



Classic 50 Move+

Manual de Instruções

Table of Contents

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA E ADVERTÊNCIAS IMPORTANTES	3
A EMBALAGEM CONTÉM	3
FUNÇÕES DO RELÓGIO E OPERAÇÃO DOS BOTÕES.....	3
USANDO O SEU TIMEX IRONMAN CLASSIC 50 MOVE+.....	4
UTILIZANDO O SEU TIMEX IRONMAN CLASSIC 50 MOVE+	4
INÍCIO DA UTILIZAÇÃO	4
BATERIA.....	4
RESISTÊNCIA À ÁGUA E À PROVA DE CHOQUE	5
NO RELÓGIO.....	5
CONFIGURAÇÃO DA HORA E DA DATA	5
ALARMES.....	6
LUZ NOTURNA INDIGLO®	7
FUNÇÃO NIGHT-MODE®	7
VENDO A INFORMAÇÃO DO SEU MONITOR DE ATIVIDADE	7
CRONÓGRAFO	8
TIMER DE INTERVALOS	9
TIMER	10
CONFIGURAÇÃO DO TIMER	10
USANDO O TIMER	11
MODO DE REVISÃO	11
CONFIGURANDO O SISTEMA	12
CONFIGURANDO O USUÁRIO.....	13
CONFIGURANDO A META	13
AGENDAMENTOS	14
SINCRONIZAR	15
RETORNANDO O RELÓGIO ÀS CONFIGURAÇÕES DE FÁBRICA.....	15
O APLICATIVO TIMEX CONNECTED	16
INSTALANDO O APLICATIVO DO TELEFONE TIMEX CONNECTED	16
SINCRONIZANDO PELA PRIMEIRA VEZ.....	16

SINCRONIZAÇÃO NFC (Near Field Communication)	16
SINCRONIZAÇÃO DO BLUETOOTH SMART	17
TRANSFERINDO DADOS DO SEU RELÓGIO PARA O APLICATIVO	18
PAINEL DE NAVEGAÇÃO DO TIMEX CONNECTED	19
PÁGINA PRINCIPAL DO TIMEX CONNECTED	19
RESUMO DO EXERCÍCIO/PÁGINA DE RELATÓRIOS	20
PÁGINA DA LISTA DE EXERCÍCIOS	21
PÁGINA DOS DETALHES DO EXERCÍCIO	22
GRÁFICOS DOS DETALHES DO EXERCÍCIO	23
TRANSFERINDO EXERCÍCIOS PARA O WEBSITE DE TERCEIROS	24
CONTROLE DO RELÓGIO	26
CALENDÁRIOS	28
CONFIGURAÇÕES DO APLICATIVO	30
SOBRE	31
AJUDA	31
Notificação da Federal Communications Commision – FCC (EUA) e Notificação da Industry Canada – IC (Canadá)	32
DECLARAÇÃO DE CONFORMIDADE	33

Agradecemos-lhe por comprar o TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+.

<http://www.timex.com/classic50move>

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA E ADVERTÊNCIAS IMPORTANTES

1. Este não é um aparelho médico e não deve ser utilizado por pessoas com doenças cardíacas graves. Deverá sempre consultar o seu médico antes de iniciar ou de modificar um programa de exercícios.
2. Consultar a informação no mostrador quando você estiver se movimentando não é seguro, causa distração e poderia causar um acidente ou colisão. Reveja suas métricas apenas quando for seguro fazê-lo. Consulte as instruções para obter informações detalhadas.

A EMBALAGEM CONTÉM

1. TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+
2. Manual de instruções rápido

FUNÇÕES DO RELÓGIO E OPERAÇÃO DOS BOTÕES

- Relógio esportivo
- Acelerômetro, usado para monitorar a atividade diária
- Rastreamento e alerta das metas
- Conexão sem fios NFC e Bluetooth Smart com o aplicativo TIMEX Connected
- Lembretes de agendamentos (depois de sincronizado com o TIMEX Connected)
- 2 fusos horários
- 3 alarmes diários com 5 minutos de reserva
- Sinal horário opcional
- Cronógrafo para 100 horas com memória de armazenamento para 50 voltas
- Timer de intervalos
- Timer de contagem regressiva para 24 horas
- Luz noturna INDIGLO com função NIGHT-MODE (modo noturno)

Funções dos botões apresentadas com as funções secundárias entre parêntesis. As funções secundárias aparecerão no mostrador.



Pressione o botão Mode várias vezes para passar pelos modos: Cronógrafo, Timer de intervalos, Timer, Rever, Configurar, Agendamentos, Alarmes, Sincronizar.

Pressione o botão MODE para sair do modo atual e voltar ao modo Hora.

USANDO O SEU TIMEX IRONMAN CLASSIC 50 MOVE+

O TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ pode ser usado em qualquer um dos pulsos, é só encaixar a correia fechada em uma posição confortável e você está pronto para o Move!

UTILIZANDO O SEU TIMEX IRONMAN CLASSIC 50 MOVE+

O seu relógio não é apenas um relógio cronógrafo robusto para treinamento com memória de armazenamento para 50 voltas, o seu relógio também inclui um acelerômetro o qual detecta a sua atividade durante todo o dia. O sensor incluído ligará automaticamente depois de ter configurado a hora manualmente no seu relógio (depois de reiniciar) ou depois de fazer a primeira sincronização com aplicativo TIMEX Connected. O relógio registrará e mostrará: os passos, a distância e as calorias gastas, e armazenará a informação da atividade dos últimos sete dias, no entanto você poderá desfrutar de um armazenamento virtualmente ilimitado transferindo os seus dados para o aplicativo grátis TIMEX Connected.

OBSERVAÇÃO – O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ reiniciará automaticamente os seus dados de monitorização de atividade à meia noite.

INÍCIO DA UTILIZAÇÃO

A configuração do TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ poderá ser feita diretamente no relógio ou através de um aparelho portátil compatível.

Para ver se o seu aparelho é compatível visite: <http://www.timex.com/classic50move>

BATERIA

O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ possui uma bateria tipo moeda substituível pelo utilizador (CR2025), no entanto, **a Timex recomenda veementemente que você leve o relógio a um revendedor local ou joalheiro para substituir a bateria.** A bateria do seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ durará aproximadamente 15 meses. A duração de vida útil estimada da bateria se baseia em certas conjeturas relacionadas com o seu uso. A vida útil da bateria variará com o seu uso real.

NÃO DESCARTE A BATERIA NO FOGO. NÃO RECARREGUE A BATERIA. MANTENHA AS BATERIAS SOLTAS FORA DO ALCANCE DAS CRIANÇAS.

RESISTÊNCIA À ÁGUA E À PROVA DE CHOQUE

O seu relógio é à prova d'água até 100 metros (328 pés) e é resistente a uma pressão absoluta de 160 libras por polegada quadrada.

ADVERTÊNCIA: PARA MANTER A RESISTÊNCIA À ÁGUA, NÃO PRESSIONE NENHUM BOTÃO QUANDO ESTIVER EM BAIXO D'ÁGUA.

1. Essa resistência à água continuará invariável enquanto o cristal, os botões e a caixa permanecerem intactos.
2. Este não é um relógio de mergulho e, por isso, não deve ser utilizado para essa atividade.
3. Enxágue o relógio com água depois de tê-lo exposto a água salgada.
4. A resistência a choques será indicada na face ou na tampa do relógio. Os relógios são fabricados para passarem na prova de resistência a choques da ISO. Contudo, deve-se ter cuidado para não danificar o cristal.

NO RELÓGIO

O seu relógio pode ser configurado utilizando 2 métodos:

- O aplicativo TIMEX Connected (o modo mais fácil) ou
- Configurando as funções diretamente no relógio.

CONFIGURAÇÃO DA HORA E DA DATA

Configurando a hora manualmente no relógio apagará todos os agendamentos previamente carregados no relógio.

1. Na tela da hora, mantenha o botão Set/Recall pressionado.
2. Pressione o botão Start/Split para selecionar o primeiro ou o segundo fuso horário.
3. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos das horas (tenha em atenção a definição de AM/PM).
4. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos dos minutos.
5. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para zerar os dígitos dos segundos.
6. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar o mês.
7. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar o dia.
8. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar o ano.
9. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para selecionar o formato de 12 ou 24 horas.
10. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para selecionar o formato da data MM-DD ou DD-MM.
11. Pressione o botão Set/Recall quando terminar para confirmar e sair ou pressione o botão Start/Split para mudar para a configuração da hora 2 e repita os passos de 3 até 11.

OBSERVAÇÕES:

- Lembre-se de que necessita de sincronizar novamente o relógio com o aplicativo TIMEX Connected para voltar a carregar os seus agendamentos.



- Quando estiver na tela da hora, mantenha o botão Start/Split pressionado para ver a hora do segundo fuso horário.

ALARMES

O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ está equipado com 3 alarmes. Quando os alarmes estão ativados, a luz noturna Indiglo® e o ícone do alarme piscam e você ouvirá um alerta sonoro; pressione qualquer um dos botões para silenciar os sinais sonoros. Se nenhum botão for pressionado, o alarme tocará por 20 segundos e, voltará a tocar 5 minutos depois.

Como configurar os seus alarmes:

1. Pressione o botão Mode até ALARMS estar ligado no mostrador superior.
2. A parte superior do mostrador do seu Classic 50 Move+ mudará rapidamente de ALARMS para ALM1.
3. Pressione o botão Set/Recall.
4. Pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos das horas.
5. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos dos minutos.
6. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para selecionar AM ou PM.
7. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para selecionar a frequência do alarme: DIÁRIO (DAILY), DIAS DE SEMANA (WKDAYS), FINS DE SEMANA (WKENDS), SEG (MON), TER (TUE), QUA (WED), QUI (THU), SEX (FRI), SAB (SAT) OU DOM (SUN).
8. Pressione o botão Set/Recall para confirmar e sair.
9. Pressione o botão Stop/Reset para mudar para a configuração do alarme seguinte.
10. Repita os passos de 3 até 9 para configurar os 3 alarmes do relógio.
11. Você agora verá o ícone do alarme do relógio na tela da hora; isso significa que você tem um ou mais alarmes ativos.



OBSERVAÇÕES:

- Os alarmes podem ser rapidamente desativados/reactivados acessando os alarmes (ALM 1, ALM 2, ALM 3) e pressionado o botão Start/Split.
- Quando estiver no modo de Alarms, pressione o botão Stop/Reset para passar pelos 3 alarmes disponíveis.

LUZ NOTURNA INDIGLO®

A tecnologia eletroluminescente utilizada na luz noturna INDIGLO ilumina toda a face do relógio à noite e em condições de pouca luz.

Pressione o botão INDIGLO para iluminar o mostrador do relógio durante 3 ou 4 segundos quando o relógio não estiver no estado de configurações ou de 6 a 7 se estiver nesse estado.

FUNÇÃO NIGHT-MODE®

A função NIGHT-MODE faz com que quando pressiona qualquer botão, este ativa automaticamente a luz noturna INDIGLO durante 3 ou 4 segundos quando o relógio não estiver no estado de configurações ou de 6 a 7 se estiver nesse estado. Quando a função NIGHT-MODE está ativada, no mostrador aparecerá um ícone em forma de lua.

Mantenha o botão INDIGLO pressionado durante 4 segundos para ativar ou desativar a função NIGHT-MODE.

OBSERVAÇÃO – A função NIGHT-MODE será desativada automaticamente ao fim de 8 horas.

VENDO A INFORMAÇÃO DO SEU MONITOR DE ATIVIDADE

1. Da tela da hora, pressione o botão Stop/Reset para passar através dos dados do monitor de atividade disponíveis (STEPS, nº de passos dados, DIST, distância total percorrida, CALS, número de calorias queimadas, DATE, dia da semana e data).

OBSERVAÇÃO – O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ reiniciará automaticamente os dados de atividade (configurará todos os campos para zero) todas as noites à meia-noite.

CRONÓGRAFO

Use o modo de Cronógrafo para gravar um exercício. O modo de cronógrafo conta em centésimos de segundo até uma hora e, depois, em segundos até 100 horas. O ícone do Cronógrafo (Stopwatch) estará piscando no mostrador durante um exercício e ficará sólido quando o exercício estiver pausado ou parado. O cronógrafo continuará a funcionar mesmo saindo do modo Cronógrafo.

Para configurar o formato do mostrador, pressione o botão Set/Recall. Pressione o botão Start/Split para mudar o formato e, em seguida, pressione o botão Set/Recall para sair e voltar ao modo de cronógrafo.

1. Da tela da hora, pressione o botão Mode até ver CHRONO.
2. Pressione o botão Start/Split para iniciar o exercício.
3. Para registrar um tempo fracionado, pressione o botão Start/Split. Os tempos da volta e fracionado serão mostrados com o número da volta.
4. Pressionado repetidamente o botão Set/Recall durante o exercício, mostrará a seguinte informação (timer da volta, passos, distância e calorias consumidas) no mostrador superior.
5. Para parar ou para pausar o exercício, pressione o botão Stop/Reset.
6. Para continuar o exercício, pressione o botão Start/Split.
7. Depois de completar o exercício, pressione o botão Stop/Reset para parar o exercício.
8. Para salvar o exercício do Cronógrafo, mantenha o botão Set/Recall pressionado por 2 segundos.
9. Para descartar o exercício do Cronógrafo, mantenha o botão Stop/Reset pressionado por 2 segundos.
10. Para apagar o último exercício armazenado, mantenha o botão Stop/Reset pressionado por 3 segundos. Para apagar todos os exercícios armazenados, mantenha o botão Stop/Reset pressionado por 6 segundos.

LAP 1 = 7.11	LAP 2 = 7.50	LAP 3 = 7.08	LAP 4 = 7.30
SPLIT 1 = 7.11			
	SPLIT 2 = 15.01		
		SPLIT 3 = 22.09	
			SPLIT 4 = 29.39

OBSERVAÇÕES –

- Quando entra no modo de Cronógrafo, aparecerá uma mensagem na tela que lhe indicará quantas voltas podem ser armazenadas antes da memória do Cronógrafo ficar cheia; se a memória do Cronógrafo já está cheia você verá “MEMORY FULL”. Consulte a seção Rever deste manual para informação de como apagar exercícios.
- Quando medir tempos fracionados, os tempos ficam congelados no mostrador por 10 segundos. Pressione o botão Mode para soltar o mostrador e voltar ao mostrador de Cronógrafo.

- Apagar exercícios armazenados apenas poderá ser feito no modo de Cronógrafo, o modo de Rever é usado apenas para ver exercícios armazenados. Consulte o passo 10 acima para mais instruções.

TIMER DE INTERVALOS

Você pode configurar um exercício com intervalos, com 2 intervalos. Cada intervalo pode ter um tempo até 23 horas, 59 minutos e 59 segundos.

Você pode configurar os seus exercícios com intervalos para se repetirem quando um conjunto de intervalos estiver completo. O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ manterá um registro das repetições para você e emite um alerta quando é tempo para terminar um intervalo e iniciar o seguinte.

O seu relógio pode armazenar até 5 exercícios com intervalos na memória do aparelho. Os exercícios com intervalos são armazenados com a seguinte informação: total de passos, total de calorias consumidas, distância total percorrida, tempo total e número de repetições (se os intervalos estão configurados para se repetirem no final).

1. Da tela da hora, pressione o botão Mode até ver INTTMR.
2. Pressione o botão Set/Recall para personalizar o seu exercício com intervalos.
3. Começando com o INT 1, pressione o botão Mode.
4. Pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos das horas.
5. Pressione o botão Mode e, em seguida, pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos dos minutos.
6. Pressione o botão Mode e, em seguida, pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos dos segundos.
7. Pressione o botão Mode e, em seguida, pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para selecionar Repetir no Final ou Parar no Final. Quando aparecer na tela a seleção desejada, pressione o botão Mode.
 - Stop at End (Parar no Final) deverá ser usado quando você NÃO QUER que o intervalo se repita.
 - Repeat at End (Repetir no Final) deverá ser usado quando você QUER que o intervalo se repita.
8. Se você quer que o seu intervalo inclua mais de um segmento, pressione o botão Start/Split para fazer ajustamentos no INT 2 e, em seguida, pressione o botão Mode.
9. Pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos das horas.
10. Pressione o botão Mode e, em seguida, pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos dos minutos.
11. Pressione o botão Mode e, em seguida, pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos dos segundos.
12. Pressione o botão Mode e, em seguida, pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para selecionar Repetir no Final ou Parar no Final. Quando a seleção desejada aparecer na tela, vá para o passo 13.

- Stop at End (Parar no Final) deverá ser usado quando você NÃO QUER que o intervalo se repita.
 - Repeat at End (Repetir no Final) deverá ser usado quando você QUER que o intervalo se repita.
13. Pressione o botão Set/Recall para salvar as configurações do seu exercício de intervalo.
 14. Pressione o botão Start/Split para iniciar o exercício de intervalo.
 15. Durante o exercício, pressione várias vezes o botão Set/Recall para passar pela informação seguinte no mostrador superior: número do intervalo, passos, distância e calorias queimadas.
 16. Pressione o botão Stop/Reset para parar o exercício.
 17. Para salvar o exercício de intervalo, mantenha o botão Set/Recall pressionado por 2 segundos.
 - Se já tem 5 exercícios de intervalo armazenados na memória do relógio, o exercício de intervalo mais velho armazenado será apagado para que o atual exercício possa ser armazenado.
 18. Para descartar o exercício do Cronógrafo, mantenha o botão Stop/Reset pressionado por 2 segundos.
 19. Para apagar o último exercício de intervalo armazenado, mantenha o botão Stop/Reset pressionado por 3 segundos. Para apagar todos os exercícios de intervalo armazenados, mantenha o botão Stop/Reset pressionado por 6 segundos.

OBSERVAÇÕES –

- Se tiver o ícone da ampulheta significa que tem um exercício de intervalo correndo. Se o ícone estiver piscando significa que tem um exercício de intervalo em processo. Se o ícone estiver sólido significa que o exercício de intervalo está pausado.
- Apagar exercícios de intervalo armazenados apenas poderá ser feito no modo de timer de intervalo, o modo de Rever é usado apenas para ver exercícios de intervalo armazenados. Consulte o passo 19 acima para mais instruções.

TIMER

O modo de timer fornece um timer de contagem regressiva com alerta. O timer faz uma contagem regressiva, segundo a segundo, a partir do tempo programado. O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ emitirá um bipe e a luz noturna piscará quando o timer de contagem regressiva terminar (o timer chegou a zero), pressione qualquer um dos botões para silenciar o alerta. Você tem duas opções para o seu timer de contagem regressiva: Stop at End (contagem regressiva do timer apenas umas vez) e Repeat at End (a contagem se repetirá indefinidamente).

CONFIGURAÇÃO DO TIMER

1. Pressione o botão Mode até aparecer TIMER no mostrador.
2. Para configurar o timer, pressione o botão Set/Recall. Use os botões Start/Split e Stop/Reset para ajustar os dígitos das horas.
3. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e Stop/Reset para ajustar os dígitos dos minutos.

4. Pressione o botão Mode, use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos dos segundos.
5. Pressione o botão Mode, use o botão Start/Split para selecionar a ação apropriada no final da contagem regressiva (Stop at end ou Repeat at end)
6. Pressione o botão Set/Recall para salvar as configurações do timer.

USANDO O TIMER

1. Pressione o botão Start/Split para iniciar a contagem regressiva do timer.
2. Para pausar o timer, pressione o botão Stop/Reset.
3. Pressione o botão Start/Split para continuar a contagem regressiva do timer.
4. Pressione o botão Stop/Reset para parar o timer e, em seguida, mantenha o botão Stop/Reset pressionado para cancelar a função do timer.

OBSERVAÇÃO – O timer de contagem regressiva continuará a funcionar mesmo saindo do modo. Se tiver o ícone da ampulheta significa que timer de contagem regressiva está funcionando, o ícone a piscar significa que o timer está correndo e, se estiver sólido significa que o timer está pausado.

MODO DE REVISÃO

Você pode ver toda a informação salva dos exercícios cronometrados, exercícios de intervalos e o monitor de atividade durante todo o dia. O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ armazenará até 7 dias de informação de atividade, 5 exercícios de intervalo e dados de exercícios cronometrados até 50 voltas. Você deverá planejar carregar os seus dados para o aplicativo grátis TIMEX Connected para um armazenamento de dados ilimitado.

Todos os dados do monitor de atividade diária disponíveis: passos totais diários, distância total diária e calorias diárias totais queimadas (apenas disponíveis se o sensor está ligado ou esteve ligado anteriormente)

Dados do exercício do timer de intervalo disponíveis: passos totais do exercício*, distância total do exercício*, total de calorias queimadas durante o exercício*, tempo total de exercício e número de repetições se o timer de intervalo estava configurado para Repeat at End (*disponível apenas se o sensor estava ligado durante a gravação do exercício).

Dados do exercício cronometrado disponíveis: passos totais do exercício, distância total do exercício*, total de calorias queimadas durante o exercício*, tempo total do exercício, tempo médio da volta, tempo da melhor volta e número de voltas feitas (*disponível apenas se o sensor estava ligado durante a gravação do exercício).

1. Da tela da hora, pressione o botão Mode até ver Review na tela.
2. Pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para percorrer as opções que pode rever e selecionar a informação que você quer rever: ACTVTY (atividade diária), CHRONO (exercício cronometrado) e INTTMR (exercício de intervalo).
3. Quando você tiver selecionado as métricas que quer rever, pressione o botão Set/Recall.

4. Se estiver disponível, o relógio apresentará uma lista de todos os dias salvos na memória. Pressione o botão Start/Split para passar por todas as datas disponíveis.
5. Pressione o botão Set/Recall para acessar os detalhes da informação desse dia ou os dados do exercício.
6. Se os dados disponíveis estiverem em várias linhas, use os botões Start/Split e Stop/Reset para ver toda a informação.
7. Pressione o botão Set/Recall para sair e ver dados adicionais armazenados ou exercícios.

OBSERVAÇÕES –

- A atividade diária e os dados do exercício de intervalo serão automaticamente substituídos por novos dados; no entanto, os dados do exercício cronometrado não podem ser substituídos. Por essa razão, o aplicativo TIMEX Connected tem uma função opcional que apaga os arquivos do exercício cronometrado dentro do relógio, uma vez que o exercício cronometrado tenha sido transferido para o aplicativo. Consulte a seção do aplicativo TIMEX Connected no manual de instruções, para mais detalhes.
- A informação sobre as calorias gastas não é um valor exato, mas uma estimativa geral. Valores calóricos de menos de 100 kcal serão exibidos com números inteiros (decimais truncados, não arredondados).

CONFIGURANDO O SISTEMA

1. Da tela da hora, pressione o botão Mode até ver Setup na tela.
2. Se for necessário, pressione o botão Start/Split até ver System Setup (configuração do sistema) na tela.
3. Pressione o botão Set/Recall para acessar o menu de configuração do sistema.
4. Use o botão Start/Split para fazer a seleção das suas unidades: Inglesas (in, ft, mi, lbs) e métricas (cm, m, km, kg). Em seguida, pressione o botão Mode para continuar.
5. Use o botão Start/Split para fazer a seleção da sua sensibilidade:
 - Mid (média): Configuração padrão, a configuração mais versátil para um propósito de uso mais generalizado
 - Low (baixa): Recomendada para caminhadas de baixa intensidade ou par jogging suave
 - High (alta): Recomendada para usuários com um tipo de marcha único (use somente se as outras configurações não fornecerem resultados favoráveis)
6. Em seguida, pressione o botão Mode para continuar.
7. Use o botão Start/Split para fazer a seleção do seu sensor: Ligado (On) (o relógio manterá o registro dos passos, da distância e das calorias queimadas) ou desligado (Off). Em seguida, pressione o botão Mode para continuar.
8. Use o botão Start/Split para fazer a seleção do seu sinal horário: Ligado (On) (o relógio emitirá um sinal horário) ou desligado (Off). Em seguida, pressione o botão Mode para continuar.

9. Use o botão Start/Split para fazer a seleção do seu bipe: Ligado (On) (o relógio emitirá um bipe cada vez que pressionar um botão) ou desligado (Off). Em seguida, pressione o botão Mode para continuar.
10. Use o botão Start/Split para fazer a seleção da sua Sync (sincronização): Show (exibir) (o relógio estará visível para sensores BLE [Bluetooth low energy] compatíveis) ou Hide (oculto) Em seguida, pressione o botão Mode para continuar.
11. Use o botão Start/Split para fazer a seleção do seu NFC (near field communication): Ligado (On) (permite ao relógio comunicar-se com antenas NFC) ou desligado (Off).
12. Uma vez que todas as seleções tenham sido feitas, pressione o botão Set/Recall para sair e salvar as configurações.
13. Pressione o botão Mode para voltar para o mostrador da hora ou pressione o botão Start/Split para continuar para a opção de menu de configuração seguinte.

CONFIGURANDO O USUÁRIO

1. Da tela da hora, pressione o botão Mode até ver Setup na tela.
2. Pressione o botão Start/Split até ver User Setup (configuração do usuário) na tela.
3. Pressione o botão Set/Recall para acessar o menu de configuração do usuário.
4. Use o botão Start/Split para fazer a seleção do seu sexo: Masculino ou Feminino. Em seguida, pressione o botão Mode para continuar.
5. Use os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar os dígitos individuais do seu peso, pressionando o botão Mode entre cada um desses dígitos para avançar para o dígito seguinte. Quando tiver terminado, pressione o botão Mode para continuar para a sua altura.
6. Repita o passo 5 para inserir os dados da sua altura e, em seguida, pressione o botão Mode para continuar para a idade.
7. Repita o passo 5 para inserir os dados da sua idade e, em seguida, pressione o botão Set/Recall para sair e salvar as configurações.
8. Pressione o botão Mode para voltar para o mostrador da hora ou pressione o botão Start/Split para continuar para a opção de menu de configuração seguinte.

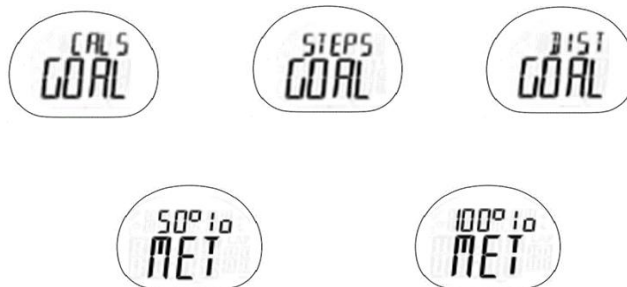
CONFIGURANDO A META

Você tem a opção de fazer a configuração a meta através do relógio ou através do aplicativo. O aplicativo registrará e gerenciará 3 metas (metas de passos, distância e calorias queimadas). Consulte as instruções do aplicativo TIMEX Connected para mais detalhes sobre como configurar as metas. Se você preferir, pode configurar e gerenciar 1 meta através do seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+. Lembre-se de que, a configuração aplicada através do aplicativo terá sempre a prioridade.

O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ irá alertá-lo quando tiver atingido 50% das suas metas e quando tiver atingido 100% das suas metas.

1. Da tela da hora, pressione o botão Mode até ver Setup na tela.
2. Pressione o botão Start/Split até ver Goal Setup (configuração da meta) na tela.
3. Pressione o botão Set/Recall para acessar o menu de configuração da meta.

4. Use os botões de Start/Split e/ou Stop/Reset para selecionar a meta que você quer seguir no relógio.
 - a. Opções das metas disponíveis: Desligado (Off), passos (Steps), distância (Distance) ou calorias (Calories)
5. Pressione o botão Mode para atribuir um número à meta que você selecionou.
 - a. Metas máximas:
 - i. Passos: 99.999
 - ii. Distância: 99,99 km ou 62,09 mi
 - iii. Calorias queimadas: 9.999 kcals
6. Pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para ajustar o número e, em seguida, pressione o botão Set/Recall para sair e salvar as configurações.
7. Pressione o botão de Mode para sair das configurações e voltar à tela da hora.



AGENDAMENTOS

O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ pode armazenar até 50 agendamentos. Consulte as instruções do aplicativo TIMEX Connected para instruções detalhadas sobre como gerenciar os agendamentos.

O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ emitirá um alerta quando você tiver um agendamento a aproximar-se. Os alertas serão 2 horas, 1 hora, 30 minutos ou 15 minutos antes da hora do agendamento (baseado na configuração do lembrete ligado ao agendamento).



Depois de ter sincronizado os seus agendamentos com o seu Classic 50 Move+, reveja os agendamentos fazendo o seguinte:

1. Pressione o botão Mode até aparecer APPT no mostrador.
2. Pressione os botões Start/Split e/ou Stop/Reset para passar pelos diversos agendamentos disponíveis.



OBSERVAÇÃO – A tela “End of List” significa que a lista de agendamentos disponíveis terminou. Continuar a passar a lista de agendamentos depois de atingir essa tela faz com que vá para o primeiro agendamento da lista.

SINCRONIZAR

O Smartphone Sync permite ao TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ conectar-se com um Smartphone compatível via tecnologia Bluetooth Low Energy. Faça o acesso ao menu Sync para iniciar a conexão Bluetooth Low Energy entre o seu relógio e o seu aplicativo TIMEX Connected.

1. Da tela da hora, pressione o botão Mode até ver Sync na tela.
2. Pressione o botão Start/Split para iniciar o processo de transferência de dados.
 - a. Quando a transferência tiver terminado com sucesso, você verá Sync Ok na tela.
 - b. Se a transferência falhar, você verá Sync Fail na tela.
3. Você pode pressionar o botão Stop/Reset para cancelar o processo de sync em qualquer momento.

OBSERVAÇÃO – Todos os agendamentos e alarmes serão suspensos durante o processo de sync. Se você tiver um exercício ativo correndo quando o sync for iniciado, o exercício será parado e reiniciado (não será salvo).



RETORNANDO O RELÓGIO ÀS CONFIGURAÇÕES DE FÁBRICA

Executando os passos para retornar o relógio às configurações de fábrica reinicia o relógio e apaga toda a informação introduzida pelo usuário. Certifique-se de que transfira quaisquer dados que você queira salvar antes de retornar o seu Classic 50 Move+ às configurações de fábrica.

1. Mantenha os botões Set/Recall, Mode, Start/Split e Stop/Reset pressionados durante 4 segundos.
 - a. O relógio se reiniciará totalmente voltando ao estado de novo, como se tivesse acabado de sair da caixa.

O APLICATIVO TIMEX CONNECTED

INSTALANDO O APLICATIVO DO TELEFONE TIMEX CONNECTED

O aplicativo TIMEX Connected necessita dos seguintes Sistemas Operativos:

Android: 4.4.2 ou mais atualizado, aparelho compatível com NFC ou compatível com Bluetooth Smart

iOS: iOS 8.1.2 ou mais atualizado, compatível com Bluetooth Smart

O aplicativo TIMEX Connected proporciona-lhe o método mais fácil e conveniente para configurar o seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+.

Baixe e instale o aplicativo TIMEX Connected para o iOS da loja de aplicativos iTunes ou para o Android, da loja de aplicativos Google Play.

SINCRONIZANDO PELA PRIMEIRA VEZ

O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ está equipado com 2 antenas, NFC (Near Field Communication) e Bluetooth Smart (Bluetooth Low Energy). Você pode usar qualquer um dos métodos para conectar o seu relógio com o aplicativo TIMEX Connected.

O NFC é a forma mais fácil e mais segura para os usuários de Android se conectarem com o aplicativo TIMEX Connected; o seu relógio necessita de estar muito perto da antena NFC do seu telefone para se conectar.

Bluetooth Smart é outra opção disponível para sincronizar um TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ a um aparelho portátil. O Bluetooth Smart tem um alcance de aproximadamente 30 metros (100 pés) e está disponível nos aparelhos com iOS e Android.

Para conectar o seu Classic 50 Move+ com o seu aparelho portátil:

1. Abra o aplicativo TIMEX Connected no seu telefone.
2. Aceite os termos de privacidade e o contrato de licença do usuário.
3. Selecione o Classic 50 Move+.
4. Selecione o seu modo de sincronização preferido:
 - NFC
 - Bluetooth Smart

SINCRONIZAÇÃO NFC (Near Field Communication)

5. Selecione NFC das opções do modo de sincronização.
6. Passe o seu Classic 50 Move+ na parte de trás do seu aparelho Android; lembre-se que o relógio tem de estar bem perto da antena NFC para se conectar.
7. A janela de sincronização aparecerá e o relógio emitirá um sinal sonoro, não mova o relógio desse local até que a barra no aplicativo se encha (o que significa que a conexão foi estabelecida).

8. Na janela pop-up 'Sincronizar', selecione Keep Watch Settings (manter as configurações do relógio) ou Keep App Settings (manter as configurações do aplicativo).
 - "Keep Watch Settings" deverá ser usado para manter quaisquer configurações ajustadas no mostrador físico do relógio.
 - "Keep App Settings" deverá ser usado se você quer manter quaisquer configurações ajustadas no aplicativo.
9. Se selecionar "Keep App Settings", você necessitará de tocar com o relógio na placa atrás do seu aparelho Android.
10. Na tela de configuração inicial, insira a informação de registro do aparelho (nome, apelido, endereço de email e CEP). Você também poderá selecionar ofertas exclusivas e descontos especiais da Timex e, em seguida, tocar o botão de Submit.

OBSERVAÇÃO – Por configuração padrão, o Classic 50 Move+ dará prioridade às configurações feitas no aplicativo TIMEX Connected.

SINCRONIZAÇÃO DO BLUETOOTH SMART

5. Toque no botão "Get Started" (começar).
6. No seu Classic 50 Move+, pressione o botão Mode até ver Sync na parte superior da tela.
 - O seu relógio começará a mostrar as mensagens "Sync Phone" e "Press Start" alternadamente.
7. No aplicativo, toque no botão Next.
8. No seu Classic 50 Move+, pressione o botão Start/Split.
 - O seu relógio está agora buscando o seu aparelho portátil.
9. No aplicativo, toque no botão Next.
10. O aplicativo TIMEX Connected tentará agora abrir a tela de sincronização do Bluetooth.
 - Se a função de Bluetooth no seu aparelho estiver desligada, o aplicativo TIMEX Connected o ligará para você (com a sua autorização, certamente). Em seguida, toque o ícone de Sync para abrir a tela de Watch Selector (selecionador do relógio).
 - Se a função de Bluetooth no seu aparelho estiver ligada, o aplicativo TIMEX Connected abrirá a tela do Watch Selector.
11. Na tela do Watch Selector, toque no Classic 50 Move+ ou toque no botão "I Don't See My Watch" (não vejo o meu relógio) para voltar a buscar por relógios disponíveis.
12. Você verá SYNC OK no seu relógio, o que quer dizer que a sincronização está completa.
13. No aplicativo, insira a informação de registro do aparelho (nome, apelido, endereço de email e CEP). Você também poderá selecionar ofertas exclusivas e descontos especiais da Timex e, em seguida, tocar o botão de Submit.

OBSERVAÇÃO – O Bluetooth Smart é o único método de conexão disponível para os usuários de iOS. Nem todos os telefones Android compatíveis estão equipados com uma antena NFC; nesses casos você deverá usar a opção de conexão Bluetooth Smart.

TRANSFERINDO DADOS DO SEU RELÓGIO PARA O APLICATIVO

O seu TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ oferece uma conexão discreta com o aplicativo TIMEX Connected. Isto quer dizer que o seu relógio tem de ser sincronizado manualmente com o aplicativo, cada vez que você quiser transferir dados entre o aplicativo e o relógio.

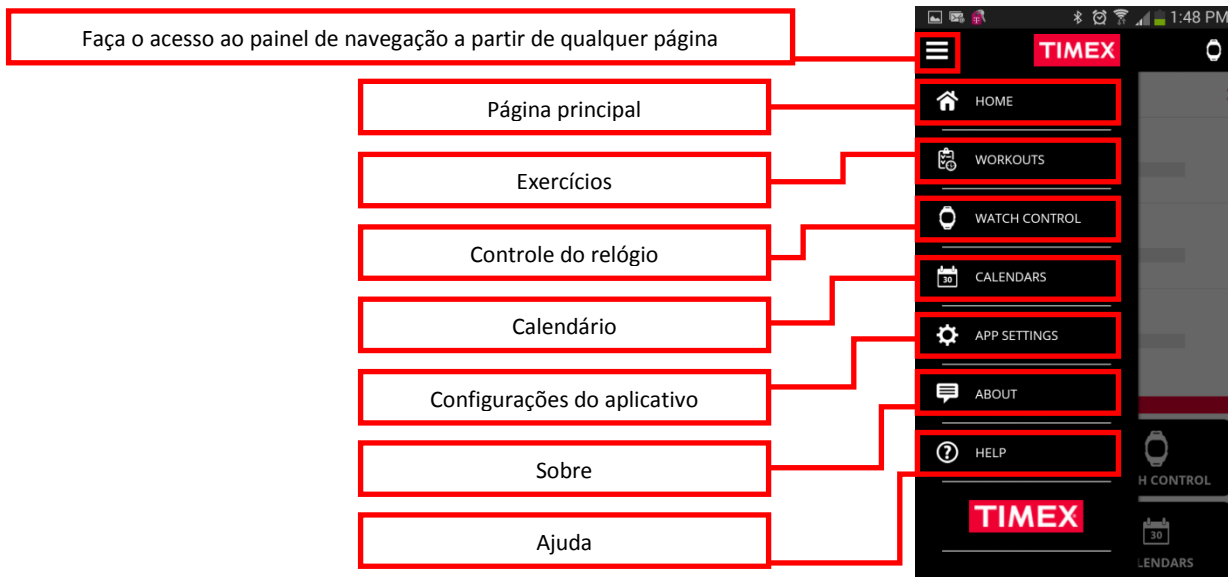
Para transferir dados utilizando o Bluetooth Smart:

1. Da página principal, toque no ícone do relógio localizado no canto superior direito.
2. No seu relógio, pressione o botão Mode até ver na tela “SYNC PHONE/PRESS START”.
3. Pressione o botão Start/Split no relógio e, em seguida, toque no botão Sync no aplicativo.
4. Na janela pop-up do aplicativo, selecione Keep Watch Settings ou Keep App Settings.
 - “Keep Watch Settings” deverá ser usado para manter quaisquer configurações ajustadas no mostrador físico do relógio.
 - “Keep App Settings” deverá ser usado se você quer manter quaisquer configurações ajustadas no aplicativo.
5. “SYNC OK” aparecerá no mostrador do relógio, “Sync Complete” será mostrado no aplicativo e a sincronização dos seus dados foi bem sucedida.

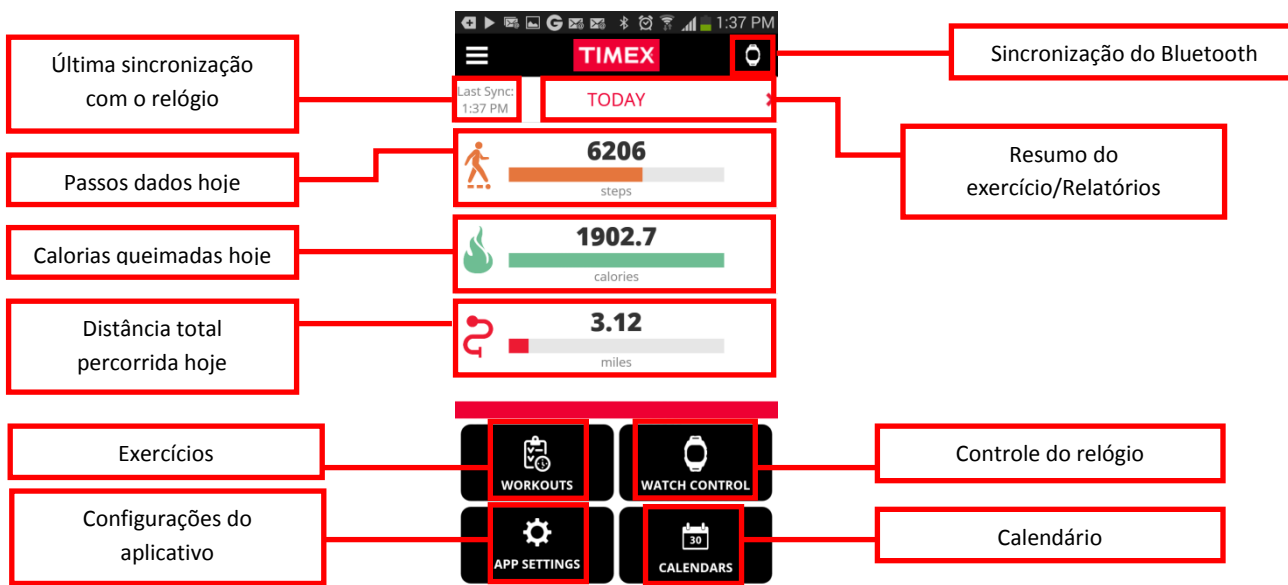
Para transferir dados utilizando o NFC:

1. Passe o seu Classic 50 Move+ na parte de trás do seu aparelho Android; lembre-se que o relógio tem de estar bem perto da antena NFC para se conectar.
 - Se o aplicativo TIMEX Connected não estiver aberto, o primeiro toque do relógio com o aparelho portátil abrirá o aplicativo.
2. A janela de sincronização aparecerá e o relógio emitirá um sinal sonoro, não mova o relógio desse local até que a barra de estado no aplicativo se encha (o que significa que a conexão foi estabelecida).
3. Na janela pop-up ‘Sincronizar’, selecione Keep Watch Settings (manter as configurações do relógio) ou Keep App Settings (manter as configurações do aplicativo).
 - “Keep Watch Settings” deverá ser usado para manter quaisquer configurações ajustadas no mostrador físico do relógio.
 - “Keep App Settings” deverá ser usado se você quer manter quaisquer configurações ajustadas no aplicativo.
4. Se selecionar “Keep App Settings”, você necessitará de tocar com o relógio na placa de trás do seu aparelho Android.
5. A página principal do aplicativo será mostrada e os dados da última sincronização (Last Sync) deverão ser atualizados para a data e hora atuais.

PAINEL DE NAVEGAÇÃO DO TIMEX CONNECTED



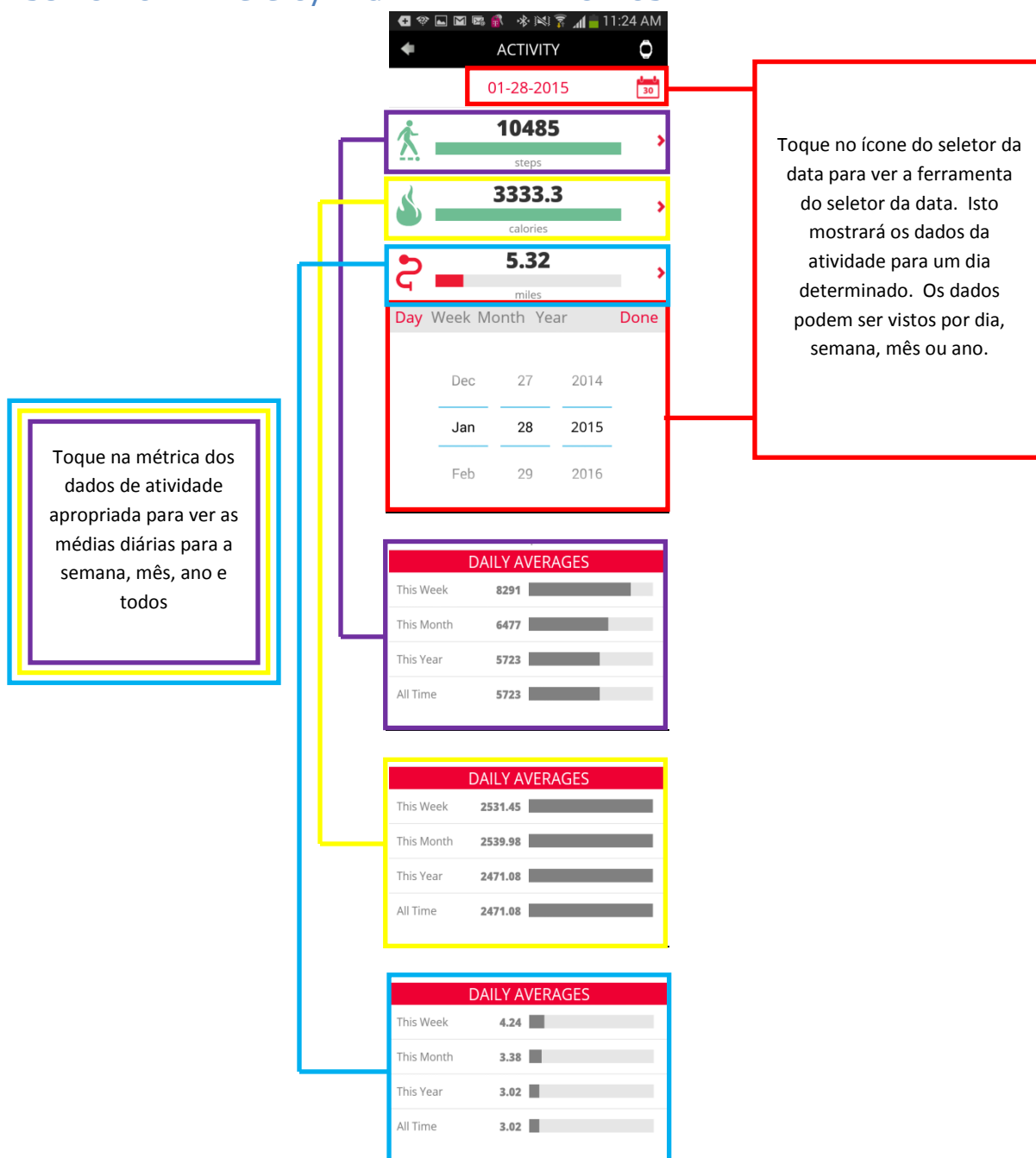
PÁGINA PRINCIPAL DO TIMEX CONNECTED



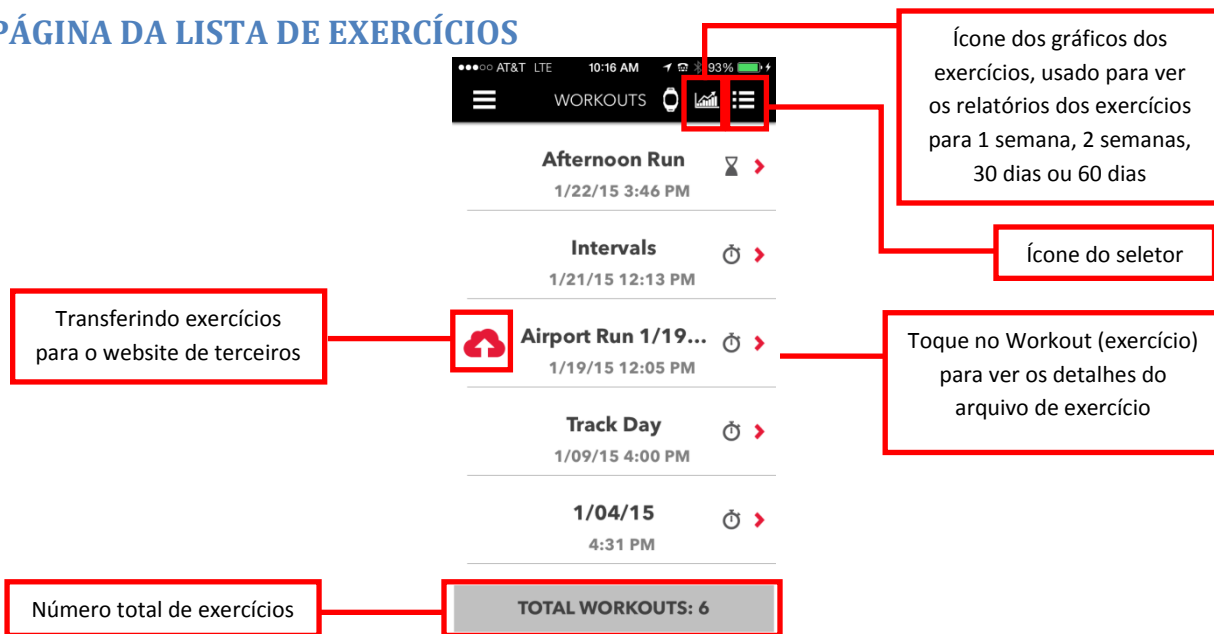
OBSERVAÇÃO – Os dados de passos dados, calorias queimadas e distância total serão mostrados por cima da barra de código colorida. Esta barra representa as metas configuradas para cada métrica de dados de atividade.

- Chave do código de cor:
 - Verde: Bom trabalho, a meta foi atingida
 - Laranja: Está no bom caminho para atingir as suas metas
 - Red: Comece a trabalhar, você tem um longo caminho a percorrer

RESUMO DO EXERCÍCIO/PÁGINA DE RELATÓRIOS

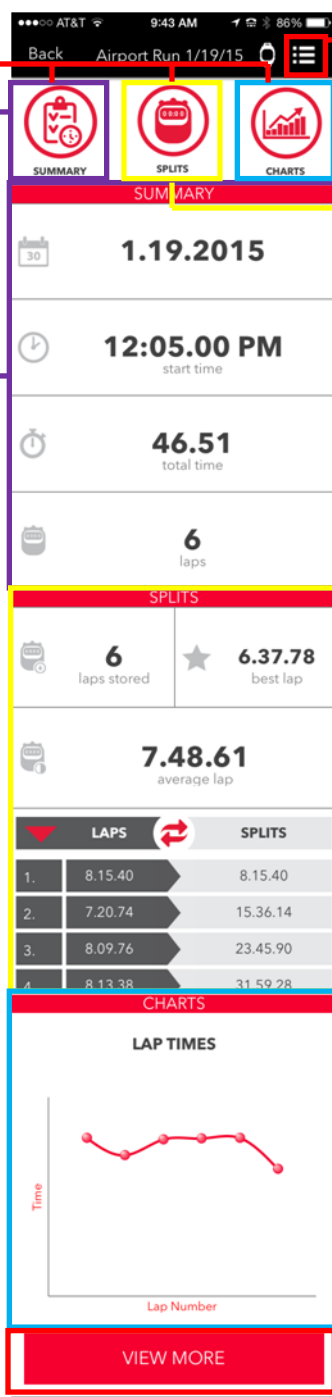


PÁGINA DA LISTA DE EXERCÍCIOS



PÁGINA DOS DETALHES DO EXERCÍCIO

Toque em esses ícones para acessar rapidamente a parte de detalhes do exercício



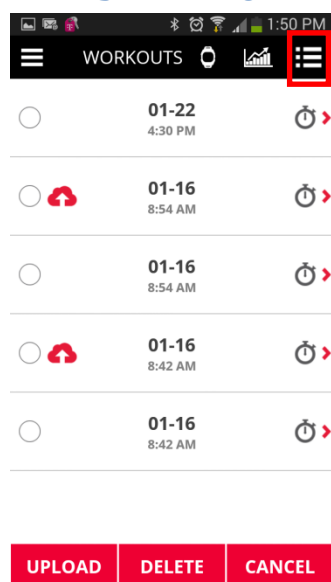
Opções do exercício:
Mudar o nome do exercício
Transferindo o exercício
Compartilhar o exercício
Apagar o exercício

Ver a representação gráfica do exercício

GRÁFICOS DOS DETALHES DO EXERCÍCIO



TRANSFERINDO EXERCÍCIOS PARA O WEBSITE DE TERCEIROS

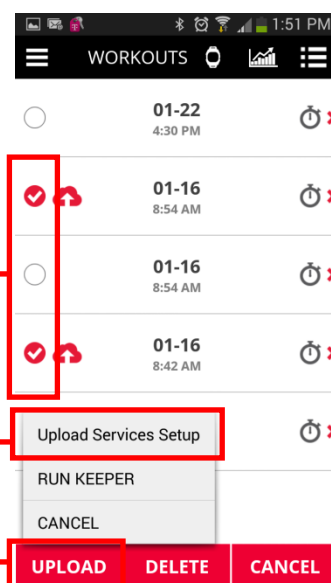


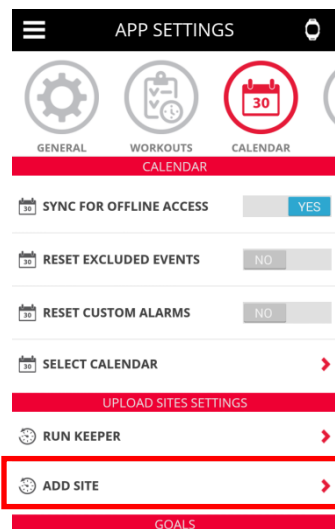
1. Na página da lista de exercícios, toque no ícone da ferramenta de seletor

2. Toque nos círculos ao lado dos arquivos de exercício que vão ser transferidos

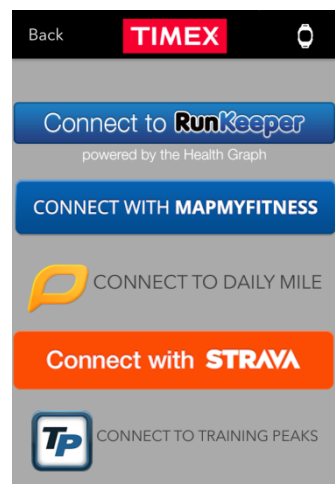
3. Toque no botão Upload para ver as opções de transferência (Upload).

4. Transferindo pela primeira vez? Toque em 'Upload Services Setup' (configurar os serviços de transferência)

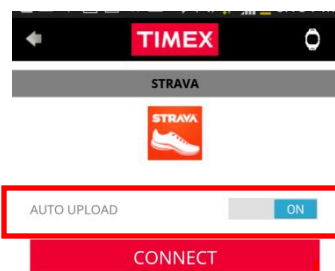




5. O aplicativo abrirá automaticamente a página de configuração do aplicativo, toque em ADD SITE



6. Toque no website de terceiros com quem deseja compartilhar os seus exercícios



7. Você pode escolher para transferir (upload) automaticamente todos os exercícios ligando Auto Upload

8. Toque no botão conectar
O aplicativo TIMEX Connected conecta-o com o website de terceiros; aí você inserirá a sua informação para login

CONTROLE DO RELÓGIO



Configurações do fuso horário 2 (T2)

Sincronização da hora:

- Segue o telefone: O relógio seguirá a hora do telefone, o qual se ajusta automaticamente depois de viajar para um novo fuso horário*
- Fuso horário O usuário seleciona o fuso horário a ser usado para T2
- Manual: O usuário configura a hora para T2

Formato da hora:

- 12 Horas
- 24 Horas

Formato da data:

- Mês-Dia
- Dia-Mês

*necessita de um relógio sincronizado para a hora que vai ser sincronizada

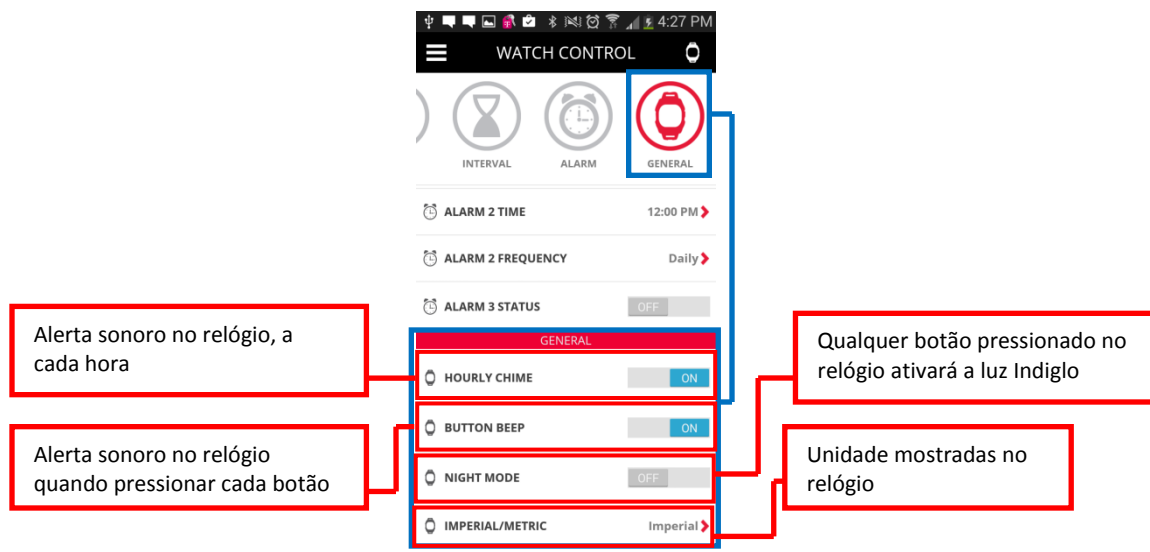
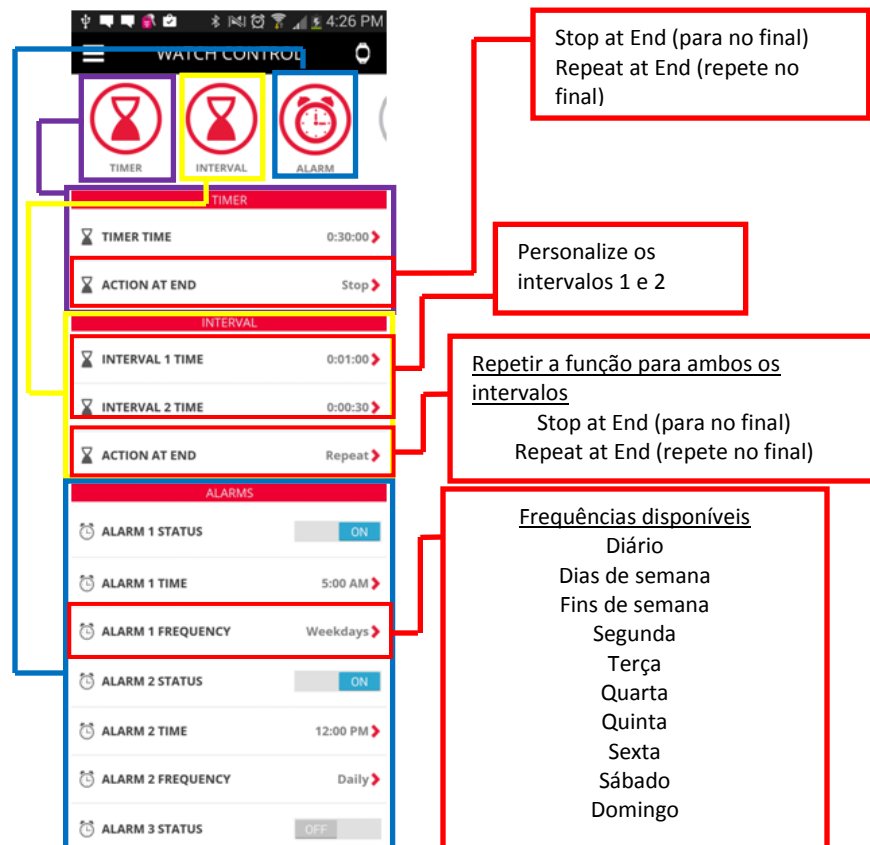
Configurações do fuso horário 1 (T1)

Formato da hora:

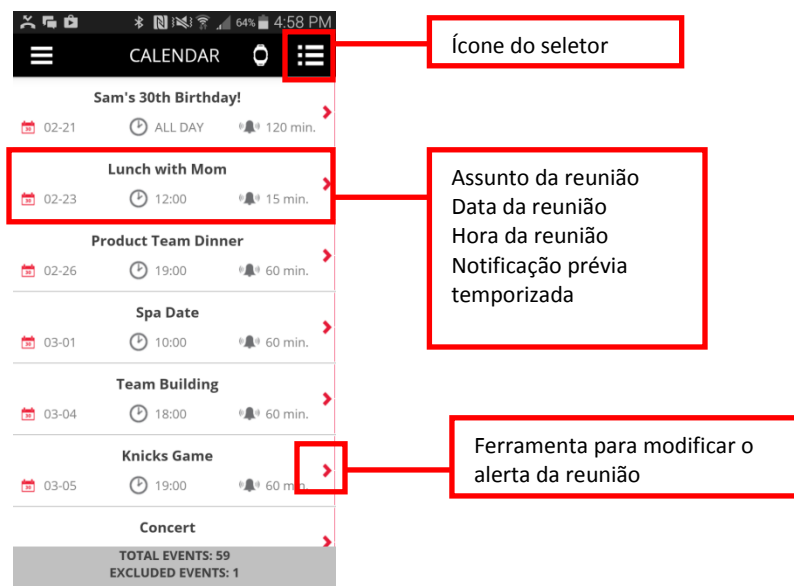
- 12 Horas
- 24 Horas

Formato da data:

- Mês-Dia
- Dia-Mês



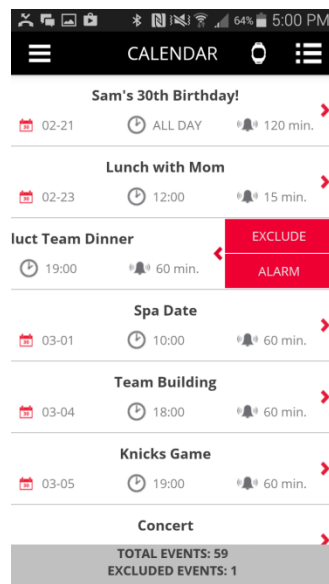
CALENDÁRIOS



Depois de usar o ícone do seletor



Depois de usar a ferramenta de modificação do alerta das reuniões



O relógio não lhe dará um alerta sonoro para esta entrada do calendário

Instantâneo
15 minutos
30 minutos
45 minutos
60 minutos
120 minutos

CONFIGURAÇÕES DO APLICATIVO

GENERAL

- WATCH NICKNAME**: Classic 50 Move+ →
Será mostrado na lista de aparelhos Bluetooth
- SHARE WITH IMAGES**: YES
Permite ao usuário selecionar uma imagem para ficar ligada ao exercício quando for compartilhado nas redes sociais
- NFC STATUS**: ON
A detecção de um sensor NFC abrirá automaticamente o aplicativo TIMEX Connected
- AUTO-LAUNCH APP VIA NFC**: YES

WORKOUT DATA & SYNC

- SORT WORKOUTS BY**: Workout Date →
1 mês
6 meses
1 ano
2 anos
Todos
- STORE HISTORY**: All →
Melhor volta
Volta média
Data do exercício
Número de voltas
Tempo total
Cronógrafo/Interval
- DISPLAY FORMAT**: Lap/Split →
Volta/Tempo fracionado
- REMOVE AFTER SYNC**: NO

CALENDAR

- SYNC FOR OFFLINE ACCESS**: NO
- RESET EXCLUDED EVENTS**: NO
- RESET CUSTOM ALARMS**: NO
- SELECT CALENDAR**: →
O aplicativo retira o exercício do relógio depois da sincronização com o aplicativo

Annotations:

- Tem as reuniões/agendamentos disponíveis para ver sem conexão de dados
- Volta a ativar todas as reuniões/agendamentos
- Retira todos os alarmes personalizados
- Selecione a partir dos calendários disponíveis

UPLOADS

- ADD SITE**: →
Training Peaks
RunKeeper
MapMyFitness
Milha diária
Strava

GOALS

- STEPS**: 10000 steps →
- DISTANCE**: 3.59 mi →
- CALORIES**: 1500.0 kcal →
Selecione os parâmetros para o monitor da meta no aplicativo

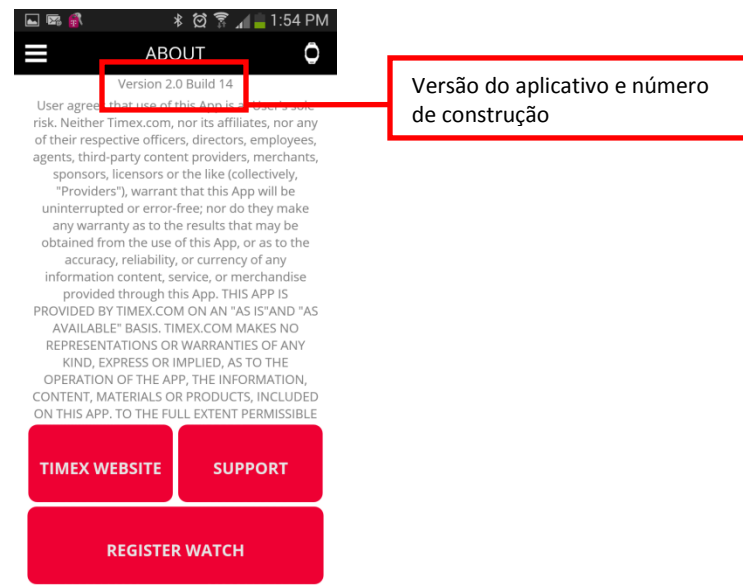
ADVANCED

- REMOVE WATCH**: →

Annotation:

- Retire o relógio para permitir a conexão com outro relógio

SOBRE



AJUDA

O link de ajuda leva-o às perguntas mais frequentes para o aplicativo TIMEX Connected. Também pode acessar a Ajuda para ver o contrato de licença do usuário final.

Notificação da Federal Communications Commission – FCC (EUA) e Notificação da Industry Canada – IC (Canadá)

Este dispositivo cumpre com a Seção 15 das normas da FCC. O funcionamento está sujeito às duas condições seguintes: (1) Este dispositivo não deverá causar nenhuma interferência nociva e (2) este dispositivo deve aceitar qualquer interferência recebida, inclusive aquela que possa causar funcionamentos indesejados.

Este aparelho está em conformidade com a isenção de licença das norma(s) RSS da Indústria do Canadá. O funcionamento está sujeito às duas condições seguintes: (1) este aparelho não deverá causar nenhuma interferência nociva e (2) este aparelho deve aceitar qualquer interferência recebida, inclusive aquela que possa causar funcionamentos indesejados.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes : (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Under Industry Canada regulations, this radio transmitter may only operate using an antenna of a type and maximum (or lesser) gain approved for the transmitter by Industry Canada. To reduce potential radio interference to other users, the antenna type and its gain should be so chosen that the equivalent isotropically radiated power (e.i.r.p.) is not more than that necessary for successful communication.

Conformément à la réglementation d'Industrie Canada, le présent émetteur radio peut fonctionner avec une antenne d'un type et d'un gain maximal (ou inférieur) approuvé pour l'émetteur par Industrie Canada. Dans le but de réduire les risques de brouillage radioélectrique à l'intention des autres utilisateurs, il faut choisir le type d'antenne et son gain de sorte que la puissance isotrope rayonnée équivalente (p.i.r.e.) ne dépasse pas l'intensité nécessaire à l'établissement d'une communication satisfaisante.

Observação – Este equipamento foi testado e comprovou-se que cumpre com os limites estabelecidos para os dispositivos digitais de categoria B, de acordo com a seção 15 das normas da FCC. Esses limites são estabelecidos para proporcionar uma proteção razoável contra interferências nocivas em instalações residenciais. Este equipamento gera, utiliza e pode irradiar energia de radiofrequência e, se não for instalado e utilizado de acordo com as instruções, poderá causar interferências nocivas às radiocomunicações. Porém, não há nenhuma garantia de que não venham ocorrer interferências em determinadas instalações. Se este equipamento causar interferências nocivas à recepção de rádio ou televisão, as quais podem ser determinadas ao desligar e ligar o equipamento, pede-se ao usuário para tentar corrigir a interferência executando uma ou mais das seguintes medidas:

1. Reposicione a antena receptora.
2. Afaste mais o equipamento do receptor.
3. Ligue o equipamento em uma tomada cujo circuito não seja o mesmo que o do receptor.
4. Consulte o revendedor ou um técnico de rádio e TV com experiência quando precisar ajuda.

DECLARAÇÃO DE CONFORMIDADE

Nome do fabricante: Timex Group USA, Inc.

Endereço do fabricante:

555 Christian Road
Middlebury, CT 06762
Estados Unidos da América

Declara que o produto:

Nome do produto:

Timex® Ironman® Classic 50 Move+

Números dos modelos:

M049 e M053

Estão em conformidade com as seguintes especificações:

RED: 2014/53/EU

Padrões:

ETSI EN 301 489-1

ETSI EN 301 489-3 e -17 (EMC)

EN 300 440-2 (Bluetooth)

ETSI EN 300 330-2 (NFC)

LVD: 2006/95/EC

Padrões:

IEC 60950-1

Emissões do aparelho digital

Padrões

FCC 47CFR 15C (Bluetooth & NFC)

FCC 47CFR 15B Radiador não intencional

IC RSS 210

IC RSS-GEN



Representante: _____

Sam Everett

Engenheiro de Regulamentação e Qualidade

Data: 20 de janeiro de 2015,

Middlebury, Connecticut, EUA

©2015 Timex Group USA, Inc. TIMEX, INDIGLO e NIGHT-MODE são marcas comerciais registradas da Timex Group B.V. e suas subsidiárias. IRONMAN® e MDOT são marcas comerciais registradas da World Triathlon Corporation. Utilizados aqui com autorização.