

## SOMMAIRE

	Page
CARACTÉRISTIQUES .....	29
RECHARGE ET MISE EN MARCHÉ DE LA MONTRE .....	30
INDICATEUR DE RESERVE D'ENERGIE .....	32
RÉGLAGE DE L'HEURE/CALENDRIER .....	33
FONCTION AVERTISSEUSE DE DECHARGE .....	34
FONCTION DE MISE EN MARCHÉ RAPIDE .....	34
REMARQUES SUR LA PILE RECHARGEABLE .....	35
UTILISATION DU REMONTOIR DE TYPE VISSABLE .....	36
CADRAN ROTATIF .....	36
REMARQUES SUR L'EMPLOI DE LA MONTRE .....	37
REMARQUES SUR LA RÉVISION DE LA MONTRE .....	39
SPECIFICATIONS .....	40

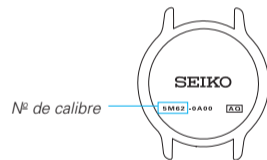
☆ *En ce qui concerne l'entretien de votre montre, reportez-vous à "POUR PRESERVER LA QUALITE DE LA MONTRE" dans le Livret de Garantie Mondiale et Instructions ci-joint.*

## CARACTÉRISTIQUES

La montre SEIKO KINETIC Cal. 5M54/5M62/5M63 est une montre analogique à quartz, bénéficiant de la technologie Kinetic, mise au point par SEIKO. Le courant électrique qui alimente la montre est produit en tirant parti du mouvement du corps; l'énergie est emmagasinée dans une pile rechargeable. A la différence des montres à pile habituelle de type bouton, aucun remplacement périodique n'est requis.

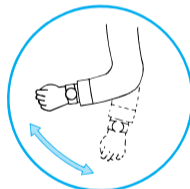
● **Numéro de calibre de votre montre**

Veuillez vérifier le dos du boîtier de votre montre où est inscrit le numéro de son calibre. Comme illustré à droite, le numéro de calibre de votre montre est le nombre de 4 chiffres à la gauche du trait d'union.

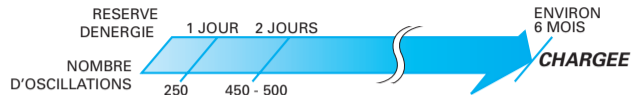


## RECHARGE ET MISE EN MARCHÉ DE LA MONTRE

- 1** Balancer la montre dans le sens latéral.  
*\* Balancer de façon rythmique à une cadence de deux fois par seconde.*
- 2** Recharger suffisamment la pile rechargeable.
- 3** Ajuster l'heure et le calendrier et mettre la montre au poignet.



## NOMBRE D'OSCILLATIONS ET RESERVE D'ENERGIE



- Lorsque la montre s'arrête complètement, ou si vous découvrez que la trotteuse se déplace à des intervalles de deux secondes, faites osciller la montre d'un côté à l'autre à une cadence de deux fois par seconde.
- 250 oscillations fourniront une réserve d'énergie de 1 jour. La trotteuse se mettra en marche en se déplaçant à des intervalles d'une seconde.  
*\* Il est conseillé de faire osciller davantage la montre de manière à obtenir 2 jours d'énergie supplémentaire. En tant que règle directrice pour la recharge, 200 à 250 oscillations supplémentaires, environ 450 à 500 oscillations au total, fourniront une réserve de 2 jours d'énergie.*
- Portez la montre à votre poignet.

## RESERVE DE COURANT ACCUMULEE PENDANT LA MARCHÉ

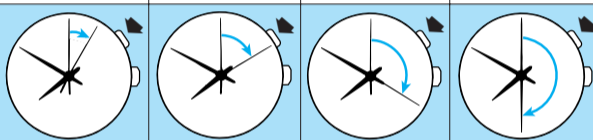





- ☆ Les illustrations ci-dessus ne sont fournies qu'en tant que règles directrices indiquant la relation entre la réserve d'énergie et le nombre d'oscillations/distance que vous parcourez. Le montant réel de la réserve d'énergie diffère selon les personnes.

## INDICATEUR DE RESERVE D'ENERGIE

- Appuyez sur le bouton à la position 2 heures.

\* Pour faciliter la lecture des secondes parcourues par la trotteuse, il est conseillé d'actionner le bouton quand celle-ci se trouve à la position 12 heures.

★ MOUVEMENT RAPIDE DE LA TROTTEUSE	5 secondes	10 secondes	20 secondes	30 secondes
				
RESERVE D'ENERGIE	Entre 1 et 7 jours	Entre 7 jours et 1 mois	Approx. 1 mois	Approx. entre 4 et 6 mois

★ La trotteuse reprend son mouvement normal après que les 5, 10, 20 ou 30 secondes indiquées se sont écoulées.

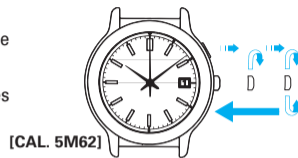
## RÉGLAGE DE L'HEURE/CALENDRIER

- CAL. 5M62

- 1** Retirer le remontoir au premier déclic et régler à la date du jour précédent.
- 2** Retirer le remontoir au second déclic et tourner les aiguilles à la date souhaitée.
- 3** Régler les aiguilles à l'heure souhaitée.
- 4** Repousser le remontoir à fond.

- CAL. 5M54 et 5M63

- 1** Retirer le remontoir au premier déclic et régler à la date du jour précédent.
- 2** Régler au jour précédent de la semaine.
- 3** Retirer le remontoir au second déclic et tourner les aiguilles pour ajuster la montre à la date et au jour souhaités.
- 4** Régler les aiguilles à l'heure souhaitée.
- 5** Repousser le remontoir à fond.



## FONCTION AVERTISSEUSE DE DECHARGE

- Quand la trotteuse commence à se déplacer à intervalle de deux secondes au lieu de l'intervalle normal d'une seconde, la montre va s'arrêter en **24 heures** environ.

Dans ce cas, balancer la montre dans le sens latéral pour recharger suffisamment la pile rechargeable.

\* *La montre conserve sa précision tandis que la trotteuse se déplace à intervalles de deux secondes.*

## FONCTION DE MISE EN MARCHÉ RAPIDE

- Si la montre a été arrêtée pendant longtemps, elle pourra être remise en marche rapidement par quelques oscillations seulement.
- Cette fonction est disponible aussi longtemps que la montre a été arrêtée pendant moins d'une année.

\* *Lorsque cette fonction est activée, la trotteuse commencera à se déplacer par intervalles de deux secondes. Faites osciller la montre d'un côté à l'autre pour recharger la pile rechargeable en vous référant à "NOMBRE D'OSCILLATIONS ET RESERVE D'ENERGIE".*

\* *Une fois que la trotteuse commence à se déplacer par intervalles d'une seconde, mettez la montre à votre poignet pour la recharger davantage.*

\* *La montre conserve sa précision tandis que la trotteuse se déplace à intervalles de deux secondes.*

## REMARQUES SUR LA PILE RECHARGEABLE

- L'énergie électrique produite par le mouvement du bras lorsque vous portez la montre à votre poignet est stockée dans la pile rechargeable. C'est une source de courant complètement différente des piles classiques utilisées pour des montres et elle ne nécessite aucun remplacement périodique.
- Lorsque la pile rechargeable est complètement chargée, elle continuera de fonctionner pendant **6 mois** environ sans nouvelle recharge.
- La durée de la recharge diminue progressivement avec le temps. Mais le degré de diminution varie selon le milieu et les conditions de l'utilisation.
- La pile rechargeable est une source d'énergie propre et d'une très grande facilité d'utilisation.



### ATTENTION

**N'installez jamais une pile à oxyde d'argent pour montre ordinaire à la place de la pile rechargeable car elle pourrait exploser, s'échauffer ou prendre feu.**

## UTILISATION DU REMONTOIR DE TYPE VISSABLE (pour modèles à remontoir de type vissable)

### ● Pour dévisser le remontoir:


Tourner dans le sens anti-horaire. (Retirer ensuite pour le réglage de l'heure/calendrier.)

### ● Pour visser le remontoir:

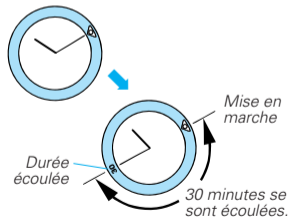
Le remontoir étant à la position normale, le tourner dans le sens horaire en le poussant.

## CADRAN ROTATIF (pour modèles à cadran rotatif)

### ● Le cadran rotatif permet d'indiquer une durée écoulée de 60 minutes au maximum.

1. Tourner le cadran rotatif pour amener son repère "  " en regard de l'aiguille des minutes.

2. Lire le chiffre indiqué par l'aiguille des minutes sur le cadran rotatif.



## REMARQUES SUR L'EMPLOI DE LA MONTRE RECHARGE ET MISE EN MARCHÉ DE LA MONTRE

- Pour recharger efficacement la pile rechargeable, balancer la montre dans le sens latéral, en décrivant un arc d'environ 20 cm.
- Il ne servira à rien de balancer la montre plus rapidement ou avec plus de vigueur. Lorsque la montre est balancée, le poids oscillant à l'intérieur du système de production de courant tourne pour entraîner le mécanisme. A mesure qu'il tourne, il produit un son, mais ceci est normal.
- Lorsque l'on ne porte pas la montre pendant plus d'un an après qu'elle se soit complètement arrêtée, la trotteuse risque de ne pas se mettre en marche à des intervalles normaux d'une seconde, même si l'on a fait osciller la montre le nombre de fois indiqué à "NOMBRE D'OSCILLATIONS ET RESERVE D'ENERGIE". Dans ce cas, faites osciller davantage la montre jusqu'à ce que la trotteuse démarre à des intervalles d'une seconde.
- La montre est dotée d'un système de prévention de surcharge. Elle ne risque donc pas de subir des dégâts si on continue les oscillations après qu'elle est rechargée complètement.
- Comme cette montre est dotée d'une fonction de mise en marche rapide, quelques oscillations suffisent à la remettre en marche. Pour les détails, voir sous "FONCTION DE MISE EN MARCHÉ RAPIDE".
- Il n'est pas nécessaire de recharger complètement la montre, du fait qu'elle se recharge automatiquement lorsqu'elle est portée au poignet.
- Porter la montre au moins pendant 10 heures par jour.
- Si la montre est portée au poignet, elle ne se rechargera pas si le bras n'est pas en mouvement.

**Remarque:** Sur certains modèles le cadran rotatif tourne seulement dans le sens anti-horaire.

## INDICATEUR DE RESERVE D'ENERGIE

- L'indicateur de réserve donne une idée générale de la durée pendant laquelle la montre continuera de fonctionner sans être rechargée.
- Il est permis d'actionner une nouvelle fois le bouton pour vérifier à nouveau la réserve d'énergie. Cependant, avant d'actionner le bouton une troisième fois, attendre que la trotteuse ait repris son mouvement normal.
- Quand la trotteuse se déplace à intervalles de deux secondes, la réserve d'énergie est très faible et l'indicateur ne fonctionne plus.
- Sitôt après que vous avez oscillé la montre pour charger la pile rechargeable, il se peut que la trotteuse n'indique pas correctement la réserve de courant.
- **Précaution relative aux modèles "squelette":**

Si la montre est munie d'un dos de boîtier en verre, ne pas exposer celui-ci à une forte lumière, telle que les rayons directs du soleil ou une lampe à incandescence placée à proximité, car ceci pourrait temporairement augmenter la consommation d'électricité du circuit de la montre et réduire la réserve d'énergie de la pile rechargeable. Toutefois, l'état normal sera rétabli lorsque le dos du boîtier sera écarté de la source de lumière.

## RÉGLAGE DE L'HEURE/CALENDRIER

- Pour Cal. 5M62, ne pas régler le calendrier entre 9:00 du soir et 1:00 du matin. Pour Cal. 5M54 et Cal. 5M63, ne pas le régler entre 9:00 du soir et 3:00 du matin. Faute de quoi, il ne changerait pas correctement. S'il est nécessaire de régler le calendrier pendant cette période, passer d'abord à une autre période de la journée, ajuster le calendrier, puis ajuster à nouveau la montre à l'heure exacte.
- Pour régler l'heure avec exactitude, retirer le remontoir à fond quand la trotteuse arrive à la position 12 heures et le repousser à la position normale en accord avec un top horaire officiel.
- Lors du réglage de l'aiguille des heures, vérifier l'exactitude du réglage AM/PM (matin/soir). La montre est ainsi conçue que le calendrier change une fois toutes les 24 heures.  
Tourner les aiguilles au-delà de la position 12 heures pour déterminer si la montre est réglée pour la période du matin ou du soir. Si le calendrier change, c'est que la montre est réglée pour la période du matin. S'il ne change pas, la montre est réglée pour la période du soir.
- Lors du réglage de l'aiguille des minutes, avancer celle-ci de 4 à 5 minutes au-delà du moment souhaité et revenir ensuite en arrière à la minute exacte.
- Lors du réglage de l'heure, s'assurer que la trotteuse se déplace à intervalle d'une seconde.
- Il est nécessaire d'ajuster la date à la fin de février et des mois de 30 jours. Dans ce cas, retirer le remontoir au premier déclic et le tourner jusqu'à apparition de la date souhaitée.

## REMARQUES SUR LA RÉVISION DE LA MONTRE

Cette montre est un instrument de précision, comportant de nombreuses pièces mobiles et lubrifiées au moyen d'huiles spéciales. Si les pièces manquent d'huile ou si elles sont usées, la montre risque de retarder ou de s'arrêter. Dans ce cas, faites procéder à une révision.

## SPECIFICATIONS

1	Fréquence de l'oscillateur au quartz .....	32.768 Hz (Hertz = Cycles par seconde)
2	Gain/perte (moyenne mensuelle) .....	Moins de 15 secondes dans la plage normale de température (de 5° C à 35° C) (de 41° F à 95° F)
3	Plage de température d'utilisation .....	De -10° C à +60° C (de 14° F à 140° F)
4	Système d'affichage	
	Indication d'heure .....	Par 3 aiguilles (heures, minutes et secondes)
	Indication de calendrier	
	Cal. 5M62 .....	La date est affichée.
	Cal. 5M54/5M63 .....	Le jour et la date sont affichés.
5	Système d'entraînement .....	Moteur pas à pas
6	Durée de charge	
	Pleine charge .....	Environ 6 mois
7	Fonctions supplémentaires .....	Indicateur de réserve d'énergie, fonction d'avertissement de décharge et fonction de prévention de surcharge
8	Circuit intégré .....	Circuit C-MOS, 1 pièce
9	Pile rechargeable .....	Type bouton, 1 pièce

\* Les spécifications sont sujettes à changement sans préavis en raison d'améliorations éventuelles.