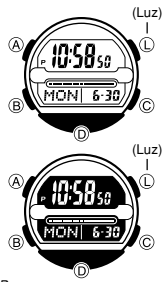


# Guia de operação para 3100

## Sobre este manual



- Dependendo do modelo do seu relógio, o texto de exibição aparece em letras escuras num fundo claro ou em letras claras num fundo escuro. Todas as exibições de amostra neste manual são mostradas usando letras escuras num fundo claro.
- As operações dos botões são indicadas usando as letras mostradas na ilustração.
- Cada seção deste manual oferece as informações que você precisa saber para realizar as operações em cada modo. Maiores detalhes e informações técnicas podem ser encontrados na seção "Referências".

P

P-1

## Lista dos procedimentos

A lista a seguir é uma referência útil de todos os procedimentos operacionais contidos neste manual.

- Para definir a hora e a data ..... P-7
- Para alternar as horas do modo de indicação das horas entre hora de verão e hora normal ..... P-9
- Para alternar entre os formatos de 12 e 24 horas ..... P-10
- Para predefinir a duração do evento ..... P-14
- Para iniciar a cronometragem de um evento ..... P-15
- Para pausar uma cronometragem ..... P-15
- Para interromper uma cronometragem de tempo decorrido e reposicionar o cronômetro ..... P-16
- Para realizar uma operação do timer predefinido ..... P-18

P-2

P-3

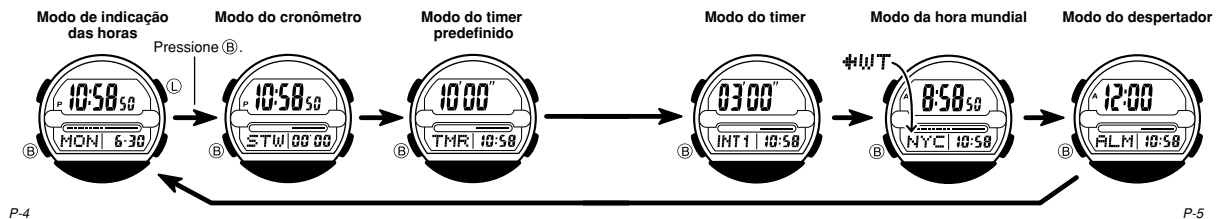
## Sumário

Guia geral .....	P-4
Indicação das horas .....	P-6
Cronômetro .....	P-11
Timer predefinido .....	P-17
Timer .....	P-23
Hora mundial .....	P-29
Despertador .....	P-31
Referências .....	P-34
Especificações .....	P-39

Para configurar as definições do timer .....	P-25
Para realizar a operação de um timer .....	P-28
Para ver a hora em um outro código de cidade .....	P-29
Para alterar a hora de um código de cidade entre hora normal e hora de verão .....	P-30
Para definir a hora do despertador .....	P-31
Para interromper o som do despertador .....	P-32
Para ativar e desativar o despertador diário e o sinal de marcação das horas .....	P-33
Para testar o som do despertador .....	P-33
Para ativar e desativar o som de operação dos botões .....	P-35

## Guia geral

- Pressione (B) para mudar de modo a modo.
- Em qualquer modo (exceto quando houver uma tela de definição no mostrador), pressione (L) para iluminar o mostrador.



P-4

P-5

## Indicação das horas

Horas : Minutos : Segundos  
Indicador PM



Dia da semana Mês - Dia

Use o modo de indicação das horas para definir e ver a hora e data atual.

### Leia isso antes de definir a hora e a data!

As horas exibidas no modo de indicação das horas e modo da hora mundial são sincronizadas. Por esta razão, certifique-se de selecionar o código da cidade local antes de definir a hora e a data.

P-6

P-7

## Para definir a hora e a data



1. No modo de indicação das horas, pressione (A) até que os dígitos dos segundos comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
2. Pressione (B) para mover a intermitência na sequência mostrada abaixo para selecionar outras definições.



3. Quando a definição que quiser alterar estiver piscando, use (D) e (C) para alterá-la conforme descrito a seguir.

Tela	Para fazer isto:	Faça isto:
50	Reposicionar os segundos a 00	Pressione (D).
0FF	Alternar entre hora de verão (00) e hora normal (0FF)	Pressione (D).
TYO	Alterar o código da cidade	Use (D) (leste) e (C) (oeste).
10:50	Alterar as horas ou minutos	Use (D) (+) e (C) (-).
7000	Alterar o ano	
6-30	Alterar o mês ou dia	

- Para maiores detalhes sobre os códigos das cidades, consulte a "City Code Table" (Tabela dos códigos das cidades) no fim deste manual.
- Consulte "Hora de verão (DST)" na página P-9 para maiores detalhes sobre a definição da hora de verão.

4. Pressione (A) para sair da tela de definição.

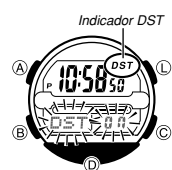
P-8

## Hora de verão (DST)

A hora de verão avança a definição da hora em uma hora desde a hora normal. Repare, entretanto, que nem todos os países ou mesmo áreas locais empregam o horário de verão.

### Para alternar as horas do modo de indicação das horas entre hora de verão e hora normal

1. No modo de indicação das horas, pressione (A) até que os dígitos dos segundos comecem a piscar, o que indica a tela de definição.
  2. Pressione (B) para exibir a tela de definição da hora de verão.
  3. Pressione (D) para alternar entre hora de verão (00 é exibido) e hora normal (0FF é exibido).
  4. Pressione (A) para sair da tela de definição.
- O indicador DST aparece no mostrador para indicar que a hora de verão está ativada.



P-9

### Para alternar entre os formatos de 12 e 24 horas

- No modo de indicação das horas, pressione **(D)** para alternar entre os formatos de 12 e 24 horas.
- Com o formato de 12 horas, o indicador **P** (PM) aparece no mostrador para as horas na faixa do meio-dia às 11:59 PM, e o indicador **A** (AM) aparece para as horas na faixa da meia-noite às 11:59 AM.
  - Com o formato de 24 horas, as horas são exibidas na faixa de 0:00 às 23:59, sem nenhum indicador.
  - O formato de 12/24 horas selecionado no modo de indicação das horas é aplicado em todos os outros modos.
  - Os indicadores **A** e **P** não são exibidos quando a hora atual está sendo exibida em outros modos.

P-10

### Cronômetro

#### Tela inicial do modo do cronômetro

Hora atual do modo de indicação das horas

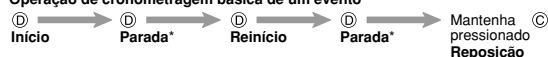


- O modo do cronômetro permite-lhe cronometrar um jogo ou um evento. O mostrador superior mostra o tempo decorrido total sem parar, enquanto que o mostrador inferior mostra o tempo decorrido do evento, o qual pode ser pausado conforme seja necessário para interrupções, intervalos, etc.
- O limite de medição do mostrador superior (tempo total) é de 99 minutos e 59 segundos.
  - O limite de medição do mostrador inferior (tempo do evento) é de 59 minutos e 59 segundos.
  - A medição do cronômetro continua a ser realizada até que você a pare. Se qualquer tempo atingir o seu limite de medição, o mesmo será reiniciado de zero.
  - Uma cronometragem em andamento continua sendo feita internamente mesmo que você saia do modo do cronômetro.

P-11

- Iniciar a cronometragem de um evento fará que o mostrador mude para a tela do tempo decorrido (página P-12) desde a tela inicial mostrada na página anterior.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do cronômetro, no qual você pode entrar pressionando **(B)** (página P-4).

#### Operação de cronometragem básica de um evento



\* A cronometragem do tempo total no mostrador superior continua.

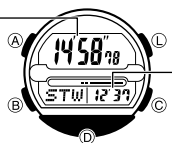
#### Uso do modo do cronômetro para cronometrar um evento esportivo

Você pode cronometrar um evento esportivo com o modo do cronômetro predefinido a duração do evento ou não. Se você predefinir a duração do evento, o relógio emitirá um bipe quando o tempo total no mostrador superior atingir a duração predefinida para o evento.

Se o evento for parado por interrupções ou alguma outra razão, pressione **(D)** para pausar e reiniciar a cronometragem do tempo do evento no mostrador inferior. Como a cronometragem do tempo total continua sendo feita no mostrador superior, você pode calcular o tempo que o jogo foi interrompido (tempo perdido) subtraindo o tempo no mostrador inferior pelo tempo no mostrador superior.

#### Tela do tempo decorrido

Minutos, segundos e 1/100 de segundo do tempo total  
\* Depois de iniciar, esta cronometragem não pode ser pausada. O tempo total é mostrado desde o início da cronometragem.



Minutos e segundos do tempo do evento  
\* A cronometragem do tempo nesta exibição pode ser pausada e reiniciada através da pressão de **(D)**.

P-12

P-13

### Para predefinir a duração do evento

- No modo do cronômetro, pressione **(A)** até que a definição atual da duração do evento comece a piscar no mostrador superior. Essa é a tela de definição.
  - Se a definição atual da duração do evento não aparecer quando você mantiver **(A)** pressionado, isso significa que uma cronometragem de tempo decorrido está em progresso. Use o procedimento descrito em "Para interromper uma cronometragem de tempo decorrido e reposicionar o cronômetro" (página P-16) para reposicionar o cronômetro.
- Use **(D)** (+) e **(C)** (-) para alterar a definição atual da duração do evento.
  - Você pode definir uma duração no intervalo de 1 a 60 minutos, em unidades de um minuto.
- Depois de definir a duração, pressione **(A)** para sair da tela de definição.

P-14

### Para iniciar a cronometragem de um evento

- Pressione **(D)** para iniciar a cronometragem do evento.
- Inicialmente, o mesmo tempo decorrido aparecerá tanto no mostrador superior como no mostrador inferior.

### Para pausar uma cronometragem

- Pressione **(D)**.
  - Isso parará a cronometragem do tempo do evento no mostrador inferior, mas a cronometragem do tempo total no mostrador superior continuará a ser realizada.
- Para reiniciar a cronometragem do tempo do evento no mostrador inferior, pressione **(D)** de novo.

### Quando a duração predefinida do evento for atingida

- O relógio emitirá bipes durante 10 segundos quando o tempo decorrido total no mostrador superior atingir a duração predefinida para o evento.
- A cronometragem do evento continua mesmo que a duração predefinida do evento seja atingida.

P-15

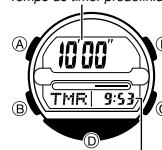
### Para interromper uma cronometragem de tempo decorrido e reposicionar o cronômetro

- Pressione **(D)** para interromper a cronometragem do tempo do evento no mostrador inferior.
  - A cronometragem do tempo total no mostrador superior continua.
- Pressione **(C)** até que a tela inicial do modo do cronômetro (página P-11) apareça.

P-16

### Timer predefinido

Tempo do timer predefinido



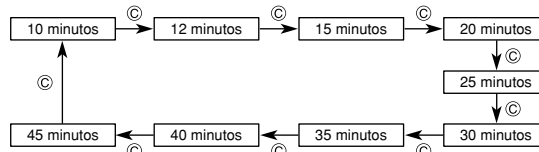
Hora atual

- O relógio inclui um certo número de tempos predefinidos diferentes que você pode selecionar para o tempo inicial da contagem regressiva. Um alarme soa quando a contagem regressiva atinge zero.
- Os tempos iniciais predefinidos, todos em minutos, são os seguintes: 10, 12, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45.
  - Você também pode ativar a função de repetição automática, que reiniciará o timer automaticamente desde o tempo predefinido selecionado atualmente toda vez que zero for atingido.
  - Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do timer predefinido, no qual você pode entrar pressionando **(B)** (página P-4).

P-17

### Para realizar uma operação do timer predefinido

- No modo do timer predefinido, use **(C)** para rolar através dos tempos predefinidos até encontrar o tempo desejado.



P-18

P-19

Indicador de ativação da repetição automática



Número de repetições

- Para ativar a repetição automática, mantenha (A) pressionado enquanto a tela inicial de seleção do tempo estiver exibida. O número de repetições aparecerá próximo ao tempo do timer.
- O uso frequente da repetição automática e do alarme podem esgotar a energia da pilha.



2. Pressione (D) para iniciar o timer.
- Pressione (D) enquanto uma contagem regressiva estiver em andamento para pausá-la. Pressione (D) de novo para continuar a contagem regressiva.
  - Quando o fim da contagem regressiva é atingido (independentemente se a repetição automática está ativada ou desativada), o alarme soa durante 10 segundos ou até que o pare pressionando algum botão.
  - Repetição automática desativada: Quando o fim da contagem regressiva for atingido, uma operação de tempo decorrido começa e o mostrador superior mostra o tempo passado desde o fim da contagem regressiva. A cronometragem do tempo decorrido parará automaticamente quando atingir 60 minutos. Neste ponto, a tela inicial de seleção do tempo do timer aparecerá.

P-20

P-21

- Repetição automática ativada: Quando o fim da contagem regressiva é atingido, uma nova contagem regressiva começa desde o tempo inicial predefinido. O número de repetições é exibido próximo ao tempo do timer. O número de repetições muda para "--" quando a contagem atinge 100.
- Para interromper completamente uma operação de contagem regressiva, primeiro pause-a (pressionando (D)) e, em seguida, pressione (C). Isso exibirá a tela inicial do modo do timer predefinido.

## Timer

Tempo inicial (Minutos/Segundos\*)



Hora atual  
Número do timer

Com o timer, você pode configurar até nove tempos iniciais, que são contados regressivamente em seqüência um após o outro.

**Exemplo 1: Treinamento em intervalos**  
Corrida de 3 minutos (INT 1), descanso de 1 minuto (INT 2), corrida de 5 minutos (INT 3)

**Exemplo 2: Cronometragem de jogo**  
Período de 45 minutos (INT 1), intervalo de 15 minutos (INT 2), período de 45 minutos (INT 3)

- O relógio emite um bipe quando qualquer timer atinge zero.
- Um alarme soa durante aproximadamente cinco segundos quando o último timer atinge zero.

P-22

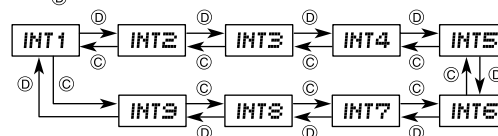
P-23

- Você pode ativar a função de repetição automática que reinicia a seqüência do timer desde o começo quando o fim do último timer é atingido.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do timer, no qual você pode entrar pressionando (B) (página P-5).

## Para configurar as definições do timer



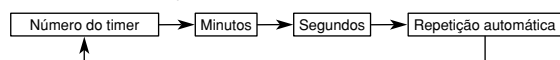
1. No modo do timer, pressione (A) até que o número do timer comece a piscar. Esta é a tela de definição.
2. Use (D) e (C) para rolar através dos números dos timers até encontrar o número desejado.



P-24

P-25

3. Pressione (B) para mover a intermitência na seqüência mostrada abaixo para selecionar outras definições.



4. Enquanto uma definição estiver piscando, use (D) e (C) para alterá-la conforme descrito abaixo.

Tela	Para fazer isto:	Faça isto:
INT 1	Alterar os números dos timers	Use (D) (+) e (C) (-).
03 00	Alterar os minutos	Use (D) (+) e (C) (-).
03 00	Alterar os segundos (unidades de 5 segundos)	Use (D) (+) e (C) (-).
☐	Ativar e desativar (☐) a repetição automática	Pressione (D).

- Qualquer timer cujo tempo inicial seja 00 00 não será usado durante a operação de timer.

P-26

P-27

## Para realizar a operação de um timer

- No modo do timer, pressione (D) para iniciar o timer com intervalos.
- Para pausar um timer, pressione (D). Pressione (D) de novo para reiniciar.
  - Quando a repetição automática está desativada, o relógio emite um bipe quando cada timer atinge zero. Um alarme soa durante aproximadamente cinco segundos quando o timer final atinge zero.
  - Quando a repetição automática está ativada, o relógio emite um bipe quando cada timer atinge zero. Um alarme soará durante aproximadamente cinco segundos quando o timer final atingir zero. A marcação do tempo é reiniciada desde o primeiro timer quando o timer final atinge zero. O número de repetições é exibido próximo ao tempo do timer. O número de repetições muda para "--" quando a contagem atinge 100.
  - A operação de um timer em andamento continuará mesmo que você saia do modo do timer.
  - Para interromper o timer, primeiro pressione (D) para pausá-lo e, em seguida, pressione (C). Isso retorna o tempo da contagem regressiva ao seu valor inicial.

P-28

## Hora mundial

Hora atual no fuso horário do código da cidade selecionada



Código da cidade  
Hora do modo de indicação das horas

- A repetição automática não funciona para timers individuais. No modo do timer, a repetição automática repete o conjunto inteiro de timers.
- 5. Defina os tempos de todos os timers que quiser.
- 6. Pressione (A) para sair da tela de definição.
- Quando a repetição automática está ativada, o número de repetições aparecerá próximo ao tempo do timer.
- O uso frequente da repetição automática e do alarme podem esgotar a energia da pilha.

O modo da hora mundial mostra a hora atual em 48 cidades (29 fusos horários) ao redor do mundo.

- Ao entrar no modo da hora mundial, os dados que estava vendo por último ao sair desse modo serão os primeiros a aparecer.
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo da hora mundial, no qual você pode entrar pressionando (B) (página P-5).

**Para ver a hora em um outro código de cidade**  
No modo da hora mundial, pressione (C) para rolar através dos códigos de cidade para leste ou (D) para rolar para oeste.

- Para maiores informações sobre os códigos das cidades, consulte a "City Code Table" (Tabela dos códigos das cidades) no fim deste manual.

P-29

- Se a hora atual mostrada para uma cidade estiver errada, verifique as definições da hora do modo de indicação das horas e do código da cidade, e faça as mudanças necessárias.

### Para alterar a hora de um código de cidade entre hora normal e hora de verão

1. No modo da hora mundial, use **(D)** e **(C)** para exibir o código da cidade cuja definição de hora normal/hora de verão deseja mudar.
2. Pressione **(A)** durante aproximadamente um segundo para alternar entre hora de verão (**DST** é exibido) e hora normal (**DST** não é exibido).
- O indicador **DST** aparece no mostrador toda vez que você exibe um código de cidade para o qual a hora de verão está ativada.
- Repare que a definição da hora de verão/hora normal afeta apenas o código da cidade exibido atualmente. Os outros códigos de cidade não são afetados.



P-30

### Despertador



Quando o despertador diário está ativado, ele soa durante 10 segundos na hora predeterminada todos os dias. Quando o sinal de marcação das horas está ativado, o relógio emite um bipe na marcação de cada hora.

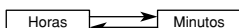
- Todas as operações nesta seção são realizadas no modo do despertador, no qual você pode entrar pressionando **(B)** (página P-5).

### Para definir a hora do despertador

1. Pressione **(A)** no modo do despertador até que os dígitos das horas pisquem para indicar que estão selecionados.
- Esta operação ativa o despertador automaticamente.

P-31

2. Pressione **(B)** para mudar a seleção na seguinte seqüência.



3. Enquanto uma definição estiver piscando, use **(D)** e **(C)** para alterá-la conforme descrito abaixo.

Tela	Para fazer isto:	Faça isto:
12:00	Alterar as horas e os minutos	Use <b>(D)</b> (+) e <b>(C)</b> (-). • Com o formato de 12 horas, defina a hora corretamente como AM (indicador <b>A</b> ) ou PM (indicador <b>P</b> ).

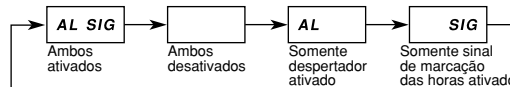
4. Depois de definir a hora para o despertador, pressione **(A)** para voltar à exibição inicial do modo do despertador.

### Para interromper o som do despertador

Pressione qualquer botão para interromper o som do despertador depois que ele começar a soar.

P-32

**Para ativar e desativar o despertador diário e o sinal de marcação das horas**  
Pressione **(D)** no modo do despertador para mudar o estado do despertador diário e do sinal de marcação das horas na seguinte seqüência.



### Para testar o som do despertador

Mantenha **(D)** pressionado no modo do despertador para ouvir o som do despertador.

P-33

### Referências

Esta seção contém maiores detalhes e informações técnicas sobre a operação do relógio. Ela também contém precauções e notas importantes sobre os vários recursos e funções deste relógio.

### Som de operação dos botões



O som de operação dos botões soa toda vez que você pressiona um dos botões do relógio. Você pode ativar e desativar o som de operação dos botões conforme quiser.

- Mesmo que você desative o som de operação dos botões, os despertadores, sinal de marcação das horas, alarme do timer e alarme do timer de evento funcionarão normalmente.

P-34

### Para ativar e desativar o som de operação dos botões

Em qualquer modo (exceto quando uma tela de definição estiver no mostrador), mantenha **(B)** pressionado para ativar (☞ não é exibido) e desativar (☞ é exibido) o som de operação dos botões.

- Manter **(B)** pressionado para ativar ou desativar o som de operação dos botões também faz que o modo atual do relógio mude.
- O indicador ☞ é exibido em todos os modos quando o som de operação dos botões está desativado.

### Rolagem

Os botões **(C)** e **(D)** são usados em vários modos e telas de definição para rolar através dos dados no mostrador. Na maioria dos casos, manter um desses botões pressionado durante uma rolagem rola através dos dados em alta velocidade. Isso é verdade exceto quando o número do timer estiver piscando na tela do timer (página P-23).

P-35

### Funções de retorno automático

- Se você deixar o relógio no modo do despertador durante dois ou três minutos sem realizar nenhuma operação, o relógio mudará para o modo de indicação das horas automaticamente.
- Se você deixar uma tela com dígitos intermitentes no mostrador durante dois ou três minutos sem realizar nenhuma operação, o relógio sairá da tela de definição automaticamente.

### Indicação das horas

- Reposicionar os segundos a 00 enquanto a contagem dos segundos estiver entre 30 e 59 faz que o valor dos minutos seja aumentado em 1 unidade. Na faixa de 00 e 29, os segundos são reposicionados a 00, mas o valor dos minutos permanece inalterado.
- O ano pode ser definido na faixa de 2000 a 2099.
- O calendário totalmente automático incorporado do relógio faz compensações para meses de comprimento diferente e anos bissextos. Depois de definir a data, não há nenhuma razão para alterá-la, exceto depois de trocar a pilha do relógio.

P-36

### Hora mundial

- A contagem dos segundos da hora mundial é sincronizada com a contagem dos segundos do modo de indicação das horas.
- Todas as horas do modo da hora mundial são calculadas com base na definição da hora da cidade local no modo de indicação das horas usando os valores dos diferenciais da hora UTC.
- O diferencial UTC é um valor que indica a diferença horária entre um ponto de referência em Greenwich, Inglaterra, e o fuso horário onde uma cidade está localizada.
- As letras "UTC" referem-se a "Universal Time Coordinated" (dados coordenados da hora universal), que é o padrão científico mundial de indicação das horas. Esse sistema baseia-se em relógios atômicos (césio), operados cuidadosamente, que mantêm a hora precisamente dentro de microssegundos. Os segundos intercalados são adicionados ou subtraídos conforme necessário para manter os dados UTC em sincronismo com a rotação da Terra.

P-37

### Precauções relativas à iluminação

Um LED (diodo emissor de luz) ilumina o mostrador para uma leitura fácil no escuro. Em qualquer modo (exceto quando houver uma tela de definição no mostrador), pressione **(L)** para iluminar o mostrador durante aproximadamente dois segundos.

- A iluminação pode ser difícil de ver sob a luz direta do sol.
- A iluminação apaga-se automaticamente toda vez que um alarme soa.
- O uso freqüente da luz encurta a vida útil da pilha.

P-38

### Especificações

**Precisão em temperatura normal:** ±30 segundos por mês

**Indicação das horas:** Horas, minutos, segundos, AM (A), PM (P), mês, dia, dia da semana

Formato das horas: 12 e 24 horas

Sistema do calendário: Calendário totalmente automático programado do ano 2000 ao ano 2099

Outros: Código da cidade local (selecionável dentre 29 fusos horários); Hora de verão/Hora normal

### Cronômetro

Tempos decorridos: Total (mostrador superior); Evento (mostrador inferior)

Unidades de medida: 1 segundo (mostradores superior e inferior)

Limite de medição: 99'59,99" (mostrador superior); 59'59" (mostrador inferior)

P-39

**Timer predefinido**

Unidade de medida: 1 segundo  
 Tempos iniciais predefinidos: 10, 12, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45 minutos  
 Modos do timer: Tempo decorrido, repetição automática  
 \* Cronometragem do tempo decorrido até 60 minutos depois que a contagem regressiva atingir zero

**Timer**

Número de timers: Até 9  
 Unidade de medida: 1 segundo  
 Limite de introdução: 59'55" (incrementos de 5 segundos)  
 Outros: Repetição automática

**Hora mundial:** 48 cidades (29 fusos horários)

Outros: Hora de verão/Hora normal

**Despertador:** Despertador diário; Sinal de marcação das horas

**Iluminação:** LED (diodo emissor de luz)

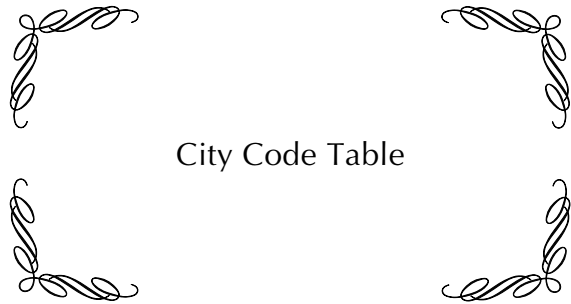
**Outros:** Ativação/desativação da operação dos botões

**Pilha:** Uma pilha de lítio (Tipo: CR2025)

Aproximadamente 10 anos com o tipo CR2025 (1 operação do tempo decorrido do cronômetro por semana (alarme de 10 segundos quando o tempo do evento predefinido é atingido), 1 operação do timer predefinido por semana (alarme de 10 segundos quando a contagem regressiva atinge zero), 1 operação do timer por semana (8 bipes de 1 segundo quando qualquer timer atinge zero), alarme de 5 segundos quando o último timer atinge zero), uma operação de 10 segundos do alarme por dia, uma iluminação de 1,5 segundo por dia)

P-40

P-41



L-1

**City Code Table**

City Code	City	UTC Differential	Other major cities in same time zone
PPG	Pago Pago	-11.0	
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
YVR	Vancouver	-08.0	Las Vegas, Seattle/Tacoma, Dawson City
SFO	San Francisco		
LAX	Los Angeles		
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton
MEX	Mexico City	-06.0	Winnipeg, Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans
CHI	Chicago		
MIA	Miami	-05.0	Montreal, Detroit, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
NYC	New York		
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
YYT	St. Johns	-03.5	
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
RAI	Praia	-01.0	
LIS	Lisbon	+00.0	Dublin, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London		

L-2

City Code	City	UTC Differential	Other major cities in same time zone
BCN	Barcelona	+01.0	Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm, Madrid
PAR	Paris		
MIL	Milan		
ROM	Rome		
BER	Berlin		
ATH	Athens	+02.0	Helsinki, Beirut, Damascus, Cape Town
JNB	Johannesburg		
IST	Istanbul		
CAI	Cairo		
JRS	Jerusalem		
MOW	Moscow	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi
JED	Jeddah		
THR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	
MLE	Male		

L-3

City Code	City	UTC Differential	Other major cities in same time zone
DEL	Delhi	+05.5	Mumbai, Kolkata, Colombo
DAC	Dhaka	+06.0	
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
SIN	Singapore	+08.0	Kuala Lumpur, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
HKG	Hong Kong		
EJS	Beijing		
SEL	Seoul	+09.0	Pyongyang
TYO	Tokyo		
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
GUM	Guam	+10.0	Melbourne, Rabaul
SYD	Sydney		
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

\*Based on data as of December 2006.

L-4