

電源

本錶配備太陽能電池及充電電池作為電源，充電電池能儲存由太陽能電池產生的電力。在不能時常見光的地方使用或保管手錶，或戴手錶時讓衣袖遮擋光線會使充電電池的電量耗盡。為確保穩定的運作，在佩戴或保管手錶時，必須盡可能讓其照到光線。

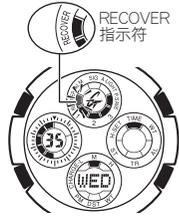
請注意，當充電電池的電量降低至第 4 級時，記憶器中的所有資料及全部設定都將被清除。

閃動的 RECOVER 指示符

若在短時間內多次使用照明或鬧鈴，RECOVER 指示符將在上子盤中閃動，並且在電池電力恢復過程中下列功能無效。

- 照明
- 鬧鈴及整點響報
- 時間校準訊號的接收

電池恢復後，手錶的功能亦會恢復正常。



電池指示符

	白底 黑字	黑底 白字	
第1級			所有功能均可使用。
第2級			所有功能均可使用。
第3級			數字畫面，照明，鬧鈴，整點響報，訊號接收及指針計時功能無法使用。
第4級			包括數字計時在內的所有功能均無法使用。

- 將手錶放在直射陽光下或其他強光下時，本錶的電池電量指示符可能會暫時顯示一個較實際電量高的級數。因此，在充電開始後請稍等片刻再查看電池電量指示符。
- 即使電池電量降低至第 4 級，您仍可對電池進行充電並再次使用本錶。
- 若從第 4 級開始對手錶進行充電，電池電量返回第 3 級後請設定現在的時間及日期。此時請繼續將手錶放在光亮下，將充電電池充電到第 2 級或第 1 級。

請在第 3 級開始充電！

第 3 級電池電量表示剩餘電量已非常有限。電池電量指示符顯示為第 3 級後，必須盡快將手錶放在光亮下進行充電。

充電須知

- 請避免在下列場所，以及會使手錶變得燙熱的地方對手錶進行充電。
 - 停在陽光下的汽車的儀表板上
 - 白熾燈光源或其他熱源的近處
 - 長時間受直射陽光照射的地方
- 請注意，在極度高溫的環境下，手錶的數字畫面可能會變為空白。但這只是暫時的，溫度降低後，數字畫面將再次正常出現。

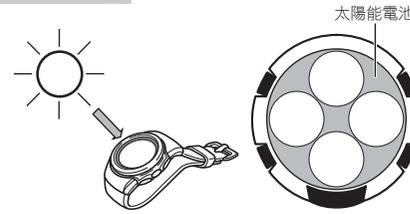


根據使用的光源，充電過程中手錶的錶殼可能會變得極為燙熱。請小心不要被燙傷。

如何對電池進行充電

- 將手錶的太陽能板（錶面）對準光源。
- 請注意，即使只有部分太陽能電池被遮擋，充電效率亦會下降。

範例：手錶的放置



- 此插圖為樹脂錶帶手錶的放置方法圖。

充電指南

充滿電後，手錶在下列條件下可不充電地連續運作約七個月。

日常使用（所有時間均為大約值。）
• 照明：1.5 秒
• 鬧鈴：10 秒
• 訊號接收：5 次
• 數字顯示：18 小時

為確保穩定運作，必須時常讓手錶照到光線。

每天需要的充電時間

- 下面介紹為在“日常使用”的情況下維持正常的運作，本錶每天所需要的充電時間。

曝光度（亮度）	大約曝光時間
在室外陽光下 (50,000 lux)	6分鐘
在有陽光的窗口下 (10,000 lux)	30分鐘
在陰天的窗口下 (5,000 lux)	48分鐘
在室內螢光燈下 (500 lux)	8小時

- 電量升高一級所需要的充電時間。

曝光度（亮度）	大約曝光時間		
	第4級 →	第3級 →	第2級 → 第1級
在室外陽光下 (50,000 lux)	2小時	19小時	5小時
在有陽光的窗口下 (10,000 lux)	7小時	97小時	22小時
在陰天的窗口下 (5,000 lux)	11小時	157小時	36小時
在室內螢光燈下 (500 lux)	113小時	---	---

- 請注意，上述充電時間皆僅為參考值。實際充電時間依各種環境因素而不同。

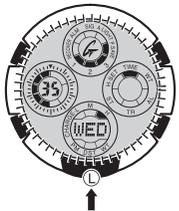
照明

本錶配備 LED（發光二極管）提供照明，即使在黑暗中亦可使畫面明亮易觀。本錶還備有自動照明功能，每當將手錶面向您轉動時，照明便會自動點亮。

如何手動點亮照明

按 **L** 鈕可在任意功能中點亮照明。

- 使用“如何指定照明持續時間”一節中的操作步驟可將照明點亮時間指定為 1.5 秒或 2.5 秒。
- 無論自動照明功能是否已開啟，按 **L** 鈕都可點亮照明。



晃動手錶時，您可能聽到有極輕的卡嗒聲從手錶中發出。此為控制自動照明功能動作的金屬球的移動所引起，並不表示發生了故障。

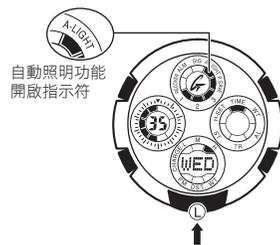
自動照明功能的使用

每當將手錶面向您轉動時，全自動照明功能便會自動點亮照明。全自動照明功能只在黑暗環境中動作。

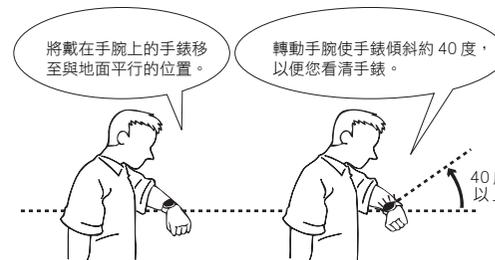
- 當環境光線明亮時，全自動照明功能不會點亮照明。自動照明功能可在任何功能中點亮照明。

如何開啟或解除自動照明功能

在任意功能中，按住 **L** 鈕約兩秒鐘可交替開啟（自動照明功能開啟指示符出現在上子盤中）或解除（無指示符顯示）自動照明功能。



如何使用自動照明功能點亮照明



- 要使用自動照明功能時，必須將手錶戴在手腕的外側。
- 手錶的左側（9 時位置）及右側（3 時位置）與地平線間的角度必須在 ± 15 度以內。若超過此角度，自動照明功能可能會無法正常動作。



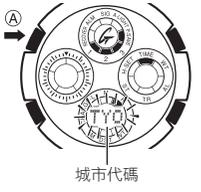
重要！

- 在直射陽光下，照明的光亮有可能會難以看到。
- 照明點亮過程中，按 **L** 鈕或鬧鈴開始鳴響時，照明會自動熄滅。

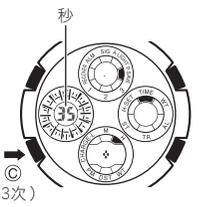
如何指定照明持續時間

使用下述操作步驟可將照明點亮時間指定為 1.5 秒或 2.5 秒。

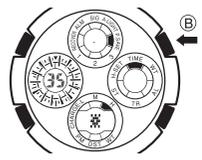
1. 在計時功能中，按住 **(A)** 鈕約一秒鐘直至城市代碼開始在下子盤中閃動。此表示現已進入設定畫面。



2. 按 **(C)** 鈕三次使左子盤中的秒數開始閃動。



3. 按 **(B)** 鈕在 1.5 秒（下子盤中出現 \heartsuit ）與 2.5 秒（下子盤中出現 \spadesuit ）間選擇照明持續時間。

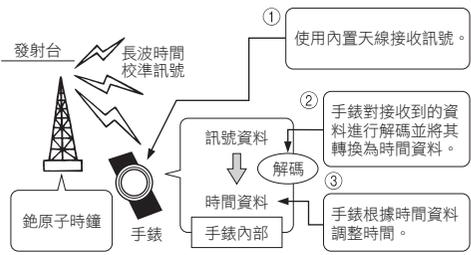


4. 設定完畢後，按 **(A)** 鈕退出設定畫面。
 - 若不執行任何操作經過兩或三分鐘，手錶亦將自動返回計時功能。

關於電波手錶的說明

什麼是電波手錶？

電波手錶在設計上能夠接收含有標準時間資料的時間校準訊號，並相應調整其現在時間。



接收到時間校準訊號後，本錶會執行內部計算以確定現在時間。因此，顯示的時間的誤差在一秒以內。

校準訊號

- 日本校準訊號（簡稱：JJY）由日本情報通信技術研究機構（NICT）保持。校準訊號為長波訊號，從位於福島縣田村郡的 Otakadoya 山發射台 24 小時發射（40 kHz），同時也從位於佐賀縣與福岡縣邊境的 Hagane 山發射台發射（60 kHz）。
- 美國校準訊號（簡稱：WWVB）由美國標準與技術研究所從科羅拉多州的 Fort Collins 發射。

雖然校準訊號通常每天 24 小時發射，但發射的訊號會因維護作業、雷雨閃電等而偶爾中斷。

接收地區

本錶在設計上能夠接收日本標準時間校準訊號（JJY）或美國標準時間校準訊號（WWVB）。接收的訊號取決於目前的居住城市設定。

- 有關選擇居住城市的說明請參閱“時間及日期的手動設定”一節。
- 有關城市代碼的資訊請參閱“世界時間城市代碼表”。

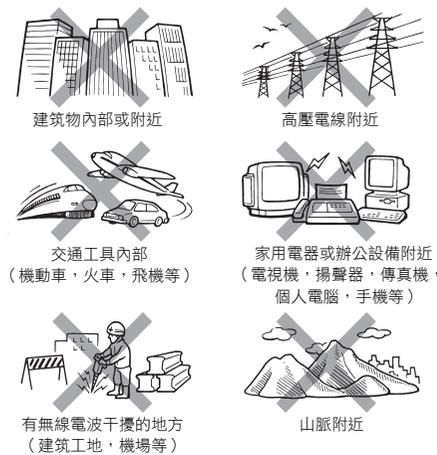
居住城市	發射台
TYO, HKG	Otakadoya山訊號 (40 kHz) 或 Hagane山訊號 (60 kHz) • 在日本及台灣可用此設定接收訊號。
LAX, DEN, CHI, NYC	科羅拉多州Fort Collins訊號 • 在北美可用此設定接收訊號。

- 不保證每天都能接收到校準訊號。
- 即使在訊號接收範圍之內，地形、建築物附近、季節及時間等因素也有可能使訊號接收失敗。
- 深夜的訊號接收環境最佳。

場所

訊號在下述場所可能會難以甚至無法接收到。進行訊號接收時請避開這樣的地方。

- 接收校準訊號時，本錶的動作類似收音機或電視機。



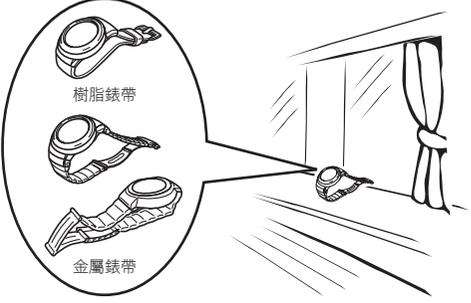
若您在接收訊號時遇到問題，則請從上述場所移動到接收條件好的地方，然後再次嘗試。

校準訊號的接收

- 共有兩種方法可用於接收時間校準訊號。
- 自動訊號接收（本錶在每天的午夜及早上 1:00, 2:00, 3:00, 4:00 自動接收訊號。）
- 手動訊號接收（通過按鈕操作接收訊號。）
- 若在上述通常的自動訊號接收時間的接收操作皆失敗，手錶將在早上 5:00 再進行一次自動訊號接收。
- 出廠時本錶的設定為自動訊號接收，因此您只要每天夜裡將本錶放在接收條件好的地方便可。

為方便訊號的接收

請從手腕取下手錶並將其頂部（12 時一側，天線所在位置）大致面朝訊號發射台方向放置。手錶周圍不可有金屬物體。



- 手錶的側面朝向發射台方向時，訊號會更難接收。
- 正在接收校準訊號時不要移動手錶。

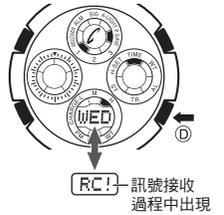
訊號接收所需要的時間

- 訊號的接收會需要兩至六分鐘。
- 請注意，發射台選擇功能指定為“**AUTO**”時，訊號的接收最多會需要 12 分鐘。
- 有關詳情請參閱“自動訊號接收設定的配置”一節。

如何手動接收訊號

在計時功能中，按住 **(D)** 鈕約一秒鐘直至手錶發出鳴音。

- 此表示手動訊號接收操作已開始。訊號接收圖示 (RC) 及訊號接收指示符出現在畫面上時表示訊號接收正在進行。



如何中斷訊號接收

- 按 **(D)** 鈕。
- 在訊號接收過程中，**(D)** 鈕以外的所有按鈕皆不起作用。

訊號接收成功時
手錶結束接收操作並調整現在時間。鳴音後調整後的日期及時間將出現在下子盤中。

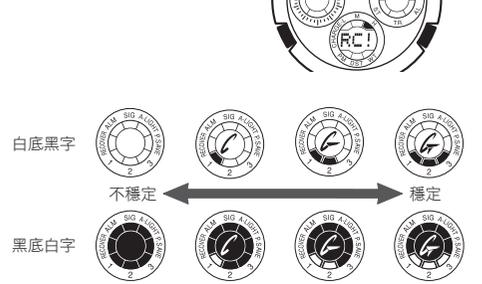
- 訊號接收圖示 (RC) 及訊號接收指示符顯示在上子盤中以表示訊號接收已成功。

訊號接收失敗時
手錶不調整現在時間，而顯示“ERR”指示符。

- 不執行任何操作經過一或兩分鐘時，手錶將自動返回計時功能。

訊號接收圖示及指示符

訊號接收過程中，訊號接收圖示 (📶) 及訊號接收指示符會從“不穩定”至“穩定”循環變換，如下所示。循環的時間取決於訊號強度。訊號接收過程中請使手錶處於訊號穩定的地方。



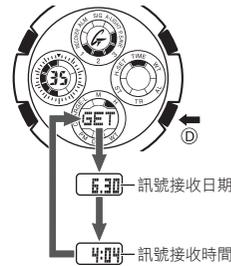
• 即使在最佳接收條件下，訊號接收穩定下來亦需要約 10 秒鐘。

- 請使用訊號接收圖示及訊號接收指示符來檢查接收狀態，並決定最佳訊號接收地點。
- 請注意，天氣、時間、環境及其他因素都會影響訊號的接收。

■ 如何查閱最終訊號接收日期及時間

在計時功能中，按 **(D)** 鈕。此時最終訊號接收成功的日期及時間將出現在下子盤中。

- 要使下子盤返回星期時，請再次按 **(D)** 鈕。
- 若不執行任何操作經過一或兩分鐘，下子盤亦將自動返回星期。



自動訊號接收設定的配置

請使用下述操作步驟開啟或解除自動校準訊號接收功能。當居住城市選擇為東京 (TYO) 或香港 (HKG) 時，您還可以選擇日本的兩個發射台之一來接收訊號。

- 當居住城市選擇為 TYO (東京)，HKG (香港)，NYC (紐約)，CHI (芝加哥)，DEN (丹佛) 或 LAX (洛杉磯) 時，您可使用下述操作開啟或解除自動訊號接收功能，及指定發射台選擇功能。
- 有關選擇居住城市的說明，請參閱“時間及日期的手動設定”一節。

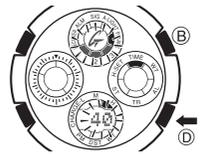
1. 在計時功能中，按 **(D)** 鈕在下子盤中顯示最終訊號接收日期及時間。

- 若不執行任何操作經過一或兩分鐘，手錶將自動返回計時功能。

2. 按住 **(A)** 鈕約一秒鐘直至目前的發射台功能開始在下子盤中閃動。

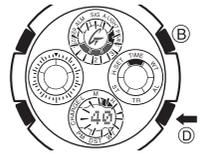
- 此時手錶進入發射台功能設定畫面。

3. 用 **(B)** 鈕或 **(C)** 鈕循環選擇發射台功能設定。



4. 設定完畢後，按 **(A)** 鈕退出設定畫面。

- 按 **(D)** 鈕可返回計時功能。
- 若不執行任何操作經過兩或三分鐘，手錶亦將自動返回計時功能。



當居住城市為 TYO 或 HKG 時

<ul style="list-style-type: none"> • AUTO 選擇此設定將開啟自動訊號接收功能及自動發射台選擇功能。手錶將根據訊號的強弱自動選擇 Otakadoya 山訊號(40 kHz) 或 Hagane 山訊號 (60 kHz)。
<ul style="list-style-type: none"> • 40 選擇此設定將開啟自動訊號接收功能。手錶會接收 Otakadoya 山訊號 (40 kHz)。
<ul style="list-style-type: none"> • 60 選擇此設定將開啟自動訊號接收功能。手錶會接收 Hagane 山訊號 (60 kHz)。
<ul style="list-style-type: none"> • OFF 選擇此設定將解除自動訊號接收功能及自動發射台選擇功能。

當居住城市為 NYC、CHI、DEN 或 LAX 時

<ul style="list-style-type: none"> • ON 選擇此設定將開啟自動訊號接收功能。手錶會接收科羅拉多州 Fort Collins 訊號。
<ul style="list-style-type: none"> • OFF 選擇此設定將解除自動訊號接收功能及自動發射台選擇功能。

校準訊號接收須知

- 只有當手錶在計時功能或世界時間功能中時，自動訊號接收才能進行。
- 定時器正在進行測時時，手錶不執行訊號接收操作。
- 接收到時間校準訊號後，手錶將首先調整數字時間，隨後調整指針時間。為確保指針時間的正確調整，必須在執行訊號接收操作之前使指針時間與數字時間一致。
- 自動訊號接收正在進行時，按任意鈕將使手錶鳴音並結束接收操作。
- 在執行訊號接收操作之前，必須首先確認手錶處於校準訊號接收範圍之內。請注意，即使在訊號接收範圍之內，地形、建築物附近、季節及時間等因素也有可能使訊號的接收失敗。
- 若有物體擋住訊號，接收可能會無法成功。訊號接收失敗時，請再試一次。
- 本錶在設計上只能根據在日本及美國發射的校準訊號調整現在時間。在日本或美國之外的國家，或在時間校準訊號接收範圍之外的地方使用本錶時，您需要手動調整時間。
- 當由於某種原因手錶無法使用校準訊號調整時間時，計時的精確度為每月 ± 15 秒以內。
- 強烈的靜電會使計時出現誤差。
- 訊號接收過程中，鬧鈴開始鳴響時訊號的接收會中斷。
- 本錶的日曆能夠表示至 2099 年的日期。2099 年後進行訊號接收操作將以錯誤結束。

疑難排解

無法進行手動訊號接收。

原因：

- 手動訊號接收操作只能在計時功能中執行。
- 定時器正在進行測時時，不能執行手動訊號接收操作。
- 居住城市設定為 TYO (東京)，HKG (香港)，NYC (紐約)，CHI (芝加哥)，DEN (丹佛) 或 LAX (洛杉磯) 以外的城市。

對策：

- 在計時功能中執行手動訊號接收操作。
- 將居住城市設改為 TYO (東京)，HKG (香港)，NYC (紐約)，CHI (芝加哥)，DEN (丹佛) 或 LAX (洛杉磯)。有關正確設定居住城市的說明，請參閱“時間及日期的手動設定”一節。

雖然已開啟自動訊號接收功能，但訊號接收圖示 (📶) 不在數字畫面上出現。

原因：

- 訊號接收圖示 (📶) 將在手錶成功接收校準訊號並調整了現在時間後出現。
- 上次訊號接收操作沒有成功。
- 到達自動訊號接收時間時，手錶未在計時功能或世界時間功能中。
- 您執行的手動訊號接收操作從數字畫面清除訊號接收圖示 (📶)。

對策：

- 檢查並確認手錶處於能夠接收到訊號的地方。
- 將手錶放置在訊號接收條件好的地方。
- 到達自動訊號接收時間後，確認手錶在計時功能或世界時間功能中。

接收到訊號後時間不正確。

原因：

- 若時間快了一個小時，則選設了夏令時間 (由 DST 指示符表示) 的可能性較大。
- 若時間誤差很大，則選擇了錯誤居住城市的可能性較大。

對策：

- 按照“如何開啟或解除夏令時間”及“時間及日期的手動設定”各節中的說明正確設定夏令時間及居住城市。

無法配置訊號接收設定。

- 原因：
- 居住城市設定為 TYO (東京) · HKG (香港) · NYC (紐約) · CHI (芝加哥) · DEN (丹佛) 或 LAX (洛杉磯) 以外的城市。
- 對策：
- 選擇上述城市之一作為居住城市。有關詳情請參閱“時間及日期的手動設定”一節。

若您無法接收到校準訊號或在接收訊號後時間仍不正確，則請檢查手錶的設置。

出廠預設設定 (購買時)

發射台功能	AUTO	日本發射台自動選擇 (40 kHz/60 kHz)
居住城市	HKG	香港
夏令時間	OFF	解除 (未設定夏令時間)

復位預設設定 (更換電力低下後)

發射台功能	AUTO	日本發射台自動選擇 (40 kHz/60 kHz)
居住城市	TYO	東京
夏令時間	AUTO	自動設定 (根據接收到的訊號資料)

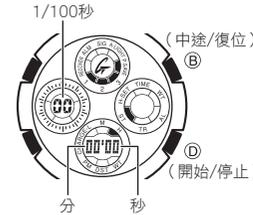
秒錶的使用

秒錶用於以 1/100 秒為單位測量經過時間，測時限度為 99 分 59.99 秒 (100 分鐘)。到達測時限度時，經過時間會自動返回零，並且秒錶從零開始繼續測時。

如何使用秒錶

在秒錶功能中，按 **D** 鈕。

- 按 **D** 鈕可開始或停止秒錶。



如何測量經過時間



累積時間的測量

按 **D** 鈕可在不將經過時間復位至全零的情況下，從上次經過時間測量的停止處開始重新啟動秒錶繼續測量經過時間。

如何測量中途時間



如何測量第 1 及第 2 選手的完成時間 (中途時間畫面)



- 測時進行過程中，按 **B** 鈕可在下子盤中顯示目前的經過時間，但下一個中途時間的測量會在內部繼續進行。
- 中途時間顯示時，改換至其他功能將取消中途時間的測量操作。
- 測時停止時，按 **B** 鈕可將秒錶復位至全零。

世界時間的使用

世界時間功能能顯示世界 30 个城市 (29 個時區) 的現在時間。

- 進入世界時間功能後，上次退出該功能時顯示的城市畫面會首先出現。
- 世界時間功能中的秒數與計時功能中的秒數同步。
- 您為計時功能中的本地時區選擇的 12 小時 / 24 小時制同樣適用於世界時間功能。

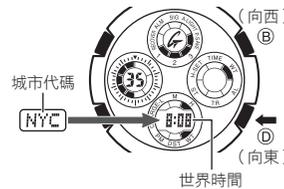
重要!

- 若世界時間功能中的時間不正確，則請調整計時功能中的時間。
- 有關詳情請參閱“時間及日期的手動設定”一節。

如何檢索時區

在世界時間功能中，用 **D** (向東) 鈕及 **B** (向西) 鈕選擇城市代碼。城市代碼出現片刻後，畫面將變為顯示該城市的現在時間。

- 按住其中一鈕可高速選擇。



- 在世界時間功能中，按 **A** 鈕可在下子盤中顯示目前選擇的城市代碼約一秒鐘。
- 若目前選擇的時區沒有城市代碼，則城市代碼處會顯示 GMT 時差。

夏令時間 (DST) 的使用

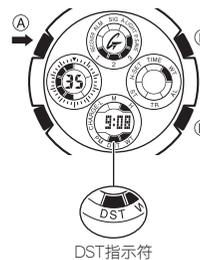
夏令時間 (有些國家稱為日光節約時間 (DST)) 是指在夏季期間將時間提前一個小時。請注意，是否使用夏令時間依國家或地區而不同。

如何開啟或解除夏令時間

- 在世界時間功能中，用 **D** (向東) 鈕及 **B** (向西) 鈕選擇要變更其夏令時間設定的城市。

- 按住 **A** 鈕一秒鐘。

- 夏令時間便會開啟或解除。
- 夏令時間開啟後，“DST” 指示符出現在下子盤中的同時，時間會提前一個小時。
- 世界時間功能中各城市的夏令時間可分別開啟或解除。但請注意，城市代碼為“GMT”時不能開啟夏令時間。



世界時間城市代碼表

城市代碼	GMT 時差	城市名稱	城市代碼	GMT 時差	城市名稱
---	-11		JRS	+2	耶路撒冷
HNL	-10	檀香山	JED	+3	吉達
ANC	-9	安克拉治	THR	+3.5	德黑蘭
LAX	-8	洛杉磯	DXB	+4	杜拜
DEN	-7	丹佛	KBL	+4.5	喀布爾
CHI	-6	芝加哥	KHI	+5	喀拉蚩
NYC	-5	紐約	DEL	+5.5	德里
CCS	-4	卡拉卡斯	DAC	+6	達卡
RIO	-3	里約熱內盧	RGN	+6.5	仰光
---	-2		BKK	+7	曼谷
---	-1		HKG	+8	香港
GMT	+0	格林威治標準時間	SEL	+9	漢城
LON	+0	倫敦	TYO	+9	東京
PAR	+1	巴黎	ADL	+9.5	阿德萊德
BER	+1	柏林	SYD	+10	悉尼
ATH	+2	雅典	NOU	+11	努美亞
CAI	+2	開羅	WLG	+12	威靈頓

- 上表中的內容為 2003 年 12 月的最新資料。
- 上表中的時差根據協調世界時 (UTC) 而來。

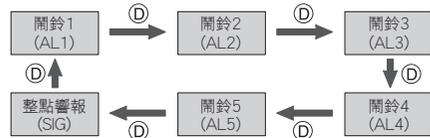
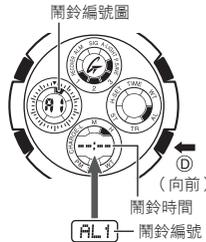
鬧鈴及整點響報的使用

本錶配備有五個可單獨使用的每日鬧鈴。到達鬧鈴時間時，本錶將發出 10 秒鐘的鬧鈴音。
整點響報功能使手錶在每小時的整點時鳴音。

如何設定鬧鈴時間

1. 在鬧鈴功能中，用 **(D)** 鈕在左子盤中選擇鬧鈴編號 (A1 至 A5) 直至所需要的出現為止。

- 所選鬧鈴的鬧鈴時間設定將出現在下子盤中。鬧鈴未開啟時，鬧鈴時間將顯示為 “--:--”。



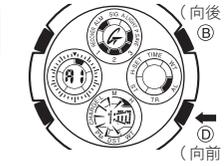
2. 按住 **(A)** 鈕約一秒鐘直至時間的時數位開始閃動。

- 此表示現已進入設定畫面。
- 此時鬧鈴指示符亦會出現在上子盤中，並且該鬧鈴自動開啟。



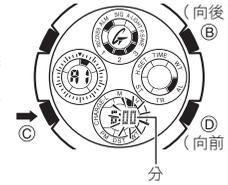
3. 用 **(D)** (+) 鈕及 **(B)** (-) 鈕改變時設定。

- 按住其中一鈕可高速改變設定。
- 設定小時時，若使用 12 小時時制，請注意正確指定上午 (無指示符) 或下午 (P)；否則指定正確的 24 小時時間。
- 您為計時功能中的時間選擇的 12 小時 / 24 小時時制亦會適用於鬧鈴功能。



4. 按 **(C)** 鈕。

- 此時分數位將開始閃動。與時設定一樣，請用 **(D)** (+) 鈕及 **(B)** (-) 鈕改變分設定。



5. 設定完畢後，按 **(A)** 鈕。

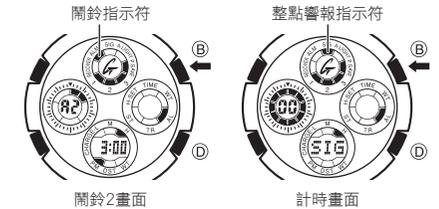
- 此時手錶退出設定畫面。
- 若不執行任何操作經過兩或三分鐘，手錶亦將自動返回計時功能。

如何開啟或解除鬧鈴或整點響報

1. 在鬧鈴功能中，用 **(D)** 鈕選擇鬧鈴 (A1 至 A5) 或整點響報。

2. 按 **(B)** 鈕交替開啟或解除畫面上顯示的鬧鈴或整點響報。

- 開啟鬧鈴或整點響報會使相應的指示符出現在上子盤中。
- 開啟鬧鈴還會使其鬧鈴時間設定出現在下子盤中。



如何停止鬧鈴音

手錶鳴音時，按任意鈕可停止鬧鈴音。

如何測試鬧鈴

在鬧鈴功能中，按住 **(B)** 鈕可使鬧鈴鳴響。

定時器的使用

定時器的開始時間可以一分鐘為單位，在 1 至 60 分鐘之間設定。定時器倒數結束時手錶會鳴音 10 秒鐘。開啟自動重複功能可使定時器在倒數結束時再次從開始時間起重新開始倒數。

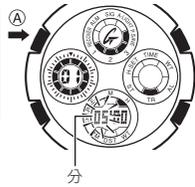
定時器的種類

您可使用下述兩種設定來配置定時器。

- 重複**
若開啟重複功能，倒數結束時定時器停止，原開始時間出現，並且手錶鳴音 10 秒鐘。
- 自動重複**
自動重複會使定時器在倒數結束時從開始時間起重新開始倒數計時。
- 倒數將重複 10 次，您可手動將其停止。

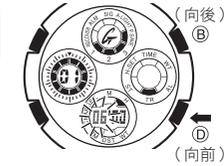
如何設定定時器

1. 在定時器功能中，按住 **(A)** 鈕約一秒鐘直至定時器開始時間的分數位開始在下子盤中閃動。此表示現已進入設定畫面。

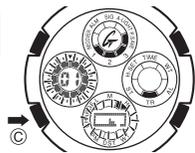


2. 用 **(D)** (+) 鈕及 **(B)** (-) 鈕改變開始時間的分數。

- 按住其中一鈕可高速選擇開始時間設定。

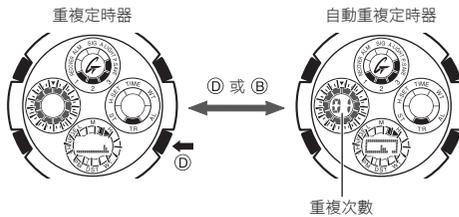


3. 按 **(C)** 鈕選擇定時器的種類設定。



4. 用 **(D)** 鈕及 **(B)** 鈕選擇要使用的定時器種類。

- 要選擇重複定時器時，請顯示 “”。
- 要選擇自動重複定時器時，請顯示 “”。選擇自動重複定時器還會使左子盤中出現表示目前重複次數的數值。



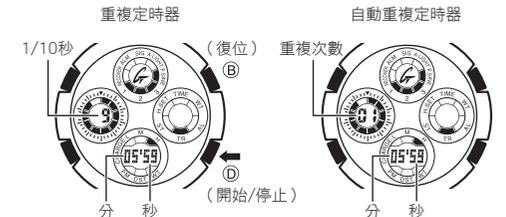
5. 設定完畢後，按 **(A)** 鈕。

- 此時手錶退出設定畫面。
- 若不執行任何操作經過兩或三分鐘，手錶亦將自動返回計時功能。

如何使用定時器

在定時器功能中，按 **(D)** 鈕。

- 按 **(D)** 鈕可開始或停止倒數。
- 重複定時器以 1/10 秒為單位倒數，而自動重複定時器以 1 秒為單位倒數。



- 倒數停止時，按 **(B)** 鈕可將顯示的時間復位為開始時間。
- 定時器停止倒數時，再次按 **(D)** 鈕可重新開始倒數。

倒數的結束

- 當倒數結束時，手錶將鳴音 10 秒鐘。
- 按任意鈕可停止鳴音。

時間及日期的手動設定

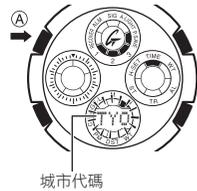
使用下述操作能設定在計時功能中選擇的居住城市的現在時間及日期。

- 請使用計時功能來調整時間及日期設定。
- 要開啟或解除節電功能時亦請使用下述操作步驟。

數字時間與指針時間都要手動調整時，必須首先調整數字時間。

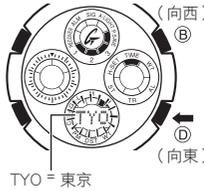
■ 如何手動設定時間及日期

- 在計時功能中，按住 **A** 鈕約一秒鐘直至城市代碼開始在下子盤中閃動。此表示現已進入設定畫面。



- 用 **D** (向東) 鈕及 **B** (向西) 鈕選擇城市代碼直至要用作居住城市的代碼出現為止。

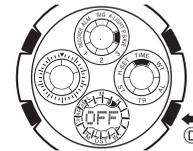
- 有關城市代碼的詳情請參閱“世界時間城市代碼表”。
- 按住其中一鈕可高速選擇。



- 按 **C** 鈕在下子盤中顯示夏令時間設定。



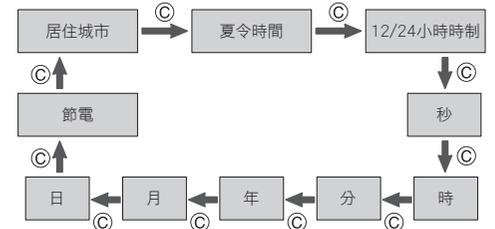
- 按 **D** 鈕選擇夏令時間設定直至所需要的出現為止。



- AUTO**
此設定開啟自動夏令時間設定，根據接收到的時間校準訊號開啟或解除夏令時間。
- 當居住城市代碼選擇為 TYO 或 HKG 時本錶使用日本夏令時間資料，而當居住城市代碼選擇為 NYC、CHI、DEN 或 LAX 時本錶使用美國夏令時間資料。
- 只有當居住城市代碼選擇為 TYO、HKG、LAX、DEN、CHI、或 NYC 時 AUTO 設定才有效。
- OFF**
此設定解除夏令時間，顯示現在標準時間。
- ON**
此設定開啟夏令時間。
- 選擇此設定會使 DST 指示符出現，同時使現在時間提前一個小時。

- 用 **C** 鈕如下所示選擇時間及日期設定。

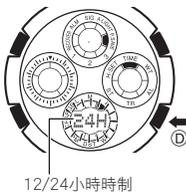
- 按 **C** 鈕時閃動的設定會相應改變。



- 選擇了要變更的設定項目 (閃動) 後，用 **D** 鈕及 **B** 鈕如下所述進行變更。

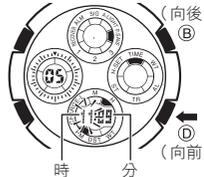
如何選擇 12/24 小時時制

12/24 小時時制設定在下子盤中閃動時，按 **D** 鈕在 12 小時 (“12H” 指示符) 與 24 小時 (“24H” 指示符) 間選擇計時時制。



如何改變時、分、年、月或日設定

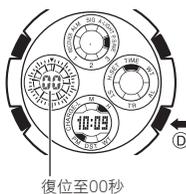
- 按 **D** 鈕加大選擇的設定，或按 **B** 鈕減小選擇的設定。
- 按住其中一鈕可高速改變設定。
 - 設定小時時，若使用 12 小時時制，請注意正確指定上午 (無指示符) 或下午 (P)；否則指定正確的 24 小時時間。
 - 年份可在 00 (2000 年) 至 99 (2099 年) 之間設定。星期將根據日期自動調整。
 - 手錶自動調整閏年及長短月的日期。



如何將秒數復位至 00

秒數在左子盤中閃動時，根據電台、電視台等的時間訊號按 **D** 鈕將其復位為 00。

- 按 **D** 鈕將秒數復位至 00 時，若秒數是在 30 至 59 之間，則分數值會加 1；若秒數值是在 00 至 29 之間，則分數值保持不變。



如何開啟或解除節電功能

- 選擇節電設定後，按 **D** 鈕開啟 (ON) 或解除 (OFF) 節電功能。
- 開啟節電功能會使節電指示符出現在上子盤中。



- 設定完畢後，按 **A** 鈕。

- 此時手錶退出設定畫面。
- 若不執行任何操作經過約兩或三分鐘，手錶亦將自動返回計時功能。

數字一指針同步

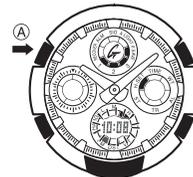
- 本錶自動根據現在數字時間調整指針時間使其一致。
- 調整指針時間時，指針總是向前 (順時針方向) 轉動。
 - 根據數字時間與指針時間之間的差異，模擬指針可能會轉動一段時間才能完成調整。

指針時間的手動調整

指針時間與數字時間不一致時，您可使用指針設定功能自動調整指針時間。

- 按 **C** 鈕進入指針設定功能。

- 按住 **A** 鈕約一秒鐘直至數字時間開始在下子盤中閃動。此表示現已進入設定畫面。



- 用 **D** 鈕調整指針時間。

- 按 **D** 鈕一下可使指針時間前進 20 秒。
- 按住 **D** 鈕可使秒針高速前進。



高速鎖定

- 在按住 **D** 鈕 (使指針時間高速前進) 的同時，按 **B** 鈕可將指針鎖定在高速前進狀態。
- 直到完成一周 12 小時為止，指針將持續高速前進。按任意鈕亦可使其停止。

- 設定完畢後，按 **A** 鈕。

- 此時手錶退出設定畫面並自動以現在的秒數同步分針。
- 若不執行任何操作經過約兩或三分鐘，手錶亦將自動返回計時功能。