

事前须知

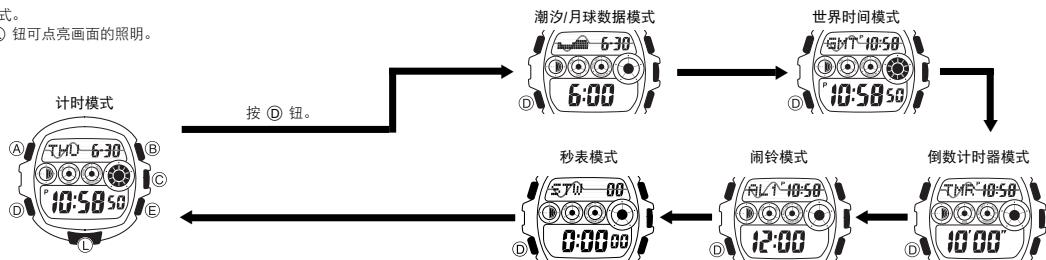
感谢阁下购买CASIO手表。为了最有效地使用本表，请仔细阅读本说明书并妥善保管以便日后在有需要时随时查阅。

警告!

- 本表所显示的经度、月潮间隔、月周相图及潮汐图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讯源。
- 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。
- 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

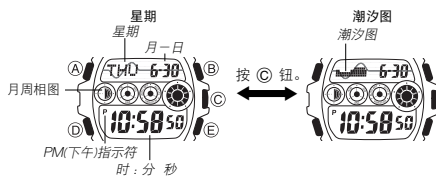
- 按 **(D)** 钮可选择各模式。
- 在任意模式中，按 **(L)** 钮可点亮画面的照明。



计时模式

计时模式用于设定及查看当前时间及日期。您还可用计时模式为闹铃的警报方式选择鸣音或震动。

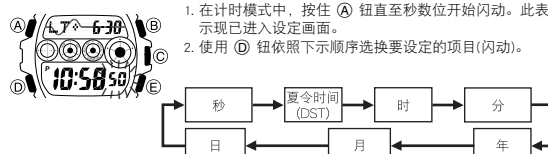
- 潮汐图根据计时模式中的当前时间来显示当前日期的潮汐动态。
- 月周相图根据计时模式中的当前日期来显示当前月周相。
- 在计时模式中，您可按 **(C)** 钮如下所示改变显示的格式。



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、潮汐图及潮汐/月球数据无法正确显示。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



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

设定	按钮操作
秒	按 (E) 钮可使秒数复位至 00 。
夏令时间(DST)	按 (E) 钮在标准时间(OFF)及夏令时间(ON)间交替选择。
时、分、年、月、日	按 (E) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。

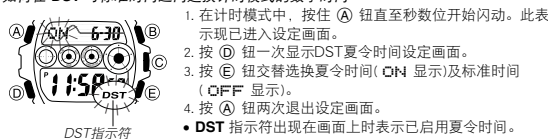
4. 按 **(A)** 钮两次退出设定画面。

- 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)** 钮可退出设定画面。
- 有关夏令时间设定的详情，请参阅“夏令时间(DST)”一节中的说明。
- 有关如何指定画面照明持续时间的详情，请参阅“如何指定照明持续时间”一节中的说明。
- 星期会根据您所设定的日期(年、月及日)自动显示。

夏令时间(DST)

夏令时间(日光节约时间)比标准时间快 1 个小时。请注意并非所有国家或地区都使用夏令时间。

如何在 DST 与标准时间之间切换计时模式的数字时间



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. 按 **(D)** 钮一次显示 DST 夏令时间设定画面。
 3. 按 **(E)** 钮交替切换夏令时间(**ON** 显示)及标准时间(**OFF** 显示)。
 4. 按 **(A)** 钮两次退出设定画面。
- DST 指示符出现在画面上时表示已启用夏令时间。

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。有关技术资料等详情，请参阅“参考资料”一节。

如何切换 12 小时及 24 小时制

在计时模式中，按 **(B)** 钮可交替选择 12 小时或 24 小时制计时。

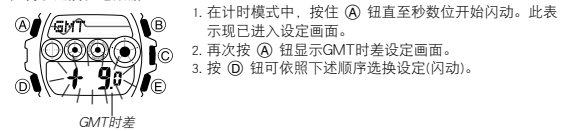
- 选用 12 小时制时，**P** (下午) 指示符会出现，表示正午至下午 11:59 之间的时间；而在午夜至上午 11:59 之间不会有任何指示符出现作表示。
- 选用 24 小时制时，时间会在 0:00 至 23:59 之间表示，此时没有任何指示符显示。
- 本表的所有其他模式都会采用在计时模式中选择的 12 小时/24 小时制。

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。
- 月潮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。
- 本表使用度数及分数表示月潮间隔。
- 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/Luniritidal Interval Data List” (地点/月潮间隔数据表)。
- 以下是在您购入本表时及每次更换电池后的出厂缺省居住地数据(日本东京)。请将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)

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 **(D)** 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 **(E)** 及 **(B)** 钮如下所示更改设定值。

设定	画面	按钮操作
GMT 时差	GMT + 9.0	使用 (E) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。 • 数值可以 0.5 小时为单位在 -11.0 至 +14.0 之间设定。
经度	LONG 140° E	使用 (E) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。 • 数值可以 1 度为单位在 179°W 至 180°E 之间设定。
月潮间隔的时及分	INT 5:20	使用 (E) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。

5. 按 **(A)** 钮退出设定画面。

震动警报

震动警报开启后，手表会震动而不鸣音。此功能可防止因手表的鸣音而打扰其他人。

- 震动警报可用于取代闹铃音。
- 有关选择警报类型的说明，请参阅下面的“如何在震动警报与鸣音警报间切换”一节。
- 有关倒数计时器警报的说明，请参阅“倒数计时器模式”。
- 有关每日闹铃及整点响报的说明，请参阅“闹铃模式”。
- 金属表带手表有可能会在震动时发出响音，这是由于金属表带的震动而引起，纯属正常，并不表示发生了故障。

如何在震动警报与鸣音警报间切换



震动警报开启指示符

在计时模式中，按住 **(E)** 按钮两秒钟可在震动警报（震动警报开启指示符显示在所有模式画面中）及鸣音警报（震动警报开启指示符不显示）间交替切换。

潮汐/月球数据模式



月周相图

潮汐/月球数据包括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。

- 当进入潮汐/月球数据模式时，目前日期上午 6:00 的数据会首先显示。
- 若发现因某些原因本表所显示的潮汐/月球数据不正确，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潮汐/月球数据模式画面中执行。请按 **(D)** 按钮进入该模式。

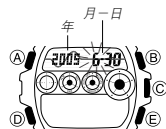
如何查阅指定日期的月球数据

- 在潮汐/月球数据模式中，用 **(E)** (+) 及 **(B)** (-) 按钮显示您要查阅其月球数据的日期。
- 日期可在 2000 年至 2039 年间选择。
- 您还可为潮汐数据或月球数据指定一个日期。有关详情，请参阅“如何指定日期”中的说明。

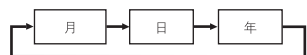
如何查阅指定时间的潮汐数据

1. 在潮汐/月球数据模式中，用 **(E)** (+) 及 **(B)** (-) 按钮显示您要查阅其潮汐数据的日期。
 - 画面最初会显示上午 6:00 的潮汐图。
2. 指定您要查阅的潮汐数据的时间。
- 用 **(C)** (+) 按钮以 1 小时为单位更改时间。

如何指定日期

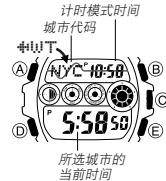


1. 在潮汐/月球数据模式中，按住 **(A)** 按钮直到月设定开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 按 **(D)** 按钮依下顺序选择其他设定（闪动）。



3. 当某设定闪动时，用 **(E)** (+) 或 **(B)** (-) 按钮更改设定值。
 - 日期可在 2000 年 1 月 1 日至 2039 年 12 月 31 日间指定。
4. 按 **(A)** 按钮退出设定画面。

世界时间模式



如何检视其他城市的时间

- 在世界时间模式中，按 **(E)** 按钮向东切换城市代码(时区)，或按 **(B)** 按钮向西切换。
- 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table”（城市代码表）。

如何在标准时间与夏令时间之间切换城市代码的时间



DST 指示符

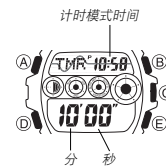
1. 在世界时间模式中，使用 **(B)** 按钮及 **(E)** 按钮显示要改变其标准时间/夏令时间设定的城市的城市代码(时区)。
2. 按住 **(C)** 按钮选择夏令时间(显示 DST 指示符)及标准时间(不显示 DST 指示符)。
- 请注意，当 GMT 被选择作为城市代码时，不能选择标准时间及夏令时间。
- 当已启用夏令时间的城市代码表示时，DST 指示符将会出现。
- 请注意，DST/标准时间设定只影响目前显示的城市代码，而不影响其他的城市代码。

如何在世界时间模式中设定当前时间



1. 在世界时间模式中，用 **(E)** 及 **(B)** 按钮选择您要设定其时间的城市代码。
 2. 选择了一个城市代码后，按住 **(A)** 按钮直到世界时间的时设定开始闪动。此表示现已进入设定画面。
 3. 用 **(D)** 按钮选择时设定及分设定(闪动)。
4. 当所需要的设定闪动时，用 **(E)** (+) 及 **(B)** (-) 按钮更改设定值。
 - 使用 12 小时制设定世界时间时，注意必须正确设定时间的上午(无指示符)或下午(**P** 指示符)。
 5. 按 **(A)** 按钮退出设定画面。
 - 注意您无法为单个城市代码设定时间。夏令时间(日光节约时间)会使所有世界时间模式中各城市的时间设定比标准时间快 1 个小时。注意并非所有国家或地区都使用夏令时间。

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。当前选择的警报操作(鸣音或震动)会在倒数结束时动作。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(鸣音或震动)。这些独特的功能使本倒数计时器成为测量帆船赛开始时间的最佳工具。

- 您可为闹铃选择鸣音警报或震动警报。本节中的说明若无特别指明均为鸣音警报。
- 本节中的所有操作都必须在倒数计时器模式中执行。请按 **(D)** 按钮进入该模式。

倒数计时器设定的配置

在实际使用倒数计时器之前，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)

- 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。设定复位时间后，在倒数操作进行过程中，通过按按钮操作随时可将其显示在画面中。

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开始时间开始重新倒数。

- 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，本表会再次由倒数开始时间起开始倒数。
- 自动重复模式可重复 7 次倒数。

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计经过时间的操作。

- 经过时间模式最适合测量帆船赛的速度。
- 经过时间模式能以 1 秒为单位进行 99 小时 59 分 59 秒的测量。

倒数计时器警报的动作

当倒数正在进行时，本表会发出不同的警报使您即使不看书表亦能掌握目前的倒数状况。下面介绍倒数计时器的各种警报。

倒数结束警报

在倒数的最后 10 秒及倒数到零时下述倒数警报会每秒动作一次。

倒数	鸣音	震动
最后 10 秒到最后 6 秒(5 次)	高音	一次两下
最后 5 秒到最后 1 秒(5 次)	低音	一次一下
倒数到零时	长鸣音	长震动

- 除在秒表模式中之外，倒数结束警报动作过程中所有按钮均无效。

进度警报

共有两种进度警报：复位时间警报及复位期间进度警报。

复位时间警报

复位时间警报与倒数到最后 10 秒时倒数警报的动作相似。从到达复位时间的最后 10 秒前开始，复位时间警报会每秒动作一次。

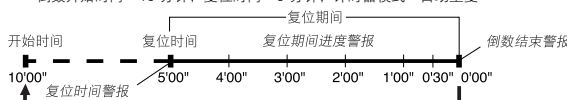
- 除在秒表模式中之外，复位时间警报动作过程中所有按钮均无效。

复位期间进度警报

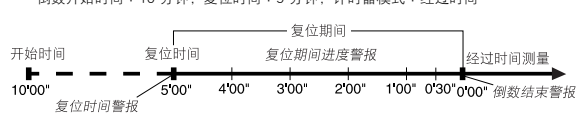
复位期间指的是从复位时间倒数到零的期间。在复位期间，手表会在每分钟的开头及当倒数剩 30 秒时执行警报操作。每个复位期间进度警报操作包括 4 声短鸣或 2 下震动，依您选择的警报类型而定。

倒数计时器的使用例

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



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



如何配置倒数计时器设定

自动重复指示符



1. 在倒数计时器模式中，当倒数开始时间显示时，按住 **(A)** 按钮直至倒数开始时间设定开始闪动。此表示现已进入设定画面。
 - 若倒数开始时间不出现，请使用“如何使用倒数计时器”一节中所述操作将其显示。
2. 按 **(D)** 按钮依下顺序切换设定项目(闪动)。



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

设定	画面	按钮操作
开始时间		使用 (E) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。 • 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		使用 (E) (+) 钮及 (B) (-) 钮更改设定值。 • 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		按 (E) 钮交替切换自动重复模式 () 及经过时间模式 ()。 • 选用自动重复模式后, 自动重复指示符会出现。

4. 按 **(A)** 钮退出设定画面。
• 复位时间设定必须比倒数开始时间设定短。

如何使用倒数计时器

- 进入倒数计时器模式画面后, 按 **(C)** 钮即可开始倒数。
- 若不停止倒数, 即使退出倒数计时器模式, 倒数仍会持续进行。
 - 下表是有关控制倒数的按钮操作。

目的:	操作:
停止倒数	按 (C) 钮。
恢复倒数	再次按 (C) 钮。
显示倒数开始时间	在倒数停止时, 按 (B) 钮。
停止倒数及显示复位时间	按 (B) 钮。
从画面中显示的复位时间开始倒数	按 (C) 钮。

• 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 (C) 钮。
恢复经过时间测量操作	再次按 (C) 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。
从画面中显示的复位时间开始倒数	按 (C) 钮。

闹铃模式

- 本表备有 3 个一次鸣响闹铃及 1 个间歇闹铃。闹铃经开启后, 每当到达闹铃时间时, 警报操作(鸣音或震动)便会执行。
- 您亦可开启整点响报 (SIG) 使本表在每小时整点时鸣响或震动。
- 4 个闹铃的编号分别为 AL1 至 AL3 及 SNZ。SNZ 只可配置为间歇闹铃。闹铃 AL1 至 AL3 只可作为一次鸣响闹铃使用。
 - 本节中的所有操作都必须在闹铃模式中执行。请按 **(D)** 钮进入该模式。

如何设定闹铃时间

- 闹铃编号
- 闹铃时间 (时:分)
1. 在闹铃模式中, 用 **(E)** (+) 及 **(B)** (-) 钮选择闹铃画面直至要设定其时间的闹铃画面出现为止。
按 **(E)** 钮。
 2. 选择了一个闹铃后, 按住 **(A)** 钮直至闹铃时间的时设定开始闪动, 此表示现已进入设定画面。
• 此时闹铃会自动开启。
 3. 用 **(D)** 钮在时与分之间切换设定 (闪动)。
 4. 当某设定闪动时, 用 **(E)** (+) 及 **(B)** (-) 钮更改设定值。

5. 按 **(A)** 钮退出设定画面。
• 使用 12 小时制设定闹铃时间时, 注意必须正确设定上午 (无指示符) 或下午 (P 指示符)。

闹铃的动作

无论手表处于何种模式, 每当到达闹铃时间时, 警报操作(鸣音或震动)便会执行约 10 秒钟。使用间歇闹铃时, 警报操作总共会执行 7 次, 每次间隔 5 分钟, 或直到您将闹铃解除。

- 按任意钮可停止闹铃的动作。
- 在间歇闹铃的 5 分钟间隔内执行下述任一操作会取消当前间歇闹铃的动作。

显示计时器模式设定画面
显示间歇闹铃设定画面

如何测试闹铃

在闹铃模式中, 按住 **(E)** 钮可执行目前选择的闹铃警报操作。

如何开启及解除闹铃

- 闹铃开启指示符
-
- 间歇闹铃指示符
-
1. 在闹铃模式中, 用 **(E)** 钮及 **(B)** 钮选择一个闹铃。
 2. 按 **(C)** 钮交替开启及解除该闹铃。
 - 开启一次鸣响闹铃 (AL1、AL2、AL3) 会使闹铃开启指示符出现在闹铃模式画面上。开启间歇闹铃 (SNZ) 会使闹铃开启指示符及间歇闹铃指示符出现在闹铃模式画面上。
 - 任一闹铃被开启后, 闹铃开启指示符便会出现在所有模式画面中。当间歇闹铃被开启时, 间歇闹铃指示符便会出现在所有模式画面中。
 - 当警报动作时, 闹铃开启指示符会闪动。
 - 间歇闹铃指示符会在闹铃动作的 5 分钟间隔内闪动。

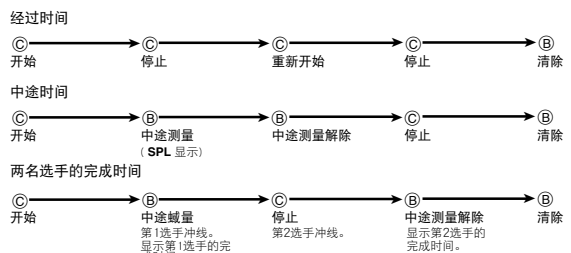
如何开启及解除整点响报

- 整点响报开启指示符
-
1. 在闹铃模式中, 用 **(E)** 钮及 **(B)** 钮选择整点响报 (SIG)。
 2. 按 **(C)** 钮交替开启(整点响报开启指示符显示)及解除(整点响报开启指示符不显示)整点响报。
 - 当整点响报被开启时, 整点响报开启指示符会出现在所有模式画面中。

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完成时间。
- 秒表的显示限度是 23 小时 59 分 59.99 秒。
- 若不停止秒表, 测时会一直不停地继续进行。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 **(D)** 钮进入该模式。

如何使用秒表测时



照明

自动照明功能开启指示符

-
- 本表的照明采用一块 EL (电子荧光) 板, 其可点亮整幅显示屏, 即使在黑暗中亦可使画面明亮易观。当您把手表表面转向您时, 手表的自动照明功能会自动点亮显示画面的照明。
- 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讯, 请参阅“照明须知”一节中的说明。

如何手动点亮照明

- 按 **(L)** 钮可在任意模式中点亮显示画面的照明。
- 照明持续时间可指定为 1.5 秒或 3 秒。有关详细说明请参阅“如何指定照明持续时间”一节。
 - 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。



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谨慎。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, 必须先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

- 在任意模式中, 按住 **(L)** 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将自动解除。需要时请再次执行上述操作重新开启自动照明功能。
 - 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画面中显示。

如何指定照明持续时间



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. 按 (B) 钮在 3 秒 (▲) 与 1.5 秒 (◆) 间交替选择照明持续时间设定。
3. 按 (A) 钮两次退出设定画面。

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目前的月周相。
(不可见部分) 月周相(可见部分)

月周相图	0, 1, 2	3	4 - 5	6	7, 8	9, 10	11-13	14-16	17-19	20, 21	22, 23	24, 25	26-28
月龄	0, 1, 2	3	4 - 5	6	7, 8	9, 10	11-13	14-16	17-19	20, 21	22, 23	24, 25	26-28
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望时所看到的月球形状。注意本月周相图的状态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看时，本月周相图会是左右相反。

月周相与月龄

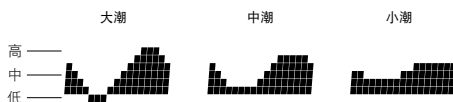
月球的公转周期平均为 29.53 日。它的盈亏形状是根据地球、月球与太阳的相对位置而定。月球与太阳间的角度距离*越大，我们所看见的部位就会越多。

*从地球上观着太阳时的方向相对于月球方向的角度。

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)，因此显示的月龄的误差为 ±3 日。

潮汐图

潮汐图画面以三种不同的波形之一来表示目前的潮汐为大潮、中潮还是小潮，作为目前的潮型。另外，目前的潮汐水平以一系列闪动的点表示在潮型中。



- 大潮：在新月或满月时发生的潮汐。高潮与低潮间的落差最大。
- 小潮：在月盈或月缺时发生的潮汐。高潮与低潮间的落差最小。
- 中潮：介于大潮与小潮之间的潮汐。

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。因月潮间隔会依您所在的地点而不同，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、摩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”。在为本表设定月潮间隔时，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。

选择

在各模式及设定画面中，使用 (B) 及 (E) 钮可在画面中交换数据。通常在交换数据时，分别按住此二钮可以进行高速选择。

计时

- 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，其可自动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

- 本表的电子荧光板经长期使用后会失去照明能力。
- 在直射阳光下，照明的光亮有可能会难以看清。
- 在照明点亮时，本表有可能会发出响声。这是由于电子荧光板点亮时的震动所引起，纯属正常现象，并不表示本表有故障。
- 当警报(鸣音或震动)动作时，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功能在不需要的时候频频动作，点亮照明。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



- 若表面相当于地平线向上或向下倾斜超过 15 度，照明有可能不会点亮。必须保持您的手背与地面平行。
- 即使让手表表面保持面朝您的状态，照明亦会在预设照明持续时间(请参阅“如何指定照明持续时间”一节)过后后自动熄灭。
- 静电或磁力会干扰自动照明功能的正常动作。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。

City Code Table

City Code	City	GMT Differential	Other major cities in same time zone
PPG	Pago Pago	-11.0	
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
LAX	Los Angeles	-08.0	San Francisco, Las Vegas, Vancouver, Seattle/Tacoma, Dawson City
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton
CHI	Chicago	-06.0	Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans, Mexico City, Winnipeg
NYC	New York	-05.0	Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
---	---	-02.0	
---	---	-01.0	Praia
GMT		+00.0	Dublin, Lisbon, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London	+00.0	
PAR	Paris	+01.0	Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Berlin, Frankfurt, Vienna, Stockholm
CAI	Cairo	+02.0	Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town, Athens
JRS	Jerusalem	+02.0	
JED	Jeddah	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi, Moscow
TIR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	Male
DEL	Delhi	+05.5	Mumbai, Kolkata
DAC	Dhaka	+06.0	Colombo
RSN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
HKG	Hong Kong	+08.0	Singapore, Kuala Lumpur, Beijing, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
TYO	Tokyo	+09.0	Seoul, Pyongyang
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
SVD	Sydney	+10.0	Melbourne, Guam, Rabaul
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

• Based on data as of June 2004.

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	148°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

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

• Based on data as of 2003.