógio tem dois LEDs (diodo emissor de luz) que fazem que o mostrador inteiro se ilumine para uma leitura fácil no escuro. A função de luz automática do relógio acende a iluminação do mostrador automaticamente quando você inclina o relógio para o rosto.

- A função de luz automática deve estar ativada (indicado pelo indicador de ativação da função de luz automática) para que funcione.
- Consulte "Precauções relativas à iluminação" (página P-43) para maiores informações.

P-32

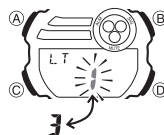
## Para acender a iluminação

Em qualquer modo (exceto enquanto uma tela de definição estiver no mostrador), pressione (L) para acender a iluminação.

- Você pode usar o procedimento acima para selecionar 1,5 segundo ou 3 segundos como a duração da iluminação. Ao pressionar (L), a iluminação permanecerá acesa durante aproximadamente 1,5 segundo ou 3 segundos, dependendo da definição atual da duração da iluminação.

## Para especificar a duração da iluminação

1. No modo de indicação das horas, pressione (A) até que os segundos comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
2. Enquanto os segundos estiverem piscando, pressione (C) nove vezes para exibir a tela de definição da duração da iluminação.
3. Pressione (D) para alternar a definição entre 1,5 segundo (1) e 3 segundos (3).
4. Pressione (A) para sair da tela de definição.

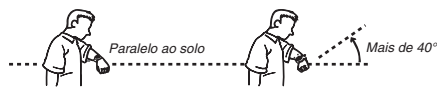


P-33

## Sobre a função de luz automática

Enquanto a função de luz automática está ativada, a iluminação se acende toda vez que você inclina o relógio como descrito abaixo em qualquer modo.

- Mover o relógio para uma posição que é paralela ao solo e incliná-lo para si mais de 40 graus faz que a luz de fundo se ilumine.
- Use o relógio no exterior do pulso.



P-34

## Advertência!

- **Certifique-se de que está em um lugar seguro toda vez que ler o relógio usando a função de luz automática. Tome especial cuidado ao correr ou participar de atividades que podem resultar em acidentes ou ferimentos. Tome cuidado também para que a iluminação repentina da luz automática não surprenda ou distraia os outros ao seu redor.**
- **Quando estiver usando o relógio, certifique-se de que a função de luz automática esteja desativada antes de andar de bicicleta, motocicleta ou outro veículo motorizado. A operação repentina ou desintencional da luz automática pode criar uma distração, que pode resultar em um acidente de trânsito e sérios ferimentos.**

P-35

## Para ativar e desativar a função de luz automática

No modo de indicação das horas, pressione (L) durante aproximadamente três segundos para ativar (o indicador de ativação da função de luz automática é exibido) ou desativar (o indicador de ativação da função de luz automática não é exibido) a função de luz automática.

- O indicador da função de luz automática aparece no mostrador em todos os modos enquanto a função de luz automática está ativada.
- Para proteger a pilha contra o esgotamento, a função de luz automática é desativada automaticamente aproximadamente seis horas depois de ser ativada.

P-36

## Referências

Esta seção contém maiores detalhes e informações técnicas sobre a operação do relógio. Ela também contém precauções e notas importantes sobre os vários recursos e funções deste relógio.

## Áreas gráficas

Há duas áreas gráficas denominadas A e B.

- **Área gráfica A:** No modo de indicação das horas e modo da hora mundial, os segmentos indicam a hora atual (em unidades de 10 segundos). No modo do timer e modo do cronômetro, os segmentos indicam o progresso da medição do timer (em unidades de 1/10 de segundo).



P-37

- **Área gráfica B:** No modo de indicação das horas e modo da hora mundial, os segmentos indicam a hora atual (em unidades de um segundo). No modo do timer e modo do cronômetro, os segmentos indicam a medição do timer em andamento (em unidades de um segundo).

## Som de operação dos botões

### Indicador de emudecimento



O som de operação dos botões soa toda vez que você pressiona um dos botões do relógio. Você pode ativar e desativar o som de operação dos botões conforme quiser.

- Mesmo que você desative o som de operação dos botões, os despertadores, sinal de marcação das horas e alarme do timer funcionarão normalmente.

P-38

## Para ativar e desativar o som de operação dos botões

Em qualquer modo (exceto quando uma tela de definição estiver no mostrador), mantenha (C) pressionado para ativar (o indicador de emudecimento não é exibido) ou desativar (o indicador de emudecimento é exibido) o som de operação dos botões.

- Manter (C) pressionado para ativar ou desativar o som de operação dos botões também faz que o modo atual do relógio mude.
- O indicador de emudecimento é exibido em todos os modos quando o som de operação dos botões está desativado.

## Funções de retorno automático

- Se você deixar o relógio no modo do despertador durante dois ou três minutos sem realizar nenhuma operação, ele mudará automaticamente para o modo de indicação das horas.
- Se você deixar uma tela com dígitos intermitentes no mostrador durante dois ou três minutos sem realizar nenhuma operação, o relógio sairá automaticamente da tela de definição.

P-39

## Rolagem

Os botões **B** e **D** são usados em vários modos e telas de definição para rolar através dos dados no mostrador. Na maioria dos casos, manter um desses botões pressionado durante uma rolagem rola através dos dados em alta velocidade.

## Telas iniciais

Ao entrar no modo hora mundial ou despertador, os dados que estava vendo ao sair do modo serão os primeiros a aparecer.

## Indicação das horas

- Reposicionar os segundos a **00** enquanto a contagem dos segundos estiver entre 30 e 59 faz que o valor dos minutos seja aumentado em 1 unidade. Na faixa de 00 e 29, os segundos são reposicionados a **00**, mas o valor dos minutos permanece inalterado.
- O ano pode ser definido na faixa de 2000 a 2099.
- O calendário totalmente automático incorporado do relógio faz compensações para meses de comprimento diferente e anos bissextos. Depois de definir a data, não há nenhuma razão para alterá-la, exceto depois de trocar a pilha do relógio.

P-40

P-41

## Alerta flash



Quando o alerta flash está ativado, a iluminação pisca para os despertadores, sinal de marcação das horas e alarme do timer.

### Para ativar e desativar o alerta flash

1. No modo de indicação das horas, pressione **A** até que os dígitos dos segundos comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
2. Pressione **C** dez vezes para exibir a tela de definição do alerta flash.
3. Pressione **D** para ativar ou desativar o alerta flash.
  - O indicador de ativação do alerta flash aparece em todos os modos enquanto esta função está ativada.
4. Pressione **A** para sair da tela de definição.

P-42

## Hora mundial

- A contagem dos segundos da hora mundial é sincronizada com a contagem dos segundos do modo de indicação das horas.
- Todas as horas do modo da hora mundial são calculadas a partir da hora atual da cidade local no modo de indicação das horas usando os valores do desvio UTC.
- A correção UTC é um valor que indica a diferença horária entre um ponto de referência em Greenwich, Inglaterra, e o fuso horário onde uma cidade está localizada.
- As letras "UTC" referem-se a "Coordinated Universal Time" (Tempo Universal Coordenado), que é o padrão científico mundial de indicação das horas. Esse sistema baseia-se em relógios atômicos (césio), operados cuidadosamente, que mantêm a hora precisamente dentro de microssegundos. Os segundos intercalados são adicionados ou subtraídos conforme necessário para manter os dados UTC em sincronismo com a rotação da Terra.

## Precauções relativas à iluminação

- A iluminação perde a sua força após um longo período de uso.
- A iluminação pode ser difícil de ver sob a luz direta do sol.
- A iluminação se apagará automaticamente se um alarme começar a soar enquanto o alerta flash estiver desativado. Se o alerta flash estiver ativado, a iluminação piscará com o alarme.
- O uso frequente da luz encurta a vida útil da pilha.

## Precauções relativas à função de luz automática

- Evite usar o relógio no interior do pulso. Fazer isso fará que a luz automática funcione quando não for preciso, o que encurtará a vida útil da pilha. Se você quiser usar o relógio no interior do pulso, desative a função de luz automática.

Mais de 15 graus para cima



- A iluminação pode não se acender se o mostrador do relógio estiver mais de 15 graus acima ou abaixo de uma linha paralela ao solo. Certifique-se de que a palma de sua mão esteja paralela ao solo.

P-43

- A iluminação se apaga após a duração da iluminação predefinida (consulte "Para especificar a duração da iluminação" (página P-33)), mesmo que você mantenha o relógio virado para o rosto.
- A eletricidade estática ou força magnética podem interferir com o funcionamento adequado da função de luz automática. Se a iluminação não se acender, tente mover o relógio de volta à sua posição inicial (paralela ao solo) e em seguida incline-o de novo para si. Se isso não funcionar, baixe o braço completamente de modo que fique estendido ao lado do corpo, e leve-o de novo.
- Em certas condições, a iluminação pode não se acender até aproximadamente um segundo depois que você virar o relógio para si. Isso, no entanto, não indica necessariamente um mau funcionamento da luz automática.
- Você pode perceber um som de clique muito pequeno desde o relógio quando ele é sacudido para diante e para trás. Este som é causado pela operação mecânica da luz automática, e não indica um problema com o relógio.

P-44

## Especificações

**Precisão em temperatura normal:** ±15 segundos por mês

**Indicação das horas:** Horas, minutos, segundos, PM (P), mês, dia, dia da semana  
 Formato das horas: 12 e 24 horas  
 Sistema do calendário: Calendário totalmente automático programado do ano 2000 ao ano 2099

Outros: Horas múltiplas (uma hora para a cidade local e três horas locais); Hora de verão/Hora normal

**Hora mundial:** 48 cidades (31 fusos horários) e Tempo Universal Coordenado

Outros: Hora normal/Hora de verão; Troca entre cidade da hora local e cidade da hora mundial

**Despertadores:** 5 despertadores (de uma vez ou diários), Sinal de marcação das horas

## Timer

Unidade de medida: 1/10 de segundo

Faixa de entrada: 1 segundo a 24 horas (incrementos de 1 segundo, incrementos de 1 minuto e incrementos de 1 hora)

P-45

## Cronômetro

Unidade de medida: 1/100 de segundo

Capacidade de cronometragem: 23:59' 59,99"

Modos de cronometragem: Tempo decorrido, tempo intermediário, tempos dos dois primeiros colocados

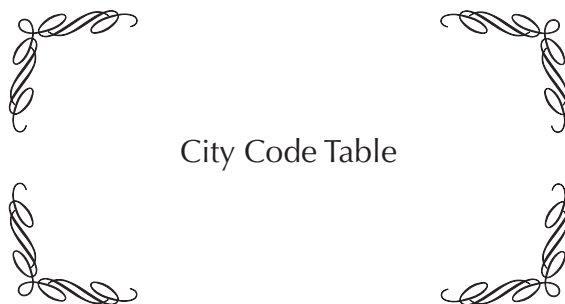
**Iluminação:** LED (diodo emissor de luz); Duração da iluminação selecionável

**Outros:** Ativação/desativação da operação dos botões; Função de luz automática; Alerta flash

**Pilha:** Uma pilha de lítio (Tipo: CR2016)

Aproximadamente 3 anos com o tipo CR2016; 20 segundos de funcionamento do alarme (com alerta flash) por dia, 1,5 segundo de iluminação por dia

P-46



## City Code Table

L-1

## City Code Table

City Code	City	UTC Offset/GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11
HNL	Honolulu	-10
ANC	Anchorage	-9
YVR	Vancouver	-8
LAX	Los Angeles	-8
YEA	Edmonton	-7
DEN	Denver	-7
MEX	Mexico City	-6
CHI	Chicago	-6
NYC	New York	-5
SCL	Santiago	-4
YHZ	Halifax	-4
YYT	St. John's	-3.5
RIO	Rio De Janeiro	-3
FEN	Fernando de Noronha	-2

L-2

City Code	City	UTC Offset/GMT Differential
RAI	Praia	-1
UTC		
LIS	Lisbon	0
LON	London	
MAD	Madrid	
PAR	Paris	
ROM	Rome	+1
BER	Berlin	
STO	Stockholm	
ATH	Athens	
CAI	Cairo	+2
JRS	Jerusalem	
MOW*	Moscow	+3
JED	Jeddah	+3
THR	Tehran	+3.5

City Code	City	UTC Offset/GMT Differential
DXB	Dubai	+4
KBL	Kabul	+4.5
KHI	Karachi	+5
DEL	Delhi	+5.5
KTM	Kathmandu	+5.75
DAC	Dhaka	+6
RGN	Yangon	+6.5
BKK	Bangkok	+7
SIN	Singapore	
HKG	Hong Kong	+8
BJS	Beijing	
TPE	Taipei	
SEL	Seoul	+9
TYO	Tokyo	+9
ADL	Adelaide	+9.5

City Code	City	UTC Offset/GMT Differential
GUM	Guam	+10
SYD	Sydney	+10
NOU	Noumea	+11
WLG	Wellington	+12

\* As of December 2013, the official UTC offset for Moscow, Russia (MOW) has been changed from +3 to +4, but this watch still uses an offset of +3 (the old offset) for MOW. Because of this, you should leave the summer time setting turned on (which advances the time by one hour) for the MOW time.

- This table shows the city codes of this watch.

L-3

- The rules governing global times (UTC offset and GMT differential) and summer time are determined by each individual country.

L-4

---

---

---

---