

目录

开始之前...

表盘和显示屏指示器

模式针

浏览不同模式

计时模式数字显示内容循环

移动指针

在黑暗中查看表面

有用的功能

时间调整

使用手表操作调整时间设置

在医疗设施中或飞机上使用手表

在手机上使用 Mobile Link

准备步骤

自动时间调整

使用预设定时器

查看秒表数据

配置定时器设置

设置闹铃

配置世界时间设置

调整指针对齐

手机搜索

配置手表设置

更改本地城市夏令时间设置

连接

连接手机

解除配对

如果您购买另一部手机

秒表

测量运行时间

测量每圈时间

示例：记录比赛每圈时间

每圈时间

定时器

设置倒计时开始时间

使用定时器

闹铃和整点报时

配置闹铃设置

配置整点报时设置

关闭闹铃或整点报时

世界时间

查看世界时间

世界时间城市设置

切换本地时间和世界时间

指针对齐调整

调整指针对齐

其他设置

更改日期显示格式

指定星期语言

启用或禁用预设定时器提示音

启用按钮操作音

重置手表设置

移至另一时区

其他信息

城市表

夏令时间表

支持的手机

规格

Mobile Link 注意事项

版权和注册版权

故障排除

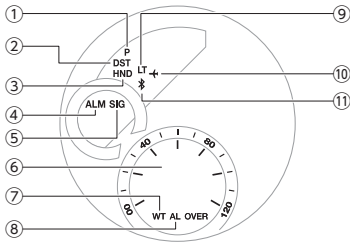
开始之前...

本节概要介绍手表及其便捷的使用方式。

注

- 本使用手册中包含的插图旨在方便解释。插图可能会与它所代表的项目有所不同。

表盘和显示屏指示器

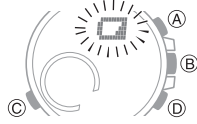


- ① 在使用 12 小时计时制时在 p.m. (下午) 期间显示。
- ② 当手表指示夏令时间时显示。
- ③ 在手表指针移动时闪烁, 以便于读取。
- ④ 启用闹铃时显示。
- ⑤ 启用整点报时时显示。
- ⑥ 模式针的移动取决于手表当前所处的模式。
- ⑦ 在“世界时间模式”下, 模式针指向 [WT]。
- ⑧ 在“闹铃模式”下, 模式针指向 [AL]。
- ⑨ 启用自动照明时显示。
- ⑩ 启用“飞行模式”时显示。
- ⑪ 在手表与手机连接时显示。

● 电池更换

当电池电量低时, 将开始闪烁, 部分功能将解除。如果 继续闪烁, 请更换电池。

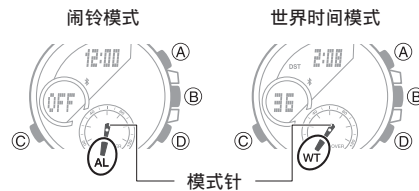
请向 CASIO 服务中心或您的原始零售商申请更换电池。



模式针

模式针的移动取决于手表当前所处的模式。

- 在“闹铃模式”和“世界时间模式”下, 模式针指向当前模式。



计时模式

在“计时模式”下, 模式针指向当前活动的剩余分钟数。剩余时间超过 120 分钟时, 模式针指向 [OVER]。

[使用预设定时器](#)

秒表模式

在“秒表模式”下, 模式针指向每圈时间中的秒数。

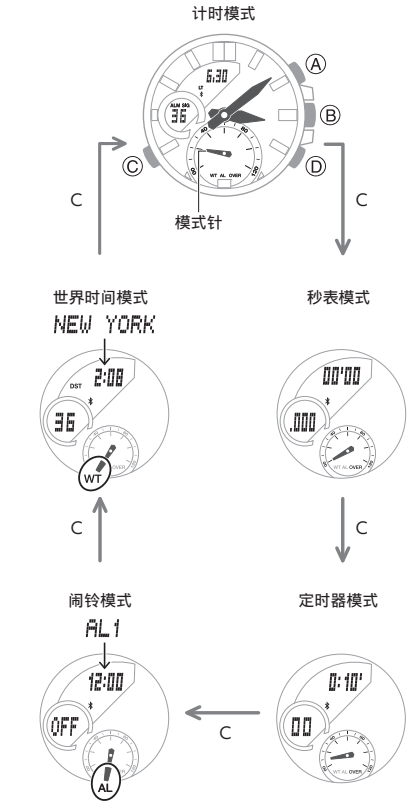
定时器模式

在“定时器模式”下, 模式针指向分钟数, 数字显示屏将同步显示分钟数。

浏览不同模式

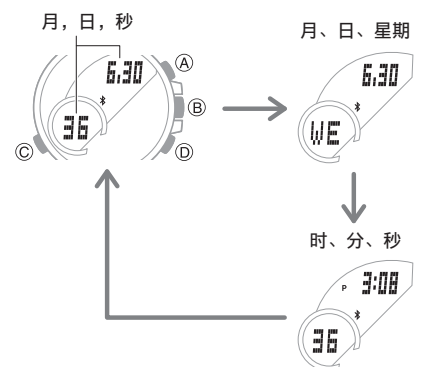
按下 (C) 切换不同模式。

- 在任何模式中, 按住 (C) 至少 2 秒都会进入“计时模式”。



计时模式数字显示内容循环

每次在“计时模式”下按下 (B) 都会以下列信息循环显示内容。



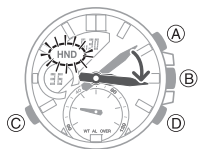
按下 (D) 显示预设定时器。

[使用预设定时器](#)

移动指针

移动指针使其移开，方便查看显示信息。

- 按住 (A) 时，按下 (C)。
 - 这将移动长短指针，从而便于查看显示屏信息。



- 要使指针返回其正常计时状态位置，请在再次按下 (C) 时按住 (A)，或按下 (C) 以切换至其他模式。

注

- 如果您移动手表指针且在约一小时内未执行任何操作，指针将自动恢复正常计时状态。

在黑暗中查看表面

手表自带 LED 灯，可照亮表面，方便您在黑暗的光线下查看显示信息。

● 要手动照亮表面

按下 (A) 可打开照明。

- 如果闹铃开始发出提示音，照明将自动关闭。



● 要在启用自动照明时照亮表面

如果已启用自动照明，只要将手表倾斜 40 度以上放置，表面照明将自动开启。



重要提示!

- 当手表处于与水平线呈 15 度以上水平角的位置时（如下图所示），自动照明可能不会正常工作。



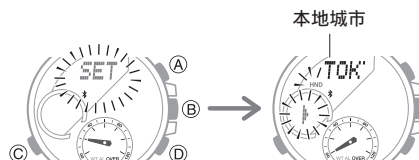
- 静电或磁场会干扰自动照明的正常工作。如果发生这种情况，尝试放下手臂，然后再次将其朝向您的面部倾斜。
- 移动手表时，您可能会注意到有轻微的咔哒声。这是因为自动照明开关在工作，它在确定手表的当前方向。这并不表示手表有故障。

注

- 存在以下任一情况时，自动照明将被禁用。
 - 闹铃、定时器提醒或其他蜂鸣音响起

● 配置自动照明设置

- 进入“计时模式”。
 - 浏览不同模式
- 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



- 按下 (C) 13 次可显示 [AUTO]。



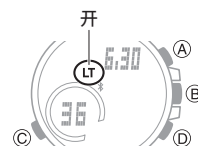
- 按下 (D) 可在启用和禁用自动照明之间切换。

[ON]: 当手表向您的面部倾斜时开启照明。

[OFF]: 当手表向您的面部倾斜时不会开启照明。

- 按下 (B) 退出设置屏幕。

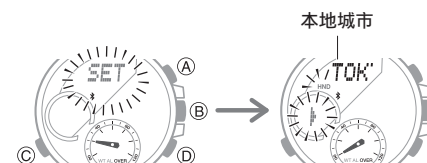
- 启用自动照明时显示 [LT]。
- 如果您不手动解除它，自动照明将保持启用状态大约六小时。此后会自动解除。



● 指定照明持续时间

您可以选择照明持续时间为 1.5 秒或 3 秒。

- 进入“计时模式”。
 - 浏览不同模式
- 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



- 按下 (C) 14 次可显示 [LIGHT]。



- 按 (D) 以在两种照明持续时间设置之间切换。

[1]: 1.5 秒照明

[3]: 3 秒照明



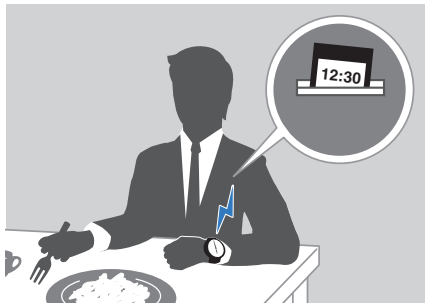
- 按下 (B) 退出设置屏幕。

有用的功能

将手表与手机配对可使多个手表功能更易于使用。

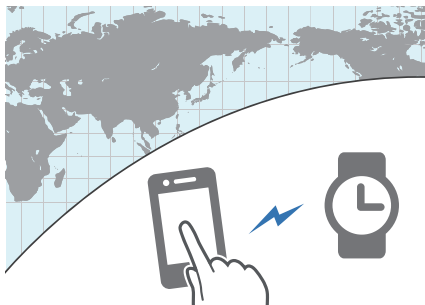
自动时间调整

🔍 自动时间调整



可选择超过 300 个世界时间城市

🔍 配置世界时间设置



到手机的秒表数据传输

🔍 查看秒表数据



此外，可使用手机配置多个其他手表设置。

要将数据传输至手表且配置设置，您首先需要将手表与手机配对。

🔍 准备步骤

- 您的手机需要安装 CASIO “CASIO WATCHES” 应用程序才能使用此功能。

时间调整

您的手表可以与手机连接，获取信息来调整其日期和时间设置。

重要提示!

- 当您在飞机上或其他可能受到无线电信号干扰的地点时，请启用手表的飞行模式，以禁用手表与手机之间的连接。
🔍 在医疗设施中或飞机上使用手表

参考以下信息，根据适合自己生活方式的方法来配置时间设置。

是否使用手机?

建议通过连接手机来调整时间。

🔍 自动时间调整



如果手机无法与手表连接

可以通过在手表上执行操作来调整时间设置。

🔍 使用手表操作调整时间设置



使用手表操作调整时间设置

如果手表由于某种原因无法与手机连接，您可以使用手表操作调整日期和时间设置。

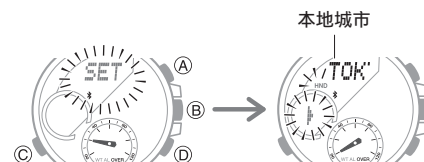
● 设置本地城市

按本节所述步骤操作，选择一个城市作为您的“本地城市”。如果您所在地区实行夏令时间，您也可以配置夏令时间设置。

注

- 所有城市的初始出厂默认夏令时间设置均为[AUTO]。在大多数情况下，采用[AUTO]设置后，使用手表时便无需在夏令时间和标准时间之间切换。

1. 进入“计时模式”。
🔍 浏览不同模式
2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



3. 使用 (A) 和 (D) 更改本地城市。

- 有关详细信息，请参阅以下信息。
🔍 城市表

4. 按 (C)。

5. 要选择夏令时间设置, 请使用 (D)。

每次按下 (D) 都会以下列顺序循环显示可用设置。

- [AUTO]
手表会自动切换标准时间和夏令时间。
- [OFF]
手表始终显示标准时间。
- [ON]
手表始终显示夏令时间。



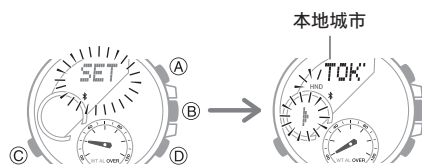
6. 按下 (B) 退出设置屏幕。

● 设置时间/日期

1. 进入“计时模式”。

[浏览不同模式](#)

2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时, 松开该按钮。



3. 长按 (C) 直到您要更改的设置值在闪烁。

- 每次按 (C) 都会以下列顺序移动至下一个设置值并闪烁。



4. 配置日期和时间设置。

- 要将秒钟复位到 00: 请按 (D)。如果当前计数介于 30 秒和 59 秒之间, 那么 1 将被添加到分钟上。
- 使用 (A) 和 (D) 更改其他设置。

5. 重复第 3 和第 4 步来选择时间和日期设置。

6. 按下 (B) 退出设置屏幕。

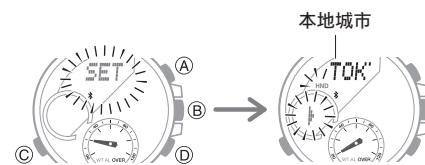
● 切换 12 小时和 24 小时计时制

您可指定以 12 小时制或 24 小时制为时间显示格式。

1. 进入“计时模式”。

[浏览不同模式](#)

2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时, 松开该按钮。



3. 按两次 (C)。

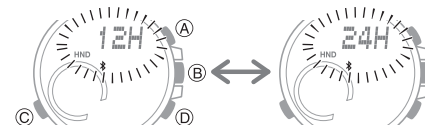
此操作会促使显示屏上闪烁 [12H] 或 [24H]。



4. 按 (D) 以在 [12H] (12 小时计时制) 和 [24H] (24 小时计时制) 之间切换设置。

12 小时计时制

24 小时计时制



5. 按下 (B) 退出设置屏幕。

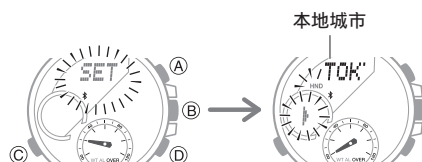
在医疗设施中或飞机上使用手表

当您在医院、飞机上或其他可能受到无线电信号干扰的地点时，可以按以下步骤断开手表与手机之间的连接，中断两者之间的通信（飞行模式）。也可以按相同步骤禁用飞行模式。

1. 进入“计时模式”。

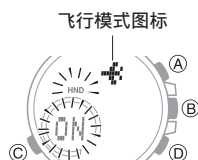
🔍 浏览不同模式

2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



3. 按下 (C) 15 次。

此时将会显示飞行模式图标。



4. 按下 (D) 在两种飞行模式设置之间进行切换。

[ON]: 已启用飞行模式。

[OFF]: 飞行模式已禁用。

5. 按下 (B) 退出设置屏幕。

在手机上使用 Mobile Link

当手表与手机进行 Bluetooth 连接时，手表时间设置会自动进行调整。您也可更改手表的其他设置。

注

- 仅当在手机上运行 CASIO WATCHES 时，该功能才可用。
- 本节说明手表和手机操作。
- 🕒: 手表操作
- 📱: 手机操作

准备步骤

要配合手机使用手表，您需要先将它们配对。执行以下步骤将手表与手机配对。

- ① 在手机上安装所需应用程序。

使用 iOS 的用户请在 App Store / 使用 Android™ 的用户请在 CASIO 的网站搜索“CASIO WATCHES”手机应用并安装到您的手机上。

- ② 配置 Bluetooth 设置。

启用手机的 Bluetooth。

注

- 有关设置步骤的详细信息，请参阅您的手机说明书。

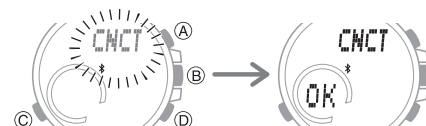
- ③ 将手表与手机配对。

在配合手机使用手表之前，您需要先将它们配对。

1. 将要与手表配对的手机移至靠近手表的位置（1 米以内）。
2. 📱 点击“CASIO WATCHES”图标。
3. 📱 点击“我的手表”选项卡的 +。
4. 📱 执行手机屏幕上显示的操作，以将手表注册到 CASIO WATCHES 手机应用程序。
5. 🕒 按住 (D) 至少两秒。当 [CNCT] 从高速闪烁变为慢速闪烁时，松开按钮。

配对开始。

配对完成。



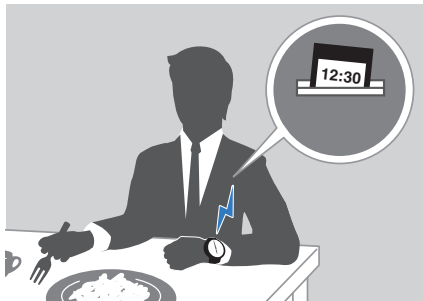
注

- 首次启动 CASIO WATCHES 手机应用时，手机上将显示一条消息，询问是否启用位置信息获取功能。配置设置以允许在后台使用位置信息。

自动时间调整

您可以将手表与手机连接起来，然后调整手表的时间设置。

如果将手表置于“计时模式”，在您从事日常活动时，无需任何操作，您的手表会自动执行调整操作。



重要提示!

- 在以下情况中，手表可能无法执行自动时间设置调整。
 - 当手表与配对的手机距离过远时
 - 当由于无线电干扰等因素导致无法通信的时候
 - 当手机在进行系统更新的时候
 - CASIO WATCHES 手机应用未在手机上运行时

注

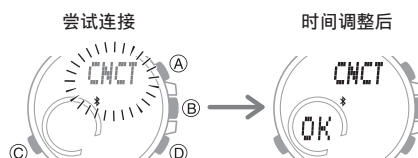
- 如果手表能够连接手机却仍未指示正确的时间，请调整指针和日期指示器位置。
 - 调整指针对齐
- 如果使用 CASIO WATCHES 指定了“世界时间城市”，手表还将自动调整时间。
- 手表在下列情况下会自动调整时间：
 - 更改手机的时区或夏令时设置后
 - 自上次使用 Bluetooth 连接调整时间后过了 24 小时或更长时间以后
 - 自上次使用 CASIO WATCHES 或通过手表操作切换城市后过了 24 小时或更长时间后
 - 自上次通过手表操作更改本地城市或调整时间后过了 24 小时或更长时间以后
- 在与手机保持连接的情况下，也可执行手表操作。

● 立即触发时间调整

手表与手机配对成功后，您可以与手机建立连接，然后调整手表的时间设置。请按以下步骤与配对成功的手机建立连接，然后立即调整时间。

- 进入“计时模式”。
 - 浏览不同模式
- 将手机移至靠近手表的位置（1 米内）。
- 按住 (D) 至少两秒。

[CNCT] 闪烁，表示手表已开始连接操作。手表和手机建立连接后，将显示 [OK]，之后手表将根据手机上的信息调整其时间设置。



注

- 手表上的“飞行模式”启用时，将无法连接手机。要连接手机，请禁用“飞行模式”。
 - 在医疗设施中或飞机上使用手表
- 调整完时间后，手表仍与手机保持连接状态。
- 如果由于某些原因时间调整失败，将显示 [ERR]。

使用预设定时器

可以将手表上的预设定时器与配对手机上的日历关联起来，以便在手表上显示当前预设活动的剩余时间和/或结束时间。

注

- 预设定时器与手机操作系统中的内置日历相对应。
- 通过手表的蜂鸣音提醒预设的开始时间或结束时间，并将其显示在显示屏上。
- 最多可以将手机上的 5 个预设活动发送到手表上。

● 传输预设的活动

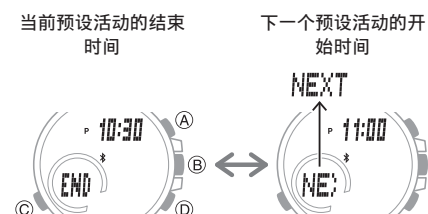
可以将手机上的预设活动传输到手表上。

- 手表与手机建立连接后，手机上的预设活动将会定期自动传输到手表上。
- 在执行以下步骤时，确保手表显示屏上一直显示 * 符号。
- 如果显示屏上未显示 *，请参见下面链接中的信息进行处理。
 - 连接手机

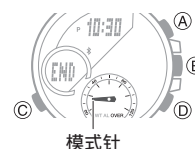
- 点击“CASIO WATCHES”图标。
- 按照手机屏幕上显示的操作将手机预设的活动传输到手表上。

● 显示预设的活动

- 进入“计时模式”。
 - 浏览不同模式
 - 按下 (D)。
 - 显示屏将由显示当前时间变为显示活动。
- 每按一下 (B) 即可在下述信息之间进行切换。



- 模式针将指向距离当前活动结束的剩余时间。剩余时间超过 120 分钟时，模式针指向 [OVER]。



- 当前预设活动的剩余时间达到或不足 10 分钟时，手表显示屏上将显示剩余时间，并以 1 秒为单位进行倒计时。
- 当达到设定时间时，手表将会发出 2 秒的蜂鸣音。

查看秒表数据

本节介绍如何将手表内存中存储的每圈时间（最多 200 个记录）以及其他数据发送到您的手机，以便使用 CASIO WATCHES 查看。

● 将秒表数据发送至手机

使用下面的步骤将数据从手表发送到手机。

- 手表与手机建立连接后，手表所记录的每圈时间将会定期自动传输到手机上。
- 在执行以下步骤时，确保手表显示屏上一直显示 \ast 符号。
- 如果显示屏上未显示 \ast ，请参见下面链接中的信息进行处理。

[🔗 连接手机](#)

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作，以将手表测量的数据传输至手机。
数据传输完成后，测量数据列表将出现在手机显示屏上。
 - 点击秒表的一个数据项目将显示其详细信息。

● 查看每圈时间

使用 CASIO WATCHES 查看您发送到手机的数据。

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作，以查看所需的测量数据。

注

- 点击“编辑”将显示一个屏幕，可用于更改数据项标题和删除每圈时间数据。

配置定时器设置

- 在执行以下步骤时，确保手表显示屏上一直显示 \ast 符号。
 - 如果显示屏上未显示 \ast ，请参见下面链接中的信息进行处理。
- [🔗 连接手机](#)

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作，以配置定时器设置。

设置闹铃

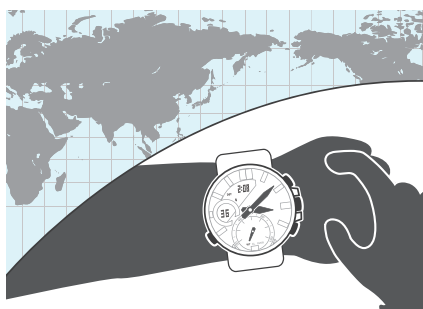
- 在执行以下步骤时，确保手表显示屏上一直显示 \ast 符号。
 - 如果显示屏上未显示 \ast ，请参见下面链接中的信息进行处理。
- [🔗 连接手机](#)

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作，以配置闹铃时间设置。

配置世界时间设置

用 CASIO WATCHES 指定世界时间城市，会让手表上的世界时间城市相应改变。可对手表设置进行配置，从而为世界时间城市实现自动夏令时间切换。

- 在执行以下步骤时，确保手表显示屏上一直显示 \ast 符号。
 - 如果显示屏上未显示 \ast ，请参见下面链接中的信息进行处理。
- [🔗 连接手机](#)



注

- CASIO WATCHES 世界时间可让您从约 300 个城市中选择一个城市作为世界时间城市。

● 要选择世界时间城市

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作。手表将根据“世界时间”设置作出调整。

注

- 您可以使用 CASIO WATCHES 以从除手表中内置城市之外的世界时间城市中进行选择。仅可使用 CASIO WATCHES 选择其他城市。

● 配置夏令时间设置

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作，以选择夏令时间设置。
 - “Auto”
手表会自动切换标准时间和夏令时间。
 - “OFF”
手表始终指示标准时间。
 - “ON”
手表始终指示夏令时间。

注

- 当夏令时间设置为“Auto”时，手表将在标准时间和夏令时间之间自动切换。您无需手动切换标准时间和夏令时间。即使您所在地区不遵循夏令时间，您也可以将手表的夏令时间设置设为“Auto”。
- 有关夏令时段的信息，请参阅“夏令时间表”或 CASIO WATCHES。

● 切换世界时间和本地时间

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作，以将本地时间切换为世界时间。

注

- 在切换本地时间和世界时间后的 24 小时内，手表将不会执行自动时间调整。

调整指针对齐

如果在手表与手机建立连接后指针仍未对齐，请使用 CASIO WATCHES 来进行调整。

- 在执行以下步骤时，确保手表显示屏上一直显示 \ast 符号。
- 如果显示屏上未显示 \ast ，请参见下面链接中的信息进行处理。
[连接手机](#)

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作，以校正指针对齐。

手机搜索

您可以使用手机搜索功能来触发配对手机的提示音，以便找到手机。即便手机处于振动模式，也会强制发出提示音。

重要提示!

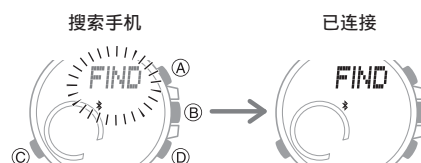
- 除非手机上运行了 CASIO WATCHES 手机应用，否则手机搜索功能将不会发出提示音。
- 请勿在限制手机呼叫提示音的区域使用此功能。
- 提示音的音量很大。用耳机听电话时请勿使用此功能。

1. 如果手表在除“计时模式”之外的任何模式下，按住 (C) 至少两秒将进入“计时模式”。

2. 按住 (D) 至少 5 秒钟。

当手机与手表建立连接时，手表会发出提示音。

- 需要几秒时间手机才会发出提示音。



3. 按任意按钮可停止提示音。

- 只有在手机提示音开始响后的前 30 秒内，您才可按任意手表按钮停止提示音。

注

- 手表上的“飞行模式”启用时，将无法连接手机。要连接手机，请禁用“飞行模式”。
- [在医疗设施中或飞机上使用手表](#)

配置手表设置

您可以使用 CASIO WATCHES 来指定从手机上获取最新预设的间隔时间，启用或禁用手表操作提示音，以及配置其他设置。

- 在执行以下步骤时，确保手表显示屏上一直显示 \ast 符号。
- 如果显示屏上未显示 \ast ，请参见下面链接中的信息进行处理。
[连接手机](#)

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 选择您要更改的设置，然后执行手机屏幕上显示的操作。

更改本地城市夏令时间设置

- 在执行以下步骤时，确保手表显示屏上一直显示 \ast 符号。
- 如果显示屏上未显示 \ast ，请参见下面链接中的信息进行处理。
[连接手机](#)

1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作，以更改您的本地城市夏令时间设置。

连接

连接手机

手表可以与配对成功的手机之间建立连接。

- 如果手表未与您希望连接的手机配对，请参阅以下信息并将它们配对。
[将手表与手机配对。](#)

● 连接手机

如果手表与手机配对成功后，手表显示屏上仍未显示 \ast ，请按住 (D) 至少 2 秒钟，以便与手机建立连接。

- 手表与手机建立连接后将会保持连接状态。



重要提示!

- 如果建立连接时出现问题，可能是手机上未运行 CASIO WATCHES。在手机的主屏幕上，点击“CASIO WATCHES”图标。启动应用后，按住手表的 (D) 按钮至少两秒。

解除配对

取消手表与手机的配对时，需要使用 CASIO WATCHES 手机应用并操作手表。

注

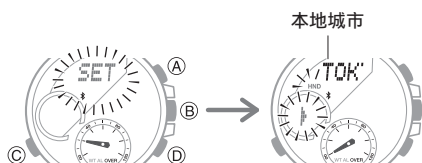
- 如果是 iPhone 手机，请一并删除手机上存储的配对信息。

● 从 CASIO WATCHES 手机应用删除配对信息

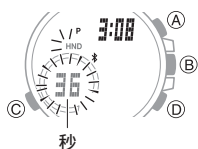
1. 点击“CASIO WATCHES”图标。
2. 执行手机屏幕上显示的操作以解除配对。

● 删除手表的配对信息

1. 按住 (C) 至少 2 秒钟进入“计时模式”。
2. 按住 (B) 至少 2 秒钟。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



3. 按下 (C) 3 次。
此操作会使秒钟闪烁。



4. 按住 (A) 至少 2 秒钟。当 [CLR] 停止闪烁后，松开。
此操作会从手表中删除配对信息。



5. 按下 (B) 返回到“计时模式”。

● 仅限 iPhone 手机 删除手机上的配对信息

有关设置步骤的详细信息，请参阅您的手机说明书。

“设置” → “蓝牙” → 取消手表的设备注册。

如果您购买另一部手机

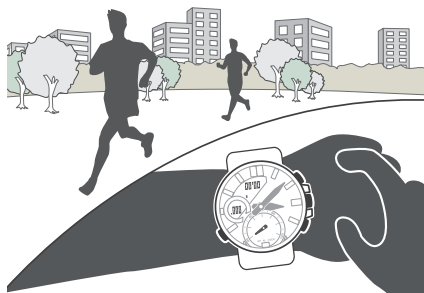
首次与手机建立 Bluetooth 连接时，需要执行配对操作。

- 删除手表的配对信息
- ③ 将手表与手机配对。

秒表

秒表在第一个小时以 1/1000 秒为单位测量运行时间，第一个小时之后以 1/10 秒为单位，最长测量时间为 24 小时。

除正常运行时间测量外，秒表还能让您测量每圈时间。



注

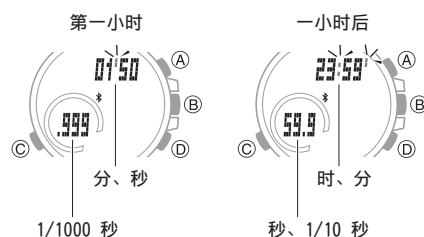
- 手表内存中最多可存储 200 项每圈时间记录。如果内存中已有 200 条记录，则实施分段时间时，将自动删除时间最长的记录，为新记录留出空间。
- 您可使用 CASIO WATCHES 查看过去测量的数据。

测量运行时间

1. 进入“秒表模式”。
● 浏览不同模式
2. 使用以下操作计量运行时间。



- 运行时间以 1/1000 秒为单位显示第一个小时的测量。第一个小时以后，运行时间以 1/10 秒为单位显示。



3. 按 (B) 将运行时间复位清零。

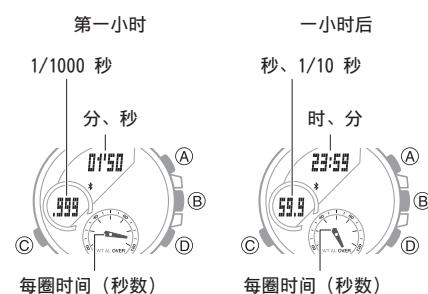
测量每圈时间

1. 进入“秒表模式”。
● 浏览不同模式
2. 使用以下操作计量运行时间。

- 每次按下 (B) 将显示该段的运行时间（每圈时间），共显示 8 秒。



- 运行时间以 1/1000 秒为单位显示第一个小时的测量。第一个小时以后，运行时间以 1/10 秒为单位显示。

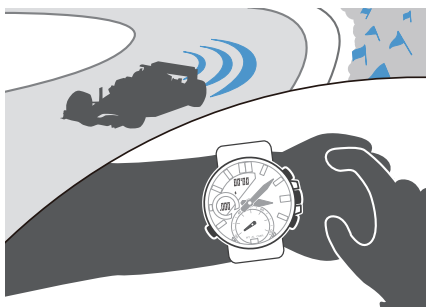


3. 按 (B) 将运行时间复位清零。

示例：记录比赛每圈时间

本节介绍在观看比赛时如何记录每圈时间。其中还介绍如何在比赛结束后通过 CASIO WATCHES 查看每圈时间。

[🔍 每圈时间](#)



比赛期间

测量每圈时间。

1. 进入“秒表模式”。
[🔍 浏览不同模式](#)
2. 使用以下操作执行定时器操作。



在每圈结束时按 (B) 将在手表内存中记录每圈时间。

- 在运行时间测量会话的第一个小时期间，每圈时间以 1/1000 秒为单位记录。一小时以后，时间以 1/10 秒为单位记录。

3. 按 (B) 将运行时间复位清零。
4. 按下 (C) 至少两秒可返回“计时模式”。

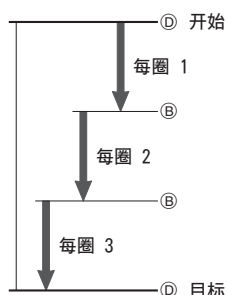
比赛后

比赛结束后，可以通过 CASIO WATCHES 查看测量的每圈时间。

- [🔍 将秒表数据发送至手机](#)
[🔍 查看每圈时间](#)

每圈时间

每圈时间是指某一圈或某一时段运行的时间。手表在内部记录每圈时间。手表显示当前每圈的运行时间。



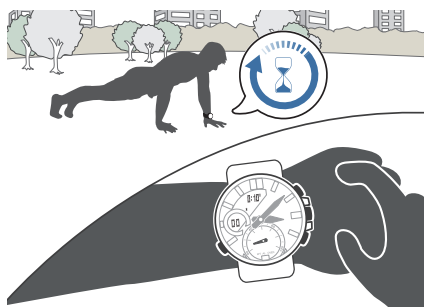
注

- 测量完成后，可通过 CASIO WATCHES 查看每圈时间。
[🔍 查看秒表数据](#)

定时器

定时器从您指定的开始时间开始倒计时。倒计时结束时，会发出蜂鸣音。

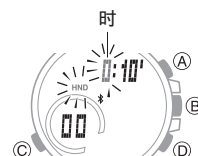
- 如果电池电量不足，蜂鸣器将不会发出声音。



设置倒计时开始时间

倒计时开始时间能够以 1 秒为单位进行设置，最长 24 小时。

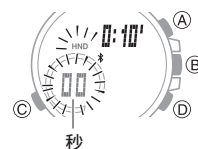
1. 进入“定时器模式”。
[🔍 浏览不同模式](#)
2. 按住 (B) 至少两秒。小时数字开始闪烁时，松开按钮。



3. 使用 (A) 和 (D) 更改定时器小时设置。
4. 按 (C)。
此操作会让分钟数字闪烁。



5. 使用 (A) 和 (D) 更改定时器分钟设置。
6. 按 (C)。
此操作会让秒钟数字闪烁。



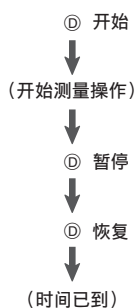
7. 使用 (A) 和 (D) 更改定时器秒设置。
8. 按下 (B) 退出设置屏幕。

注

- 您还可以使用 CASIO WATCHES 配置定时器设置。

使用定时器

1. 进入“定时器模式”。
🔍 浏览不同模式
2. 使用以下操作执行定时器操作。



- 倒计时结束时，会发出蜂鸣音，持续时间为 10 秒。
 - 要将暂停的倒计时重置为开始时间，请按下 (B)。
3. 按任意按钮可停止提示音。

闹铃和整点报时

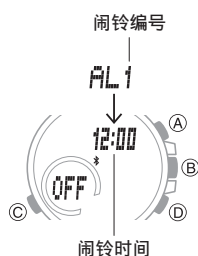
当到达闹铃时间时，手表会发出蜂鸣声。您最多可以设置五个不同的闹铃。整点报时会使手表每小时发出一次蜂鸣音。

- 如果电池电量不足，蜂鸣器将不会发出声音。

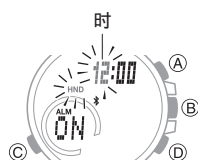


配置闹铃设置

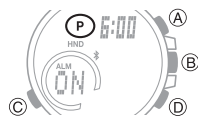
1. 进入“闹铃模式”。
🔍 浏览不同模式
2. 按 (D) 以滚动浏览闹铃编号 (从 [AL1] 至 [AL5])，直至显示您要配置的闹铃编号。



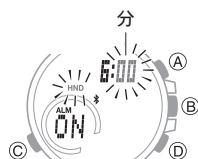
3. 按住 (B) 至少两秒。小时数字开始闪烁时，松开按钮。



4. 使用 (A) 和 (D) 设置闹铃时间中的小时。
• 如果您使用 12 小时计时制，[P] 表示下午。



5. 按 (C)。
此操作会让分钟数字闪烁。



6. 使用 (A) 和 (D) 设置闹铃时间中的分钟。
7. 按下 (B) 退出设置屏幕。
8. 按下 (C) 至少两秒可返回“计时模式”。

● 停止闹铃

要停止在到达闹铃时间时开始发出提示音的闹铃，按下任意按钮。

注

- 当到达闹铃时间时，手表会发出蜂鸣声，持续时间为 10 秒。
- 您还可以使用 CASIO WATCHES 配置闹铃时间设置。

配置整点报时设置

1. 进入“闹铃模式”。
🔍 浏览不同模式
2. 按下 (D) 显示整点报时屏幕 ([SIG])。



3. 按下 (B) 将在整点报时启用 (开) 和解除 (关) 之间切换。

- 启用整点报时时，[SIG] (整点报时) 显示在显示屏上。



4. 按下 (C) 至少两秒可返回“计时模式”。

注

- 还可以使用 CASIO WATCHES 配置整点报时设置。

关闭闹铃或整点报时

要让闹铃或整点报时不再响起，请执行以下步骤将其关闭。

- 要让闹铃或整点报时重新响起，请再次打开它。

注

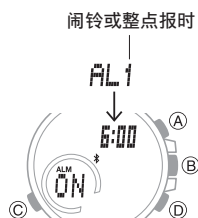
- 如果打开了任何闹铃或整点报时，都会显示指示器。
- 如果所有闹铃和/或整点报时处于关闭状态，相应的指示器都不会显示。



1. 进入“闹铃模式”。

[浏览不同模式](#)

2. 使用 (D) 滚动浏览闹铃编号 ([AL1] 至 [AL5]) 和整点报时 ([SIG]) 屏幕，直至显示想要更改其设置的那一个。



3. 按下 (B) 可关闭闹铃显示或整点报时。

- 每次按下 (B) 将会在开关之间切换。
- 关闭所有闹铃将导致 [ALM] (闹铃) 从显示屏上消失，而解除整点报时会导致 [SIG] (整点报时) 从显示屏上消失。



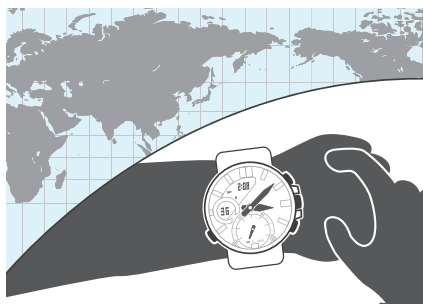
4. 按下 (C) 至少两秒可返回“计时模式”。

注

- 如果仍然显示 [ALM] (闹铃)，则表示仍然打开了另一个闹铃。要关闭所有闹铃，请重复第 2 和第 3 步，直至 [ALM] (闹铃) 指示器不再显示。

世界时间

世界时间可让您查阅全球 38 个城市中任何一个城市的当前时间和 UTC (协调世界时)。



注

- 无法使用手表操作选择仅通过使用 CASIO WATCHES 选定的世界时间城市。
 [配置世界时间设置](#)

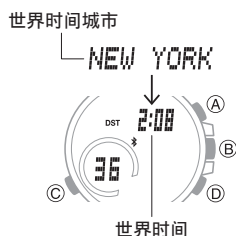
查看世界时间

1. 进入“世界时间模式”。

[浏览不同模式](#)

在当前选定的世界时间城市名出现后，手表将显示该城市的现在时间。

- 要在“世界时间模式”中显示世界时间城市名，请按下 (B)。



世界时间城市设置

使用本节中的步骤选择世界时间城市。如果您所在地区实行夏令时间，您也可以配置夏令时间设置。

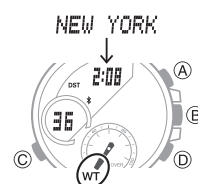
注

- 所有城市的初始出厂默认夏令时间设置均为 [AUTO]。在大多数情况下，采用 [AUTO] 设置后，使用手表时无需在夏令时间和标准时间之间切换。

1. 进入“世界时间模式”。

[浏览不同模式](#)

2. 使用 (D) 显示您选择的的城市。



3. 要更改夏令时间设置，请按住 (B) 至少两秒。[AUTO] 开始闪烁时，松开按钮。



4. 要选择夏令时间设置，请使用 (D)。

每次按下 (D) 都会以下列顺序循环显示可用设置。

- [AUTO]
手表会自动切换标准时间和夏令时间。
- [OFF]
手表始终显示标准时间。
- [ON]
手表始终显示夏令时间。

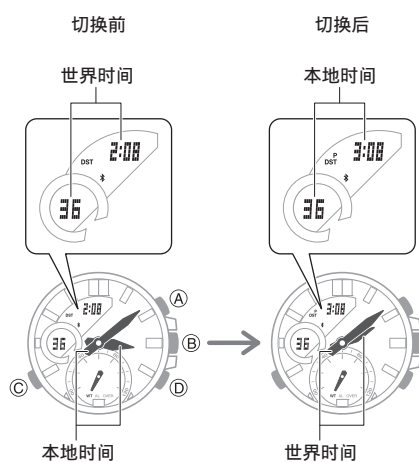
5. 按下 (B) 退出设置屏幕。

注

- 当 [UTC] 选为城市时，您将无法更改或检查夏令时间设置。
- 如果使用 CASIO WATCHES 选择世界时间城市，然后通过手表操作更改为其他城市，系统将从手表上删除 CASIO WATCHES 城市信息。
[配置世界时间设置](#)

切换本地时间和世界时间

在“世界时间”模式下，按住 (A) 至少 2 秒钟即可在本地城市时间与世界时间之间进行切换。

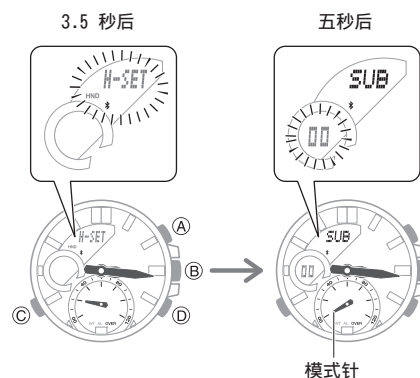


指针对齐调整

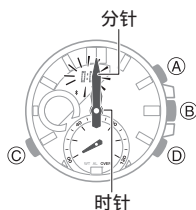
强磁场或撞击会导致长短指针指示的时间变得和数字显示上的时间不一致。如果发生这种情况，应调整指针对齐。

调整指针对齐

1. 进入“计时模式”。
[浏览不同模式](#)
2. 按住 (B) 至少五秒。[00] 开始闪烁时，松开按钮。
 这样将启用模式指针对齐调节。



3. 如果模式针没有与 [00] 对齐，请使用 (A) 和 (D) 将其与 [00] 对齐。
4. 按 (C)。
 这将启用时针和分针调整。



5. 如果时针和分针不在 12 时位置，请使用 (A) 和 (D) 将其对齐。

注

- 时针将根据分针的移动而移动。您的按钮操作仅能控制分针的移动。

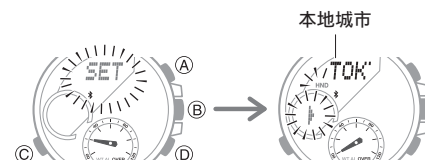
6. 按下 (B) 退出设置屏幕。

其他设置

本节介绍您可以配置的其他手表设置。

更改日期显示格式

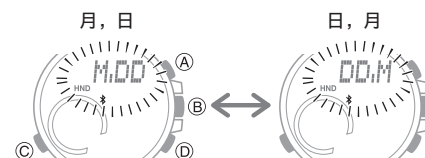
1. 进入“计时模式”。
[浏览不同模式](#)
2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



3. 按下 (C) 六次。
 这将显示选择日期显示格式的屏幕。



4. 使用 (D) 选择日期显示格式。
 M: 月
 DD: 日



5. 按下 (B) 退出设置屏幕。

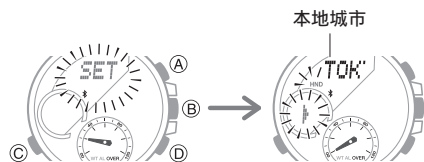
指定星期语言

您可以在“计时模式”下为星期显示选择六种语言中的任意一种。

1. 进入“计时模式”。

 [浏览不同模式](#)

2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



3. 按下 (C) 10 次。

此操作会使语言设置闪烁。



4. 使用 (D) 选择语言。

[ENG]: 英语

[ESP]: 西班牙语

[FRA]: 法语

[DEU]: 德语

[ITA]: 意大利语

[PyC]: 俄语

5. 按下 (B) 退出设置屏幕。

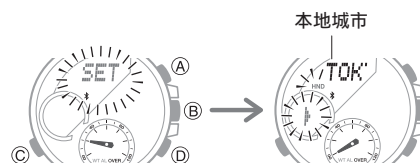
启用或禁用预设定时器提示音

请按以下步骤启用或禁用预设定时器提示音。

1. 进入“计时模式”。

 [浏览不同模式](#)

2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



3. 按下 (C) 11 次。

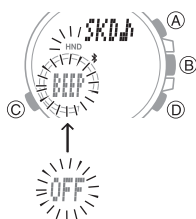
此操作会使显示屏上闪烁 [BEEP] 或 [OFF]。



4. 使用 (D) 选择 [BEEP] 或 [OFF]。

[BEEP]: 已启用蜂鸣音。

[OFF]: 已禁用蜂鸣音。



5. 按下 (B) 退出设置屏幕。

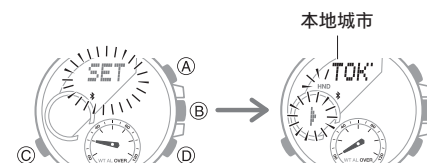
启用按钮操作音

使用以下步骤可在按按钮时启用或禁用鸣音。

1. 进入“计时模式”。

 [浏览不同模式](#)

2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



3. 按下 (C) 12 次。

此操作会使显示屏上闪烁 [KEY] 或 [MUTE]。



4. 使用 (D) 选择 [KEY] 或 [MUTE]。

[KEY]: 已启用操作鸣音。

[MUTE]: 已关闭操作音。



5. 按下 (B) 退出设置屏幕。

注

- 请注意，即使已关闭操作音，闹铃和定时器鸣音也会响起。

重置手表设置

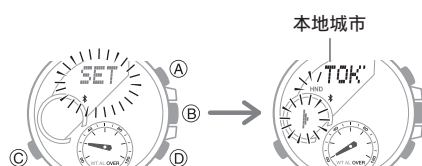
本节介绍如何将下列手表设置恢复到初始出厂默认值。

- 手表设置
- 秒表
- 定时器
- 闹铃

1. 进入“计时模式”。

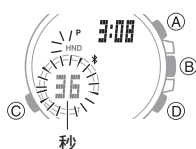
[浏览不同模式](#)

2. 按住 (B) 至少两秒。当显示屏中出现当前选定的本地城市的名称时，松开该按钮。



3. 按下 (C) 三次。

此操作会使秒钟闪烁。



4. 按住 (A) 至少五秒。[RESET] 停止闪烁时，松开按钮。

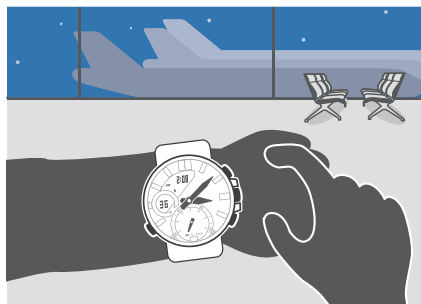


注

- 复位手表还将删除手表与手机的配对信息，并将其解除配对。

移至另一时区

当您进入另一个时区时，手表将会根据您手机所处的时区将其时间设置调整为当前位置。在到达目的地后，请禁用手表的“飞行模式”。



1. 在到达目的地后，在您的手表与手机之间建立连接。

[在医疗设施中或飞机上使用手表](#)

当您禁用手表的“飞行模式”后，手表会自动将其时间设置调整为当前位置的时间。

- 如果要立即触发时间调整，请参见下面链接中的信息。

[立即触发时间调整](#)

其他信息

此部分给您提供须知的非操作性信息。按照规定，请参阅此信息。

城市表

城市	偏移	
UTC	协调世界时	0
LONDON	伦敦	0
PARIS	巴黎	+1
ATHENS	雅典	+2
JEDDAH	吉达	+3
TEHRAN	德黑兰	+3.5
DUBAI	迪拜	+4
KABUL	喀布尔	+4.5
KARACHI	卡拉奇	+5
DELHI	德里	+5.5
KATHMANDU	加德满都	+5.75
DHAKA	达卡	+6
YANGON	仰光	+6.5
BANGKOK	曼谷	+7
HONG KONG	香港	+8
EUCLA	尤克拉	+8.75
TOKYO	东京	+9
ADELAIDE	阿德莱德	+9.5
SYDNEY	悉尼	+10
LORD HOWE ISLAND	豪勋爵岛	+10.5
NOUMEA	努美阿	+11
WELLINGTON	惠灵顿	+12
CHATHAM ISLAND	查塔姆群岛	+12.75
NUKU'ALOFA	努库阿洛法	+13
KIRITIMATI	克瑞提马提	+14
BAKER ISLAND	贝克岛	-12
PAGO PAGO	帕果 - 帕果	-11
HONOLULU	火奴鲁鲁	-10
MARQUESAS ISLANDS	马克萨斯群岛	-9.5
ANCHORAGE	安克雷奇	-9
LOS ANGELES	洛杉矶	-8
DENVER	丹佛	-7
CHICAGO	芝加哥	-6
NEW YORK	纽约	-5
HALIFAX	哈利法克斯	-4
ST. JOHN'S	圣约翰	-3.5
RIO DE JANEIRO	里约热内卢	-3
F. DE NORONHA	费尔南多迪诺罗尼亚岛	-2
PRAIA	普拉亚	-1

- 上表中的信息为截至 2020 年 1 月的最新信息。
- 时区可能会更改，UTC 差异可能会与上表中所示的差异不同。如果出现这种情况，将手表与手机连接，用最新的时区信息更新手表。

夏令时间表

在为实行夏令时间的城市选择 [AUTO] 时，将在下表显示的时间自动执行标准时间和夏令时间的切换。

注

- 您当前位置的夏令时间开始日期和结束日期可能与下表中所示不同。如果出现这种情况，您可将手表与手机连接，使手表收到适用于您的本地城市和世界时间城市的新夏令时间信息。如果手表未与手机连接，您可以手动更改夏令时间设置。

城市名称	夏令时间开始	夏令时间结束
伦敦	01:00, 3月最后一个星期日	02:00, 10月最后一个星期日
巴黎	02:00, 3月最后一个星期日	03:00, 10月最后一个星期日
雅典	03:00, 3月最后一个星期日	04:00, 10月最后一个星期日
德黑兰	00:00, 3月22日或21日	00:00, 9月22日或21日
悉尼、阿德莱德	02:00, 10月第一个星期日	03:00, 4月第一个星期日
豪勋爵岛	02:00, 10月第一个星期日	02:00, 4月第一个星期日
惠灵顿	02:00, 9月最后一个星期日	03:00, 4月第一个星期日
查塔姆群岛	02:45, 9月最后一个星期日	03:45, 4月第一个星期日
安克雷奇	02:00, 3月第二个星期日	02:00, 11月第一个星期日
洛杉矶	02:00, 3月第二个星期日	02:00, 11月第一个星期日
丹佛	02:00, 3月第二个星期日	02:00, 11月第一个星期日
芝加哥	02:00, 3月第二个星期日	02:00, 11月第一个星期日
纽约	02:00, 3月第二个星期日	02:00, 11月第一个星期日
哈利法克斯市	02:00, 3月第二个星期日	02:00, 11月第一个星期日
圣约翰	02:00, 3月第二个星期日	02:00, 11月第一个星期日
里约热内卢*	00:00, 10月第三个星期日	00:00, 2月第三个星期日, 或 00:00, 2月第四个星期日

* 自 2020 年 1 月，巴西（里约热内卢）已经停止使用夏令时。但这款手表的 Auto DST 操作暂未体现此更改。

支持的手机

如需了解有关可与手表连接手机的信息，请访问 CASIO 网站。

https://world.casio.com/os_mobile/wat/

规格

在正常温度下的准确性：

当无法通过与手机通信来进行时间调整时，每月平均会产生 ±15 秒的误差。

计时：

模拟

小时、分钟（每隔 20 秒移动）

数字

时、分、秒、月、日、星期

a.m. (上午) / p.m. (P) (下午) / 24 小时计时制

全自动日历（2000 到 2099）

夏令时间

秒表：

测量单位：

1/1000 秒（第一小时）

1/10 秒（第一小时后）

测量范围：23 时 59 分 59.9 秒

测量功能：

已运行时间、每圈时间

定时器：

测量单位：1 秒

范围：24 小时

时间设置单位：1 秒

倒计时结束时，会发出 10 秒蜂鸣音

闹铃：

时间闹铃：5

设置单位：时、分

闹铃鸣音持续时间：10 秒

整点报时：每小时整点蜂鸣

世界时间：

38 座城市（38 个时区）和协调世界时（UTC）

夏令时间

本地时间切换

Mobile Link :

自动时间校正

手机搜索

通过操作手表，让手机发出提示音

世界时间

选择超过 300 个世界时间城市

本地时间/世界时间切换

秒表数据传输

200 圈时间记录（日期和时间、每圈时间、圈数）

自动夏令时切换

标准时间和夏令时间自动切换

定时器设定

闹铃设置

指针对齐校正

预设定时器

与手机日历进行关联，并使用手表上的指针和数字显示屏来显示活动剩余时间、结束时间等。

数据通信规格

Bluetooth®

频段：2400 MHz 至 2480 MHz

最大传输：0 dBm (1 mW)

通信范围：最远 2 米（取决于环境）

其他：

双 LED 照明：表面 LED 灯和数字显示屏自动 LED 灯、超亮照明灯、余光、可选照明时间（1.5 秒、3 秒）；按钮操作音开/关；预设提示音开/关；日期显示（月/日、日/月）；星期显示（6 种语言）；飞行模式；指针移动；电量不足提醒

供电：

CR2016 x 1

电池工作时间：2 年左右

条件：

Bluetooth 连接时间：12 小时/天

闹铃：一次（10 秒）/天

照明：一次（1.5 秒）/天

规格如有变更，恕不另行通知。

Mobile Link 注意事项**● 法律注意事项**

• 本产品符合多个国家及地理区域的无线电法规并已获准上市。在不符适用无线电法规或未获准上市的地区使用本手表属于犯罪行为。有关详情，请访问 CASIO 网站。

<https://world.casio.com/ce/BLE/>

• 各国航空法禁止在飞机上使用该手表。请务必遵守航空公司工作人员的指示。


● 使用 Mobile Link 功能时的注意事项

• 将手机与手表配对使用时，请让它们保持靠近。作为指导准则我们推荐的范围是 2 米，但根据现场环境（墙壁、家具等），建筑物结构及其它因素，可能需要更小的范围。

• 该手表会受其它设备（电气装置、影音设备、办公设备等）影响。微波炉操作对它的影响尤为明显。如果附近有微波炉在工作，手表可能无法和手机正常通信。相反，该手表可能会使无线电接收和电视机的视频图像产生噪音。

• 该手表的 Bluetooth 与无线局域网设备使用的频段（2.4 GHz）相同，因此使用这类设备时靠近手表可能导致无线电干扰、通信速度变慢，手表和无线局域网设备出现噪音，甚至出现通信故障。

● 停止该手表的无线电波发射

显示屏上显示  时，表示手表正在发射无线电波。

在医院里、飞机上或其它禁止使用无线电波的地方，使用以下操作可停止无线电波的生成。

• 进入手表飞行模式

 [在医疗设施中或飞机上使用手表](#)

版权和注册版权

- Bluetooth® 字标和徽标是 Bluetooth SIG, Inc. 的注册商标，CASIO Computer Co., Ltd. 对这些标志的所有使用均已授权。
- iPhone 和 App Store 是 Apple Inc. 在美国和其他国家/地区的注册商标。
- iOS 是 Cisco Systems, Inc. 的商标或注册商标。
- GALAXY 是 Samsung Electronics Co., Ltd. 的注册商标。
- Android 是 Google LLC 的商标或注册商标。
- 此处使用的其他公司名称及产品名称均为其各自公司的商标或注册商标。

故障排除

我的手表无法和手机配对。

Q1 我一直都无法在手表和手机之间建立连接（配对）。

您使用的手机型号是否受支持？

请检查手表是否支持该手机型号及其系统。
有关支持的手机型号的信息，请访问 CASIO 网站。

↓ https://world.casio.com/os_mobile/wat/

您的手机上是否安装了 CASIO WATCHES？

需要在您的手机上安装 CASIO WATCHES 才能连接手表。

↓ ① 在手机上安装所需应用程序。

您手机上的 Bluetooth 设置配置是否正确？

请配置手机上 Bluetooth 的设置。有关设置步骤的详细信息，请参阅您的手机说明书。

iPhone 用户

- “设置” → “蓝牙” → 开
- “设置” → “隐私” → “蓝牙” → “CASIO WATCHES” → 开

Android 用户

- 启用 Bluetooth。

没有以上情况。

一些手机需要禁用 BT Smart 才能使用 CASIO WATCHES。有关设置步骤的详细信息，请参见您的手机说明书。

在主屏幕上，点击：“菜单” → “设置” → “Bluetooth” → “菜单” → “BT Smart 设置” → “解除”。

我的手表和手机不能重新连接。

Q1 当手表和手机断开连接后，它们不会重新连接。

CASIO WATCHES 是否正在运行？

除非手机上运行了 CASIO WATCHES，否则手表无法重新连接手机。在手机的主屏幕上，点击“CASIO WATCHES”图标。然后在手表上，按住 (D) 至少 2 秒钟。



您是否已尝试关闭手机然后重新打开？

关闭并重新开启手机，然后点击“CASIO WATCHES”图标。下一步，在手表上按住 (D) 至少 2 秒钟。



Q2 手机处于“飞行模式”时无法进行连接。

手机上的飞行模式启用时，将无法连接手表。禁用手机的“飞行模式”，回到主屏幕并点击“CASIO WATCHES”图标。然后在手表上，按住 (D) 至少 2 秒钟。



Q3 我将手机 Bluetooth 从启用改为禁用后，现在就再也连接不上了。

在手机上重新启用 Bluetooth，然后转至主屏幕并点击“CASIO WATCHES”图标。下一步，在手表上按住 (D) 至少 2 秒钟。



Q4 关机后连接不了。

关闭并重新开启手机，然后点击“CASIO WATCHES”图标。下一步，在手表上按住 (D) 至少 2 秒钟。



Q5 手表上未显示 ，并且未与我的手机建立连接。

正在执行设置操作吗？

在执行任何设置操作（时间设置、闹铃设置等）时，Bluetooth 连接将暂时断开。退出设置操作以重新连接。

在过去一小时内，您是否执行了一些手表操作？

为了省电，如果手表发现与手机的连接有 1 小时左右的闲置时间，它将会自动暂时终止两者之间的 Bluetooth 连接。无连接时将禁用自动时间调整功能。要重新连接，请按下手表上的任意按钮，或将手表向您的面部倾斜。

手机与手表连接

Q1 我的手机和手表无法建立连接。

您是否已尝试关闭手机然后重新打开？

关闭并重新开启手机，然后点击“CASIO WATCHES”图标。下一步，在手表上按住 (D) 至少 2 秒钟。



手表上的“飞行模式”启用了吗？

手表上的“飞行模式”启用时，将无法连接手机。要连接手机，请禁用“飞行模式”。

☞ 在医疗设施中或飞机上使用手表

手表和手机是否曾重新配对？

在 CASIO WATCHES 手机应用和手机（仅限 iPhone）上删除配对信息，然后重新进行配对。

☞ 从 CASIO WATCHES 手机应用删除配对信息

☞ 仅限 iPhone 手机
删除手机上的配对信息

☞ ③ 将手表与手机配对。

如果无法建立连接……

删除手表上的配对信息后，将手表与您的手机重新进行配对。

☞ 删除手表的配对信息

☞ ③ 将手表与手机配对。

更改为其他手机型号

Q1 如何将手表连接到不同的手机上？

首先删除手表上的配对信息，然后将手表与要连接的手机进行配对。

☞ 如果您购买另一部手机

通过 Bluetooth 连接（时间调整）自动执行时间调整

Q1 手表何时会调整其时间？

手表与配对的手机建立连接后，会调整自身的时间设置。手表在下列情况下会自动调整时间：

- 更改手机的时区或夏令时设置后
- 自上次使用 Bluetooth 连接调整时间后过了 24 小时或更长时间以后
- 自上次使用 CASIO WATCHES 或通过手表操作切换城市后过了 24 小时或更长时间后
- 自上次通过手表操作更改本地城市或调整时间后过了 24 小时或更长时间以后

Q2 自动时间设置不正确。

显示 ⌚ 了吗？

为了省电，如果手表发现与手机的连接有 1 小时左右的闲置时间，它将会自动暂时终止两者之间的 Bluetooth 连接。无连接时将禁用自动时间调整功能。要重新连接，请按下手表上的任意按钮，或将手表向您的面部倾斜。

自上次使用 Bluetooth 连接调整时间后过了 24 小时或更长时间了吗？

每隔 24 小时使用 Bluetooth 连接调整一次时间。自上次调整时间后过了 24 小时或更长时间时，手表将会自动调整时间。

自上次手动调整时间、更改城市或切换城市后过了 24 小时或更长时间了吗？

在手动调整时间、更改城市或切换城市后的 24 小时以内，手表不会自动调整时间。但如果上述任一操作的完成时间过了 24 小时或更长时间，手表将会恢复自动调整时间操作。

手表上的“飞行模式”启用了吗？

手表上的“飞行模式”启用时，将无法连接手机。要连接手机，请禁用“飞行模式”。

☞ 在医疗设施中或飞机上使用手表

Q3 我按住 (D) 至少 2 秒钟后，手表的时间设置并未与我的手机保持同步。

手表上的“飞行模式”启用时，将无法连接手机。要连接手机，请禁用“飞行模式”。

☞ 在医疗设施中或飞机上使用手表

Q4 时间显示不正确。

手机的时间设置可能不正确，因为手机因超出范围等原因而无法连接到网络。如果出现这种情况，请将手机连接到其网络，然后再调整时间设置。

预设定时器

Q1 我该如何禁用预设定时器的提示音？

请按以下步骤禁用预设定时器的提示音。

☞ 启用或禁用预设定时器提示音

Q2 预设定时器提示音无响声。

是否打开了预设定时器的提示音？如果没有，请打开，手表才能发出提示音。

☞ 启用或禁用预设定时器提示音

Q3 预设定时器功能不工作。

如果手动调整手表的时间设置，预设定时器功能将被禁用。要重新启用预约通知，请与手机建立连接，以便手表自动调整时间设置。

☞ 连接手机

Q4 显示屏上一直显示 [--- END]，设置也允许我使用预设定时器，但是我仍然无法使用预设定时器功能。



您是否手动调整了时间设置？

如果手动调整手表的时间设置，预设定时器功能将被禁用。要重新启用预约通知，请与手机建立连接，以便手表自动调整时间设置。

🔗 [连接手机](#)

预设的活动距离当前时间是否在 24 小时内？

最多可以将手机上自您当前时间起 24 小时内的 5 个预设活动发送到手表上。


闹铃

Q1 闹铃没有发出提示音。

闹铃设置是否打开？如果未打开，请打开，手表会发出提示音。

🔗 [配置闹铃设置](#)

电池

Q1  在数字显示屏上闪烁。

这表示电池电量不足。

更换电池。

🔗 [电池更换](#)

Q2 [R] 在数字显示屏上闪烁。

手表电池电量低时，或者在短时间内多次使用照明或其他功能时（会暂时导致电池电量变低），[R] 可能会在显示屏上显示。如果发生这种情况，除计时功能外的所有手表功能都将被解除。

如果[R]一直显示在画面上或若其不断出现，则可能表示电池需要更换了。