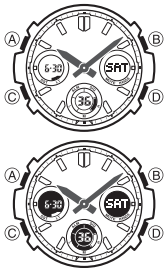


關於本說明書



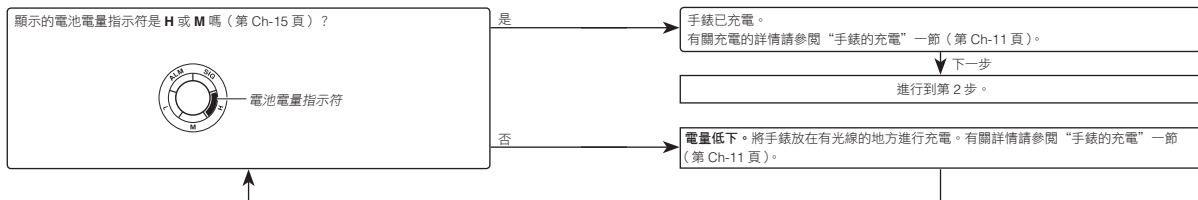
Ch-2

- 手錶畫面的文字顯示有白底黑字及黑底白字兩種，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。
- 按鈕以圖中所示的字母表示。
- 請注意，本說明書中的手錶插圖只起參考作用，手錶的實際外觀可能會與插圖中所示的有所不同。

Ch-3

在使用手錶之前需要檢查的事情

1. 檢查電池的電量。



Ch-4

Ch-5

2. 檢查居住城市及夏令時間 (DST) 設定。

使用“如何設定居住城市”一節 (第 Ch-26 頁) 中的操作配置居住城市及夏令時間設定。

重要！

正確的世界時間取決於計時功能中正確的居住城市、時間及日期設定。請確認您對這些設定的配置正確。

3. 設定現在時間。

• 要設定時間時

請參閱“時間及日期的設定”一節 (第 Ch-31 頁)。

現在手錶可以使用了。

Ch-6

Ch-36 世界時間功能的使用

- Ch-36 如何進入世界時間功能
- Ch-36 如何查看另一個時區的時間
- Ch-37 如何指定一個城市的標準時間或夏令時間 (DST)
- Ch-38 如何交換居住城市與世界時間城市

Ch-39 秒錶的使用

- Ch-39 如何進入秒錶功能
- Ch-40 如何執行經過時間的測量操作
- Ch-40 如何暫停在中途時間處
- Ch-40 如何測量兩名選手的完成時間

Ch-42 倒數定時器的使用

- Ch-42 如何進入倒數定時器功能
- Ch-42 如何指定倒數開始時間
- Ch-44 如何執行倒數定時器操作
- Ch-44 如何停止鬧鈴音

Ch-8

目錄

Ch-2 關於本說明書**Ch-4 在使用手錶之前需要檢查的事情****Ch-11 手錶的充電**

Ch-20 如何從休眠狀態恢復到正常狀態

Ch-21 功能指南**Ch-25 計時功能****Ch-26 居住城市的設定**

Ch-26 如何設定居住城市

Ch-29 如何改變夏令時間 (日光節約時間) 設定

Ch-31 時間及日期的設定

Ch-31 如何改變時間及日期

Ch-45 鬧鈴的使用

- Ch-45 如何進入鬧鈴功能
- Ch-46 如何設定鬧鈴時間
- Ch-47 如何測試鬧鈴
- Ch-48 如何開啟或解除鬧鈴或整點響報
- Ch-48 如何停止鬧鈴音

Ch-50 照明

- Ch-50 如何手動點亮照明
- Ch-51 如何改變照明持續時間
- Ch-54 如何開啟或解除自動照明功能

Ch-56 指針基準位置的調整

Ch-56 如何手動調整基準位置

Ch-58 如何移動指針以方便觀看數字盤

- Ch-59 如何移動指針以查看數字盤
- Ch-60 如何使各指針返回原位

Ch-7

Ch-9

Ch-61 其他設定

- Ch-61 如何開啟或解除按鈕操作音
- Ch-63 如何開啟或解除節電功能

Ch-65 疑難排解

Ch-67 規格

手錶的充電

手錶的錶盤由太陽能電池組成，能將光能轉變為電能。內置充電電池儲存太陽能電池產生的電能，並用此電能為手錶供電。手錶照射到光線時充電電池便會被充電。

充電指南



不佩戴手錶時，請將其放在能照射到光線的地方。
• 將手錶放在強光線下時充電效果最佳。



佩戴手錶時，不要讓衣袖遮擋光線。
• 即使僅部分錶盤被衣袖遮擋，手錶亦有可能會進入休眠狀態（第 Ch-19 頁）。

Ch-10

Ch-11

警告！

將手錶放置在明亮的光線下對充電電池進行充電會使手錶變得燙熱。接觸手錶時請小心以免燙傷。尤其長時間置於下述環境中時，手錶會變得極為燙熱。

- 停在直射陽光下的汽車中的儀表板上
- 白熾燈的近旁
- 直射陽光下

重要！

- 手錶溫度過高會使其數字畫面熄滅。手錶溫度降低後 LCD 的顯示將再次恢復正常。
- 要長期存放手錶時，請開啟節電功能（第 Ch-19 頁）並將手錶放在平時能照到明亮光線的地方。如此可防止充電電池的電量耗盡。
- 將手錶長期存放在暗處或佩戴時手錶因被遮擋而照不到光線，都會使充電電池的電量耗盡。平時請盡可能地讓手錶照到明亮的光線。

Ch-12

Ch-13

電量水平

通過查看下數字盤中的電池電量指示符可以掌握手錶電池的電量水平。



電池電量指示符

充電水平	電池電量指示符	功能狀態
1 (H)		所有功能正常。
2 (M)		所有功能正常。
3 (L & LOW)		照明及鳴音功能停止。除計時功能外，所有其他功能無效。
4 (CHG)		除計時功能及下數字盤中的 CHG (充電) 指示符之外，所有功能及畫面指示符均停止。時針及分針停止在 12 時位置。
5		所有功能停止。

- 電池電量為第 3 級 (L) 時 LOW 會在畫面中閃動，表示電池的電力已非常低，必須盡快將手錶放在明亮光線下進行充電。

Ch-14

Ch-15

- 當電池電量為第 5 級時，所有功能都將停止，並且各設定亦將返回至其初始出廠預設設定。電量一旦下降至第 5 級，將電池充電到第 2 級 (M) 後，需要重新配置現在時間、日期及其他設定。
- 將電池從第 5 級充電到第 2 級 (M) 時，各指示符將重新在畫面中出現。
- 手錶照射到直射陽光或一些其他極為強烈光線時，電池電量指示符可能會暫時表示為一個比實際電力水平高的級數。但數分鐘後正確的電池電量指示符便會出現。
- 每當電池的電量下降到第 5 級或更換電池之後，現在時間及所有其他設定都返回初始出廠預設值。

電力恢復模式

- 在短時間內多次點亮照明、鳴音及 / 或使指針高速轉動，可能會使所有的電池電量指示符 (H、M 及 L) 開始在下數字盤中閃動。此表示手錶已進入電力恢復模式。直到電池電力恢復為止，照明、鬧鈴、倒數定時器鬧鈴及整點響報都將失效。
- 電池的電力將在約 15 分鐘後恢復。此時，電池電量指示符 (H、M、L) 將停止閃動。表示上述功能再次有效。
- 若所有的電池電量指示符 (H、M、L) 都閃動，並且 CHG (充電) 亦閃動，則表示電池的電量已非常低。請儘快將手錶放在明亮光線下充電。
- 所有的電池電量指示符 (H、M、L) 經常閃動則可能表示剩餘電量已非常低。請將手錶放在明亮光線下進行充電。

Ch-16

Ch-17

充電時間

光線類型 (亮度)	每日照射 *1	充電水平 *2				
		第 5 級	第 4 級	第 3 級	第 2 級	第 1 級
在室外陽光下 (50,000 lux)	8 分鐘	3 小時		28 小時	8 小時	
在晴天的窗口下 (10,000 lux)	30 分鐘	8 小時		105 小時	28 小時	
在陰天的窗口下 (5,000 lux)	48 分鐘	13 小時		170 小時	46 小時	
在室內螢光燈光下 (500 lux)	8 小時	180 小時		---	---	

- * 1 為產生日常運作所需要的電力每天的大約照射時間。
- * 2 為使電量升高一級所需要的大約照射時間 (小時數)。

Ch-18

- 上示照射時間僅為參考值。實際所需要的照射時間依光線條件而不同。
- 有關電池供電時間及日常運作條件的詳情，請參閱規格中的“電源”部分（第 Ch-68 頁）。

節電功能

開啟後，節電功能會在手錶處於暗處經過一定時間後自動將手錶切換至休眠狀態。下表介紹節電功能對手錶各功能的影響。

- 有關開啟或解除節電功能的說明，請參閱“如何開啟或解除節電功能”一節（第 Ch-63 頁）。
- 實際有兩種休眠狀態：“畫面休眠”與“功能休眠”。

不見光的經過時間	數字盤	狀態
60 至 70 分鐘 (畫面休眠)	空白	數字顯示停止，但所有功能正常。
6 或 7 天 (功能休眠)	空白	時針及分針停止在 12 時位置。所有功能停止，但保持計時。

Ch-19

- 在早上 6:00 至晚上 9:59 之間時錶不會進入休眠狀態。但若手錶已處於休眠狀態時時間到達早上 6:00，則手錶將保持休眠狀態。
- 在秒錶功能或倒數定時器功能中時，手錶不會進入休眠狀態。

如何從休眠狀態恢復到正常狀態
將手錶移至光線良好的地方或按任意按鈕。

功能指南

本錶共有“五種功能”。請根據需要選擇功能。

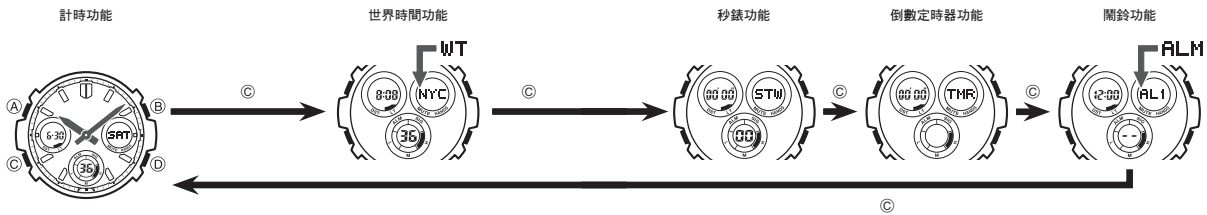
目的：	進入此功能：	參閱：
<ul style="list-style-type: none"> • 查看居住城市的日期 • 配置居住城市及夏令時間 (DST) 設定 • 設定時間及日期 • 12 小時與 24 小時制可選 • 顯示鬧鈴的倒數 	計時功能	Ch-25
查看全球 48 個城市 (31 個時區) 之一的現在時間	世界時間功能	Ch-36
用秒錶測量經過時間	秒錶功能	Ch-39
使用倒數定時器	倒數定時器功能	Ch-42
設定鬧鈴時間	鬧鈴功能	Ch-45

Ch-20

Ch-21

功能的選擇

- 下圖介紹選擇功能時所使用的按鈕。
- 要從任何其他功能直接返回計時功能時，按住 (C) 鈕至少四秒鐘。



Ch-22

Ch-23

通用機能 (所有功能中)

本節中所介紹的機能及操作可以在所有功能中使用。

自動返回功能

- 在鬧鈴功能中若您不進行任何操作經過約兩至三分鐘，手錶將自動返回計時功能。
- 在設定功能中 (有數字閃動)，若不執行任何操作經過兩至三分鐘，手錶將自動退出設定功能。

初始畫面

進入世界時間功能或鬧鈴功能時，上次退出該功能時畫面上顯示的資料會首先出現。

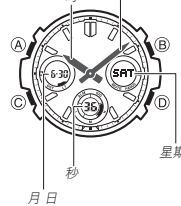
選擇

(B) 鈕及 (D) 鈕可用於在設定功能中選擇資料。通常在選擇資料時，按住此二鈕可高速選擇。

計時功能

請用計時功能查看及設定現在時間及日期。

- 若設定有鬧鈴時間，則右數字盤將從鬧鈴時間的前 60 分鐘開始顯示倒數。
- 查看數字盤時，可以移動指針使其不擋住畫面。
- 按 (A) 鈕在左數字盤中切換月 / 日與時 / 分顯示。



Ch-24

Ch-25

居住城市的設定

有兩種居住城市設定：選擇居住城市及選擇標準時間或夏令時間 (DST)。



如何設定居住城市

1. 在計時功能中，按住 (A) 鈕約兩秒鐘直到 **ADJ** 出現在右數字盤中。當您鬆開 (A) 鈕時，城市代碼及城市名將在右數字盤中滾動。此時進入設定功能。

- 若您不進行任何操作經過約兩或三分鐘，手錶將自動退出設定功能。
- 有關城市代碼的詳情，請參閱本說明書末尾的“City Code Table” (城市代碼表)。

- 每當進入設定功能時，模擬指針將自動移動到數字盤容易觀看的位置。

DST 指示符



2. 用 (D) (向東) 及 (B) (向西) 鈕在右數字盤中選擇城市代碼，直到要用作居住城市的出現。
3. 按 (C) 鈕使 DST 指示符在左數字盤中閃動，此表示現已進入 DST 設定功能。
4. 按 (D) 鈕在夏令時間 (ON) 與標準時間 (OFF) 之間 (右數字盤) 選擇 DST 設定。

- 請注意，當 UTC 被選作居住城市時，不能切換標準時間與夏令時間 (DST)。

Ch-26

Ch-27

5. 完成設定後，按 (A) 鈕返回計時功能。

- **DST** 指示符出現時表示夏令時間已啟用。
- 退出設定功能通常會使各指針自動返回通常計時。但若您手動移動了指針 (第 Ch-59 頁) 後進入設定功能，則當您退出設定功能時手錶不自動返回通常的計時。在此種情況下，需要手動將各指針返回通常位置 (第 Ch-60 頁)。

註

- 指定了城市代碼後，本錶將用世界時間功能中的 UTC* 時差根據居住城市的現在時間計算其他時區的現在時間。
- * 協同世界時是全球通用的科學計時標準。UTC 的基準點在英國的格林威治。

如何改變夏令時間 (日光節約時間) 設定

DST 指示符



1. 在計時功能中，按 (A) 鈕約兩秒鐘直到 **ADJ** 出現在右數字盤中。當您鬆開 (A) 鈕時，城市代碼及城市名將在右數字盤中滾動。此時進入設定功能。
2. 按 (C) 鈕進入 DST 設定功能。
3. 按 (D) 鈕在夏令時間 (ON) 與標準時間 (OFF) 之間選擇 DST 設定。

Ch-28

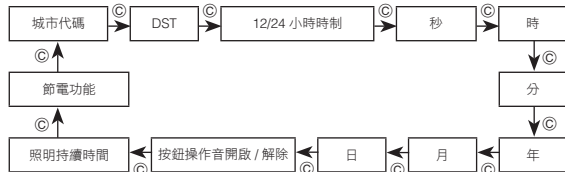
Ch-29

4. 完成設定後，按 (A) 鈕返回計時功能。
- **DST** 指示符出現時表示夏令時間已啟用。
 - 退出設定功能通常會使各指針自動返回通常計時。但若您手動移動了指針（第 Ch-59 頁）後進入設定功能，則當您退出設定功能時手錶不自動返回通常的計時。在此種情況下，需要手動將各指針返回通常位置（第 Ch-60 頁）。

Ch-30

Ch-31

2. 按 (C) 鈕依下示順序移動閃動，選擇其他設定。



- 下述操作步驟只介紹如何配置計時設定。

Ch-32

Ch-33

4. 按 (A) 鈕退出設定功能。
- 手錶自動根據左數字盤中顯示的現在時間調整指針時間。
 - 退出設定功能通常會使各指針自動返回通常計時。但若您手動移動了指針（第 Ch-59 頁）後進入設定功能，則當您退出設定功能時手錶不自動返回通常的計時。在此種情況下，需要手動將各指針返回通常位置（第 Ch-60 頁）。

註

- 有關選擇居住城市及設定 DST 的說明，請參閱“居住城市的設定”一節（第 Ch-26 頁）。
- 為計時選用 12 小時制時，在正午至午夜 11:59 之間 **PM** 指示符會出現在畫面上，而在午夜至正午 11:59 之間沒有指示符表示。選用 24 小時制時，時間在 0:00 至 23:59 之間表示，不表示 **PM** 指示符。

Ch-34

Ch-35

世界時間功能的使用

目前選擇的世界時間城市

世界時間功能用於查看世界 31 個時區（48 個城市）的現在時間。目前在世界時間功能中被選擇的城市稱為“世界時間城市”。

如何進入世界時間功能
用 (C) 鈕選擇世界時間功能，如第 Ch-22 頁所示。

- 右數字盤顯示 **WT** 約一秒鐘，然後城市代碼及城市名在右數字盤中滾動一次，最後城市的前三個字母顯示在畫面上。

如何查看另一個時區的時間
在世界時間功能中，用 (D) (向東) 鈕選擇城市代碼。

所選世界時間城市的現在時間

Ch-36

Ch-37

如何交換居住城市與世界時間城市

1. 在世界時間功能中，用 (D) 鈕選擇要用新的居住城市的代碼。
2. 要交換時，同時按住 (A) 鈕及 (B) 鈕直到手錶鳴音。



- 此時在第 1 步中選擇的世界時間城市（**NYC**（紐約））變為新的居住城市。
- 之前的居住城市（**TYO**（東京））變為新的世界時間城市。

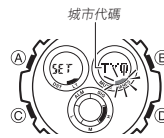
Ch-38

Ch-39

時間及日期的設定

您可以設定現在時間及日期。

如何改變時間及日期



1. 在計時功能中，按住 (A) 鈕約兩秒鐘直到 **ADJ** 出現在右數字盤中。
當您鬆開 (A) 鈕時，城市代碼開始在右數字盤中閃動。此時進入設定功能。
• 每當進入設定功能時，模擬指針將自動移動到數字盤容易觀看的位置。

3. 要變更的計時設定閃動時，用 (D) 鈕及 / 或 (B) 鈕如下所述進行變更。

畫面	目的：	操作：
TYO:TOKYO	改變城市代碼	用 (D) (向東) 鈕及 (B) (向西) 鈕。
OFF	交替選擇夏令時間 (ON) 及標準時間 (OFF)	按 (C) 鈕。
12H	選擇 12 小時 (12H) 及 24 小時 (24H) 時制	
35	將秒數重設為 00	用 (D) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕。
PM 10:08	改變時數或分數	
20 12 6-30	改變年、月或日	按 (C) 鈕。
MUTE	開啟 (KEY ♪) 或解除 (MUTE) 按鈕操作音	
LT 1	在三秒 (LT3) 與 1.5 秒 (LT1) 之間選擇換照持續時間	

- 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，除更換手錶電池或電池電量下降至第 5 級（第 Ch-15 頁）之後以外無需再次調整。
- 星期根據日期自動改變。
- 有關計時功能設定的詳細說明請參閱下示幾頁。
– 按鈕操作音開啟 / 解除：“如何開啟或解除按鈕操作音”（第 Ch-61 頁）
– 節電功能的開啟與解除：“如何開啟或解除節電功能”（第 Ch-63 頁）
– 照明持續時間：“如何改變照明持續時間”（第 Ch-51 頁）

如何指定一個城市的標準時間或夏令時間 (DST)

DST 指示符

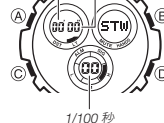
1. 在世界時間功能中，用 (D) (向東) 及 (B) (向西) 鈕顯示要改變其標準時間 / 夏令時間設定的城市代碼 (時區)。
2. 按住 (A) 鈕約兩秒鐘直到手錶鳴音。
• 此操作在夏令時間 (DST 指示符出現在左數字盤中) 與標準時間 (DST 指示符消失) 之間選擇在第 1 步中選擇的城市代碼。
• 使用世界時間功能改變被選作居住城市的 DST 設定時，計時功能中的時間亦將變為 DST 時間。

- 請注意，當 **UTC** 被選作世界時間市時，不能切換標準時間 / 夏令時間 (DST)。
- 請注意，標準時間 / 夏令時間 (DST) 設定只影響目前選擇的時區。其他時區不受影響。

秒錶的使用

秒錶功能用於測量經過時間、中途時間及兩名選手的完成時間。

如何進入秒錶功能
用 (C) 鈕選擇秒錶功能 (STW)，如第 Ch-23 頁所示。



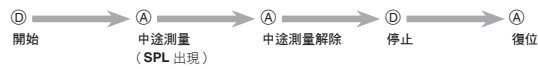
Ch-38

Ch-39

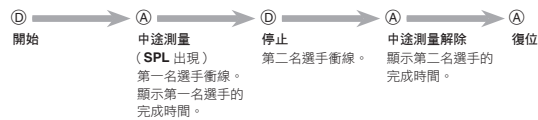
如何執行經過時間的測量操作



如何暫停在中途時間處



如何測量兩名選手的完成時間



Ch-40

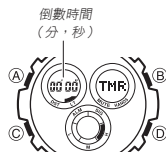
Ch-41

註

- 秒錶功能的經過時間的測量限度是 59 分 59.99 秒。
- 秒錶測時一旦開始，直到按 ① 鈕將其停止為止測時將持續進行，即使退出秒錶功能或測時到達上述秒錶的測時限度亦不會停止。
- 當中途時間正在畫面中顯示時，若退出秒錶功能，手錶將清除中途時間並返回經過時間的測量。

倒數定時器的使用

倒數定時器可以在 1 分鐘至 100 分鐘的範圍內設定。倒數至零時手錶將發出開鈴音。



如何進入倒數定時器功能

用 ③ 鈕選擇倒數定時器功能 (TMR)，如第 Ch-23 頁所示。

如何指定倒數開始時間

- 進入倒數定時器功能。
 - 若倒數計時正在進行 (由左數字盤中的倒計時的秒數表示)，按 ① 鈕停止倒數後按 ② 鈕返回倒數開始時間。
 - 若倒數已暫停，按 ② 鈕返回倒數開始時間。

Ch-42

Ch-43

如何執行倒數定時器操作



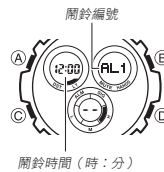
- 在開始倒數定時器的操作之前，請檢查並確認手錶未處於倒數計時 (由左數字盤中的秒數表示)。否則按 ① 鈕停止倒數後按 ② 鈕將時間復位為倒數開始時間。
- 倒數結束時開鈴將鳴響 10 秒鐘。此開鈴將在所有功能中鳴響。開鈴鳴響時，倒數時間自動返回開始值。

如何停止開鈴音

按任意鈕。

Ch-44

開鈴的使用



本錶配備有五個可單獨使用的每日開鈴。一個每日開鈴開啟後，當每天計時功能的時間到達預設開鈴時間時，手錶將鳴音約 10 秒鐘。即使手錶不在計時功能中亦是如此。您還可以開啟整點響報，使本錶在每小時整點時鳴音兩次。

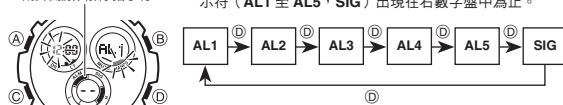
如何進入開鈴功能

用 ③ 鈕選擇開鈴功能，如第 Ch-23 頁所示。

- 右數字盤將顯示 ALM 約一秒鐘，然後代表目前所選開鈴 (AL1 至 AL5，或 SIG) 的指示符出現。
- 進入開鈴功能時，上次退出該功能時畫面上顯示的資料首先出現。

如何設定開鈴時間

開鈴開啟/解除指示符



- 在開鈴功能中，用 ① 鈕選擇要設定的開鈴直至其開鈴指示符 (AL1 至 AL5，SIG) 出現在右數字盤中為止。
- 按 ② 鈕約兩秒鐘直到開鈴時間開始閃動。此時進入設定功能。
 - 每當進入設定功能時，模擬指針將自動移動到數字盤容易觀看的位置。
- 按 ③ 鈕選擇時數或分數 (閃動)。

Ch-46

Ch-47

如何開啟或解除開鈴或整點響報

整點響報開啟指示符

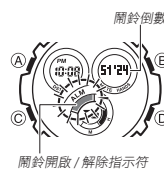


如何停止開鈴音

按任意鈕。

Ch-48

開鈴倒數



在計時功能中，當時間到達開鈴時間的 1 個小時之前時，開鈴開啟/解除指示符 (在右數字盤中) 將閃動，最後 60 分鐘的倒數將顯示在右數字盤中。

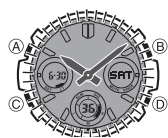
註

- 開鈴的倒數正在進行時，按 ② 鈕可在右數字盤中顯示星期約兩秒鐘。之後，子盤返回倒數計時。
- 在開鈴倒數過程中若從另一種功能進入計時功能，星期將出現在右數字盤中約兩秒鐘。之後倒數出現。

- 若當前一個開鈴正在進行倒數時另一個開鈴開始倒數，則正在進行的倒數到達零並且其開鈴鳴響後，後邊的開鈴倒數開始顯示。

Ch-49

照明



即使在黑暗中手錶的照明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（第 Ch-54 頁）才能動作。

如何手動點亮照明

- 在任意功能中，按 **B** 鈕可點亮照明。
- 您可以使用下述操作步驟選擇 1.5 秒或 3 秒作為照明持續時間。按 **B** 鈕時，照明將根據照明持續時間設定點亮約 1.5 秒或 3 秒。
- 無論自動照明功能是否已開啟，上述操作都可點亮照明。

Ch-50

Ch-51

4. 完成所有設定後，按 **A** 鈕退出設定功能。
 - 退出設定功能通常會使各指針自動返回通常計時。但若您手動移動了指針（第 Ch-59 頁）後進入設定功能，則當您退出設定功能時手錶不自動返回通常的計時。在此種情況下，需要手動將各指針返回通常位置（第 Ch-60 頁）。

關於自動照明功能

自動照明功能經開啟後，無論手錶的功能狀態為何，每當您如下所示轉動手錶時，照明便會點亮。將本錶移至與地面平行的位置上，然後將其面向您扭動超過 40 度即可點亮照明。



Ch-52

Ch-53

如何開啟或解除自動照明功能



自動照明功能開啟指示符

在計時功能中，按住 **B** 鈕約三秒鐘可交替開啟（指示符出現在右數字盤中）及解除（指示符消失）自動照明功能。

- 自動照明功能經開啟後，自動照明功能開啟指示符會顯示在所有功能中。
- 當電池電量下降至第 4 級（第 Ch-15 頁）時，手錶自動解除自動照明功能。

照明須知

- 本錶的 LED 板經長期使用後會失去照明能力。
- 在直射陽光下，照明的光亮有可能會難以看到。
- 鬧鈴鳴響時，照明自動熄滅。
- 頻繁使用照明會很快將電池耗盡。

Ch-54

Ch-55

如何改變照明持續時間

1. 在計時功能中，按住 **A** 鈕約兩秒鐘直到 **ADJ** 出現在右數字盤中。當您鬆開 **A** 鈕時，城市代碼及城市名開始在右數字盤中滾動。此時進入設定功能。
 - 每當進入設定功能時，模擬指針將自動移動到數字盤容易觀看的位置。
2. 用 **C** 鈕在右數字盤中循環選擇設定，直到照明持續時間（**LT1** 或 **LT3**）出現。
 - 有關如何選擇設定功能的說明，請參閱“如何改變時間及日期”一節（第 Ch-31 頁）中的第 2 步。
3. 按 **D** 鈕在 3 秒（**LT3** 出現）與 1.5 秒（**LT1** 出現）之間選擇照明持續時間。

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。注意照明會被自動照明功能突然點亮，請避免使您周圍的人受驚或注意力分散。
- 在騎自行車、或駕駛摩托車或任何其他機動車之前，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。

註

- 本錶為“LED”照明，只有當環境光線低於一定水平時自動照明功能才動作。在明亮的光線環境下其不會點亮照明。

自動照明功能須知

- 將本錶戴在手腕的內側時，手臂的移動或振動都可能會使自動照明功能頻繁動作、點亮照明。為避免耗盡電池，每當要進行可能會使照明頻繁點亮的活動時，請將自動照明功能解除。
- 請注意，在自動照明功能開啟的情況下，將手錶戴在衣袖下會使照明頻繁點亮並將電池耗盡。



- 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向您的狀態，照明亦會在預設照明持續時間經過後熄滅（第 Ch-51 頁）。
- 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際，然後提起來再試一次。
- 前後晃動手錶時您可能會聽到有非常輕微的喀嚓聲從手錶中發出。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。

指針基準位置的調整

- 手錶的指針會因受到強磁場或強衝擊而錯位。
- 在計時功能中，模擬指針及數字畫面指示相同的時間時，不需要調整基準位置。

如何手動調整基準位置

1. 在計時功能中，按住 **A** 鈕約五秒鐘直到 **H.SET** 出現在右數字盤中。
 - 時針及分鐘都應該移動到其基準位置的 12 時處。
 - 雖然在您按住 **A** 鈕的約兩秒鐘之後 **ADJ** 會出現在右數字盤中，但請不要鬆開按鈕。按住該鈕直到 **H.SET** 出現。當 **H.SET** 出現在右數字盤中時，鬆開 **A** 鈕。時針及分鐘將移動到 12 時位置。
 - 若您不進行任何操作經過約兩至三分鐘，手錶將自動返回通常的計時狀態。到此為止您所做的變更都將被保存。若時針及分鐘都在其基準位置的 12 時處，請跳到第 3 步。

Ch-56

Ch-57

如何移動指針以方便觀看數字盤

為了更好地看清數字盤，可使用下述操作將模擬指針移開。

註

- 電池的電量低時模擬指針不會移動。

Ch-58

如何移動指針以查看數字盤

按住 **C** 鈕約兩秒鐘直到 **HAND** 出現。鬆開 **C** 鈕會使 **HANDS** 指示符閃動，各指針自動從數字盤移開。



Ch-59

如何使各指針返回原位

按住 **(C)** 鈕約兩秒鐘直到 **HAND** 出現。

註

- 若您不進行任何操作經過約一小時，各指針亦將返回原位。
- 每當您在計時功能、定時器功能或鬧鈴功能中進入設定功能時，各指針亦將自動從數字盤移開。
- 按住 **(C)** 鈕約四秒鐘可使各指針返回通常位置，手錶進入計時功能。

Ch-60

2. 用 **(C)** 鈕在右數字盤中循環選擇設定，直到按鈕操作音設定 (**MUTE** 或 **KEY ♪**) 出現。
 - 有關如何選擇設定的說明，請參閱“如何改變時間及日期”一節 (第 Ch-31 頁) 中的第 2 步。
3. 按 **(D)** 鈕開啟 (**KEY ♪**) 或解除 (**MUTE**) 按鈕操作音。
4. 完成所有設定後，按 **(A)** 鈕退出設定功能。
 - 退出設定功能通常會使各指針自動返回通常計時。但若您手動移動了指針 (第 Ch-59 頁) 後進入設定功能，則當您退出設定功能時手錶不自動返回通常的計時。在此種情況下，需要手動將各指針返回通常位置 (第 Ch-60 頁)。

註

- 當按鈕操作音被解除時，靜音指示符會出現在所有功能畫面中。

Ch-62

4. 完成所有設定後，按 **(A)** 鈕退出設定功能。
 - 退出設定功能通常會使各指針自動返回通常計時。但若您手動移動了指針 (第 Ch-59 頁) 後進入設定功能，則當您退出設定功能時手錶不自動返回通常的計時。在此種情況下，需要手動將各指針返回通常位置 (第 Ch-60 頁)。

Ch-64

- 模擬指針指示的時間是錯誤的。若 **HANDS** 指示符出現在右數字盤中，則表示為了方便查看數字盤，模擬指針已移動。按住 **(C)** 鈕約四秒鐘返回計時功能。

世界時間功能

- 世界時間功能中的世界時間城市的時間不準。可能是標準時間及夏令時間的設定錯誤。有關詳情請參閱“如何指定一個城市的標準時間或夏令時間 (DST)”一節 (第 Ch-37 頁)。

充電

- 讓手錶照射光線後，手錶不恢復運作。電量水平下降到第 5 級 (第 Ch-15 頁) 之後可能會出現此種情況。繼續讓手錶照射光線直到電池電量指示符顯示 **H** 或 **M**。

Ch-66

- 倒數定時器功能：**
- 測量單位：1 秒
 - 倒數限度：100 分鐘
 - 倒數開始時間的設定範圍：1 分鐘至 100 分鐘 (以 1 秒鐘為單位)
- 鬧鈴功能：** 5 個每日鬧鈴；整點響報
- 照明：** LED；照明持續時間可選
- 其他：** 電池電量指示符；節電功能；按鈕操作音開啟/解除
- 電源：** 太陽能電池及一個充電電池
- 電池的供電時間：** 在下述條件下約為 8 個月 (從充滿電到下降至第 4 級電量)：
- 手錶不見光
 - 內部計時
 - 畫面每天顯示 18 個小時、休眠 6 個小時
 - 照明每天點亮一次 (1.5 秒)
 - 鬧鈴每天鳴響 10 秒
 - 每日為容易觀看數字盤指針移動一次
- 頻繁使用照明會很快將電池耗盡。

Ch-68

其他設定

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、整點響報及倒數定時器功能的鬧鈴亦將正常鳴響。

如何開啟或解除按鈕操作音

1. 在計時功能中，按住 **(A)** 鈕約兩秒鐘直到 **ADJ** 出現在右數字盤中。當您鬆開 **(A)** 鈕時，城市代碼開始在右數字盤中閃動。此時進入設定功能。
 - 每當進入設定功能時，模擬指針將自動移動到數字盤容易觀看的位置。



靜音指示符

Ch-61

如何開啟或解除節電功能

1. 在計時功能中，按住 **(A)** 鈕約兩秒鐘直到 **ADJ** 出現在右數字盤中。當您鬆開 **(A)** 鈕時，城市代碼及城市名將在右數字盤中滾動。此時進入設定功能。
 - 每當進入設定功能時，模擬指針將自動移動到數字盤容易觀看的位置。
2. 用 **(C)** 鈕在右數字盤中循環選擇設定，直到節電設定 (**PSON** 或 **PSOF**) 出現。

節電功能開啟指示符



- 有關如何選擇設定的說明，請參閱“如何改變時間及日期”一節 (第 Ch-31 頁) 中的第 2 步。

3. 按 **(D)** 鈕開啟 (**PSON**) 或解除 (**PSOF**) 節電功能。

Ch-63

疑難排解

時間設定

- 現在時間有幾個小時的誤差。可能是居住城市的設定錯誤 (第 Ch-26 頁)。檢查居住城市設定並根據需要進行更正。
- 現在時間有一個小時的誤差。您可能需要改變居住城市的標準時間/夏令時間 (DST) 設定。要改變標準時間/夏令時間 (DST) 設定時請使用“如何改變時間及日期”一節 (第 Ch-31 頁) 中的操作步驟。
- 指針錯位。可能表示手錶曾經受到過磁力或強衝擊，致使指針錯位。調整手錶指針的基準位置 (第 Ch-56 頁)。

Ch-65

規格

- 常溫下的精確度：** 每月 ± 15 秒
- 計時功能：** 時、分、秒、下午 (PM)、年、月、日、星期、鬧鈴倒數
- 時制：** 12 小時及 24 小時制
- 日曆系統：** 2000 年至 2099 年間的全自動日曆
- 其他：** 居住城市代碼 (可從 48 個城市代碼中選擇)；標準時間/夏令時間 (日光節約時間)
- 世界時間功能：** 48 個城市 (31 個時區)
- 其他：** 夏令時間/標準時間
- 秒錶功能：**
- 測量單位：1/100 秒
 - 測量限度：59' 59.99"
 - 測量功能：經過時間，中途時間，兩名選手的完成時間

Ch-67

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
RIO	Rio De Janeiro	-3
FEN	Fernando De Noronha	-2

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
RAI	Praia	-1
UTC		
LIS	Lisbon	0
LON	London	
MAD	Madrid	
PAR	Paris	
ROM	Rome	+1
BER	Berlin	
STO	Stockholm	
ATH	Athens	
CAI	Cairo	+2
JRS	Jerusalem	
MOW	Moscow	+3
JED	Jeddah	
THR	Tehran	+3.5

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
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
SIN	Singapore	
HKG	Hong Kong	+8
BJS	Beijing	
TPE	Taipei	
SEL	Seoul	+9
TYO	Tokyo	
ADL	Adelaide	+9.5

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
GUM	Guam	
SYD	Sydney	+10
NOU	Noumea	+11
WLG	Wellington	+12

* Based on data as of December 2010.
 * The rules governing global times (UTC offset and GMT differential) and summer time are determined by each individual country.