

CE

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf dieser Citizen-Uhr.

Vor dem Verwenden der Uhr lesen Sie diese Bedienungsanleitung gründlich durch, um richtige Bedienung zu gewährleisten.

Nach dem Lesen der Anleitung legen Sie sie immer an einer sicheren Stelle zum zukünftigen Nachschlagen ab.

- * Das Gehäuse Design weist je nach Modell unterschiedliche Merkmale auf. Einzelheiten über diese Gehäusemerkmale sind nicht in dieser Anleitung enthalten; informieren Sie sich bei „<http://www.citizenwatch.jp/support/default.htm>“.

Zum Bestimmen der Uhrwerk-Nummer

Ihre Uhr hat eine Gehäusenummer, die auf der Gehäuserückseite eingraviert ist (siehe Abbildung rechts).

Die ersten vier Zeichen der Gehäusenummer stellen die Uhrwerk-Kalibernummer der Uhr dar.

In dem Beispiel rechts ist „1234“ die Uhrwerk-Nummer.

Beispiel für Gravurposition



Die Gravurposition kann sich je nach Modell der Uhr unterscheiden.

Sicherheitsmaßnahmen

Diese Anleitung kann bestimmte Sicherheitsvorschriften enthalten. Ihre Uhr sollte immer in Übereinstimmung mit diesen Vorschriften benutzt werden, um optimale Leistung Ihrer Uhr zu gewährleisten und Verletzungen des Trägers und/oder anderer sowie Sachschäden zu verhindern.

- Sicherheitsvorschriften sind in dieser Anleitung wie folgt kategorisiert und dargestellt:

 VORSICHT!	Hohe Gefahr von Tod oder schweren Verletzungen
 WARNUNG	Gefahr von schweren Verletzungen oder Tod
 ACHTUNG	Gefahr von kleinen oder mittelschweren Verletzungen oder Sachschäden

- Wichtige Anweisungen sind in dieser Anleitung wie folgt kategorisiert und dargestellt:

	Warnung (Vorsicht) Symbol, gefolgt von Anweisungen, die befolgt werden müssen und/oder Vorsichtsmaßnahmen, die beachtet werden sollten.
	Warnung (Vorsicht) Symbol, gefolgt von Vorschriften über verbotene Verwendung und/oder Bedienung.

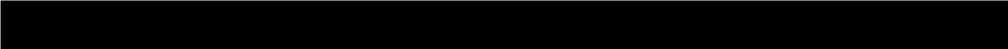
Vor der Verwendung der Uhr

Folgendes muss vor der Verwendung der Uhr ausgeführt werden:

- **Prüfen der Energiereserve → Seite 8**
Prüfen Sie den Ladepegel der Uhr.
- **Prüfen des Zeitsignalempfangs → Seite 9**
Prüfen Sie das Ergebnis des Empfangs des Zeitsignals.
- **Einstellen der Stadt → Seite 10**
Wählen Sie die Stadt, für die sie die Zeit und das Datum anzeigen wollen.

Inhaltsverzeichnis

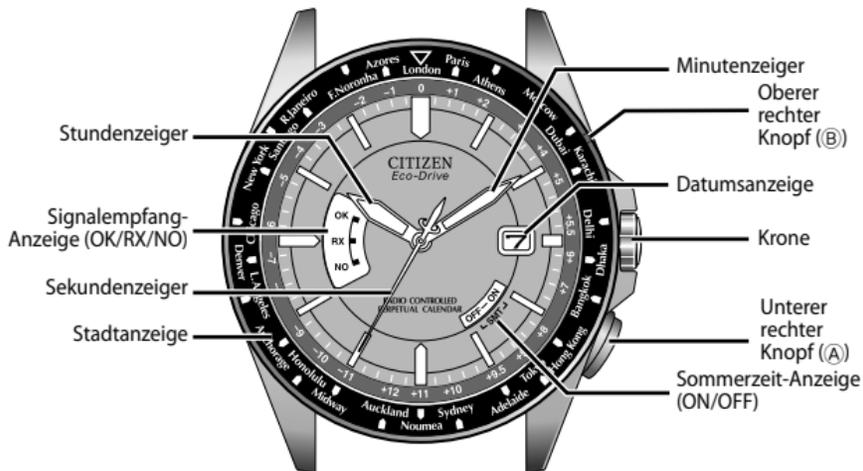
Vor der Verwendung der Uhr.....	3	Hinweise zum Zeitsignal	
Bezeichnungen der		empfangs.....	14
 Komponenten	6	Manueller Empfang des	
Prüfen der Energiereserve	8	 Zeitsignals.....	22
Prüfen des Zeitsignalempfangs...9		Während der	
Einstellen der Stadt.....	10	 Sommerzeit-Saison	24
		Neuladen Ihrer Uhr.....	30
		Manuelles Einstellen von	
		 Uhrzeit/Kalender	34



Prüfen und Korrigieren der aktuellen Bezugsposition	38
Fehlersuche	42
Vorsichtsmaßnahmen für mit Solarstrom betriebene Uhr.....	48
Wasserfestigkeit	52

Vorsichtsmaßnahmen und Begrenzung der Verwendung...	55
Pflege	60
Information	61
Technische Daten	62

Bezeichnungen der Komponenten



Die Abbildungen in dieser Bedienungsanleitung können sich von dem tatsächlichen Aussehen Ihrer Armbanduhr unterscheiden.

Verwendung der verschraubten Krone und des Einschraub-Druckknopfes

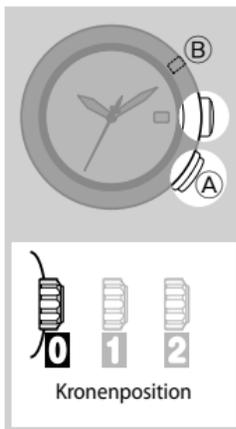
Manche Modelle haben eine verschraubte Krone und/oder einen Einschraub-Druckknopf. Durch Verriegeln der Krone und/oder des Knopfes wird versehentliche Bedienung verhindert. Diese müssen freigegeben werden, bevor bestimmte Merkmale Ihrer Uhr verwendet werden können, wie die Zeit- oder Datumseinstellung.

	Freigeben	Sperren
Verschraubte Krone	 <p>Drehen Sie die Krone gegen den Uhrzeigersinn, bis sie sich vom Gehäuse löst.</p>	 <p>Drücken Sie die Krone in das Gehäuse ein. Bei leichtem Eindringen zum Gehäuse drehen Sie die Krone im Uhrzeigersinn, um sie am Gehäuse zu sichern. Ziehen Sie ganz fest an.</p>
Verschraubte Druck-Krone	 <p>Drehen Sie die Sperrschraube gegen den Uhrzeigersinn und lösen Sie sie, bis sie stoppt.</p>	 <p>Drehen Sie die Sperrschraube im Uhrzeigersinn, und ziehen Sie sie fest an.</p>

Manche Modelle haben einen versenkten Knopf.

Drücken Sie den Knopf mit einem spitzen Gegenstand wie etwa einem hölzernen Zahnstocher.

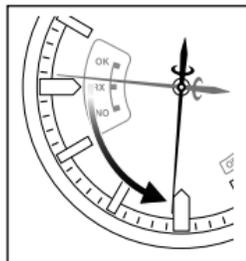
Prüfen der Energiereserve



1. Stellen Sie sicher, dass die Krone in der Position **0** ist.

2. Drücken Sie den unteren rechten Knopf **A** kurz.

- Wenn die Ladung der Uhr schwach ist, dreht der Sekundenzeiger ein Viertel gegen den Uhrzeigersinn. Sie müssen die Uhr laden. Siehe Seite 30.



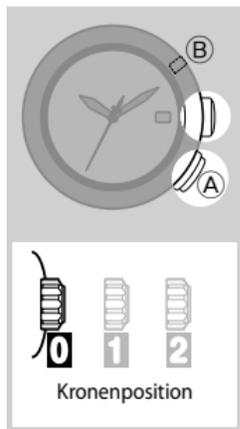
3. Drücken Sie den unteren rechten Knopf **A** kurz.

Die aktuelle Zeit wird angezeigt.

- Die aktuelle Zeit wird automatisch nach 10 Sekunden angezeigt, auch ohne Drücken des Knopfes.

Der zweite Zeiger zeigt „OK“ oder „NO“ am Ende dieses Verfahrens an, um das Empfangsergebnis des Zeitsignals anzuzeigen.

Prüfen des Zeitsignalempfangs



1. Stellen Sie sicher, dass die Krone in der Position **0** ist.
2. Drücken Sie den unteren rechten Knopf **A** kurz.
Der Sekundenzeiger bewegt sich und zeigt das Signalempfang-Ergebnis an.

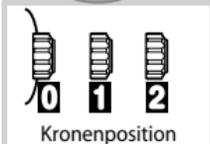
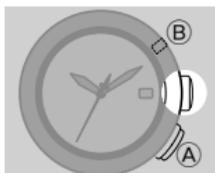
OK	Empfang war erfolgreich.
NO	Empfang ist fehlgeschlagen.

Wenn der Empfang fehlgeschlagen ist, siehe Seite 22.

3. Drücken Sie den unteren rechten Knopf **A** kurz.
Die aktuelle Zeit wird angezeigt.
 - Die aktuelle Zeit wird automatisch nach 10 Sekunden angezeigt, auch ohne Drücken des Knopfes.



Einstellen der Stadt



Wählen Sie die Stadt, für die sie die Zeit und das Datum anzeigen wollen.

1. Ziehen Sie die Krone bis auf Position 1 heraus.

Der Sekundenzeiger bewegt sich und zeigt die aktuell gewählte Stadt an.

2. Drehen Sie die Krone zum Wählen der Stadt, für die Sie die Zeit und das Datum anzeigen wollen.

- Einzelheiten über die Wahl der Städte siehe Seite 11 bis 13.
- Jedes Mal wenn Sie eine Stadt wählen, wird die Zeit und das Datum der gewählten Stadt angezeigt.

3. Ziehen Sie die Krone bis auf Position 2 heraus.

Der Sekundenzeiger bewegt sich und zeigt die aktuelle Sommerzeiteinstellung an.

- Sie können die Einstellung durch Drehen der Krone ändern. Einzelheiten siehe Seite 24 bis 29.

4. Drücken Sie die Krone bis auf Position 0 ein.

Die Uhr schaltet auf normale Funktion zurück. (Die aktuelle Zeit wird angezeigt.)

Tabelle der wählbaren Städte

- Die Anzeigen in der Tabelle unten sind bei manchen Modellen anders geschrieben.
- Der Signalsender wird je nach der gewählten Stadt gewechselt. Manche Städte können das Signal nicht empfangen, obwohl der Signalsender in der Liste zugewiesen ist.
- Wenn Sie die Uhr an einem Ort verwenden, der nicht in der Tabelle unten aufgeführt ist, wählen Sie eine Stadt in der gleichen Zeitzone wie die Stadt, die Sie anzeigen wollen.
- Der Zeitunterschied in der Tabelle unten basiert auf UTC (Koordinierte Universalzeit).
- Für durch / angezeigte Städte wird das Sommerzeit-Prüfsignal gemeinsam gespeichert.

Anzeige		Sekundenzeiger-Position	Stadt-Name	Zeitunterschied	Signal von...
London	LON	0	London	0	Deutschland
Paris	PAR	2	Paris	+1	
Athens	ATH	4	Athen	+2	
Moscow	MOW	7	Moskau	+3	
Dubai	DXB	9	Dubai	+4	

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Anzeige		Sekundenzeiger- Position	Stadt-Name	Zeitunterschied	Signal von...
Karachi	KHI	11	Karatschi	+5	China
Delhi	DEL	14	Delhi	+5,5	
Dhaka	DAC	16	Dhaka	+6	
Bangkok	BKK	18	Bangkok	+7	
Hong Kong oder Beijing	HKG oder BJS	21	Hong Kong oder Beijing	+8	
Tokyo	TYO	23	Tokyo	+9	Japan
Adelaide	ADL	25	Adelaide	+9,5	
Sydney	SYD	28	Sydney	+10	
Noumea	NOU	30	Nouméa	+11	
Auckland	AKL	32	Auckland	+12	

Anzeige		Sekundenzeiger-Position	Stadt-Name	Zeitunterschied	Signal von...
Midway	MDY	35	Midwayinseln	-11	USA
Honolulu	HNL	37	Honolulu	-10	
Anchorage	ANC	39	Anchorage	-9	
L.Angeles	LAX	42	Los Angeles	-8	
Denver	DEN	44	Denver	-7	
Chicago	CHI	46	Chicago	-6	
New York	NYC	49	New York	-5	
Santiago	SCL	51	Santiago de Chile	-4	
R.Janeiro	RIO	53	Rio de Janeiro	-3	
F.Noronha	FEN	56	Fernando de Noronha	-2	Deutschland
Azores	PDL	58	Azoren	-1	

Einzelheiten über jeden Signalsender siehe Seite **16** bis **19**.

Hinweise zum Zeitsignal empfangs

Empfangen des Zeitsignals

Es gibt drei Möglichkeiten zum Empfangen des Zeitsignals:

Methoden	Erklärungen
Automatischer Empfang	Empfängt das Signal um 2:00 morgens täglich. Wenn der Empfang fehlschlägt, versucht die Uhr, um 3:00 morgens und 4:00 morgens zu empfangen.
Empfang-on-demand	Empfängt das Signal, wenn Sie die Zeit und das Datum einstellen wollen. Siehe Seite 22.
Wiederherstellung automatischer Empfang	Empfängt das Signal automatisch nach dem Aufladen, wenn die Uhr wegen unzureichender Ladung stoppt.

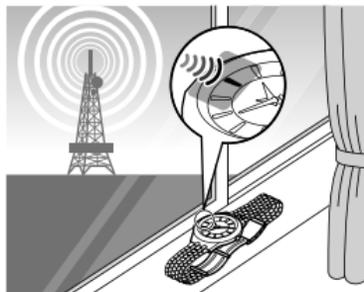
Der Sekundenzeiger zeigt das Signalempfang-Ergebnis an (OK/NO). (Siehe Seite 9.)

- Die Zeitsignal-Funktion kann nicht deaktiviert werden.
- Auch wenn diese Uhr ein Zeitsignal erfolgreich empfängt, hängt die Genauigkeit der angezeigten Zeit von der Empfangsumgebung und der internen Verarbeitung ab.
- Wenn die Uhr kein Signal empfangen kann, arbeitet sie innerhalb eines Abweichungsbereichs von ± 15 Sekunden pro Monat genau.

Beim Empfangen des Zeitsignals

Nehmen Sie die Uhr ab und legen Sie sie auf einer stabilen Oberfläche ab, wo sie das Signal besser empfangen kann, wie etwa neben einem Fenster.

- Die Empfangsantenne liegt in Richtung der 9:00-Position der Uhr. Legen Sie die Uhr mit der 9:00-Position zum Senderweisend ab.
- Bewegen Sie die Uhr nicht während des Zeitsignal-Empfangs.
- Die Uhr empfängt kein Zeitsignal, wenn sie zu schwach geladen ist, was daran erkannt werden kann, dass der Sekundenzeiger sich in Zwei-Sekunden-Schritten bewegt (die Warnung für unzureichende Ladung). Laden Sie die Uhr vor dem Empfang auf.



Hinweise zum Zeitsignal

Die Uhr empfängt das Zeitsignal von den fünf Signalsendern in vier Regionen und stellt automatisch die Zeit und das Datum ein. Die empfangbaren Signalsender sind wie folgt aufgeführt:

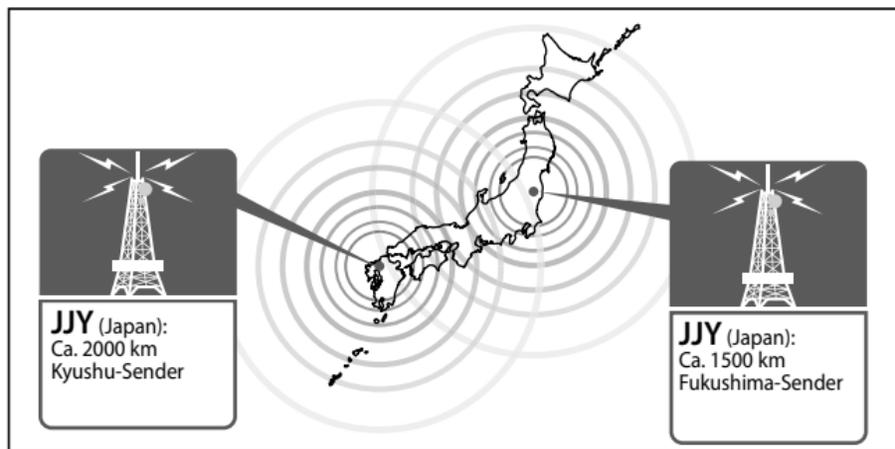
Signalsender	Art des Zeitsignals
Fukushima-Sender, Japan	JJY
Kyushu-Sender, Japan	
Sender Fort Collins, Denver, Colorado, USA	WWVB
Sender Mainflingen, Südost-Frankfurt, Deutschland	DCF77
Sender Shangqiu, Henan, China	BPC

Beziehen Sie sich auf die Karten auf Seite **17** bis **19**, um die ungefähren Orte der Signalsender und ihren Empfangsbereich zu sehen.

Ungefähres Empfangsgebiet

Der Abstand des Empfangsbereichs wird nur als ungefährer Wert verwendet. Er wird von der Empfangsbedingung und dem Wetter beeinflusst.

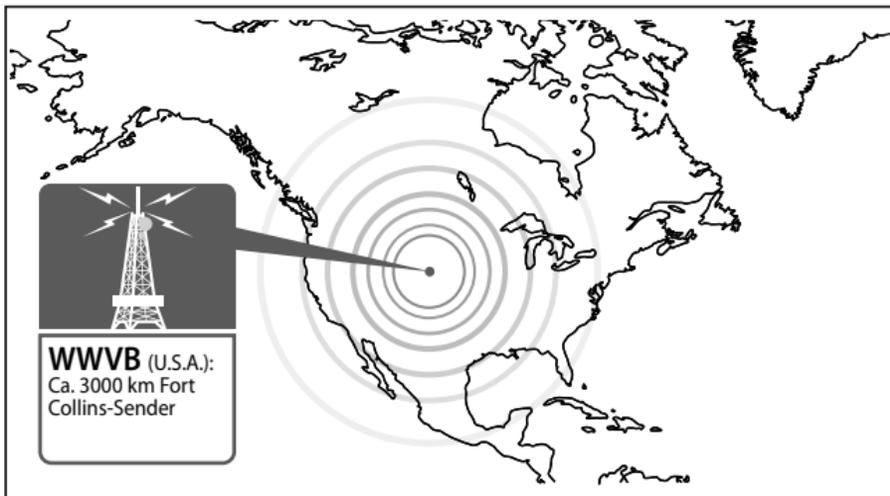
- Der Wert des Abstands stellt den Radius vom Signalsender an.



Fortsetzung auf der nächsten Seite **17**

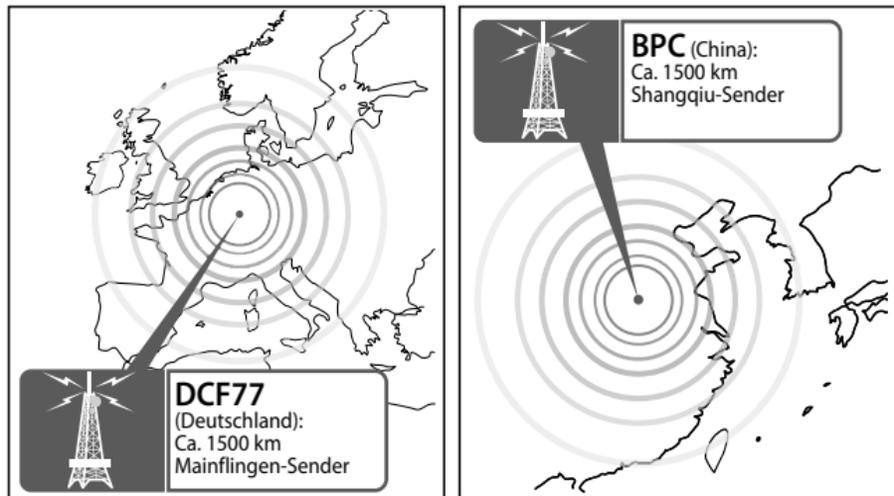
Der Abstand des Empfangsbereichs wird nur als ungefährer Wert verwendet. Er wird von der Empfangsbedingung und dem Wetter beeinflusst.

- Der Wert des Abstands stellt den Radius vom Signalsender an.



Der Abstand des Empfangsbereichs wird nur als ungefährer Wert verwendet. Er wird von der Empfangsbedingung und dem Wetter beeinflusst.

- Der Wert des Abstands stellt den Radius vom Signalsender an.



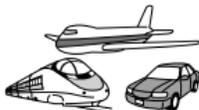
Gebiete mit schlechtem Empfang

Es kann bei bestimmten Umgebungsbedingungen oder in Gebieten mit starken Funkstörungen schwierig sein, das Zeitsignal richtig zu empfangen.

- Extrem heiße oder kalte Orte



- Im Inneren von Fahrzeugen



- In der Nähe von elektrischen
Geräten oder Büromaschinen



- In der Nähe elektrischer
Hochspannungsleitungen, von
Eisenbahn-Oberleitungen oder
Sendeanlagen



- In Stahlbetongebäuden, zwischen
Hochhäusern, in Bergen oder
unterirdisch



- In der Nähe benutzer Handys



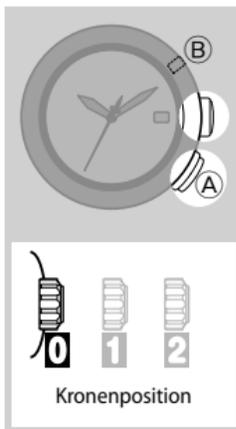
■ Bei schlechtem Signalempfang

Elektrische Hochspannungsleitungen oder andere Bauten in der Nähe Ihres Hauses können den Pfad zur Signalquelle blockieren. Dies kann eine schlechte Umgebung für den Signalempfang verursachen.

Suchen Sie unter Beachtung der Angaben auf Seite **17** bis **19** einen besseren Empfangsort auf.

Dann versuchen Sie, das Zeitsignal entsprechend dem Verfahren auf Seite **22** und **23** zu empfangen.

Manueller Empfang des Zeitsignals



Sie können die Uhr jederzeit durch Empfangen des Zeitsignals einstellen, wenn die angezeigte Zeit und Datum falsch sind oder das Empfangsergebnis „NO“ ist.

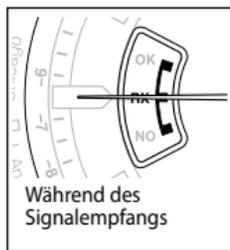
- Die Uhr beginnt nicht mit dem Empfang, wenn sich der Sekundenzeiger einmal alle zwei Sekunden bewegt (die Warnung für unzureichende Ladung). Laden Sie die Uhr im Voraus.
- Wenn Sie das Signal empfangen wollen, müssen Sie in einem Gebiet sein, wo es empfangen werden kann. Bestätigen Sie, dass die Stadt richtig ausgewählt ist. Siehe Seite **10** bis **13**.

1. Stellen Sie sicher, dass die Krone in der Position **0** ist.
2. Halten Sie den unteren rechten Knopf **A** zwei Sekunden lang oder länger gedrückt.

Der Sekundenzeiger bewegt sich auf „RX“, und die Uhr beginnt mit dem Empfang.

Nach dem Empfang des Zeitsignals bewegt sich der Sekundenzeiger normal.

- Es dauert zwei bis 15 Minuten, bis der Zeitsignalempfang fertig ist.



Erfolgreicher Signalempfang	Die Zeit wird aktualisiert, und die Uhr kehrt wieder auf Normalbetrieb zurück.
Fehlgeschlagener Signalempfang	Der Normalbetrieb wird mit der vorher eingestellten Zeit wieder hergestellt.

Zum Aufheben des Empfangs

Halten Sie den unteren rechten Knopf **A** zwei Sekunden lang oder länger gedrückt.

Brechen Sie den Empfang ab, und die aktuelle Zeit wird angezeigt.

Während der Sommerzeit-Saison

Bevor Sie fortfahren, bestätigen Sie bitte den Uhrwerktyp in Ihrer Uhr. Beziehen Sie sich auf Seite **1** für diese Bestimmung.

Manche Gebiete verwenden Sommerzeit.

- Die Regeln für die Anwendung der Sommerzeit sind je nach Land oder auch je nach Region innerhalb eines Landes unterschiedlich.

Uhrwerk Kaliber H144

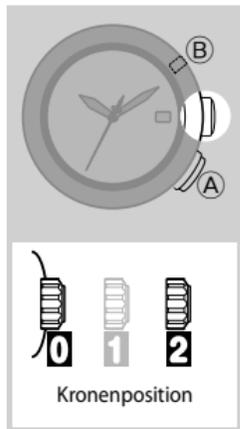
Wenn die Uhr ein Zeitsignal empfängt, wird die Sommerzeit-Einstellung automatisch aktualisiert. Die Zeitsignal-Aktualisierung hat Vorrang vor jeglichen manuell vorgenommenen Einstellungen. Wenn Sie in einem Gebiet leben, in dem nicht Sommerzeit verwendet wird, kann es erforderlich sein, eine andere Stadt zum Korrigieren der Zeit zu wählen. Siehe Seite **10** bis **13**.

Uhrwerk Kaliber H145

Wenn die Uhr ein Zeitsignal empfängt, wird die Sommerzeit-Einstellung automatisch aktualisiert, vorausgesetzt, der Anwender hat nicht manuell die Sommerzeit-Einstellung durch eine andere Einstellung ersetzt.

Wenn Sie in einem Gebiet leben, in dem kein Zeitsignal empfangen wird, müssen Sie die Sommerzeit-Einstellung manuell aktualisieren. Siehe Seite **26**.

Prüfen der Sommerzeit-Einstellung (beide Uhrwerke H144 und H145)



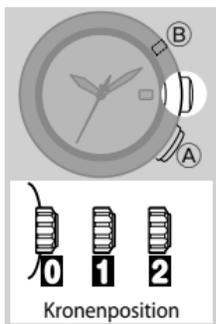
- Ziehen Sie die Krone bis auf Position 2 heraus.** Der Sekundenzeiger dreht sich, um die im Speicher eingestellte Sommerzeiteinstellung anzuzeigen.

ON	Sommerzeit ist aktiviert, und die Zeit wird vorgestellt.
OFF	Sommerzeit ist ausgeschaltet.

- Drücken Sie die Krone bis auf Position 0 ein.**



Zum manuellen Ändern der Sommerzeit-Einstellung



- 1. Ziehen Sie die Krone bis auf Position 1 heraus.**
- 2. Drehen Sie die Krone zum Auswählen der Stadt.**
 - Einzelheiten über die Wahl der Städte siehe Seite 11 bis 13.
- 3. Ziehen Sie die Krone bis auf Position 2 heraus.**
 - Drehen Sie die Krone im Uhrzeigersinn, um die Sommerzeit zu aktivieren (einzuschalten).
oder
 - Drehen Sie die Krone gegen den Uhrzeigersinn, um die Sommerzeit zu deaktivieren (auszuschalten).
- 4. Drücken Sie die Krone bis auf Position 0 ein.**

Besonderer Hinweis zum Uhrwerk Kaliber H145

Beim manuellen Umschalten der Sommerzeit von OFF auf ON auf OFF wird hierdurch die manuelle Überregelung im Uhrwerk Kaliber H145 eingesetzt. Die manuelle Überregelung verhindert, dass die Sommerzeit automatisch durch die Zeitsignal-Aktualisierung eingestellt wird. Wenn diese Funktion nicht gewünscht ist, besteht die einzige Möglichkeit zur manuellen Überregelung darin, Rückstellung und 0-Positionierung wie auf Seite 46 beschrieben auszuführen.

<Städte mit der gleichen Sommerzeit-Einstellung>

Die Sommerzeit / Standardzeit wird unter den Städten innerhalb jeder Tabelle unten geteilt und automatisch aktualisiert.

Gebiete, die das Signal aus den USA empfangen	Anchorage (Anchorage/ANC), Los Angeles (L. Angeles/LAX), Denver (Denver/DEN), Chicago (Chicago/CHI), New York (New York/NYC)
Gebiete, die das Signal aus Deutschland empfangen	London (London/LON), Paris (Paris/PAR), Athen (Athens/ATH), Moskau (Moscow/MOW), Azoren (Azores/PDL)

Beim Umstellen auf eine andere Stadt als die in der Tabelle oben gezeigten:

Uhrwerk Kaliber H144	Das Zeitsignal überregelt jede manuelle Einstellung der Sommerzeit.
Uhrwerk Kaliber H145	Sommerzeit wird entsprechend dem zuletzt empfangenen Zeitsignal eingestellt. Wenn aber die manuelle Überregelung aktiviert ist, aktualisiert das Zeitsignal nicht die Zeitzone mit der manuellen Sommerzeit-Überregelung.

- Zum Prüfen der Uhrwerk-Nummer siehe Seite 1.

■ Wenn Sie in einem Gebiet wohnen, wo nicht Sommerzeit eingesetzt wird

<Uhrwerk Kaliber H144>

Jedes Mal wenn ein Zeitsignal empfangen wird, wird manuelle Sommerzeit überregelt und entsprechend der Zeit im Zeitsignal eingestellt. Wenn Sie in einem Gebiet leben, in dem nicht Sommerzeit verwendet wird, ist es erforderlich, eine alternative Zeitzone zu verwenden, um die richtige Zeit anzuzeigen (siehe Seite **10** bis **13**).

z.B. Die Einstellung der aktuellen Stadt ist +2 Stunden Zeitunterschied.



Wählen Sie die Stadt mit +1 Stunde Zeitunterschied.

Achtung

Sie müssen die Stadteinstellung auf die Stadt mit der geeigneten Zeitzone umstellen, nachdem der Zeitraum, indem Sommerzeit gilt, abgelaufen ist.

■ Wenn Sie in einem Gebiet wohnen, wo nicht Sommerzeit eingesetzt wird (Fortsetzung)

<Uhrwerk Kaliber H145>

Uhrwerk Kaliber H145 will „erinnert“ sich an eine manuelle Sommerzeit-Einstellung. Deshalb gilt, dass wenn Sie die Sommerzeit eine bestimmte Zeit lang auf „OFF“ stellen, diese „aus“ bleibt und nicht von einer Zeitsignal-Aktualisierung beeinflusst wird. Es ist wichtig, zu beachten, dass Sie bei jeder Änderung der Sommerzeit die Einstellung manuell auf ON oder OFF stellen müssen, wie auf Seite **26** beschrieben. Die einzige Möglichkeit zur manuellen Überregelung besteht darin, Rückstellung und 0-Positionierung wie auf Seite **46** beschrieben auszuführen.

Neuladen Ihrer Uhr

Diese Uhr hat eine Akkuzelle, die durch Lichteinfall auf das Zifferblatt, wie direktes Sonnenlicht oder Kunstlicht, geladen wird.

Für optimale Leistung:

- Setzen Sie die Uhr mit dem Zifferblatt mindestens einmal im Monat fünf bis sechs Stunden lang dem direkten Sonnenlicht aus.
- Nach dem Abnehmen der Armbanduhr legen Sie sie in einer Position ab, wo das Zifferblatt hellem Licht ausgesetzt ist, wie etwa an einem Fenster.
- Vor dem Ablegen der Uhr an einem dunklen Ort für längere Zeit laden Sie sie immer voll auf.

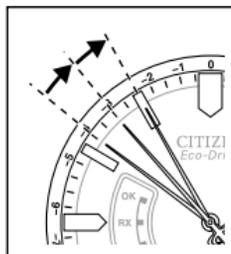
Wenn die Uhr regelmäßig durch lange Ärmel abgedeckt ist, kann sie möglicherweise nicht ausreichend geladen werden. Versuchen Sie, die Uhr ausreichend Licht zum Aufladen auszusetzen.

Laden Sie die Uhr nicht bei hohen Temperaturen (etwa 60°C oder höher).

Wenn die Ladung der Uhr schwach wird—Warnfunktion für unzureichende Ladung

Wenn die Energiereserve schwach wird, bewegt sich der Sekundenzeiger einmal alle zwei Sekunden—Das ist die Warnfunktion für unzureichende Ladung. Laden Sie die Uhr, indem Sie das Zifferblatt hellem Licht aussetzen.

- Nachdem die Uhr aufgeladen wurde, bewegt sich der Sekundenzeiger normal.
- Wenn Sie die Uhr drei Tage oder länger seit Beginn der Ladewarning nicht geladen haben, verbraucht die Uhr die restliche Energie und stoppt.



Achtung

- Auch wenn der Sekundenzeiger sich einmal alle zwei Sekunden bewegt, werden die aktuelle Zeit und das Datum angezeigt. Bedienung ist allerdings nicht möglich.
- Wenn Sie die Gangreserve (Seite 8) oder den Zeitsignalempfang (Seite 9) prüfen und der Sekundenzeiger sich um ein Viertel gegen den Uhrzeigersinn dreht, können Sie die Uhr normal bedienen. Sie Uhr muss aber aufgeladen werden.

Aufladezeit nach Umgebung

Im Folgenden sind Annäherungswerte für Laden durch kontinuierliche Lichtaussetzung des Ziffernblatts aufgeführt. Nehmen Sie bitte diese Tabelle nur als ungefähre Richtlinie.

Umgebung	Beleuchtung (Lx)	Aufladezeit für Arbeit für einen Tag	Aufladezeit bis zur normalen Funktion, wenn die Akkuzelle leer ist
Unter direktem Sonnenlicht oder wolkeigem Himmel	10000 bis 100000	4 bis 12 Minuten	40 Minuten bis 1 Stunde
20 cm von einer Leuchtstofflampe entfernt (30 W)	3000	40 Minuten	2,5 Stunden
Innenbeleuchtung	500	4 Stunden	14 Stunden

Ihre Uhr läuft etwa sechs Monate von voller Ladung oder bis zu zwei Jahre, wenn die Energiesparfunktion aktiviert ist.

Nachdem der Sekundenzeiger sich einmal alle zwei Sekunden bewegt, läuft die Uhr noch ca. drei Tage.

■ Energiesparfunktion

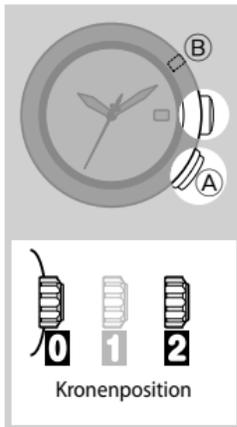
Wenn die Uhr länger als 7 Tage von Licht ferngehalten wird, etwa weil sie im Dunkeln gelagert wird, stoppen der Minuten- und Sekundenzeiger automatisch, um Strom zu sparen. Die Uhr zeigt aber weiterhin die richtige Zeit an.

- Wenn die Kronenposition **1** oder **2** ist, wird die Energiesparfunktion nicht aktiviert.
- Die Energiesparfunktion kann nicht manuell aktiviert werden.

■ Zum Aufheben der Energiesparfunktion

Wenn die Uhr ausreichend lange zum Laden dem Licht ausgesetzt wird, wird die Energiesparfunktion deaktiviert, und die normale Anzeige wird wieder hergestellt. Nachdem die Energiesparfunktion aktiviert ist, sollten Sie das Zeitsignal manuell empfangen. Siehe Seite **22** und **23**.

Manuelles Einstellen von Uhrzeit/Kalender



- 1. Ziehen Sie die Krone bis auf Position **2** heraus.**
- 2. Drücken Sie den unteren rechten Knopf **A** kurz.**
Der Sekundenzeiger bewegt sich in die 0-Sekunden-Position.
- 3. Drehen Sie die Krone zum Einstellen der Minute.**
 - Der Sekundenzeiger dreht sich einmal ganz herum, und der Minutenzeiger bewegt sich um eine Minute.
 - Wenn er „0:00:00“ überschreitet, stellt das Datum um eine Stelle vor. Achten Sie auf den AM/PM-Status, wenn Sie die Zeit einstellen.
- 4. Drücken Sie den unteren rechten Knopf **A** kurz.**
Der Stundenzeiger bewegt sich leicht.
- 5. Drehen Sie die Krone zum Einstellen der Stunde.**
 - Wenn er „0:00:00“ überschreitet, stellt das Datum um eine Stelle vor. Achten Sie auf den AM/PM-Status, wenn Sie die Zeit einstellen.

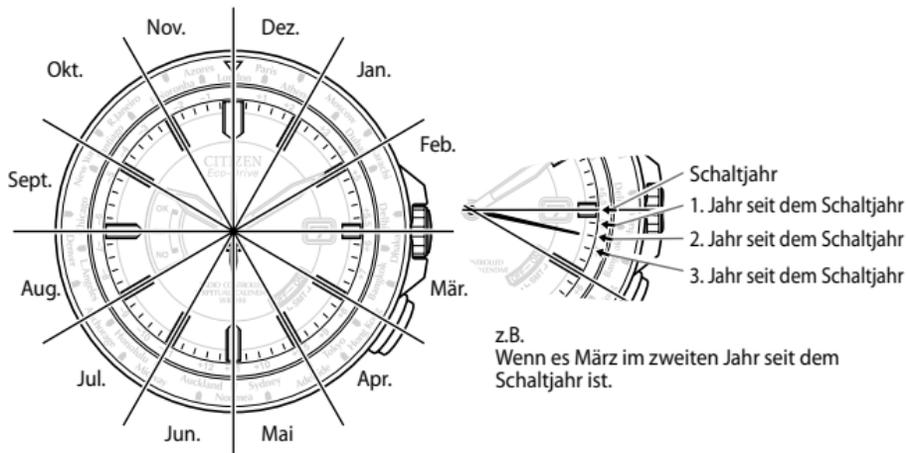
- 6. Drücken Sie den unteren rechten Knopf  kurz.**
Die Datumsanzeige bewegt sich leicht.
- 7. Drehen Sie die Krone zum Einstellen des Datums.**
- 8. Drücken Sie den unteren rechten Knopf  kurz.**
Der Sekundenzeiger zeigt die aktuelle Einstellung für den Monat und das Jahr an.
- 9. Drehen Sie die Krone zum Einstellen von Monat und Jahr (die Anzahl verflüssener Jahr seit dem letzten Schaltjahr).**
 - Siehe Seite **36** und **37** zum Ablesen von Jahr und Monat.
- 10. Drücken Sie die Krone bis auf Position  ein.**
Die aktuelle Zeit wird angezeigt.

Wenn Sie Minute/Stunde/Datum einstellen, können Sie die Zeiger oder Datumsanzeige kontinuierlich bewegen, indem Sie die Krone schnell einige Male drehen. Zum Stoppen drehen Sie die Krone in eine beliebige Richtung.

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Anzeigen von Monat und Jahr

Das Jahr und der Monat werden vom Sekundenzeiger angezeigt.



z.B.
Wenn es März im zweiten Jahr seit dem Schaltjahr ist.

Die Position des Sekundenzeigers zeigt den Monat an.

Jede Minutenmarkierung zeigt die Anzahl der Jahre seit einem Schaltjahr an.



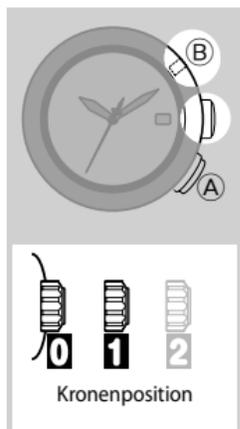
Die Darstellung zeigt August im 2. Jahr seit dem letzten Schaltjahr an (z.B. 2010).



Die Darstellung zeigt April im 3. Jahr seit dem letzten Schaltjahr an (z.B. 2011).

■ Schnell-Bezugstafel für Anzahl der seit dem letzten Schaltjahr vergangenen Jahre

Anzeige des Sekundenzeiger	Vergangenes Jahr	Jahr
Stundenmarkierung	Schaltjahr	2012, 2016, 2020
1. Minuten-Markierung	1. Jahr	2013, 2017, 2021
2. Minuten-Markierung	2. Jahr	2010, 2014, 2018
3. Minuten-Markierung	3. Jahr	2011, 2015, 2019



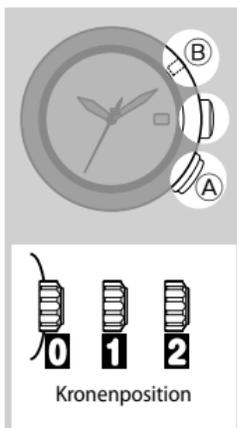
- 1. Ziehen Sie die Krone bis auf Position **1** heraus.**
- 2. Halten Sie den oberen rechten Knopf **B** fünf Sekunden lang oder länger gedrückt.**

Alle Zeiger und die Datumsanzeige bewegen sich zum Anzeigen der aktuellen Bezugsposition.

- Während sich die Zeiger und die Datumsanzeige bewegen, sind keine Bedienungen möglich.

Bezugsposition	Nächste Bedienung
Richtig	Drücken Sie die Krone bis auf Position 0 ein. (Sie brauchen deshalb keine Korrektur der Bezugsposition vorzunehmen.)
Falsch	Korrigieren Sie die Bezugsposition. (Fahren Sie mit Schritt 3 auf Seite 40 fort.)

Fortsetzung auf der nächsten Seite



- 3. Ziehen Sie die Krone bis auf Position 2 heraus.**
- 4. Drücken Sie den unteren rechten Knopf (A) kurz.**
Der Stundenzeiger bewegt sich leicht.
- 5. Drehen Sie die Krone zum Einstellen des Stundenzeigers auf die Position „0:00:00“.**
 - Wenn Sie die Krone mehrmals schnell drehen, bewegt sich der Zeiger kontinuierlich. Zum Stoppen drehen Sie die Krone in eine beliebige Richtung.
- 6. Drücken Sie den unteren rechten Knopf (A) kurz.**
Die Minuten- und Sekundenzeiger bewegen sich leicht.

- 7. Drehen Sie die Krone zum Einstellen des Minutenzeigers und Sekundenzeigers auf die Position „0:00:00“.**
 - Wenn Sie die Krone mehrmals schnell drehen, bewegen sich die Zeiger kontinuierlich. Zum Stoppen drehen Sie die Krone in eine beliebige Richtung.
- 8. Drücken Sie den unteren rechten Knopf  kurz.**

Die Datumsanzeige bewegt sich leicht.
- 9. Drehen Sie die Krone zum Einstellen des Datums auf die Position „1“.**
 - Wenn Sie die Krone mehrmals schnell drehen, bewegt sich die Datumsanzeige kontinuierlich. Zum Stoppen drehen Sie die Krone in eine beliebige Richtung.
- 10. Drücken Sie die Krone bis auf Position  ein.**

Die Korrektur der aktuellen Bezugsposition ist abgeschlossen, und die Zeit wird angezeigt.

Fehlersuche

Wenn Sie ein Problem mit Ihrer Uhr haben, prüfen Sie die untenstehende Tabelle.

Symptome	Abhilfemaßnahmen	Seite
----------	------------------	-------

Probleme mit dem Zeitsignalempfang.

Der Empfang schlägt fehl, obwohl in dem Gebiet guter Empfang vorhanden ist.	Drücken Sie die Krone bis auf Position 0 ein.	–
	Prüfen Sie die Stadt-Einstellung.	10 bis 13
	Vermeiden Sie mögliche Störungen des Zeitsignals und legen Sie die Uhr mit der 9:00-Position zum Sender weisend ab.	15 und 20
	Bewegen Sie die Uhr nicht, bevor der Empfang beendet ist.	15
	Wenn der Sekundenzeiger sich einmal alle zwei Sekunden bewegt, kann die Uhr das Zeitsignal nicht empfangen. Laden Sie die Uhr.	32

Symptome	Abhilfemaßnahmen	Seite
Nach erfolgreichem Empfang werden nicht die richtige Zeit und das Datum angezeigt.	Prüfen Sie die Stadt-Einstellung.	10 bis 13
	Prüfen und korrigieren Sie die aktuelle Bezugsposition.	38 bis 41

Die Zeiger arbeiten nicht richtig.

Der Sekundenzeiger bewegt sich um ein Viertel gegen den Uhrzeigersinn, wenn Sie das Empfangsergebnis prüfen.	Laden Sie die Uhr.	30
Der Sekundenzeiger bewegt sich einmal alle zwei Sekunden.	Laden Sie die Uhr.	31
Alle Zeiger hören auf, sich zu bewegen.	Drücken Sie die Krone bis auf Position 0 ein.	–
	Laden Sie die Uhr, indem Sie sie fünf bis sechs Stunden lang direktem Sonnenlicht aussetzen.	32

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Symptome	Abhilfemaßnahmen	Seite
----------	------------------	-------

Die Zeiger arbeiten nicht richtig.

Die Zeiger beginnen sich schnell zu drehen, wenn Sie die Uhr aus dem Kasten nehmen.	Die Uhr heben die Energiesparfunktion auf. Warten Sie, bis die schnelle Bewegung aufhört.	33
---	---	-----------

Die Zeit und/oder das Datum ist nicht korrekt.

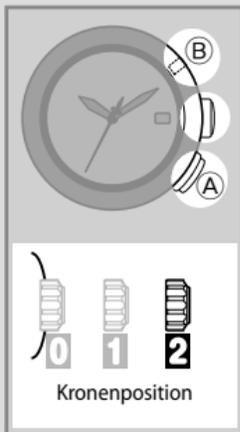
Die Zeit und/oder das Datum ist nicht falsch.	Prüfen Sie die Stadt-Einstellung.	10 bis 13
	Prüfen und korrigieren Sie die aktuelle Bezugsposition.	38 bis 41
	Empfangen Sie das Zeitsignal manuell zum Einstellen von Zeit und Datum.	22 und 23
	Stellen Sie die Zeit und das Datum manuell ein.	34 bis 37
Sommerzeit wird nicht angezeigt.	Wählen „ON“ manuell oder empfangen Sie das Zeitsignal.	24 bis 29

Symptome	Abhilfemaßnahmen	Seite
Die Zeit ist falsch, obwohl die Stadteinstellung richtig ist und der Signalempfang erfolgreich war.	Prüfen Sie die angezeigte Zeit (Sommerzeit oder Standardzeit) und ändern Sie sie bei Bedarf.	24 bis 29
	Prüfen und korrigieren Sie die aktuelle Bezugsposition.	38 bis 41
Das Datum schaltet um etwa 12:00 abends um.	Empfangen Sie das Zeitsignal manuell zum Einstellen von Zeit und Datum.	22 und 23
	Stellen Sie die Zeit manuell um 12 Stunden ein.	34 bis 37

Andere

Die Zeiger bewegen sich nicht, auch wenn sie geladen ist.	Laden Sie die Uhr, indem Sie sie fünf bis sechs Stunden lang direktem Sonnenlicht aussetzen. Wenn das Problem auch durch Aufladen nicht behoben wird, wenden Sie sich an die nächstliegende Citizen-Kundendienstvertretung.	32
---	---	-----------

Rücksetzen der Uhr



Die Uhr arbeitet möglicherweise nicht richtig, wenn sie durch statische Elektrizität oder Stöße beeinflusst wird. In diesem Fall müssen Sie die Uhr zurücksetzen.

Achtung

- Stellen Sie sicher, dass die Uhr voll geladen ist, bevor Sie sie zurücksetzen. (Seite 32)
- Sie müssen die Bezugsposition nach dem Zurücksetzen der Uhr korrigieren.

1. **Ziehen Sie die Krone bis auf Position 2 heraus.**
2. **Drücken Sie die oberen und unteren rechten Knöpfe A und B, und lassen Sie sie dann los.**

Der Sekundenzeiger bewege sich auf die Sekundenposition „0“, der Stundenzeiger und die Datumsanzeige bewegen sich leicht, und die Uhr ist damit zurückgesetzt.

3. **Korrigieren Sie die aktuelle Bezugsposition.**

Siehe ab Schritt 4 auf Seite 40.

Nach dem Rücksetzen der Uhr

Sie müssen die Uhr erneut rücksetzen, wie im Verfahren unten beschrieben.

1. Wählen Sie eine Stadt.

Siehe Seite **10** bis **13**.

- Nach dem Rückstellen der Uhr wird die Standardzeit für alle Städte angezeigt (die Uhr schaltet entsprechend dem Sommerzeit-Prüfsignal automatisch zwischen Sommerzeit und Standardzeit um). Für Sommerzeit siehe Seite **24** bis **29**.

2. Justieren Sie die Uhrzeit/den Kalender.

- Beim Einstellen mit manuellem Empfangen des Zeitsignals:
→ Siehe Seite **22** und **23**.
- Beim manuellen Einstellen:
→ Siehe Seite **34** bis **37**.

Vorsichtsmaßnahmen für mit Solarstrom betriebene Uhr

<Setzen Sie Ihre Uhr immer regelmäßig dem Licht aus>

- Ihr Uhr möchte regelmäßig dem Licht ausgesetzt werden. Wenn Lichteinwirkung auf die Uhr verhindert wird, wie etwa durch ständiges Tragen langärmeliger Händen oder Jacken, kann die Uhr nicht ausreichend Licht zum Aufladen erhalten. In solchen Fällen kann zusätzliche Aufladung erforderlich sein.
- Wenn Sie Ihre Uhr abnehmen, legen Sie sie an einem so hellen Ort wie möglich ab. Dies stellt sicher, dass die Uhr ausreichendes Licht zur Aufladung erhält und weiterhin richtig läuft. Wenn Sie Ihre Uhr längere Zeit an dunklen Orten ablegen, kann die gespeicherte Energie verbraucht werden und die Uhr stoppen.

ACHTUNG Vorsichtsmaßnahmen zum Aufladen

- Laden Sie Ihre Uhr nicht bei hohen Temperaturen (60°C) auf, da dies zu Schäden an empfindlichen Bauteilen und Fehlfunktionen führen kann.

Beispiele:

- Aufladen der Uhr zu nahe an einer sehr heißen Lichtquelle wie etwa einer Glühlampe oder Halogenlampe wird nicht empfohlen.
 - * Wenn Sie Ihre Uhr unter einer Glühlampe aufladen, lassen Sie mindestens 50 cm Abstand zwischen der Lampe und der Uhr um zu starke Erhitzung zu vermeiden. Verwenden Sie niemals eine Halogenlampe zum Aufladen, da diese zu starke Hitze erzeugen.
- Aufladen der Uhr an Orten, die sehr heiß werden können – wie auf dem Armaturenbrett eines Autos.



<Akkuaustausch>

- Ihre Uhr ist mit einer Zelle ausgestattet, die keinen regelmäßigen Austausch erfordert.
Nach längerer Zeit kann aber der Energieverbrauch zunehmen, weil die Schmierung im Uhrwerk ihre an Wirksamkeit nachlässt. Dies kann die erwartete Laufzeit verkürzen. Lassen Sie Ihre Uhr regelmäßig bei einer autorisierten Kundendienstvertretung prüfen.
Hinweis: Regelmäßige Wartung gehört nicht zum Umfang der Garantieleistungen.



WARNUNG Umgang mit der Akkuzelle

- Die Akkuzelle soll nie aus der Uhr genommen werden.
Wenn es aus irgendeinem Grund erforderlich ist, die Akkuzelle aus der Uhr zu entfernen, halten Sie diese außer Reichweite von Kindern, um zu verhindern dass sie versehentlich verschluckt wird.
Falls die Akkuzelle versehentlich verschluckt wird, sofort einen Arzt aufsuchen.
- Entsorgen Sie die Akkuzelle nicht im Haushaltsmüll. Beachten Sie immer alle geltenden gesetzlichen und örtlichen Vorschriften zur richtigen Entsorgung von Batterien, um die Gefahr von Bränden zu vermeiden und die Umwelt zu schützen.



WARNUNG Nur die vorgeschriebene Akkuzelle verwenden

- Setzen Sie niemals eine herkömmliche Batterie in Ihre Uhr. Verwenden Sie nur die vorgeschriebene Akkuzelle.

Ihre Uhr ist ausschließlich zum Betrieb mit dem originalen Akkuzellentyp vorgesehen. Sie ist nicht auf Betrieb mit herkömmlichen Batterien ausgelegt. Durch Einlegen einer solchen Batterie kann Überladung und Bersten der Batterie verursacht werden. Dies kann zu Schäden an der Uhr und Verletzungen am Träger der Uhr führen.

Falls aus irgendeinem Grund die Akkuzelle ersetzt werden muss, verwenden Sie immer eine Akkuzelle des originalen Typs. Wir empfehlen, dass Sie sich für diesen Service an eine autorisierte Kundendienstvertretung wenden.

Wasserfestigkeit

WARNUNG Wasserfestigkeit

- Siehe Uhrvorderseite und Gehäuserückseite für Angabe zur Wasserfestigkeit der Uhr. Die folgende Tabelle bietet Beispiele zur Bezugnahme, um sicherzustellen, dass Ihre Uhr richtig verwendet wird. (Die Einheit „1bar“ entspricht etwa 1 Atmosphäre.)
- Die Kennzeichnung „WATER RESIST (ANT) \times bar“ (Wasserfest bis xx Bar) kann auch als „W.R. \times bar“ dargestellt sein.

Name	Anzeige	Spezifikation
	Zifferblatt oder Gehäuserückseite	
Nicht wasserfest	—	Nicht wasserfest
Wasserfeste Uhr für tägliche Verwendung	WATER RESIST(ANT)	Wasserfest bis 3 Atmosphären
Erhöht wasserfeste Uhr für tägliche Verwendung	WATER RESIST(ANT) 5 bar	Wasserfest bis 5 Atmosphären
	WATER RESIST(ANT) 10/20 bar	Wasserfest bis 10 oder 20 Atmosphären

Wasserbezogene Verwendung



Geringe
Wasseraussetzung
(Gesichtwaschen,
Regen usw.)



Schwimmen und
allgemeine
Wascharbeiten



Tauchen
ohne Geräte,
Wassersport



Scuba-Tauchen
mit Atemgerät



Bedienen der Krone
oder des Knopfes,
wenn die Uhr nass ist

NEIN

NEIN

NEIN

NEIN

NEIN

OK

NEIN

NEIN

NEIN

NEIN

OK

OK

NEIN

NEIN

NEIN

OK

OK

OK

NEIN

NEIN

- Nicht wasserfeste Uhren können nicht unter Wasser oder in Umgebungen mit Wasserkontakt verwendet werden.
- Wasserfestigkeit für tägliche Verwendung (3 Atmosphären) bedeutet, dass die Uhr z.B. beim Waschen des Gesichts oder im Regen verwendet werden kann, aber nicht in Wasser eintaucht werden kann.
- Erhöhte Wasserfestigkeit für tägliche Verwendung (bis 5 Atmosphären) bedeutet, dass die Uhr z.B. beim Schwimmen getragen werden kann, nicht aber beim Tauchen.
- Erhöhte Wasserfestigkeit für tägliche Verwendung (bis 10/20 Atmosphären) bedeutet, dass die Uhr beim Tauchen ohne Geräte getragen werden kann, aber nicht beim Gerätetauchen oder Mischgas-Tauchen mit Helium.
- Bei Metall-, Plastik- oder Gummiarmbändern waschen Sie Schmutz mit Wasser ab. Kleine Mengen Schmutz, die sich in den Vertiefungen von Metallarmbändern festsetzen können, werden mit einer weichen Bürste entfernt. Wenn die Uhr nicht wasserfest ist, achten Sie darauf, nicht das Gehäuse nass werden zu lassen.

Vorsichtsmaßnahmen und Begrenzung der Verwendung

ACHTUNG Zum Vermeiden von Verletzungen

- Seien Sie besonders vorsichtig beim Tragen der Uhr, wenn Sie ein Kleinkind halten, um Verletzungen zu vermeiden.
- Seien Sie besonders vorsichtig bei anstrengenden Übungen oder Arbeiten, um Unfälle mit Verletzungen an sich selber und anderen zu vermeiden.
- Tragen Sie Ihre Uhr NICHT in einer Sauna, einem Whirlpool oder einem anderen Ort, wo die Uhr sehr heiß werden kann, um die Gefahr von Verbrennungen zu vermeiden. Dies kann zu Verbrennungen beim Träger und/oder Fehlfunktion Ihrer Uhr führen.
- Seien Sie vorsichtig beim Aufsetzen oder Abnehmen der Uhr, da die Gefahr besteht, sich je nach Art der Befestigung des Armbands die Haut einzuklemmen oder Fingernägel zu verletzen.

ACHTUNG Vorsichtsmaßnahmen

- Tragen Sie die Uhr immer mit in Normalposition eingedrückter Krone. Wenn die Krone als Schraubensperrtyp ausgelegt ist, stellen Sie sicher, dass sie sicher in das Gehäuse eingedreht (gesperrt) ist.
- Betätigen Sie die Krone oder andere Knöpfe nicht bei nasser Uhr. Dadurch könnte Feuchtigkeit in die Uhr eindringen und empfindliche Komponenten beschädigen.
- Falls Wasser in die Uhr eindringt oder die Uhr beschlägt und der Beschlag auch nach längerer Zeit nicht verschwindet, wenden Sie sich an eine autorisierte Kundendienstvertretung zur Reparatur.
- Wenn Uhren mit erhöhter Wasserfestigkeit für tägliche Verwendung in Meerwasser getaucht oder starkem Schweiß ausgesetzt wurden, gründlich mit Süßwasser abspülen und mit einem weichen Lappen vollständig trockenwischen.
- Falls Meerwasser in die Uhr eingedrungen ist, legen Sie die Uhr in einen Karton oder eine Plastiktüte und reichen Sie sie so schnell wie möglich zur Reparatur ein. Andernfalls nimmt der Druck in der Uhr zu, und Teile (Glas, Krone, Knöpfe usw.) können sich lösen.

ACHTUNG Beim Tragen Ihrer Uhr

<Armband>

- Die Haltbarkeit von Leder, Textilien oder Naturhautarmband kann durch Feuchtigkeit und Schweiß beeinträchtigt werden. Außerdem kann nasses Leder zu Hautreizungen führen. Halten Sie das Armband immer trocken und sauber.
- Wir empfehlen, die Uhr abzunehmen, falls sie nass wird, auch wenn die Uhr selber wasserfest ist.
- Tragen Sie Ihre Uhr nicht zu eng. Lassen Sie ausreichend Platz zwischen der Uhr und Ihrer Haut, um ausreichende Lüftung zu gewährleisten.

- Ein Gummi-Armband kann durch Farbstoffe oder Erde, die an Kleidung oder anderen Zubehörteilen haften, verfärbt werden. Da solche Verfärbungen permanent werden können, ist Vorsicht beim Tragen der Uhr mit Artikeln geboten, die Farbe übertragen können (Kleidungsstücke, Handtaschen, gefärbte Armbänder usw.).
- Lösungsmittel, Feuchtigkeit und Schweiß können zu Beschädigung des Bands führen. Tauschen Sie immer ein Armband aus, wenn es ausgetrocknet, brüchig oder gerissen wurde, um Verlust der Uhr durch Brechen des Armbands zu vermeiden.

<Temperatur>

- Die Uhr kann stoppen oder die Funktion beeinträchtigt werden, wenn die Umgebungstemperaturen sehr hoch oder niedrig sind. Tragen Sie die Armbanduhr nicht an Orten, wie die Temperatur außerhalb des Betriebstemperaturbereichs liegt, der in der Bedienungsanleitung angegeben ist.

<Statische Elektrizität>

- Die in den Quarz-Uhren verwendeten integrierten Schaltkreise (IC) sind gegen statische Elektrizität empfindlich. Bitte beachten Sie, dass die Uhr u.U. Fehlfunktionen aufweisen kann, wenn sie starker statischer Ladung ausgesetzt ist.

<Magnetismus>

- Analoge Quarz-Uhren werden von einem Motor angetrieben, der mit einem kleinen Magneten arbeitet. Die Funktion dieses Motors kann gestört werden, wenn die Uhr in der Nähe magnetischer Gegenstände ist, was zu Fehlfunktionen der Uhr führt. Lassen Sie die Uhr nicht in direkte Nähe zu magnetischen Gegenständen kommen, wie etwa „Gesundheits“-Armbänder oder -Halsketten, Münzablagen, Magnetverriegelungen an Schränken oder Kühlschränken, bestimmte Handtaschenverschlüsse und Mobiltelefone, Mobiltelefonlautsprecher, bestimmte Sportartikel, Kernspintomografie-Ausrüstungen usw.

<Starke Erschütterungen>

- Lassen Sie die Uhr nicht fallen und schützen Sie sie vor anderen starken Erschütterungen. Dadurch können Fehlfunktionen und/oder Leistungsbeeinträchtigungen hervorgerufen werden, ebenso wie Schäden am Gehäuse und Armband.

<Chemikalien, korrosive Gase und Quecksilber>

- Wenn Terpentin, Benzol oder andere Lösungsmittel ebenso wie solche Stoffe enthaltende Produkte (einschließlich Benzin, Nagellackentferner, Kresol, Badezimmerreiniger und Klebstoffe, Imprägnationsmittel usw.) in Kontakt mit der Uhr kommen, können sie zu Verfärbungen, Beeinträchtigungen oder Beschädigungen an Materialien der Uhr führen. Seien Sie beim Umgang mit solchen Chemikalien vorsichtig. Kontakt mit Quecksilber, wie es etwa in Thermometern verwendet wird, kann ebenfalls zu Verfärbungen an Armband und Gehäuse führen.



ACHTUNG Halten Sie Ihre Uhr immer sauber

- Drehen Sie die Krone, während sie voll eingedrückt ist, und drücken Sie die Knöpfe regelmäßig, damit sie nicht durch Ansammlung von Fremdmaterial festsitzen.
Hinweis: Betätigen Sie die Krone oder andere Knöpfe nicht bei nasser Uhr.
- Das Gehäuse und das Band der Armbanduhr kommen genau wie Unterwäsche in direkte Berührung mit der Haut. Korrosion des Metalls oder unerkannte Verschmutzung durch Schweiß, Schmutz und Staub können Ärmel und andere Kleidungsstücke verschmutzen. Halten Sie Ihre Uhr immer sauber.

- Das Gehäuse und das Band der Armbanduhr kommen in direkte Berührung mit der Haut. Schon normales Tragen kann zu unbemerkten Ansammlungen von Schmutz und Fremdstoffen führen. Angesammelte Fremdstoffe können zu Rost, Verfärbung und vorzeitigem Verschleiß führen. Reinigen Sie die Uhr immer regelmäßig mit einem trockenen Tuch. Wenn starke Ansammlungen von Fremdstoffen auftreten, müssen Sie die Uhr und/oder das Armband professionell reinigen lassen.
- Unter bestimmten Umständen können Ansammlungen von Schmutz und Fremdstoffen zu Hautreizungen führen. Dies kann auch aufgrund bestimmter Allergien auftreten, wofür der Hersteller keine Haftung übernehmen kann. In diesem Fall nehmen Sie die Uhr sofort ab und lassen sich ärztlich beraten.
- Leder, Textilien und andere Naturmaterialien können durch Feuchtigkeit, Schweiß und/oder Ansammlung von Schmutz verfärbt oder brüchig werden. Zum Maximierung der Lebensdauer eines Lederarmbands halten Sie dieses immer sauber und trocken, indem Sie es täglich mit einem weichen trockenen Lappen abwischen.



ACHTUNG **Pflege Ihrer Uhr**

- Wischen Sie Schmutz oder Feuchtigkeit wie Schweiß vom Gehäuse und Glas mit einem weichen Lappen ab.
- Wenn Sie die Uhr längere Zeit über nicht verwenden, wischen Sie jeglichen Schweiß, Schmutz oder Feuchtigkeit ab und legen Sie sie an einem geeigneten Ort ab. Orte mit sehr hohen oder niedrigen Temperaturen und hoher Luftfeuchtigkeit sollten vermieden werden.

Pflege

Tägliche Pflege

- Drehen Sie die Krone, während sie voll eingedrückt ist, und drücken Sie die Knöpfe regelmäßig, damit sie nicht durch Ansammlung von Fremdmaterial festsitzen.
- Wischen Sie Schmutz, Schweiß und Wasser vom Gehäuse und Glas mit einem sauberen, weichen Lappen ab.
- Zur Reinigung eines Metall-, Plastik- oder Gummiarmbands waschen Sie Schmutz mit Wasser ab. Nehmen Sie eine weiche Bürste zum Entfernen von Staub und Schmutz, der sich in den Zwischenräumen in einem Metallarmband absetzt.
- Verwenden Sie keine Poliertücher und bestimmte Behandlungen, da diese die Oberfläche beschädigen können.
- Verwenden Sie keine Lösungsmittel (wie Terpentin, Benzol usw.) zur Reinigung, da diese die Oberfläche beschädigen können.

Regelmäßige Inspektionen

Ihre Armbanduhr sollte alle zwei oder drei Jahre einmal inspiziert werden, um Sicherheit und lange Lebensdauer zu gewährleisten. Um die Uhr wasserfest zu halten, müssen die Dichtungen und andere Komponenten regelmäßig ersetzt werden. Andere Teile müssen kontrolliert und nach Bedarf ersetzt werden.

Fragen sie beim Austausch immer nach Citizen-Originalteilen.

Information

Das Zeitsignal

Das Zeitsignal wird fast kontinuierlich 24 Stunden am Tag ausgestrahlt, aber kann gelegentlich aufgrund von Wartung unterbrochen werden. Die Sendebedingungen des Zeitsignals können auf der Senderwebsite geprüft werden.

Das Zeitsignal hat keine Auswirkung auf den menschlichen Körper oder medizinische Geräte.

Hinweis zur Uhr mit Leuchtfarbe

Ihr Uhr kann Leuchtanzeigen auf dem Ziffernblatt oder den Zeigern haben, um das Ablesen der Uhr in dunkler Umgebung zu erleichtern. Solche Leuchtanzeigen speichern Licht von natürlichen und künstlichen Lichtquellen. Sie enthalten keine radioaktiven Stoffe oder andere Materialien, die gesundheits- oder umweltschädlich sind.

- Die Leuchtstärke von Leuchtmaterialien nimmt im Laufe der Zeit allmählich ab.
- Die Leuchtdauer und die Lichtstärke hängen von der Helligkeit, Art und Abstand von der Lichtquelle, Bestrahlungszeit und der Leuchtstoffmenge/-größe ab.
- Wenn die Uhr keine Lichtquelle ausgesetzt ist, nimmt die Lichtabgabe vom Leuchtstoff im Laufe einiger Stunden allmählich ab. Die Dauer der sichtbaren Lichtabgabe ist je nach Art und Dauer der Lichtaussetzung ebenso wie der Leuchtstoffmenge Ihrer Uhr unterschiedlich.

Technische Daten

Modell	H144/H145	Typ	Analoge mit Solarstrom betriebenen Uhr
Ganggenauigkeit (ohne Zeitsignalempfang getragen)	Innerhalb von ± 15 Sekunden im Monat, wenn bei normalen Temperaturen (zwischen $+5^{\circ}\text{C}$ und $+35^{\circ}\text{C}$) getragen		
Betriebstemperaturbereich	-10°C bis $+60^{\circ}\text{C}$		
Anzeigefunktionen	<ul style="list-style-type: none"> • Zeit: Stunden, Minuten, Sekunden • Kalender: Datum • Stadt 		
Maximale Laufzeit ab voller Ladung	<ul style="list-style-type: none"> • Vollgeladen bis Vollentladen: Etwa zwei Jahre (mit Energiesparfunktion) Etwa sechs Monate (ohne Energiesparfunktion) • Gangreserve bei Warnfunktion für unzureichende Ladung: Etwa drei Tage 		
Batterie	Akkuzelle, 1 Stk.		

Weitere Funktionen	<ul style="list-style-type: none">• Solarstromsparfunktion• Energiereserve-Anzeige• Überladungsverhinderungsfunktion• Warnfunktion für unzureichende Ladung (Zwei-Sekunden-Intervall-Bewegung)• Energiesparfunktion (Energiesparmerkmal)• Empfang von Zeitsignal (automatisch, on-demand, automatische Wiederherstellung)• Betätigung des Empfangsstatus (RX)• Automatisch Auswahl von Zeitsignal-Sendern (Nur JJY)• Anzeige des Ergebnisses des letzten Empfangs (OK/NO)• Sommerzeit (ON/OFF)• Stadt-Einstellung (26 Städte)• Ewiger Kalender (bis 28. Februar 2100)
---------------------------	--

Änderungen bei den technischen Daten bleiben vorbehalten.