

Uhr Bedienerführung 5737

CASIO®

Inhalt

Über diese Uhr

- Erstellung Ihres Profils
- Allgemeine Anleitung
- Zifferblatt- und Displayanzeigen
- Grafischer Anzeigebereich
- Navigieren zwischen den Modi
- Übersicht über die Modi
- Verstellen der Zeiger zum Lesen des digitalen Displays
- Anzeigen des Zifferblatts im Dunkeln
- Nützliche Funktionen

Verbinden mit einem Telefon

- Vorbereitung
- Automatische Zeiteinstellung
- Anzeigen von Life Log-Daten
- Einstellung von Zielwerten
- Aktivieren von Benachrichtigungsverbindungen
- Anzeige von Trainingsprotokolldaten
- Einrichtung programmierbarer Timer
- Konfigurieren der Weltzeiteinstellungen
- Anpassen der Zeigerausrichtung
- Aktivieren von Telefonbenachrichtigungen
- Telefon-Finder
- Konfigurieren der Uhr-Einstellungen
- Ändern der Heimatstadt- und Sommerzeiteinstellung
- Verbindung
 - Verbinden mit einem Telefon
 - Entkopplung
 - Wenn Sie ein anderes Telefon erwerben

Empfang von Telefonbenachrichtigungen

Zeitkorrektur

- Korrektur der Uhrzeit über die Uhrbedienung
- Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug

Dualzeit

- Verwendung von CASIO WATCHES zur Konfiguration der Weltzeitstadt-Einstellungen
- Konfigurieren der Dualzeiteinstellungen
- Wechseln zwischen Zeit am aktuellen Standort und Dualzeit
- Wechseln der Zeitzone

Alarm

- Verwendung von CASIO WATCHES zur Konfiguration der Alarmeinstellungen
- Konfigurieren der Alarmeinstellungen
- Aktivieren des Stundensignals
- Ausschalten eines Alarms oder des Stundensignals

Life Log-Messung

- Messen von Life Log-Daten
- Wechseln zwischen Life Log-Bildschirmen
- Rücksetzen von Life Log-Messungen
- Festlegen von Tageszielen
- Ursachen für fehlerhafte Schrittzählung

Stoppuhr

- Zwischenzeiten und Rundenzeiten
- Messen verstrichener Zeit
- Messen der Zwischenzeit
- Messen von Rundenzeiten
- Wechsel zwischen gemessener Strecke und Pace
- Nutzung von Auto Lap-Benachrichtigungen
 - Einstellung der Auto Lap-Länge
 - Zeitmessung mit Auto Lap
- Überprüfen von Trainingsprotokolldaten
 - Anzeigen gespeicherter Daten

Timer

- Verwendung von CASIO WATCHES zur Konfiguration des Timers
- Einstellen einer Startzeit
- Verwenden des Timers
- Messen der abgelaufenen Zeit mit der automatischen Startfunktion
- Verwenden von programmierbaren Timern für Intervalltraining
 - Übersicht
 - Einrichtung programmierbarer Timer
 - Stoppen mit programmierbaren Timern
 - Prüfen des An/Aus-Status von programmierbaren Timern

Anpassen der Zeigerausrichtung

- Verwendung von CASIO WATCHES zum Einstellen der Zeigerausrichtung
- Anpassen der Zeigerausrichtung

Weitere Einstellungen

Aktivieren des Bedienungskontrolltons

Überprüfen Ihrer Trainingsintensität

Rücksetzen der Uhr-Einstellungen

Technische Daten

Sonstige Informationen

Unterstützte Telefone

Urheberrechte und eingetragene
Urheberrechte

Problemlösung

Hinweise

Wichtige Hinweise zur Benutzung

Wartung durch den Benutzer

Batteriewechsel

Hinweise zu Mobile Link

Über diese Uhr

Dieser Abschnitt bietet einen Überblick über die Uhr und stellt praktische Verwendungsmöglichkeiten vor.

Uhrfunktionen

• Verbindung mit dem Telefon

Die Uhr unterstützt die Verbindung und Kommunikation mit einem Bluetooth-fähigen Telefon.

• Life Log

Mit Life Log können Sie Ihre Distanz, die verbrannten Kalorien und die Schrittzahl messen. Nachdem Sie ein Tagesziel festgelegt haben, zeigt eine Grafik an, wie viel von dem Ziel Sie etwa erreicht haben und wie viel Sie noch tun müssen.

• Dualzeit

Mit der dualen Anzeige behalten Sie den Überblick über eine zweite Uhrzeit, z. B. eine Zeit in einer anderen Zeitzone, usw.

• Alarm

Ein Alarm ertönt, wenn eine von Ihnen festgelegte Zeit erreicht wird.

• Stoppuhr

Nutzen Sie den Stoppuhrmodus zur Messung der abgelaufenen Zeit. Es können bis zu 45 Runden-/Zwischenzeitdatensätze im Speicher der Uhr erfasst werden.

• Timer

Der Timer zählt ab einer festgelegten Startzeit herunter. In den letzten fünf Sekunden ertönt sekundlich ein Signalton. Sie können mehrere Zeitintervalle für aufeinanderfolgende Countdowns konfigurieren. Dies ist praktisch für das festgelegte Training.

Hinweis

- Die Abbildungen in dieser Bedienungsführung wurden entworfen, um die Erklärungen zu ergänzen. Eine Abbildung kann vom tatsächlichen Objekt abweichen.
- Konfigurieren Sie die Profileinstellungen, bevor Sie Life Log-Daten messen, um genauere Werte zu erhalten.

[Erstellung Ihres Profils](#)

Erstellung Ihres Profils

Sie können Einstellungen für die unten aufgeführten Profilangaben auf der Uhr konfigurieren.

- Höhe
- Gewicht
- Geschlecht
- Geburtsdatum
- Höheneinheit
- Gewichtseinheit

Wichtig!

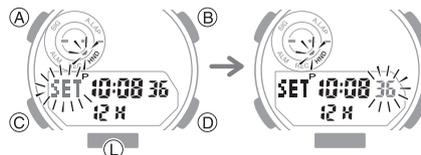
- Wenn Sie in CASIO WATCHES Tokio (TOKYO) als Ihre Heimatstadt eingestellt haben, wird die Höheneinheit als Zentimeter (cm) und die Gewichtseinheit als Kilogramm (kg) festgelegt. Diese Einstellungen können nicht geändert werden. Der Bildschirm zur Auswahl der Maßeinheit wird in diesem Fall nicht angezeigt.

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.

[Navigieren zwischen den Modi](#)

2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.

Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



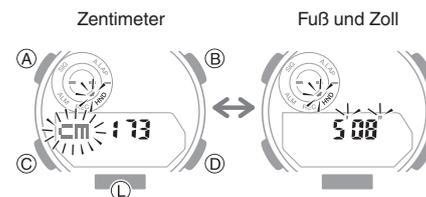
3. Drücken Sie (A).

Dadurch wird der Einstellungsbildschirm für die Zielstrecke angezeigt.

4. Drücken Sie (C) fünfmal.

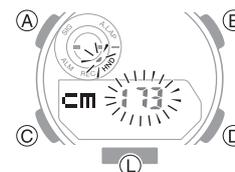
Sie können den angezeigten Bildschirm verwenden, um die Höheneinheit festzulegen.

5. Drücken Sie (D), um [cm] (Zentimeter) oder Fuß und Zoll auszuwählen.



6. Drücken Sie (C).

Auf dem angezeigten Bildschirm können Sie Ihre Größe eingeben.



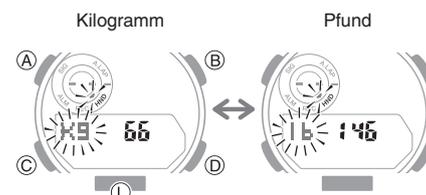
7. Geben Sie mit (B) und (D) Ihre Größe ein.

- Wenn Sie Fuß und Zoll als Höheneinheit ausgewählt haben, sollten Sie auch einen Zollwert angeben. Um zur Fußeinstellung zurückzukehren, drücken Sie (C).

8. Drücken Sie (C).

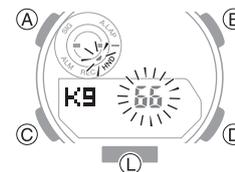
Auf dem angezeigten Bildschirm können Sie die Gewichtseinheit angeben.

9. Drücken Sie (D), um [kg] (Kilogramm) oder [lb] (Pfund) auszuwählen.



10. Drücken Sie (C).

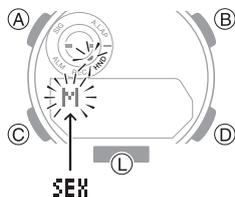
Auf dem angezeigten Bildschirm können Sie Ihr Gewicht aufzeichnen.



11. Geben Sie mit (B) und (D) Ihr Gewicht ein.

12. Drücken Sie (C).

Auf dem angezeigten Bildschirm können Sie Ihr Geschlecht eingeben.



13. Drücken Sie (D), um [M] (männlich) oder [F] (weiblich) auszuwählen.

14. Drücken Sie (C).

Auf dem angezeigten Bildschirm können Sie Ihr Geburtsjahr eingeben.



15. Geben Sie mit (B) und (D) einen Wert für Ihr Geburtsjahr ein.

16. Drücken Sie (C).

Auf dem angezeigten Bildschirm können Sie Ihren Geburtsmonat eingeben.



17. Geben Sie mit (B) und (D) einen Wert für Ihren Geburtsmonat ein.

18. Drücken Sie (C).

Auf dem angezeigten Bildschirm können Sie Ihren Geburtstag eingeben.



19. Geben Sie mit (B) und (D) einen Wert für Ihren Geburtstag ein.

20. Drücken Sie (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Sie können Ihre Profileinstellungen nicht ändern, während die Stoppuhr läuft.
- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

Allgemeine Anleitung



① Stundenzeiger

② Minutenzeiger

③ LCD

A-Knopf

Durch Drücken dieses Knopfes im Uhrzeitmodus wechseln Sie zwischen den Anzeigen.

B-Knopf

Wenn Sie diesen Knopf drücken, während ein Einstellungsbildschirm angezeigt wird, wird die Einstellung geändert.

C-Knopf

Mit jedem Drücken wechseln Sie zwischen den Uhrmodi.

Halten Sie diesen Knopf mindestens zwei Sekunden lang gedrückt, um wieder in den Uhrzeitmodus zu wechseln.

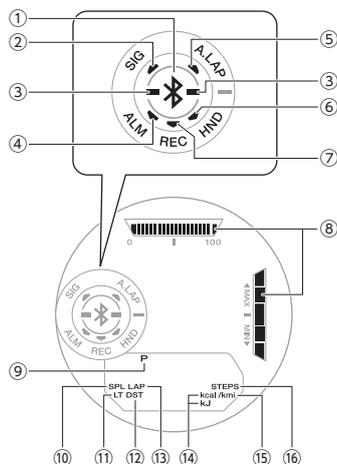
D-Knopf

Wenn Sie diesen Knopf drücken, während ein Einstellungsbildschirm angezeigt wird, wird die Einstellung geändert.

L-Knopf

Drücken Sie diesen Knopf zum Einschalten der Beleuchtung.

Zifferblatt- und Displayanzeigen

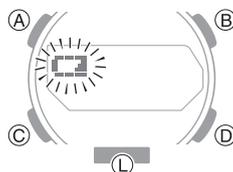


- ① Wird angezeigt, wenn eine Verbindung zwischen der Uhr und einem Telefon besteht.
- ② Wird angezeigt, wenn das Stundensignal aktiviert ist.
- ③ Gibt an, ob der Schrittzähler erhöht wird oder nicht.
- ④ Wird angezeigt, wenn ein Alarm eingestellt ist.
- ⑤ Wird angezeigt, wenn Auto Lap aktiviert ist.
- ⑥ Blinkt, wenn die Zeiger der Uhr für ein leichteres Lesen verschoben wurden.
- ⑦ Wird angezeigt, wenn sich die Uhr im Abrufmodus befindet.
- ⑧ Der grafische Anzeigebereich ist mit den Funktionen in jedem Uhrmodus verknüpft.
- ⑨ Wird während PM-Zeiten angezeigt, wenn das 12-Std.-Uhrzeitformat verwendet wird.
- ⑩ Wird angezeigt, wenn eine Zwischenzeit angezeigt wird.
- ⑪ Wird angezeigt, wenn die Auto-Beleuchtung aktiviert ist.
- ⑫ Wird angezeigt, wenn die Uhr Sommerzeit anzeigt.
- ⑬ Wird angezeigt, wenn eine Rundenzeit angezeigt wird.
- ⑭ Wird angezeigt, wenn ein Kalorienwert angezeigt wird.
- ⑮ Wird angezeigt, wenn ein Distanzwert angezeigt wird.
- ⑯ Wird angezeigt, während der Schrittzähler angezeigt wird.

● Batteriewechsel

Wenn die Batterieleistung nachlässt, beginnt zu blinken und einige Funktionen werden deaktiviert. Wenn weiterhin blinkt, wechseln Sie die Batterie.

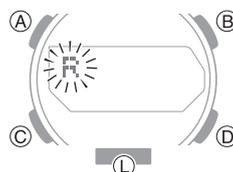
Fordern Sie einen Batteriewechsel bei einem CASIO Service Center oder beim Händler an, bei dem Sie die Uhr erworben haben.



● Wenn [R] auf dem Display blinkt

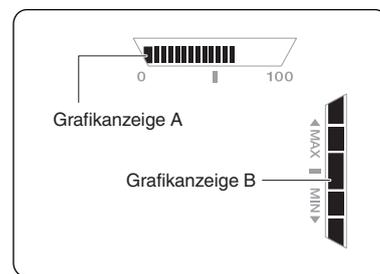
Wenn [R] blinkt, bedeutet dies, dass alle Funktionen außer dem Uhrzeitmodus aufgrund von hohem Stromverbrauch vorübergehend deaktiviert werden.

[R] blinkt auf dem Display.



Grafischer Anzeigebereich

Der grafische Anzeigebereich ist mit den Funktionen in jedem Uhrmodus verknüpft.



● Grafikanzeige A

Uhrzeitmodus

Bei der Anzeige von Life Log-Daten wird auch ein Fortschrittswert angezeigt. Bei anderen Anzeigearten wird die Anzahl der Sekunden der aktuellen Uhrzeit angezeigt.

Stoppuhrmodus

Wenn Auto Lap aktiviert ist, zeigt die Grafikanzeige A den Verlauf jeder Runde in Bezug auf die Distanz an.

Wenn Auto Lap deaktiviert ist, zeigt die Grafikanzeige A die von der Stoppuhr gemessene abgelaufene Zeit in Sekunden an.

Timermodus

Die Grafikanzeige A zeigt den Prozentsatz des verbleibenden Countdowns an.

Dualzeit

Die Bewegung wird mit den Dualzeit-Sekunden synchronisiert.

● Grafikanzeige B

Uhrzeitmodus, Stoppuhrmodus, Dualzeit

Zeigt eine von fünf Belastungsintensitätsstufen an.

Alarmmodus

Wenn Sie einen Alarm (1 bis 5) einschalten, wird das Segment der Grafikanzeige B angezeigt, das der Alarmnummer entspricht.

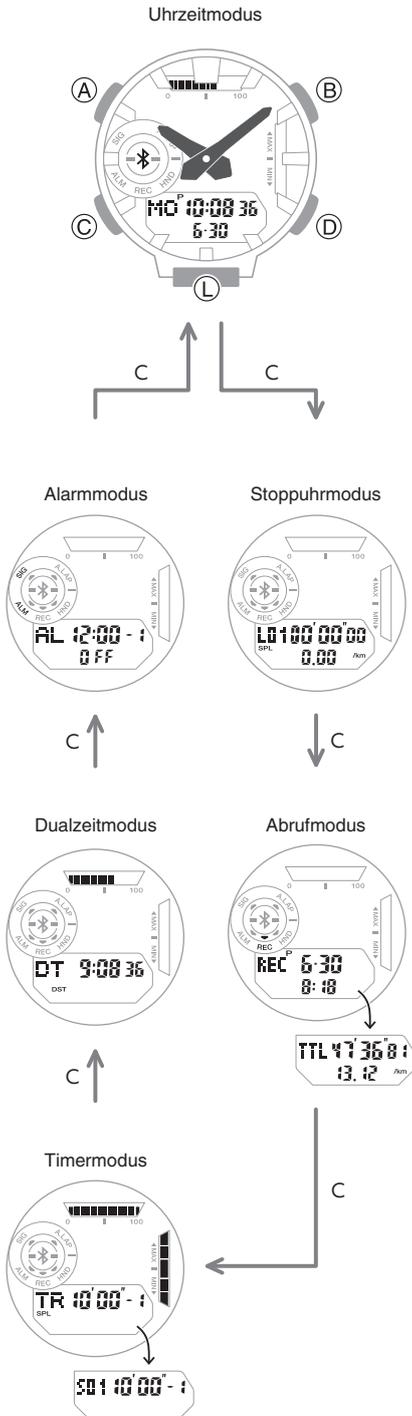
Timermodus

Wenn der programmierbare Timer aktiviert ist, blinkt das Segment der Grafikanzeige B, das der aktuellen Nummer entspricht. Die Segmente der anderen Timer werden angezeigt, ohne zu blinken.

Navigieren zwischen den Modi

Drücken Sie auf (C), um zwischen den Uhrenmodi zu wechseln.

- Sie können auch von einem beliebigen Modus in den Uhrzeitmodus wechseln, indem Sie (C) etwa zwei Sekunden lang gedrückt halten.

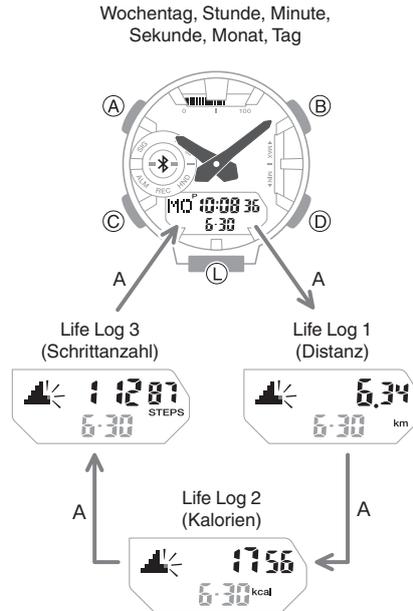


Übersicht über die Modi

• Uhrzeitmodus

In diesem Modus zeigt Ihre Uhr den aktuellen Wochentag, Monat, Tag, Stunden, Minuten und Sekunden. Sie können auch mit (A) die unteren Life Log-Elemente anzeigen.

- Distanz
- Kalorien
- Schrittzählung



Verbinden mit einem gekoppelten Smartphone zur Zeitkorrektur der Uhr
Halten Sie (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.

[Sofortige Zeitkorrektur aktivieren](#)

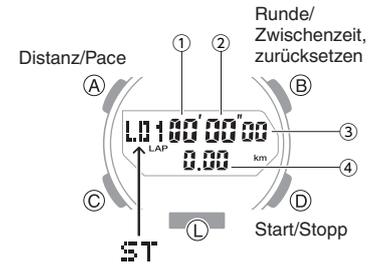
Suchen nach einem gekoppelten Telefon
Halten Sie (D) mindestens 5 Sekunden lang gedrückt.

[Telefon-Finder](#)

• Stoppuhrmodus

Verwenden Sie diesen Modus zur Berechnung der abgelaufenen Zeit.

[Stoppuhr](#)

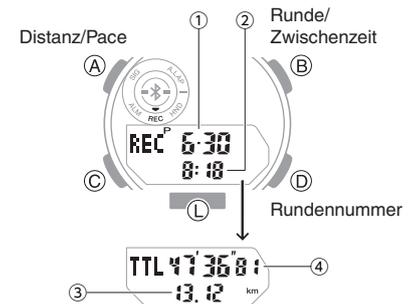


- 1 Stoppuhr – Minuten
- 2 Stoppuhr – Sekunden
- 3 Stoppuhr: 1/100 Sekunde
- 4 Gemessene Distanz

• Abrufmodus

In diesem Modus können Sie die Rekorde für Zwischenzeiten und Runden anzeigen.

[Anzeige von Trainingsprotokoll Daten](#)

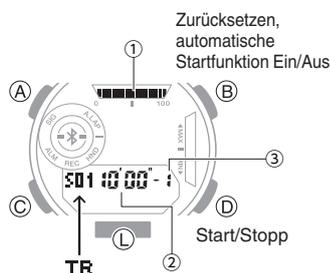


- 1 Messmonat, -tag
- 2 Mess-Startzeit
- 3 Gesamtstrecke
- 4 Gesamtzeit

● Timermodus

Verwenden Sie diesen Modus, um einen Countdown ab einer gewünschten Startzeit zu starten.

Timer

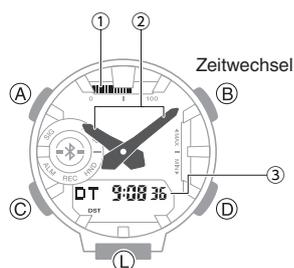


- ① Verbleibende Timer-Zeit
- ② Timer Minuten, Sekunden
- ③ Timer-Nummer

● Dualzeitmodus

Mit Dualzeit können Sie eine andere Zeit anzeigen als die an Ihrem aktuellen Standort.

Dualzeit

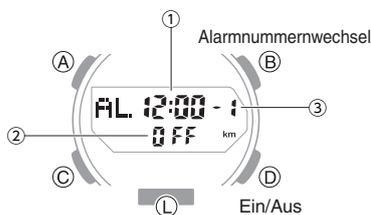


- ① Aktuelle Zeit, Sekunden
- ② Zeit am aktuellen Standort
- ③ Dualzeit

● Alarmmodus

Die Uhr piept, wenn die Alarmzeit erreicht wird.

Alarm



- ① Alarm-Stunde/Minute
- ② Alarm oder Stundensignal (ein/aus)
- ③ Alarmnummer

Verstellen der Zeiger zum Lesen des digitalen Displays

Die Zeigerverstellung bewegt die Zeiger an eine andere Stelle, damit Sie die Informationen auf dem Display gut sehen können.

1. Halten Sie (L) gedrückt, während Sie (C) drücken.
 - Dadurch werden die analogen Zeiger verschoben, damit Sie die Informationen auf dem Display gut sehen können.



2. Um die Zeiger wieder in die normalen Uhrzeitpositionen zu bringen, halten Sie (L) gedrückt, während Sie erneut (C) drücken, oder drücken Sie (C), um in einen anderen Modus zu wechseln.

Hinweis

- Wenn Sie die Zeiger der Uhr verstellen lassen und etwa eine Stunde lang keine Funktion ausführen, werden die Zeiger automatisch in die normale Uhrzeitposition zurückbewegt.

Anzeigen des Zifferblatts im Dunkeln

Die Uhr verfügt über eine LED-Beleuchtung, mit der Sie die Uhrzeit auch bei Dunkelheit ablesen können.

● Manuelles Beleuchten des Zifferblatts

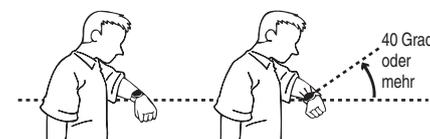
Drücken Sie (L), um die Beleuchtung einzuschalten.



- Wenn die Beleuchtung eingeschaltet ist, schaltet sie sich automatisch aus, wenn eine der folgenden Benachrichtigungen erklingt.
 - Alarme
 - Timer-Alarm
 - Auto Lap-Benachrichtigung

● Beleuchten des Zifferblatts, wenn Auto-Beleuchtung aktiviert ist

Wenn die Auto-Beleuchtung aktiviert ist, wird die Zifferblattbeleuchtung eingeschaltet, wenn die Uhr in einem Winkel von 40 Grad oder mehr gehalten wird.



Wichtig!

- Auto-Beleuchtung funktioniert möglicherweise nicht ordnungsgemäß, wenn die Uhr sich in einem horizontalen Winkel von mindestens 15 Grad von der Horizontalen befindet, wie in der Abbildung unten zu sehen.



- Eine elektrostatische Aufladung oder Magnetwellen können ein ordnungsgemäßes Funktionieren der Auto-Beleuchtung beeinflussen. Ist dies der Fall, senken Sie Ihren Arm und winkeln Sie ihn dann erneut vor Ihrem Gesicht an.
- Wenn Sie die Uhr bewegen, hören Sie vielleicht ein leises Scheppern. Dies liegt daran, dass der Schalter für die Auto-Beleuchtung die aktuelle Ausrichtung der Uhr ermittelt. Es bedeutet keine Fehlfunktion.

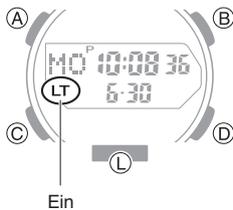
Hinweis

- Die Auto-Beleuchtung wird deaktiviert, wenn eine der folgenden Situationen auftritt.
 - Während ein Alarm, Timeralarm oder anderer Piepton ertönt
 - Wenn eine Zeigerbewegung durchgeführt wird

Konfigurieren der Einstellung für die Auto-Beleuchtung

Wenn Sie (L) mindestens drei Sekunden lang im Uhrzeitmodus gedrückt halten, wechselt die Auto-Beleuchtung zwischen aktiviert und deaktiviert.

- [LT] wird angezeigt, wenn die Auto-Beleuchtung aktiviert ist.
- Wenn Sie die Funktion nicht manuell deaktivieren, bleibt die Auto-Beleuchtung für ca. sechs Stunden aktiviert. Danach wird sie automatisch deaktiviert.



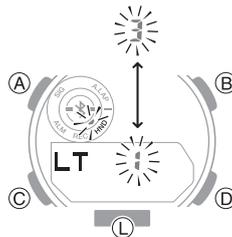
Festlegen der Beleuchtungsdauer

Sie können eine Beleuchtungsdauer von 1,5 Sekunden oder 3 Sekunden festlegen.

- Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
[Navigieren zwischen den Modi](#)
- Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.
 Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



- Drücken Sie neun Mal (C), um [LT] anzuzeigen.
- Drücken Sie (D), um eine Beleuchtungsdauer auszuwählen.
 [1]: 1,5 Sekunden lange Beleuchtung
 [3]: 3 Sekunden lange Beleuchtung



- Drücken Sie zweimal (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

Nützliche Funktionen

Die Kopplung der Uhr mit Ihrem Telefon erleichtert die Bedienung der Uhrenfunktionen.

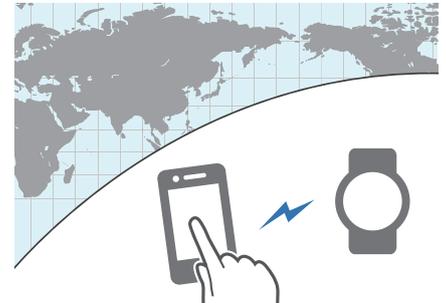
Automatische Zeitkorrektur

- [Automatische Zeiteinstellung](#)



Auswahl von mehr als 300 Weltzeitstädten

- [Konfigurieren der Weltzeiteinstellungen](#)



Datenübertragung zu einem Telefon

- [Anzeige von Life Log-Daten](#)
- [Anzeige von Trainingsprotokolldaten](#)



Darüber hinaus können Sie eine Reihe weiterer Uhr-Einstellungen mit Ihrem Telefon konfigurieren.

Zur Übertragung von Daten an eine Uhr und zum Konfigurieren der Einstellungen müssen Sie zunächst die Uhr mit Ihrem Telefon koppeln.

- [Vorbereitung](#)

- Auf Ihrem Smartphone muss die „CASIO WATCHES“-Smartphone-App installiert sein, um die Uhr zu koppeln.

Verbinden mit einem Telefon

Solange eine Bluetooth-Verbindung zwischen der Uhr und dem Smartphone (Mobile Link) besteht, wird die aktuelle Zeit auf der Uhr automatisch korrigiert. Sie können auch die anderen Einstellungen der Uhr ändern.

Hinweis

- Diese Funktion ist nur dann verfügbar, wenn die CASIO WATCHES-App auf dem Smartphone ausgeführt wird.
- Dieses Kapitel beschreibt die Bedienung von Uhr und Telefon.
- 📱 : Bedienung der Uhr
- 📞 : Bedienung des Telefons

Vorbereitung

Damit Sie die Uhr zusammen mit einem Telefon verwenden können, müssen Sie beide Geräte zunächst koppeln. Führen Sie folgende Schritte aus, um die Uhr mit einem Telefon zu koppeln.

1. Installieren Sie die App auf Ihrem Telefon.
2. Konfigurieren Sie die Bluetooth-Einstellungen.
3. Koppeln Sie die Uhr mit einem Telefon.

● 1 Installieren Sie die App auf Ihrem Telefon.

Suchen Sie in Google Play oder im App Store nach der Telefon-App „CASIO WATCHES“, und installieren Sie sie auf Ihrem Smartphone.

● 2 Konfigurieren Sie die Bluetooth-Einstellungen.

Aktivieren von Bluetooth am Telefon.

Hinweis

- Details zu den Einstellverfahren finden Sie in der Bedienungsanleitung Ihres Telefons.

● 3 Koppeln Sie die Uhr mit einem Telefon.

1. Bringen Sie das zu koppelnde Telefon in die Nähe der Uhr (in einen Umkreis von einem Meter).
2. 📱 Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
3. 📱 Tippen Sie auf + der „Meine Uhr“ Registerkarte.

4. 📱 Führen Sie den Vorgang aus, der auf dem Bildschirm angezeigt wird, um die Uhr in der CASIO WATCHES App auf Ihrem Smartphone zu registrieren.

5. 📱 Halten Sie (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.

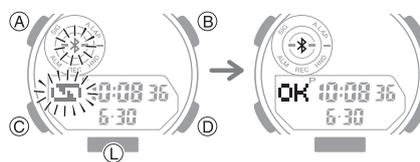
[OK] wird auf dem Display angezeigt, wenn eine Verbindung zwischen der Uhr und einem Smartphone besteht.

Zu diesem Zeitpunkt werden die Zeiteinstellungen Ihres Smartphones und Ihrer Uhr miteinander synchronisiert.

- Wenn die Kopplung aus irgendeinem Grund fehlschlägt, wird vorübergehend [ERR] auf dem Display angezeigt. Die Uhr kehrt anschließend in den Uhrzeitmodus zurück. Wiederholen Sie den Kopplungsvorgang von Anfang an.

Kopplung wurde gestartet

Kopplung abgeschlossen



Damit ist der Kopplungsvorgang abgeschlossen.

Nach der Kopplung verbinden sich das Smartphone und die Uhr automatisch miteinander, um die Zeiteinstellung der Uhr mit der des Smartphones zu synchronisieren.

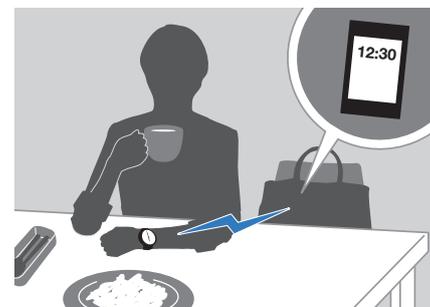
Hinweis

- Wenn Sie die CASIO WATCHES-Telefon-App das erste Mal starten, wird eine Meldung auf Ihrem Smartphone angezeigt, und Sie werden gefragt, ob Sie die Standorterfassung aktivieren möchten. Nehmen Sie die Einstellungen so vor, dass Standortdaten auch im Hintergrund verwendet werden können.

Automatische Zeiteinstellung

Die Uhr kann eine Verbindung mit Ihrem Smartphone herstellen, um die Zeiteinstellung auf der Uhr anzupassen.

Wenn Sie Ihre Uhr im Uhrzeitmodus lassen, erfolgt die Zeiteinstellung automatisch und ohne Benutzereingriff.



Wichtig!

- Unter den folgenden Bedingungen kann die Uhr die automatische Zeitkorrektur möglicherweise nicht durchführen:
 - Wenn die Uhr zu weit vom gekoppelten Telefon entfernt ist
 - Wenn die Kommunikation aufgrund von Funkstörungen usw. nicht möglich ist.
 - Wenn das Telefon eine Systemaktualisierung durchführt
 - Wenn die CASIO WATCHES-Telefon-App nicht auf dem Telefon ausgeführt wird

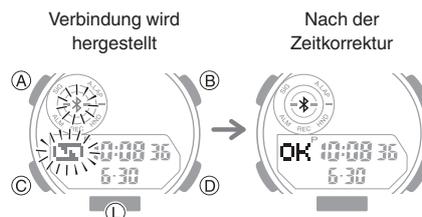
Hinweis

- Wenn die Uhr nicht die richtige Uhrzeit anzeigt, obwohl sie eine Verbindung zu einem Smartphone herstellen kann, korrigieren Sie die Position der Zeiger. [Anpassen der Zeigerausrichtung](#)
- Wenn eine Weltzeitstadt in der CASIO WATCHES-Telefon-App angegeben ist, erfolgt die Zeitkorrektur ebenfalls automatisch.
- Die automatische Zeitkorrektur wird wie unten beschrieben durchgeführt.
 - Wenn sich die Zeitzone oder die Sommerzeiteinstellung des Smartphones geändert hat.
 - Wenn seit der letzten Zeiteinstellung über die Bluetooth-Verbindung mindestens 24 Stunden vergangen sind.
 - Wenn seit dem Wechsel der Heimatstadt mit CASIO WATCHES oder der Uhrbedienung mindestens 24 Stunden vergangen sind.
 - Wenn seit dem letzten Wechsel der Heimatstadt oder der Zeiteinstellung über die Uhrbedienung mindestens 24 Stunden vergangen sind.
- Die Uhr kann auch dann bedient werden, wenn sie mit Ihrem Smartphone verbunden ist.

• Sofortige Zeitkorrektur aktivieren

Die Zeiteinstellung der Uhr wird automatisch angepasst, wenn sie mit einem Smartphone gekoppelt wird. Jedes Mal, wenn Sie die Zeiteinstellung der Uhr basierend auf der Uhrzeit des Smartphones anpassen möchten, führen Sie folgende Schritte aus, um eine Verbindung mit einem Smartphone herzustellen.

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus. [Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Bringen Sie das Telefon in einen Umkreis von einem Meter an die Uhr.
3. Halten Sie (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.
 - ✂ blinkt, und eine Verbindungsanimation wird angezeigt. Dies zeigt an, dass die Uhr den Verbindungsvorgang mit Ihrem Smartphone gestartet hat. Sobald Uhr und Smartphone miteinander verbunden sind, wird [OK] angezeigt, und die Uhr passt ihre Zeiteinstellung an die Angabe auf dem Smartphone an.



Hinweis

- Die Verbindung mit Ihrem Smartphone ist nicht möglich, solange der Flugzeugmodus der Uhr aktiviert ist. Um eine Verbindung mit Ihrem Smartphone herzustellen, deaktivieren Sie den Flugzeugmodus. [Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug](#)
- Die Uhr bleibt mit Ihrem Smartphone verbunden, auch wenn die Zeiteinstellung abgeschlossen ist.
- Sollte die Zeiteinstellung aus irgendeinem Grund scheitern, wird [ERR] angezeigt.

Anzeigen von Life Log-Daten

Mit der CASIO WATCHES App für Ihr Smartphone können Sie die unten genannten Daten anzeigen, die von der Uhr gemessen werden.

- Tägliche, wöchentliche oder monatliche Anzahl von Schritten und verbrannten Kalorien

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten. [Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Seite“.
3. Tippen Sie auf das Widget „LIFE LOG“. Öffnen Sie die Seite LIFE LOG, und überprüfen Sie die Details.

Hinweis

- Mit CASIO WATCHES können Sie ebenfalls tägliche Zielwerte festlegen. [Einstellung von Zielwerten](#)
- Zwar wird des Life Log auf der Uhr in Echtzeit angezeigt, aber CASIO WATCHES zeigt die Werte nur, wenn eine Verbindung zwischen Uhr und Telefon hergestellt worden ist. Daher können die von der App angezeigten Schrittzahlen von denen auf der Uhr abweichen.

Einstellung von Zielwerten

Mit CASIO WATCHES können Sie spezifische Tagesziele festlegen.

Sie können Zielwerte für die unten aufgeführten Elemente angeben.

- Tägliche Kalorien
- Tägliche Schritte

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.

[🔗 Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie in der linken oberen Ecke des Bildschirms auf .
3. Tippen Sie auf „Benutzerprofil“.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.

Aktivieren von Benachrichtigungsverbindungen

Mit CASIO WATCHES können Sie eine Einstellung konfigurieren, damit für die unten aufgeführten Benachrichtigung der Uhr auch Benachrichtigungen auf Ihrem Telefon ausgegeben werden.

- Wenn eine voreingestellte Rundendistanz erreicht wird
- Wenn ein programmierbares Timer-Programm abgeschlossen ist
- Wenn eine Alarmzeit erreicht ist

Wichtig!

- Beachten Sie, dass Sie diese Einstellung nicht mithilfe von Bedienungsschritten auf der Uhr konfigurieren können. Verwenden Sie CASIO WATCHES, um Einstellungen zu konfigurieren.
- Es werden keine Benachrichtigungen auf dem Telefon ausgegeben, während die Bluetooth-Verbindung zwischen dem Telefon und der Uhr unterbrochen ist.

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.

[🔗 Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.

Anzeige von Trainingsprotokolldaten

Mit CASIO WATCHES können die unten genannten Daten angezeigt werden, was Teil der Rundenzeiten sind, die im Stoppuhrmodus der Uhr gemessen werden.

- Rundenzeit
- Durchschnittstempo pro Runde
- Rundendistanz
- Gesamtkalorienverbrauch durch einzelne Aktivität

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.

[🔗 Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Seite“.
3. Durchblättern Sie den Bildschirm, und tippen Sie dann auf den Verlauf der Aktivität, deren Daten Sie anzeigen möchten.

Einrichtung programmierbarer Timer

Mit CASIO WATCHES können Sie programmierbare Timereinstellungen konfigurieren und eine Gruppe mehrerer Zeitgeber erstellen.

- Weitere Informationen zu programmierbaren Timern finden Sie über den unten aufgeführten Link.

[🔗 Übersicht](#)

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.

[🔗 Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie „Timer“ und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang aus.

Konfigurieren der Weltzeiteinstellungen

Wenn Sie eine Weltzeitstadt mit der CASIO WATCHES-Telefon-App festlegen, wird die Weltzeitstadt der Uhr entsprechend geändert. Die Einstellungen können so konfiguriert werden, dass der Wechsel zur Sommerzeit für die Weltzeitstadt automatisch erfolgt.

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.

[🔗 Verbinden mit einem Telefon](#)



Hinweis

- Die Weltzeit der CASIO WATCHES-Telefon-App ermöglicht Ihnen die Auswahl aus ca. 300 Städten als Weltzeitstadt.

● Auswählen einer Weltzeitstadt

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.

Hinweis

- Sie können die CASIO WATCHES-Telefon-App verwenden, um Einstellungen für benutzerdefinierte Städte festzulegen, die nicht in der Liste der Weltzeitstädte der Uhr enthalten sind. Sie müssen die CASIO WATCHES-Telefon-App verwenden, um eine benutzerdefinierte Stadt als Ihre Weltzeitstadt auszuwählen.

● Konfigurieren der Sommerzeiteinstellung

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.
 - „Auto“
Die Uhr wechselt automatisch von Standard- zu Sommerzeit.
 - „OFF“
Die Uhr zeigt immer die Standardzeit an.
 - „ON“
Die Uhr zeigt immer die Sommerzeit an.

Hinweis

- Wenn die Sommerzeit auf „Auto“ eingestellt ist, wechselt die Uhr automatisch zwischen Standard- und Sommerzeit. Sie müssen nicht manuell zwischen Standard- und Sommerzeit umschalten. Wenn Sie sich in einer Region befinden, in der keine Sommerzeit gilt, können Sie die Sommerzeiteinstellung der Uhr auf „Auto“ lassen.

● Wechseln zwischen Weltzeit und Heimatzeit

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.

Hinweis

- Nach dem Wechseln der Heimat- und Weltzeit wird 24 Stunden lang keine automatische Zeitkorrektur vorgenommen.

Anpassen der Zeigerausrichtung

Wenn die Zeiger nicht mehr aufeinander ausgerichtet sind, obwohl eine Verbindung mit dem Smartphone besteht, passen Sie sie mit CASIO WATCHES an.

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.

[🔗 Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.

Aktivieren von Telefonbenachrichtigungen

Mit CASIO WATCHES können Sie Einstellungen so konfigurieren, dass Telefonbenachrichtigungen (eingehende Anrufe, E-Mails, soziale Netzwerke usw.) von der Uhr empfangen werden.

Wichtig!

- Beachten Sie, dass Sie diese Einstellung nicht mithilfe von Bedienungsschritten auf der Uhr konfigurieren können. Verwenden Sie CASIO WATCHES, um Einstellungen zu konfigurieren.

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.
- [Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.

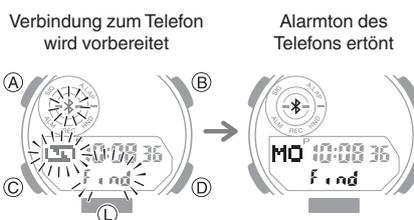
Telefon-Finder

Sie können den Telefon-Finder verwenden, um einen Ton auf dem Telefon auszulösen, damit Sie es leicht finden können. Dieser Ton wird zwangsweise ausgegeben, selbst wenn sich das Telefon im Lautlos-Modus befindet.

Wichtig!

- Der Telefon-Finder gibt nur dann einen Ton aus, wenn die CASIO WATCHES-Telefon-App auf dem Smartphone ausgeführt wird.
- Verwenden Sie diese Funktion nicht in Bereichen, in denen Klingeltöne unzulässig sind.
- Der Ton wird in hoher Lautstärke ausgegeben. Verwenden Sie diese Funktion nicht, wenn Sie über Kopfhörer mit dem Telefon verbunden sind.

1. Halten Sie (C) in einem beliebigen Modus außer dem Uhrzeitmodus mindestens zwei Sekunden lang gedrückt, um zum Uhrzeitmodus zu wechseln.
2. Halten Sie (D) mindestens fünf Sekunden gedrückt.
Das Smartphone gibt einen Ton aus, wenn es eine Verbindung mit der Uhr herstellt.
 - Es dauert ein paar Sekunden, bevor das Signal auf dem Smartphone ertönt.



3. Drücken Sie eine beliebige Taste, um den Ton auszuschalten.
 - Sie können nur während der ersten 30 Sekunden nach Beginn der Tonausgabe eine beliebige Taste drücken, um den Telefonton auszuschalten.

Hinweis

- Die Verbindung mit Ihrem Smartphone ist nicht möglich, solange der Flugzeugmodus der Uhr aktiviert ist. Um eine Verbindung mit Ihrem Smartphone herzustellen, deaktivieren Sie den Flugzeugmodus.
- [Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug](#)

Konfigurieren der Uhr-Einstellungen

Sie können CASIO WATCHES verwenden, um das Intervall festzulegen, in dem der neueste Zeitplan von Ihrem Smartphone übertragen wird, um den Bedienungskontrollton der Uhr zu aktivieren bzw. zu deaktivieren oder um andere Einstellungen zu konfigurieren.

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.
- [Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.

Ändern der Heimatstadt- und Sommerzeiteinstellung

Überprüfen der Verbindung

- Vergewissern Sie sich, dass das Symbol auf dem Display der Uhr angezeigt wird, wenn Sie die folgenden Schritte ausführen. Wenn nicht angezeigt wird, lesen Sie die Informationen unter dem Link weiter unten.
- [Verbinden mit einem Telefon](#)

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Wählen Sie „GBA-950“ aus, und tippen Sie darauf.
4. Wählen Sie die Einstellung aus, die Sie ändern möchten, und führen Sie dann den auf dem Bildschirm angezeigten Vorgang durch.

Verbindung

Verbinden mit einem Telefon

Ihre Uhr kann eine Verbindung zu einem Smartphone herstellen, das mit ihr gekoppelt ist.

- Wenn die Uhr nicht mit dem Telefon gekoppelt ist, mit dem Sie eine Verbindung herstellen möchten, beachten Sie die Informationen unten, und koppeln Sie die Geräte.

3 Koppeln Sie die Uhr mit einem Telefon.

• Verbinden mit einem Telefon

Wenn \times nicht auf dem Uhren-Display angezeigt wird, obwohl die Uhr mit Ihrem Smartphone gekoppelt ist, halten Sie (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt, um eine Verbindung mit dem Smartphone herzustellen.

- Wenn die Uhr und das Smartphone verbunden sind, bleibt die Verbindung erhalten.



Wichtig!

- Wenn beim Herstellen einer Verbindung Probleme auftreten, könnte dies bedeuten, dass CASIO WATCHES nicht auf dem Smartphone ausgeführt wird. Tippen Sie auf dem Startbildschirm des Smartphones auf das Symbol „CASIO WATCHES“. Nachdem die App gestartet ist, drücken Sie mindestens zwei Sekunden lang den Knopf (D) der Uhr.

Entkopplung

Um die Uhr von einem Telefon zu entkoppeln, ist sowohl die CASIO WATCHES-Telefon-App als auch die Bedienung der Uhr erforderlich.

Hinweis

- Wenn Sie ein iPhone verwenden, löschen Sie auch die auf dem Smartphone gespeicherten Kopplungsinformationen.

• Löschen der Kopplungsinformationen aus der CASIO WATCHES-Telefon-App

1. Tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“.
2. Tippen Sie auf die Registerkarte „Meine Uhr“.
3. Tippen Sie auf die Uhr, die Sie entkoppeln möchten.
4. Tippen Sie auf „●●●“.
5. Führen Sie die auf dem Telefon angezeigte Aktion durch, um die Kopplung aufzuheben.

Hinweis

- Durch das Löschen von Kopplungsinformationen aus der CASIO WATCHES-Smartphone-App werden zuvor von Ihrer Uhr an die App übertragene Daten nicht gelöscht.

• Löschen von Kopplungsinformationen von der Uhr

1. Halten Sie (C) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt, um zum Uhrzeitmodus zu wechseln.
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt. Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



3. Halten Sie (B) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt. Lassen Sie es los, wenn [CLR] zu blinken aufhört. Dadurch werden die Kopplungsinformationen auf der Uhr gelöscht.



4. Halten Sie (C) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt, um wieder in den Uhrzeitmodus zu wechseln.

Hinweis

- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

• Nur für iPhone Löschen der Kopplungsinformationen auf dem Smartphone

Details zu den Einstellverfahren finden Sie in der Bedienungsanleitung Ihres Telefons.

„Einstellungen“ → „Bluetooth“ → Brechen Sie die Geräteregistrierung der Uhr ab.

Wenn Sie ein anderes Telefon erwerben

Sie müssen eine Kopplung durchführen, wenn Sie zum ersten Mal eine Bluetooth-Verbindung mit einem Telefon herstellen möchten.

Löschen von Kopplungsinformationen von der Uhr

3 Koppeln Sie die Uhr mit einem Telefon.

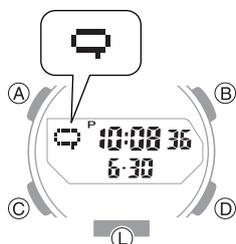
Empfang von Telefonbenachrichtigungen

Sie können Ihre Uhr verwenden, um Benachrichtigungen über eingehende Anrufe, eingehende E-Mails, Social-Media-Ereignisse und andere Ereignisse von einem mit der Uhr verbundenen Telefon über Bluetooth zu empfangen.

- Um Benachrichtigungen von Ihrem Telefon zu erhalten, müssen Sie die Uhr mit dem Telefon koppeln.

[Vorbereitung](#)

Die neuesten Benachrichtigungsinformationen werden im Uhrzeitmodus angezeigt.



Dieser Indikator:	Bedeutung:
	E-Mail
	SNS
	Eingehende Anrufe, verpasste Anrufe
	Zeitplan
	Sonstiges

Hinweis

- Die Zeigerbewegung und der Dualzeit-Wechsel können nicht ausgeführt werden, wenn die Uhr eine Benachrichtigung erhält.
 - Mit CASIO WATCHES können Sie den Benachrichtigungsempfang aktivieren oder deaktivieren. Beachten Sie, dass Sie diese Einstellung nicht mithilfe von Bedienungsschritten auf der Uhr konfigurieren können.
- [Aktivieren von Telefonbenachrichtigungen](#)

• Benachrichtigungsanzeigen werden gelöscht

Durch Drücken einer beliebigen Taste werden die Benachrichtigungsanzeigen gelöscht. Sie werden auch automatisch gelöscht, wenn Sie 30 Sekunden lang keine Bedienungsvorgänge durchführen.

Zeitkorrektur

Ihre Uhr kann eine Verbindung mit einem Smartphone herstellen, um Informationen abzurufen, mit denen sie dann die Datums- und Uhrzeiteinstellungen korrigiert.

Wichtig!

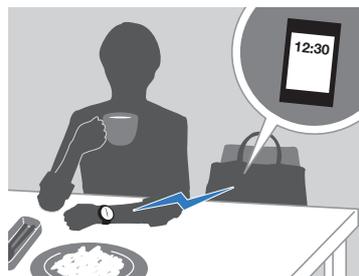
- Wenn Sie sich in einem Flugzeug oder an einem anderen Ort befinden, an dem Funksignale Probleme verursachen können, aktivieren Sie den Flugzeugmodus der Uhr, um die Verbindung mit Ihrem Smartphone zu deaktivieren.
- [Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug](#)

Mithilfe der nachfolgenden Informationen können Sie die Zeiteinstellung ganz nach Ihren Wünschen vornehmen.

Verwenden Sie ein Telefon?

Es wird empfohlen, die Zeit über eine Smartphone-Verbindung zu korrigieren.

- [Vorbereitung](#)
- [Automatische Zeiteinstellung](#)



Falls Ihr Telefon keine Verbindung zur Uhr herstellen kann:

Sie können die Zeiteinstellungen korrigieren, indem Sie Vorgänge auf der Uhr ausführen.

- [Korrektur der Uhrzeit über die Uhrbedienung](#)



Korrektur der Uhrzeit über die Uhrbedienung

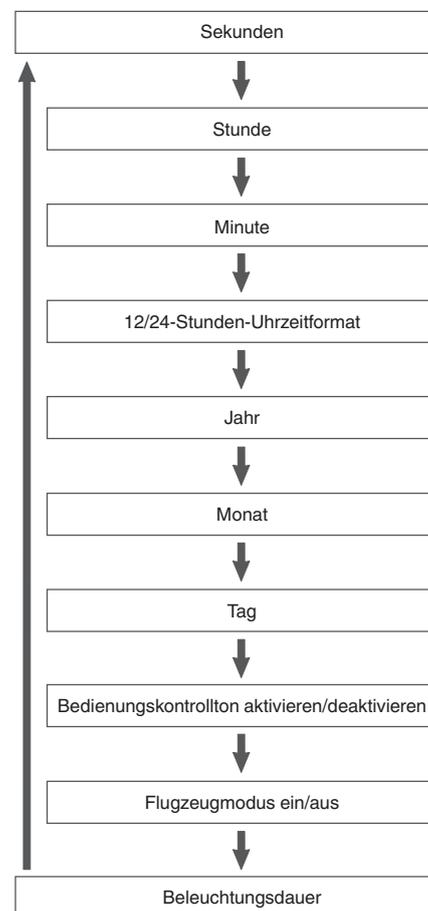
Wenn Ihre Uhr aus irgendeinem Grund keine Verbindung zu einem Telefon herstellen kann, können Sie Funktionen der Uhr verwenden, um die Einstellungen für Datum und Uhrzeit anzupassen.

• Einstellen von Zeit/Datum

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
[Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.
Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



3. Verwenden Sie (C), um die gewünschte Einstellung, die Sie ändern möchten, anzuzeigen.
 - Bei jedem Drücken von (C) werden die Einstellungen in der unten angegebenen Reihenfolge durchlaufen.



4. Konfigurieren Sie die Datums- und Uhrzeiteinstellungen.
 - Wenn die Sekunden blinken, werden sie durch Drücken von (D) auf 00 zurückgesetzt. Der Wert 1 wird den Minuten hinzugefügt, wenn sich die Sekundenanzeige zwischen 30 und 59 Sekunden befindet.
 - Um andere Einstellungen als die Sekunden zu konfigurieren, verwenden Sie (B) und (D).
5. Wiederholen Sie die Schritte 3 und 4, um die Uhrzeit- und Datumseinstellungen auszuwählen.
6. Drücken Sie zweimal (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

● Umschalten zwischen 12-Std.- und 24-Std.-Uhrzeitformat

Sie können entweder das 12-Stunden-Format oder das 24-Stunden-Format für die Zeitanzeige auswählen.

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
 ☞ [Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.
 Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



3. Drücken Sie drei Mal (C), bis [12H] oder [24H] auf dem Display blinkt.



4. Drücken Sie (D), um [12H] (12-Stunden-Uhrzeitformat) bzw. [24H] (24-Stunden-Uhrzeitformat) auszuwählen.
5. Drücken Sie zweimal (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Bei Auswahl des 12-Stunden-Uhrzeitformats wird [P] für PM-Uhrzeiten angezeigt.



- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

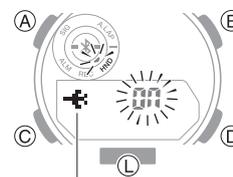
Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug

Wenn Sie sich in einem Krankenhaus, in einem Flugzeug oder an einem anderen Ort befinden, an dem Funksignale zu Problemen führen könnten, können Sie folgendermaßen vorgehen, um die Verbindung zwischen der Uhr und Ihrem Smartphone zu aktivieren, sodass keine Kommunikation möglich ist (Flugzeugmodus). Gehen Sie genauso vor, wenn Sie den Flugzeugmodus deaktivieren möchten.

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
 ☞ [Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.
 Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



3. Drücken Sie acht Mal (C).
 Daraufhin wird das Symbol für den Flugzeugmodus angezeigt.



Symbol für Flugzeugmodus

4. Drücken Sie (D), um die Einstellung für den Flugzeugmodus zu ändern.
 [On]: Flugzeugmodus aktiviert.
 [OFF]: Flugzeugmodus deaktiviert.
5. Drücken Sie zweimal (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

Dualzeit

Dualzeit ermöglicht Ihnen die Feststellung der aktuellen Uhrzeit in verschiedenen Zeitzonen weltweit.



Verwendung von CASIO WATCHES zur Konfiguration der Weltzeitstadt-Einstellungen

Wenn die Uhr mit einem Smartphone gekoppelt ist, können Sie auch die CASIO WATCHES-Smartphone-App verwenden, um die Weltzeitstadt einzustellen.

[Konfigurieren der Weltzeiteinstellungen](#)

Hinweis

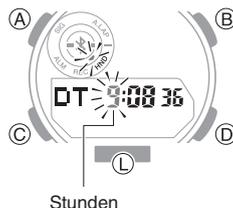
- Weltzeitstädte, die nur über die CASIO WATCHES-Smartphone-App ausgewählt werden können, können nicht über die Uhrfunktionen ausgewählt werden.

Konfigurieren der Dualzeiteinstellungen

Mit der Dualzeit können Sie die aktuelle Uhrzeit in einer anderen Zeitzone zusätzlich zu der Zeit des aktuellen Orts einstellen.

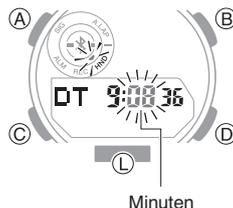
- Wechseln Sie in den Dualzeitmodus.
[Navigieren zwischen den Modi](#)
- Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.

Dadurch blinken die Stunden.



- Verwenden Sie (B) und (D) zum Ändern der Stundeneinstellung.
- Drücken Sie (C).

Dadurch blinken die Minuten.



- Verwenden Sie (B) und (D) zum Ändern der Minuteneinstellung.
 - Sie können die Einstellung in Schritten von 15 Minuten einstellen.
- Drücken Sie (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

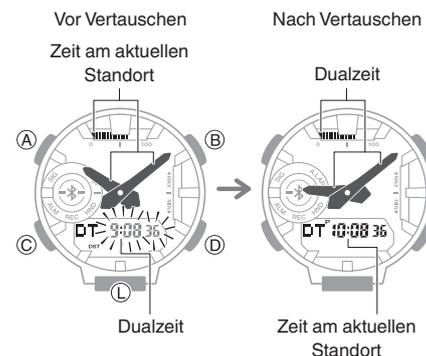
Hinweis

- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

Wechseln zwischen Zeit am aktuellen Standort und Dualzeit

- Wechseln Sie in den Dualzeitmodus.
[Navigieren zwischen den Modi](#)
- Halten Sie (B) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.

Dabei wird zwischen der Zeit am aktuellen Standort und Dualzeit gewechselt.

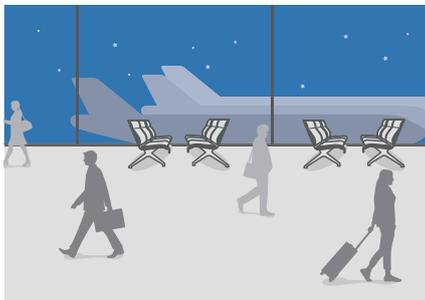


Hinweis

- Diese Funktion ist besonders nützlich, wenn Sie in eine andere Zeitzone wechseln müssen. Für Informationen darüber, wie sie zu verwenden ist, gehen Sie zu dem Abschnitt unten.
[Wechseln der Zeitzone](#)

Wechseln der Zeitzone

Wenn Sie eine andere Zeitzone eingeben, passt die Uhr die Zeiteinstellung entsprechend der Zeitzone Ihres Smartphones an Ihren aktuellen Standort an. Wenn Sie Ihr Ziel erreichen, deaktivieren Sie den Flugzeugmodus der Uhr.



1. Wenn Sie Ihr Ziel erreichen, stellen Sie eine Verbindung zwischen Uhr und Smartphone her.

[Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug](#)

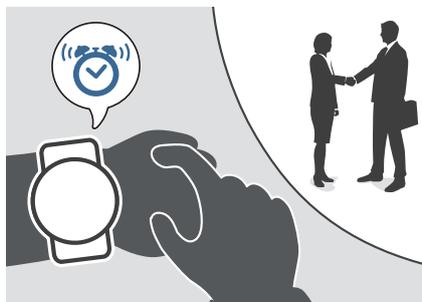
Nachdem Sie den Flugzeugmodus der Uhr deaktiviert haben, wird die Zeiteinstellung auf die Zeit an Ihrem aktuellen Standort angepasst.

- Wenn Sie eine sofortige Zeiteinstellung auslösen möchten, lesen Sie die Informationen unter dem Link unten.
 - [Sofortige Zeitkorrektur aktivieren](#)

Alarm

Die Uhr piept, sobald die Alarmzeit erreicht ist. Sie können bis zu 5 verschiedene Alarme festlegen. Das Stundensignal lässt die Uhr stündlich zur vollen Stunde piepen.

- Der Piepton erklingt nicht, wenn der Batteriestand niedrig ist.



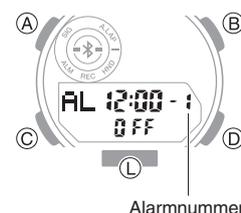
Verwendung von CASIO WATCHES zur Konfiguration der Alarmeinstellungen

Wenn die Uhr mit dem Smartphone gekoppelt ist, können Sie auch die CASIO WATCHES-Smartphone-App verwenden, um Alarme einzustellen.

[Konfigurieren der Uhr-Einstellungen](#)

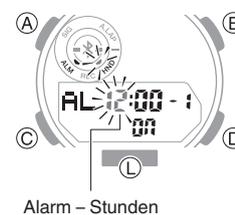
Konfigurieren der Alarmeinstellungen

1. Wechseln Sie in den Alarmmodus.
 - [Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Drücken Sie (B), um durch die Alarmnummern zu scrollen ([-1] bis [-5]), bis der Alarm angezeigt wird, den Sie konfigurieren möchten.



3. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt. Lassen Sie den Knopf los, wenn die Stundeneinstellung zu blinken beginnt.

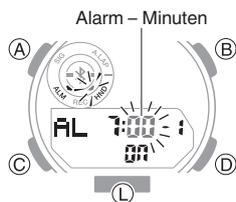
- Dies ist der Einstellungsmodus. Die Zeiger bewegen sich automatisch aus dem Weg, um die Sicht auf das Display und andere Anzeigen zu erleichtern.
- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.



4. Verwenden Sie (B) und (D) zum Ändern der Stundeneinstellung.
 - Wenn Sie (B) oder (D) gedrückt halten, können Sie mit hoher Geschwindigkeit durch die Einstellungen blättern.
 - Wenn Sie das 12-Stunden-Uhrzeitformat verwenden, gibt [P] Nachmittag (PM) an.



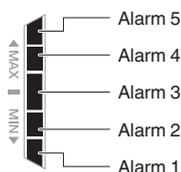
- Drücken Sie (C).
Dadurch blinken die Minuten.



- Verwenden Sie (B) und (D) zum Ändern der Minuteneinstellung.

- Drücken Sie (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

- Dadurch wird das Segment, das dem von Ihnen eingeschalteten Alarm entspricht, in der Grafikanzeige B angezeigt.



Hinweis

- Ein Piepton wird für 10 Sekunden ausgegeben, wenn die Alarmzeit erreicht wird.
- Die Uhr kehrt automatisch aus dem Alarmmodus in den Uhrzeitmodus zurück, wenn Sie etwa 2 oder 3 Minuten lang keinen Vorgang ausführen.

● Testen des Alarms

Halten Sie im Alarmmodus die Taste (D) gedrückt, um den Alarm auszugeben.

● Beenden eines Alarms

Wenn Sie, während der Piepton ausgegeben wird, eine beliebige Taste drücken, wird dieser gestoppt.

Aktivieren des Stundensignals

- Wechseln Sie in den Alarmmodus.
🔍 Navigieren zwischen den Modi
- Drücken Sie (B), damit der Bildschirm für das Stundensignal ([SIG]) angezeigt wird.



- Drücken Sie jeweils auf (D), um das Stundensignal ein- bzw. auszuschalten.
 - [SIG] wird angezeigt, wenn das Stundensignal aktiviert ist.



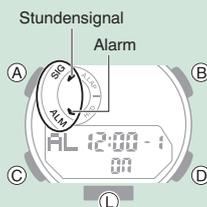
Ausschalten eines Alarms oder des Stundensignals

Um einen Alarm oder das Stundensignal zu deaktivieren, führen Sie die folgenden Schritte aus.

- Um einen Alarm oder ein Stundensignal wieder zu aktivieren, schalten Sie es wieder ein.

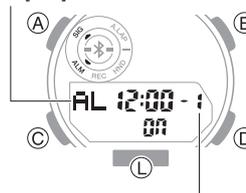
Hinweis

- Die Anzeigen werden angezeigt, wenn einer der Alarme oder das Stundensignal eingeschaltet ist.
- Die entsprechenden Anzeigen werden nicht angezeigt, wenn alle Alarme ausgeschaltet und/oder das Stundensignal ausgeschaltet ist.



- Wechseln Sie in den Alarmmodus.
🔍 Navigieren zwischen den Modi
- Mit (B) können Sie durch die Bildschirme für Alarm ([-1] bis [-5]) und das stündliche Zeitsignal ([SIG]) navigieren, bis die Einstellung angezeigt wird, die Sie deaktivieren wollen.

[AL] oder [SIG]



Alarmnummer

- Drücken Sie (D), um den angezeigten Alarm oder das Stundensignal auszuschalten.

- Bei jedem Drücken von (D) wird zwischen ON (EIN) und OFF (AUS) umgeschaltet.
- Durch das Ausschalten aller Alarme und des Stundensignals werden [ALM] und [SIG] nicht mehr auf dem Display angezeigt.



Hinweis

- Wenn [ALM] weiterhin auf dem Display angezeigt wird, bedeutet dies, dass mindestens ein Alarm noch aktiv ist. Um alle Alarme auszuschalten, aktivieren Sie die Option Grafikanzeige B, um herauszufinden, welche Alarme eingeschaltet sind, und wiederholen Sie dann die Schritte 2 und 3, bis die Segmente der Grafikanzeige B und die [ALM]-Anzeige nicht mehr angezeigt werden.

Life Log-Messung

Die Uhr erfasst beim Gehen oder im Alltag Ihre Schrittzahl und rechnet diese Zählung in die die zurückgelegte Distanz und verbrannte Kalorien um.



Messen von Life Log-Daten

Wenn Sie die Uhr richtig tragen, wird die Life Log-Messung beim Gehen oder im Alltag durchgeführt.

Wichtig!

- Da es sich bei dieser Uhr um ein am Handgelenk getragenes Life Log-Gerät handelt, kann er auch andere Bewegungen erkennen und in die Schrittzahl einbeziehen. Abnormale Armbewegungen beim Gehen können dazu führen, dass die Schritte nicht richtig gezählt werden.

• Vorbereitung

Um eine möglichst genaue Life Log-Messung zu ermöglichen, tragen Sie die Uhr mit dem Zifferblatt auf der Außenseite Ihres Handgelenks und ziehen Sie das Band fest an. Ein loses Band kann es unmöglich machen, eine korrekte Messung zu erhalten.

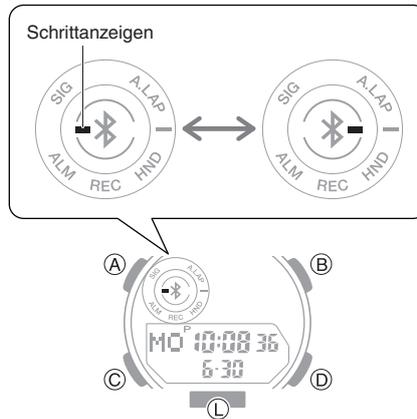


• Zählen von Schritten

Schrittzählung und die Distanzmessung werden automatisch gestartet, wenn Sie zu Fuß gehen. Die Schrittanzeigen zeigen an, ob die Schrittzahl erhöht wird oder nicht.

Abwechselnd im Sekundentakt: Gehen (Schrittzahl wird erhöht)

Beide Anzeigen werden angezeigt: kein Gehen (Schrittzahl wird nicht erhöht)



Hinweis

- Selbst während einer Messung der abgelaufenen Zeit im Stoppuhrmodus wird die Schrittzahl als Zeichen angezeigt, dass die Messung läuft. Die Messergebnisse werden als Distanz- und Pace-Werte wiedergegeben.

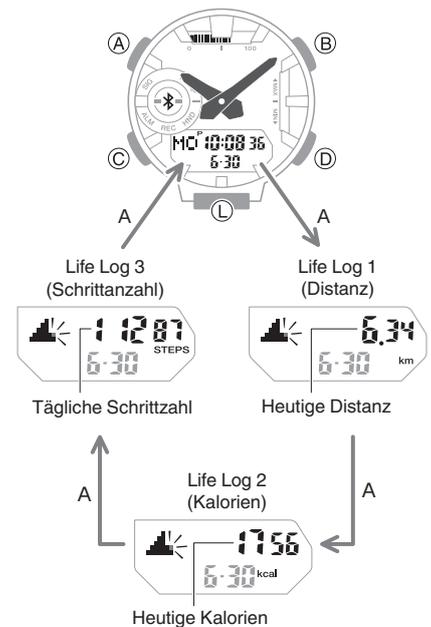
• Anzeigen von Life Log-Daten

🔄 Wechseln zwischen Life Log-Bildschirmen

Wechseln zwischen Life Log-Bildschirmen

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
🔄 Navigieren zwischen den Modi
2. Drücken Sie (A), um den Life Log-Bildschirm anzuzeigen.

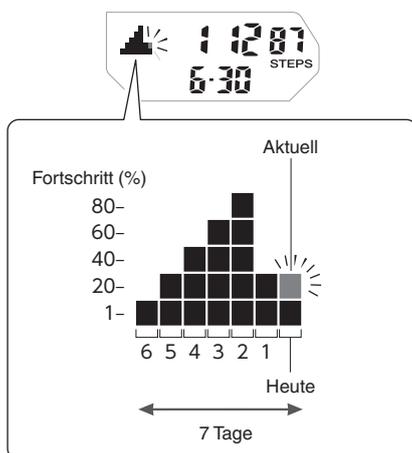
Wochentag, Stunde, Minute, Sekunde, Monat, Tag



● Interpretieren des Fortschrittsdiagramms

Das Fortschrittsdiagramm zeigt den Fortschritt, den Sie beim Erreichen Ihrer eingestellten Zielwerte für Tagesdistanz, Kalorienverbrauch und Schrittzahl erzielt haben. Sie können Ihren täglichen Fortschritt bis zu sieben Tage lang ansehen.

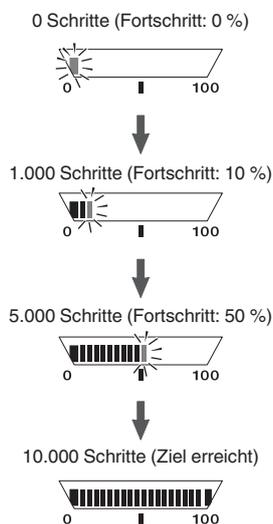
- Das Diagramm wird normalerweise minütlich aktualisiert.



● Überprüfen Ihres Fortschritts anhand Ihres täglichen Schrittziels

Die Grafikanzeige A zeigt den aktuellen Prozentsatz (%) des erreichten Zielwerts an.

Beispiel: tägliches Ziel von 10.000 Schritten



Hinweis

- Die Distanz kann bis 9.999,99 km gemessen werden. Die Anzeige der Uhr zeigt weiter 9.999,99 km an, auch wenn die tatsächliche Distanz bei 10.000 km oder mehr liegt.
- Kalorien können bis 999.999 kcal gemessen werden. Auf dem Display der Uhr werden weiter 999.999 kcal angezeigt, auch wenn die tatsächlich verbrannten Kalorien bei 1.000.000 kcal oder mehr liegen.
- Der Schrittzähler kann Werte bis 99.999 Schritte anzeigen. Wenn der Schrittzähler 99.999 überschreitet, wird der maximale Wert (99.999) weiterhin auf dem Display angezeigt.
- Um Fehlzählungen von Bewegungen zu vermeiden, die keine Schritte sind, beginnt die Schrittzahl erst, nachdem Sie etwa 20 Sekunden lang gelaufen sind. Die Anzahl der Schritte, die Sie in den ersten 20 Sekunden unternommen haben, wird in der Summe berücksichtigt.
- Der Schrittzähler wird jeden Tag um Mitternacht auf null zurückgesetzt.
- Um Strom zu sparen, wird die Schrittzählung automatisch gestoppt, wenn Sie die Uhr ausziehen (keine erkennbare Bewegung der Uhr) bzw. zwei bis drei Minuten keine Aktion ausführen.
- Das Diagramm wird auch in den folgenden Situationen aktualisiert.
 - Wenn die Schrittzählung angehalten wird, um Strom zu sparen
 - Wenn die Zählung aufgrund eines Beschleunigungsmesserfehlers oder unzureichender Stromversorgung nicht möglich ist

Rücksetzen von Life Log-Messungen

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
 ☞ [Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Verwenden Sie (A), um die gewünschte Life Log-Einstellung anzuzeigen, die Sie zurücksetzen möchten.
3. Halten Sie (B) und (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.
 Damit wird der Messwert zurückgesetzt.
 Beispiel: Schrittzahl zurücksetzen



Festlegen von Tageszielen

Mit der Anleitung in diesem Abschnitt können Sie die täglichen Zielwerte für Distanz, Kalorien und Schrittzahl festzulegen.

Die möglichen Einstellbereiche für die einzelnen Modelle sind unten aufgeführt.

- Distanz: Bis zu 199,0 km in 1,0-km-Einheiten
- Kalorien: 60.000 kcal in 10-kcal-Einheiten
- Schritte: 99.900 Schritte in 100-Schritte-Einheiten

Sie können die Distanz- und die Kalorieneinheiten auswählen, die Sie verwenden möchten.

Wichtig!

- Wenn Sie mit CASIO WATCHES Tokio (TOKYO) als Ihre Heimatstadt eingestellt haben, wird die Distanz als Kilometer (km) festgelegt. Der Bildschirm zur Auswahl der Maßeinheit wird in diesem Fall nicht angezeigt.

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.

🔗 [Navigieren zwischen den Modi](#)

2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.

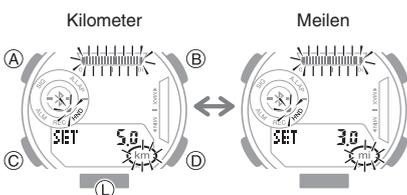
Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



3. Drücken Sie (A).

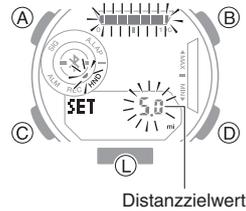
Sie können den angezeigten Bildschirm verwenden, um die Distanzeinheit festzulegen.

4. Drücken Sie (D), um [km] (Kilometer) oder [mi] (Meilen) auszuwählen.



5. Drücken Sie (C).

Im angezeigten Bildschirm können Sie einen Zielwert für die Distanz festzulegen.

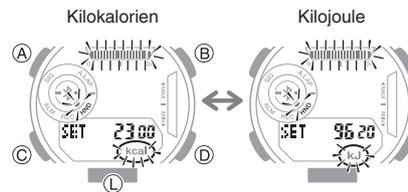


6. Verwenden Sie (B) und (D), um einen Wert für die Zieldistanz einzugeben.

7. Drücken Sie (C).

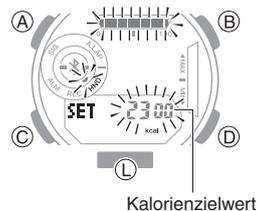
Im angezeigten Bildschirm können Sie eine die Kalorieneinheit festzulegen.

8. Verwenden Sie (D), um [kcal] (Kilokalorien) oder [kJ] (Kilojoule) einzugeben.



9. Drücken Sie (C).

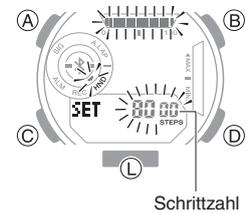
Im angezeigten Bildschirm können Sie einen Tageszielwert für Kalorien festlegen.



10. Verwenden Sie (B) und (D), um einen Kalorienzielwert einzugeben.

11. Drücken Sie (C).

Im angezeigten Bildschirm können Sie einen Tageszielwert für die Schrittzahl festlegen.



12. Verwenden Sie (B) und (D), um einen Tageszielwert für die Schrittzahl einzugeben.

13. Drücken Sie (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Sie können den Einstellungsvorgang jederzeit mit (A) beenden.
- Sie können die Zielwerteinstellungen mit Uhr- oder CASIO WATCHES-Eingaben ändern, während eine Stoppuhr-Zeitmessung aktiv ist.
- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

Ursachen für fehlerhafte Schrittzählung

Eine der folgenden Bedingungen kann die ordnungsgemäße Zählung unmöglich machen.

- Gehen mit Hausschuhen, Sandalen oder anderen Schuhen, die einen schlurfenden Gang begünstigen
- Gehen auf Fliesen, Teppich, verschneiten Straßen oder anderen Oberflächen, die einen schlurfenden Gang begünstigen
- Unregelmäßiges Gehen (an stark belebten Orten, in einer Warteschlange, in der das Gehen in kurzen Zeitabständen stoppt und beginnt usw.)
- Extrem langsames Gehen oder extrem schnelles Laufen
- Schieben eines Einkaufs- oder Kinderwagens
- An einem Ort, wo es viele Vibrationen gibt, Fahren auf einem Fahrrad oder in einem Fahrzeug
- Häufige Bewegungen der Hand oder des Arms (Klatschen, Fächerbewegung usw.)
- Gehen beim Händchenhalten, Gehen mit Spazierstock oder Stock oder jede andere Bewegung, bei der Ihre Hand- und Beinbewegungen nicht aufeinander abgestimmt sind
- Normale tägliche Aktivitäten, bei denen das Gehen unterbrochen wird (Putzen usw.)
- Tragen der Uhr an Ihrer dominanten Hand
- 20 Sekunden oder weniger Gehen
- Bewegung der Uhrzeiger (durch Zeigerverstellungsfunktion usw.)
- Durchführen von Uhrbedienungsverfahren

Stoppuhr

Die Stoppuhr misst die abgelaufene Zeit in Einheiten von 1/100 Sekunden für die erste Stunde, und danach in Einheiten von 1 Sekunde bis zu 24 Stunden.

Neben der normalen Messung der verstrichenen Zeit können Sie mit der Stoppuhr auch Zwischenzeiten und Rundenzeiten messen.

Sie können auch Distanz und Pace messen.



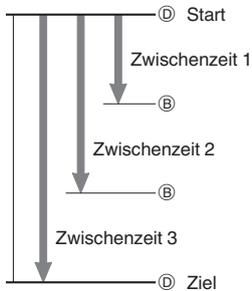
Hinweis

- Wenn ein Messvorgang 36 Stunden andauert, wird er automatisch gestoppt, und [F] blinkt auf dem Display.
- Wenn Sie eine Runde oder eine Zwischenzeit aufzeichnen, erstellt die Uhr eine Aufzeichnung. Der Datensatz enthält die folgenden Informationen: Startdatum und -zeit der Messung, Zeit und Pace jeder Runde oder Zwischenzeit sowie die Gesamtdistanz und den gesamten Kalorienverbrauch.
- Bis zu 45 Zwischenzeiten und Rundenzeiten können im Speicher der Uhr erfasst werden. Wenn die gespeicherten Daten eines Messvorgangs 44 Datensätze überschreiten, können keine weiteren Zwischenzeiten oder Rundenzeiten gespeichert werden. Der 45. Datensatz wird gespeichert, wenn die Stoppuhr nach dem Beenden des Messvorgangs vollständig auf Null zurückgesetzt wird.
- Über den Abrufmodus haben Sie die Möglichkeit, die neuesten Messdaten anzuzeigen.
[Anzeigen gespeicherter Daten](#)
- Mit CASIO WATCHES können Sie die Daten vergangener Messungen erneut ansehen.
- Wenn die Uhr mit Ihrem Telefon verbunden ist, werden die gemessenen Protokolldaten automatisch an CASIO WATCHES gesendet, wenn Sie einen Messvorgang beenden und einen Reset durchführen. Sie können die nächste Messung erst starten, wenn die Übertragung abgeschlossen ist.
- Sie können keine Eingaben in CASIO WATCHES machen oder alle Einstellungen aktualisieren oder senden, während eine Stoppuhrmodus-Messung durchgeführt wird.

Zwischenzeiten und Rundenzeiten

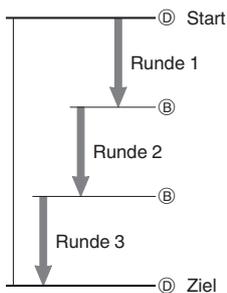
● Zwischenzeit

Die Zwischenzeit ist die verstrichene Zeit ab dem Start bis zu einem beliebigen Zeitpunkt während eines Ereignisses.



● Rundenzeit

Die Rundenzeit zeigt die verstrichene Zeit während einer bestimmten Runde rund um eine Laufbahn an.

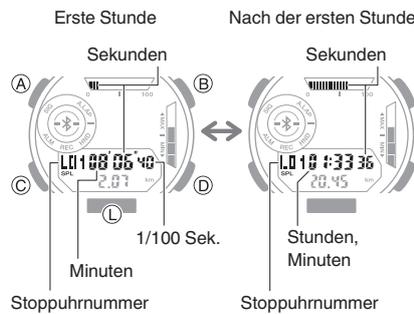


Messen verstrichener Zeit

1. Wechseln Sie in den Stoppuhrmodus.
🔍 Navigieren zwischen den Modi
2. Verwenden Sie die folgenden Vorgänge, um die abgelaufene Zeit zu messen.



- Die abgelaufene Zeit wird für die erste Stunde der Messung in Einheiten von 1/100 Sekunden angezeigt. Nach der ersten Stunde wird die abgelaufene Zeit in Einheiten von einer Sekunde angezeigt.



3. Drücken Sie (B), um die Stoppuhr auf Null zurückzusetzen.

Messen der Zwischenzeit

1. Wechseln Sie in den Stoppuhrmodus.
🔍 Navigieren zwischen den Modi
2. Drücken Sie (B), um [SPL] anzuzeigen.

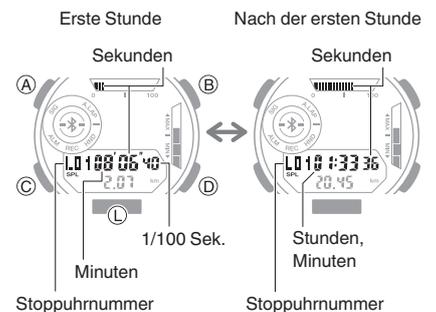


3. Verwenden Sie die folgenden Vorgänge, um die verstrichene Zeit zu messen.



* Bei jedem Drücken von (B) wird die abgelaufene Zeit bis zu diesem Punkt (Zwischenzeit) angezeigt. Die Zwischenzeit wird ca. acht Sekunden lang angezeigt, gefolgt von der aktuell abgelaufenen Zeit (Zwischenzeit).

- Die abgelaufene Zeit wird für die erste Stunde der Messung in Einheiten von 1/100 Sekunden angezeigt. Nach der ersten Stunde wird die abgelaufene Zeit in Einheiten von einer Sekunde angezeigt.



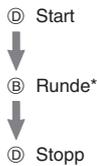
4. Drücken Sie (B), um die Stoppuhr auf Null zurückzusetzen.

Messen von Rundenzeiten

1. Wechseln Sie in den Stoppuhrmodus.
 Navigieren zwischen den Modi
2. Drücken Sie (B), um [LAP] anzuzeigen.

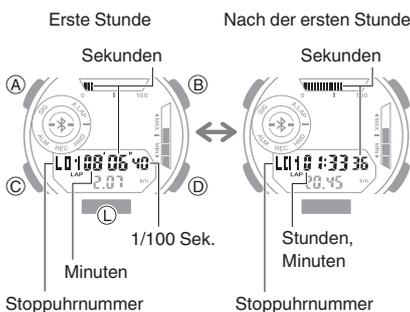


3. Gehen Sie wie folgt vor, um die abgelaufene Zeit zu messen.



* Bei jedem Drücken von (B) wird die seit der letzten Rundenzeit abgelaufene Zeit (Rundenzeit) angezeigt. Die Rundenzeit wird ca. acht Sekunden lang angezeigt, gefolgt von der neuen abgelaufenen Rundenzeit.

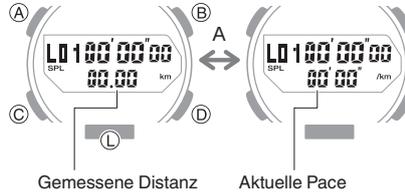
- Die abgelaufene Zeit wird für die erste Stunde der Messung in Einheiten von 1/100 Sekunden angezeigt. Nach der ersten Stunde wird die abgelaufene Zeit in Einheiten von einer Sekunde angezeigt.



4. Drücken Sie (B), um die Stoppuhr auf Null zurückzusetzen.

Wechsel zwischen gemessener Strecke und Pace

Durch Drücken der Taste (A) wird zwischen gemessener Distanz und Tempo gewechselt.

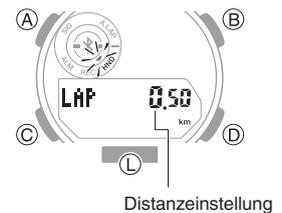


Nutzung von Auto Lap-Benachrichtigungen

Mit Auto Lap können Sie eine Ziel-Rundendistanz festlegen und dann Rundenzeiten und Zwischenzeiten messen. Ein Signalton und eine Anzeige zeigen an, wenn die voreingestellte Distanz erreicht ist.

Einstellung der Auto Lap-Länge

1. Wechseln Sie in den Stoppuhrmodus.
 Navigieren zwischen den Modi
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.
3. Verwenden Sie (D), um einen Distanzwert einzugeben.
 - Mit jedem Drücken von (D) wird die Distanzeinstellung in 0,5-km-Schritten geändert. Sie können eine Einstellung von OFF bis zu 10 km auswählen. Wenn Sie bei einer Einstellung von 10 km (D) drücken, kehrt die Einstellung zu OFF zurück.



- Wenn Sie einen Distanzwert angeben, wird [A.LAP] im Stoppuhrmodus angezeigt.
4. Drücken Sie (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

Zeitmessung mit Auto Lap

Sie können die gleichen Aktionen für die abgelaufene Zeit durchführen wie die in den unten beschriebenen Abschnitten.

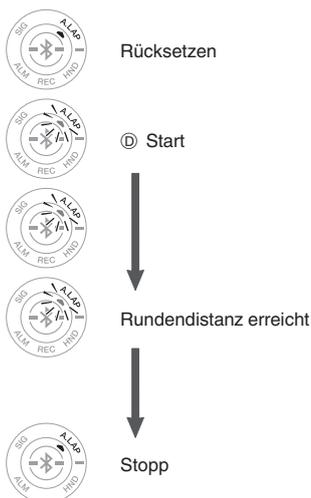
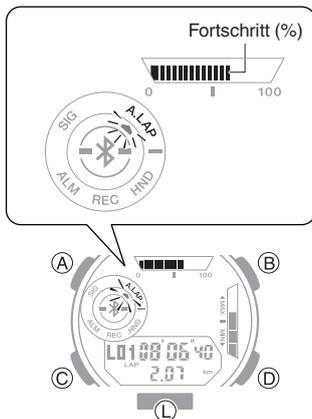
- 🕒 Messen verstrichener Zeit
- 🕒 Messen der Zwischenzeit
- 🕒 Messen von Rundenzeiten

Wenn eine Messung der verstrichenen Zeit gestartet wurde, blinkt [A.LAP] auf dem Display.

Jedes Mal, wenn Sie die angegebene Distanz erreichen, geschieht Folgendes.

- Automatische Aufzeichnung von Runden- und Zwischenzeiten
- Ein Alarm ertönt.
- Ein Bestätigungsbildschirm wird etwa acht Sekunden lang angezeigt.

Zusätzlich zeigt der Grafikindikator A Ihren Fortschritt (%) für die Distanz an, die Sie für die Runde eingestellt haben.



Überprüfen von Trainingsprotokolldaten

Anzeigen gespeicherter Daten

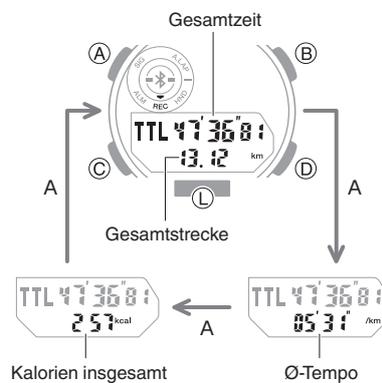
Gehen Sie wie folgt vor, um die Zwischenzeiten und Rundenzeiten anzuzeigen.

1. Wechseln Sie in den Abrufmodus.

🕒 Navigieren zwischen den Modi

Neben der Gesamtzeit kann die Uhr auch die Gesamtdistanz, die durchschnittliche Pace oder die gesamten Kalorien anzeigen.

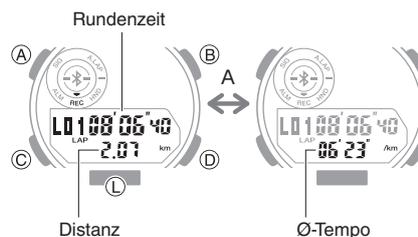
- Sie können zwischen den Displays wechseln, indem Sie (A) drücken.



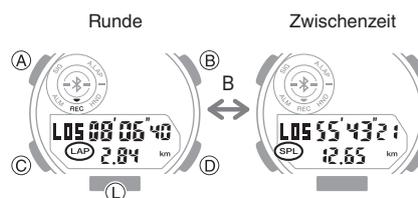
2. Drücken Sie (D).

Dadurch werden Details zu den letzten Trainingsdaten angezeigt.

- Sie können zwischen den Displays wechseln, indem Sie (A) drücken.

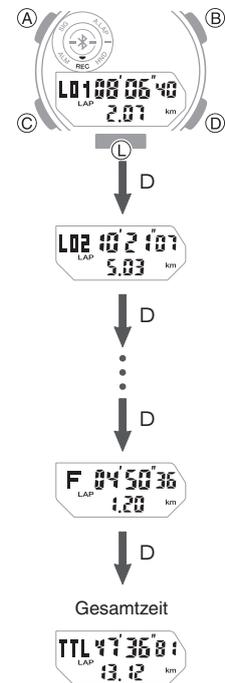


- Drücken Sie (B), um zwischen der Runden- und Zwischenzeit zu wechseln.



3. Drücken Sie (D), um durch die Messzahlen zu navigieren.

- Bei dem Drücken von (D) wird von [L01] zum nächsten Messwert umgeschaltet.



- Wenn Sie während der Anzeige des letzten Datensatzes (D) drücken, wird der Bildschirm Gesamtzeit angezeigt.

Hinweis

- Es wird eine Aufzeichnung der gemessenen Daten erstellt und jeder Messung (von Start bis zum Stopp) eine Zahl zugewiesen.
- Wenn das aktuell angezeigte Trainingsprotokoll noch nicht an CASIO WATCHES übertragen wurde, blinkt die Grafikanzeige A.
- Beim Umschalten zwischen Rundenzeit und Zwischenzeit im Abrufmodus wechselt auch die Rundenzeit/Zwischenzeit-Anzeige in den Stoppuhrmodus.

Timer

Der Timer zählt von einer von Ihnen festgelegten Startzeit herunter. Die Uhr gibt während der letzten fünf Sekunden des Countdowns jede Sekunde einen Piepton aus.

- Der Piepton erklingt nicht, wenn der Batteriestand niedrig ist.



Verwendung von CASIO WATCHES zur Konfiguration des Timers

Wenn die Uhr mit einem Telefon gekoppelt ist, können Sie auch die CASIO WATCHES-Telefon-App verwenden, um die Startzeit des Timers einzustellen.

[Konfigurieren der Uhr-Einstellungen](#)

Einstellen einer Startzeit

Die Startzeit kann in Schritten von jeweils 1 Sekunde bis zu 60 Minuten eingestellt werden.

1. Wechseln Sie in den Timermodus.
[Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.
3. Verwenden Sie (B) und (D), um die Anzahl der Timer-Wiederholungen festzulegen.



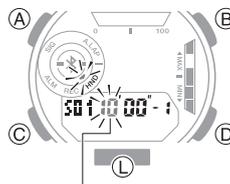
Anzahl der Wiederholungen

4. Drücken Sie (C).
5. Verwenden Sie (B) und (D), um [1] anzuzeigen.



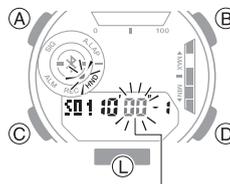
Minuten

6. Drücken Sie (C).
Dadurch blinken die Minuten.
7. Verwenden Sie (B) und (D), um die Minuteneinstellung des Timers zu ändern.



Sekunden

8. Drücken Sie (C).
Dadurch blinken die Sekunden.
9. Verwenden Sie (B) und (D), um die Sekundeneinstellung des Timers zu ändern.



Anzahl der Wiederholungen

10. Drücken Sie (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

Verwenden des Timers

1. Wechseln Sie in den Timermodus.
[Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Eine typische Funktion wird unten angezeigt.



- Die Uhr gibt während der letzten fünf Sekunden des Countdowns jede Sekunde einen Piepton aus.
- Um einen laufenden Countdown zu stoppen, während der Countdown pausiert ist, drücken Sie (B). Dies setzt den Timer auf die Startzeit zurück.

Messen der abgelaufenen Zeit mit der automatischen Startfunktion

Gehen Sie wie im Folgenden beschrieben vor, um einen Timer-Countdown nach einer Vorzählung von fünf Sekunden automatisch zu starten.

1. Wechseln Sie in den Timermodus.
[🔍 Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Drücken Sie (B), um Auto-Start auszuwählen.



Fünf Countdown-Sekunden verbleibend

3. Eine typische Funktion wird unten angezeigt.



- Um einen laufenden Countdown zu stoppen, während der Countdown pausiert ist, drücken Sie (B). Dies setzt den Timer auf die Startzeit zurück.

Verwenden von programmierbaren Timern für Intervalltraining

Übersicht

Sie können die Einstellungen für mehrere Timer so konfigurieren, dass sie nacheinander verschiedene Countdowns durchführen, um einen Intervall-Timer zu erstellen. Sie können einen Intervall-Timer verwenden, um zu kontrollieren, wie viel Zeit Sie damit verbringen, Liegestützen, Kniebeugen oder andere Übungen zu machen, die ein Fitnessstraining ausmachen. Sie könnten beispielsweise einen Intervall-Timer wie unten dargestellt konfigurieren und die Intervalle ① bis ④ 10 Mal wiederholen lassen.

Timereinstellungen

- Intervall 1: 30 Sekunden
- Intervall 2: 20 Sekunden
- Intervall 3: 30 Sekunden
- Intervall 4: 25 Sekunden
- Datensätze: 10

Intervalltraining

- ① Liegestützen: 30 Sekunden
- ② Erholung: 20 Sekunden
- ③ Kniebeugen: 30 Sekunden
- ④ Erholung: 25 Sekunden

Hinweis

- Sie können bis zu fünf verschiedene Timer einstellen, die bis zu 20 Mal wiederholt werden können.

Einrichtung programmierbarer Timer

- Wenn ein Timer-Countdown läuft, setzen Sie den Timer auf die aktuelle Startzeit zurück, bevor Sie diesen Vorgang ausführen.

🔍 Verwenden des Timers

1. Wechseln Sie in den Timermodus.
[🔍 Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.

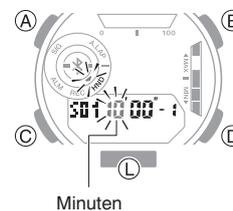


3. Verwenden Sie (B) und (D), um die Anzahl der Timer-Wiederholungen festzulegen.
4. Drücken Sie (C).
5. Verwenden Sie (B) und (D), um die Position der Timer in einer Reihenfolge anzugeben.

- Zum Festlegen der ersten Position stellen Sie [1] ein.

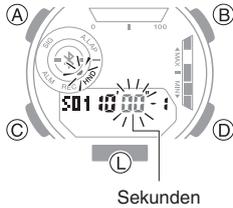


6. Drücken Sie (C).
Die Minutenanzeige von Timer 1 blinkt.
7. Verwenden Sie (B) und (D), um die Minuteneinstellung des Timers zu ändern.



8. Drücken Sie (C).
Die Sekundenanzeige von Timer 1 blinkt.

9. Verwenden Sie (B) und (D), um die Sekundeneinstellung des Timers zu ändern.



10. Drücken Sie zweimal (C).

Sie kehren zum Bildschirm in Schritt 5 zurück.

11. Wiederholen Sie die Schritte 5 bis 10 so oft wie nötig, um die Einstellungen der anderen Timer zu konfigurieren.

12. Drücken Sie (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Darüber hinaus können Sie über CASIO WATCHES die Einstellungen des programmierbaren Timers festlegen.
- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

Stoppen mit programmierbaren Timern

1. Wechseln Sie in den Timermodus.
 Navigieren zwischen den Modi
2. Drücken Sie (D), um den Countdown zu starten.



Die Uhr gibt während der letzten fünf Sekunden des Countdowns jede Sekunde einen Piepton aus und beginnt den Countdown für den nächsten Timer, wenn das Ende erreicht ist.

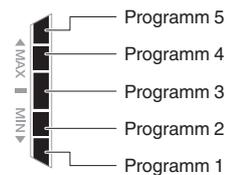
- Um einen laufenden Timer-Countdown zu unterbrechen, drücken Sie (D). Sie können einen unterbrochenen Timer-Countdown auf die Startzeit zurückzusetzen, indem Sie (B) drücken.
- Wenn ein Countdown-Vorgang für mehrere Timer läuft, können Sie den aktuellen Countdown beenden und den nächsten Countdown starten, indem Sie (B) mindestens 0,5 Sekunden lang gedrückt halten.

Prüfen des An/Aus-Status von programmierbaren Timern

Im Timermodus können Sie herausfinden, ob die jeweiligen programmierbaren Timer ein- oder ausgeschaltet sind, indem Sie die Option Grafikanzeige B aktivieren.

Der aktuelle Status eines programmierbaren Timers ist daran erkennbar, ob das Anzeigesegment der Programmnummer angezeigt wird, blinkt oder gar nicht angezeigt wird.

Grafikanzeige B

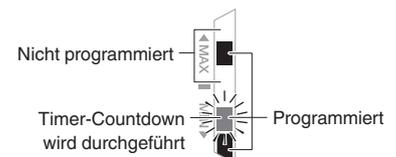


Status des programmierbaren Timers	Grafik
Nicht programmiert	Nicht angezeigt
Programmiert	Angezeigt
Vorgang läuft/Auto Start	Blinkt *
Angehalten	Blinkt
Timer-Einstellungen werden konfiguriert	

* Segment verschwindet, wenn das Programm abgeschlossen ist.

Beispielanzeige

Programm 1, 2, 4: Programmiert
 Programm 3, 5: Nicht programmiert
 Programm 2: Timer-Countdown aktiv



Anpassen der Zeigerausrichtung

Starke magnetische Kräfte oder Stöße können dazu führen, dass sich die von den analogen Uhrzeigern dargestellte Zeit von der Zeit auf dem Digitaldisplay unterscheidet. Falls dies passiert, passen Sie die Zeigerausrichtung an.

Verwendung von CASIO WATCHES zum Einstellen der Zeigerausrichtung

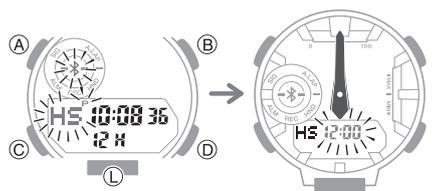
Wenn die Uhr mit dem Telefon gekoppelt ist, können Sie auch CASIO WATCHES verwenden, um die Zeigerausrichtung anzupassen.

[Anpassen der Zeigerausrichtung](#)

Anpassen der Zeigerausrichtung

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
[Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Halten Sie (A) mindestens 5 Sekunden lang gedrückt. Lassen Sie den Knopf los, wenn [12:00] zu blinken beginnt. So können Sie den Stunden- und Minutenzeiger ausrichten.

Nach ungefähr 3,5 Sekunden	Fünf Sekunden später
-------------------------------	-------------------------


3. Wenn sich Stunden- und Minutenzeiger nicht auf 12 Uhr befinden, verwenden Sie (B) und (D), um sie auszurichten.
4. Drücken Sie (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Nach zwei oder drei Minuten Nichtbetrieb während der Anpassung der Zeigerausrichtung kehrt die Uhr automatisch in den Uhrzeitmodus zurück.

Weitere Einstellungen

In diesem Abschnitt wird erläutert, wie Sie andere Uhr-Einstellungen vornehmen können.

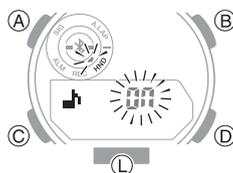
Aktivieren des Bedienungskontrolltons

Gehen Sie wie nachstehend beschrieben vor, um den Ton zu aktivieren bzw. zu deaktivieren, der bei einem Knopfdruck ausgegeben wird.

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
[Navigieren zwischen den Modi](#)
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt. Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



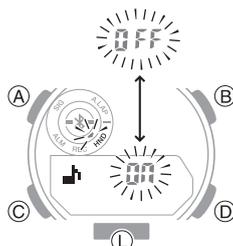
3. Drücken Sie sieben Mal (C), um [♪] anzuzeigen.



4. Drücken Sie (D), um den Bedienungskontrollton ein- oder auszuschalten.

[On]: Der Bedienungskontrollton ist aktiviert.

[OFF]: Der Bedienungskontrollton ist deaktiviert.



5. Drücken Sie zweimal (A), um den Einstellungsvorgang zu beenden.

Hinweis

- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.

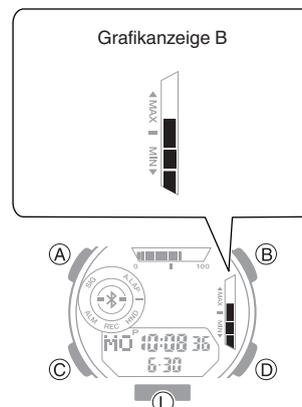
Überprüfen Ihrer Trainingsintensität

Ihre Uhr berechnet die Bewegungsintensität basierend auf Ihrer Schrittzahl und Ihrer Körpergröße, wie in Ihrem Benutzerprofil registriert.

Grafikanzeige B zeigt die berechnete Bewegungsintensität als eine von fünf Stufen an.

Sie können die Trainingsintensität in den unten aufgeführten Modi überprüfen.

- Uhrzeitmodus
- Stoppuhrmodus
- Dualzeitmodus



Fünf Trainingsintensitätsstufen

Trainingsintensität	Grafikanzeige B
1	
2	
3	
4	
5	

Bedeutung der fünf Trainingsintensitätsstufen

Trainingsintensität	Beschreibung	Ungefähre Geschwindigkeit
1	Langsames Gehen	Gehen mit weniger als 4,5 km/h
2	Normales bis schnelleres Gehen	Gehen mit 4,5 bis 6 km/h
3	Schnelles Gehen oder langsames Laufen	Gehen mit 6 km/h oder Laufen mit 5,1 bis 7,7 km/h
4	Normales bis schnelleres Laufen	Laufen mit 7,7 bis 11,0 km/h
5	Schnelles Laufen	Laufen mit mehr als 11 km/h

Rücksetzen der Uhr-Einstellungen

In diesem Abschnitt wird beschrieben, wie Sie die folgenden Uhr-Einstellungen und -Protokolle auf ihre werkseitigen Standardeinstellungen zurücksetzen.

- Beachten Sie, dass die aktuellen Einstellungen für die Zeit am Standort und die doppelte Zeit nicht zurückgesetzt werden.

1. Wechseln Sie in den Uhrzeitmodus.
 Navigieren zwischen den Modi
2. Halten Sie (A) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.

Lassen Sie den Knopf los, wenn [SET] zu blinken aufhört.



3. Halten Sie (B) mindestens 5 Sekunden lang gedrückt. Lassen Sie den Knopf los, wenn [CLR ALL] zu blinken aufhört.



Hinweis

- Durch das Zurücksetzen der Uhr werden auch Informationen zur Kopplung der Uhr mit einem Smartphone und zur Entkopplung gelöscht.
- Während die Einstellung konfiguriert wird, verlässt die Uhr den Einstellungsbildschirm automatisch nach etwa zwei oder drei Minuten ohne Eingabe.
- Durch das Zurücksetzen der Uhr werden auch Informationen zur Kopplung der Uhr mit einem Smartphone und zur Entkopplung gelöscht.

Technische Daten

Genauigkeit bei normaler Temperatur :

±15 Sekunden pro Monat, wenn die Zeitkorrektur über die Kommunikation mit einem Smartphone nicht möglich ist.

Uhrzeitmodus :

Analog

Stunde, Minute (bewegt sich alle 20 Sekunden)

Digital

Stunde, Minute, Sekunde, Monat, Tag, Tag der Woche, vorm./nachm. (P)/24-Stunden-Format, vollständiger automatischer Kalender (2000 bis 2099) Sommerzeit

Life Log-Messfunktionen :

Distanz

Messbereich: 0,00 bis 9999,99 km

Einstellung der Zieldistanz

Distanzeinheit: 1 km

Distanzbereich: 1 bis 199 km

Kalorien

Messbereich: 0 bis 999.999 kcal

Einstellung des Kalorienziels

Kalorieneinheit: 10 kcal

Kalorieneinstellbereich: 10 bis 60.000 kcal

Schrittzähler

Schrittmessung mit einem 3-Achsen-Beschleunigungsmesser

Schrittzahl-Bereich: 0 bis 99.999 Schritte

Schrittanzeige

Festlegen des täglichen Schrittziels

Einstelleinheit für Schrittzahl: 100 Schritte

Einstellbereich für Schrittzahl: 1.000 bis 99.900 Schritte

Schrittzahlgenauigkeit

±3 % (gemäß Vibrationstest)

Energiesparmodus

Life Log-Reset

Automatisches Zurücksetzen auf null täglich um Mitternacht

Manuelles Zurücksetzen

Life Log-Diagramm

Anzeige der Trainingsintensität

Stoppuhr/Datenabruf :

Messeinheit

1/100 Sek. (erste Stunde); 1 Sekunde (nach der ersten Stunde)

Messbereich: 23 Stunden, 59 Minuten, 59 Sekunden

Messfunktionen:

Normale abgelaufene Zeit, Messung von Rundenzeiten/Zwischenzeiten, Wechsel zwischen Distanz-/Tempo-Anzeige, automatische/manuelle Rundenmessung, Auto Lap-Alarm, Datenspeicher für 45 Datensätze

Timer :

Maßeinheit: 1 Sekunde
Messbereich: 60 Minuten
Anzahl der Intervalle: 1 bis 5
Anzahl der automatischen Wiederholungen: 1 bis 20
Einstellungseinheit: 1 Sekunde
5-Sekunden-Countdown, Signalton bei Zeitablauf
Automatische Startfunktion

Dualzeit :

Stunde, Minute, Sekunde
Wechsel der Heimatzeit

Alarm :

Zeitalarme
Anzahl der Alarme: 5
Einstellungseinheiten: Stunden, Minuten
Alarmtondauer: 10 Sekunden
Stundensignal: lässt die Uhr stündlich zur vollen Stunde piepen

Mobile Link :

Funktionsverknüpfung durch drahtlose Verbindung mit Bluetooth®-kompatiblen Geräten*

* Optimierte Bedienung durch Mobile Link

Automatische Zeitkorrektur

Einfache Zeiteinstellung

Weltzeit: Aktuelle Uhrzeit in 300 Städten (38 Zeitzonen, automatische Sommerzeitumstellung) und UTC-Zeit (Coordinated Universal Time)

Uhr-Einstellungen

Telefon-Finder

Distanzkalibrierung

Life Log-Datenverwaltung

Managementdaten (Kalorien, Schritte)

Trainingsprotokollmanagement

Managementdaten (Zeit, Distanz, Pace für jede Runde, gesamt verbrannte Kalorien)

Einfache Benachrichtigung (nur Tonalarm)

- Der Benachrichtigungsname oder sonstiger Text wird nicht auf dem Display der Uhr angezeigt.

Benachrichtigungsverbindungen

Automatischer Wechsel zur Sommerzeit

Automatischer Wechsel zwischen Standard- zu Sommerzeit

Timereinstellungen

Alarmeinstellungen

Korrigieren der Zeigerausrichtung

Spezifikationen der Datenkommunikation

Bluetooth®

Frequenzband: 2400 MHz bis 2480 MHz

Maximale Sendeleistung: 0 dBm (1 mW)

Kommunikationsreichweite: bis zu

2 Meter (je nach Umgebung)

Andere :

LED-Hintergrundbeleuchtung (Auto-Beleuchtung, Super Illuminator, Nachleuchten, wählbare Beleuchtungsdauer von 1,5 oder 3 Sekunden), Ton für Knopffunktionen ein/aus, Flugmodus, Benutzerprofil, Zeigerbewegung, Alarm bei niedrigem Batteriestand

Stromversorgung :

CR2025 x 1

Batterie-Nennspannung: 3 V

Lebensdauer der Batterie: ca. 2 Jahre

Bedingungen

Bluetooth-Verbindungsdauer:

10 Stunden/Tag

Alarm: Einmal (10 Sekunden)/Tag

Beleuchtung: Einmal (1,5

Sekunden)/Tag

Display: 24 Stunden/Tag

Life Log-Messung: 12 Stunden/Tag

Stoppuhr-Messung: 3 Stunden/Woche

(1 Stunde/Tag, 3 Mal/Woche)

Benachrichtigung: 20 Mal/Tag

Die technischen Daten können ohne vorherige Ankündigung geändert werden.

Sonstige Informationen

Die folgenden Abschnitte enthalten Informationen, die sich nicht auf die Bedienung beziehen, die Sie aber dennoch kennen sollten. Greifen Sie bei Bedarf auf diese Informationen zurück.

Unterstützte Telefone

Informationen zu Telefonen, die Sie mit der Uhr verbinden können, finden Sie auf der CASIO Website.

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

Urheberrechte und eingetragene Urheberrechte

- Die Bluetooth®-Wortmarke und -Logos sind eingetragene Marken von Bluetooth SIG, Inc. und werden von CASIO Computer Co., Ltd. ausschließlich unter Lizenz verwendet.
- iPhone und App Store sind eingetragene Marken von Apple Inc. in den USA und weiteren Ländern.
- iOS ist eine Marke oder eingetragene Marke von Cisco Systems, Inc.
- Android und Google Play™ sind Marken oder eingetragene Marken von Google LLC.
- Andere hierin verwendete Firmen- und Produktnamen sind Marken oder eingetragene Marken ihrer jeweiligen Unternehmen.

Problemlösung

Ich kann die Uhr nicht mit einem Telefon koppeln.

Q1 Ich konnte noch nie eine (Kopplung) Verbindung zwischen Uhr und Telefon herstellen.

Verwenden Sie ein unterstütztes Telefonmodell?

Prüfen Sie, ob das Telefonmodell und dessen Betriebssystem von der Uhr unterstützt werden. Informationen zu unterstützten Telefonmodellen finden Sie auf der Webseite von CASIO.

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

Haben Sie die CASIO WATCHES-Telefon-App auf Ihrem Telefon installiert?

CASIO WATCHES muss auf dem Telefon installiert sein, damit eine Verbindung mit der Uhr hergestellt werden kann.

🔗 ① **Installieren Sie die App auf Ihrem Telefon.**

Sind die Bluetooth-Einstellungen Ihres Telefons richtig konfiguriert?

Konfigurieren Sie die Bluetooth-Einstellungen Ihres Telefons. Details zu den Einstellverfahren finden Sie in der Bedienungsanleitung Ihres Telefons.

iPhone-Benutzer

- „Einstellungen“ → „Bluetooth“ → Ein
- „Einstellungen“ → „Datenschutz“ → „Bluetooth“ → „CASIO WATCHES“ → Ein

Android-Benutzer

- Aktivieren Sie Bluetooth.

Außer den oben genannten.

Bei einigen Telefonen muss BT Smart deaktiviert sein, damit Sie die CASIO WATCHES-Telefon-App nutzen können. Details zu den Einstellverfahren finden Sie in der Bedienungsanleitung Ihres Telefons.

Tippen Sie auf dem Startbildschirm auf: „Menü“ → „Einstellungen“ → „Bluetooth“ → „Menü“ → „BT Smart-Einstellungen“ → „Deaktivieren“.

Ich kann die Uhr nicht erneut mit dem Telefon verbinden.

Q1 Die Uhr stellt keine erneute Verbindung mit dem Telefon her, nachdem die Verbindung unterbrochen wurde.

Wird die CASIO WATCHES-Telefon-App ausgeführt?

Die Uhr kann sich nur dann erneut mit dem Smartphone verbinden, wenn CASIO WATCHES auf dem Smartphone ausgeführt wird. Tippen Sie auf dem Startbildschirm des Smartphones auf das Symbol „CASIO WATCHES“. Halten Sie nun auf der Uhr (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.



Haben Sie versucht, das Telefon aus- und dann wieder einzuschalten?

Schalten Sie das Smartphone aus und wieder ein, und tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“. Halten Sie nun auf der Uhr (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.



Q2 Ich kann keine Verbindung herstellen, während sich mein Telefon im Flugmodus befindet.

Eine Verbindung mit der Uhr ist nicht möglich, wenn sich das Smartphone im Flugmodus befindet. Nachdem Sie den Flugmodus des Smartphones deaktiviert haben, rufen Sie den Startbildschirm des Smartphones auf, und tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“. Halten Sie nun auf der Uhr (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.



Q3 Ich habe die Bluetooth-Einstellung des Telefons von aktiviert auf deaktiviert umgestellt und kann jetzt keine Verbindung mehr herstellen.

Aktivieren Sie auf dem Smartphone die Funktion Bluetooth, rufen Sie dann den Startbildschirm auf, und tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“. Halten Sie nun auf der Uhr (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.



Q4 Ich kann keine Verbindung mehr herstellen, nachdem ich das Telefon ausgeschaltet habe.

Schalten Sie das Smartphone aus und wieder ein, und tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“. Halten Sie nun auf der Uhr (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.



Q5 ✂ wird nicht angezeigt, und die Uhr ist nicht mit meinem Smartphone verbunden.

Ist eine Einstellung aktiv?

Die Bluetooth-Verbindung ist vorübergehend deaktiviert, während Einstellungen (Zeiteinstellung, Alarmeinrichtung usw.) aktiv sind. Beenden Sie die Einstellung, um die Verbindung wiederherzustellen.

Haben Sie in der letzten Stunde einen Bedienungsvorgang der Uhr durchgeführt?

Um die Batterie zu schonen, wird die Bluetooth-Verbindung zwischen der Uhr und dem Smartphone automatisch beendet, wenn die Uhr feststellt, dass die Verbindung ungefähr eine Stunde lang nicht verwendet wurde. Die automatische Zeitkorrektur ist deaktiviert, wenn keine Verbindung besteht. Um die Verbindung wiederherzustellen, drücken Sie eine beliebige Taste oder wenden Sie die Uhr Ihrem Gesicht zu.

Verbindung zwischen Telefon und Uhr

Q1 Ich kann keine Verbindung zwischen Telefon und Uhr herstellen.

Haben Sie versucht, das Telefon aus- und dann wieder einzuschalten?

Schalten Sie das Smartphone aus und wieder ein, und tippen Sie auf das Symbol „CASIO WATCHES“. Halten Sie nun auf der Uhr (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt.



Ist der Flugzeugmodus der Uhr deaktiviert?

Die Verbindung mit Ihrem Smartphone ist nicht möglich, solange der Flugzeugmodus der Uhr aktiviert ist. Um eine Verbindung mit Ihrem Smartphone herzustellen, deaktivieren Sie den Flugzeugmodus.

🔗 **Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug**

Wurde die Uhr erneut mit dem Telefon gekoppelt?

Löschen Sie die Kopplungsinformationen aus der CASIO WATCHES-Telefon-App und Ihrem Smartphone (nur iPhone), und koppeln Sie sie erneut.

🔗 **Löschen der Kopplungsinformationen aus der CASIO WATCHES-Telefon-App**

🔗 **Nur für iPhone**
Löschen der Kopplungsinformationen auf dem Smartphone

🔗 **③ Koppeln Sie die Uhr mit einem Telefon.**

Wenn Sie keine Verbindung herstellen können...

Koppeln Sie nach dem Löschen der Kopplungsinformationen von der Uhr die Uhr und das Smartphone erneut.

🔗 **Löschen von Kopplungsinformationen von der Uhr**

🔗 **③ Koppeln Sie die Uhr mit einem Telefon.**

Wechseln zu einem anderen Telefonmodell

Q1 Verbinden der aktuellen Uhr mit einem anderen Telefon.

Löschen Sie die Kopplungsinformationen von Ihrer Uhr, und koppeln Sie sie dann mit dem gewünschten Smartphone.

🔗 **Wenn Sie ein anderes Telefon erwerben**

Automatische Zeitkorrektur über eine Bluetooth-Verbindung (Zeitkorrektur)

Q1 Wann korrigiert die Uhr ihre Zeit?

Die Uhr kann zum Anpassen der Zeiteinstellung mit einem Smartphone verbunden werden. Die automatische Zeitkorrektur wird wie unten beschrieben durchgeführt.

- Wenn sich die Zeitzone oder die Sommerzeiteinstellung des Smartphones geändert hat.
- Wenn seit der letzten Zeiteinstellung über die Bluetooth-Verbindung mindestens 24 Stunden vergangen sind.
- Wenn seit dem Wechsel der Heimatstadt mit CASIO WATCHES oder der Uhrbedienung mindestens 24 Stunden vergangen sind.
- Wenn mindestens 24 Stunden vergangen sind, seit Sie die aktuelle Uhrzeit auf der Uhr eingestellt haben,

Q2 Die automatische Zeiteinstellung ist nicht korrekt.

Wird ✂ angezeigt?

Um die Batterie zu schonen, wird die Bluetooth-Verbindung zwischen der Uhr und dem Smartphone automatisch beendet, wenn die Uhr feststellt, dass die Verbindung ungefähr eine Stunde lang nicht verwendet wurde. Die automatische Zeitkorrektur ist deaktiviert, wenn keine Verbindung besteht. Um die Verbindung wiederherzustellen, drücken Sie eine beliebige Taste oder wenden Sie die Uhr Ihrem Gesicht zu.

Sind seit der letzten Zeiteinstellung über die Bluetooth-Verbindung mindestens 24 Stunden vergangen?

Die Zeiteinstellung über die Bluetooth-Verbindung erfolgt alle 24 Stunden. Die automatische Korrektur wird durchgeführt, wenn seit der letzten Zeiteinstellung mindestens 24 Stunden vergangen sind.

Sind seit der letzten manuellen Zeiteinstellung, dem Städtewechsel oder dem Städtetausch mindestens 24 Stunden vergangen?

Die automatische Zeitkorrektur wird erst 24 Stunden nach einer manuellen Zeiteinstellung, einem Städtewechsel oder einem Städtetausch durchgeführt. Die automatische Zeitkorrektur wird erst mindestens 24 Stunden nach den oben beschriebenen Vorgängen fortgesetzt.

Ist der Flugzeugmodus der Uhr deaktiviert?

Die Verbindung mit Ihrem Smartphone ist nicht möglich, solange der Flugzeugmodus der Uhr aktiviert ist. Um eine Verbindung mit Ihrem Smartphone herzustellen, deaktivieren Sie den Flugzeugmodus.

🔗 **Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug**

Q3 Die Uhr synchronisiert die Zeiteinstellung nicht mit meinem Smartphone, wenn ich die Taste (D) mindestens zwei Sekunden lang gedrückt halte.

Die Verbindung mit Ihrem Smartphone ist nicht möglich, solange der Flugzeugmodus der Uhr aktiviert ist. Um eine Verbindung mit Ihrem Smartphone herzustellen, deaktivieren Sie den Flugzeugmodus.

🔗 **Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug**

Q4 Die Zeit wird nicht richtig angezeigt.

Die Uhrzeiteinstellungen des Telefons sind möglicherweise falsch. Es kann keine Verbindung mit dem Netzwerk herstellen, da es sich außer Reichweite befindet etc. Verbinden Sie in solchen Fällen das Telefon mit dem Netzwerk, und passen Sie dann die Zeiteinstellungen an.

Life Log-Messung

Q1 Die Life Log-Informationen werden nicht korrekt angezeigt.

Da es sich bei dieser Uhr um ein am Handgelenk getragenes Life Log-Gerät handelt, kann er auch andere Bewegungen erkennen und in die Schrittzahl einbeziehen.

[Life Log-Messung](#)

Außerdem können Schrittzählprobleme auch durch ein ungewöhnliches Tragen der Uhr und abnormale Armbewegungen beim Gehen verursacht werden.

[Messen von Life Log-Daten](#)

Q2 Distanz und Schrittzahl bleiben unverändert.

Schrittzahl und Distanz werden zu Beginn des Gehens nicht angezeigt, um Fehlzählungen durch andere Bewegungen zu vermeiden. Sie wird erst dann angezeigt, wenn Sie etwa 20 Sekunden gegangen sind, wobei die Anzahl der Schritte oder der Distanzwert der ersten 20 Sekunden in der Gesamtsumme einbezogen wird.

Q3 [ERR] wird bei der Schrittzählung angezeigt.

[ERR] (Fehler) deutet darauf hin, dass der Sensorbetrieb aufgrund einer Fehlfunktion des Sensors oder interner Schaltungen deaktiviert ist.

Wenn die Anzeige länger als drei Minuten auf dem Display bleibt oder häufig eingeblendet wird, kann dies auf einen defekten Sensor hinweisen.

Alarm und Stundensignale

Q1 Alarm gibt keinen Ton aus.

Die Alarmpfeifeinstellungen sind möglicherweise nicht konfiguriert. Konfigurieren Sie die Alarmpfeifeinstellungen.

[Konfigurieren der Alarmpfeifeinstellungen](#)

Q2 Das stündliche Zeitsignal ertönt nicht.

Das stündliche Zeitsignal ist möglicherweise deaktiviert. Aktivieren Sie das stündliche Zeitsignal.

[Aktivieren des Stundensignals](#)

Batterie

Q1 blinkt auf dem Digitaldisplay.

 blinkt bei zu niedriger Batteriespannung auf dem Display. Wechseln Sie die Batterie.

Fordern Sie einen Batteriewechsel bei einem CASIO Service Center oder beim Händler an, bei dem Sie die Uhr erworben haben.

[Batteriewechsel](#)

Q2 [R] blinkt auf dem Display.

[R] kann auf dem Display angezeigt werden, wenn die Batterie der Uhr schwach ist oder wenn Sie die Beleuchtung oder eine andere Funktion innerhalb kurzer Zeit mehrmals verwenden, wodurch der Batteriestand kurzzeitig abfallen kann. In einem solchen Fall sind alle Uhrfunktionen außer der Zeitmessung deaktiviert.

Falls [R] angezeigt bleibt oder wiederholt eingeblendet wird, muss möglicherweise die Batterie gewechselt werden.

Fordern Sie einen Batteriewechsel bei einem CASIO Service Center oder beim Händler an, bei dem Sie die Uhr erworben haben.

Zeigerbewegung und Anzeigen

Q1 Ich weiß nicht, in welchem Modus sich die Uhr befindet.

Sie können den aktuellen Modus anhand des Uhr-Displays ermitteln. Verwenden Sie (C), um zwischen den Modi zu wechseln.

[Navigieren zwischen den Modi](#)



Q2 Alle Zeiger werden gestoppt und die Tasten funktionieren nicht.

Die Batterie ist leer. Fordern Sie einen Batteriewechsel bei einem CASIO Service Center oder beim Händler an, bei dem Sie die Uhr erworben haben.

[Batteriewechsel](#)

Q3 Die Zeiger bewegen sich plötzlich mit hoher Geschwindigkeit.

Dies geschieht aus folgendem Grund (oder einem der folgenden Gründe) und zeigt keinen Fehler an. Warten Sie einfach, bis die normale Zeigerbewegung wieder einsetzt.

- Die Uhr ist zur Korrektur ihrer Zeiteinstellung mit einem Smartphone verbunden.

[Automatische Zeiteinstellung](#)

Q4 Die aktuell angezeigte Zeit ist um eine Stunde oder 30 Minuten verschoben.

Die eingestellte Sommerzeit ist nicht korrekt. Wählen Sie die richtige Einstellung.

[Ändern der Heimatstadt- und Sommerzeiteinstellung](#)

Q5 Die von den Uhrzeigern angezeigte Zeit unterscheidet sich von der digitalen Zeit.

Starke magnetische Kräfte oder Stöße können dazu führen, dass sich die Ausrichtung der Zeiger verändert. Anpassen der Zeigerausrichtung.

🔗 [Anpassen der Zeigerausrichtung](#)

- Anhand der folgenden Informationen erfahren Sie, wie Sie die Zeiger manuell ausrichten können.

🔗 [Anpassen der Zeigerausrichtung](#)

Andere

Q1 Ich kann die benötigten Informationen hier nicht finden.

Besuchen Sie die folgende Website.

<https://world.casio.com/support/>

Hinweise

Wichtige Hinweise zur Benutzung

● Wasserresistenz

- Für Uhren, die auf dem Rücken mit WATER RESIST oder WATER RESISTANT gekennzeichnet sind, gelten die nachstehenden Informationen.

Wasserresistenz im täglichen Gebrauch

Kennzeichnung auf Vorderseite oder Rücken der Uhr	Keine BAR-Angabe
---	------------------

Beispiele für täglichen Gebrauch

Händewaschen, Regen	Ja
Wasser betreffende Tätigkeiten, Schwimmen	Nein
Windsurfen	Nein
Tauchen ohne Geräte	Nein

Erhöhte Wasserresistenz im täglichen Gebrauch

5 Atmosphären

Kennzeichnung auf Vorderseite oder Rücken der Uhr	5BAR
---	------

Beispiele für täglichen Gebrauch

Händewaschen, Regen	Ja
Wasser betreffende Tätigkeiten, Schwimmen	Ja
Windsurfen	Nein
Tauchen ohne Geräte	Nein

10 Atmosphären

Kennzeichnung auf Vorderseite oder Rücken der Uhr	10BAR
---	-------

Beispiele für täglichen Gebrauch

Händewaschen, Regen	Ja
Wasser betreffende Tätigkeiten, Schwimmen	Ja
Windsurfen	Ja
Tauchen ohne Geräte	Ja

20 Atmosphären

Kennzeichnung auf Vorderseite oder Rücken der Uhr	20BAR
---	-------

Beispiele für täglichen Gebrauch

Händewaschen, Regen	Ja
Wasser betreffende Tätigkeiten, Schwimmen	Ja
Windsurfen	Ja
Tauchen ohne Geräte	Ja

- Benutzen Sie diese Uhr nicht beim Gerätetauchen oder anderen Arten des Tauchens, die Sauerstoffflaschen erfordern.

- Uhren, die auf dem Rücken nicht mit WATER RESIST oder WATER RESISTANT gekennzeichnet sind, sind gegen die Einwirkung von Schweiß nicht geschützt. Vermeiden Sie, solche Uhren unter Bedingungen zu tragen, in denen sie größeren Mengen an Schweiß oder Feuchtigkeit oder direkten Wasserspritzern ausgesetzt sind.
- Auch wenn die Uhr wasserresistent ist, sind im Gebrauch die nachstehenden Vorsichtsmaßnahmen zu beachten. Ein derartiger Gebrauch beeinträchtigt die Wasserresistenz und kann ein Beschlagen des Glases verursachen.
 - Betätigen Sie nicht die Krone oder Knöpfe, wenn die Uhr im Wasser oder noch nass ist.
 - Vermeiden Sie, die Uhr in der Badewanne zu tragen.
 - Tragen Sie die Uhr nicht in einem beheizten Schwimmbad, in einer Sauna oder einer anderen Umgebung mit hohen Temperaturen/hohen Feuchtigkeit.
 - Tragen Sie die Uhr nicht, wenn Sie sich die Hände oder das Gesicht waschen, bei Hausarbeiten oder bei anderen Tätigkeiten mit Verwendung von Seife oder Reinigungsmitteln.
- Spülen Sie nach einem Eintauchen in Seewasser alles Salz und etwaigen Schmutz mit normalem Wasser von der Uhr ab.
- Um die Wasserresistenz zu erhalten, müssen Sie die Dichtungen der Uhr regelmäßig ersetzen lassen (ungefähr einmal alle zwei oder drei Jahre).
- Qualifiziertes Fachpersonal kontrolliert nach einem Batteriewechsel die Wasserresistenz der Uhr. Zum sachgemäßen Austauschen der Batterie ist Spezialwerkzeug erforderlich. Lassen Sie die Batterie daher stets beim Originalhändler oder einer autorisierten CASIO Kundendienststelle austauschen.
- Manche wasserresistenten Uhren sind mit modischen Lederarmbändern ausgestattet. Wenn Sie eine solche Uhr tragen, vermeiden Sie bitte Schwimmen, Waschen und alle Aktivitäten, bei denen das Lederarmband dem Wasser ausgesetzt ist.

- Das Uhrglas kann innen beschlagen, wenn die Uhr einem plötzlichen Temperaturabfall ausgesetzt ist. Dies stellt kein Problem dar, solange der Beschlag relativ schnell wieder verschwindet. Bei plötzlichen, heftigen Temperaturänderungen (z.B. wenn man im Sommer in einen klimatisierten Raum kommt und sich in den Kaltluftstrom stellt oder wenn man im Winter aus einem beheizten Raum kommt und die Uhr in Berührung mit Schnee bringt) kann es länger dauern, bis der Beschlag des Glases verschwindet. Wenn der Beschlag nicht mehr verschwindet oder Feuchtigkeit im Glas zu sehen ist, stellen Sie die Benutzung der Uhr bitte umgehend ein und bringen Sie sie zu Ihrem Originalhändler oder einer autorisierten CASIO Kundendienststelle.
 - Die Uhr wurde nach den Regelungen der Internationalen Organisation für Normung auf ihre Wasserresistenz getestet.
- #### ● Armband
- Wenn das Armband zu straff angelegt wird, kann dies Schwitzen verursachen und die Luftzirkulation unter dem Armband behindern, was zu Hautreizungen führen kann. Ziehen Sie das Armband nicht zu stark an. Zwischen Armband und Handgelenk sollte so viel Platz bleiben, dass Sie noch den Finger unter das Armband schieben können.
 - Alterung, Rost und andere Faktoren können dazu führen, dass das Armband reißt oder sich von der Uhr löst oder die Federstege verrutschen oder herausfallen können. Entsprechend kann die Uhr sich vom Handgelenk lösen und verloren gehen oder auch Verletzungen verursachen. Achten Sie stets auf gute Pflege des Armbands und halten Sie es sauber.
 - Stellen Sie die Benutzung des Armbands sofort ein, wenn Sie einen der folgenden Zustände feststellen: verringerte Biegsamkeit des Bands, Risse, Verfärbungen oder Lockerheit des Bands, verrutschte oder herausgefallene Federstifte und andere anormale Zustände. Bringen Sie die Uhr zur Inspektion und Reparatur (die Ihnen berechnet werden) zum Originalhändler oder einer CASIO Kundendienststelle oder lassen Sie das Armband austauschen (was Ihnen ebenfalls berechnet wird).

● Temperatur

- Lassen Sie die Uhr nicht auf dem Armaturenbrett eines Fahrzeugs, nahe an einem Heizgerät oder an anderen Orten liegen, an denen sie hohen Temperaturen ausgesetzt ist. Lassen Sie die Uhr nicht an Orten mit sehr niedrigen Temperaturen liegen. Übermäßig hohe oder niedrige Temperaturen können dazu führen, dass die Uhr vor- oder nachgeht, stehen bleibt oder andere Funktionsprobleme auftreten.
- Wenn die Uhr längere Zeit an einem Ort mit Temperaturen über +60 °C (140 °F) belassen wird, kann dies Probleme bei der LCD-Anzeige verursachen. Bei Temperaturen unter 0 °C (32 °F) und über +40 °C (104 °F) kann die LCD-Anzeige schwer ablesbar sein.

● Stöße

- Diese Uhr ist so konstruiert, dass sie den im normalen Alltagsgebrauch und bei leichten Aktivitäten wie Ballspiele, Tennis usw. auftretenden Stößen standhält. Wenn sie fallen gelassen oder anderweitig heftigen Stößen ausgesetzt wird, kann dies allerdings einen Defekt zur Folge haben. Uhren mit stoßresistenter Konstruktion (G-SHOCK, BABY-G, G-MS) können auch bei Benutzung einer Kettensäge und anderen Aktivitäten mit starken Vibrationen sowie bei sportlichen Aktivitäten mit intensiver Beanspruchung (Motocross usw.) getragen werden.

● Magnetismus

- Bei analogen und kombinierten (analog-digitalen) Uhren werden die Zeiger von einem magnetisch wirkenden Antrieb bewegt. Wenn sich eine solche Uhr nahe an einem Gerät oder Objekt befindet, das ein starkes Magnetfeld erzeugt (z.B. Lautsprecher, magnetische Halskette, Handy usw.), kann dies dazu führen, dass die Uhr nachgeht, vorgeht oder stoppt und eine entsprechend falsche Uhrzeit anzeigt.
- Starke Magnetfelder (von medizinischen Geräten usw.) sollten vermieden werden, da sie Fehlbetrieb der Uhr und eine Beschädigung elektronischer Bauteile verursachen können.

● Statische Elektrizität

- Bei sehr starker elektrostatischer Aufladung zeigt die Uhr möglicherweise eine falsche Uhrzeit an. Durch sehr starke elektrostatische Aufladung können sogar elektronische Bauteile beschädigt werden.
- Durch elektrostatische Aufladung können vorübergehend Flecken in leeren Bereichen des LCDs auftreten.

● Chemikalien

- Setzen Sie die Uhr nicht Verdünnern, Benzin, Lösungsmitteln, Ölen und Fetten aus oder Reinigern, Klebern, Arzneimitteln oder Kosmetika, die solche Stoffe enthalten. Diese können Verfärbungen verursachen und Resingehäuse, Resinarmband, Leder und andere Teile beschädigen.

● Lagerung

- Wenn die Uhr längere Zeit nicht benutzt wird, wischen Sie bitte Schmutz, Schweiß und Feuchtigkeit gründlich ab und verwahren Sie sie an einem kühlen, trockenen Ort.

● Resinteile (Kunstharzteile)

- Wenn die Uhr Berührung mit anderen Objekten hat oder längere Zeit zusammen mit anderen Objekten verwahrt wird, wenn sie nass ist, kann es vorkommen, dass die Resinteile auf die anderen Objekte oder andere Objekte auf die Resinteile abfärben. Sorgen Sie daher unbedingt dafür, dass die Uhr trocken ist, bevor Sie sie zusammen mit anderen Objekten verwahren, und vermeiden Sie, dass sie andere Objekte berührt.
- Wenn Sie die Uhr lange Zeit an einem Ort liegen lassen, an dem sie direkter Sonne (Ultraviolettstrahlung) ausgesetzt ist, oder lange Zeit nicht reinigen, kann dies zu Verfärbungen führen.
- Unter bestimmten Bedingungen (starke Einwirkung von äußeren Kräften, ständiges Reiben, Stöße usw.) können sich Verfärbungen an den lackierten Teilen ergeben.
- Wenn das Armband bedruckt ist, kann starkes Reiben auf der bedruckten Zone zu einer Verfärbung führen.
- Wenn Sie die Uhr längere Zeit im nassen Zustand lassen, kann Leuchtfarbe ausbleichen. Wischen Sie die Uhr umgehend wieder trocken, wenn sie nass geworden ist.
- Halbtransparente Resinteile können sich durch Schweiß und Schmutz verfärben sowie auch wenn sie lange Zeit hohen Temperaturen und hoher Feuchtigkeit ausgesetzt werden.
- Durch den täglichen Gebrauch und lange Lagerung der Uhr können Resinteile altern, brechen oder sich verbiegen. Der Umfang solcher Schäden ist von den Gebrauchs- und Lagerbedingungen abhängig.

● Lederarmband

- Wenn die Uhr Berührung mit anderen Objekten hat oder lange Zeit zusammen mit diesen verwahrt wird, wenn sie nass ist, kann es vorkommen, dass das Lederarmband auf andere Objekte oder andere Objekte auf das Lederarmband abfärben. Wischen Sie die Uhr unbedingt mit einem weichen Lappen trocken, bevor Sie sie zusammen mit anderen Objekten verwahren, und vermeiden Sie, dass sie andere Objekte berührt.
- Wenn Sie ein Lederarmband lange Zeit an einem Ort liegen lassen, an dem es direkter Sonne (Ultraviolettstrahlung) ausgesetzt ist, oder das Lederarmband lange Zeit nicht reinigen, kann dies zu Verfärbungen führen.

ACHTUNG:

Wenn ein Lederarmband Reibung oder Schmutz ausgesetzt ist, kann dies dazu führen, dass es abfärbt oder sich verfärbt.

● Metallteile

- Wenn Metallteile nicht von Verschmutzungen gesäubert werden, kann sich Rost bilden, auch wenn die Teile aus Edelstahl bestehen oder galvanisch behandelt sind. Wenn Metallteile Schweiß oder Wasser ausgesetzt waren, wischen Sie sie bitte gründlich mit einem weichen, saugfähigen Tuch ab und legen Sie die Uhr zum Trocknen an einen gut belüfteten Ort.
- Bürsten Sie das Metall mit einer weichen Zahnbürste mit einer schwachen Lösung aus Wasser und mildem, neutralem Reinigungsmittel oder mit Seifenwasser ab. Spülen Sie die Reinigungsmittelreste dann mit Wasser ab und wischen Sie die Teile mit einem weichen, saugfähigen Tuch trocken. Wenn Sie Metallteile waschen, wickeln Sie das Uhrgehäuse bitte in Küchen-Plastikfolie ein, damit es nicht in Berührung mit Reinigungsmittel oder Seife kommt.

● Bakterien- und geruchshemmendes Armband

- Das bakterien- und geruchshemmende Armband verbessert Komfort und Hygiene, indem es die für die Geruchsbildung verantwortliche Zersetzung von Schweiß durch Bakterien unterdrückt. Um die maximale antibakterielle und Anti-Geruchswirkung zu erzielen, muss das Armband sauber gehalten werden. Wischen Sie Schmutz, Schweiß und Feuchtigkeit auf dem Armband mit einem saugfähigen weichen Lappen gründlich ab. Ein bakterien- und geruchshemmendes Armband unterdrückt die Bildung von Organismen und Bakterien. Es schützt aber nicht vor Ausschlägen durch allergische Reaktionen usw.

● Flüssigkristalldisplay

- Bei Ablesen aus seitlichem Winkel kann die Anzeige im Display schwer zu erkennen sein.

● Uhr mit Datenspeicher

- Wenn die Batterie entladen oder ausgewechselt wird und bei Reparaturen können alle im Speicher der Uhr enthaltenen Daten gelöscht werden. Bitte beachten Sie, dass CASIO Computer Co., Ltd. keine Haftung für etwaige Schäden oder Verluste übernimmt, die aus dem Verlust von Daten durch Defekte, Reparaturen oder das Auswechseln der Batterie usw. resultieren. Bitte notieren Sie sich alle wichtigen Daten für den Fall eines Verlustes auch in schriftlicher Form.

● Uhrensensoren

- Ein Sensor einer Uhr ist ein Präzisionsinstrument. Versuchen Sie auf keinen Fall, ihn zu zerlegen. Schieben Sie auf keinen Fall irgendwelche Objekte in eine Sensoröffnung und sorgen Sie dafür, dass kein Schmutz oder Staub oder andere Fremdkörper in den Sensor gelangen. Spülen Sie die Uhr nach der Benutzung in Salzwasser gründlich mit Frischwasser ab.

Bitte beachten Sie, dass CASIO Computer Co., Ltd. keine Haftung für etwaige Schäden oder Verluste übernimmt, die Ihnen oder Dritten aus der Benutzung oder einem Defekt dieser Uhr entstehen.

Wartung durch den Benutzer

● Pflege der Uhr

Bitte denken Sie daran, dass Sie die Uhr wie ein Kleidungsstück auf der Haut tragen. Damit die Uhr den Leistungsstand bieten kann, für den sie konstruiert wurde, halten Sie Uhr und Armband bitte durch häufiges Abwischen mit einem weichen Tuch sauber und frei von Schmutz, Schweiß, Wasser und Fremdkörpern.

- Wenn die Uhr Seewasser oder Schmutz ausgesetzt war, spülen Sie sie bitte mit sauberem Frischwasser ab.
- Verwenden Sie für ein Metall- oder Resinarmband bitte eine weiche Zahnbürste oder ein ähnliches Hilfsmittel und bürsten Sie das Armband mit einer schwachen Lösung aus Wasser und einem milden, neutralen Reinigungsmittel oder mit Seifenwasser ab. Spülen Sie die Reinigungsmittelreste dann mit Wasser ab und wischen Sie die Teile mit einem weichen, saugfähigen Tuch trocken. Wenn Sie das Armband waschen, wickeln Sie das Uhrgehäuse bitte in Küchen-Plastikfolie ein, damit es nicht in Berührung mit dem Reinigungsmittel oder Seife kommt.
- Bei einem Resinarmband waschen Sie dieses bitte mit Wasser ab und wischen Sie es mit einem weichen Tuch trocken. Bitte beachten Sie, dass es bei einem Resinarmband vorkommen kann, dass schmutzähnliche Muster auf der Oberfläche erscheinen. Dies hat keinen Einfluss auf die Haut oder Kleidung. Wischen Sie das Schmutzfleckenmuster mit einem Tuch ab.
- Reinigen Sie ein Lederarmband mit einem weichen Tuch von Wasser und Schweiß.
- Wenn die Krone, Knöpfe oder der Einstellring einer Uhr lange nicht betätigt werden, kann dies zu Problemen bei der Bedienbarkeit führen. Sie sollten daher periodisch die Krone und den Einstellring drehen und die Knöpfe drücken, damit diese einwandfrei bedienbar bleiben.

● Mögliche Folgen bei schlechter Pflege

Rost

- Obwohl der für die Uhr verwendete Stahl hochgradig rostbeständig ist, kann sich Rost bilden, wenn die Uhr verschmutzt ist und nicht gesäubert wird.
 - Schmutz auf der Uhr kann den Kontakt des Metalls mit Sauerstoff unterbinden, was dazu führen kann, dass die schützende Oxidationsschicht auf der Metalloberfläche durchbrochen wird und sich Rost bildet.
- Rost kann scharfe Bereiche an Metallteilen verursachen und zum Verrutschen oder Herausfallen der Federstege führen. Stellen Sie die Benutzung der Uhr umgehend ein und bringen Sie sie zu Ihrem Originalhändler oder einer autorisierten CASIO Kundendienststelle, wenn Sie bemerken, dass mit der Uhr etwas nicht in Ordnung ist.
- Auch wenn die Metalloberfläche sauber zu sein scheint, können in Spalten versteckter Schweiß und Rost die Ärmel der Kleidung verschmutzen, Hautreizungen hervorrufen und unter Umständen auch die Funktion der Uhr beeinträchtigen.

Vorzeitiger Verschleiß

- Wenn Sie Schweiß oder Wasser an einem Resinarmband oder Einstellring nicht abwischen oder die Uhr an einem Ort mit hoher Feuchtigkeit verwahren, kann dies vorzeitigen Verschleiß, Risse und Brüche zur Folge haben.

Hautreizungen

- Bei Personen mit empfindlicher Haut oder schlechter gesundheitlicher Verfassung kann das Tragen einer Uhr unter Umständen Hautreizungen verursachen. In solchen Fällen sollten Sie das Leder- oder Resinarmband besonders sauber halten. Falls Sie beim Tragen einen Ausschlag oder andere Hautreizungen feststellen, nehmen Sie die Uhr bitte sofort wieder ab und wenden Sie sich an einen Hautpflege-Spezialisten.

Batteriewechsel

- Überlassen Sie den Batteriewechsel Ihrem Originalhändler oder einer autorisierten CASIO Kundendienststelle.
 - Lassen Sie die Batterie ausschließlich durch den in der „Technische Daten“ genannten Typ ersetzen. Bei Verwendung eines anderen Batterietyps kann sich ein Defekt ergeben.
 - Lassen Sie die Uhr beim Batteriewechsel auch auf ausreichende Wasserresistenz prüfen.
 - Zierteile aus Resin können im normalen täglichen Gebrauch mit der Zeit abnutzen, reißen oder sich verbiegen. Wenn eine Uhr, die zwecks Batteriewechsel eingereicht wurde, Risse oder eine andere auf eine mögliche Beschädigung hinweisende Anomalie aufweist, wird sie mit einer Beschreibung der Anomalie zurückgegeben, ohne die in Auftrag gegebene Arbeit auszuführen.
- **Anfängliche Batterie**
- Die Batterie, die beim Kauf der Uhr bereits eingesetzt ist, wurde auch für die Funktions- und Leistungstests im Werk benutzt.
 - Die Testbatterie erreicht das Ende ihrer Lebensdauer möglicherweise schon vor Ablauf der in der „Technische Daten“ angegebenen Lebensdauer. Bitte beachten Sie, dass Ihnen der Austausch dieser Batterie berechnet wird, auch wenn er schon innerhalb der Garantiezeit der Uhr erforderlich ist.
- **Zu niedriger Batteriestand**
- Ein zu niedriger Batteriestand ist an einem großen Fehler bei der Uhrzeit, blasser Anzeige im Display oder einem leeren Display zu erkennen.
 - Wenn die Uhr mit zu niedrigem Batteriestand betrieben wird, kann dies zu Funktionsstörungen führen. Lassen Sie die Batterie umgehend austauschen.

Hinweise zu Mobile Link

- **Rechtliche Hinweise**
- Diese Uhr erfüllt die Gesetze zu Funkverbindungen verschiedener Länder und Regionen bzw. hat in diesen eine Genehmigung erhalten. Die Verwendung dieser Uhr in einer Region, in der diese Uhr nicht die geltenden Gesetze zu Funkverbindungen erfüllt bzw. keine Genehmigung erhalten hat, kann eine kriminelle Handlung darstellen. Weitere Informationen finden Sie auf der CASIO Website.
<https://world.casio.com/ce/BLE/>
 - Die Nutzung dieser Uhr in einem Flugzeug ist durch die Luftfahrtgesetze der einzelnen Länder eingeschränkt. Leisten Sie unbedingt den Anweisungen des Flugpersonals Folge.
- **Hinweise zur Verwendung von Mobile Link**
- Wenn Sie diese Uhr in Kombination mit einem Telefon verwenden, sorgen Sie dafür, dass die Uhr und das Telefon nahe beieinander bleiben. Als Richtlinie wird eine Reichweite von zwei Metern empfohlen, wobei jedoch die örtliche Umgebung (Wände, Möbel usw.), die Gebäudekonstruktion und weitere Faktoren eine erheblich kleinere Reichweite erfordern können.
 - Diese Uhr kann von anderen Geräten beeinträchtigt werden (elektrische Geräte, audiovisuelle Geräte, Büroeinrichtung usw.) Insbesondere kann sie durch den Betrieb eines Mikrowellengeräts beeinträchtigt werden. Die Uhr kann gegebenenfalls nicht ungestört mit einem Telefon kommunizieren, wenn ein Mikrowellengerät in der Nähe in Betrieb ist. Umgekehrt kann diese Uhr Störgeräusche beim Radioempfang und Störungen des TV-Bildes verursachen.
 - Bluetooth dieser Uhr verwendet denselben Frequenzbereich (2,4 GHz) wie Wireless-LAN-Geräte, wobei die Verwendung solcher Geräte in unmittelbarer Umgebung dieser Uhr zu Funkstörungen, niedrigeren Kommunikationsgeschwindigkeiten und Geräuschen in der Uhr und im Wireless-LAN-Gerät oder sogar zum Fehlschlagen der Kommunikation führen kann.

● **Abbrechen der Ausstrahlung von Funkwellen durch diese Uhr**

Das ✂ auf dem Display zeigt an, dass die Uhr Funkwellen aussendet.

Wenn Sie sich in einem Krankenhaus, in einem Flugzeug oder an einem anderen Ort befinden, an dem die Verwendung von Funksignalen unzulässig ist, führen Sie den unten stehenden Vorgang durch, um die Erzeugung von Funksignalen zu unterbinden.

- Wechseln in den Flugzeugmodus der Uhr
☞ **Verwenden der Uhr in einer medizinischen Einrichtung oder einem Flugzeug**