

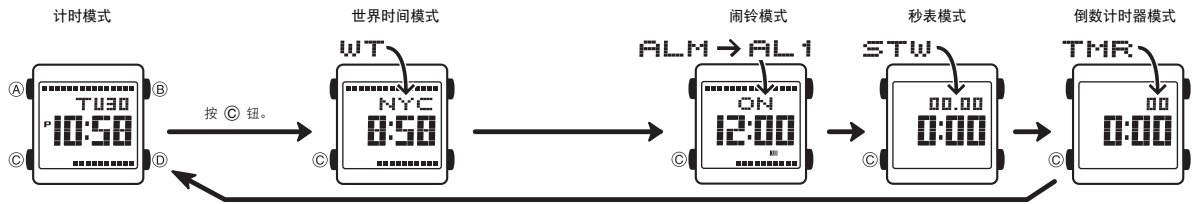
## 有关本说明书

- 显示屏上的文字显示或是白底黑字，或是黑底白字，依手表的型号而不同。本说明书中的所有范例画面均以白底黑字表示。
- 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。



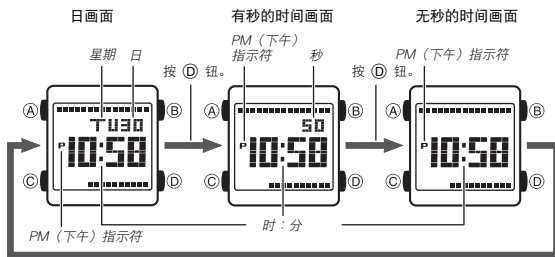
## 部位说明

- 按 C 钮可切换各模式。
- 在任意模式中（设定画面显示时除外），按 B 钮可点亮照明。

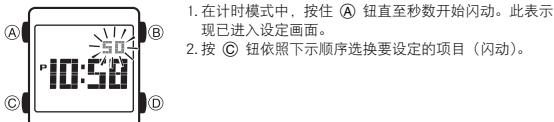


## 计时模式

- 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 D 钮可循环选择下示三个画面。
- 日画面显示当天的日期及星期。



### 如何设定时间及日期



1. 在计时模式中，按住 A 钮直至秒数开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 按 C 钮依照下示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。
OFF DST	交替选择夏令时间 (ON) 及标准时间 (OFF)	按 D 钮。
TYO	选择城市代码	使用 D (向东) 钮及 B (向西) 钮。
10:58	选择时数或分数	使用 D (+) 钮及 B (-)。
12H	选择 12 小时 (12H) 及 24 小时 (24H) 时制	按 D 钮。
6:30 20 09	选择年、月或日	使用 D (+) 钮及 B (-)。
ON	改变自动画面动画显示设定	按 D 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。
- 选用 12 小时时制时，P (下午) 指示符会在时数位的左侧出现，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，没有指示符在时数位的左侧出现。
- 选用 24 小时时制时，时间会在 0:00 至 23:59 之间表示。此时，无指示符出现。
- 本表的所有其他模式都会采用在计时模式中所选择的 12 小时 /24 小时时制。

4. 按 A 钮退出设定画面。

- 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，分数值则保持不变。
- 年份可在 2000 年至 2099 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。
- 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 钮直至秒数开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 按 C 钮显示 DST 夏令时间设定画面。
3. 按 D 钮交替选择夏令时间 (ON) 及标准时间 (OFF)。
4. 按 A 钮退出设定画面。



## 世界时间模式

本表的世界时间模式可显示世界 48 个城市 (29 个时区) 的时间。

- 本节中的所有操作都必须在世界时间模式中进行。请按 C 钮进入该模式。

### 如何查阅各城市的时间

- 在世界时间模式中，按 D 钮可向东选择城市代码。
- 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table” (城市代码表)。
- 若所选城市的时间不正确，请检查本表的计时模式中的时间及本地城市代码是否正确。如有需要请进行适当的变更。

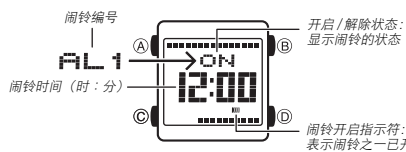
### 如何为各城市选择标准时间及夏令时间

1. 在世界时间模式中，使用 D 钮将您要改变其标准时间 / 夏令时间设定的城市代码 (时区) 显示在画面中。
2. 按住 A 钮约 1 秒交替选择夏令时间 (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 / 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。
- 注意当城市代码为 UTC 时，您无法选择标准时间及夏令时间。



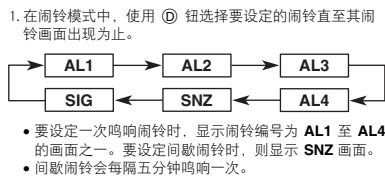
## 闹铃模式

本表配备有 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。闹铃中的一个为间歇闹铃，而其他四个是一次鸣响闹铃。您还可以开启整点响报功能，使本表在每小时正点鸣音两次。



- 共有五个闹铃画面，编号为 AL1 至 AL4 的为一次鸣响闹铃画面，而间歇闹铃画面由 SNZ 表示。整点响报画面则由 SIG 表示。
- 本节中的所有操作都必须在闹铃模式中执行。请按 **C** 键进入该模式。

### 如何设定闹铃时间



- 在闹铃模式中，使用 **D** 键选择要设定的闹铃直至其闹铃画面出现为止。
- 选择了要设定的闹铃后，按住 **A** 键直至闹铃时间的时数在画面中闪烁。此表示现已进入设定画面。
- 此时该闹铃会自动开启。
- 按 **C** 键选择时数或分数。
- 选择了要设定的项目后，使用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键改变闪烁中的设定值。
- 用 12 小时制设定闹铃时间时，注意闹铃时间的上午（无指示符）或下午（指示符 P）的设定是否正确。
- 按 **A** 键退出设定画面。

### 闹铃的运作

无论当前的模式为何，闹铃在到达预设的时间时会鸣响 20 秒钟。间歇闹铃则会每隔 5 分钟鸣响 1 次，共鸣响 7 次。您可随时解除闹铃。

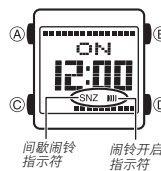
- 闹铃及整点响报根据计时模式中的时间动作。
- 闹铃开始鸣响后，按任何键都可停止闹铃音。
- 在间歇闹铃的 5 分钟间隔中，执行下述操作会取消当前的间歇闹铃。

显示闹铃模式的设定画面  
显示 SNZ（间歇闹铃）设定画面

### 如何测试闹铃

在闹铃模式中，按住 **D** 键可使闹铃鸣响。

### 如何开启及解除闹铃

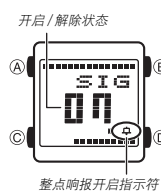


- 在闹铃模式中，使用 **D** 键选择一个闹铃。
- 按 **A** 键开启或解除所选择的闹铃。
- 开启一个闹铃 (AL1 至 SNZ) 后，闹铃开启指示符 (III) 会在闹铃模式画面中出现。
- 任一闹铃开启后，闹铃开启指示符会在所有模式中出现。
- 在闹铃鸣响时，闹铃开启指示符会在画面中闪烁。
- 在间歇闹铃鸣响过程中及在其 5 分钟间隔中，间歇闹铃指示符 (SNZ) 会在画面中闪烁。

### 关于闹铃指示符

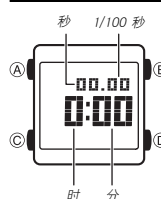
- 任何闹铃 (AL1 至 AL4 或 SNZ) 开启后，闹铃开启指示符会出现在所有功能画面中。
- 在闹铃功能中显示一个闹铃画面 (AL1 至 AL4 或 SNZ) 时，画面上段中的 ON/OFF 指示符表示闹铃的开启/解除状态。

### 如何开启或解除整点响报



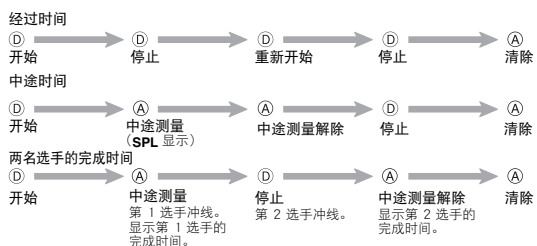
- 在闹铃模式中，按 **D** 键选择整点响报画面 (SIG)。
- 按 **A** 键交替选择开启 (III) 或解除 (OFF) 整点响报。
- 开启整点响报将使整点响报开启指示符出现在其闹铃模式画面中。
- 整点响报开启后，整点响报开启指示符会显示在闹铃模式之外的所有模式中。

## 秒表模式

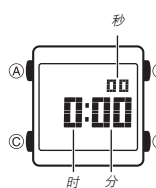


- 秒表模式用于测量经过时间、中途时间及两名选手的完成时间。
- 秒表的测时限度是 23 小时 59 分 59.99 秒。
  - 若不停止秒表，测时会一直不停地进行。到达测时限度时，秒表会再次由 0 开始重新测时。
  - 若不停止秒表，即使退出秒表模式，测时仍会继续进行。
  - 当中途时间在画面中显示时，若退出秒表模式，手表将清除中途时间并返回经过时间的测量画面。
  - 本节中的所有操作都必须在秒表模式中进行。请按 **C** 键进入该模式。

### 如何使用秒表测量时间



## 倒数计时器模式



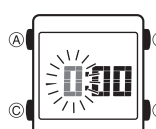
倒数计时器可在 1 分至 24 小时之间设定。当倒数到达零时，闹铃会鸣响。

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

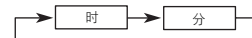
### 如何使用倒数计时器

- 在倒数计时器模式中，按 **D** 键，倒数计时器便会开始倒数。
- 闹铃会在倒数到零时发出约 10 秒的鸣音。此时按任何键都可停止鸣音。闹铃停止后倒数自动返回开始时间。
  - 若用户不自行停止倒数，即使退出倒数计时器模式，倒数计时仍会继续进行。
  - 当倒数正在进行时，按 **D** 键可暂停倒数。再次按 **D** 键又可重新开始倒数。
  - 若要完全停止倒数，首先暂停倒数 (按 **D** 键)，然后再按 **A** 键。此时，倒数时间会返回开始值。

### 如何设定倒数计时器



- 当倒数开始时间在倒数计时器模式画面中显示时，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。
- 按 **C** 键依照下示顺序切换设定项目 (闪烁)。

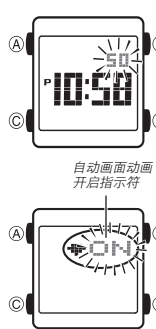


- 当设定闪烁时，使用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键改变时数或分数。
- 若要设定倒数为 24 小时，请设定 0:00。
- 按 **A** 键退出设定画面。

## 自动画面动画

在自动画面动画功能开启的情况下，将手表面向您转动看时间时，数字时间、日期及沿画面顶部及底部的图示区都将各自显示一种动画图案。

### 如何开启或解除自动画面动画

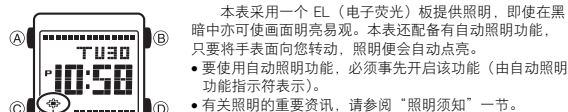


- 用 **C** 键进入如部位说明中介绍的计时模式。
- 按住 **A** 键约一秒钟直到时间的秒数开始闪烁。此表示现已进入设定画面。
- 按 **C** 键九次显示自动画面动画设定画面。
- 按 **D** 键开启或解除自动画面动画功能。
- 设定完毕后，按 **A** 键退出设定画面。

### 模式切换初始画面

当您从一种模式切换到另一种模式时，沿画面顶部及底部的图示区将显示动画图案，无论自动画面动画功能的设定如何。

## 照明



自动照明功能指示符

### 如何点亮照明

在任意模式中（设定画面显示时除外），按 **(B)** 钮可点亮照明。

- 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

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时，照明便会自动点亮。



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 度便可点亮照明。

- 请将手表戴在手腕外侧。

### 警告！

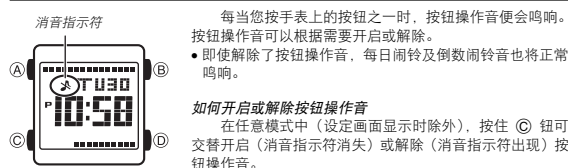
- 在使用自动照明功能观看手表时，必须确认您当前所在位置的安全。特别是在跑步或进行任何其他有可能导致事故或伤人的行为时，必须特别小心谨慎。注意照明会被自动照明功能突然点亮，请避免使您周围的人受惊或注意力分散。
- 在骑自行车或驾驶摩托车或任何其他机动车前，必须事先将手表的自动照明功能解除。这是因为自动照明功能有可能会突然或意外点亮照明，分散您的注意力，而有导致交通事故及严重伤人意外的危险。

### 如何开启或解除自动照明功能

在计时模式中，按住 **(B)** 钮约 3 秒钟可交替开启（自动照明功能指示符出现）或解除（自动照明功能指示符消失）自动照明功能。

- 自动照明功能经开启后，自动照明功能指示符会在所有模式中显示。
- 为了节省电量，自动照明功能会在开启约 6 小时后自动解除。

## 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，每日闹铃及倒数闹铃音也将正常鸣响。

### 如何开启或解除按钮操作音

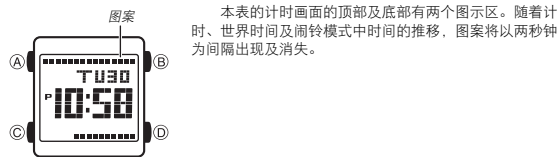
在任意模式中（设定画面显示时除外），按住 **(C)** 钮可交替开启（消音指示符消失）或解除（消音指示符出现）按钮操作音。

- 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，消音指示符会出现于所有模式中。

## 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使用须知及注意事项。

### 图示显示



图案

本表的计时画面的顶部及底部有两个图示区。随着计时、世界时间及闹铃模式中时间的推移，图案将以两秒钟为间隔出现及消失。

### 如何选择图案或解除图示显示

1. 如“部位说明”中所用 **(C)** 钮进入计时模式。
2. 用 **(A)** 钮选择所需要的图案。
- 按 **(A)** 钮可循环选择图案画面。您也可以解除图示显示。
- 图案不会出现在设定画面上。

### 画面的自动返回

- 在闹铃模式中，若不做任何操作经过 2 或 3 分钟，本表会自动返回计时模式。
- 当有字符或光标在画面中闪烁时，若不做任何操作经过 2 或 3 分钟，本表会自动清除此时您已输入的资料并且退出设定画面。

### 选择

在各模式及设定画面中，使用 **(B)** 钮及 **(D)** 钮可在画面中切换数据。通常在切换数据时，分别按住此二钮可以进行高速选择。

### 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“Coordinated Universal Time（协调世界时）”的缩写。它是世界通用的科学计时标准。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。

### 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。
- 照明点亮时本表可能会发出响声。此响声由 EL 电子荧光板点亮时的振动所产生。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。

### 自动照明功能须知

- 请避免将本表戴在手腕的内侧。否则会使自动照明功能在不需要的时候点亮照明，缩短电池的寿命。若您要将手表戴在手腕的内侧，请将自动照明功能解除。

超过 15 度



- 若表面左右两侧倾斜超过 15 度，照明有可能不会点亮。
- 在直射阳光下，照明的光亮有可能会难以看到。
- 即使您保持姿势使手表继续面朝您，照明也会在约 1 秒钟后熄灭。
- 静电及磁力会干扰自动照明功能的正常动作。若自动照明没有点亮，请试将本表转回原位（与地面平行），然后再次面向您转动。若照明仍不点亮，请将手臂放回您身体的侧边，然后再次提起手臂进行尝试。

- 在某些情况下，将表面转向您后要等候约 1 秒钟照明才会点亮。此属正常现象，并非表示自动照明功能发生了故障。
- 在前后摇动手表时，您可能会留意到有很轻微的响声从手表中发出。这是由自动照明功能的机械动作所致，并非表示手表出现了问题。

## 规格

常温下的精确度：每月 ± 30 秒

计时：时、分、秒、下午 (P)、日、星期

时制：可选设 12 小时及 24 小时时制

日历系统：2000 年至 2099 年间的全自动日历

其他：本地城市（可在 48 个城市中选择）；夏令时间 / 标准时间

世界时间：48 个城市（29 个时区）

其他：夏令时间 / 标准时间

闹铃：5 个闹铃（四个一次鸣响闹铃；一个间歇闹铃）；整点响报

秒表

测时单位：1/100 秒

测时限度：23:59'59.99"

测时功能：经过时间、中途时间及两名选手的完成时间

倒数计时器

测时单位：1 秒

输入范围：1 分钟至 24 小时（以 1 分钟及 1 小时为单位）

照明：EL（电子荧光板）照明；自动照明功能

其他：自动画面动画；按钮操作音开启 / 解除

电池：1 个锂电池（型号：CR1616）

CR1616 型电池可使用约 3 年（照明每日点亮 1.5 秒，闹铃每日鸣响 20 秒；自动画面动画每小时变换 100 次）

## City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential	City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11	ATH	Athens	
HNL	Honolulu	-10	CAI	Cairo	+2
ANC	Anchorage	-9	JRS	Jerusalem	
YVR	Vancouver	-8	MOW	Moscow	+3
LAX	Los Angeles		JED	Jeddah	
YEA	Edmonton	-7	THR	Tehran	+3.5
DEN	Denver		DXB	Dubai	+4
MEX	Mexico City	-6	KBL	Kabul	+4.5
CHI	Chicago		KHI	Karachi	+5
MIA	Miami		DEL	Delhi	+5.5
YTO	Toronto	-5	DAC	Dhaka	+6
NYC	New York		RGN	Yangon	+6.5
SCL	Santiago	-4	BKK	Bangkok	+7
YHZ	Halifax		SIN	Singapore	
YYT	St. Johns	-3.5	HKG	Hong Kong	+8
RIO	Rio De Janeiro	-3	BJS	Beijing	
RAI	Praia	-1	TPE	Taipei	
UTC			SEL	Seoul	+9
LIS	Lisbon	0	TYO	Tokyo	+9.5
LON	London		ADL	Adelaide	+9.5
MAD	Madrid		GUM	Guam	+10
PAR	Paris		SYD	Sydney	+10
ROM	Rome	+1	NOU	Noumea	+11
BER	Berlin		WLG	Wellington	+12
STO	Stockholm				

- Based on data as of June 2008.
- The rules governing global times (UTC offset and GMT differential) and summer time are determined by each individual country.