

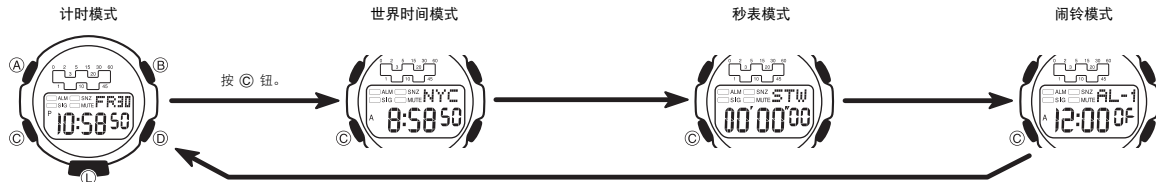
关于本说明书

- 本说明书的插图中所有手表画面皆以白底黑字表示。
- 按钮会图中所示的字母表示。
- 本说明书的每一节都会为您介绍一种功能的操作。有关技术资料等详情，请参阅“参考资料”一节中的说明。



部位说明

- 按 C 钮可切换各模式。
- 在任意模式中，按 L 钮可点亮照明。



计时模式

计时模式用于查看及设定现在时间及日期。您还可以在计时模式中使用预设定时器。

- 有关使用预设定时器的说明，请参阅“预设定时器模式”一节。

请在设定时间及日期前先阅读此节！

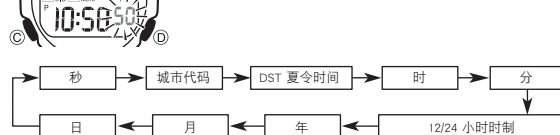
计时模式与世界时间模式中的时间相互关联。因此，在设定时间及日期前，必须先确认已为本表选定了本地城市（即您通常使用本表的城市）。

- 在计时模式中，按 A 钮可查看当前的本地城市设定。
- 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table”（城市代码表）。



如何设定时间及日期

1. 在计时模式中，按住 A 钮直至秒数开始闪烁。此表示现已进入设定画面。
2. 按 C 钮依照下顺序选择要设定的项目（闪烁）。



3. 选择了要变更的设定项目后（闪烁），使用 D 钮及 B 钮如下所示改变设定值。

画面显示	目的:	操作:
50	将秒数复位至 00	按 D 钮。
TYO	选择城市代码	使用 D (向东) 钮及 B (向西) 钮。
0F DST	交替选择夏令时间 (0F) 及标准时间 (0F)	按 D 钮。
10:58	选择时数或分数	使用 D (+) 钮及 B (-) 钮。
12 H	交替选择 12 小时 (12 H) 及 24 小时 (24 H) 小时制	按 D 钮。
20 06	选换年、月或日	使用 D (+) 钮及 B (-) 钮。

- 有关 DST 夏令时间设定的详情，请参阅“夏令时间 (DST)”一节中的说明。
4. 按 A 钮退出设定画面。
- 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，分数值亦会加 1。若秒数值是于 00-29 之间，分数值则保持不变。
 - 选用 12 小时制时，P (下午) 指示符出现时表示正午至下午 11:59 之间的时间，而 A (上午) 指示符出现时表示午夜至上午 11:59 之间的时间。
 - 选用 24 小时制时，时间会在 0:00 至 23:59 之间表示，此时无指示符显示。
 - 本表的其他模式都会采用在计时模式中所选择的 12 小时/24 小时制。
 - 年份可在 2000 年至 2099 年间设定。
 - 本表内藏有全自动日历，其能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。
 - 星期会根据日期（年、月及日）自动显示。

夏令时间 (DST)

夏令时间 (DST) 比标准时间快 1 小时。注意并非所有国家或地区都使用夏令时间。

如何为计时模式选择标准时间及夏令时间

1. 在计时模式中，按住 A 钮直至秒数开始闪烁。此表示现已进入设定画面。
 2. 按 C 钮两次显示 DST 夏令时间设定画面。
 3. 按 D 钮交替选择夏令时间 (0F) 及标准时间 (0F)。
 4. 按 A 钮退出设定画面。
- 选用夏令时间后，计时模式及闹铃模式画面上会出现 DST 指示符。

DST 夏令时间指示符

预设定时器模式

- 使用预设定时器时，您可以在数个不同的预设开始时间中选择之一。选择了预设开始时间后定时器便会开始倒数，倒数至零时手表发出闹铃音。
- 预设开始时间（以分钟为单位）有：1, 2, 3, 5, 10, 15, 20, 30, 45, 60。
 - 在倒数进行过程中，您可以执行其他计时模式操作。
 - 即使切换到其他模式，倒数时仍将继续进行。
 - 本节中的所有操作都必须在计时模式中执行，请按 C 钮进入该模式。

如何使用预设定时器

1. 在计时模式中，按 C 钮显示定时器初始画面。
- 定时器初始画面总是显示全零 (00:00)。
 - 当定时器画面显示全零时不能开始倒数。全零画面显示后，如果没有任何按钮操作经过约两秒钟，倒数时间处将自动变为现在日期。



定时器初始画面

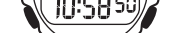
2. 定时器画面显示时，用 D (+) 钮及 B (-) 钮选择预设开始时间。
- 预设开始时间（以分钟为单位）有：0, 1, 2, 3, 5, 10, 15, 20, 30, 45, 60。
 - 在第 2 步选择了预设开始时间后，定时器将在约两秒钟后自动开始倒数。
 - 如果您在第 2 步操作后的约两秒钟内按了 L (照明) 钮，则倒数将在您按 L 钮的约两秒钟后自动开始。
 - 倒数进行过程中，在计时模式中按 D 钮将使倒数时间处显示现在日期。
 - 倒数至零时闹铃将鸣响约 10 秒钟，您可以按任意钮停止闹铃音。

如何取消预设定时器操作

在计时模式中，按住 D 钮约两秒钟。

图示区

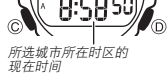
- 倒数结束时图示区将闪烁 10 秒钟，按任意钮可使图示区停止闪烁。
- 下表介绍图示区如何表示预设开始时间及倒数还剩下的分钟数。
- 无论手表处于何种模式，图示区总是表示倒数剩余时间。



图示										
预设开始时间	01'00	02'00	03'00	05'00	10'00	15'00	20'00	30'00	45'00	60'00
倒数剩余时间	00'01 - 01'00	01'01 - 02'00	02'01 - 03'00	03'01 - 05'00	05'01 - 10'00	10'01 - 15'00	15'01 - 20'00	20'01 - 30'00	30'01 - 45'00	45'01 - 60'00

世界时间模式

本表的世界时间模式可显示 48 个城市 (29 个时区) 的时间。
 在本节中的所有操作都必须在世界时间模式中进行。请按 **ⓐ** 键进入该模式。



所选城市所在时区的现在时间

如何查看各城市的时间
 在世界时间模式中，按 **ⓐ** 键可向东切换城市代码，而按 **ⓑ** 键可向西切换城市代码。
 • 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table”（城市代码表）。
 • 如果某城市的时间不正确，则表示计时模式中的时间或本地城市的设定有问题。请检查这些设定并做必要的调整。

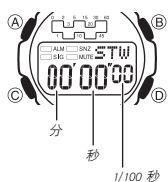
如何为各城市选择标准时间及夏令时间



DST 夏令时间指示符

1. 在世界时间模式中，使用 **ⓐ** 键及 **ⓑ** 键将您要改设其标准时间/夏令时间的城市代码（时区）显示在画面中。
 2. 按 **ⓐ** 键约 1 秒交替选设夏令时间（DST 夏令时间指示符显示）或标准时间（DST 夏令时间指示符消失）。
 • 为某城市设定夏令时间后，在显示其城市代码时，DST 指示符会出现。
 • 夏令时间/标准时间的设定只会对当前在画面中显示的城市有效，其他城市不受影响。
 • 在世界时间模式中，可以为目前被计时模式选择的本地城市选择标准时间及 DST 夏令时间。您在世界时间模式中选择的时间也将适用于计时模式。

秒表模式



1/100 秒

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，测时也会继续进行。
 • 当中途时间在画面中显示时，若退出秒表模式，中途时间会被清除及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秒表模式中进行。请按 **ⓐ** 键进入该模式。

如何使用秒表测量时间

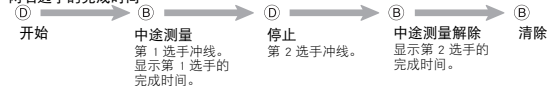
经过时间



中途时间



两名选手的完成时间



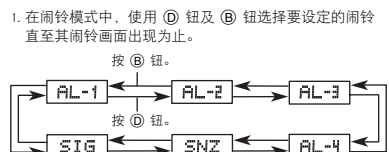
闹铃模式



闹铃时间 (时:分)

本表有 5 个可单独使用的每日闹铃。闹铃经开启后，本表在到达预设的闹铃时间时会发出闹铃音。五个闹铃中一个为间歇闹铃，而其他四个为一次鸣响闹铃。
 您还可以开启整点响报，使本表在每小时正点鸣音两次。
 • 闹铃模式共有六个画面。四个一次鸣响闹铃画面（由 AL-1 至 AL-4 的编号来表示），一个间歇闹铃画面（由 SNZ 表示）及一个整点响报画面（由 SIG 表示）。
 • 本节中的所有操作都必须闹铃模式中进行。请按 **ⓐ** 键进入该模式。

如何设定闹铃时间



- 要设定一次鸣响闹铃时，显示闹铃编号为 AL-1 至 AL-4 的画面之一。要设定间歇闹铃时，显示带有 SNZ 的画面。
- 间歇闹铃会每隔 5 分钟鸣音 1 次。
- 2. 选择了要设定的闹铃后，按 **ⓐ** 键直至闹铃时间的时数开始在画面中闪烁。此表示现已进入设定画面。
 - 此时该闹铃会自动开启。
- 3. 按 **ⓐ** 键选择时数或分数。

4. 选择了要设定的项目后，使用 **ⓐ** (+) 键及 **ⓑ** (-) 键改变闪烁中的设定值。
 - 使用 12 小时制设定闹铃时间时，注意闹铃时间的上午 (A 指示符) 或下午 (P 指示符) 的设定是否正确。
5. 按 **ⓐ** 键退出设定画面。

闹铃的动作

每当到达闹铃时间时，无论手表处于何种模式，闹铃均会鸣响约 10 秒。间歇闹铃会每隔 5 分钟鸣响 1 次，总共重复 7 次。您可中途解除间歇闹铃。
 • 按任意键可在闹铃开始鸣响后停止闹铃音。
 • 在间歇闹铃的 5 分钟间隔中，如果进行下列操作，则当前的间歇闹铃会被解除。
 显示计时模式的设定画面
 显示 SNZ 设定画面

如何测试闹铃

在闹铃模式中，按 **ⓐ** 键可使闹铃鸣响。

如何开启或解除闹铃

间歇闹铃指示符



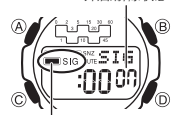
开启/解除状态

闹铃开启指示符

1. 在闹铃模式中，使用 **ⓐ** 键及 **ⓑ** 键选择闹铃。
2. 按 **ⓐ** 键开启 (ON 显示) 或解除 (OFF 显示) 闹铃。
- 开启一次鸣响闹铃 (闹铃 AL-1 至 AL-4) 后，闹铃开启指示符会在闹铃模式画面中出现。
- 开启间歇闹铃 (SNZ) 后，闹铃开启指示符及间歇闹铃指示符会在闹铃模式的间歇闹铃画面中出现。
- 只要有闹铃开启，闹铃开启指示符便会出现在所有模式画面上。
- 闹铃鸣响时闹铃开启指示符会闪烁。
- 在间歇闹铃的 5 分钟间隔内，间歇闹铃指示符会闪烁。

如何开启或解除整点响报

开启/解除状态



整点响报开启指示符

1. 在闹铃模式中，按 **ⓐ** 键及 **ⓑ** 键选择整点响报画面 (SIG)。
2. 按 **ⓐ** 键交替开启 (ON 显示) 或解除 (OFF 显示) 整点响报。
- 整点响报开启后，整点响报开启指示符会在所有模式画面中显示。

照明



本表采用 EL (电子荧光) 板提供照明，即使在黑暗中也可使画面明亮易观。

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到。
- 在照明点亮时，本表会发出响音。此响音由 EL 电子荧光板点亮时的振动所产生，其纯属正常并不表示发生了故障。
- 每当闹铃鸣响时，照明会自动熄灭。
- 经常使用照明会很快耗尽电池。

如何点亮照明

在任意模式中，按 **ⓐ** 键可点亮照明。
 • 使用下述操作步骤可选择照明点亮的时间为 1.5 秒或 3 秒。按 **ⓐ** 键时，根据您所设定的照明持续时间，照明会点亮约 1.5 秒或 3 秒。

如何指定照明持续时间



1. 在计时模式中，按 **ⓐ** 键直至秒数开始闪烁。此表示现已进入设定画面。
2. 在秒数闪烁时，按 **ⓐ** 键在 1.5 秒 (1.5) 与 3 秒 (3) 之间选择照明持续时间。
3. 按 **ⓐ** 键退出设定画面。

参考资料

本节讲述更多有关操作本表的详情及技术资料，其中还包括本表各种功能及特长的重点须知及注意事项。

按钮操作音



静音指示符

每当您按手表上的按钮之一时按钮操作音便会鸣响。按钮操作音可以根据需要开启或解除。
 • 即使按钮操作音被解除，闹铃、整点响报及预设定时器鸣音亦将鸣响。

如何开启或解除按钮操作音

在任意模式中（设定画面显示时除外），按 **ⓐ** 键可交替开启（静音指示符不显示）或解除（静音指示符显示）按钮操作音。
 • 由于 **ⓐ** 键还是模式选择键，因此按 **ⓐ** 键开启或解除按钮操作音还会使手表当前的模式改变。
 • 当按钮操作音被解除时，静音指示符会显示在所有模式中。

画面的自动返回

- 在闹铃模式中，若不进行任何操作经过 2 或 3 分钟，本表会自动返回计时模式。
- 有数字在画面中闪烁时，若不进行任何操作经过 2 或 3 分钟，本表会自动储存此时您已输入的数据并且退出设定画面。

选换

在各模式及设定画面中，使用 **ⓐ** 及 **ⓑ** 键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出现。

世界时间

- 世界时间模式中的秒数与计时模式中的秒数同步。
- 世界时间模式中的所有时间都是使用 UTC 时差值，根据计时模式中本地城市的现在时间计算得出。
- UTC 时差是指，基准点英国格林威治与各城市所在时区之间的时差。
- "UTC" 是 "Universal Time Coordinated (协调世界时)" 的缩写，是世界通用的计时科学标准。该时间是通过使用经精心保持、精度为微秒的原子 (铯) 时钟得出。为了使 UTC 与地球自转同步，须根据需要加减闰秒以作调整。

City Code Table

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

*Based on data as of June 2005.