

## Operazioni di base

Di seguito sono indicate le operazioni comuni per ogni modalità. Fare riferimento ai contenuti per l'uso dell'orologio.

## Selezione della modalità

Questo orologio presenta otto modalità (funzioni), tra cui la modalità di precisione che visualizza l'ora corrente.

### (Modalità di precisione)



Modalità di precisione



Modalità cronografo



Modalità richiamata



Modalità ora

internazionale



Modalità suoneria



Modalità timer conto alla  
rovescia

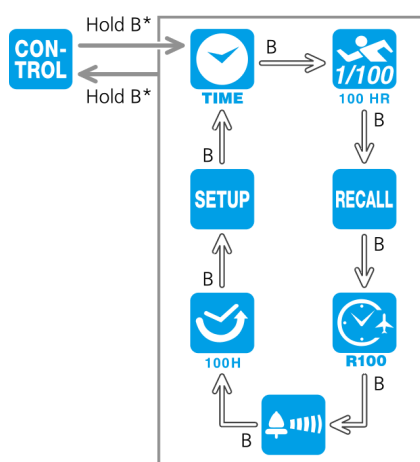


Modalità di  
configurazione



Modalità di controllo

Premere **B** per passare da una modalità all'altra. Il grafico di flusso riportato di seguito mostra la successione delle modalità quando si preme **B**.



\* Per passare dalla modalità di controllo ad altre modalità e viceversa, tenere premuto **B** per circa tre secondi. Eseguire questa operazione quando sul display è visualizzato l'indicatore di controllo.



a. Indicatore di controllo

La modalità di controllo può essere selezionata solo se si è connessi a un telefono cellulare. Per informazioni dettagliate, fare riferimento alla [Guida alla configurazione dell'app CASIO WATCH+](#).

## Importante.

Non è possibile selezionare la modalità di controllo se è attiva un'impostazione dell'app che non ne fa uso.

## Operazioni tattili

Quando è in atto un'operazione di notifica con emissione di suono o vibrazione, è possibile effettuare un'operazione tattile per interromperla.

L'indicatore di tocco lampeggia sul display quando è possibile eseguire un'operazione di tocco.



a. Indicatore di tocco

A questo punto, toccando due volte (doppio tocco) il centro del display dell'orologio, l'emissione del suono o la vibrazione viene interrotta.



## Importante.

Se si tocca il display con un'unghia o un altro oggetto rigido, il pannello del display dell'orologio potrebbe riportare graffi. Toccare il display esclusivamente con il polpastrello.

## Impostazioni orologio

Per la comunicazione con un telefono cellulare, sull'orologio vengono automaticamente impostate la data e l'ora del telefono. In assenza di comunicazione con un telefono cellulare, data e ora possono essere regolate attenendosi alla procedura seguente.

### 【Preparazione】

Questa procedura viene eseguita in modalità di precisione.

Premere **B** per passare alla modalità di precisione.

Vedere la sezione [Selezione della modalità](#).

(Modalità di precisione)



## Impostazione della città

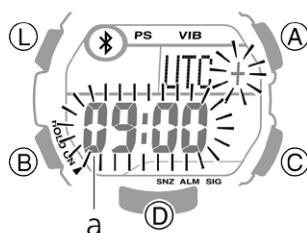
Imposta la differenza di fuso orario della città in cui si usa l'orologio. Quando è in vigore l'ora legale nella città in cui si usa l'orologio, è possibile impostarla.

### Importante.

L'impostazione errata della differenza di fuso orario causa la visualizzazione imprecisa delle ore nella modalità ora internazionale.

### • Impostazione della differenza di fuso orario

1. Tenere premuto **C** per circa due secondi.  
Verrà visualizzata la dicitura [SET Hold] e la differenza di fuso orario lampeggerà.



a. Differenziale ora

2. Utilizzare **D** e **A** per cambiare l'impostazione della differenza di fuso orario lampeggiante.

- Per la differenza di fuso orario, specificare uno dei fusi orari indicati nell'[Elenco dei nomi di città](#)

### Esempio:

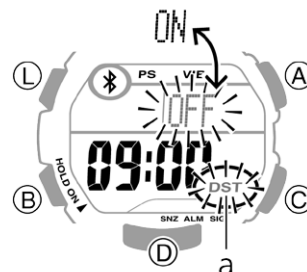
Se si prevede di utilizzare l'orologio a Tokyo, impostare la differenza di fuso orario [+ 09:00].

3. Premere **C** per terminare l'impostazione.

### • Impostazione dell'ora legale

1. Tenere premuto **C** per circa due secondi.  
Verrà visualizzata la dicitura [SET Hold] e il valore della differenza di fuso orario lampeggerà.

2. Premere **B** per visualizzare la schermata di impostazione dell'ora legale.
3. Premere **D** per specificare ON (ora legale) o OFF (ora standard)



a. Indicatore DST

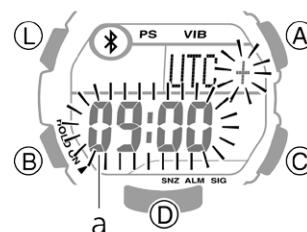
4. Premere **C** per terminare l'impostazione.

### Nota

L'indicatore DST viene visualizzato se è impostata l'ora legale.

## Impostazione di data e ora

1. Tenere premuto **C** per circa due secondi.  
Verrà visualizzata la dicitura [SET Hold] e il valore della differenza di fuso orario lampeggerà.



a. Differenziale ora

- Premere **B** tre volte per visualizzare la schermata di reimpostazione dei secondi.

- Premere **D** per reimpostare i secondi su 00.

## Informazioni supplementari:

Premendo **D** tra 30 e 59 secondi, i minuti verranno incrementati di uno e i secondi reimpostati.

- Premere **B** per visualizzare la schermata di impostazione di data e ora.



a. Ora

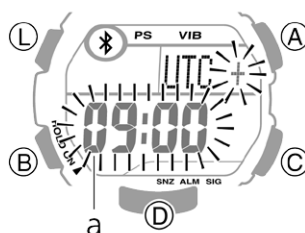
## Impostazione di data e ora:

- A ogni pressione di **B** il lampeggiamento viene spostato nell'ordine seguente: "ora", "minuto", "anno", "mese", "giorno".
- Premere **D** o **A** per cambiare l'impostazione della voce lampeggiante.

- Premere **C** per terminare l'impostazione.

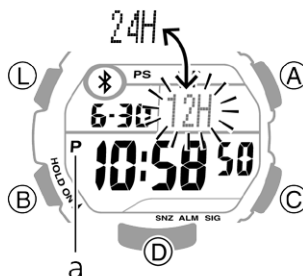
## Passaggio dal formato 12 ore a quello 24 ore e viceversa

- Tenere premuto **C** per circa due secondi. Verrà visualizzata la dicitura [SET Hold] e il valore della differenza di fuso orario lampeggerà sul display.



a. Differenziale ora

- Premere **B** due volte per visualizzare la schermata per selezionare la modalità di precisione in formato 12 ore o 24 ore.
  - Premere **D** per selezionare [12H] (modalità di precisione in formato 12 ore) o [24H] (modalità di precisione in formato 24 ore).



a. Indicatore PM

## Nota:

L'indicatore PM viene visualizzato tra mezzogiorno e le 11:59 p.m. se è in uso la modalità di precisione in formato 12 ore. Non viene invece visualizzato con la modalità di precisione in formato 24 ore.

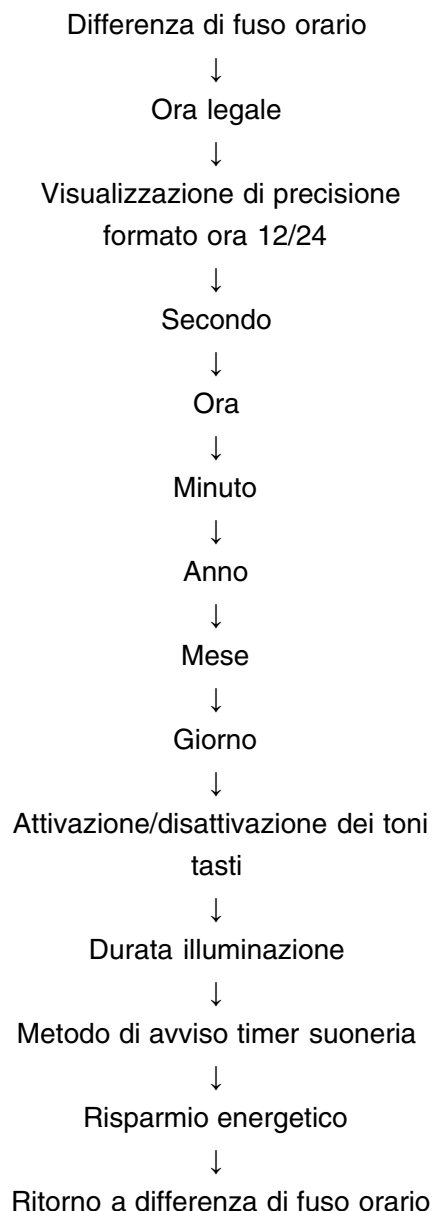
- Dopo aver completato la procedura di impostazione, premere **C** per chiudere la schermata.

## Ora legale

L'ora legale, anche nota come DST (Daylight Saving Time) è il sistema vigente durante i mesi estivi per cui l'orario viene spostato di un'ora in avanti rispetto all'ora standard (STD). Il periodo e le aree di adozione dell'ora legale variano a seconda dei paesi. Vi sono inoltre paesi e aree geografiche in cui il sistema dell'ora legale non viene adottato.

## Impostazioni supplementari

Nella schermata di impostazione della modalità di precisione, a ogni pressione di **B** si passa da una voce all'altra nella sequenza indicata di seguito.



## Cronografo

È possibile misurare un massimo di 99 ore, 59 minuti e 59,99 secondi.

Oltre alla normale misurazione, è anche possibile misurare i giri e i tempi intermedi.

I risultati misurati vengono registrati in un massimo di 120 memorie, in modo che i record possano essere controllati in un secondo momento.

### Riferimento:

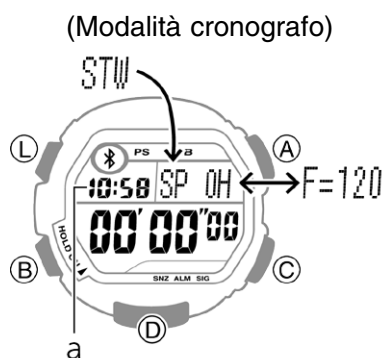
Richiamata registrazioni -  
Richiamata -

### 【Preparazione】

Questa procedura viene eseguita nella modalità cronografo.

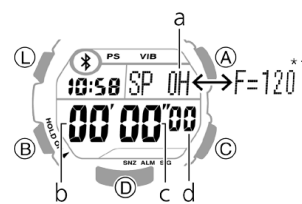
Premere **B** per passare alla modalità cronografo.

Vedere la sezione [Selezione della modalità](#).



a. Ora corrente

## Misurazione del tempo trascorso



- a. Ore
- b. Minuti
- c. Secondi
- d. Centesimi di secondo

\*1 Numero di memorie rimanenti  
Indica il numero attuale di memorie registrabili.

1. Utilizzare i pulsanti indicati di seguito per la misurazione del tempo.

**D** Inizio



**A** Stop



**D** Ripresa



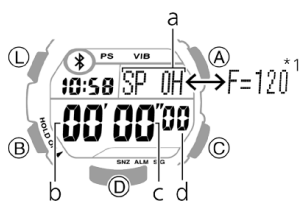
**A** Stop

2. Premere **A** per reimpostare il display.
3. Premere **B** sei volte per tornare alla modalità di precisione.

### Nota

Quando il numero di memorie rimanenti diventa 0, i record meno recenti vengono eliminati e sostituiti dai nuovi risultati di misurazione.

## Misurazione dei tempi intermedi



- a. Ore
- b. Minuti
- c. Secondi
- d. Centesimi di secondo

\*1 Numero di memorie rimanenti  
Indica il numero attuale di memorie registrabili.

- Accertarsi che sia visualizzata la dicitura [SP 0H] (tempo intermedio).
  - Se è visualizzata la dicitura [LP 0H] (giro), premere **C** per passare a [SP 0H] (tempo intermedio)
- Utilizzare i pulsanti indicati di seguito per la misurazione del tempo.

**D** Inizio

La misurazione verrà avviata.



**D** Tempo intermedio 1

Il primo tempo intermedio rimane visualizzato per otto secondi prima di tornare alla misurazione.



**D** Tempo intermedio 2

Il secondo tempo intermedio rimane visualizzato per otto secondi prima di tornare alla misurazione.



**A** Obiettivo

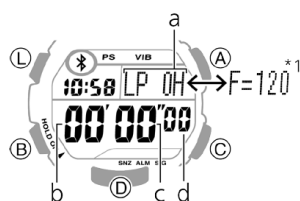
Viene visualizzato il tempo complessivo e la misurazione si interrompe.

- Premere **A** per reimpostare il display.
- Premere **B** sei volte per tornare alla modalità di precisione.

### Nota

Quando il numero di memorie rimanenti diventa 0, i record meno recenti vengono eliminati e sostituiti dai nuovi risultati di misurazione.

## Misurazione dei giri



- a. Ore
- b. Minuti
- c. Secondi
- d. Centesimi di secondo

\*1 Numero di memorie rimanenti  
Indica il numero attuale di memorie registrabili.

- Accertarsi che sia visualizzata la dicitura [LP 0H] (giro).
  - Se è visualizzata la dicitura [SP 0H] (tempo intermedio), premere **C** per passare a [LP 0H] (giro).
- Utilizzare i pulsanti indicati di seguito per la misurazione del tempo.

**D** Inizio

La misurazione verrà avviata.



**D** Giro 1

Al termine del giro 1, il tempo viene visualizzato per otto secondi prima di tornare alla misurazione del giro successivo.



**D** Giro 2

Al termine del giro 2, il tempo viene visualizzato per otto secondi prima di tornare alla misurazione del giro successivo.



**A** Obiettivo

Viene visualizzato il tempo dell'ultimo giro e la misurazione si interrompe.

- Premere **A** per reimpostare il display.
- Premere **B** sei volte per tornare alla modalità di precisione.

### Nota

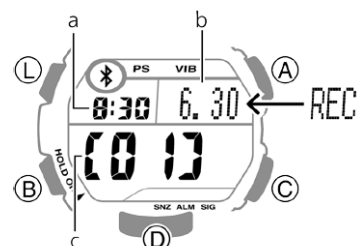
Quando il numero di memorie rimanenti diventa 0, i record meno recenti vengono eliminati e sostituiti dai nuovi risultati di misurazione.

## Richiamata registrazioni — Richiamata —

È possibile controllare i tempi delle misurazioni registrate.

- Utilizzare **B** per passare alla modalità di richiamata.  
Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)

(Modalità di richiamata)



- a. Ora misurazione
- b. Data misurazione (mese, giorno)
- c. Numero misurazione

### Informazioni supplementari:

Vengono visualizzati la data, l'ora e il numero dell'ultima misurazione registrata (il numero di misurazione è un numero associato per la gestione dei dati registrati).

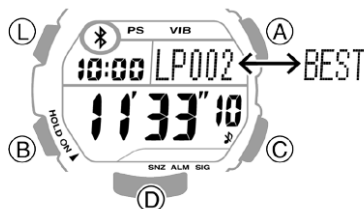
2. Premere **C** per selezionare il numero di una misurazione.

- Se non si conosce il numero della misurazione, effettuare una selezione in base alla data e/o all'ora di misurazione.



3. Premendo **D** è possibile visualizzare le misurazioni registrate nell'ordine in cui sono state salvate.

- Per il giro più veloce viene visualizzata la dicitura [BEST].



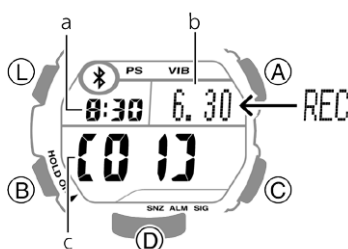
4. Premere **B** cinque volte per tornare alla modalità di precisione.

## Eliminazione di dati dalla memoria

### • Eliminazione di un record specifico

1. Utilizzare **B** per passare alla modalità di richiamata. Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)

(Modalità di richiamata)



- a. Ora misurazione
- b. Data misurazione (mese, giorno)
- c. Numero misurazione

2. Premere **C** per selezionare il numero della misurazione da eliminare.

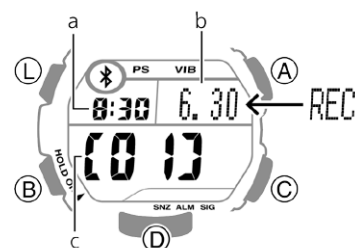
3. Tenere premuto **A** per circa due secondi. Verrà visualizzata la dicitura [Hold CLEAR] e verrà eliminato il record specificato.

4. Premere **B** cinque volte per tornare alla modalità di precisione.

### • Eliminazione di tutti i record

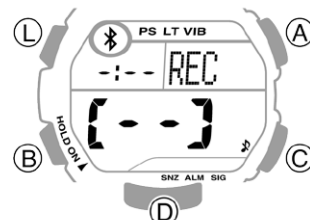
1. Premere **B** per passare alla modalità di richiamata. Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)

(Modalità di richiamata)



- a. Ora misurazione
- b. Data misurazione (mese, giorno)
- c. Numero misurazione

2. Tenere premuto **A** per circa cinque secondi. Verrà visualizzata la dicitura [Hold A-CLR] indicante che tutti i record sono stati eliminati.



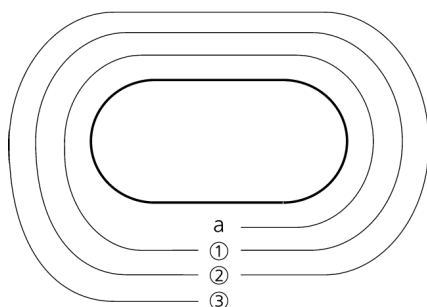
3. Premere **B** cinque volte per tornare alla modalità di precisione.



## Giri e tempi intermedi

### • Giri

Un "giro" corrisponde al tempo necessario per coprire una sezione prefissata, come in una corsa su un circuito.



a. Inizio

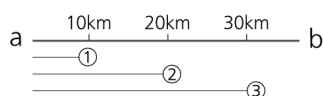
① Giro 1

② Giro 2

③ Giro 3

### • Tempi intermedi

Per "tempo intermedio" si intende il tempo trascorso dall'inizio di una corsa fino a un punto del percorso, ad esempio i tempi a 10 km, 20 km e 30 km di una maratona.



a. Inizio

b. Stop

① Tempo intermedio 1

② Tempo intermedio 2

③ Tempo intermedio 3

## Ora internazionale

È possibile conoscere l'ora di 100 città del mondo.

### 【Preparazione】

Questa procedura viene eseguita in modalità Ora internazionale.

Premere **B** per passare alla modalità Ora internazionale.

Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)

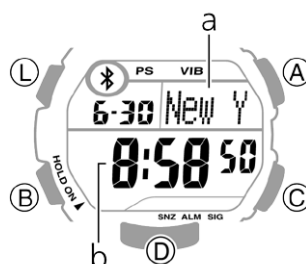
(Modalità Ora internazionale)



## Ricerca fusi orari di altri paesi

1. Premere **D** o **A** per selezionare una città.  
Verrà visualizzata l'ora della città selezionata.

- Tenendo premuto **D** o **A** è possibile scorrere rapidamente i nomi delle città.



a. Nome della città

b. Ora della città selezionata

2. Premere **B** quattro volte per tornare alla modalità di precisione.

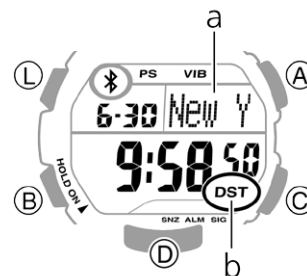
## Impostazione dell'ora legale

È possibile impostare l'ora legale per una città in cui essa è in vigore.

1. Tenere premuto **C** per circa due secondi.

Dopo che viene visualizzata la dicitura [DST Hold], attivare o disattivare l'ora legale.

- L'indicatore DST è acceso se l'ora legale è impostata.



a. Nome della città

b. Indicatore DST

2. Premere **B** quattro volte per tornare alla modalità di precisione.

## Suoneria

All'ora specificata, con avviso mediante suono o vibrazione.

### 【Preparazione】

Questa procedura viene eseguita in modalità suoneria. Premere **B** per passare alla modalità suoneria.

Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)

(Modalità suoneria)

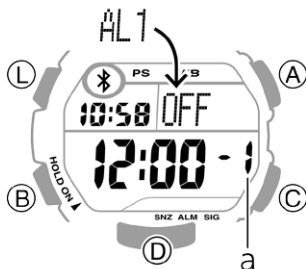
ALARM → AL 1



a. Ora corrente

## Impostazione dell'orario della suoneria

1. Premere **D** per selezionare la schermata della suoneria da impostare.



a. Numero suoneria

È possibile selezionare sei suonerie, incluso il segnale orario.

Selezionare la suoneria da impostare in base al relativo numero indicato nella schermata.

- - 1 su - 4  
Suonerie normali.
- - 5  
Suoneria ritardata.  
Avviso all'ora specificata. Avviso ripetuto ogni cinque minuti, sette volte.
- :00  
Segnale orario.  
Avviso allo scoccare di ogni ora.

### Visualizzazione della schermata di una suoneria:

- Premere **D** per scorrere le schermate delle suonerie nell'ordine seguente:  
suonerie normali (da - 1 a - 4), suoneria ritardata, segnale orario.

2. Premere **A** per specificare il funzionamento della suoneria o del segnale orario.

Per ogni numero di suoneria è possibile specificare le operazioni seguenti.

- - 1 su - 4 e - 5  
: la suoneria non viene riprodotta.
- OFF  
: la suoneria viene riprodotta una sola volta all'orario impostato.
- 1TIME

: la suoneria viene riprodotta all'orario impostato ogni giorno.

DAYLY

• :00

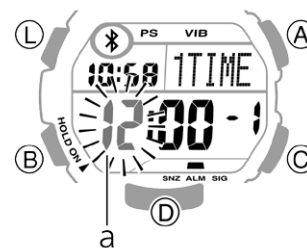
: il segnale orario non viene emesso.

OFF

: il segnale orario viene emesso allo scoccare di ogni ora.

ON

3. Tenere premuto **C** per circa due secondi.  
Verrà visualizzato [SET Hold] e l'ora lampeggerà.



a. Ora

### Impostazione dell'ora della suoneria:

- A ogni pressione di **B** il lampeggiamento passa dall'ora ai minuti e viceversa.
- Utilizzare **D** e **A** per modificare l'impostazione dell'elemento lampeggiante.

4. Premere **C** per terminare l'impostazione.
5. Premere **B** tre volte per tornare alla modalità di precisione.



## Indicatori di suoneria:

Quando la suoneria e/o il segnale orario sono attivati, si accendono gli appositi indicatori.

### Suoneria attivata



a. Indicatore di suoneria

### Suoneria ritardata attivata



a. Indicatore di suoneria  
b. Indicatore di ripetizione suoneria

### Segnale orario attivato



a. Indicatore di segnale orario

## Disattivazione di una suoneria

1. Premere **D** per selezionare la schermata della suoneria di cui si desidera modificare le impostazioni.



2. Premere **A** per disattivare la suoneria e/o il segnale orario.
3. Premere **B** tre volte per tornare alla modalità di precisione.

## Arresto della suoneria

È possibile interrompere la riproduzione di una suoneria o la vibrazione premendo un pulsante qualsiasi oppure con un doppio tocco al centro del display dell'orologio.

### Importante.

La suoneria ritardata viene comunque ripetuta sette volte a intervalli di cinque minuti anche se si interrompe l'emissione del suono o la vibrazione premendo un pulsante o con il doppio tocco. Per impedire la ripetizione, disattivare la suoneria ritardata.

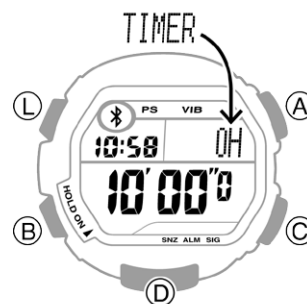
## Timer

Esegue un conto alla rovescia del tempo impostato. Quando il tempo rimanente diventa zero, viene emessa una notifica tramite un suono o la vibrazione.

### 【Preparazione】

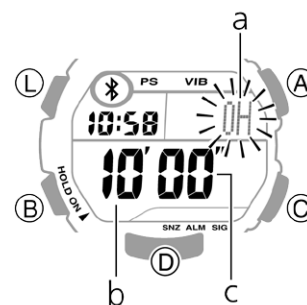
Eeguire questa procedura nella modalità timer. Premere **B** per passare alla modalità timer. Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)

(Modalità timer)



## Impostazione dell'ora

1. Tenere premuto **C** per circa due secondi. Verrà visualizzata la dicitura [Set Hold] e le ore lampeggeranno.



a. Ore  
b. Minuti  
c. Secondi

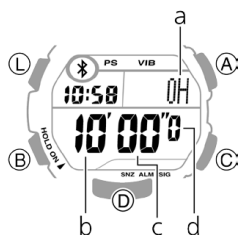
## Impostazione del tempo:

- A ogni pressione di **B** il lampeggiamento passa da ore, a minuti, a secondi.
  - Utilizzare **D** e **A** per modificare l'impostazione dell'elemento lampeggiante.
2. Premere **C** per terminare l'impostazione.
  3. Premere **B** due volte per tornare alla modalità di precisione.

### Nota

Per impostare un timer alla rovescia di 100 ore, impostare "0H00'00".

### Utilizzo del timer



- a. Ore
- b. Minuti
- c. Secondi
- d. Decimi di secondo

1. Utilizzare i pulsanti indicati di seguito per eseguire un conto alla rovescia.

**D** Inizio

Il timer si avvia.



**D** Stop

Il timer si arresta.



**D** Ripresa

Il timer riprende.



Tempo esaurito (00:00)

Viene emesso un suono o una vibrazione.

Per interrompere il timer durante il funzionamento, premere **D** per arrestarlo e quindi premere **A** per reimpostarlo.

Per interrompere un'emissione di suono o una notifica, premere un pulsante o effettuare un doppio tocco al centro del display dell'orologio.

2. Premere **B** due volte per tornare alla modalità di precisione.

## Illuminazione del display

È sufficiente una semplice operazione per illuminare il display e facilitarne così la lettura anche al buio. È possibile abilitare la funzione di illuminazione automatica affinché il display venga illuminato automaticamente quando si inclina l'orologio verso il viso.

## Illuminazione del display



Per illuminare il display, premere **L** in qualsiasi modalità.

### Supplemento

L'illuminazione del display viene disattivata automaticamente nel momento in cui si avvia una notifica di suoneria, una notifica di chiamata in entrata o un'altra operazione di avviso.

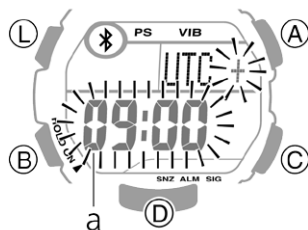
### • Modifica della durata dell'illuminazione

La durata dell'illuminazione può essere impostata su due modalità: 1,5 secondi e 3 secondi.

1. Premere **B** per passare alla modalità di precisione. Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)

2. Tenere premuto **C** per circa due secondi.

Verrà visualizzata la dicitura [SET Hold] e il valore della differenza di fuso orario lampeggerà.



a. Differenziale ora

3. Premere **B** 10 volte per visualizzare la schermata di impostazione della durata dell'illuminazione.
4. Premere **D** per selezionare [LT1] (1,5 secondi) o [LT3] (3 secondi).



5. Premere **C** per terminare l'impostazione.

## Abilitazione dell'illuminazione automatica

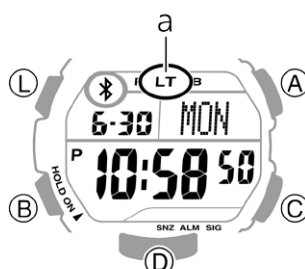
Attenersi a questa procedura per abilitare l'illuminazione automatica che prevede l'attivazione automatica dell'illuminazione del display ogni volta che si inclina l'orologio verso il viso per leggerlo.

### Importante.

Se l'illuminazione automatica è attiva, l'illuminazione del display viene attivata ogni volta che il polso si trova in determinate posizioni, anche se non si guarda l'orologio. Ciò potrebbe ridurre la durata della batteria.

### • Abilitazione dell'illuminazione automatica

1. Premere **B** per passare alla modalità di precisione. Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)
2. Tenere premuto **L** per circa tre secondi. In questo modo, sul display verrà visualizzato l'indicatore di illuminazione automatica attiva.



a. Indicatore Illuminazione automatica attiva

### Supplemento

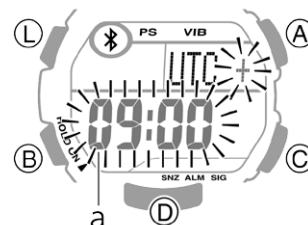
L'illuminazione automatica resta abilitata per circa sei ore. Dopodiché si disattiva automaticamente.

## Altre impostazioni

### Pulsante per l'impostazione del suono dei tasti

È possibile decidere se deve essere emesso o meno un suono alla pressione di un tasto.

1. Premere **B** per passare alla modalità di precisione. Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)
2. Tenere premuto **C** per circa due secondi. Verrà visualizzata la dicitura [SET Hold] e il valore della differenza di fuso orario lampeggerà.

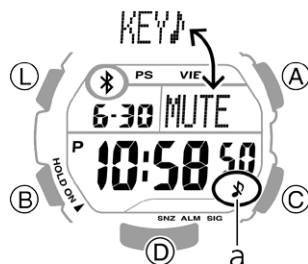


a. Differenza di fuso orario

3. Premere **B** nove volte per visualizzare la schermata di impostazione del suono dei tasti.

4. Premere **D** per selezionare [KEY] o [MUTE].

- Se si seleziona [MUTE], verrà acceso un indicatore di audio disattivato e il suono dei tasti non verrà riprodotto.



a. Indicatore di suono disattivato

5. Premere **C** per terminare l'impostazione.

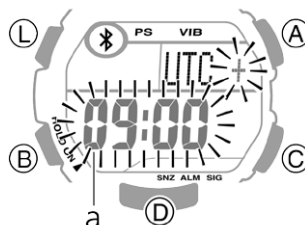
## Impostazione del metodo di avviso

Gli avvisi di suoneria, timer e così via possono essere impostati per l'emissione di suono o la vibrazione.

1. Premere **B** per passare alla modalità di precisione. Vedere la sezione: [Selezione della modalità](#)

2. Tenere premuto **C** per circa due secondi.

Verrà visualizzata la dicitura [SET Hold] e il valore della differenza di fuso orario lampeggerà.

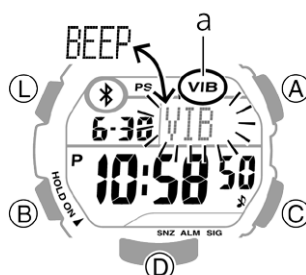


a. Differenziale ora

3. Premere **B** 11 volte per visualizzare la schermata di impostazione del metodo di avviso.

4. Premere **D** per selezionare [BEEP] o [VIB].

- Se si seleziona [VIB] verrà acceso l'indicatore di vibrazione e verrà abilitato l'avviso con vibrazione.



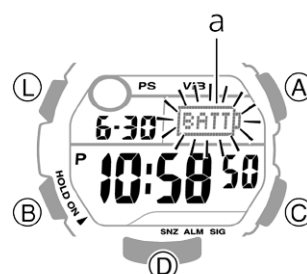
a. Indicatore di vibrazione

5. Premere **C** per terminare l'impostazione.

## Periodo di sostituzione della batteria

### Informazioni sul periodo di sostituzione della batteria

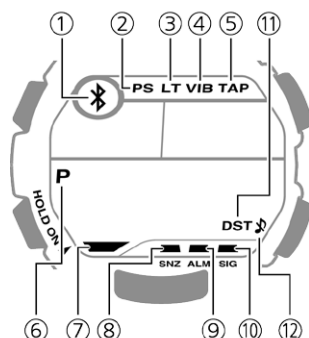
Quando la tensione della batteria cala, sul display viene visualizzata un'icona. Se l'icona della batteria è visualizzata, le funzioni utilizzabili sono limitate. Se l'icona della batteria è visualizzata sempre, sostituire la batteria.



a. Icona della batteria

## Visualizzazione del display

### Contrassegni sul display



- ① Icona Bluetooth  
Significato: è possibile utilizzare Mobile Link.
- ② Indicatore risparmio energetico  
Significato: la disponibilità della funzione Mobile Link è limitata per risparmiare energia.
- ③ Indicatore Illuminazione automatica attiva  
Significato: l'illuminazione è automatica.
- ④ Indicatore di vibrazione  
Significato: avvisi e timer attivati tramite vibrazione.
- ⑤ Indicatore di tocco  
Significato: è possibile utilizzare il doppio tocco.
- ⑥ Indicatore PM  
Significato: l'orario della visualizzazione di precisione in formato 12 ore dell'orologio è pomeridiano.
- ⑦ Indicatore di controllo  
Significato: è possibile utilizzare la modalità di controllo.

- ⑧ Indicatore di ripetizione suoneria  
Significato: viene riprodotta la suoneria ritardata.
- ⑨ Indicatore di suoneria  
Significato: viene riprodotta la suoneria.
- ⑩ Indicatore di segnale orario  
Significato: viene emesso il segnale orario.
- ⑪ Indicatore DST  
Significato: è impostata l'ora legale.
- ⑫ Indicatore di suono disattivato  
Significato: i toni dei tasti non vengono riprodotti.

Bluetooth® è un marchio registrato o un marchio di Bluetooth SIG, Inc. negli Stati Uniti.

## Informazioni supplementari

### Elenco nomi di città

Nome della città	Fuso orario
(UTC)	0
Reykjavik	
Lisbona	
Casablanca	
Londra	

Madrid	+1
Parigi	
Algeri	
Bruxelles	
Amsterdam	
Zurigo	
Francoforte	
Oslo	
Roma	
Copenhagen	
Berlino	+2
Stoccolma	
Budapest	
Varsavia	
Città del Capo	
Sofia	
Atene	
Helsinki	
Istanbul	
Kiev	
Il Cairo	+3
Gerusalemme	
Mosca*	
Addis Abeba	
Jeddah	
Teheran	+3,5

Dubai	+4
Kabul	+4,5
Karachi	+5
Delhi	+5,5
Kathmandu	+5,75
Novosibirsk*	+6
Dhaka	
Yangon	+6,5
Bangkok	+7
Hanoi	
Giacarta	
Kuala Lumpur	+8
Singapore	
Hong Kong	
Perth	
Pechino	
Manila	
Shanghai	
Taipei	
Seul	
Tokyo	
Adelaide	+9,5
Vladivostok*	+10
Guam	
Sydney	

Noumea	+11
Wellington	+12
Suva	
Isole Chatham	+12,75
Nukualofa	+13
Kiritimati	+14
Pago Pago	-11
Honolulu	-10
Anchorage	-9
Vancouver	-8
San Francisco	
Seattle	
Los Angeles	
Tijuana	-7
Edmonton	
Phoenix	
Chihuahua	
Denver	-6
Città del Messico	
Winnipeg	
Dallas	
Houston	
Guatemala City	
Chicago	

Atlanta	-5
L'Avana	
Toronto	
Lima	
Washington DC	
Kingston	
Filadelfia	
Bogotà	
New York	-4,5
Boston	
Caracas	-4
Santiago	
La Paz	
San Juan	
Halifax	-3,5
St. John's	
Buenos Aires	-3
Montevideo	
Rio de Janeiro	
Fernando de Noronha	-2
Praia	-1



\* A partire dal mese di giugno 2014, la differenza di un'ora in avanti delle città indicate sotto non viene più indicata da questo orologio.

Quando l'impostazione dell'ora legale è attiva, avanzare di un'ora e utilizzarla.

Mosca

Novosibirsk

Vladivostok