

感谢您选购 CASIO 手表。

用途

本表内置的传感器能测量方向、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！

- 本表内置的测量功能不能用于需要专业或工业精度的测量。本表测量的数值只能当作有合理精确度的结果。
- 在进行登山或其他若迷失方向会导致重大危险或危及生命安全的活动时，必须同时使用备用罗盘来确认方向。
- 请注意，卡西欧计算机公司（CASIO COMPUTER CO., LTD.）对于用户本人或任何第三方因使用本产品或因其发生故障而引起的任何损害或损失一律不负任何责任。

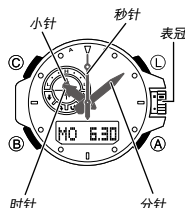
CK-1

重要！

- 本表的测高计功能根据其压力传感器测出的气压计算并显示相对高度。也就是说，在同一地点进行的多次测量，可能会因大气压的变化而产生不同的高度值。同时还请注意，本表显示的数值可能会与您所在位置标记的实际垂直高度及 / 或海拔高度不同。
- 若您在登山或进行其他活动的过程中使用本表的测高计，则强烈建议您查看地图、当地的高度指示或一些其他的资讯源以取得正确的当前高度，并定时用最新的资讯校准测高计。有关详情请参阅“如何指定参考高度值”一节（第 CK-64 页）。
- 每当您在长途旅行、登山或其他活动中使用本表的数码罗盘功能时，必须同时使用另一个罗盘确认测定值。如果本表的数码罗盘的测定值与其他罗盘不同，则请对数码罗盘进行双向校准，以确保测定值的精确。
- 如果手表在永久性磁铁（磁性项链等）、金属物体、高压电线、天线或家用电器（电视机、电脑、手机等）的附近，方向测定和数码罗盘的校准将无法得到正确的结果。

CK-2

关于本说明书



- 根据手表的型号，数字画面文字的显示有白底黑字和黑底白字两种。本说明书中的所有范例均以白底黑字表示。
- 按钮操作以图中所示的字母表示。
- 请注意，本说明书中的手表插图只起参考作用，手表的实际外观可能会与插图所示的有所不同。

CK-3

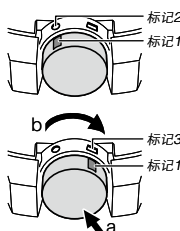
表冠的使用

本表配备的是锁定式表冠。

重要！

- 在日常使用过程中，您应使表冠保持锁定状态。未锁定表冠有导致意外操作、甚至因撞击而损坏表冠的危险。

如何锁定表冠



1. 将表冠按回原位（请参阅下述“如何拉出、拨动或按回表冠”一节）。
• 请注意，在表冠未按回原位的状态下，试图锁定表冠会使手表发生意外动作。
2. 拨动表冠使标记 1 对准标记 2。
3. 在按下表冠 (a) 的同时，向右 (b) 拨动直到其停止，并将标记 1 对准标记 3。
4. 轻轻地按表冠，确认其已锁好，没有伸出。

如何解锁表冠

拨动表冠使标记 1 对准标记 2。

CK-4

如何拉出、拨动或按回表冠

重要！

- 在进行任何这些操作之前，请先解锁表冠。

下图表示不同的表冠操作。

拉出	拨动	按入

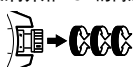
CK-5

高速转动

您可以使用下述表冠操作之一高速移动手表指针或指示符。

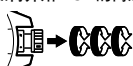
- HS1: 可用于移动两个指针和切换画面指示符。
- HS2: 手动设定时针和分针时可用于高速移动指针。

如何开始 HS1 的高速转动



拉出表冠后，快速向外（向前转动）或向内（向后转动）拨动表冠三圈。即使您松开了表冠，高速转动仍将继续进行。

如何开始 HS2 的高速转动



当 HS1 的高速转动正在进行时，再次以与现在的 HS1 转动相同的方向快速拨动表冠三圈（要向前转动时向外拨，要向后转动时向内拨）。

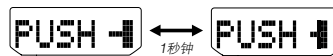
如何停止高速转动



以与现在的高速转动相反的方向拨表冠或按任意按钮。

注

- 在拉出表冠之后，若您不进行任何操作经过两分钟，如下所示指示符会出现，表冠操作失效。如果这种情况发生，请将表冠按回并再次拉出，表冠的操作便再次有效。
- 即使在拉出表冠后下指示符立即出现，表冠操作仍是无效的。这种情况发生时，请将表冠按回原位并锁定。



- 在下列情况下可使用高速转动功能：在计时模式、倒数定时器模式或闹铃模式中改变时间及 / 或日期时，或在进行磁偏角校准、高度校准、气压校准或温度校准操作时。

CK-6

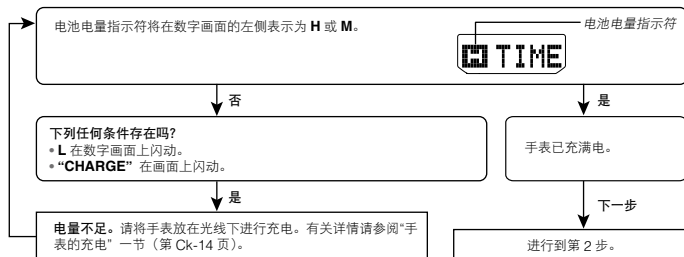
B

CK-7

在使用手表之前需要检查的事情

1. 检查电池的电量。

在任意模式中，按住 **Ⓚ** 钮至少两秒钟。电池电量指示符将出现在数字画面上，然后手表进入计时模式。



- 当 **L** 闪动时，秒针每两秒钟跳一下。
- 当 **CHARGE** 闪动时，所有指针都移动并停止在 12 时位置。

Ck-8

2. 检查本地城市及夏令时间 (DST) 设定。

使用“如何设定本地城市与夏令时间”一节 (第 Ck-34 页) 中的操作设定本地城市及夏令时间。

重要!

- 时间校准电波信号的正确接收及正确的世界时间模式的数据取决于计时模式中正确的本地城市、时间及日期设定。请确认您对这些设定的配置正确。

3. 设定现在时间。

- 要使用时间校准信号设定时间时
请参阅“如何为电波信号的接收做准备”一节 (第 Ck-22 页)。
- 要手动设定时间时
请参阅“时间及日期的手动设定”一节 (第 Ck-36 页)。

现在手表可以使用了。

- 有关手表的电波计时功能的详情，请参阅“电波原子计时”一节 (第 Ck-20 页)。

Ck-9

目录

关于本说明书	Ck-3
表冠的使用	Ck-4
如何锁定表冠	Ck-4
如何解锁表冠	Ck-4
如何拉出、拨动或按回表冠	Ck-5
在使用手表之前需要检查的事情	Ck-8
手表的充电	Ck-14
如何从休眠状态恢复到正常状态	Ck-19
电波原子计时	Ck-20
如何为电波信号的接收做准备	Ck-22
如何手动接收电波信号	Ck-24
如何检查最终信号接收结果	Ck-26
如何开启或解除自动信号接收功能	Ck-27
模式参考指南	Ck-29
计时	Ck-33
本地城市的设定	Ck-34
如何设定本地城市与夏令时间	Ck-34
时间及日期的手动设定	Ck-36
如何手动改变时间及日期	Ck-36
如何切换 12 小时与 24 小时制	Ck-38

Ck-10

指针基准位置的调整	Ck-39
如何调整基准位置	Ck-39
如何移动指针使数字盘容易观看	Ck-40
如何移动指针使数字盘容易观看	Ck-40
高度、气压及温度单位的指定	Ck-42
如何指定高度、气压及温度单位	Ck-42
气压的测量	Ck-43
如何进行气压测量	Ck-43
如何显示或隐藏气压差	Ck-45
如何开启或解除气压变化指示符	Ck-50
如何校准气压传感器	Ck-51
方向的测定	Ck-52
如何测定方向	Ck-52
如何进行双向校准	Ck-56
如何进行磁偏角校正	Ck-57
测高计模式的使用	Ck-60
如何指定高度的测量间隔	Ck-61
如何进行高度测量	Ck-62
如何指定参考高度值	Ck-64
如何指定高度差的测量范围	Ck-66
如何使用高度差	Ck-67

Ck-11

温度的测量	Ck-71
如何进行温度测量	Ck-71
如何校准温度传感器	Ck-73
其他时区时间的查看	Ck-74
如何进入世界时间模式	Ck-74
如何设定世界时间城市及夏令时间	Ck-75
如何交换本地城市与世界时间城市	Ck-77
如何访问 UTC (协调世界时) 时区	Ck-77
潮汐水位与月龄的查看 (潮汐 / 月龄)	Ck-78
如何查看现在的潮汐水位	Ck-78
如何查看月龄	Ck-79
如何查看指定日期及时间的潮汐水位和月龄	Ck-80
如何校准高潮时间	Ck-83
秒表的使用	Ck-86
如何进入秒表模式	Ck-86
如何执行经过时间的测量操作	Ck-86
如何暂停在中途时间处	Ck-86
如何测量两名选手的完成时间	Ck-87
倒数定时器的使用	Ck-88
如何进入倒数定时器模式	Ck-88
如何指定倒数开始时间	Ck-88
如何执行倒数定时器操作	Ck-89
如何停止闹铃音	Ck-89

Ck-12

闹铃的使用	Ck-90
如何进入闹铃模式	Ck-90
如何设定闹铃时间	Ck-91
如何开启或解除闹铃或整点响报	Ck-92
如何停止闹铃音	Ck-92
如何测试闹铃	Ck-92
照明	Ck-93
如何手动点亮照明	Ck-93
如何改变照明持续时间	Ck-93
如何开启或解除自动照明功能	Ck-95
其他设定	Ck-97
如何开启或解除按钮操作音	Ck-97
如何开启或解除节电功能	Ck-97
疑难排解	Ck-98
规格	Ck-105

Ck-13

手表的充电

手表的表盘由太阳能电池组成，能将光能转变为电能。内置充电电池储存太阳能电池产生的电能，并用此电能为手表供电。手表照射到光线时充电电池便会被充电。

充电指南



不佩戴手表时，请将其在能照射到光线的地方。
• 手表在强光下时充电效率最佳。



佩戴手表时，不要让衣袖遮挡光线。
• 即使仅部分表面被衣袖遮挡，手表也有可能进入休眠状态 (第 Ck-19 页)。

警告!

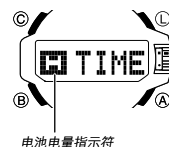
- 将手表放置在明亮的光线下对充电电池进行充电会使手表变得过热。接触手表时请小心以免烫伤。尤其长时间置于下述环境中时，手表会变得极为炎热。
- 停在直射阳光下的汽车中的仪表板上
 - 白炽灯的近旁
 - 直射阳光下

重要!

- 手表过热会使其液晶显示屏变为空白 (全黑或全白，依手表的型号而不同)。手表温度降低后 LCD 的显示将再次恢复正常。
- 要长期存放手表时，请开启节电功能 (第 Ck-19 页) 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。
- 将手表长期存放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。平时请尽可能地让手表照射到明亮的光线。

电量水平

在气压计模式中，按住 **Ⓚ** 钮至少两秒钟。电池电量指示符将出现在数字画面上，然后手表进入计时模式。通过查看画面上的电池电量指示符可以掌握手表电池的电量水平。



电量	电池电量指示符	功能状态
1 (H)		所有功能正常。
2 (M)		所有功能正常。

Ck-14

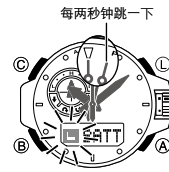
Ck-15

电量	电池电量指示符	功能状态
3 (L)		下列功能停止。 • 自动及手动信号接收 • 传感器操作 • 月龄 • 潮汐图、气压变化指示符 当上述功能停止时，小针停止在 9 时位置。 • 照明 • 鸣音 秒针每两秒钟跳一下。
4 (CHARGE)		所有指针都停止在 12 时位置。所有功能停止。
5	---	所有指针都停止在 12 时位置。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值。

- 电池电量为第 3 级 (L) 时 L 指示符会在画面中闪烁，表示电池的电量已非常低，必须尽快将手表放在明亮光线下进行充电。
- 电量一旦下降至第 5 级，将电池充电到第 2 级 (M) 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 (M) 时，各指示符将重新在画面中出现。

Ck-16

- 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显示。
- 每当电池的电量下降到第 5 级或更换电池之后，现在时间及其他设定都返回初始出厂缺省值。
- 当电池的电量在第 4 级时，黑暗的环境会使电量下降至第 5 级。请尽可能地把手表放在明亮光线下。



电池电量不足警告

当电池电力为第 3 级时，在计时模式中手表的秒针将每 2 秒钟跳一下，通知您电池需要充电了。

电力恢复模式

- 短时间内多次进行传感器、照明或鸣音操作可能会使恢复指示符 (RECOVER) 开始在画面上闪烁。此表示手表现已进入电力恢复模式。直到电池电力恢复为止，照明、闹铃、倒数定时器闹铃、整点响报及传感器操作都将无效。
- 电池的电力将在约 15 分钟后恢复。此时，恢复指示符 (RECOVER) 将停止闪烁。表示上述功能再次有效。

- 恢复指示符 (RECOVER) 经常闪烁表示电池的电力较低。请尽快将手表放在明亮光线下充电。
- 即使电池的电量第 1 级 (H) 或第 2 级 (M)，但若电力不足，数码罗盘模式、气压计模式、温度计模式或测高计模式的传感器将无法动作。这种情况由恢复指示符 (RECOVER) 闪烁来表示。
- 恢复指示符 (RECOVER) 经常闪烁表示电池的电量不足。请将手表放在明亮光线下进行充电。

充电时间

光线类型 (亮度)	每日照射 ^{*1}	充电水平 ^{*2}				
		第 5 级	第 4 级	第 3 级	第 2 级	第 1 级
在室外阳光下 (50,000 lux)	8 分钟					
在有阳光的窗口下 (10,000 lux)	30 分钟		3 小时		22 小时	6 小时
在阴天的窗口下 (5,000 lux)	48 分钟		7 小时		82 小时	22 小时
在室内荧光灯下 (500 lux)	8 小时		10 小时		133 小时	36 小时
			118 小时		---	---

- *1 为补充通常运作一天所消耗的电能，手表需要照射光线的长度。
- *2 电池电量升高一级所需要的照射时间 (小时)
- 上示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。
- 有关电池供电时间及日常运作条件的详情，请参阅规格中的“电源”部分 (第 Ck-108 页)。

Ck-18

Ck-17

节电功能

开启后，节电功能会在手表处于暗处经过一定时间后自动将手表切换至休眠状态。下表介绍节电功能对手表各功能的影响。

- 有关开启或解除节电功能的说明，请参阅“如何开启或解除节电功能”一节 (第 Ck-97 页)。
- 实际有两种休眠状态：“画面休眠”和“功能休眠”。

不见光的经过时间	指针及画面	状态
60 至 70 分钟 (画面休眠)	画面空白，秒针停止。	除画面及秒针之外，所有功能正常。
6 或 7 天 (功能休眠)	画面空白，所有指针都停止在 12 时位置。	除计时之外，所有功能停止。

- 在早上 6:00 至晚上 9:59 之间时手表不会进入休眠状态。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。
- 在秒表模式或倒数定时器模式中时，手表不会进入休眠状态。
- 在气压变化指示符开启的状态下 (第 Ck-50 页)，本表不能进入休眠状态。

如何从休眠状态恢复到正常状态

将手表移至光线良好的地方、按任意按钮或将手表面向您转动 (第 Ck-94 页)。

电波原子计时

本表接收时间校准电波信号并相应更新时间。但在时间校准电波信号覆盖地区外使用本表时，您需要手动调整时间。有关详情请参阅“时间及日期的手动设定”一节 (第 Ck-36 页)。本节介绍当本地城市选择为能接收到时间校准电波信号的日本、北美、欧洲或中国的城市时本表如何更新时间。

本地城市设定:	本表能接收到的电波信号:
LONDON (LON), PARIS (PAR), ATHENS (ATH)	英国 安索尔恩 (Anthorn)、德国 曼福林根 (Mainflingen)
HONG KONG (HKG)	中国 商丘市
TOKYO (TYO)	日本 福岛、福冈 / 佐贺
NEW YORK (NYC), CHICAGO (CHI), DENVER (DEN), LOS ANGELES (LAX), ANCHORAGE (ANC), HONOLULU (HNL)	美国 科罗拉多州科林斯堡 (Fort Collins)

Ck-20

大约覆盖范围

日本 (JJY)

日本时间信号无线电台位于福岛的大鹰鸟谷山和福冈 / 佐贺的羽金山。日本时间信号的接收范围距离各发射站约 1,000 公里。

中国 (BPC)

中国时间信号无线电台位于中国河南省商丘。中国时间信号的接收范围距离该发射站约 1,500 公里。

美国 (WWVB)

美国时间信号无线电台位于科罗拉多州科林斯堡 (Fort Collins)。美国时间信号的接收范围距离该发射站约 3,000 公里。

英国 (MSF) / 德国 (DCF77)

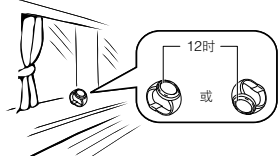
英国时间信号无线电台位于坎布里亚的安索尔恩 (Anthorn)。德国时间信号无线电台位于法兰克福东南部的曼福林根 (Mainflingen)。英国和德国时间信号的接收范围距离各发射站约 1,500 公里。

注

- 即使手表在电波覆盖范围内，电波信号的接收也可能由于地形、建筑物、天气、季节、一日中的时段及无线干扰等的影响而失败。
- 到 2013 年 12 月为止，中国不使用夏令时间 (DST)。若中国将来使用夏令时间，则本表的有些功能将无法正确动作。

如何为电波信号的接收做准备

1. 确认手表在计时模式中。否则，请用 按钮进入计时模式 (第 Ck-31 页)。
2. 本表的天线位于 12 时一侧。请如图所示摆放手表，使其 12 时一侧面向窗户。确认附近没有金属物体。



- 电波信号通常夜晚比较好。
- 电波信号的接收需要 2 至 10 分钟的时间。但在有些情况下最长会需要 20 分钟的时间。请小心，不要在信号接收过程中进行任何按钮操作或移动手表。

- 在下列场所可能会难以甚至无法接收到电波信号。



3. 下一步操作您是在使用自动信号接收还是在手动信号接收而不同。
 - 自动信号接收：夜间将手表放在您在第 2 步选择的地方。有关详情请参阅下述“自动信号接收”一节。
 - 手动信号接收：执行第 Ck-24 页上“如何手动接收电波信号”一节中的操作步骤。

自动信号接收

- 使用自动信号接收时，手表每天在午夜至早上 5 点 (按照计时模式中的时间) 之间最多自动接收时间校准信号六次 (中国信号时为五次)。自动信号接收成功一次后，当天随后的所有自动接收操作便不再进行。
- 校准时间到达时，手表只有在计时模式中时才执行信号接收操作。若您正在配置设定时到达了校准时间，手表不进行信号接收。
- 使用“如何开启或解除自动信号接收功能”一节 (第 Ck-27 页) 中的操作步骤可以开启或解除自动信号接收功能。

Ck-22

C C

Ck-21

C

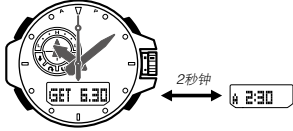
Ck-23

如何手动接收电波信号



1. 用 **(C)** 钮进入信号接收模式 (R/C)，如第 Ck-30 页所示。
2. 按住 **(A)** 钮至少两秒钟，直到 **RC** 闪动，然后 **RC!** 出现在数字画面上。
 - 电波信号接收开始后，信号强度指示符 (**L1**、**L2** 或 **L3**，请参阅第 Ck-25 页) 出现在画面上。直到 **GET** 或 **ERR** 出现在画面上为止，不要让手表移动或进行任何按钮操作。
 - 若信号接收操作成功，接收日期及时间将随 **GET** 指示符出现在画面上。
 - 若您按任何按钮或不执行任何按钮操作经过约两至三分钟，手表将返回计时模式。

信号接收成功

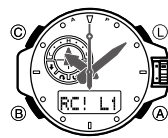


信号接收失败



Ck-24

信号强度指示符



在校准信号接收过程中，信号强度指示符如下所示表示电波信号的强度。

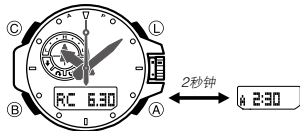


在电波信号接收过程中，信号强度指示符将随接收环境而变化。在观察该指示符的同时，将手表放在电波信号最稳定的地方。
 • 即使在最佳接收状态下，接收信号稳定下来也需要约 10 秒钟的时间。
 • 请注意，天气、时间、周围环境及其他因素都会影响信号的接收。

如何检查最终信号接收结果

进入信号接收模式 (第 Ck-30 页)。

- **R/C** 将出现约一秒钟，然后接收到信号的更新日期 (月和日) 与时间以两秒为间隔在数字画面上交替显示。
- 即使信号接收操作仅成功了一次，**RC** 也将显示在数字画面上日期的左侧。
- 破折号 (--- 及 -:-) 在日期和时间的地方交替显示表示信号接收尚未成功过 (自从您购买本表后或更换电池之后)。



- 要返回计时模式时，请按 **(B)** 钮。

Ck-26

如何开启或解除自动信号接收功能

1. 进入信号接收模式 (第 Ck-30 页)。
 - **R/C** 将出现约一秒钟，然后接收到信号的更新日期 (月和日) 与时间在数字画面上交替显示。
 - 破折号 (--- 及 -:-) 在日期和时间的地方交替显示表示信号接收尚未成功过 (自从您购买本表后或更换电池之后)。
2. 拉出表冠。此时自动信号接收状态 (**ON** 或 **OFF**) 在数字画面上闪动。
 - 计时 (时、分、秒) 针将移动到 2 时位置。
 - 对于不支持时间校准信号接收的城市，仅 **AUTORC OFF** 显示。**AUTORC ON** 不显示。
3. 拨动表冠选择自动信号接收开启 (**ON**) 或自动信号接收解除 (**OFF**)。
4. 设定完毕后，将表冠按回原位。画面返回本操作的第一步中显示的内容。



开启 / 解除状态

电波计时须知

- 强静电会使时间发生错误。
- 在上述任何情况下，手表不能进行信号接收操作。
 - 电量在第 3 级 (**L**) 以下时 (第 Ck-15 页)
 - 手表在电力恢复模式中时 (第 Ck-17 页)
 - 手表在功能休眠状态中时 ("节能功能"，第 Ck-19 页)
 - 表冠被拉出时
 - 气压变化指示符测量过程中
 - 倒数定时器倒数过程中 (第 Ck-88 页)
- 闹铃鸣响时，正在进行的信号接收操作将中止。
- 本表在设计上能在 2000 年 1 月 1 日至 2099 年 12 月 31 日期间自动更新日期及星期。时间校准信号不能对 2100 年 1 月 1 日以后的日期进行更新。
- 即使手表成功接收到了时间校准电波信号，有些条件也可能使时间产生最大一秒钟的误差。
- 如果在接收不到时间校准信号的地区使用本表，手表将以在 "规格" 中所记述的精度计时。
- 每当电池电量下降到第 5 级时或更换充电电池之后，手表的本地城市设定返回初始缺省值的 **TYO** (东京)。如果这种情况发生，请将本地城市改变为所需要的城市 (第 Ck-34 页)。

Ck-28

模式参考指南

本表共有 11 种 "模式"。请根据需要选择模式。

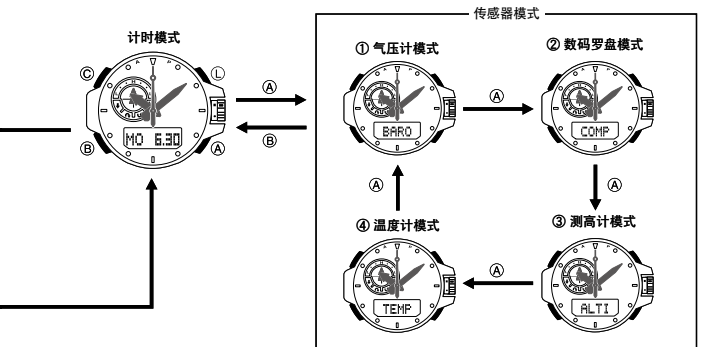
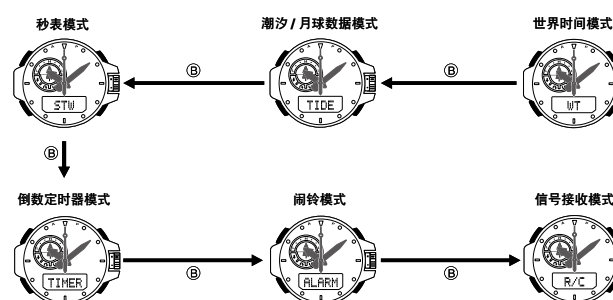
目的:	进入此模式:	参阅:
<ul style="list-style-type: none"> 查看本地城市的现在时间及日期 配置本地城市及夏令时间 (DST) 设定 手动设定时间及日期 开启自动信号接收功能 	计时模式	Ck-33
<ul style="list-style-type: none"> 查看现在位置的气压 查看气压测量图 启用气压显著变化警报 (画面和鸣音) 	气压计模式	Ck-43
确定现在位置到目的地的方位或方向角	数码罗盘模式	Ck-52
<ul style="list-style-type: none"> 查看现在位置的高度 确定两个位置 (参考点与现在位置) 之间的高度差 	测高计模式	Ck-60
查看现在位置的湿度	湿度计模式	Ck-71
查看 29 个城市 (29 个时区) 及 UTC (协调世界时) 的现在时间	世界时间模式	Ck-74
查看现在指定的日期和时间的潮汐图和月龄	潮汐 / 月球数据模式	Ck-78
用秒表测量经过时间	秒表模式	Ck-86
使用倒数定时器	倒数定时器模式	Ck-88
设定闹铃时间	闹铃模式	Ck-90
<ul style="list-style-type: none"> 手动执行时间校准电波信号的接收操作 检查最新的信号接收操作是否成功 配置自动信号接收设定 	信号接收模式	Ck-20

Ck-29

模式的选择

- 下图介绍选择模式时所使用的按钮。
- 要从任何其他模式返回计时模式时，请按 **(B)** 钮约两秒钟。

- 使用下述按钮操作可选换计时模式与传感器 (气压计，数码罗盘，测高计，温度计) 模式。



Ck-30

Ck-31

- 当您从计时模式进入传感器模式时，手表将首先进入在上次返回计时模式之前您最后使用的传感器模式。
- 每当您进入传感器模式时，手表将鸣音数次，代表上图中所示的编号。通知您进入的传感器模式。
- 要从潮汐/月球数据、秒表、倒数定时器、闹铃、世界时间或信号接收模式进入一种传感器模式时，请首先进入计时模式，然后再按相应的按钮。

通用功能（所有模式中）

本节中所介绍的功能及操作可以在所有模式中使用。

自动返回功能

- 若表冠未拉出，或在预定时间内未进行按钮操作，手表将自动从其他模式返回计时模式。

模式名	大约经过时间
潮汐/月球数据、闹铃、信号接收	3分钟
气压计、温度计	1小时
数码罗盘	1分钟
测高计	最短 1小时 最长 12小时

初始画面

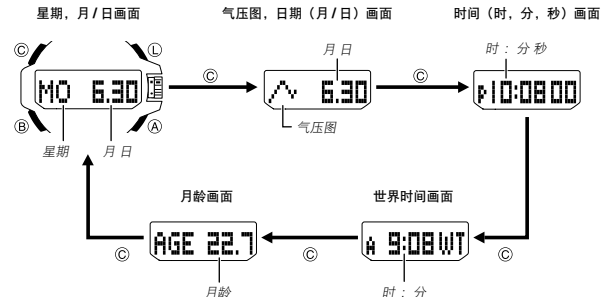
进入闹铃或世界时间模式时，上次退出该模式时画面上显示的数据会首先出现。

Ck-32

计时

请用计时模式 (TIME) 查看及设定现在时间和日期。

- 在计时模式中，按 **C** 钮可如下所示改变画面内容。



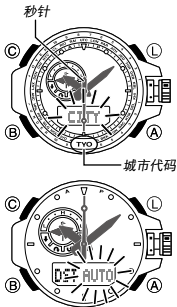
- 在任意画面显示过程中，按住 **C** 钮至少两秒钟将开启或解除气压变化指示符。开启时，气压图与 **BARO** 指示符一起显示。
- 有关如何检查气压的显著变化的资讯，请参阅“气压变化的指示”一节（第 Ck-49 页）。

Ck-33

本地城市的设定

有两种本地城市设定：选择本地城市 and 选择标准时间或夏令时间 (DST)。

如何设定本地城市与夏令时间



- 在计时模式中，拉出表冠。
 - **CITY** 将在数字画面上闪动，表示本地城市设定可以改变。
- 拨动表冠将秒针移动到要选作本地城市的代码处。
 - 有关城市代码的详情，请参阅本说明书末尾的“City Code Table”（城市代码表）。
- 按 **ⓐ** 钮显示 DST 设定画面。
 - 自动DST (AUTO) → DST解除 (OFF) → DST开启 (ON)
- 向外拨动表冠如下所示循环切换 DST 设定。
 - 如果您向内拨动表冠，则画面上的 DST 设定不改变。
 - 改变了本地城市及 / 或 DST 设定后，时针和分针将自动转动到相应的时间处。数字画面上显示的时间也相应改变。

Ck-34

- 只有当支持时间校准信号接收（第 Ck-20 页）的城市代码被选作本地城市时，自动 DST (AUTO) 设定才有效。自动 DST 被选择时，DST 设定将根据时间校准信号的数据自动改变。
- 请注意，当 UTC 被选作本地城市时，不能切换标准时间及夏令时间 (DST)。

5. 设定完毕后，将表冠按回原位。

- DST 指示符出现时表示夏令时间已启用。

注

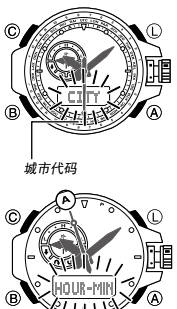
- 指定了城市代码后，本表将用世界时间模式中的 UTC* 时差根据本地城市的现在时间计算其他时区的现在时间。
* 协调世界时 (UTC) 是世界通用的科学计时标准。
UTC 的基准点为英国格林威治。
- 选择有些城市代码将使手表自动接收相应地区的时间校准电波信号。有关详情请参阅第 Ck-20 页。

Ck-35

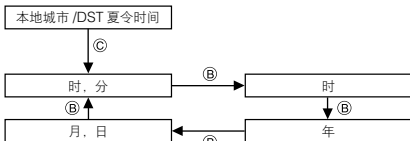
时间及日期的手动设定

当手表接收不到时间校准电波信号时，可以手动设定现在时间及日期。

如何手动改变时间及日期



- 在计时模式中，拉出表冠。此时 **CITY** 在数字画面上闪动。
- 按 **ⓐ** 钮。
 - 此时 **HOUR-MIN** 在数字画面上闪动。
 - 秒针将指向 **A** (上午) 或 **P** (下午)。
 - 此时进入时间设定模式。
 - 在下述操作步骤中，按 **ⓐ** 钮可如下所示切换设定。



3. 拨动表冠改变分数。
 - 您还可以使用 HS1 和 HS2 高速转动功能（第 Ck-6 页）前后快速转动指针。
 - 时针将随分针同步转动。
要独立地调整时针时，请进行到本操作的第 4 步。
4. 按 **ⓑ** 钮。
 - 此时 **HOUR** 在数字画面上闪动。
5. 拨动表冠调整时数。
 - 您还可以使用 HS1 和 HS2 高速转动功能（第 Ck-6 页）前后快速转动指针。
6. 按 **ⓐ** 钮。
 - 此时现在的年、月及日设定出现在数字画面上，而年闪动。
7. 拨动表冠调整年份。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能（第 Ck-6 页）。
8. 按 **ⓑ** 钮。
 - 此时现在的日期 (月, 日) 在画面上闪动。
9. 拨动表冠调整月和日。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能（第 Ck-6 页）。
 - 按 **ⓑ** 钮可返回时分设定画面。
10. 设定完毕后，将表冠按回原位。
 - 此时计时从 0 秒开始。

Ck-36

Ck-37

注

- 有关选择本地城市及设定 DST 的说明，请参阅“本地城市的设定”一节（第 Ck-34 页）。
- 使用 12 小时制时，从正午到午夜（下午 11:59）**P** (下午) 出现，而从午夜到正午（上午 11:59）**A** (上午) 出现。使用 24 小时制（时间显示为从 00:00 至 23:59）时这些指示符不出现。
- 本表内置有全自动日历。其能自动调整长短月及闰年的日期。日期一旦设定，除更换手表电池或电池电量下降至第 5 级（第 Ck-15 页）之后以外无需再次调整。
- 日期变化时星期自动改变。
- 有关计时模式中各设定的说明，请参阅下列各页。
 - 按钮操作音的开启 / 解除：“如何开启或解除按钮操作音”（第 Ck-97 页）
 - 照明持续时间设定：“如何改变照明持续时间”（第 Ck-93 页）
 - 节能功能的开启与解除：“如何开启或解除节能功能”（第 Ck-97 页）

如何切换 12 小时与 24 小时制



- 拉出表冠。
- 按 **ⓐ** 钮五次。
 - 此时现在的时制设定 (**12H** 或 **24H**) 在数字画面上闪动。
- 拨动表冠选择 12 小时 (**12H**) 或 24 小时 (**24H**) 时制。
- 设定完毕后，将表冠按回原位。

Ck-38

指针基准位置的调整

如果手表受到强磁力或撞击，其指针时间可能会与数字画面上的时间不一致。这会导致不正确的时间指示，即使接收到了时间校准信号。本表有自动指针位置校正功能，通常会调整各指针。万一您注意到指针的位置不正确，请执行下述操作进行校正。

如何调整基准位置

等到所有指针都移动到 12 时位置。



- 在计时模式中，拉出表冠。
- 按住 **A** 钮至少五秒钟，直到 **HAND SET** 闪动，然后 **HAND ADJ** 出现在数字画面上。
 - 此时基准位置的调整开始，其将使手表的所有指针都移动到 12 时位置。
 - 之后，指针停止移动，**PUSH** 将出现在数字画面上。
- 重要！**
 - 在执行下述第 3 步之前，必须确认所有指针都返回到了 12 时位置。当有任何指针不在 12 时位置时，按回表冠不会执行基准位置调整。
3. 按回表冠。
 - 此时所有指针（小针，时针，分针，秒针）都返回其正常位置。

注

调整了基准位置后，请进入计时模式并检查确认模拟指针与数字画面指示相同的时间。否则，再次调整基准位置。

Ck-39

如何移动指针使数字盘容易观看

为了更好地看清表盘和数字画面，可使用下述操作将模拟指针移开。

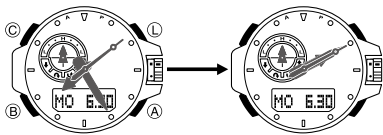
注

- 电池的电量不足时模拟指针不移动。

如何移动指针使数字盘容易观看

在按住 **L** 钮的同时，按 **B** 钮。

- 此时计时（时、分、秒）针移动到 2 时位置。
- 要使各指针返回至其正常位置时，请按 **A** 钮、**B** 钮或 **C** 钮。



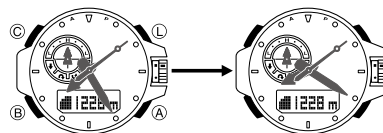
Ck-40

注

- 若您不进行任何操作经过约 10 秒钟，各指针也将返回原位。
- 如果指针因您拉出表冠而移动到 2 时位置*，则当您按回表冠时各指针将返回正常位置。在这种情况下，当您按回表冠时各指针将返回通常的计时状态。
* 如果您在设定城市代码（第 Ck-34、Ck-75 页）或夏令时间（第 Ck-34、Ck-75 页），或手动设定时间和日期（第 Ck-36 页）时拉出表冠，则指针不转动到 2 时位置。

自动指针移位

当画面上的气压、高度或温度测量值更新时，如果时针及 / 或分针在数字画面的上方，其将自动移开（至 4 时或 8 时位置），让画面上的资讯能更好地看到。约三秒钟后各指针将返回其正常位置。



Ck-41

高度、气压及温度单位的指定

请按照下述操作步骤指定在测高计模式、气压计模式及温度计模式中使用的单位。

重要！

- 当 **TYO**（东京）被选作本地城市时，高度单位自动被设定为米（**m**），气压单位被设定为百帕斯卡（**hPa**），而温度单位被设定为摄氏（**°C**）。这些设定不能改变。

如何指定高度、气压及温度单位



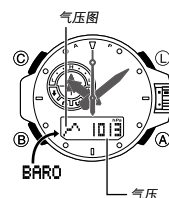
1. 确认手表在要指定单位的模式中（测高计、气压计或温度计）。
• 有关改变模式的说明请参阅“模式的选择”一节（第 Ck-30 页）。
2. 拉出表冠。
• 计时（时、分、秒）针将移动到 2 时位置。
3. 按 **B** 钮数次直到 **UNIT** 出现在数字画面上。
• 对于高度，请按 **B** 钮三次。对于气压和温度，请按 **B** 钮一次。
4. 拨动表冠改变单位设定。
5. 设定完毕后，将表冠按回原位。

Ck-42

气压的测量

本表使用气压传感器测量气压（大气压）。

如何进行气压测量



在计时模式或任意传感器模式中，按 **A** 钮数次直到 **BARO**（气压计模式）出现在数字画面上。

- 在非传感器模式中，按住 **B** 钮约两秒钟进入计时模式。然后，执行上述操作。
- 进入气压计模式（**BARO**）约一秒钟后，第一次的气压测量值将显示。
- 测量持续进行约一个小时：在最初的三分钟内每五秒钟一次，而在随后的一小时内每两分钟一次。
- 测量操作进行过程中，按 **C** 钮或 **L** 钮，或拨动表冠将使操作从您按按钮或拨动表冠的时点开始延长约一个小时。
- 在测量操作完成后（约一小时后）手表将返回计时模式。
- 在测量操作进行过程中，按 **B** 钮可停止操作并进入计时模式。

Ck-43

注

- 当您进入气压计模式时，秒针可能指示秒数（现在时间）或气压差（第 Ck-45 页）。秒针的初始功能与您上次进行气压测量时选择的功能相同。要在秒针的两种功能（指示秒数或指示气压差）之间切换时请按 **C** 钮。

气压

- 气压以 1 hPa（或 0.05 inHg）为单位表示。
- 若气压测量值超出 260 hPa 至 1,100 hPa（7.65 inHg 至 32.45 inHg）的范围，气压值的显示会变为 ---。当气压测量值返回本表的容许范围时，气压值即会重新出现。

显示单位

气压的显示单位可以选择为百帕斯卡（hPa）或英寸汞（inHg）。请参阅“如何指定高度、气压及温度单位”一节（第 Ck-42 页）。

Ck-44

如何查看气压的变化和趋势

本表提供下述三种方法来查看气压的变化和趋势。

- 查看气压的最新变化（下述气压差指针）
- 查看过去 20 个小时的气压变化（气压图，第 Ck-47 页）
- 查看气压的显著变化（气压变化指示符，第 Ck-49 页）

气压差指针

无论在什么模式中，手表都自动每两小时（在各偶数小时的 30 分钟时）测量一次气压。手表的秒针指示现在的气压测量值与上一次的自动测量值之间的差，范围在 ± 10 hPa（1 hPa 单位）以内。帮助您掌握所在地区的气压变化情况。

如何显示或隐藏气压差

1. 在计时模式或任意传感器模式中，按 **A** 钮数次直到 **BARO**（气压计模式）出现在数字画面上。
• 在非传感器模式中，按住 **B** 钮约两秒钟进入计时模式。然后，执行上述操作。
2. 按 **C** 钮。

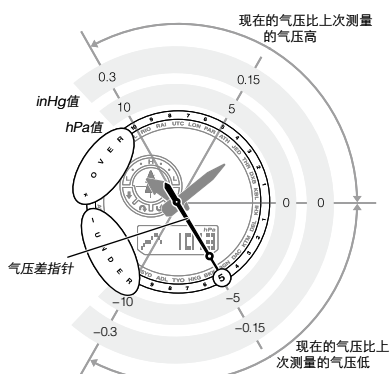
注

- 要在秒针的两种功能（指示秒数或指示气压差）之间切换时请按 **C** 钮。

气压差指针的含义

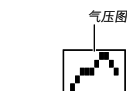
气压差可在 ± 10 hPa（0.3 inHg）范围内以 1 hPa（0.03 inHg）为单位表示。

- 例如，插图所示为当计算出的气压差为约 -5 hPa（约 -0.15 inHg）时秒针的指示。
- 若气压差超出了刻度容许范围，秒针将指向 **+ OVER** 或 **- UNDER**。
- 如果由于某种原因传感器无法进行测量或若测量值超出容许范围，秒针将转动到 9 时位置。
- 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（1 hPa \approx 0.03 inHg）。



Ck-46

气压图



无论在什么模式中，手表都自动每两小时（在各偶数小时的 30 分钟时）测量一次气压。

- 当手表在气压计模式或计时模式中时，数字画面表示过去 20 个小时（10 次测量值）的气压变化图。通过监视这些变化能在合理的精确度内预测天气。
- 要在计时模式中显示气压图时，请按 **C** 钮数次循环选择数字画面直到其出现（第 Ck-33 页）。

气压图的含义

气压图表示气压测量的履历。



- 图的纵轴表示气压，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。
- 最新的自动测量值由图的最右边的段表示。

下面介绍如何解释气压图上表示的数据。



气压升高表示天气正在好转。

气压下降表示天气正在恶化。

Ck-45

Ck-47

注

- 气压变化指示符出现时气压图不显示。
- 当手表在气压计模式中时，其将以固定间隔（最初的三分钟内每五秒钟一次，在随后的一小时内每两分钟一次）更新显示的气压值。因为气压图表示每两小时一次的自动测量结果，所以该图每隔两小时更新一次。
- 气压的剧烈变化可能会使过去测量值的图线上下超出显示区。
- 凡遇下述情况，气压的测量将不执行，同时在气压图相应的部位留下空白。
 - 气压测量值超出范围（260 hPa 至 1,100 hPa 或 7.65 inHg 至 32.45 inHg）
 - 传感器故障



在画面上看
不见。

气压变化的指示

每当本表检测到气压测量值的显著变化（因突然的气压上升或下降，或穿过低压或高压区）时，其会鸣音通知您。同时，数字画面上有箭头闪烁，并且小针指向箭头标记。所有这些是要让您知道发生了气压的显著变化，以便您采取可能需要的对策。

气压变化指示符在气压计模式中显示，在计时模式（第 Ck-33 页）中气压图显示时气压变化指示符也显示。

- 例如，您可以在到达宿营地或露营地后开启气压变化指示符。然后在计划第二天的行程之前，先检查气压的变化，了解随后的天气情况。

气压变化指示符的含义

小针及数字画面	含义
	气压突然下降。
	气压突然上升。
	气压持续上升后开始下降。
	气压持续下降后开始上升。

- 如果气压没有明显的变化，气压变化指示符不会出现。在这种情况下，小针指向 6 时位置。

Ck-48

Ck-49

重要！

- 为确保结果正确，气压的测量应保持在一定高度进行。
- 高度的变化会使气压发生变化。也就是说当您的高度正在改变时不能测量出正确的气压。为避免可能的混乱，在您登山等移动过程中最好解除气压变化指示符。

如何开启或解除气压变化指示符

在气压计模式或计时模式中，按住 **◎** 钮至少两秒钟直到 **INFO** 出现在数字画面上，并且指示符设定在 **ON**（开启）与 **OFF**（解除）之间改变。

- 开启过程中小针起气压变化指示符的作用，而解除时起潮汐图的作用。
- 指示符开启时 **BARO** 出现在数字画面上。
- 请注意，启用气压变化指示符的显示功能之后，其将在 24 小时后或电池的电量不足时自动解除。
- 在气压计模式中启用或禁用气压变化指示符还会使秒针的功能在气压差指针（气压变化指示符开启）与秒数指示（气压变化指示符解除）之间切换（第 Ck-45 页）。在选择了所需要的气压变化指示符设定后，用 **◎** 钮选择所需要的秒针功能设定。
- 请注意，气压变化指示符显示过程中，时间校准信号接收功能及节电功能（第 Ck-19 页）失效。
- 请注意，当电池的电量不足时不能显示气压变化指示符。

气压传感器的校准

手表内置的气压传感器已在出厂前校准，通常不需要进一步的调整。如果手表的气压测量值出现严重错误，您可以校准传感器更正错误。

Ck-50

Ck-51

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。

如何校准气压传感器



- 使用其他测量装置进行测量，取得准确的气压值。
- 用 **A** 钮进入气压计模式（**BARO**），如第 Ck-31 页所示。
- 拉出表冠。此时现在的气压测量值在数字画面上闪烁。
 - 计时（时、分、秒）针将移动到 2 时位置。
- 拨动表冠调整气压值。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能（第 Ck-6 页）。
 - 校准单位是 1 hPa (0.05 inHg)。
 - 要使设定返回 **OFF**（未校准）时，请同时按 **A** 钮及 **◎** 钮。
- 校准完成后，按回表冠。

气压计须知

- 本表内置的气压传感器测量大气压的变化，供您本人作预测天气使用。其并非一个可用作正式天气预测或报告的精密装置。
- 气温的剧烈变化会影响气压传感器的测量结果。因此，手表的测量值可能会有些误差。

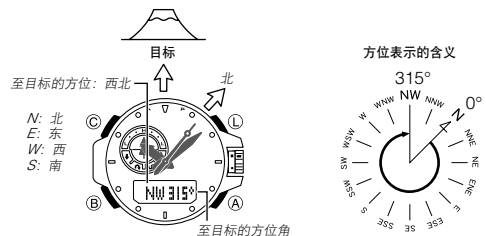
方向的测定

数码罗盘模式用于确定北方，并检查到目的地的方位。

- 有关提高数码罗盘测定精度方法的说明，请参阅“方位传感器的校准”（第 Ck-55 页）及“数码罗盘须知”（第 Ck-58 页）各节。

如何测定方向

- 将手表放在平坦的表面上。如果您佩戴着手表，则请确认您的手腕水平（相对于地平线）。
- 将手表的 12 时位置对准要测定的方向。
- 在计时模式或任意传感器模式中，按 **A** 钮数次直到 **COMP**（数码罗盘模式）出现在数字画面上。
 - 在非传感器模式中，按住 **B** 钮约两秒钟进入计时模式。然后，执行上述操作。
 - 在进入数位罗盘模式（**COMP**）后，手表将开始测定方位。
 - 开始数码罗盘测定将使秒针暂时转动到 12 时位置。随着数码罗盘的动作，秒针将指向磁北方向。方位及方向角将出现在数字画面上。



至目标的方位角

注

- 第一次的测定结果显示后，手表将在随后的约 60 秒内继续每秒测定一次并显示测定结果。
- 测定操作进行过程中，按 **◎** 钮或 **L** 钮，或拨动表冠将使操作从您按按钮或拨动表冠的时点开始延长约 60 秒钟。
- 方向测定操作完成约 60 秒钟后，手表将返回计时模式。
- 在测量操作进行过程中，按 **B** 钮可停止操作并进入计时模式。

Ck-52

Ck-53

重要！

- 在执行了上述第 3 步后，如果秒针不指向 12 时位置，请执行“指针基准位置的调整”一节（第 Ck-39 页）中的操作进行调整。
- 在您执行了测定操作之后，如果数字画面上的内容开始闪烁，则表示探测到了异常磁场。请离开任何可能的强磁场源，并再次尝试测定。当您再次尝试时若问题仍然出现，则请继续离开强磁场源，进行双向校准，然后再再次进行测定。有关详情请参阅“如何进行双向校准”（第 Ck-56 页）及“场所”（第 Ck-59 页）各节。

数码罗盘测定

- 第一次测定结束后，手表将自动每秒进行一次数码罗盘的测定，持续测定 60 秒钟。之后，测定自动停止。
- 在数码罗盘进行测定的 60 秒钟内自动照明功能无效。
- 在手表处于水平状态（相对于地平线）下，角度值及方位指示符的误差范围为 ± 10 度。例如，若手表指示的方向为西北（**NW**）及 315 度，实际的方向应在 305 度至 325 度之间。
- 请注意，如果手表不在水平状态（相对于地平线）下进行方向测定，测定结果的误差会更大。
- 如果您怀疑手表测出的方向不正确，可以校准方位传感器。
- 手表执行闹铃动作（每日闹铃、整点响报、倒数定时器闹铃）或照明点亮（通过按 **L** 钮）时，正在进行的方向测定操作将暂停。使方向测定暂停的动作结束后，方向测定操作将恢复，并持续进行到所定时间。
- 有关进行方向测定的其他重要资讯，请参阅“数码罗盘须知”一节（第 Ck-58 页）。
- 数码罗盘指示的方向是磁北。需要时，可使用磁偏角校正功能校正手表，使其指示真北。有关详情请参阅下述“磁偏角校正”一节，“如何进行磁偏角校正”一节（第 Ck-57 页）及“磁北与真北”一节（第 Ck-58 页）。

方位传感器的校准

当您感觉本表产生的方向测定结果不准时，应对方位传感器进行校准。您可以使用两种不同的方位传感器校准方法之一：双向校准或磁偏角校正。

双向校准

双向校准模式校准方位传感器与磁北的关系。双向校准应在受磁力影响的地方进行方向测定时使用。如果手表由于某种原因被磁化，也应使用这种校准方法。

重要！

- 为了确保本表的方向测定结果正确，在使用前必须进行双向校准。如果不进行双向校准，手表可能会产生错误的方向测定结果。

磁偏角校正

使用磁偏角校正方法时，您选择一个磁偏角方向并输入一个磁偏角（磁北与真北之间的角度），让手表指示真北。当使用的地图上标有磁偏角时，您可以进行此操作。

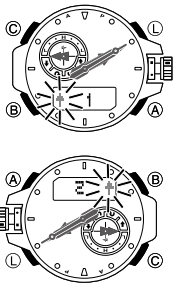
双向校准须知

- 您可以使用任何一对相反的方向进行双向校准。但请注意，两方向之间的角度必须为 180 度，即完全相反。注意若操作错误，得到的方位传感器的测定结果将是错误的。
- 各方向校准进行过程中不可移动手表。
- 双向校准操作应在与要测定方向的相同环境下进行。例如，若要在空旷的地方进行方向测定，则应在空旷的地方进行校准。

Ck-54

Ck-55

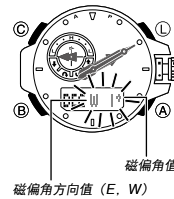
如何进行双向校准



- 在数码罗盘模式中，拉出表冠。
 - 此时 ↑1 出现在数字画面上，而向上箭头 (↑) 闪烁。
 - 计时 (时、分、秒) 针将移动到 2 时位置。
- 在保持手表水平的状态下，按 (A) 钮。
 - 校准操作过程中 ↑WAIT 将显示在数字画面上。如果校准成功，则 OK, Turn180° 将出现在数字画面上，然后 ↓2 出现。
 - 如果 ERR 出现在画面上，请再次按 (A) 钮重新开始方向的测定操作。
- 将手表旋转 180 度。
- 再次按 (A) 钮校准第二个方向。
 - 校准操作进行过程中画面将显示 ↓WAIT。
 - 校准操作成功时，画面显示 OK 后返回数码罗盘模式画面。
 - 如果 ERR 出现在画面上，请返回本操作的第 1 步。
- 校准完成后，按回表冠。

Ck-56

如何进行磁偏角校正



- 在数码罗盘模式中，拉出表冠。
 - 此时 ↑1 出现在数字画面上，而向上箭头 (↑) 闪烁。
 - 计时 (时、分、秒) 针将移动到 2 时位置。
- 按 (B) 钮。
 - 此时 DEC 和现在的磁偏角设定出现在数字画面上。
- 根据需要拨动表冠改变磁偏角的方向和角度设定。

北方设定	设定
磁北	0°
真北	E 90° 至 W 90° E: 东偏 (磁北在真北的东边。) W: 西偏 (磁北在真北的西边。)

- 请注意，磁偏角只能以整数的度为单位进行输入，因此需要将地图上标记的数值四舍五入。例如，若地图上标记的磁偏角为 7.4°，则应输入 7°。7.6° 时应输入 8°，而 7.5° 时可输入 7° 或 8°。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能 (第 Ck-6 页)。
 - 同时按 (A) 钮及 (C) 钮可使设定返回 0°。
 - 例如，图中所示为当地图指示西 1° 磁偏角时应输入的数值及应选择的方向。
- 校准完成后，按回表冠。

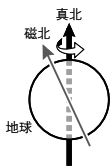
Ck-57

如何摆放地图并找到现在位置

在登山或远足时，了解目前的位置很重要。因此，需要“摆放地图”，也就是说对准地图，使其所指方向对准现在的实际方向。一般来说，需要做的是将地图上的北对准手表指示的北。

- 请注意，在地图上确定您的现在位置及目的地需要看图技巧和经验。

数码罗盘须知 磁北与真北



北方向可以用磁北或真北进行表示，磁北与真北是不同的。同时，知道磁北会随时间而移动很重要。

- 磁北是由罗盘的指针指示的北。
- 真北位于地轴的北极，地图上通常指示真北。
- 磁北与真北之间的差异称为“磁偏角”。距离北极越近，磁偏角越大。

Ck-58

场所

- 在强磁场源附近进行方向测定会使测定结果产生较大的误差。因此，应避免在下列类型物体附近进行方向测定：永久性磁铁 (磁性项链等)、金属块 (金属门窗、储物柜等)、高压电线、天线、家用电器 (电视机、个人电脑、洗衣机、电冰箱等)。
- 在室内，尤其在钢筋混凝土建筑物内也不可能得到精确的方向测定结果。其原因在于此种建筑物的金属框架会吸收家用电器等发出的磁力。
- 在列车、船舶、飞机等中时不可能得到精确的方向测定结果。

保管

- 若手表被磁化，方位传感器的精度会降低。因此，您应该将本表保管在远离磁铁或任何其他强磁场源的地方，其中包括：永久性磁铁 (磁性项链等)、金属块 (金属门窗、储物柜等)、家用电器 (电视机、个人电脑、洗衣机、电冰箱等)。
- 当您怀疑手表可能已被磁化时，请执行“如何进行双向校准”一节中的校准操作 (第 Ck-56 页)。

Ck-59

测高计模式的使用

本表根据内置气压传感器测量的气压来进行高度的测量并显示高度。

- 画面上显示的高度测量值是相对高度，根据手表的气压传感器测出的气压的变化计算而来。也就是说在同一地方的不同时间气压的改变会使测量结果不同。同时还请注意，本表显示的数值可能会与您所在位置标记的实际垂直高度及/或海拔高度不同。
- 若您登山或进行其他活动的过程中使用本表的测高计，则强烈建议您查看地图、当地的高度指示或一些其他的资讯源以取得正确的当前高度，并定时用最新的资讯校准测高计。

重要!

- 有关如何最小化手表的测量值与当地标识高度 (垂直高度) 之间差异的说明，请参阅“如何指定参考高度值” (第 Ck-64 页) 和“测高计须知” (第 Ck-70 页) 各节。

事前准备

在实际进行高度测量之前需要选择高度测量间隔。

测高计的测量时间及间隔的选择

您可以选择下述两个设定之一。

- 0'05": 测量约一个小时；在最初的分三分钟内每秒钟一次，而在随后的一小时内每五秒钟一次。
- 2'00": 测量约 12 小时；在最初的分三分钟内每秒钟一次，而在随后的 12 小时内每两分钟一次。

Ck-60

如何指定高度的测量间隔



- 在计时模式或任意传感器模式中，按 (A) 钮数次直到 ALTI (测高计模式) 出现在数字画面上。
 - 在非传感器模式中，按住 (B) 钮约两秒钟进入计时模式。然后，执行上述操作。
- 拉出表冠。
 - 此时目前的高度测量值出现。
 - 计时 (时、分、秒) 针将移动到 2 时位置。
- 按 (B) 钮。
 - 此时 INT 出现在数字画面上，同时测量间隔设定闪烁。
- 拨动表冠选择五秒 (0'05) 或两秒 (2'00) 作为间隔设定。
- 设定完毕后，将表冠按回原位，退出设定画面。

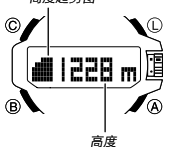
高度的测量

请使用下述操作进行基本的高度测量。

- 有关如何更精确地测量高度的说明，请参阅“参考高度值的使用”一节 (第 Ck-63 页)。
- 参阅“测高计是如何工作的？”一节 (第 Ck-69 页)，了解手表是如何测量高度的。

如何进行高度测量

高度趋势图



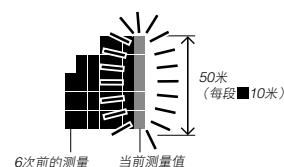
在计时模式或任意传感器模式中，按 (A) 钮数次直到 ALTI (测高计模式) 出现在数字画面上。

- 在非传感器模式中，按住 (B) 钮约两秒钟进入计时模式。然后，执行上述操作。
- 在进入测高计模式 (ALTI) 后，手表将开始测量高度。
- 高度值以 1 米 (5 英尺) 为单位显示。
- 有关测量间隔的说明请参阅第 Ck-60 页。

注

- 当您进入测高计模式时，秒针可能指示秒数 (现在时间) 或高度差 (第 Ck-65 页)。秒针的初始功能与您上次进行高度测量时选择的功能相同。要在秒针的两种功能 (指示秒数或指示高度差) 之间切换时请按 (C) 钮。
- 测量操作进行过程中，按 (C) 钮或 (L) 钮，或拨动表冠将使操作从您按按钮或拨动表冠的时点开始延长约 1 个小时或 12 个小时 (根据当前的测量时间及间隔设定而不同)。
- 当相应的测量时间 (1 小时或 12 小时) 结束时手表将返回计时模式。
- 在测量操作进行过程中，按 (B) 钮可停止操作并返回计时模式。
- 高度的测量范围为 -700 至 10,000 米 (-2,300 至 32,800 英尺)。
- 若测出的高度超出测量范围，画面上的高度值会变为 ---。当高度测量值返回本表的容许范围时，高度值将再次出现。

- 高度的显示单位可改变为米 (m) 或英尺 (ft)。请参阅“如何指定高度、气压及温度单位”一节 (第 Ck-42 页)。
- 高度趋势图表示在高度测量过程中，前 6 个高度测量值的变化。



参考高度值的使用

为使测量结果中的误差最小，应该在计划进行高度测量的地方在设定路途或在进行任何其他活动之前更新参考高度。在登山时，强烈建议您查看地图、当地的高度标识或一些其他的资讯源，以确定正确的高度，并定时用最新资讯更新参考高度。

- 气压的变化，以及因气压及/或高度的变化而引起的温度的变化都会产生测量误差。
- 虽然不设定参考高度也能测量出高度，但如此产生的测量值可能会与其他高度标识或标记指示的高度极为不同。
- 在进行下述操作之前，请在地图上或通过互联网等找到当前位置的高度。

Ck-62

Ck-63

如何指定参考高度值



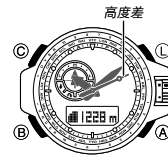
1. 在测高计模式中，拉出表冠。
 - 此时现在的高度测量值在数字画面上闪烁。
 - 计时（时、分、秒）针将移动到 2 时位置。
2. 拨动表冠以一米（5 英尺）为单位递增高度值。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能（第 Ck-6 页）。
 - 请将参考高度改变为从地图或其他资讯源取得的精确的高度值。
 - 参考高度可以在 -3,000 至 10,000 米（-9,840 至 32,800 英尺）的范围内设定。
 - 要返回 **OFF** 设定，不使用参考高度进行测量时，请同时按 **A** 钮及 **C** 钮。
3. 设定完毕后，将表冠按回原位，退出设定画面。

Ck-64

测高计模式的高级操作

请根据本节中的说明取得更精确的高度测量结果，尤其是在登山或旅行时。

高度差值的使用



如果您指定了高度差的起始点，手表的秒针将指示现在高度与高度差起始点之间的高度差。手表每次取得新的高度测量值时更新显示的高度差。

- 根据当前选择的显示范围，高度差的容许范围是 100 米至 -100 米（100 米 = 328 英尺），或 1,000 米至 -1,000 米（1,000 米 = 3,280 英尺）。
- 如果测量值超出了容许范围，**+ OVER** 或 **- UNDER** 会出现在数字画面上（第 Ck-68 页）。
- 如果由于某种原因传感器无法进行测量或若测量值超出容许范围，秒针将转动到 9 时位置。
- 请参阅“如何在登山或远足过程中使用高度差”一节（第 Ck-66 页），参考介绍如何使用此功能的一些实用范例。

Ck-65

高度差测量范围的指定



您可以使用下述操作选择 ± 100 米或 $\pm 1,000$ 米作为高度差的测量范围。

相对高度的测量范围	显示单位
± 100 米（ ± 328 英尺）	5 米（16 英尺）
$\pm 1,000$ 米（ $\pm 3,280$ 英尺）	50 米（164 英尺）

如何指定高度差的测量范围

1. 在测高计模式中，拉出表冠。
 - 此时目前的高度测量值出现。
 - 计时（时、分、秒）针将移动到 2 时位置。
2. 按 **B** 钮两次。
 - 此时 **DIFF** 出现在数字画面上，同时当前的高度差测量范围设定闪烁。
3. 拨动表冠选择 100 米（100m）或 1,000 米（1000m）作为高度差的测量范围。
4. 设定完毕后，将表冠按回原位，退出设定画面。

如何使用高度差



高度差（参考位置处显示为 ± 0 ）



现在高度

1. 用地图上的等高线确定现在位置与目的地之间的高度差。
 - 知道高度差有助于您确认现在位置，并确定到目的地还有多远。
2. 在测高计模式中，按住 **C** 钮至少两秒钟将现在位置指定为高度差起始点。
 - 数字画面上 **DIFF RESET** 与 **RESET** 相继出现，然后秒针移动到 ± 0 （ ± 0 米）处表示高度差。
3. 边比较在地图上确认的高度差与手表显示的高度差，边向目的地前进。
 - 例如，若从地图上的等高线得出现在位置与目的地之间的高度差为 +80 米，则当手表显示的高度差为 +80 米时您便知道目的地很近了。

如何在登山或远足过程中使用高度差

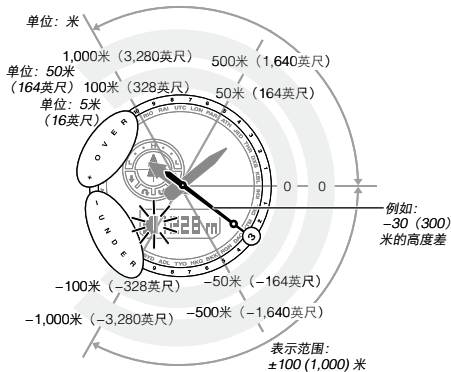
在登山或远足过程中，指定了高度差起始点后，便可轻易测量该地点与沿途其他地点间的高度变化。

Ck-66

Ck-67

秒针指示参考点的高度差，如下图所示。

- 在 ± 100 米被选作高度差测量范围的情况下，每当高度差高于 +100 米（+328 英尺）时 **+ OVER** 指示符出现。而当高度差低于 -100 米（-328 英尺）时 **- UNDER** 指示符出现。如果这两个指示符都出现了，请将范围设定改变为 ± 1000 米。
- 在 ± 1000 米被选作高度差测量范围的情况下，每当高度差高于 +1,000 米（+3,280 英尺）时 **+ OVER** 指示符出现。而当高度差低于 -1,000 米（-3,280 英尺）时 **- UNDER** 指示符出现。
- 如果测量值超出了测高计的测量范围（-700 至 +10,000 米（-2,300 至 32,800 英尺））或发生了测量错误，则秒针将转动到 9 时位置。
- 要在数字画面上切换高度差与现在时间的秒数时，请按 **C** 钮。



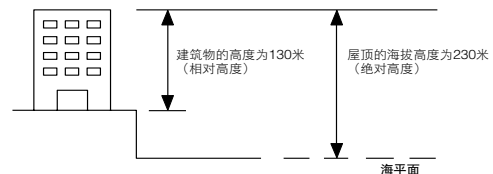
Ck-68

测高计是如何工作的？

通常，气压会随着高度的上升而下降。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与气压的关系。

- 请注意，下列环境将阻碍您得到精确的测量结果：
当气压因天气的变化而变化时
当温度变化极端时
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，是指海拔高度。相对高度，是指两个不同地点间的高度差。本表表示的高度是相对高度。



为了让测量值最为精确，建议在进行测量之前根据当地的高度（垂直高度）标识校准手表（第 Ck-63 页）。

Ck-69

测高计须知

- 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。
- 不要在高度会突然产生变化的运动时使用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。

温度对高度测量的影响

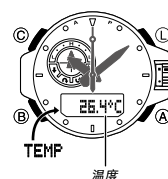
为了更精确地测量高度，建议将手表戴在手腕上，以保持手表温度的稳定。

- 进行高度的测量时，应尽可能地保持手表温度的稳定。温度的变化会影响高度的测量。

温度的测量

本表使用温度传感器测量温度。

如何进行温度测量



温度

在计时模式或任意传感器模式中，按 **A** 钮数次直到 **TEMP**（温度计模式）出现在数字画面上。

- 在非传感器模式中，按住 **B** 钮约两秒钟进入计时模式。然后，执行上述操作。
- 进入温度计模式（**TEMP**）约一秒钟后，第一次的温度测量值将显示。
- 测量持续进行约一个小时：在最初的三分钟内每五秒钟一次，而在随后的一小时内每两分钟一次。
- 测量操作进行过程中，按 **C** 钮或 **L** 钮，或拨动表冠将使操作从您按按钮或拨动表冠的时点开始延长约一个小时。
- 在测量操作完成后（约一小时后）手表将返回计时模式。
- 在测量操作进行过程中，按 **B** 钮可停止操作并进入计时模式。

Ck-70

Ck-71

温度

- 气温以 0.1°C (或 0.2°F) 为单位显示。
- 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)。当温度测量值返回本表的容许范围时, 温度值重新出现。

显示单位

测量的温度值的显示单位可以选择为摄氏 (°C) 或华氏 (°F)。请参阅“如何指定高度、气压及温度单位”一节 (第 Ck-42 页)。

温度传感器的校准

手表内置的温度传感器已在出厂前经校准, 通常不需要进一步的调整。如果手表的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!

- 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。
- 如果需要调整, 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。

如何校准温度传感器



1. 使用其他测量装置进行测量, 取得准确的温度值。
2. 用 (A) 钮进入温度计模式 (TEMP), 如第 Ck-31 页所示。
3. 拉出表冠。此时现在的温度测量值在数字画面上闪动。
 - 计时 (时、分、秒) 针将移动到 2 时位置。
4. 拨动表冠调整温度值。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能 (第 Ck-6 页)。
 - 校准单位是 0.1°C (0.2°F)。
 - 要使设定返回 OFF (未校准) 时, 请同时按 (A) 钮及 (C) 钮。
5. 校准完成后, 按回表冠。

温度计须知

- 温度测量会受到您的体温、直射阳光及湿度的影响。为使气温的测量更加准确, 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 分钟的时间才能到达环境温度。

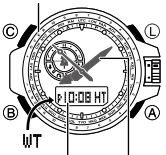
其他时区时间的查看

世界时间模式用于显示全球 29 个时区 (29 个城市) 及 UTC (协调世界时) 时区中任意一个的现在时间。当前在世界时间模式中被选择的城市称为“世界时间城市”。

- 本表还配备有快速交换本地城市与世界时间城市设定的功能, 还能一键访问 UTC 时区。

如何进入世界时间模式

当前所选世界时间城市



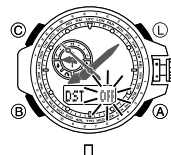
计时模式的现在时间

当前所选世界时间城市的现在时间

用 (B) 钮选择世界时间模式 (WT), 如第 Ck-30 页所示。此时 WT 出现在数字画面上。一秒钟后, 时针和分针转动并指示世界时间城市的现在时间。秒针指向当前选择的世界时间城市三秒钟, 然后返回秒数的指示。

- 数字画面显示本地城市的现在时间。
- 要检查世界时间城市的时间是上午还是下午时, 请按 (A) 钮。此时秒针指向 A (上午) 或 P (下午)。约三秒钟后秒针返回通常的计时状态。
- 按 (C) 钮将使秒针转动到当前所选世界时间城市的代码处。约三秒钟后秒针返回通常的计时状态。

如何设定世界时间城市及夏令时间



DST 指示符

1. 在世界时间模式中, 拉出表冠。
 - 此时 CITY 在数字画面上闪动。
 - 当前所选世界时间城市由秒针指示。
2. 拨动表冠将秒针移动到要选择的的城市代码处。
 - 有关城市代码的详情, 请参阅本说明书末尾的“City Code Table” (城市代码表)。
3. 按 (B) 钮。
 - 此时现在的 DST 设定 (DST ON 或 DST OFF) 在画面上闪动。
4. 拨动表冠为 DST 设定选择开启 (DST ON) 或解除 (DST OFF) 状态。
 - DST 开启后 DST 出现在数字画面上。
5. 设定完毕后, 将表冠按回原位。
 - 请注意, 当 UTC 被选作世界时间城市时, 不能切换标准时间及夏令时间 (DST)。
 - 请注意, 标准时间 / 夏令时间 (DST) 设定只影响当前选择的时区。其他时区不受影响。

本地城市与世界时间城市的交换

使用下述操作能交换世界时间城市 (其时间由指针指示) 与本地时间城市 (其时间由数字画面表示)。

对于经常要在两个时区不同的地区之间移动的人士此功能很方便。

下面举例说明当原本地城市是 TOKYO (TYO), 原世界时间城市是 NEW YORK (NYC) 时, 交换本地城市与世界时间城市的结果。

	本地城市	世界时间城市
交换之前	东京 下午 10:08 (标准时间)	纽约 上午 9:08 (夏令时间)
交换之后	纽约 上午 9:08 (夏令时间)	东京 下午 10:08 (标准时间)

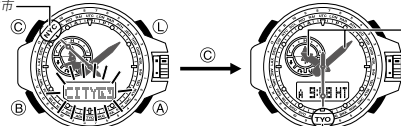
- 在进行下述操作之前, 需要先进行本地城市和世界时间城市设定。本地城市及夏令时间设定 (第 Ck-34 页) 世界时间城市及夏令时间设定 (第 Ck-75 页)

如何交换本地城市与世界时间城市

在世界时间模式中, 按住 (C) 钮至少三秒钟。

- CITY 在数字画面上闪动后, 手表交换本地城市与世界时间城市设定, 并且秒针移动到新的世界时间城市处。之后, 由指针指示的时间与数字画面上表示的时间相互交换。
- 约三秒钟后秒针返回通常的计时状态。
- 在上述范例中, 指针表示东京 (TYO) 的现在时间, 而数字画面表示纽约 (NYC) 的现在时间。

现在的世界时间城市



世界时间城市 (TYO) 的时间

新的世界时间城市

如何访问 UTC (协调世界时) 时区



在世界时间模式中, 按住 (A) 钮至少三秒钟。

- UTC 在数字画面上闪动后, 秒针移动到 UTC。之后, 时针和分针移动到 UTC 时区的现在时间处。
- 约三秒钟后秒针返回通常的计时状态。

潮汐水位与月龄的查看 (潮汐 / 月龄)

您可以使用本表查看现在的潮汐水位及月龄。

- 上述显示的是当前所选本地时间城市的资讯。通过改变本地城市 (第 Ck-34 页) 您还可以查看其他城市的资讯。
- 请注意, 本表显示的潮汐和月球资讯为大约值, 仅可当作一般资讯。切勿用其进行海上导航或任何其他需要高精度的测量目的。

现在潮汐水位及月龄的查看

如何查看现在的潮汐水位



潮汐 (潮汐图指针)

在所有模式中, 小针指示潮汐水位。

- 当气压变化指示符 (第 Ck-49 页) 开启时 (BARO 显示), 小针起气压变化指示符的作用 (子表盘的下一半)。在计时模式或气压计模式中, 按住 (C) 钮至少两秒钟可解除气压变化指示符 (BARO 不显示)。

- 即使手表在世界时间模式中, 画面仍表示本地城市的潮汐水位。
- 如果潮汐图的指针指示不正确, 请检查计时模式的时间和日期, 以及本地城市的设定。如果问题未解决, 请参阅“高潮时间的校准”一节 (第 Ck-82 页)。

如何查看月龄



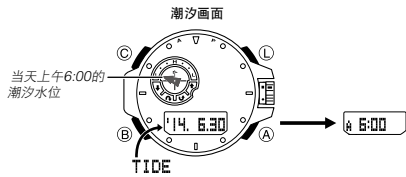
今天的月龄

在计时模式中, 根据需要按 (C) 钮数次显示月龄画面。

- 无论指示的时间是什么, 月龄是当日正午时的月龄。
- 月龄的计算误差是 ±1 天。

如何查看指定日期及时间的潮汐水位和月龄

- 按 **(B)** 键进入潮汐 / 月球数据模式，如第 Ck-30 页所示。
 - 此时潮汐画面出现，其以下顺序显示资讯：**TIDE** → 当天的日期 → 上午 6:00。
 - 潮汐图指针指示当天早上 6 时的潮汐状态。



- 若您使用的是 12 小时制，**P** (下午) 或 **A** (上午) 指示符也出现在画面上。

- 用 **(A)** 键指定所需要的时间。

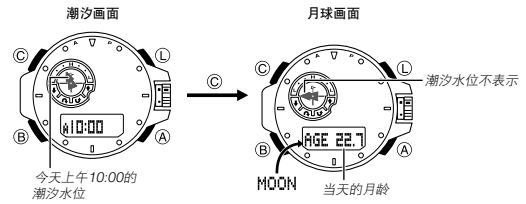
- 按 **(A)** 键一次时间前进一小时，潮汐图的指针也相应改变。
- 按住 **(A)** 键约两秒钟可高速滚动时间。

使用本画面可查看指定时间的潮汐水位。

- 要查看其他日期的潮汐水位及月龄资讯时，请进行到本操作的第 3 步。潮汐画面显示过程中不能改变日期。

- 按 **(C)** 键。

- 此时月球画面出现，其以下顺序显示资讯：**MOON** → 当天的月龄。
- 潮汐图的指针移动到 9 时位置。



- 用 **(A)** 键指定所需要的时间。

- 按 **(A)** 键使当天的日期出现在数字画面上。按 **(A)** 键一次日期前进 1 天。
- 按住 **(A)** 键约两秒钟可高速选择。
- 显示所需要的日期约两秒钟后，当天的月龄出现。
- 日期可以在 2000 年 1 月 1 日至 2099 年 12 月 31 日之间选择。

使用此画面可查看指定日期的月龄。

- 要查看指定日期及时间的潮汐水位时，请进行到本操作的第 5 步。

Ck-80

Ck-81

- 按 **(C)** 键。

- 此时返回潮汐画面，其以下顺序显示资讯：**TIDE** → 指定日期 → 指定时间。
- 潮汐图的指针指示指定日期及时间的潮汐状态。

此画面可用于查看指定日期及时间的潮汐水位。

高潮时间的校准

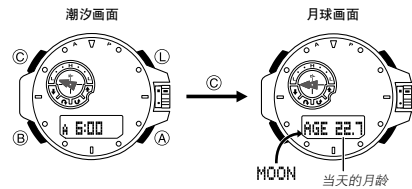
通过使用在互联网或报纸中找到的资讯来校准高潮时间，可使手表显示更精确的潮汐状态。

- 请注意，高潮的时间依您的所在位置和当前的季节而不同。
- 请使用月球画面来校准高潮时间。

如何校准高潮时间

- 在潮汐 / 月球数据模式中，显示月球画面。

- 如果潮汐画面显示，请按 **(C)** 键进入月球画面，其以下顺序显示资讯：**MOON** → 月龄。

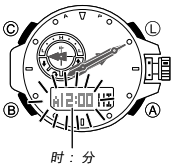


- 用 **(A)** 键指定所需要的日期。

- 按 **(A)** 键使当天的日期出现在数字画面上。按 **(A)** 键一次日期前进 1 天。
- 按住 **(A)** 键约两秒钟可高速滚动。
- 显示所需要的日期约两秒钟后，当天的月龄出现。
- 如果您不想改变日期，则可跳过此步。

Ck-82

Ck-83



- 拉出表冠。

- 此时高潮时间的时数和分数闪动。
- 手表的时针、分针及秒针将移动到 2 时位置。
- 若您使用的是 12 小时制，**P** (下午) 或 **A** (上午) 指示符也出现在画面上。

- 拨动表冠改变分数。

- 时数将随分数的改变而改变。要独立地调整时针时，请进行到本操作的第 5 步。
- 改变此设定也可以使用 HS1 高速转动功能 (第 Ck-6 页)。
- 在第 4 步至第 6 步过程中，您可随时放弃您所做的变更，并返回之前同时按 **(A)** 键及 **(C)** 键选择的当天的高潮时间。
- 如果一天中有两次高潮，请设定第一次高潮的时间。手表将自动计算第二次的时数。
- 若您的本地时间已开启夏令时间 (**DST** 显示)，则设定高潮时间 (第 Ck-34 页) 时也应使用夏令时间。

- 按 **(B)** 键。

- 拨动表冠调整时数。

- 改变此设定也可以使用 HS1 高速转动功能 (第 Ck-6 页)。

- 按回表冠。

- 校准完成后潮汐画面重新出现。
- 执行上述操作能使潮汐图的指针指示更精确的潮汐资讯。
- 您能在潮汐 / 月球数据模式中查看的潮汐图及月龄资讯依您在上述第 2 步操作中指定的日期而改变。如果您要查看一个特定日期的潮汐图及月龄资讯，请返回到第 2 步并指定日期。
- 您用本操作进行的校准设定还应用在其他模式中表示的潮汐图资讯中。

Ck-84

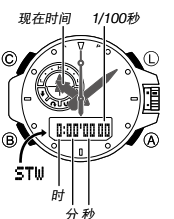
Ck-85

秒表的使用

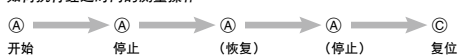
秒表用于测量经过时间、中途时间及两名选手的完成时间。

如何进入秒表模式

用 **(B)** 键选择秒表模式 (**STW**)，如第 Ck-30 页所示。



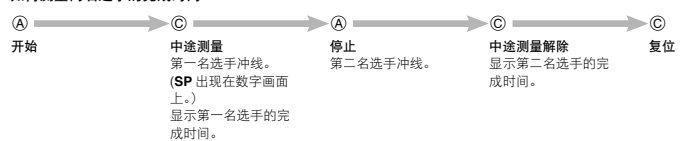
如何执行经过时间的测量操作



如何暂停在中途时间处



如何测量两名选手的完成时间



注

- 秒表模式的经过时间的测量限度是 23 小时 59 分 59.99 秒。
- 秒表测时一旦开始，直到按 **(A)** 键将其停止为止测时将持续进行，即使退出秒表模式或测时到达上述秒表的限度也不会停止。
- 在中途时间冻结在画面上时，退出秒表模式将清除中途时间。

Ck-86

Ck-87

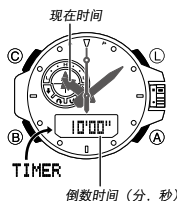
倒数定时器的使用

通过设定倒数定时器可以在预设时间时开始倒数，倒数结束时闹铃鸣响。

如何进入倒数定时器模式

用 **(B)** 钮选择倒数定时器模式 (TIMER)，如第 Ck-30 页所示。

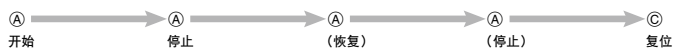
• **TIMER** 出现约一秒钟后，画面将变为显示倒数时间的时数。



如何指定倒数开始时间

- 在倒数定时器模式中，拉出表冠。
 - 此时现在的开始时间的分数在数字画面上闪烁。
 - 计时 (时、分、秒) 针将移动到 2 时位置。
- 拨动表冠调整分数。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能 (第 Ck-6 页)。
 - 要将倒数开始时间设定为 60 分钟时，请设定 00:00。
- 设定完毕后，将表冠按回原位。

如何执行倒数定时器操作



- 在开始倒数定时器的操作之前，请检查并确保手表未在倒数计时 (由倒数的秒数表示)。若倒数正在进行，请按 **(A)** 钮停止倒数后按 **(C)** 钮返回倒数开始时间。
- 倒数结束时闹铃将鸣响十秒钟。此闹铃将在所有模式中鸣响。闹铃鸣响时，倒数时间自动返回开始值。
- 在定时器倒数进行过程中，拉出表冠将停止倒数并使时间返回开始时间。

如何停止闹铃音

按任意钮。

闹铃的使用

本表配备有五个可单独使用的每日闹铃。闹铃开启后，当每天计时模式的时间到达预设闹铃时间时，手表将鸣音约 10 秒钟。即使手表不在计时模式中也是如此。您还可以开启整点响报，使本表在每小时的整点时鸣音两次。

如何进入闹铃模式

用 **(B)** 钮选择闹铃模式 (ALARM)，如第 Ck-30 页所示。

• **ALARM** 出现约一秒钟后，画面将显示闹铃名 (AL1 至 AL5) 或 SIG 指示符。闹铃名表示闹铃画面。当整点响报画面显示时 SIG 出现。

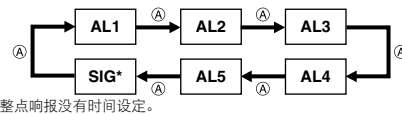
• 进入闹铃模式时，上次退出该模式时画面上显示的数据会首先出现。



如何设定闹铃时间



- 在闹铃模式中，用 **(A)** 钮选择要设定的闹铃直至其闹铃画面出现为止。

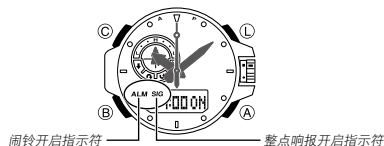


* 整点响报没有时间设定。

- 拉出表冠。
 - 此时闹铃时间的时数和分数闪烁。
 - 计时 (时、分、秒) 针将移动到 2 时位置。
- 拨动表冠调整分数。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能 (第 Ck-6 页)。
 - 时数将随分数的改变而改变。要独立地改变时时数，请进行到本操作的第 4 步。
- 按 **(B)** 钮。
- 拨动表冠调整时数。
 - 改变此设定时也可以使用 HS1 高速转动功能 (第 Ck-6 页)。
 - 若您使用的是 12 小时制，**P** (下午) 或 **A** (上午) 指示符也出现在画面上。
- 设定完毕后，将表冠按回原位。
 - 设定一个闹铃时间会使该闹铃自动开启。

如何开启或解除闹铃或整点响报

- 在闹铃模式中，用 **(A)** 钮选择闹铃或整点响报。
- 选择了闹铃或整点响报后，按 **(C)** 钮开启或解除。
 - 闹铃开启指示符 (当有任何闹铃已开启后) 及整点响报开启指示符 (当整点响报已开启后) 显示在所有模式的画面上。



如何停止闹铃音

按任意钮。

如何测试闹铃

在闹铃模式中，按住 **(A)** 钮可使闹铃鸣响。

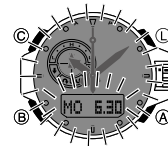
照明

即使在黑暗中手表的照明也可使画面明亮易观。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 (第 Ck-95 页) 才动作。

如何手动点亮照明

- 在任意模式中，按 **(L)** 钮可点亮照明。
- 您可以使用下述操作步骤选择 1.5 秒或 3 秒作为照明持续时间。按 **(L)** 钮时，照明将根据照明持续时间设定点亮约 1.5 秒或 3 秒。
 - 无论自动照明功能是否已开启，上述操作都可点亮照明。
 - 当闹铃开始鸣响或当您执行表盘操作时，照明将自动熄灭。
 - 当校准信号接收操作正在进行或指针正在移动时照明不点亮。另外，当传感器正在进行测量时照明也可能不点亮。



如何改变照明持续时间

- 在计时模式中，拉出表冠。
- 按 **(B)** 钮四次。此时 **LIGHT** 出现在数字画面上，同时闪烁的数值 (1 或 3) 表示现在的照明持续时间设定。
- 拨动表冠选择 **1** (1.5 秒) 或 **3** (3 秒) 作为照明持续时间。
- 设定完毕后，将表冠按回原位。

关于自动照明功能

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



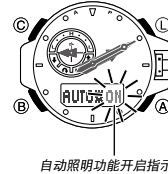
警告！

- 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，必须先将手表的自动照明功能解除。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。

注

- 本表的自动照明功能为 "Full Auto Light" (全自动照明)。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。
 - 当手表在数码罗盘模式中时
 - 当信号接收操作正在进行时
 - 指针正在移动时
- 如果您开启了自动照明功能，则在气压、高度或温度测量操作进行过程中，将手表面向您转动时照明可能会延迟点亮。

如何开启或解除自动照明功能



- 在计时模式中，拉出表冠。
- 按 **(B)** 钮三次。此时 **AUTO** 出现在数字画面的左侧，而闪烁的自动照明功能设定 (**ON** 或 **OFF**) 出现在右侧。
- 拨动表冠开启 (**ON**) 或解除 (**OFF**) 自动照明功能。
- 按回表冠。
 - 当电池电量下降至第 4 级时 (第 Ck-15 页)，手表自动解除自动照明功能。

照明须知

- 本表的 LED 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。
- 频繁使用照明会很快将电池耗尽。

自动照明功能须知

- 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。



- 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，照明也会在预设照明持续时间经过后熄灭（第 Ck-93 页）。
- 静电或磁力会干扰自动照明功能的正常动作。如果照明不点亮，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。
- 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。

Ck-96

其他设定

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、气压变化指示符及倒数定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



1. 在计时模式中，拉出表冠。
2. 按 **Ⓜ** 按钮两次。此时现在的按钮操作音设定 (**KEY** 或 **MUTE**) 在数字画面上闪烁。
3. 拨动表冠选择开启 (**KEY**) 或解除 (**MUTE**) 作为按钮操作音设定。
4. 按回表冠。

如何开启或解除节电功能



1. 在计时模式中，拉出表冠。
2. 按 **Ⓜ** 按钮六次。此时 **P.SAVE** 出现在数字画面上，同时闪动的节电设定 (**ON** 或 **OFF**) 出现。
3. 拨动表冠为节电设定选择开启 (**ON**) 或解除 (**OFF**) 状态。
4. 按回表冠。

Ck-97

疑难排解

时间设定

有关按照时间校准电波信号调整时间的资讯请参阅“电波原子计时”一节（第 Ck-20 页）。

■ 现在时间有几个小时的误差。

可能是本地城市设定错误（第 Ck-34 页）。检查本地城市设定并根据需要进行更正。

■ 现在时间有一个小时的误差。

如果您是能在接收到时间校准电波信号的地区使用本表，请参阅“如何设定本地城市与夏令时间”一节（第 Ck-34 页）。

如果您是在接收不到时间校准电波信号的地区使用本表，则需要手动改变本地城市的标准时间 / 夏令时间 (DST) 设定。要改变标准时间 / 夏令时间 (DST) 设定时请使用“如何手动改变时间及日期”一节（第 Ck-36 页）中的操作步骤。

高度测量

■ 在相同的地方进行高度测量产生不同的测量结果。

■ 手表产生的测量结果与我所在地区标识的垂直高度及 / 或海拔高度不同。（在高度为正值的地方手表产生负的海拔高度值。）

Ck-98

■ 无法取得正确的高度测量值。

本表使用压力传感器根据气压测量值的变化计算相对高度。也就是说在同一地方的不同时间气压的改变会使测量结果不同。同时还请注意，本表显示的数值可能会与您所在位置标记的实际垂直高度及 / 或海拔高度不同。

若您在登山或进行其他活动的过程中使用本表的测高计，则强烈建议您查看地图、当地的高度指示或一些其他的资讯源以取得正确的当前高度，并定时用最新的资讯校准测高计。有关详情请参阅“如何指定参考高度值”一节（第 Ck-64 页）。

■ 在进行了相对高度的测量后，手表的秒针指向 9 时。

- 测量值超出了容许测量范围。指定参考高度值，使其在容许的测量范围内（第 Ck-64 页）。
- 可能表示传感器有问题。如果 **ERR**（错误）出现在数字画面上，请参阅“方向、高度、气压及温度的测量”一节（第 Ck-101 页）。

方向的测定



■ 表示检测到了异常磁场。

- 请离开任何可能的强磁场源，并再次尝试测定。
- 当您再次尝试时，若异常磁场再次检测到，则可以说明手表本身被磁化了。这种情况发生时，请继续离开强磁场源，进行双向校准，然后再次进行测定。有关详情请参阅“如何进行双向校准”（第 Ck-56 页）及“场所”（第 Ck-59 页）各节。

Ck-99

■ 在传感器的测量操作进行过程中 **ERR** 出现在数字画面上。

传感器有些问题。可能由附近的强磁场源引起。请与您的经销商或卡西欧 (CASIO) 服务中心联系。请参阅“场所”一节（第 Ck-59 页）。

■ 双向校准时 **ERR** 出现。

如果画面上显示了 **ERR**（错误）指示符后显示连字符 (---)，则可能表示传感器出了问题。

- 请等待约一秒钟，**ERR** 指示符从画面上消失后再次校准传感器。
- 如果在多次尝试校准后 **ERR** 继续出现，请与您的经销商或卡西欧 (CASIO) 服务中心联系。

■ 手表表示的方向信息与备用罗盘指示的不同。

• 请离开任何可能的强磁场源，进行双向校准，然后再次尝试测定。有关详情请参阅“如何进行双向校准”（第 Ck-56 页）及“场所”（第 Ck-59 页）各节。

■ 在相同的地方进行方向测定产生不同的测定结果。

• 请离开任何可能的强磁场源，并再次尝试测定。请参阅“场所”一节（第 Ck-59 页）。

■ 在室内进行方向测定时出现问题。

• 请离开任何可能的强磁场源，并再次尝试测定。请参阅“场所”一节（第 Ck-59 页）。

传感器发生故障时，请尽快将手表送到您的经销商或就近的卡西欧 (CASIO) 特约代理店处。

Ck-100

充电

■ 让手表照射光线后，手表不恢复运作。

电量水平下降到第 5 级（第 Ck-15 页）之后可能会出现这种情况。继续让手表照射光线直到其充分充电。

■ **RECOVER** 在数字画面上闪烁。

手表在电力恢复模式中。请等到恢复操作完成（约 15 分钟）。在有明亮光线的地方时手表恢复得更快。

注

- 在短时间内反复进行照明及 / 或传感器测量操作会使手表的电力突然下降。使手表进入电力恢复模式。**RECOVER** 在数字画面上闪烁时表示手表在电力恢复模式中。电力恢复模式与电池电量不足状态相同，手表在电力恢复状态下有些功能失效。电力恢复后手表的动作也恢复正常。有关详情请参阅“电力恢复模式”一节（第 Ck-17 页）。
- 闪动的 **CHARGE** 指示符表示手表的电量突然下降。请立即让手表照射光线进行充电。

时间校准信息

只有当 **LOn, PAR, ATH, HKG, HNL, ANC, LAX, DEN, CHI, NYC** 或 **TYO** 被选作本地城市时，本节中的资讯才有效。当任何其他城市被选作本地城市时必须手动调整现在时间。

Ck-102

气压的测量

■ 在进行了气压的测量后，手表的秒针指向 9 时。

- 测量值超出了容许测量范围。参阅第 Ck-44 页。
- 校准气压传感器（第 Ck-50 页）。
- 可能是传感器出了问题。如果 **ERR**（错误）出现在数字画面上，请参阅“方向、高度、气压及温度的测量”一节。

方向、高度、气压及温度的测量

■ 在传感器的测量操作进行过程中 **ERR** 出现在数字画面上。

- 此表示传感器出了问题，传感器无法进行测量。
- 如果在测量操作进行过程中有错误指示，请重新开始测量操作。如果 **ERR** 再次出现，则可能表示传感器出现了问题。
- 如果 **ERR** 频繁出现，则可能表示传感器已失灵。请与您的经销商或卡西欧 (CASIO) 服务中心联系。

■ 无法改变温度、气压及高度的显示单位。

当 **TYO**（东京）被选作本地城市时，高度单位自动被设定为米 (m)，气压单位被设定为百帕斯卡 (hPa)，而温度单位被设定为摄氏 (°C)。这些设定不能改变。

世界时间模式

■ 世界时间模式中的世界时间城市的时间不准。

可能是标准时间及夏令时间的设定错误。有关详情请参阅“如何设定世界时间城市及夏令时间”一节（第 Ck-75 页）。

■ 检查上次的电波信号接收结果时画面显示 **ERR** 指示符。

可能原因	对策	页号
<ul style="list-style-type: none"> • 在电波信号接收过程中戴着或移动了手表，或按了按钮。 • 手表所在地方的电波信号不好。 	电波信号接收过程中，手表要一直放在电波信号好的地方。	Ck-22
您所在的地方由于某种原因接收不到电波信号。	请参阅“大约覆盖范围”一节。	Ck-21
由于某种原因校准信号未发射。	<ul style="list-style-type: none"> • 查看负责您所在地区的时间校准电波信号管理的组织的网站，查找电波信号停止发射的资讯。 • 以后再次尝试。 	-

■ 手动调整现在时间后，其又改变了。

您可能已经将手表设定为自动接收时间校准电波信号（第 Ck-23 页），其将时间根据现在选择的本地城市自动调整。若此设定导致时间错误，则请检查本地城市的设定并根据需要进行更正（第 Ck-34 页）。

■ 现在时间有一个小时的误差。

可能原因	对策	页号
用于调整标准时间 / 夏令时间 (DST) 的电波信号某一天由于某种原因接收失败。	执行“如何为电波信号的接收做准备”一节中的操作。成功接收到电波信号后时间将自动调整。	Ck-22
	接收不到时间校准电波信号时，请手动改变标准时间 / 夏令时间 (DST) 设定。	Ck-36

Ck-103

■ 手表未进行自动信号接收或您无法执行手动信号接收。

可能原因	对策	页号
手表不在计时模式中。	只有在计时模式中时手表才进行自动信号接收。进入计时模式。	Ck-31
本地城市设定错误。	检查本地城市设定并根据需要进行更正。	Ck-34
没有足够的电量用于接收电波信号。	让手表照射光线进行充电。	Ck-14

■ 虽然成功接收到了电波信号，但时间及 / 或日期仍不正确。

可能原因	对策	页号
本地城市设定错误。	检查本地城市设定并根据需要进行更正。	Ck-34
DST 设定可能不正确。	将 DST 设定变更为自动 DST。	Ck-34
校准电波信号的干扰会引起时间及 / 或日期设定的调整不正确。	手动进行校准信号的接收。	Ck-24

Ck-104

规格

常温下的精确度：每月 ±15 秒（无校准信号时）
 数字计时：时、分、秒、上午（A）/ 下午（P）、月、日、星期
 时制：12 小时及 24 小时制
 日历系统：2000 年至 2099 年间的全自动日历
 其他：五种画面格式（星期，月，日；气压变化，月日；时分秒；世界时间的时分；月龄）；本地城市代码（可从 29 个城市代码 +UTC 中选择）；标准时间 / 夏令时间（日光节约时间）
 指针计时：时、分（指针每 10 秒钟转动一下），秒
 时间校准信号的接收：每天最多自动接收信号 6 次（中国校准电波信号为每天 5 次）；一次成功后当天便不再自动接收；手动信号接收：信号接收模式
 可接收的时间校准电波信号：德国曼福林根（Mainflingen）（简称：DCF77，频率：77.5 kHz）；英国安索姆恩（Anstorn）（简称：MSF，频率：60.0 kHz）；美国科罗拉多州科林斯堡（Fort Collins）（简称：WWVB，频率：60.0 kHz）；日本福岛（简称：JJY，频率：40.0 kHz）；日本福冈 / 佐贺（简称：JJY，频率：60.0 kHz）；中国河南省商丘市（简称：BPC，频率：68.5 kHz）
 气压计：
 测量及显示范围：
 260 至 1,100 hPa（或 7.65 至 32.45 inHg）
 显示单位：1 hPa（或 0.05 inHg）
 其他：校准；气压图；气压差指针；气压变化指示符
 数码罗盘：60 秒钟连续测定；16 个方向；角度值 0° 至 359°；测量单位：1°（数字画面）/ 6°（指针）；秒针指示北方：罗盘校准（双向，磁偏角）

C

Ck-105

测高计：

测量范围：无参考高度的情况下 -700 至 10,000 m（或 -2,300 至 32,800 ft）
 显示范围：-3,000 至 10,000 m（或 -9,840 至 32,800 ft）
 根据参考高度的测量或由天气条件可能会产生负数值。
 测量单位：1 m（或 5 ft）
 现在的高度数据：1 小时 - 在最初的 3 分钟内每秒一次，在随后的一小时内每 5 秒钟一次（0'05）；
 12 小时 - 在最初的 3 分钟内每秒一次，在随后的 12 小时内每 2 分钟一次（2'00）
 其他：参考高度设定；高度差（-100 至 +100m/-1,000 至 +1,000m）；高度自动测量间隔（0'05 或 2'00）

温度计：

测量及显示范围：-10.0 至 60.0°C（或 14.0 至 140.0°F）
 显示单位：0.1°C（或 0.2°F）
 其他：校准

气压传感器的精度：

测量精度：±3hPa（0.1 inHg）以内（测高计的精度：±75m（246 英尺）以内）
 * 本表能保证在 -10°C 至 40°C（14°F 至 104°F）温度范围内的测量结果的准确性。
 * 强烈撞击或极端温度会降低手表或传感器的精度。

方位传感器的精度：

方向：±10° 以内
 本表能保证在 10°C 至 40°C（50°F 至 104°F）温度范围内的测量结果的准确性。
 秒针指示的北方：在 ±2 数段以内

Ck-106

温度传感器的精度：

在 -10°C 至 60°C（14.0°F 至 140.0°F）范围内为 ±2°C（±3.6°F）

世界时间：29 个城市（29 个时区），UTC（协调世界时）；本地城市 / 世界时间城市交换；单键访问 UTC 时区

其他：夏令时间 / 标准时间

潮汐 / 月球数据：潮汐水位（潮汐图），月龄；日期选择；时间选择（仅限潮汐图）

秒表：

测量单位：1/100 秒
 测量限度：23:59' 59.99"
 测量模式：经过时间，中途时间，两名选手的完成时间

倒数定时器：

测量单位：1 秒
 倒数限度：60 分钟
 设定单位：1 分钟

闹铃：5 个每日闹铃；整点响报

照明：LED（发光二极管）照明；照明持续时间可选（约 1.5 秒钟或 3 秒钟）；自动照明功能（只在暗处操作的 Full Auto Light（全自动照明））

其他：电池电量指示符；节能功能；按钮操作音开启 / 解除；闹铃测试；自动指针位置调整；指针移位功能（为看清数字画面上的资讯）

Ck-107

电源：太阳能电池及一个充电电池

电池的供电时间：在下列条件下约为 6 个月（从充满电到下降至第 4 级电量）：

- 照明：1.5 秒 / 日
- 鸣音：10 秒 / 日
- 方向测定：20 次 / 月
- 登山：一次（高度测量约 1 小时）/ 月
- 气压变化指示符的测量：约 24 小时 / 月
- 气压图：每 2 小时测量 1 次
- 时间校准信号接收：4 分钟 / 日
- 画面：18 小时 / 日

频繁使用照明会很快将电池耗尽。使用自动照明功能时（第 Ck-96 页）需要特别注意。

Ck-108



City Code Table



L-1

City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential	City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11	KBL	Kabul	+4.5
HNL	Honolulu	-10	KHI	Karachi	+5
ANC	Anchorage	-9	DEL	Delhi	+5.5
LAX	Los Angeles	-8	KTM	Kathmandu	+5.75
DEN	Denver	-7	DAC	Dhaka	+6
CHI	Chicago	-6	RGN	Yangon	+6.5
NYC	New York	-5	BKK	Bangkok	+7
SCL	Santiago	-4	HKG	Hong Kong	+8
RIO	Rio De Janeiro	-3	TYO	Tokyo	+9
RAI	Praia	-1	ADL	Adelaide	+9.5
UTC	-	-	SYD	Sydney	+10
LON	London	0	NOU	Noumea	+11
PAR	Paris	+1	WLG	Wellington	+12
ATH	Athens	+2			
JED	Jeddah	+3			
THR	Tehran	+3.5			
DXB	Dubai	+4			

* Based on data as of December 2013.
 * The rules governing global times (GMT differential and UTC offset) and summer time are determined by each individual country.

L-2