

SEIKO WATCH CORPORATION  
Copyright©2022 by SEIKO WATCH CORPORATION

# SEIKO

## 4R57

MONTRE MÉCANIQUE INSTRUCTIONS

**Merci infiniment d'avoir choisi une montre SEIKO. Pour garantir le bon fonctionnement de votre montre SEIKO, nous vous invitons à lire attentivement les instructions de ce mode d'emploi avant de l'utiliser.**

**Gardez-le à portée de main pour pouvoir le consulter en temps opportun.**

\* Le réglage de la longueur du bracelet métallique est assuré par le détaillant chez qui la montre a été achetée. Si vous ne pouvez pas faire réparer votre montre par le détaillant chez qui vous l'avez achetée parce que vous l'avez reçue en cadeau ou parce que vous avez déménagé dans un endroit éloigné, veuillez contacter le Centre de service client. Vous pouvez également vous adresser à un autre détaillant, qui vous facturera ce service s'il accepte de l'assurer.

\* Si votre montre est livrée avec un film de protection contre les rayures, n'oubliez pas de l'enlever avant d'utiliser la montre. Sinon, l'accumulation de souillures, de transpiration, de poussière ou d'humidité sous le film peut entraîner la formation de rouille.

## SOMMAIRE

### 1 UTILISATION

Précautions de manipulation .....	4
Caractéristiques de la montre mécanique (remontage manuel, remontage automatique) .....	8
Nom et fonction des pièces .....	9
Couronne .....	10
Comment remonter le ressort principal .....	11
L'indicateur de réserve de marche .....	13
Comment lire l'indicateur de réserve de marche ...	14
Comment régler l'heure et la date .....	15
Ajustement de la date à la fin du mois .....	18

Utilisation de la fonction d'heure mondiale simplifiée (uniquement pour les modèles dotés de la fonction d'heure mondiale simplifiée) ..	19
Comment utiliser la boussole (uniquement pour les modèles intégrant la lunette de boussole (bag)) .....	21
Comment utiliser la lunette de boussole (bag) .....	21
Codes de signal d'évacuation d'urgence (uniquement pour les modèles avec codes de signal d'évacuation d'urgence) .....	23

## 2 COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

Entretien quotidien .....	25
Performance et type .....	26
Lumibrite .....	27
Performance d'étanchéité .....	28
Résistance magnétique .....	29
Bracelet .....	31
Comment utiliser un fermoir à boucle déployante pour bracelet en cuir (fermoirs spéciaux) .....	34
Comment utiliser un fermoir à réglage facile .....	40
Service après-vente .....	43
Précision des montres mécaniques .....	45
Dépannage .....	47
Caractéristiques .....	49

FR 3

1

UTILISATION

### ⚠ MISE EN GARDE

Veillez noter qu'il existe un risque de blessures légères ou de dommages matériels si les consignes de sécurité suivantes ne sont pas strictement respectées.

#### Évitez de porter ou de conserver la montre dans les endroits ci-après :

- Endroits où sont vaporisés des agents volatiles (produits cosmétiques tels que des dissolvants, insecticides, solvants pour peintures, etc.)
- Endroits où la température chute en dessous de 5 °C ou s'élève au-dessus de 35 °C pendant une longue période
- Endroits où il y a un champ magnétique puissant ou de l'électricité statique
- Endroits où il y a de fortes vibrations
- Endroits très humides
- Endroits poussiéreux

#### Si vous remarquez des signes d'allergie ou d'irritation cutanée

Cessez immédiatement de porter la montre et consultez un spécialiste (dermatologue ou allergologue).

#### Autres mises en garde

- Pour ajuster la longueur du bracelet métallique, des connaissances et une expertise spécialisées sont requises. Dans ce cas, contactez le revendeur chez qui la montre a été achetée. Si vous essayez vous-même d'ajuster le bracelet métallique, vous risquez de vous blesser à la main et aux doigts, ou de perdre des parties du bracelet.
- N'essayez pas de démonter la montre ni de la modifier.
- La montre doit être conservée hors de portée des bébés et des enfants. Prenez les précautions nécessaires pour éviter tout risque de blessure, de rougeurs ou de démangeaisons d'origine allergique qui pourraient survenir au contact de la montre.
- Si votre montre est de type gousset ou pendentif, sa chaînette ou gourmette peut endommager vos vêtements ou érafler votre main, votre cou ou d'autres parties du corps.

FR 5

## Précautions de manipulation

1

UTILISATION

### ⚠ AVERTISSEMENT

Veillez noter que d'importants dégâts tels que des blessures graves peuvent survenir si les consignes de sécurité suivantes ne sont pas strictement respectées.

#### Cessez immédiatement de porter la montre dans les cas suivants :

- Si le boîtier ou le bracelet de la montre subit une corrosion, etc.
  - Si les ardillons du bracelet sont saillants.
- \* Consultez immédiatement le détaillant chez qui la montre a été achetée ou le Centre de service client.

#### Gardez la montre et ses pièces hors de portée des bébés et des enfants.

Prenez les précautions nécessaires pour éviter qu'un bébé ou un enfant n'avale accidentellement une pièce.

Si un bébé ou un enfant avale la pile ou une pièce, consultez immédiatement un médecin car cela peut mettre la santé du bébé ou de l'enfant en danger.

FR 4

### ⚠ AVERTISSEMENT



#### Ne pas utiliser la montre pour la plongée sous-marine ou la plongée à saturation.

Divers contrôles renforcés effectués lors de simulations d'environnement hostiles (très souvent requis pour les montres conçues pour la plongée sous-marine ou la plongée à saturation) n'ont pas été menés sur la montre étanche avec afficheur de pression barométrique. N'utiliser pour la plongée, que les montres conçues pour la plongée.

1

UTILISATION

### ⚠ MISE EN GARDE



#### Ne passez pas la montre directement sous le robinet d'eau courante.

La pression de l'eau du robinet est suffisante pour diminuer les performances d'étanchéité d'une montre étanche conçue pour la vie quotidienne.

FR 6

## ⚠ MISE EN GARDE

Veillez noter qu'il existe un risque de blessures légères ou de dommages matériels si les consignes de sécurité suivantes ne sont pas strictement respectées.



### Ne tournez pas et ne tirez pas la couronne lorsque la montre est mouillée.

De l'eau peut s'infiltrer dans la montre.

\* Si la surface intérieure du verre est embuée ou que des gouttes d'eau apparaissent à l'intérieur de la montre, cela signifie que son étanchéité est amoindrie. Consultez immédiatement le détaillant chez qui la montre a été achetée ou le Centre de service client.



### Essuyez rapidement les traces d'humidité, de transpiration et les souillures sur la montre.

Soyez conscient du risque que les performances d'étanchéité d'une montre étanche puissent diminuer en raison de la détérioration de l'adhésif sur le verre ou le joint, ou du développement de la rouille sur l'acier inoxydable.



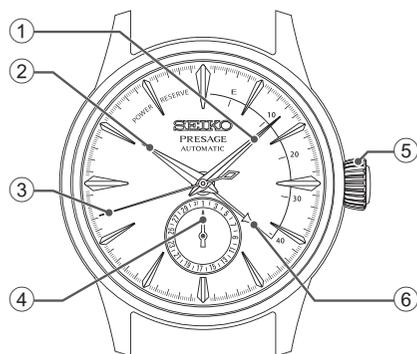
### Retirez la montre avant de prendre un bain ou d'entrer dans un sauna.

La vapeur, le savon ou certains composants d'une source chaude peuvent accélérer la dégradation de la performance d'étanchéité de la montre.

## Caractéristiques de la montre mécanique (remontage manuel, remontage automatique)

- Il s'agit d'une montre mécanique alimentée par un ressort.
- Pour l'utiliser à l'état arrêté, tournez la couronne de 20 tours à la main pour remonter le ressort avant de démarrer la montre.
- Bien que la précision des montres à quartz se mesure en différences sur plusieurs mois ou années, elle est mesurée en différences par jour dans les montres mécaniques (c'est-à-dire la quantité que la montre accélère ou ralentit en une seule journée).
- De plus, les montres mécaniques sont affectées de manière subtile par les conditions dans lesquelles elles sont utilisées (par exemple, durée d'usage, température, mouvement du bras, quantité de blessure, etc.) ; ainsi, le montant de l'erreur n'est pas constant.
- Lorsqu'elle est affectée par un fort magnétisme extérieur, la montre mécanique peut perdre/gagner du temps. Les composants de la montre peuvent se magnétiser en fonction de l'ampleur de l'effet. Dans un tel cas, contactez le détaillant chez qui la montre a été achetée, car elle doit être réparée et, notamment, démagnétisée.

## Nom et fonction des pièces

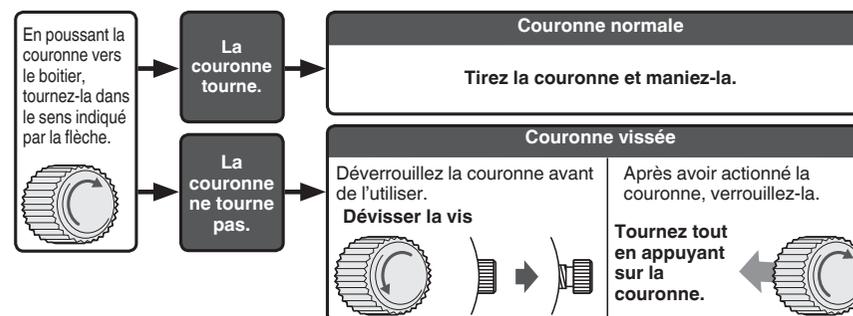


- ① Aiguille des minutes
- ② Aiguille des heures
- ③ Aiguille des secondes
- ④ Aiguille de la date
- ⑤ Couronne
  - Position normale (non verrouillée) : Remontez la montre (remontage manuel)
  - Position du premier clic : Réglage de la date
  - Position du second clic : Réglage de l'heure
- ⑥ Aiguille de réserve de marche

\* La position et l'aspect de l'afficheur peuvent varier en fonction du modèle de montre.

## Couronne

Il y a deux types de couronnes, la couronne normale et la couronne vissée. Veillez vérifier le type de la couronne de votre montre.



\* En verrouillant la couronne lorsque vous la vissez, une couronne vissée peut éviter un dysfonctionnement et augmenter l'étanchéité de la montre.

\* Veillez à ne pas forcer le vissage de la couronne, car cela peut endommager les cannelures de la montre.

## Comment remonter le ressort principal

- Il s'agit d'une montre mécanique automatique à remontage manuel.
- Lorsque la montre est portée au poignet, le ressort principal se remonte automatiquement par le mouvement normal du poignet. La montre peut également être remontée en tournant la couronne.
- Pour mettre la montre en marche une fois qu'elle s'est complètement arrêtée, remontez-la en tournant la couronne ou en la faisant osciller d'un côté à l'autre jusqu'à ce que l'aiguille des secondes commence à bouger. Ensuite, réglez l'heure et la date avant de mettre la montre au poignet. Pour remonter la montre, tournez lentement la couronne dans le sens des aiguilles de la montre. La montre ne peut pas être remontée en tournant la couronne dans le sens antihoraire. De cette façon, la montre peut être remontée complètement. En outre tourner davantage la couronne ne brisera pas le ressort.
- \* Pour la montre avec couronne vissée, veuillez déverrouiller la couronne avant l'utilisation et assurez-vous de la verrouiller après l'utilisation.
- Remontez le ressort moteur jusqu'à ce que l'indicateur de réserve de marche affiche un état de remontage complet. Une fois que la montre est complètement remontée, elle fonctionne pendant environ 41 heures.
- \* Pour vérifier l'état de remontage du ressort moteur, se référer à « L'indicateur de réserve de marche » → P. 13.

FR 11

- \* Si la montre est utilisée sans être complètement remontée, elle risque d'avancer ou de retarder. Pour éviter cela, portez la montre plus de 10 heures par jour. Si la montre est utilisée sans être portée au poignet, assurez-vous de la remonter complètement chaque jour à une heure précise.
- \* Si vous utilisez une montre qui s'est arrêtée avec le ressort principal déroulé, tourner la couronne pour enrouler le ressort ne fera pas démarrer la montre immédiatement. C'est parce que le couple (force) du ressort principal est faible en début de remontage en raison des caractéristiques des montres mécaniques. L'aiguille des secondes commence à se déplacer lorsqu'un certain couple est atteint après que le ressort principal a été remonté. Cependant, faire osciller la montre d'un côté à l'autre pour la faire tourner de force peut faire démarrer la montre plus tôt.

FR 12

## L'indicateur de réserve de marche

- L'indicateur de réserve de marche vous signale l'état de remontage du ressort moteur.
- Avant de retirer la montre de votre poignet, regardez l'indicateur de réserve de marche pour vérifier si la montre a réservé assez d'énergie pour fonctionner jusqu'à la prochaine fois que vous la porterez. Si besoin, remontez le ressort moteur. (Pour éviter que votre montre arrête de fonctionner, remontez le ressort moteur afin de réserver un excès d'énergie qui permettra à la montre de fonctionner pendant une durée supplémentaire.)



L'indicateur de réserve de marche

- \* Le temps de fonctionnement continu de la montre peut changer en fonction des conditions d'utilisation (par exemple, la durée pendant laquelle vous portez la montre ou l'importance des mouvements de votre bras pendant que vous la portez).
- \* Au cas où vous portez la montre pendant une courte durée par jour, observez l'indicateur de réserve de marche pour connaître le niveau d'énergie restante. **Si besoin, remontez le ressort moteur manuellement.**

FR 13

## Comment lire l'indicateur de réserve de marche

- Comme illustré sur le schéma ci-dessous, quand l'indicateur est dirigé sur 40 ou F sur l'échelle, il est complètement remonté. À mesure que le ressort moteur se détend, l'indicateur se déplace sur 0 ou E.
- \* La précision d'une montre mécanique est affectée par le degré de remontage du ressort moteur. Si la montre est utilisée pendant une longue durée lorsque le degré de remontage est de 20 heures ou moins, une précision stable peut ne pas être obtenue. Il est donc recommandé que le degré de remontage soit entre 20 heures et un remontage complet lorsque vous utilisez la montre.
- \* Une fois que le ressort moteur est complètement remonté, il glissera si vous le remontez davantage. Il est donc impossible que le ressort moteur casse même s'il est trop remonté.
- \* Il est possible que l'indicateur aille au-delà de 0 ou E, mais ce n'est pas un dysfonctionnement.

L'indicateur de réserve de marche			
L'état de remontage du ressort moteur	Complètement remonté	À moitié remonté	Non remonté
Durée pendant laquelle la montre peut fonctionner	Environ 41 heures	Environ 20 heures	Soit la montre s'arrête, soit elle perd en énergie.

- \* Les styles varient en fonction du modèle de montre. Voir le schéma ci-dessus sur la lecture de la durée approximative du temps de fonctionnement continu.

FR 14

## Comment régler l'heure et la date

La montre est dotée d'une fonction de date et est conçue de telle sorte que la date change toutes les 24 heures.

La date change vers minuit. Si le matin/après-midi n'est pas réglé correctement, la date va changer à midi.

### ⚠ MISE EN GARDE

Ne définissez pas la date entre 21 heures et 1 heure 30 du matin.  
La modification de la date pendant cette période peut entraîner des problèmes tels que la date ne pouvant pas être modifiée le lendemain.

FR 15

### 3 Tirez la couronne jusqu'au second clic, puis réglez l'heure.

Tirez la couronne au second clic lorsque l'aiguille des secondes pointe vers la position 12 heures ; l'aiguille des secondes s'arrête.

Tournez la couronne pour faire avancer les aiguilles jusqu'à ce que la date change au jour suivant. L'heure est maintenant réglée pour la période de matinée. Avancez les aiguilles pour régler la bonne heure.



### 4 Repoussez la couronne en position normale en fonction d'un signal horaire.

L'aiguille des secondes commence immédiatement à bouger.

\* Le service de signal téléphonique est utile pour régler l'aiguille des secondes avec précision.

\* Pour les modèles possédant les couronnes vissées, veuillez déverrouiller la couronne après l'avoir manipulée.

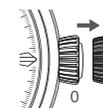
### ⚠ MISE EN GARDE

Le mécanisme des montres mécaniques est différent de celui des montres à quartz.  
Lorsque vous réglez l'heure, assurez-vous de revenir un peu en arrière par l'aiguille des minutes, puis avancez-la jusqu'à l'heure exacte.

FR 17

### 1 Tirez la couronne au premier clic.

\* Pour les modèles possédant les couronnes vissées, veuillez déverrouiller la couronne avant de la manipuler.



Tirez la couronne au premier clic

### 2 La date peut être réglée en tournant la couronne.

Tournez-la jusqu'à ce que la date du jour précédent apparaisse. Ex.) Pour que la date affichée soit « 6 », réglez la valeur sur « 5 ». Tournez la couronne dans le sens antihoraire pour régler la date.

## ■ Ajustement de la date à la fin du mois

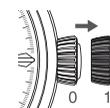
Il est nécessaire d'ajuster la date à la fin de février et des mois de 30 jours.

Ex.) Pour ajuster la date dans la période de matinée le premier jour d'un mois suivant un mois de 30 jours

La montre affiche « 31 » au lieu de « 1 ». Tirez la couronne au premier clic.

Tournez la couronne dans le sens antihoraire pour régler la date sur « 1 », puis repoussez la couronne en position normale.

\* Pour les modèles possédant les couronnes vissées, veuillez déverrouiller la couronne après l'avoir manipulée.



Tirez la couronne au premier clic

### ⚠ MISE EN GARDE

- Évitez de modifier la date lorsque la montre fonctionne entre 21 heures et 1 heure 30 du matin. Cela pourrait causer des dérèglements.

FR 18

## Utilisation de la fonction d'heure mondiale simplifiée (uniquement pour les modèles dotés de la fonction d'heure mondiale simplifiée)

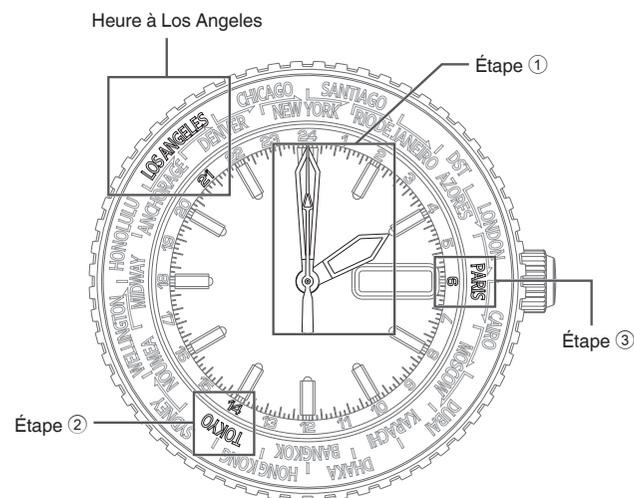
En utilisant les noms des principales villes du monde figurant sur la lunette rotative et l'affichage 24 heures sur les cadrans, il est possible de lire l'heure approximative dans chaque ville.

- Il ne s'agit que d'une fonction simplifiée de l'heure mondiale, qui ne doit pas être utilisée lorsque la précision est essentielle.

Exemple : lorsque vous êtes à Tokyo et que vous souhaitez connaître l'heure à Paris

- ① Vérifiez l'heure actuelle à Tokyo. (Dans ce cas, il est 14:00 [2:00 p.m.].)
- ② Réglez la lunette rotative pour l'aligner « TOKYO » avec l'indicateur 14.
- ③ Vérifiez l'alignement de l'heure « PARIS » sur la lunette rotative. (Dans ce cas, elle s'aligne sur 6, et il est donc 6:00 à Paris).

Vous pouvez procéder de la même façon pour lire l'heure dans d'autres villes. Par exemple, vous pouvez lire 21:00 (9:00 p.m.) à Los Angeles.



## Comment utiliser la boussole (uniquement pour les modèles intégrant la lunette de boussole (bag))

- Veuillez utiliser la boussole dans les endroits où le soleil est visible ou son emplacement est connu.
- Si l'heure d'été est en vigueur dans votre région, assurez-vous de régler votre montre une heure en retard sur l'heure actuelle avant d'utiliser la boussole rotative.
- \* La boussole est conçue pour fournir seulement une indication approximative des directions et elle ne doit pas être utilisée où l'exactitude est nécessaires.

### Comment utiliser la lunette de boussole (bag)

#### ● Dans l'hémisphère septentrional

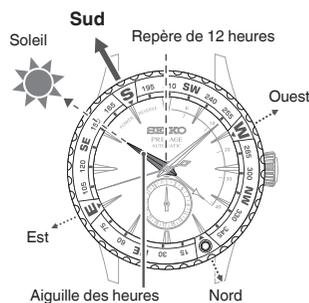
\* Dans les régions tropicales (au sud du tropique du cancer), la boussole peut ne pas fonctionner correctement à certaines périodes de l'année.

**1** Tout en maintenant le cadran de la montre à plat, dirigez l'aiguille des heures vers le soleil.

**2** Réglez le « S » (Sud) de la lunette de boussole rotative (bag) au point central de l'arc entre le repère de 12 heures et l'échelle de temps indiquée par l'aiguille des heures.

Les marques de direction sur la boussole rotative indiquent les directions correspondantes.

\* Dans le cas d'un bag, il peut avoir une couronne et caetera pour l'opération.



#### ● Dans l'hémisphère austral

\* Dans les régions tropicales (au nord du tropique du capricorne), la boussole peut ne pas fonctionner correctement à certaines périodes de l'année.

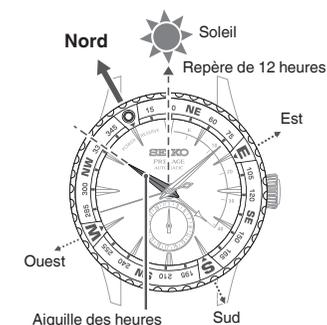
**1** Tout en maintenant le cadran de la montre à plat, dirigez le repère de 12 heures vers le soleil.

**2** Réglez le « N » (Nord) de la lunette de boussole rotative (bag) au point central de l'arc entre le repère de 12 heures et l'échelle de temps indiquée par l'aiguille des heures.

Les marques de direction sur la boussole rotative indiquent les directions correspondantes.

\* « N » peut-être une autre marque.

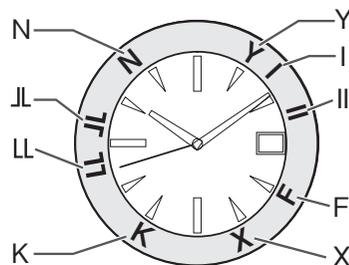
\* Dans le cas d'un bag, il peut avoir une couronne et caetera pour l'opération.



## Codes de signal d'évacuation d'urgence (uniquement pour les modèles avec codes de signal d'évacuation d'urgence)

Neuf signaux d'urgence importants envoyés par le sol aux avions sont affichés sur le cadran.

- Y : YES (OUI)
- N : NO (NON)
- LL : ALL WELL (TOUT VA BIEN)
- JL : NOT UNDERSTOOD (INCOMPRIS)
- K : INDICATE DIRECTION TO PROCEED  
(INDIQUER LE SENS À SUIVRE)
- X : UNABLE TO PROCEED  
(IMPOSSIBLE DE POURSUIVRE)
- I : REQUIRE DOCTOR  
(BESOIN D'UN MÉDECIN)
- II : REQUIRE MEDICAL SUPPLIES  
(BESOIN DE FOURNITURES MÉDICALES)
- F : REQUIRE FOOD AND WATER  
(BESOIN DE NOURRITURE ET D'EAU)



FR 23

### Usage général

En cas de détresse, ces signes doivent être dessinés sur le sol pour les embarcations/parties de recherche et de sauvetage.

Le panneau doit faire au moins 10 mètres de côté. Les caractères doivent être orientés dans le sens nord-sud.

Sur la neige, le panneau doit être creusé comme une tranchée ou surélevé de manière à être lisible par ombrage.

Des vêtements et des équipements doivent être utilisés si la force physique est insuffisante. De l'herbe, des arbres ou des pierres doivent être utilisés s'ils sont à portée de main.

Lors d'une opération de sauvetage, les avions peuvent utiliser des haut-parleurs et des tubes de communication pour contacter les personnes au sol, mais la personne en détresse aura du mal à répondre. Cependant, la connaissance de ces méthodes de réponse peut favoriser un bon sauvetage.

FR 24

## Entretien quotidien

### ● Cette montre doit être entretenue avec soin au quotidien

- Ne passez pas la montre sous l'eau lorsque sa couronne est déverrouillée.
- Essayez les traces d'humidité, de transpiration et de souillures à l'aide d'un chiffon doux.
- Si la montre a été exposée à l'eau de mer, n'oubliez pas de la rincer à l'eau claire et de la sécher soigneusement.

Ne passez pas la montre directement sous le robinet d'eau courante. Mettez d'abord un peu d'eau dans un bol, puis plongez-y la montre pour la laver.

\* Si votre montre est spécifiée « Non-étanche » ou « étanche pour usage quotidien, » veuillez ne pas laver la montre.

« Performance et type » → P. 26

« Performance d'étanchéité » → P. 28

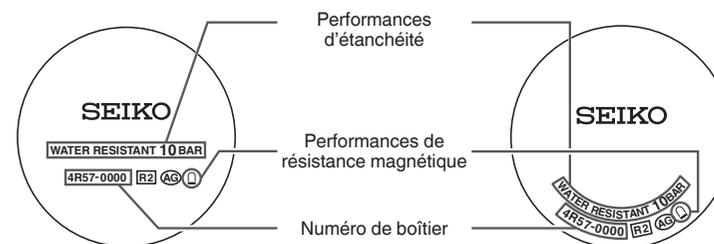
### ● Tournez régulièrement la couronne

- Tournez régulièrement la couronne pour éviter la corrosion.
- Le même principe doit s'appliquer pour une couronne vissée.  
« Couronne » → P. 10

FR 25

## Performance et type

Les performances de la montre ainsi que le calibre sont indiqués sur le fond du boîtier.



#### • Performances d'étanchéité

Bien vouloir vous référer à P. 28.

#### • Numéro de boîtier

Numéro utilisé pour identifier le type de montre

#### • Performances de résistance magnétique

Bien vouloir vous référer à P. 29 et P. 30.

\* L'illustration ci-dessus est fournie à titre d'exemple et peut par conséquent être différente de celle de votre montre.

FR 26

## Lumibrite

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

### Si votre montre contient du Lumibrite

Lumibrite est un revêtement qui absorbe rapidement l'énergie lumineuse naturelle et artificielle, l'emmagasine et la restitue dans l'obscurité. Par exemple, à la suite d'une exposition pendant une dizaine de minutes à une lumière de plus de 500 lux, Lumibrite peut émettre de la lumière pendant 3 à 5 heures. Il est toutefois important de noter que Lumibrite n'émet que la lumière qu'il a emmagasinée et que le niveau de luminosité diminue dans le temps. La durée d'émission de lumière dépend aussi de facteurs tels que la luminosité de l'endroit où la montre a été exposée à la lumière et de la distance entre la source lumineuse et la montre.

\* En général, le passage d'un endroit clair à un endroit sombre nécessite un certain temps d'adaptation pour l'œil humain, ce qui rend les objets difficiles à voir dans un premier temps. (Adaptation sombre)

\* Lumibrite est un revêtement lumineux qui stocke et émet de la lumière, celle-ci étant inoffensive pour la santé humaine et l'environnement. Ce revêtement ne contient pas de matériaux toxiques tels que des substances radioactives.

#### <Niveaux de luminosité>

Condition de luminosité		Éclairage
Lumière du soleil	Beau temps	100 000 lux
	Temps nuageux	10 000 lux
Intérieur (près de la fenêtre, pendant le jour)	Beau temps	Plus de 3 000 lux
	Temps nuageux	1 000 à 3 000 lux
	Temps pluvieux	Moins de 1 000 lux
Appareil d'éclairage (lampe fluorescente lumière du jour de 40 watts)	Distance de la montre : 1 m	1 000 lux
	Distance de la montre : 3 m	500 lux (Éclairage intérieur moyen)
	Distance de la montre : 4 m	250 lux

FR 27

## Performance d'étanchéité

Référez-vous au tableau ci-dessous pour une description de la performance d'étanchéité de votre montre avant utilisation. (Voir P. 26)

Indication au dos du boîtier	Performances d'étanchéité	Conditions d'utilisation	
Aucune indication	Aucune étanchéité	Évitez les gouttes d'eau ou de sueur	
WATER RESISTANT	Étanchéité pour utilisation quotidienne	La montre résiste au contact accidentel à de l'eau dans la vie quotidienne.	<b>⚠ AVERTISSEMENT</b> Bien vouloir éviter de s'en servir pour nager.
WATER RESISTANT 5 BAR	Étanche dans le cadre d'une utilisation quotidienne à une pression de 5 bars.	La montre est adaptée aux sports tels que la nage.	
WATER RESISTANT 10(20)BAR	Étanche dans le cadre d'une utilisation quotidienne à une pression de 10 (20) bars.	La montre est adaptée à la plongée sans bouteilles d'air.	

FR 28

## Résistance magnétique

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

Lorsqu'elle est affectée par le magnétisme environnant, une montre peut temporairement avancer ou retarder ou cesser de fonctionner.

⚠ DANGER	
Indication au dos du boîtier	Conditions d'utilisation
Aucune indication	
	La montre ne doit pas être située à moins de 5 cm d'objets magnétiques. (norme JIS niveau 1)
	La montre ne doit pas être située à moins de 1 cm d'objets magnétiques. (norme JIS niveau 2)

Si la montre devient aimantée et que sa précision se détériore dans une mesure dépassant les proportions spécifiées dans des conditions normales d'utilisation, il est nécessaire de la démagnétiser. Dans ce cas, la démagnétisation et le réajustement de la précision vous seront facturés, même si cela se produit pendant la période de garantie.

### Pourquoi une montre est affectée par le magnétisme

Le spiral intégré peut être influencé par un fort champ magnétique externe.

FR 29

### Exemples de produits magnétiques courants susceptibles d'affecter les montres



Smartphone, téléphone portable, terminal de tablette (haut-parleur, aimant de couvercle)



Adaptateur CA



Sac (à fermeture magnétique)



Rasoir alimenté par un courant alternatif



Appareil de cuisson magnétique



Radio portable (haut-parleur)



Collier magnétique



Oreiller magnétique

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

FR 30

## Bracelet

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

Le bracelet est en contact direct avec la peau et se salit sous l'effet de la transpiration et de la poussière. Ainsi, un entretien insuffisant peut dégrader le bracelet, provoquer une irritation cutanée ou colorer le rebord de vos manches. Pour prolonger la durée d'utilisation de votre montre, il convient donc de veiller à la propreté du bracelet.

### ● Bracelet métallique

- Un contact prolongé avec l'humidité, la transpiration ou des souillures peut entraîner la formation de rouille, même sur un bracelet inoxydable.
- Le manque d'entretien peut provoquer des rougeurs ou entraîner l'apparition de taches jaunes ou dorées sur les bords de manche de vos chemises.
- Essayez immédiatement les traces d'humidité, de transpiration ou les souillures à l'aide d'un chiffon doux.
- Pour nettoyer la souillure autour des joints du bracelet, essuyez-la à l'eau et brossez-la ensuite avec une brosse à dents douce. (Évitez de mouiller le corps de la montre en l'enveloppant dans du plastique, etc.) Nettoyez-le avec un chiffon doux.
- Comme certains bracelets en titane utilisent des ardillons en acier inoxydable extrêmement résistant, une formation de rouille est possible.
- Si la rouille progresse, les ardillons risquent de se déloger ou de tomber, et le boîtier peut se détacher du bracelet, ou le fermoir peut ne pas s'ouvrir.
- Si un ardillon se déloge, vous risquez de vous blesser. Dans ce cas, arrêtez de porter la montre et faites-la réparer.

FR 31

### ● Bracelet en silicone

- En raison des caractéristiques du matériau, le bracelet se salit facilement et peut présenter des taches ou une décoloration au fil du temps. Enlevez les souillures à l'aide d'un chiffon humide ou d'une lingette.
- Contrairement aux bracelets constitués d'autres matériaux, des fissures peuvent entraîner une cassure du bracelet. Veillez à ne pas endommager le bracelet avec un outil tranchant.

Remarques sur les irritations cutanées et les allergies	Les irritations cutanées au contact du bracelet peuvent avoir de multiples causes, notamment une allergie aux métaux ou aux cuirs, ou une réaction cutanée à la friction par la poussière ou le bracelet.
Remarques sur la longueur du bracelet	Le bracelet doit être suffisamment lâche pour ne pas coller au poignet et permettre une bonne circulation de l'air. Vous devez pouvoir passer un doigt entre la montre et votre poignet. 

FR 33

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

### ● Bracelet en cuir

- Sous l'effet de l'humidité, de la transpiration et de l'exposition directe aux rayons du soleil, les bracelets en cuir ont tendance à se décolorer et s'abîmer.
- Essayez les traces d'humidité et de transpiration aussi rapidement que possible en passant un chiffon sec.
- La montre ne doit pas être exposée directement au soleil pendant une période prolongée.
- Prenez particulièrement soin d'un bracelet de couleur claire car les souillures y seront plus visibles.
- Évitez de porter un bracelet en cuir outre les bracelets Aqua Free lorsque vous vous baignez, lorsque vous nagez, ou lorsque vous travaillez au contact de l'eau, même si la montre elle-même est étanche pour utilisation quotidienne (étanche à 10 bars/20 bars).

### ● Bracelet en polyuréthane

- Un bracelet en polyuréthane est sensible à la décoloration due à la lumière et peut être détérioré par des solvants ou par l'humidité atmosphérique.
- Les bracelets translucides, blancs ou de couleur pâle en particulier ont tendance à absorber les autres couleurs, entraînant l'apparition de taches ou une décoloration.
- Lavez-les à l'eau avant de les essuyer avec un chiffon sec. (Évitez de mouiller le corps de la montre en l'enveloppant dans du plastique, etc.)
- Si le bracelet se rigidifie, faites-le remplacer. Si vous continuez à le porter en l'état, le bracelet peut se fissurer et devenir friable.

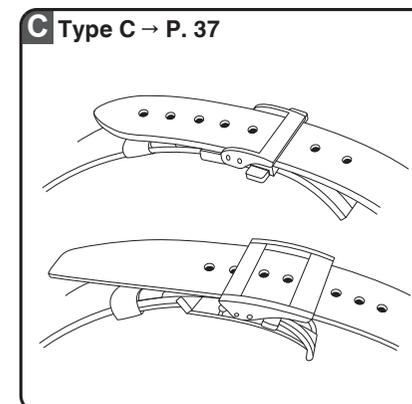
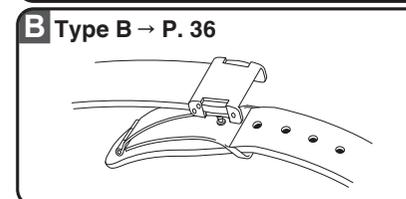
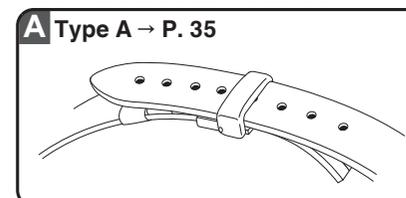
2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

FR 32

## Comment utiliser un fermoir à boucle déployante pour bracelet en cuir (fermoirs spéciaux)

Il y a 3 types de fermoirs uniques, décrits ci-dessous ; Si le fermoir de la montre que vous achetez correspond à l'un des types cités ci-dessous, bien vouloir vous référer aux indications.



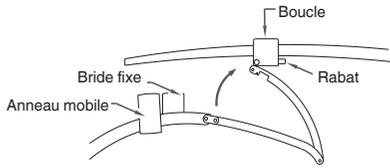
2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

FR 34

**A Type A**

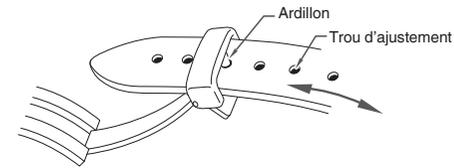
- 1 Relevez le fermoir pour libérer la boucle.



- 2 Ouvrez le rabat.



- 3 Retirez l'ardillon du trou d'ajustement. Glissez le bracelet à gauche et à droite et réinsérez l'ardillon dans le trou d'ajustement à la longueur appropriée.



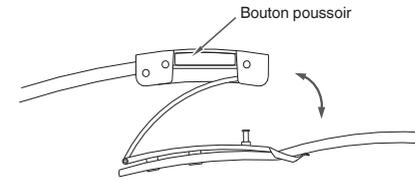
- 4 Fermez le rabat.  
\* Ne forcez pas le rabat.



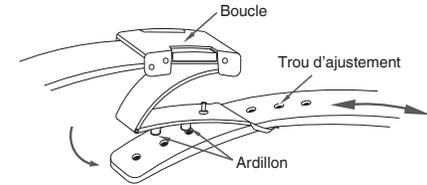
\* Pour boucler le fermoir, insérez le bout du bracelet dans la boucle mobile et la boucle fixe, ensuite, bien verrouiller le fermoir.

**B Type B**

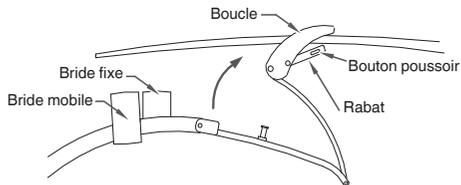
- 1 En appuyant le bouton poussoir des deux côtés du rabat, relevez-le pour ouvrir le fermoir.



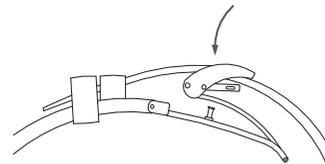
- 2 Retirez l'ardillon du trou d'ajustement. Glissez le bracelet à gauche et à droite et réinsérez l'ardillon dans le trou d'ajustement à la longueur appropriée. Poussez la boucle et verrouillez le fermoir.

**C Type C****● Comment fixer la montre au poignet et la retirer**

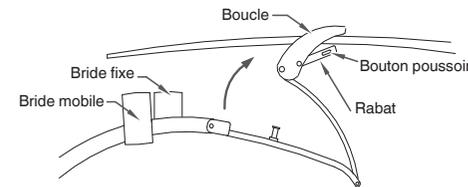
- 1 En appuyant sur les boutons poussoirs des deux côtés du rabat, tirez le bracelet hors de la bride mobile et fixe, puis ouvrez le fermoir.



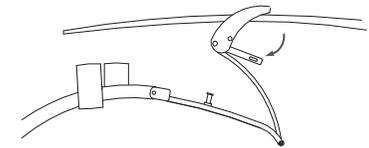
- 2 Insérez le bout du bracelet entre la bride amovible et la bride fixe, et fixez le fermoir en appuyant sur le cadre de la boucle.

**● Comment régler la longueur du bracelet**

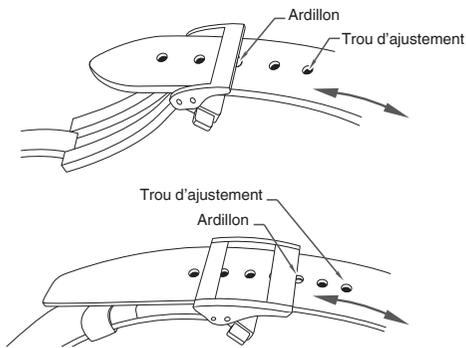
- 1 En appuyant sur les boutons poussoirs des deux côtés du rabat, tirez le bracelet hors de la bride mobile et fixe, puis ouvrez le fermoir.



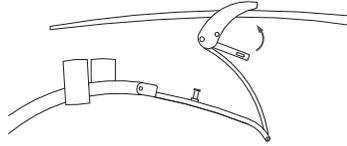
- 2 Appuyez à nouveau sur les boutons poussoirs pour libérer le rabat.



- 3 Sortez l'ardillon du trou d'ajustement du bracelet. Faites glisser le bracelet pour ajuster sa longueur et recherchez le trou approprié pour y introduire l'ardillon.

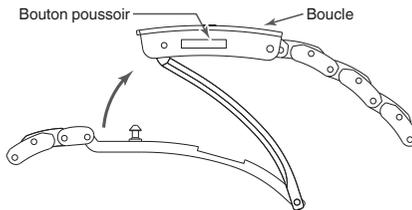


- 4 Fermez le rabat.

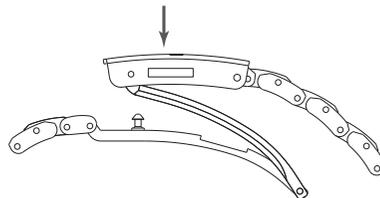


### ● Comment porter le bracelet (ouverture et fermeture du fermoir)

1. Appuyez légèrement sur les boutons poussoirs pour ouvrir le fermoir.  
\* Notez que lorsque vous appuyez trop fort (enfoncez avec excès) sur les boutons poussoirs, vous actionnez le dispositif de réglage intelligent, ce qui entraîne l'allongement du bracelet.



2. Fixez le fermoir en appuyant sur le cadre de la boucle.



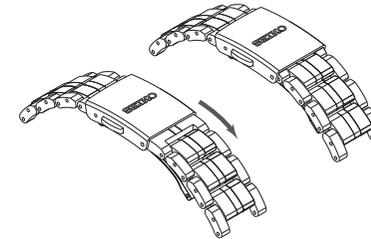
## Comment utiliser un fermoir à réglage facile

Certains bracelets sont munis d'un fermoir à réglage facile permettant un réglage précis de la longueur du bracelet.

Si le fermoir de la montre que vous avez achetée est le suivant, reportez-vous aux instructions suivantes.

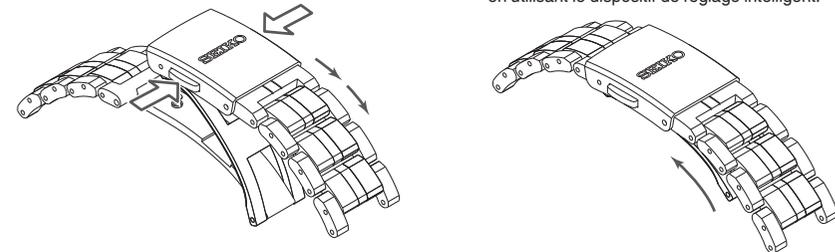
\* Le bracelet peut être rallongé jusqu'à environ 5 mm.

Ceci est utile lorsque vous sentez que le bracelet est trop serré ou que celui-ci est inconfortable pour une raison quelconque.



### ● Comment régler la longueur du bracelet

1. Vous pouvez allonger le bracelet d'environ 5 mm (2 niveaux) en appuyant fermement sur les boutons poussoir situés sur les deux côtés pour actionner le dispositif de réglage intelligent.
2. Fixez le fermoir en appuyant sur le cadre de la boucle.  
\* Même lorsque le fermoir est fermé, vous pouvez toujours raccourcir la longueur du bracelet allongé en utilisant le dispositif de réglage intelligent.



\* Les illustrations ci-dessus sont fournies à titre d'exemple. Certains détails peuvent différer selon le modèle.

## Service après-vente

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

### ● Remarques sur la garantie et les réparations

- Pour toute réparation ou révision, contactez le détaillant chez qui la montre a été achetée ou le Centre de service client.
- Pendant la période de garantie, présentez le certificat de garantie pour bénéficier des services de réparation.
- Les éléments couverts par la garantie sont indiqués dans le certificat. Lisez-le attentivement et conservez-le.
- Pour les services de réparation après expiration de la période de garantie, si les fonctions de la montre peuvent être rétablies par nos travaux de réparation, nous les effectuerons à votre requête et moyennant facturation.

### ● Remplacement par des pièces fonctionnelles

- N'oubliez pas qu'en cas d'indisponibilité, les pièces de rechange peuvent être remplacées par d'autres produits dont l'apparence peut être légèrement différente de celle des originaux.

FR 43

## Précision des montres mécaniques

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

- La précision des montres mécaniques est indiquée par la « marche diurne. »
- La précision des montres mécaniques peut ne pas se situer dans l'intervalle de temps spécifié car la perte/le gain de temps varie en fonction de sa position, qui dépend des conditions d'utilisation, telles que la durée pendant laquelle la montre est portée au poignet, le mouvement du bras, si le ressort principal est complètement remonté ou non, etc.
- La perte ou le gain de temps des montres mécaniques n'est pas mesuré par une marche diurne d'une journée, mais par des marches diurnes d'une semaine environ.
- Variation de précision en fonction de la température

Les pièces qui assurent la précision des montres mécaniques sont en métal. On sait que les métaux se dilatent ou se contractent en fonction des températures du fait de leurs caractéristiques. Cela a un effet sur la précision des montres. Les montres mécaniques ont tendance à retarder à haute température alors qu'elles ont tendance à avancer à basse température.

FR 45

### ● Contrôle et ajustement nécessitant un démontage et un nettoyage (Révision)

- Il est recommandé de procéder à un contrôle et un réglage périodiques par démontage et nettoyage (révision) tous les 2 à 3 ans environ, afin que la montre maintienne ses performances optimales à long terme.
- Le mécanisme de transmission de puissance du mouvement de cette montre reçoit constamment des forces. Pour s'assurer que ce mécanisme fonctionne correctement tout le temps, il est important de laver les pièces, de changer l'huile, de régler la précision, de vérifier les fonctions et de remplacer régulièrement les pièces remplaçables. La première révision après l'achat de votre montre est particulièrement importante pour préserver son utilisation à long terme. Selon les conditions d'utilisation, les parties mécaniques de votre montre peuvent être moins bien lubrifiées ; l'abrasion des pièces due à la contamination de l'huile peut faire avancer ou retarder considérablement la montre ou entraîner son arrêt complet. Étant donné que des pièces telles que le joint peuvent se détériorer, les performances d'étanchéité peuvent diminuer suite à l'infiltration d'humidité et de transpiration. L'inspection et le réglage par démontage et nettoyage (révision) doivent être effectués par le revendeur auprès duquel la montre a été achetée et qui utilise des pièces SEIKO GENUINE PARTS (« PIÈCES D'ORIGINE SEIKO »). Par la même occasion, demandez également le remplacement du joint d'étanchéité et de la barrette à ressort.
- La révision de votre montre (impliquant un démontage et un nettoyage) peut nécessiter le remplacement de son mécanisme de transmission du mouvement.

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

FR 44

### ○ État de tension et précision du ressort principal

Afin d'améliorer la précision, il est important de fournir régulièrement de l'énergie à la balancier qui contrôle la vitesse des engrenages. La force motrice du ressort principal qui entraîne les montres mécaniques varie entre le moment où il est complètement remonté et immédiatement avant qu'il ne soit déroulé. Au fur et à mesure que le ressort principal se déroule, sa force s'affaiblit. Les montres de type à remontage automatique peuvent atteindre une précision relativement stable si elles sont fréquemment portées au poignet. Pour ce qui est de celles de type mécanique à remontage manuel, le même résultat peut être obtenu si l'on remonte le ressort principal tous les jours à une heure fixe.

### ○ Effet du magnétisme

Lorsqu'elle est affectée par un fort magnétisme extérieur, la montre mécanique peut perdre/gagner du temps. Les composants de la montre peuvent se magnétiser en fonction de l'ampleur de l'effet. Dans un tel cas, contactez le détaillant chez qui la montre a été achetée, car elle doit être réparée et, notamment, démagnétisée.

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

FR 46

## Dépannage

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

Troubles	Causes possibles	Solutions
La montre cesse de fonctionner.	Le ressort n'a pas été remonté.	Remontez la montre comme indiqué « Comment remonter le ressort principal » → (P. 11), et réglez l'heure. Si la montre ne fonctionne toujours pas, consultez le revendeur auprès duquel vous l'avez achetée.
La montre gagne / perd du temps.	La montre est restée longtemps exposée à des températures extrêmement basses ou élevées.	La précision normale reprendra lorsque la montre recouvrira sa température normale. La montre a été réglée de manière à fonctionner avec précision lorsque vous la portez au poignet dans une plage de température normale comprise entre 5 °C et 35 °C.
	La montre a été laissée à proximité d'un objet avec un champ magnétique intense.	La précision ne peut pas être rétablie. La restauration de la précision d'origine nécessite une démagnétisation (réparation). Consultez le détaillant qui vous a vendu la montre.
	Vous avez fait tomber la montre, l'avez cognée sur une surface dure ou l'avez portée en pratiquant un sport. La montre est exposée à de fortes vibrations.	Si l'exactitude ne revient pas après avoir réglé l'heure, consultez le revendeur auprès duquel la montre a été achetée.
	La montre n'a pas été révisée depuis plus de 3 ans.	Contactez le détaillant chez qui la montre a été achetée.

FR 47

Troubles	Causes possibles	Solutions
La date change à midi.	L'heure de la matinée/l'après-midi n'est pas correctement réglée	Avancez les aiguilles de 12 heures.
Le flou de l'afficheur persiste.	Une petite quantité d'eau s'est infiltrée à l'intérieur de la montre en raison d'une détérioration du joint, etc.	Contactez le détaillant chez qui la montre a été achetée.

\* Pour la solution de problèmes autres que ceux énumérés ci-dessus, contactez le revendeur auprès duquel la montre a été achetée.

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

FR 48

## Caractéristiques

2

COMMENT PRÉSERVER LA QUALITÉ DE VOTRE MONTRE

Cal.	4R57
1. Caractéristiques	5 aiguilles (affichage de l'heure (aiguilles des heures, minutes et secondes), aiguille de la date et indicateur de réserve de marche).
2. Alternances par heure	21 600 alternances / heure (6 alternances / sec)
3. Retard / avance (précision moyenne journalière)	+45 à -35 secondes dans la plage de température normale Seulement si porté au poignet dans une plage de température de 5 °C à 35 °C
4. Mécanisme d'entraînement	Type à remontage automatique avec mécanisme de remontage manuel
5. Durée	Environ. 41 heures
6. Rubis	29 rubis

\* La précision ci-dessus est ajustée en usine.

\* En raison des caractéristiques des montres mécaniques, toute marche diurne réelle peut ne pas se situer dans la plage de précision horaire spécifiée ci-dessus en fonction des conditions d'utilisation, telles que la durée pendant laquelle la montre est portée au poignet, la température, le mouvement du bras, si le ressort moteur est remonté complètement ou non, etc.

FR 49