



Classic 50 Move+

Manual de instrucciones

Table of Contents

INSTRUCCIONES Y ADVERTENCIAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD	3
LO QUE VA INCLUIDO.....	3
CARACTERÍSTICAS DEL RELOJ Y FUNCIONES DE LOS BOTONES	3
LLEVAR EL TIMEX IRONMAN CLASSIC 50 MOVE+ PUESTO	4
USAR EL TIMEX IRONMAN CLASSIC 50 MOVE+	4
PARA COMENZAR.....	4
PILA	4
RESISTENCIA AL AGUA Y A LOS GOLPES.....	5
SOBRE EL RELOJ.....	5
PARA FIJAR LA HORA Y FECHA	5
ALARMAS	6
LUZ NOCTURNA INDIGLO®	7
FUNCIÓN NIGHT-MODE®	7
VISTA DE LOS DATOS DE SU REGISTRO DE ACTIVIDAD	7
CRONÓGRAFO	8
TEMPORIZADOR DE INTERVALO	9
TEMPORIZADOR.....	10
AJUSTES DEL TEMPORIZADOR	10
USO DEL TEMPORIZADOR	11
MODO DE REVISIÓN.....	11
AJUSTES DEL SISTEMA.....	12
AJUSTES DEL USUARIO.....	13
AJUSTES DE META.....	14
AGENDA	15
SINCRONIZACIÓN	16
REINICIO DEL RELOJ	16
LA APLICACIÓN TIMEX CONNECTED	17
INSTALACIÓN DE LA APLICACIÓN PARA EL TELÉFONO TIMEX CONNECTED.....	17
ACOPLAMIENTO DE PRIMERA VEZ.....	17

SINCRONIZACIÓN NFC.....	18
SINCRONIZACIÓN BLUETOOTH INTELIGENTE	18
TRANSFERENCIA DE DATOS DEL RELOJ A LA APLICACIÓN	19
PANEL DE NAVEGACIÓN DE TIMEX CONNECTED.....	20
PÁGINA DE INICIO DE TIMEX CONNECTED	20
PÁGINA DE RESUMEN/INFORMES DE EJERCICIOS.....	21
PÁGINA DE LISTA DE EJERCICIOS	22
PÁGINA DE DETALLE DE EJERCICIOS	23
GRÁFICAS DE DETALLE DE EJERCICIOS.....	24
CARGA DE EJERCICIOS A SITIOS DE TERCEROS	25
CONTROL DEL RELOJ	27
CALENDARIOS	29
AJUSTES DE LA APLICACIÓN.....	31
ACERCA DE	32
AYUDA.....	32
AVISO DE FCC (EUA) / AVISO DE IC (CANADÁ).....	33
DECLARACIÓN DE CUMPLIMIENTO.....	34

Gracias por su compra de TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+.

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

INSTRUCCIONES Y ADVERTENCIAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD

1. Este no es un dispositivo médico y no se recomienda para que lo usen personas con enfermedades cardíacas graves. Consulte siempre a su médico antes de comenzar o modificar un programa de ejercicios.
2. Consultar la información en la pantalla estando en movimiento no es seguro, pues distrae y puede ocasionar un accidente o un choque. Revise sus mediciones sólo cuando sea seguro hacerlo. Vea los detalles en las instrucciones.

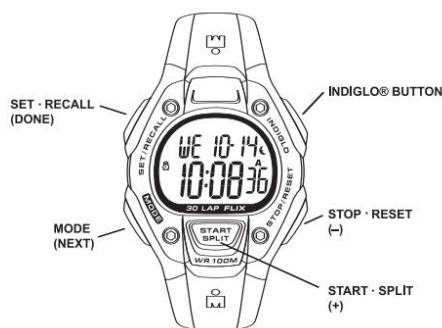
LO QUE VA INCLUIDO

1. TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+
2. Guía rápida

CARACTERÍSTICAS DEL RELOJ Y FUNCIONES DE LOS BOTONES

- Reloj deportivo
- Acelerómetro, usado para el registro de actividades de todo el día
- Registro y alerta de metas
- Conexión inalámbrica Bluetooth inteligente y NFC a la aplicación TIMEX Connected
- Recordatorio de agenda (después de acoplar con la aplicación TIMEX Connected)
- 2 zonas horarias
- 3 alarmas con alerta de respaldo a los 5 minutos
- Timbre a cada hora opcional
- Cronógrafo de 100 horas con memoria de almacenamiento de 50 vueltas
- Temporizador de intervalo
- Temporizador de cuenta regresiva de 24 horas
- Luz nocturna INDIGLO con función NIGHT-MODE

Las funciones de los botones se presentan con las funciones secundarias entre paréntesis. Las funciones secundarias aparecerán en la pantalla.



Pulse el botón Mode varias veces para pasar a través de los modos: Chrono, Interval Timer, Timer, Review, Setup, Appointment, Alarms, Sync.

Pulse MODE para salir del modo en pantalla y volver a la hora.

LLEVAR EL TIMEX IRONMAN CLASSIC 50 MOVE+ PUESTO

El TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ puede llevarse puesto en cualquier muñeca, sólo cierre la correa en punto cómodo y usted ya queda listo para el movimiento.

USAR EL TIMEX IRONMAN CLASSIC 50 MOVE+

Su reloj no es solo un resistente reloj con cronógrafo de entrenamiento con memoria para almacenar 50 vueltas, su reloj también incluye un acelerómetro incorporado que detecta su actividad de todo el día. El sensor incorporado se encenderá automáticamente después que ponga en hora manualmente su reloj (después de reiniciar) o después de su primera sincronización con la aplicación TIMEX Connected. El reloj registrará y mostrará: pasos, distancia y gasto calórico, y almacenará los datos de la actividad de los últimos 7 días, aunque usted puede disfrutar de un almacenamiento virtualmente ilimitado si transfiere sus datos a la aplicación gratuita TIMEX Connected.

NOTA: Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ reiniciará automáticamente sus datos de registro de actividad a medianoche.

PARA COMENZAR

Los ajustes del TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ se pueden hacer en el propio reloj o mediante un dispositivo móvil compatible.

Para ver si su dispositivo es compatible visite: <http://www.timex.com/classic50move>

PILA

Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ se alimenta de una batería de botón (CR2025) que el usuario puede cambiar, sin embargo, **Timex recomienda enfáticamente que el vendedor o un relojero reemplacen la pila.** La pila de su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ durará aproximadamente 15 meses. La vida útil estimada de la pila se basa en ciertas suposiciones relacionadas con el uso. La duración de la pila puede variar según el uso real.

NO ARROJE LA PILA AL FUEGO. NO LA RECARGUE. MANTENGA LAS PILAS SUELTAS FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.

RESISTENCIA AL AGUA Y A LOS GOLPES

Su reloj es resistente al agua hasta una profundidad de 100 m (328 pies), 160 libras por pulgada cuadrada absoluta.

ADVERTENCIA: PARA MANTENER LA RESISTENCIA AL AGUA, NO PULSE NINGÚN BOTÓN DEBAJO DEL AGUA.

1. El reloj es resistente al agua solamente mientras el cristal, los botones y la caja permanezcan intactos.
2. El reloj no es un reloj de buceo y no debería usarse como tal.
3. Enjuague el reloj con agua dulce después de exponerlo al agua salada.
4. La resistencia a los golpes estará indicada en la esfera del reloj o en la tapa trasera. Los relojes están diseñados para pasar la prueba ISO de resistencia a los golpes. Sin embargo, se debe tener cuidado para evitar dañar el cristal o lente.

SOBRE EL RELOJ

Su reloj se puede programar de dos maneras:

- La aplicación TIMEX Connected (la forma más fácil) o
- Las funciones de ajustes directamente en el reloj

PARA FIJAR LA HORA Y FECHA

Ajustar manualmente la hora del reloj borrará todas las entradas de la agenda cargadas previamente en el reloj.

1. En la pantalla de la hora, pulse y mantenga el botón Set/Recall.
2. Pulse el botón Start/Split para seleccionar la primera o segunda zona horaria.
3. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de la hora (recuerde prestar atención a la designación AM/PM).
4. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de los minutos.
5. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para reajustar los dígitos de los segundos a 00.
6. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar el mes.
7. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar el día.
8. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar el año.
9. Pulse el botón Mode, use el botón Start/Split para seleccionar formato de 12 horas o formato de 24 horas.
10. Pulse el botón Mode, use el botón Start/Split para seleccionar el formato de fecha MM-DD o DD-MM.
11. Pulse el botón Set/Recall si ya terminó para confirmar y salir o pulse el botón Start/Split para cambiar a los ajustes de la segunda zona horaria y repita los pasos 3 a 11.

NOTAS:

- No olvide volver a sincronizar el reloj con la aplicación Timex Connected para volver a cargar su agenda



- Cuando esté en la pantalla de la hora, pulse y mantenga el botón Start/Split para echar un vistazo a la segunda zona horaria.

ALARMAS

Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ está equipado con tres alarmas. Cuando las alarmas activen, la luz nocturna Indiglo® y el icono de la alarma destellarán y usted recibirá una alerta audible; pulse cualquier botón para silenciar dicha alerta. Si ningún botón se oprime, la alarma sonará durante 20 segundos y se repetirá una vez 5 minutos más tarde.

Para programar sus alarmas:

1. Pulse el botón Mode hasta que ALARMS esté en la parte superior de la pantalla.
2. El cartel superior de su Classic 50 Move+ cambiará rápidamente de ALARMS a ALM 1.
3. Pulse el botón Set/Recall.
4. Pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de la hora.
5. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de los minutos.
6. Pulse el botón Mode, use el botón Start/Split para seleccionar AM o PM.
7. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para seleccionar la frecuencia de la alarma. DAILY (diaria), WKDAYS (entre semana), WKENDS (fin de semana), MON (lun), TUE (mar), WED (mié), THU (jue), FRI (vie), SAT (sáb) O SUN (dom).
8. Pulse el botón Set/Recall para confirmar y salir.
9. Pulse el botón Stop/Reset para cambiar los ajustes de la siguiente alarma.
10. Repita los pasos 3 a 9 para ajustar las tres alarmas del reloj.
11. Ahora verá un icono de un reloj despertador en la pantalla de la hora, esto significa que existe una o más alarmas activas.



NOTAS:

- Las alarmas se pueden desactivar/reactivar rápidamente accediendo a las alarmas (ALM 1, ALM 2, ALM 3) y pulsando el botón Start/Split.
- Cuando esté en el modo de alarmas, pulse el botón Stop/Reset para recorrer las tres alarmas disponibles.

LUZ NOCTURNA INDIGLO®

La tecnología electroluminiscente utilizada en la luz nocturna INDIGLO ilumina toda la esfera del reloj para ver fácilmente en la noche y en condiciones de poca luz.

Pulse el botón INDIGLO para iluminar la esfera del reloj durante 3-4 segundos cuando el reloj no esté en estado de ajustes, o 6-7 segundos en otro caso.

FUNCIÓN NIGHT-MODE®

La función NIGHT-MODE hace que cualquier botón pulsado active automáticamente la luz nocturna INDIGLO durante 3-4 segundos cuando el reloj no esté en estado de ajustes o 6-7 segundos en otro caso. Cuando la función NIGHT-MODE está activa, verá un icono de luna en la pantalla.

Pulse y mantenga el botón INDIGLO durante 4 segundos para activar o desactivar la función NIGHT-MODE.

NOTA: La función NIGHT-MODE SE desactiva automáticamente después de 8 horas.

VISTA DE LOS DATOS DE SU REGISTRO DE ACTIVIDAD

1. En la pantalla de la hora, pulse el botón Stop/Reset para recorrer los datos de su registro de actividad (STEPS, número de pasos dados, DIST, distancia total recorrida, CALS, número de calorías quemadas, DATE, día de la semana y fecha).

NOTA: Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ reiniciará automáticamente los datos de actividad (pondrá todos los campos en cero) cada medianoche.

CRONÓGRAFO

Use el modo cronógrafo para registrar un ejercicio. El modo cronógrafo cuenta, por centésimas de segundo hasta una hora, después por segundos hasta 100 horas. El icono del cronógrafo estará destellando en la pantalla durante un ejercicio y estará fijo cuando el ejercicio esté en pausa o se detenga. El cronógrafo sigue funcionando incluso si usted sale del modo cronógrafo.

Para ajustar el formato de la pantalla, pulse el botón Set/Recall. Pulse el botón Start/Split para cambiar el formato y después pulse el botón Set/Recall para salir de nuevo al modo cronógrafo.

1. Desde la pantalla de la hora, pulse el botón Mode hasta que vea CHRONO.
2. Pulse el botón Start/Split para iniciar el ejercicio.
3. Para tomar un segmento, pulse el botón Start/Split. Los tiempos de vuelta y fraccionarios serán mostrados con el número de vuelta.
4. Si pulsa repetidamente el botón Set/Recall durante el ejercicio, mostrará los siguientes datos (temporizados de vuelta, pasos, distancia y gasto calórico) en el cartel superior.
5. Para parar o hacer una pausa en el ejercicio, pulse el botón Stop/Reset.
6. Para retomar el ejercicio, pulse el botón Start/Split.
7. Después de completar el ejercicio, pulse el botón Stop/Reset para parar el ejercicio.
8. Para guardar el ejercicio cronometrado, pulse y mantenga el botón Set/Recall durante dos segundos.
9. Para descartar el ejercicio cronometrado, pulse y mantenga el botón Stop/Reset durante dos segundos.
10. Para borrar el último ejercicio guardado, pulse y mantenga el botón Stop/Reset durante tres segundos. Para borrar todos los ejercicios guardados, pulse y mantenga el botón Stop/Reset durante seis 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

NOTAS:

- Al ingresar al modo cronógrafo, aparecerá un mensaje en la esfera del reloj que le indica el número de vueltas que se pueden almacenar antes que se llene la memoria del cronógrafo; si la memoria está llena verá el mensaje "MEMORY FULL". Vea la sección Revisión de este manual para obtener información de cómo borrar ejercicios.
- Cuando se toman intervalos, los tiempos se inmovilizan en la pantalla por 10 segundos. Pulse el botón Mode para liberar la pantalla y volver a la pantalla del cronógrafo

- Solo pueden borrarse los ejercicios almacenados en el modo cronógrafo, el modo de revisión solo se usa para ver los ejercicios almacenados. Vea las instrucciones en el paso 10 anterior.

TEMPORIZADOR DE INTERVALO

Puede establecer un ejercicio en intervalos con 2 intervalos. Cada intervalo puede durar hasta 23 horas, 59 minutos y 59 segundos.

Puede programar sus ejercicios en intervalos para que se repitan cuando un conjunto de intervalos esté completo. Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ registrará las repeticiones para usted y le avisará cuando sea tiempo de terminar un intervalo y comenzar el siguiente.

Su reloj puede mantener hasta 5 ejercicios en intervalos en la memoria del dispositivo. Los ejercicios en intervalos se almacenan con la siguiente información: pasos totales, gasto total de calorías, distancia recorrida total y número de repeticiones (si los intervalos están programados para repetirse al final).

1. Desde la pantalla de la hora, pulse el botón Mode hasta que vea INTTMR.
2. Pulse el botón Set/Recall para personalizar su ejercicio en intervalos.
3. Comenzando con INT1, pulse el botón Mode.
4. Pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de las horas.
5. Pulse el botón Mode, después pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de los minutos.
6. Pulse el botón Mode, después pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de los segundos.
7. Pulse el botón Mode, después pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para seleccionar Repeat at End (repetir al final) o Stop at End (parar al final). Cuando la selección adecuada esté en la pantalla, pulse el botón Mode.
 - Deberá usar Stop at End cuando NO quiera que el intervalo se repita.
 - Deberá usar Repeat at End cuando SÍ quiera que el intervalo se repita.
8. Si desea que su intervalo incluya más de un segmento, pulse el botón Start/Split para hacer ajustes en INT 2, después pulse el botón Mode.
9. Pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de las horas.
10. Pulse el botón Mode, después pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de los minutos.
11. Pulse el botón Mode, después pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de los segundos.
12. Pulse el botón Mode, después pulse el botón Start/Split para seleccionar Repeat at End (repetir al final) o Stop at End (parar al final). Cuando la selección adecuada esté en la pantalla, vaya al paso 13.
 - Deberá usar Stop at End cuando NO quiera que el intervalo se repita.
 - Deberá usar Repeat at End cuando SÍ quiera que el intervalo se repita.
13. Pulse el botón Set/Recall para guardar los ajustes de su ejercicio en intervalos.
14. Pulse el botón Start/Split para iniciar el ejercicio en intervalos.

15. Durante el ejercicio, pulse repetidamente el botón Set/Recall para desplazarse a través de los siguientes datos en el cartel superior: número de intervalo, pasos, distancia y calorías quemadas.
16. Pulse el botón Start/Split para parar el ejercicio.
17. Para guardar el ejercicio en intervalos, pulse y mantenga el botón Set/Recall durante dos segundos.
 - Si ya se han almacenado cinco ejercicios en intervalos en la memoria del reloj, el ejercicio más antiguo se borrará y se almacenarán los datos del ejercicio actual.
18. Para descartar el ejercicio en intervalos, pulse y mantenga el botón Stop/Reset durante dos segundos.
19. Para borrar el último ejercicio en intervalos guardado, pulse y mantenga el botón Stop/Reset durante tres segundos. Para borrar todos los ejercicios en intervalos guardados, pulse y mantenga el botón Stop/Reset durante seis segundos.

NOTAS:

- Busque un icono de un reloj de arena que significa que está corriendo un ejercicio en intervalos. Un icono destellando significa que el temporizador está corriendo. Un icono fijo significa que el temporizador está en pausa.
- Solo pueden borrarse los ejercicios en intervalos almacenados en el modo temporizador de intervalo, el modo de revisión solo se usa para ver los ejercicios en intervalos almacenados. Vea las instrucciones en el paso 19 anterior.

TEMPORIZADOR

El modo Temporizador permite un conteo regresivo con alerta. El temporizador cuenta regresivamente cada segundo desde el tiempo prefijado. Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ sonará y la luz nocturna hará un destello cuando termine la cuenta regresiva (el temporizador llega a cero), pulse cualquier botón para silenciar la alerta. Tiene dos opciones para su temporizador regresivo: Parar al final (temporizador regresivo de una vez) y Repetir al final (se repetirá de forma indefinida).

AJUSTES DEL TEMPORIZADOR

1. Pulse el botón de Mode hasta que vea TIMER en la pantalla.
2. Para ajustar el temporizador, pulse el botón Set/Recall. Use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de las horas.
3. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y Stop/Reset para ajustar los dígitos de los minutos.
4. Pulse el botón Mode, use los botones Start/Split y Stop/Reset para ajustar los dígitos de los segundos.
5. Pulse el botón Mode, use el botón Start/Split para seleccionar la acción adecuada al final de la cuenta regresiva (parar al final o repetir al final).
6. Pulse el botón Set/Recall para guardar los ajustes del temporizador.

USO DEL TEMPORIZADOR

1. Pulse el botón Start/Split para iniciar el temporizador regresivo.
2. Para hacer una pausa en el temporizador, pulse el botón Stop/Reset.
3. Pulse el botón Start/Split para continuar con el temporizador regresivo.
4. Pulse el botón Stop/Reset para parar el temporizador, después pulse y mantenga el botón Stop/Reset para cancelar la función del temporizador.

NOTA: El temporizador regresivo sigue funcionando si sale del modo. Busque un icono de un reloj de arena que significa que está corriendo un temporizador regresivo, un icono destellando significa que el temporizador está corriendo, un icono fijo significa que el temporizador está en pausa.

MODO DE REVISIÓN

Usted puede ver todos los datos guardados para ejercicios cronometrados, ejercicios por intervalos y registro de actividad de todo el día. Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ almacenará hasta 7 días de datos de actividad, 5 ejercicios en intervalos y hasta 50 vueltas de datos de ejercicios cronometrados. Usted deberá planear cargar sus datos a la aplicación gratuita TIMEX Connected para tener almacenamiento ilimitado de datos.

Datos en el registro de actividad diaria disponibles: pasos diarios totales, distancia diaria total y calorías totales consumidas (solo disponible si el sensor esta encendido o estuvo previamente encendido).

Datos disponibles de ejercicios del temporizador de intervalo: pasos totales del ejercicio*, distancia total del ejercicio*, calorías totales quemadas en el ejercicio*, tiempo total en el ejercicio y número de repeticiones si el temporizador de intervalo estaba programado para repetir al final (*solo disponible si el sensor estaba encendido durante el registro del ejercicio).

Datos disponibles de ejercicios cronometrados: pasos totales del ejercicio*, distancia total del ejercicio*, calorías totales quemadas en el ejercicio*, tiempo total en el ejercicio y tiempo promedio de vuelta, mejor tiempo de vuelta y número de vueltas (*solo disponible si el sensor estaba encendido durante el registro del ejercicio).

1. Desde la pantalla de la hora, pulse el botón Mode hasta que vea Review en la pantalla.
2. Pulse el botón Start/Split y/o Stop/Reset para circular por las opciones de revisión y seleccionar los datos que desea revisar: ACTVTY (actividad diaria), CHRONO (ejercicio cronometrado) e INTTMR (ejercicio en intervalos).
3. Cuando haya elegido las mediciones que desea revisar, pulse el botón Set/Recall.
4. Si estuviera disponible, el reloj mostrará todos los días guardados en la memoria. Pulse el botón Start/Split para recorrer las fechas disponibles.
5. Pulse el botón Set/Recall para acceder a los detalles de los datos de ese día o los datos del ejercicio.
6. Si hay varias líneas de datos disponibles, use los botones Start/Split y Stop/Reset para ver todos los datos.
7. Pulse el botón Set/Recall para salir y ver datos guardados o ejercicios adicionales.

NOTAS:

- La actividad diaria y los ejercicios en intervalos se sobrescribirán automáticamente; sin embargo, los datos de ejercicios cronometrados no se pueden sobrescribir. Por esta razón, la aplicación TIMEX Connected tiene una función opcional que borra los archivos de ejercicios cronometrados del reloj una vez que el ejercicio cronometrado se ha transferido a la aplicación. Consulte los detalles en la sección de la aplicación TIMEX Connected del manual del propietario.
- El dato de gasto calórico no es un número exacto, sino una estimación general. Los valores de calorías de menos de 100 kcal se mostrarán como números enteros (con los decimales cortados, no redondeados).

AJUSTES DEL SISTEMA

1. Desde la pantalla de la hora, pulse el botón Mode hasta que vea Setup en la pantalla.
2. Si fuera necesario, pulse el botón Start/Split hasta que vea System Setup en la pantalla.
3. Pulse el botón Set/Recall para acceder al menú de ajustes del sistema.
4. Use el botón Start/Split para seleccionar sus unidades: inglesas (pulgadas, pies, millas, libras) y métricas (cm, m, km, kg). Después pulse el botón Mode para continuar.
5. Use el botón Start/Split para seleccionar su sensibilidad:
 - Mid: Programada por omisión, es la más versátil para todos los usos generales
 - Low: Recomendada para caminatas o trotes de baja intensidad o suaves
 - High: Recomendada para usuarios que tenga un movimiento de paso único (use solamente si los demás ajustes no dan resultados favorables)
6. Después pulse el botón Mode para continuar.
7. Use el botón Start/Split para seleccionar su sensor: On (el reloj registrará, pasos, distancia y calorías quemadas) u Off. Después pulse el botón Mode para continuar.
8. Use el botón Start/Split para seleccionar su campana: On (el reloj suena cada hora) u Off. Después pulse el botón Mode para continuar.
9. Use el botón Start/Split para seleccionar su sonido: On (el reloj sonará cada vez que se pulse un botón) u Off. Después pulse el botón Mode para continuar.
10. Use el botón Start/Split para seleccionar su Sincronización: Show (el reloj será visible para sensores compatibles con BLE) o Hide. Después pulse el botón Mode para continuar.
11. Use el botón Start/Split para seleccionar su NFC: On (permite que el reloj se comuniquen con antenas NFC) u Off.
12. Una vez que haya hecho todas las selecciones, pulse el botón Set/Recall para salir y guardar los ajustes.
13. Pulse el botón Mode para regresar a la pantalla de la hora o pulse el botón Start/Split para continuar a la siguiente opción del menú de ajustes.

AJUSTES DEL USUARIO

1. Desde la pantalla de la hora, pulse el botón Mode hasta que vea Setup en la pantalla.
2. Pulse el botón Start/Split hasta que vea User Setup en la pantalla.
3. Pulse el botón Set/Recall para acceder al menú de ajustes del usuario.
4. Use el botón Start/Split para seleccionar su sexo: Male (masculino) o Female (femenino). Después pulse el botón Mode para continuar.
5. Use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar los dígitos de su peso, pulsando el botón Mode después de cada dígito para avanzar al siguiente. Cuando termine, pulse el botón Mode para continuar a Height (estatura).
6. Repita el paso 5 para ingresar sus datos de estatura, y luego pulse el botón Mode para continuar a Age (edad).
7. Repita el paso 5 para ingresar sus datos de edad y luego pulse el botón Set/Recall para salir y guardar los ajustes.
8. Pulse el botón Mode para regresar a la pantalla de la hora o pulse el botón Start/Split para continuar a la siguiente opción del menú de programación.

AJUSTES DE META

Tiene la opción de programar las metas mediante el reloj o mediante la aplicación. La aplicación registrará y administrará 3 metas (metas de pasos, distancia y calorías quemadas). Vea los detalles para programar las metas en las instrucciones de la aplicación TIMEX Connected. Si lo prefiere puede programar y administrar 1 meta mediante su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+. Tenga en cuenta que los ajustes hechos desde la aplicación siempre tendrán prioridad.

Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ le avisará cuando haya cumplido el 50% de su meta y cuando haya cumplido el 100%.

1. Desde la pantalla de la hora, pulse el botón Mode hasta que vea Setup en la pantalla.
2. Pulse el botón de Start/Split hasta que vea Goal Setup en la pantalla.
3. Pulse el botón Set/Recall para acceder al menú de ajustes de metas.
4. Use los botones Start/Split y/o Stop/Reset para seleccionar la meta que quiere registrar en el reloj.
 - a. Opciones disponibles de meta: Off (apagada), Steps (pasos), Distance (distancia) o Calories (calorías)
5. Pulse el botón Mode para asignar un número para la meta que haya seleccionado.
 - a. Máximos de meta:
 - i. Pasos: 99,999
 - ii. Distancia: 99.99 km o 62.09 mi
 - iii. Calorías quemadas: 9,999 kcal
6. Pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para ajustar el número, después pulse el botón Set/Recall para salir y guardar los ajustes.
7. Pulse el botón Mode para salir de ajustes y regresar a la pantalla de la hora.



AGENDA

Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ puede almacenar hasta 50 citas. Consulte las instrucciones detalladas acerca de la administración de citas en las instrucciones de la aplicación TIMEX Connected.

Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ le avisará cuando tiene una cita inminente. Los avisos serán 2 horas, 1 hora, 30 minutos o 15 minutos antes de la cita (con base en los ajustes de recordatorio vinculados a la cita).



Después de sincronizar sus citas con su Classic 50 Move+, revise las citas haciendo lo siguiente:

1. Pulse el botón de Mode hasta que aparezca APPT en la pantalla.
2. Pulse los botones Start/Split y/o Stop/Reset para desplazarse entre las citas disponibles.



NOTA: La pantalla “End of List” significa el final de la lista de citas disponibles. Desplazarse más allá de esa pantalla lo llevará a la primera cita de la lista

SINCRONIZACIÓN

La sincronización con el teléfono inteligente permite que su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ se conecte con un teléfono inteligente compatible a través de tecnología Bluetooth de baja energía. Acceda al menú de sincronización para iniciar la conexión Bluetooth de baja energía entre su reloj y su aplicación TIMEX Connected.

1. Desde la pantalla de la hora, pulse el botón Mode hasta que vea Sync en la pantalla.
2. Pulse el botón Start/Split para iniciar el proceso de transferencia de datos.
 - a. Cuando la transferencia se haya completado con éxito verá Sync Ok en la pantalla.
 - b. Si la transferencia falla, verá Sync Fail en la pantalla.
3. Puede pulsar el botón Stop/Reset para cancelar el proceso de sincronización en cualquier momento.

NOTA: Todas las citas y alarmas se suspenderán durante el proceso de sincronización. Si tiene un ejercicio activo corriendo cuando se ha iniciado la sincronización, el ejercicio se detendrá y reiniciará (sin guardar).



REINICIO DEL RELOJ

Al hacer la secuencia de reinicialización del reloj, este se reinicia y se borran todos los datos ingresados por el usuario. Asegúrese de transferir cualquier dato que desee almacenar antes de reiniciar su Classic 50 Move+.

1. Pulse y mantenga los botones Set/Recall, Mode, Start/Split y Stop/Reset durante 4 segundos.
 - a. El reloj se reiniciará por completo y regresará al estado de "recién salido de la caja".

LA APLICACIÓN TIMEX CONNECTED

INSTALACIÓN DE LA APLICACIÓN PARA EL TELÉFONO TIMEX CONNECTED

La aplicación TIMEX Connected requiere los siguientes sistemas operativos:

Android: 4.4.2 o superior, dispositivo con capacidad NFC o compatible con Bluetooth inteligente

iOS: iOS 8.1.2 o superior, compatible con Bluetooth inteligente

La aplicación TIMEX Connected brinda el método más fácil y conveniente para programar y configurar su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+.

Baje e instale la aplicación de Timex Connected para iOS de la tienda de aplicaciones de iTunes, o para Android, desde la tienda de aplicaciones de Google Play.

ACOPLAMIENTO DE PRIMERA VEZ

Su TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ está equipado con dos antenas, NFC (comunicación de campo cercano) y Bluetooth inteligente (Bluetooth de baja energía). Se puede usar cualquiera de los dos métodos para conectar su reloj a la aplicación TIMEX Connected.

NFC es la forma más confiable y fácil para usuarios de Android para conectar la aplicación TIMEX Connected; su reloj necesita estar muy cerca de la antena NFC de su teléfono para conectarse.

Bluetooth inteligente es otra opción disponible para acoplar un TIMEX IRONMAN Classic 50 Move+ a un dispositivo móvil. Bluetooth inteligente tiene un rango de operación de aproximadamente 100 pies (30 metros) y está disponible en dispositivos iOS y Android.

Para conectar su Classic 50 Move+ a su dispositivo móvil:

1. Abra la aplicación TIMEX Connected en su teléfono.
2. Acepte las políticas de privacidad y el acuerdo de licencia del usuario final.
3. Seleccione el Classic 50 Move+
4. Seleccione su modo preferido de sincronización:
 - NFC
 - Bluetooth Smart

SINCRONIZACIÓN NFC

5. Seleccione NFC de las opciones del modo de sincronización.
6. Desplace su Classic 50 Move+ cerca de la parte trasera de su dispositivo Android; recuerde que el reloj debe estar muy cerca de la antena NFC para conectarse.
7. Aparecerá una ventana de acoplamiento y el reloj creará un tono audible, no mueva el reloj de esa ubicación hasta que la barra de estado de la aplicación se llene (lo que significa que la conexión se ha establecido).
8. En la ventana emergente 'Synchronize' seleccione Keep Watch Settings o Keep App Settings.
 - Keep Watch Settings se debe usar si desea mantener la programación ajustada en la esfera física del reloj.
 - Keep App Settings se debe usar si desea mantener la programación ajustada en la aplicación.
9. Si se selecciona Keep App Settings, necesitará tocar con el reloj la tapa trasera de su dispositivo Android.
10. En la pantalla Initial Setup, ingrese la información de registro del dispositivo (Nombre, apellido, dirección de correo electrónico y código postal). Usted puede optar por ingresar a ofertas exclusivas y descuentos especiales de Timex y después tocar el botón Submit.

NOTA: Por omisión, el Classic 50 Move+ le dará prioridad a la programación extraída de la aplicación TIMEX Connected.

SINCRONIZACIÓN BLUETOOTH INTELIGENTE

5. Toque el botón Get Started.
6. En el Classic 50 Move+, pulse el botón Mode hasta que vea Sync en la parte superior de la pantalla.
 - Su reloj comenzará a alternar los mensajes "Sync Phone" y "Press Start".
7. En la aplicación, toque el botón Next.
8. En su Classic 50 Move+, pulse el botón Start/Split.
 - Su reloj busca ahora a su dispositivo móvil.
9. En la aplicación, toque el botón Next.
10. La aplicación TIMEX Connected intentará generar ahora una pantalla de acoplamiento Bluetooth.
 - Si la función Bluetooth de su dispositivo está apagada, la aplicación TIMEX Connected la encenderá por usted (con su permiso, por supuesto). Después toque el icono Sync para traer la pantalla de selección de relojes.
 - Si la función Bluetooth de su dispositivo está encendida, la aplicación TIMEX Connected traerá la pantalla de selección de relojes.
11. En la pantalla de selección de relojes, toque el Classic 50 Move+ adecuado o toque el botón I Don't See My Watch para buscar nuevamente los relojes disponibles.
12. Verá SYNC OK en su reloj, lo que significa que el acoplamiento fue completado.

13. En la aplicación, ingrese la información de registro del dispositivo (Nombre, apellido, dirección de correo electrónico y código postal). Usted puede optar por ingresar a ofertas exclusivas y descuentos especiales de Timex y después tocar el botón Submit.

NOTA: Bluetooth inteligente es el único método de conexión disponible para usuarios de iOS. No todos los teléfonos compatibles con Android están equipados con una antena NFC; en esos casos se deberá usar la opción de conexión Bluetooth inteligente.

TRANSFERENCIA DE DATOS DEL RELOJ A LA APLICACIÓN

Su TIMEX IRONMAN® Classic 50 Move+ ofrece una conexión discreta a la aplicación TIMEX Connected. Esto significa que su reloj se puede sincronizar manualmente con la aplicación cada vez que desee transferir datos entre la aplicación y el reloj.

Para transferir datos usando Bluetooth inteligente:

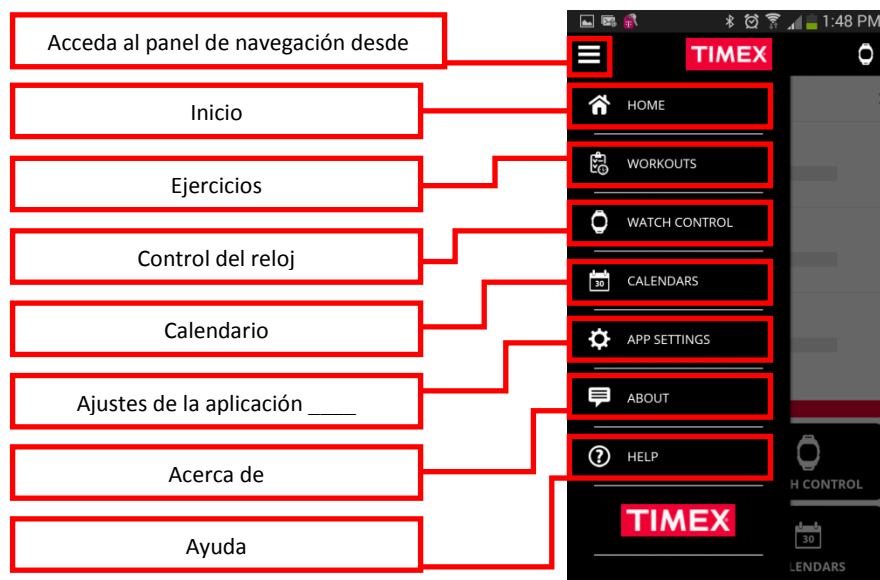
1. En la página inicial, toque el icono del reloj en la esquina superior derecha.
2. En el reloj, pulse el botón Mode hasta que vea "SYNC PHONE/PRESS START" en la pantalla.
3. Pulse el botón Start/Split en el reloj y después toque el botón Sync en la aplicación.
4. En la ventana emergente de la aplicación seleccione Keep Watch Settings o Keep App Settings.
 - Keep Watch Settings se debe usar si desea mantener la programación ajustada en la esfera física del reloj.
 - Keep App Settings se debe usar si desea mantener la programación ajustada en la aplicación.
5. Aparecerá "SYNC OK" en el reloj y aparecerá "Sync Complete" en la aplicación y su sincronización de datos fue exitosa.

Para transferir datos usando NFC:

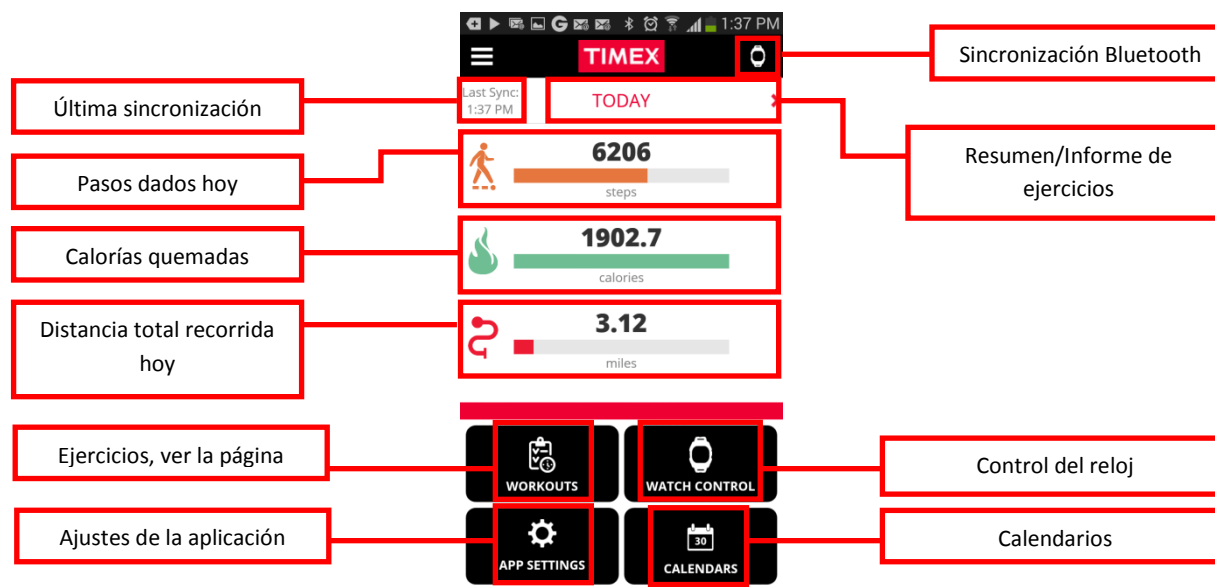
1. Desplace su Classic 50 Move+ cerca de la parte trasera de su dispositivo Android; recuerde que el reloj debe estar muy cerca de la antena NFC para conectarse.
 - Si la aplicación TIMEX Connected no está abierta, al primer contacto del reloj con el dispositivo móvil abrirá la aplicación.
2. Aparecerá una ventana de acoplamiento y el reloj creará un tono audible, no mueva el reloj de esa ubicación hasta que la barra de estado de la aplicación se llene (lo que significa que la conexión se ha establecido).
3. En la ventana emergente 'Synchronize' seleccione Keep Watch Settings o Keep App Settings.
 - Keep Watch Settings se debe usar si desea mantener la programación ajustada en la esfera física del reloj.
 - Keep App Settings se debe usar si desea mantener la programación ajustada en la aplicación.
4. Si se selecciona Keep App Settings, necesitará tocar con el reloj la tapa trasera de su dispositivo Android.

- Se mostrará la página inicial de la aplicación y los datos de última sincronización se actualizarán a la hora y fecha actuales.

PANEL DE NAVEGACIÓN DE TIMEX CONNECTED



PÁGINA DE INICIO DE TIMEX CONNECTED

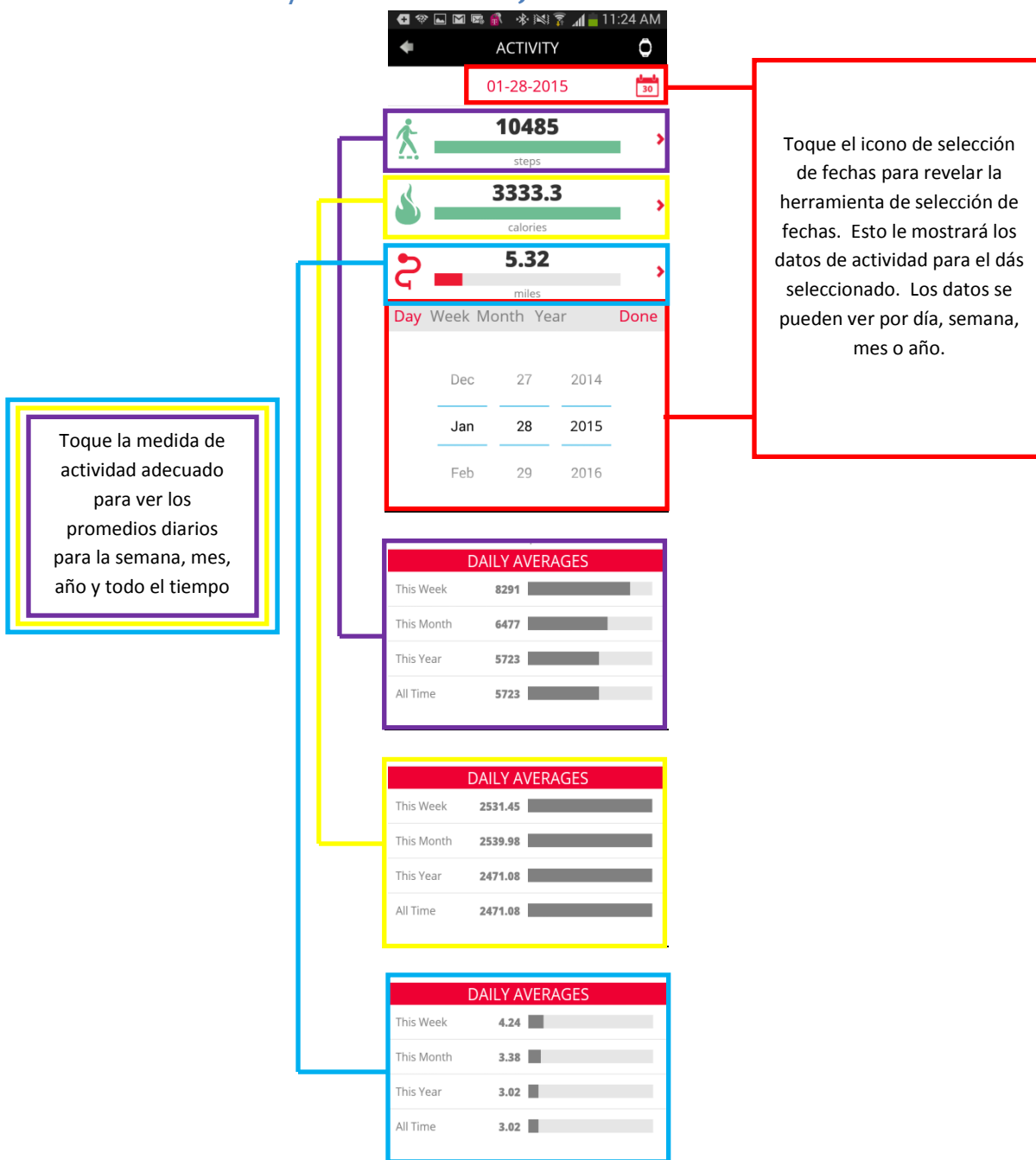


NOTA: Los datos de pasos, calorías quemadas y distancia total se muestran arriba de una barra con código de colores. Esta barra representa las metas establecidas para la medida de los datos de cada actividad.

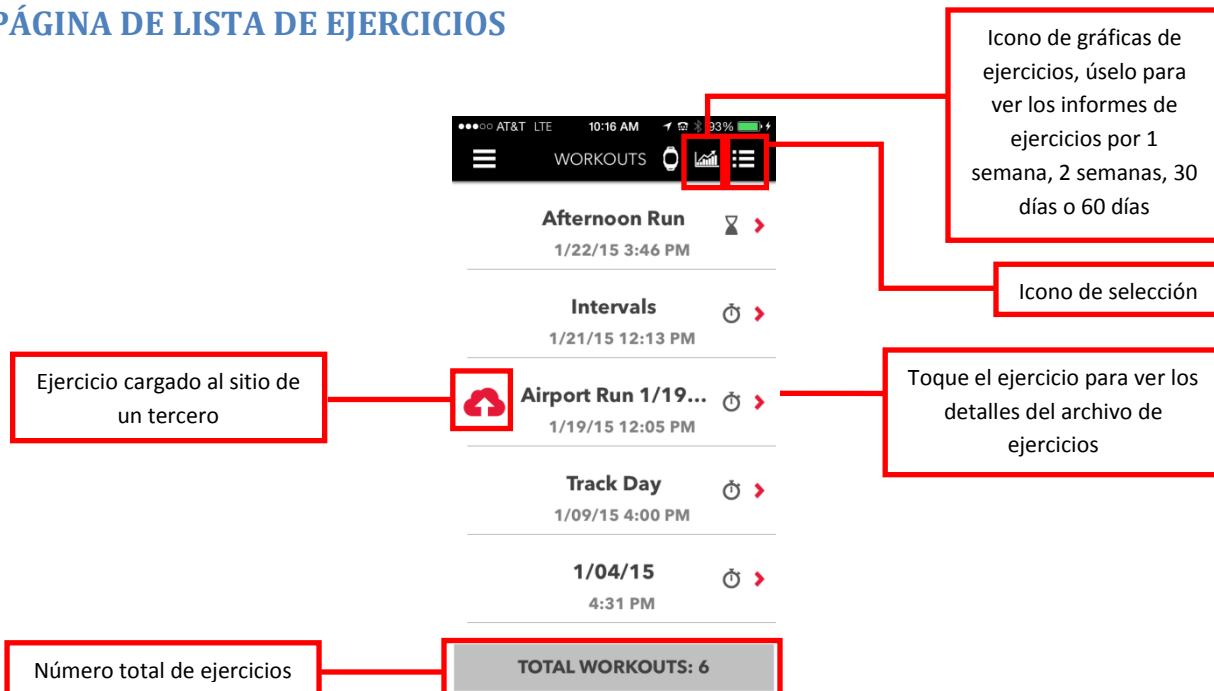
- Clave del código de color:
 - Verde: Excelente, meta alcanzada

- Naranja: En camino para alcanzar la meta
- Rojo: A moverse, todavía queda mucho por hacer

PÁGINA DE RESUMEN/INFORMES DE EJERCICIOS



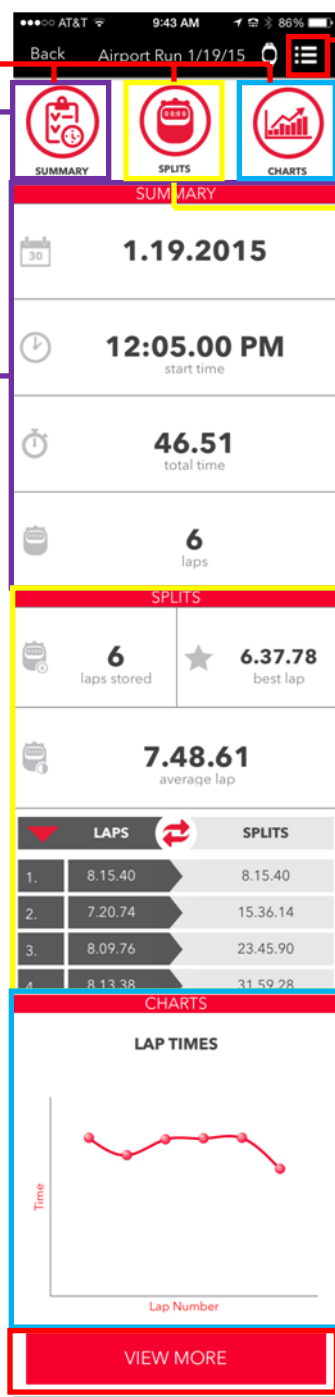
PÁGINA DE LISTA DE EJERCICIOS



PÁGINA DE DETALLE DE EJERCICIOS

Toque esos iconos para acceder rápidamente a la parte correspondiente de los detalles de los ejercicios

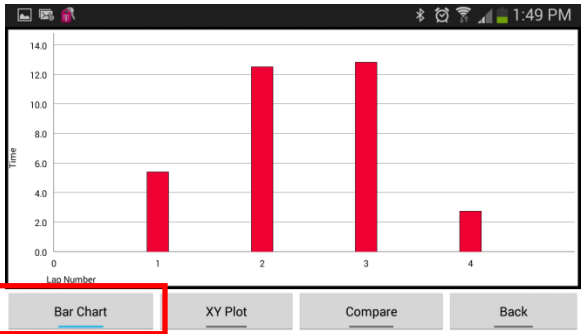
Opciones de ejercicios:
Renombrar el ejercicio
Subir el ejercicio
Compartir el ejercicio
Borrar el ejercicio



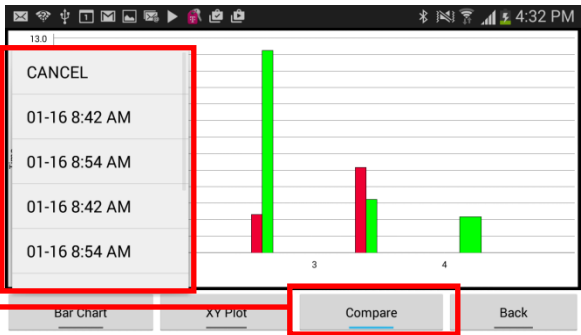
Ver la representación gráfica de ejercicios

GRÁFICAS DE DETALLE DE EJERCICIOS

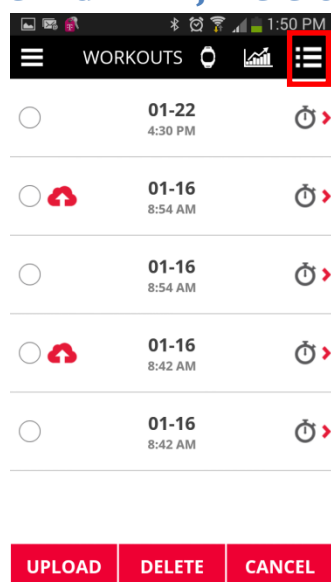
Representación gráfica en una gráfica de barras o una gráfica XY



Comparación gráfica de dos archivos de ejercicios guardados



CARGA DE EJERCICIOS A SITIOS DE TERCEROS

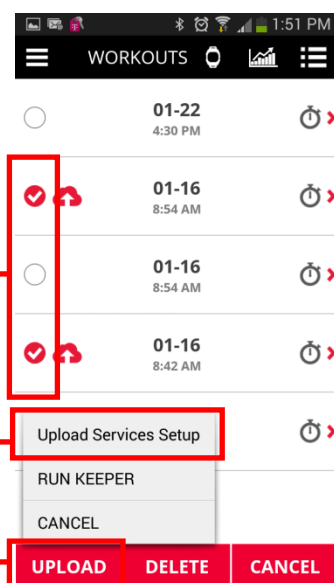


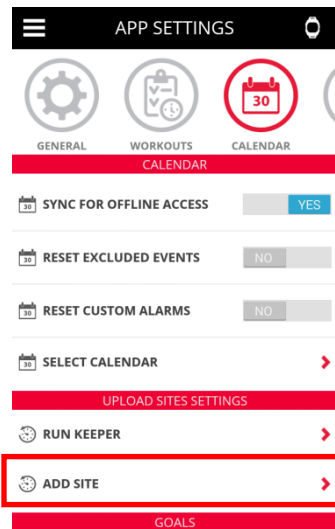
1 En la página de lista de ejercicios, toque el icono de selección

2 Toque los círculos cerca de los archivos de ejercicios que desea transferir

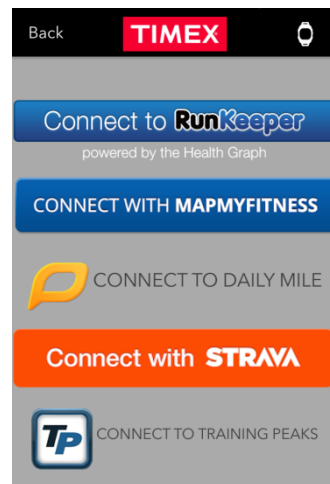
3 Toque el botón Upload para revelar las opciones de carga.

4 ¿Cargando por primera vez? Toque 'Upload Services Setup'





5 La aplicación lo llevará automáticamente a la página de ajustes de la aplicación, toque ADD SITE



6 Toque el sitio de tercero con el que desea compartir sus ejercicios



7 Puede elegir cargar automáticamente todos sus ejercicios si marca Auto Upload ON

8 Toque el botón Connect. La aplicación TIMEX Connected lo enlazará con el sitio de tercero, donde usted ingresará su información de entrada

CONTROL DEL RELOJ



Ajustes de la zona horaria 2 (T2)

Sincronización de hora:

- Seguir el teléfono: El reloj tomará la hora del teléfono, que se ajusta automáticamente después de viajar a una nueva zona horaria*
- Zona horaria: El usuario selecciona qué zona horaria usar para T2
- Manual: El usuario establece manualmente la hora para T2

Formato de hora:

- 12 horas
- 24 horas

Formato de fecha:

- Mes-Día
- Día-Mes

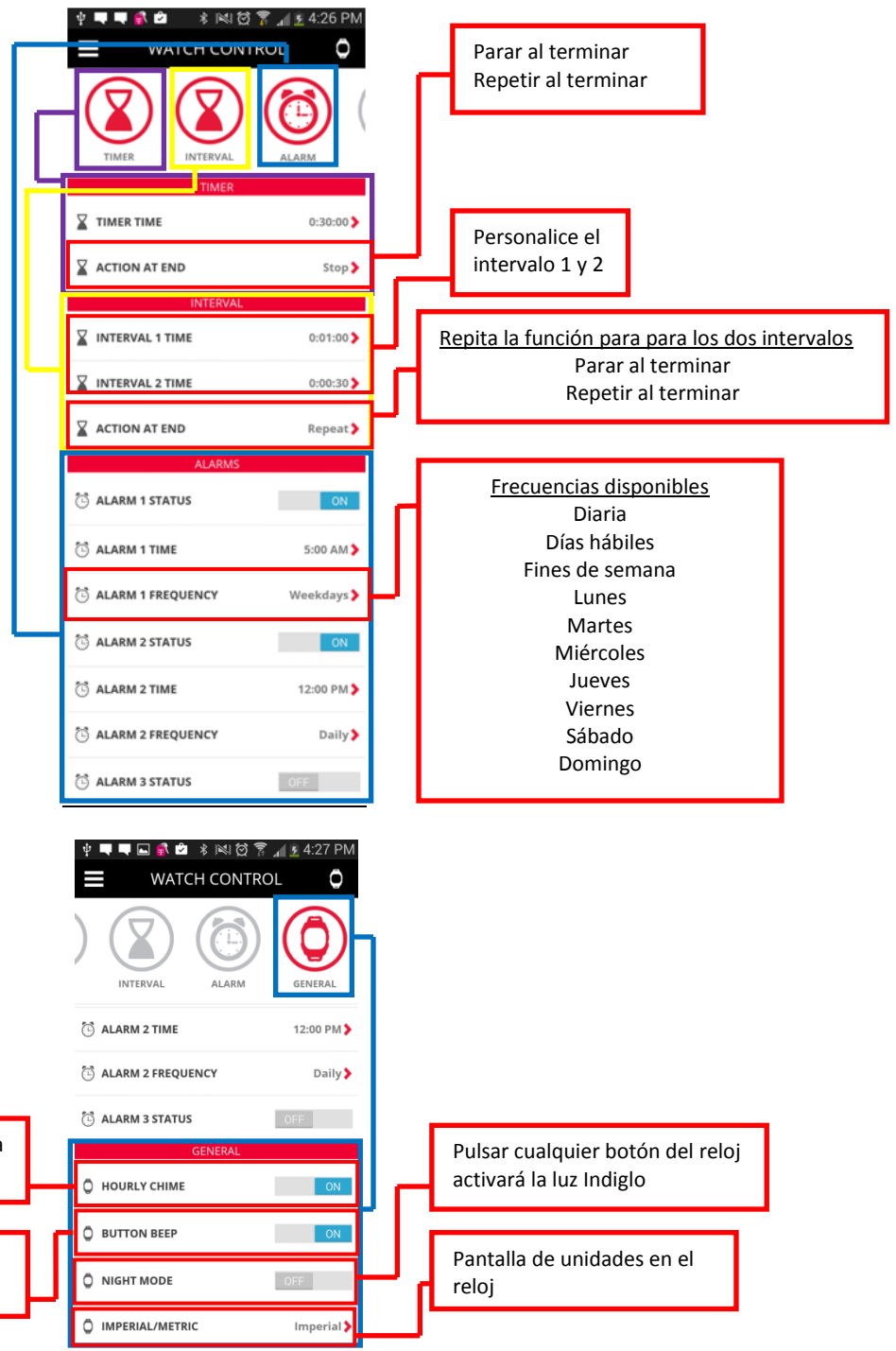
Ajustes de la zona horaria 1 (T1)

Formato de hora:

- 12 horas
- 24 horas

Formato de fecha:

- Mes-Día
- Día-Mes



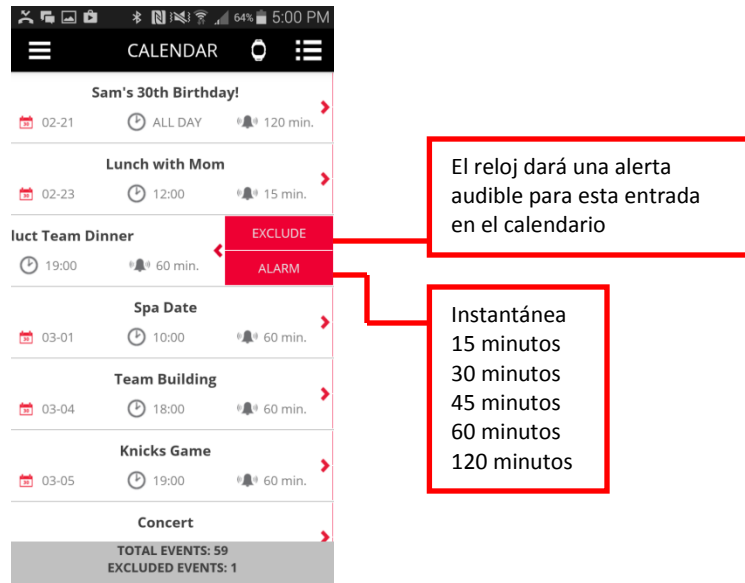
CALENDARIOS



Después de usar el icono de selección



Después de usar la herramienta de edición de las alertas de reuniones



AJUSTES DE LA APLICACIÓN

GENERAL

- WATCH NICKNAME**: Classic 50 Move+> (Mostrará en la lista de dispositivos Bluetooth)
- SHARE WITH IMAGES**: YES (Permite que el usuario seleccione una imagen para asociar al ejercicio cuando lo comparta en redes sociales)
- NFC STATUS**: ON (La detección de un sensor NFC abrirá automáticamente la aplicación TIMEX Connected)
- AUTO-LAUNCH APP VIA NFC**: YES

WORKOUT DATA & SYNC

- SORT WORKOUTS BY**: Workout Date> (1 mes, 6 meses, 1 año, 2 años, Todos)
- STORE HISTORY**: All> (Mejor vuelta, Vuelta promedio, Fecha del ejercicio, Número de vueltas, Tiempo total, Cronometrado/intervalo)
- DISPLAY FORMAT**: Lap/Split> (Vuelta/Segmento, Segmento/Vuelta)
- REMOVE AFTER SYNC**: NO

CALENDAR

- SYNC FOR OFFLINE ACCESS**: NO
- RESET EXCLUDED EVENTS**: NO
- RESET CUSTOM ALARMS**: NO
- SELECT CALENDAR**:> (La aplicación borrará el ejercicio del reloj después de sincronizar con la aplicación)

Other settings:

- Share with Images**: YES (Pone disponibles las reuniones/citas para ver sin conexión de datos)
- Reset Excluded Events**: NO (Reactiva todas las reuniones/citas)
- Reset Custom Alarms**: NO (Elimina todas las alarmas)
- Select Calendar**:> (Selecciona entre los calendarios)

GOALS

- STEPS**: 10000 steps>
- DISTANCE**: 3.59 mi>
- CALORIES**: 1500.0 kcal>

ADVANCED

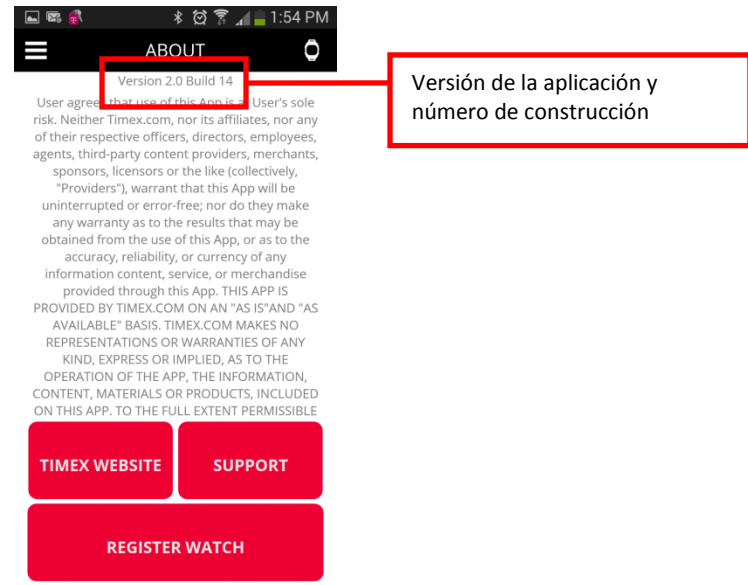
- REMOVE WATCH**:>

Other settings:

- Remove Watch**:> (Retire el reloj para permitir la conexión a otro reloj)
- Goals**:> (Seleccione los parámetros para el registro de metas en la aplicación)

Training Peaks, RunKeeper, MapMyFitness, Daily Mile, Strava

ACERCA DE



AYUDA

El vínculo de ayuda lo llevara a las preguntas frecuentes para la aplicación TIMEX Connected. Usted también puede acceder a la Ayuda para ver el Acuerdo de licencia del usuario final.

AVISO DE FCC (EUA) / AVISO DE IC (CANADÁ)

Este dispositivo cumple con la Sección 15 de las Reglas de FCC. El funcionamiento está sujeto a las siguientes dos condiciones: (1) no provocará interferencias nocivas y (2) aceptará todas las interferencias que reciba, incluso interferencias que podrían provocar un funcionamiento no deseado.

Este dispositivo cumple con las normas de exención de licencia RSS de la industria de Canadá. El funcionamiento está sujeto a las siguientes dos condiciones: (1) este dispositivo no provocará interferencias nocivas y (2) aceptará todas las interferencias, incluso interferencias que podrían provocar un funcionamiento no deseado del dispositivo.

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.

Bajo los reglamentos industriales de Canadá, este radiotransmisor solo puede funcionar usando una antena de un tipo y máxima (o menor) ganancia aprobada para el transmisor por la industria de Canadá. Para reducir la posible interferencia de radio a otros usuarios, el tipo de antena y su ganancia deben elegirse para que la potencia radiada isotrópica equivalente (p.r.i. e.) no sea mayor que la necesaria para una comunicación exitosa.

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.

Nota: Luego de probar este equipo se ha determinado que cumple con los límites establecidos para los dispositivos digitales Clase B, de acuerdo con la Sección 15 del reglamento de FCC. Estos límites se han fijado para proporcionar un grado de protección razonable contra interferencias nocivas en áreas residenciales. Este equipo genera, usa y emite energía de radiofrecuencia y, si no se instala y usa según lo indicado en las instrucciones, podrá causar interferencias en las comunicaciones de radio. Sin embargo, no hay garantía de que no aparecerán interferencias en una instalación en particular. Si este equipo causa interferencias perjudiciales en la recepción de señales de radio o televisión, lo que se determina encendiendo y apagando el equipo, se recomienda al usuario que intente corregir la interferencia tomando una o varias de las siguientes medidas:

1. Reoriente o reubique la antena receptora.
2. Aumente la separación entre el equipo y el receptor.
3. Conecte el equipo a un enchufe que esté en un circuito diferente al que está conectado el receptor.
4. Consulte al distribuidor o a un técnico experimentado en radio y TV para obtener ayuda.

DECLARACIÓN DE CUMPLIMIENTO

Nombre del fabricante: Timex Group USA, Inc.

Dirección del fabricante:

555 Christian Road

Middlebury, CT 06762

Estados Unidos de América

declara que el producto:

Nombre del producto:

Timex® Ironman® Classic 50 Move+

Números de modelo:

M049 & M053

cumple con las siguientes especificaciones del producto:

RED: 2014/53/EU

Normas:

ETSI EN 301 489-1

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

ETSI EN 300 440-2 (Bluetooth)

ETSI EN 300 330-2 (NFC)

LVD: 2006/95/EC

Normas:

IEC 60950-1

Emisiones de dispositivos digitales

Normas

FCC 47CFR 15C (Bluetooth & NFC)

FCC 47CFR 15B radiadores involuntarios

IC RSS 210

IC RSS-GEN

Agente:  _____

Sam Everett

Ingeniero de Regulación de Calidad

Fecha: 20 de enero, 2015,

Middlebury, Connecticut, E.U.A.

©2015 Timex Group USA, Inc. TIMEX, INDIGLO y NIGHT MODE son marcas registradas de Timex Group B.V. y sus afiliados. IRONMAN® y MDOT son marcas registradas de World Triathlon Corporation. Usadas aquí con permiso.