

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

指示器

浏览不同模式

选择计时模式数字显示格式

充电

在黑暗中查看表面

时间调整

调整当前时间设置

世界时间

查看世界时间

设置世界时间城市

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

使用潜水功能

测量潜水用时

测量水面休息用时

退出潜水模式

查看潜水日志数据

删除潜水日志数据

潮位和月龄

查看当前潮位和月相

查看特定日期和时间的潮位和月龄

调整高潮时间

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

设置时间

使用定时器

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

- 潜水手表在设计上能经受 200 米以内水压的压力。戴着手表潜水的深度不要超过其上标记的深度。本表可以在徒手潜水、水肺潜水等过程中使用。潜水手表不可在深水潜水（使用混合气体的潜水）时或深于其所示水压的地方使用。
- 手表在水中时不可操作表冠。
- 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，必须定期更换手表的垫圈（约每两年一次）。
- 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。
- 本潜水手表通过了国际标准组织规定的测试。

● 潜水前须知

- 检查并确认手表的所有功能都正常运行。
- 检查并确认电池的电量充足。
 - 在使用手表进行潜水之前，电池要充电到第 2 级以上电量。
- 在潜水过程中不要过度使用照明。否则，为节省电源，手表可能会禁止照明和闹铃。
- 请检查并确认现在的时间正确。
- 检查手表玻璃是否有划痕、破裂、起雾等异常情况。
- 检查表壳和表带是否有损坏等异常。同时确认表带已扣紧。

● 潜水须知

- 请小心，不要让手表碰到岩石或其他坚硬的东西。

● 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会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

- 虽然数字手表通常不受磁力的影响，但仍应避免非常强的磁场（从医疗装置等发出的磁场），因为其可能会使电子部件发生故障甚至损坏。

● 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去脏物，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去脏物，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。

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，请用清水冲洗干净。
- 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迹一样的图案。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其以后出现操作问题。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。

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。
- 可以在浮潜、水肺潜水等活动中佩戴。
 使用潜水功能

● 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。

● 潜水功能

您可以使用此功能来测量您的潜水用时和水面休息用时。您还可以查看潜水日志，并记录日期和时间。您可以根据需要删除数据。

● 潮位和月龄

您可以查阅指定日期和时间的潮位和月龄。

● 世界时间

“世界时间”可显示全球 31 个时区中任何一个时区的当前时间。

● 闹铃

只要达到您指定的时间，闹铃提示音就会响起。

● 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。

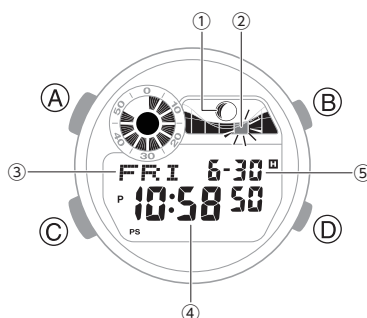
● 定时器

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。

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 月形图
- ② 潮汐图
- ③ 星期
- ④ 时、分、秒
- ⑤ 月、日

A 按钮

在任何模式下，按住此按钮至少 2 秒钟可进入设置界面。

B 按钮

按下可打开照明。

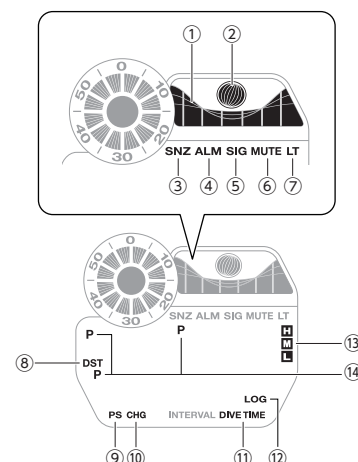
C 按钮

每次按下它都会切换手表模式。

D 按钮

在显示任何设置屏幕时，按下此按钮可更改设置。

指示器



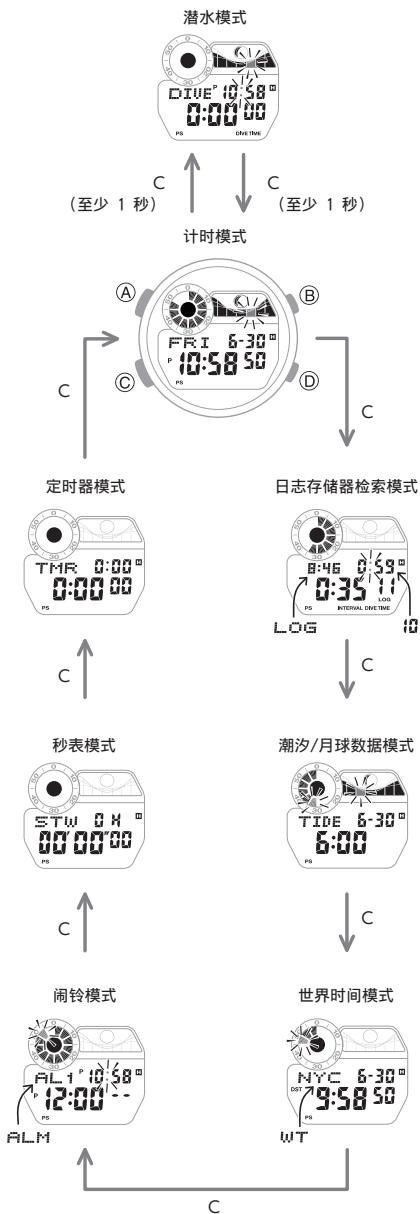
- ① 显示当前时间的潮汐图（潮位）。
- ② 显示当前日期的月形图（月相）。
- ③ 开启贪睡闹铃时显示。
- ④ 启用闹铃时显示。
- ⑤ 启用每小时时间响报时显示。
- ⑥ 禁用按钮操作音时显示。
- ⑦ 启用自动照明时显示。
- ⑧ 当手表指示夏令时间时显示。
- ⑨ 启用省电功能时显示。
- ⑩ 电池电量低时闪烁。
- ⑪ 处于“潜水模式”时显示。
- ⑫ 处于“日志存储器检索模式”时显示。
- ⑬ 显示当前电量。
- ⑭ 在使用 12 小时计时制时在 p.m.（下午）期间显示。

浏览不同模式

每次按下 (C) 都会切换手表模式。

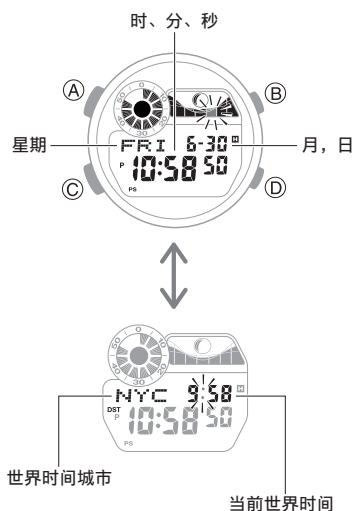
- 在任何模式下*，按住 (C) 至少一秒都会进入“潜水模式”。

* 潜水模式除外



选择计时模式数字显示格式

每次在“计时模式”下按下 (A) 都会以下列信息循环显示内容。

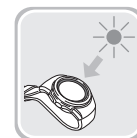


充电

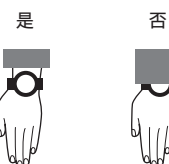
这款手表采用可充电（辅助）电池供电，电池通过太阳能板充电。太阳能板集成在手表的表面，只要光线照射到表面即可生成电力。

● 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。

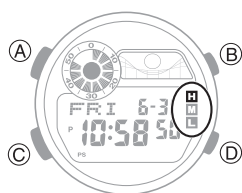


重要提示!

- 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。
应避免在下述可能超过 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
- 在极高温度下，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

显示屏指示器显示手表的当前电量。



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

显示屏上的 [L] 闪烁，如下功能将被禁用。

- 潜水模式
- 表面照明
- 提示音（闹铃等）



4 级电量：低

在电池电量低于 3 级时，显示屏上的 [CHG] 开始闪烁，所有功能均会被禁用。



5 级电量：耗尽

电池电量耗尽时，数字显示屏将变为空白。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

- 如果显示屏上的 [H]、[M] 和 [L] 均在闪烁，则表示所有功能因短暂电池电量消耗而被禁用。

🔍 显示屏上闪烁显示 [H]、[M] 和 [L]。

● 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	4 分钟
10,000	24 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	2 小时
电量中等 → 电量充足	26 小时
电量充足 → 电量充满	7 小时

- 晴天，窗边 (10,000 lux)

电池电量耗尽 → 电量中等	9 小时
电量中等 → 电量充足	135 小时
电量充足 → 电量充满	36 小时

- 阴天，窗边 (5,000 lux)

电池电量耗尽 → 电量中等	19 小时
电量中等 → 电量充足	275 小时
电量充足 → 电量充满	73 小时

- 室内日光灯 (500 lux)

电池电量耗尽 → 电量中等	243 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：

数字显示屏变成空白以节省电量。

2 级节电：

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

- 在下列情况下，手表不会进入节电状态。
 - 潜水模式
 - 处于“秒表模式”时
 - 处于“定时器模式”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。

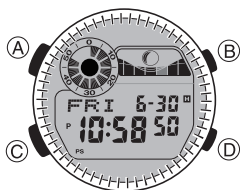
在黑暗中查看表面

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

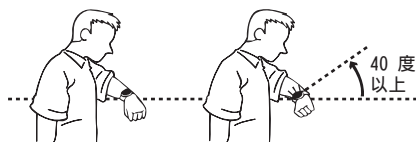
按下 (B) 打开照明。

- 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。
- 频繁使用照明会消耗电池电量。
- 潜水期间，某些位置可能会干扰自动照明的正常工作。

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

1. 进入“计时模式”。
🔍 [浏览不同模式](#)
2. 按住 (B) 至少 3 秒，自动照明将在启用和禁用之间切换。
 - 启用自动照明时显示 [LT]。



注

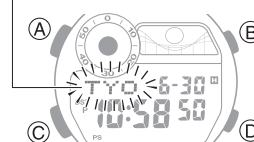
- 当显示屏上显示 [CHG] 时，即表示自动照明已禁用。

● 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。

1. 进入“计时模式”。
🔍 [浏览不同模式](#)
2. 按住 (A) 至少两秒。城市代码开始闪烁时，松开按钮。

城市代码



3. 按下 (C) 10 次。
显示屏上出现 [LT], [1] 或 [3] 闪烁。
4. 按下 (D) 选择照明持续时间。
[LT1]: 1.5 秒照明灯
[LT3]: 3 秒照明灯



5. 按下 (A) 完成设置操作。

注

- 在配置设置时，如果在两三分钟内无任何操作，手表会自动退出设置操作界面。
- 在“潜水模式”下，照明持续时间固定为 3 秒。

时间调整

使用本部分中介绍的流程来调整日期和时间设置。



调整当前时间设置

使用下方流程调整当前日期与时间设置以及选择本地城市。

● 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。

1. 进入“计时模式”。

🔍 [浏览不同模式](#)

2. 按住 (A) 至少两秒。城市代码开始闪烁时，松开按钮。

城市代码



3. 使用 (B) 和 (D) 更改本地城市设置。

- 按住 (B) 或 (D) 可快速滚动浏览设置。

- 有关详细信息，请参阅以下信息。

🔍 [城市表](#)

4. 按下 (C)。

5. 使用 (D) 更改夏令时间设置。

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



6. 按下 (A) 完成设置操作。

注

- 在配置设置时，如果在两三分钟内无任何操作，手表会自动退出设置操作界面。

● 设置时间/日期

重要提示!

- 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](#)

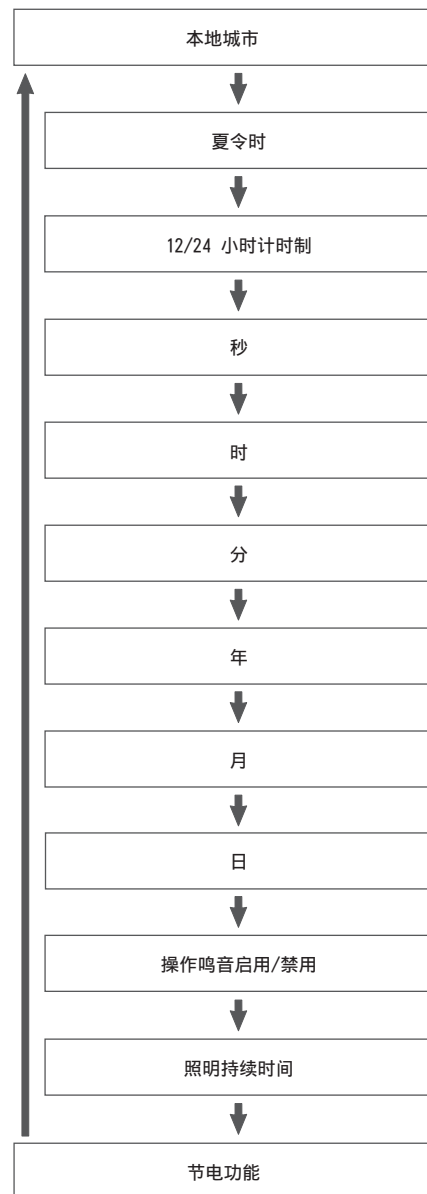
2. 按住 (A) 至少两秒。城市代码开始闪烁时，松开按钮。

城市代码



3. 使用 (C) 显示要更改的设置。

- 每次按下 (C) 都会以下列顺序循环显示设置。



4. 配置日期和时间设置。

- 当秒闪烁时，按下 (D) 会将其复位到 00。如果当前秒钟介于 30 和 59 秒之间，那么 1 将被添加到分钟上。
- 对于所有其他设置，请使用 (B) 和 (D) 更改闪烁设置。按住 (B) 或 (D) 可快速滚动浏览设置。

5. 重复第 3 和第 4 步来选择时间和日期设置。

6. 按下 (A) 完成设置操作。

注

- 在配置设置时，如果在两三分钟内无任何操作，手表会自动退出设置操作界面。

● 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 (A) 至少两秒。城市代码开始闪烁时，松开按钮。

城市代码



3. 按下 (C) 两次。

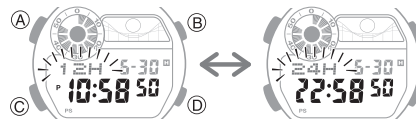
这样将会使显示屏上闪烁 [12H] 或 [24H]。



4. 按下 (D) 选择 [12H] (12 小时计时制) 或 [24H] (24 小时计时制)。

12 小时计时制

24 小时计时制



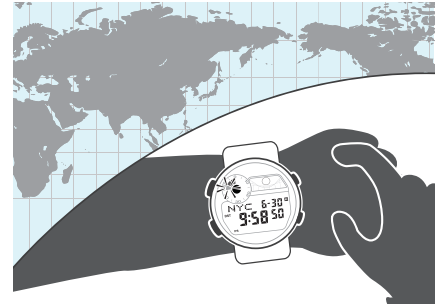
5. 按下 (A) 完成设置操作。

注

- 在配置设置时，如果在两三分钟内无任何操作，手表会自动退出设置操作界面。

世界时间

“世界时间”可让您查阅全球 48 个城市 (31 个时区) 中任何一个城市的当前时间。



查看世界时间

1. 进入“世界时间模式”。

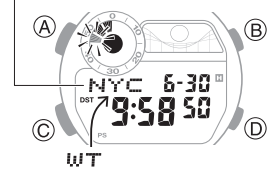
🔍 [浏览不同模式](#)

进入“世界时间模式”后，显示屏上将显示当前选定的世界时间城市的城市代码。

- 按下 (D) 可滚动查看城市代码。
- 要选择 UTC (偏移: 0) 作为城市代码，请同时按住 (B) 和 (D)。
- 要了解关于城市代码的信息，请参阅以下信息。

🔍 [城市表](#)

城市代码



设置世界时间城市

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

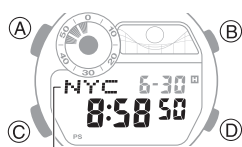
1. 进入“世界时间模式”。

[浏览不同模式](#)

2. 按下 (D) 以显示当前选定城市的城市代码。

- 按住 (D) 可快速滚动浏览设置。
- 要选择 UTC (偏移: 0) 作为城市代码, 请同时按住 (B) 和 (D)。
- 要了解关于城市代码的信息, 请参阅以下信息。

[城市表](#)



城市代码

3. 如果要配置夏令时间设置, 请按住 (A) 至少 2 秒钟。

[DST] 随夏令时间一同显示在显示屏上。

- 每次按住 (A) 至少 2 秒钟时, 设置会在标准时间与夏令时间之间切换一次。



注

- 在配置设置时, 如果在两分钟内无任何操作, 手表会自动退出设置操作界面。
- 您配置的夏令时间设置仅应用于当前选定城市。此设置不会影响到其他城市。

闹铃和整点报时

当到达闹铃时间时, 手表会发出蜂鸣声。您可以配置最多四个标准每日闹铃和一个带贪睡功能的每日闹铃。每小时时间响报会使手表每小时发出一次蜂鸣声。

- 贪睡闹铃会每隔五分钟提示一次, 最多响七次。
- 在下述情况中, 闹钟提示音将被静音。
 - 当电池电量低时
 - 当手表处于 2 级省电功能状态时

[省电功能](#)



配置闹铃设置

1. 进入“闹铃模式”。

[浏览不同模式](#)

2. 按下 (D) 滚动浏览闹铃 ([1] 至 [4]、[SNZ]), 直至显示您想配置的闹铃。



闹铃编号

闹铃时间

3. 按住 (A) 至少 2 秒钟。

此操作会让小时数字闪烁。



闹铃时

4. 使用 (B) 和 (D) 更改小时设置。

- 按住 (B) 或 (D) 可快速滚动浏览设置。
- 如果您使用 12 小时计时制, [P] 表示下午。



5. 按下 (C)。

此操作会让分钟数字闪烁。



闹铃分

6. 使用 (B) 和 (D) 设置分钟设置。

7. 按下 (A) 完成设置操作。

注

- 在配置设置时, 如果在两分钟内无任何操作, 手表会自动退出设置操作界面。

● 测试闹铃

在“闹铃模式”下, 按住 (D) 可使闹铃发出提示音。

● 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。

贪睡闹铃会每隔五分钟提示一次, 最多响七次。要取消贪睡闹铃, 请将 [SNZ] 关闭。

[关闭闹铃或整点报时](#)

注

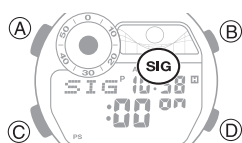
- 当到达闹铃时间时, 手表会发出蜂鸣声, 持续时间为 10 秒。
- 在两或三分钟无操作后, 手表将自动从“闹铃模式”返回到“计时模式”。

配置整点报时设置

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



3. 按下 (A) 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。



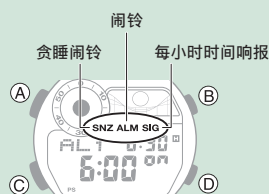
关闭闹铃或整点报时

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. 按下 (D) 滚动浏览闹铃 ([1] 至 [4]、[SNZ]), 直至显示您想配置的闹铃。

闹铃编号或整点报时



3. 按下 (A) 可关闭显示的闹铃或整点报时。
 - 每次按下 (A) 将会切换开/关状态。
 - 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。

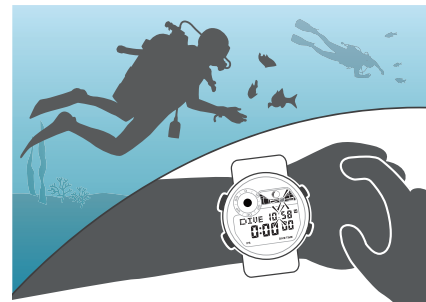


注

- 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。

使用潜水功能

您可以按照本节介绍的步骤来测量潜水用时和水面休息用时。手表还会自动记录潜水日志数据。手表内存中最多可存储 10 条潜水日志数据记录。当内存中已保存了 10 条日志数据记录时, 继续记录潜水日志数据将会自动删除最早的日志记录, 为新记录腾出空间。



- 您可以使用潜水日志数据查看以下项目。
 - 潜水开始日期和时间
 - 潜水时间
 - 水面休息用时

您可使用“日志存储器检索模式”查看记录的潜水日志数据。

🔗 [查看潜水日志数据](#)

重要提示!

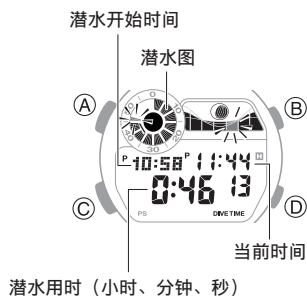
- 如果电池电量不足或用尽, 请先充电再戴上手表去潜水。
- 开始潜水前 (仍在船上或水面上), 请先进入“潜水模式”。

测量潜水用时

潜水用时以秒为单位测量，最长可达 23 小时 59 分 59 秒（24 小时）。

1. 进入潜水模式。
[浏览不同模式](#)

2. 按下 (D)。
 此时开始测量潜水时间。



3. 按住 (D) 至少 1 秒钟，以停止测量潜水用时。
 此时开始测量水面休息用时。
4. 按下 (A) 将测量时间复位清零。
 • 重置测量会记录日志数据。

注

- 测量期间不显示水面休息用时。“日志存储器检索模式”下仅显示最新的日志数据记录。
[查看潜水日志数据](#)
- 完成潜水模式测量后，按住 (C) 至少 1 秒钟进入计时模式也会将测量重置到该点。
- 即使在“潜水模式”下正在测量潜水用时时返回到“计时模式”，手表仍会在内部继续测量。
- 如果手表进入“潜水模式”11 或 12 小时后，手表会自动返回到“计时模式”。

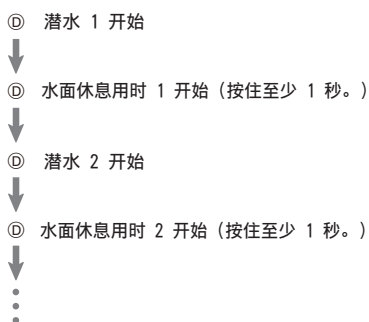
测量水面休息用时

此功能可测量自您上一次潜水后经过的时间，作为水面休息用时，可供准备重复潜水时使用。

水面休息用时以 1 分钟为增量进行测量，最长可测量 48 小时。

1. 进入潜水模式。
[浏览不同模式](#)

2. 使用以下操作执行定时器操作。



3. 要重置正在测量的水面休息用时，请按 (A)。
 • 重置测量会记录日志数据。

注

- 测量期间不显示水面休息用时。“日志存储器检索模式”下仅显示最新的日志数据记录。
[查看潜水日志数据](#)
- 即使在“潜水模式”下正在测量潜水用时时返回到“计时模式”，手表仍会在内部继续测量。
- 如果手表进入“潜水模式”11 或 12 小时后，手表会自动返回到“计时模式”。

退出潜水模式

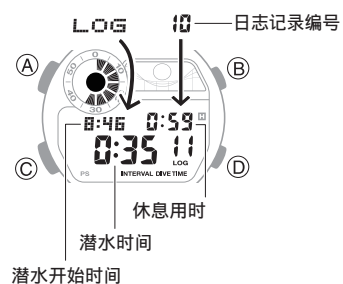
在“潜水模式”下测量潜水用时完成后，按住 (C) 至少 1 秒进入“计时模式”。

- 即使正在进行潜水用时测量操作时返回到“计时模式”，手表仍会在内部继续测量。

查看潜水日志数据

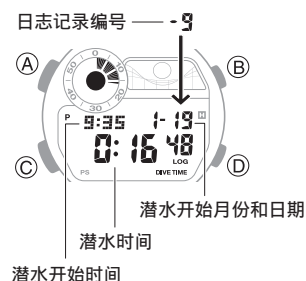
1. 进入“日志存储器检索模式”。
[浏览不同模式](#)

这将显示最新的日志数据。



- 休息用时仅显示在最新的日志数据记录上。
- 没有日志数据时会显示 [-:--] 消息。

2. 按下 (D)。
 每按一次 (D) 都会从最新的日志数据记录向后滚动。



- 较旧的数据记录具有较小的记录编号。

注

- 手表内存中最多可存储 10 条潜水日志数据记录。当内存中已保存了 10 条日志数据记录时，继续记录潜水日志数据将会自动删除最早的日志记录，为新记录腾出空间。
- 在一或两分钟无操作后，手表将自动从“日志存储器检索模式”返回到“计时模式”。

删除潜水日志数据

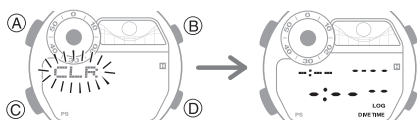
这将删除所有日志数据记录。请注意，不能单独删除日志数据记录。

1. 进入“日志存储器检索模式”。

[浏览不同模式](#)

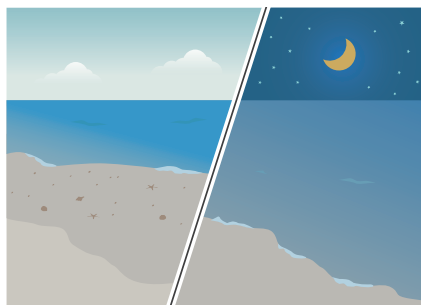
2. 按住 (A) 至少 2 秒钟。

这将删除潜水日志数据。



潮位和月龄

使用本节介绍的步骤查看当前选定本地时间城市的潮位和月龄。



重要提示!

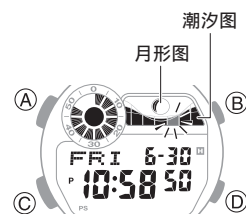
- 显示的信息仅供参考。切勿用于海上导航等。
- 在查看潮位或月龄之前，请配置您的“家乡城市”设置。

[设置本地城市](#)

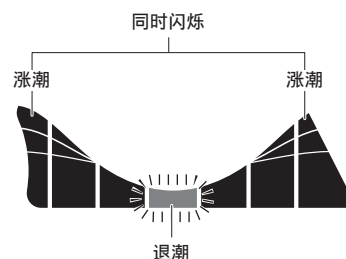
查看当前潮位和月相

当前时间的潮汐图和当前日期的月相（月形图）在以下模式中显示。

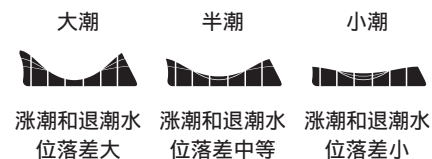
- 计时模式
- 潮汐/月球数据模式
- 潜水模式



解释潮汐图信息



潮汐周期（三种模式）



解读月形图

月亮部分（白色）



阴影部分

● 解释月形图和月龄指示器

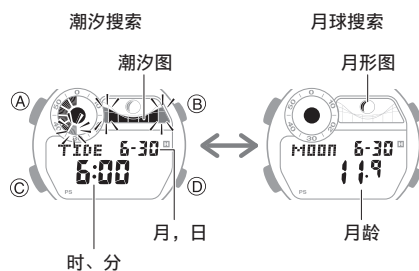
月相	月龄	指示器:
新月	0.0 至 0.9	
	1.0 至 2.7	
	2.8 至 4.6	
上弦月	4.7 至 6.4	
	6.5 至 8.3	
	8.4 至 10.1	
满月	10.2 至 12.0	
	12.1 至 13.8	
	13.9 至 15.7	
下弦月	15.8 至 17.5	
	17.6 至 19.4	
	19.5 至 21.2	
新月	21.3 至 23.1	
	23.2 至 24.9	
	25.0 至 26.8	
新月	26.9 至 28.6	

- 月形图显示的月相是显示日期正午时月亮的大致形状。它仅用于指示月亮的左侧还是右侧有阴影。它的形状与实际月相不同。
- 上表中显示的月相是指在北半球向南观察月球时显示的月相。在南半球或赤道附近，月球的明暗部分与手表指示器显示的相反。

查看特定日期和时间的潮位和月龄

使用本节介绍的步骤查阅指定日期或时间的潮位（潮汐图）和月龄。

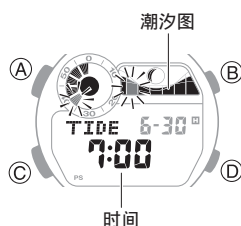
1. 进入“潮汐/月球数据模式”。
 ○ 浏览不同模式
 进入“潮汐/月球数据模式”后，将显示“潮汐搜索”界面或“月球搜索”界面。
2. 按下 (A) 可在“潮汐搜索”和“月球搜索”之间进行切换。



- “潮汐搜索”的初始设置为早上 6:00。

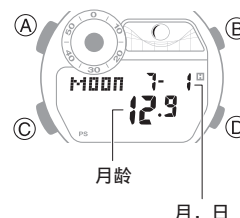
● 查看当天每个小时整点时的潮汐图

1. 进入“潮汐/月球数据模式”。
 ○ 浏览不同模式
2. 按下 (A) 显示“潮汐搜索”界面。
3. 使用 (D) 选择要查看其潮汐图的时间。
 - 每按一下 (D)，时间就会提前 1 个小时。
 - 按住 (D) 可快速滚动浏览设置。

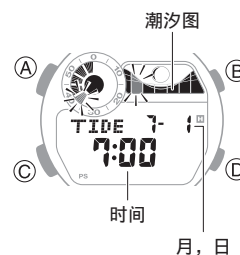


● 滚动选择一天并查看相关信息

1. 进入“潮汐/月球数据模式”。
 ○ 浏览不同模式
2. 按下 (A) 显示“月球搜索”界面。
3. 使用 (D) 选择要查看其月龄的一天。
 - 每按一下 (D) 就会提前 1 天。
 - 按住 (D) 可快速滚动浏览设置。



4. 按下 (A) 显示“潮汐搜索”界面。
5. 使用 (D) 选择要查看其潮汐图的时间。
 - 每按一下 (D)，时间就会提前 1 个小时。
 - 按住 (D) 可快速滚动浏览设置。



注

- 在两或三分钟无操作后，手表将自动从“潮汐/月球数据模式”返回到“计时模式”。

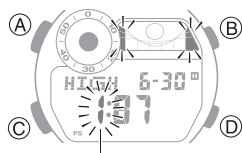
调整高潮时间

根据互联网或报纸上提供的信息调整高潮时间，可以提高所显示高潮的准确性。

1. 进入“潮汐/月球数据模式”。

[浏览不同模式](#)

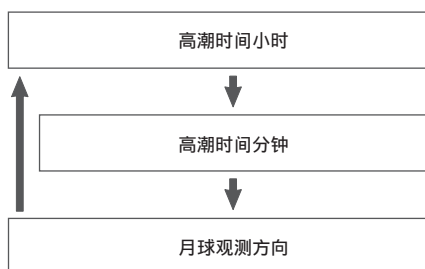
2. 按住 (A) 至少两秒。当潮汐图高潮时间小时设置开始闪烁时，松开按钮。



潮汐图高潮时间小时

3. 使用 (C) 选择要更改的设置项目。

- 每按一下 (C) 都会以如下所示顺序循环显示设置项目。



4. 配置这些设置。

- 指定高潮时间

使用 (B) 和 (D) 更改此值。

- 按住 (B) 或 (D) 可快速滚动浏览设置。

注

- 要将高潮时间设置恢复为其初始出厂默认设置，请同时按 (B) 和 (D)。
- 如果当前位置每天有两次高潮，则设置第一次高潮的时间。手表会自动计算第二次高潮的时间。
- 即使您在“计时模式”下启用夏令时，您在此处设置的高潮时间也不会更改。

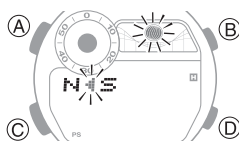
- 指定月球观测方向

按照下面的操作步骤选择“北半球月相（朝南可看见月亮）”或“南半球月相（朝北可看见月亮）”。

使用 (D) 和 [▶] 更改方向。

[N ▶ S]: 朝南可看见月亮

[N ◀ S]: 朝北可看见月亮



5. 重复第 3 和第 4 步来执行高潮时间校准操作。

6. 按下 (A) 完成设置操作。

注

- 在配置设置时，如果在两分钟内无任何操作，手表会自动退出设置操作界面。

秒表

秒表可以 1/100 秒为单位测量运行时间，最长可测量 23 小时 59 分钟 59.99 秒 (24 小时)。

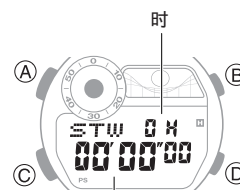
超过此最大限值时，运行时间测量会复位至 0，然后从此处继续计时。



测量运行时间

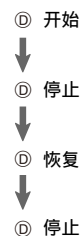
1. 进入“秒表模式”。

[浏览不同模式](#)



分、秒、1/100 秒

2. 使用以下操作计量运行时间。

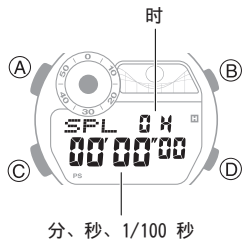


3. 按下 (A) 将测量时间复位清零。

计量分段时间

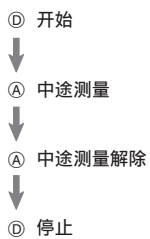
1. 进入“秒表模式”。

🔍 浏览不同模式



2. 使用以下操作计量运行时间。

- 按下 (A) 显示从比赛开始直至按下按钮时的运行时间 (分段时间)。

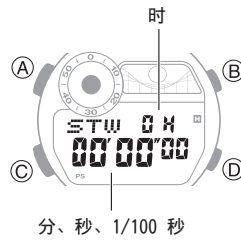


3. 按下 (A) 将测量时间复位清零。

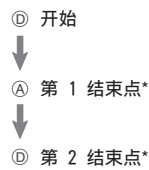
计时第一和第二结束点

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。



* 这将显示第一结束点的时间。

3. 按下 (A) 以显示第二结束点的时间。

4. 按下 (A) 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。

- 低电池电量时蜂鸣音静音。



设置时间

倒计时开始时间能够以 1 分为单位进行设置，最长 24 小时。

- 如果正在进行定时器倒计时操作，先将定时器复位到其当前开始时间，再执行该操作。

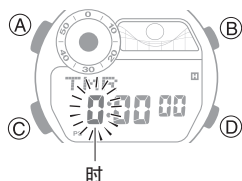
使用定时器

1. 进入“定时器模式”。

浏览不同模式

2. 按住 (A) 至少 2 秒钟。

此操作会让小时数字闪烁。

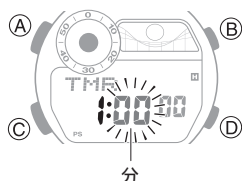


3. 使用 (B) 和 (D) 更改定时器小时设置。

- 按住 (B) 或 (D) 可快速滚动浏览设置。

4. 按下 (C)。

此操作会让分钟数字闪烁。



5. 使用 (B) 和 (D) 更改定时器分钟设置。

6. 按下 (A) 完成设置操作。

注

- 在配置设置时，如果在两分钟内无任何操作，手表会自动退出设置操作界面。
- 将开始时间设置为 0:00 将执行 24 小时倒计时。

使用定时器

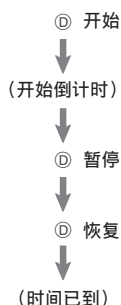
计时器以 1 秒为单位计时。

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，请按下 (A)。

3. 按任意按钮可停止提示音。

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

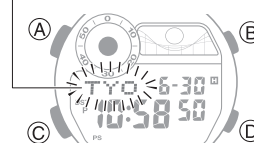
使用以下步骤可在按按钮时启用或禁用鸣音。

1. 进入“计时模式”。

浏览不同模式

2. 按住 (A) 至少两秒。城市代码开始闪烁时，松开按钮。

城市代码



3. 按下 (C) 九次。

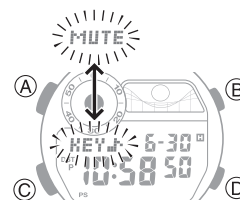
这样将会使显示屏上闪烁 [KEY↵] 或 [MUTE]。



4. 按下 (D) 选择 [KEY↵] 或 [MUTE]。

[KEY↵]: 已启用操作鸣音。

[MUTE]: 操作音禁用。



5. 按下 (A) 完成设置操作。

- 关闭操作音时将显示 [MUTE]。



注

- 在配置设置时，如果在两三分钟内无任何操作，手表会自动退出设置操作界面。
- 请注意，即使已关闭操作音，闹铃和定时器鸣音也会响起。

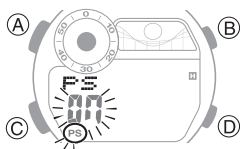
配置节电功能设置

- 进入“计时模式”。
🔍 浏览不同模式
- 按住 (A) 至少两秒。城市代码开始闪烁时，松开按钮。

城市代码



- 按下 (C) 11 次。
这将显示 [PS]。



- 按下 (D) 切换开/关状态。
[On]: 已启用节电功能。
[OFF]: 已解除节电功能。
- 按下 (A) 完成设置操作。

注

- 在配置设置时，如果在两三分钟内无任何操作，手表会自动退出设置操作界面。
- 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	偏移
UTC	协调世界时
LIS	里斯本
LON	伦敦
MAD	马德里
PAR	巴黎
ROM	罗马
BER	柏林
STO	斯德哥尔摩
ATH	雅典
CAI	开罗
JRS	耶路撒冷
MOW	莫斯科
JED	吉达
THR	德黑兰
DXB	迪拜
KBL	喀布尔
KHI	卡拉奇
DEL	德里
KTM	加德满都
DAC	达卡
RGN	仰光
BKK	曼谷
SIN	新加坡
HKG	香港
BJS	北京
TPE	台北
SEL	首尔
TYO	东京
ADL	阿德莱德
GUM	关岛
SYD	悉尼
NOU	努美阿
WLG	惠灵顿
PPG	帕果-帕果
HNL	火奴鲁鲁
ANC	安克雷奇
YVR	温哥华
LAX	洛杉矶
YEA	埃德蒙顿
DEN	丹佛
MEX	墨西哥城
CHI	芝加哥
NYC	纽约
SCL	圣地亚哥
YHZ	哈利法克斯

城市	偏移
YYT	圣约翰
RIO	里约热内卢
FEN	费尔南多迪诺罗尼亚岛
RAI	普拉亚

- 上表中的信息为截至 2022 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

在正常温度下的准确性：

每月 ±15 秒误差

计时：

时、分、秒、月、日、星期
a.m. (上午) / p.m. (下午) / 24 小时
计时制
全自动日历 (2000 到 2099) *
* 年份仅在设置屏幕上显示。
夏令时间

潜水功能：

潜水时间
测量单位：1 秒钟
测量范围：23 小时 59 分 59 秒 (24 小时)
休息用时
测量单位：1 分钟
测量容量：47 小时 59 分钟 (48 小时)
10 条日志内存记录 (潜水开始日期和时
间、潜水用时、水面休息用时)

潮汐图/月形图功能：

潮汐图 (显示潮汐周期)
月相显示
日期选择
时间选择 (仅限潮汐图)

世界时间：

全球 48 个城市 (31 个时区) 的当前时间显示
夏令时间

闹铃：

时间闹铃
闹铃：5 个 (含一个贪睡闹铃)
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

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、分段时间、第 1 和第 2 结束点

定时器：

测量单位：1 秒

倒计时范围：24 小时

设置单位：1 分钟

运行时间：10 秒蜂鸣音

其他：

高亮度 LED 照明（全自动照明、照明渐弱、1.5 或 3 秒照明持续时间设置）、节电功能、电池电量指示器、操作鸣音开/关

供电：

太阳能板和一块可充电电池

电池续航时间：约 14 个月

条件：

在以下条件下，未暴露在光照中。

- 照明：1.5 秒/天
- 闹铃：10 秒/天
- 显示时间：18 小时/天
- 潜水功能
 - 潜水次数：50 次/年
 - 潜水用时：60 分钟/潜

请注意，电池工作时间会因潜水模式下的照明条件和潜水持续时间而缩短。

规格如有变更，恕不另行通知。

故障排除**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）错误。

🔗 [设置世界时间城市](#)

潜水功能

Q1 我无法进入潜水模式。

当手表电量不足或电量耗尽时，将无法进入潜水模式。在戴上手表潜水前，请先给手表充电。

Q2 当手表从潜水用时测量切换到水面休息用时测量时，它会进入“计时模式”。

如果手表在处于“潜水模式”期间电量不足，将无法测量水面休息用时。在戴上手表潜水前，请先给手表充电。

Q3 当我从“计时模式”切换到“潜水模式”时，手表正在进行测量。

在继续之前的测量时，会出现这种情况。进入“潜水模式”并重置测量。

🔗 [测量潜水用时](#)

潮位

Q1 潮汐信息有误。

由于潮汐图的涨潮时间、退潮时间及潮位是根据历史数据计算的，因此计算的数据可能与实际的潮汐数据有所不同。

另外，还需要注意，误差程度可能受到地形、天气和其他条件的影响。本手表的潮汐数据仅供参考。

请务必核查各权威机构发布的准确潮汐预报信息，不要使用本手表的潮汐信息来针对航行或任何其他有危险的活动确定潮位。

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](#)

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](#)

不属于上述情况。

整点报时可能已被禁用。启用整点报时。

🔗 [配置整点报时设置](#)

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 显示屏上闪烁显示 [H]、[M] 和 [L]。

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闹铃、整点报时、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。功能将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 [CHG] 在显示屏上闪烁。

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/>