

## 事前须知

承蒙惠购 CASIO 手表，谨表感谢。为了最有效地使用本表，务请仔细阅读本说明书。

### 请让手表经常照到明亮光线

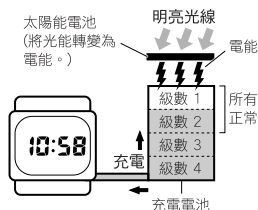


本表内藏的电池会储存由太阳能电池产生的电能。在照射不到光线的地方长期放置或使用本表会使电池的电量耗尽。请尽可能让手表照射到光线。

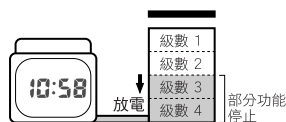
- 不将手表戴在手腕上使用，请将手表面朝明亮光源放置。
- 请尽量使手表露在衣袖之外。仅部分表面被遮挡时充电效率也会显著下降。

- 即使照不到光线，本表也将保持运作。让手表长期处于黑暗环境中会耗尽电池，并使手表的有些功能停止。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，必须尽可能地让手表照射到光线。

### 电池在明亮光线下充电。



### 电池在黑暗中放电。



- 使部分功能停止的实际电量水平依手表的型号而不同。
- 频繁使用照明会很快耗尽电池，使手表需要充电。下示参考值为点亮一次照明后，为补足消耗的电量所需要的充电时间。  
在透过窗户射入的阳光照射下时约为 5 分钟  
在室内荧光灯下时约为 50 分钟
- 请务必参照“电源”一节，了解有关让手表照射到明亮光线时需要知道的重要资讯。

### 若手表画面变为空白...

若手表画面变为空白，则表示为了节省电源，手表的节电功能已将画面关闭。

- 有关详情请参阅“节电功能”一节。

### 用途

本表内藏的传感器能测量气压、温度及高度。测出的数值将显示在画面上。这些功能使本表在远足、登山、或进行其他户外活动时实用便利。

### 警告！

- 本表配备的测量功能不是为需要有专业或工业精度的测量而设计。本表显示的数值应当作为有合理精度的测量结果。
- CASIO COMPUTER CO., LTD. 对于因使用本表而引起的任何损失或第三方的任何索赔一律不负任何责任。

### 关于本说明书

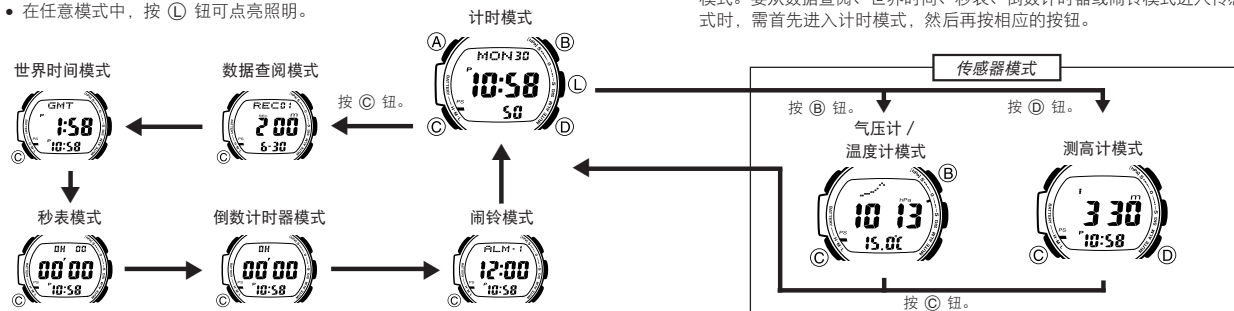


- 按钮以图中所示的字母表示。
- 本说明书的每一节都会介绍一种功能的操作。有关技术资料等详情请参阅“参考资料”一节。



## 部位说明

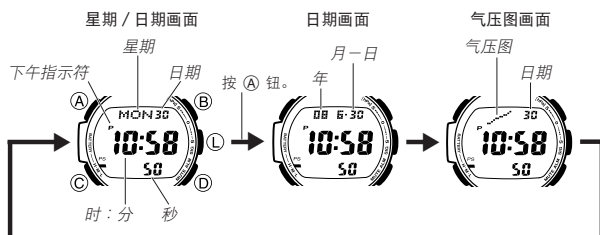
- 下图介绍切换功能所需按的按钮。
- 在任意模式中，按 (L) 钮可点亮照明。



## 计时模式

计时模式用于设定及查看现在时间及日期。

- 在计时模式中按 (A) 钮可如下所示循环切换计时模式画面的显示格式。



### 设定时间及日期之前请先阅读此节！

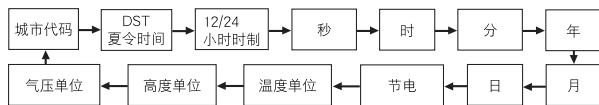
本表预设有一些城市代码，各代码分别代表各城市所在的时区。设定时间时，首先选择正确的本地城市（通常使用手表时所在的城市）很重要。若您的居住地未包含在预设城市代码中，则请选择与您的居住地时区相同的预设城市代码。

- 请注意，世界时间模式中所有城市的时间都是根据计时模式中的数字时间及日期计算而来。

### 如何设定时间及日期

1. 在计时模式中，按住 (A) 钮直至城市代码开始闪烁。此表示已进入设定画面。
2. 用 (D) 钮或 (B) 钮选择所需要的城市代码。
  - 在变更任何其他设定之前，必须首先选择本地城市代码。
  - 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table”（城市代码表）。

3. 按 **C** 钮依照下顺序选择设定项目（闪动）。



• 下述操作步骤只介绍如何配置计时设定。

4. 要变更的计时设定闪动时，用 **D** 钮及 / 或 **B** 钮如下所示进行变更。

画面	目的：	操作：
TYO	改变城市代码	用 <b>D</b> （向东）钮及 <b>B</b> （向西）钮。
DST 00	选择夏令时间（00）及标准时间（0FF）。	按 <b>D</b> 钮。
24H	选择 12 小时（12H）及 24 小时（24H）时制。	按 <b>D</b> 钮。
50	将秒数复位至 00	按 <b>D</b> 钮。
10:58	改变时数或分数	用 <b>D</b> （+）钮及 <b>B</b> （-）钮。
00 6.30	改变年数、月数或日数	

5. 按 **A** 钮退出设定画面。

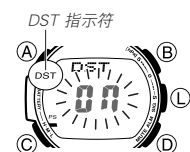
注

- 要配置下列设定时也需要进入计时模式。  
 节能功能的开启/解除（“如何开启或解除节能功能”一节）  
 温度、高度及气压单位（“如何选择温度、高度及气压单位”一节）

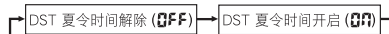
### 夏令时间（DST）

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。

#### 如何改变夏令时间（日光节约时间）设定



- 在计时模式中，按住 **A** 钮直至城市代码开始闪动。此表示现已进入设定画面。
- 按 **C** 钮显示 DST 夏令时间设定画面。
- 按 **D** 钮依照下顺序选择 DST 夏令时间设定。



- 选择了所需要的设定后，按 **A** 钮退出设定画面。
- DST** 指示符出现在画面上时表示已启用夏令时间。

### 气压计 / 温度计模式

本表使用气压传感器来测量气压（大气压），使用温度传感器来测量气温。

- 若您怀疑测定结果不正确，请校准气压传感器及温度传感器。

#### 如何进行气压及温度测量



在计时模式或测高计模式中，按 **B** 钮进入气压计 / 温度计模式，手表自动开始气压及温度的测量。

- 进入气压计 / 温度计模式后，本表需要四或五秒钟的时间才能显示气压测量值。
- 气压以 1 hPa（或 0.05 inHg）为单位表示。
- 当气压测量值超出 260 hPa 至 1,100 hPa（7.65 inHg 至 32.45 inHg）的范围时，气压值的显示会变为 - - - hPa（或 inHg）。当气压测量值返回本表的测定范围时，气压值即会重新出现。

- 气温以 0.1°C（或 0.2°F）为单位表示。
- 当气温的测量值超出 -10.0°C 至 60.0°C（14.0°F 至 140.0°F）的范围时，气温值的显示会变为 - - - °C（或 °F）。当气温测量值返回本表的测量范围时，气温值即会重新出现。
- 有些地区以 millibars（毫巴，mb）而非 hectopascal（百巴斯卡，hPa）为气压单位表示气压值。实际上这两种单位完全相同，因为 1 hPa = 1 mb。
- 您可以选择百巴斯卡（hPa）或英寸汞（inHg）作为气压的显示单位，选择摄氏（°C）或华氏（°F）作为温度的显示单位。请参阅“如何选择温度、高度及气压单位”一节。
- 有关重要须知请参阅“气压计及温度计须知”一节。

### 气压图

气压反映大气的变化。通过监视这些变化能在合理的精确度内预测天气。无论目前的模式为何，本表每两小时自动测量一次气压（在各偶数小时的起点）。测量结果用于生成气压图及气压差指针值。

气压图表示过去 24 个小时内的气压测量结果。图的横轴表示时间，一个点代表两个小时。最右侧的点代表最新一次的测量结果。纵轴表示气压，各点代表其测量值与前一个点的测量值间的相对差。一个点代表 1 hPa。

下面介绍如何解释气压图上表示的数据。



气压上升图通常表示天气正在好转。



气压下降图通常表示天气正在恶化。

注意，若气压或气温突然发生变化，过去测量值的图线可能会上下超出显示范围。气压恢复稳定后，所有线图又会全部出现。

凡遇下述情况，气压的测量将会暂停，同时在气压图相应的部位留下空白。

- 气压值超出测量范围（260 hPa/mb 至 1,100 hPa/mb 或 7.65 inHg 至 32.45 inHg）
- 传感器故障

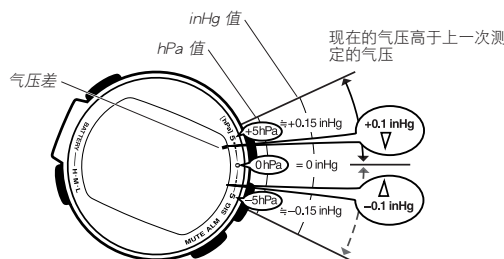


在画面上看不到

### 气压差指针

此指针表示气压图上两个相邻气压测量值间的相对差，而现在的气压值表示在气压计 / 温度计模式中。

- 气压差可在 ±5 hPa 的范围内以 1-hPa 为单位表示。
- 当现在的气压值超出容许测量范围（260 至 1,100 hPa）时，气压差指针不出现。
- 气压以 hPa 为标准计算及显示。气压差还可以以 inHg 为单位表示，如图所示。



插图中表示的气压差范例以 3 hPa / 0.1 inHg 为单位。

现在的气压高于上一次测定的气压

现在的气压低于上一次测定的气压

### 关于气压及温度的测量

- 手表在进入气压计 / 温度计模式时便会立即开始进行气压及温度的测量。之后，气压及温度测量将每五秒钟进行一次。
- 您还可以在任何时候通过在气压计 / 温度计模式中按 **B** 钮进行气压及温度的测量。

### 测高计模式

本表的测高计使用气压传感器探测现在的气压，然后用此气压测量值根据 ISA（国际标准大气压）预设值估算现在的高度。您还可以预先指定一个参考高度，本表将根据此参考值计算现在的相对高度。测高计功能还配备有存储器保存测量的数据。

您还可以测量与指定的参考高度间的高度差（变化）。指定参考高度时只要按一个按钮将参考高度复位为零便可。

#### 重要！

- 本表是根据气压估算高度。这即是在相同位置上所测出的高度会因气压的变化而有所不同。
- 本表采用半导体气压传感器测量高度，其会受温度变化的影响。在进行高度测量时，请注意避免使手表受到温度变化的影响。
- 为避免测量结果受温度突然变化的影响，请在测量过程中将手表戴在手腕上并直接与皮肤接触。
- 切勿在进行高度会突然产生变化的运动时过分依赖本表的高度测量结果或执行按钮操作。这些运动包括：跳伞、悬挂式滑翔机、滑翔跳伞、驾驶旋翼飞机、驾驶滑翔机或任何其他飞机。
- 不要在要求有专业或工业精确的高度测量时使用本表。
- 请记住商用客机中的空气是经压缩的。因此，在客机中本表的测量值会与飞机乘务员通报的或机内表示的高度不同。

## 测高计的工作原理

测高计能够根据其自己的预设值或您指定的参考高度测量高度。

### 根据预设值测定高度时

手表使用存储器中保存的 ISA（国际标准大气压）换算值，将气压传感器测出的气压值换算为同等的高度。

### 根据您的指定参考高度测量高度时

指定参考高度后，本表会使用此高度值将目前测量的气压值换算为高度。

- 登山时您可依沿路标志或地图上的标高设定参考值。设定后，手表产生的高度测量结果会比无参考高度时更为精确。



## 现在高度的显示

使用本节介绍的操作可以显示现在的高度。若手表继续处于测高计模式中，其将定期更新显示的高度值，并在画面上部以高度图的形式表示高度的变化。

测高计模式有四种不同的显示格式供您选择。您选择的格式决定画面显示的数据种类。测高计模式画面可显示下列四种资料中的任意三种：高度图、高度值、高度差及现在时间。您还可以在下列两种高度测量方式中选择之一。

**0'05**：每隔五秒钟测量一次，共测量一个小时

**2'00**：在最初三分钟之内每隔五秒钟测量一次，之后每隔两分钟测量一次，共测量约九或十个小时

- 有关设定高度测量间隔及测量时间的说明，请参阅“如何选择高度测量方式”一节。

### 重要！

- 本节中介绍的操作步骤只显示现在的高度值，该值不会存入手表存储器。有关在手表存储器中记录高度测量值的说明，请参阅“高度数据的保存”一节。

### 如何显示现在高度



- 在计时模式或气压计 / 温度计模式中，按 **D** 钮进入测高计模式。
  - 本表将自动开始高度测量操作并显示结果。
  - 进入测高计模式后，本表需要约四或五秒钟的时间才能显示高度测量值。
- 若您需要高度值及高度图根据您选择的高度测量方式（间隔及时间）进行更新，则不要离开测高计模式。
  - 若要在此时重新开始高度测量操作，请按 **D** 钮。
- 要停止高度测量操作时，请按 **C** 钮退出测高计模式。

### 注

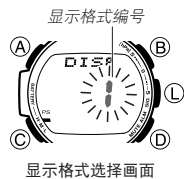
- 通常，手表根据预设换算值显示高度值。需要时，您还可以指定参考高度。请参阅“参考高度的指定”一节。
- 高度的显示单位为 5 米（20 英尺）
- 高度的测量范围为：-700 至 10,000 米（-2,300 至 32,800 英尺）
- 在设有参考高度时或由于某些大气环境，本表测出的高度有可能会为负值。
- 若测出的高度超出测量范围，画面上的高度值会变为 - - - - 米（或英尺）。当高度测量值返回本表的测量范围时，高度值将再次出现。
- 画面上显示的高度值的测量单位可以在米（m）与英尺（ft）之间选择。请参阅“如何选择温度、高度及气压单位”一节。

### 如何选择高度测量方式



- 在测高计模式中，按住 **A** 钮约两秒钟直到 **OFF** 或参考高度值开始闪动。此表示现已进入设定画面。
- 按 **C** 钮显示目前的高度测量方式设定。
  - 此时，**0'05** 或 **2'00** 开始在画面上闪动。
- 按 **D** 钮在 **0'05** 与 **2'00** 之间交替选择高度测量方式设定。
  - 0'05**：每隔五秒钟测量一次，共测量一个小时
  - 2'00**：在最初三分钟之内每隔五秒钟测量一次，之后每隔两分钟测量一次，共测量约九或十个小时
- 按 **A** 钮退出设定画面。

## 如何选择测高计模式的显示格式



- 在测高计模式中，按住 **A** 钮约两秒钟直到 **OFF** 或参考高度值开始闪动。此表示现已进入设定画面。
- 按 **C** 钮两次使显示格式选择画面出现。
  - 目前选择的格式的编号（1 至 4）将在画面上闪动。
- 用 **D**（+）钮及 **B**（-）钮选择显示格式编号（1 至 4）。
  - 测高计模式的各显示格式所显示的内容如下所示。

格式 1	格式 2	格式 3	格式 4

- 按 **A** 钮退出设定画面。
- 若您选择显示格式 3 或 4，手表将测量高度差。有关详细说明请参阅“高度差”一节。

## 高度数据的保存

高度数据保存进程在两种不同的记录中保存数据：周期记录，及现进程记录。

### 如何开始一次新的保存进程



- 按 **D** 钮进入测高计模式。
- 按住 **D** 钮约一秒钟直到 **REC** 开始在画面上闪动，此表示新的高度数据保存进程已经开始。
  - 开始保存进程后，手表每隔 15 分钟保存 1 次周期记录。有关详细说明请参阅“周期记录”一节。

- 在保存进程中，手表还更新现进程记录。有关详细说明请参阅“现进程记录”一节。
- 一旦您开始了保存进程，即使切换到其他模式，手表亦将继续进行测定，**REC** 指示符亦在画面中闪动。
- 要停止进行中的保存进程时，按住 **D** 钮约一秒钟直到 **REC** 从画面中消失。
- 保存了周期记录 40 时，保存进程也将自动停止。
- 使用数据查阅模式可查看保存的记录。

### 周期记录

在一次保存进程中，手表最多进行 40 次高度测量并保存周期记录。

- 这些记录可以用数据查阅模式进行查看。

### 周期记录是如何建立及保存的

下述操作与“现进程记录数据是如何更新的”一节中介绍的操作同时进行。

- 当您开始一次新的保存进程时，手表将建立周期记录 1。周期记录 1 中含有当天日期（月及日）、时间及高度。
  - 各周期记录中含有当天日期（月及日）、时间及高度。
- 然后，手表在每小时的 00 分、15 分、30 分及 45 分时测量高度并保存周期记录 2、3、4 等。
- 保存了周期记录 40（或您按 **D** 钮手动停止保存进程）后，手表将建立最后一个周期记录，此记录中含有当天日期（月及日）、时间及高度。

### 现进程记录

现进程记录中含有下述数据。在高度数据保存进程进行过程中，此记录的内容会被定时更新。

数据	说明
最高高度 (MAX)	现进程中达到的最高高度。
最低高度 (MIN)	现进程中达到的最低高度。
总上升高度 (ASC)	现进程中累积的总上升高度。
总下降高度 (DESC)	现进程中累积的总下降高度。

- 总上升高度及总下降高度的最大值为 99,995 米（或 99,980 英尺）。到达最大值后各值会返回零。

## 现进程记录数据是如何更新的

下述操作与“周期记录是如何建立及保存的”一节中介绍的操作同时进行。

- 当您按住 **D** 钮开始一次保存进程时，手表将清除已保存在现进程记录中的数据。
- 手表将如下所述测量高度、计算数据，并相应更新现进程记录。请注意，测量及保存操作依手表是否是在测高计模式中而不同。

### 在测高计模式中

高度测量方式	最初 3 分钟时	3 分钟之后
0'05	每隔 5 秒钟更新一次	每隔 5 秒钟更新一次
2'00	每隔 5 秒钟更新一次	每隔 2 分钟一次，并在每小时的 00、15、30 及 45 分钟时更新

### 不在测高计模式中

手表将每隔两分钟一次，并在每小时的 00、15、30 及 45 分钟时测量高度并更新现进程记录。

## 测高计模式的其他功能

本节介绍在测高计模式中可使用的其他功能及设定。请注意，除非特别指明，本节中的所有资讯适用于所有类型的测高计模式测量操作。

### 参考高度的指定

指定参考高度后，手表将相应调节其气压至高度的换算计算。本表显示的高度测量值会因气压的变化而产生误差。因此，建议在移动过程中，每当可能时便更新参考高度。

### 如何设定参考高度

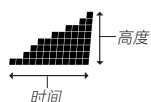


- 在测高计模式中，按住 **A** 钮约两秒钟直到 **OFF** 或参考高度值开始闪动。此表示现已进入设定画面。
- 按 **D** (+) 钮或 **B** (-) 钮以 5 米 (或 20 英尺) 为单位改变现在参考高度值。
  - 参考高度可以在 -10,000 至 10,000 米 (-32,800 至 32,800 英尺) 的范围内设定。

同时按 **D** 钮及 **B** 钮能使参考值返回 **OFF** (无参考高度)，以便手表仅根据预设数据进行气压至高度的换算。

- 按 **A** 钮退出设定画面。

### 高度图



高度图表示测高计模式中的测量结果。

- 图的纵轴代表高度，每个点代表 10 米 (40 英尺)。

- 横轴代表时间，最右列中闪动的点表示最新测量结果。在最初的三分钟内，每个点代表五秒钟。之后，每个点代表两分钟。
- 超出范围的测量结果或测量错误将使代表该测量点的列出现空白 (被跳过)。

### 高度差

测高计模式还能测量与一指定参考高度间的高度差。指定地点时只要按一个按钮将参考高度复位为零便可。手表每次进行高度测量时将测量高度差。

- 只有当您选择显示格式 3 或 4 作为测高计模式的显示格式时，才能测量高度差。
- 高度差的范围是 -3,000 米 (-9,980 英尺) 至 3,000 米 (9,980 英尺)。
- 当测量值超出容许范围时，画面上的高度差处将显示为“----”。
- 退出测高计模式的设定画面后，手表将假定第一次高度测量的参考高度设定为零。
- 请参阅“如何在登山或远足时测量高度差”一节，参考介绍如何使用此功能的一些实用范例。

### 如何将高度差复位为零



- 在测高计模式中，按 **A** 钮。
- 手表开始高度测量。测量完毕后，高度差值将表示为 0。
- 当您选择显示格式 3 或 4 作为测高计模式的显示格式时，必须测量高度差。

## 如何在登山或远足时测量高度差

登山或远足过程中，在某地点将参考高度复位为零后，便可简单地测量出该地点与其他地点间的高度差。

### 如何测量高度差



- 在测高计模式中，检查确认画面显示的高度差。
  - 若画面未显示高度差，请使用“如何选择测高计模式的显示格式”一节中的操作步骤选择显示格式 3 或 4。
- 利用地图上的等高线得出现在位置与目的地之间的高度差。
- 在测高计模式中，按 **A** 钮进行高度测量。
  - 此时，高度差出现在画面的顶部。
- 边监视在地图上找到的高度与手表显示的高度差之间的差距，边向目的地前进。
  - 例如，若得出地图上的高度与现在位置之间的高度差为 +80 米，则应向高度差显示为 +80 米的目的地前进。

## 高度数据的调出

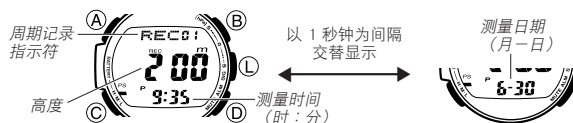
您可以使用数据查阅模式查看手表存储器中保存的周期记录和现进程记录。高度数据记录在测高计模式中建立及保存。

### 数据画面

下面介绍数据查阅模式中各画面的内容。

### 注

- 当周期记录、最高高度或最低高度画面显示时，画面的下部会以 1 秒钟为间隔交替显示测量日期 (月及日) 及测量时间。



### 周期记录

周期记录只显示手表进行的最后一次保存进程中保存的数据。存储器中最多能保存 40 个周期记录。

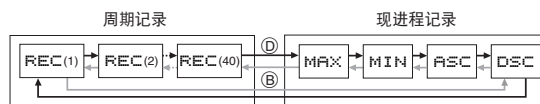
### 现进程记录的内容

下表中的数据项表示现进程记录的内容。

数据类型	画面名称	说明
最高高度	MAX	现进程中达到的最高高度。
最低高度	MIN	现进程中达到的最低高度。
总上升高度	ASC	现进程中累积的总上升高度。
总下降高度	DSC	现进程中累积的总下降高度。

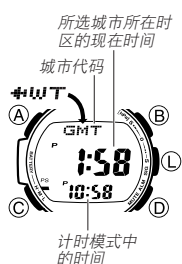
### 如何查看周期记录及现进程记录的内容

- 进入数据查阅模式。
- 用 **D** 钮及 **B** 钮切换数据并显示所需要的一个。



- 要查看现进程记录的内容时，请用 **D** 钮滚动到最后一个周期记录之后 (画面将显示现进程记录的 **MAX** 画面)，或用 **B** 钮卷回第一个周期记录之前 (至 **DSC** 画面)。
- 查看完毕后，按 **C** 钮退出数据查阅模式。
- 若由于错误等原因没有相应的数据，画面将显示破折号 (----)。在此种情况下，总上升高度 (**ASC**) 及总下降高度 (**DSC**) 值将显示为零。
- 当总上升高度 (**ASC**) 或总下降高度 (**DSC**) 超过 99,995 米 (或 99,980 英尺) 时，相应数值将从零开始重新计数。

## 世界时间模式



世界时间模式显示世界 30 个城市 (29 个时区) 的现在时间。

- 若手表表示的某城市的现在时间不准, 请检查本地城市的时间并作必要的变更。
- 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在世界时间模式中执行。请按 **C** 键进入该模式。

### 如何查看各城市的时间

在世界时间模式中, 用 **D** (向东) 键或 **B** (向西) 键切换城市代码 (时区)。

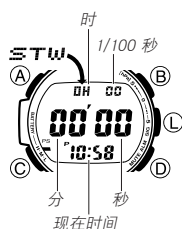
- 当目前选择的时区中大部分是海洋时, 画面上城市代码处将显示该时区的格林威治标准时间差。

### 如何为各城市选择标准时间及夏令时间



1. 在世界时间模式中, 用 **D** (向东) 键或 **B** (向西) 键显示要改变其标准时间 / 夏令时间设定的城市 (时区)。
  2. 按住 **A** 键选择夏令时间 (DST 指示符出现) 及标准时间 (DST 指示符消失)。
- 当已启用夏令时间的城市代码表示时, DST 指示符将会出现。
  - 当显示的城市代码为 GMT 时, 不能选择夏令时间及标准时间。
  - 请注意, DST 夏令时间 / 标准时间设定只对目前在画面中显示的城市有效, 其他城市不受影响。

## 秒表模式



秒表用于测量经过时间、中途时间及两名选手的完成时间。

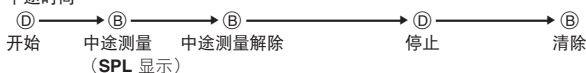
- 秒表的测时限度为 23 小时 59 分 59.99 秒。
- 若不停止秒表, 测时会一直不停地进行。到达测时限度时, 秒表会再次由零开始重新测时。
- 若不停止秒表, 即使退出秒表模式, 测时仍将继续进行。
- 当中途时间正在画面中显示时, 若退出秒表模式, 手表将清除中途时间并返回经过时间的测量画面。
- 本节中的所有操作都必须秒表模式中执行。请按 **C** 键进入该模式。

### 如何使用秒表测时

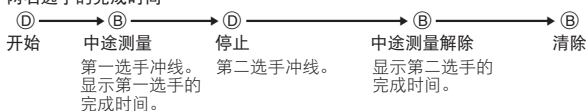
#### 经过时间



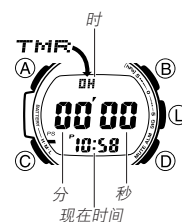
#### 中途时间



#### 两名选手的完成时间



## 倒数计时器模式



倒数计时器可在 1 分钟至 24 小时的范围内设定。倒数至零时手表将发出闹铃音。

- 本节中的所有操作都必须倒数计时器模式中进行。请按 **C** 键进入该模式。

### 如何设定倒数开始时间

1. 当倒数开始时间显示在倒数计时器模式画面上时, 按住 **A** 键直至倒数开始时间的时数开始闪烁。此表示现已进入设定画面。
  - 若倒数开始时间未显示, 则请按照“如何使用倒数计时器”一节中的操作步骤将其显示。

2. 按 **C** 键切换时数及分数。
3. 使用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键改变闪烁中的项目。
  - 要将倒数开始时间设定为 24 小时时, 请设定 **0H 00' 00**。
4. 按 **A** 键退出设定画面。

### 如何使用倒数计时器

在倒数计时器模式中, 按 **D** 键可使倒数开始。

- 倒数至零时闹铃会鸣响五秒钟, 按任意键可中途停止闹铃音。闹铃停止鸣响后, 倒数时间会自动返回至其开始值。
- 当倒数计时正在进行时, 按 **D** 键可暂停倒数。再次按 **D** 键又可重新恢复倒数。
- 要完全停止倒数计时, 请首先暂停倒数 (按 **D** 键), 然后再按 **B** 键。此时, 倒数时间会返回至其开始值。

## 闹铃模式



本表配备有五个可单独使用的每日闹铃。闹铃经开启后, 本表在到达闹铃时间时会发出闹铃音。

您还可以开启整点响报, 使本表在每小时整点时鸣音两次。

- 闹铃编号 (ALM-1 至 ALM-5) 代表闹铃画面。整点响报画面则由 SIG 表示。
- 进入闹铃模式时, 上次退出该模式时显示的数据将首先出现。
- 本节中的所有操作都必须闹铃模式中执行。请按 **C** 键进入该模式。

### 如何设定闹铃时间



1. 在闹铃模式中, 用 **D** 键及 **B** 键选择要设定的闹铃直至其闹铃画面出现为止。



2. 按住 **A** 键直至闹铃时间的时数开始闪烁。此表示现已进入设定画面。
  - 该闹铃自动开启。
3. 按 **C** 键切换时数及分数。
4. 用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键改变闪烁中的设定值。
  - 使用 12 小时制设定闹铃时间时, 注意正确设定闹铃时间的上午 (无指示符) 或下午 (P 指示符)。
5. 按 **A** 键退出设定画面。

### 闹铃的动作

每当到达预设时间时闹铃会鸣响约 10 秒钟, 无论模式为何。按任意键可在闹铃开始鸣响后停止闹铃音。

### 如何测试闹铃

在闹铃模式中, 按住 **D** 键可使闹铃鸣响。

### 如何开启或解除闹铃及整点警报

1. 在闹铃模式中, 用 **D** 键及 **B** 键选择闹铃或整点响报。
2. 选择了闹铃或整点响报后, 按 **A** 键开启或解除。

- **ALM** 表示闹铃已开启。
- **SIG** 表示整点响报已开启。
- 闹铃及整点响报开启后, 闹铃开启指示符 (ALM) 及整点响报开启指示符 (SIG) 会出现在所有模式画面上。
- 任何闹铃开启后, 闹铃开启指示符会显示在所有模式画面中。

## 照明



本表采用一块 EL (电子荧光) 板提供照明, 即使在黑暗下亦可使画面明亮易观。本表还配备有自动照明功能, 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) 才能动作。
- 有关照明的其他重要资讯, 请参阅“照明须知”一节。

### 如何手动点亮照明

在任意模式中, 按 **L** 键可点亮照明约一秒钟。

- 无论自动照明功能是否已开启, 上述操作都可点亮照明。
- 在传感器测量模式设定过程中, 照明不点亮。

## 关于自动照明功能

自动照明功能经开启后，无论手表的模式为何，每当您如下所示转动手腕时，照明便会点亮。

请注意，本表的自动照明功能为“Full Auto EL Light”（全自动电子荧光照明），只有当环境光线低于一定水平时才动作。在明亮的光线环境下其不会点亮照明。

- 在下述任何情况下，无论开启/解除状态为何，自动照明功能都不动作。  
闹铃正在鸣响时  
传感器测量过程中

将本表移至与地面平行的位置上，然后将其面向您扭动超过 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活动时，必须格外小心谨慎。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、或驾驶摩托车或任何其他机动车之前，必须先解除手表的自动照明功能。因为自动照明功能有可能会突然或意外动作点亮照明，分散您的注意力，有导致交通事故及严重伤人意外的危险。

### 如何开启或解除自动照明功能

在计时模式中，按住  $\odot$  按钮 3 秒钟可交替开启（A.EL 出现）或解除（A.EL 消失）自动照明功能。

- 自动照明功能经开启后，自动照明功能开启指示符（A.EL）会显示在所有模式画面中。
- 当电池电量下降至第 4 级时时，手表自动解除自动照明功能。
- 若在气压或高度测量操作正在进行时面向您抬起手表，照明有可能不会马上点亮。

## 问与答

问：为什么用气压计能预测天气？

答：气压反映大气的变化。通过监视这些变化能在合理的精度内预测天气。大气压上升表示好天气，而大气压下降表示天气条件恶化。在报纸上刊登的大气压值以及电视天气预报中报道的大气压值是修正为海平面（海拔高度 0 米）处的测量值。

问：测高计是如何工作的？

答：通常，气压及气温会随着高度的上升而降低。本表根据国际民用航空组织（ICAO）所制定的国际标准大气压（ISA）值进行高度的测量。这些数值定义了高度、气压及气温的关系。

高度	气压	气温
4000 m	616 hPa	-11°C
3500 m	701 hPa	-4.5°C
3000 m	795 hPa	2°C
2500 m	899 hPa	8.5°C
2000 m	1013 hPa	15°C
1500 m		
1000 m		
500 m		
0 m		

每 100 米约 8 hPa  
每 100 米约 9 hPa  
每 100 米约 10 hPa  
每 100 米约 11 hPa  
每 100 米约 12 hPa

每 1000 米约 6.5°C

高度	气压	气温
14000 英尺	19.03 inHg	-16.2°F
12000 英尺	22.23 inHg	-30.5°F
10000 英尺	25.84 inHg	44.7°F
8000 英尺	29.92 inHg	59.0°F
6000 英尺		
4000 英尺		
2000 英尺		
0 英尺		

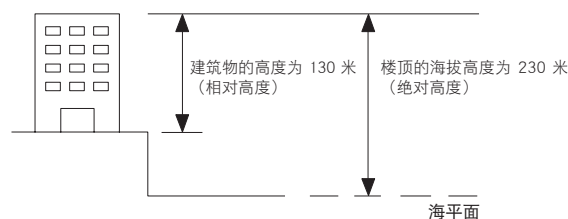
每 200 英尺约 0.15 inHg  
每 200 英尺约 0.17 inHg  
每 200 英尺约 0.192 inHg  
每 200 英尺约 0.21 inHg

每 1000 英尺约 3.6°F

来源：国际民用航空组织

- 请注意，下列环境将阻碍您得到精确的高度测量结果。  
当气压因天气的变化而变化时  
温度变化极端  
当手表受到强烈的撞击时

高度的表示共有两种标准方式：绝对高度及相对高度。绝对高度是指海拔高度，而相对高度是指两个不同位置间的高度差。



### 有关同时进行高度及气温测量时的注意事项

虽然高度及气温可同时进行测量，但请注意，要得到最佳结果，两种测量所需要的条件不同。在进行气温测量时，您最好将手表从手腕上取下以减少体温对测量的影响。而在进行高度测量时，最好将手表戴在手腕上，因为如此可保持手表温度的稳定，使高度测量更为精确。

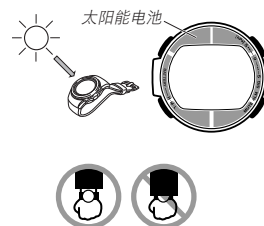
- 高度测量优先时，应将手表戴在手腕上或放置在任何其他可保持手表温度稳定的地方。
- 气温测量优先时，应将手表从手腕上取下并放在提包中或其他不受直射阳光照射的地方。注意，从手腕上取下手表时，气压传感器的测量值会受到片刻影响。

## 电源

本表配备有一个太阳能电池及一个能储存由太阳能电池所发电能的特殊充电电池（二次电池）。下图举例说明充电时如何放置手表。

范例：如图所示摆放手表使其表面面向光源。

- 右图所示为树脂表带手表的放置方法。
- 请注意，当部分太阳能电池被衣服等遮挡时充电效率会下降。
- 平时应尽可能将手表露在衣袖之外。即使仅部分表面被遮挡也会使充电效率显著下降。



### 重要！

- 将手表长期放置在暗处或佩戴时手表因被遮挡而照不到光线，都会使充电电池的电量耗尽。平时请尽可能让手表照到明亮的光线。
- 本表使用特殊充电电池储存由太阳能电池产生的电能，因此电池不需要定期更换。但经长期使用后，充电电池会逐渐失去充电能力，无法将电充满。若您发现充电电池无法充满电，请与您的经销商或 CASIO 代理商联系有关更换电池的事宜。
- 切勿自行取出或更换手表的特殊电池。使用错误类型的电池会损坏手表。
- 当电池电量下降至第 5 级或更换充电电池之后，存储器中保存的所有数据都将被删除，并且现在时间及所有其他设定均返回至其初始出厂设定。
- 每当电池电量降低至第 5 级时，或更换充电电池之后本地城市设定会返回初始缺省值 TYO（东京）。此种情况发生时，请改回到您的本地城市设定。
- 要长期存放手表时，请开启省电功能并将手表放在平时能照到明亮光线的地方。如此可防止充电电池的电量耗尽。

### 电池电量指示符及恢复指示符

电池电量指示符表示充电电池目前的电量水平。



电池电量指示符

电量级数	电池电量指示符	功能状态
1		所有功能正常。
2		所有功能正常。
3		照明、鸣音及传感器功能停止。 (立即充电警报)
4		除计时功能及 C（充电）指示符之外，所有功能及画面指示符均停止。
5		所有功能停止。

- 电池电量为第 3 级时 **LOW** 指示符会在画面中闪烁，表示电池的电力已非常低，必须尽快将手表放在明亮光线下进行充电。
- 当电池电量为第 5 级时，所有功能都将停止，并且各设定也将返回至其初始出厂缺省设定。电量一旦下降至第 5 级，将充电电池充电到第 2 级后，需要重新配置现在时间、日期及其他设定。
- 将电池从第 5 级充电到第 2 级时，各指示符将重新在画面中出现。
- 手表照射到直射阳光或一些其他极为强烈的光线时，电池电量指示符可能会暂时表示为一个比实际电量水平高的级数。但数分钟后正确的电池电量指示符便会重现。



恢复指示符

- 若短时间内多次使用传感器、照明或闹铃，**R**（恢复）会出现在画面上。直到电池电量恢复为止，照明、闹铃、倒计时器闹铃、整点响报及传感器操作将无法进行。片刻后电池电量便会恢复，**R**（恢复）消失时表示上述功能再次有效。

- 即使电池电量为第 1 级或第 2 级，但若电压不足，气压计 / 温度计模式或测高计模式的传感器仍将无法动作。此种状态由画面上的 **R**（恢复）表示。
- 若 **R**（恢复）频繁出现，其可能表示电池的剩余电量已很少。请将手表放在明亮光线下充电。

### 充电须知

有些充电环境会使手表变得非常烫热。对充电电池进行充电时，请避免将手表放在下述地方。同时还请注意，手表温度过高时其液晶显示屏会熄灭。手表温度降低后 LCD 的显示将再次恢复正常。

#### 警告！

将手表放置在明亮的光线下对充电电池进行充电会使手表变得烫热。接触手表时请小心以免烫伤。尤其长时间置于下述环境中时，手表会变得极为烫热。

- 停在直射阳光下的汽车中的仪表板上
- 白炽灯的近旁
- 直射阳光下

### 充电指南

充满电后手表可持续计时最长约七个月。

- 下表列出了为补充通常运作一天所消耗的电能，手表需要照射光线的时间长度。

光线类型（亮度）	大约照射时间
在室外阳光下 (50,000 lux)	5 分钟
在有阳光的窗口下 (10,000 lux)	24 分钟
在阴天的窗口下 (5,000 lux)	48 分钟
在室内荧光灯下 (500 lux)	8 小时

- 规格中含有所有详细的技术资料。
  - 手表不见光
  - 内部计时
  - 画面每天显示 18 个小时、休眠 6 个小时
  - 照明每天点亮一次 (1.5 秒)
  - 闹铃每天鸣响 10 秒
  - 每隔 5 秒钟一次的高度测量进行 1 个小时，每月一次
  - 气压测量每日 2 个小时
- 经常充电可保证运作的稳定。

### 恢复时间

下表列出了电池电量升高一级所需要的照射时间。

光线类型（亮度）	大约照射时间			
	第 5 级	第 4 级	第 3 级	第 2 级
在室外阳光下 (50,000 lux)		2 小时	16 小时	5 小时
在有阳光的窗口下 (10,000 lux)		4 小时	77 小时	21 小时
在阴天的窗口下 (5,000 lux)		7 小时	156 小时	43 小时
在室内荧光灯下 (500 lux)		71 小时	-----	-----

- 上表照射时间仅为参考值。实际所需要的照射时间依光线条件而不同。

## 参考资料

本节更为详细地介绍有关操作本表的详情及技术资讯，其中还包括本表各种功能及特长的重要须知及注意事项。

### 画面的自动返回

- 在数据查阅模式、闹铃模式、气压计 / 温度计模式中，若不执行任何按钮操作经过两或三分钟，手表将自动返回计时模式。
- 在测高计模式中，若不执行任何按钮操作，手表将在九或十个小时之后（高度测量方式：**2:00**）或一个小时之后（高度测量方式：**0:05**）自动返回计时模式。
- 当有字符在画面中闪烁时，若不执行任何按钮操作经过两或三分钟，手表将自动退出设定画面。

### 初始画面

进入世界时间或闹铃模式时，上次退出该模式时显示的数据将首先出现。

### 选择

在设定画面中，使用 **D** 钮及 **B** 钮可以选择数据。在大多数情况下，选择操作过程中，按住此二钮可高速选择数据。

### 传感器故障指示符

- 手表受到强烈的撞击时，可能会使传感器发生故障或使内部电路接触不良。此种情况发生时，**ERR**（错误）将出现在画面上，并且传感器操作无法进行。
- 若在一种传感器模式的测量操作进行过程中 **ERR** 出现，请重新进行测量。若 **ERR** 再次在画面中出现，则可能表示传感器出现了问题。
- 即使电池电量为第 1 级或第 2 级，但若电压不足，气压计 / 温度计模式或测高计模式的传感器仍将无法动作。此时，**ERR** 将出现在画面上。这并不表示手表发生了故障，电池的电压恢复其正常水平后，传感器操作应可重新进行。
- 若在测量过程中 **ERR** 频繁出现，则其可能表示相应的传感器出现了问题。

传感器发生故障后，必须尽快将手表送至您的经销商或就近的卡西欧（CASIO）特约代理商处。

### 按钮操作音



消音指示符

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。

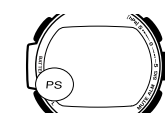
- 即使解除了按钮操作音，闹铃、整点响报及倒计时器模式的闹铃也将正常鸣响。

#### 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），按住 **C** 钮可交替开启（**MUTE** 消失）或解除（**MUTE** 出现）按钮操作音。

- 由于 **C** 钮还是模式选择钮，所以按住 **C** 钮开启或解除按钮操作音时，还会使手表的模式改变。
- 当按钮操作音被解除时，消音指示符会出现在所有模式画面中。

### 节电功能



经开启后，节电功能会在手表处于黑暗环境经过一定时间后自动使手表进入休眠状态。下表介绍节电功能对手表各功能的影响。

- 本表实际上有两种休眠状态，“画面休眠”及“功能休眠”。

不见光的持续时间	画面显示	功能
60 至 70 分钟 (画面休眠)	画面变为空白， <b>PS</b> 闪烁	除画面显示之外，所有功能正常
6 或 7 天 (功能休眠)	画面变为空白， <b>PS</b> 不闪烁	计时功能正常动作，所有其他功能停止

- 将手表戴在衣袖内会使其进入休眠状态。
- 在早上 6:00 至晚上 9:59 之间手表不进入休眠状态。但若手表已处于休眠状态时时间到达早上 6:00，则手表将保持休眠状态。
- 在气压计 / 温度计模式、测高计模式、倒计时器模式、或秒表模式中，手表不进入休眠状态。在倒计时器模式及秒表模式以外的模式中时，经过一定时间后手表将自动返回计时模式。返回计时模式以后，若手表处于黑暗环境经过上表所示时间，其将进入休眠状态。

#### 如何从休眠状态恢复到正常状态

执行下述任何操作之一。

- 将手表移至光线良好的地方。画面恢复正常最长需要两秒钟的时间。
- 按任意按钮。
- 将手表面向您转动。

## 如何开启或解除节电功能



1. 在计时模式中，按住 (A) 钮直至城市代码开始闪动。此表示现已进入设定画面。
  2. 按 (C) 钮九次显示节电功能开启 / 解除画面。
  3. 按 (D) 钮开启 (ON) 或解除 (OFF) 节电功能。
  4. 按 (A) 钮退出设定画面。
- 节电功能经开启后，节电功能开启指示符 (PS) 将出现在所有模式画面中。

## 计时

- 将秒数复位至 00 时，若秒数是在 30 至 59 之间，则分数值会增加 1；若秒数是在 00 至 29 之间，则分数值保持不变。
- 选用 12 小时制时，在正午至午夜 11:59 之间 P (下午) 指示符会出现在画面上，而在午夜至正午 11:59 之间没有指示符表示。
- 选用 24 小时制时，时间在 0:00 至 23:59 之间表示，没有表示上午或下午的指示符显示。
- 您在计时模式中选择 的 12 小时 / 24 小时制将适用于所有其他模式。
- 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，除电池电量下降至第 5 级之后以外，无需再次变更。
- 计时模式及世界时间模式中的所有城市的现在时间均以本地城市的时间为基准，根据各城市的格林威治标准时间 (GMT) 时差计算而来。
- GMT 时差是由本表根据协调世界时 (UTC) 资料计算而来。

## 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。
- 闹铃鸣响时，照明自动熄灭。
- 在照明点亮时，本表有可能会发出响音。此响音由电子荧光板点亮时的振动所产生，纯属正常现象，并不表示本表发生了故障。
- 频繁使用照明会很快将电池耗尽。

## 自动照明须知

- 每当电池电量下降至第 4 级时，自动照明功能将自动被解除。
- 将本表戴在手腕的内侧时，手臂的移动或振动都可能会使自动照明功能频繁动作、点亮照明。为避免耗尽电池，每当要进行可能会使照明频繁点亮的活动时，请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，将手表戴在衣袖下会使照明频繁点亮并将电池耗尽。

## 超过 15 度过高



- 若表面左右两侧倾斜超过 15 度，照明有可能无法点亮。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，照明也会在约一秒钟后熄灭。
- 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，请将手表移回原位 (与地面平行) 并再次转向您。照明仍不点亮时，请将手臂完全放下，让手臂回到自然位置的腰侧，然后提起来再试一次。

- 在某些情况下，将手表表面转向您约一秒钟后照明才会点亮。这并不表示自动照明功能出现了问题。
- 前后晃动手表时您可能会听到有非常轻微的喀嚓声从手表中发出。此声音由自动照明功能的机械动作所产生，并不表示本表出现了问题。

## 气压计及温度计须知

- 本表内藏的气压传感器测定大气压的变化，供您本人作预测天气使用。其并非一个可用作正式天气预报或报告的精密装置。
- 气温的突然变化会影响气压传感器的测量结果。
- 气温的测定会受体温 (您戴上手表时)、直射阳光及湿度的影响。为使气温测定更加准确，请将手表从手腕取下并放置在不受阳光直接照射及通风良好的地方，并擦干表壳。表壳需要约 20 至 30 分钟的时间才可到达实际环境温度。

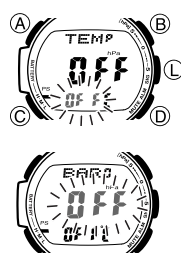
## 气压传感器与温度传感器的校准

手表内藏的气压传感器与温度传感器已在出厂前经校准。通常不需要进一步的调整。若手表的气压或温度测量值出现严重错误，您可以校准传感器更正错误。

### 重要！

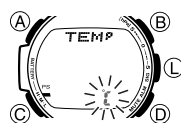
- 气压传感器校准操作错误会导致错误的测量结果。在进行校准操作之前，请将手表的测量结果与其他可靠精密的气压计的测量结果进行比较。
- 温度传感器校准操作错误会导致错误的测量结果。请事先仔细阅读下述说明。请将手表的测量结果与其他可靠精密的温度计的测量结果进行比较。若需要调整，请从手腕上取下手表并等待约 20 或 30 分钟，以使手表本身的温度稳定下来。

## 如何校准气压传感器与温度传感器



1. 按 (B) 钮进入气压计 / 温度计模式。
2. 在气压计 / 温度计模式中，按住 (A) 钮约两秒钟直到 OFF 或参考温度值开始闪动。此表示现已进入设定画面。
  - 要校准气压传感器时，请按 (C) 钮将闪动移至画面中部。此为气压传感器校准画面。
  - 此时，OFF 或气压值会在画面上闪动。
3. 用 (D) (+) 钮及 (B) (-) 钮以下示单位设定校准值。
  - 温度 0.1°C (0.2°F)
  - 气压 1 hPa (0.05 inHg)
  - 同时按 (D) 钮及 (B) 钮可返回出厂缺省校准值 (OFF)。
4. 按 (A) 钮返回气压计 / 温度计模式画面。

## 如何选择温度、高度及气压单位



1. 进入计时模式。
2. 按住 (A) 钮直到城市代码开始闪动。此表示现已进入设定画面。
3. 用 (C) 钮选择要改变的单位的设定画面。
  - 有关如何选择设定画面的说明，请参阅“如何设定时间及日期”一节中的第 3 步。
4. 按 (D) 钮改变单位设定。
  - 按 (D) 钮将如下所示改变选择的单位设定。
    - 温度 °C 及 °F
    - 气压 hPa 及 inHg
    - 高度 m 及 ft
5. 设定完毕后，按 (A) 钮退出设定画面。

## City Code Table

City Code	City	GMT Differential	Other major cities in same time zone
-11		-11.0	Pago Pago
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
LAX	Los Angeles	-08.0	San Francisco, Las Vegas, Vancouver, Seattle/Tacoma, Dawson City, Tijuana
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton, Culiacan
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		-02.0	
-01		-01.0	Praia
GMT			Dublin, Lisbon, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London	+00.0	
PAR	Paris	+01.0	Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm
BER	Berlin		
ATH	Athens		
CAI	Cairo	+02.0	Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
JRS	Jerusalem		
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, Colombo
DAC	Dhaka	+06.0	
RGN	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
SEL	Seoul		Pyongyang
TYO	Tokyo	+09.0	
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 February 2008.
- The rules governing global times (GMT differential and UTC offset) and summer time are determined by each individual country.
- \* In December 2007, Venezuela changed its offset from -4.0 to -4.5. Note, however, that this watch displays an offset of -4.0 (the old offset) for the CCS (Caracas, Venezuela) city code.