

事前须知

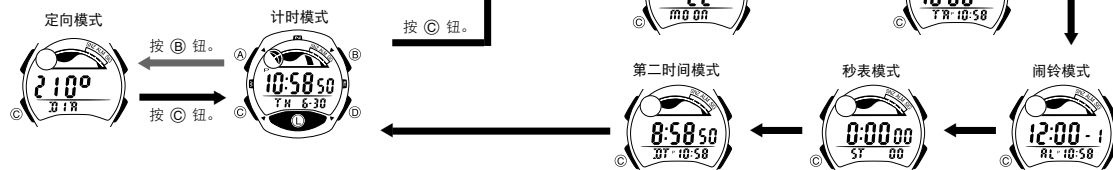
感谢阁下购买CASIO手表。为了最有效地使用本表，请详细阅读本说明书并妥善保管以便日后在有需要时随时查阅。

警告！

- 本表所显示的经度、月潮间隔、月周相图、潮汐图及太阳方位的数据不可作为导航目的使用。在需要导航时，请使用正确的仪器及资料来源。
- 本表不是用于计算低潮及高潮时间的装置。本表曲线图中有关潮汐动态的资料只可作为参考目的使用。
- 在进行爬山或其他若迷失方向会导致重大危险或危害生命安全的活动时，务须同时使用另一个罗盘确认方向。
- CASIO COMPUTER CO., LTD. 对于因使用本表而导致的任何损失或第三者的任何索赔，一律不负任何责任。

部位说明

- 以下插图是有关如何选择各模式的操作说明。
- 在任意模式中，按 **(L)** 钮可点亮画面的照明。



计时模式

计时模式用于设定及查阅当前时间及日期。

月周相图
潮汐图
PM(下午)指示符
星期
月-日
时:分:秒

- 潮汐图根据计时模式中的当前时间来显示当前日期的潮汐动态。
- 月周相图根据计时模式中的当前日期来显示当前月周相。

重要！

- 注意必须正确设定计时模式中的当前日期、时间以及居住地，否则月周相、潮汐图、定向功能中的太阳方位及月球/潮汐数据无法正确显示。有关详情，请参阅“居住地数据”一节中的说明。

如何设定时间及日期

1. 在计时模式中，按住 **(A)** 钮直至秒数位开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 使用 **(C)** 钮依照下述顺序选择要设定的项目(闪动)。

3. 选择了要变更的设定项目后(闪动)，使用 **(D)** 钮及 **(B)** 钮可如下所示更改设定值。

设定	按钮操作
秒	按 (D) 钮可使秒数复位至 00 。
时、分、年、月、日	按 (D) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。
12/24 小时制	按 (D) 钮交替选择 12 小时 (12H) 或 24 小时 (24H) 小时制。

4. 按 **(A)** 钮两次退出设定画面。
- 按第一下 **(A)** 钮时，GMT 格林威治标准时差设定画面会显示。再次按 **(A)** 钮才可退出设定画面。
- 本表的所有其他功能均采用在计时模式中选择的 12 小时/24 小时制。
- 星期会根据您所设定的日期(年、月及日)自动显示。

居住地数据

注意必须正确设定居住地数据(GMT 格林威治标准时差、经度及月潮间隔)，否则潮汐图数据及定向模式中的太阳方位数据无法正确显示。

- GMT 格林威治标准时差是每个时区与格林威治标准时间之间的时差。
- 若您为所在的时区设定夏令时间，GMT 时差也需要加多一小时。在变回标准时间时，则需减去一小时。
- 潮汐间隔是指月球由子午线到达下一个子午线高潮时所经过的时间。有关详情，请参阅“月潮间隔”一节中的说明。
- 本表使用时数及分表示月潮间隔。
- 有关世界各地的 GMT 格林威治标准时差、经度及月潮间隔的详情，请参阅“Site/Lunitidal Interval Data List” (地点/月潮间隔数据表)。
- 以下是在您购入本表时及更换电池后的居住地出厂缺省设定(日本东京)。请将这些设定改为您通常使用本表时的所在地的数据。
GMT 时差(+9.0)；经度(东经 140 度)；月潮间隔(5 小时 20 分)

关于本说明书



- 按钮以图中所示的字母表示。
- 本说明书的每一节都会为您讲述一种模式的操作。有关关键技术等详情，请参阅“参考资料”一节。

如何设定居住地数据

1. 在计时模式中，按住 **(A)** 钮直至秒数位开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 再次按 **(A)** 钮显示 GMT 时差设定画面。
3. 按 **(C)** 钮可依照下述顺序选择设定(闪动)。

4. 选择了要变更的设定后(闪动)，使用 **(D)** 及 **(B)** 钮如下所示更改设定值。

设定	画面	按钮操作
GMT 时差	+90 D 1FF	使用 (D) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。 • 时差可以 0.5 小时为单元在 -11.0 至 +14.0 之间设定。
经度	140° E LON	使用 (D) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。 • 经度可以 1 度为单元在 179°W 至 180°E 之间设定。
月潮间隔的时及分	5:20 INT	使用 (D) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。

5. 按 **(A)** 钮退出设定画面。

定向模式

本定向模式可计算及显示您与太阳间的角度(太阳方位)，您可利用该角度判断太阳的大致方向。

- 本节中的所有操作都必须在定向模式中执行。请在计时模式中按 **(B)** 钮进入该模式。

重要！

在使用本表正确计算太阳方位(即太阳相对于您所在位置的角度)前，必须先正确设定计时模式中的当前时间、当前日期及居住地的数据。您亦须指定在目前的位置上观看太阳时，太阳在空中移动的方向是向北还是向南。

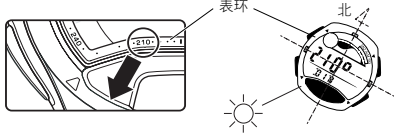
- 注意在下述情况下，您无法使用本定向模式判断方向。
在看不到太阳时
在晚上
在太阳直接由您头顶越过或您无法判断太阳的移动方向是向北还是向南时

如何设定太阳的移动方向

1. 在定向模式中，按住 **(A)** 钮直至 **N** 或 **S** 在画面中闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 按 **(D)** 钮交替选择 **N** (北方) 或 **S** (南方)。
3. 按 **(A)** 钮退出设定画面。
- 此时，本表会使用您配置的移动方向及计时模式中的各设定值计算及显示太阳方位。

如何判断方向

1. 进入定向模式。
 - 此时，本表即会根据计时模式中当前的数据(时间、日期、居住地数据)显示太阳方位。
2. 在表环上找出与定向模式画面中所显示太阳方位相同的值。
3. 将在步骤 2 中所找到的表环上的值对准太阳。
4. 此时手表的 12 时位置所指的方向应为北方。



• 注意本定向模式所显示的方向只可作为一般性的参考值使用。

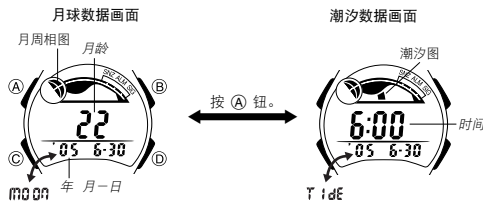
月球/潮汐数据模式

月球/潮汐数据包括月龄与指定日期的月周相以及居住地的指定日期及时间的潮汐动态。

- 若发现因某些原因本表所显示的月球/潮汐数据不正确，请检查计时模式中的数据(当前时间、日期及居住地设定)是否正确，并根据需要进行适当的调整。
- 有关月周相图及潮汐图的详情，请分别参阅“月周相图”及“潮汐图”中的说明。
- 本节中的所有操作都必须在月球/潮汐数据模式中执行。请按 **(C)** 键进入该模式。

月球/潮汐数据画面

在月球/潮汐数据模式中，每次按 **(A)** 键可交替显示月球数据画面及潮汐数据画面。



• 当进入月球/潮汐数据模式时，计时模式中当前日期的月球数据(月龄及月周相图)会首先显示。

如何查阅指定日期的月球数据

1. 显示月球/潮汐数据模式的月球数据画面后，使用 **(D)** (+) 键及 **(B)** (-) 键选择您要查阅其月球数据的日期。
- 日期可在 2000 年至 2039 年间选择。

如何查阅指定时间的潮汐数据

1. 显示月球/潮汐数据模式的月球数据画面后，使用 **(D)** (+) 键及 **(B)** (-) 键选择您要查阅其潮汐数据的日期。
2. 按 **(A)** 键显示潮汐数据画面。
 - 画面最初会显示上午 6:00 的潮汐图。
3. 指定您要查阅的潮汐数据的时间。
- 使用 **(D)** (+) 键及 **(B)** (-) 键以 1 小时为单位更改时间。

倒数计时器模式

倒数计时器可在 1 至 60 分钟之间进行设定。当倒数到达零时，闹铃会开始鸣响。本倒数计时器设有 2 种模式，即自动重复模式及经过时间模式，另外还有表示倒数进度的进度响报功能。这些独特的功能使本倒数计时器成为测量帆船比赛开始时间的最佳工具。

- 本节中的所有操作都必须在倒数计时器模式中执行。请按 **(C)** 键进入该模式。

倒数计时器设定的配置

在实际使用倒数计时器前，请进行以下设定。

- 倒数开始时间及复位时间
- 计时器模式(自动重复模式、经过时间模式)
- 进度响报器的开启/解除

• 有关计时器设定的具体步骤，请参阅“如何配置倒数计时器设定”一节中的说明。

复位时间

在此所谓的“复位时间”是一种可替换的倒数开始时间。该复位时间可在倒数操作进行时，通过按按钮的操作随时显示在画面中。

计时器模式

本倒数计时器设有 2 种模式让您选用：自动重复模式及经过时间模式。

自动重复模式

自动重复模式在倒数到零时自动从倒数时间开始重新倒数。

- 自动重复模式最适合用于测量各种运动赛的开始时间。
- 即使从复位时间开始倒数操作，在倒数至零时，本表亦会再次由倒数开始时间起开始倒数。
- 自动重复模式可重复倒数 7 次。

经过时间模式

选用经过时间模式时，每当倒数结束后，计时器会自动切换至测量经过时间的操作。

- 经过时间模式最适合测量帆船比赛的速度。
- 经过时间模式可以 1 秒为单位进行最长 99 小时 59 分 59 秒的测量。

倒数计时器响报的操作

在倒数计时的过程中，本表会在不同的阶段发出鸣音使您即使不看手表亦能掌握目前的倒数状况。以下是关于本表在不同的倒数阶段发出的不同响报的说明。

倒数结束响报

本表会在倒数至零的最后 10 秒及倒数至零时，每秒发出鸣音。最初 5 秒(即 10 秒至 6 秒)发出的音调会高于最后 5 秒(即 5 秒至 1 秒)。在倒数至零时，本表会发出一声长鸣。

- 无论进度响报器开启或解除，倒数结束响报都会鸣响。

进度响报

进度响报实际上可分为 2 种响报：一是复位时间响报，另一是复位期间进度响报。

- 复位时间响报及复位期间进度响报只会在进度响报功能开启时鸣响。

复位时间响报

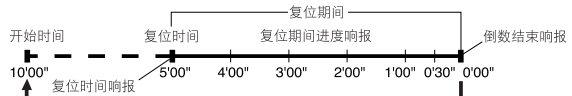
复位时间响报与倒数结束响报相似。进度响报功能开启后，本表会在到达复位时间最后 10 秒时每秒发出鸣音。

复位期间进度响报

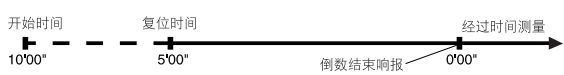
复位期间是指在倒数过程中复位时间至零之间的期间。进度响报功能开启后，本表会在复位期间于每分钟之初及倒数至零前 30 秒发出 4 声短鸣。

倒数计时器的使用范例

倒数开始时间：10 分钟；复位时间：5 分钟；计时器模式：自动重复；进度响报：开启

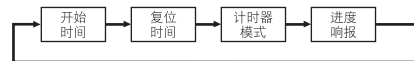


倒数开始时间：10 分钟；复位时间：5 分钟；计时器模式：经过时间；进度响报：解除



如何配置倒数计时器设定

1. 在倒数计时器模式中，当倒数开始时间显示时，按住 **(A)** 键直至倒数开始时间的设定开始闪烁。此表示已进入设定画面。
 - 若倒数开始时间不出现，请使用“如何使用倒数计时器”中所述操作将其显示。
2. 按 **(C)** 键依照下示顺序切换设定项目(闪烁)。



3. 选择了要变更的设定后(闪烁)，使用 **(D)** 及 **(B)** 键如下所示更改设定值。

设定	画面	按钮操作
开始时间	10:00 TR	使用 (D) (+) 键及 (B) (-) 键更改设定值。 • 开始时间可以 1 分钟为单位在 1 至 60 分钟之间设定。
复位时间	5:00 RST	使用 (D) (+) 键及 (B) (-) 键更改设定值。 • 复位时间可以 1 分钟为单位在 1 至 5 分钟之间设定。
计时器模式	ON OFF	按 (D) 键交替切换自动重复模式(ON)及经过时间模式(OFF)。 • 在选用自动重复模式时，自动重复指示符((C))会出现。
进度响报	ON OFF	按 (D) 键交替开启(ON)及解除(OFF)进度响报功能。 • 在进度响报功能开启时，进度响报指示符((J))会出现。

4. 按 **(A)** 键退出设定画面。
 - 复位时间设定必须较倒数开始时间的设定短。

如何使用倒数计时器


1. 在倒数计时器模式中，按 **(D)** 键即可开始倒数。
 - 若不停止倒数，即使退出倒数计时器模式，倒数亦会继续进行。
 - 下表是有关控制倒数的按钮操作。

目的：	操作：
停止倒数操作	按 (D) 键。
恢复倒数操作	再按 (D) 键。
显示倒数开始时间	在倒数停止时，按 (B) 键。
停止倒数及显示复位时间	按 (B) 键。
由复位时间开始倒数	按 (D) 键。

• 下表是在经过时间模式中测量经过时间时可进行的按钮操作。

目的：	操作：
停止经过时间的测量操作	按 D 钮。
恢复暂停中的经过时间测量操作	再按 D 钮。
显示倒数开始时间	在经过时间的测量操作停止的状态下，按 B 钮。
停止经过时间的测量操作并显示复位时间	按 B 钮。
从画面中的复位时间开始倒数	按 D 钮。

闹铃模式



闹铃时间 (时:分)

闹铃编号

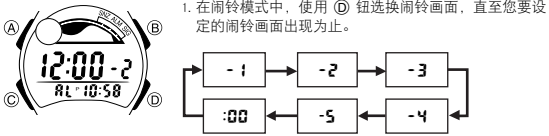
计时模式时间

本表设有 5 个可单独使用的每日闹铃。闹铃功能经开启后，本表在到达预设的时间时会发出鸣音。5 个闹铃中的 1 个可设为间歇闹铃或一次鸣响闹铃，其他 4 个则只可作为一次鸣响闹铃使用。

本表配备整点响报功能，开启该功能后，本表会在每小时整点时发出 2 声鸣音。

- 本表的 5 个闹铃均配有 **1** 至 **5** 的编号。整点响报画面则以 **00** 表示。
- 进入闹铃模式时，上一次退出闹铃模式时的画面会首先出现。
- 本节中的所有操作都必须在闹铃模式中执行。请按 **C** 钮进入该模式。

如何设定闹铃时间



1. 在闹铃模式中，使用 **D** 钮选择闹铃画面，直至您要设定的闹铃画面出现为止。

- 闹铃 **1** 可设为间歇闹铃或一次鸣响闹铃。闹铃 **2** 至 **5** 只可作为一次鸣响闹铃使用。
- 间歇闹铃会每隔 5 分钟鸣响 1 次。

2. 选择了要设定的闹铃后，按住 **A** 钮直至闹铃时间的时数位在画面中闪动。此表示已进入设定画面。
- 此时闹铃会自动开启。
3. 按 **C** 钮选择时数位或分数位(闪动)。
4. 当某设定值闪动时，按 **D** (+) 钮及 **B** (-) 钮更改设定值。
 - 使用 12 小时制时，注意闹铃时间的上午(无指示符)或下午(**P** 指示符)的设定必须正确。
5. 按 **A** 钮退出设定画面。

闹铃的运作

每当到达闹铃时间时，闹铃会鸣响约 10 秒。间歇闹铃会每隔 5 分钟鸣响 1 次，总共重复 7 次。您可中途解除闹铃或将间歇闹铃改为一次鸣响闹铃。


注意

- 按任意钮可停止闹铃鸣响。
- 在间歇闹铃的 5 分钟间隔中，若进行下列操作，目前间歇闹铃的运作会被解除。
显示计时模式的设定画面
显示闹铃 **1** 的设定画面

如何测试闹铃

在闹铃模式中，按住 **D** 钮可使闹铃鸣响。

如何开启及解除闹铃 2 至 5



闹铃开启指示符

1. 在闹铃模式中，使用 **D** 钮选择 1 个一次鸣响闹铃(即闹铃 **2** 至 **5**)。
2. 按 **B** 钮开启或解除所选择的闹铃。

开启一次鸣响闹铃(闹铃 **2** 至 **5**)后，闹铃开启指示符会在画面中出现。

- 任何闹铃开启后，闹铃开启指示符会在所有模式中显示。


如何选择闹铃 1 的操作

1. 在闹铃模式中，使用 **D** 钮选择闹铃 **1**。
2. 按 **B** 钮依照下顺序循环选择设定项目。



- 闹铃开启后，相应的闹铃开启指示符(**ALM** 或 **SNZ ALM**)会在所有模式中显示。
- 间歇闹铃开启指示符会在闹铃停止鸣响的 5 分钟间隔内闪动。
- 间歇闹铃开启时显示闹铃 **1** 的设定画面会自动解除间歇闹铃(自动使闹铃 **1** 改设为一次鸣响闹铃)。

如何开启及解除整点响报




整点响报开启指示符

1. 在闹铃模式中，按 **D** 钮选择整点响报。
2. 按 **B** 钮交替选择开启及解除此功能。

开启整点响报功能后，整点响报开启指示符会在画面中出现。

- 整点响报开启指示符会在所有模式中显示。

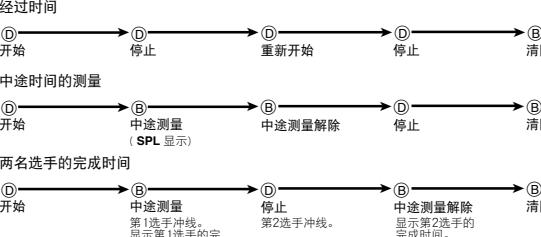
秒表模式



秒表模式用于测量经过时间、中途时间及两名选手的秒完成时间。

- 秒表的显示限度是 99 小时 59 分 59.99 秒。
- 若不停止秒表，测时会一直不停地进行。到达测时限度时，秒表会再次由 0 开始重新测时。
- 若不停止秒表，即使退出秒表模式，测时亦会继续进行。
- 当中途时间在画面中显示时，若退出秒表模式，中途时间会被清除而画面会返回至经过时间的测量画面。
- 本节中的所有操作都必须在秒表模式中执行。请按 **C** 钮进入该模式。

如何使用秒表测时



经过时间

开始 → 停止 → 重新开始 → 停止 → 清除

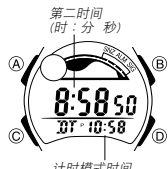
中途时间的测量

开始 → 中途测量 → 中途测量解除 → 停止 → 清除

两名选手的完成时间

开始 → 中途测量 (第1选手冲线，显示第1选手的完成时间) → 停止 (第2选手冲线) → 中途测量解除 (显示第2选手的完成时间) → 清除

第二时间模式




第二时间模式可为另一个不同的时区计时。

- 第二时间的秒数与计时模式中的秒数同步。

如何设定第二时间

1. 按 **C** 钮进入第二时间模式。
2. 使用 **A**、**B** 及 **D** 钮设定第二时间模式时间。
- 每次按 **D** (+) 钮及 **B** (-) 钮可以 30 分钟为单位更改时间设定。
- 按 **A** 钮可将第二时间模式的时间调为与计时模式相同的时间。

照明



本表的画面由一个 LED(发光二极管)及导光板提供照明，即使在黑暗中画面亦明亮易观。本表还备有自动照明功能，只要将手表面向您转动，照明便会自动点亮。

- 自动照明功能必须开启(由自动照明功能开启指示符表示)后才能动作。
- 有关使用照明的其他重要资料，请参阅“照明须知”一节中的说明。

如何手动点亮照明

在任意模式中，按 **L** 钮可点亮照明约 1 秒。

- 无论自动照明功能是否已开启，上述操作都可点亮照明。

关于自动照明功能的说明

自动照明功能开启后，在任意模式中，每当您如下所示转动手腕，照明便会点亮。



将本表移至与地面平行的位置上，然后将其面向您转动超过 40 度即可点亮照明。

- 请将手表戴在手腕的外侧。

警告！

- 在使用自动照明观看手表时，必须确认您目前所在位置的安全。特别是在跑步或进行任何其他有可能导致事故或伤人的行为时，必须特别小心谨慎。注意照明会被自动照明功能突然点亮，请避免使您周围的人受惊或注意力分散。
- 在骑自行车或驾驶摩托车或其他机动车前，必须事先将手表的自动照明功能解除。这是因为自动照明有可能会突然意外点亮，分散您的注意力，而有导致交通事故及严重伤人意外的危险。

如何开启及解除自动照明功能

- 在计时模式中，按住 **D** 钮约两秒钟可交替开启(自动照明功能开启指示符出现)及解除(自动照明功能开启指示符消失)自动照明功能。
- 为了防止电池的消耗，自动照明功能将会在开启六小时后自动解除。需要时请再次执行上述操作重新启动自动照明功能。
 - 自动照明功能开启后，自动照明功能开启指示符会在所有模式中显示。

参考资料

在此节中我们会讲述更多有关操作本表的详情及技术资料，其中还包括有本表的某些功能及特长的使用注意事项。

月周相图

本表的月周相图如下显示当前的月周相。

	(不可见部分)		月周相(可见部分)				
月周相图							
月龄	0, 1, 29	2 - 5	6 - 9	10 - 13	14 - 16	17 - 20	21 - 24
月周相	新月		上弦月 (月盈)		满月		下弦月 (月缺)

- 本月周相图是于正午站在北半球向南观视时所看到的月球形状。注意本月周相图的形状有可能与您所在地区看见的月亮的实际形状有差异。
- 站在南半球或赤道附近观视时，本月周相图会是左右相反的。

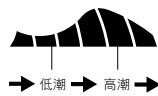
月周相与月龄

月球的周转时间为平均 29.53 日。它的盈亏形状是根据地球、月球与太阳的相对位置而定。月球与太阳的角度距离*越大，我们所看见的部位就会越多。
*从地球上观看太阳时相对于月球的角度。

本表会从月龄周期的 0 日开始，粗略计算现在的月龄。因本表只可进行整数计算(无小数)，因此月龄的误差为 ±3 日。

潮汐图

本表的潮汐图上的黑条表示目前的潮汐。



潮汐动态

潮汐是指海洋、海湾等内的水由于地球、月球及太阳之间的万有引力而引起的周期性的涨落。潮汐的涨落间隔通常约为 6 小时。本表的潮汐图所表示的潮汐动态是根据月球越过子午线的时间及月潮间隔得出。因月潮间隔会根据您所在的位置而不同，所以用户必须指定月潮间隔。潮汐图才会显示正确的资料。

- 本表显示的潮汐图以目前的月龄为基准。请记住，本表显示的月龄的误差为 ±3 日。月龄的误差越大，潮汐图结果的误差就会越大。

月潮间隔

理论上，高潮会在月球越过子午线时到达，而低潮会在约 6 小时后到达。但由于水的黏度、磨擦以及水底地形等因素，实际上到达高潮的时间会较迟。月球越过子午线至到达高潮之间的时差及月球越过子午线至到达低潮之间的时差都被称为“月潮间隔”。在为表设定月潮间隔时，请使用月球越过子午线与到达高潮之间的时差。

画面的自动返回

当某数位在画面中闪动时，若不作任何操作经过 2 或 3 分钟，本表会自动保存此时您已作的设定并且退出设定画面。

选换

在各模式及设定画面中，使用 及 可在画面中选择数据。通常在选换数据时，分别按住此二纽可以进行高速选换。

计时模式

- 在将秒数复位至 **00** 时，若秒数值是于 30-59 之间，在秒数值回至 **00** 的同时，分数值会加 1。若秒数值是于 00-29 之间，分数值会保持不变。
- 选用 12 小时制时，**P** (下午)指示符会出现，表示正午至下午 11:59 之间的时间。本表不设置指示符表示在午夜至上午 11:59 之间的时间。
- 选用 24 小时制时，时间会在 0:00 至 23:59 间表示，此时无指示符显示。
- 年份可在 2000 年至 2039 年间设定。
- 本表内藏有全自动日历，其可调整长短月及闰年的日期。日期一旦设定，除更换本表的电池之后以外，无需再次调整。

照明须知

- 在直射阳光下，照明的光亮有可能会难以看清。
- 当闹铃鸣响时，照明会自动熄灭。
- 频繁使用照明会缩短电池寿命。

自动照明须知

- 将手表戴在手腕的内侧时，您手臂的摇动或震动会使自动照明在不需要的时候点亮。为避免电量的消耗，请在进行会导致照明经常点亮的活动前将自动照明功能解除。

高于 15 度



- 若表面相对于平行地面向上或向下倾斜超过 15 度，照明有可能不会点亮。必须保持您的手臂与地面平行。
- 即使您保持手臂面向您，照明亦会在约 1 秒钟后熄灭。
- 静电或磁力会干扰自动照明的正常运作。若照明不点亮，请试将本表转回原位(与地面平行)，然后再次面向您转动。若仍无法点亮，请将手臂放回您身体的侧边，然后再提起手臂进行尝试。
- 在某些情况下，表面转向您后照明要等约 1 秒钟后才会点亮。此属正常现象并非表示发生了故障。
- 前后晃动手表时，您可能会留意到一些很轻微的喀嚓声从手表中发出。这是由于自动照明功能的机械动作所致，并非表示手表出现了问题。

Site/Lunitidal Interval Data List

Site	GMT Differential		Longitude	Lunitidal Interval
	Standard Time	DST/Summer Time		
Anchorage	-9.0	-8.0	149°W	5:40
Bahamas	-5.0	-4.0	77°W	7:30
Baja California	-7.0	-6.0	110°W	8:40
Bangkok	+7.0	+8.0	101°E	4:40
Boston	-5.0	-4.0	71°W	11:20
Buenos Aires	-3.0	-2.0	58°W	6:00
Casablanca	+0.0	+1.0	8°W	1:30
Christmas Island	+14.0	+15.0 (*)	158°W	4:00
Dakar	+0.0	+1.0	17°W	7:40
Gold Coast	+10.0	+11.0	154°E	8:30
Great Barrier Reef, Cairns	+10.0	+11.0	146°E	9:40
Guam	+10.0	+11.0	145°E	7:40
Hamburg	+1.0	+2.0	10°E	4:50
Hong Kong	+8.0	+9.0	114°E	9:10
Honolulu	-10.0	-9.0	158°W	3:40
Jakarta	+7.0	+8.0	107°E	0:00
Jeddah	+3.0	+4.0	39°E	6:30
Karachi	+5.0	+6.0	67°E	10:10
Kona, Hawaii	-10.0	-9.0	156°W	4:00
Lima	-5.0	-4.0	77°W	5:20
Lisbon	+0.0	+1.0	9°W	2:00
London	+0.0	+1.0	0°E	1:10
Los Angeles	-8.0	-7.0	118°W	9:20
Maldives	+5.0	+6.0	74°E	0:10
Manila	+8.0	+9.0	121°E	10:30
Mauritius	+4.0	+5.0	57°E	0:50
Melbourne	+10.0	+11.0	145°E	2:10
Miami	-5.0	-4.0	80°W	7:30
Noumea	+11.0	+12.0	166°E	8:30
Pago Pago	-11.0	-10.0	171°W	6:40
Palau	+9.0	+10.0	135°E	7:30
Panama City	-5.0	-4.0	80°W	3:00
Papeete	-10.0	-9.0	150°W	0:10
Rio De Janeiro	-3.0	-2.0	43°W	3:10
Seattle	-8.0	-7.0	122°W	4:20
Shanghai	+8.0	+9.0	121°E	1:20
Singapore	+8.0	+9.0	104°E	10:20
Sydney	+10.0	+11.0	151°E	8:40
Tokyo	+9.0	+10.0	140°E	5:20
Vancouver	-8.0	-7.0	123°W	5:10
Wellington	+12.0	+13.0	175°E	4:50

*Based on data as of 2003.

*This watch does not support a GMT differential of +15.0.