

Table des matières

Avant de commencer...

Indicateurs

Zone d'affichage graphique

Navigation entre les modes

Connexion à un téléphone

Utilisation de Mobile Link avec un téléphone portable

Connexion

Connexion à un téléphone

Annulation d'une connexion à un téléphone

Utilisation de la montre dans un établissement médical ou un avion

Découplage

Si vous achetez un autre téléphone

Réglage automatique de l'heure

Affichage des données du pedomètre

Affichage des données du chronomètre

Configuration des réglages de l'objectif de temps du chronomètre

Configuration des réglages du minuteur programmable

Configuration du réglage de l'heure mondiale

Détecteur du téléphone

Configuration du réglage de la montre

Modification du réglage de l'heure d'été de la ville de résidence

Pedomètre

Comptage des pas

Affichage du nombre de pas

Réinitialisation du nombre de pas du jour

Spécification d'un objectif de pas quotidiens

Raisons d'une erreur dans le nombre de pas

Chronomètre

Temps intermédiaires et temps par tour

Mesure du temps écoulé

Mesure d'un temps intermédiaire ou d'un temps par tour

Permutation des positions d'affichage du temps intermédiaire et du temps par tour

Affichage de l'heure actuelle au cours d'une opération de mesure avec le chronomètre

Utilisation de l'alarme d'objectif de temps

Présentation

Spécification d'un objectif de temps

Mesure du temps écoulé avec la fonction d'objectif de temps

Suppression d'un temps cible spécifique

Suppression de tous les temps cibles

Affichage des données du temps mesuré

Affichage des enregistrements des temps par tour et des temps intermédiaires

Suppression d'un enregistrement spécifique

Suppression de tous les enregistrements

Minuterie

Réglage de l'heure de départ de la minuterie

Utilisation de la minuterie

Mesure du temps écoulé avec le démarrage automatique

Utilisation du minuteur programmable en tant que compteur d'intervalles

Présentation

Configuration des réglages pour un compteur d'intervalles

Utilisation d'un compteur d'intervalles

Seconde heure

Configuration des réglages de la seconde heure

Permutation de l'heure de la ville de résidence et de la seconde heure

Alarmes et signal sonore horaire

Configuration des réglages de l'alarme

Activation/Désactivation d'une alarme ou du signal sonore horaire

Arrêt d'une alarme

Vérification du statut d'une alarme (activée ou désactivée)

Réglage manuel de l'heure

Réglage de l'heure et de la date

Basculement entre le mode Indication de l'heure 12 heures et 24 heures

Éclairage

Éclairage manuel du cadran

Éclairage automatique

Configuration de l'éclairage automatique

Réglage de la durée de l'éclairage

Remplacement de la pile

Autres réglages

Activation de la tonalité des boutons

Rétablissement des réglages d'usine par défaut de la montre

Passage à un autre fuseau horaire

Autres informations

Modèles de téléphones pris en charge

Caractéristiques

Précautions relatives à Mobile Link

Droits d'auteur et droits d'auteur enregistrés

Dépannage

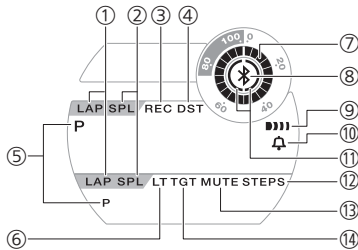
Avant de commencer...

Cette section vous propose un aperçu de votre montre et vous explique comment la connecter à un téléphone. La connexion à un téléphone permet de synchroniser l'heure de la montre avec celle du téléphone, ainsi que d'afficher le compte de pas consigné par la montre et les données du chronomètre sur l'écran du téléphone.

Remarque

- Les illustrations figurant dans ce guide d'utilisation sont destinées à faciliter la compréhension. Ces illustrations peuvent légèrement différer de l'élément qu'elles représentent.

Indicateurs



- [LAP]**
S'affiche lorsqu'un temps par tour est indiqué.
- [SPL]**
S'affiche lorsqu'un temps intermédiaire est indiqué.
- [REC]**
S'affiche lorsque la montre est en mode Rappel.
- [DST]**
S'affiche lorsque l'heure actuelle est une heure d'été.
- [P]**
Apparaît lorsque l'heure indiquée est une heure de l'après-midi.
- [LT]**
S'affiche lorsque l'éclairage automatique est activé.
- Zone graphique**
L'opération de la zone d'affichage graphique est liée à des opérations dans chaque mode de la montre.
- ✳**
S'affiche lorsqu'une connexion est établie entre la montre et un téléphone.
- Alarme**
S'affiche lorsqu'une alarme est activée.

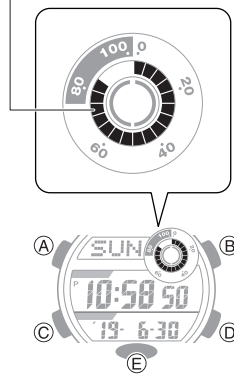
- [10] Signal sonore horaire**
S'affiche lorsque le signal sonore horaire est activé.
- [11] Indicateurs de pas**
Indiquent si le nombre de pas augmente.
- [12] [STEPS]**
S'affiche lorsque le nombre de pas est indiqué.
- [13] [MUTE]**
S'affiche lorsque la tonalité des boutons est désactivée.
- [14] [TGT]**
En mode Chronomètre, indique le statut de mesure lorsque la fonction d'objectif de temps est activée.

Zone d'affichage graphique

L'opération de la zone d'affichage graphique est liée à des opérations dans chaque mode de la montre.

- La zone d'affichage graphique est vide en mode Rappel et en mode Alarme.

Zone d'affichage graphique



Mode Indication de l'heure

Lorsque le nombre de pas est affiché sur l'écran, la zone d'affichage graphique montre l'évolution vers votre objectif de pas quotidiens. Pour les autres types d'affichage, elle indique les secondes de l'heure actuelle.

Mode Chronomètre

Lorsque la fonction Objectif de temps est activée, la zone d'affichage graphique indique votre progression par rapport à votre objectif de temps. Lorsque la fonction Objectif de temps est désactivée, elle indique les secondes écoulées du chronomètre.

Mode Minuterie

La zone d'affichage graphique indique le pourcentage restant du compte à rebours.

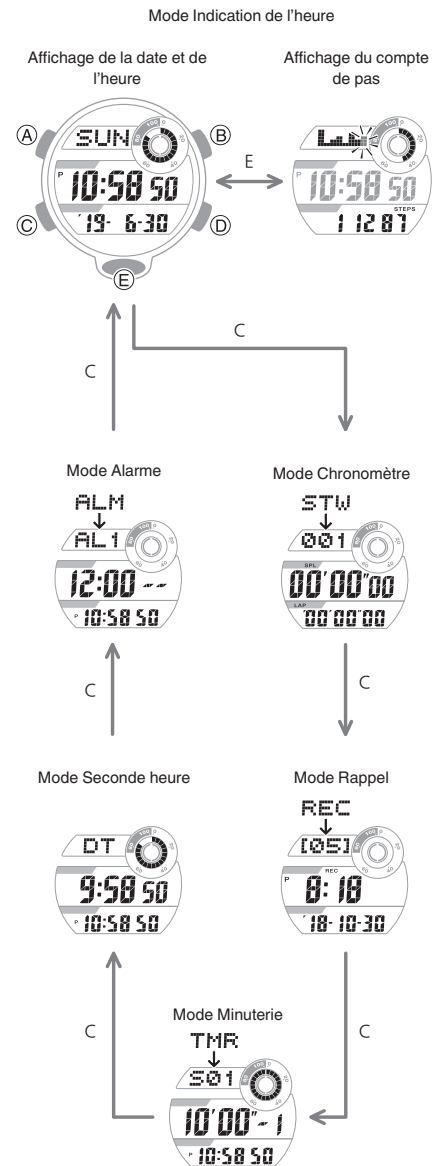
Seconde heure

La zone d'affichage graphique est synchronisée avec les secondes de la seconde heure.


Navigation entre les modes

Appuyez sur le bouton (C) pour changer de mode.

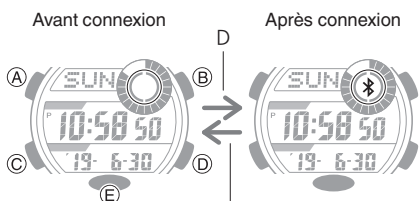
- En mode Indication de l'heure, un appui sur (E) permet de basculer l'affichage entre l'heure/date et le compte de pas.
- Dans tous les modes, maintenez le bouton (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure.



● Connexion à un téléphone

En mode Indication de l'heure, maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque le symbole  se met à clignoter (ce clignotement indique que la montre est connectée au téléphone).

● Pour mettre fin à la connexion entre un téléphone et la montre, appuyez sur n'importe quel bouton à l'exception du bouton (B).



N'importe quel bouton à l'exception du bouton (B)

Connexion à un téléphone

Pour connecter la montre à un téléphone, installez d'abord l'application CASIO « CASIO WATCHES » sur le téléphone. Utilisez ensuite la fonction Bluetooth pour coupler la montre au téléphone.

● ① Installez l'application sur votre téléphone.

Dans Google Play ou l'App Store, recherchez l'application CASIO « CASIO WATCHES » et installez-la sur votre téléphone.

● ② Configurez les réglages Bluetooth.








Activez la fonction Bluetooth du téléphone.


Remarque

- Pour plus de détails sur les procédures de réglage, reportez-vous à la documentation de votre téléphone.

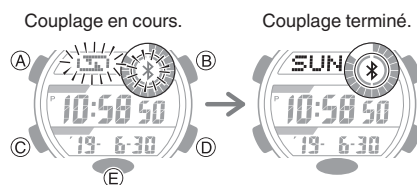
● ③ Couplez la montre à un téléphone.

Avant de pouvoir utiliser un téléphone avec la montre, vous devez d'abord les coupler.

1. Activez le mode Indication de l'heure.
 [Navigation entre les modes](#)
2. Placez le téléphone à coupler à proximité de la montre (à moins d'un mètre).
3.  Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
4.  Appuyez sur  dans l'onglet « Ma montre ».
5.  Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour enregistrer la montre dans l'application pour téléphone CASIO WATCHES.
6.  Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône  commence à clignoter.

Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone,  cesse de clignoter.

- Si le couplage échoue pour une raison quelconque, reprenez la procédure à partir de l'étape 1.



Remarque

- Lors du premier démarrage de CASIO WATCHES, un message s'affiche sur votre téléphone vous demandant si vous souhaitez activer l'acquisition des informations de localisation. Configurez les réglages pour autoriser l'utilisation en arrière-plan des informations de localisation.



Utilisation de Mobile Link avec un téléphone portable

Si une connexion Bluetooth est établie entre la montre et un téléphone, l'heure de la montre se règle automatiquement. Vous pouvez également modifier les autres réglages de la montre.

Important !


- Il est impossible de connecter la montre à un téléphone pendant l'utilisation du chronomètre ou l'exécution d'un compte à rebours.

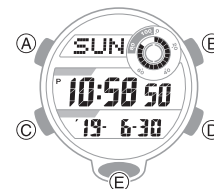
Remarque

- Cette fonctionnalité est disponible uniquement si CASIO WATCHES est en cours d'exécution sur le téléphone.
- Cette section décrit les opérations concernant la montre et le téléphone.
 : opération associée à la montre
 : opération associée au téléphone

Mise en route

Activez le mode Indication de l'heure.

 [Navigation entre les modes](#)





Connexion


Connexion à un téléphone

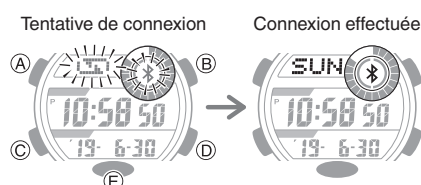
Cette section explique comment établir une connexion Bluetooth avec un téléphone couplé à la montre.

- Si la montre n'est pas couplée avec le téléphone auquel vous souhaitez la connecter, suivez la procédure ci-dessous pour procéder au couplage.

🗨️ ③ [Coupez la montre à un téléphone.](#)

1. Placez le téléphone près (moins d'un mètre) de la montre.
2. 🗨️ Si le symbole  ne s'affiche pas, maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône  commence à clignoter.

Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone,  cesse de clignoter.



Important !

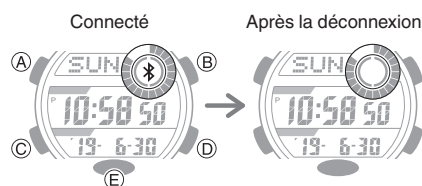
- Si vous ne parvenez pas à établir une connexion, il se peut que CASIO WATCHES ne soit pas en cours d'exécution sur le téléphone. Sur l'écran d'accueil du téléphone, appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ». Une fois l'application démarrée, maintenez le bouton (D) de la montre enfoncé pendant au moins deux secondes.

Remarque

- La connexion s'interrompt si vous n'effectuez aucune action sur la montre ou le téléphone pendant un certain temps. Pour spécifier la durée limite de connexion, effectuez l'opération suivante avec CASIO WATCHES : « Réglages de la montre » → « Durée de connexion avec l'application ». Ensuite, sélectionnez un réglage : 3 minutes, 5 minutes ou 10 minutes.


Annulation d'une connexion à un téléphone


Pour mettre fin à une connexion Bluetooth, appuyez sur n'importe quel bouton de la montre à l'exception de (B).

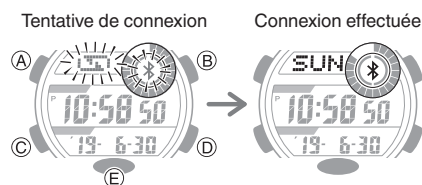


Utilisation de la montre dans un établissement médical ou un avion

Lorsque vous vous trouvez dans un hôpital, un avion ou tout autre lieu où la connexion avec un téléphone peut poser problème, procédez comme suit pour désactiver le réglage automatique de l'heure. Pour réactiver le réglage automatique de l'heure, effectuez la même opération.

1. 🗨️ Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
2. 🗨️ Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône  commence à clignoter.

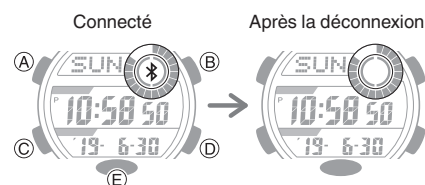
Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone,  cesse de clignoter.



3. 🗨️ Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour activer ou désactiver le réglage automatique de l'heure.

Découplage

1. 🗨️ Si la montre est connectée à un téléphone, appuyez sur n'importe quel bouton autre que (B) pour mettre fin à la connexion.



2. 🗨️ Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
3. 🗨️ Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour procéder au découplage.

Si vous achetez un autre téléphone

Procédez à l'opération de couplage à chaque fois que vous souhaitez établir une connexion Bluetooth avec un téléphone pour la première fois.

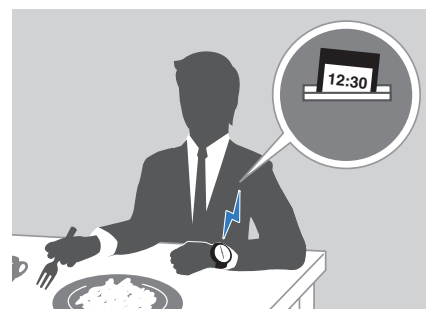
🗨️ ③ [Coupez la montre à un téléphone.](#)

Réglage automatique de l'heure

Votre montre se connecte à un téléphone chaque jour, à des heures prédéfinies et règle automatiquement ses paramètres d'heure.

Utilisation du réglage automatique

Votre montre règle son heure quatre fois par jour, selon un calendrier prédéfini. Elle règle l'heure automatiquement pendant que vous vaquez à vos occupations ; aucune action n'est requise de votre part.



Important !

- Il est possible que la montre ne puisse pas régler l'heure dans les conditions décrites ci-dessous.
 - Lorsque la montre est trop éloignée du téléphone avec lequel elle est couplée
 - La communication est impossible à cause d'interférences radio, etc.
 - Le téléphone effectue une mise à jour du système
 - Lorsque CASIO WATCHES n'est pas en cours d'exécution sur le téléphone
 - Lorsque le chronomètre ou le minuteur est en cours d'utilisation

Remarque

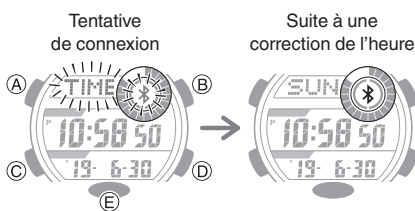
- Si vous avez spécifié une ville pour l'heure mondiale avec CASIO WATCHES, l'heure est automatiquement synchronisée.
- La montre se connecte au téléphone et lance un réglage automatique de l'heure à 00h30, 06h30, 12h30 et 18h30. La connexion est automatiquement interrompue une fois le réglage automatique de l'heure terminé.

● Réglage automatique de l'heure

Le réglage de l'heure de la montre se fait automatiquement, que vous établissiez ou non une connexion entre la montre et un téléphone. Pour régler l'heure de la montre en fonction de l'heure de votre téléphone, suivez la procédure ci-dessous pour la connecter au téléphone.

1. Appuyez sur (D).

Cela provoque le clignotement de ⌘ et de [TIME] sur l'affichage. ⌘ cesse de clignoter lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone, et le réglage de l'heure de la montre est synchronisé avec les informations acquises depuis le téléphone.



Remarque

- La connexion est automatiquement interrompue une fois le réglage de l'heure terminé.
- Si le réglage de l'heure échoue pour une raison quelconque, la montre revient au mode Indication de l'heure sans modifier l'heure.

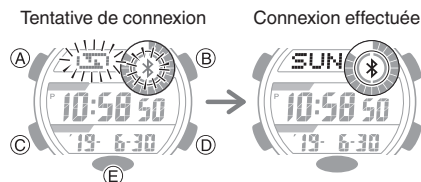
Affichage des données du pedomètre

L'application CASIO WATCHES peut être utilisée pour visualiser les données indiquées ci-dessous, mesurées par la montre.

- Nombre de pas en 24 heures, intensité d'exercice et effort physique
- Si une mesure du chronomètre ou du minuteur est définie ou non (24 heures de données affichées divisées en segments de 30 minutes.)
- Nombre de pas hebdomadaires, calories consommées

1. Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».

2. Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône ⌘ commence à clignoter. Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone, ⌘ cesse de clignoter.



3. Suivez les instructions à l'écran pour afficher les données du pedomètre.

Remarque

- Vous pouvez également utiliser l'application CASIO WATCHES pour spécifier un objectif de pas quotidien.
- Bien que le nombre de pas quotidiens soit affiché sur la montre en temps réel, l'application CASIO WATCHES affiche le nombre de pas au début de chaque heure et de chaque demi-heure. De ce fait, le nombre de pas affichés par CASIO WATCHES peut différer de celui qui est affiché par la montre.

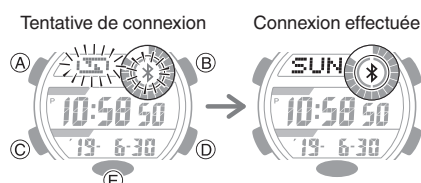
Affichage des données du chronomètre

Cette section explique comment envoyer vers votre téléphone des temps par tour et des temps intermédiaires (jusqu'à 200 enregistrements) stockés dans la mémoire de la montre, ainsi que d'autres données, afin que vous puissiez les consulter avec CASIO WATCHES.

● Envoi des données du chronomètre vers un téléphone

Utilisez la procédure ci-dessous pour envoyer des données de la montre vers un téléphone.

1. Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
2. Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône ⌘ commence à clignoter. Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone, ⌘ cesse de clignoter.



3. Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour transférer vers le téléphone les données mesurées par la montre.

Une fois le transfert des données terminé, une liste de données de mesure s'affiche sur l'écran du téléphone.

- En touchant un élément de donnée du chronomètre, vous en affichez les détails.

● Vérification des données envoyées

Utilisez CASIO WATCHES pour consulter les données que vous avez envoyées au téléphone.

1. Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
2. Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour consulter les données de mesure de votre choix.

Remarque

- Vous pouvez supprimer des données en appuyant sur « Éditer ».

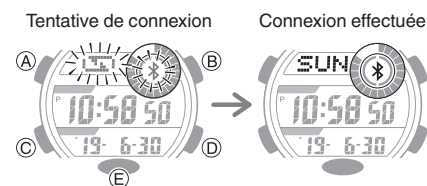
Configuration des réglages de l'objectif de temps du chronomètre

Vous pouvez utiliser CASIO WATCHES pour configurer les réglages pour un maximum de 10 objectifs de temps. Les objectifs de temps peuvent être définis par tranches d'une seconde, pour un total de 24 heures maximum.

- Pour plus d'informations sur les objectifs de temps, reportez-vous aux informations ci-dessous.

[Présentation](#)

1. Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
2. Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône ⌘ commence à clignoter. Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone, ⌘ cesse de clignoter.





3. Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour configurer les réglages des objectifs de temps du chronomètre.

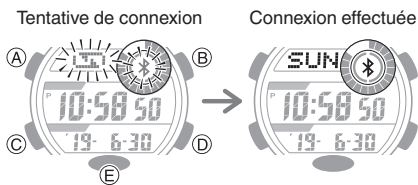
Configuration des réglages du minuteur programmable

Vous pouvez utiliser CASIO WATCHES pour configurer les réglages du minuteur programmable et créer un groupe de plusieurs minuteurs.

- Pour plus d'informations sur le minuteur programmable, reportez-vous aux informations ci-dessous.

[Présentation](#)

- Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
- Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône  commence à clignoter. Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone,  cesse de clignoter.



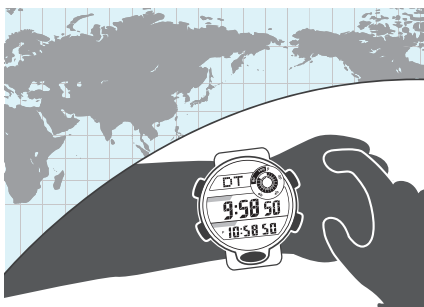
- Effectuez l'opération indiquée sur l'écran pour configurer les réglages du minuteur programmable.

Remarque

- Pour modifier le nom d'un minuteur ou supprimer un minuteur, appuyez sur « Editer ».

Configuration du réglage de l'heure mondiale



Si vous spécifiez une ville pour l'heure mondiale avec CASIO WATCHES, la montre modifie la ville pour l'heure mondiale en conséquence. Le réglage de l'heure standard/heure d'été de l'heure mondiale est automatiquement effectué sans qu'aucune action sur la montre ne soit requise de votre part.

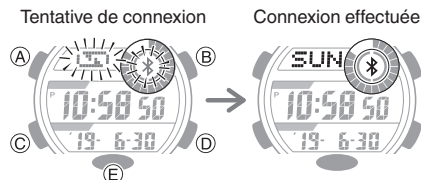


Remarque

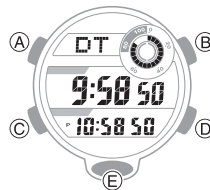
- Le mode Heure mondiale de CASIO WATCHES vous permet de sélectionner une ville pour l'heure mondiale parmi environ 300 options.

● Sélection d'une ville pour l'heure mondiale



- Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
- Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône  commence à clignoter. Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone,  cesse de clignoter.

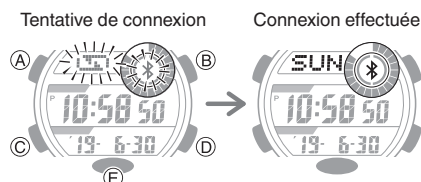


- Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone. Le réglage de l'heure mondiale sera reflété sur la montre.
 - Vous pouvez vérifier l'heure mondiale en activant le mode Seconde heure.



● Configuration du réglage de l'heure d'été

- Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
- Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône  commence à clignoter. Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone,  cesse de clignoter.





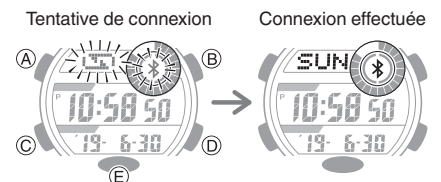
- Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour sélectionner le réglage de l'heure d'été.
 - « Auto »
La montre passe automatiquement de l'heure standard à l'heure d'été.
 - « OFF »
La montre indique toujours l'heure standard.
 - « ON »
La montre indique toujours l'heure d'été.

Remarque

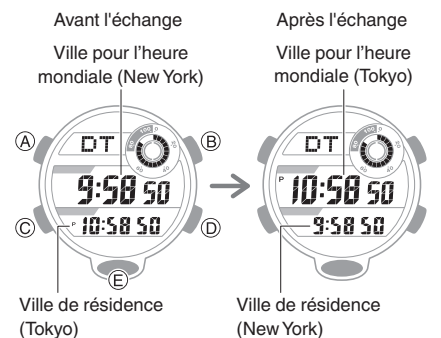
- Lorsque le réglage de l'heure d'été est « Auto », la montre passe automatiquement de l'heure normale à l'heure d'été. Vous n'avez pas besoin de basculer entre l'heure standard et l'heure d'été manuellement. Même si vous vous trouvez dans une zone géographique qui n'observe pas l'heure d'été, vous pouvez conserver l'heure d'été de la montre sur « Auto ».
- Si vous modifiez manuellement le réglage de l'heure sur la montre, le passage automatique de l'heure standard à l'heure d'été sera annulé.
- Un écran CASIO WATCHES affiche des informations sur les périodes d'heure d'été.

● Permutation de l'heure mondiale et de l'heure locale

- Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
- Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône  commence à clignoter. Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone,  cesse de clignoter.



- Réalisez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour permuter l'heure locale et l'heure mondiale. Par exemple, si Tokyo est votre ville de résidence et que New York est la ville pour l'heure mondiale, elles seront permutées comme indiqué ci-dessous.



Remarque

- Le réglage automatique de l'heure ne s'effectue pas pendant les 24 heures suivant la permutation de l'heure locale et l'heure mondiale.

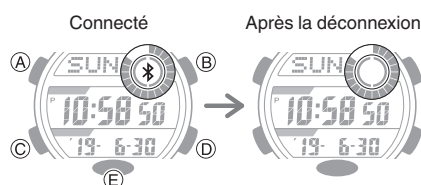
Détecteur du téléphone

Vous pouvez utiliser le détecteur du téléphone pour déclencher sur le téléphone une tonalité facilitant sa recherche. La tonalité est jouée même si le téléphone est en mode discret.

Important !

- N'utilisez pas cette fonctionnalité dans les lieux où les sonneries téléphoniques sont limitées.
- Le volume de la tonalité est élevé. N'utilisez pas cette fonctionnalité en portant des écouteurs reliés au téléphone.

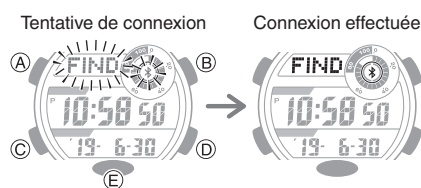
1. Si la montre est connectée à un téléphone, appuyez sur n'importe quel bouton autre que (B) pour mettre fin à la connexion.



2. Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins cinq secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône [FIND] commence à clignoter.

Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone, le téléphone émet alors un son.

- Le téléphone n'émettra une tonalité qu'après quelques secondes.



3. Appuyez sur n'importe quel bouton à l'exception de (B) pour mettre fin à la tonalité.

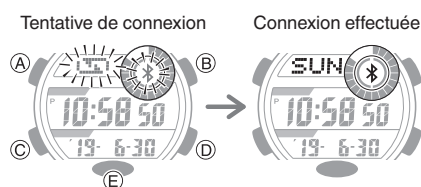
- Vous pouvez appuyer sur un bouton pour arrêter la tonalité du téléphone, mais uniquement pendant les 30 premières secondes d'émission.

Configuration du réglage de la montre

Vous pouvez utiliser CASIO WATCHES pour spécifier la durée après laquelle la connexion Bluetooth est automatiquement interrompue et la durée d'éclairage, ainsi que pour configurer d'autres réglages.

1. Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
2. Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône commence à clignoter.

Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone, cesse de clignoter.

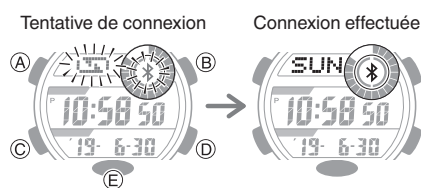


3. Sélectionnez le réglage que vous souhaitez modifier, puis effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone.

Modification du réglage de l'heure d'été de la ville de résidence

1. Appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».
2. Maintenez le bouton (D) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque l'icône commence à clignoter.

Lorsqu'une connexion est établie entre la montre et le téléphone, cesse de clignoter.



3. Effectuez l'opération indiquée sur l'écran du téléphone pour modifier le réglage de l'heure d'été de votre ville de résidence.

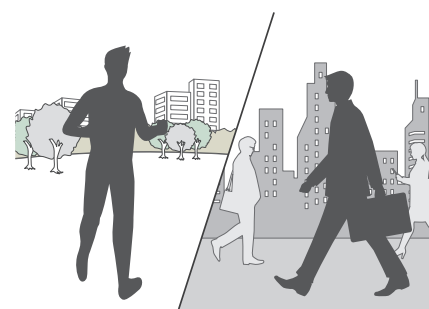
Pédomètre

Vous pouvez utiliser le pédomètre pour compter vos pas lorsque vous marchez, effectuer vos activités quotidiennes habituelles, etc.



Comptage des pas

Si vous portez la montre correctement, le pédomètre compte vos pas pendant que vous marchez ou effectuez vos activités quotidiennes habituelles.

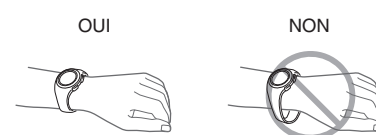


Important !

- Le pédomètre de cette montre se portant au poignet, il peut parfois détecter des mouvements autres que des pas et les compter néanmoins comme des pas. De plus, des mouvements anormaux des bras lors de la marche peuvent entraîner des erreurs dans le nombre de pas.

● Mise en route

Pour que le nombre de pas soit le plus précis possible, placez le cadran de la montre sur l'extérieur de votre poignet et serrez bien le bracelet. Avec un bracelet lâche, il est impossible d'obtenir une mesure correcte.

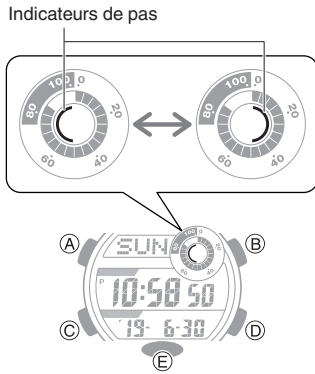


● Comptage des pas

Le pedomètre commence à compter vos pas lorsque vous vous mettez à marcher. Les indicateurs de pas permettent de savoir si le nombre de pas augmente.

Alternant à intervalles d'une seconde : marche (le nombre de pas augmente)

Tous deux affichés : pas de marche (le nombre de pas n'augmente pas)

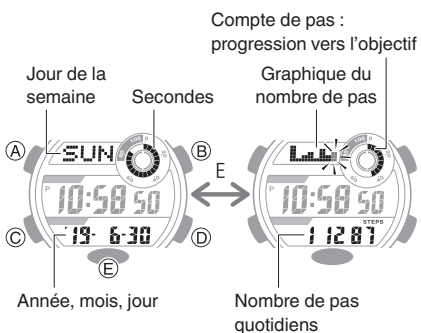


● Pour vérifier le nombre de pas

🔍 [Affichage du nombre de pas](#)

Affichage du nombre de pas

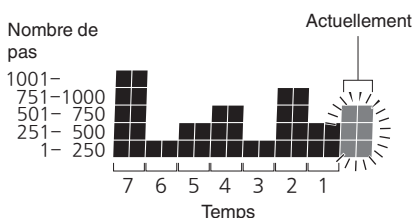
1. Activez le mode Indication de l'heure.
🔍 [Navigation entre les modes](#)
2. Utilisez le bouton (E) pour afficher le nombre de pas.



● Interprétation du graphique du nombre de pas

Le graphique du nombre de pas indique le nombre de pas (jusqu'à 1 000) que vous avez faits heure par heure. Ainsi, vous pouvez facilement vérifier votre rythme de marche des 7 ou 8 dernières heures.

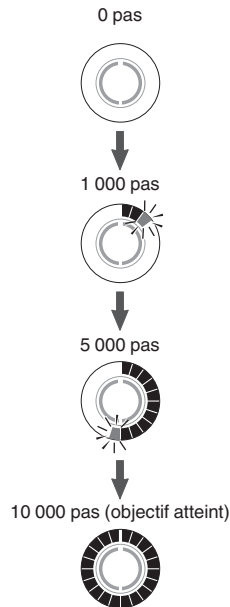
- Le graphique du nombre de pas ne s'affiche pas lorsque le nombre de pas est de zéro.
- Le contenu du graphique est normalement mis à jour au début de chaque heure.



● Vérification de votre progression jusqu'à l'objectif de pas quotidiens

La zone d'affichage graphique montre votre progression actuelle jusqu'à l'objectif de pas quotidiens que vous avez spécifié.

Exemple : objectif quotidien de 10 000 pas



Remarque

- Le nombre de pas peut afficher une valeur maximale de 999 999 pas. Si le nombre de pas dépasse 999 999, la valeur maximale (999 999) reste affichée à l'écran.
- Pour éviter de commettre des erreurs de comptage, le compte affiché n'augmente pas pendant environ 10 secondes après le début de la marche. Après 10 secondes de marche, le compte exact s'affiche et inclut les pas effectués au cours des 10 dernières secondes.
- Le nombre de pas est réinitialisé à minuit chaque jour.
- Afin d'économiser la pile, le décompte des pas s'arrête automatiquement si vous enlevez la montre (pas de mouvement détectable) et que vous n'effectuez aucune opération pendant deux ou trois minutes.
- Le graphique du nombre d'étapes est mis à jour même si l'un des événements ci-dessous se produit.
 - Lorsque le fonctionnement de l'accéléromètre est arrêté pour économiser l'énergie
 - Lorsqu'il n'est pas possible de compter les pas en raison d'une erreur de l'accéléromètre ou d'un niveau de charge insuffisant

Réinitialisation du nombre de pas du jour

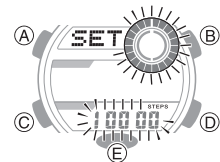
1. Activez le mode Indication de l'heure.
🔍 [Navigation entre les modes](#)
2. Maintenez les boutons (D) et (E) enfoncés pendant au moins deux secondes. Relâchez les boutons lorsque [CLR] et le compte de pas cessent de clignoter. Cette opération réinitialise le nombre de pas.



Spécification d'un objectif de pas quotidiens

Vous pouvez spécifier un objectif de pas quotidiens situé entre 1 000 et 50 000, par tranches de 1 000 pas.

1. Activez le mode Indication de l'heure.
🔍 [Navigation entre les modes](#)
2. Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [SET] cesse de clignoter.
 - L'objectif actuel de pas quotidiens commence alors à clignoter.



3. Utilisez les boutons (D) et (E) pour modifier les réglages de l'objectif de pas quotidiens.
4. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Raisons d'une erreur dans le nombre de pas

L'une des conditions suivantes peut fausser le nombre de pas.

- Si vous marchez alors que vous portez des chaussons, des sandales ou d'autres chaussures qui favorisent une démarche traînante
- Si vous marchez sur des dalles, de la moquette, de la neige ou toute autre surface qui cause une démarche traînante
- Si vous marchez de manière irrégulière (dans un endroit bondé, dans une file d'attente où vous marchez et vous arrêtez à de courts intervalles, etc.)
- Si vous marchez d'une extrême lenteur ou courez extrêmement vite
- Si vous poussez un chariot ou une poussette pour bébé
- L'endroit dans lequel vous vous trouvez est sujet à de nombreuses vibrations, ou vous vous déplacez en vélo ou en voiture
- Si vous effectuez des mouvements fréquents de la main ou du bras (applaudissements, mouvements du poignet avec un éventail, etc.)
- Si vous marchez en vous tenant les mains, si vous vous déplacez avec une canne ou un bâton, ou si les mouvements de vos mains ne sont pas coordonnés avec ceux de vos jambes
- Si vous effectuez des activités quotidiennes habituelles qui ne concernent pas la marche (ménage, etc.)
- Si vous portez la montre sur votre main dominante
- Vous marchez pendant moins de 10 secondes

Chronomètre

Le chronomètre mesure la durée écoulée par tranches de 1/100 seconde pendant la première heure, puis par tranches de 1 seconde jusqu'à 24 heures.

Outre les mesures de temps écoulé normales, le chronomètre vous permet également d'effectuer des relevés de temps intermédiaire et de temps par tour. Vous pouvez également définir un objectif de temps et voir votre progression pour l'atteindre. Vous pouvez configurer les réglages de sorte que la montre vous indique par un signal sonore et/ou une notification à l'écran lorsque vous avez atteint votre objectif.

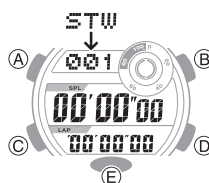
Remarque

- La mémoire de la montre peut stocker jusqu'à 200 enregistrements de temps intermédiaire et temps par tour. Si vous effectuez une opération de temps intermédiaire ou de temps par tour alors que la mémoire contient déjà 200 enregistrements, le plus ancien enregistrement est automatiquement supprimé pour faire place au plus récent.
- Vous pouvez utiliser le mode Rappel pour afficher les dernières données de mesure.
 - 🔍 [Affichage des enregistrements des temps par tour et des temps intermédiaires](#)
- Vous pouvez utiliser CASIO WATCHES pour consulter les anciennes données de mesure.

Mise en route

Activez le mode Chronomètre.

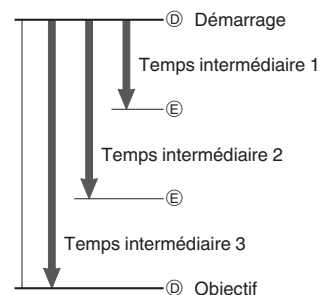
🔍 [Navigation entre les modes](#)



Temps intermédiaires et temps par tour

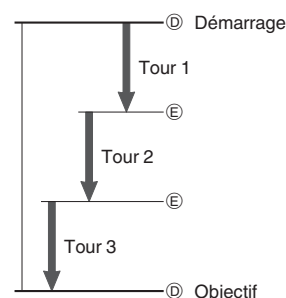
● Temps intermédiaire

Un temps intermédiaire est le temps écoulé depuis le démarrage jusqu'à un point au cours d'un événement.



● Temps par tour

Un temps par tour affiche le temps écoulé pendant un tour spécifique sur une piste, etc.



Mesure du temps écoulé



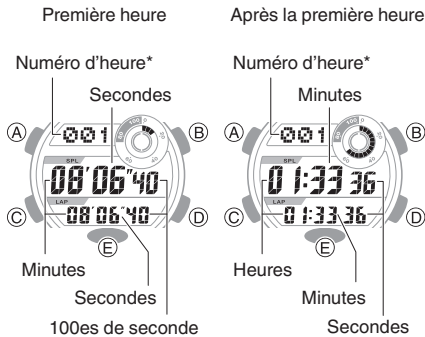
1. Réalisez les opérations ci-dessous pour mesurer le temps écoulé.



2. Appuyez sur le bouton (E) pour remettre à zéro le temps écoulé.

● Interprétation des valeurs indiquées par le chronomètre

Le temps écoulé s'affiche par tranches de 1/100 seconde pendant la première heure de mesure. Après la première heure, le temps écoulé s'affiche par tranches d'une seconde.



* [F] s'affiche pour le numéro d'heure final lorsqu'une opération de mesure de temps écoulé est terminée.

Mesure d'un temps intermédiaire ou d'un temps par tour

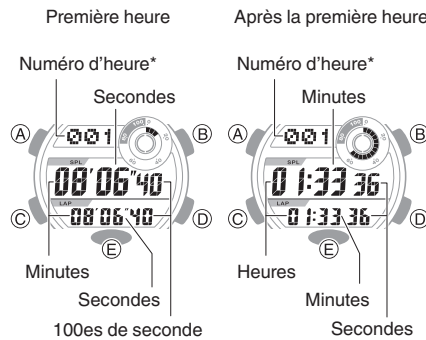


- Sélectionnez l'information que vous souhaitez afficher.
 🔍 **Permutation des positions d'affichage du temps intermédiaire et du temps par tour**
 - Réalisez les opérations ci-dessous pour mesurer le temps intermédiaire.
 - Un appui sur (E) permet d'afficher le temps écoulé entre le démarrage de l'opération de chronométrage et l'atteinte du point concerné (temps intermédiaire), ainsi que le temps écoulé pour un segment spécifique (temps par tour).
- Ⓧ Démarrage
 ↓
 Ⓧ Temps intermédiaire/par tour
 ↓
 Ⓧ Arrêt
- Appuyez sur le bouton (E) pour remettre à zéro le temps écoulé.

● Interprétation des valeurs indiquées par le chronomètre

Les temps intermédiaires et les temps par tour sont affichés simultanément. Jusqu'à une durée d'une heure, l'unité utilisée pour l'affichage des temps intermédiaires et par tour est le centième de seconde (1/100 seconde). Au-delà d'une heure, l'unité utilisée est la seconde.

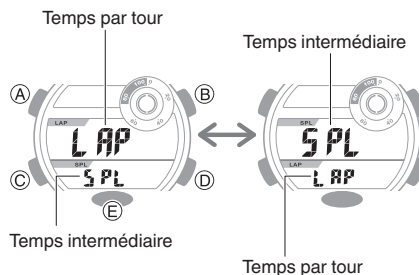
[SPL] : temps intermédiaire
 [LAP] : temps par tour



* [F] s'affiche pour le numéro d'heure final lorsqu'une opération de mesure de temps écoulé est terminée.

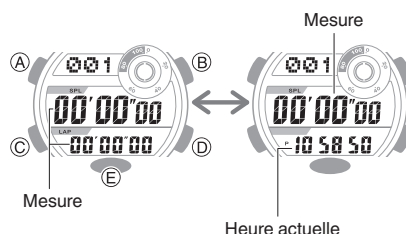
Permutation des positions d'affichage du temps intermédiaire et du temps par tour

Lorsque le chronomètre est réinitialisé à zéro, maintenez le bouton (E) enfoncé pendant au moins deux secondes pour permuter les emplacements d'affichage des temps par tour et des temps intermédiaires.



Affichage de l'heure actuelle au cours d'une opération de mesure avec le chronomètre

Lorsque vous appuyez sur (A), l'heure actuelle s'affiche sur la partie inférieure de l'écran. Si vous appuyez à nouveau sur (A), vous rétablissez l'affichage normal du chronomètre.



Utilisation de l'alarme d'objectif de temps

Présentation

Lorsque vous avez configuré un ou plusieurs objectifs de temps, la montre émet un signal sonore et affiche une alerte pour vous indiquer que la durée écoulée atteint l'objectif de temps.

Par exemple, si vous souhaitez tenter de courir cinq kilomètres en 30 minutes, vous pouvez définir l'objectif de temps indiqué ci-dessous et suivre votre rythme pour chaque kilomètre.

- Objectif de temps 1 : 6 minutes
- Objectif de temps 2 : 12 minutes
- Objectif de temps 3 : 18 minutes
- Objectif de temps 4 : 24 minutes
- Objectif de temps 5 : 30 minutes

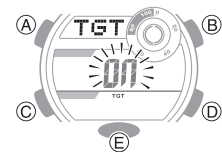
Spécification d'un objectif de temps

Vous pouvez spécifier jusqu'à 10 cibles de temps, chacune pouvant aller jusqu'à 24 heures en unités d'une seconde.

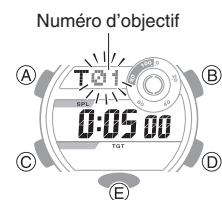
- Si vous voulez spécifier plusieurs objectifs de temps, indiquez la durée la plus courte comme Objectif de temps 1, et les durées suivantes dans l'ordre croissant (Objectif de temps 2, Objectif de temps 3, etc.)

- Lorsque le chronomètre est réinitialisé à zéro, maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [TGT] apparaît à l'écran.

- Appuyez sur le bouton (D) pour activer et désactiver l'objectif de temps.

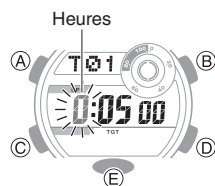


- Appuyez sur le bouton (C).
- Utilisez les boutons (D) et (E) pour sélectionner un numéro d'objectif de temps.

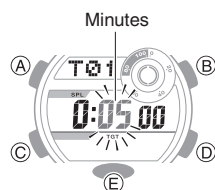


- Appuyez sur le bouton (C).

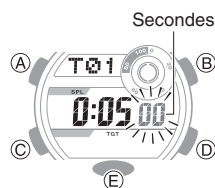
5. Utilisez les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des heures de l'objectif de temps.



6. Appuyez sur le bouton (C).
7. Utilisez les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des minutes de l'objectif de temps.



8. Appuyez sur le bouton (C).
9. Utilisez les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des secondes de l'objectif de temps.



- Si vous voulez spécifier plusieurs objectifs de temps, répétez les étapes 2 à 9 ci-dessus.

10. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Mesure du temps écoulé avec la fonction d'objectif de temps

Vous pouvez effectuer les mêmes opérations pour le temps écoulé que celles décrites dans les sections ci-dessous.

- 🔗 Mesure du temps écoulé
- 🔗 Mesure d'un temps intermédiaire ou d'un temps par tour

Si vous lancez une opération de mesure de la durée écoulée, les lettres [TGT] clignotent à l'écran.

Une alarme retentit pendant 10 secondes pour vous indiquer lorsque l'opération de mesure de la durée écoulée atteint un objectif de temps que vous avez défini.

Les lettres [TGT] disparaissent de l'écran lorsque l'opération de mesure de la durée écoulée dépasse le dernier objectif de temps.



Remarque

- [TGT] s'affiche si vous interrompez une mesure de temps alors qu'il reste un ou plusieurs temps cibles.

Suppression d'un temps cible spécifique

Utilisez la procédure ci-dessous pour supprimer un temps cible spécifique.

1. Lorsque le chronomètre est réinitialisé à zéro, maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [TGT] apparaît à l'écran.



2. Appuyez sur le bouton (C).
3. Utilisez (D) et (E) pour afficher le numéro du temps cible que vous souhaitez supprimer.



4. Appuyez sur le bouton (C).

5. Maintenez les boutons (D) et (E) enfoncés pendant au moins deux secondes. Relâchez les boutons lorsque le temps cible sélectionné passe à [0:00 00].

Ceci indique que le temps cible sélectionné a été supprimé.



6. Appuyez sur le bouton (A) pour terminer l'opération.

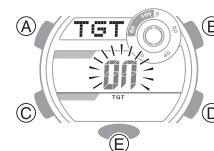
Suppression de tous les temps cibles

La procédure ci-dessous permet de supprimer tous les temps cibles définis et de rétablir les paramètres par défaut pour ces valeurs.

Réglages d'usine par défaut

- Objectif de temps 1 : 5 minutes
- Fonction d'objectif de temps : désactivée

1. Lorsque le chronomètre est réinitialisé à zéro, maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [TGT] apparaît à l'écran.



2. Appuyez sur le bouton (C).



3. Maintenez les boutons (D) et (E) enfoncés pendant au moins cinq secondes. Relâchez le bouton lorsque [ALL] cesse de clignoter.

Cette opération permet de restaurer les réglages de l'objectif de temps à leurs valeurs d'usine par défaut.



4. Appuyez sur le bouton (A) pour terminer l'opération.

Affichage des données du temps mesuré

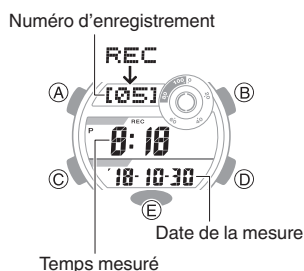
Affichage des enregistrements des temps par tour et des temps intermédiaires

Vous pouvez réaliser l'opération ci-dessous pour consulter les enregistrements de temps intermédiaires et de temps par tour.

1. Activez le mode Rappel.

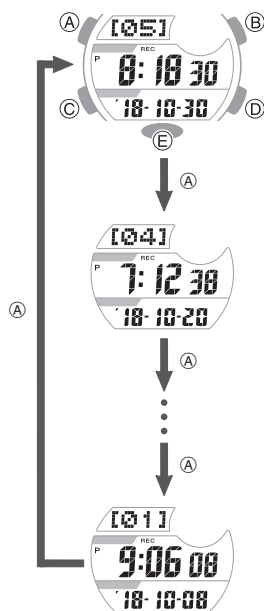
[Navigation entre les modes](#)

- Le numéro et la date de la dernière mesure s'affichent alors à l'écran.



2. Appuyez sur le bouton (A) pour faire défiler les numéros des mesures.

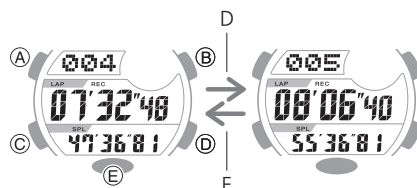
- Chaque fois que vous appuyez sur (A), le numéro de la mesure la plus ancienne suivante s'affiche.



3. Utilisez les boutons (D) et (E) pour afficher la valeur de mesure de votre choix.

[LAP] : temps par tour

[SPL] : temps intermédiaire



Remarque

- Un enregistrement des données mesurées est créé et un numéro lui est attribué pour chaque opération de mesure (du démarrage jusqu'à l'arrêt).

Suppression d'un enregistrement spécifique

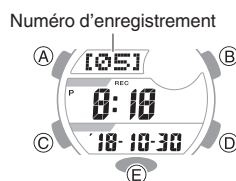
Utilisez la procédure ci-dessous pour supprimer un enregistrement de données sélectionné.

1. Activez le mode Rappel.

[Navigation entre les modes](#)

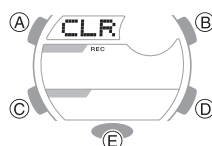
2. Appuyez sur le bouton (A) pour afficher le numéro de la mesure que vous souhaitez supprimer.

- Chaque pression sur le bouton (A) permet de passer au numéro de la mesure suivante.



3. Maintenez les boutons (D) et (E) enfoncés pendant au moins deux secondes. Relâchez les boutons lorsque [CLR] cesse de clignoter.

Les données affichées sont alors supprimées.



Remarque

- Vous ne pouvez pas supprimer de données lorsqu'une opération de mesure du temps écoulé est en cours.

Suppression de tous les enregistrements

Vous pouvez réaliser la procédure ci-dessous pour effacer tous les enregistrements de données stockés dans la mémoire de la montre.

Important !

- L'opération de suppression de tous les enregistrements ne peut pas être effectuée lorsqu'une opération de mesure avec le chronomètre est en cours.

1. Activez le mode Rappel.

[Navigation entre les modes](#)

2. Maintenez les boutons (D) et (E) enfoncés pendant au moins cinq secondes. Relâchez le bouton lorsque [CLR ALL] cesse de clignoter.

[CLR] clignote puis s'arrête de clignoter pour indiquer que l'enregistrement de données affiché a été supprimé. Lorsque vous maintenez les boutons enfoncés, [ALL] se met à clignoter. L'arrêt du clignotement indique que toutes les données ont été supprimées.



Minuterie

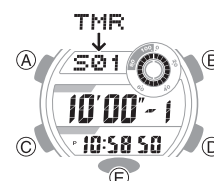
Le compte à rebours de la minuterie commence à partir du temps de départ que vous indiquez. La montre émet chaque seconde un signal sonore pendant les cinq dernières secondes du compte à rebours.

- Ce signal est désactivé dans les cas suivants :
 - Lorsque le niveau de charge de la pile est faible.

Mise en route

Activez le mode Minuterie.

[Navigation entre les modes](#)



Réglage de l'heure de départ de la minuterie

Le temps de départ peut être fixé par tranches de 1 seconde, jusqu'à 60 minutes.

- Si un compte à rebours est en cours, réinitialisez-le à son heure de début actuelle avant d'effectuer cette opération.

[Utilisation de la minuterie](#)

1. Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque le nombre de répétitions automatiques configuré (01 à 20) se met à clignoter.

Nombre de répétitions



2. Utilisez les boutons (D) et (E) pour spécifier le nombre de répétitions automatiques.
3. Appuyez sur le bouton (C).
4. Utilisez les boutons (D) et (E) pour afficher [1].



5. Appuyez sur le bouton (C). Les minutes se mettent alors à clignoter.
6. Cliquez sur les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des minutes du minuteur.

Minutes



7. Appuyez sur le bouton (C). Les secondes se mettent alors à clignoter.
8. Cliquez sur les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des secondes du minuteur.

Secondes

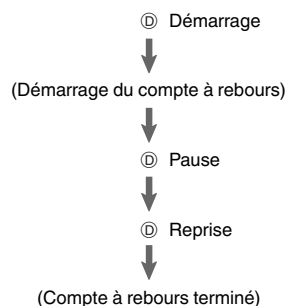


9. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Utilisation de la minuterie



Ci-dessous un exemple d'opération :

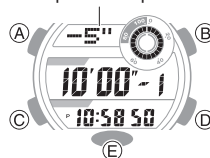


- La montre émet chaque seconde un signal sonore pendant les cinq dernières secondes du compte à rebours.
- Pour interrompre un compte à rebours en cours, mettez-le en pause puis appuyez sur (E). Cette opération réinitialise le minuteur à l'heure de départ.

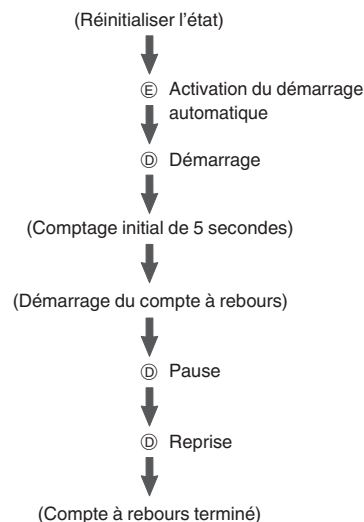
Mesure du temps écoulé avec le démarrage automatique

Vous pouvez réaliser la procédure ci-dessous afin que le compte à rebours du minuteur démarre automatiquement après cinq secondes.

Décompte de cinq secondes



Ci-dessous un exemple d'opération :



- Pour interrompre un compte à rebours en cours, mettez-le en pause puis appuyez sur (E). Cette opération réinitialise le minuteur à l'heure de départ.

Utilisation du minuteur programmable en tant que compteur d'intervalles

Présentation

Pour créer un compteur d'intervalles, vous pouvez configurer les réglages de plusieurs minuteurs afin qu'ils exécutent tour à tour différents comptes à rebours. Vous pouvez utiliser un compteur d'intervalles pour contrôler la durée des pompes, squats ou autres exercices qui font partie de votre entraînement de fitness.

Par exemple, vous pouvez configurer un compteur d'intervalles comme indiqué ci-dessous et répéter 10 fois les intervalles ① à ④.

Réglages de la minuterie

- Intervalle 1 : 30 secondes
- Intervalle 2 : 20 secondes
- Intervalle 3 : 30 secondes
- Intervalle 4 : 25 secondes
- Séries : 10

Exercices d'entraînement par intervalles

- ① Pompes : 30 secondes
- ② Repos : 20 secondes
- ③ Squats : 30 secondes
- ④ Repos : 25 secondes

Remarque

- Vous pouvez configurer jusqu'à cinq minuteurs différents, lesquels peuvent être répétés jusqu'à 20 fois (répétition automatique).

Configuration des réglages pour un compteur d'intervalles

- Si un compte à rebours est en cours, réinitialisez-le à son heure de début actuelle avant d'effectuer cette opération.

[Utilisation de la minuterie](#)

1. Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque le nombre de répétitions automatiques configuré (01 à 20) se met à clignoter.

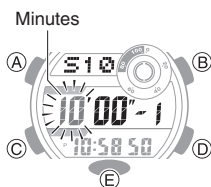
Nombre de répétitions



2. Utilisez les boutons (D) et (E) pour spécifier le nombre de répétitions automatiques.
3. Appuyez sur le bouton (C).
4. Utilisez les boutons (D) et (E) pour indiquer la position du minuteur dans la série.
 - Pour indiquer la première position, réglez [1].



5. Appuyez sur le bouton (C).
Les minutes du compteur 1 se mettent alors à clignoter.
6. Cliquez sur les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des minutes du minuteur.



7. Appuyez sur le bouton (C).
Les secondes du compteur 1 se mettent alors à clignoter.
8. Cliquez sur les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des secondes du minuteur.



9. Appuyez deux fois sur le bouton (C).
Cette opération permet de retourner à l'écran de l'étape 4.
10. Répétez les étapes 4 à 9 autant de fois que nécessaire pour configurer les réglages des autres minuteurs.
11. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Utilisation d'un compteur d'intervalles

1. Appuyez sur le bouton (D) pour démarrer le compte à rebours.

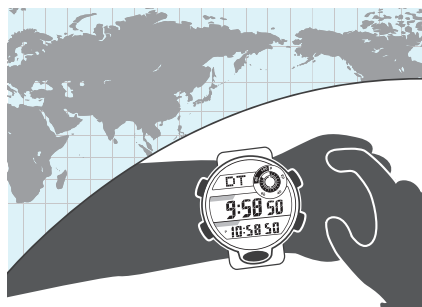


La montre émet chaque seconde un signal sonore pendant les cinq dernières secondes du compte à rebours en cours, puis démarre le compte à rebours du minuteur suivant.

- Pour mettre en pause le compte à rebours du minuteur, appuyez sur (D). Pour réinitialiser le temps de départ du compte à rebours mis en pause, appuyez sur (E).
- Lorsqu'une série de plusieurs comptes à rebours est en cours, vous pouvez immédiatement mettre fin au compte à rebours actuel et démarrer le suivant en appuyant sur le bouton (A) pendant au moins 0,5 seconde.

Seconde heure

Le mode Seconde heure vous permet de consulter l'heure actuelle dans divers fuseaux horaires à travers le monde.



Mise en route

Activez le mode Seconde heure.

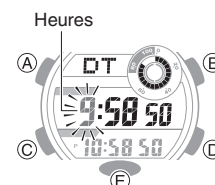
[Navigation entre les modes](#)



Configuration des réglages de la seconde heure

La seconde heure vous permet de consulter l'heure actuelle dans un autre fuseau horaire ainsi que l'heure dans votre lieu actuel.

1. Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque les chiffres de l'heure commencent à clignoter.



2. Cliquez sur les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des heures.
3. Appuyez sur le bouton (C).
Les minutes se mettent alors à clignoter.



4. Cliquez sur les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des minutes.
 - Vous pouvez modifier le réglage par tranches de 15 minutes.
5. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Permutation de l'heure de la ville de résidence et de la seconde heure

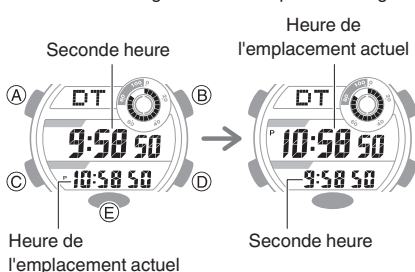
1. Activez le mode Seconde heure.
[Navigation entre les modes](#)



2. Maintenez le bouton (E) enfoncé pendant au moins deux secondes.
 Cette opération permute l'heure de la ville de résidence et la seconde heure.

Avant l'échange

Après l'échange



Remarque

- Cette fonction est pratique lorsque vous avez besoin de passer à un autre fuseau horaire. Pour plus d'informations sur son utilisation, consultez la section ci-dessous.

[Passage à un autre fuseau horaire](#)

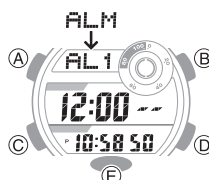
Alarmes et signal sonore horaire

La montre émet un signal sonore lorsque l'heure d'une alarme est atteinte. Vous pouvez configurer jusqu'à cinq alarmes différentes. Si le signal horaire est configuré, la montre émet un signal sonore chaque heure à l'heure pile.

Mise en route

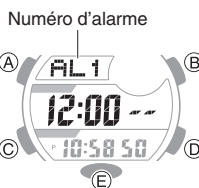
Activez le mode Alarme.

[Navigation entre les modes](#)

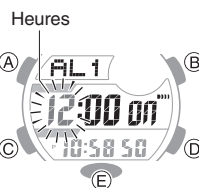


Configuration des réglages de l'alarme

1. Appuyez sur (D) pour faire défiler les numéros des alarmes ([AL1] à [AL5]) jusqu'à afficher le numéro de l'alarme que vous souhaitez configurer.



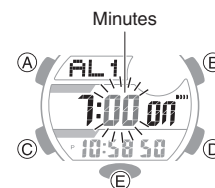
2. Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque les chiffres de l'heure commencent à clignoter.



3. Cliquez sur les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des heures.
 - Si vous utilisez le format d'indication de l'heure de 12 heures, [P] désigne l'après-midi (p.m.).



4. Appuyez sur le bouton (C).
 Les minutes se mettent alors à clignoter.



5. Cliquez sur les boutons (D) et (E) pour modifier le réglage des minutes.
6. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Remarque

- La montre émet un son pendant 10 secondes lorsqu'elle atteint l'heure de l'alarme.

Activation/Désactivation d'une alarme ou du signal sonore horaire

1. Appuyez sur le bouton (D) pour faire défiler les numéros des alarmes ([AL1] à [AL5]) et le signal sonore horaire ([SIG]) jusqu'à afficher l'élément que vous souhaitez configurer.

Alarme ou signal sonore horaire



2. Appuyez sur le bouton (E) pour activer ou désactiver l'alarme affichée ou le signal sonore horaire.

[On] : activé

[—] : désactivé

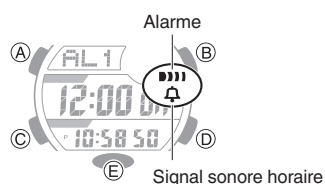


Arrêt d'une alarme

Lorsque le signal sonore de l'alarme retentit, une pression sur n'importe quel bouton suffit à l'arrêter.

Vérification du statut d'une alarme (activée ou désactivée)

L'activation d'une alarme ou du signal sonore horaire entraîne l'affichage de l'indicateur correspondant sur l'écran. L'indicateur d'alarme est affiché lorsqu'une ou plusieurs alarmes sont activées.



Réglage manuel de l'heure

Si la montre n'est pas connectée à un téléphone, l'heure et la date peuvent être réglées en suivant la procédure ci-dessous.

Mise en route

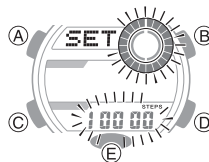
Activez le mode Indication de l'heure.

[Navigation entre les modes](#)

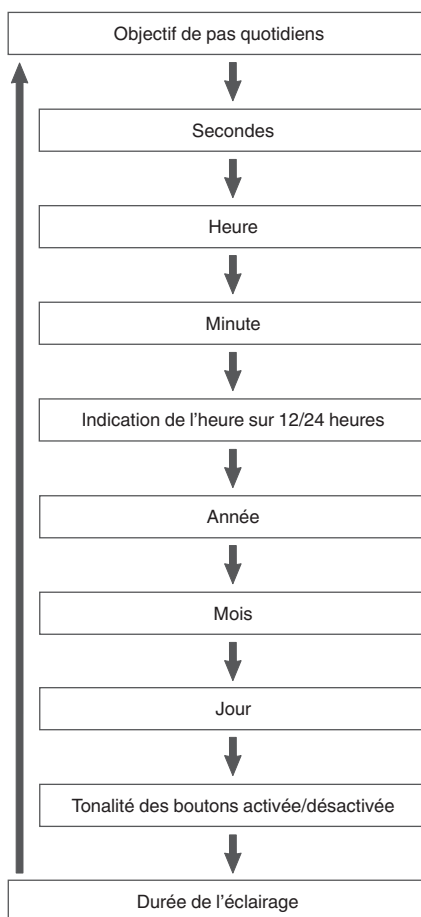


Réglage de l'heure et de la date

- Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [SET] cesse de clignoter.



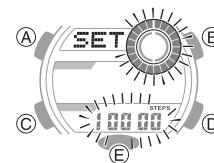
- Continuez d'appuyer sur (C) jusqu'au clignotement du réglage que vous souhaitez modifier.
 - Chaque pression sur (C) déplace le clignotement jusqu'au prochain réglage dans la séquence affichée ci-dessous.



- Configurez le réglage de la date et de l'heure.
 - Pour réinitialiser les secondes à 00: appuyez sur (D). Le compte des minutes est augmenté de 1 lorsque le compte actuel est compris entre 30 et 59 secondes.
 - Pour modifier d'autres réglages: utilisez les boutons (D) et (E).
- Pour configurer le réglage de la date et de l'heure, répétez les étapes 2 à 3.
- Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Basculement entre le mode Indication de l'heure 12 heures et 24 heures

- Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [SET] cesse de clignoter.



- Appuyez quatre fois sur (C) jusqu'à ce que le réglage actuel ([12H] ou [24H]) clignote.



- Appuyez sur (D) pour basculer le réglage entre [12H] (indication de l'heure en 12 heures) et [24H] (indication de l'heure en 24 heures).
- Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Remarque

- Quand l'indication de l'heure en 12 heures est sélectionnée, [P] s'affiche pour désigner les heures de l'après-midi (p.m.).

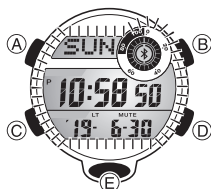


Éclairage

La montre dispose d'un éclairage par LED que vous pouvez activer pour lire dans l'obscurité.

Éclairage manuel du cadran

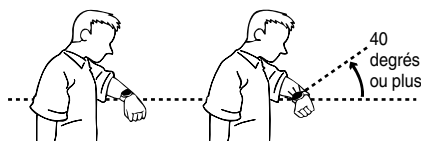
Appuyez sur le bouton (B) pour activer l'éclairage.



- L'éclairage se désactive automatiquement lorsque l'alarme se déclenche.

Éclairage automatique

Si l'éclairage automatique est activé, l'écran s'éclaire automatiquement lorsque la montre est positionnée à un angle de 40 degrés ou plus.



Important !

- L'éclairage automatique risque de ne pas fonctionner correctement si la montre est inclinée à un angle horizontal de 15 degrés ou plus par rapport à la position horizontale, comme indiqué dans l'illustration ci-dessous.



- Un champ magnétique ou une charge électrostatique peuvent interférer avec le bon fonctionnement de l'éclairage automatique. Si cela se produit, essayez de baisser votre bras et de l'incliner à nouveau vers votre visage.
- Si vous déplacez la montre, il se peut que vous entendiez un léger cliquetis. Cela est dû à l'interrupteur de l'éclairage automatique, qui détermine l'orientation actuelle de la montre. Cela n'indique pas un dysfonctionnement.

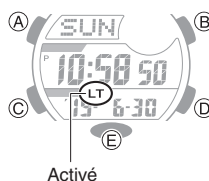
Remarque

- L'éclairage automatique est désactivé si l'une des conditions suivantes existe :
 - Retentissement d'une alarme, d'une alerte de minuteur, ou tout autre signal sonore

Configuration de l'éclairage automatique

À chaque fois que vous maintenez le bouton (B) enfoncé pendant au moins trois secondes en mode Indication de l'heure, l'éclairage automatique s'active ou se désactive.

- [LT] apparaît à l'écran lorsque l'éclairage automatique est activé.
- Si vous ne le désactivez pas manuellement, l'éclairage automatique reste activé pendant environ six heures. Il se désactive ensuite automatiquement.

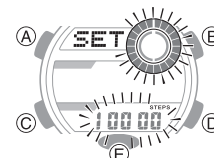


Activé

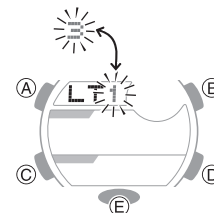
Réglage de la durée de l'éclairage

Vous pouvez sélectionner 1,5 ou 3 secondes comme durée d'illumination.

1. Activez le mode Indication de l'heure.
 ☞ [Navigation entre les modes](#)
2. Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [SET] cesse de clignoter.





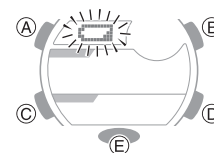
3. Appuyez sur le bouton (C) neuf fois pour afficher [LT].
4. Appuyez sur (D) pour permuter entre les deux réglages de durée de l'éclairage.
 [1] : éclairage pendant 1,5 seconde
 [3] : éclairage pendant 3 secondes



5. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Remplacement de la pile

Lorsque la pile est faible,  se met à clignoter et certaines fonctions sont désactivées. Si  continue à clignoter, remplacez la pile.



Autres réglages

Mise en route

Activez le mode Indication de l'heure.

[Navigation entre les modes](#)

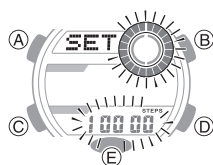


Activation de la tonalité des boutons

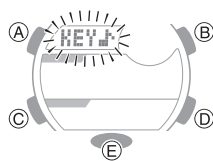
Suivez la procédure ci-dessous pour activer ou désactiver le son émis lorsque vous appuyez sur un bouton.

- [MUTE] s'affiche lorsque la tonalité des boutons est désactivée.

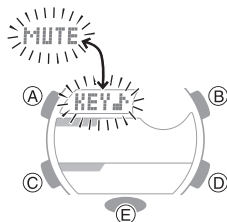
1. Activez le mode Indication de l'heure.
 [Navigation entre les modes](#)
2. Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [SET] cesse de clignoter.



3. Appuyez huit fois sur le bouton (C) pour que [KEY♪] ou [MUTE] se mette à clignoter sur l'écran.



4. Appuyez sur le bouton (D) pour activer ou désactiver la tonalité des boutons.
[KEY♪] : tonalité activée.
[MUTE] : tonalité désactivée.



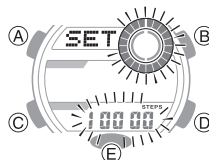
5. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Rétablissement des réglages d'usine par défaut de la montre

Cette section explique comment rétablir les réglages d'usine par défaut de la montre ci-dessous :

- Réglages de la montre
- Pédomètre
- Chronomètre
- Minuterie
- Alarme

1. Maintenez le bouton (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure.
2. Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [SET] cesse de clignoter.



3. Appuyez sur le bouton (C).
Les secondes se mettent alors à clignoter.



4. Maintenez le bouton (E) enfoncé pendant au moins cinq secondes. Relâchez le bouton lorsque [RESET ALL] cesse de clignoter.



5. Appuyez sur (A) pour quitter l'écran de réglage.

Remarque

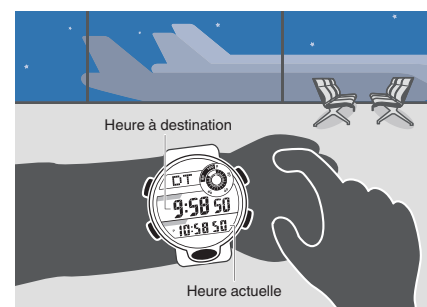
- La réinitialisation de la montre entraîne également la suppression des informations permettant de jumeler la montre à un téléphone, et d'annuler ce jumelage.

Passage à un autre fuseau horaire

Utilisez la procédure ci-dessous pour régler facilement le jour et l'heure de la montre en fonction de votre destination.

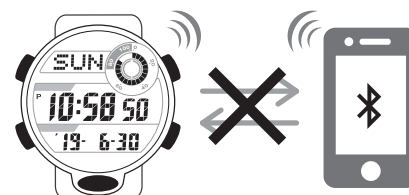
● Avant l'embarquement

1. Configurez l'heure mondiale (double affichage de l'heure) sur l'heure actuelle de votre destination.



- [Utilisation de CASIO WATCHES pour configurer les réglages](#)
- [Utilisation des opérations de la montre pour configurer les réglages](#)

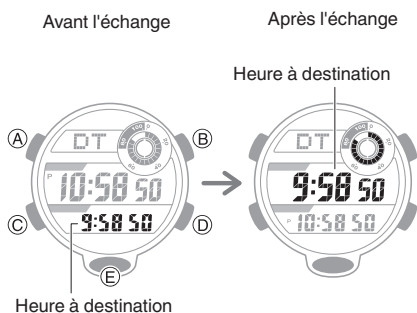
2. Désactivez le réglage automatique de l'heure.



- [Utilisation de la montre dans un établissement médical ou un avion](#)

● Dans l'avion, avant d'arriver à votre destination

1. Permutez le fuseau horaire de départ avec le fuseau horaire de destination.



- Utilisation de CASIO WATCHES pour configurer les réglages
- Utilisation des opérations de la montre pour configurer les réglages

● À votre arrivée

1. Modifiez le réglage de l'heure.
 - Réglage automatique de l'heure
2. Activez le réglage automatique de l'heure.
 - Utilisation de la montre dans un établissement médical ou un avion

Autres informations

Cette section fournit des informations non opérationnelles que vous devez également connaître. Reportez-vous à ces informations si nécessaire.

Modèles de téléphones pris en charge

Pour plus d'informations sur les téléphones qui peuvent se connecter à la montre, rendez-vous sur le site Web de CASIO.

https://world.casio.com/os_mobile/wat/

Caractéristiques

Exactitude à température ambiante :

±15 secondes par mois en moyenne lorsque le réglage de l'heure par communication avec un téléphone n'est pas possible.

Indication de l'heure :

Heure, minute, seconde, année, mois, jour, jour de la semaine, décompte 12 heures (a.m./p.m. (P))/24 heures, calendrier automatique complet (2000 à 2099)

Pédomètre :

Mesure du nombre de pas à l'aide d'un accéléromètre à 3 axes
 Plage d'affichage du nombre de pas : 0 à 999 999 pas
 Indicateur de pas
 Graphique du nombre de pas
 Réinitialisation du nombre de pas
 Réinitialisation automatique à minuit chaque jour
 Réinitialisation manuelle
 Réglage de l'objectif de pas quotidiens
 Tranche de réglage du nombre de pas : 1 000 pas
 Plage de réglage du nombre de pas : 1 000 à 50 000 pas
 Précision du nombre de pas ±3 % (selon les tests de vibration)
 Économie d'énergie

Rappel de données/chronomètre :

Unité de mesure
 1/100 secondes (première heure) ;
 1 seconde (après la première heure)
 Plage de mesure : 23 heures 59 minutes 59 secondes
 Fonctions de mesure :
 Temps écoulé normal ; temps cumulé ; temps par tour/intermédiaire ; mémoire d'une capacité de 200 enregistrements de données
 Alarme de l'objectif de temps :
 Jusqu'à 10 réglages de temps ; la montre émet un signal sonore (pendant 10 secondes) quand un objectif est atteint

Minuterie :

Unité de mesure : 1 seconde
 Plage de mesure : 60 minutes
 Nombre d'intervalles : 1 à 5
 Nombre de répétitions automatiques : 1 à 20
 Unité de réglage de temps : 1 seconde
 Plage de réglage de temps : 1 seconde à 60 minutes
 Compte à rebours final de 5 secondes, signal sonore à la fin du temps écoulé
 Démarrage automatique

Seconde heure :

Heure, minute, seconde
 Permutation de l'heure locale

Alarme :

Alarmes de temps
 Nombre d'alarmes : 5
 Unités de réglage : heures, minutes
 Durée de la sonnerie de l'alarme : 10 secondes
 Signal sonore horaire : au début de chaque heure

Mobile Link :

Correction automatique de l'heure
 Réglage automatique de l'heure à l'heure prédéfinie.
 Correction de l'heure en une seule touche
 Connexion manuelle et réglage de l'heure
 Détecteur du téléphone
 L'utilisation de la montre émet le signal d'alerte du téléphone.
 Heure mondiale
 Heure actuelle d'environ 300 villes sélectionnées pour la montre
 Basculement entre l'heure locale et l'heure mondiale
 Transfert des données du nombre de pas
 Nombre de pas, calories
 Transfert des données du chronomètre
 200 enregistrements de temps par tour/intermédiaire (date et heure, temps par tour/intermédiaire, nombre de tours)
 Passage automatique à l'heure d'été
 Basculement automatique de l'heure standard à l'heure d'été.
 Réglages de la minuterie
 Réglages de l'alarme
 Caractéristiques de communication de données
 Bluetooth®
 Bande de fréquence : 2 400 MHz à 2 480 MHz
 Transmission maximum : 0 dBm (1 mW)
 Portée de communication : jusqu'à 2 mètres (selon l'environnement)

Autres :

Lumière LED à haute luminosité ; réglage de la durée d'éclairage ; éclairage automatique ; tonalité des boutons activée/désactivée ; alerte de pile faible

Alimentation électrique :

CR2025 x 1
 Autonomie de la pile : environ 3 ans
 Conditions
 Correction automatique de l'heure : 4 fois par jour
 Alarme : une fois (10 secondes) par jour
 Éclairage : une fois (1,5 seconde) par jour
 Comptage des pas : 12 heures par jour

Les spécifications sont susceptibles d'être modifiées sans préavis.

Précautions relatives à Mobile Link

● Précautions légales

- Cette montre est conforme aux lois concernant les radios ou a été approuvée dans le cadre de ces lois dans différents pays et zones géographiques. L'utilisation de cette montre dans un lieu où elle n'est pas conforme aux lois concernant les radios ou n'a pas été approuvée dans le cadre de ces lois peut constituer une infraction pénale. Pour plus de détails, visitez le site Web de CASIO.
<https://world.casio.com/ce/BLE/>
- L'utilisation de cette montre dans un avion est limitée par les lois relatives à l'aviation de chaque pays. Veillez à suivre les instructions du personnel aérien.

● Précautions lors de l'utilisation de Mobile Link

- Lorsque vous utilisez cette montre avec un téléphone, gardez les appareils à proximité l'un de l'autre. Un éloignement maximal de deux mètres est recommandé à titre indicatif, mais l'environnement local (murs, meubles, etc.), la structure du bâtiment et d'autres facteurs peuvent nécessiter une distance bien plus courte.
- Cette montre peut être affectée par d'autres appareils (appareils électriques, équipement audio-visuel, matériel de bureau, etc.). Elle peut notamment être affectée par le fonctionnement d'un four à micro-ondes. Il se peut que la montre ne soit pas en mesure de communiquer normalement avec un téléphone en présence d'un four à micro-ondes en fonctionnement. Inversement, cette montre peut parasiter la réception d'une radio ou l'image vidéo d'un téléviseur.
- Étant donné que la fonction Bluetooth de cette montre utilise la même fréquence (2,4 GHz) que les périphériques de réseau local sans fil, et l'utilisation de tels dispositifs à proximité de cette montre peut provoquer des interférences radio, des vitesses de communication réduites et des perturbations pour la montre comme pour le périphérique réseau, voire l'échec des communications.

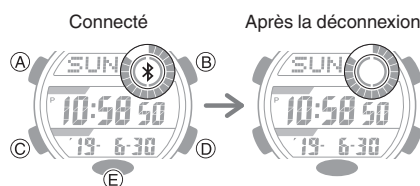
● Suspension de l'émission d'ondes radio par cette montre

La montre émet des ondes radio lorsque ✂ s'affiche.

Même si ✂ n'est pas affiché, la montre essaie automatiquement de se connecter à un téléphone quatre fois par jour pour assurer le réglage de l'heure.

Dans un hôpital, dans un avion ou sur tout autre site où l'utilisation des ondes radio est interdite, procédez aux étapes ci-dessous pour désactiver l'émission d'ondes radio.

- Désactivation de l'émission d'ondes radio
Appuyez sur n'importe quel bouton à l'exception du bouton (B) pour mettre fin à la connexion Bluetooth.



- Désactivation du réglage automatique de l'heure
Configurez les paramètres CASIO WATCHES pour désactiver la synchronisation entre la montre et le téléphone.
🔗 [Utilisation de la montre dans un établissement médical ou un avion](#)

Droits d'auteur et droits d'auteur enregistrés

- La marque verbale et les logos Bluetooth® sont des marques déposées appartenant à Bluetooth SIG, Inc. Toute utilisation de ces marques par CASIO Computer Co., Ltd. fait l'objet d'une licence.
- iPhone et App Store sont des marques déposées d'Apple Inc. aux États-Unis et dans d'autres pays.
- iOS est une marque commerciale ou une marque déposée de Cisco Systems, Inc.
- GALAXY est une marque déposée de Samsung Electronics Co., Ltd.
- Android et Google Play™ sont des marques commerciales ou des marques déposées de Google LLC.
- Les autres noms de société ou de produit mentionnés dans le présent document sont des marques commerciales ou des marques déposées détenues par leurs sociétés respectives.

Dépannage

Je n'arrive pas à coupler la montre à un téléphone.

Q1 Je n'ai jamais réussi à établir de connexion (de couplage) entre la montre et un téléphone.

Utilisez-vous un modèle de téléphone pris en charge ?

Vérifiez si le modèle du téléphone et son système d'exploitation sont pris en charge par la montre.
Pour en savoir plus sur les modèles de téléphone pris en charge, consultez le site Web de CASIO.

🔗 https://world.casio.com/os_mobile/wat/

Avez-vous installé CASIO WATCHES sur votre téléphone ?

L'application CASIO WATCHES doit être installée sur votre téléphone pour que la connexion à la montre soit possible.

🔗 ① [Installez l'application sur votre téléphone.](#)

Les paramètres Bluetooth de votre téléphone sont-ils configurés correctement ?

Configurez les paramètres Bluetooth du téléphone. Pour plus de détails sur les procédures de réglage, reportez-vous à la documentation de votre téléphone.

Utilisateurs d'iPhone

- « Réglages » → « Bluetooth » → Activé

Utilisateurs d'Android

- Activez Bluetooth.

Autre cas.

Certains téléphones nécessitent que BT Smart soit désactivé pour permettre l'utilisation de CASIO WATCHES. Pour plus de détails sur les procédures de réglage, reportez-vous à la documentation de votre téléphone.

Sur l'écran d'accueil, touchez : « Menu » → « Réglages » → « Bluetooth » → « Menu » → « Réglages BT Smart » → « Invalider ».

Je n'arrive pas à reconnecter la montre et le téléphone.

Q1 La montre ne se reconnecte pas au téléphone après leur déconnexion.

L'application CASIO WATCHES est-elle en cours d'exécution ?

La montre ne peut pas se reconnecter au téléphone si l'application CASIO WATCHES ne s'exécute pas sur le téléphone. Sur l'écran d'accueil du téléphone, appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».

Ensuite, sur la montre, maintenez le bouton MODE (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure. Après cela, maintenez le bouton CONNECT (D) enfoncé pendant au moins deux secondes afin d'établir une connexion entre la montre et le téléphone.



Avez-vous essayé de mettre votre téléphone hors tension, puis de le remettre sous tension ?

Éteignez le téléphone puis rallumez-le. Sur l'écran d'accueil, appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».

Ensuite, sur la montre, maintenez le bouton MODE (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure. Après cela, maintenez le bouton CONNECT (D) enfoncé pendant au moins deux secondes afin d'établir une connexion entre la montre et le téléphone.



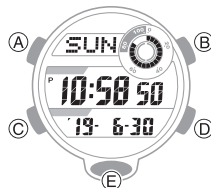
Le chronomètre ou la minuterie sont-ils en cours d'utilisation ?

Il est impossible de connecter la montre à un téléphone pendant l'utilisation du chronomètre ou de la minuterie. Attendez la fin de l'opération de chronométrage ou de décompte de temps avant de connecter la montre au téléphone.

Q2 Je ne peux pas initier de connexion lorsque mon téléphone est en mode Avion.

Une fois le mode Avion du téléphone désactivé, accédez à son écran d'accueil, puis appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».

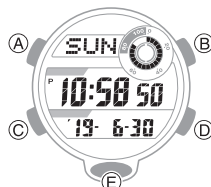
Ensuite, sur la montre, maintenez le bouton MODE (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure. Après cela, maintenez le bouton CONNECT (D) enfoncé pendant au moins deux secondes afin d'établir une connexion entre la montre et le téléphone.



Q3 J'ai désactivé la fonction Bluetooth du téléphone alors qu'elle était activée auparavant, et maintenant je n'arrive plus à me connecter.

Sur le téléphone, activez la fonction Bluetooth, puis accédez à l'écran d'accueil et appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».

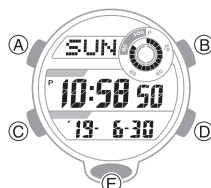
Ensuite, sur la montre, maintenez le bouton MODE (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure. Après cela, maintenez le bouton CONNECT (D) enfoncé pendant au moins deux secondes afin d'établir une connexion entre la montre et le téléphone.



Q4 Je n'arrive pas à me connecter après avoir éteint le téléphone.

Allumez le téléphone. Sur l'écran d'accueil, appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».

Ensuite, sur la montre, maintenez le bouton MODE (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure. Après cela, maintenez le bouton CONNECT (D) enfoncé pendant au moins deux secondes afin d'établir une connexion entre la montre et le téléphone.



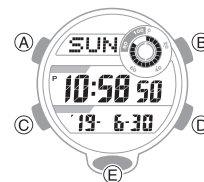
Connexion entre la montre et un téléphone

Q1 Je ne parviens pas à établir de connexion entre mon téléphone et la montre.

Avez-vous essayé de mettre votre téléphone hors tension, puis de le remettre sous tension ?

Éteignez le téléphone puis rallumez-le. Sur l'écran d'accueil, appuyez sur l'icône « CASIO WATCHES ».

Ensuite, sur la montre, maintenez le bouton MODE (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure. Après cela, maintenez le bouton CONNECT (D) enfoncé pendant au moins deux secondes afin d'établir une connexion entre la montre et le téléphone.



La montre a-t-elle été recouplée avec le téléphone ?

Après avoir supprimé les informations de couplage de CASIO WATCHES, coupez-les à nouveau.

🔗 [Découplage](#)

S'il est impossible d'établir une connexion...

Suivez la procédure ci-dessous pour supprimer les informations de couplage de la montre, puis coupez à nouveau la montre avec le téléphone.

- ① Maintenez le bouton (C) enfoncé pendant au moins deux secondes pour passer en mode Indication de l'heure.
- ② Maintenez le bouton (A) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [SET] cesse de clignoter.
- ③ Appuyez sur le bouton (C).
- ④ Maintenez le bouton (E) enfoncé pendant au moins deux secondes. Relâchez le bouton lorsque [CLR] cesse de clignoter.
- ⑤ Appuyez sur le bouton (A) pour quitter l'écran de réglage.

Changement de modèle de téléphone

Q1 Connexion de la montre actuelle à un autre téléphone.

Couplez la montre au téléphone.

🔗 [Si vous achetez un autre téléphone](#)

Réglage automatique de l'heure via une connexion Bluetooth (réglage de l'heure)

Q1 Quand la montre règle-t-elle son heure ?

La montre se connecte au téléphone et lance un réglage automatique de l'heure à 00h30, 06h30, 12h30 et 18h30. La connexion est automatiquement interrompue une fois le réglage automatique de l'heure terminé.

Q2 Le réglage automatique de l'heure ne démarre pas.

Avez-vous récemment modifié votre ville de résidence ou l'heure mondiale, ou avez-vous réglé manuellement l'heure de la montre ?

Notez que le réglage automatique de l'heure ne s'effectue pas pendant les 24 heures suivant la permutation de l'heure locale et de l'heure mondiale, ou suivant le réglage manuel de l'heure sur la montre. Le réglage automatique de l'heure reprendra 24 heures après la réalisation de l'une des deux actions susmentionnées.

Le réglage automatique de l'heure est-il activé ?

Le réglage automatique de l'heure ne s'effectue pas aux horaires programmés, sauf s'il est activé. Activez le réglage automatique de l'heure.

🔗 [Utilisation de la montre dans un établissement médical ou un avion](#)

Q3 L'heure ne s'affiche pas correctement.

Il se peut que l'heure indiquée par le téléphone ne soit pas correcte en raison de l'absence de réseau, etc. Le cas échéant, connectez le téléphone à son réseau avant de procéder au réglage de l'heure.

Pédomètre

Q1 Le nombre de pas affiché est incorrect.

Lorsque la montre est à votre poignet, le pédomètre peut détecter des mouvements autres que des pas et les compter comme des pas.

🔗 [Pédomètre](#)

De plus, les problèmes de nombre de pas peuvent être dus également à la manière dont la montre est portée ainsi qu'à des mouvements anormaux du bras lors de la marche.

🔗 [Comptage des pas](#)

Q2 Le nombre de pas n'augmente pas.

Le nombre de pas ne s'affiche pas au début de la marche afin d'éviter de comptabiliser les mouvements qui ne sont pas des pas. Il apparaît seulement après avoir marché pendant environ 10 secondes, et inclut dans le total le nombre de pas que vous avez effectués au cours des 10 premières secondes.

Q3 [ERR] s'affiche lorsque vous utilisez le pédomètre.

[ERR] (erreur) indique que le fonctionnement du capteur est désactivé en raison d'un dysfonctionnement du capteur ou du circuit interne.

Si l'indicateur reste affiché pendant plus de trois minutes ou s'il apparaît fréquemment, cela peut indiquer une défaillance du capteur.

Alarme

Q1 L'alarme ne fonctionne pas.

L'alarme est-elle activée ? Si ce n'est pas le cas, activez-la pour qu'elle sonne.

🔗 [Activation/Désactivation d'une alarme ou du signal sonore horaire](#)

Indicateurs

Q1 Je ne sais pas dans quel mode la montre se trouve.

Vous pouvez déterminer le mode actuel en consultant l'écran de la montre. Utilisez le bouton (C) pour naviguer entre les modes.

🔗 [Navigation entre les modes](#)



Q2 L'heure indiquée par la montre est décalée d'une heure ou de 30 minutes.

Le réglage de l'heure d'été n'est pas correct. Sélectionnez le réglage correct.

🔗 [Modification du réglage de l'heure d'été de la ville de résidence](#)

Pile

Q1 [] clignote sur l'écran numérique.

Cela signifie que le niveau de charge de la pile est faible. Demandez à votre revendeur ou à un centre service après-vente agréé CASIO de remplacer la pile.

🔗 [Remplacement de la pile](#)

Q2 [R] clignote sur l'écran numérique.

Cela se produit quand la charge de la pile est faible ou après que l'éclairage ou une autre fonction est activé de façon répétée pendant une courte période de temps, ce qui décharge la pile. Toutes les fonctions autres que l'indication de l'heure sont désactivées pendant que [R] clignote sur l'affichage. Si [R] reste sur l'affichage ou s'il continue d'apparaître cela peut indiquer que la pile doit être remplacée.

Demandez à votre revendeur ou à un centre service après-vente agréé CASIO de remplacer la pile.