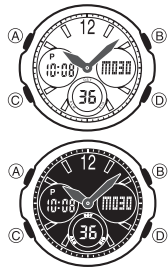


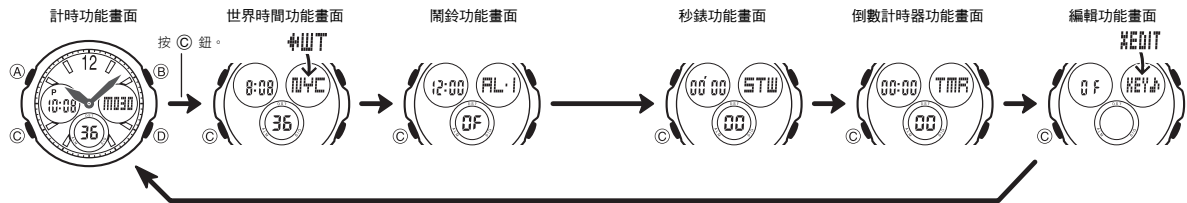
## 有關本說明書



- 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。
- 為了簡便起見，在本說明書的解說圖中沒有手錶的指針。
- 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

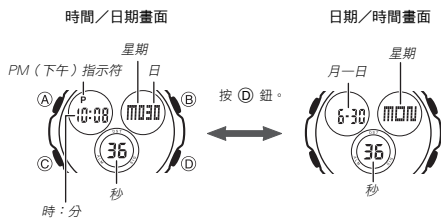
- 按 **C** 鈕可選換各功能畫面。
- 在任意功能畫面（設定畫面除外）顯示時，按住 **B** 鈕兩秒鐘可點亮照明。



## 計時功能

本錶設有數字及指針計時二種相互獨立的計時功能。設定數字時間及指針時間的操作步驟是不同的。

- 在計時功能中，按 **D** 鈕可交替選換時間／日期畫面及日期／時間畫面。



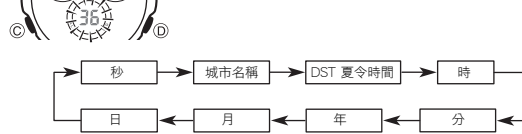
請在設定數字時間及日期前閱讀此節！

計時功能及世界時間功能中的時間相互聯繫。因此，在設定時間及日期前，必須先為本錶選設居住城市（即您通常使用本錶的城市）。

- 在計時功能畫面顯示時，按 **A** 鈕可查閱目前的居住城市設定。
- 有關城市名稱的詳情，請參閱“City Code Table”（城市名稱表）。

### 數字時間及日期的設定

- 在計時功能畫面顯示時，按住 **A** 鈕直至秒數位開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 按 **C** 鈕依照下示順序選換要設定的項目（閃動）。



- 選擇要更換的設定項目後（閃動），使用 **D** 鈕及 **B** 鈕如下所示更換設定值。

畫面顯示	目的：	操作：
00	將秒數復位至 00	按 <b>D</b> 鈕。
T40	選換城市名稱	使用 <b>D</b> （向東）鈕及 <b>B</b> （向西）鈕。
GF	交替選換夏令時間 (DT) 或標準時間 (ST)	按 <b>D</b> 鈕。
10:58	選換時數或分數	使用 <b>D</b> (+) 鈕及 <b>B</b> (-) 鈕。
2008	選換年	使用 <b>D</b> (+) 鈕及 <b>B</b> (-) 鈕。
6:30	選換月或日	

- 有關 DST 夏令時間設定的詳情，請參閱“數字時間的夏令時間 (DST) 設定”一節說明。

- 按 **A** 鈕退出設定畫面。
  - 在將秒數復位至 00 時，若秒數值是於 30-59 之間，與秒數值同至 00 的同時，分數值亦會加 1。若秒數值是於 00-29 之間，分數值則保持不變。
  - 年數可在 2000 年至 2099 年間設定。
  - 本錶設有全自動日曆，其可自動調整長短月及閏年的日期。日期一旦設定，除更換本錶的電池之後以外，無需再次調整。
  - 星期會根據您所設定的日期（年、月、日）自動進行設定調整。
  - 1 至 9 的日期之前將被添加一個前置零。
- 例如：每月的 1 日將顯示為 01。

## 數字時間的夏令時間 (DST) 設定

夏令時間比標準時間快一小時。注意並非所有國家或地區都使用夏令時間。

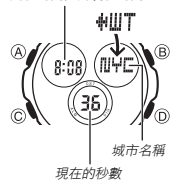
### 如何為計時功能的數字時間選換夏令時間及標準時間

- 在計時功能畫面顯示時，按住 **A** 鈕直至秒數位開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 按 **C** 鈕兩次顯示 DST 夏令時間設定畫面。
- 按 **D** 鈕交替選換夏令時間 (DT) 或標準時間 (ST)。
- 按 **A** 鈕退出設定畫面。

開啟 / 解除狀態

## 世界時間功能

所選城市  
所在時間區的現在時間



本錶的世界時間功能可顯示 48 個城市（29 個時間區）的時間。

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

### 查閱各城市的時間

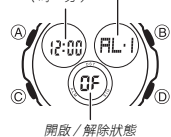
- 顯示世界時間功能畫面後，按 **D** 鈕可向東選換城市名稱。
- 有關城市名稱的詳情，請參閱“City Code Table”（城市名稱表）。
- 若所選城市的時間不正確，請檢查本錶的計時功能中的時間、居住城市的名稱是否正確。如有需要請進行適當的更改。

### 如何為各城市選換標準時間及夏令時間

- 顯示世界時間功能畫面後，使用 **D** 鈕將您要改設其標準時間 / 夏令時間設定的城市名稱（時間區）顯示在畫面中。
- 按住 **A** 鈕約一秒交替選設夏令時間 (DST 夏令時間指示符顯示) 或標準時間 (DST 夏令時間指示符消失)。
- 為某城市設定夏令時間後，在顯示其城市名稱時，DST 指示符會出現顯示。
- 夏令 / 標準時間的設定只會對目前在畫面中顯示的城市有效，對於其他城市無效。
- 當顯示的城市代碼是在計時功能中目前被選作居住城市的代碼時，不能選換夏令時間及標準時間。要改變居住城市的 DST 設定時，請使用“數字時間及日期的設定”一節中的操作步驟。

## 鬧鈴功能

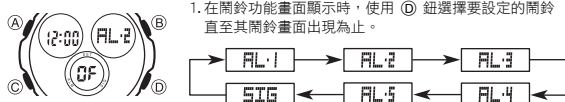
鬧鈴編號  
鬧鈴時間  
(時:分)



本錶設有五個可單獨使用的每日鬧鈴。鬧鈴功能經開啟後，本錶在到達預設的鬧鈴時間時會發出鬧鈴音。

- 您還可以開啟整點響報功能，使本錶在每小時正點鳴音二次。
- 鬧鈴功能共有六個畫面。五個鬧鈴畫面（由 FL-1 至 FL-5 的編號來表示），及一個整點響報畫面（由 STG 表示）。
- 本節中的操作都必須在鬧鈴功能畫面中執行。請按 **C** 鈕進入該畫面。
- 可以從三種鬧鈴音式樣之中任選其一。

## 如何設定鬧鈴時間



1. 在鬧鈴功能畫面顯示時，使用 **(D)** 鈕選擇要設定的鬧鈴直至其鬧鈴畫面出現為止。

- 要設定鬧鈴時，顯示鬧鈴編號為 AL-1 至 AL-5 的畫面之一。
- 2. 選擇要設定的鬧鈴後，按住 **(A)** 鈕直至鬧鈴時間的時數位在畫面中閃動。此表示現已進入設定畫面。
  - 此時鬧鈴會自動開啟。
- 3. 按 **(C)** 鈕選擇時數位或分數位。
- 4. 選擇了要設定的項目後，使用 **(D)** 鈕及 **(B)** 鈕更改閃動中的設定值。
  - 使用 12 小時制設定鬧鈴時間時，注意鬧鈴時間的上午（無指示符）及下午（指示符 **P**）的設定是否正確。
- 5. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。

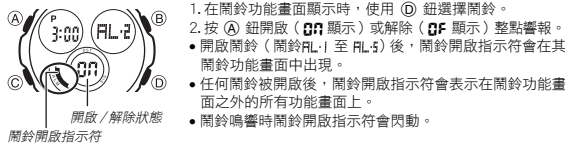
## 鬧鈴操作

每當到達鬧鈴時間時，無論手錶處於何種功能畫面，鬧鈴均會鳴響約 10 秒。  
• 按任意鈕可在鬧鈴開始鳴響後停止鬧鈴音。

## 試聽鬧鈴的鳴音

顯示鬧鈴功能畫面後，按住 **(D)** 鈕可使鬧鈴鳴響。  
• 鬧鈴將以目前選擇的鳴音式樣鳴響。

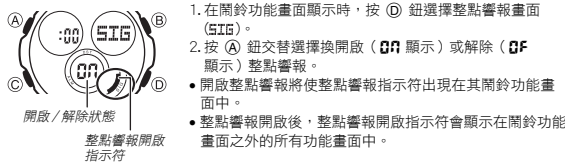
## 如何開啟及解除鬧鈴



鬧鈴開啟指示符

1. 在鬧鈴功能畫面顯示時，使用 **(D)** 鈕選擇鬧鈴。
2. 按 **(A)** 鈕開啟 (**ON** 顯示) 或解除 (**OFF** 顯示) 整點響報。
  - 開啟鬧鈴（鬧鈴 AL-1 至 AL-5）後，鬧鈴開啟指示符會在其鬧鈴功能畫面中出現。
  - 任何鬧鈴被開啟後，鬧鈴開啟指示符會表示在鬧鈴功能畫面之外的所有功能畫面上。
  - 鬧鈴鳴響時鬧鈴開啟指示符會閃動。

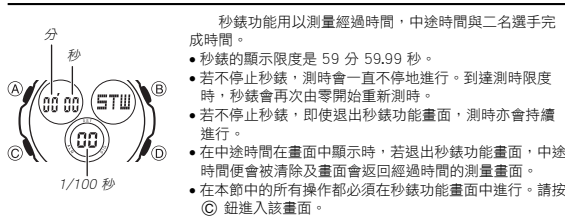
## 如何開啟及解除整點響報



整點響報開啟指示符

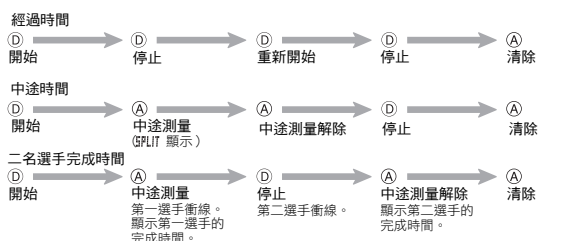
1. 在鬧鈴功能畫面顯示時，按 **(D)** 鈕選擇整點響報畫面 (**SIG**)。
2. 按 **(A)** 鈕交替選擇換開啟 (**ON** 顯示) 或解除 (**OFF** 顯示) 整點響報。
  - 開啟整點響報將使整點響報指示符出現在其鬧鈴功能畫面中。
  - 整點響報開啟後，整點響報開啟指示符會顯示在鬧鈴功能畫面之外的所有功能畫面中。

## 秒錶功能

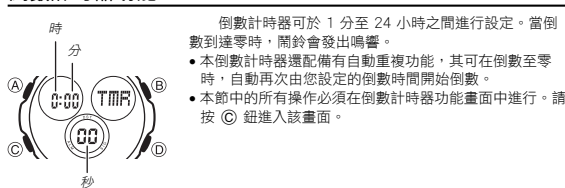


秒錶功能用以測量經過時間，中途時間與二名選手完成時間。  
• 秒錶的顯示限度是 59 分 59.99 秒。  
• 若不停止秒錶，測時會一直不停地進行。到達測時限度時，秒錶會再次由零開始重新測時。  
• 若不停止秒錶，即使退出秒錶功能畫面，測時亦會持續進行。  
• 在中途時間在畫面中顯示時，若退出秒錶功能畫面，中途時間便會被清除及畫面會返回經過時間的測量畫面。  
• 在本節中的所有操作都必須在秒錶功能畫面中進行。請按 **(C)** 鈕進入該畫面。

## 如何使用秒錶測量時間



## 倒數計時器功能

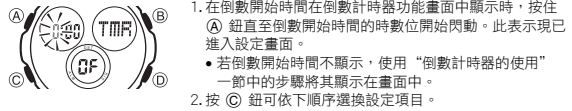


倒數計時器可於 1 分至 24 小時之間進行設定。當倒數到達零時，鬧鈴會發出鳴響。  
• 本倒數計時器還配備有自動重複功能，其可在倒數至零時，自動再次由您設定的倒數時間開始倒數。  
• 本節中的所有操作必須在倒數計時器功能畫面中進行。請按 **(C)** 鈕進入該畫面。

## 倒數計時器的使用

- 顯示倒數計時器功能畫面後，按 **(D)** 鈕，倒數計時器便會開始倒數。
- 在自動重複功能解除時，鬧鈴會在倒數到零時發出約 10 秒的鳴音。此時按任何鈕都可停止鳴音。鬧鈴鳴響停止後，倒數時間會自動返回最初設定的開始時間。
  - 在自動重複功能開啟時，倒計時會在倒數至零後立即自動重新開始倒數。當倒數至零時，鬧鈴會發出鳴音。
  - 若用戶不自行停止倒數的運作，即使退出倒數計時器功能畫面，倒數計時亦會繼續運作。
  - 在倒數正在進行時，按 **(D)** 鈕可暫停倒數。再次按 **(D)** 鈕又可重新開始倒數。
  - 若要完全停止倒數，首先暫停倒數（按 **(D)** 鈕），然後再按 **(A)** 鈕。此時，倒數時間會返回最初設定的開始時間。

## 如何設定倒數計時器



1. 在倒數開始時間在倒數計時器功能畫面中顯示時，按住 **(A)** 鈕直至倒數開始時間的時數位開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
  - 若倒數開始時間不顯示，使用“倒數計時器的使用”一節中的步驟將其顯示在畫面中。
2. 按 **(C)** 鈕可依下順序選擇設定項目。



3. 在設定閃動時，使用 **(D)** 鈕及 **(B)** 鈕如下所示更改設定值。

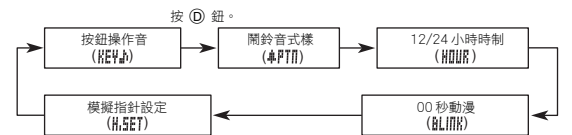
畫面顯示	目的：	操作：
0:00	更改時或分數	使用 <b>(D)</b> (+) 及 <b>(B)</b> (-) 鈕。
OFF	交替開啟 ( <b>ON</b> ) 及解除 ( <b>OFF</b> ) 自動重複功能	按 <b>(D)</b> 鈕。

- 若將倒數開始時間設為 24 小時，請設定 **0:00**。
- 4. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。
- 該功能開啟後，自動重複功能開啟指示符 (**ON**) 會在倒數計時器功能畫面中顯示。
- 經常使用自動重複功能會縮短電池的壽命。

## 編輯功能

編輯功能畫面用於配置下列設定，或將這些設定返回至其初始出廠預設設定。

- 按鈕操作音開啟/解除
  - 鬧鈴音式樣
  - 12/24 小時制
  - 00 秒動漫開啟/解除
  - 模擬指針設定
- 將各設定復位為其初始出廠預設設定時，模擬指針設定不會改變。  
• 本節中的所有操作都必須在編輯功能畫面中執行。請按 **(C)** 鈕進入該畫面。  
• 按 **(D)** 鈕可以以下順序循環選擇各設定。



## 按鈕操作音

每當您按手錶上的任何按鈕時，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、整點響報及倒數計時器功能中的鬧鈴亦將正常鳴響。

## 如何開啟或解除按鈕操作音

- 開啟/解除狀態
1. 在編輯功能畫面顯示時，按 **(D)** 鈕顯示按鈕操作音選擇畫面。
  2. 按 **(A)** 鈕交替選擇開啟 (**ON**) 或解除 (**OFF**) 按鈕操作音。

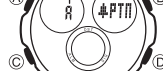


## 鬧鈴音的式樣

鬧鈴音可以從三種式樣 (**A**、**B** 及 **C**) 中選擇。  
• 要試聽目前的鬧鈴音式樣時，請參閱“試聽鬧鈴的鳴音”一節。

## 如何變更鬧鈴音的式樣

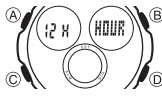
- 鬧鈴音式樣
1. 在編輯功能畫面顯示時，按 **(D)** 鈕顯示鬧鈴音式樣選擇畫面。
  2. 按 **(A)** 鈕改變設定。



## 12/24 小時制

您可以選擇 12 小時或 24 小時制計時。

### 如何選擇 12 小時或 24 小時制



1. 在編輯功能畫面顯示時，按 **(D)** 鈕顯示 12/24 小時制選擇畫面。
2. 按 **(A)** 鈕交替選擇 12 小時 (**12H**) 及 24 小時 (**24H**) 時制。
  - 使用 12 小時制時，正午至下午 11:59 之間 **P** 指示符將出現在畫面上，而在午夜至上午 11:59 之間沒有指示符表示。
  - 使用 24 小時制時，時間將在 0:00 至 23:59 之間表示，手錶不顯示上下午指示符。
  - 您選擇的 12 小時 / 24 小時制將適用於所有功能。

## 00 秒動漫

此設定用於開啟或解除動漫顯示。在計時功能（設定畫面除外）或世界時間功能中，每當秒數到達 00 時，動漫便會開始動作。

### 如何開啟或解除 00 秒動漫

開啟 / 解除狀態



1. 在編輯功能畫面顯示時，按 **(D)** 鈕顯示 00 秒動漫選擇畫面。
2. 按 **(A)** 鈕交替開啟 (**00**) 或解除 (**00**) 00 秒動漫。

## 指針時間的設定

當模擬指針指示的時間與數字畫面上表示的時間不一致時，請執行下述操作。

### 如何調整指針時間



1. 在編輯功能畫面顯示時，按 **(D)** 鈕顯示模擬指針設定畫面。
2. 按 **(A)** 鈕直至數字時間開始閃動。此表示現已進入指針設定畫面。
3. 按 **(D)** 鈕以 20 秒為單位向前調整指針時間。
  - 按住 **(D)** 鈕可以高速向前調整指針時間。

- 若指針時間設定需要大幅前進，則按住 **(D)** 鈕直至時間開始高速前進，然後按 **(B)** 鈕。此時指針被鎖定在高速轉動狀態，因此您可以鬆開這二個按鈕。直到您按下任意鈕為止，指針會持續高速轉動。時間前進 12 小時後或鬧鈴（每日鬧鈴，整點響報，或倒數計時鳴音）開始鳴響時指針也會自動停止。
- 4. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。
- 退出設定畫面時，分針會自動稍作調整以與手錶內部的秒數一致。

### 如何將所有編輯功能中的設定復位至其初始預設值

在編輯功能畫面顯示時，按住 **(B)** 鈕及 **(D)** 鈕約三秒鐘，直到 **RESET** 開始在畫面中閃動，並且手錶鳴音。

- 此時，所有編輯功能中的設定都將返回至其初始預設值。

按鍵操作音	<b>00</b>
鬧鈴音式樣	<b>R</b>
12/24 小時制	<b>12H</b>
00 秒動漫	<b>00</b>

## 參考資料

此節我們會講述更多有關操作本錶的詳情及技術資料，其中還包括本錶某些功能及特長的使用注意事項。

### 畫面的自動返回

- 在鬧鈴功能畫面或編輯功能畫面顯示時，若不作任何操作經過二或三分鐘，本錶會自動返回計時功能畫面。
- 在某數位或游標在畫面中閃動時，若不作任何操作經過二或三分鐘，本錶會自動儲存此時您已輸入的資料並且退出設定畫面。

### 資料的選擇

在各功能畫面及設定畫面中，使用 **(B)** 及 **(D)** 鈕可在畫面中選擇資料。通常在選擇資料時，分別按住此二鈕可以高速進行選擇。

### 初始畫面

每當進入計時、世界時間、鬧鈴或編輯功能畫面時，上次退出該功能時在畫面中顯示的資料會首先顯示。

### 世界時間功能

- 世界時間功能中的秒數與計時功能中的秒數同步。
- 世界時間功能中的所有時間都是使用 UTC 時差值，根據計時功能中居住城市的現在時間計算得出。
- UTC 時差是指，標準點英國格林威治與城市所在時間區之間的時差。
- “UTC”是 “Coordinated Universal Time (世界時間)” 的縮寫。它是世界通用的計時科學標準。該時間是使用經細心保存、精度為微秒的原子（鈹）時鐘得出。為了使 UTC 與地球自轉同步，須根據需要，加減閏秒以作調整。

### 照明須知

本錶使用一個 LED（發光二極管）提供照明，即使在黑暗中亦可使畫面明亮顯。在任意功能畫面（設定畫面除外）顯示時，按 **(B)** 鈕可點亮照明約兩秒鐘。

- 在直射陽光下，照明的光亮有可能會難以看到。
- 每當鬧鈴鳴響時，照明會自動熄滅。
- 經常使用照明會很快耗盡電池。

## City Code Table

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

\*Based on data as of December 2006.