



**Run x50+**

Mode d'emploi

Run x50+ Run x50+ Run x50+ Run x50+

## SOMMAIRE

---

|                                                                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| CONSIGNES IMPORTANTES DE SÉCURITÉ ET MISES EN GARDE .....                                                        | 4  |
| Contenu .....                                                                                                    | 4  |
| Mise en marche.....                                                                                              | 4  |
| Charge de la montre.....                                                                                         | 5  |
| Optimisation de la durée de vie de la batterie .....                                                             | 5  |
| Présentation de la montre .....                                                                                  | 6  |
| Menu principal de la montre .....                                                                                | 8  |
| Téléchargement de l'application mobile et jumelage de la montre.....                                             | 9  |
| Personnalisation de votre montre .....                                                                           | 9  |
| Des fonctions supplémentaires disponibles sur votre montre grâce<br>à l'application mobile Timex Connected ..... | 10 |
| Configuration des notifications pour des appareils fonctionnant sous iOS.....                                    | 10 |
| Configuration des notifications pour des appareils sous Android.....                                             | 11 |
| Utilisation des notifications.....                                                                               | 12 |
| Répondre à une notification (uniquement pour iOS) .....                                                          | 12 |
| Fonctions supplémentaires dans l'application mobile Timex Connected.....                                         | 13 |
| Mode Fitness .....                                                                                               | 14 |
| Configuration de l'application de fitness pour le mode Fitness.....                                              | 14 |
| Utilisation du mode Fitness pour une séance d'exercice.....                                                      | 14 |
| Mode Chrono.....                                                                                                 | 15 |
| Effectuer une séance d'exercice Chrono.....                                                                      | 15 |
| Démarrage et sauvegarde d'une séance d'exercice Chrono .....                                                     | 15 |
| Que sont les temps au tour et temps intermédiaires ? .....                                                       | 16 |
| Mode Minuterie par intervalles .....                                                                             | 16 |
| Réglage d'une séance d'exercice par intervalles.....                                                             | 16 |
| Effectuer une séance d'exercice par intervalles.....                                                             | 17 |
| Arrêt et sauvegarde d'une séance d'exercice par intervalles .....                                                | 17 |
| Entraînement par intervalles.....                                                                                | 18 |
| Récapitulatif des séances d'exercice.....                                                                        | 18 |
| Utilisation des fonctions de la montre.....                                                                      | 19 |
| Réglage de l'affichage et de la langue .....                                                                     | 19 |
| Activation et réglage de l'alarme .....                                                                          | 19 |
| Réglage de l'heure et de la date .....                                                                           | 20 |

|                                                            |           |
|------------------------------------------------------------|-----------|
| Sélection du format de l'heure.....                        | 20        |
| Localisation du téléphone.....                             | 20        |
| Réglage des sons de la montre.....                         | 21        |
| Réglage du mode Ne pas déranger.....                       | 21        |
| Veilleuse INDIGLO® .....                                   | 22        |
| <b>Mise à jour du micrologiciel.....</b>                   | <b>22</b> |
| <b>Dépannage.....</b>                                      | <b>23</b> |
| <b>Consignes supplémentaires.....</b>                      | <b>23</b> |
| <b>Étanchéité .....</b>                                    | <b>23</b> |
| <b>Autres consignes de précaution et de sécurité .....</b> | <b>23</b> |
| <b>Garantie Internationale Timex .....</b>                 | <b>25</b> |
| <b>Avis FCC (États-Unis) / Avis IC (Canada).....</b>       | <b>27</b> |
| <b>Déclaration de conformité.....</b>                      | <b>28</b> |

Merci d'avoir acheté la montre IRONMAN® Run x50+ de TIMEX® ! Consultez ce Mode d'emploi pour en savoir plus sur ce nouveau produit.

## CONSIGNES IMPORTANTES DE SÉCURITÉ ET MISES EN GARDE

1. Pour écarter les risques d'incendie, de brûlure chimique, de fuite d'électrolyte et de blessures causées par la batterie lithium-polymère interne :
  - a. Ne pas tenter d'enlever le dos du boîtier ou l'enveloppe extérieure de la montre ni sortir la batterie, qui ne peut pas être changée par l'utilisateur.
  - b. Ne pas laisser la montre exposée à une source de chaleur ou dans un endroit très chaud (au soleil ou dans un véhicule en stationnement, par exemple). Pour éviter les dommages, rangez la montre à l'abri du soleil.
  - c. Ne pas percer ni incinérer la montre.
  - d. En cas de non-utilisation prolongée, garder la montre à une température comprise entre 0 et 25 °C (32 et 77 °F).
  - e. La charge de la montre ne doit s'effectuer qu'à une température comprise entre 0 et 45 °C (32 et 113 °F).
  - f. Ne pas utiliser la montre en dehors de la plage de température comprise entre -20 et 55 °C (-4 et 131 °F).
  - g. Consulter le service des ordures ménagères local concernant le recyclage ou l'élimination du produit ou de la batterie.
2. Utiliser uniquement le câble de charge fourni avec ce produit.
3. Ceci n'est pas un appareil médical et son emploi est déconseillé aux personnes souffrant de troubles cardiaques graves. Veuillez à toujours consulter votre médecin avant d'entamer ou de modifier un programme d'exercice physique.
4. Tenter de lire l'information sur l'affichage durant le déplacement constitue une distraction et un danger et peut entraîner un accident ou une collision. Lisez l'affichage une fois que vous pouvez le faire sans risque. Consultez les instructions détaillées.

## CONTENU

- Montre rechargeable IRONMAN® Run x50+ de TIMEX®
- Câble de charge
- Cardiofréquencemètre Bluetooth® intelligent (sur certains modèles)

**REMARQUE :** Le cardiofréquencemètre inclus est conçu pour être utilisé en connexion avec votre smartphone. La montre ne capte pas le signal Bluetooth® du cardiofréquencemètre.

## MISE EN MARCHÉ

Pour la première utilisation, veuillez suivre les étapes de démarrage suivantes :

1. Chargez votre montre.
2. Apprenez à naviguer dans le menu et l'affichage de votre montre.
3. Téléchargez l'application mobile Timex Connected pour votre smartphone.

4. Configurez votre montre.
5. Enregistrez votre première séance d'exercice et examinez votre performance.

## CHARGE DE LA MONTRE

Avant la première utilisation de la montre, chargez complètement la batterie en utilisant comme source d'alimentation votre ordinateur ou une prise murale.

1. Attachez le clip de charge à la montre de manière à ce que les broches du clip s'alignent avec les contacts au dos de la montre.
2. Sélectionnez une source d'alimentation :
  - **Ordinateur:** Insérez l'extrémité libre du câble dans un port USB sous tension sur l'ordinateur.
  - **Prise murale :** Insérez l'extrémité libre du câble dans l'adaptateur secteur USB et insérez l'adaptateur dans une prise murale.
3. Laissez la batterie se charger pendant au moins 4 heures, jusqu'à ce que l'icône de la batterie  indique qu'elle est remplie.



## OPTIMISATION DE LA DUREE DE VIE DE LA BATTERIE

Utilisez cette procédure pour optimiser la durée de fonctionnement de votre montre après chaque recharge de la batterie :

1. Utilisez votre montre *sans recharger* la batterie jusqu'à la disparition du dernier segment indicateur de batterie. Si l'affichage de la montre disparaît complètement, vous pouvez toujours continuer tant que l'affichage ne reste pas dans cet état pendant plus d'un ou deux jours.
2. Laissez la batterie se charger pendant au moins 3 heures, jusqu'à ce que l'icône de la batterie  indique qu'elle est remplie.
3. Répétez cette procédure deux fois au cours des prochains jours.

**REMARQUE :** Vous devez recommencer cette procédure tous les deux mois si la montre n'est pas utilisée ou rechargée périodiquement.

## PRESENTATION DE LA MONTRE



### VEILLEUSE INDIGLO®

Pour illuminer l’affichage, tapez sur le cadran de la montre.

#### BOUTON MENU

- Ouvre le menu principal.
- Retourne à l’affichage précédent ou ferme l’affichage quand **X** ou  (icône Retour) s’affiche dans le coin supérieur gauche.
- Passe à l’affichage Heure de la journée quand l’icône Accueil () s’affiche dans le coin supérieur gauche.

#### BOUTONS HAUT (▲) / BAS (▼)

- Fait défiler les différents affichages disponibles.
- Choisit parmi les éléments affichés.
- Fait défiler le texte affiché.
- Modifie un réglage choisi.
- Ajuste le volume de la musique lorsque le lecteur de musique du téléphone est connecté.

#### BOUTONS GAUCHE / DROITE / CENTRE ET ICONES DE BOUTONS DE FONCTIONS

La fonction de chacun de ces boutons dépend du mode de fonctionnement de la montre, et est indiquée par l’icône de Fonction la plus proche du bouton.

Par exemple, dans le mode Heure de la journée montré ci-dessus :

- le bouton GAUCHE () ouvre le réglage de l’heure et de la date, ou le réglage de la musique lorsqu’un téléphone est connecté ()
- le bouton CENTRE ouvre le Centre de notifications ()
- le bouton DROITE ouvre votre Agenda/Liste de rendez-vous ()

## ICONES

| Icônes de statut de la montre (montrées sur la ligne supérieure de l'affichage)     |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | Mode Avion                      | La montre est en mode Avion (Bluetooth est désactivé)                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|    | Alarme                          | L'alarme est activée et sonnera à l'heure programmée.                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|    | Niveau de charge de la batterie | Niveau de charge de la batterie par incréments de 25 % (l'image montre une batterie complètement chargée)<br>L'éclair indique que le chargement de la batterie est en cours.                                                                                                                                                   |
|    | Bluetooth                       | <b>Sombre</b> : un téléphone est connecté.<br><b>Clair</b> : aucune connexion mais recherche de téléphone en cours.                                                                                                                                                                                                            |
|    | Ne pas déranger                 | La montre reçoit des notifications, mais ces messages ne sont pas affichés à l'écran.                                                                                                                                                                                                                                          |
| Icônes des boutons de fonctions (montrées sur la ligne inférieure de l'affichage)   |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|   | Réglages                        | Définit l'heure, la date et les formats de votre montre, ainsi qu'une deuxième heure (Autre heure) facultative pour un autre fuseau horaire. Définit les détails d'une séance d'exercice (intervalles, répétitions et alertes) pour la Minuterie avec intervalle                                                               |
|  | Commandes musicales             | Quand le téléphone est connecté, des informations sur la chanson et l'artiste sont affichées (si disponibles pour iOS ; si non, le symbole  est affiché), ainsi que les commandes standard Lecture/Pause, Saut en avant et Saut en arrière. |
|  | Localisateur de téléphone       | Quand elle est située dans la portée de votre smartphone, la montre peut commander l'application mobile Timex Connected sur votre téléphone d'émettre un bruit d'alerte.<br><br><b>REMARQUE</b> : Votre téléphone doit être allumé et l'application mobile Timex Connected doit être active sur votre téléphone.               |
|  | Notifications                   | Affiche jusqu'à 20 notifications stockées sur la montre, comme des appels entrants, e-mails, textos, des notifications de Facebook ou Twitter, et quasiment toute notification qui est disponible sur le téléphone. Cela ne comprend pas les rendez-vous (consulter la rubrique « Calendrier » ci-après).                      |
|  | Calendrier                      | Affiche jusqu'à 10 rendez-vous futurs du calendrier de la montre dans l'ordre chronologique.                                                                                                                                                                                                                                   |

|                                                                                   |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Pause de séance d'exercice    | Interrompt le Chronographe ou la Minuterie par intervalles. Choisissez  pour terminer la séance d'exercice.                                                                                                                                                           |
|  | Terminer la séance d'exercice | Affiche le résumé de la séance d'exercice du Chronographe ou de la Minuterie par intervalles. Choisissez  pour enregistrer ou  pour supprimer les données de la séance d'exercice. |

## MENU PRINCIPAL DE LA MONTRE

À partir de l'affichage Heure de la journée de la montre, appuyez sur MENU pour ouvrir le menu principal :

- **Fitness (Mise en forme)** – Permet d'interagir avec une application de mise en forme compatible installée sur votre smartphone pour permettre l'affichage des données de séance d'exercice générées par votre téléphone ainsi que l'application de fitness, et de contrôler les fonctions de l'application de fitness. Visitez <http://www.Timex.com/rx50> pour une liste d'applications de fitness compatibles.
- **Chronographe** – Permet d'effectuer des séances d'exercice chronométrées sans votre smartphone. Suivez jusqu'à vos 50 premiers temps au tour / intermédiaires par séance d'exercice et téléchargez les données sauvegardées avec l'application mobile Timex Connected.
- **Minuterie par intervalles** – Permet d'effectuer des séances d'exercice avec minuterie par intervalles sans votre smartphone. Programmez jusqu'à 99 répétitions de deux intervalles, avec des alertes. Transmission des données enregistrées via l'application mobile Timex Connected.
- **Vérification** – Permet d'examiner des détails de vos trois dernières séances d'exercice qui ont utilisé une fonction Chronographe ou Minuterie d'intervalle sans utiliser l'application de fitness installée sur votre smartphone.
- **Réglages** – Personnalisez les réglages de la montre et des séances d'exercice. Ces réglages sont aussi disponibles dans l'application mobile Timex Connected (consultez la rubrique « [Personnalisation de votre montre](#) »).
  - Heure / Date – Pour régler l'heure, la date, la source et les options de format
  - Système – Pour régler les options d'affichage et d'éclairage, l'intensité de frappe, les sons émis par la montre et les options logicielles.
  - Notifications – Pour activer les notifications et le mode Ne pas déranger et pour configurer les notifications
  - Alarmes – Pour activer et configurer jusqu'à trois alarmes
  - Minuterie d'intervalles – Pour configurer jusqu'à deux intervalles de séance d'exercice
  - Bluetooth – Pour activer et désactiver le mode Avion et pour contrôler le jumelage de la montre
  - Mise à jour – Pour vérifier la disponibilité de mises à jour du micrologiciel de la montre

## TELECHARGEMENT DE L'APPLICATION MOBILE ET JUMELAGE DE LA MONTRE

Vous pouvez jumeler votre montre Run x50+ de aux smartphones iOS et Android, ainsi que d'autres appareils mobiles qui prennent en charge la technologie Bluetooth® 4.0. Consultez [www.timex.com/rx50](http://www.timex.com/rx50) pour une liste de tous les appareils compatibles et les systèmes d'exploitation requis.

1. Une fois que la montre est complètement chargée, appuyez sur le bouton MENU et continuez à l'appuyer pendant 3 secondes conformément au graphique à l'écran.
2. La montre indique d'aller à la page [www.timex.com/rx50](http://www.timex.com/rx50) SUR VOTRE SMARTPHONE pour télécharger l'application mobile Timex Connected. Suivez les liens sur notre site aux boutiques App Store pour les appareils Apple ou Google Play pour les appareils Android pour télécharger l'application mobile Timex Connected.
3. Ouvrez l'application mobile Timex Connected et suivez les instructions à l'écran pour jumeler votre montre et votre téléphone portable. Comme l'application mobile Timex Connected fonctionne avec différents modèles de montre, il faut choisir « RUN x50+ » avant de passer au jumelage.

**REMARQUE :** Si vous arrêtez un processus de jumelage en cours, vous pouvez y retourner en choisissant CONFIGURER sur le menu de l'application mobile ou sur l'écran d'accueil.

4. Quand vous appuyez sur OK (bouton CENTRE) sur la montre, un message indiquera que le signal Bluetooth est envoyé à votre téléphone.
5. La montre affiche 4 caractères alphanumériques suivant l'indication « RUN x50+ » qui identifie votre montre pour le processus de jumelage.
6. Notez le numéro d'identification qui s'affiche sur votre montre, et sélectionnez celui-ci dans la liste proposée par l'application mobile.
7. Terminez le jumelage et le processus d'enregistrement en suivant les indications de l'application mobile.

## PERSONNALISATION DE VOTRE MONTRE

Une fois que votre montre est jumelée et configurée, vous pouvez continuer à la personnaliser dans l'application mobile Timex Connected en sélectionnant COMMANDES DE LA MONTRE :

- **HEURE DE LA JOURNÉE :** Permet de régler les formats d'heure et de date et pour une deuxième heure (Autre heure) facultative pour un autre fuseau horaire. Vous pouvez également définir si l'Autre heure se synchronise avec votre téléphone ou avec un fuseau horaire sélectionné.
- **ALARME :** Permet de régler jusqu'à trois alarmes successives en sélectionnant l'heure, la fréquence et le type d'alerte. Permet également d'activer et désactiver une alarme.
- **MINUTERIE AVEC INTERVALLE :** Permet de configurer et activer jusqu'à deux intervalles de séances d'exercice, y compris la durée, la description, les répétitions et le type d'alerte.
- **NOTIFICATIONS et DND (Do Not Disturb, soit Ne pas déranger) :** Permet de définir le type de notification d'alerte et de programmer le mode Ne pas déranger (c'est-à-dire le mode où aucune notification n'apparaît sur la montre.)

**REMARQUE :** Les notifications entrantes vont directement au Centre de notifications de la montre.

- **GÉNÉRAL:** Permet de régler la langue et la couleur de texte, le mode d'éclairage de l'affichage et l'intensité de frappe requise pour l'activer, le carillon horaire et le bip sonore. Permet de montrer des secondes dans l'affichage analogique.

**REMARQUE :** Assurez-vous de choisir **Enregistrer** quand vous avez terminé vos modifications.

**REMARQUE :** Vous avez aussi la possibilité de personnaliser votre montre directement, sans passer par l'application mobile Timex Connected : consultez la rubrique « [Menu principal](#) ».

## DES FONCTIONS SUPPLEMENTAIRES DISPONIBLES SUR VOTRE MONTRE GRACE A L'APPLICATION MOBILE TIMEX CONNECTED

- Lorsqu'elle est jumelée et configurée, votre montre est capable d'afficher les éléments suivants quand ils sont reçus de votre téléphone :
  - des notifications de vos applications préférées
  - des e-mails et des textos
  - les numéros des appels entrants
  - des événements de votre calendrier
- La montre vous donne également accès à un contrôle total de votre musique, qu'elle soit stockée, lue en transit au moyen de votre téléphone ou d'une application de fitness.

## CONFIGURATION DES NOTIFICATIONS POUR DES APPAREILS FONCTIONNANT SOUS iOS

Quand votre montre est jumelée avec un appareil iOS, les notifications qui s'affichent sur votre smartphone (dans le Centre de notifications d'iOS) s'afficheront automatiquement sur votre montre.

### Applications

- Pour contrôler quelles applications apparaissent dans le Centre de notifications, allez à Réglages → Notifications.
- Vous pouvez y choisir les applications qui envoient des notifications et lesquelles seront visibles sur l'écran verrouillé.

**REMARQUE :** Les modifications décrites ci-après affectent quelles notifications vous recevez sur votre téléphone, et affectent donc lesquelles vous recevez sur votre montre.

### E-mail

- Vous pouvez choisir individuellement quels comptes e-mail afficheront des notifications. Allez à Réglages → Notifications → E-mail et choisir les comptes e-mail pour lesquels vous souhaitez activer des notifications.

- Vous pouvez également définir quels contacts vous souhaitez désigner comme « Favoris » ou « VIP » dans l'application Contacts de votre téléphone ; cela limitera les notifications que vous recevez aux expéditeurs désignés comme tels.
  - Pour activer cette fonction, allez d'abord à l'application Contacts de votre téléphone puis sélectionnez un Contact. Au bas de la page du contact, tapez l'option « Ajouter aux Favoris ».
  - Répétez cette procédure pour chaque contact pertinent.
  - Puis retournez aux réglages des notifications d'e-mail (Réglages → Notifications → E-mail) et désactivez les notifications pour tous vos comptes e-mail.
  - Puis faites défiler la liste à la section VIP et activez les notifications pour les VIP. Cela garantira que vous ne recevez que des notifications correspondant aux contacts choisis.

### Textos/Messages SMS

- Vous pouvez filtrer vos textos/messages SMS pour qu'uniquement ceux de vos contacts soient affichés.
- Allez à Réglages → Notifications → Messages, faites défiler l'écran et choisissez « Montrer des alertes de mes contacts ».

### Désactivation de toutes les notifications

- Vous pouvez désactiver toutes les notifications temporairement pendant une durée fixe en utilisant la fonction DND (Do Not Disturb, soit Ne pas déranger) de l'application mobile Timex Connected sous [COMMANDES DE LA MONTRE](#).
- Pour désactiver les notifications de façon permanente, vous pouvez désactiver toutes les notifications dans la section [COMMANDES DE LA MONTRE](#) → [NOTIFICATIONS](#) de l'application mobile Timex Connected.

## CONFIGURATION DES NOTIFICATIONS POUR DES APPAREILS SOUS ANDROID

Après avoir jumelé votre montre avec un appareil Android, vous pouvez utiliser l'application mobile Timex Connected pour sélectionner les applications qui envoient des notifications à votre montre.

- Dans l'application mobile Timex Connected, choisissez RÉGLAGES D'APPLICATION, puis choisissez NOTIFICATIONS.
- Cela montrera une liste de toutes les applications installées sur votre téléphone qui sont capables d'envoyer des notifications. La plupart des applications les plus utilisées figureront dans la liste sur l'écran principal pour que vous choisissiez parmi elles.
- Si vous trouvez que vous ne voyez pas toutes les notifications que vous souhaitez recevoir, vous pouvez cocher la case « Afficher tout » pour une vue complète.

**REMARQUE :** Soyez prudent quand vous choisissez parmi les notifications affichées dans la liste « Afficher tout » car cela peut provoquer l'affichage d'un nombre inattendu de notifications sur votre montre.

## Désactivation de toutes les notifications

- Vous pouvez désactiver toutes les notifications temporairement pendant une durée fixe en utilisant la fonction DND (Do Not Disturb, soit Ne pas déranger) de l'application mobile Timex Connected sous [COMMANDES DE LA MONTRE](#).
- Pour désactiver les notifications de façon permanente, vous pouvez désactiver toutes les notifications dans la section [COMMANDES DE LA MONTRE](#) → [NOTIFICATIONS](#) de l'application mobile Timex Connected.

## UTILISATION DES NOTIFICATIONS

La montre Run x50+ est capable de recevoir des notifications des appareils iOS et Android compatibles. Votre montre vous avertira en temps réel quand elle est connectée à votre téléphone pour que vous ne ratiez jamais un appel, texto ou notification important.

- Pour visualiser des notifications précédentes, appuyez sur ☺ (le bouton CENTRE) depuis l'écran Heure de la journée pour accéder au Centre de notifications.
- Utilisez les boutons HAUT (▲) et BAS (▼) pour faire défiler la notification actuelle, ou utilisez le bouton GAUCHE et DROIT pour voir la notification précédente ou suivante.

REMARQUE : La montre peut enregistrer jusqu'à 20 notifications.

## REPONDRE A UNE NOTIFICATION (UNIQUEMENT POUR iOS)

Quand elle est jumelée avec un appareil iOS compatible, votre montre Run x50+ peut vous permettre de répondre à certaines notifications. Des réponses depuis la montre ne sont pas assurées pour toutes les applications car certaines d'entre elles ne les prennent pas en charge. Différentes notifications peuvent prendre en charge différentes réponses. Les applications de téléphone individuelles contrôlent le type de réponses disponibles.

- Si une notification prend en charge des réponses depuis la montre, alors la montre affichera une icône ou du texte à côté des boutons de la montre pour indiquer les réponses disponibles.
- Si vous appuyez sur le bouton de la montre indiqué, l'action indiquée sera prise. Par exemple, pour un appel entrant, vous pouvez accepter l'appel (✓) ou l'envoyer à votre boîte vocale (X).

REMARQUE : Si vous acceptez l'appel (✓), le téléphone prendra l'appel donc vous aurez besoin d'utiliser le téléphone ou un casque pour parler.

## FONCTIONS SUPPLEMENTAIRES DANS L'APPLICATION MOBILE TIMEX CONNECTED

Accédez à ces fonctions par le biais de la page d'accueil de l'application mobile Timex Connected ou de la barre de navigation de gauche.

- **SÉANCES D'EXERCICE :** Examiner les séances d'exercice qui ont utilisé une fonction Chronographe ou Minuterie d'intervalle dont les données ont été téléchargées par la montre

**REMARQUE :** Cela n'inclut pas les séances effectuées avec une application de mise en forme compatible en mode Fitness.

- **DÉTECTEUR DE MONTRE:** Permet de commander la montre à émettre une alerte sonore, à vibrer et à éclairer son affichage.

**REMARQUE :** Bluetooth doit être activée sur la montre et elle doit se trouver à une distance de moins d'environ 30 m du téléphone.

- **RÉGLAGE DES APPLICATIONS :**

- **GÉNÉRAL :**

- Définir un surnom pour la montre qui sera utilisé dans l'application mobile.
- Décider si le partage d'images sera pris en charge lors des téléchargements des données des séances d'exercice.
- Afficher l'état de la connexion Bluetooth.
- Choisir les calendriers de votre téléphone à synchroniser avec votre montre.

- **DONNÉES DE SÉANCE D'EXERCICE ET SYNCHRONISATION :**

- Trier les séances d'exercice stockées depuis les modes Chrono et Minuterie par intervalles.
- Définir la période d'entreposage maximale pour ces séances d'exercice.
- Décider si les séances d'exercice sont supprimées de la montre après la synchronisation avec l'application mobile Timex Connected.

- **RÉGLAGE DES SITES DE TÉLÉCHARGEMENT :** Définir quelles applications recevront les données des séances d'exercice stockées que vous avez effectuées en mode Chrono ou Minuterie par intervalles.

- Choisir Réglage des applications > Ajouter un site.
- Choisir un site et si les données de séances d'exercice seront automatiquement téléchargées, puis choisir Connecter.
- Suivre les instructions à l'écran pour connecter au site et établir une connexion avec l'application mobile.

**REMARQUE :** Il vous faut un compte pour chacun des sites de vos applications de fitness.

- **RÉGLAGES DU LOCALISATEUR DE TÉLÉPHONE :** Choisir la sonnerie pour le localisateur de téléphone.
- **AVANCÉ :**
  - Vérifier la disponibilité de mises à jour du micrologiciel de la montre.
  - Supprimer une montre jumelée de l'application.

## MODE FITNESS

Votre montre Run x50+ vous permet de connecter et contrôler certaines applications de fitness les plus utilisées aujourd'hui. Consultez [www.timex.com/rx50](http://www.timex.com/rx50) pour voir une liste mise à jour des applications de fitness compatibles, des astuces et conseils et des vidéos pratiques.

## CONFIGURATION DE L'APPLICATION DE FITNESS POUR LE MODE FITNESS

Les étapes ci-dessous sont génériques. Consultez les étapes spécifiques de votre application de fitness car elles pourraient être différentes de celles présentées ci-après.

1. Téléchargez et installez votre application de fitness sur votre téléphone. Si l'application de fitness est déjà installée sur votre téléphone, assurez-vous d'avoir la version la plus récente.
2. Ouvrez l'application de fitness sur votre téléphone.
3. Depuis l'application de fitness, choisissez l'option qui permet d'ajouter un nouveau capteur ou périphérique. (L'emplacement de cette option sera différent pour chaque application.)
4. Suivez les instructions à l'écran de votre application concernant l'ajout d'un nouveau capteur ou périphérique.
5. Quand une invite vous le demande, choisissez votre montre « RUNx50 » parmi la liste des capteurs disponibles.

**REMARQUE :** si vous comptez utiliser un cardiofréquencemètre ou un capteur à boîtier pédestre compatible Bluetooth pour vos séances d'exercice, il faudra jumeler ces appareils avec l'application de fitness également.

6. Dans la plupart des applications, vous pourrez personnaliser quelles données vous souhaitez afficher à l'écran et comment elles sont présentées pendant le processus de configuration.
7. Cette procédure aura besoin d'être effectuée pour chaque application de fitness que vous souhaitez utiliser avec votre montre.

## UTILISATION DU MODE FITNESS POUR UNE SEANCE D'EXERCICE

1. Lancez l'application de fitness sur votre téléphone mais ne commencez pas une séance d'exercice ou une activité sportive sur votre téléphone.
2. Sur votre montre, appuyez sur MENU, puis sélectionnez le mode Fitness. Votre montre devrait connecter automatiquement à l'application de fitness

**REMARQUE :** Une fois que votre montre et votre application de fitness sont jumelées, vous pouvez ranger votre téléphone et commencez votre séance d'exercice ou activité sportive en utilisant la montre.

3. Sur la plupart des applications, vous devrez pouvoir commander l'application de fitness (Suspendre, Reprendre, Chronométrer un temps intermédiaire et Musique).
4. Vous devrez également pouvoir appuyer sur les boutons HAUT (▲) et BAS (▼) de la montre pour modifier les affichages et voir différentes données mesurées.
5. Une fois que vous terminez la séance d'exercice et l'enregistrez sur le téléphone, les données de cet exercice pourront alors être visualisées avec l'application de fitness ou son site Web.

## MODE CHRONO

Utilisez ce mode quand vous faites votre sport ou exercice sans votre téléphone ou sans l'application de fitness de votre téléphone pour enregistrer jusqu'à vos 50 premiers temps au tour / intermédiaires.

### EFFECTUER UNE SEANCE D'EXERCICE CHRONO

1. Sur votre montre, appuyez sur MENU, puis sélectionnez Chrono.
2. Sélectionnez COMMENCER.
3. Utilisez les boutons HAUT (▲) et BAS (▼) pour faire défiler les configurations d'affichage pour la visualisation des données de séance d'exercice :
  - Temps intermédiaire / Temps au tour
  - Temps au tour / Temps intermédiaire
  - Temps intermédiaire
  - Temps au tour
  - Temps intermédiaire / Temps moyen au tour
  - Temps au tour / Temps au tour précédent
4. Appuyez sur TEMPS AU TOUR pour marquer le temps au tour et intermédiaire.

**REMARQUE :** Utilisez le bouton GAUCHE (↶) pour lire de la musique quand le téléphone est connecté.

### DEMARRAGE ET SAUVEGARDE D'UNE SEANCE D'EXERCICE CHRONO

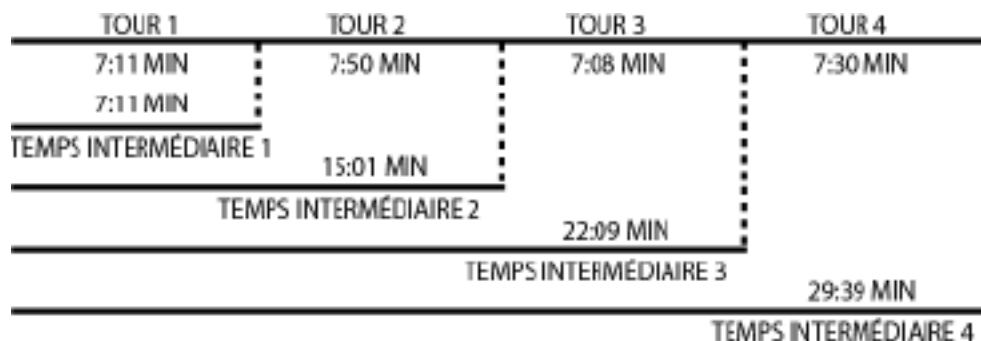
1. Appuyez sur || pour suspendre le mode CHRONO.
2. Choisissez 🏹 pour terminer la séance d'exercice.
3. Choisissez ✓ pour enregistrer les données de la séance d'exercice ou 🗑 pour supprimer ces données.

## QUE SONT LES TEMPS AU TOUR ET TEMPS INTERMEDIAIRES ?

Le *temps au tour* correspond à la durée d'un segment d'activité dans votre séance d'exercice (en général un segment répétitif, tel qu'un tour de piste). Le *temps intermédiaire (Split)* correspond à la durée écoulée entre le début de la séance d'exercice et le segment actuel.

Lorsque l'on « marque un temps intermédiaire », on a terminé de mesurer un segment (tel qu'un tour) de la séance d'exercice et on mesure à présent le segment *suivant*.

Cette illustration représente les temps au tour et intermédiaires pour une séance où quatre tours/temps intermédiaires ont été marqués :



## MODE MINUTERIE PAR INTERVALLES

Utilisez ce mode quand vous faites votre sport ou exercice sans votre téléphone ou sans l'application de fitness de votre téléphone pour enregistrer jusqu'à 99 répétitions d'un ensemble d'intervalles.

### REGLAGE D'UNE SEANCE D'EXERCICE PAR INTERVALLES

#### SUR LA MONTRE

1. Sur la montre, appuyez sur MENU.
2. Choisissez Réglages → Minuterie par intervalles.
3. Choisissez Intervalle 1.
4. Utilisez les boutons HAUT (▲) ou BAS (▼) pour activer le mode Intervalles.
5. Utilisez les boutons ◀ (GAUCHE), ▶ (DROITE), ▲ et ▼ pour définir la durée des intervalles et configurer la description du rappel (Course, Marche, Levage, Repos, Nage, Vélo, Max, ALLER, Rapide, Lent, Facile, Dur).
6. Choisissez TERMINÉ.
7. Répétez pour l'Intervalle 2.
8. Choisissez Répétitions et configurez jusqu'à 99 répétitions de votre ensemble d'intervalles.
9. Choisissez Alertes et choisissez le type d'alerte.

## Sur l'application mobile Timex Connected

1. Choisissez COMMANDES DE LA MONTRE → INTERVALLE.
2. Utilisez les commandes de la MINUTERIE PAR INTERVALLES pour activer chaque intervalle, définir la durée et la description de chaque intervalle et définir le nombre de répétitions (1 à 99) pour l'ensemble d'intervalles, et pour choisir le type d'alerte.

## EFFECTUER UNE SEANCE D'EXERCICE PAR INTERVALLES

1. Sur votre montre, appuyez sur MENU, puis sélectionnez Minuterie par intervalles.
2. Sélectionnez COMMENCER.
3. Utilisez les boutons HAUT (▲) et BAS (▼) pour faire défiler les configurations d'affichage pour la visualisation des données de séance d'exercice :
  - Temps d'intervalle restant / Numéro de répétition / Numéro d'intervalle / Description
  - Temps d'intervalle restant / Numéro de répétition / Numéro d'intervalle / % écoulé de la durée
  - Durée (écoulée) de toute la séance d'exercice / Temps d'intervalle restant / Numéro de répétition / Numéro d'intervalle / Description
  - Temps d'intervalle restant / Numéro de répétition / Numéro d'intervalle / Durée (écoulée) de toute la séance d'exercice / Description
4. Utilisez le bouton GAUCHE (↶) pour lire de la musique quand le téléphone est connecté.
5. La montre vous fournit une alerte quinze (15) secondes avant la fin de chaque intervalle, et encore une fois à la fin de chaque intervalle.
6. Une les deux intervalles terminés, la séance d'exercice se répète et le comptage de répétition augmente. Les intervalles continuent de se répéter jusqu'à ce que se termine la séance d'exercice ou quand vous l'arrêtez.

## ARRET ET SAUVEGARDE D'UNE SEANCE D'EXERCICE PAR INTERVALLES

1. Appuyez sur **II** pour suspendre le mode Minuterie par intervalles.
2. Choisissez  pour terminer la séance d'exercice.
3. Choisissez  pour enregistrer les données de la séance d'exercice ou  pour supprimer ces données.

## ENTRAINEMENT PAR INTERVALLES

Les séances d'exercice par intervalles sont des outils puissants qui permettent de cibler et de s'entraîner afin d'améliorer la vitesse de course, l'endurance et le conditionnement. Les périodes d'activité importante telle qu'une course entrecoupée de périodes de récupération d'activité moindre telle que la marche, vous aidera à vous entraîner plus longtemps et plus intensément. Combiner une activité aérobique et anaérobique de cette façon vous aide à :

- Cibler les séances d'exercice pour améliorer la vitesse, l'endurance cardiovasculaire et musculaire et autres compétences.
- Accélérer l'assimilation de l'acide lactique de votre corps.
- Réduire les risques de blessures.

## RECAPITULATIF DES SEANCES D'EXERCICE

La montre peut enregistrer jusqu'à trois (3) de vos séances d'exercice les plus récentes. Les séances d'exercice plus anciennes sont automatiquement remplacées par des séances plus récentes. Vous pouvez revoir ces séances d'exercice enregistrées et suivre vos progrès en utilisant la montre ou l'application mobile Timex Connected.

### Sur la montre

1. Appuyez sur MENU et ouvrez RÉCAPITULATIF.
2. Utilisez les boutons HAUT (▲) et BAS (▼) pour faire défiler les différentes séances, et choisissez la séance d'exercice par Chrono (⌚) ou Minuterie d'intervalle (⌚) dont vous souhaitez voir les données.

**REMARQUE :** Pour les séances d'exercice chronométrées, choisissez DÉTAILS DE TOUR et utilisez les boutons ▲ et ▼ pour faire défiler les données sur les tours.

### Sur l'application mobile Timex Connected

1. Choisissez Séances d'exercice.
2. Vos séances d'exercice sont affichées (selon l'ordre de tri choisi) et vous pouvez choisir une séance d'exercice Chrono (⌚) ou Minuterie d'intervalle (⌚) à examiner.
3. Choisissez RÉCAPITULATIF, TEMPS INTERMÉDIAIRES, et TABLEAUX pour examiner les données de vos séances d'exercice.
4. Choisissez la séance d'exercice et choisissez TÉLÉCHARGER vers vos applications sélectionnées ou SUPPRIMER la séance d'exercice de votre téléphone.

## UTILISATION DES FONCTIONS DE LA MONTRE

### REGLAGE DE L’AFFICHAGE ET DE LA LANGUE

Choisissez la Couleur du texte de la montre (Blanc ou Noir) et choisissez la Langue du texte de la montre.

#### SUR LA MONTRE

1. Appuyez sur MENU et choisissez Réglages → Système → Affichage.
2. Appuyez sur les boutons HAUT (▲), BAS (▼) et CONFIRMER (CENTRE) pour définir la Couleur et la Langue du texte.
3. Appuyez sur le bouton TERMINÉ (CENTRE) pour enregistrer le réglage.
4. Appuyez sur X pour quitter le mode Réglage sans sauvegarder les modifications.

#### SUR L’APPLICATION MOBILE TIMEX CONNECTED

1. Choisissez COMMANDES DE LA MONTRE → GÉNÉRAL.
2. Choisissez COULEUR DU TEXTE D’AFFICHAGE – Noir, Blanc.
3. Choisissez LANGUE – Anglais, Espagnol, Français, Allemand, Portugais, Italien, Hollandais.

### ACTIVATION ET REGLAGE DE L’ALARME

#### SUR LA MONTRE

1. Choisissez Réglages → ALARMES.
2. Utilisez les boutons HAUT (▲) et BAS (▼) pour choisir une alarme et appuyez sur ✓ (bouton DROIT) pour activer cette alarme.
3. Utilisez les boutons HAUT (▲) et BAS (▼) pour choisir une alarme et appuyez sur MODIFIER pour changer ses réglages.
  - Utilisez ➤ (bouton DROIT), ▲, et ▼ pour régler l’heure de l’alarme.
  - Utilisez ↺ (bouton GAUCHE) pour définir la fréquence de répétition.
4. Faites défiler les options et choisissez Alertes, appuyez sur MODIFIER et choisissez le type d’alerte pour les alarmes.

**REMARQUE :** Lorsqu’une alarme est activée, l’icône  s’affiche dans le mode Heure de la journée.

#### SUR L’APPLICATION MOBILE TIMEX CONNECTED

1. Choisissez COMMANDES DE LA MONTRE → ALARME.
2. Utilisez les commandes ALARME pour activer une ou plusieurs alarmes.
3. Quand Alarme est activée, réglez l’heure et la fréquence pour chacune d’elles puis choisissez le Type d’alerte pour les alarmes.
4. Choisissez Enregistrer.

## REGLAGE DE L'HEURE ET DE LA DATE

Réglez les formats de l'heure du Téléphone que la montre reçoit de l'application mobile Timex Connected et réglez l'Autre date et l'heure de la montre (pour un deuxième fuseau horaire).

### SUR LA MONTRE

1. Choisissez Réglages → Heure / Date.
  - Choisissez Téléphone pour régler le format de l'heure et la date de l'heure principale de la montre qu'elle reçoit de l'application mobile.
  - Choisissez Autre pour régler l'heure, la date et les formats de l'heure et la date pour le deuxième fuseau horaire.
2. Utilisez ◀ (bouton GAUCHE), ▶ (bouton DROIT), HAUT (▲), BAS (▼) et TERMINÉ (bouton CENTRE) pour modifier les réglages.
3. Appuyer sur X ou < pour sortir du mode de réglage.

### SUR L'APPLICATION MOBILE TIMEX CONNECTED

1. Choisissez COMMANDES DE LA MONTRE → HEURE DE LA JOURNÉE.
2. Utilisez les commandes HEURE DE LA JOURNÉE pour configurer l'HEURE DU TÉLÉPHONE (formats de l'heure et de la date) et l'AUTRE HEURE (synchronisation de l'heure – téléphone, fuseau horaire, manuel ; formats de l'heure et de la date).
3. Choisissez Enregistrer.

## SELECTION DU FORMAT DE L'HEURE

À partir de l'affichage Heure du jour, appuyez sur les boutons HAUT (▲) ou BAS (▼) pour voir les options de la montre :

- Heure affichée en grand format numérique (du téléphone)
- Format double : Heure du téléphone numérique et Autre heure
- Affichage analogique de l'heure
- Affichage de l'heure textuel

## LOCALISATION DU TELEPHONE

Si vous avez égaré votre téléphone jumelé, vous pouvez utiliser votre montre pour le localiser s'il se trouve dans un périmètre de 30 m de celle-ci.

**REMARQUE :** Votre téléphone doit être allumé et l'application mobile Timex Connected doit être active sur votre téléphone.

1. Appuyez sur MENU pour accéder au menu principal de la montre.
2. Appuyez sur  (bouton GAUCHE). Le téléphone émet alors la tonalité que vous avez choisie.

**REMARQUE :** Vous pouvez également utiliser votre lecteur de musique pour localiser votre téléphone.

1. À partir de l'écran Heure de la journée, appuyez sur  (bouton GAUCHE) pour activer la lecture de la musique par votre téléphone.
2. Appuyez sur le bouton HAUT () pour augmenter le volume de la musique.

## REGLAGE DES SONS DE LA MONTRE

Vous pouvez régler la montre à émettre un bruit chaque fois qu'un bouton est appuyé, et à émettre un carillon toutes les heures.

### SUR LA MONTRE

1. Appuyez sur MENU et choisissez Réglages → Système → Sons.
2. Appuyez sur le bouton HAUT (), BAS () et confirmer (bouton CENTRE) pour activer/désactiver le carillon horaire et le bouton bip.
3. Appuyez sur  pour sortir du mode de réglage.

### SUR L'APPLICATION MOBILE TIMEX CONNECTED

1. Choisissez COMMANDES DE LA MONTRE → GÉNÉRAL.
2. Désactivez ou activez le CARILLON HORAIRE et le BOUTON BIP.
3. Choisissez Enregistrer.

## REGLAGE DU MODE NE PAS DERANGER.

Utilisez ce mode pour conserver la durée de vie de la batterie ou pour éviter d'être dérangé la nuit en désactivant les Notifications de l'application Timex Connected.

### SUR LA MONTRE

1. Appuyez sur MENU et choisissez Réglages → Notifications.
2. Appuyez sur les boutons HAUT (), BAS () et CONFIRMER (CENTRE) pour activer et désactiver le mode Ne pas déranger.
3. Appuyer sur  pour sortir du mode de réglage.

**REMARQUE :** Ce mode restera actif jusqu'à ce que vous le désactiviez manuellement, ou jusqu'à la prochaine heure de fin du mode Ne pas déranger programmé, selon la première éventualité.

### SUR L'APPLICATION MOBILE TIMEX CONNECTED

1. Choisissez COMMANDES DE LA MONTRE → DND (Do Not Disturb, soit Ne pas déranger).
2. Quand ce mode est activé, configurez les heures DE et À pour la période quotidienne du mode Ne pas déranger.
3. Choisissez Enregistrer.

## VEILLEUSE INDIGLO®

La montre Run X50+ utilise la technologie Tap Screen™ (tapoter le cadran) pour activer la veilleuse. La montre Run x50+ a un capteur de lumière qui empêche les illuminations accidentelles quand il y a assez de lumière ambiante. Tapotez fermement sur le cadran de la montre pour l'illuminer.

### SUR LA MONTRE

1. Appuyez sur MENU et choisissez Réglages → Système → Lumière.
2. Appuyez sur HAUT (▲), BAS (▼) et CONFIRMER (bouton CENTRE) pour confirmer l'activation – mode Tapoter, Nocturne ou Constant Éclairage continu.

**REMARQUE :** Le mode Nocturne illumine l'écran quand n'importe quel bouton est activé quand le capteur de lumière le permet.

**REMARQUE :** Le mode Éclairage continu illumine l'écran à tout instant et ignore le retour du capteur de lumière ambiante.

3. Appuyez sur X pour enregistrer le réglage.
4. Appuyez sur les boutons HAUT (▲), BAS (▼) et CONFIRMER (bouton CENTRE) pour définir l'intensité du tapotement : Légère, Moyenne, Haute.
5. Appuyez sur le bouton TERMINÉ (CENTRE) pour enregistrer le réglage.
6. Appuyez sur X pour quitter le mode Réglage sans sauvegarder les modifications.

### SUR L'APPLICATION MOBILE TIMEX CONNECTED

1. Choisissez COMMANDES DE LA MONTRE → GÉNÉRAL.
2. Choisissez MODE D'ÉCLAIRAGE – mode Tapoter, Nocturne, Éclairage continu
3. Choisissez INTENSITÉ DE TAPOTEMENT – Légère, Moyenne, Haute.

## MISE A JOUR DU MICROLOGICIEL

Le micrologiciel de la montre Run x50+ peut être téléchargé sans fil en utilisant l'application mobile Timex Connected. L'application mobile vous avertira de la disponibilité d'une nouvelle mise à jour du micrologiciel et mettra à jour la montre tout en effectuant les fonctions de connexion normales.

Vous pouvez également utiliser votre câble de chargement pour mettre à jour le micrologiciel de votre montre. Consultez [www.Timex.com/rx50](http://www.Timex.com/rx50) pour les instructions et outils qui permettent d'effectuer cette mise à jour.

## DEPANNAGE

Pour des consignes détaillées, visitez [www.Timex.com/rx50](http://www.Timex.com/rx50) pour les Questions fréquentes concernant l'application et le produit.

## CONSIGNES SUPPLEMENTAIRES

Pour des vidéos informatives, visitez [www.Timex.com/rx50](http://www.Timex.com/rx50) ou [www.YouTube.com/TimexUSA](http://www.YouTube.com/TimexUSA).

## ÉTANCHEITE

Votre montre est étanche jusqu'à 50m (164pi). Il est possible de nager avec la montre, mais les fonctions Bluetooth ne fonctionneront pas tant que vous êtes dans l'eau.

| Profondeur d'étanchéité | Pression de l'eau sous la surface |
|-------------------------|-----------------------------------|
| <b>50 m / 164 pi</b>    | <b>86 p.s.i.a *</b>               |

\* Livres par pouce carré (abs.)

**ATTENTION : Afin de préserver l'étanchéité, n'appuyez sur aucun bouton lorsque la montre est immergée.**

1. La montre est étanche aussi longtemps que le verre, les boutons et le boîtier sont intacts.
2. N'utilisez pas la montre pour la plongée.
3. Rincez à l'eau douce après tout contact avec la transpiration et l'eau de mer.

## AUTRES CONSIGNES DE PRECAUTION ET DE SECURITE

### Technologie sans fil Bluetooth

Les périphériques Bluetooth communiquent sans fil, en utilisant des émetteurs radio intégrés qui opèrent sur une fréquence radio disponible dans le monde entier pour assurer une compatibilité internationale. Le périphérique peut communiquer avec d'autres périphériques Bluetooth (par ex. casques BT) dans une gamme d'environ 10 mètres (33 pieds).

### Recyclage

Après usage, recyclez toujours vos produits électroniques, piles et matériaux d'emballage dans les points de collecte dédiés.

### Informations sur la batterie et le chargeur

Votre périphérique possède une batterie rechargeable interne non amovible. N'essayez pas de retirer le couvercle arrière ou de retirer la batterie car vous risqueriez d'endommager le périphérique. Pour remplacer la batterie, amenez le périphérique à l'emplacement de service le plus proche.

## **Aéroport, hôpitaux**

ATTENTION : Le périphérique doit être placé en mode Avion dans les avions, les hôpitaux et les autres lieux publics où l'utilisation des périphériques sans fil et d'autres appareils électroniques est interdite.

## **Précautions de conduite**

Conduisez tout véhicule de façon sûre et responsable. L'utilisation d'un périphérique mobile ou d'un accessoire pour envoyer des messages en conduisant risque de vous distraire et d'engendrer la mort ou des blessures de vous ou de vos passagers. L'utilisation d'un périphérique ou d'un accessoire mobile peut être interdite ou restreinte dans certaines zones ; obéissez toujours aux lois et aux réglementations sur l'utilisation de ces produits.

En conduisant, assurez-vous de ne JAMAIS :

- Lire des messages.
- Examiner les données à l'écran
- Effectuer d'autres fonctions qui risquent de divertir votre attention de la conduite.

## **Dispositifs médicaux**

L'utilisation d'équipements de radio-transmission, y compris les téléphones sans fil, peuvent interférer avec les fonctions des dispositifs médicaux dont le blindage est insuffisant. Consultez un médecin ou demandez au fabricant de l'appareil médical de déterminer si son blindage est adapté à l'énergie du rayonnement externe.

### **Dispositifs médicaux implantés**

Pour éviter toute interférence potentielle, les fabricants de dispositifs médicaux implantés recommandent un espace d'au moins 6 pouces (15,3 cm) entre un appareil sans fil et le dispositif médical. Les personnes équipées d'un tel appareil doivent :

- Toujours garder l'appareil à distance d'au moins 6 pouces (15,3 cm) du dispositif médical.
- Ne pas transporter le périphérique sans fil dans une poche de chemise.
- Éteindre le périphérique sans fil si vous avez une raison de suspecter toute interférence.
- Suivre les consignes du fabricant du dispositif médical implanté.

Si vous avez des questions concernant l'utilisation de votre périphérique sans fil avec un dispositif médical implanté, veuillez consulter votre médecin ou infirmier.

## GARANTIE INTERNATIONALE TIMEX

### GARANTIE LIMITÉE AUX ÉTATS-UNIS

Votre montre TIMEX® est garantie contre les défauts de fabrication par Timex Group USA, Inc. pour une période d'UN AN, à compter de la date d'achat. Timex ainsi que ses filiales du monde entier honoreront cette Garantie Internationale.

Timex se réserve le droit de réparer votre appareil en y installant des composants neufs ou révisés, ou bien de le remplacer par un modèle identique ou similaire.

IMPORTANT -- VEUILLEZ NOTER QUE CETTE GARANTIE NE COUVRE PAS LES DÉFAUTS OU DOMMAGES DE VOTRE MONTRE :

- 1) après l'expiration de la période de garantie ;
  - 2) si l'appareil n'a pas été acheté initialement chez un revendeur Timex agréé ;
  - 3) si la réparation n'a pas été effectuée par Timex ;
  - 4) suite à un accident, une falsification ou un emploi abusif ; et
  - 5) s'il s'agit du verre ou cristal, du bracelet ou brassard, du boîtier, des accessoires ou de la batterie.
- Le remplacement de ces pièces peut vous être facturé par Timex.

CETTE GARANTIE AINSI QUE LES RECOURS PRÉVUS DANS LES PRÉSENTES SONT EXCLUSIFS ET REMPLACENT TOUTE AUTRE GARANTIE EXPRESSE OU IMPLICITE, Y COMPRIS TOUTE GARANTIE IMPLICITE DE QUALITÉ MARCHANDE ET D'ADAPTATION À UN USAGE PARTICULIER. TIMEX N'EST RESPONSABLE D'AUCUN DOMMAGE PARTICULIER, ACCESSOIRE OU INDIRECT. Certains pays ou États n'autorisent pas les limitations de garanties implicites et n'autorisent pas les exclusions ou limitations pour des dommages, auquel cas lesdites limitations pourraient ne pas vous concerner. Les modalités de la présente garantie vous donnent des droits légaux particuliers et vous pouvez également vous prévaloir d'autres droits qui varient d'un pays ou d'un État à un autre.

Pour obtenir le service garanti, retourner la montre à Timex, à une de ses filiales ou au détaillant Timex où la montre a été achetée. Inclure un coupon de réparation original dûment rempli ou, aux É.-U. et au Canada, le coupon original ou une déclaration écrite comprenant votre nom, adresse, numéro de téléphone ainsi que la date et le lieu d'achat. Merci de joindre à votre montre un chèque ou un mandat de 8 \$ américains pour couvrir les frais d'expédition (il ne s'agit pas de frais de réparations) si vous habitez aux États-Unis, de 12 \$ canadiens si vous habitez au Canada, ou de 3,50 £ si vous habitez dans le Royaume-Uni. Pour les autres pays, Timex vous facturera les frais d'expédition. N'INCLUEZ JAMAIS DANS VOTRE ENVOI UN BRACELET SPÉCIAL OU TOUT AUTRE ARTICLE AYANT UNE VALEUR PERSONNELLE.

Aux États-Unis, veuillez composer le 1-800-328-2677 pour plus de renseignements sur la garantie. Au Canada, appelez le 1-800-263-0981. Au Brésil, appelez le +11 2664 1001. Au Mexique, appelez le 01-800-01-060-00. Pour l'Amérique centrale, les Caraïbes, les Bermudes et les Bahamas, composez le (501) 370-5775 (É.-U.). En Asie, appelez le 852-2815-0091. Au Royaume-Uni, appelez le 44 020 8687 9620. En France, appelez le 33 3 81 63 42 51. En Allemagne/Autriche : +43 662 889 2130. Dans les autres régions, veuillez contacter votre détaillant ou distributeur Timex local pour des renseignements sur la garantie.

Si votre produit Timex doit être réparé, envoyez-le à Timex conformément aux dispositions de la Garantie internationale Timex ou adressez-le à : TG SERVICE CENTER, P.O. Box 2740, Little Rock, AR 72203 É.-U. Pour toute question concernant les réparations, appelez le 1-800-328-2677 ou envoyez un courriel à [custserv@timex.com](mailto:custserv@timex.com)

©2015 TIMEX, INDIGLO, et TAPSCREEN TECHNOLOGY sont des marques déposées par Timex Group B.V. et ses filiales. IRONMAN® et MDOT sont des marques déposées de World Triathlon Corporation. Utilisées avec une permission. La marque et les logos Bluetooth appartiennent à Bluetooth SIG, Inc. et toute utilisation de ces marques par Timex se fait sous licence.

GARANTIE INTERNATIONALE TIMEX – COUPON  
DE RÉPARATION

**Date d'achat initiale :** \_\_\_\_\_

(si possible, joindre une copie du reçu)

**Acheté par :** \_\_\_\_\_

(nom, adresse et numéro de téléphone)

**Lieu d'achat :** \_\_\_\_\_

(nom et adresse)

**Motif du renvoi :** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## AVIS FCC (ÉTATS-UNIS) / AVIS IC (CANADA)

Cet appareil est conforme à la Partie 15 des règles de la FCC. L'utilisation est soumise aux deux conditions suivantes : (1) ce dispositif ne doit pas causer de brouillage nuisible et (2) ce dispositif doit accepter tout brouillage reçu, y compris tout brouillage susceptible de causer un fonctionnement indésirable.

**Avertissement :** Les changements ou modifications de cette unité non expressément autorisés par la partie responsable de la conformité réglementaire peuvent entraîner l'annulation du droit d'utilisation de ce matériel.

**Remarque :** Cet équipement a été vérifié et déclaré conforme aux limites fixées pour un appareil numérique de classe B, en vertu de la Partie 15 du règlement de la FCC. Ces limites servent à assurer une protection raisonnable contre le brouillage préjudiciable dans une installation résidentielle. Cet équipement produit, utilise et peut rayonner de l'énergie de fréquence radio et, s'il n'est pas utilisé conformément aux instructions, peut causer un brouillage préjudiciable aux communications radio. Il n'est toutefois pas garanti qu'aucun brouillage ne se produira pour une installation particulière. Si cet équipement cause un brouillage préjudiciable à la réception radio ou télévisuelle, ce qui peut être déterminé en éteignant l'équipement et en le rallumant, l'utilisateur est invité à tenter d'éliminer le brouillage par l'une ou plusieurs des méthodes suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne de réception.
- Augmenter la distance séparant l'équipement et le récepteur.
- Brancher l'équipement sur une prise d'un circuit différent de celui sur lequel est branché le récepteur.
- Consulter le revendeur ou un réparateur de radio et télévision expérimenté.

Cet appareil numérique de la classe [B] est conforme à la norme ICES-003 du Canada.

Cet appareil est conforme à la (aux) norme(s) CNR exempte(s) de licence du Canada. L'utilisation est soumise aux deux conditions suivantes :

- (1) Cet appareil ne doit pas causer de brouillage, et
- (2) Cet appareil doit accepter tout brouillage, y compris tout brouillage susceptible de causer un fonctionnement indésirable.

# DECLARATION DE CONFORMITE

**Nom du fabricant :** Timex Group USA, Inc.

**Adresse du fabricant :** 555 Christian Road  
Middlebury, CT 06762  
États-Unis d'Amérique

déclare que le produit suivant :

**Nom du produit :** TIMEX® IRONMAN® Run x50 & Timex®  
Bluetooth Smart HRM

**Numéros de modèle :** M054 & M077

sont conformes aux spécifications suivantes :

## **R&TTE : 1999/05/EC**

Normes : CENELEC EN 55024 Issue : 2010/11/01 (M054)  
CENELEC EN 55022 Issue:2010/12/01 (M054)  
ETSI EN 301 489-1 Issued:2008/04/01 V1.8.1 (M054)  
ETSI EN 301 489-17 Issue:2009/05/12 (M054-M077)  
CENELEC EN 62479 Issue:2010/09/01 (M054)  
ETSI EN 300 328 Issued:2007/01/09 V1.7.1 (M054)  
EN 301 489-1 V1.9.2 (2011) (M077)  
EN 301 489-17 V2.1.1 (2009) (M077)  
EN 300 440-2 V1.2.1(2008-05) (M077)  
EN 61000-4-2 : 2008/2009 (M077)  
EN 61000-4-3 : 2010/2006 (M077)  
EN55011 (2009) (M077)

## **LVD : 2006/95/EC :**

Normes : IEC 60950-1; Issue:2005/12/08 Ed:2 (M054)  
CSA C22.2 #60950-1 Issue:2007/03/01 Ed:2 (M054)  
CENELEC EN 60950-1; Issued:2006/04/01 Ed:2 (M054)  
EN 60601-1 : 2006 (M077)

## **Émissions d'appareils numériques**

Normes : FCC 47CFR 15C Partie 15 Sous-partie C 15.247  
(Bluetooth) (M054)  
FCC 47CFR 15B cIA Partie 15 Sous-partie B  
Unintentional Radiators (Rayonnement non intentionnel) (M054)  
FCC 47CFR 15B cIA Partie 15 Sous-partie C 15.247  
(Bluetooth) (M054)  
IC CNR 21 Issued:2007/06/01 Issue:7 (M054)  
IC CNR-GEN Issue 1 (Septembre 2005) (M054)  
ICES 003 Issue:2004/01/01 Issue No.4 (M054)  
SAI AS/NZS 4268 Issue:2008/09/26 (M054)  
FCC 47CFR Partie 15, Sous-partie C (M077)  
FCC 47CFR Partie 15, Sous-partie B (15.249) (M077)  
FCC 47CFR Partie 18 (15.249) (M077)  
IC CNR 210 Issued:2007/06/01 Issue:7 (M077)  
ICES 003 Issue:2004/01/01 Issue No.4 (M077)  
AS/NZS 4268 (2012) (M077)

**Agent :** *Sam Everett*

Sam Everett, Ingénieur Qualité Réglementaire

Date : mardi 10 juin 2014, Middlebury, Connecticut, États-Unis d'Amérique