

## 關於本說明書



4380 型號

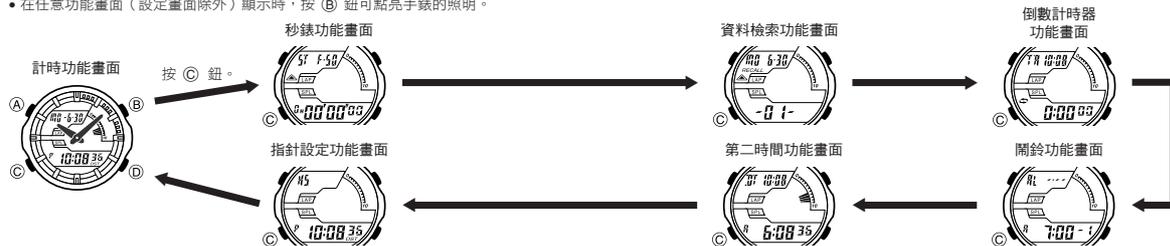
4396 型號

5048 型號

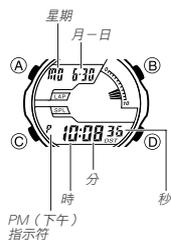
- 4380 型號手錶、4396 型號手錶與 5048 型號手錶的操作方法完全相同。本說明書中的所有插圖均表示的是 4380 型號手錶。
- 按鈕會以圖中所示的字母表示。
- 為簡便起見，本說明書中的示範畫面省略了手錶的模擬指針。
- 根據手錶型號，畫面顯示有白底黑字及黑底白字兩種。本說明書中的所有示範畫面均以白底黑字表示。
- 本說明書的每一節都會為您講述一種功能的操作。有關技術資料等詳情，請參閱“參考資料”中的說明。

## 部位說明

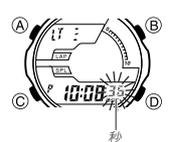
- 按 **C** 鈕可進行各功能畫面間的切換。
- 在任意功能畫面（設定畫面除外）顯示時，按 **B** 鈕可點亮手錶的照明。



## 計時功能



## 如何設定數字時間及日期

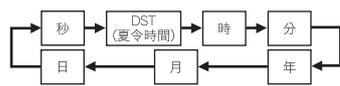


計時功能用以設定及查看現在時間及日期。本錶配備有相互獨立的數字及指針計時功能。設定數字時間與設定指針時間的操作步驟不同。

## 數字時間及日期的設定

計時功能畫面用於設定及查看現在數字時間及日期。設定數字時間時，還可以配置夏令時間（日光節約時間或 DST）設定。

1. 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。
2. 按 **C** 鈕依照下示順序選擇設定項目（閃動）。



3. 選擇了要變更的設定項目（閃動）後，用 **D** 鈕及 **B** 鈕如下所述改變設定值。

畫面：	目的：	操作：
35	將秒數復位至 00	按 <b>D</b> 鈕。
07	交替選擇夏令時間 (07) 及標準時間 (0F) 時制	按 <b>D</b> 鈕。
P 10:00	改變時或分數值	用 <b>D</b> (+) 鈕及 <b>B</b> (-) 鈕。
6:30	改變年數值	用 <b>D</b> (+) 鈕及 <b>B</b> (-) 鈕。
20 08	改變月或日數值	

4. 按 **A** 鈕退出設定畫面。
  - 星期會根據您所設定的日期（年、月及日）自動進行設定調整。
  - 任何時候秒數有變更時，模擬指針將自動相應調整。
  - 有關 DST 夏令時間設定的詳情請參閱下述“夏令時間 (DST) 設定”一節。

## 如何選擇 12 小時及 24 小時時制

- 在計時功能畫面顯示時，按 **D** 鈕可選擇 12 小時及 24 小時制顯示時間。
- 選用 12 小時時制時，在正午至午夜 11:59 之間 P (下午) 指示符會出現在時數的左側，而在午夜至正午 11:59 之間 A (上午) 指示符會出現在時數的左側。
  - 選用 24 小時時制時，時間在 0:00 至 23:59 之間表示，沒有表示上午或下午的指示符顯示。
  - 您在計時功能中選擇的 12 小時 / 24 小時時制將適用於所有其他功能。
  - 在倒數計時器及第二時間功能畫面中有計時功能的時間顯示時，A 及 P 指示符不出現。

## 夏令時間 (DST) 設定

夏令時間（日光節約時間）比標準時間快 1 個小時。請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擇夏令時間及標準時間



1. 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。
  2. 按 **C** 鈕一次顯示 DST 夏令時間設定畫面。
  3. 按 **D** 鈕交替選擇夏令時間 (07 顯示) 及標準時間 (0F 顯示)。
  4. 按 **A** 鈕退出設定畫面。
- DST 指示符將出現在計時、鬧鈴及指針設定功能畫面上，表示夏令時間已開啟。

## 指針時間的設定

當由指針指示的時間與數字畫面上顯示的時間不一致時請執行下述操作。

## 如何調整指針時間



1. 在計時功能畫面顯示時，按 **C** 鈕六次進入指針設定功能畫面。
2. 按住 **A** 鈕直至數字時間開始閃動，此表示現已進入設定畫面。
3. 用 **D** 鈕調整指針時間。
  - 按 **D** 鈕一次可使指針前進 20 秒鐘。
  - 按住 **D** 鈕可使指針高速前進。

- 按住 **D** 鈕使指針開始高速前進後，按 **B** 鈕可將指針鎖定在高速前進狀態。指針將持續前進 12 小時後停止，您也可以通過按任意鈕隨時將其停止。
  - 時間前進 12 小時後或鬧鈴（每日鬧鈴、整點響報或倒數計時器響報）開始鳴響時，高速前進的指針將自動停止。
4. 按 **A** 鈕退出設定畫面。
    - 退出設定畫面時，分針將被微調以與秒數一致。
    - 要返回計時功能畫面時，請按 **C** 鈕。

## 秒錶功能



秒錶用於測量經過時間、間段時間、中途時間及兩名選手的完成時間。間段時間及中途時間可以保存在記憶體中。

- 秒錶的測時限是 99 小時 59 分 59 秒。
- 本節中的所有操作都必須在秒錶功能畫面中執行。請按 **C** 鈕進入該畫面。

## 註

- “間段時間”是指完成賽程的某個間段，如一個跑圈，所使用的時間。“中途時間”是指由起點到達賽程中某個中途點所使用的時間。
- 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 0 開始重新測時。
- 若不停止秒錶，即使退出秒錶功能畫面，測時仍將繼續進行。
- 有關秒錶測量的時間如何保存在記憶體中的說明，請參閱“記憶體管理”一節。

## 秒錶數字畫面的查看

手錶數字畫面的上部及下部所顯示的資訊依是否是在測量間段時間或中途時間而不同。

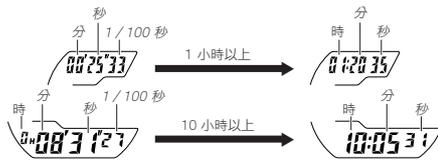
### 間段時間測量

畫面上部：間段時間  
畫面下部：經過時間

### 中途時間測量

畫面上部：間段時間  
畫面下部：經過時間（中途時間在存入記憶體時會在此處出現八秒鐘。）

- 有關各種測量的詳細說明，請參閱“如何測量帶間段時間的經過時間”及“如何測量帶中途時間的經過時間”各節。
- 無論是從間段時間畫面還是從中途時間畫面都可以開始經過時間的測量。進入秒錶功能畫面時，上次離開該功能時顯示的畫面（間段時間或中途時間）將首先出現。
- 在用秒錶測量經過時間的過程中，畫面上部開始時顯示分、秒及 1/100 秒數值。當畫面上部中的時間超過 60 分鐘後，變為顯示時、分及秒數值。
- 畫面下部在開始時會顯示時、分、秒及 1/100 秒數值。當畫面下部的時間超過 10 小時後，變為顯示時、分及秒數值。



## 如何測量經過時間

註

- 無論是從間段時間畫面還是從中途時間畫面都可開始執行下述操作。
- 按 (A) 鈕啟動秒錶。
- 再次按 (D) 鈕停止秒錶。
- 再次按 (D) 鈕又可重新恢復秒錶測時。
- 按 (A) 鈕將秒錶清除為全零。

## 如何測量帶間段時間的經過時間



- 當秒錶畫面顯示全零時，按 (A) 鈕顯示間段時間畫面（由  $\Delta$  / LAP 表示）。
  - 按 (D) 鈕開始測量經過時間。
    - 此時，畫面上部及下部將顯示相同的時間。
  - 按 (A) 鈕記錄第一個間段的時間。
    - 數字畫面上部中的現在間段時間會停止約八秒鐘，而總經過時間及下一個間段時間的測量在手錶內部繼續進行。同時，顯示的時間的間段編號會出現在數字畫面的下部。
    - 八秒鐘後，正在測量的經過時間再次出現在數字畫面的下部。
  - 反復執行第 3 步操作記錄其他間段時間。
  - 按 (D) 鈕停止秒錶。
  - 按 (A) 鈕將秒錶清除為全零。
- 每當您在上述操作的第 3 步按 (A) 鈕時，間段編號就會從 1 開始自動遞增。間段編號最大為 99。99 之後記錄間段時間將使間段編號再次從 00 開始計數。



## 如何測量帶中途時間的經過時間



- 當秒錶畫面顯示全零時，按 (A) 鈕顯示中途時間畫面（由  $\nabla$  / SPL 表示）。
- 按 (D) 鈕開始測量經過時間。
  - 此時，畫面上部及下部將顯示相同的時間。
- 按 (A) 鈕記錄第一個中途時間。
  - 畫面下部中的現在中途時間會停止約八秒鐘，而總經過時間、下一個間段時間及下一個中途時間的測量在手錶內部繼續進行。同時，顯示的時間的中途編號會出現在畫面的上部。
  - 八秒鐘後，正在測量的間段時間出現在畫面上部，而正在測量的經過時間再次出現在畫面下部。
- 反復執行第 3 步操作記錄其他中途時間。
- 按 (D) 鈕停止秒錶。
- 按 (A) 鈕將秒錶清除為全零。



- 每當您在上述操作的第 3 步按 (A) 鈕時，中途編號就會從 1 開始自動遞增。中途編號最大為 99。99 之後記錄中途時間將使中途編號再次從 00 開始計數。

## 如何測量第一及第二名選手的完成時間

- 當秒錶畫面顯示全零時，按 (A) 鈕顯示中途時間畫面（由  $\nabla$  / SPL 表示）。
- 按 (D) 鈕開始時間的測量。
- 當第一名選手衝線時按 (A) 鈕。
  - 數字畫面下部中第一選手的時間會停止約八秒鐘，之後畫面返回經過時間的測量。
- 當第二名選手衝線時按 (D) 鈕。
  - 第二名選手的時間顯示在畫面下部。
  - 第一名與第二名之間的時間差將顯示在畫面上部。
- 按 (A) 鈕將秒錶清除為全零。

## 記憶體管理

在秒錶功能中按 (D) 鈕開始一次新的經過時間測量時，手錶將建立一個新的日誌。日誌中含有日誌標題畫面，及在經過時間測量過程中記錄的所有間段或中途時間記錄。

- 手錶記憶體的存儲容量是 60 個記錄。
- 若記憶體中只有一個日誌，而您正在向此日誌中添加記錄時手錶記憶體存滿，則再次添加記錄會使該日誌中最舊的記錄自動被刪除，以為新記錄騰出空間。
- 若記憶體中有多個日誌，而您正在向其中一個日誌中添加記錄時手錶記憶體存滿，則添加另一個記錄將使記憶體中最舊的日誌及其所有記錄自動被刪除，以為新記錄騰出空間。

## 秒錶保存資料的方式

下表介紹當您執行秒錶按鍵操作時秒錶是如何保存資料的。

秒錶的按鍵操作	資料保存說明
在全零狀態下，按 (D) 鈕開始測時。	創建新日誌。保存按鍵按下時的日期及新日誌編號。
按 (A) 鈕顯示間段 / 中途時間。	每次按鍵操作都創建一個新記錄。每次按鍵按下時手錶保存該時段的間段 / 中途時間及總經過時間。
按 (D) 鈕停止經過時間的測量後按 (A) 鈕復位。	將經過時間復位為全零，但不記錄資料。

- 有關如何從記憶體查閱時間記錄的詳細說明，請參閱“資料檢索功能”一節。

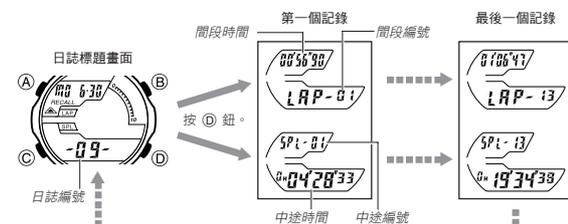
## 資料檢索功能



### 日誌標題畫面

### 如何查閱秒錶的時間記錄

- 在秒錶功能畫面顯示時，檢查並確認畫面顯示全零。
  - 若畫面不顯示全零，則復位秒錶。
- 用 (A) 鈕選擇間段時間畫面（查看間段時間記錄）或中途時間畫面（查看中途時間記錄）。
  - 要將在秒錶功能中保存的間段時間變換為中途時間時，請選擇中途時間畫面。
- 按 (C) 鈕進入資料檢索功能畫面。
- 用 (A) 鈕以從新至舊的順序選擇日誌標題畫面，直到要查看其記錄的日誌標題畫面出現為止。
- 按 (D) 鈕以從舊至新的順序選擇您在第 4 步中選擇的日誌中的記錄。

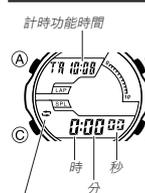


- 是否能查看間段時間記錄或中途時間記錄取決於您在上述第 2 步中選擇的畫面。

## 如何刪除日誌

- 在資料檢索功能畫面顯示時，顯示要刪除的日誌的標題畫面。
- 按住 (B) 鈕及 (D) 鈕直到  $\leftarrow$  / R 在畫面中停止閃動。
- 此時該日誌及其中所有記錄都被刪除。
- 刪除一個日誌將使所有較新的日誌（編號較大的日誌）前移，以填補出現的空白。所有較新日誌的編號都將減 1。例如，若記憶體中共有六個日誌（編號 01 至 06），當您刪除了日誌 03 時，以前編號為 04、05 及 06 的日誌的編號將變為 03、04 及 05。

## 倒數計時器功能



倒數計時器可在 1 分鐘至 24 小時的範圍內設定。倒數至零時手錶會發出開鈴音。

- 本倒數計時器還備有自動重複功能，倒數至零時，此功能可使手錶自動從最初設定的時間開始再次倒數。
- 本節中的所有操作都必須在倒數計時器功能畫面中執行。請按 (C) 鈕進入該畫面。

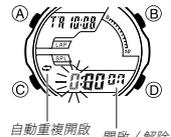
### 如何使用倒數計時器

顯示倒數計時器功能畫面後，按 (D) 鈕即可開始倒數計時器的操作。

- 在自動重複功能解除的情況下，倒數至零時開鈴音鳴響 10 秒鐘，此時按任意鈕可停止開鈴音。開鈴音停止鳴響後，倒數時間會自動返回原開始時間。

- 在自動重複功能開啟的情況下，倒數至零時倒數計時器將自動立即重新開始倒數。倒數至零時，開鈴音鳴響。
- 若不停止倒數，即使退出倒數計時器功能畫面，倒數計時器仍會繼續測時。
- 當倒數計時正在進行時，按 (D) 鈕可暫停倒數。再次按 (D) 鈕又可重新恢復倒數。
- 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。

### 如何配置倒數開始時間及自動重複設定



- 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。  
 ●若倒數開始時間沒有出現，使用“如何使用倒數計時器”一節中的操作將其顯示。
- 按 (C) 鈕依照如下所示順序選擇項目（閃動），並選擇要變更的設定。



- 根據目前在畫面上選擇的設定執行下述操作。
  - 當開始時間設定閃動時，用 (D) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕進行變更。
  - 要指定 24 小時時，請設定 0:00。
  - 自動重複功能的開啟/解除設定 (00 或 0F) 閃動時，按 (D) 鈕交替開啟 (00) 及解除 (0F) 該功能。
- 按 (A) 鈕退出設定畫面。
- 自動重複功能開啟後，自動重複開啟指示符 ( ) 會顯示在倒數計時器功能畫面上。
- 經常使用自動重複功能及鬧鈴會很快耗盡電池電量。

### 鬧鈴功能



您可用時、分、月及日分別設定最多三個相互獨立的多功能鬧鈴。鬧鈴功能經開啟後，本錶在到達預設的時間時會發出鳴響。3 個鬧鈴中 1 個可設為間歇鬧鈴或一次鳴響鬧鈴，其他 2 個則只可作為一次鳴響鬧鈴使用。

本錶還配備整點響報功能，開啟該功能後，本錶會在每小時整點時發出 2 聲鳴響。

- 本錶的 3 個鬧鈴均配有 1 至 3 的編號。整點響報畫面則以 :00 表示。
- 本節中的所有操作都必須在鬧鈴功能畫面中執行。請按 (C) 鈕進入該畫面。

### 鬧鈴的種類

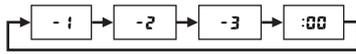
鬧鈴的種類取決於設定，如下所述。

- 每日鬧鈴**  
設定鬧鈴時間的時及分。此種設定使鬧鈴在每天到達您設定的時間時鳴響。
- 定日鬧鈴**  
設定鬧鈴時間的月、日、時及分。此種設定使鬧鈴在到達您指定的日期及時間時鳴響。
- 定月鬧鈴**  
設定鬧鈴時間的月、時及分。此種設定使鬧鈴僅在您設定的月份內，每天到達設定的時間時鳴響。
- 月次鬧鈴**  
設定鬧鈴時間的日、時及分。此種設定使鬧鈴在每月到達您設定的日期及時間時鳴響。

### 如何設定鬧鈴時間



- 顯示鬧鈴功能畫面後，使用 (D) 鈕選擇要設定的鬧鈴，直至其鬧鈴畫面出現為止。



- 鬧鈴 1 可設為間歇鬧鈴或一次鳴響鬧鈴。鬧鈴 2 及 3 只可作為一次鳴響鬧鈴使用。
  - 間歇鬧鈴會每隔 5 分鐘鳴響 1 次。
- 選擇了要設定的鬧鈴後，按住 (A) 鈕直至鬧鈴時間的時數在畫面中閃動。此表示現已進入設定畫面。
    - 此時該鬧鈴將自動開啟。
  - 按 (C) 鈕依照如下所示順序選擇設定（閃動）。



- 用 (D) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕改變閃動中的設定值。
  - 要設定不含月份的鬧鈴（每日鬧鈴，月次鬧鈴）時，請將月份設定為 -。月份閃動時，按 (D) 鈕及 (B) 鈕直到 - 記號出現（在 12 與 1 之間）。
  - 要設定不含日期的鬧鈴（每日鬧鈴，定月鬧鈴）時，請將日期設定為 -。日期閃動時，按 (D) 鈕及 (B) 鈕直到 - 記號出現（在月末與 1 之間）。
  - 在使用 12 小時制時，注意鬧鈴時間的上午 (A 指示符) 或下午 (P 指示符) 的設定必須正確。
- 按 (A) 鈕退出設定畫面。

### 鬧鈴的動作

每當到達鬧鈴時間時，鬧鈴會鳴響約 10 秒。間歇鬧鈴則會每隔 5 分鐘鳴響一次，總共重複 7 次。您可途中解除鬧鈴或將間歇鬧鈴改為一次鳴響鬧鈴。

- 鬧鈴及整點響報根據計時功能中的時間動作。

### 注意

- 按任何鈕都可停止鬧鈴鳴響。
- 在間歇鬧鈴的 5 分鐘間隔中，若進行下列操作，目前運作中的間歇鬧鈴會被解除。  
 顯示計時功能的設定畫面  
 顯示鬧鈴 1 的設定畫面

### 如何測試鬧鈴

顯示鬧鈴功能畫面後，按住 (D) 鈕可使鬧鈴鳴響。

### 如何設定鬧鈴 1 的動作

- 顯示鬧鈴功能畫面後，使用 (D) 鈕選擇鬧鈴 1。
- 按 (A) 鈕依照如下所示順序選擇設定項目。



- 有鬧鈴開啟後，相應的鬧鈴開啟指示符會在所有功能畫面中顯示。
- 間歇指示符會在鬧鈴停止鳴響的 5 分鐘間隔內閃動。
- 開啟間歇鬧鈴後，顯示鬧鈴 1 的設定畫面會自動解除間歇鬧鈴（將鬧鈴 1 改設為一次鳴響鬧鈴）。

### 如何開啟或解除鬧鈴 2 及 3



鬧鈴開啟指示符  
4380 型號

鬧鈴開啟指示符  
4396 型號

鬧鈴開啟指示符  
5048 型號

- 顯示鬧鈴功能畫面後，使用 (D) 鈕選擇 1 個一次鳴響鬧鈴（即鬧鈴 2 或 3）。
- 按 (A) 鈕開啟或解除顯示的鬧鈴。
- 開啟一次鳴響鬧鈴（鬧鈴 2 或 3）後，鬧鈴開啟指示符會在畫面中出現。
- 鬧鈴開啟指示符會在所有功能畫面中出現。
- 任何鬧鈴開啟後，鬧鈴開啟指示符會在所有功能畫面中顯示。

### 如何開啟或解除整點響報



整點響報開啟指示符  
4380 型號

整點響報開啟指示符  
4396 型號

整點響報開啟指示符  
5048 型號

- 顯示鬧鈴功能畫面後，用 (D) 鈕選擇整點響報。
- 按 (A) 鈕交替開啟或解除整點響報。
- 開啟整點響報後，整點響報開啟指示符會在畫面中出現。
- 整點響報開啟指示符會在所有功能畫面中顯示。

### 第二時間功能

計時功能時間 第二時間功能可為另一個不同的時區計時。您可以為第二時間選擇標準時間或夏令時間。

- 第二時間的秒數與計時功能中的秒數同步。



第二時間  
(時:分:秒)

### 如何設定第二時間

- 按 (C) 鈕進入第二時間功能畫面（第 Ch-7 頁）。
- 在第二時間功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕直到 DST 設定開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 按 (C) 鈕依照如下所示順序選擇設定（閃動）。



- 選擇了要變更的設定（閃動）後，用 (B) 鈕及 (D) 鈕如下所示改變設定值。

畫面：	目的：	操作：
	交替選擇夏令時間 (00) 及標準時間 (0F)。	按 (D) 鈕。
	改變時或分	用 (D) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕。

- 按 (A) 鈕退出設定畫面。
- DST 指示符出現在第二時間功能畫面上時，表示第二時間功能已啟用夏令時間。

### 照明

本錶的照明採用一塊 EL (電子螢光) 板，其可點亮整個顯示幕，即使在黑暗中亦可使畫面明亮易觀。

- 有關使用照明的其他重要資訊，請參閱“照明須知”一節中的說明。

### 如何點亮照明

在任意功能畫面（設定畫面除外）顯示時，按 (B) 鈕可點亮照明。

- 使用下述操作可將照明持續時間指定為 1.5 秒或 3 秒。按 (B) 鈕時，照明將按照照明持續時間設定點亮約 1.5 秒或 3 秒。

### 如何指定照明持續時間



- 在計時功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕直到秒數開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 秒數閃動過程中，按 (B) 鈕在 1.5 秒 (·) 與 3 秒 (:) 之間選擇照明持續時間。
- 按 (A) 鈕退出設定畫面。

## 參考資料

在此節中我們會講述更多有關操作本錶的詳細及技術資料，其中還包括有本錶各種功能及特長的使用注意事項。

### 畫面的自動返回

- 當某數位在畫面中閃動時，若不執行任何操作 經過 2 或 3 分鐘，本錶會自動儲存此時您輸入的資料並且退出設定畫面。
- 當資料檢索功能畫面、鬧鈴功能畫面或指針設定功能畫面顯示時，若不執行任何操作 經過 2 或 3 分鐘，手錶將自動返回計時功能畫面。

### 按鈕操作音



4380 型號



4396 型號



5048 型號

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，多功能鬧鈴及倒數計時器鬧鈴亦將正常鳴音。

### 如何開啟或解除按鈕操作音

在任意功能畫面（設定畫面除外）顯示時，按住 **ⓐ** 鈕可交替開啟（消音指示符消失）或解除（消音指示符出現）按鈕操作音。

- 按住 **ⓐ** 鈕開啟或解除按鈕操作音，還會使手錶的功能畫面改變。
- 當按鈕操作音被解除時，消音指示符會出現在所有功能畫面中。

### 選換

在各功能畫面及設定畫面中，使用 **ⓑ** 及 **ⓒ** 鈕可在畫面中選換資料。通常在選換資料時，分別按住此二鈕可以高速進行選換。

### 計時功能

- 在重設秒數時，若秒數值是於 30-59 之間，在秒數值回到 **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。
- 年份可在 2000 年至 2099 年間設定。
- 本錶內置有全自動日曆，其可自動調整長短月及閏年的時期。日期一旦設定，除更換手錶電池之後以外，無需再次調整。

### 照明須知

- 本錶的電子螢光板，經長期使用後會失去照明能力。
- 在陽光的直接照射之下，照明的光亮有可能難以看清。
- 在照明點亮時，本錶會發出響音。此是由於 EL 電子螢光板點亮時的振動所引起，純屬正常並非表示本錶發生了故障。
- 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。