MA2003-CkC © 2020 CASIO COMPUTER CO., LTD.

快 速 参 考 说 明 书 3481

CASIO

中文（简体）

感谢您选购卡西欧（CASIO）手表。

有关本产品的详细使用手册及疑难解答等资讯，请访问下示网站。

https://world.casio.com/manual/wat/

目录

手表的使用.....Ck-4
模式的选换 Ck-4
时间设定的调整.....Ck-6
训练功能 Ck-9
规格 Ck-10

Bluetooth® 标志和徽标为 Bluetooth SIG, Inc. 公司的注册商标，卡西欧计算机有限公司（CASIO COMPUTER CO., LTD.）经授权使用此种标志。

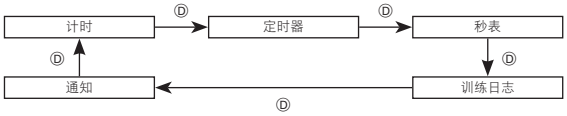
本产品配备 Mobile Link 功能，能与手机进行 Bluetooth® 通信，执行自动时间调整等操作。

- 本产品在很多国家及地区都符合其无线电法或已取得该法律的许可。在不符合相应无线电法律的地方或未取得无线电法律批准的地方使用本产品，可能会受到当地法律的制裁。有关详情请访问 https://world.casio.com/ce/BLE/。
- 在飞机上使用本产品受相应各国法律的限制。使用本产品等的装置必须听从飞机乘务员的指示。

手表的使用

模式的选换

按 Ⓓ 钮可循环选换模式，如下所示。



- 按住 Ⓓ 钮至少一秒钟也可直接返回计时模式。
- 有关详情请参阅卡西欧网站上的使用手册。

时间设定的调整

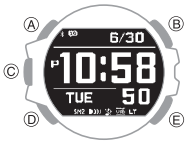
如何使用手机配置时间设定

有关详情请访问下示网站。

https://world.casio.com/manual/wat/

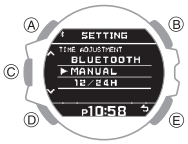
如何只用手表操作调整时间设定

为了确保计时精确，建议使用手机来调整时间。



1. 在计时模式中，按住 Ⓐ 钮至少两秒钟。
2. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择 [**HOME TIME**]，然后按 Ⓒ 钮。
   - 此时，[CITY] 和 [DST] 选择画面出现。
3. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择 [**CITY**]，然后按 Ⓒ 钮。

4. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择一个与您的所在地在同一时区的城市，然后按 Ⓒ 钮。
   - 此时，[CITY] 和 [DST] 选择画面出现。
   - 如果城市设定选择为 UTC，则不需要执行第 5 步和第 6 步。
5. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择 [**DST**]，然后按 Ⓒ 钮。
6. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择所需要的夏令时间设定，然后按 Ⓒ 钮。
   - 此时，[CITY] 和 [DST] 选择画面出现。
7. 按 Ⓔ 钮。
8. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择 [**TIME ADJUSTMENT**]，然后按 Ⓒ 钮。



9. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择 [**MANUAL**]，然后按 Ⓒ 钮。
10. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择时数，然后按 Ⓒ 钮。
11. 反复执行第 10 步操作，设定分、年、月和日。
    - 此时 [**SAVE & EXIT?**] 出现。
    - 在第 10 步或第 11 步中时，按 Ⓔ 钮可进行到第 12 步。
12. 用 Ⓐ 钮和 Ⓓ 钮选择 [**YES**]，然后按 Ⓒ 钮。
    - 此时 [**SETTING COMPLETED**] 出现。
13. 按 Ⓔ 钮两次。
    - 此时手表返回计时模式。

训练功能

使用本手表的训练功能能使跑步等锻炼更加高效和有趣。

- 跟踪距离和步速。

您还可以使用本手表的手机应用程序 G-SHOCK MOVE 进行下述类型的训练。

- 日常训练的直观分析
- 制定符合您目标的个性化训练计划

有关安装 APP 的说明，请参阅卡西欧网站上的使用手册。

规格

精度：每月 ±15 秒（没有信号信息的调整）
基本功能：时，分，秒，月，日，星期
上午 / 下午（P）/24 小时时制
全自动日历（2000 年至 2099 年）
Mobile Link：
通过无线网络与 Bluetooth® 装置进行链接的功能 *
* Mobile Link 能增强的功能
- 自动时间调整功能
- 简易时间设定：
  – 世界时间：300 个城市（38 个时区，夏令时间自动切换）和 UTC（协调世界时）的现在时间
  – 手表设定的配置
- 手机探测器

- 数据更新：
  – 时区和夏令时间规则信息的更新
- 训练功能：
  – 计算并显示距离、速度、步速等信息
- 训练计划的创建
- 训练功能的设定
  – 目标警报
- 训练日志数据管理
  – 训练日志数据和间段数据管理
  – 训练分析结果
- 通知

通信规格：
Bluetooth®
频段：2400 至 2480MHz
最大传输：0dBm（1mW）
范围：最远 2 米（取决于环境。）

训练功能：
使用加速度计数据计算出的距离、速度、步速等信息
自动 / 手动间段时间测量
自动暂停
目标警报（时间，卡路里）开启 / 解除
训练画面定制
训练日志数据：
最多 100 次跑步，每次跑步最多 140 个间段记录
经过时间，距离，步速，消耗的卡路里
步数：
使用 3 轴加速度计测量步数
步数显示范围：0 至 99,999 步
步数复位：在每天的午夜自动复位
步数精度：±3%（根据振动测试）

秒表：
测量单位：1 秒钟
测量范围：99 小时 59 分 59 秒（100 小时）
中途时间
倒数定时器：
设定单位：1 秒钟
测量单位：1 秒钟
最大开始时间：60 分钟
最多设定五个开始时间
自动反复功能
世界时间：
显示 UTC +38 个城市（38 个时区）* 的现在时间
夏令时间（日光节奏时间）自动设定
* 当手表与手机连接时，时区数据可能会改变。

其他：LED 背灯（自动照明功能，超亮照明，1.5/3 秒钟照明持续时间），关屏功能，按钮确认音开启 / 解除，操作振动功能，飞行模式，4 个闹铃（配备间歇功能）
电源：一个锂电池（CR2032）
电池寿命：约 2 年
条件：
- 蓝牙链接：12 小时 / 日
- 训练功能：2 小时 / 周
- 电子邮件等警报：20 次 / 日
- 照明：一次（1.5 秒）/ 日
- 闹铃：一次（10 秒）/ 日
- 步计数：12 小时 / 日
- 画面操作：21 小时 / 日

使用条件的不同可能会缩短电池寿命。

规格如有变更，恕不另行通知。