

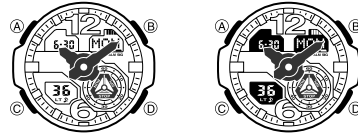
# 使用手册 5357

CASIO®

## 事前须知

承蒙惠购 CASIO 手表，谨表感谢。为了最有效地使用本表，务请仔细阅读本说明书。

### 关于本说明书



• 画面显示有白底黑字及黑底白字两种，依手表的型号而不同。本说明书中的所有画面插图均以白底黑字表示。

Ck-1

- 按钮以图中所示的字母表示。
- 本说明书的每一节都会为您讲述一种功能的操作。有关技术资料等详情，请参阅“参考资料”一节中的说明。

## 目录

部位说明 .....	Ck-6
计时 .....	Ck-8
秒表 .....	Ck-14
倒数计时器 .....	Ck-17
世界时间 .....	Ck-20
闹铃 .....	Ck-24
照明 .....	Ck-29
指针基准位置的校正 .....	Ck-33
参考资料 .....	Ck-35
规格 .....	Ck-40

Ck-2

Ck-3

## 操作便览

以下是本说明书中所有操作的便览。

如何设定时间及日期 .....	Ck-9
如何改变夏令时间（日光节约时间）设定 .....	Ck-12
如何使用倒数计时器 .....	Ck-18
如何配置倒数开始时间设定 .....	Ck-19
如何查看其他时区中的现在时间 .....	Ck-21
如何为各城市选择标准时间及夏令时间 .....	Ck-22
如何交换本地城市与世界时间城市 .....	Ck-23
如何设定闹铃时间 .....	Ck-25

如何测试闹铃 .....	Ck-26
如何开启或解除闹铃 .....	Ck-27
如何开启或解除整点响报 .....	Ck-28
如何手动点亮照明 .....	Ck-29
如何指定照明持续时间 .....	Ck-30
如何开启或解除自动照明功能 .....	Ck-32
如何调整基准位置 .....	Ck-33
如何开启或解除按钮操作音 .....	Ck-36

Ck-4

Ck-5

## 部位说明

- 按 C 钮可进行各模式间的切换。
- 要从任何其他模式返回计时模式时，请按住 C 钮约三秒钟。
- 在任意模式中（设定模式除外），按 B 钮可点亮照明。



秒表模式（第 Ck-14 页）

倒数计时器模式（第 Ck-17 页）



闹铃模式（第 Ck-24 页）

世界时间模式（第 Ck-20 页）

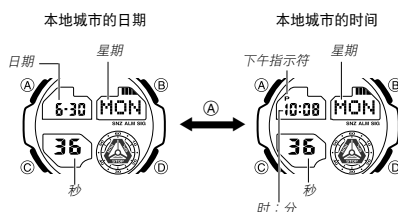


Ck-6

Ck-7

## 计时

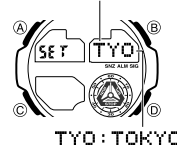
- 您可以在计时模式中调整本地城市的日期及时间。
- 在计时模式中按 A 钮可在如下所示画面之间切换显示内容。



Ck-8

## 如何设定时间及日期

城市代码



1. 在计时模式中，按住 A 钮约两秒钟直到“SET”出现在画面上。此表示现已进入设定模式。
  - 请注意，按住 A 钮过长时间（约五秒钟）将使手表进入其他的设定模式（第 Ck-33 页）。
2. 用 D 钮及 B 钮选择所需要的城市代码。
  - 在变更任何其他设定之前，必须首先选择本地城市代码。
  - 有关城市代码的详情，请参阅本说明书末尾的“City Code Table”（城市代码表）。

Ck-9

3. 按 **C** 键依照下顺序选择闪动的画面内容，选择其他设定。



4. 要变更的计时设定闪动时，用 **D** 键或 **B** 键如下所述进行变更。

画面：	目的：	操作：
TYO: TOKYO	改变城市代码	使用 <b>D</b> (向东) 键及 <b>B</b> (向西) 键。
OFF	在夏令时间 (ON) 与标准时间 (OFF) 之间切换 DST 设定。	按 <b>D</b> 键。
12H	选择 12 小时 (12H) 及 24 小时 (24H) 时制	按 <b>D</b> 键。

Ck-10

画面：	目的：	操作：
36	将秒数复位至 00	按 <b>D</b> 键。
10:08	改变时或分	用 <b>D</b> (+) 键及 <b>B</b> (-) 键。
20 14 6-30	改变年、月或日	
MUTE	在 <b>REVEAL</b> (开启) 与 <b>MUTE</b> (解除) 之间切换按钮操作音设定	按 <b>D</b> 键。
!	在 1.5 秒 (!) 与 3 秒 (3) 之间切换照明持续时间。	按 <b>D</b> 键。

5. 按 **A** 键退出设定模式。

• 星期会根据日期 (年、月及日) 自动显示。

Ck-11

## 夏令时间 (DST)

夏令时间 (日光节约时间) 比标准时间快 1 个小时。请注意，并非所有国家或地区都使用夏令时间。

### 如何改变夏令时间 (日光节约时间) 设定

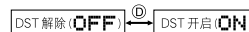
DST 指示符



1. 在计时模式中，按住 **A** 键约两秒钟直到“SET”出现在画面上。
  - 请注意，按住 **A** 键过长时间 (约五秒钟) 将使手表进入其他的设定模式 (第 Ck-33 页)。
2. 按 **C** 键显示 DST 夏令时间设定画面。

Ck-12

3. 用 **D** 键开启或解除 DST 夏令时间。



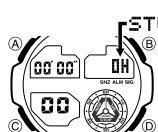
- 缺省 DST 设定是解除 (OFF)。
- 4. 选择了所需要的设定后，按 **A** 键退出设定模式。
- DST 指示符出现在画面上时表示已启用夏令时间。
- 请注意，标准时间/夏令时间设定只影响代码显示中的城市。其他城市不受影响。

### 12 小时及 24 小时制

- 选用 12 小时制时，在正午至午夜 11:59 之间下午指示符 (P) 会出现在画面中，而在午夜至正午 11:59 之间没有指示符出现。
- 选用 24 小时制时，时间在 0:00 至 23:59 之间表示，没有下午指示符 (P) 显示。
- 您在计时模式中选择的 12 小时 / 24 小时制将适用于所有其他模式。

Ck-13

## 秒表



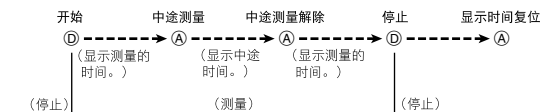
- 您可以使用秒表测量经过时间和中途时间。
- 秒表的数字画面显示限度是 999 小时 59 分 59.99 秒。若不停止秒表，测时会一直不停地进行。到达上述测时限度时，秒表会再次由零开始重新测时。
  - 若不停止秒表，即使退出秒表模式，测时仍会继续进行。
  - 本节中的所有操作都必须要在秒表模式中进行。请按 **C** 键进入该模式 (第 Ck-7 页)。

Ck-14

## 经过时间的测量

在秒表模式中，按 **D** 键可开始或停止经过时间的测量。

- 在经过时间测量过程中，按 **A** 键可显示现在的中途时间。



## 测量的时间或中途时间

时数  
• 在中途时间显示过程中与“SPL”交替显示。  
分、秒  
1/100秒

### 指示针盘

- 经过时间的秒数  
• 仅头 1 分钟
- 测量状态  
STOP: 停止  
RUN: 正在测量  
• 显示中途时间过程中除外。
- SPL: 显示中途时间

- 在未复位显示的时间的情况下，按 **D** 键可从上次的停止处重新开始经过时间的测量 (累积经过时间测量)。
- 若不停止秒表，即使退出秒表模式，正在进行的经过时间的测量操作仍将继续进行。在这种情况下，指示针盘指示现在的分数。

Ck-16

## 倒数计时器

### 开始时间 (时:分)



- 倒数计时器的开始时间可在 1 分钟至 24 小时的范围内设定。倒数至零时手表会发出闹铃声。
- 本节中的所有操作都必须要在倒数计时器模式中执行。请按 **C** 键进入该模式 (第 Ck-7 页)。

## 如何使用倒数计时器

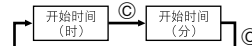
- 进入倒数计时器模式后，按 **D** 键即可开始倒数计时器的倒数。
- 倒数至零时闹铃会鸣响 10 秒钟，此时按任意键可停止闹铃声。
  - 闹铃停止鸣响后，倒数时间会自动返回原开始时间。
  - 倒数计时正在进行时，按 **D** 键可暂停倒数，再次按 **D** 键又可重新恢复倒数。
  - 若要完全停止倒数，首先暂停倒数 (按 **D** 键)，然后再按 **A** 键。此时，倒数时间会返回最初设定的开始时间。

## 如何配置倒数开始时间设定

### 开始时间 (时:分)



1. 在倒数计时器模式中，当倒数开始时间显示在画面上时，按住 **A** 键约两秒钟直到倒数开始时间的时数开始闪动。此表示现已进入设定模式。
  - 开始按住 **A** 键时“Hold”出现在画面上。请按住 **A** 键直到“Hold”消失。
  - 若倒数开始时间没有出现，请使用“如何使用倒数计时器”一节 (第 Ck-18 页) 中的操作将其显示。
2. 按 **C** 键依照下顺序选择项目 (闪动)，并选择要变更的设定。



3. 按 **A** 键退出设定模式。

Ck-18

Ck-19

## 世界时间



世界时间模式数字表示世界 48 个城市 (29 个时区) 的现在时间。本地城市与目前选择的世界时间城市之间可以通过简单的操作互换。

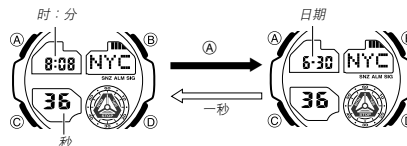
- 世界时间模式中的时间与计时模式中的时间同步。若您感觉世界时间模式中的时间不准, 请检查并确认您选择的本地城市正确。同时检查并确认计时模式中的时间正确。
- 世界时间模式中的时间根据 UTC 时差计算。有关可使用的 UTC 时差的详情, 请参阅本说明书末尾的“City Code Table”(城市代码表)。
- 本节中的所有操作都必须在世界时间模式中执行。请按 **C** 键可进入该模式 (第 Ck-7 页)。

Ck-20

## 如何查看其他时区中的现在时间

在世界时间模式中, 用 **D** 键可以切换城市代码 (时区)。按住该键可高速切换。

- 画面显示世界时间城市的现在时间。
- 要选择 UTC 时区 (0 时差) 时, 请同时按 **B** 键及 **D** 键。
- 当您需要的城市代码 (时区) 被选择时, 按 **A** 键可显示日期。约一秒钟后, 手表将恢复所选城市的通常计时。



Ck-21

## 如何为各城市选择标准时间及夏令时间



1. 在世界时间模式中, 用 **D** 键显示要改变其标准时间 / 夏令时间设定的城市代码 (时区)。

2. 按住 **A** 键约两秒钟, 交替选择夏令时间 (**DST** 指示符显示) 及标准时间 (**DST** 指示符不显示)。

- 开始按住 **A** 键时“Hold”出现在画面上。请按住 **A** 键直到“Hold”消失。
- 夏令时间启用后, **DST** 指示符会显示在画面上。
- 除 UTC 之外, 各城市可分别独立地启用 DST 夏令时间。
- 启用目前被选作本地城市的 DST 夏令时间将使计时模式的 DST 开启。

Ck-22

## 本地城市与世界时间城市的互换

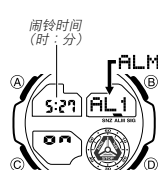
使用下述操作步骤可以交换本地城市与世界时间城市。使本地城市变为世界时间城市, 而世界时间城市变为本地城市。如果您频繁来往于两个时区不同的城市之间, 此功能很方便。

### 如何交换本地城市与世界时间城市

- 在世界时间模式中, 用 **D** 键选择所需的世界时间城市。
- 同时按住 **A** 键及 **B** 键直到手表鸣笛。
- 此时, 您在第 1 步选择的世界时间城市将变为本地城市, 时针及分针移动到该城市的现在时间处。同时, 在第 2 步之前选择的本地城市变为世界时间城市, 画面的显示内容也相应改变。
- 交换本地城市与世界时间城市后, 手表将停留在世界时间模式中, 第 2 步之前选择的本地城市为目前的世界时间城市。

Ck-23

## 闹铃



闹铃经开启后, 本表在到达闹铃时间时会发出闹铃音。五个闹铃中, 一个是间歇闹铃, 其他四个为每日闹铃。

您还可以开启整点响报, 使本表在每小时整点时鸣笛两次。

- 间歇闹铃画面由 **SNZ** 表示, 其他的闹铃画面有 **AL1** 至 **AL4** 的编号。整点响报画面则由 **SIG** 表示。
- 本节中的所有操作都必须要在闹铃模式中执行, 请按 **C** 键进入该模式 (第 Ck-7 页)。

Ck-24

## 如何设定闹铃时间



1. 在闹铃模式中, 用 **D** 键选择要设定的闹铃, 直到其闹铃画面出现为止。



- 要设定闹铃时间时, 请显示相应的闹铃画面 (**AL1** 至 **AL4**, 或 **SNZ**)。
- SIG** 是整点响报设定 (第 Ck-28 页)。
- 间歇闹铃每隔五分钟鸣响一次。

2. 选择了闹铃后, 按住 **A** 键约两秒钟, 直到闹铃时间的时数开始闪动。此表示现已进入设定模式。

- 开始按住 **A** 键时“Hold”出现在画面上。请按住 **A** 键直到“Hold”消失。
- 该闹铃自动开启。

3. 按 **C** 键在时数与分数之间移动闪动。

Ck-25

4. 用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键可改变闪动中的数值。

5. 按 **A** 键退出设定模式。

## 闹铃的操作

到达预定时间时, 无论手表处于何种模式, 闹铃都会鸣笛约 10 秒钟。间歇闹铃会每隔 5 分钟鸣响 1 次, 总共重复 7 次。您可随时解除闹铃 (第 Ck-27 页)。

- 闹铃及整点响报根据计时模式中本地城市的现在时间动作。
- 闹铃鸣响后, 按任何按钮都可停止闹铃音。
- 在间歇闹铃的 5 分钟间隔内, 若进行下列操作之一, 则目前的间歇闹铃会被解除。显示计时模式的设定画面 (第 Ck-9 页)
- 显示 **SNZ** 设定画面 (第 Ck-25 页)

## 如何测试闹铃

在闹铃模式中, 按住 **D** 键可使闹铃鸣响。

Ck-26

## 如何开启或解除闹铃



- 在闹铃模式中, 用 **D** 键选择闹铃。
- 按 **A** 键开启或解除选择的闹铃。
- 开启一个闹铃 (**AL1**, **AL2**, **AL3**, **AL4** 或 **SNZ**) 后, 闹铃开启指示符会在其闹铃模式画面中出现。
- 开启任何闹铃后, 闹铃开启指示符将表示在所有模式中。
- 闹铃鸣响时, 闹铃开启指示符会在画面中闪动。
- 在间歇闹铃鸣响过程中及其 5 分钟间隔内, 间歇闹铃指示符闪动。

闹铃开启指示符

Ck-27

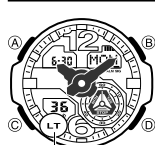
## 如何开启或解除整点响报



- 在闹铃模式中, 用 **D** 键选择整点响报 (**SIG**) (第 Ck-25 页)。
- 按 **A** 键交替开启或解除整点响报。
- 整点响报开启后, 整点响报开启指示符会显示在所有模式中。

Ck-28

## 照明



本表采用一个 LED (发光二极管) 提供照明, 即使在黑暗中也可使画面明亮易观。本表还配备有自动照明功能, 只要将手表面向您转动, 照明便会自动点亮。

- 若要使用自动照明功能, 必须事先开启该功能 (由自动照明功能指示符表示)。
- 有关使用照明的其他重要资讯, 请参阅第 Ck-38 页“照明须知”一节的说明。

## 如何手动点亮照明

在任意模式中, 按 **B** 键可点亮照明。

- 无论自动照明功能是否已开启, 上述操作都可点亮照明。
- 使用下述操作可将照明持续时间指定为 1.5 秒或 3 秒。按 **B** 键时, 照明将按照照明持续时间设定点亮约 1.5 秒或 3 秒。

Ck-29

## 如何指定照明持续时间



1. 在计时模式中，按住 (A) 钮约两秒钟直到“SET”出现在画面上。  
 • 请注意，按住 (A) 钮过长时间（约五秒钟）将使手表进入其他的设定模式（第Ck-33页）。
2. 按 (C) 钮十次显示照明持续时间 1 或 3。
3. 按 (D) 钮选择 1 (1.5 秒) 及 3 (3 秒)。
4. 按 (A) 钮退出设定画面。

Ck-30

## 关于自动照明功能

自动照明功能开启后，无论手表的模式为何，每当您如下所示转动手腕时，照明便会自动点亮。



- 将本表移至与地面平行的位置上，然后再将其面向您扭动超过 40 度即可点亮照明。
- 请将手表戴在手腕的外侧。

Ck-31

## 警告！

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

## 如何开启或解除自动照明功能

- 在计时模式中，按住 (B) 钮约 3 秒可交替开启（自动照明功能指示符出现）或解除（自动照明功能指示符消失）自动照明功能。
- 自动照明功能开启后，自动照明功能指示符将显示在所有模式画面中。
  - 为避免耗尽电池，自动照明功能会在开启约六小时后自动解除。重复上述操作可重新开启自动照明功能。

Ck-32

## 指针基准位置的校正

本表的指示针盘及时针与分针会因强磁场或强撞击而错位。如果这种情况发生，可以根据需要校正模拟针。

### 如何调整基准位置



正确的指示针盘位置

1. 在计时模式中，按住 (A) 钮约五秒钟直到 H-SET (H:SET) 及 Sub (Sub) 出现。
2. 检查指示针盘的位置。  
 • 如果指示针盘指示 60 (12 时位置)，则其基准位置正确。否则，请用 (D) (+) 钮与 (B) (-) 钮进行调整。  
 • 确认指示针盘在其正确的基准位置后，按 (C) 钮。

Ck-33

## 时针及分针正确的基准位置



3. 检查时针及分针的位置。  
 • 若此二针指向 12 时则表示其基准位置正确。否则，请用 (D) 钮（顺时针）及 (B) 钮（逆时针）调整其位置。
4. 调整完毕后，按 (A) 钮返回通常的计时状态。  
 • 时针及分针将转动到计时模式的现在时间处，指示针盘则转动至 0 位置。  
 • 此时按 (C) 钮可返回上述第 2 步。

Ck-34

## 参考资料

本节介绍更多有关操作本表的详情及技术资料，其中还包括本表各种功能及特长的主要须知及注意事项。

### 按钮操作音



静音指示符

- 每当您按手表上的按钮之一时，按钮操作音便会鸣响。按钮操作音可以根据需要开启或解除。
- 即使按钮操作音已被解除，闹铃、整点响报及其他鸣音也将正常动作。

Ck-35

## 如何开启或解除按钮操作音

1. 在计时模式中，按住 (A) 钮约两秒钟直到“SET”出现在画面上。  
 • 请注意，按住 (A) 钮过长时间（约五秒钟）将使手表进入其他的设定模式（第Ck-33页）。
2. 按 (C) 钮九次显示按钮操作音设定 (KEY 或 MUTE)。
3. 按 (D) 钮在 KEY (操作音开启) 与 MUTE (操作音解除) 之间切换设定。
4. 按 (A) 钮退出设定画面。  
 • 当按钮操作音被解除时，静音指示符会出现在所有模式中。

## 画面的自动返回

- 当有设定在画面中闪动时，若不执行任何操作经过两或三分钟，手表将自动退出设定模式。
- 在闹铃模式中，若不执行任何操作经过两或三分钟，手表将自动返回计时模式。

Ck-36

## 高速转动

- 在各种设定模式中，使用 (D) 钮及 (B) 钮可以改变设定。在大多数情况下，按住此二钮可高速改变设定。

## 初始画面

进入秒表，世界时间或闹铃模式时，上次退出该模式时显示的数据会首先出现。

## 计时

- 在将秒数复位至 00 时，若秒数值是在 30-59 之间，在秒数值回到 00 的同时，分数值亦会增加 1。若秒数值是在 00-29 之间，分数值则保持不变。
- 年份可在 2000 年至 2099 年间设定。
- 本表内置有全自动日历，其能自动调整长短月及闰年的日期。日期一旦设定，除更换手表电池之后以外无需再次调整。
- 计时模式及世界时间模式中的所有城市的现在时间均以本地城市的时间为基准，根据各城市的协调世界时 (UTC) 计算而来。

Ck-37

## 照明须知

- 在直射阳光下，照明的光亮有可能难以看到。
- 每当闹铃鸣响时，照明会自动熄灭。
- 照明将根据照明持续时间设定自动熄灭。
- 经常使用照明会很快耗尽电池。

## 自动照明功能须知

- 请避免将手表戴在手腕的内侧。否则会使自动照明功能在不需要时动作，缩短电池的寿命。要将手表戴在手腕内侧时，请解除自动照明功能。

15 度以上  
过高



- 若表面左右两侧倾斜超过 15 度，照明有可能不会点亮。必须保持您手臂的背面与地面平行。
- 即使您保持姿势，使手表持续面向您，照明也会在约 1.5 秒或 3 秒钟内熄灭。

Ck-38

- 静电及磁力会干扰自动照明功能的正常动作。若照明不点亮，请将本表转回原位（与地面平行），然后再再次面向您转动。若仍无法点亮，请将手臂放回您身体的侧边，然后再提起手臂进行尝试。
- 在某些情况下，表面转向您后照明要在约 1 秒后才会点亮。此属正常现象并非表示自动照明功能发生了故障。
- 当您前后摆动手臂时，您可能会注意到有非常轻微的喀嚓声从表内发出。此声音是由自动照明功能的机械动作所引起，并不表示本表发生了故障。

Ck-39

## 规格

常温下的精确度：每月 ±15 秒

数字计时：时，分，秒，下午 (PM)，月，日，星期

时制：12 小时与 24 小时

日历：2000 年至 2099 年间的全自动日历

其他：本地城市代码 (可从 48 个城市代码中选择)；标准时间 / 夏令时间 (日光节约时间)

指针计时：时，分 (指针每 20 秒钟跳一下)

秒表：

测量单位：1/100 秒

测量限度：999:59:59.99\*

测量精度：±0.0006%

测量功能：经过时间，中途时间

指示针盘：秒，测量状态

倒数计时器：

测量单位：1 秒

输入范围：1 分钟至 24 小时 (以 1 分钟为单位)

世界时间：48 个城市 (29 个时区)

其他：夏令时间 / 标准时间；本地城市 / 世界时间城市交换

闹铃：五个每日闹铃 (其中一个为间歇闹铃)，整点响报

照明：LED (发光二极管)，自动照明功能；照明持续时间可选

其他：按钮操作音开启 / 解除

电池：两个氧化银电池 (型号：SR927W)

电池寿命：SR927W 型电池约可供电 3 年

(闹铃每日鸣响 10 秒钟，照明每日点亮一次 1.5 秒钟)

Ck-40

Ck-41



## City Code Table



L-1

### City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11
HNL	Honolulu	-10
ANC	Anchorage	-9
YVR	Vancouver	-8
LAX	Los Angeles	-8
YEA	Edmonton	-7
DEN	Denver	-7
MEX	Mexico City	-6
CHI	Chicago	-6
NYC	New York	-5
SCL	Santiago	-4
YHZ	Halifax	-4
YYT	St. Johns	-3.5

L-2

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
RIO	Rio De Janeiro	-3
FEN	Fernando de Noronha	-2
RAI	Praia	-1
UTC		
LIS	Lisbon	0
LON	London	0
MAD	Madrid	0
PAR	Paris	0
ROM	Rome	+1
BER	Berlin	+1
STO	Stockholm	+1
ATH	Athens	+2
CAI	Cairo	+2
JRS	Jerusalem	+2

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
MOW*	Moscow	+3
JED	Jeddah	+3
THR	Tehran	+3.5
DXB	Dubai	+4
KBL	Kabul	+4.5
KHI	Karachi	+5
DEL	Delhi	+5.5
KTM	Kathmandu	+5.75
DAC	Dhaka	+6
RGN	Yangon	+6.5
BKK	Bangkok	+7

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
SIN	Singapore	+8
HKG	Hong Kong	+8
BJS	Beijing	+8
TPE	Taipei	+8
SEL	Seoul	+9
TYO	Tokyo	+9
ADL	Adelaide	+9.5
GUM	Guam	+10
SYD	Sydney	+10
NOU	Noumea	+11
WLG	Wellington	+12

\* The above is current as of June 2013. This watch does not reflect the change in the Moscow (MOW) time offset to +4. Because of this, you should leave the summer time setting turned on (which advances the time by one hour) for Moscow (MOW).

L-3

- This table shows the city codes of this watch.
- The rules governing global times (UTC offset and GMT differential) and summer time are determined by each individual country.

L-4