

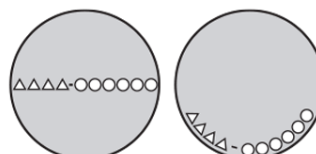
Citizen H145 - Manuale d'istruzioni

Per controllare il numero del movimento

Sul retro della cassa dell'orologio è inciso un numero composto da 4 caratteri alfanumerici seguiti da almeno 6 caratteri alfanumerici. (Come mostra la figura a destra)

I primi 4 caratteri indicano il numero del movimento dell'orologio. Nell'esempio a destra, "△△△△" indica il numero del movimento.

Esempio di posizione dell'incisione






La posizione dell'incisione può variare in funzione del modello di orologio.



Precauzioni di sicurezza

Questo manuale contiene alcuni consigli per la sicurezza. L'orologio deve essere sempre usato attenendosi scrupolosamente ad essi affinché continui a funzionare correttamente, ma anche per evitare lesioni a se stessi e agli altri nonché danni alle cose.

- Nel corso del manuale i consigli per la sicurezza sono categorizzati e illustrati nel seguente modo:

 PERICOLO	Alta probabilità di causare lesioni gravi o anche mortali
 ATTENZIONE	Possibilità di lesioni gravi, anche fatali
 AVVERTENZE	Possibilità di lesioni lievi o moderate e/o di danni alle cose

- Nel corso del manuale le istruzioni importanti sono categorizzate e illustrate nel seguente modo:

	Simbolo di avvertenza seguito da istruzioni o precauzioni che devono essere osservate.
	Simbolo di avvertenza seguito da un'indicazione di proibizione.

Prima di usare l'orologio

Prima di usare l'orologio è necessario:

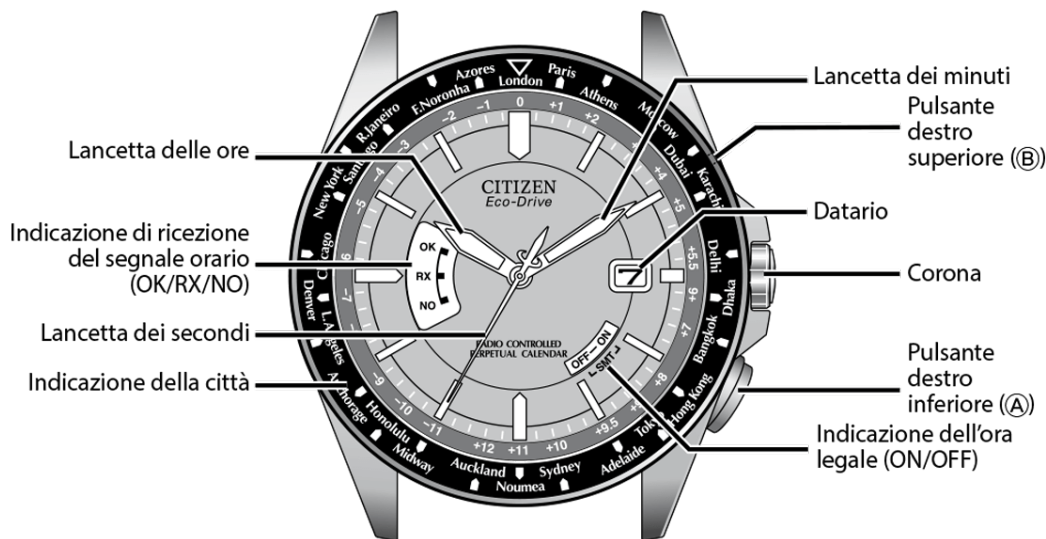
- **Controllo della riserva di carica Pagina 8**
Controllare il livello di carica dell'orologio.
- **Controllo della ricezione del segnale orario Pagina 9**

Controllare l'esito della ricezione del segnale orario.

• **Impostazione della città Pagina 10**

Selezionare la città per la quale si desidera indicare l'ora e la data.





Identificazione delle parti



Le illustrazioni riportate nel presente manuale potrebbero differire dall'aspetto reale dell'orologio in vostro possesso.

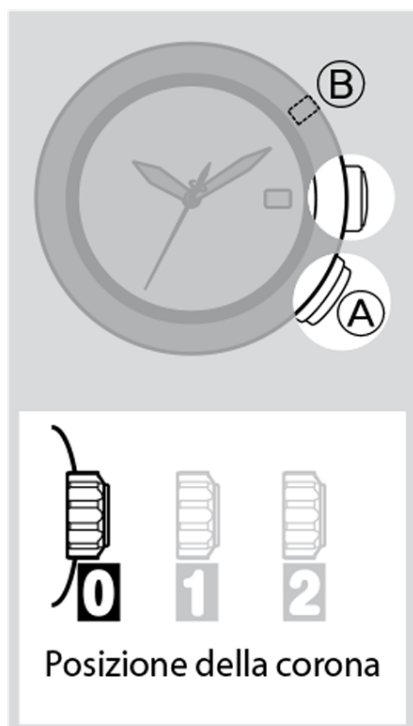
Come usare la corona e i pulsanti a vite

Alcuni modelli dispongono di corona a vite e/o di pulsante a vite. Il blocco della corona e/o del pulsante impedisce l'uso accidentale dell'orologio. Essi devono essere sbloccati prima di eseguire determinate regolazioni, ad esempio dell'ora e della data.

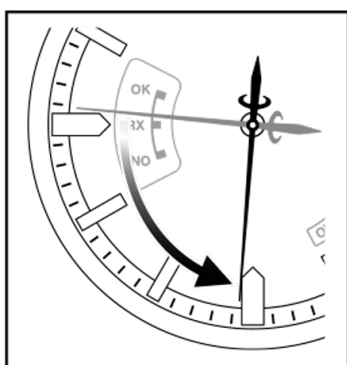
	Sbloccare	Bloccare
Corona a vite	 <p>Ruotare la corona in senso antiorario sino a quando si sblocca dalla cassa.</p>	 <p>Premere la corona nella cassa. Esercitando una lieve pressione verso la cassa avvitare quindi a fondo la corona in senso orario sino a quando si blocca. L'avvitamento deve essere completo.</p>
Pulsanti a vite	 <p>Ruotare la vite di bloccaggio in senso antiorario sino a quando si arresta.</p>	 <p>Mentre la si preme, ruotare la vite di bloccaggio in senso orario sino a bloccarla saldamente.</p>

In alcuni modelli il pulsante è a recesso. Occorre premerlo con un oggetto appuntito, ad esempio uno stuzzicadenti di legno.

Controllo della riserva di carica



1. **Accertarsi innanzi tutto che la corona si trovi nella posizione 0.**
2. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**
 - Quando il livello di carica dell' orologio è basso la lancetta dei secondi ruota di un quarto di giro in senso antiorario. In tal caso occorre ricaricarlo. Si prega di vedere a pagina 30.



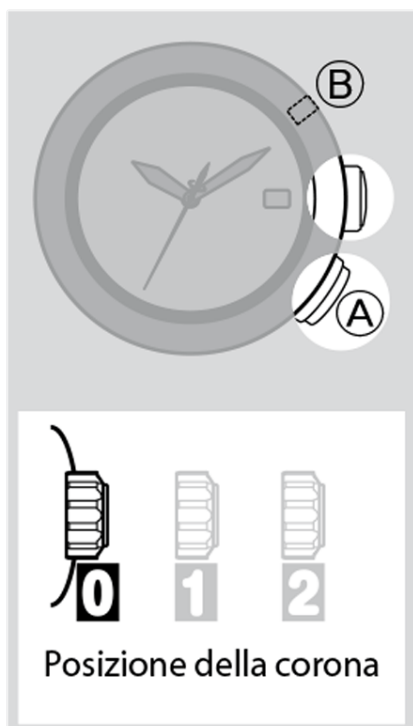
3. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**

L'orologio indica l'ora attuale.

 - Anche senza premere il pulsante, trascorsi 10 secondi l'orologio riprende automaticamente a indicare l'ora.

Al termine di questa procedura la lancetta dei secondi indica "OK" o "NO" per mostrare l'esito della ricezione del segnale orario.

Controllo della ricezione del segnale orario



1. **Accertarsi innanzi tutto che la corona si trovi nella posizione 0.**
2. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**

La lancetta dei secondi si pone in movimento indicando l'esito della ricezione.

OK	Segnale orario ricevuto.
NO	Segnale orario non ricevuto.



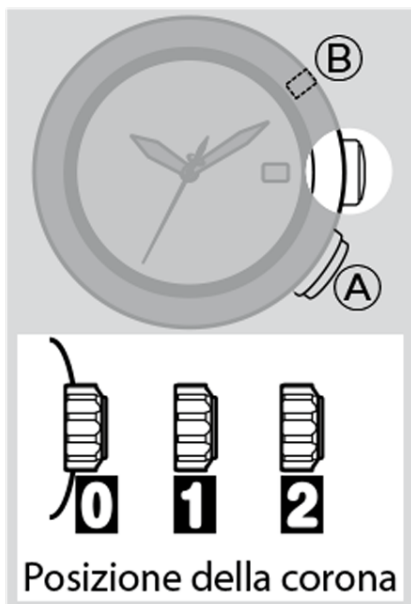
In caso di mancata ricezione si prega di vedere a pagina 22 .

3. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**

L'orologio indica l'ora attuale.

- Anche senza premere il pulsante, trascorsi 10 secondi l'orologio riprende automaticamente a indicare l'ora.

Impostazione della città



Selezionare la città per la quale si desidera indicare l'ora e la data.

1. Estrarre la corona nella posizione 1.

La lancetta dei secondi si pone in movimento indicando la città attualmente selezionata.

2. Ruotando la corona selezionare la città per la quale si desidera indicare l'ora e la data.

- Per istruzioni particolareggiate sulla selezione della città si prega di vedere le pagine da **11** a **13**.
- Ogni volta che si seleziona una città l'orologio ne indica l'ora e la data.

3. Estrarre la corona nella posizione .

La lancetta dei secondi si pone in movimento sino a indicare l'ora legale attuale.

- L'impostazione è modificabile ruotando la corona. Per informazioni particolareggiate

si prega di vedere da pagina **24** a pagina **29** .

4. **Spingere la corona nella posizione 0.**

L'orologio riprende così la normale condizione d'uso. (L'orologio indica l'ora attuale.)

Tabella delle città selezionabili

- Alcuni modelli offrono indicazioni diverse da quelle riportate nella tabella che segue.
- L'orologio sceglie la stazione di trasmissione del segnale in base alla città selezionata. In alcune città tuttavia non lo si può ricevere neppure se appare nell'elenco.
- Quando si usa l'orologio in una città non riportata nella tabella se ne può selezionare una appartenente allo stesso fuso orario.
- Le differenze orarie riportate nella seguente tabella sono riferite all'UTC.
- L'orologio salva in comune il risultato della ricezione del segnale dell'ora legale relativo alle città indicate con [] / [].

Indicazione		Posizione della lancetta dei secondi	Città	Fuso orario	Segnale da...
London	LON	0	Londra	0	Germania
Paris	PAR	2	Parigi	+1	
Athens	ATH	4	Atene	+2	
Moscow	MOW	7	Mosca	+3	
Dubai	DXB	9	Dubai	+4	

Indicazione		Posizione della lancetta dei secondi	Città	Fuso orario	Segnale da...
Karachi	KHI	11	Karachi	+5	Cina
Delhi	DEL	14	Delhi	+5,5	
Dhaka	DAC	16	Dacca	+6	
Bangkok	BKK	18	Bangkok	+7	
Hong Kong o Beijing	HKG o BJS	21	Hong Kong o Beijing	+8	
Tokyo	TYO	23	Tokyo	+9	Giappone
Adelaide	ADL	25	Adelaide	+9,5	
Sydney	SYD	28	Sydney	+10	
Noumea	NOU	30	Nouméa	+11	
Auckland	AKL	32	Auckland	+12	

Indicazione		Posizione della lancetta dei secondi	Città	Fuso orario	Segnale da...
Midway	MDY	35	Isole Midway	-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 del Cile	-4	
R.Janeiro	RIO	53	Rio de Janeiro	-3	
F.Noronha	FEN	56	Fernando de Noronha	-2	Germania
Azores	PDL	58	Azzorre	-1	

Per informazioni sulle stazioni di trasmissione del segnale orario si prega di vedere le pagine da **16** a **19**.

Note sulla ricezione del segnale orario

Ricezione del segnale orario

Il segnale orario può essere ricevuto in tre diversi modi:

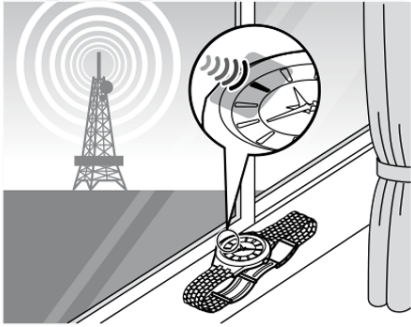
Modo	Descrizione
Ricezione automatica	L'orologio riceve il segnale ogni giorno alle ore 2:00 a.m. In caso di mancata ricezione ci riprova alle ore 3:00 a.m. e quindi alle 4:00 a.m.
Ricezione su richiesta	L'orologio riceve il segnale quando si desidera regolare l'ora e la data. Si prega di vedere a pagina 22 .
Ripristino automatico della ricezione	L'orologio riceve automaticamente il segnale non appena riprende a funzionare dopo un arresto per mancanza di carica.

La lancetta dei secondi indica l'esito della ricezione (OK/NO). (Si prega di vedere a pagina **9**.)

- Non è possibile disattivare la funzione di ricezione del segnale orario.
- Anche se l'orologio riceve con successo il segnale orario la precisione dell'ora indicata dipende dalle condizioni di ricezione e dall'elaborazione interna.
- In caso di mancata ricezione del segnale orario l'orologio continua comunque a funzionare normalmente con una precisione minima di ± 15 secondi al mese.

Per ricevere correttamente il segnale orario

Si consiglia di sfilare l'orologio e di collocarlo su una superficie stabile dalla quale possa ricevere il segnale, ad esempio il davanzale di una finestra.



- L'antenna di ricezione dell'orologio è collocata in corrispondenza delle ore 9:00. È pertanto consigliabile orientarlo in modo che le ore 9:00 puntino verso la stazione.
- Durante il periodo di ricezione l'orologio non deve essere mosso.
- Se non è sufficientemente carico l'orologio non riceve il segnale orario, condizione mostrata dalla lancetta dei secondi che si sposta a intervalli di due secondi anziché di uno (funzione di avviso di carica insufficiente). Prima della ricezione è pertanto necessario accertarsi che l'orologio sia carico.

Note sul segnale orario

L'orologio riceve il segnale orario da cinque stazioni ubicate in quattro aree del mondo e con queste stesse informazioni regola automaticamente l'ora e il calendario. La seguente tabella mostra le caratteristiche di ciascuna stazione:

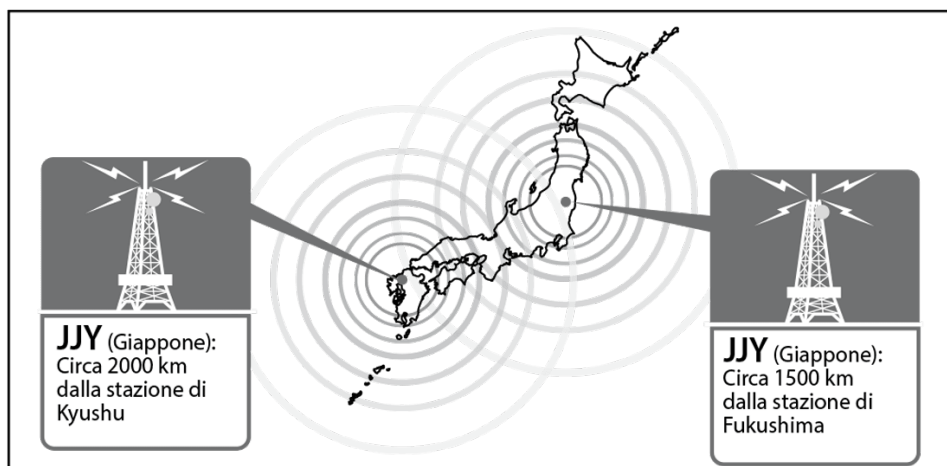
Stazioni di trasmissione del segnale	Tipo di segnale orario
Stazione di Fukushima, Giappone	JJY
Stazione di Kyushu, Giappone	
Stazione di Fort Collins, Denver, Colorado, USA	WWVB
Stazione di Mainflingen, Southeast Frankfurt, Germania	DCF77
Stazione di Shangqiu, Henan, Cina	BPC

Per controllare la posizione indicativa delle stazioni e le corrispondenti aree di ricezione si prega di vedere da pagina **17** a pagina **19**.

Area indicativa di ricezione

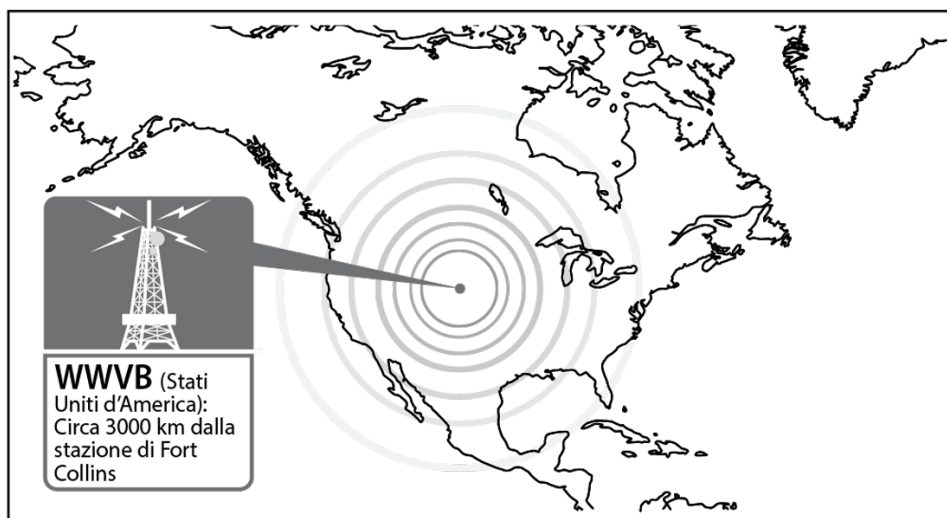
La distanza di ricezione è indicativa. Essa infatti subisce l'influenza delle condizioni ambientali di ricezione e del tempo atmosferico.

- Il valore della distanza è rappresentato dal raggio del cerchio immaginario generato dalla stazione di trasmissione del segnale.



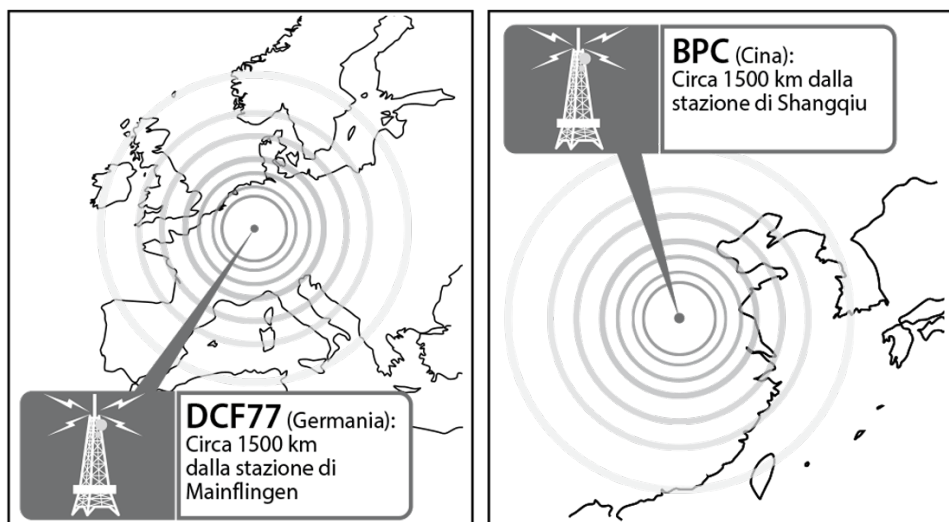
La distanza di ricezione è indicativa. Essa infatti subisce l'influenza delle condizioni ambientali di ricezione e del tempo atmosferico.

- Il valore della distanza è rappresentato dal raggio del cerchio immaginario generato dalla stazione di trasmissione del segnale.



La distanza di ricezione è indicativa. Essa infatti subisce l'influenza delle condizioni ambientali di ricezione e del tempo atmosferico.

- Il valore della distanza è rappresentato dal raggio del cerchio immaginario generato dalla stazione di trasmissione del segnale.



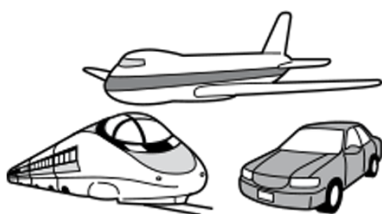
Aree di ricezione poco favorevoli

In particolari condizioni ambientali o in zone disturbate da interferenze radio la ricezione del segnale orario potrebbe risultare difficoltosa.

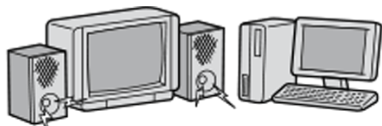
- Luoghi molto caldi o freddi



- All'interno di veicoli



- Nelle vicinanze di apparecchi elettrici o attrezzature da ufficio



- Nelle vicinanze di linee d'alta tensione, di cavi elettrici ferroviari o di trasmettitori di comunicazione



- All'interno di edifici di cemento armato, tra edifici alti, in montagna o nei sotterranei



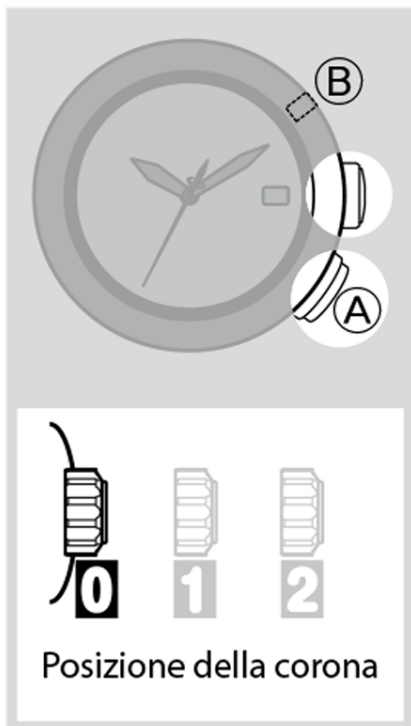
- Nelle vicinanze di un telefono cellulare durante una chiamata



Quando il segnale giunge debole

Le linee dell'alta tensione o altre strutture adiacenti la propria zona potrebbero costituire un ostacolo per la propagazione delle onde elettromagnetiche. Creando così una condizione d'impedimento alla corretta ricezione del segnale orario. Usando le indicazioni fornite da pagina **17** a pagina **19** si suggerisce di ricercare un luogo di ricezione più favorevole. Si può quindi procedere con la ricezione del segnale osservando le istruzioni fornite nelle pagine **22** e **23**.

Ricezione manuale del segnale orario



Se l'ora e la data indicate non sono corrette o quando l'esito della ricezione del segnale orario è "NO" è possibile regolare l'orologio avviandone manualmente la ricezione.

- L'orologio non avvia la ricezione quando la lancetta dei secondi si sposta a intervalli di due secondi anziché di uno (funzione di avviso di carica insufficiente). Si raccomanda pertanto di mantenere l'orologio sempre carico.
- Per ricevere il segnale orario ci si deve trovare in un'area in cui esso sia effettivamente disponibile. Occorre quindi accertarsi di avere correttamente selezionato la città. Si prega di vedere le pagine **10** a **13**.

1. **Accertarsi innanzi tutto che la corona si trovi nella posizione 0.**
2. **Premere per due o più secondi il pulsante destro inferiore A.**

La lancetta dei secondi si sposta su "RX" e l'orologio inizia la ricezione. Una volta ricevuto il segnale orario la lancetta dei secondi riprende a ruotare regolarmente.

- Per completare la ricezione del segnale orario sono necessari da due a quindici minuti.



Segnale orario ricevuto con esito positivo	L'orologio aggiorna l'indicazione oraria e riprende la normale marcia.
Segnale orario non ricevuto	L'orologio riprende la normale marcia mantenendo la precedente indicazione oraria.

Per annullare la ricezione

Premere per due o più secondi il pulsante destro inferiore A.

La ricezione si annulla e l'orologio riprende a indicare l'ora attuale.

Quando è in vigore l'ora legale

Prima di procedere è necessario sapere quale tipo di movimento è installato nel proprio orologio. A questo scopo si prega di vedere a pagina **1** .

Alcuni Paesi adottano l'ora legale.

- I meccanismi della sua implementazione variano secondo il paese o persino secondo la zona di uno stesso paese.

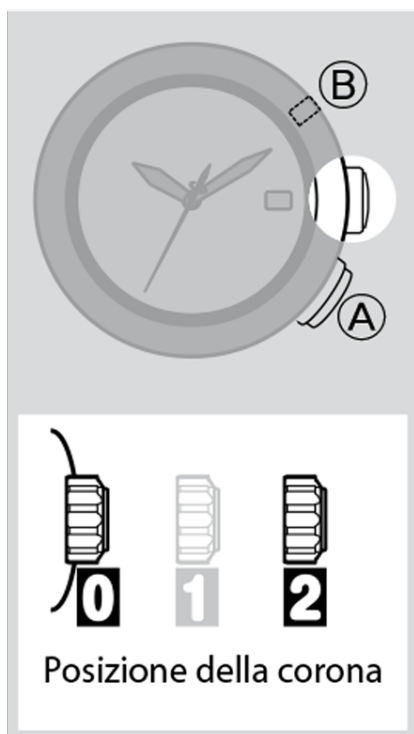
Movimento calibro H144

Quando riceve il segnale orario l'orologio aggiorna automaticamente anche l'impostazione dell'ora legale. Tale aggiornamento annulla qualsiasi impostazione manuale fatta in precedenza. Se ci si trova in un'area che non adotta l'ora legale, per correggere l'ora potrebbe essere necessario selezionare una città diversa. Si prega di vedere le pagine **10** a **13** .

Movimento calibro H145

Quando riceve il segnale orario l'orologio aggiorna automaticamente anche l'impostazione dell'ora legale a condizione che l'utilizzatore non abbia disattivato manualmente la funzione di annullamento dell'impostazione attuale dell'ora legale stessa. Se ci si trova in un'area che non riceve il segnale orario è necessario impostare l'ora legale manualmente. Si prega di vedere a pagina **26** .

Controllo d'impostazione dell'ora legale per i movimenti calibro H144 e H145



1. Estrarre la corona nella posizione 2.

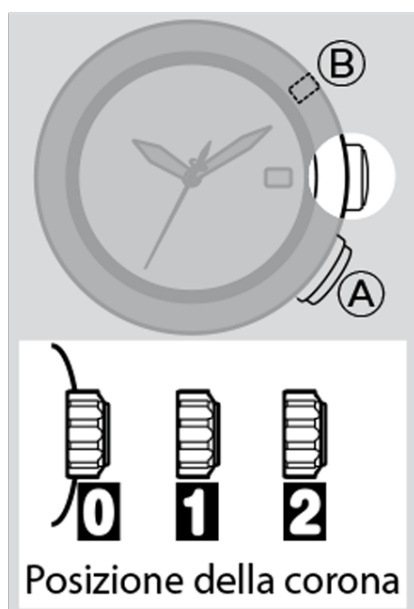
La lancetta dei secondi inizia a ruotare sino a indicare l'ora legale salvata in memoria.

ON	La funzione di ora legale è attiva e l'indicazione oraria avanza.
OFF	La funzione di ora legale non è attiva.



2. **Spingere la corona nella posizione 0.**

Regolazione manuale dell'ora legale



1. **Estrarre la corona nella posizione 1.**
2. **Ruotare la corona sino a selezionare la città d'interesse.**
Per istruzioni sulla selezione della città si prega di vedere da pagina **11** a pagina **13** .
3. **Estrarre la corona nella posizione 2.**
Ruotare la corona in senso orario per attivare l'ora legale.
o
Ruotare la corona in senso antiorario per disattivarla.
4. **Spingere la corona nella posizione 0.**

Nota speciale per il movimento calibro H145

Quando si attiva e disattiva manualmente la funzione dell'ora legale, l'orologio con movimento calibro H145 ne attiva la funzione di annullamento manuale. Essa impedisce l'aggiornamento automatico dell'ora legale durante la ricezione del segnale orario. Se non si desidera attivare questa funzione, l'unico modo per disattivare l'annullamento manuale è resettare l'orologio e azzerarlo alla posizione di riferimento nel modo descritto a pagina **46** .

Città che condividono l'impostazione dell'ora legale

Le città riportate nella seguente tabella condividono e aggiornano automaticamente l'ora legale e l'ora standard.

Aree che ricevono il segnale dagli Stati Uniti	Anchorage (Anchorage/ANC), Los Angeles (L. Angeles/LAX), Denver (Denver/DEN), Chicago (Chicago/CHI) e New York (New York/NYC)
Aree che ricevono il segnale dalla Germania	Londra (London/LON), Parigi (Paris/PAR), Atene (Athens/ATH), Mosca (Moscow/MOW) e Azzorre (Azores/PDL)

Quando s'impone una città diversa da quelle qui sopra elencate:

Movimento calibro H144 Il segnale orario annulla e sostituisce qualsiasi impostazione manuale dell'ora legale.

Movimento calibro H145

L'orologio imposta l'ora legale in base all'ultimo segnale orario ricevuto. Tale segnale tuttavia non aggiorna il fuso orario con la nuova impostazione quando è attiva la funzione di annullamento con sostituzione manuale.

Per istruzioni sul controllo del numero del movimento si prega di vedere a pagina **1** .

Nelle zone che non adottano l'ora legale

Movimento calibro H144

Alla ricezione del segnale orario l'orologio annulla qualsiasi eventuale impostazione manuale dell'ora legale per impostare quella specificata dal segnale stesso. Se ci si trova in una zona che non adotta l'ora legale, affinché l'orologio indichi l'ora corretta occorre specificare un diverso fuso orario (si prega di vedere da pagina **10** a pagina **13**).

Es.: Il fuso orario della città attuale è +2 ore.

Selezionare una città in cui il fuso orario sia +1 ora.

Avvertenze

Una volta terminato il periodo d'uso dell'ora legale è necessario selezionare nuovamente la città corrispondente al fuso orario corretto.

Nelle zone che non adottano l'ora legale (continua)

Movimento calibro H145

Il movimento calibro H145 "ricorda" l'impostazione dell'ora legale eseguita manualmente. Pertanto quando si disattiva s'impone su ("OFF") la funzione dell'ora legale per un particolare fuso orario essa rimane disattivata e non influenzata dal segnale orario. È tuttavia importante notare che al cambio dell'ora legale occorre attivare o disattivare manualmente l'impostazione nel modo illustrato a pagina **26** . L'unico modo per disattivare la funzione di annullamento automatico è resettare l'orologio e azzerarlo alla posizione di riferimento nel modo descritto a pagina **46** .

Ricarica dell'orologio

Questo orologio funziona con una batteria che si ricarica esponendo il quadrante alla luce solare diretta o a quella di lampade fluorescenti.

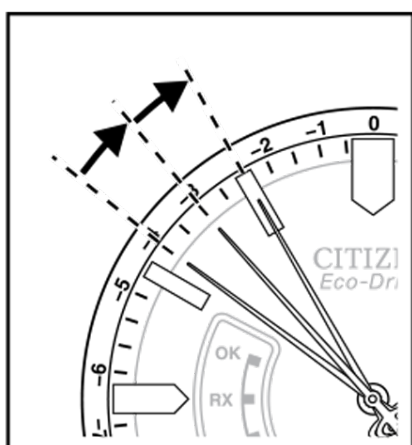
Per ottenere le massime prestazioni:

- Il quadrante dell'orologio deve essere esposto cinque o sei ore alla luce solare diretta almeno una volta al mese.
- Dopo essersi sfilati l'orologio si deve esporre il quadrante a una luce intensa, ad esempio collocandolo vicino a una finestra.
- Prima di riporre per lungo tempo l'orologio in un luogo buio si raccomanda di ricaricarlo completamente.

La batteria potrebbe non ricaricarsi completamente qualora s'indossi normalmente l'orologio sotto una manica lunga. Si raccomanda pertanto di lasciarlo esposto alla luce quanto basta affinché si ricarichi. Non si deve ricaricare l'orologio mentre è esposto all'alta temperatura (60°C o più).

Quando la carica della batteria si riduce—Funzione di avviso di carica insufficiente

Quando la batteria si scarica la lancetta dei secondi avanza due secondi alla volta—Ciò significa che si è attivata la funzione di avviso di carica insufficiente. Deve essere quindi ricaricata esponendo il quadrante alla luce.



- Dopo la ricarica la lancetta dei secondi riprende a ruotare regolarmente.
- Se quando si attiva la funzione di avviso ricarica insufficiente non si lascia ricaricare la batteria per tre giorni o più essa si scarica completamente causando l'arresto dell'orologio.

Avvertenze

- Anche quando la lancetta dei secondi avanza ogni due secondi l'orologio indica regolarmente la data e l'ora. Non è tuttavia possibile eseguire alcuna operazione.
- Quando si verifica la riserva di carica (pagina 8) o la ricezione del segnale orario (pagina 9) e la lancetta dei secondi ruota di un quarto di quadrante in senso antiorario è possibile continuare a usare regolarmente l'orologio. Esso deve essere tuttavia ricaricato.

Tempo di ricarica in base alle condizioni ambientali

La tabella che segue riporta i tempi di ricarica indicativi quando si espone continuamente il quadrante dell'orologio alla luce. I valori indicati sono approssimativi.

Condizioni ambientali	Illuminamento (Lx)	Tempo di ricarica per far funzionare l'orologio un solo giorno	Tempo di ricarica necessario per riottenere il regolare funzionamento dell'orologio con batteria completamente scarica
Alla luce solare diretta o con cielo nuvoloso	Da 10000 a 100000	Da 4 a 12 minuti	Da 40 minuti a 1 ora
20 cm da una lampada fluorescente da 30 W	3000	40 minuti	2,5 ore
Illuminazione interna	500	4 ore	14 ore

La marcia dell'orologio può continuare per circa sei mesi con carica completa o sino a due anni con la funzione di risparmio energetico attivata. Dall'istante in cui la lancetta dei secondi inizia a muoversi a passi di due secondi la carica residua sarà sufficiente per circa tre giorni.

Funzione di risparmio energetico

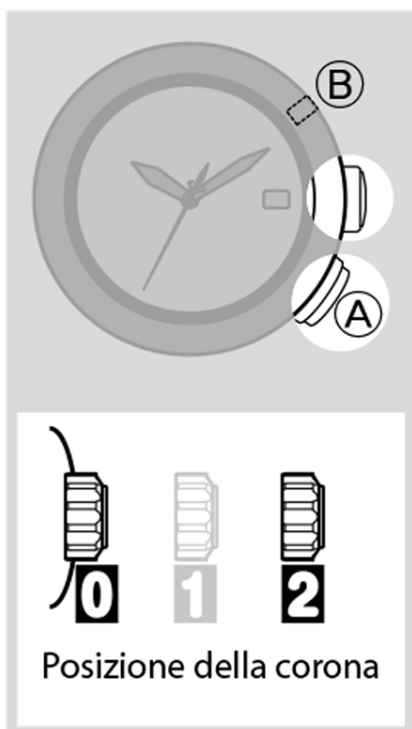
Quando si sottrae l'orologio all'esposizione alla luce per oltre sette giorni, ad esempio lasciandolo in un luogo buio, le lancette dei minuti e dei secondi si arrestano automaticamente per conservare la carica della batteria. Esso continua tuttavia a misurare il tempo.

- Quando la corona si trova nella posizione 1 o 2 la funzione di risparmio energetico non si attiva.
- La funzione di risparmio energetico non è attivabile manualmente.

Per annullare la funzione di risparmio energetico

Quando si espone l'orologio alla luce per un tempo sufficiente alla ricarica la funzione di risparmio energetico si disattiva automaticamente ed esso riprende così a mostrare normalmente l'ora. Una volta che la funzione si disattiva è opportuno ricevere manualmente il segnale orario. Si prega di vedere le pagine **22** e **23**.

Regolazione manuale dell'ora e del calendario

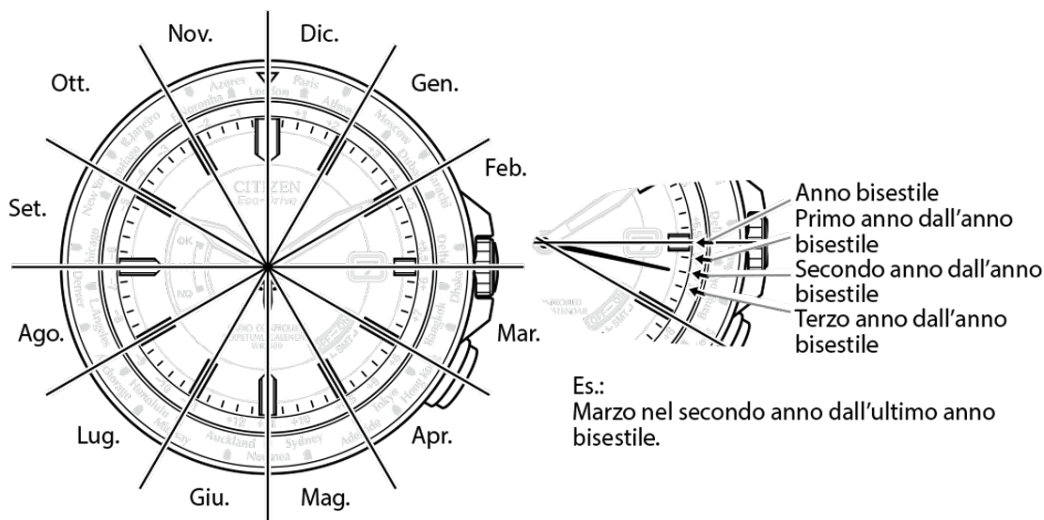


1. **Estrarre la corona nella posizione 2.**
2. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**
La lancetta dei secondi si sposta nella posizione 0.
3. **Ruotando la corona regolare i minuti.**
 - La lancetta dei secondi compie una rotazione completa mentre quella dei minuti avanza di un minuto.
 - Una volta superata l'indicazione "0:00:00" la data avanza di un'unità. Durante la regolazione dell'ora occorre prestare attenzione alla fase AM o PM.
4. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**
La lancetta delle ore si muove lievemente.
5. **Ruotando la corona regolare le ore.**
 - Una volta superata l'indicazione "0:00:00" la data avanza di un'unità. Durante la regolazione dell'ora occorre prestare attenzione alla fase AM o PM.
6. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**
Il datario si muove lievemente.
7. **Ruotare la corona per regolare la data.**
8. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**
La lancetta dei secondi indica l'attuale regolazione del mese e dell'anno.
9. **Ruotare la corona per regolare il mese e l'anno (il numero degli anni trascorsi dall'ultimo anno bisestile).**
 - Per istruzioni sulla lettura dell'anno e del mese si prega di vedere le pagine **36** e **37**.
10. **Spingere la corona nella posizione 0.**
L'orologio indica l'ora attuale.

Facendo ruotare velocemente alcune volte la corona durante la regolazione delle ore, dei minuti o della data le lancette e l'indicatore si spostano in continuazione. Per arrestarne il movimento è sufficiente ruotare la corona in una direzione qualsiasi.

Indicazione del mese e dell'anno

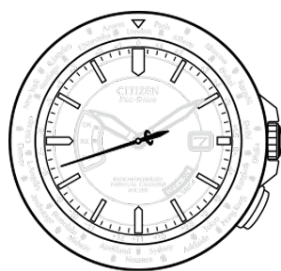
La lancetta dei secondi indica l'anno e il mese.



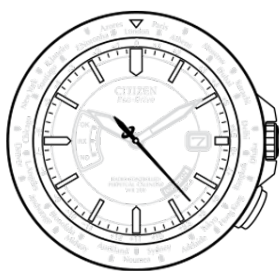
Es.:
Marzo nel secondo anno dall'ultimo anno bisestile.

La posizione della lancetta dei secondi indica il mese.

Ciascuna tacca dei minuti indica il numero di anni trascorsi da un anno bisestile.



Questa figura indica agosto del secondo anno successivo al recente anno bisestile (ad esempio il 2010).



Questa figura indica aprile del terzo anno successivo al recente anno bisestile (ad esempio il 2011).

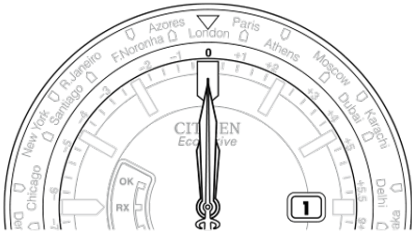
Tabella di riferimento rapido per il numero di anni trascorsi dall'ultimo anno bisestile

Indicazione della lancetta dei secondi	Anni trascorsi	Anno
Tacca dell'ora	Anno bisestile	2012, 2016, 2020
Tacca del primo minuto	Primo anno	2013, 2017, 2021
Tacca del secondo minuto	Secondo anno	2010, 2014, 2018
Tacca del terzo minuto	Terzo anno	2011, 2015, 2019

Controllo e correzione della posizione di riferimento attuale

Se anche dopo avere ricevuto il segnale orario l'orologio non indica correttamente l'ora o la data si deve verificare la correttezza della posizione di riferimento.

Correggete la posizione di riferimento

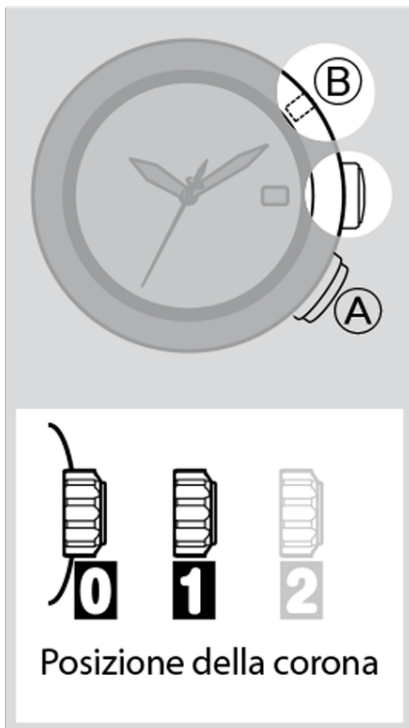


Cos'è la posizione di riferimento?

È la posizione base di tutte le lancette dalla quale indicare l'ora e la data.

- Per l'indicazione dell'ora è "0:00:00"
- Per l'indicazione della data è "1"

Se l'indicazione dell'ora e della data è sfasata rispetto alla corretta posizione di riferimento l'orologio non le mostra correttamente.

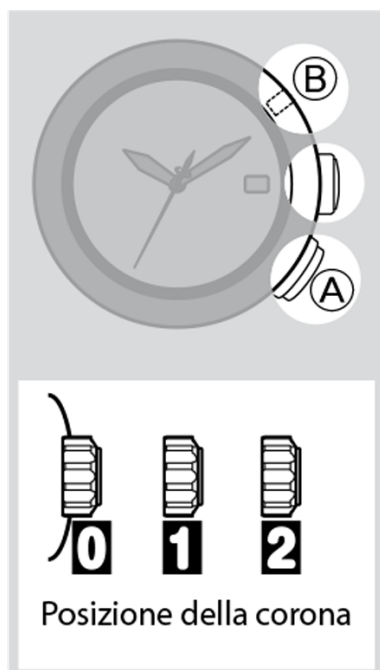


1. **Estrarre la corona nella posizione .**
2. **Premere per cinque o più secondi il pulsante destro superiore B.**

Tutte le lancette e il datario si muovono sino a indicare l'attuale posizione di riferimento.

- Mentre le lancette e il datario sono in movimento non è possibile compiere altre operazioni con l'orologio.

Posizione di riferimento	Operazione successiva
Corretta	Spingere la corona nella posizione 0 . (Non è necessario correggere la posizione di riferimento.)
Non corretta	Correggere la posizione di riferimento. (Procedere al passo 3 di pagina 40 .)



- 3.
- Estrarre la corona nella posizione .**
4. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**
La lancetta delle ore si muove lievemente.
5. **Ruotando la corona regolare la lancetta delle ore nella posizione "0:00:00".**
 - Se si fa ruotare alcune volte la corona velocemente la lancetta si muove in continuazione. Per arrestarne il movimento è sufficiente ruotare la corona in una direzione qualsiasi.
6. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**
La lancetta dei minuti e quella dei secondi si muovono lievemente.
7. **Ruotando la corona regolare le lancette dei minuti e dei secondi nella posizione "0:00:00".**
 - Se si fa ruotare alcune volte la corona velocemente le lancette si muovono in continuazione. Per arrestarne il movimento è sufficiente ruotare la corona in una direzione qualsiasi.
8. **Premere il pulsante destro inferiore A brevemente.**
Il datario si muove lievemente.
9. **Ruotare la corona per regolare la data nella posizione "1".**
 - Se si fa ruotare alcune volte la corona velocemente l'indicatore delle data si muove in continuazione. Per arrestarne il movimento è sufficiente ruotare la corona in una

direzione qualsiasi.

10. **Spingere la corona nella posizione 0.**

La correzione della posizione di riferimento attuale è terminata e l'orologio indica l'ora.

Risoluzione dei problemi

In caso di problemi con l'orologio si suggerisce di consultare la seguente tabella.

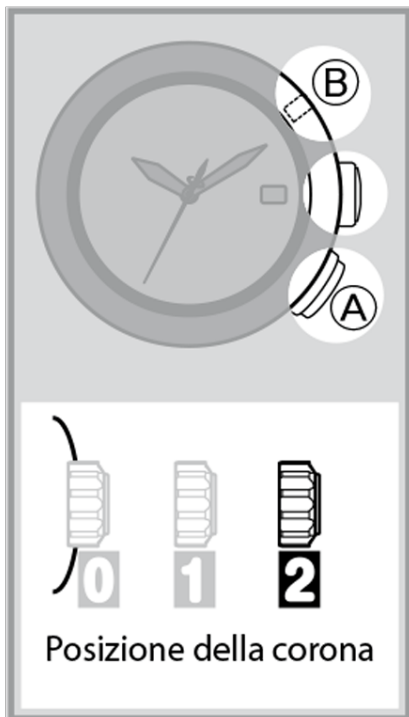
Sintomo	Rimedio	Pagina
Problemi con la ricezione del segnale orario.		
In un'area in cui il segnale è presente l'orologio non lo riceve.	Spingere la corona nella posizione 0 .	–
	Controllare l'impostazione della città.	10 a 13
	Evitare le condizioni che possano ostacolare la ricezione del segnale e collocare inoltre l'orologio con le ore 9:00 rivolte verso la stazione trasmittente.	15 e 20
	Non muovere l'orologio durante l'intero periodo di ricezione.	15
	Mentre la lancetta dei secondi ruota di due secondi alla volta l'orologio non può ricevere il segnale orario. In tal caso deve prima essere ricaricato.	32

Sintomo	Rimedio	Pagina
Nonostante l'avvenuta ricezione del segnale orario l'orologio non indica correttamente l'ora né il calendario.	Controllare l'impostazione della città.	10 a 13
	Verificare e quindi correggere la posizione di riferimento attuale.	38 a 41
Le lancette non ruotano correttamente.		
Quando si verifica l'esito della ricezione del segnale orario la lancetta dei secondi compie un quarto di giro in senso antiorario.	In tal caso deve prima essere ricaricato.	30
La lancetta dei secondi avanza ogni due secondi.	In tal caso deve prima essere ricaricato.	31
Tutte le lancette si arrestano.	Spingere la corona nella posizione 0 .	–
	Caricare l'orologio esponendolo alla luce solare diretta cinque o sei ore.	32

Sintomo	Rimedio	Pagina
Le lancette non ruotano correttamente.		
Le lancette iniziano a muoversi rapidamente non appena si estrae l'orologio dalla confezione.	L'orologio ha annullato la funzione di risparmio energetico. Attendere il termine del movimento rapido.	33
L'ora o la data non è corretta.		
L'ora o la data non è corretta.	Controllare l'impostazione della città.	10 a 13
	Verificare e quindi correggere la posizione di riferimento attuale.	38 a 41
	Avviare la ricezione manuale del segnale orario affinché l'ora e la data si regolino correttamente.	22 e 23
	Regolare l'ora e la data manualmente.	34 a 37
L'orologio non indica l'ora legale.	Selezionare manualmente "ON" o avviare la ricezione del segnale orario.	24 a 29

Sintomo	Rimedio	Pagina
L'indicazione oraria non è corretta pur essendo corretta l'impostazione della città e avendo ricevuto con esito positivo il segnale orario.	Controllare l'ora indicata (ora legale o standard) e se necessario correggerla.	24 a 29
	Verificare e quindi correggere la posizione di riferimento attuale.	38 a 41
Il cambio di data avviene verso le 12:00 pm.	Avviare la ricezione manuale del segnale orario affinché l'ora e la data si regolino correttamente.	22 e 23
	Regolare manualmente l'ora variandola di 12 ore.	34 a 37
Altro		
Le lancette non si muovono nemmeno se la batteria è carica.	Caricare l'orologio esponendolo alla luce solare diretta cinque o sei ore. Se il problema persiste anche dopo la ricarica si raccomanda di rivolgersi al più vicino centro di assistenza Citizen autorizzato.	32

Reset dell'orologio



Se si sottopone l'orologio agli effetti dell'elettricità statica o agli urti, esso potrebbe cessare di funzionare correttamente. In tal caso è necessario resettarlo.

Avvertenze

- Prima di resettare l'orologio lo si deve ricaricare completamente. (Pagina **32**)
- È necessario correggere la posizione di riferimento dopo il reset dell'orologio.

1. Estrarre la corona nella posizione 2.

2. Premere i pulsanti di destra superiore e inferiore A e B e quindi rilasciarli.

La lancetta dei secondi si porta nella posizione "0" mentre quella delle ore e il datario si muovono lievemente completando così l'operazione di reset dell'orologio.

3. Correggere la posizione di riferimento attuale.

Si prega di vedere dal passo 4 a pagina **40**.

Dopo avere resettato l'orologio

Lo si deve nuovamente impostare nel seguente ordine.

1. Selezionare la città desiderata.

Si prega di vedere le pagine **10** a **13** .

- Dopo avere resettato l'orologio tutte le città indicano l'ora standard (esso indica automaticamente l'ora legale o l'ora standard in base al segnale di controllo della prima). Per informazioni particolareggiate sull'ora legale si prega di vedere da pagina **24** a pagina **29** .

2. Regolare l'ora e la data.

- Regolazione con ricezione manuale del segnale orario: Si prega di vedere le pagine **22** e **23** .
- Regolazione manuale: Si prega di vedere le pagine **34** a **37** .

Precauzioni sull'uso dell'orologio a energia luminosa

L'orologio deve essere sempre regolarmente esposto alla luce

- L'orologio dovrebbe essere continuamente esposto alla luce. Se tuttavia lo s'indossa in modo da impedire tale condizione, ad esempio coprendolo con la manica di una maglietta o di un cappotto, non si potrà ricaricare a sufficienza. In tal caso sarà necessario sottoporlo a carica aggiuntiva.
- Quando si rimuove l'orologio dal polso lo si dovrebbe collocare in un punto ben illuminato. In questo modo riceverà luce a sufficienza per continuare a funzionare regolarmente. Se tuttavia lo si conserva a lungo in un luogo buio la batteria potrebbe scaricarsi completamente sino a determinarne l'arresto.

AVVERTENZE Precauzioni per la ricarica



- Non lasciare ricaricare l'orologio all'alta temperatura (ad esempio 60°C) poiché tale condizione potrebbe danneggiarne i sensibili componenti interni e causarne quindi il malfunzionamento.

Esempi:

- Ricarica dell'orologio eccessivamente vicino a sorgenti di luce che generano molto calore, ad esempio una lampada a incandescenza o alogena.
 - * In caso di ricarica sotto una lampada a incandescenza occorre allontanarlo ad almeno 50 cm per impedire che si riscaldi eccessivamente. Si raccomanda di non usare mai lampade alogene, poiché generano eccessivo calore.
- Ricarica collocando l'orologio in punti soggetti all'alta temperatura, ad esempio sul cruscotto di un veicolo.

Sostituzione della batteria ricaricabile

Questo orologio funziona con una batteria che non richiede la sostituzione periodica. Tuttavia, poiché dopo molto tempo il consumo elettrico aumenta a causa della progressiva ridotta lubrificazione del movimento. Anche la sua autonomia potrebbe ridursi. Si suggerisce pertanto di richiederne regolarmente l'ispezione presso un centro di assistenza autorizzato. Nota: Le manutenzioni regolari non sono coperte dalla garanzia.

ATTENZIONE Gestione della batteria ricaricabile

- Non si deve rimuovere la batteria ricaricabile dall'orologio. Se per qualsiasi ragione si ritiene necessario rimuoverla la si deve almeno tenere fuori dalla portata dei bambini affinché non la ingoio.
In caso d'ingestione ci si deve rivolgere immediatamente a un medico.
- Una volta rimossa la batteria non deve essere eliminata con i normali rifiuti urbani. Per istruzioni sulla raccolta delle batterie usate e per evitare qualsiasi rischio d'incendio o d'inquinamento ambientale si raccomanda di rivolgersi alle autorità cittadine.



ATTENZIONE Usare esclusivamente il tipo di batteria ricaricabile specificato

- Non installare mai nell'orologio una comune batteria. Si deve usare sempre ed esclusivamente la batteria ricaricabile del tipo specificato. L'orologio è stato infatti progettato per operare esclusivamente con questa e non, appunto, con batterie convenzionali. L'installazione di un tale tipo di batteria può infatti dar luogo a sovraccarica ed eventualmente a esplosione con conseguente danneggiamento dell'orologio stesso e di lesioni per chi lo indossa.
Qualora dovesse rendersi necessario sostituirla se ne deve usare una ricaricabile identica a quella originale. Per questa operazione si raccomanda di rivolgersi a un centro di assistenza autorizzato.

Impermeabilità all'acqua

ATTENZIONE Impermeabilità all'acqua

- Prima di usare l'orologio è raccomandabile individuarne sul quadrante o sul fondello l'indicazione dell'impermeabilità all'acqua. L'illustrazione che segue fornisce esempi d'uso da considerare come riferimento per impiegare correttamente l'orologio. ("1bar" corrispondente indicativamente a 1 atmosfera.)
- L'indicazione WATER RESIST(ANT) ××bar potrebbe eventualmente apparire come W.R.××bar
- Gli orologi non impermeabili non possono essere usati sott'acqua né a contatto con essa.
- Impermeabile durante l'uso normale (sino a 3 atmosfere) significa che l'orologio può essere indossato sotto la pioggia o mentre ci si lava, ma non in immersione.
- Maggior livello d'impermeabilità per l'uso normale (sino a 5 atmosfere) significa che l'orologio può essere indossato durante il nuoto ma non in immersione.
- Maggior livello d'impermeabilità per l'uso normale (sino a 10-20 atmosfere) significa che l'orologio può essere indossato durante il nuoto subacqueo in apnea ma non in immersione con bombole d'aria o in saturazione d'elio.
- Rimuovere con acqua qualsiasi traccia di sporcizia accumulatasi sul cinturino metallico, di plastica o di gomma. In particolare si raccomanda di rimuovere con uno spazzolino morbido i piccoli residui di sporcizia rimasti intrappolati tra le fessure del cinturino metallico. Se l'orologio è del tipo non impermeabile è importante evitare che si bagni la cassa.

Descrizione	Indicazione		Uso dell'orologio a contatto con l'acqua				
	Quadrante o fondello	Livello d'impermeabilità					
Non impermeabile	—————	Non impermeabile	NO	NO	NO	NO	NO
Impermeabile durante l'uso normale	WATER RESIST(ANT)	Impermeabile sino a 3 atmosfere	OK	NO	NO	NO	NO
Maggior livello d'impermeabilità durante l'uso normale	WATER RESIST(ANT) 5 bar	Impermeabile sino a 5 atmosfere	OK	OK	NO	NO	NO
	WATER RESIST(ANT) 10/20 bar	Impermeabile da 10 a 20 atmosfere	OK	OK	OK	NO	NO

Precauzioni e limitazioni d'uso

AVVERTENZE Per evitare lesioni

- Prestare particolare attenzione quando s'indossa l'orologio con un bambino in braccio in modo da non ferirlo.
- Prestare particolare attenzione durante gli esercizi fisici o il lavoro pesante per evitare di ferire se stessi e gli altri.
- NON indossare l'orologio durante la sauna, in una vasca Jacuzzi o in altre circostanze ove possa riscaldarsi eccessivamente. Ciò potrebbe infatti causare ustioni a chi lo indossa e/o il malfunzionamento dell'orologio stesso.
- Prestare attenzione alle unghie o alla pelle quando s'indossa e si rimuove l'orologio, specialmente se il cinturino è molto stretto.

AVVERTENZE Precauzioni

- Indossare sempre l'orologio con la corona premuta nella normale posizione. Se è del tipo a vite deve essere adeguatamente avvitata e bloccata nella cassa.
- Non muovere la corona né premere i pulsanti dell'orologio mentre è bagnato. In caso contrario l'eventuale penetrazione dell'umidità potrebbe danneggiare le parti sensibili interne.
- In caso di penetrazione di acqua e di persistente appannamento del vetro si raccomanda di farlo ispezionare presso un centro di assistenza autorizzato.
- Se s'immerge in acqua di mare o si pone a contatto con abbondante sudore l'orologio classificato "a maggior livello d'impermeabilità per l'uso normale" è raccomandabile risciacquarlo accuratamente con acqua dolce e quindi asciugarlo bene con un panno morbido e asciutto.
- Qualora nell'orologio penetri acqua di mare, inseritelo in una scatola o in un sacchetto di plastica e richiedetene immediatamente l'ispezione. In caso contrario la pressione interna potrebbe aumentare con conseguente distacco di alcune delle parti (cristallo, corona, pulsanti, ecc.).

AVVERTENZE Quando s'indossa l'orologio Cinturino

- La durezza del cinturino di cuoio, tessuto o pelle naturale può subire l'influenza dell'umidità e del sudore. Quando bagnata, inoltre, la pelle può causare un'infezione. È pertanto raccomandabile mantenere sempre pulito e asciutto il cinturino.
- Anche se è del tipo impermeabile, una volta bagnato è preferibile rimuovere l'orologio dal polso.
- Non stringere eccessivamente il cinturino. Si deve piuttosto lasciare spazio a sufficienza tra esso e la pelle in modo da mantenerla adeguatamente ventilata.
- I cinturini di gomma si possono macchiare con il colore e la sporcizia dell'abbigliamento e degli altri accessori eventualmente indossati. Poiché tali macchie potrebbero divenire permanenti è importante prestare attenzione a qualsiasi corpo (capi d'abbigliamento, portafogli, braccialetti colorati, ecc.) che possa trasferire il colore.
- Il cinturino potrebbe deteriorarsi altresì a contatto con solventi, umidità e sudore. Si raccomanda pertanto di farlo sostituire non appena si secca, diventa fragile o si screpola in modo da evitare che si spezzi.

Temperatura

- Alle temperature eccessivamente alte e basse l'orologio potrebbe arrestarsi o cessare di funzionare regolarmente. Si deve pertanto evitare di usarlo in luoghi la cui temperatura è esterna alla gamma specificata.

Elettricità statica

- I circuiti integrati installati negli orologi al quarzo sono sensibili all'elettricità statica. In tale condizione essi potrebbero pertanto cessare di funzionare correttamente.

Magnetismo

- Gli orologi analogici al quarzo funzionano con un piccolo motore provvisto di un piccolo magnete, la cui marcia potrebbe essere ostacolata qualora li si avvicini a un corpo magnetico, con conseguente malfunzionamenti. Pertanto non li si deve mai avvicinare a corpi magnetici quali braccialetti o collane "terapeutiche", portamonete con chiusura magnetica, chiusure di armadi e frigoriferi, chiusure o fibbie di borse o portacellulari, diffusori per cellulari, accessori sportivi, apparecchiature MRI e così via.

Forti urti

- Non si deve lasciar cadere l'orologio né sottoporlo a forti urti. In caso contrario se ne potrebbe danneggiare la cassa o il braccialetto, oppure potrebbe cessare di funzionare correttamente e/o fornire le prestazioni previste.

Sostanze chimiche, gas corrosivi e mercurio

- Qualora l'orologio dovesse andare a contatto con diluenti, benzene, solventi o prodotti che li contengono (comprese benzina, smacchiatori per unghie, cresolo, detersivi e adesivi per bagno, prodotti idrorepellenti e così via), si potrebbe scolorire, deteriorare e comunque danneggiare. Tali sostanze devono quindi essere maneggiate con molta cura. Anche il

contatto con il mercurio, ad esempio quello contenuto nei termometri, può far scolorire la cassa e il cinturino.

AVVERTENZE Mantenere sempre pulito l'orologio

- Periodicamente ruotare la corona mentre è completamente premuta nella posizione e premere quindi i pulsanti affinché nel tempo non rimangano bloccati a causa dell'accumulo di corpi estranei. Nota: Non muovere la corona né premere i pulsanti dell'orologio mentre è bagnato.
- La cassa e il cinturino sono a diretto contatto con la pelle esattamente come gli indumenti intimi. L'eventuale corrosione del metallo o la sporcizia invisibile causata dal sudore può così sporcare le maniche ed altre parti ancora dell'abbigliamento. Per questo si raccomanda di mantenere sempre pulito l'orologio.
- La cassa e il cinturino dell'orologio vanno a diretto contatto con la pelle. Durante l'uso quotidiano tale condizione potrebbe causare l'accumulo di sporcizia e di corpi estranei invisibili. L'accumulo di acqua può inoltre dar luogo alla formazione di ruggine e al deterioramento precoce. Si suggerisce pertanto di pulirlo regolarmente con un panno morbido. In caso di sporcizia resistente sulla cassa o il cinturino potrebbe essere necessario ricorrere a un servizio di pulizia professionale.
- A volte l'accumulo di sporcizia o corpi estranei può dar luogo alla reazione della pelle. Ciò si potrebbe verificare anche a causa di talune forme di allergia di cui si è inconsapevoli. In tal caso si raccomanda di rimuovere immediatamente l'orologio dal polso e di rivolgersi a un medico.
- I cinturini di cuoio, tessuto o pelle naturale si possono scolorire o perdere la resistenza a causa dell'umidità, del sudore e/o dell'accumulo di sporcizia. Per farli durare il più a lungo possibile occorre pertanto mantenerli sempre puliti e asciutti strofinandoli ogni giorno con un panno morbido e asciutto

AVVERTENZE Cura dell'orologio

- Con un panno morbido rimuovere dal cristallo e dalla cassa qualsiasi traccia di sporcizia e umidità, in particolare il sudore.
- In caso di inutilizzo dell'orologio per un periodo prolungato si suggerisce di strofinarlo con cura per rimuovere qualsiasi traccia di sudore, umidità o sporcizia e di conservarlo quindi adeguatamente al riparo da temperature eccessivamente alte o basse e dall'alta umidità.

Manutenzione

Manutenzione ordinaria

- Periodicamente ruotare la corona mentre è completamente premuta nella posizione e premere quindi i pulsanti affinché nel tempo non rimangano bloccati a causa dell'accumulo di corpi estranei.
- Con un panno morbido asportare periodicamente dalla cassa e dal vetro l'eventuale sporcizia, il sudore o l'acqua.
- Per rimuovere la sporcizia dal cinturino metallico, di plastica o di gomma è sufficiente

lavarlo con acqua. Per rimuovere la sporcizia accumulatasi negli interstizi del cinturino metallico si deve usare uno spazzolino morbido.

- Per la pulizia dell'orologio non si devono usare tessuti trattati chimicamente poiché essi possono danneggiarne le superfici e le parti trattate.
- Si raccomanda di non usare solventi (diluenti, benzene e così via) poiché potrebbero danneggiare le rifiniture dell'orologio.

Ispezioni periodiche

Per ragioni di sicurezza e per assicurare il funzionamento dell'orologio nel tempo si raccomanda di farlo ispezionare una volta ogni due o tre anni. Per mantenerne la capacità d'impermeabilità all'acqua è necessario farne sostituire regolarmente la guarnizione e altri componenti ancora. Le rimanenti parti vanno fatte ispezionare e sostituire secondo necessità. Per la sostituzione si raccomanda sempre di richiedere parti originali Citizen.

Informazioni

Segnale orario

Benché le apposite stazioni diffondano il segnale orario pressoché ininterrottamente, a volte potrebbe subire interruzioni dovute alle attività di manutenzione. Le condizioni di diffusione del segnale sono verificabili dal sito Internet di ciascuna stazione.

Il segnale orario non ha alcun effetto sul corpo umano o sugli eventuali dispositivi medicali indossati.

Informazioni sulla vernice luminosa dell'orologio

L'orologio acquistato potrebbe avere il quadrante e le lancette trattate con materiale che ne permette la lettura anche al buio. Tale trattamento immagazzina sia la luce naturale sia quella artificiale. Non contiene tuttavia sostanze radioattive né altri materiali nocivi alla salute umana e all'ambiente.

- La sua capacità di emissione luminosa si riduce tuttavia col tempo.
- La durata e l'intensità luminosa emessa varia secondo l'intensità, il tipo e la distanza dalla sorgente di luce, nonché la durata dell'esposizione e la quantità o superficie del trattamento.
- Se non lo si espone sufficientemente alla luce, una volta al buio il trattamento all'inizio è luminoso ma gradualmente si riduce nell'arco di alcune ore. La durata dell'emissione luminosa varia infatti secondo il tipo e la durata dell'esposizione alla luce, nonché secondo la superficie del trattamento.

Caratteristiche tecniche

Modello	H144/H145	Tipo	Orologio analogico a energia luminosa
Precisione di misura del tempo (senza ricezione del segnale orario)	Entro ± 15 secondi al mese se indossato a temperature normali durante l'uso (tra $+5^{\circ}\text{C}$ e $+35^{\circ}\text{C}$)		
Gamma delle temperature d'uso	Da -10°C a 60°C		
Funzioni d'indicazione	<ul style="list-style-type: none"> • Ora: Ore, minuti e secondi • Calendario: Giorno del mese • Città 		
Durata massima di marcia con una carica completa	<ul style="list-style-type: none"> • Da completamente carico a completamente scarico: Circa due anni (con l'intervento della funzione di risparmio energetico) Circa sei mesi (senza intervento della funzione di risparmio energetico) • Riserva di carica dall'attivazione della funzione di avviso di carica insufficiente: Circa tre giorni 		
Batteria	Di tipo ricaricabile, 1 pezzo		

Funzioni aggiuntive	<ul style="list-style-type: none"> • Ricarica con energia luminosa • Indicazione della riserva di carica • Funzione di prevenzione del sovraccarico • Funzione di avviso di carica insufficiente (movimento a intervalli di due secondi) • Funzione di risparmio energetico • Ricezione del segnale orario (automatica, su richiesta, ripristino automatico) • Conferma dello stato di ricezione (RX) • Selezione automatica della stazione di trasmissione del segnale orario (Solo JJY) • Indicazione dell'esito dell'ultima ricezione (OK/NO) • Ora legale (ON/OFF) • Selezione della città (26 scelte possibili) • Calendario perpetuo (sino al 28 febbraio 2100)
----------------------------	---

Le caratteristiche tecniche qui riportate possono essere soggette a modifiche senza preavviso.