

## 目录

## 注意事项

操作须知

用户维护保养

电池

## 开始之前...

常规指南

表盘和显示屏指示器

浏览不同模式

模式概览

使用表冠

移动指针

充电

在黑暗中查看表面

## 时间调整

利用时间信号调整时间

- 概述
- 适当的信号接收位置
- 时间信号接收范围
- 自动接收时间校准信号
- 启用和禁用自动接收
- 手动接收时间校准信号
- 接收级别指示器
- 检查上次时间调整结果
- 信号接收须知

使用手表操作调整时间设置

## 世界时间

查看世界时间

指定世界时间城市

切换本地时间和世界时间

## 闹铃

配置闹铃设置

启用整点报时

关闭闹铃或整点报时

## 数字罗盘

获取罗盘读数

校准罗盘读数

- 校准罗盘读数
- 设置真北读数（磁偏角校准）

数字罗盘读数注意事项

## 高度测量

查看当前高度

校准高度读数（偏移）

检查距参考点的高度差

设置自动测量间隔

记录高度读数

指定高度测量单位

高度读数注意事项

## 气压测量

查看现在气压

查看一段时间内的气压变化

查看两个气压读数之间的变化

气压突然变化指示

校准气压读数（偏移）

指定气压单位

气压读数注意事项

## 温度测量

查看现在温度

校准温度读数（偏移）

指定温度测量单位

温度读数注意事项

## 查看高度记录

查看记录数据

删除数据

## 秒表

测量运行时间

计量分段时间

计时第一和第二结束点

## 定时器

设置开始时间

使用定时器

## 指针对齐调整

调整指针对齐

## 其他设置

启用按钮操作音

配置省电功能设置

## 其他信息

城市表

规格

## 故障排除

## 注意事项

### 操作须知

#### ● 防水

- 下述资讯适用于在后盖上刻印有 WATER RESIST 或 WATER RESISTANT 字样的手表。

#### 在日常使用的环境下防水

刻印在手表正面或后盖上	没有 BAR 标记
-------------	-----------

#### 日常使用例

洗手, 下雨	可
接触水的工作, 游泳	不可
帆板运动	不可
徒手潜水	不可

#### 在日常使用环境下的加强防水 5 个大气压

刻印在手表正面或后盖上	5BAR
-------------	------

#### 日常使用例

洗手, 下雨	可
接触水的工作, 游泳	可
帆板运动	不可
徒手潜水	不可

#### 10 个大气压

刻印在手表正面或后盖上	10BAR
-------------	-------

#### 日常使用例

洗手, 下雨	可
接触水的工作, 游泳	可
帆板运动	可
徒手潜水	可

#### 20 个大气压

刻印在手表正面或后盖上	20BAR
-------------	-------

#### 日常使用例

洗手, 下雨	可
接触水的工作, 游泳	可
帆板运动	可
徒手潜水	可

- 本表不可用于水肺潜水或其他需要空气罐的潜水。
- 后盖上未刻印有 WATER RESIST 或 WATER RESISTANT 字样的手表不能防汗。请避免在会大量出汗或水汽多的地方, 以及会溅上水的环境中使用这种型号的手表。
- 即使手表防水, 仍请注意下述使用须知。这些使用方法会减弱防水性能并使玻璃起雾。
  - 手表浸在水中或被打湿时不要操作表冠或按钮。
  - 请避免在浴室戴着手表。
  - 不要在温水游泳池、桑拿、或任何其他高温/高湿的环境中佩戴手表。
  - 不要在洗手或洗脸时, 做家务时或进行任何其他使用肥皂或洗涤剂的工作时佩戴手表。
- 在浸过海水后, 用清水冲洗掉手表上的所有盐份及脏物。
- 为保持防水性能, 请定期更换手表的垫圈 (约每两年或三年一次)。
- 在更换电池时, 训练有素的技术人员会检查手表的防水性能。电池的更换需要专用工具。必须将电池的更换作业委托给您的经销商或卡西欧特约服务中心。
- 有些防水手表配的表带为时尚的皮革表带。请避免戴着手表游泳, 洗澡或进行任何其他会使皮革表带直接接触水的活动。

- 骤然降温时手表玻璃的内表面有可能会起雾。若雾很快消散, 则表示没有问题。骤然和极度的温度变化 (如在夏天进入空调房并站在空调出风口的附近, 或冬天在有暖气的室内并让手表接触雪) 会使手表起雾, 并且需要很长时间才能消散。如果雾不消散或手表内结露了, 则请立即停止使用本表, 将手表送去您的经销商或卡西欧特约服务中心修理。
- 本防水手表通过了国际标准组织规定的测试。
- 表带
  - 把表带系得过紧可能会使您出汗, 并使空气不易在表带下流通, 这种情况可能会导致皮肤发炎。因此不要把表带系得过紧。表带与手腕之间应有能插入一个手指的空间。
  - 磨损、生锈及其他情况都可能使表带断裂或脱离手表, 并使表带上的栓错位或掉落。这有造成手表从手腕上掉落并丢失, 或造成人身伤害的危险。表带必须用心保养并保持干净。
  - 如果出现下列任何一种情况, 请立即停止使用表带: 表带失去弹性, 表带有裂纹, 表带褪色, 表带松弛, 表带的连接栓错位或掉落, 或任何其他异常。请将手表送到您的经销商处或卡西欧服务中心进行检查和修理 (有偿服务) 或更换表带 (有偿服务)。

**● 温度**

- 切勿将本表放在汽车的仪表板上、加热器附近或任何其他会产生高温的地方。也不要将手表放在温度极低的地方。温度极端会使手表的时间失准、停止或发生其他故障。
- 在+60 °C (140 °F) 以上的温度环境中长期放置会使手表的 LCD 出现问题。在低于 0 °C (32 °F) 和高于+40 °C (104 °F) 的环境中, 手表的 LCD 可能会显示不清。

**● 冲击**

- 本表在设计上能承受日常生活中及篮球、网球等非剧烈运动中的冲击。但让手表掉落或使其受到强烈的冲击可能会使其发生故障。请注意, 防震设计的手表 (G-SHOCK、BABY-G、G-MS) 能在链锯作业中, 其他会产生强震动的活动中, 或剧烈体育运动 (越野摩托车赛等) 中佩戴使用。

**● 磁力**

- 指针及混合式 (指针-数字) 手表由使用磁力的电动机驱动。当这种手表在会发射强磁场的装置 (扬声器、磁项链、手机等) 附近时, 计时可能会被这种磁力减速、加速或停止, 导致指示时间的不准。
- 如果手表本身被磁化, 计时精度可能会受到影响。同时, 应避免受到非常强的磁场 (从医疗装置等发出的) 的影响, 因为非常强的磁场会使手表发生故障, 并损坏电子零件。

**● 静电**

- 极强的静电会使本表表示错误的时间。非常强的静电甚至会损坏电子部件。
- 静电荷会使显示屏画面变空白片刻, 或使显示屏上出现彩虹现象。

**● 化学品**

- 不要让本表接触稀释剂、汽油、溶剂、植物油或动物油, 或任何清洁剂、粘合剂、涂料、药品或含有这些成份的化妆品。否则会使树脂表壳、树脂表带、皮革及其他部件变色或损坏。

**● 保管**

- 打算长期不使用本表时, 应彻底擦去其上脏物、汗水及水汽, 并将其保管在阴凉、干燥的地方。

**● 树脂部件**

- 当手表上沾有水时长时间与其他物品接触, 或与其他物品存放在一起, 会使树脂部件上的颜色沾染到其他物品上, 或使其他物品的颜色沾染到手表的树脂部件上。因此, 在保管之前必须确认本表已完全干燥, 保管时不要与其他物品接触。
- 让手表长时间暴露在直射阳光 (紫外线) 下, 或长期未从手表上清除脏物, 会使手表变色。
- 因某些环境因素 (强烈的外力, 持续的摩擦、撞击等) 引起的摩擦会使涂漆部件褪色。
- 如果表带有印刷字, 印刷区的强烈摩擦可能会使字褪色。
- 让手表长期处于潮湿状态会使荧光褪色。打湿后请尽快擦干手表。
- 半透明的树脂部件可能会因汗水及脏物、长期高温高湿等而变色。
- 手表的日常使用或长期保管会使树脂部件劣化、断裂或弯曲。这种损坏的程度依使用条件或保管条件而不同。

**● 皮革表带**

- 当手表上沾有水时长时间与其他物品接触, 或与其他物品存放在一起, 会使皮革表带的颜色沾染到其他物品上, 或使其他物品的颜色沾染到手表的皮革表带上。因此, 在保管之前必须确认手表已用软布完全擦干, 保管时不要与其他物品接触。

- 让皮革表带长时间暴露在直射阳光 (紫外线) 下, 或长期未从皮革表带上清除脏物, 会使其变色。

**注意:**

皮革表带长期受到摩擦或粘有脏物会使颜色沾染或褪色。

**● 金属部件**

- 即使部件是不锈钢或电镀的, 未从金属部件上除去脏物仍会使其生锈。如果金属部件沾有汗或水, 请用一块吸水的软布彻底擦干, 然后将手表存放在通风良好的地方晾干。
- 请使用一个软牙刷或类似的工具, 蘸水与中性清洁剂的稀释溶液或肥皂液刷洗金属。然后, 用水冲洗, 洗去所有残留的清洁剂并用吸水的软布擦干。刷洗金属部件时, 请用保鲜膜包住表壳, 以避免让其接触到清洁剂或肥皂。

### ● 防细菌及防气味表带

- 防细菌及防气味表带能防止细菌从汗水中形成并产生异味，保证表带状态良好和卫生。为确保最佳的防细菌和防气味性能，应保持表带清洁。请使用吸水的软布彻底擦去表带上的脏物、汗水及湿气。防细菌及防气味表带能抑制有机体和细菌的形成。但本表不能防止因过敏反应等而引起的皮疹。

### ● 液晶显示屏

- 看手表时若视线未与表面垂直，画面上的字符可能会看不清。

### ● 有数据存储器的手表

- 让电池耗尽，更换电池或对手表进行修理会使手表存储器内的数据全部丢失。请注意，卡西欧计算机公司（CASIO Computer Co., Ltd.）对于因手表的故障或维修、电池的更换等而引起的数据丢失导致的任何损坏或损失不负任何责任。所有重要数据必须另行抄写备份。

### ● 手表的传感器

- 手表的传感器是精密部件。切勿试图将其拆解。切勿试图在传感器的缝隙中插入任何物体，并要小心防止脏物、灰尘或其他异物混入传感器中。手表在使用过程中浸过盐水后，请用清水彻底冲洗。

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表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。

## 用户维护保养

### ● 手表的保护

请记住，佩戴手表时其直接与皮肤接触，就像衣服一样。为确保本表以其设计的水准运转，要经常用软布进行擦拭，以保持手表和表带清洁，不会粘着脏物、汗水、水及其他异物。

- 每当本表沾上海水或泥时，用清水冲洗干净。
- 对于有金属部件的金属表带或树脂表带，请使用一个软牙刷或类似的工具，蘸水与中性清洁剂的稀释溶液或肥皂液刷洗表带。然后，用水冲洗，洗去所有残留的清洁剂并用吸水的软布擦干。刷洗表带时，请用保鲜膜包住表壳，以避免让其接触到清洁剂或肥皂。
- 对于树脂表带，请用水刷洗后用软布擦干。请注意，树脂表带的表面上有时可能会出现象污渍一样的图案。这对皮肤或衣服没有任何影响。用布擦拭就可以擦去。
- 请用软布擦去皮革表带上的水或汗水。
- 不操作手表的表冠、按钮或旋转刻盘会使以后出现操作问题。定期转动表冠及旋转刻盘、按按钮可保持其正常的可操作性。

### ● 手表保护不周时的危险

#### 生锈

- 虽然本表使用的金属钢能高度防锈，但在变脏后若不清洁其仍会生锈。
  - 手表上的脏物使氧气接触到金属，破坏金属表面上的防氧化层，导致手表生锈。
- 锈可使金属部件上出现棱角，并使表带上的栓错位或掉落。发现任何异常时应立即停止使用本表，并将其送至您的经销商或卡西欧特约服务中心处。
- 即使金属表面看上去干净，裂缝中的汗水及灰尘仍会弄脏衣袖，使皮肤发炎，甚至干扰手表的性能。

#### 过早变旧

- 不擦去树脂表带或刻盘上的汗或水，或将手表存放在湿度高的地方，会使手表过早变旧、裂开或断裂。

#### 皮肤发炎

- 皮肤敏感的人或身体状态不佳时佩戴手表，有可能会引起皮肤发炎。这类人士尤其要保持皮革表带或树脂表带的清洁。若发生皮疹或其他皮肤炎症，请立即取下手表并向皮肤专家咨询。

## 电池

- 用户不得自行取出或更换手表的专用充电电池。使用为手表指定的专用充电电池之外的电池会损坏手表。
- 当太阳能电板照射到光线时，充电（二次）电池会被充电，因此不像一般电池一样需要定期更换。但请注意，长期使用后，或受一些使用环境的影响，充电电池的容量或充电效率会下降。如果您感觉到电池的供电时间很短，请与您的销售商或卡西欧服务中心联系。

## 开始之前...

本节概要介绍手表及其便捷的使用方式。

## ● 手表功能

## ● 太阳能充电

在手表充电时，日光和照明会为手表产生工作所需的电力。

## ● 时间信号接收

手表接收包含时间信息的无线电信号，并使用它来保持时间设置的准确性。

## ● 世界时间

可以在全球 29 座城市中的任意一座城市显示现在时间以及 UTC（世界调整时间）。

## ● 闹铃

只要达到您指定的时间，闹铃提示音就会响起。

## ● 数字罗盘

您可以使用“罗盘模式”确定北方和查看目的地的方位。

## ● 高度测量

您可以使用此功能获取您当前所在位置的海拔高度读数。

您可以记录测量的高度，以及测量的日期和时间。

您还可以测量两点之间的高度差。

## ● 气压测量

您可以显示当前气压趋势，这有助于您对值得注意的压力变化保持警惕。

## ● 温度测量

手表可用于获取现在气温读数。

## ● 查看高度记录

您可以查看或删除高度测量记录。

## ● 秒表

您可以使用秒表，以 1/100 秒为单位，计量最多 24 小时的运行时间。

## ● 定时器

从您指定的开始时间开始倒计时。在倒计时达到零时，闹铃提示音响起。

## 重要提示！

- 此款手表不是专用测量仪器。测量功能读数仅供一般参考。
- 当您在任务艰巨的徒步、登山或其他活动中使用此款手表的数字罗盘时，请务必始终携带其他罗盘以确认读数。如果手表的数字罗盘生成的读数与其他罗盘的读数不同，请对数字罗盘执行 2 点校准，以确保获得更高的准确性。
  - 如果手表位于永久磁铁（磁性配件等）、金属物体、高压电线、天线或家用电器（电视、电脑、手机等）附近，则无法获取罗盘读数和进行罗盘校准。

## 🔍 数字罗盘

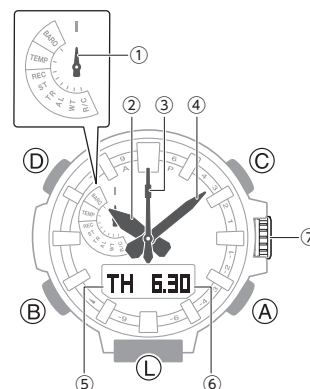
- 手表的海拔高度计功能根据其压力传感器生成的气压读数计算，并显示相对海拔高度。正因如此，手表显示的高度值可能与您所处区域指示的实际高度和/或海拔高度有所不同。建议按照当地高度（海拔）指示定期校准。

## 🔍 高度测量

## 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。

## 常规指南



- ① 模式针
- ② 时针
- ③ 秒针
- ④ 分针
- ⑤ 星期
- ⑥ 月，日
- ⑦ 表冠

## A 按钮

在“计时模式”下，按下此按钮会进入“高度计模式”。

## B 按钮

每次按下它都会切换手表模式。

在任何模式下，按住此按钮至少 2 秒钟可返回到“计时模式”。

## C 按钮

在“计时模式”下，按下此按钮会进入“罗盘模式”。

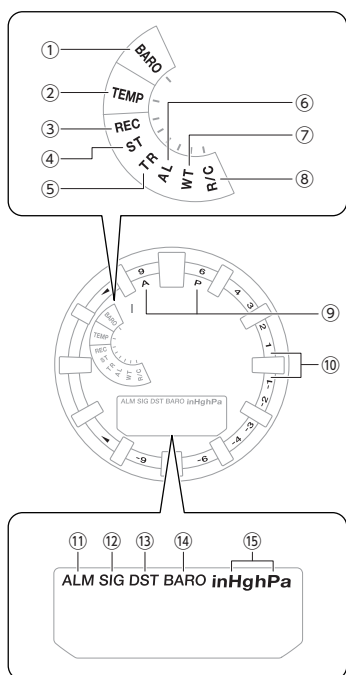
## D 按钮

在“计时模式”下，按下此按钮可在不同显示之间进行切换。

## L 按钮

按下可打开照明。

## 表盘和显示屏指示器



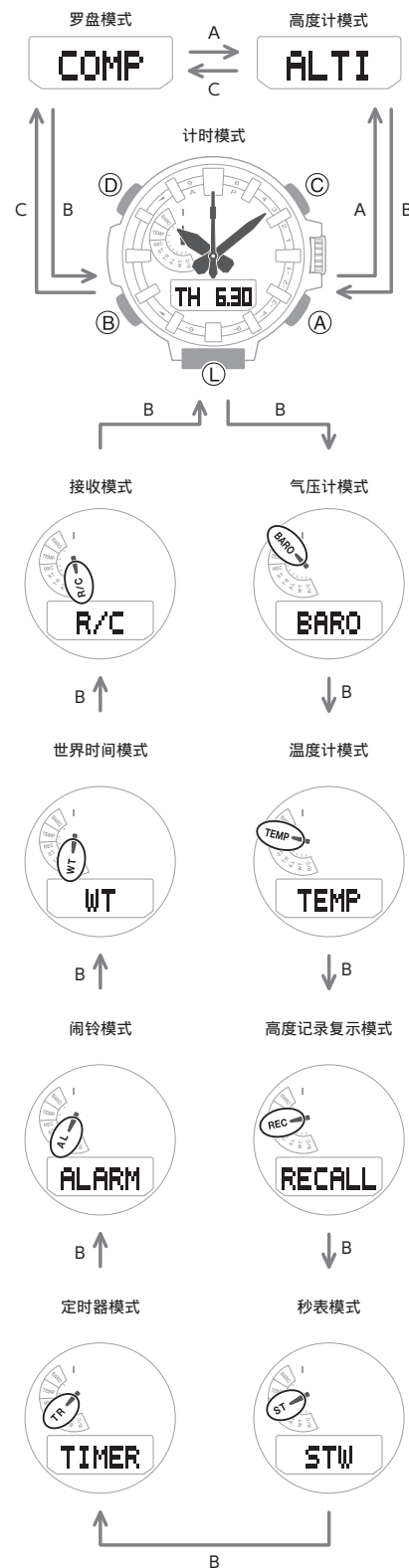
- ① 在“气压计模式”下，模式针指向 [BARO]。
- ② 在“温度计模式”下，模式针指向 [TEMP]。
- ③ 在“高度记录复示模式”下，模式针指向 [REC]。
- ④ 在“秒表模式”下，模式针指向 [ST]。
- ⑤ 在“定时器模式”下，模式针指向 [TR]。
- ⑥ 在“闹铃模式”下，模式针指向 [AL]。
- ⑦ 在“世界时间模式”下，模式针指向 [WT]。
- ⑧ 在“接收模式”下，模式针指向 [R/C]。

- ⑨ 在 12 小时计时制期间，秒针指向 [A] 表示上午时间，秒针指向 [P] 表示下午时间。
- ⑩ 秒针指示高度/气压差。
- ⑪ 在启用闹铃时显示。
- ⑫ 在开启每小时时间信号时显示。
- ⑬ 当显示时间为夏令时间时显示。
- ⑭ 启用气压变化指示时显示。
- ⑮ 显示气压测量单位。

## 浏览不同模式

你的手表具有如下所示模式。

- 要从任何其他模式返回“计时模式”，请按住 (B) 至少两秒。



使用上图中的按钮可在模式之间导航。



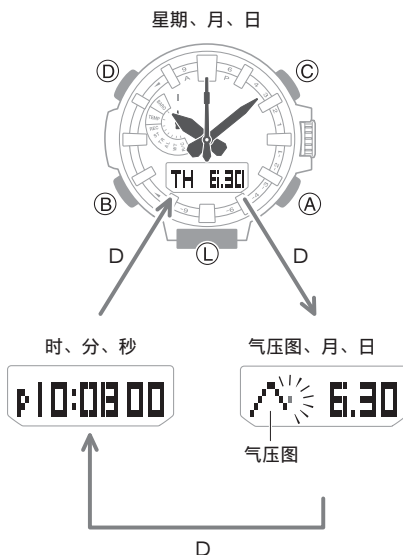
## 模式概览

### ● 计时模式

在这种模式下，数字显示屏将显示当前星期、月和日。

您也可以使用 (D) 滚动显示以下项目中的内容。

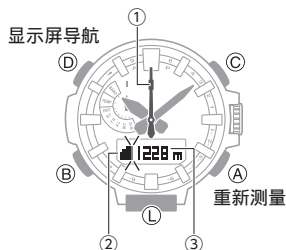
- 气压图、月、日
- 时、分、秒



### ● 高度计模式

此模式用于获取当前位置的高度读数。

☞ 高度测量

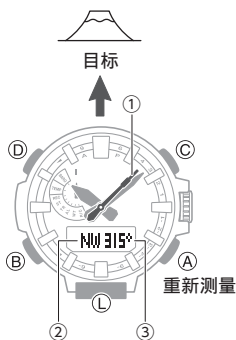


- ① 高度差/现在时间秒数
- ② 高度图
- ③ 高度

### ● 罗盘模式

此模式用于获取方向和方位角读数。

☞ 数字罗盘

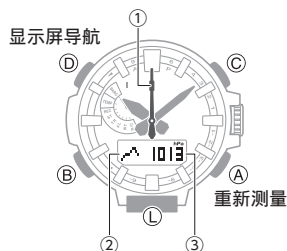


- ① 北指示
- ② 12 时方位
- ③ 12 时方位角度

### ● 气压计模式

此模式用于获取当前位置的气压读数。

☞ 气压测量

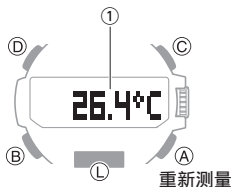


- ① 气压差/现在时间秒数
- ② 气压图
- ③ 气压

### ● 温度计模式

此模式用于获取当前位置的温度读数。

☞ 温度测量

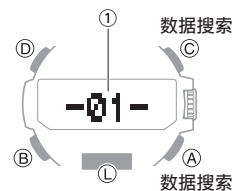


- ① 温度

### ● 高度记录复示模式

使用此模式查看高度记录。

☞ 查看高度记录

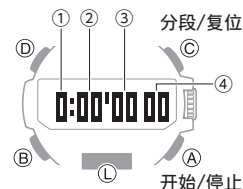


- ① 上次使用“高度记录复示模式”时显示的记录数

### ● 秒表模式

此模式用于计时。

☞ 秒表

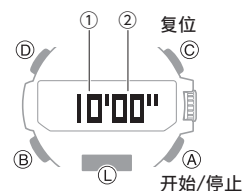


- ① 秒表时
- ② 秒表分
- ③ 秒表秒
- ④ 秒表：1/100 秒

### ● 定时器模式

此模式用于对所需的开始时间进行倒计时。

☞ 定时器

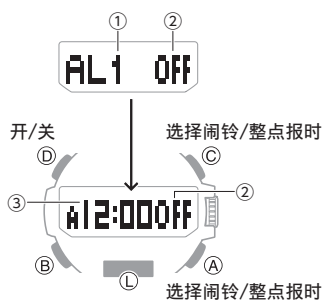


- ① 计时器分
- ② 计时器秒

## ● 闹铃模式

当到达闹铃时间时，手表会发出蜂鸣声。

### 🕒 闹铃

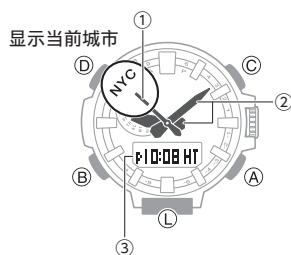


- ① 闹铃编号
- ② 闹铃或整点报时状态 (开/关)
- ③ 闹铃的时数/分数

## ● 世界时间模式

您可以查看 29 个城市的当前时间和 UTC (协调世界时) 时间。

### 🌐 世界时间

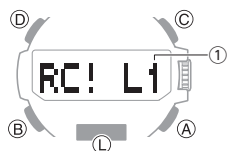


- ① 城市代码 (世界时间代码)
- ② 世界时间城市现在时间
- ③ 本地城市时间

## ● 接收模式

在此模式下，您可以手动接收时间信号。

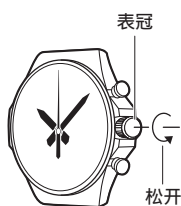
### 🕒 利用时间信号调整时间



- ① 接收级别指示器

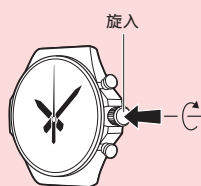
## 使用表冠

手表的表冠是旋入 (防脱落螺丝) 式的。要使用表冠，必须首先将表冠向您 (向左) 旋转以松开。



### 重要提示!

- 为避免降低防水性能和/或由于撞击造成的损坏，请务必在推入表冠时朝远离您的方向旋转表冠以将表冠旋入。



- 按回表冠时，小心不要用力过度。

## ● 快进/快退

拉出表冠后，连续沿任一方向快速旋转将启动快进或快退操作。在快进操作期间，再次连续迅速旋转表冠将进一步加快速度。

## ● 停止快进/快退

沿与当前操作相反的方向旋转表冠或按任何按钮。

### 注

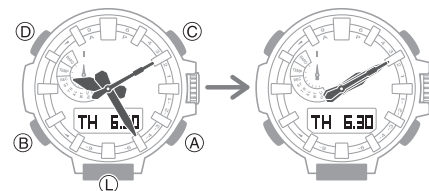
- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 移动指针

移动指针使其移开，方便查看显示信息。

1. 按住 (L) 时，按下 (B)。

这将移动长短指针，从而便于查看显示屏信息。



2. 要使指针返回其正常计时状态的位置，请按 (A)、(B)、(C) 或 (D)。

### 注

- 如果在移动指针后约 10 秒内未执行任何操作，指针会自动恢复到正常计时状态。

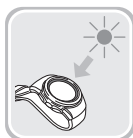


## 充电

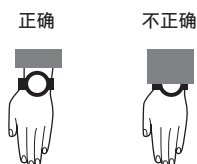
这款手表采用可充电（辅助）电池供电，电池通过太阳能板充电。太阳能板集成在手表的表面，只要光线照射到表面即可生成电力。

### ● 给手表充电

当您不佩戴手表时，请将其置于有明亮光线照射的地方。



当您佩戴手表时，确保衣袖不会阻挡光线照射到表面（太阳能板）。即使表面被部分遮挡，发电效率也会降低。

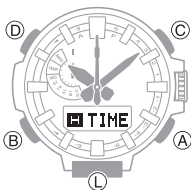


### 重要提示!

- 充电时，有些光源和环境可能会使手表变得极为烫热，有造成烫伤和手表内部零件损坏的危险。  
应避免在下列可能超过 60 °C (140 °F) 的温度环境中给手表充电。
  - 停在阳光下的汽车中的仪表板上
  - 白炽灯、摄影灯、卤素灯等热源的近旁
  - 受直射阳光长时间照射的地方等高温场所
- 在极高温下，显示面板可能会变黑（或变白，取决于 LCD 类型）。这只是暂时的情况，显示屏将在温度降低时恢复正常。

### ● 检查充电电量

进入“计时模式”后，一个显示屏指示器会显示手表的电量。



- 即使手表未处于“计时模式”，显示屏也将显示 4 级和 5 级电量。

#### 1 级电量：充足

启用所有功能。



#### 2 级电量：充足

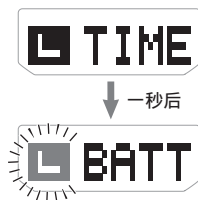
启用所有功能。



#### 3 级电量：低

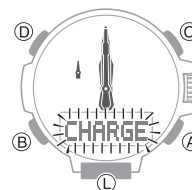
禁用下列功能。此外，秒针以两秒间隔跳动。

- 时间信号接收
- 指南针、高度测量、气压测量、温度测量
- 表面照明
- 提示音（闹铃等）



#### 4 级电量：低

电池电量低于 3 级，并且禁用所有功能。此外，所有指针均停止跳动。



#### 5 级电量：耗尽

所有指针均停止跳动，数字显示屏显示空白内容。内存数据丢失，且手表设置恢复为初始出厂默认设置。

### 重要提示!

- 如果电池电量不足或耗尽，请尽快将表面（太阳能板）暴露在光线下。

### 注

- 如果显示屏上闪烁 [RECOVER]，则表示所有功能因短暂电池电量消耗而被禁用。
- 在电池电量耗尽后将表盘暴露于光线下将出现 [CHARGE] 指示器。这表明充电开始。

## ● 充电时间指标

如下表格显示了大致充电时间的指标。

### 为使用一天所需要的充电时间

亮度等级 (Lux)	大概充电时间
50,000	8 分钟
10,000	30 分钟
5,000	48 分钟
500	8 小时

### 充电恢复时间

- 晴天，户外 (50,000 lux)

电池电量耗尽 → 电量中等	3 小时
电量中等 → 电量充足	22 小时
电量充足 → 电量充满	6 小时

- 晴天，窗边 (10,000 lux)

电池电量耗尽 → 电量中等	7 小时
电量中等 → 电量充足	84 小时
电量充足 → 电量充满	23 小时

- 阴天，窗边 (5,000 lux)

电池电量耗尽 → 电量中等	10 小时
电量中等 → 电量充足	136 小时
电量充足 → 电量充满	37 小时

- 室内日光灯 (500 lux)

电池电量耗尽 → 电量中等	119 小时
电量中等 → 电量充足	-
电量充足 → 电量充满	-

### 注

- 实际充电时间取决于充电环境、手表设置和其他因素。

## ● 节电功能

在晚上 10 点至早上 6 点之间将手表放在黑暗的地方大约一小时将导致显示屏显示为空白，并且手表将进入 1 级节电功能状态。如果在此状态下持续六至七天，手表将进入 2 级节电功能状态。

### 1 级节电：

秒针停止在 12 时处且数字显示屏变成空白以节省电量。

### 2 级节电：

所有指针均停止且数字显示屏变成空白以节省电量。将禁用所有功能。

### 从节电操作恢复

使用下面任一操作可退出节电功能。

- 按任意按钮。
- 将手表移至明亮位置。
- 通过将手表倾斜朝向面部触发自动照明。

### 注

- 在下述情况下，手表不会进入节电状态。
  - 处于“秒表模式”时
  - 处于“定时器模式”时
  - 显示气压变化指示器时

- 您可以启用或解除省电状态。

#### 🔗 配置节电功能设置

- 请注意，如果您佩戴手表时衣袖遮住表面，手表也可能进入节电状态。

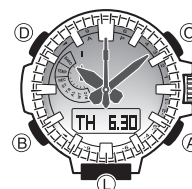
## 在黑暗中查看表面

在暗处查看时，手表正面会被照亮。

### ● 要手动照亮表面

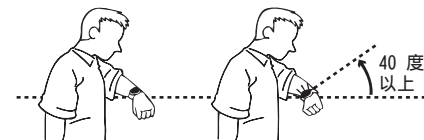
按下 (L) 可打开照明灯。

- 如果闹铃开始发出提示音或执行表冠操作时，照明会自动关闭。
- 信号接收操作或指针移动操作进行时，照明不会开启。传感器读取数据时，照明也不会开启。



### ● 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
  - 正在进行指针移动操作
  - 手表处于“罗盘模式”
  - 正在进行时间信号接收操作时

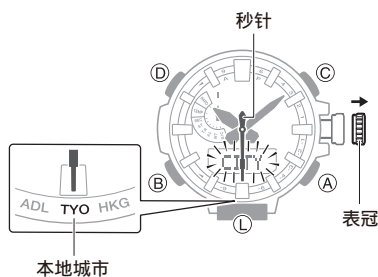
## ● 配置自动照明设置

您可以根据需要启用或禁用自动照明。

- 进入“计时模式”。  
🔗 [浏览不同模式](#)

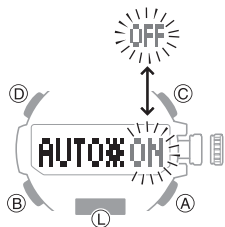
- 拉出表冠。

这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。



- 按下 (B) 三次。

显示屏上出现 [AUTO\*]，[ON] 或 [OFF] 闪烁。



- 旋转表冠可以启用或禁用自动照明。
- 按回表冠完成设置操作。

## 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

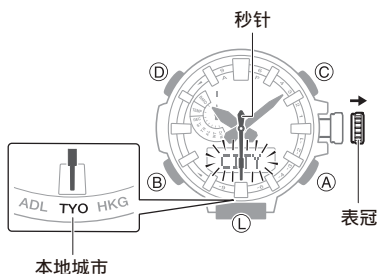
## ● 指定照明持续时间

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](#)

- 拉出表冠。

这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。

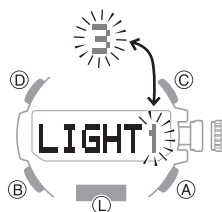


- 按下 (B) 四次。

显示屏上出现 [LIGHT]，[1] 或 [3] 闪烁。

- 旋转表冠选择照明持续时间。

[1]: 1.5 秒照明  
[3]: 3 秒照明



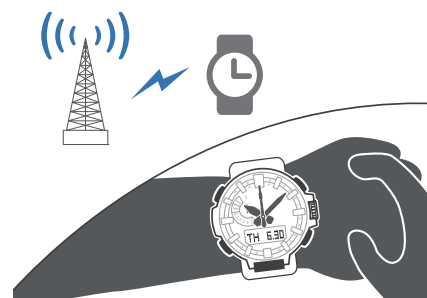
- 按回表冠完成设置操作。

## 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 时间调整

您的手表可以接收时间校准信号，并调整其日期和时间设置。



## 利用时间信号调整时间

### 概述

可以根据接收的时间校准信号配置手表的时间和日期设置。

### 重要提示!

- 要能根据接收的时间校准信号正确地调整当前时间设置，您需要指定手表的使用区域。  
🔗 [设置本地城市](#)

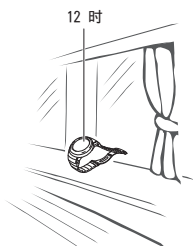
## 注

- 支持时间信号接收的区域有限。当在不支持接收时间校准信号的区域使用手表时，请手动调整时间和日期设置。  
🔗 [使用手表操作调整时间设置](#)

## 适当的信号接收位置

当手表靠近窗口时可以接收时间校准信号。

- 使手表的 12 点钟方向朝向窗口。
- 让手表远离金属物体。
- 请勿移动手表。
- 请勿在手表上执行任何操作。



### 注

- 在下述区域可能遇到时间校准信号接收问题。
  - 在建筑物之间或靠近建筑物的地方
  - 驾车时
  - 靠近家用电器、办公机械、手机等时
  - 在建筑工地、机场或其他任何发生无线电波干扰的地方
  - 靠近高压电线的地方
  - 在山区或高山背后

## 时间信号接收范围

### ● 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

- 即使您处于时间校准信号的正常接收范围内，以下因素也可能导致无法接收信号：地理轮廓、天气、季节、一天中的时间、无线噪声。
- 当您选择的本地城市不支持信号接收时，手表将无法接收时间校准信号。

## 自动接收时间校准信号

午夜至凌晨 5:00 之间会自动执行时间校准信号接收操作并调整时间和日期设置。一旦信号接收操作成功，当天就不再执行自动接收操作。

1. 将手表放在窗边或适合接收信号的其他位置。
  - 正在进行时间信号接收时，显示屏上将显示 [RC !]。
  - 接收操作成功后，手表将自动调节其当前时间和日期设置，然后返回至“计时模式”。

### 注

- 接收信息可能需要大约 2 分钟到 10 分钟的时间。最长可能需要 20 分钟。

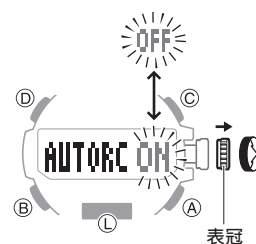
## 启用和禁用自动接收

您可以通过禁用“自动接收”设置来停止自动接收。

### 注

- 尽管“本地城市”设置是可用来接收时间信号，但您可以根据需要启用或禁用自动接收。  
🔍 [时间信号接收范围](#)

1. 进入“接收模式”。  
🔍 [浏览不同模式](#)
2. 拉出表冠。  
显示屏上出现 [AUTORC], [ON] 或 [OFF] 闪烁。



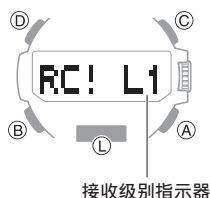
3. 旋转表冠可启用或禁用“自动接收”。
4. 按回表冠完成设置操作。

**注**

- 执行“自动接收”开启/关闭操作时，如果您大约三分钟内未执行任何操作，则手表将自动返回“计时模式”。
- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

**手动接收时间校准信号**

1. 将手表放在窗边或适合接收时间信号的某个其他位置。
2. 进入“接收模式”。  
🔍 浏览不同模式
3. 按住 (A) 至少两秒，直至 [RC!] 出现在显示屏上。  
这表明接收操作已开始。接收操作完成后，手表的时间和日期设置将相应调整。



接收级别指示器

- 当接收操作正在进行时，级别显示器显示信号级别 ([L1]、[L2]、[L3])。

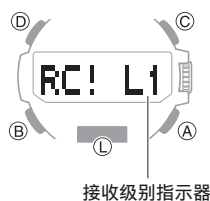
🔍 接收级别指示器

**注**

- 接收操作可能需要大约 2 分钟到 10 分钟的时间。最长可能需要 20 分钟。
- 与白天相比，最好在夜间进行时间校准信号接收。

**接收级别指示器**

正在进行接收操作时，显示屏上显示的当前状态如下所示。使用级别指示器找到信号接收稳定的位置。



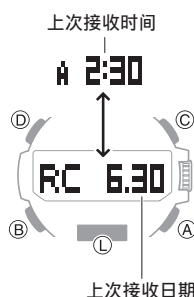
接收级别指示器

**注**

- 时间信号接收条件的稳定过程大约需要 10 秒。
- 接收条件受天气、时段、周围环境等因素影响。

**检查上次时间调整结果**

1. 进入“接收模式”。  
🔍 浏览不同模式  
这会显示上次成功接收操作的日期和时间。



上次接收日期

**信号接收须知**

- 当手表出于某些原因无法根据校准信号调整其时间时，每个月的平均计时准确率会有  $\pm 15$  秒的误差。
- 请注意，手表在接收信号后会进行内部解码过程，这可能导致时间设置熄灭片刻（不到 1 秒）。
- 在下述条件下无法接收时间校准信号。
  - 电池电量低
  - 在除计时模式之外的任何模式下
  - 手表处于 2 级省电功能状态时
  - 当指南针读数、气压测量、温度测量或高度测量操作正在进行时
  - 启用气压变化指示后
  - 当定时器正在进行倒计时操作时
  - 本地城市区域设置是无法接收时间信号的设置时
  - 手表在时间信号接收范围之外
- 接收操作成功后，将自动调整时间和/或日期设置。在下述情况下无法正确应用夏令时间。
  - 夏令时间开始日期和时间、结束日期和时间或其他规则由官方机构更改
- 截至 2021 年 1 月，中国不使用夏令时。如果中国未来开始使用夏令时，手表显示的中国时间可能不正确。

## 使用手表操作调整时间设置

如果由于某种原因，您不能使用时间信号接收来调整当前时间设置，您可以使用手表按钮操作手动调整日期、时间和本地城市设置。

### ● 设置本地城市

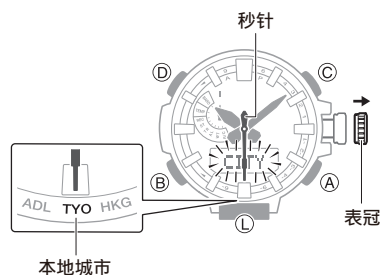
使用本节的步骤选择一个城市作为您的“本地城市”。如果您所在地区遵行夏令时间，您也可以启用或禁用夏令时间。

1. 进入“计时模式”。

🔍 浏览不同模式

2. 拉出表冠。

这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。



3. 旋转表冠，将秒针移至您要设为“本地城市”的城市的城市代码处。

- 要了解关于城市代码的信息，请参阅以下信息。

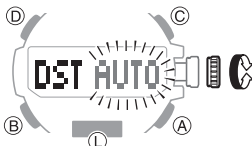
🔍 城市表

4. 按下 (B)。

5. 旋转表冠以选择夏令时设置。

通过如下所示设置项目，旋转表冠周期。

- [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. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。
- 当手表的本地城市位于可以接收时间信号的区域时，[AUTO] 夏令时设置才有效。

### ● 设置时间/日期

如果在无法接收到信号的区域内使用手表，您可以使用下述流程调节时间和日期设置。

#### 重要提示!

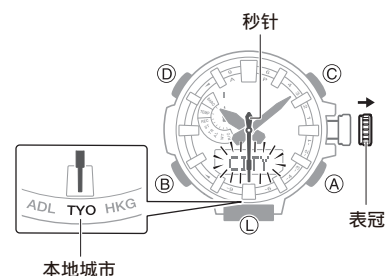
- 如果在可以接收到信号的区域内使用手表，建议使用时间信号进行时间和日期设置。
  - 在更改当前时间和日期设置之前，请先配置本地城市设置。
- 🔍 设置本地城市

1. 进入“计时模式”。

🔍 浏览不同模式

2. 拉出表冠。

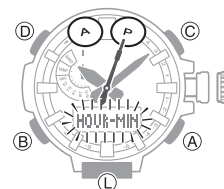
这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。



3. 按下 (D)。

这样将会使显示屏上闪烁 [HOUR-MIN]。

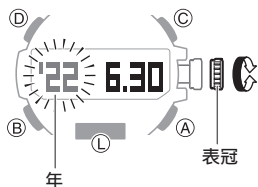
- 您可以通过检查秒针位置，了解时间是上午 ([A]) 还是下午 ([P])。



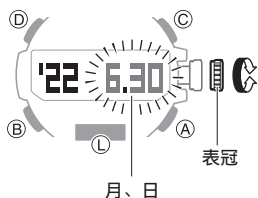
4. 旋转表冠以更改分钟设置。



5. 按下 (B)。  
这样将会使显示屏上闪烁 [HOUR]。
6. 旋转表冠以更改时钟设置。
7. 按下 (B)。  
这样将会使显示屏上闪烁当前年份设置。
8. 旋转表冠更改年份设置。



9. 按下 (B)。  
这样将会使显示屏上闪烁月份和日期。
10. 旋转表冠更改月份和日期设置。



11. 在分钟上面出现时间信号时，按回表冠完成设置操作。

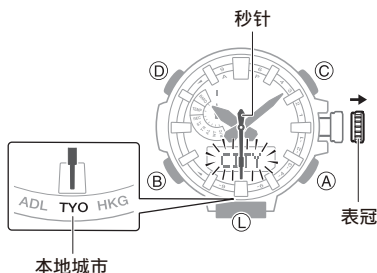
### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

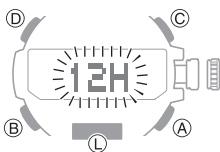
### ● 切换 12 小时和 24 小时计时制

您可指定以 12 小时制或 24 小时制为时间显示格式。

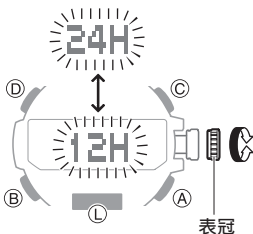
1. 进入“计时模式”。  
🔍 浏览不同模式
2. 拉出表冠。  
这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。



3. 按下 (B) 五次。  
此操作会使显示屏上闪烁 [12H] 或 [24H]。



4. 旋转表冠选择 [12H] (12 小时制) 或 [24H] (24 小时制)。



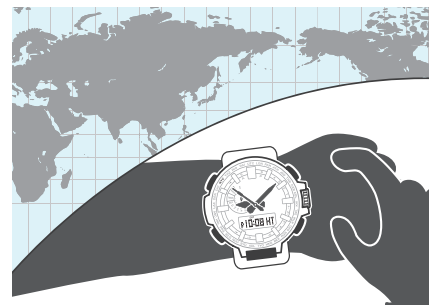
5. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 世界时间

您可以查看 29 个城市的当前时间和 UTC (协调世界时) 时间。



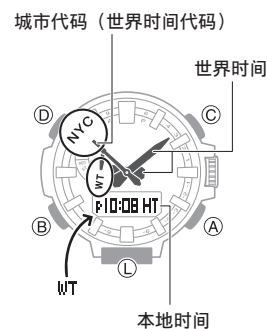
### 查看世界时间

1. 进入“世界时间模式”。

#### 🔍 浏览不同模式

这样将会显示 [WT] 约 1 秒。接下来，时针和分针将指示世界时间城市的当前时间。此时，秒针将指向世界时间城市的城市代码。

- 数字显示屏将显示本地城市的当前时间。
- 要检查世界时间城市的当前时间为上午或是下午，请按 (A)。这将导致秒针移至 [A] (上午) 或 [P] (下午)。三秒后，秒针将返回以指示秒数。
- 要使秒针移至当前选定的城市，请按 (D)。三秒后，秒针将返回以指示秒数。



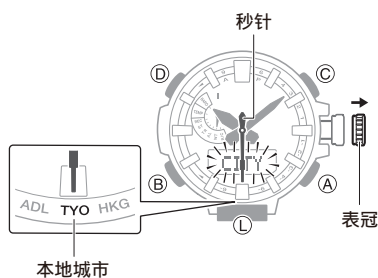
## 指定世界时间城市

使用本节中的步骤选择世界时间城市。如果您所在地区遵行夏令时间，您也可以启用或禁用夏令时间。

1. 进入“世界时间模式”。  
[浏览不同模式](#)

2. 拉出表冠。

这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。

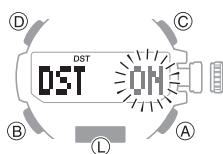


3. 旋转表冠，将秒针移至您要指定为世界时间城市的城市代码。

这样将会显示您所选城市的当前时间。

4. 按下 (B)。

这样将会使显示屏上闪烁 [ON] 或 [OFF]。



5. 旋转表冠以选择夏令时设置。

- [OFF]  
手表始终显示标准时间。
- [ON]  
手表始终显示夏令时间。

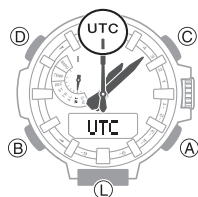
6. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。
- 当 [UTC] 选为城市时，您将无法更改或检查夏令时间设置。

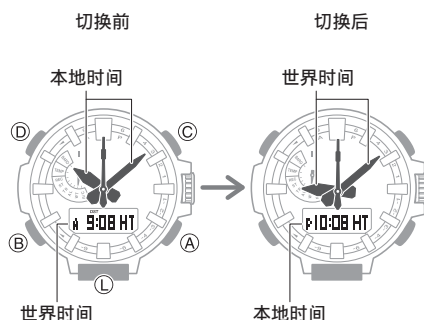
### ● 将 UTC (协调世界时) 指定为世界时间城市

要将 UTC (协调世界时) 设为世界时间城市，请进入“世界时间模式”，然后按住 (A) 至少三秒。



## 切换本地时间和世界时间

在“世界时间模式”中，按住 (D) 至少三秒，直至 [CITY] 闪烁，本地城市时间将与世界时间交换位置。



## 闹铃

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。

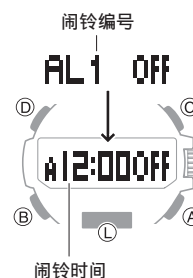


## 配置闹铃设置

1. 进入“闹铃模式”。

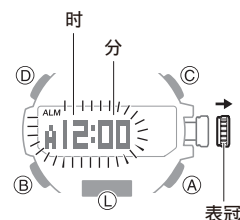
[浏览不同模式](#)

2. 使用 (A) 和 (C) 显示要更改其设置的闹铃的编号 ([AL1] 到 [AL5])。



3. 拉出表冠。

这会使小时数和分钟数闪烁。

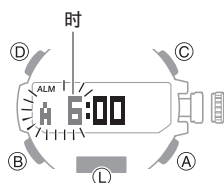


4. 旋转表冠以更改分钟设置。

- 小时数字会与分钟数字同步更改。

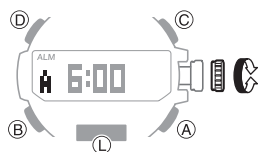
5. 按下 (B)。

此操作会让小时数字闪烁。



6. 旋转表冠更改时钟设置。

- 如果使用 12 小时计时制，则时间设置将显示为 [A] (上午) 或 [P] (下午)。



7. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果在“闹铃模式”下约三分钟未执行任何操作，则手表将自动返回“计时模式”。
- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

### ● 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

- 达到闹铃时间时，会发出蜂鸣音，持续时间为 10 秒。

## 启用整点报时

1. 进入“闹铃模式”。

🔍 浏览不同模式

2. 按下 (A) 或 (C) 可显示整点报时屏幕 ([SIG])。



3. 按下 (D) 将在启用和禁用整点报时之间切换。

- 启用整点报时时，[SIG] (整点报时) 显示在显示屏上。



## 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

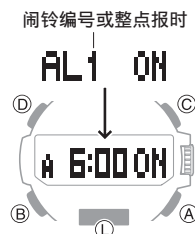
- 如果打开了任何闹铃或整点报时，都会显示指示器。
- 如果所有闹铃和/或整点报时处于关闭状态，相应的指示器都不会显示。



1. 进入“闹铃模式”。

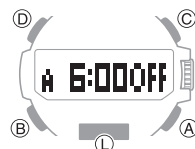
🔍 浏览不同模式

2. 使用 (A) 和 (C) 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闹铃。



3. 按下 (D) 可关闭显示的闹铃或整点报时。

- 每次按下 (D) 将在开和关之间进行切换。
- 关闭所有闹铃会使显示屏上的 [ALM] (闹铃) 消失，而禁用整点报时会使 [SIG] (整点报时信号) 从显示屏上消失。



### 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。

## 数字罗盘

您可以使用“罗盘模式”确定北方和查看目的地的方位。



### 重要提示!

- 查看以下信息，了解如何确保读数正确。
  - 🔗 [校准罗盘读数](#)
  - 🔗 [数字罗盘读数注意事项](#)

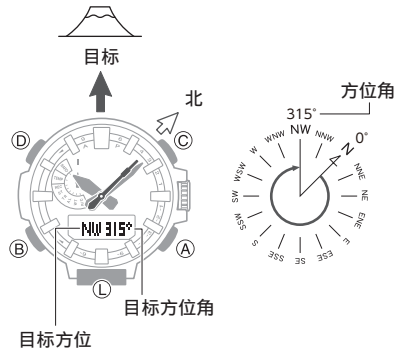
## 获取罗盘读数

1. 进入“罗盘模式”。
  - 🔗 [浏览不同模式](#)
  - 还可以在“计时模式”或“测高仪模式”下执行此操作。
2. 使手表的 12 点钟方向指向目标。
3. 让手表保持水平并按下 (C)。
 

这样将会显示 [COMP] 并启动数字指南针读数。

  - 秒针指向北。数字显示屏显示 16 个文字方向指示中的一个或方位角度。
  - 要再次触发罗盘操作，请按下 (C)。

## 解释方位读数



方向：N（北）、E（东）、W（西）、S（南）

### 注

- 通常，罗盘指示的是磁北。您也可以配置设置以指示真北。
  - 🔗 [设置真北读数（磁偏角校准）](#)
  - 🔗 [磁北和真北](#)
- 显示初始读数后，手表将在接下来的 60 秒内大约每秒获取一次读数。手表将在按下 (C) 大约 60 秒后自动返回“计时模式”。
- 正在执行罗盘操作时，“自动照明”不会照亮表面。
- 如果闹铃或其他蜂鸣音响起，或者如果在执行罗盘操作过程中通过按 (L) 开启照明，罗盘操作将暂时禁用。罗盘操作将在蜂鸣音停止时或照明关闭时恢复。
- 如果您在“罗盘模式”下约 1 分钟内未执行任何操作，则手表将自动返回“计时模式”。

## ● 将地图与实际环境匹配（设置地图）

设置地图意味着与地图匹配，以使地图上指示的方向与您所处位置的实际方向一致。设置地图之后，您可以更轻松地掌握地图标注与实际地理轮廓之间的关系。要使用此手表设置地图，请将地图上的北方与手表的北方指示对齐。设置地图后，您便可以将自己在地图上的方位与周围环境进行比较，以帮助确定当前所处的位置和目的地。

- 请注意：您必须具备读图技能和经验才能在地图上确定自己当前所处的位置和目的地。

## 校准罗盘读数

### 校准罗盘读数

当你发现手表的罗盘读数与其他罗盘读数不同，或在登山或长途跋涉之前，请进行 2 点校准。

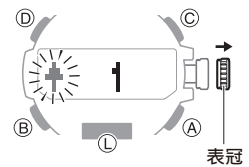
- 请注意：在存在强磁场的区域无法获得准确的罗盘读数和/或校准。
  - 🔗 [数字罗盘读数注意事项](#)

### 2 点校准

1. 进入“罗盘模式”。
  - 🔗 [浏览不同模式](#)

2. 拉出表冠。

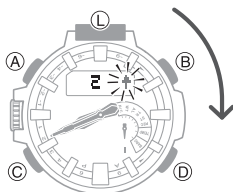
这样将会显示 [↑ 1]。



3. 让手表保持水平并按下 (C)。

这样将会开始校准第一个点，显示屏上会出现 [↑ WAIT]。校准成功后，指示器将按照下列顺序出现在指示器上：[OK] → [Turn 180°] → [↓ 2]。

4. 旋转手表 180 度，注意要尽量精确。



5. 按下 (C)。

- 这样将会开始校准第二个点，显示屏上会出现 [↓ WAIT]。
- 校准成功后，显示屏上将出现 [OK]，并且手表将返回“数字罗盘”屏幕。

6. 推入表冠，完成校准操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。
- 如果校准因故失败，显示屏上将显示 [ERR]。如果出现这种情况，再次从第 2 步开始执行上述步骤。

## 设置真北读数 (磁偏角校准)

如果希望手表指示真北而非磁北，您需要指定当前磁偏角方向 (东或西) 和偏角。

### 磁北和真北

- 磁偏角角度值单位只能设置为 1° (度)。使用与要设置的角度最为接近的值。  
示例：对于角度 7.4°，设置为 7°。  
示例：对于角度 7°40' (7 度 40 分)，设置为 8°。

### 注

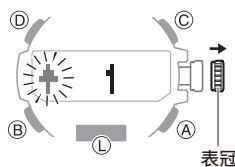
- 特定位置的磁偏角角度 (东或西) 和角度值可以在地形图、登山地图和包含等高线的其他地图中找到。

1. 进入“罗盘模式”。

### 浏览不同模式

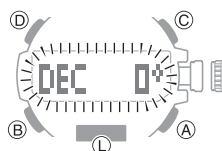
2. 拉出表冠。

这样将会显示 [↑ 1]。



3. 按下 (B)。

这样将会显示 [DEC] 以及当前磁偏角设置。



4. 根据需要，旋转表冠选择磁偏角方向和角度设置。

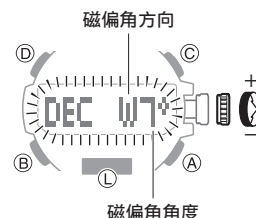
设置范围：西 90° 到东 90°

[OFF]：磁北

[E]：东偏 (磁北偏向真北以东。)

[W]：西偏 (磁北偏向真北以西。)

- 要返回设置至 [OFF]，请同时按下 (A) 和 (C)。



5. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

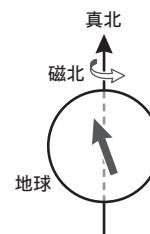
### 磁北和真北

北方实际上有两种：磁北和真北。

磁北：罗盘指针指示的北方

真北：北极方向

如下图所示，磁北和真北并不相同。



### 注

- 商用地图上指示的北方通常是真北。

## 数字罗盘读数注意事项

### 使用位置

在强磁源附近获取读数可能导致读数错误。让手表远离下列各种物品。

永久磁铁（磁性配件等）、金属物体、高压电线、天线、家用电器（电视、电脑、手机等）

- 请注意：在室内无法获得正确的方向读数，尤其是在钢筋混凝土建筑物内。
- 在电气火车、船舶、飞机等交通工具上无法获得准确的方向读数。

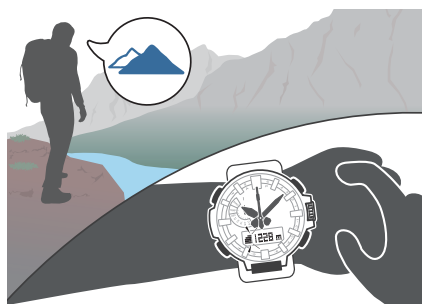
### 存放位置

将手表暴露在磁场下可能会影响数字罗盘读数的准确性。让手表远离下列各种物品。

永久磁铁（磁性配件等）、金属物体、家用电器（电视、电脑、手机等）

## 高度测量

手表根据通过内置压力传感器获取的气压测量值获取高度读数并显示结果。



### 重要提示!

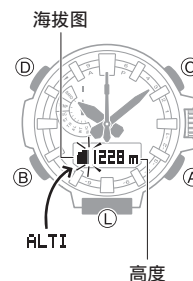
- 手表显示的高度读数是根据手表压力传感器测得的气压计算的相对值。这意味着天气导致的气压变化会使在同一位置获取的高度读数不相同。另请注意：手表显示的值可能与您所处区域指示的实际高度和/或海拔高度有所不同。登山期间使用手表的高度计时，建议按照当地高度（海拔）指示定期校准其读数。  
 校准高度读数（偏移）
- 查看以下信息，了解如何将手表生成的读数与本地高度（海拔）指示提供的值之间的差异降至最小。  
 校准高度读数（偏移）  
 高度读数注意事项

## 查看当前高度

1. 进入“高度计模式”。

### 浏览不同模式

进入“高度计模式”后，将开始高度测量并显示您当前位置的高度。



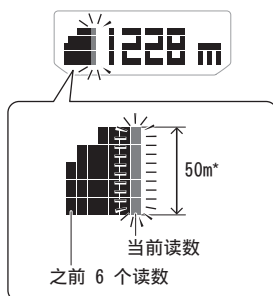
- 在大约前三分钟内，手表每秒获取一次高度读数。此后，按照手表的自动测量间隔设置获取读数。
- 查看以下信息，了解如何配置自动测量间隔。  
 设置自动测量间隔
- 要重新触发测量，请按下 (A)。
- 要返回“计时模式”，请按下 (B)。

### 注

- 当您进行高度测量时，如果时针和/或分针位于数字显示屏上方，指针会暂时移到4点或8点的位置，以便您读取测量值。大约三秒钟后，指针将回到正常位置。
- 进入“高度模式”时，秒针指示计时秒数或高度测量值之间的差值（以您上次在“高度模式”中指示的为准）。您可以通过按 (D) 在两个秒针功能之间进行切换。
- 测量范围：-700 到 10,000 米（-2,300 到 32,800 英尺）（测量单位：1 米（5 英尺））  
 请注意：校准高度读数会导致测量范围更改。
- 如果超出允许的范围，测量值将显示为 [---]。



## 解释高度图内容



\* 1 个方块 (■) 是 10 米。

## 校准高度读数 (偏移)

要将当地指示的值与测量值之间的差异降至最小，您应该在出发之前以及在徒步或获取高度读数的任何活动过程中更新参考高度值 (偏移)。

另外，登山时，您可以查看地图当地高度指示或指示您当前位置高度的某些其他信息来源，并使用最新信息定期校准手表读数，从而确保进行准确测量。

### 注

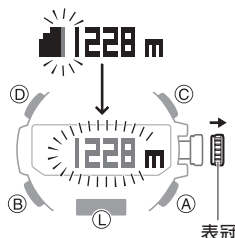
- 您可以通过标志、地图和互联网等资源找出您当前位置的高度。
- 以下因素会导致实际高度与手表读数之间出现差异。
  - 气压变化
  - 气压和海拔变化导致温度变化
- 虽然无需校准即可获得高度读数，但这样做生成的读数可能会与高度标志指示的高度大不相同。

1. 进入“高度计模式”。

🔍 浏览不同模式

2. 拉出表冠。

这将显示当前高度并进入“高度偏移”模式。



3. 旋转表冠，以将显示的值校准为当地高度 (海拔) 标志指示的值。

设置范围: -3,000 至 10,000 米 (或 -9,840 至 32,800 英尺)

设置单位: 1 米 (或 5 英尺)

- 要将高度设置恢复为初始出厂默认设置，请同时按 (A) 和 (C)。

4. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 检查距参考点的高度差

设定参考高度之后，手表的秒针将指示当前高度与参考高度之间的差值。这样一来，您便可在登山或徒步过程中轻松地测出两点之间的高度差。

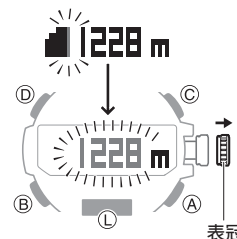
### ● 设定高度差测量范围

1. 进入“高度计模式”。

🔍 浏览不同模式

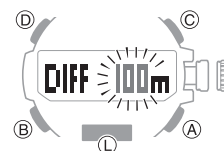
2. 拉出表冠。

这将显示您当前位置的高度。



3. 按下 (B) 两次。

这将显示高度差测量范围。



4. 旋转表冠，选择 [100m] 或 [1000m]。

[100m]: ±100 米 (±328 英尺)，以 5 米 (16 英尺) 为单位

[1000m]: ±1000 米 (±3280 英尺)，以 50 米 (164 英尺) 为单位

5. 按回表冠完成设置操作。

## 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## ● 测量高度

1. 使用地图上的等高线确定当前位置与目的地之间的高度差。
2. 获取您当前位置的高度读数。  
[查看当前高度](#)
3. 按住 (D) 至少两秒，将您当前位置的高度设为参考高度。  
这将显示 [DIFF RESET] → [RESET]，然后显示您当前的高度。  
• 秒针（高度差指示器）将指示参考高度与当前高度读数之间的差值。此时秒针应指示 ±0 米（±0 英尺）。

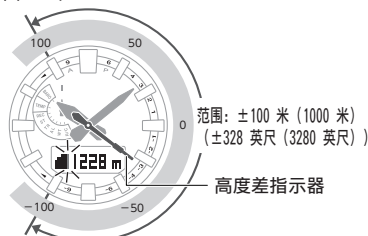


4. 比较您在地图上找到的高度与手表的秒针指示的高度差之间的差异时，您可朝着目的地前进。

- 当您在地图上找到的高度差与秒针指示的高度差相同时，表示您已接近目的地。

示例：高度差 -30 米（-98 英尺）（-300 米（-984 英尺））

单位：米



## 注

- 您可以通过按 (D) 在两个秒针功能之间进行切换。  
[查看当前高度](#)
- 如果当前高度差大于设置值，则秒针指向 ▲（大于）；如果当前高度差小于设置值，则秒针指向 ▼（小于）。如果在使用 ±100 米（328 英尺）测量范围时指示二者，请将范围设置更改为 ±1000 米（3280 英尺）。
- 如果读数超出允许的高度测量范围（-700 米到 10,000 米（-2,300 到 32,800 英尺）），或者如果读数出错，秒针将移至 9 时。

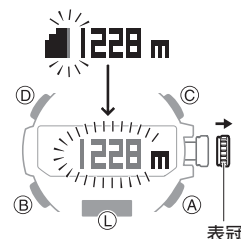
## 设置自动测量间隔

您可以从五秒或两分钟中选择一个自动测量间隔。

1. 进入“高度计模式”。  
[浏览不同模式](#)

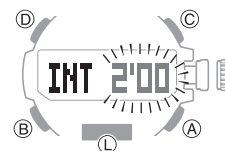
2. 拉出表冠。

这将显示您当前位置的高度。



3. 按下 (B)。

这会导致显示屏上出现自动测量间隔。



4. 旋转表冠，选择 [0'05] 或 [2'00] 作为自动测量间隔。

[0'05]：前三分钟内每秒钟获取一次读数，接下来大约一小时内每五秒钟获取一次读数。

[2'00]：前三分钟内每秒钟获取一次读数，接下来大约 12 小时内每两分钟获取一次读数。

5. 按回表冠完成设置操作。

## 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。
- 将 [0'05] 选定为测量间隔时，如果在“高度计模式”下大约一小时内不执行任何操作，或者将 [2'00] 选定为测量间隔时起大约 12 小时内，手表将自动返回“计时模式”。

## 记录高度读数

使用以下步骤手动记录高度测量值。手表还将自动记录自动测量值。

- 使用“高度记录复示模式”可以查看或删除记录。

[查看高度记录](#)

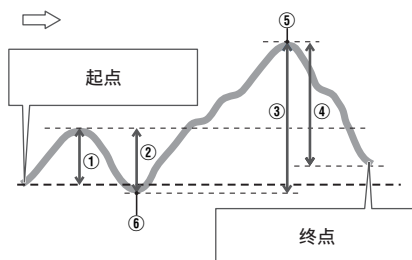
### ● 手动记录高度数据

1. 进入“高度计模式”。  
[浏览不同模式](#)
2. 按住 (A) 至少两秒，直至 [REC] 在显示屏上停止闪烁。  
这将记录当前高度、日期和时间。
  - 手表内存足以保存 30 条高度记录。
  - 内存中已有 30 条记录时记录高度数据会自动删除最早的记录，以为新记录腾出空间。



### ● 自动记录高度数据

当手表处于“高度计模式”时，它将自动记录下述高度数据。内存中为以下每个项目保留一条记录。



最高高度 (MAX) : ⑤

最低高度 (MIN) : ②

累计上升高度 (ASC) : ①+③\*

累计下降高度 (DSC) : ②+④\*

\* 只要两个读数之间存在至少 ±15 米 (±49 英尺) 的差值，累计上升高度值和累计下降高度值便会更新。

## 注

- 退出“高度计模式”时自动记录结束。重新进入“高度计模式”会从您上次退出该模式时停止的值开始重新启动累计值记录。

## 指定高度测量单位

您可以选择米 (m) 或英尺 (ft) 作为“高度计模式”显示单位。

### 重要提示!

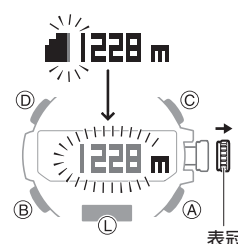
- 将东京 (TYO) 设置为本地城市时，高度单位固定为米 (m) 且不能更改。

1. 进入“高度计模式”。

[浏览不同模式](#)

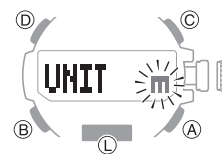
2. 拉出表冠。

这将显示当前高度并进入“高度偏移”模式。



3. 按下 (B) 三次。

这会导致 [UNIT] 出现，闪烁 [m] 或 [ft]。



4. 旋转表冠，选择一个高度单位。

[m]: 米

[ft]: 英尺

米

英尺



5. 按回表冠完成设置操作。

## 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 高度读数注意事项

### 温度影响

在获取高度读数时，请采取以下步骤，并使手表保持尽可能稳定的温度。温度的变化会影响高度读数。

- 手表佩戴在手腕上时获取读数。
- 在温度稳定的区域获取读数。

### 高度读数

- 跳伞、悬挂式滑翔、滑翔伞、直升机飞行、滑翔机飞行或参与高度突然变化的其他活动时请勿使用此款手表。
- 此手表生成的高度读数不适用于专用级或工业级用途。
- 在飞机中，手表测量的是机舱内增压气压，因此读数与机务人员公告的高度不一致。

### 高度读数（相对高度）

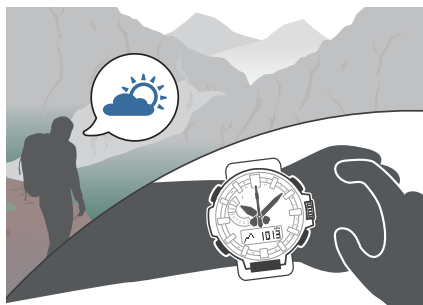
此款手表采用国际民用航空组织（ICAO）定义的国际标准大气（ISA）相对高度数据。通常情况下，气压会随着高度升高而降低。

在下述情况下，可能无法获得正确测量值。

- 大气条件不稳定期间
- 温度骤变期间
- 手表遭到强烈撞击后

## 气压测量

您可以使用“气压计模式”获取您当前位置的气压读数，以跟踪读数变化和趋势。



### 重要提示！

- 查看以下信息，了解如何确保读数正确。
  - 🔍 [校准气压读数（偏移）](#)
  - 🔍 [气压读数注意事项](#)

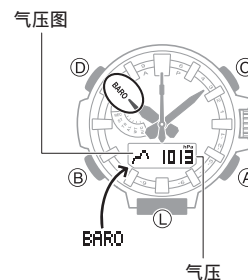
## 查看现在气压

1. 进入“气压计模式”。

### 🔍 浏览不同模式

进入“气压计模式”将开始测量，并显示您当前位置的气压和气压图。

- 进入“气压计模式”后，手表在三分钟内每五秒钟获取一次读数。此后，每两分钟获取一次测量值。



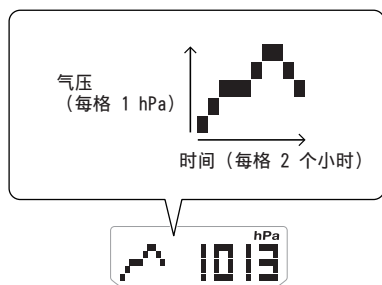
- 要重新触发测量，请按下（A）。
- 要返回“计时模式”，请按住（B）至少两秒。

### 注

- 当您进行气压测量时，如果时针和/或分针位于数字显示屏上方，指针会暂时移到4点或8点的位置，以便您读取测量值。大约三秒钟后，指针将回到正常位置。
- 进入“气压计模式”时，秒针指示计时秒数，或气压计测量值之间的差值（以您上次在“气压计模式”下指示的为准）。您可以通过按（D）在两个秒针功能之间进行切换。
- 如果在大约一小时内不执行任何操作，手表将从“气压计模式”自动返回“计时模式”。
- 测量范围为 260 hPa 至 1,100 hPa（7.65 inHg 至 32.45 inHg）（以 1 hPa（0.05 inHg）为单位）。如果超出允许的范围，测量值将显示为 [---]。

## 查看一段时间内的气压变化

手表显示 20 小时的气压图，其中数据是每隔两小时获取的气压读数。图中最右侧的方块 (■) 指示最新气压读数。



### ● 预测未来天气

趋势:	意义:
	气压升高，表示未来天气可能较晴朗。
	气压下降，表示未来天气可能较恶劣。

### 注

- 气压和/或温度大幅变化会导致过去的的数据读数绘制在气压图可见区域之外。虽然绘图不可见，但数据仍然保留在手表内存中。
- 显示气压变化指示期间不显示气压图。  
○ [气压突然变化指示](#)

## 查看两个气压读数之间的变化

在“气压计模式”下执行下列步骤时，秒针指示当前气压测量值和上次自动测量值之间的差值（每两小时间隔测量一次）。

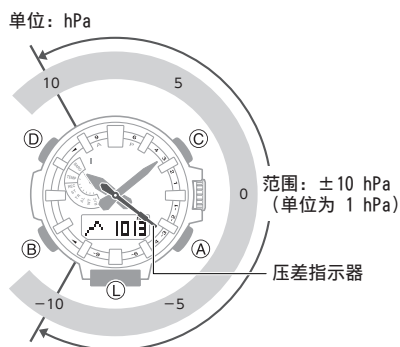
1. 进入“气压计模式”。

○ [浏览不同模式](#)

2. 按下 (D)。

秒针指示气压差（压差指示灯）。

示例：-3 hPa 的气压差（约 -0.09 inHg）



### 注

- 您可以通过按 (D) 在两个秒针功能之间进行切换。  
○ [查看现在气压](#)
- 如果当前气压差大于 +10 hPa (0.3 inHg)，则秒针指向 ▲ (大于)；如果当前气压差小于 -10 hPa (-0.3 inHg)，则秒针指向 ▼ (小于)。
- 超出允许的测量范围 (260 hPa 至 1,100 hPa (7.65 inHg 至 32.45 inHg)) 的读数或任何测量误差都将使秒针移至 9 点钟位置。

## 气压突然变化指示

只要手表检测到气压读数显著变化（由于突然上升或下降，或通过低压或高压区域），它将发出蜂鸣音提示您。如果手表处于“气压计模式”，或者如果处于“计时模式”并显示气压图，此时屏幕上还将闪烁一个箭头。闪烁的箭头显示气压变化的方向。此类提示被称为“气压变化指示”。

指示器:	意义:
	压力突然下降
	压力突然上升
	气压持续上升，转为下降
	气压持续下降，转为上升

### 重要提示!

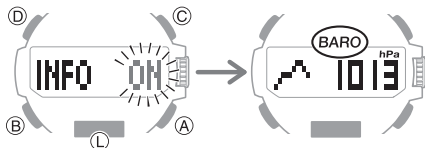
- 要确保气压变化指示器正常工作，请在高度恒定的位置（如旅馆、露营区或在海上）开启该功能。
- 高度变化会导致气压变化。因此无法获得正确读数。请勿在上山或下山等情况下获取读数。

1. 进入“气压计模式”。

🔍 浏览不同模式

2. 按住 (D) 至少 2 秒钟。

如果这打开了气压变化指示, [INFO ON] 将停止闪烁, 然后 [BARO] 指示器将出现在显示屏上。



3. 要禁用气压变化指示, 请再次按住 (D) 至少 2 秒钟。

### 注

- 如果气压变化指示开启, 即使手表未处于“气压计模式”, 它也会每隔两分钟获取一次气压读数。
- 气压变化指示将在启用 24 小时后自动禁用。
- 如果手表的电池电量不足, 您将无法打开气压变化指示。
- 电池电量低还会导致气压变化指示自动关闭。

## 校准气压读数 (偏移)

手表的气压传感器在出厂前进行了调整, 通常不需要校准。但是, 如果您发现读数出现重大错误, 您可以校准显示的值。

### 重要提示!

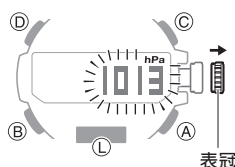
- 如果在校准过程中犯错, 则手表将无法生成正确的气压读数。进行检查以确保用于校准的值可以生成正确的气压读数。

1. 进入“气压计模式”。

🔍 浏览不同模式

2. 拉出表冠。

这将显示当前气压并进入“气压偏移”模式。



3. 旋转表冠以更改值。

设置范围: 260 至 1,100 hPa (或 7.65 至 32.45 inHg)

设置单位: 1 hPa (或 0.05 inHg)

- 要将气压设置恢复为其初始出厂默认设置, 请同时按 (A) 和 (C)。

4. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作, 将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况, 请将表冠按回再拉出即可。

## 指定气压单位

您可以将百帕斯卡 (hPa) 或英寸汞柱 (inHg) 指定为气压值的显示单位。

### 重要提示!

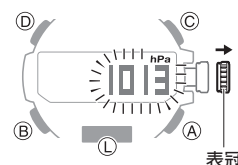
- 当东京 (TYO) 为本地城市时, 气压单位固定为百帕 (hPa) 且不能更改。

1. 进入“气压计模式”。

🔍 浏览不同模式

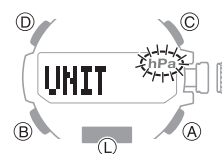
2. 拉出表冠。

这将显示当前气压。



3. 按下 (B)。

这会导致 [UNIT] 出现, 闪烁 [hPa] 或 [inHg]。



4. 旋转表冠, 选择一个气压单位。

[hPa]: 百帕

[inHg]: 英寸汞柱



5. 按回表冠完成设置操作。



**注**

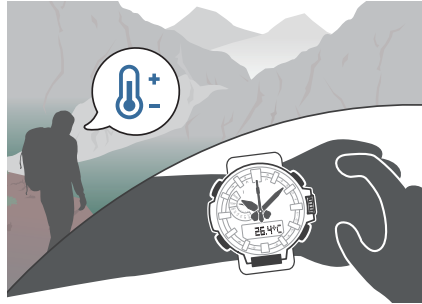
- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

**气压读数注意事项**

- 手表生成的气压图可用于预测未来的天气情况。但是，此款手表不应代替官方天气预报所需的精密仪器。
- 压力传感器读数会受突然变化的温度影响。因此，手表生成的读数可能会有某种程度的错误。

**温度测量**

手表可用于获取现在气温读数。

**重要提示!**

- 查看以下信息，了解如何确保读数正确。
- 🔍 [温度读数注意事项](#)

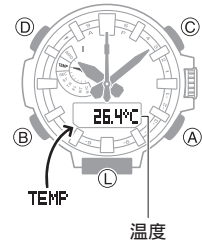
**查看现在温度**

1. 进入“温度计模式”。

🔍 [浏览不同模式](#)

进入“温度计模式”将开始测量温度并显示结果。

- 进入“温度计模式”后，手表会在三分分钟内每五秒钟获取一次读数。此后，每两分钟获取一次测量值。
- 要重新触发测量，请按下 (A)。

**注**

- 当您进行温度测量时，如果时针和/或分针位于数字显示屏上方，指针会暂时移到4点或8点的位置，以便您读取测量值。大约三秒钟后，指针将回到正常位置。
- 如果在“温度计模式”下大约一小时内未执行任何操作，手表将自动返回“计时模式”。
- 温度范围为  $-10.0^{\circ}\text{C}$  到  $60.0^{\circ}\text{C}$  ( $14.0^{\circ}\text{F}$  到  $140.0^{\circ}\text{F}$ ) (单位为  $0.1^{\circ}\text{C}$  ( $0.2^{\circ}\text{F}$ ))。如果超出允许的范围，测量值将显示为 [---]。
- 要返回“计时模式”，请按住 (B) 至少两秒。

## 校准温度读数（偏移）

手表的温度传感器在出厂前进行了调整，通常不需要校准。但是，如果您发现读数出现重大错误，您可以校准显示的值。

### 重要提示！

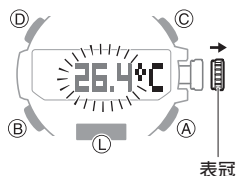
- 进行检查以确保用于校准的值可以生成正确的温度读数。
- 校准温度读数之前，请从手腕上摘下手表，然后将其放在您打算测量温度的区域大约 20 或 30 分钟，以使手表温度与空气温度相同。

1. 进入“温度计模式”。

[浏览不同模式](#)

2. 拉出表冠。

这将显示当前温度。



3. 旋转表冠校准温度值。

校准单位：0.1°C (0.2°F)

- 要将气压设置恢复为其初始出厂默认设置，请同时按 (A) 和 (C)。

4. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 指定温度测量单位

您可以选择摄氏度 (°C) 或华氏度 (°F) 作为温度显示单位。

### 重要提示！

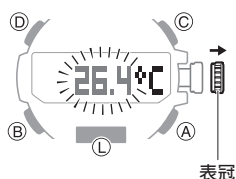
- 将东京 (TYO) 设置为本地城市时，温度单位固定为摄氏度 (°C) 且不能更改。

1. 进入“温度计模式”。

[浏览不同模式](#)

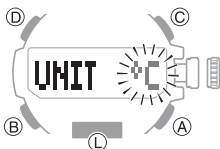
2. 拉出表冠。

这将显示当前温度。



3. 按下 (B)。

这会导致出现 [UNIT]，且闪烁 [°C] 或 [°F]。



4. 旋转表冠，选择一个温度单位。

[°C]: 摄氏度

[°F]: 华氏度



5. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 温度读数注意事项

体温、直射阳光和湿度都会影响温度读数。要帮助确保温度读数更准确，请从手腕上摘下手表，擦干所有水分，然后将其放在不受阳光直射且通风良好的位置。大约 20 到 30 分钟后，您应该能够获取温度读数。

## 查看高度记录

您可以使用“高度记录复示模式”查看手动记录的数据和自动记录的数据。

### 记录高度读数

### 查看记录数据

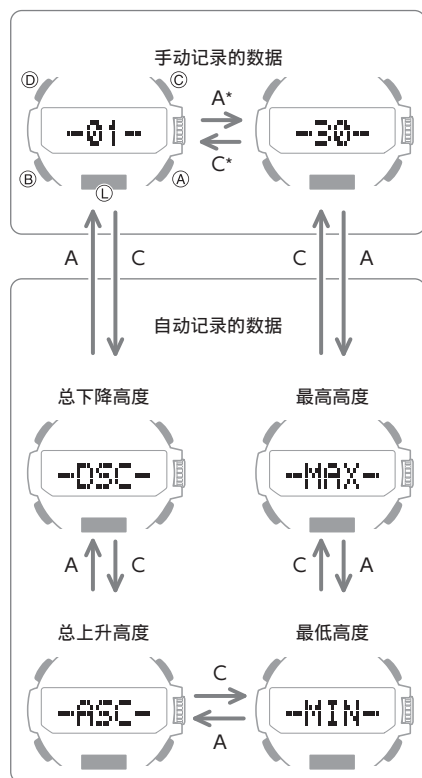
1. 进入“高度记录复示模式”。

#### 浏览不同模式

这将显示“高度计模式”中记录的数据记录。

2. 使用 (A) 和 (C) 显示您想要查看的数据。

• 按住 (A) 或 (C) 可高速滚动。



\* 每次按下下一个按钮都会滚动到显示下一个手动记录的数据记录的顶部屏幕，编号从 1 ([-01-]) 到最大值 30 ([-30-])。

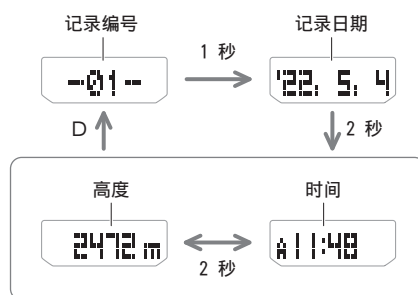
### 注

- 如果数据删除操作、错误或某些其他原因导致内存中未留下任何数据，显示屏上将显示 [---] 或 [0]。
- 如果累计上升高度 (ASC) 或累计下降高度 (DSC) 值超过 99,999 米 (327,995 英尺)，则它将恢复为 0 并从此值开始记录。
- 按 (D) 将返回要查看的数据顶屏 (记录编号、DSC、ASC、MAX 或 MIN)。
- 在处于“高度记录复示模式”时，如果约三分钟未执行任何操作，则手表将自动返回“计时模式”。

### 手动记录的数据

在显示带有手动记录的数据记录 (01 到 30) 的顶部屏幕后，将按如下顺序显示记录的数据屏幕。

示例：手动记录的记录 01

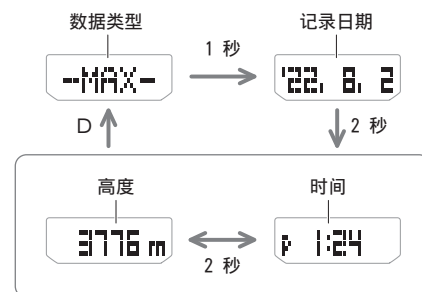


### 自动记录的数据

显示自动记录的数据记录后，您可以在记录的数据屏幕之间导航，如下所示。

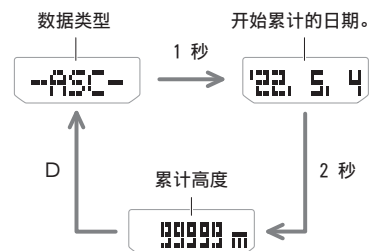
### 最高高度和最低高度

示例：最高高度



### 累计上升高度和累计下降高度

示例：累计上升高度



## 删除数据

### ● 删除特定记录

1. 进入“高度记录复示模式”。  
🔍 浏览不同模式
2. 使用 (A) 和 (C) 按钮可以滚动浏览记录的顶屏和显示要删除的记录。
3. 按住 (D) 至少两秒。一旦 [CLEAR] 停止闪烁，就松开按钮。  
此操作将删除选定的记录。



- 请注意，按住 (D) 超过五秒将删除所有数据。

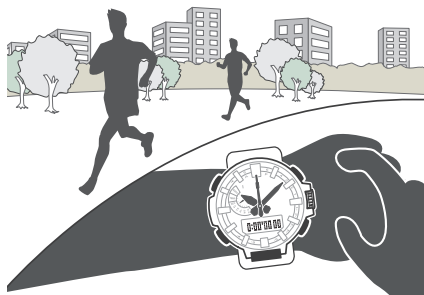
### ● 删除所有记录

按住 (D) 至少五秒，直至 [CLEAR ALL] 停止闪烁。这表示已删除所有数据。



## 秒表

秒表可执行 1/100 秒运行时间计量，长达 23 小时 59 分钟 59.99 秒。  
它也可计量分段时间。



### 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。



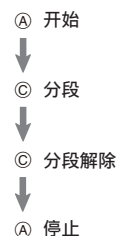
时、分、秒、1/100 秒



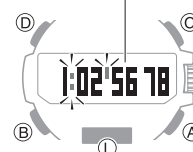
3. 按下 (C) 将测量时间复位清零。

### 计量分段时间

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。



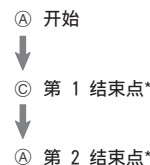
时、分、秒、1/100 秒



3. 按下 (C) 将测量时间复位清零。

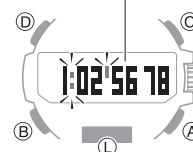
### 计时第一和第二结束点

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。



\* 显示第一结束点的时间。

时、分、秒、1/100 秒



3. 按下 (C) 以显示第二结束点的时间。
4. 按下 (C) 将测量时间复位清零。

## 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。

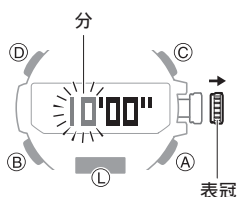


### 设置开始时间

开始时间可以 1 分钟为单位，设定长达 60 分钟。

1. 进入“定时器模式”。  
🔍 浏览不同模式

2. 拉出表冠。  
此操作会让分钟数字闪烁。



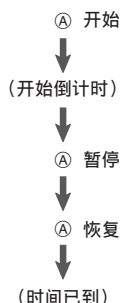
3. 旋转表冠，更改计时器开始分钟数。
4. 按回表冠完成设置操作。

#### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 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。
  - 要将暂停的倒计时复位为开始时间，请按 (C)。
3. 按任意按钮可停止提示音。

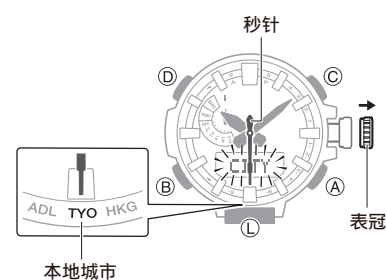
## 指针对齐调整

强磁场或撞击会导致模拟指针指示的时间变得与显示屏上显示的时间不一致。如果发生这种情况，应调整指针对齐。

### 调整指针对齐

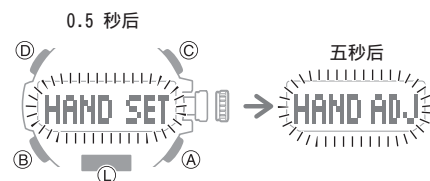
1. 进入“计时模式”。  
🔍 浏览不同模式

2. 拉出表冠。  
这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。



3. 按住 (A) 至少五秒钟。[HAND ADJ] 开始闪烁时，松开按钮。  
这表示指针对齐调整已开始。

- 按下 (A) 按钮后，[HAND SET] 将在显示屏上先闪烁约 0.5 秒。按住该按钮不放，直到显示屏上闪烁 [HAND ADJ]。



4. 所有指针移至 12 点之后，推入表冠。  
这会使指针返回正常计时状态。

## 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。

## 重要提示!

- 指针位置调整完成后，检查以确保在“计时模式”下，显示屏上指针指示的时间正确无误。如果指针未对齐，请重复步骤 2 至步骤 4。

## 其他设置

本节介绍您可以配置的其他手表设置。

### 启用按钮操作音

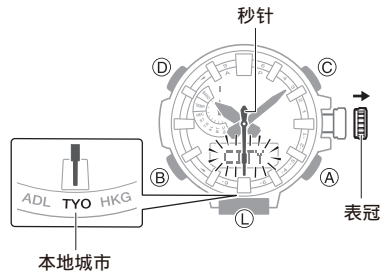
使用以下步骤可在按按钮时启用或禁用鸣音。

1. 进入“计时模式”。

 [浏览不同模式](#)

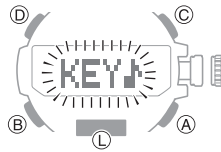
2. 拉出表冠。

这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。



3. 按下 (B) 两次。

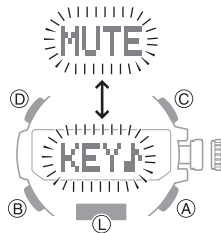
此操作会促使显示屏上闪烁 [KEY♪] 或 [MUTE]。



4. 旋转表冠选择 [KEY♪] 或 [MUTE]。

[KEY♪]: 已启用操作鸣音。

[MUTE]: 已关闭操作音。



5. 按回表冠完成设置操作。

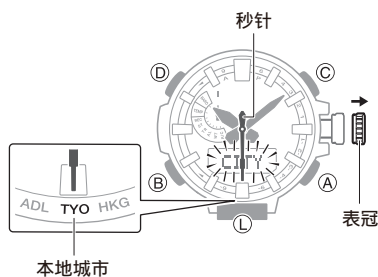
## 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。
- 请注意，即使已关闭操作音，闹铃和定时器鸣音也会响起。



## 配置节电功能设置

1. 进入“计时模式”。  
[浏览不同模式](#)
2. 拉出表冠。  
 这样将会使显示屏上闪烁 [CITY]，且秒针移至当前本地城市位置。



3. 按下 (B) 六次。  
 这将显示 [P.SAVE]。



4. 旋转表冠开关该设置。  
 [ON]: 已启用节电功能。  
 [OFF]: 已解除节电功能。
5. 按回表冠完成设置操作。

### 注

- 如果您在拉出表冠后大约两分钟内未执行任何操作，将自动禁用表冠操作。如果发生这种情况，请将表冠按回再拉出即可。
- 有关节电功能的详细信息，请参阅以下信息。  
[节电功能](#)

## 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

城市代码	城市名称	时区
UTC	协调世界时	0
LON*	伦敦	
PAR*	巴黎	+1
ATH*	雅典	+2
JED	吉达	+3
THR	德黑兰	+3.5
DXB	迪拜	+4
KBL	喀布尔	+4.5
KHI	卡拉奇	+5
DEL	德里	+5.5
KTM	加德满都	+5.75
DAC	达卡	+6
RGN	仰光	+6.5
BKK	曼谷	+7
HKG*	香港	+8
TYO*	东京	+9
ADL	阿德莱德	+9.5
SYD	悉尼	+10
NOU	努美阿	+11
WLG	惠灵顿	+12
PPG	帕果 - 帕果	-11
HNL*	火奴鲁鲁	-10
ANC*	安克雷奇	-9
LAX*	洛杉矶	-8
DEN*	丹佛	-7
CHI*	芝加哥	-6
NYC*	纽约	-5
YHZ	哈利法克斯	-4
RIO	里约热内卢	-3
RAI	普拉亚	-1

\* 可接收时间校准信号的城市。

- 上表中的信息为截至 2021 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。

## 规格

### 精度：

当无法使用信号接收来进行时间调整时，每月平均会产生 ±15 秒的误差。

### 基本功能：

模拟  
 时、分（每隔 10 秒移动）、秒  
 数字  
 时、分、秒、月、日、星期  
 气压图  
 上午 (A) / 下午 (P) / 24 小时计时制  
 全自动日历 (2000 到 2099)

### 信号接收功能：

自动接收，手动接收  
 上次接收日期和时间显示  
 自动夏令时间切换  
 自动选择发射器（用于 JJY, MSF/DCF77）  
 可接收的呼号：  
 JJY (40 kHz/60 kHz)、WWVB (60 kHz)、MSF (60 kHz)、DCF77 (77.5 kHz)、BPC (68.5 kHz)  
 “自动接收”启用/禁用

### 数字罗盘：

测量范围：0° 至 359°  
 测量单位：LCD：1°，模拟：6°  
 连续方位测量（1 分钟）  
 北方指示针  
 罗盘校准（2 点校准、磁偏角角度）

### 高度计（相对高度）：

测量范围：-700 至 10,000 米（或 -2,300 至 32,800 英尺）  
 显示范围：-3,000 至 10,000 米（或 -9,840 至 32,800 英尺）  
 （高度校准可用于显示以上范围内的任何 10,700 米。）

测量单位：1 米（或 5 英尺）  
 自动测量间隔（2 分钟，5 秒）  
 高度校准  
 高度图

高度差测量（-100 至 +100 米/-1,000 至 +1,000 米（或 -325 至 +325 英尺/-3,280 至 +3,280 英尺））

### 高度内存

手动记录的数据  
 一键记录高度、日期（年、月、日）和时间。最多 30 条记录。

### 自动记录数据

一次性记录高海拔、低海拔、累计上升、累计下降

**气压计：**

测量范围：260 至 1,100 hPa（或 7.65 至 32.45 inHg）

显示范围：260 至 1,100 hPa（或 7.65 至 32.45 inHg）

测量单位：1 hPa（或 0.05 inHg）

气压调节

气压图

气压差指示器

气压变化指示

**温度：**

测量范围：-10.0 至 60.0°C（或 14.0 至 140.0°F）

显示范围：-10.0 至 60.0°C（或 14.0 至 140.0°F）

测量单位：0.1°C（或 0.2°F）

温度校正

**传感器精确度：**

方向传感器

测量精度：±10° 以内

（保证精确度温度范围：10°C 至 40°C  
（50°F 至 104°F））

方位指针指示：在 ±2 级内

压力传感器

测量精确度：在 ±3 hPa（0.1 inHg）范围内

（高度计测量精确度：在 ±75 米（246 英尺）范围内）

• 保证精度温度范围：-10°C 至 40°C  
（14°F 至 104°F）

• 强烈冲击或长时间暴露在极端温度下可能会对精确度产生负面影响。

温度传感器

测量精确度：±2°C（3.6°F）以内

（保证精确度温度范围：-10°C 至 60°C  
（14°F 至 140°F））

**秒表：**

测量单位：1/100 秒

测量范围：

23 小时 59 分 59.99 秒（24 小时）

测量功能：

运行时间、累计时间、分段时间、第 1 和第 2 结束点

**定时器：**

设置单位：1 分钟

测量范围：60 分钟

倒计时单位：1 秒

到时警报持续时间：10 秒

**闹铃：**

时间闹铃

闹铃数量：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：**

29 个城市（29 个时区）的现在时间和 UTC（协调世界时）时间

夏令时间

城市切换

一键式 UTC 显示

**其他：**

双 LED 灯：表盘 LED 灯和液晶显示屏 LED 背光灯（全自动照明、超亮照明灯、余光、余光持续时间设置（1.5 秒、3 秒））；闹铃测试；指针位置自动校正；节电功能；充电电量（电池）指示灯；操作音启用/禁用；指针移动

**供电：**

太阳能板和一块可充电电池

电池续航时间：约 6 个月

条件：

照明：1.5 秒/天

蜂鸣音：10 秒/天

数字罗盘操作次数：20 次/月

登山：1 次/月（高度读数：约 1 小时；

气压变化指示测量：约 24 小时）

气压图：每 2 小时测量一次

时间信号接收：4 分钟/天

显示时间：18 小时/天

规格如有变更，恕不另行通知。

**故障排除****信号接收（时间校准信号）****Q1 手表无法执行接收操作。**

手表电池是否已充满？

电池电量低时无法接收信号。使手表保持暴露在光线下，直至充电到足够的电量。

↙ [充电](#)

手表是否处于“计时模式”？

只有当手表处于“计时模式”时，才能执行时间信号接收。返回“计时模式”。

↙ [浏览不同模式](#)

您的本地城市设置对您所处的位置来说是否正确？

如果本地城市设置错误，手表将无法显示正确的时间。更改您的本地城市设置，以正确反映您所处的位置。

↙ [设置本地城市](#)

检查上述条件后，手表仍然无法执行接收操作。

在上述条件下无法接收时间校准信号。

- 当手表处于 2 级节电状态时
- 表冠被拉出时
- 计时器正在倒计时

如果由于某些原因无法成功接收信号，您可以手动调节时间和日期设置。

**Q2** 信号接收操作总是失败。

手表所处位置是否适合接收信号？

检查您的环境，将手表移至信号接收较好的位置。

☞ 适当的信号接收位置

接收操作进行期间您是否避免触摸手表？

在接收操作进行期间尽量不要移动手表，也不要对手表执行任何操作。

信号接收操作完成的同时是否有警报声？

在执行接收操作时，如果闹铃开始运行，接收操作将停止。禁用闹铃。

☞ 关闭闹铃或整点报时

您所在区域的信号发射器是否发射信号？

时间校准发射器可能没有发射信号。请稍后再试。

**Q3** 信号接收应该已成功，但手表的时间和/或日期是错误的。

指示的时间是存在 1 小时偏差还是 30 分钟偏差？

手表可能正在使用错误的时间偏移。指定您要用作本地城市的区域。

☞ 设置本地城市

所指示的小时和/或分钟是否错误？

时针和/或分针可能不一致。执行“指针对齐调整”步骤以自动调整时针和分针对齐。

☞ 指针对齐调整

检查上述条件后，时间和/或日期设置仍然是错误的。

手动调整时间和日期设置。

☞ 使用手表操作调整时间设置

**高度测量**

**Q1** 同一位置的读数生成的结果不同。手表读数与其他来源提供的海拔信息不同。无法获取正确的海拔读数。

相对高度根据手表压力传感器测得的气压的变化计算。这意味着气压变化会导致在同一位置获取的读数不相同。另请注意：手表显示的值可能与您所处区域指示的实际高度和/或海拔高度有所不同。登山期间使用手表的高度计时，建议按照当地高度（海拔）指示定期校准其读数。

☞ 校准高度读数（偏移）

**Q2** 按照相对高度读数，手表的秒针指向 9 时。

如果读数超出允许的高度测量范围（-700 米到 10,000 米（-2,300 到 32,800 英尺）），秒针将移至 9 时。如果显示 [ERR]，传感器可能有问题。

☞ 检查距参考点的高度差

**Q3** 测量期间显示 [ERR]。

传感器可能有问题。再次尝试测量。

如果尝试多次测量后仍然显示 [ERR]，请联系 CASIO 售后服务点或您的原始零售商。

**数字罗盘**

**Q1** 整个显示屏正在闪烁。

检测到异常磁场。远离任何强磁场潜在来源，然后再次尝试获取读数。

☞ 数字罗盘读数注意事项

- 如果显示屏再次闪烁，则可能表示手表本身已被磁化。远离任何潜在的强磁场源，执行 2 点校准，然后再次尝试获取读数。

☞ 校准罗盘读数

**Q2** 测量期间显示 [ERR]。

传感器有问题或附近可能有强磁力来源。远离任何强磁场潜在来源，然后再次尝试获取读数。如果尝试多次测量后仍然显示 [ERR]，请联系 CASIO 售后服务点或您的原始零售商。

☞ 数字罗盘读数注意事项

**Q3** 2 点校准之后出现 [ERR]。

显示屏上的 [ERR] 可能表示传感器出现问题。

- 如果 [ERR] 大约一秒后消失，请再次尝试执行 2 点校准。
- 如果尝试多次后仍然显示 [ERR]，请联系 CASIO 售后服务点或您的原始零售商。

**Q4** 手表指示的方向信息与备用罗盘指示的方向不同。

远离任何潜在的强磁场来源，执行 2 点校准，然后再次尝试获取读数。

☞ 校准罗盘读数

☞ 数字罗盘读数注意事项

**Q5** 同一位置的读数生成的结果不同。在室内无法获取读数。

远离任何强磁场潜在来源，然后再次尝试获取读数。

☞ 数字罗盘读数注意事项

## 气压测量

**Q1** 按照相对气压读数，手表的秒针指向 9 时。

如果读数超出允许的气压测量范围（260 hPa 至 1,100 hPa（7.65 inHg 至 32.45 inHg）），则秒针将移至 9 点钟位置。如果显示屏上显示 [ERR]，则传感器可能有问题。  
[查看两个气压读数之间的变化](#)

**Q2** 测量期间显示 [ERR]。

传感器可能有问题。再次尝试测量。如果尝试多次测量后仍然显示 [ERR]，请联系 CASIO 售后服务点或您的原始零售商。

## 温度测量

**Q1** 测量期间显示 [ERR]。

传感器可能有问题。再次尝试测量。如果尝试多次测量后仍然显示 [ERR]，请联系 CASIO 售后服务点或您的原始零售商。

## 世界时间

**Q1** 世界时间城市的时间不正确。

夏令时间设置（标准时间/夏令时间）可能错误。

[指定世界时间城市](#)

## 闹铃和整点报时

**Q1** 闹铃未响起。

手表电池是否已充满？

使手表保持暴露在光线下，直至充电到足够的电量。

[充电](#)

表冠被拉出。

表冠被拉出时，闹铃将不发出提示音。将表冠按回正常位置。

不属于上述情况。

可能未配置闹铃设置。配置闹铃设置。

[配置闹铃设置](#)

**Q2** 整点报时未响起。

手表电池是否已充满？

使手表保持暴露在光线下，直至充电到足够的电量。

[充电](#)

表冠被拉出。

表冠被拉出时整点报时将不会响起。将表冠按回正常位置。

不属于上述情况。

整点报时可能已被禁用。启用整点报时。

[启用整点报时](#)

## 指针移动和手表屏幕指示

**Q1** 我不知道手表处于什么模式。

您可查看手表显示屏确定当前模式。使用 (B) 浏览不同模式。

[浏览不同模式](#)

**Q2** 秒针以两秒的间隔跳动。

电池电量低。使手表保持暴露在光线下，直至充电到足够的电量。

[充电](#)

**Q3** 所有指针均停止，按钮不起作用。

电池电量耗尽。使手表保持暴露在光线下，直至充电到足够的电量。

[充电](#)

**Q4** 指针突然开始以高速移动。

这是由于以下原因（或其中一个原因）造成，并不表示故障。只需等待指针恢复正常移动。

- 手表从节电状态恢复。  
[节电功能](#)
- 正在接收时间校准信号且正在调整时间设置。  
[利用时间信号调整时间](#)

**Q5** 所有指针均停止，按钮不起作用。

手表处于充电恢复模式。请等待恢复过程完成（大约 15 分钟）。如果您将手表放在光线明亮的地方，恢复得会更快。

**Q6** 手表显示的当前时间为何有一定的时间偏差（9 小时、3 小时 15 分钟等）？

城市设置不正确。选择正确设置。

🔗 [设置本地城市](#)

**Q7** 手表显示的当前时间偏移了 1 小时或 30 分钟。

夏令时间设置可能不正确。选择正确设置。

🔗 [设置本地城市](#)

**Q8** 指针指示的时间与显示的时间不一致。

强磁场或撞击可能会导致指针不一致。调整指针对齐。

🔗 [指针对齐调整](#)

## 表冠操作

**Q1** 我旋转表冠时什么也没发生。

如果您在拉出表冠后大约两分钟的时间里没有执行任何操作（如果是指针和日期对齐操作，则约为 30 分钟），将自动禁用表冠操作。将表冠按回正常位置，然后再次拉出，以重新启用表冠操作。

🔗 [使用表冠](#)

## 正在充电

**Q1** 手表即使暴露在光线下也不工作。

只要电池电量耗尽，手表就会停止操作。使手表保持暴露在光线下，直至充电到足够的电量。

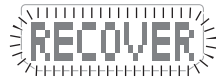
🔗 [检查充电电量](#)

**Q2** [RECOVER] 在显示屏上闪烁。

手表处于充电恢复模式。请等待恢复过程完成（大约 15 分钟）。如果您将手表放在光线明亮的地方，恢复得会更快。

- 如果在短时间内使用了感应器测量操作、照明和/或其他耗电量较高的功能，则电池的充电容量会下降，并且会导致手表进入充电恢复模式。功能暂时处于不可用状态，但在电池恢复后，功能将恢复正常可用状态。

🔗 [检查充电电量](#)



**Q3** [CHARGE] 在数字显示屏上闪烁。

手表的电量非常低。立即将手表置于光线下为其充电。

🔗 [检查充电电量](#)

## 其他

**Q1** 我在这里找不到需要的信息。

请访问下面的网站。

<https://world.casio.com/support/>