

# 使用手冊 3163

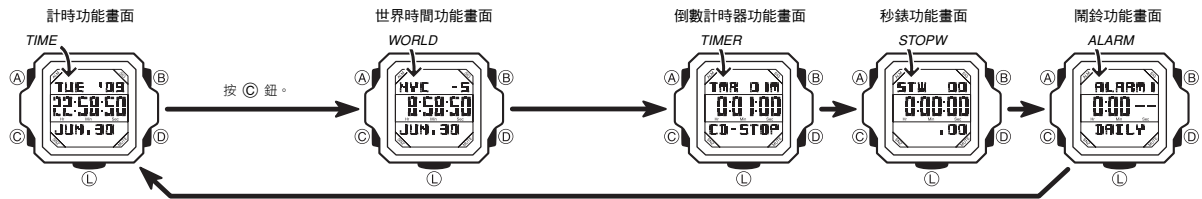
## 有關本說明書



- 顯示幕上的文字顯示或是白底黑字，或是黑底白字，依手錶的型號而不同。本說明書中的所有範例畫面均以白底黑字表示。
- 按鈕會以圖中所示的字母表示。
- 本說明書的每一節都會為您講述一種功能的操作。有關技術資料等詳情，請參閱“參考資料”一節中的說明。

## 部位說明

- 按 C 鈕可選換各功能畫面。
- 在任意功能畫面顯示時，按 L 鈕可點亮照明約一秒鐘。
- 每當有較多的字符需要在畫面上段或下段中顯示時，字符將自動從右向左滾動。



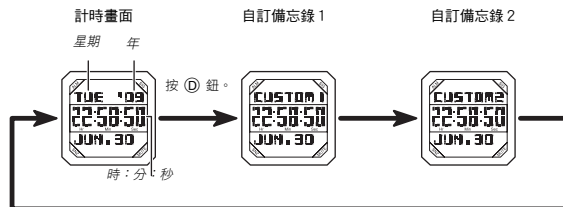
## 計時功能

- 計時功能畫面用於設定及查看現在時間及日期。
- 畫面上段及下段中顯示的日期有四種不同的格式（星期、年、月、日）可供選擇。
- 畫面上段中的日曆格式依畫面下段目前選擇的顯示格式而不同。按 B 鈕可如下所示循環選換日曆格式。

範例：2009年6月30日，星期二

日期格式（畫面下段）設定：	按 B 鈕選換日曆格式（畫面上段）設定：
MMDD (JUN.30)	DDD 'YY (TUE '09) → 'YY DDD ('09 TUE) → DDJMM (30JUN)
DDJMM (30JUN)	DDD (TUE) → YYYY (2009)
MM-DD (06-30)	MMM 'YY (JUN '09) → 'YY MMM ('09 JUN) → MMM (JUN) → YYYY (2009)
DD-MM (30-06)	
DDD DD (TUE 30)	
DD DDD (30 TUE)	

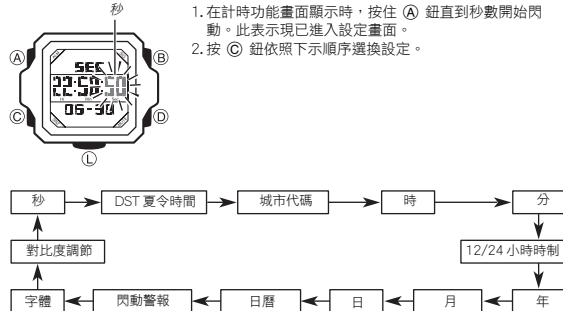
在計時功能中按 D 鈕可選換自訂備忘錄畫面（1及2）。



### 重要！

- 在使用本錶的此功能之前，必須先選擇居住城市（您通常使用手錶時所在的地區）並設定時間及日期。

### 如何設定時間及日期



- 在計時功能畫面顯示時，按住 A 鈕直到秒數開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 按 C 鈕依照下列順序選換設定。

3. 要改變的設定閃動時，用 D 鈕及 B 鈕如下所示進行變更。

畫面	目的：	操作：
50	將秒數復位至 00	按 D 鈕。
OFF	交替選換夏令時間 (ON) 及標準時間 (OFF)	
TYO +9	改變城市代碼	用 D (向東) 鈕及 B (向西) 鈕。
22:58	改變時或分	用 D (+) 鈕及 B (-) 鈕。
24H	交替選換 12 小時 (12H) 及 24 小時 (24H) 時制	按 D 鈕。
2009	改變年	用 D (+) 鈕及 B (-) 鈕。
06-30	改變月或日	
MM. DD	改變日曆格式。*	用 D 鈕及 B 鈕。
SYNCHRO	配置閃動警報設定	請參閱“閃動警報”。
TYPE-A	改變字體。 **	用 D 鈕及 B 鈕。
CONT 4	調節對比度	請參閱“對比度的調節”。

\* 下列為可使用的日曆顯示格式。

範例：2009年6月30日，星期二

- MMDD (JUN.30)
- DDJMM (30JUN)
- MM-DD (06-30)
- DD-MM (30-06)
- DDD DD (TUE 30)
- DD DDD (30 TUE)

\*\* 下列為可使用的字體。

- TYPE-A：粗體
- TYPE-B：細體

• 有關夏令時間設定的詳情，請參閱“夏令時間 (DST)”一節。

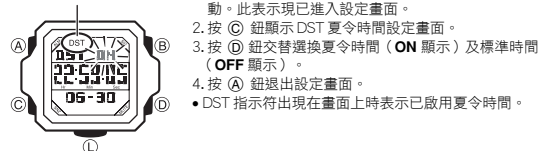
- 按 A 鈕退出設定畫面。
- 將秒數復位至 00 時，若秒數值在 30 至 59 之間，則分數值會加 1；若秒數值在 00 至 29 之間，則分數值保持不變。
- 星期將根據日期（年、月、日）自動顯示。

### 夏令時間 (DST)

夏令時間（日光節約時間）比標準時間快 1 個小時。請注意，並非所有國家或地區都使用夏令時間。

### 如何為計時功能選換夏令時間及標準時間

DST 夏令時間指示符

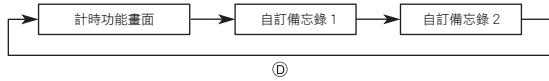


- 在計時功能畫面顯示時，按住 A 鈕直到秒數開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 按 C 鈕顯示 DST 夏令時間設定畫面。
- 按 D 鈕交替選換夏令時間 (ON 顯示) 及標準時間 (OFF 顯示)。
- 按 A 鈕退出設定畫面。

- DST 指示符出現在畫面上時表示已啟用夏令時間。

## 自訂備忘錄

自訂備忘錄功能用於輸入及儲存兩個內含最長 14 個字符的備忘錄。在計時功能中，按 **(D)** 鈕可選擇顯示畫面。



- 自訂備忘錄中可輸入下列字符。  
0-9 A-Z - ( ) @ : ; ! ? / \ ^ #
- 畫面同時最多能顯示備忘錄中的七個字符。若多於七個字符，則當您按 **(D)** 鈕顯示備忘錄時，文字將從右至左滾動。要在自訂備忘錄 1 或自訂備忘錄 2 顯示時滾動文字，請按 **(B)** 鈕。

### 如何輸入備忘錄文字

自訂備忘錄 1



1. 在計時功能中，用 **(D)** 鈕選擇自訂備忘錄 1 或自訂備忘錄 2。
2. 按住 **(A)** 鈕約兩秒鐘，直到備忘錄的第一個字符開始閃動。

• 此表示現已進入輸入畫面。

3. 用 **(D)** (+) 鈕及 **(B)** (-) 鈕在閃動位置選擇輸入的字符。
4. 當所需要的字符出現在閃動位置時，按 **(C)** 鈕將閃動向右移動到下一個位置。
5. 反復執行第 3 及第 4 步操作輸入所有所需要的字符。
  - 要刪除所有輸入的字符時，請同時按 **(D)** 鈕及 **(B)** 鈕。
  - 當閃動位於最後一個 (第 14 個) 字符時，按 **(C)** 鈕將使閃動返回第一個字符。

6. 備忘錄的字符全部輸入完畢後，按 **(A)** 鈕。
- 手錶退出輸入畫面。

## 世界時間功能

世界時間的城市代碼



世界時間

世界時間功能畫面顯示世界 31 個城市 (31 個時區) 的現在時間。

- 本節中的所有操作都必須在世界時間功能畫面中執行。請按 **(C)** 鈕進入該畫面。

### 如何查看各城市的時間

- 在世界時間功能畫面顯示時，按 **(D)** 鈕可向東選擇城市代碼，而按 **(B)** 鈕可向西選擇城市代碼。
- 有關城市代碼的詳情，請參閱“City Code Table” (城市代碼表)。
- 若手錶表示的某城市的現在時間不準，請檢查計時功能的時間及居住城市設定並作必要的變更。
- 您可以改變計時功能中居住城市的代碼。有關詳情請參閱“如何設定時間及日期”一節。

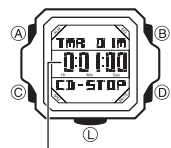
### 如何選擇各城市的標準時間及夏令時間

DST 夏令時間指示符



1. 在世界時間功能畫面顯示時，用 **(D)** 鈕及 **(B)** 鈕顯示要改變其標準時間/夏令時間設定的城市 (時區)。
  2. 按住 **(A)** 鈕約兩秒鐘交替選擇夏令時間 (DST 出現) 及標準時間 (DST 消失)。
- 當已啟用夏令時間的城市代碼表示時，DST 指示符將出現。
  - 請注意，標準時間/夏令時間設定只對目前在畫面中顯示的城市有效，其他城市不受影響。
  - 請注意，當城市代碼被選擇為 UTC 時，不能在標準時間與夏令時間之間選擇。

## 倒數計時器功能



倒數計時器可在 1 分鐘至 24 小時的範圍內設定。倒數至零時手錶將發出鬧鈴音。

- 本節中的所有操作都必須在倒數計時器功能畫面中進行。請按 **(C)** 鈕進入該畫面。

時:分:秒

### 計時器的種類

配置計時器時可以使用下列三種不同的設定。

計時器的種類	畫面	倒數結束時
單次計時器	CD-STOP	原開始時間出現在畫面上，倒數停止。當您要從相同的開始時間開始倒數時，此種類型的計時器最合適。
倒數/正數計時器	CD-UP	鬧鈴鳴響，並且手錶開始測量經過時間。經過時間的測量以一秒為單位，最長測量 24 個小時。
自動反復計時器	CD-RPT	計時器自動從相同的開始時間再次開始一次新的倒數。

### 計時器的開始時間

您可以使用手錶的預設開始時間之一，或使用自己設定的開始時間。

- 預設開始時間：可以任意選擇下列固定的開始時間之一。  
1 分鐘，3 分鐘，5 分鐘，10 分鐘，15 分鐘，30 分鐘，45 分鐘，1 小時
- 自訂計時器：可以設定所需要的開始時間。

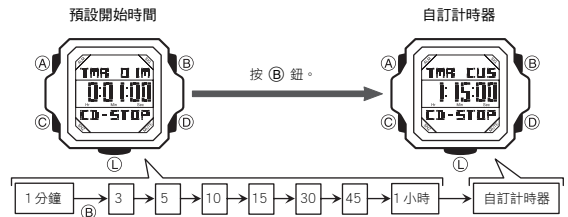
### 計時器的鬧鈴

倒數結束時手錶將鳴音約 10 秒鐘。按任意鈕可停止鳴音。

### 計時器的設定

使用預設計時器：顯示所需要的預設開始時間畫面，並選擇計時器的類型。  
使用自訂計時器：顯示自訂計時器畫面，設定開始時間及選擇計時器的類型。

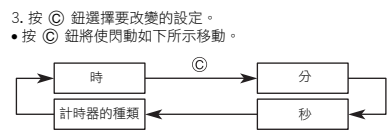
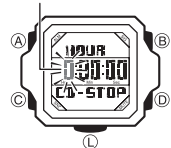
1. 在倒數計時器功能畫面顯示時，按 **(B)** 鈕選擇開始時間，顯示預設開始時間或自訂計時器畫面。  
按 **(B)** 鈕可如下所示選擇開始時間畫面。



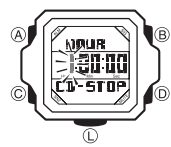
2. 按住 **(A)** 鈕顯示設定畫面。
  - 若您顯示的是預設開始時間，按住 **(A)** 鈕將使計時器的種類閃動。請在第 3 步進行到“如何選擇計時器的種類”一節。
  - 若您顯示的是自訂計時器，則按住 **(A)** 鈕將使開始時間的時數閃動。請進行到第 3 步。

### 計時器的種類

計時器的開始時間 (時)

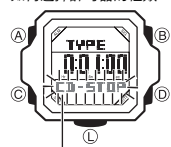


### 如何設定開始時間的時、分及秒



- 用 **(D)** (+) 鈕及 **(B)** (-) 鈕改變閃動中的設定。
- 開始時間的設定單位為 1 秒，設定限度為 24 小時。
- 要將開始時間設定為 24 小時時，請設定 0:00:00。

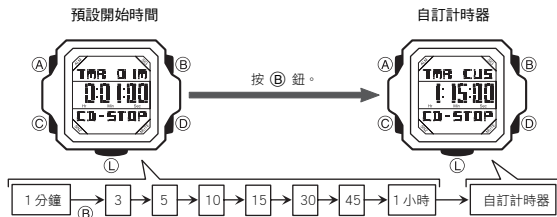
### 如何選擇計時器的種類



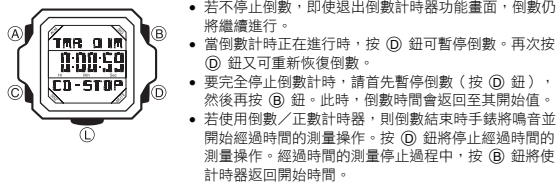
- 用 **(D)** 鈕選擇計時器的種類，如下所述。  
CD-STOP: 單次計時器  
CD-UP: 倒數/正數計時器  
CD-RPT: 自動反復計時器

### 如何使用倒數計時器

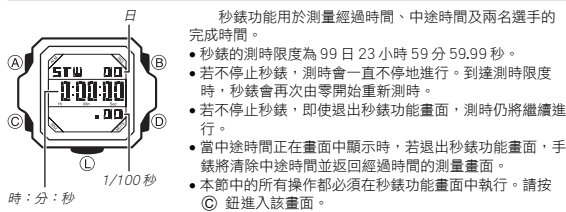
1. 在倒數計時器功能中時，按 (B) 鈕選擇開始時間，顯示預設開始時間或自訂計時器畫面。按 (B) 鈕將如下所示選擇開始時間畫面。



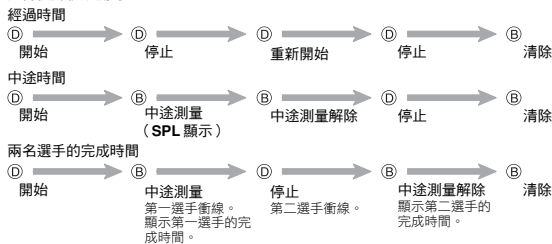
2. 按 (D) 鈕使您在第 1 步選擇的計時器開始倒數。



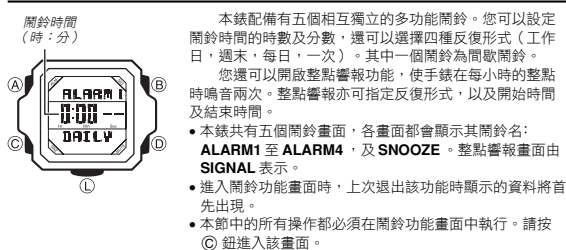
### 秒錶功能



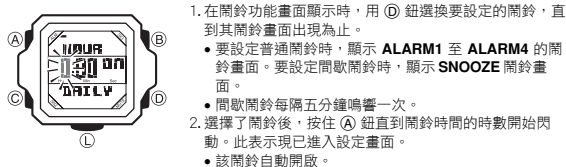
### 如何使用秒錶測時



### 鬧鈴功能



### 如何設定鬧鈴時間



3. 按 (C) 鈕依照下示順序選擇設定。



4. 用 (D) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕改變閃動中的設定。  
• 鬧鈴的反覆形式可以從下述四種中選擇之一。

鬧鈴的反覆形式:	設定:
每日	DAILY
僅在指定日期鳴響一次	ONCE
每週六及週日鳴響	WEEKEND
週一至週五每日鳴響	WEEKDAY

5. 按 (A) 鈕退出設定畫面。  
• 使用 12 小時制時，要正確設定上午或下午。

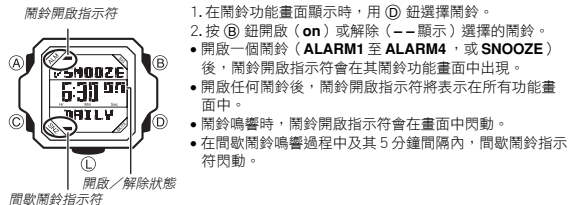
### 鬧鈴的動作

到達預設時間時，無論手錶顯示何種功能畫面，鬧鈴都會鳴音約 10 秒鐘。間歇鬧鈴會每隔 5 分鐘鳴響 1 次，總共重複 7 次。您可隨時解除鬧鈴。  
• 鬧鈴及整點響報根據計時功能中的時間動作。  
• 鬧鈴鳴響後，按任何按鍵都可停止鬧鈴音。  
• 閃動響報被開啟時，顯示幕下方的紅色及綠色 LED 將隨鬧鈴的鳴音一起閃動。  
• 在間歇鬧鈴的 5 分鐘間隔內，若進行下列操作之一，則目前的間歇鬧鈴會被解除。  
顯示計時功能的設定畫面  
顯示鬧鈴功能的設定畫面

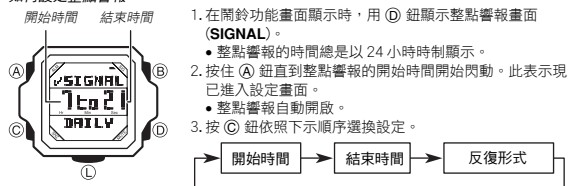
### 如何測試鬧鈴

在鬧鈴功能畫面顯示時，按住 (D) 鈕可使鬧鈴鳴響。

### 如何開啟或解除鬧鈴



### 如何設定整點響報

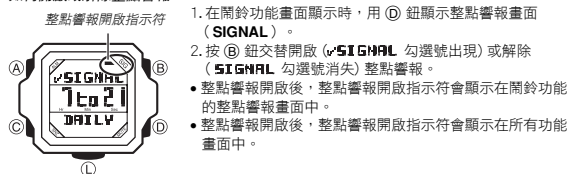


4. 用 (D) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕改變閃動中的設定。  
• 當開始時間及結束時間設定指定了一個 24 小時長的期間 (如開始時間為上午 7:00，結束時間為上午 6:00) 時，畫面會顯示為 **ALL**。  
• 若開始時間與結束時間指定的是相同的時間 (一個整點響報)，則只有開始時間顯示在整點響報畫面上。(例如: 8:00)  
• 整點響報的反覆形式可以從下述三種中選擇之一。

整點響報的反覆形式:	設定:
每日	DAILY
每週六及週日	WEEKEND
週一至週五每日	WEEKDAY

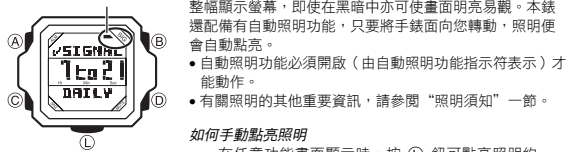
5. 按 (A) 鈕退出設定畫面。  
• 使用 12 小時制時，要正確設定上午或下午 (P)。

### 如何開啟或解除整點響報



## 照明

### 整點響報開啟指示符



本錶採用一塊 EL (電子螢光) 板提供照明, 其可點亮整幅顯示螢幕, 即使在黑暗中亦可使畫面明亮易觀。本錶還配備有自動照明功能, 只要將手錶面向您轉動, 照明便會自動點亮。

- 自動照明功能必須開啟 (由自動照明功能指示符表示) 才能動作。
- 有關照明的其他重要資訊, 請參閱“照明須知”一節。

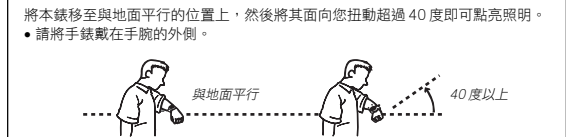
### 如何手動點亮照明

在任意功能畫面顯示時, 按 (L) 鈕可點亮照明約一秒鐘。

- 無論自動照明功能是否已開啟, 上述操作都可點亮照明。

## 關於自動照明功能

自動照明功能經開啟後, 每當您如下所示轉動手錶時, 照明便會點亮。



### 警告!

- 在使用自動照明功能觀看手錶時, 必須確認您目前所在位置的安全。特別是在跑步或進行任何其他有可能會導致事故或傷人的活動時, 必須格外小心謹慎。注意照明會使自動照明功能突然點亮, 請避免使您周圍的人受傷或注意力分散。
- 在騎自行車、或駕駛摩托車或其他機動車之前, 必須先將手錶的自動照明功能解除。因為自動照明功能有可能會突然或意外動作點亮照明, 分散您的注意力, 有導致交通事故及嚴重傷人意外的危險。

### 如何開啟或解除自動照明功能

在計時功能畫面顯示時, 按住 (L) 鈕約三秒鐘可開啟 (自動照明功能指示符出現) 或解除 (自動照明功能指示符消失) 自動照明功能。

- 自動照明功能經開啟後, 自動照明功能指示符會顯示在所有功能畫面中。
- 為防止將電池耗盡, 自動照明功能將在開啟約六小時後自動解除。

## 參考資料

本節更為詳細地介紹有關操作本錶的詳情及技術資訊, 其中還包括本錶各種功能及特長的重要須知及注意事項。

### 自動顯示功能

自動顯示功能自動循環顯示各功能畫面。



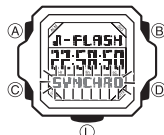
**如何解除自動顯示功能**  
按 (A) 鈕或 (C) 鈕。

**如何開啟自動顯示功能**  
在計時功能畫面顯示時, 按住 (B) 鈕及 (D) 鈕約兩秒鐘。

- 請注意, 當設定畫面顯示時不能開啟自動顯示功能。

### 閃動警報

開啟閃動警報後, 倒數鬧鈴、鬧鈴及整點響報動作時, 顯示幕下方的 LED 將隨之一起閃動。



### 如何開啟或解除閃動警報

1. 在計時功能畫面顯示時, 按住 (A) 鈕直到秒數開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
2. 按 (C) 鈕十次顯示閃動警報設定畫面。

3. 按 (D) 鈕交替開啟 (SYNCHRO 顯示) 或解除 (OFF 顯示) 閃動警報。
  4. 按 (A) 鈕退出設定畫面。
- 使用上述操作選擇的閃動警報設定將適用於所有功能。
  - 使用上述操作還能檢查閃動警報的開啟/解除設定狀態。

### 對比度的調節

通過調節對比度可以使手錶的顯示幕畫面變亮或變暗。

### 如何調節對比度

1. 在計時功能畫面顯示時, 按住 (A) 鈕直到秒數開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
2. 按 (C) 鈕 12 次顯示對比度調節 (CONT) 畫面。
3. 按 (D) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕選擇亮度級數 (1 至 7)。
4. 按 (A) 鈕退出設定畫面。

### 按鈕操作音

每當您按手錶上的按鈕之一時, 按鈕操作音便會鳴響。按鈕操作音可以根據需要開啟或解除。

- 即使解除了按鈕操作音, 鬧鈴、整點響報及倒數鳴音亦將正常鳴響。

### 如何開啟或解除按鈕操作音



在任意功能畫面 (設定畫面除外) 顯示時, 按住 (C) 鈕可交替開啟 (消音指示符消失) 或解除 (消音指示符出現) 按鈕操作音。

- 按住 (C) 鈕開啟或解除按鈕操作音時, 還會使手錶的功能畫面改變。
- 當按鈕操作音被解除時, 消音指示符會出現在所有功能畫面中。改變功能畫面時 LED 將閃動。

### 畫面的自動返回

當有字符在畫面中閃動時, 若不執行任何按鈕操作經過兩或三分鐘, 手錶將自動退出設定畫面。

### 選擇

在各種功能畫面及設定畫面中, 使用 (B) 鈕及 (D) 鈕可以選擇資料。在大多數情況下, 選擇操作過程中, 按住此二鈕可高速選擇資料。

### 初始畫面

進入秒錶、鬧鈴或世界時間功能畫面時, 上次退出該功能畫面時顯示的資料會首先出現。

### 計時

- 年份可在 2000 年至 2099 年之間設定。
- 本錶內置有全自動日曆, 其能自動調整長短月及閏年的日期。日期一旦設定, 除更換手錶電池之後以外, 無需再次調整。

### 世界時間

- 世界時間功能中的所有時間均以計時功能中居住城市的時間為基準, 使用 UTC 時差計算而來。
- 世界時間的秒數與計時功能中的秒數同步。
- UTC 時差是指, 基準點英國格林威治與各城市所在時區之間的時差。
- UTC 是“Coordinated Universal Time (協調世界時)”的縮寫, 是世界通用的計時科學標準。其由原子 (銫) 時鐘精心保持計時, 精度在微秒之內。UTC 須根據需要加減閏秒, 以保持與地球自轉同步。

### 照明須知

- 本錶採用電子螢光板提供照明, 經長期使用後其會失去照明能力。
- 在直射陽光下, 照明的光亮有可能會難以看到。
- 照明點亮時本錶可能會發出響音。此響音由 EL 電子螢光板點亮時的震動所產生, 純屬正常, 並不表示手錶發生了故障。
- 鬧鈴鳴響時, 照明會自動熄滅。
- 經常使用照明會縮短電池的壽命。

### 自動照明功能須知

- 請不要將本錶戴在手腕的內側。否則會使自動照明功能在不需要的時候動作, 縮短電池的壽命。要將手錶戴在手腕的內側時, 請將自動照明功能解除。
- 若錶面左右兩側傾斜超過 15 度, 照明有可能無法點亮。必須保持您的手背與地面平行。
- 即使讓手錶錶面保持面朝您的狀態, 照明亦會在約一秒鐘內熄滅。
- 靜電或磁力會干擾自動照明功能的正常動作。若照明不點亮, 請將手錶移回原位 (與地面平行) 並再次轉向您。照明仍不點亮時, 請將手臂完全放下, 讓手臂回到自然位置的腰側, 然後提起來再試一次。

- 在某些情況下, 將手錶錶面轉向您約一秒鐘後照明才會點亮。這並不表示自動照明功能出現了問題。
- 前後晃動手錶時您可能聽到有非常輕微的喀噠聲從手錶中發出。此聲音由自動照明功能的機械動作所產生, 並不表示本錶出現了問題。

## 規格

常溫下的精確度：每月 ± 15 秒

計時：時、分、秒、上午/下午、年、月、日、星期

時制：12 小時及 24 小時時制

日曆：2000 年至 2099 年的全自動日曆

其他：居住城市代碼（可從 31 個城市代碼中選擇）；夏令時間（日光節約時間）／標準時間

自訂備忘錄：14 個字符 × 2

世界時間：31 個城市（31 個時區）

其他：夏令時間／標準時間

倒數定時器

設定單位：1 秒鐘

倒數單位：1 秒鐘

倒數限度：24 小時

可選擇單次計時器，倒數／正數計時器或自動反復計時器

秒錶

測量單位：1/100 秒

測量限度：99 日，23:59'59.99"

測量功能：經過時間，中途時間，兩名選手的完成時間

鬧鈴

5 個多功能。鬧鈴：四個一次鳴響鬧鈴；一個間歇鬧鈴

\* 四種形式（每日，一次，週末，工作日）

整點響報\*

\* 開始及停止時間指定。三種形式（每日，週末，工作日）

照明：EL（電子螢光板）：自動照明功能

其他：按鈕操作音開啟／解除；閃動響報；自動顯示功能

電池：一個鋰電池（型號：CR2025）

CR2025 型電池約可供電 5 年（鬧鈴每日鳴響 10 秒，照明每日點亮 1.5 秒）

## City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11
HNL	Honolulu	-10
ANC	Anchorage	-9
LAX	Los Angeles	-8
DEN	Denver	-7
CHI	Chicago	-6
NYC	New York	-5
SCL	Santiago	-4
YYT	St. Johns	-3.5
RIO	Rio De Janeiro	-3
FEN	Fernando de Noronha	-2
RAI	Praia	-1
UTC		0
LON	London	
PAP	Paris	+1
CAI	Cairo	+2
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
HKG	Hong Kong	+8
TYO	Tokyo	+9
ADL	Adelaide	+9.5
SYD	Sydney	+10
NOU	Noumea	+11
WLG	Wellington	+12

• Based on data as of March 2008.

• The rules governing global times (UTC offset and GMT differential) and summer time are determined by each individual country.