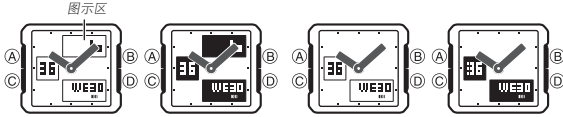


关于本说明书

- 根据手表的型号，显示屏上的文字显示有白底黑字及黑底白字两种，图示区也是有的型号有，有的型号没有。本用户说明书中的所有示范画面均以白底黑字表示，并有图示区。
- 按钮以图中所示的字母表示。
- 为简便起见，本说明书中的示范画面省去了手表的模拟指针。

有图示区

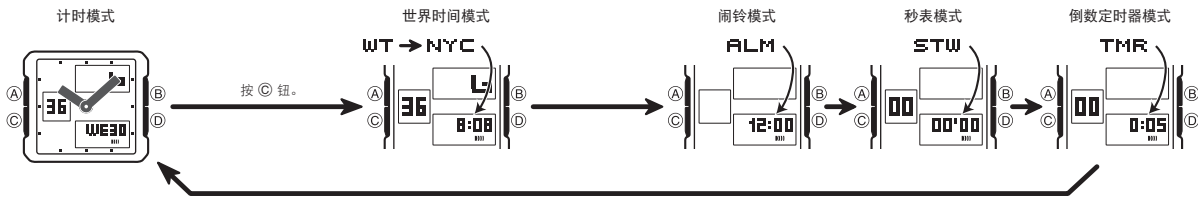
没有图示区



- 每一节都会介绍一种功能的操作。有关技术资料等详情请参阅“参考资料”一节。

部位说明

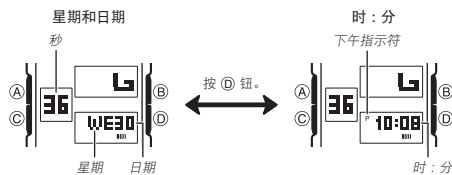
- 按 (C) 钮可切换各模式。
- 在任意模式中 (设定画面显示时除外)，按 (B) 钮可点亮照明。



计时

本表配备有相互独立的数字及指针计时功能。设定数字时间与设定指针时间的操作步骤不同。

- 在计时模式中，按 (D) 钮可切换下显示格式。

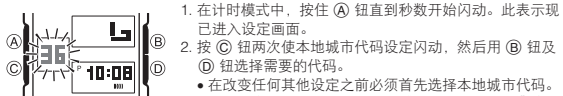


数字时间及日期

使用计时模式可以设定及查看现在时间和日期的数字显示。设定数字时间时，您还可以配置夏令时间 (日光节约时间或 DST)、本地城市代码 (您通常使用本表时所在城市的代码)、以及 12/24 小时制时的设定。

- 本表预设有一些城市代码，各城市分别代表其所在时区。设定数字时间时，选择正确的本地城市很重要。若您的居住地未包含在预设城市代码中，则选择与您的居住地时区相同的预设城市代码。
- 请注意，世界时间模式中各城市的时间都是根据您在计时模式中配置的数字时间及日期进行计算及显示。
- 正确设定了本地城市的时间及日期后，通过改变计时模式中的本地城市可以简单地使手表以其他城市的时间计时。

如何设定数字时间及日期



- 在计时模式中，按住 (A) 钮直到秒数开始闪动。此表示现已进入设定画面。
- 按 (C) 钮两次使本地城市代码设定闪动，然后用 (B) 钮及 (D) 钮选择需要的代码。
 - 在改变任何其他设定之前必须首先选择本地城市代码。
 - 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table” (城市代码表)。

- 按 (C) 钮依照下顺序选择项目 (闪动)。



- 要改变的设定闪动时，用 (D) 钮及 (B) 钮如下所述进行变更。

画面	目的：	操作：
36	将秒数复位至 00	按 (D) 钮。
OFF	交替选择夏令时间 (ON) 及标准时间 (OFF)	按 (D) 钮。
TYO	改变本地城市代码	用 (D) (向东) 钮及 (B) (向西) 钮。
10:08	改变时或分	用 (C) (+) 钮及 (B) (-) 钮。
12H	交替选择 12 小时 (12H) 及 24 小时 (24H) 时制	按 (D) 钮。
20 10	改变年	用 (D) (+) 钮及 (B) (-) 钮。
6:30	改变月或日	

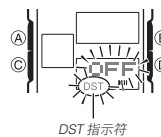
- 按 (A) 钮退出设定画面。

- 只复位秒数 (不改变 DST 夏令时间、本地城市代码、时或分的设定) 会使模拟分针自动调整。
- 有关夏令时间 (DST) 设定的详情，请参阅下述“数字时间的夏令时间 (DST) 设定”一节。
- 本表的所有其他模式都使用您在计时模式中选择的 12 小时 / 24 小时制。

数字时间的夏令时间 (DST) 设定

夏令时间 (日光节约时间) 比标准时间快 1 小时。注意并非所有国家或地区都使用夏令时间。

如何为计时模式的数字时间切换夏令时间及标准时间



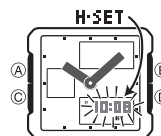
- 在计时模式中，按住 (A) 钮直到秒数开始闪动。此表示现已进入设定画面。
- 按 (C) 钮一次显示 DST 夏令时间设定画面。
- 按 (D) 钮交替选择夏令时间 (ON 显示) 及标准时间 (OFF 显示)。
- 按 (A) 钮退出设定画面。

- DST 指示符出现在计时模式画面上时表示已启用夏令时间。

指针时间的设定

当模拟指针指示的时间与数字画面上显示的时间不一致时请执行下述操作。

如何调整指针时间



- 在计时模式中，按住 (D) 钮约三秒钟直到画面右下角显示 H-SET 后再显示现在时间。此表示现已进入模拟指针调整模式。
- 按 (D) 钮以 20 秒为单位向前调整指针时间。
 - 按住 (D) 钮可使指针时间高速前进。
 - 若指针时间需要大幅向前调整，则按住 (D) 钮直到时间开始高速前进，然后按 (B) 钮。此时指针被锁定在高速转动状态，因此您可以松开按钮。直到您按下任意钮为止，指针会持续高速转动。时间前进 12 小时后或闹铃 (每日闹铃、整点响报或倒计时时鸣音) 开始鸣响时指针也会自动停止。

- 按 (A) 钮退出设定画面。

- 退出设定画面时，手表将自动稍微调整分针使其与内部的秒数一致。

世界时间

城市代码
WT → NYC

世界时间模式数字显示世界 48 个城市 (29 个时区) 的现在时间。

- 本节中的所有操作都必须在世界时间模式中进行。请按 **C** 键进入该模式。

如何查看各城市的时间
在世界时间模式中，按 **D** 键向东选择城市代码。

- 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table”（城市代码表）。
- 若某城市的时间不准，则可能说明计时模式的时间及 / 或本地城市设定有问题。请进入计时模式并做必要的调整。

所选城市的现在时间

如何选择各城市的标准时间及夏令时间

DST 指示符

- 在世界时间模式中，用 **D** 键显示要改变其标准时间 / 夏令时间设定的城市。
- 按住 **A** 键约一秒钟选择夏令时间 (DST 指示符出现) 及标准时间 (DST 指示符消失)。
- 已启用夏令时间的城市代码显示时，DST 指示符将出现在画面上。
- 请注意，DST 夏令时间 / 标准时间设定只对目前在画面中显示的城市有效，其他城市不受影响。

- 不能改变目前被选作本地城市的夏令时间 / 标准时间设定。
- 请注意，当 **UTC** 被选择为城市代码时不能选择标准时间及夏令时间。

闹铃

闹铃时间 (时:分)

闹铃开启指示符
整点响报开启指示符

本表配备每一个每日闹铃。闹铃经开启后，本表在到达预设的闹铃时间时会发出闹铃音。您还可以开启整点响报功能，使本表在每小时的正点鸣音两次。

- 按 **D** 键可循环选择闹铃及整点响报的设定组合。
- 本节中的所有操作都必须是在闹铃模式中进行。请按 **C** 键进入该模式。

如何设定闹铃时间

- 在闹铃模式中，按住 **A** 键直到闹铃时间的时数开始闪动。此表示已进入设定画面。
- 按 **C** 键在时与分之间切换设定 (闪动)。
- 用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键改变闪动中的设定值。

- 使用 12 小时制设定闹铃时间时，必须注意正确设定上午 (无指示符) 或下午 (P 指示符)。

4. 按 **A** 键退出设定画面。

闹铃的动作

无论手表的模式为何，每当到达预设时间时闹铃会鸣响约 20 秒钟。

- 闹铃及整点响报按照计时模式中的数字时间动作。
- 按任意键可在闹铃开始鸣响后停止闹铃音。

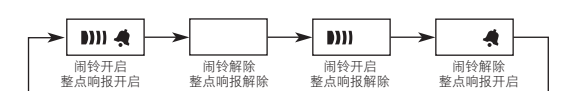
如何测试闹铃

在闹铃模式中，按住 **D** 键可使闹铃鸣响。

如何开启或解除闹铃及整点响报

- 在闹铃模式中，用 **D** 键可如下所示循环选择闹铃及整点响报的设定组合。

闹铃开启指示符
整点响报开启指示符



- 闹铃开启指示符和整点响报开启指示符显示在所有模式中。
- 闹铃鸣响时闹铃开启指示符闪动。

秒表

秒表用于测量经过时间、中途时间及两名选手的完成时间。

- 秒表的显示限度为 59 分 59.99 秒。
- 若不停止秒表，测时会一直不停地进行。到达测时限度时，秒表会再次由零开始重新测时。
- 若不停止秒表，即使退出秒表模式，测时仍会继续进行。
- 当中途时间正在画面中显示时，若退出秒表模式，手表将清除中途时间并返回经过时间的测量画面。
- 本节中的所有操作都必须是在秒表模式中进行。请按 **C** 键进入该模式。

如何使用秒表测时

经过时间
开始 (D) → 停止 (D) → 重新开始 (D) → 停止 (D) → 清除 (A)

中途时间
开始 (D) → 中途测量 (A) → 中途测量解除 (A) → 停止 (D) → 清除 (A)

两名选手的完成时间
开始 (D) → 中途测量 (A) → 停止 (D) → 中途测量解除 (A) → 清除 (A)

中途测量 第一选手冲线。显示第一选手的完成时间。
中途测量解除 显示第二选手的完成时间。

倒数定时器

倒数定时器可在 1 分钟至 24 小时的范围内设定。倒数至零时手表将发出闹铃音。

- 本节中的所有操作都必须是在倒数定时器模式中进行。请按 **C** 键进入该模式。

如何配置倒数定时器

- 在倒数定时器模式中，当倒数开始时间显示在画面上时，按住 **A** 键直到倒数开始时间开始闪动。此表示已进入设定画面。
- 若倒数开始时间未出现，请使用“如何使用倒数定时器”一节中的操作步骤将其显示。
- 按 **C** 键选择时数及分数 (闪动)。

时 ← → 分

3. 选择了要变更的设定 (闪动) 后，用 **B** 键及 **D** 键如所述改变设定值。

设定	画面	按钮操作
开始时间	0:05	使用 D (+) 键及 B (-) 键改变设定值。 开始时间可以以 1 分钟为单位在 1 分钟到 24 小时的范围内设定。

4. 按 **A** 键退出设定画面。

如何使用倒数定时器

在倒数定时器模式中，按 **D** 键可使倒数开始。

- 若不停止倒数，即使退出倒数定时器模式，倒数仍将继续进行。
- 当倒数计时正在进行时，按 **D** 键可暂停倒数。再次按 **D** 键又可重新恢复倒数。
- 要完全停止倒数计时时，请首先暂停倒数 (按 **D** 键)，然后再按 **A** 键。此时，倒数时间会返回至其初始值。

照明

本表采用 LED (发光二极管) 提供照明，在黑暗中可使画面明亮易观。

照明须知

- 在直射阳光下，照明的光亮有可能会难以看到。
- 闹铃鸣响时，照明会自动熄灭。
- 经常使用照明会缩短电池的供电时间。

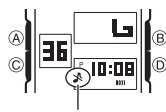
如何点亮照明

在任何模式中 (设定画面显示时除外)，按 **B** 键可点亮照明。

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讯，其中还包括本表各种功能及特长的
重要须知及注意事项。

按钮操作音



每当您按手表上的按钮之一时，按钮操作音便会鸣响。按钮操作音可以根据需要开启或解除。
 • 即使按钮操作音已被解除，闹铃、整点响报及倒数闹铃也都将正常动作。

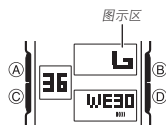
按钮操作音解除指示符

如何开启或解除按钮操作音

在任意模式（设定模式除外）中，按住 **C** 钮约三秒钟可开启或解除按钮操作音。
 • 按钮操作音被解除后，按钮操作音解除指示符显示在所有模式中。

图示区

本节中的说明仅适用于有图示区的手表型号。
 图示的含义依手表的型号而不同。



模式	图示区
计时	计时模式的秒数
世界时间	世界时间模式的秒数
闹铃	计时模式的秒数
秒表	秒表时间的 1/10 秒数
倒数定时器	倒数时间的秒数

画面的自动返回

当有数字在画面中闪动时，若不进行任何操作经过两或三分钟，手表将自动退出设定画面。

选换

在各种模式及设定画面中，使用 **B** 钮及 **D** 钮可以选换数据。通常在选换数据时，按住此二钮可高速选换。

初始画面

进入世界时间模式时，上次退出该模式时画面上显示的数据会首先出现。

计时

- 将秒数复位至 00 时，若秒数是在 30 至 59 之间，则分数值会加 1；若秒数是在 00 至 29 之间，则分数值保持不变。
- 选用 12 小时制时，在正午至午夜 11:59 之间 **P** (下午) 指示符会出现在画面上，而在午夜至正午 11:59 之间没有指示符出现。
- 选用 24 小时制时，时间在 0:00 至 23:59 之间表示，没有任何指示符显示。
- 年份可在 2000 年至 2099 年之间设定。
- 本表内置有全自动日历，其能自动调整长短月及闰年的日期。日期一旦设定，除更换手表电池之后以外无需再次调整。
- 星期根据日期（年、月、日）自动显示。

世界时间

- 世界时间模式中所有城市的现在时间都是以计时模式中的本地城市时间为基准，根据各城市的 UTC 时差计算而来。
- UTC 时差是指，基准点英国格林威治与各城市所在时区之间的时差。
- UTC 是“Coordinated Universal Time”（协调世界时）的缩写，是世界通用的科学计时标准。其由原子（铯）时钟精心保持计时，精度在微秒之内。UTC 须根据需要加减闰秒，以保持与地球自转同步。

规格

常温下的精确度：每月 ±30 秒

数字计时：时、分、秒、下午 (P)、日、星期

时制：12 小时及 24 小时制

日历：2000 年至 2099 年间的全自动日历

其他：两种画面格式（星期及日期，时：分）；本地城市代码（可从 48 个城市代码中选择）；夏令时间（日光节约时间）/ 标准时间

指针计时：时、分（指针每 20 秒钟转动一下）

世界时间：48 个城市（29 个时区）

其他：夏令时间（日光节约时间）/ 标准时间

闹铃：一个每日闹铃；整点响报

秒表

测量单位：1/100 秒

测量限度：59'59.99"

测量功能：经过时间，中途时间，两名选手的完成时间

倒数定时器

测量单位：1 秒

倒数限度：24 小时

输入范围：1 分钟至 24 小时（以 1 分钟为单位）

照明：LED（发光二极管）

电源：两个氧化银电池（型号：SR726W）

SR726W 型电池约可供电 2 年（假设闹铃每天鸣响 20 秒钟，照明每天点亮一次）

City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PPG	Pago Pago	-11
HNL	Honolulu	-10
ANC	Anchorage	-9
YVR	Vancouver	-8
LAX	Los Angeles	-8
YEA	Edmonton	-7
DEN	Denver	-7
MEX	Mexico City	-6
CHI	Chicago	-6
MIA	Miami	-5
YTO	Toronto	-5
NYC	New York	-5
SCL	Santiago	-4
YHF	Halifax	-4
YYT	St. Johns	-3.5
RIO	Rio De Janeiro	-3
RAI	Praia	-1
UTC		
LIS	Lisbon	0
LON	London	0
MAD	Madrid	0
PAR	Paris	0
ROM	Rome	0
BER	Berlin	0
STO	Stockholm	0
ATH	Athens	0
CAI	Cairo	0
JRS	Jerusalem	0

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
MOW	Moscow	+3
JED	Jeddah	+3
THR	Tehran	+3.5
DXB	Dubai	+4
KBL	Kabul	+4.5
KHI	Karachi	+5
DEL	Delhi	+5.5
DAC	Dhaka	+6
RGN	Yangon	+6.5
BKK	Bangkok	+7
SIN	Singapore	+7
HKG	Hong Kong	+8
BJS	Beijing	+8
TPE	Taipei	+8
SEL	Seoul	+9
TYO	Tokyo	+9
ADL	Adelaide	+9.5
GUM	Guam	+10
SYD	Sydney	+10
NOU	Noumea	+11
WLG	Wellington	+12

- Based on data as of June 2009.
- The rules governing global times (UTC offset and GMT differential) and summer time are determined by each individual country.