

目錄

注意事項

操作須知

用戶維護保養

電池

開始使用之前...

一般指南

指示器

在各功能間瀏覽

選擇「計時功能」數位畫面格式

充電

在昏暗的環境中檢視錶面

時間調整

調整現在時間設定

世界時間

檢查世界時間

設定世界時間城市

鬧鈴和整點報時

進行鬧鈴設定

進行整點報時設定

關閉鬧鈴或整點報時

使用潛水功能

測量潛水經過時間

測量水面休息時間

退出「潛水功能」

檢視潛水記錄資料

刪除潛水記錄資料

潮位與月齡

檢查目前潮位與月相

檢查指定日期與時間的潮位與月齡

調整滿潮時間

秒錶

測量經過時間

測量中途時間

計算第一位與第二位完成者時間

定時器

設定時間

使用定時器

其他設定

啟用按鈕操作音

進行節電功能設定

其他資訊

城市表

規格

疑難排解

注意事項

操作須知

● 防水

- 潛水手錶在設計上能經受 200 米以內水深的壓力。戴著手錶潛水的深度不要超過其上標記的深度。本錶可以在徒手潛水、水肺潛水等過程中使用。潛水手錶不可在深水潛水（使用混合氣體的潛水）時或深於其所示水深的地方使用。
- 手錶在水中時不可操作錶冠。
- 在浸過海水後，請用清水沖洗掉手錶上的所有鹽份及髒物。
- 為保持防水性能，必須定期更換手錶的墊圈（約每兩年一次）。
- 在更換電池時，訓練有素的技術人員會檢查手錶的防水性能。電池的更換需要專用工具。必須將電池的更換作業委託給您的經銷商或卡西歐特約服務中心。
- 本潛水手錶通過了國際標準組織規定的測試。

● 潛水前須知

- 檢查並確認手錶的所有功能都正常運行。
- 檢查並確認電池的電量充足。
 - 在使用手錶進行潛水之前，電池要充電到第 2 級以上電量。
- 在潛水過程中不要過度使用照明。否則，為節省電源，手錶可能會禁止照明及鬧鈴。
- 請檢查並確認現在的時間正確。
- 檢查手錶玻璃是否有劃痕、破裂、起霧等異常情況。
- 檢查錶殼和錶帶是否有損壞等異常。同時確認錶帶已扣緊。

● 潛水須知

- 請小心，不要讓手錶碰到巖石或其他堅硬的東西。

● 錶帶

- 把錶帶繫得過緊可能會使您出汗，並使空氣不易在錶帶下流通，此種情況可能會導致皮膚發炎。因此不要把錶帶繫得過緊。錶帶與手腕之間應有能插入一個手指的空間。
- 磨損、生鏽及其他情況都可能使錶帶斷裂或脫離手錶，並使錶帶上的栓錯位或掉落。這有造成手錶從手腕上掉落並丟失，或造成人身傷害的危險。錶帶必須用心保養並保持乾淨。
- 若出現下列任何一種情況，請立即停止使用錶帶：錶帶失去彈性，錶帶有裂紋，錶帶褪色，錶帶鬆弛，錶帶的連接栓錯位或掉落，或任何其他異常。請將手錶送到您的經銷商處或卡西歐服務中心進行檢查和修理（有償服務）或更換錶帶（有償服務）。

● 溫度

- 切勿將手錶放在汽車的儀表板上、加熱器附近或任何其他會產生高溫的地方。亦不要將手錶放在溫度極低的地方。溫度極端會使手錶的時間失準、停止或發生其他故障。
- 在 +60 °C (140 °F) 以上的溫度環境中長期放置會使手錶的 LCD 出現問題。在低於 0 °C (32 °F) 及高於 +40 °C (104 °F) 的環境中，手錶的 LCD 可能會顯示不清。

● 衝擊

- 本錶在設計上能承受日常生活中及籃球、網球等非劇烈運動中的衝擊。但讓手錶掉落或使其受到強烈的衝擊可能會使其發生故障。請注意，防震設計的手錶（G-SHOCK、BABY-G、G-MS）能在鏈鋸作業中，其他會產生強震動的活動中，或劇烈體育運動（越野摩托車賽等）中佩戴使用。

● 磁力

- 雖然數字錶通常不受磁力的影響，但仍應避開非常強的磁場（從醫療裝置等發出的磁場），因為其可能會使電子部件發生故障甚至損壞。

● 靜電

- 極強的靜電會使手錶表示錯誤的時間。非常強的靜電甚至會損壞電子部件。
- 靜電荷會使顯示幕畫面變空白片刻，或使顯示幕上出現彩虹現象。

● 化學品

- 不要讓手錶接觸稀釋劑、汽油、溶劑、植物油或動物油，或任何清潔劑、粘合劑、塗料、藥品或含有這些成分的化妝品。否則會使樹脂錶殼、樹脂錶帶、皮革及其他部件變色或損壞。

● 保管

- 打算長期不使用手錶時，應徹底擦去其上髒物、汗水及水汽，並將其保管在陰涼、乾燥的地方。

● 樹脂部件

- 當手錶上沾有水時長時間與其他物品接觸，或與其他物品存放在一起，會使樹脂部件上的顏色轉染到其他物品上，或使其他物品的顏色轉染到手錶的樹脂部件上。因此，在保管之前必須確認手錶已完全乾燥，保管時不要與其他物品接觸。
- 讓手錶長時間曝露在直射陽光（紫外線）下，或長期未從手錶上清除去髒物，會使手錶變色。
- 因某些環境因素（強烈的外力，持續的磨擦、撞擊等）引起的磨擦會使塗漆部件褪色。
- 若錶帶上有印刷字，印刷區的強烈磨擦可能會使字褪色。
- 讓手錶長期處於潮濕狀態會使螢光褪色。打濕後請盡快擦乾手錶。
- 半透明的樹脂部件可能會因汗水及髒物、長期高溫高濕等而變色。
- 手錶的日常使用或長期保管會使樹脂部件劣化、斷裂或彎曲。這種損壞的程度依使用條件或保管條件而不同。

● 皮革錶帶

- 當手錶上沾有水時長時間與其他物品接觸，或與其他物品存放在一起，會使皮革錶帶的顏色轉染到其他物品上，或使其他物品的顏色轉染到手錶的皮革錶帶上。因此，在保管之前必須確認手錶已用軟布完全擦乾，保管時不要與其他物品接觸。
- 讓皮革錶帶長時間曝露在直射陽光（紫外線）下，或長期未從皮革錶帶上清除去髒物，會使其變色。
注意：
皮革錶帶長期受到摩擦或粘有髒物會使顏色轉染或褪色。

● 金屬部件

- 即使部件是不鏽鋼或電鍍的，未從金屬部件上除去髒物仍會使其生鏽。若金屬部件沾有汗或水，請用一塊吸水的軟布徹底擦乾，然後將手錶存放在通風良好的地方晾乾。
- 請使用一個軟牙刷或類似的工具，蘸水與中性清潔劑的稀釋溶液或肥皂液刷洗金屬。然後，用水沖洗，洗去所有殘留的清潔劑並用吸水的軟布擦乾。刷洗金屬部件時，請用保鮮膜包住錶殼，以避免讓其接觸到清潔劑或肥皂。

● 防細菌及防氣味錶帶

- 防細菌及防氣味錶帶能防止細菌從汗水中形成並產生異味，保證錶帶狀態良好及衛生。為確保最佳的防細菌及防氣味性能，應保持錶帶清潔。請使用吸水的軟布徹底擦去錶帶上的髒物、汗水及濕氣。防細菌及防氣味錶帶能抑制有機體及細菌的形成。但本錶不能防止因過敏反應等而引起的皮疹。

● 液晶顯示幕

- 看手錶時若視線未與錶面垂直，畫面上的字符可能會看不清。

● 有資料記憶器的手錶

- 讓電池耗盡，更換電池或對手錶進行修理會使手錶記憶器內的資料全部丟失。請注意，卡西歐計算機公司（CASIO Computer Co., Ltd.）對於因手錶的故障或維修、電池的更換等而引起的資料丟失導致的任何損壞或損失不負任何責任。所有重要資料必須另行抄寫備份。

請注意，卡西歐計算機公司

（CASIO Computer Co., Ltd.）對於用戶本人或任何第三方因使用本錶或因其發生故障而引起的任何損害或損失一律不負任何責任。

用戶維護保養

● 手錶的保護

請記住，佩戴手錶時其直接與皮膚接觸，就像衣服一樣。為確保本錶以其設計的水準運轉，要經常用軟布進行擦拭，以保持手錶和錶帶清潔，不會粘著髒物、汗水、水及其他異物。

- 每當本錶沾上海水或泥時，請用清水沖洗乾淨。
- 對於有金屬部件的金屬錶帶或樹脂錶帶，請使用一個軟牙刷或類似的工具，蘸水與中性清潔劑的稀釋溶液或肥皂液刷洗錶帶。然後，用水沖洗，洗去所有殘留的清潔劑並用吸水的軟布擦乾。刷洗錶帶時，請用保鮮膜包住錶殼，以避免讓其接觸到清潔劑或肥皂。
- 對於樹脂錶帶，請用水刷洗後用軟布擦乾。請注意，樹脂錶帶的表面上有時可能會出現像污跡一樣的圖案。這對皮膚或衣服沒有任何影響。用布擦拭就可以擦去。
- 請用軟布擦去皮革錶帶上的水或汗水。
- 不操作手錶的錶冠、按鈕或旋轉刻盤會使其以後出現操作問題。定期轉動錶冠及旋轉刻盤、按按鈕可保持其正常的可操作性。

● 手錶保護不周時的危險

生鏽

- 雖然本錶使用的金屬鋼能高度防鏽，但在變髒後若不清潔其仍會生鏽。
 - 手錶上的髒物使氧氣接觸到金屬，破壞金屬表面上的防氧化層，導致手錶生鏽。
- 鏽可使金屬部件上出現稜角，並使錶帶上的栓錯位或掉落。發現任何異常時應立即停止使用本錶，並將其送至您的經銷商或卡西歐特約服務中心處。
- 即使金屬表面看上去乾淨，裂縫中的汗水及灰塵仍會弄髒衣袖，使皮膚發炎，甚至干擾手錶的性能。

過早變舊

- 不擦去樹脂錶帶或刻盤上的汗或水，或將手錶存放在濕度高的地方，會使手錶過早變舊、裂開或斷裂。

皮膚發炎

- 皮膚敏感的人或身體狀態不佳時佩戴手錶，有可能會引起皮膚發炎。這類人士尤其要保保持皮革錶帶或樹脂錶帶的清潔。若發生皮疹或其他皮膚炎症，請立即取下手錶並向皮膚專家諮詢。

電池

- 用戶不得自行取出或更換手錶的專用充電電池。使用為本錶指定的專用充電電池之外的電池會損壞手錶。
- 當太陽能電板照射到光線時，充電（二次）電池會被充電，因此不像一般電池一樣需要定期更換。但請注意，長期使用後，或受一些使用環境的影響，充電電池的容量或充電效率會下降。若您感覺到電池的供電時間很短，請與您的銷售商或卡西歐服務中心聯絡。

開始使用之前...

本節將提供手錶概述，並介紹其便利的使用方式。

重要！

- 本手錶不是特殊用途的測量工具。測量功能讀數僅供一般參考。
- 適用於自由潛水和水肺潛水等活動。
🔍 使用潛水功能

● 手錶功能

● 太陽能充電

陽光及人造光可在手錶充電時提供操作用電。

● 潛水功能

您可以使用此功能來測量潛水時間和水面休息時間。您也可以檢視潛水記錄，並記錄日期與時間。您可以視需要刪除資料。

● 潮位與月齡

您可以指定日期與時間，並查詢其潮位與月齡。

● 世界時間

世界時間會顯示全球 31 個時區中任何時區的現在時間。

● 鬧鈴

到達您所指定的時間時，鬧鈴將響起。

● 秒錶

您可以使用秒錶以 1/100 秒為單位來測量長達 24 小時的經過時間。

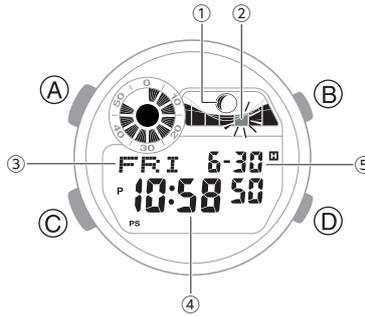
● 定時器

從您指定的時間開始倒數計時。倒數計時至零時，鬧鈴將響起。

註

- 本使用手冊所包含的圖例主要用於輔助說明。圖例可能會與其所代表的項目稍有不同。

一般指南



- ① 月相圖
- ② 潮汐圖
- ③ 星期
- ④ 時、分、秒
- ⑤ 月、日

A 按鈕

在任何功能中，按住此按鈕至少兩秒即可顯示設定畫面。

B 按鈕

按下以開啟照明。

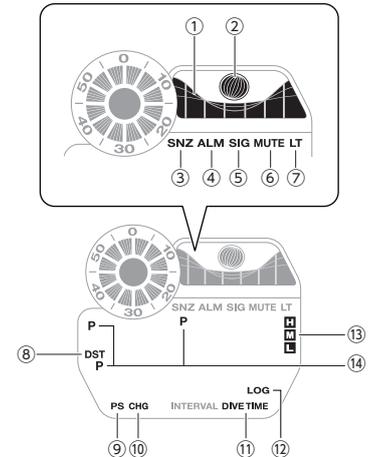
C 按鈕

每按一次即可在手錶的各種功能間循環切換。

D 按鈕

在顯示任何設定畫面時按下此按鈕可變更設定。

指示器



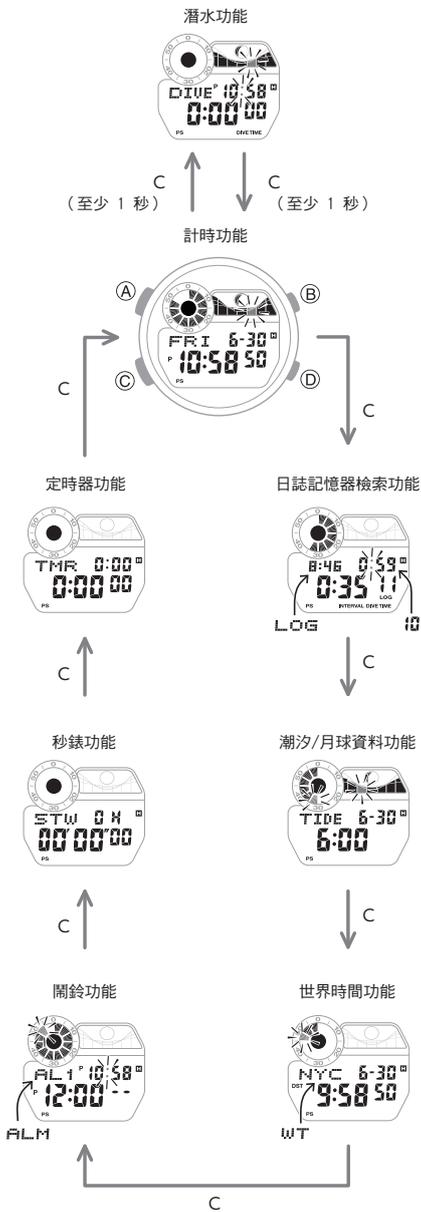
- ① 顯示現在時間的潮汐圖（潮位）。
- ② 顯示目前日期的月相圖（月相）。
- ③ 貪睡鬧鈴開啟時顯示。
- ④ 鬧鈴開啟時顯示。
- ⑤ 整點報時啟用時顯示。
- ⑥ 停用按鈕操作音時顯示。
- ⑦ 「自動照明」啟用時顯示。
- ⑧ 手錶指示夏令時間時顯示。
- ⑨ 節電功能啟用時顯示。
- ⑩ 電池電力過低時閃爍。
- ⑪ 處於「潛水功能」時顯示。
- ⑫ 處於「日誌記憶器檢索功能」時顯示。
- ⑬ 顯示目前的充電等級。
- ⑭ 使用 12 小時制時，會在下午時間顯示。

在各功能間瀏覽

每按一次 (C) 即可在手錶的各種功能間循環切換。

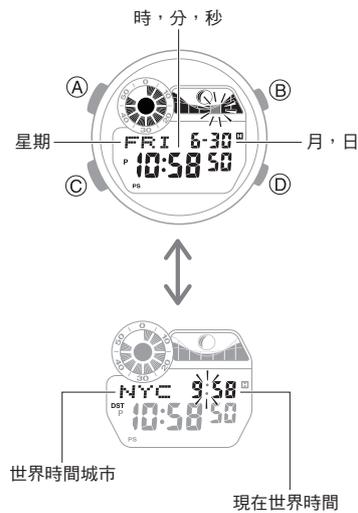
- 在任何功能中*，按住 (C) 至少一秒即可進入「潛水功能」。

* 「潛水功能」除外



選擇「計時功能」數位畫面格式

在「計時功能」下，每按一次 (A)，畫面將會循環切換不同的資訊，如下所示。



充電

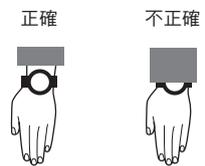
本手錶是由以太陽能板充電的充電式 (二次) 電池提供電力。太陽能板內建於錶面上，只要錶面暴露在光線下，就會產生電力。

● 替手錶充電

未配戴手錶時，請將手錶放在有明亮光線照射的位置。



配戴手錶時，請確定錶面 (太陽能板) 沒有因為被衣袖蓋住而無法照到光線。即使只遮蓋到部分錶面，還是會降低發電效率。



重要！

- 充電時，有些光源和環境可能會使手錶變得極為燙熱，有造成燙傷和手錶內部零件損壞的危險。
應避免在下述可能超過 60°C (140°F) 的溫度環境中給手錶充電。
 - 停在陽光下的汽車中的儀表板上
 - 白熾燈、攝影燈、鹵素燈等熱源的近旁
 - 受直射陽光長時間照射的地方等高溫場所
- 顯示面板在高溫之下將變成黑色 (或白色，視 LCD 類型而定)。這是暫時的，顯示畫面將在溫度較低時恢復正常。

● 檢查充電等級

顯示畫面指示會顯示手錶目前的充電等級。



● 充電等級 1：良好

所有功能皆啟用。



● 充電等級 2：良好

所有功能皆啟用。



● 充電等級 3：低

[L] 在畫面上閃爍，且底下的功能皆停用。

- 潛水功能
- 錶面照明
- 音效（鬧鈴等等）



● 充電等級 4：低

電池電量低於充電等級 3，[CHG] 將於畫面上閃爍，且所有功能皆停用。



● 充電等級 5：沒電

如果電池沒電，數位畫面會變成空白。失去記憶資料，手錶設定恢復為出廠預設值。

● 重要！

- 電池電力不足或沒電時，請盡快讓錶面（太陽能板）接觸光線。

註

- 當 [H]、[M] 和 [L] 都在畫面上閃爍，表示由於暫時的電池耗用，所有功能皆停用。
- [H]、[M] 和 [L] 正在畫面中閃爍。

● 充電時間準則

下表顯示約略充電時間的準則。

一天用量所需的充電時間

照明等級（勒克斯）	約略充電時間
50,000	4 分鐘
10,000	24 分鐘
5,000	48 分鐘
500	8 小時

● 充電回復時間

- 晴天，室外（50,000 勒克斯）

電池沒電 → 電量中等	2 小時
電量中等 → 電量高	26 小時
電量高 → 充電電	7 小時

- 晴天，窗戶附近（10,000 勒克斯）

電池沒電 → 電量中等	9 小時
電量中等 → 電量高	135 小時
電量高 → 充電電	36 小時

- 陰天，窗戶附近（5,000 勒克斯）

電池沒電 → 電量中等	19 小時
電量中等 → 電量高	275 小時
電量高 → 充電電	73 小時

- 室內日光燈（500 勒克斯）

電池沒電 → 電量中等	243 小時
電量中等 → 電量高	-
電量高 → 充電電	-

註

- 實際充電時間取決於充電環境、手錶設定和其他因素。

● 節電功能

在下午 10 點到上午 6 點期間，若將手錶放在陰暗位置約一小時，將導致手錶畫面變成空白，並進入「等級 1」的節電功能狀態。若手錶處於這種環境達六或七天，手錶會進入「等級 2」的節電功能狀態。

節電等級 1：

數位顯示畫面變成空白以節省電力。

節電等級 2：

數位顯示畫面變成空白以節省電力。所有功能停用。

● 從節電功能操作回復

使用下列其中一項作業離開節電功能狀態。

- 按下任何按鈕。
- 將手錶移到光亮的位置。
- 將手錶角度調成面對你的臉，以觸發自動照明。

註

- 手錶在下列狀況中不會進入節電功能。
 - 潛水功能
 - 當在「秒錶功能」中時
 - 當在「定時器功能」時
- 您可啟用或停用節電功能。
 - ☞ [進行節電功能設定](#)
- 請注意，如果配戴手錶時，錶面因為被衣袖蓋住而無法照到光線，手錶也有可能進入節電功能。

在昏暗的環境中檢視錶面

手錶具備可照亮錶面的燈光，以便在昏暗的環境中讀錶。

● 手動使錶面亮起

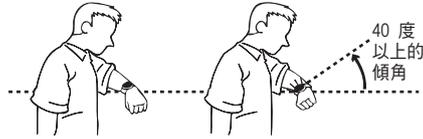
按下 (B) 以開啟照明。

- 若鬧鈴開始響起，照明會自動關閉。



● 啟用自動照明時使錶面亮起

如果啟用「自動照明」，只要將手錶傾斜 40 度以上，錶面即會自動亮起。



重要！

- 如果手錶的水平角度超過 15 度（如下圖所示），則「自動照明」可能無法正常運作。



- 靜電或磁性可能會干擾「自動照明」的正常操作。倘若發生此情形，請試著放低您的手臂，然後再次將錶面朝向您的臉部。
- 移動手錶時，您可能會注意到手錶發出輕微的振動聲。這是因為「自動照明」開關的作業所致，藉此判定手錶的目前方向。這並不代表手錶故障。
- 頻繁使用照明會耗盡電池電量。
- 在潛水時，某些位置可能會干擾「自動照明」的操作。

註

- 「自動照明」在下列任一情況下會解除。
 - 鬧鈴、定時器提示或其他嗶聲響起

● 進行自動照明設定

1. 進入「計時功能」。
 🔍 在各功能間瀏覽
2. 按住 (B) 至少三秒，即可在啟用和停用「自動照明」之間切換。
 - 「自動照明」啟用時，會顯示 [LT]。



註

- 當 [CHG] 顯示於畫面上時，「自動照明」將停用。

● 指定照明持續時間

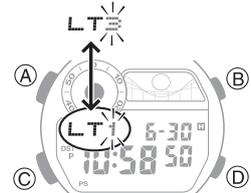
您可以選擇 1.5 秒或 3 秒作為照明持續時間。

1. 進入「計時功能」。
 🔍 在各功能間瀏覽
2. 按住 (A) 至少兩秒。城市代碼開始閃爍時，放開按鈕。

城市代碼



3. 按 (C) 10 次。
 [LT] 顯示於畫面上，同時閃爍 [1] 或 [3]。
4. 按下 (D) 以選擇照明持續時間。
 [LT1]：照明 1.5 秒
 [LT3]：照明 3 秒



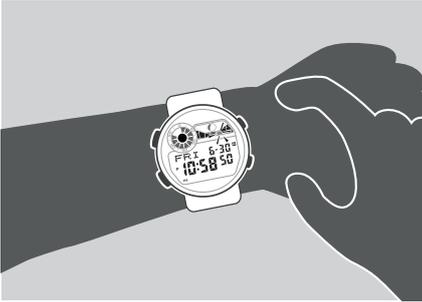
5. 按下 (A) 以完成設定操作。

註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。
- 在「潛水功能」中，照明持續時間固定為三秒。

時間調整

使用本章節的程序來調整日期和時間設定。



調整現在時間設定

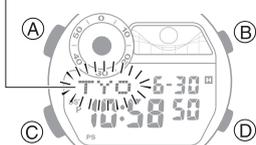
使用下列程序調整目前的日期和時間設定，以及選擇居住城市。

● 設定居住城市

使用本節的程序選擇城市來作為您的居住城市。若您位於實施夏令時間的區域，您也可以進行夏令時間設定。

1. 進入「計時功能」。
🔍 [在各功能間瀏覽](#)
2. 按住 (A) 至少兩秒。城市代碼開始閃爍時，放開按鈕。

城市代碼



3. 使用 (B) 和 (D) 可變更居住城市的設定。

- 按住 (B) 或 (D) 即可快速捲動設定。
- 如需詳細資訊，請參閱下方資訊。
🔍 [城市表](#)

4. 按下 (C)。
5. 使用 (D) 以變更夏令時間設定。
 - [OFF]
手錶會一律顯示標準時間。
 - [ON]
手錶會一律顯示夏令時間。



6. 按下 (A) 以完成設定操作。

註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。

● 設定時間/日期

重要！

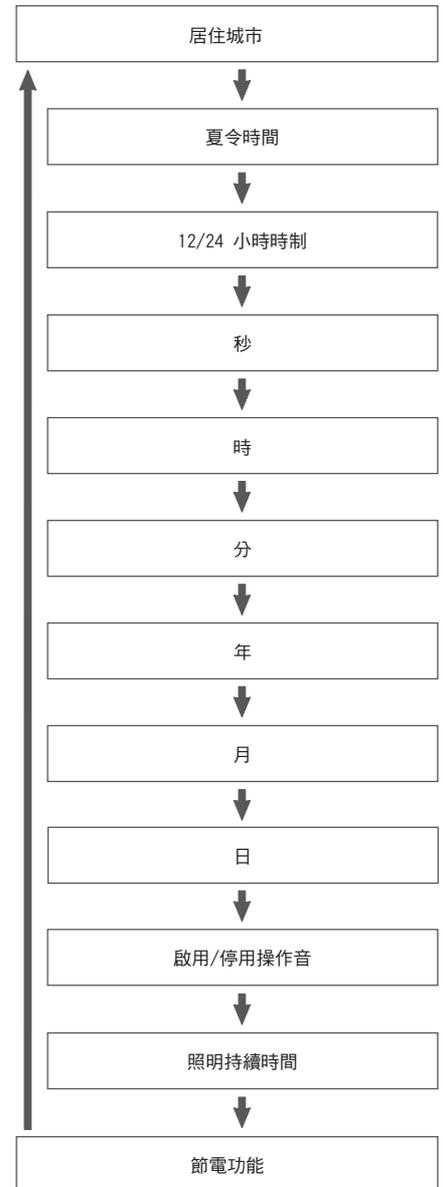
- 在變更目前的時間和日期設定之前，請先進行居住城市設定。
🔍 [設定居住城市](#)

1. 進入「計時功能」。
🔍 [在各功能間瀏覽](#)
2. 按住 (A) 至少兩秒。城市代碼開始閃爍時，放開按鈕。

城市代碼



3. 使用 (C) 以顯示您要變更的設定。
 - 每按一次 (C)，就能依照下列顯示的順序循環切換設定。



4. 進行日期與時間設定。

- 在秒數閃爍時按下 (D) 可將其重設為 00。當目前秒數介於 30 至 59 秒之間時，分鐘數會加 1。
- 關於所有其他設定，使用 (B) 和 (D) 以變更閃爍中的設定。按住 (B) 或 (D) 即可快速捲動設定。

5. 重複步驟 3 至 4，選擇日期與時間設定。

6. 按下 (A) 以完成設定操作。

註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。

● 切換 12 小時和 24 小時時制

您可以指定時間畫面為 12 小時格式或 24 小時格式。

1. 進入「計時功能」。

🔍 在各功能間瀏覽

2. 按住 (A) 至少兩秒。城市代碼開始閃爍時，放開按鈕。

城市代碼



3. 按 (C) 兩次。

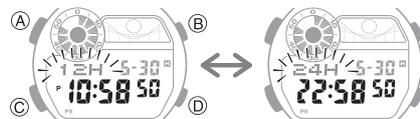
這會讓 [12H] 或 [24H] 在畫面上閃爍。



4. 按下 (D) 以選擇 [12H] (12 小時時制) 或 [24H] (24 小時時制)。

12 小時時制

24 小時時制



5. 按下 (A) 以完成設定操作。

註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。

世界時間

世界時間可讓您查詢全球 48 個城市 (31 個時區) 中任何城市的現在時間。

**檢查世界時間**

1. 進入「世界時間功能」。

🔍 在各功能間瀏覽

進入「世界時間功能」會顯示目前所選世界時間城市的城市代碼。

- 每按一次 (D) 都會在城市代碼間捲動。
- 若要選擇 UTC (時差: 0) 作為城市代碼，請同時按下 (B) 和 (D)。
- 如需城市代碼相關資訊，請參閱下方資訊。

🔍 城市表

城市代碼



設定世界時間城市

使用本節的程序來選擇世界時間城市。若您位於實施夏令時間的區域，您也可以進行夏令時間設定。

1. 進入「世界時間功能」。

🔍 在各功能間瀏覽

2. 按下 (D) 以顯示目前所選城市的城市代碼。

- 按住 (D) 即可快速捲動設定。
- 若要選擇 UTC (時差: 0) 作為城市代碼，請同時按下 (B) 和 (D)。
- 如需城市代碼相關資訊，請參閱下方資訊。

🔍 城市表



城市代碼

3. 如果您想要進行夏令時間設定，請按住 (A) 至少兩秒。

[DST] 會與夏令時間同時顯示。

- 每當您按住 (A) 至少兩秒，設定將在標準時間和夏令時間之間切換。



註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。
- 您設定的夏令時間設定僅套用至目前選擇的城市。這並不會影響其他城市。

鬧鈴和整點報時

鬧鈴時間到來時，手錶會發出嗶聲。您最多可以設定四個標準的每日鬧鈴和一個具備貪睡鬧鈴設定的每日鬧鈴。整點報時會讓手錶在每小時整點時發出嗶聲。

- 貪睡鬧鈴會每五分鐘重複一次，最多重複七次。
- 在下述情況中會將鬧鈴聲靜音。
 - 電池電力不足時
 - 手錶處於「等級 2」的節電功能狀態時

🔍 節電功能



進行鬧鈴設定

1. 進入「鬧鈴功能」。

🔍 在各功能間瀏覽

2. 按下 (D) 以在鬧鈴間捲動 ([1] 至 [4] 以及 [SNZ])，直到畫面顯示您想要設定的項目為止。



鬧鈴編號

鬧鈴時間

3. 按住 (A) 至少兩秒。

小時位數隨即開始閃爍。



鬧鈴時

4. 使用 (B) 和 (D) 可變更小時的設定。

- 按住 (B) 或 (D) 即可快速捲動設定。
- 如果採用 12 小時制，則 [P] 表示下午。



5. 按下 (C)。

分鐘位數隨即開始閃爍。



鬧鈴分

6. 使用 (B) 和 (D) 可設定分鐘的設定。

7. 按下 (A) 以完成設定操作。

註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。

● 測試鬧鈴

在「鬧鈴功能」中，按住 (D) 讓鬧鈴響起。

● 若要停止鬧鈴

若要在鬧鈴時間到來並發出聲響時停止鬧鈴，請按下任一按鈕。

貪睡鬧鈴會每五分鐘重複一次，最多重複七次。若要取消貪睡鬧鈴，請關閉 [SNZ]。

🔍 關閉鬧鈴或整點報時

註

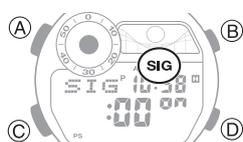
- 到了鬧鈴時間時，您會聽到 10 秒的嗶聲。
- 若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動從「鬧鈴功能」返回「計時功能」。

進行整點報時設定

1. 進入「鬧鈴功能」。
🔍 在各功能間瀏覽
2. 使用 (D) 可顯示整點報時畫面 (SIG)。



3. 按下 (A) 可在啟用和停用整點報時之間進行切換。
 - 若啟用整點報時，畫面上會顯示 [SIG] (整點報時)。



關閉鬧鈴或整點報時

若要停止鬧鈴或整點報時發出聲響，請執行下列步驟以將其關閉。

- 若要再次讓鬧鈴或整點報時發出聲響，請將其重新開啟。

註

- 若開啟任何鬧鈴或整點報時，都會有指示器顯示。
- 所有鬧鈴關閉且/或整點報時關閉時，將不會出現對應的指示器。



1. 進入「鬧鈴功能」。
🔍 在各功能間瀏覽
2. 按下 (D) 以在鬧鈴間捲動 ([1] 至 [4] 以及 [SNZ])，直到畫面顯示您想要設定的項目為止。

鬧鈴編號或整點報時



3. 按下 (A) 以關閉顯示的鬧鈴或整點報時。
 - 每按一次 (A) 即可在開啟和關閉間切換。
 - 關閉全部鬧鈴會使 [ALM] (鬧鈴) 從畫面上消失，而停用整點報時則會使 [SIG] (整點報時) 從畫面上消失。

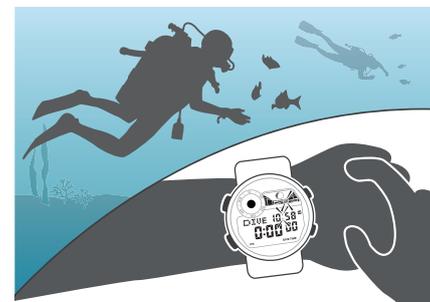


註

- 如果畫面仍顯示 [ALM] (鬧鈴)，表示有別的鬧鈴仍為開啟狀態。若要關閉所有鬧鈴，請重複步驟 2 和 3，直到不再顯示 [ALM] (鬧鈴) 指示器為止。

使用潛水功能

您可以使用本節的程序來測量潛水時間和水面休息時間。手錶也會自動記錄潛水記錄資料。其記憶體最多可儲存 10 筆潛水記錄資料。記憶體中已有 10 筆記錄資料時，若記錄潛水記錄資料，會自動刪除最舊的記錄，如此才能容納新記錄。



- 您可以使用潛水記錄資料來檢視以下項目。
 - 潛水開始日期和時間
 - 潛水時間
 - 水面休息時間

您可以使用「日誌記憶器檢索功能」檢視已記錄的潛水記錄資料。

🔍 檢視潛水記錄資料

重要！

- 電池電力不足或沒電時，請先充電再使用手錶進行潛水。
- 開始潛水之前（還在船上或水面時），先進入「潛水功能」。

測量潛水經過時間

潛水時間以一秒為單位進行測量，最長可測量到 23 小時 59 分 59 秒（24 小時）。

1. 進入「潛水功能」。
[在各功能間瀏覽](#)
2. 按下 (D)。
 這樣手錶就會開始測量潛水時間。



3. 按住 (D) 至少一秒即可停止測量潛水時間。
 這樣手錶就會開始測量水面休息時間。
4. 按下 (A) 將測量時間全部歸零。
 • 重設測量時會將記錄資料記錄下來。

註

- 測量期間不會顯示水面休息時間。日誌記憶器檢索功能只會顯示最新的記錄資料記錄。
[檢視潛水記錄資料](#)
- 完成「潛水功能」測量後，按住 (C) 至少一秒進入「計時功能」，同時也會將測量重設至該時間點。
- 即使是在正在進行「潛水功能」潛水時間測量作業時返回「計時功能」，手錶仍會在內部繼續執行測量作業。
- 如果手錶進入「潛水功能」後過了 11 或 12 小時，此時會自動返回「計時功能」。

測量水面休息時間

此功能會測量自您上次潛水後的時間，並將其當作水面休息時間，可用於為重複潛水做準備。

每一分鐘測量水面休息時間一次，最多可以測量 48 小時。

1. 進入「潛水功能」。
[在各功能間瀏覽](#)
2. 使用以下操作執行定時器操作。

- Ⓧ 潛水 1 開始
- ↓
- Ⓧ 水面休息時間 1 開始 (按住至少一秒)。
- ↓
- Ⓧ 潛水 2 開始
- ↓
- Ⓧ 水面休息時間 2 開始 (按住至少一秒)。
- ↓
- ⋮

3. 若要重設正在進行的水面休息時間測量作業，請按下 (A)。
 • 重設測量時會將記錄資料記錄下來。

註

- 測量期間不會顯示水面休息時間。日誌記憶器檢索功能只會顯示最新的記錄資料記錄。
[檢視潛水記錄資料](#)
- 即使是在正在進行「潛水功能」潛水時間測量作業時返回「計時功能」，手錶仍會在內部繼續執行測量作業。
- 如果手錶進入「潛水功能」後過了 11 或 12 小時，此時會自動返回「計時功能」。

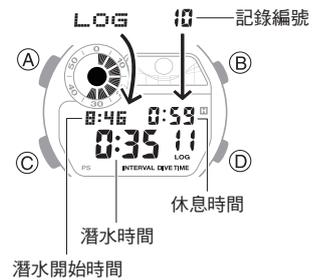
退出「潛水功能」

在「潛水功能」中完成潛水時間測量後，按住 (C) 至少一秒進入「計時功能」。

- 即使是在正在進行潛水時間測量作業時返回「計時功能」，手錶仍會在內部繼續執行測量作業。

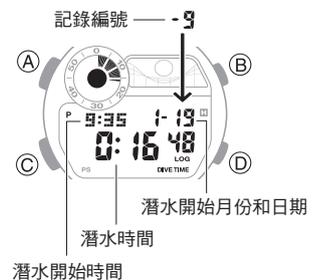
檢視潛水記錄資料

1. 進入「日誌記憶器檢索功能」。
[在各功能間瀏覽](#)
 這會顯示最新的記錄資料。



- 只有最新的記錄資料記錄上會顯示休息時間。
- 沒有記錄資料時會出現 [-:--] 訊息。

2. 按下 (D)。
 每按一下 (D)，就會從最新的記錄資料記錄往回捲動。



- 較舊的資料記錄的記錄編號數字較小。

註

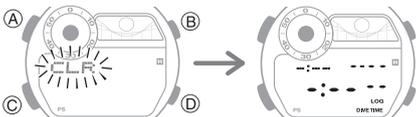
- 其記憶體最多可儲存 10 筆潛水記錄資料。記憶體中已有 10 筆記錄資料時，若記錄潛水記錄資料，會自動刪除最舊的記錄，如此才能容納新記錄。
- 若一或二分鐘後沒有任何操作，手錶會自動從「日誌記憶器檢索功能」返回「計時功能」。

刪除潛水記錄資料

這會將所有記錄資料記錄刪除。請注意，記錄資料記錄無法個別刪除。

1. 進入「日誌記憶器檢索功能」。
[在各功能間瀏覽](#)

2. 按住 (A) 至少兩秒。
 如此即可刪除潛水記錄資料。



潮位與月齡

您可以使用本節的程序，檢查您目前所選居住時間城市的潮位與月齡。



重要！

- 顯示的資訊僅供參考。例如請勿將其用於海上航行。
- 在查看潮位或月齡前，請先設定您的「居住城市」設定。
[設定居住城市](#)

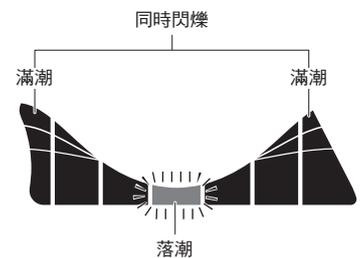
檢查目前潮位與月相

現在時間的潮汐圖和目前日期的月相（月相圖），會以下列功能顯示。

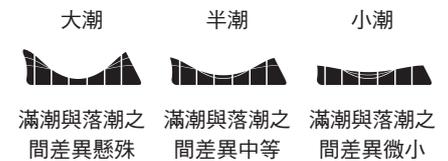
- 計時功能
- 潮汐/月球資料功能
- 潛水功能



● 解讀潮汐圖資訊



潮汐週期（三種模式）



● 解讀月相圖

月亮部分（白色）



陰影部分

● 解讀月相圖和月齡指示器

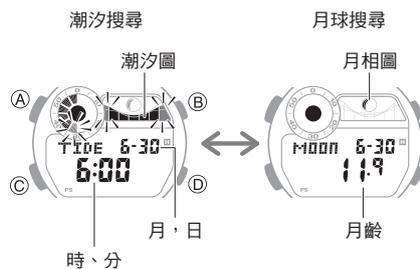
月相	月齡	指示器：
新月	0.0 至 0.9	
	1.0 至 2.7	
	2.8 至 4.6	
上弦月	4.7 至 6.4	
	6.5 至 8.3	
	8.4 至 10.1	
滿月	10.2 至 12.0	
	12.1 至 13.8	
	13.9 至 15.7	
	15.8 至 17.5	
	17.6 至 19.4	
	19.5 至 21.2	
下弦月	21.3 至 23.1	
	23.2 至 24.9	
	25.0 至 26.8	
	26.9 至 28.6	

- 月相圖中顯示的月相是所顯示日期正午時間的月亮概略形狀。僅用於表示月亮的左側或右側是否有陰影。它的形狀與實際月相不同。
- 上表顯示的月相是指北半球向南觀察月亮時的情況。在南半球或赤道附近，月亮的亮與暗的部分與手錶指針所示正好相反。

檢查指定日期與時間的潮位與月齡

您可以使用本節的程序，針對您指定的日期或時間查詢潮位（潮汐圖）和月齡。

1. 進入「潮汐/月球資料功能」。
[在各功能間瀏覽](#)
 進入「潮汐/月球資料功能」會顯示「潮汐搜尋」或「月球搜尋」畫面。
2. 按下 (A) 以在「潮汐搜尋」和「月球搜尋」之間切換。



- 「潮汐搜尋」的初始設定為上午 6:00。

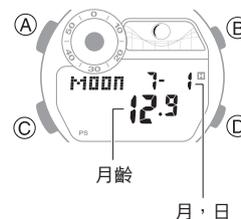
● 檢查當日每小時整點的潮汐圖

1. 進入「潮汐/月球資料功能」。
[在各功能間瀏覽](#)
2. 按下 (A) 即可顯示「潮汐搜尋」畫面。
3. 使用 (D) 選擇想要檢視其潮汐圖的時間。
 - 每按一次 (D)，就能將時間往前推一小時。
 - 按住 (D) 即可快速捲動設定。

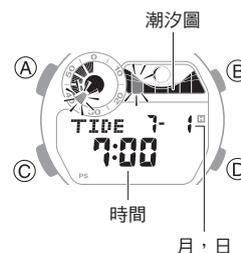


● 捲動日期並查看資訊

1. 進入「潮汐/月球資料功能」。
[在各功能間瀏覽](#)
2. 按下 (A) 即可顯示「月球搜尋」畫面。
3. 使用 (D) 選擇想要檢視其月齡的日期。
 - 每按一次 (D)，就能往前推一天。
 - 按住 (D) 即可快速捲動設定。



4. 按下 (A) 即可顯示「潮汐搜尋」畫面。
5. 使用 (D) 選擇想要檢視其潮汐圖的時間。
 - 每按一次 (D)，就能將時間往前推一小時。
 - 按住 (D) 即可快速捲動設定。



註

- 若二或三分鐘後沒有任何操作，手錶會自動從「潮汐/月球資料功能」返回「計時功能」。

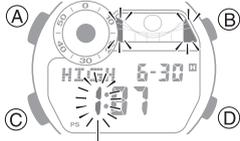
調整滿潮時間

您可以根據網際網路或報紙中可用的資訊來調整滿潮時間，以改善顯示的滿潮準確性。

1. 進入「潮汐/月球資料功能」。

🔍 在各功能間瀏覽

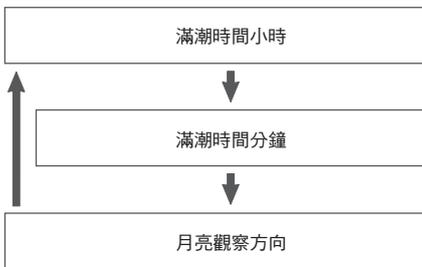
2. 按住 (A) 至少兩秒。當潮汐圖的滿潮時間小時設定開始閃爍時，放開按鈕。



潮汐圖滿潮時間小時

3. 使用 (C) 來選擇您要變更的設定項目。

- 每按一次 (C)，就會依下列顯示的順序循環切換到各項設定。



4. 進行設定。

- 指定滿潮時間

使用 (B) 和 (D) 變更數值。

- 按住 (B) 或 (D) 即可快速捲動設定。

註

- 若要让滿潮時間設定回復到初始原廠預設設定，請同時按下 (B) 和 (D)。
- 如果某個位置每天會出現兩次滿潮，請設定第一次滿潮的時間。手錶會自動計算第二次滿潮的時間。
- 即使您在「計時功能」中開啟日光節約時間，您在此設定的滿潮時間也不會改變。

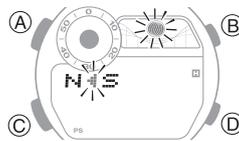
- 指定月亮觀察方向

藉由以下操作選擇「北半球月相（往南看見的月亮）」，或「南半球月相（往北看見的月亮）」。

使用 (D) 和 [▶] 變更方向。

[N ▶ S]: 往南看見的月亮

[N ◀ S]: 往北看見的月亮



5. 重複步驟 3 和 4 以執行滿潮時間校時。

6. 按下 (A) 以完成設定操作。

註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。

秒錶

秒錶以 1/100 秒為單位計算經過時間，最長可計算 23 小時 59 分鐘 59.99 秒鐘（24 小時）。當超過此上限時，經過時間測量會回到 0，並由此繼續計時。



測量經過時間

1. 進入「秒錶功能」。

🔍 在各功能間瀏覽



時
分、秒、1/100 秒

2. 使用下列操作方式來測量經過時間。



3. 按下 (A) 將測量時間全部歸零。

測量中途時間

1. 進入「秒錶功能」。

🔍 在各功能間瀏覽



2. 使用下列操作方式來測量經過時間。

- 按下 (A) 會顯示從比賽開始到您按下按鈕那一刻所經過的時間 (中途時間)。



3. 按下 (A) 將測量時間全部歸零。

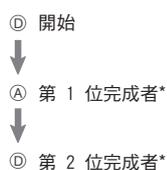
計算第一位與第二位完成者時間

1. 進入「秒錶功能」。

🔍 在各功能間瀏覽



2. 使用下列操作方式來測量經過時間。



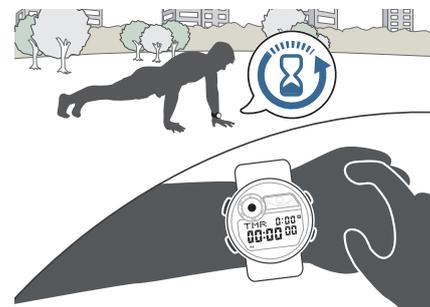
* 顯示第一位完成者的時間。

3. 按下 (A) 顯示第二位完成者的時間。
4. 按下 (A) 將測量時間全部歸零。

定時器

定時器會從您指定的開始時間開始倒數計時。倒數計時時間到時，手錶會發出嗶聲。

- 電池電力不足時，嗶聲會靜音。



設定時間

倒數計時開始時間能以 1 分鐘為單位進行設定，最多 24 小時。

- 如果正在進行定時器倒數計時操作，請將定時器重設為其目前的開始時間，然後再執行此操作。

[使用定時器](#)

1. 進入「定時器功能」。
 [在各功能間瀏覽](#)
2. 按住 (A) 至少兩秒。
小時位數隨即開始閃爍。



3. 使用 (B) 和 (D) 可變更定時器的小時設定。
• 按住 (B) 或 (D) 即可快速捲動設定。

4. 按下 (C)。
分鐘位數隨即開始閃爍。



5. 使用 (B) 和 (D) 可變更定時器的分鐘設定。
6. 按下 (A) 以完成設定操作。

註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。
- 設定 0:00 開始時間會執行 24 小時的倒數計時。

使用定時器

定時器會以 1 秒為單位進行倒數計時。

1. 進入「定時器功能」。
 [在各功能間瀏覽](#)



2. 使用以下操作執行定時器操作。



- 在倒數計時結束時，您會聽到 10 秒的嗶聲。
- 您可以按下 (A)，以便將暫停的倒數計時重設為開始時間。

3. 按下任何按鈕即可停止嗶音。

其他設定

本節說明其他您可以調整的手錶設定。

啟用按鈕操作音

使用以下程序，啟用或解除按下按鈕發出操作音的功能。

1. 進入「計時功能」。
 [在各功能間瀏覽](#)
2. 按住 (A) 至少兩秒。城市代碼開始閃爍時，放開按鈕。

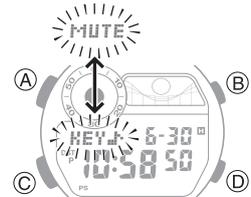
城市代碼



3. 按 (C) 九次。
這會讓 [KEY♪] 或 [MUTE] 在畫面上閃爍。



4. 按下 (D) 以選擇 [KEY♪] 或 [MUTE]。
[KEY♪]：操作音啟用。
[MUTE]：操作音停用。



5. 按下 (A) 以完成設定操作。
• 操作音靜音時顯示 [MUTE]。



註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。
- 請注意即使操作音靜音的情況下，鬧鈴和定時器仍會發出聲音。

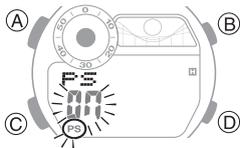
進行節電功能設定

1. 進入「計時功能」。
🔍 在各功能間瀏覽
2. 按住 (A) 至少兩秒。城市代碼開始閃爍時，放開按鈕。

城市代碼



3. 按 (C) 11 次。
此動作會顯示 [PS]。



4. 按下 (D) 即可在開啟和關閉之間切換。
[On]：節電功能已啟用。
[OFF]：節電功能已停用。
5. 按下 (A) 以完成設定操作。

註

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。
- 如需節電功能相關資訊，請參閱下方資訊。
🔍 節電功能

其他資訊

本節將提供您也必須知道的非操作性資訊。請視需要參閱此資訊。

城市表

城市	時差
UTC	國際標準時間
LIS	里斯本
LON	倫敦
MAD	馬德里
PAR	巴黎
ROM	羅馬
BER	柏林
STO	斯德哥爾摩
ATH	雅典
CAI	開羅
JRS	耶路撒冷
MOW	莫斯科
JED	吉達
THR	德黑蘭
DXB	杜拜
KBL	喀布爾
KHI	喀拉蚩
DEL	德里
KTM	加德滿都
DAC	達卡
RGN	仰光
BKK	曼谷
SIN	新加坡
HKG	香港
BJS	北京
TPE	台北
SEL	首爾
TYO	東京
ADL	阿得雷德
GUM	關島
SYD	雪梨
NOU	努美亞
WLG	威靈頓
PPG	帕果帕果
HNL	檀香山
ANC	安克拉治
YVR	溫哥華
LAX	洛杉磯
YEA	艾德蒙頓
DEN	丹佛
MEX	墨西哥城
CHI	芝加哥
NYC	紐約
SCL	聖地牙哥
YHZ	哈利法克斯

城市	時差
YYT	聖約翰斯
RIO	里約熱內盧
FEN	費爾南多·迪諾羅尼亞
RAI	培亞

- 以上表格資訊為截至 2022 年 1 月的最新資訊。
- 時區可能會改變，且 UTC 差異可能和上面表格中顯示的不一樣。

規格**正常溫度下的精準度：**

一個月 ±15 秒

計時功能：

時、分、秒、月、日、星期

上午/下午 (P) /24 小時制

全自動行事曆 (2000 到 2099 年) *

* 年僅會顯示在設定畫面上。

夏令時間

潛水功能：

潛水時間

測量單位：1 秒鐘

測量範圍：23 小時 59 分 59 秒鐘 (24 小時)

休息時間

測量單位：1 分

測量時間量：47 小時 59 分 (48 小時)

10 筆記錄記憶體記錄 (潛水開始日期和時間、潛水時間、休息時間)

潮汐/月球資料功能：

潮汐圖 (顯示潮汐週期)

顯示月相

日期選擇

時間選擇 (僅適用於潮汐圖)

世界時間：

顯示全球 48 個城市 (31 個時區) 的現在時間

夏令時間

鬧鈴：

時間鬧鈴

鬧鈴：5 個 (含一個貪睡鬧鈴)

設定單位：小時，分鐘

鬧鈴音持續時間：10 秒鐘

整點報時：在每小時整點時發出嗶聲

秒錶：

測量單位：1/100 秒

測量範圍

23 小時 59 分 59.99 秒鐘 (24 小時)

測量功能：

經過時間、中途時間、第 1 位與第 2 位完成者時間

定時器：

測量單位：1 秒鐘

倒數計時範圍：24 小時

設定單位：1 分鐘

時間到：10 秒的嗶聲

其他：

高亮度 LED 燈 (全自動照明、殘照機能、1.5 或 3 秒照明持續時間設定)、節電功能、電池電力指示燈、操作音開啟/關閉

電源供應：

太陽能板和一個充電式電池

電池作業時間：約 14 個月

條件：

依以下條件，且未暴露在光線下。

- 照明：1.5 秒/日
- 鬧鈴：10 秒/日
- 顯示：18 小時/日
- 潛水功能
 - 潛水次數：50/年
 - 潛水時間：60 分/每次潛水

請注意，電池作業時間會因照明狀況和處於「潛水功能」的潛水持續時間而減少。

規格若有變更，恕不另行通知。

疑難排解**世界時間**

Q1 「世界時間城市」顯示的時間不正確。

夏令時間設定 (標準時間/夏令時間) 錯誤。

☞ [設定世界時間城市](#)

潛水功能

Q1 我無法進入「潛水功能」。

手錶電量不足或沒電時，無法進入「潛水功能」。使用手錶進行潛水前，請先充電。

Q2 當手錶從潛水時間測量切換至水面休息時間測量時，會進入「計時功能」。

處於「潛水功能」時若手錶電量不足，則無法執行水面休息時間測量。使用手錶進行潛水前，請先充電。

Q3 當我從「計時功能」切換至「潛水功能」時，測量作業正在進行中。

這會在繼續進行之前的測量作業時發生。進入「潛水功能」並重設測量。

☞ [測量潛水經過時間](#)

潮位

Q1 潮汐資訊出現錯誤。

由於潮汐圖的滿落潮時間及潮位是依過去資料計算，可能會與實際的潮汐資訊有所差異。

另外也請注意，錯誤的嚴重程度可能受地勢、天氣等其他條件影響。本手錶的潮汐資訊僅供參考。

請務必查看各機構發布的準確潮汐預測資訊，且若是進行導航或任何存在風險之活動，請勿使用此手錶的潮汐資訊來判斷潮位。

鬧鈴和整點報時

Q1 鬧鈴不會響起。

手錶電池是否已充電？

讓手錶持續接觸光線，直到充電為止。

☞ [充電](#)

以上皆非。

可能未進行鬧鐘設定。進行鬧鐘設定。

☞ [進行鬧鈴設定](#)

Q2 整點報時不會響起。

手錶電池是否已充電？

讓手錶持續接觸光線，直到充電為止。

☞ [充電](#)

以上皆非。

整點報時可能已停用。啟用整點報時。

☞ [進行整點報時設定](#)

充電

Q1 即使讓手錶照射光線，還是無法運作。

每當電池沒電，手錶就會停止運作。讓手錶持續接觸光線，直到充飽電為止。

🔍 檢查充電等級

Q2 [H]、[M] 和 [L] 正在畫面中閃爍。

手錶正處於充電回復模式。等待回復程序完成（約 15 分鐘）。如果將手錶置於光線明亮的位置，回復的速度會更快。

- 如果在短時間內使用鬧鈴、整點報時、照明和/或其他耗電功能，電池的充電量將下降，並讓手錶進入充電回復模式。手錶的功能可用性將暫時受限，但將於電池回復後恢復功能。

🔍 檢查充電等級



Q3 [CHG] 在畫面中閃爍。

手錶的充電等級過低。請立即將手錶放在光線照射下進行充電。

🔍 檢查充電等級

其他

Q1 我在這裡找不到所需的資訊。

請造訪以下網站。

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