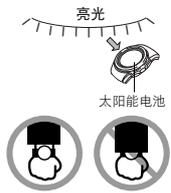


## 事前须知

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，并将其妥善保管以便在日后需要时随时查阅。

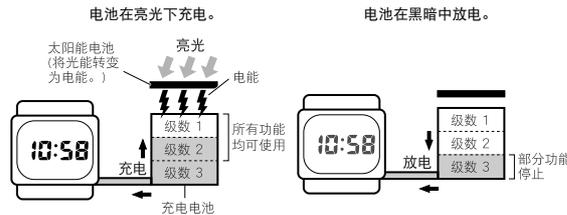
### 请保持手表暴露于亮光下



本表内藏的电池会储存由太阳能电池产生的电能。在不受光线照射的地方放置或使用本表会使电池的电量耗尽。请尽可能地让手表暴露于亮光下。

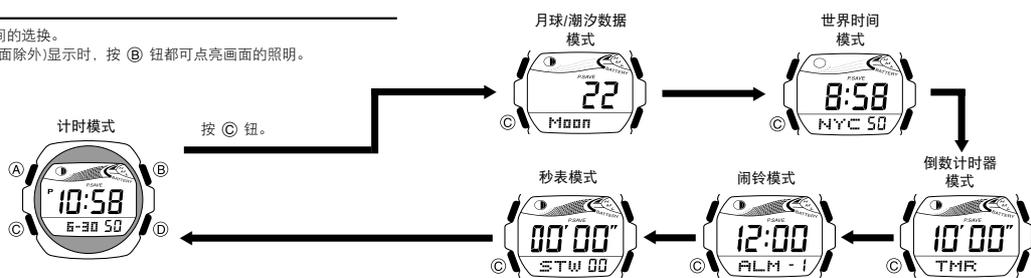
- 当不将本表戴在手腕上使用，请将手表面朝亮光光源摆放。
- 请尽量使手表露在衣袖之外。即使仅部分表面被遮挡亦会使充电效率显著下降。

- 即使不见光，本表亦会保持运作。使手表处于黑暗中会耗尽电池并使手表的某些功能停止。若电池耗尽，您将不得不在充电后再次配置手表的各项设定。为确保手表的正常运作，请尽可能地使手表见光。



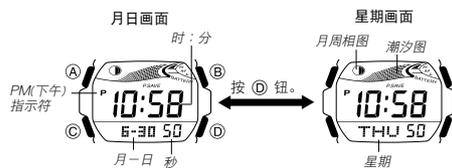
## 部位说明

- 按 **ⓐ** 钮可进行各模式间的切换。
- 在任意模式画面(设定画面除外)显示时，按 **ⓑ** 钮都可点亮画面的照明。



## 计时模式

计时模式用于设定及查看当前时间及日期。

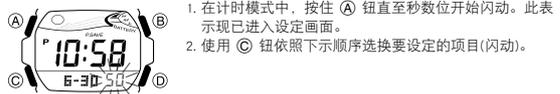


- 潮汐图根据计时模式中的当前时间来显示当前日期的潮汐动态。
- 月周相图根据计时模式中的当前日期来显示当前的月周相。

### 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



- 选择要变更的设定项目后(闪动)，使用 **ⓐ** 钮及 **ⓑ** 钮可如下所示更改设定值。

设定	按钮操作
秒	按 <b>ⓐ</b> 钮可使秒数复位至 <b>00</b> 。
DST夏令时间 开启/解除	按 <b>ⓐ</b> 钮可交替选择夏令时间( <b>ON</b> )及标准时间( <b>OFF</b> )。
时、分、年、月、日	按 <b>ⓐ</b> (+) 钮及 <b>ⓑ</b> (-) 钮更改设定值。
12/24 小时制	按 <b>ⓐ</b> 钮交替选择 12 小时( <b>12H</b> )或 24 小时( <b>24H</b> ) 小时制。
节电	按 <b>ⓐ</b> 钮交替开启( <b>ON</b> )或解除( <b>OFF</b> )节电功能。

- 部分功能停止的实际充电水平依手表的型号而定。
- 频繁使用显示画面的照明会使电池很快耗尽并需再充电。下数值为操作一次照明后为补足所耗电而需充电的时间的参考值。

暴露在从窗户射入的强烈太阳光下时约为 5 分钟

暴露在室内荧光灯下时约为 50 分钟

- 当将手表暴露在亮光下时，务必阅读“电源”一节以了解所有重要资讯。

### 若手表的显示为空白……

- 若手表的显示为空白，则表示为了节省电源，手表的节电功能已将显示画面关闭。
- 有关详情请参阅“节电功能”一节中的说明。

### 警告!

- 本表所显示的经度、月周相图及潮汐图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信息。
- 本表不是用以计算低潮及高潮时间的装置。本表潮汐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。

### 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”一节中的说明。

- 按 **ⓐ** 钮两次退出设定画面。

- 按第一下 **ⓐ** 钮时，GMT 格林威治标准时差设定画面会显示。再次按 **ⓐ** 钮可退出设定画面。
- 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。
- **DST** 指示符出现在画面上时表示已启用夏令时间。
- 有关节电功能设定的详情，请参阅“节电功能”一节中的说明。
- 本表的所有其他功能均会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)自动进行设定调整。

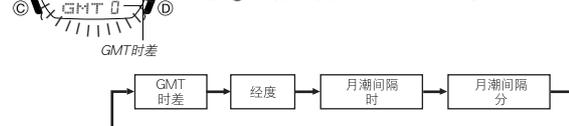
### 居住地数据

注意必须正确设定计时模式中的当前日期、时间及居住地数据(GMT 格林威治标准时差、经度及月潮间隔)，否则月周相、潮汐图及月球/潮汐数据无法正确显示。

- 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。
- 本表使用时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/月潮间隔表)。
- 以下是在您购入本表时居住地数据的出厂缺省设定(日本东京)。每当电量降至第 4 级及每当更换电池时，居住地会返回该设定。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)

### 如何配置居住地数据

- 在计时模式中，按住 **ⓐ** 钮直至秒数位开始闪动。此表示现已进入设定画面。
- 再次按 **ⓐ** 钮显示 GMT 时差设定画面。
- 按 **ⓐ** 钮可依照下示顺序选择设定项目(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	1- 9 GMT 0	使用 <b>(D)</b> (+) 钮及 <b>(B)</b> (-) 钮更改设定值。 • 时差可以 0.5 小时为单位在 -11.0 至 +14.0 之间设定。
经度	14 00 LON E	使用 <b>(D)</b> (+) 钮及 <b>(B)</b> (-) 钮更改设定值。 • 经度可以 1 度为单位在 179°W 至 180°E 之间设定。
月潮间隔的时及分	5:20 INT	使用 <b>(D)</b> (+) 钮及 <b>(B)</b> (-) 钮更改设定值。

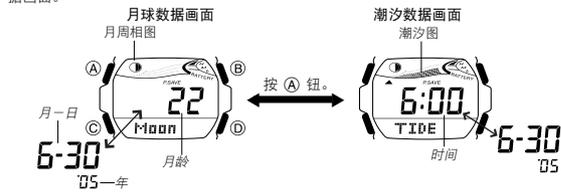
5. 按 **(A)** 钮退出设定画面。

## 月球/潮汐数据模式

月球/潮汐数据包括指定日期的月龄及月周相, 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必须在月球/潮汐数据模式中执行。请按 **(C)** 钮进入该模式。

### 月球/潮汐数据画面

显示月球/潮汐数据模式画面后, 每次按 **(A)** 钮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

显示月球/潮汐数据模式中的月球数据画面后, 使用 **(D)** (+) 钮选择您要查阅其月球数据的日期。  
 • 您可以选择计时模式中显示的当前日期至 2039 年之间的任何日期。本表不能显示过去的月球数据及潮汐数据。

### 如何查阅指定时间的潮汐数据

1. 显示月球/潮汐数据模式中的月球数据画面后, 使用 **(D)** (+) 钮选择您要查阅其潮汐数据的日期。
2. 按 **(A)** 钮显示潮汐数据画面。  
 • 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)** (+) 钮以 1 小时为单位更改时间。

## 世界时间模式

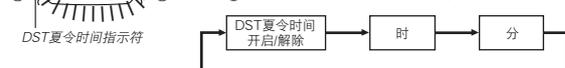
世界时间模式可显示世界 27 个城市(29 个时区)的当前时间。  
 • 计时模式中的时间与世界时间模式中的时间相互独立, 请分别进行时间的设定。  
 • 若更改世界时间模式中某城市的时间, 所有其他城市的时间亦会随之变动。  
 • 有关城市代码的详情, 请参阅“City Code Table”(城市代码表)。  
 • 本节中的所有操作都必须必须在世界时间模式中进行。请按 **(C)** 钮进入此模式。

### 何查阅各城市的时间

显示世界时间模式画面后, 按 **(D)** 钮切换城市代码(时区)。

### 如何设定世界时间模式中的时间

1. 显示世界时间模式画面后, 按 **(D)** 钮找出所需要的城市代码。
2. 选择城市后, 按住 **(A)** 钮直至 DST 夏令时间的开启/解除设定在画面中闪动。此表示现已进入设定画面。
3. 按 **(C)** 钮依照下顺序选择设定项目(闪动)。



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

设定	按钮操作
夏令时间 开启/解除	按 <b>(D)</b> 钮交替选择夏令时间(ON)或标准时间(OFF)。
时、分	使用 <b>(D)</b> (+) 钮及 <b>(B)</b> (-) 钮更改设定。

• 选用 12 小时制时, 注意世界时间的上午(无指示符)或下午(P 指示符)必须设定正确。

5. 按 **(A)** 钮退出设定画面。

- 注意 GMT 城市代码的时间无法进行夏令时间的设定。
- 注意 DST 夏令时间/标准时间的设定只会对在画面内显示中的城市有效。其他城市不受影响。
- 某城市的夏令时间功能经开启后, 在显示该城市代码时, DST 指示符便会会出现。

## 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, 手表会发出闹铃声。本倒数计时器有 2 种模式, 即自动重复模式及经过时间模式, 另外还配备可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冲浪或帆船赛开始时间的最佳工具。  
 • 本节中的所有操作都必须必须在倒数计时器模式中执行。请按 **(C)** 钮进入该模式。

### 倒数计时器的配置

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)
- 进度响报的开启/解除

### 复位时间

在倒数开始时间与倒数结束时间之间, 您可以指定任意一点作为“复位时间”。然后在倒数操作进行过程中, 按一个按钮便可跳至复位时间并从此复位时间开始重新开始倒数。

### 计时器模式

本倒数计时器有 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由您设定的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, 本表会自动再次从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 秒为单位进行最长 99 小时 59 分 59 秒的测时。

### 倒数计时器响报的动作

在倒数计时过程中, 本表会在不同的阶段发出鸣音使您即使不看书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各种响报的说明。

### 倒数结束响报

- 本表会在倒数至零的最后 10 秒, 每秒发出一声短鸣, 在倒数至零时本表会发出一声长鸣。
- 无论进度响报开启或解除, 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

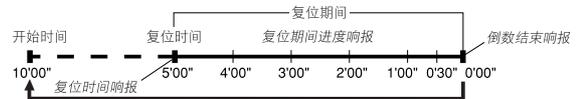
复位时间响报与倒数结束响报相似。进度响报功能开启后, 本表会在到达复位时间最后 10 秒时每秒发出鸣音。

### 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, 本表会在复位期间内的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

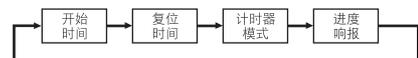


倒数开始时间: 10 分钟; 复位时间: 5 分钟; 计时器模式: 经过时间; 进度响报: 解除



### 如何配置倒数计时器

1. 在倒数计时器模式中, 当倒数开始时间显示时, 按住 **(A)** 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 **(C)** 钮依照下顺序选择设定项目(闪动)。



3. 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
开始时间		使用 <b>(D)</b> 钮及 <b>(B)</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 <b>(D)</b> 钮及 <b>(B)</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 <b>(D)</b> 钮交替切换自动重复模式 ( <b>RR</b> ) 或经过时间模式 ( <b>GFF</b> )。 • 在选用自动重复模式时, 自动重复指示符 ( <b>RR</b> ) 会出现。
进度响报		按 <b>(D)</b> 钮交替开启 ( <b>RR</b> ) 或解除 ( <b>GFF</b> ) 进度响报功能。

- 按 **(A)** 钮退出设定画面。
- 复位时间设定必须较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后, 按 **(D)** 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	按 <b>(D)</b> 钮。
恢复暂停中的倒数	再次按 <b>(D)</b> 钮。
显示倒数开始时间	在倒数停止时, 按 <b>(A)</b> 钮。
停止倒数并显示复位时间	按 <b>(A)</b> 钮。
从画面中的复位时间开始倒数	按 <b>(D)</b> 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 <b>(D)</b> 钮。
恢复暂停中的经过时间测量操作	再次按 <b>(D)</b> 钮。
显示倒数开始时间	在经过时间的测量操作停止状态下, 按 <b>(A)</b> 钮。
停止经过时间的测量操作并显示复位时间	按 <b>(A)</b> 钮。
从画面中的复位时间开始倒数	按 <b>(D)</b> 钮。

### 闹铃模式

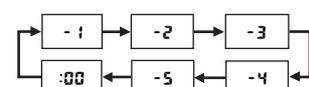


- 本表备有 5 个可单独使用的每日闹铃, 闹铃功能经开启后, 本表在到达预设的时间时会发出鸣音。5 个闹铃中的 1 个可设为间歇闹铃或一次鸣响闹铃, 其他 4 个则只可作为一次鸣响闹铃使用。
- 本表还配备整点响报功能, 开启该功能后, 本表会在每小时整点时发出 2 声鸣音。
- 本表的 5 个闹铃均配有 **1** 至 **5** 的编号。整点响报画面则以 **:00** 表示。
- 进入闹铃模式时, 上一次退出闹铃模式时的画面会首先出现。
- 本节中的所有操作都必须在闹铃模式中执行。请按 **(C)** 钮进入该模式。

#### 如何设定闹铃时间



- 显示闹铃模式画面后, 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。
- 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。此表示现已进入设定画面。
  - 此时闹铃功能会自动开启。
  - 按 **(C)** 钮选择时数位或分数位(闪动)。
  - 当设定值闪动时, 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。
  - 按 **(A)** 钮退出设定画面。

#### 闹铃的动作

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

- 按任意钮都可停止闹铃鸣响。
- 在间歇闹铃的 5 分钟间隔内, 若执行下列操作, 目前间歇闹铃的运作会被取消。  
显示计时器模式的设定画面  
显示闹铃 **1** 的设定画面

#### 如何测试闹铃

显示闹铃模式画面后, 按住 **(D)** 钮可使闹铃鸣响。

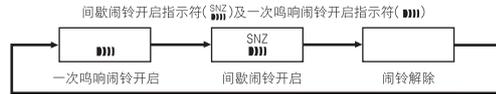
#### 如何开启及解除闹铃 **2** 至 **5**



- 显示闹铃模式画面后, 使用 **(D)** 钮选择 1 个一次鸣响闹铃(闹铃 **2** 至 **5**)。
- 按 **(A)** 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, 一次鸣响闹铃开启指示符 (**||||**) 会在画面中出现。
- 任何闹铃开启后, 一次鸣响闹铃开启指示符会在所有模式画面中显示。

#### 如何选择闹铃 **1** 的动作

- 显示闹铃模式画面后, 使用 **(D)** 钮选择闹铃 **1**。
- 按 **(A)** 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 (**||||** 或 **SNZ**) 会在所有模式画面中显示。
- SNZ** 指示符会在闹铃停止鸣响的 5 分钟间隔内闪动。
- 间歇闹铃开启后, 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** 变为一次鸣响闹铃)。

#### 如何开启及解除整点响报



- 显示闹铃模式画面后, 按 **(D)** 钮选择整点响报。
- 按 **(A)** 钮交替开启或解除整点响报。
- 开启整点响报后, 整点响报开启指示符 (**||**) 会在所有模式画面中出现。

整点响报开启指示符

### 秒表模式

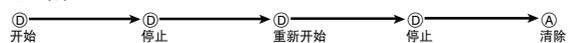


秒表模式用于测量经过时间、中途时间及两名选手的完成时间。

- 秒表的显示限度是 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, 中途时间便会被清除并且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 **(C)** 钮进入该模式。

#### 如何使用秒表测时

##### 经过时间



##### 中途时间



##### 两名选手的完成时间



### 照明

#### 自动照明功能开启指示符



- 本表采用一块 EL (电子荧光) 板作为照明, 其可点亮大幅显示屏, 即使在黑暗中亦可使画面明亮易观。本表还具备自动照明功能, 只要将手表面向您转动, 照明便会自动点亮。
- 若要使用自动照明功能, 必须先开启该功能(自动照明功能开启指示符会在显示画面中出现)。
- 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

在任意模式画面(设定画面除外)显示时, 按 **(B)** 钮可点亮照明约 1 秒。

- 无论自动照明功能是否开启, 上述操作都可点亮照明。

#### 关于自动照明功能

自动照明功能开启后, 每当您如下所示转动手腕, 自动照明便会点亮约 1 秒。注意在使用自动照明功能时, 本表的“Full Auto EL Light”功能使自动照明只会在周围亮度低于某种程度时才会点亮。在光亮的地方, 自动照明不会点亮。

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。



### 警告！

- 在使用自动照明功能观看手表时，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、驾驶摩托车或其他机动车前，必须先解除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或意外点亮，分散您的注意力，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 **②** 键约 2 秒可交替开启(☀️出现)或解除(☀️消失)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。

## 电源

本表配备有一个太阳能电池及一个能储存太阳能电池所发电能的特殊充电电池(二次电池)。下图是在充电时如何放置手表的说明。

范例：将表面对准光源。

- 右图为树脂表带手表的放置方法图。
- 注意若有部分太阳能电池受衣物等的遮挡，充电效率则会降低。
- 请尽量使手表露在衣袖之外。即使仅部分表面被遮挡亦会使充电效率显著下降。



### 重要！

- 将本表长期存放在无光线的地方或戴表时其因受衣物的遮挡而无法照到光线，都会导致充电电池内的电量用尽。请尽可能让本表照到明亮的光线。
- 本表采用一个可储存太阳能电池所发电能的特殊充电电池，因此电池无需定期更换。但经过长期使用后，充电电池有可能失去将电充满的能力。若您发现该特殊充电电池的电量无法充满，请与销售店或CASIO经销商联系有关更换电池的事宜。
- 切勿自行取出或更换本表的特殊电池。使用其他型号的电池会损坏本表。
- 每当电池电量降低至第 4 级及更换电池后，当前时间及所有其他设定都会返回至其出厂初始缺省设定。
- 若要长期存放本表，请开启本表的省电功能并将手表放置在通常能受光线照射的地方。如此可防止充电电池的电量耗尽。

### 电池电量指示符

本表设有电池电量指示符，其可显示目前充电电池内的电量状态。

#### 电池电量指示符



级数	电池电量指示符	功能状态
1		所有功能均可使用。
2		所有功能均可使用。
3	 (立即充电警告)	鸣音、照明、显示功能及按钮无法使用。
4		包括计时功能在内的所有功能都无法使用。

- 在电量降低至第 3 级时，指示符 **CHARGE** 会在画面中闪动表示电池电量已非常低，必须立即放置在亮光下充电。
- 在电量为 4 级时，本表的所有功能都会停止，并且所有设定都会返回出厂时的初始缺省设定。充电后各功能虽然会恢复，但将电量由第 4 级充电到第 3 级(闪动的 **CHARGE** 指示符表示第 3 级状态)后，您必须设定时间及日期。电量一旦下降到第 4 级后，直到充电到第 2 级(无 **CHARGE** 指示符显示)为止，所有其他设定都无法进行。
- 注意在直射阳光或其他强光的照射下，本表的电池电量指示符会暂时显示一个较实际电量高的级数。正确的电池电量级数会在数分钟后出现。
- 若在短时间内频繁使用照明或闹铃，指示符 **RECOVER** 会在画面中出现。此时下述功能会无法使用，直至电池电量恢复为止。

#### 照明

#### 鸣音

经过一段时间，当电池电量恢复及指示符 **RECOVER** 消失后，上述功能又可恢复使用。

### 充电须知

在某些环境下充电会导致本表发生过热现象。请避免将本表放置在下述地方为充电电池充电。

注意手表的温度过高会导致液晶显示画面熄灭。在手表温度降低后液晶显示画面会恢复正常。

### 警告！

直接置于强光下为充电电池充电会导致本表烫伤。请小心处理本表，避免烫伤。注意尤其在下述环境下长时间充电会使手表非常烫热。

- 受阳光直射照射的汽车仪表盘上
- 过于接近白炽灯的地方
- 直射阳光下

### 充电指南

电量充足后，计时功能可最长继续运作约 12 个月。

- 下表介绍在日常使用的情况下为补充手表一日消耗电量所需要的充电时间。

曝光度(亮度)	大约曝光时间
室外阳光下( 50,000 lux )	5 分钟
有阳光的窗口下( 10,000 lux )	24 分钟
阴天的窗口下( 5,000 lux )	48 分钟
室内日光灯下( 500 lux )	8 小时

- 规格中含有所有详细的技术资料。

- 手表不见光
- 画面每日显示 18 小时，休眠状态每日 6 小时
- 照明每日点亮 1 次( 1.5 秒)
- 闹铃每日鸣响 10 秒
- 倒计时器每日使用 1 次

- 经常充电可保持本表运作的安定性。

### 恢复时间

下表介绍为将充电电池内的电量升高一级所需要的充电时间。

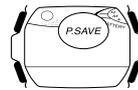
曝光度(亮度)	大约曝光时间			
	第 4 级	第 3 级	第 2 级	第 1 级
室外阳光下( 50,000 lux )	90 分钟		25 小时	7 小时
有阳光的窗口下( 10,000 lux )	6 小时		126 小时	35 小时
阴天的窗口下( 5,000 lux )	11 小时			---

- 上述曝光时间皆为参考值。实际需要的曝光时间根据光线条件而定。

## 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重要须知及注意事项。

### 省电功能



开启省电功能后，若将手表放置在黑暗中经过 60 至 70 分钟，手表会自动进入休眠状态。进入休眠状态后，画面会熄灭并且省电功能开启指示符 **P.SAVE** 会在画面中闪动。在休眠状态下，除画面被熄灭以外，其他所有功能都会正常工作。

- 将手表戴在衣袖之内会使手表进入休眠状态。
- 在上午 6 时至下午 10 时 59 分之间，本表不会进入休眠状态。若在上午 6 时之前本表已进入休眠状态，则休眠状态仍会继续。
- 在倒计时器模式或秒表模式中，手表不会进入休眠状态。

### 如何解除休眠状态

请执行下述任何一项操作。

- 将手表移至光亮的地方。
- 按任意按钮。
- 扭动手腕使手表面向您。

### 如何开启及解除省电功能



- 在计时模式中，按住 **A** 键直至秒数位开始闪动。此表示现已进入设定画面。
  - 按 **C** 键八次直至省电功能开启/解除画面出现。
  - 按 **D** 键交替开启(☀️)或解除(☀️)省电功能。
  - 按 **A** 键两次退出设定画面。
- 省电功能开启后，省电功能开启指示符( **P.SAVE** )会在所有模式中显示。

### 月周相图

本表的月周相图如下显示当前的月周相。

月周相图	(不可见部分)	月周相(可见部分)
月龄	0, 1, 29	2 - 5
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会与您所在地区看见的月亮的实际形状有所差异。
- 站在南半球或赤道附近观看时，本月周相图会左右相反。

### 月周相与月龄

月球的公转周期为 29.53 日。它的盈亏形状是根据太阳光的照射角度及地球、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，我们所能看见的部位就会越多。

\*由地球上观看太阳时相对于月球的角度。

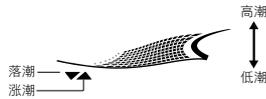
月龄是指由新月到达某月周相时的日数。通常，正午或午夜会被当作参考点使用。本表根据月球在正午时的角度距离计算月龄，此会有 ±1 日的误差。因此，本表的月周相图会与月球的实际形状略有差异。

本表使用以下公式计算月龄。

$$\text{月龄(日数)} = 29.53 \times (\text{月球的角度距离} / 360^\circ)$$

### 潮汐图

本表潮汐图上的波形表示当前的潮汐。▲表示正在涨潮，而▼表示正在落潮。高潮及低潮时画面上不显示▲或▼。



### 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而得出。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，潮汐图才会正确显示。

### 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”。在为表设定月潮间隔时，请使用月球越过子午线至到达高潮之间的时差。

有关世界各地月潮间隔的资讯，请参阅“Site/Lunitidal Interval Data List”（地点/月潮间隔表）。

### 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。
- 当本表在月球/潮汐数据模式或闹铃模式中，若不作任何操作经过2或3分钟，本表会自动改变至计时模式。

### 数据及设定值的选换

在各模式及设定画面中，使用⊕及⊖可在画面中选换数据。通常在选换数据时，分别按住此二键可以进行高速选换。

### 初始画面

每当进入计时、世界时间或闹铃模式时，上次退出该模式时在画面中显示的数据会首先显示。

### 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，分数值会增加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时59分之间的时间。本表不设指示符表示午夜至上午11时59分之间的时间。
- 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，除电池电量降至第4级以外，无需再次调整。

### 世界时间模式

- 世界时间模式中的秒数与计时模式中的秒数同步。
- GMT世界标准时差是指各时区与格林威治标准时间之间的时差。
- 本表的GMT世界标准时差是根据协调世界时(UTC)计算得出。

### 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。
- 当照明点亮时，本表会发出响声。这是由于EL电子荧光板点亮时的振动所引起，纯属正常并非表示本表发生了故障。
- 当闹铃鸣响时，照明会自动熄灭。
- 经常使用照明会缩短电池的供电时间。

### 自动照明须知

- 将手表戴在手腕的内侧时，您手臂的摆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。
- 请注意，在自动照明功能开启的情况下，将手表戴在衣袖内会使照明频繁点亮并将电池耗尽。



- 若表面相对于地平线上倾斜超过15度，照明有可能不会点亮。必须保持您的手臂与地面平行。
- 即使您保持姿势，使手表持续面向您，照明亦会在约1秒后熄灭。
- 静电及磁力会干扰自动照明的正常动作。若自动照明不点亮，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秒后才会点亮。此属正常现象并非表示发生了故障。
- 当您前后摆动手臂时，您可能会注意到有非常轻微的喀嚓声从表内发出。此声音是由自动照明功能的机械动作所引起，并不表示本表发生了故障。

### City Code Table

City Code	City	GMT Differential	Other major cities in same time zone
---		-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, Fort 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		
PAR	Paris	+01.0	Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm, Berlin
CAI	Cairo	+02.0	Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town, Athens
JED	Jeddah	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi, Moscow
THR	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
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane, Singapore, Kuala Lumpur, Beijing, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
HKG	Hong Kong	+08.0	
TYO	Tokyo	+09.0	Seoul, Pyongyang
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
SYD	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	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

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

• Based on data as of 2003.