



[Base de connaissances](#) > [Montres Connectées](#) > [Dépannage et Informations - Reebok Pulse](#) > [Configuration & Appairage](#) > [Régler la Date et l'Heure sur votre Reebok Pulse](#)

Régler la Date et l'Heure sur votre Reebok Pulse

Inas Laghzaoui - 2025-08-20 - [Commentaire \(1\)](#) - [Configuration & Appairage](#)

Votre Reebok Pulse vous offre des options flexibles pour maintenir la date et l'heure exactes, que vous souhaitiez les synchroniser automatiquement avec votre téléphone ou les ajuster manuellement.

Synchronisation avec votre Téléphone (Recommandé)

Par défaut, votre montre synchronise automatiquement la date et l'heure avec votre smartphone jumelé via l'application Reebok Connect. Cela garantit :

- Des mises à jour instantanées lors des changements d'heure
- Des ajustements automatiques lors de vos déplacements entre fuseaux horaires

Option d'Horloge 24 Heures

Vous pouvez choisir le format d'heure que vous préférez :

- 12 heures (AM/PM)
- 24 heures (format militaire)
Vous pouvez changer de format à tout moment dans les paramètres de la montre.

Réglage Manuel de la Date et de l'Heure

Si vous ne souhaitez pas synchroniser avec votre téléphone, vous pouvez régler la date et l'heure directement sur la montre.

Conseils

- Pour obtenir l'heure la plus précise, gardez votre montre connectée régulièrement à l'application.
- Lors de vos voyages, synchroniser avec votre téléphone mettra automatiquement l'heure locale à jour.