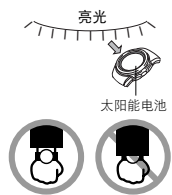


事前须知

承蒙惠购CASIO手表，谨表感谢。为了能最有效地使用本表，务请详细阅读本说明书，并将其妥善保管以便在日后需要时随时查阅。

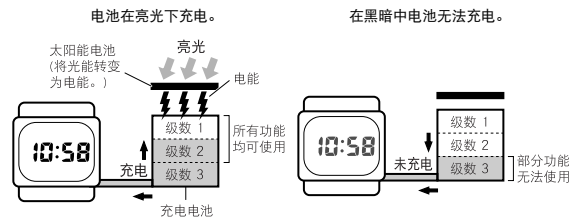
请保持手表暴露于亮光下



本表内藏的电池会储存由太阳能电池产生的电能。在不受光线照射的地方放置或使用本表会使电池的电量耗尽。请尽可能地让手表暴露于亮光下。

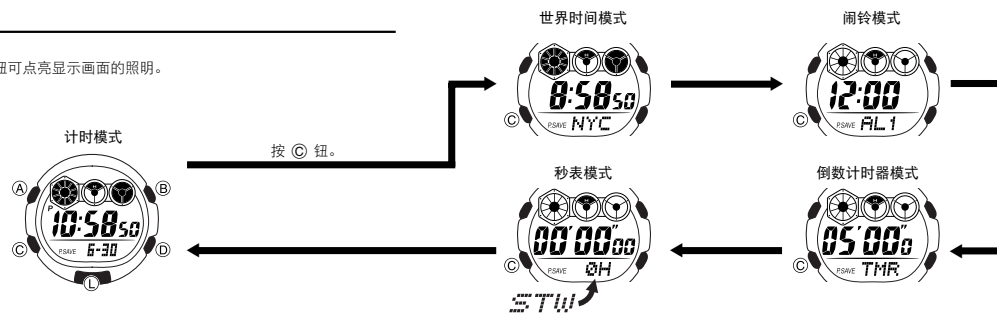
- 当不将本表戴在手腕上使用时，请将手表面朝亮光源摆放。
- 请尽量使手表露在衣袖之外。部分表面被遮挡时充电效率会显著下降。

- 即使不见光，本表亦会保持运作。使手表处于黑暗中会耗尽电池并使手表的某些功能无法动作。若电池耗尽，您将不得不在充电后再次配置手表的各项设定。为保持手表的正常运作，请尽可能地使手表曝光。



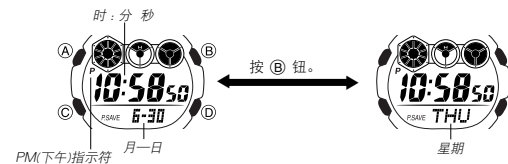
部位说明

- 按 **(C)** 钮可切换各模式。
- 在任意模式中，按 **(L)** 钮可点亮显示画面的照明。



计时模式

- 计时模式用于查阅及设定当前时间及日期。
- 设定时间时还可以配置照明持续时间、12/24 小时制以及节电功能开启/解除等设定。
- 在计时模式中，按 **(B)** 钮可如下所示改变显示格式。

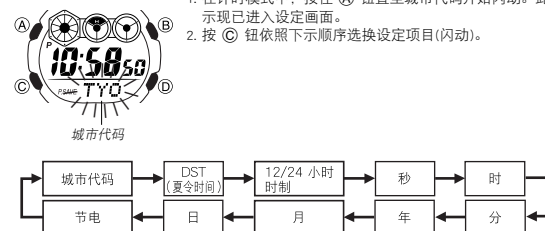


时间及日期的设定

在改变当前时间及日期设定之前，必须首先选择本地城市代码。世界时间模式中表示的所有时间都是根据计时模式中的设定计算而来。因此，在计时模式中设定时间及日期之前若未选择正确的本地城市代码，世界时间模式中的时间将会不准。

如何设定时间及日期

1. 在计时模式中，按住 **(A)** 钮直至城市代码开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 按 **(C)** 钮依照下所示顺序切换设定项目(闪动)。



- 部分功能无法使用的实际充电水平依手表的型号而定。
- 频繁使用显示画面的照明会使电池很快耗尽并需再充电。下示数值为操作一次照明后为补足所耗电量而需充电的时间参考值。

暴露在从窗户射入的强烈太阳光下时约为 5 分钟

暴露在室内荧光灯下时约为 50 分钟

- 当将手表暴露于亮光下时，务必阅读“电源”一节以了解所有重要须知。

若手表的显示为空白……

- 若手表的显示为空白，则表示为了节省电源，手表的节电功能已将显示画面关闭。
- 有关详情请参阅“节电功能”一节中的说明。

关于本说明书



- 有些手表的文字显示是白底黑字，而有些是黑底白字，依手表的型号而不同。本说明书中的所有范例画面均以白底黑字表示文字。
- 按钮以图中所示的字母表示。
- 本说明书的每一节都会介绍一种模式的操作。有关技术资料等详情请参阅“参考资料”一节。

3. 选择了要变更的设定项目(闪动)后，用 **(B)** 钮及/或 **(D)** 钮如下所述改变设定值。

| 画面: | 目的: | 操作: |
|----------------|--|---------------------------------------|
| TYO | 改变城市代码 | 用 (D) (向东)钮及 (B) (向西)钮。 |
| ON DST | 交替选择夏令时间(ON)及标准时间(OF) | 按 (D) 钮。 |
| 12H | 交替选择 12 小时(12H)及 24 小时(24H)时制 | 按 (D) 钮。 |
| 50 ♦ | 将秒数复位至 00 在 1.5 秒(♦)与 2.5 秒(※)间选择照明持续时间 | 按 (D) 钮。 按 (B) 钮。 |
| 10:58 10:00 | 改变时、分或年数值 | 用 (D) (+)钮及 (B) (-)钮。 |
| 6:30 | 改变月或日数值 | |
| ON PS | 开启(ON)及解除(OFF)节电功能 | 按 (D) 钮。 |

- 有关可选择的城市代码的详情，请参阅“City Code Table” (城市代码表)中的一览表。
- 有关时间及日期以外的其他设定的说明，请参阅以下各节。

- 照明持续时间: 照明。
- 节电: 节电功能。

4. 按 **(A)** 钮退出设定画面。

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

1. 在计时模式中，按住 **(A)** 钮直至城市代码开始闪动。此表示现已进入设定画面。
 2. 按 **(C)** 钮一次显示 DST 夏令时间设定画面。
 3. 按 **(B)** 钮交替选择夏令时间(ON)及标准时间(OFF)。
 4. 按 **(A)** 钮退出设定画面。
- DST 指示符出现时表示已开启夏令时间。

世界时间模式

所选城市的当前时间



城市代码

世界时间模式表示世界 30 个城市 (29 个时区) 的当前时间。

- 若表示的某城市的当前时间不准, 请检查本地城市的当前时间, 并作必要的变更。
- 本节中的所有操作都必须在世界时间模式中执行。请按 **(C)** 键进入该模式。


如何检视其他城市的时间

在世界时间模式中, 按 **(D)** 键向东选择城市代码(时区), 或按 **(B)** 键向西选择。

有关城市代码的详情, 请参阅“City Code Table”(城市代码表)。

如何为各城市代码选择标准时间及夏令时间


DST 指示符



- 在世界时间模式中, 使用 **(B)** 键及 **(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)。
- 按住 **(A)** 键选择夏令时间(显示 **DST** 指示符)及标准时间(不显示 **DST** 指示符)。
- 请注意, 当 **GMT** 被选择作为城市代码时, 不能选择标准时间及夏令时间。
- 当已开启夏令时间的城市代码表示时, **DST** 指示符将会出现。
- 请注意, **DST**/标准时间设定只会对当前显示的城市代码有效, 其他城市代码不受影响。

闹铃模式

闹铃时间 (时:分)




闹铃编号

本表备有 4 个一次鸣响闹铃及 1 个间歇闹铃。您还可使用闹铃模式开启及解除整点响报功能 (**SIG**)。

- 五个闹铃分别编号为 **AL1** 至 **AL4** 及 **SNZ**。**SNZ** 只可配置为间歇闹铃。闹铃 **AL1** 至 **AL4** 只可作为一次鸣响闹铃使用。
- 本节中的所有操作都必须在此模式中执行。请按 **(C)** 键进入该模式。

如何设定闹铃时间



- 在闹铃模式中, 用 **(D)** 键选择闹铃画面直至要设定其时间的闹铃画面出现为止。

```

    graph LR
      AL1[AL1] --> AL2[AL2]
      AL2 --> AL3[AL3]
      AL3 --> AL4[AL4]
      AL4 --> SNZ[SNZ]
      SNZ --> SIG[SIG]
      SIG --> AL1
    
```

- 选择了一个闹铃后, 按住 **(A)** 键直至闹铃时间的设定开始闪动, 此表示现已进入设定画面。
- 此时闹铃会自动开启。

- 用 **(C)** 键在时与分之间切换设定 (闪动)。
- 当某设定闪动时, 用 **(D)** (+) 及 **(B)** (-) 键更改设定值。
- 按 **(A)** 键退出设定画面。
- 使用 12 小时制设定闹铃时间时, 注意必须正确设定上午(无指示符)或下午 (**P** 指示符)。

闹铃的动作

到达预设时间时, 无论手表处于何种模式, 闹铃都会鸣响 10 秒钟。使用间歇闹铃时, 闹铃会每隔 5 分钟鸣响一次, 一共鸣响 7 次, 或直到您解除闹铃。

- 按任意键可停止闹铃音。
- 在间歇闹铃的 5 分钟间隔内执行下述任一操作可取消当前的间歇闹铃的动作。


显示闹铃模式设定画面
显示间歇闹铃设定画面

如何测试闹铃

在闹铃模式中, 按住 **(D)** 键可使闹铃鸣响。

如何开启及解除闹铃

间歇闹铃指示符




闹铃开启指示符

- 在闹铃模式中, 用 **(D)** 键选择一个闹铃。
- 按 **(B)** 键交替开启及解除闹铃。
- 开启一次鸣响闹铃 (**AL1**、**AL2**、**AL3**、**AL4**) 会使闹铃开启指示符出现在闹铃模式画面上。开启间歇闹铃 (**SNZ**) 会使闹铃开启指示符及间歇闹铃指示符出现在闹铃模式画面上。
- 任一闹铃被开启后, 闹铃开启指示符便会出现在所有模式中。当间歇闹铃被开启时, 间歇闹铃指示符会出现在所有模式中。
- 当闹铃鸣响时, 闹铃开启指示符会闪动。
- 间歇闹铃指示符会在闹铃鸣响的 5 分钟间隔内闪动。

如何开启及解除整点响报功能


整点响报功能开启指示符



- 在闹铃模式中, 用 **(D)** 键选择整点响报功能 (**SIG**)。
- 按 **(B)** 键交替开启(整点响报功能开启指示符显示)及解除(整点响报功能开启指示符不显示)整点响报功能。
- 当整点响报功能被开启时, 整点响报功能开启指示符会出现在所有模式中。

倒数计时器模式

秒



分 **1/10 秒**

倒数计时器可在 1 至 60 分钟的范围内设定。倒数到零时闹铃会鸣响。

- 本节中的所有操作都必须在此模式中执行。请按 **(C)** 键进入该模式。

如何设定倒数开始时间

- 当倒数开始时间显示在倒数计时器模式中时, 按住 **(A)** 键直至当前的倒数开始时间开始闪动, 此表示现已进入设定画面。
- 若倒数开始时间未显示, 则请按照“如何使用倒数计时器”一节中的操作步骤将其调出。
- 使用 **(D)** (+) 键及 **(B)** (-) 键改变闪动中的设定值。
- 按 **(A)** 键退出设定画面。


如何使用倒数计时器

在倒数计时器模式中, 按 **(D)** 键可启动倒数计时器。

- 倒数至零时闹铃会鸣响 10 秒钟, 按任意键可中途停止闹铃音。闹铃停止鸣响后, 倒数时间会自动返回至其开始值。
- 在倒数计时器正在运行时, 按 **(D)** 键可暂停倒数。再次按 **(D)** 键又可重新恢复倒数。
- 若要完全停止倒数计时, 请首先暂停倒数(按 **(D)** 键), 然后再按 **(B)** 键。此时, 倒数时间会自动返回至其开始值。

秒表模式

分 **秒**



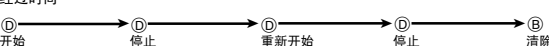
时 **1/100 秒**

秒表模式能测定经过时间、中途时间及两名选手的完成时间。

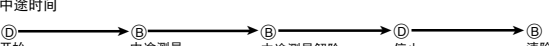
- 秒表的显示范围为 23 小时 59 分 59.99 秒。
- 若不停止秒表, 测时会一直不停地地进行。到达测时限度时, 秒表会再次由零开始重新测时。
- 当中途时间正在显示时, 退出秒表模式会清除中途时间并返回至经过时间的测量。
- 若不停止秒表, 即使退出秒表模式, 测时仍会继续进行。
- 本节中的所有操作都必须在此模式中执行。请按 **(C)** 键进入该模式。

如何使用秒表测时


经过时间




中途时间



两名选手的完成时间



照明



自动照明功能指示符

本表的照明采用一块 EL (电子荧光) 板, 其可点亮整个显示画面, 即使在黑暗中亦可使画面明亮易见。当您把手表表面转向您时, 手表的自动照明功能会自动点亮显示画面的照明。

- 自动照明功能必须开启(自动照明功能指示符表示)后才能动作。
- 有关照明的其他重要资料, 请参阅“照明须知”一节中的说明。

如何手动点亮照明

按 **(L)** 键可在任意模式中点亮显示画面的照明。

- 照明持续时间可指定为 1.5 秒或 2.5 秒。有关详细说明, 请参阅“如何设定时间及日期”一节中的说明。
- 无论自动照明功能是否已开启, 上述操作都可点亮照明。

关于自动照明功能

自动照明功能经开启后, 在任意模式中, 每当您如下所示转动手腕时, 照明便会点亮。请注意, 本表的“Full Auto EL Light”(全自动电子荧光照明) 只会在环境光线低于某个程度时自动照明功能才会动作。在明亮的光线下其不会点亮显示画面的照明。

将本表移至与地面平行的位置, 然后将其面向您扭动超过 40 度即可点亮照明。

- 请将手表戴在手腕外侧。



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活动时，必须格外小心谨慎。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。
- 在骑自行车或驾驶摩托车或其他机动车前，必须先解除手表的自动照明功能。这是因为自动照明功能有可能会突然意外点亮照明，分散您的注意力，而有导致交通事故及严重伤人意外的危险。

如何开启及解除自动照明功能

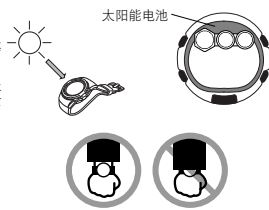
- 在任意模式中，按住 **①** 按钮 2 秒钟可交替开启(自动照明功能指示符显示)及解除(自动照明功能指示符不显示)自动照明功能。
- 自动照明功能经开启后，自动照明功能指示符会显示在所有模式中。

电源

本表配备有一个太阳能电池及一个能储存由太阳能电池产生的电能的特殊充电电池(二次电池)。下图说明充电时应如何放置手表。

范例：将表面对准光源。

- 右图所示为树脂表带手表的摆放方法。
- 请注意，若有部分太阳能电池被衣服等遮挡，充电效率则会降低。
- 平时应尽可能将手表露在衣袖之外。表面有部分被遮挡时充电效率会显著下降。



重要！

- 将手表长期存放在暗处或配戴时手表被遮挡而照不到光线会使充电电池的电量耗尽。平时请尽可能让手表照到明亮的光线。
- 本表使用一个特殊充电电池储存由太阳能电池产生的电能，因此通常电池不需要定期更换。但经长期使用后，充电电池的充电能力会逐渐降低以致无法将电充满。当您发现此特殊充电电池无法充满电时，请与您的销售店或CASIO经销商联系电池更换事宜。
- 切勿自行取出或更换手表的特殊电池。使用其他类型的电池会损坏手表。
- 当电池电量下降至第 4 级及更换电池之后，当前时间及所有其他设定均会返回至其出厂初始缺省设定。
- 要长期存放手表时，请开启节电功能并将手表放在平时能照到明亮光线的地方。如此可防止充电电池的电量耗尽。

电池电量指示符及恢复指示符

电池电量指示符表示充电电池目前的电量水平。

| 电量级数 | 电池电量指示符 | 功能状态 |
|------|---------|------------------------------|
| 1 | | 所有功能均可使用。 |
| 2 | | 所有功能均可使用。 |
| 3 | | 闹铃、整点响报、照明、自动照明功能以及显示画面无法使用。 |
| 4 | | 包括计时在内的所有功能均无法使用并被初始化。 |

- 充电指示符(CHG)会在电池电量为第 3 级时闪烁，表示电池的电力已至非常低，必须尽快将手表放在亮光下进行充电。
- 当电池电量下降到第 4 级时，所有功能都会停止，并且设定会返回至其出厂初始缺省设定。充电电池经充电后各功能会再次启动，但在电池电量从第 4 级回升至第 3 级(由闪烁的充电指示符表示)后需要设定时间及日期。电量一旦下降至第 4 级，直到回升至第 2 级(无充电指示符表示)为止所有其他设定均无法配置。
- 在直射阳光或其他一些强光的照射下，电池电量指示符可能会暂时表示一个比实际电量水平高的级数。数分钟后正确的电池电量级数会出现。
- 若在短时间内多次使用照明或闹铃，恢复指示符(RECOV)便会出现，并且直到电池电量恢复为止，下列操作将无法执行。

照明

闹铃

片刻后电池电量会恢复，恢复指示符消失时表示上述功能可恢复使用。

充电须知

有些充电环境会使手表变得非常发热。对充电电池进行充电时，请避免将手表放在下述地方。同时还请注意，手表温度过高会使其液晶显示屏熄灭。手表温度降低后LCD的显示会再次恢复正常。

警告！

将手表放置在亮光下对充电电池进行充电会使手表变得发热。接触手表时请小心以免烫伤。尤其长时间置于下述环境中时，手表会变得极为烫热。

- 停在直射阳光下的汽车中的仪表板上
- 白炽灯的近旁
- 直射阳光下

充电指南

充满电后计时可连续运作最长约 11 个月。

- 下表列出了为补充通常运作一天所消耗的电能，手表需要照射光线的时间长度。

| 曝光度(亮度) | 大约曝光时间 |
|---------------------|--------|
| 室外阳光下(50,000 lux) | 4 分钟 |
| 有阳光的窗口下(10,000 lux) | 19 分钟 |
| 阴天的窗口下(5,000 lux) | 29 分钟 |
| 室内日光灯光下(500 lux) | 5 小时 |

- 规格中含有所有详细的技术资料。
 - 画面每天显示 18 个小时、休眠 6 个小时
 - 每天点亮照明一次(1.5 秒)
 - 闹铃每天鸣响 10 秒
- 经常充电可保证本表运作的稳定性。

恢复时间

下表列出了电池电量升高一级所需要的曝光时间。

| 曝光度(亮度) | 大约曝光时间 | | | |
|---------------------|--------|--------|-------|-------|
| | 第 4 级 | 第 3 级 | 第 2 级 | 第 1 级 |
| 室外阳光下(50,000 lux) | 2 小时 | 22 小时 | 6 小时 | --- |
| 有阳光的窗口下(10,000 lux) | 5 小时 | 109 小时 | 30 小时 | --- |
| 阴天的窗口下(5,000 lux) | 9 小时 | 220 小时 | 61 小时 | --- |
| 室内日光灯光下(500 lux) | 101 小时 | --- | --- | --- |

- 上示曝光时间仅为参考值。实际需要的曝光时间依光线条件而不定。

参考资料

本节更为详细地介绍有关操作本表的详情及技术资料，其中还包括本表的各种功能及特长的重要须知及注意事项。

节电功能

经开启后，节电功能会在手表处于黑暗中经过一定时间后自动使手表进入休眠状态。下表介绍节电功能对手表各功能的影响。



节电指示符

| 处于暗处的时间 | 显示 | 操作 |
|------------|-------------------------|----------------|
| 60 至 70 分钟 | 画面显示空白，休眠指示符(P.SAVE)闪烁 | 除显示画面外，所有功能均正常 |
| 6 或 7 天 | 画面显示空白，休眠指示符(P.SAVE)不闪烁 | 鸣音、照明及显示画面停止动作 |

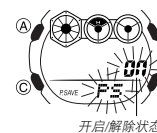
- 将手表戴在衣袖内会使其进入休眠状态。
- 在上午 6:00 至下午 10:59 之间时手表不会进入休眠状态。但若手表已处于休眠状态时时间到达上午 6:00，则手表将保持休眠状态。

如何解除休眠状态

执行下述任何操作之一。

- 将手表移至亮光的地方。
- 按任意按钮。
- 将手表面向您转动。

如何开启及解除节电功能



开启/解除状态

1. 在计时模式中，按住 **A** 按钮直到城市代码开始闪烁。此表示现已进入设定画面。
 2. 按 **C** 按钮九次直到节电功能开启/解除画面出现。
 3. 按 **D** 按钮开启(ON)及解除(OFF)节电功能。
 4. 按 **A** 按钮退出设定画面。
- 节电功能经开启后，节电指示符(P.SAVE)会表示在所有模式中。

画面的自动返回

- 在闹铃模式中，若不执行任何操作经过两或三分钟，手表会自动返回至计时模式。
- 当其设定在显示画面中闪烁时，若不执行任何操作经过两或三分钟，手表会自动退出设定画面。

选择

B 按钮及 **D** 按钮用于在各模式及设定画面中切换数据。在大多数情况下，选择操作过程中按住此二按钮可高速切换数据。

初始画面

进入世界时间模式或闹铃模式时，上次退出该模式时显示的数据会首先出现。

计时模式

- 将秒数复位至 00 时, 若目前秒数值在 30 至 59 之间, 则分数值会增加 1; 若目前秒数值在 00 至 29 之间, 则分数值会保持不变。
- 星期会自动根据日期(年、月、日)设定显示。
- 年份可在 2000 年至 2099 年之间设定。
- 本表的内置全自动日历能自动进行长短月及闰年的调整。日期一旦设定, 除更换手表电池之后或电池电量下降至第 4 级之后以外无须变更。
- 计时模式及世界时间模式中的所有城市代码的当前时间均以本地城市的时间设定为基准, 并根据各城市的格林威治标准时间(GMT)差计算而来。
- GMT 时差是由本表根据协调世界时(UTC)数据计算而来。
- * UTC 是世界通用的科学计时标准。该时间使用原子(铯)时钟精心保持计时, 计时精确, 误差在微秒之内。UTC 以英国的格林威治为基准点, 通过添减闰秒保持与地球自转的同步。

12 小时/24 小时制

您在计时模式中选择的 12 小时/24 小时制亦会被所有其他模式采用。

- 选用 12 小时制时, 在正午至下午 11:59 之间下午指示符(P)会显示在画面中, 而在午夜至上午 11:59 之间没有指示符表示。
- 选用 24 小时制时, 时间在 0:00 至 23:59 之间显示, 没有任何表示上午或下午的指示符显示。

照明须知

- 本表的电子荧光板经长期使用后会失去照明能力。
- 在直射阳光下, 照明可能会难以看到。
- 在照明点亮时, 本表有可能会发出响声。这是由于电子荧光板点亮的震动引起, 纯属正常现象, 并不表示本表有故障。
- 闹铃鸣响时, 照明会自动关闭。
- 频繁使用照明会很快将电池耗尽。

自动照明功能须知

- 当电池电量下降至第 3 级时, 自动照明功能会自动关闭。
- 将本表戴在手腕的内侧及您手臂的摆动或震动都可能使自动照明功能频繁动作而点亮显示画面。为避免耗尽电池, 每当进行可能会使照明频繁点亮的活动前, 请将自动照明功能关闭。
- 请注意, 在自动照明功能开启的情况下, 将手表戴在衣袖下会使照明频繁点亮并将电池耗尽。

15 度以上



- 若表面相对于平行地面向上或向下倾斜超过 15 度, 照明有可能不会点亮。必须保持您的手臂与地面平行。
- 即使保持手表面向您, 照明亦会在预设照明持续时间(请参阅“如何设定时间及日期”一节)经过后关闭。
- 静电或磁力会干扰自动照明功能的正常动作。若照明不点亮, 请将手表移回原位(与地面平行)并再次转向您。照明仍不点亮时, 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, 将手表表面转向您约一秒钟后照明才会点亮。这并不表示自动照明功能出现了问题。
- 前后晃动手表时您可能会听到有非常轻微的喀嚓声从手表中发出。此响声由自动照明功能的机械动作所产生, 并不表示本表有问题。

City Code Table

| City Code | City | GMT Differential | Other major cities in same time zone |
|-----------|----------------|------------------|--|
| --- | | -11.0 | Pago Pago |
| HNL | Honolulu | -10.0 | Papeete |
| ANC | Anchorage | -09.0 | Nome |
| LAX | Los Angeles | -08.0 | San Francisco, Las Vegas, Vancouver, Seattle/Tacoma, Dawson City |
| DEN | Denver | -07.0 | El Paso, Edmonton |
| CHI | Chicago | -06.0 | Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans, Mexico City, Winnipeg |
| NYC | New York | -05.0 | Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota |
| CCS | Caracas | -04.0 | La Paz, Santiago, Port Of Spain |
| RIO | Rio De Janeiro | -03.0 | Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo |
| --- | | -02.0 | |
| --- | | -01.0 | Praia |
| GMT | | +00.0 | Dublin, Lisbon, Casablanca, Dakar, Abidjan |
| LON | London | | |
| PAR | Paris | | |
| BER | Berlin | +01.0 | Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm |
| ATH | Athens | | Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town |
| CAI | Cairo | +02.0 | |
| JRS | Jerusalem | | |
| JED | Jeddah | +03.0 | Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi, Moscow |
| THR | Tehran | +03.5 | Shiraz |
| DXB | Dubai | +04.0 | Abu Dhabi, Muscat |
| KBL | Kabul | +04.5 | |
| KHI | Karachi | +05.0 | Male |
| DEL | Delhi | +05.5 | Mumbai, Kolkata |
| DAC | Dhaka | +06.0 | Colombo |
| RGN | Yangon | +06.5 | |
| BKK | Bangkok | +07.0 | Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane |
| HKG | Hong Kong | +08.0 | Singapore, Kuala Lumpur, Beijing, Taipei, Mania, Perth, Ulaanbaatar |
| SEL | Seoul | +09.0 | Pyongyang |
| TYO | Tokyo | | |
| ADL | Adelaide | +09.5 | Darwin |
| SYD | Sydney | +10.0 | Melbourne, Guam, Rabaul |
| NOU | Noumea | +11.0 | Port Vila |
| WLG | Wellington | +12.0 | Christchurch, Nadi, Nauru Island |

- Based on data as of June 2004.