

感谢您选购 CASIO 手表。

用途

本表内置的传感器能测量方向、气压、温度及高度。测量结果由手表的秒针指示及数字画面显示。这些功能使本表在远足、登山、或进行其他户外活动时实用便利。

警告！

- 本表内置的测量功能不能用于需要专业或工业精度的测量。本表测量的数值只能当作有合理精确度的结果。
- 在进行登山或其他若迷失方向会导致重大危险或危及生命安全的活动时，必须同时使用备用罗盘来确认方向。
- 请注意，卡西欧计算机公司（CASIO COMPUTER CO., LTD.）对于用户本人或任何第三方因使用本产品或因其发生故障而引起的任何损害或损失一律不负任何责任。

关于本说明书

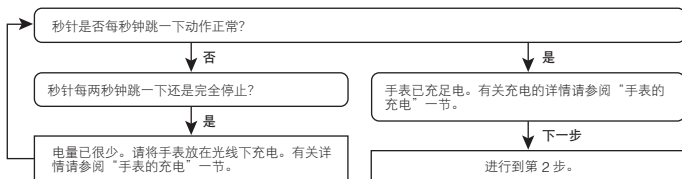


- 手表画面的文字显示有白底黑字及黑底白字两种，依手表的型号而不同。本说明书中的所有范例画面均以白底黑字表示。
- 按钮操作以图中所示的字母表示。
- 请注意，本说明书中的手表插图只起参考作用，手表的实际外观可能会与插图中所示的有所不同。



在使用手表之前需要检查的事情

1. 按住 **(D)** 按钮两秒钟进入计时模式，然后观察秒针的运转情况。



2. 检查本地城市及夏令时间 (DST) 设定。

使用“如何设定本地城市”一节中的操作设定本地城市及夏令时间。

重要！

正确的世界时间模式数据取决于计时模式中正确的本地城市、时间及日期设定。请认真地正确地配置这些设定。

3. 设定现在时间。

请参阅“时间及日期的设定”一节。

现在手表可以使用了。

手表的充电

手表的表盘由太阳能电池组成，能将光能转变为电能。内置充电电池储存太阳能产生的电能，并用此电能为手表供电。手表照射到光线时充电电池便会被充电。

充电指南



不佩戴手表时，请将其放在能照射到光线的地方。
• 手表在强光下充电效率最佳。



佩戴手表时，不要让衣袖遮挡光线。
• 即使仅部分表面被衣袖遮挡，手表也有可能进入休眠状态。

警告！

将手表放置在明亮的光线下对充电电池进行充电会使手表变得过热。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，手表会变得极为过热。

- 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

重要！

- 手表温度过高会使其液晶显示屏熄灭。手表温度降低后 LCD 的显示将再次恢复正常。
- 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。
- 将手表长期存放在暗处或佩戴时手表因被遮挡而照不到光线，都会使充电电池的电量耗尽。平时请尽可能地让手表照射到明亮的光线。

电力水平

通过查看进入计时模式时数字画面上出现的电池电力指示符可以掌握电池目前的电力水平。

- 要从其他模式进入计时模式时，请按住 **(D)** 按钮两秒钟。



电力等级	电池电力指示符	功能状态
1 (H)		所有功能正常。
2 (M)		所有功能正常。
3 (L)		照明、鸣音及传感器功能停止。秒针每两秒钟跳一下。
4		照明、鸣音及传感器功能停止。数字画面空白。秒针停止、时针对分针停止在 12 时位置。
5		指针停止在 12 时位置。所有功能停止。

- 电池电力为第 3 级时 L 指示符会在画面中闪动，表示电池的电力已非常低，必须尽快将手表放在明亮光线下进行充电。
- 当电池电力为第 5 级时，所有功能都将停止，并且各设定也将返回至其初始出厂缺省设定。电力一旦下降至第 5 级，将电池充电到第 2 级 (M) 后，需要重新配置现在时间、日期及其他设定。
- 将电池从第 5 级充电到第 2 级 (M) 时，各指示符将重新在画面中出现。
- 手表照射到直射阳光或一些其他极为强烈的光线时，电池电力指示符可能会暂时表示为一个比实际电力水平高的级数。但数分钟后正确的电池电力指示符便会出现。
- 当电池电力下降至第 5 级或更换充电电池之后，存储器中的所有数据都将被清除，现在时间及所有其他设定均会返回至其初始出厂缺省设定。



需充电指示 (由秒针指示)

当电池的电力到达第 3 级时，手表的秒针在计时模式中每两秒钟跳一下，通知您电池需要充电了。

电力恢复模式

- 短时间内的反复传感器测量、照明或鸣音的使用会使手表进入电力恢复模式，电力恢复模式由数字画面上闪动的恢复指示符 (R) 表示。直到电池电力恢复为止手表将保持在电力恢复模式中。
- 直到电池电力恢复为止，照明、鸣音及传感器动作停止，手表的指针也停止转动。
- 电池的电力需要约 15 分钟才能恢复。电池完全恢复电力后，恢复指示符 (R) 停止闪动，手表也恢复正常的运作。
- 恢复指示符 (R) 经常闪动表示电池的电力较低。让手表照射光线对电池进行充电。

充电时间

光线类型 (亮度)	每日照射 ¹	充电水平 ²				
		第 5 级	第 4 级	第 3 级	第 2 级	第 1 级
在室外阳光下 (50,000 lux)	8 分钟					
在有阳光的窗口下 (10,000 lux)	30 分钟		2 小时		20 小时	6 小时
在阴天的窗口下 (5,000 lux)	48 分钟		6 小时		75 小时	21 小时
在室内荧光灯下 (500 lux)	8 小时		9 小时		122 小时	33 小时
			100 小时		---	---

¹ 为补充通常运作一天所消耗的电能，手表需要照射光线的长度。

² 电池电力升高一级所需要的照射时间 (小时)。

- 上示照射时间仅为参考值。实际所需要的照射时间依光线条件而不同。
- 有关电池供电时间及日常运作条件的详情，请参阅规格中的“电源”部分。

节电功能

节电功能会在手表处于暗处经过一定时间后自动将手表切换至休眠状态。下表介绍节电功能对手表各功能的影响。

- 实际有两种休眠状态：“画面休眠”及“功能休眠”。
- 本表的节电功能不能禁用。

不见光的经过时间	指针及画面	状态
60 至 70 分钟 (画面休眠)	画面空白，秒针停止在 12 时位置。	除画面及秒针之外，所有功能正常。
6 或 7 天 (功能休眠)	画面空白，所有指针都停止在 12 时位置。	除计时之外，所有功能停止。

- 在早上 6:00 至晚上 9:59 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早上 6:00，则手表将保持休眠状态。
- 手表在休眠状态中时不能进入罗盘、气压计/温度计、测高计、秒表或倒数定时器模式。

如何从休眠状态恢复到正常状态

将手表移至光线良好的地方、按任意按钮或将手表面向您转动。

模式参考指南

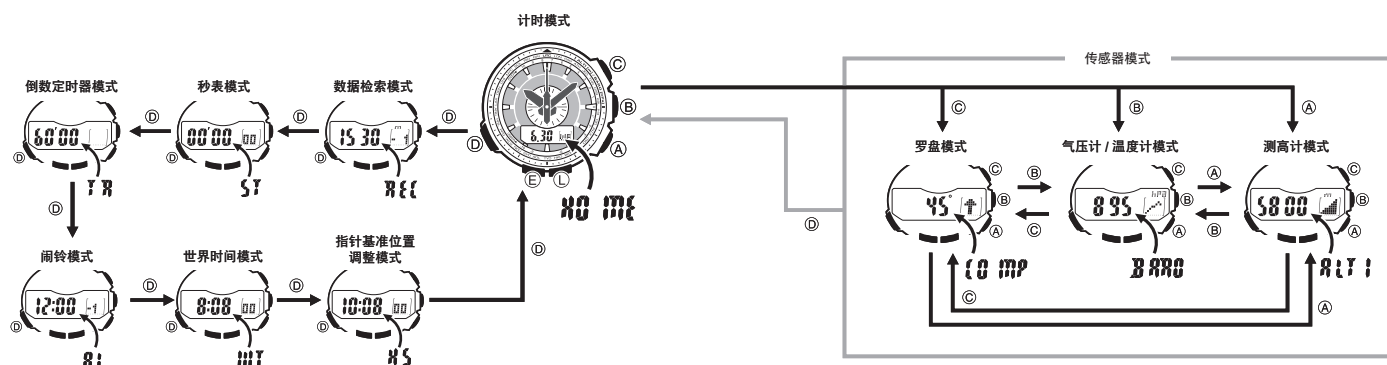
本表共有 10 种“模式”。请根据需要进行选择模式。

目的:	进入此模式:
• 查看本地城市的日期 • 配置本地城市及夏令时间 (DST) 设定 • 设定时间及日期	计时模式
• 以方向指示符及角度值确定现在位置到目的地的方位或方向 • 用手表及地图确定当前位置	罗盘模式
• 查看现在位置的气压及温度 • 查看气压测量图	气压计/温度计模式
• 查看现在位置的高度 • 确定两个位置 (参考点及现在位置) 之间的高度差 • 以测量的时间及日期记录高度测量值	测高计模式
检索在测高计模式中创建的记录	数据检索模式
用秒表测量经过时间	秒表模式
使用倒数定时器	倒数定时器模式
设定闹铃时间	闹铃模式
查看全球 29 个城市 (29 个时区) 之一的现在时间	世界时间模式
执行指针基准位置的调整	指针基准位置调整模式

模式的选择

- 下图介绍选择模式时所使用的按钮。
- 要从其他模式返回计时模式时，请按住 **(D)** 按钮两秒钟。
- 在任意模式中，按 **(L)** 钮可点亮照明。

- 用 **(A)** 钮、**(B)** 钮及 **(C)** 钮可从计时模式或其他传感器模式直接进入一种传感器模式。要从数据检索、秒表、倒数定时器、闹铃、世界时间或指针基准位置调整模式进入一种传感器模式时，请首先进入计时模式，然后再按相应的按钮。
- 在所有模式中，时针及分针都是指示现在时间。在计时、数据检索、秒表、倒数定时器及闹铃模式中，秒针指示现在（计时模式）的秒数。在其他模式中秒针起其他的作用。



通用功能（所有模式中）

本节中所介绍的功能及操作可以在所有模式中使用。

自动返回功能

- 在数据检索、闹铃或指针基准位置调整模式中，若您不执行任何按钮操作经过两或三分钟，手表将自动返回计时模式。
- 当有数字在显示屏画面中闪动时，若不执行任何操作经过两或三分钟，手表将自动退出设定画面。

初始画面

进入数据检索模式、世界时间模式、闹铃模式、罗盘模式或气压计/温度计模式时，上次退出该模式时画面上显示的数据会首先出现。

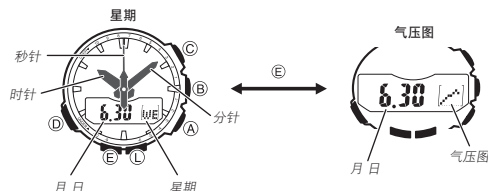
切换

设定画面显示时，**(A)** 钮及 **(C)** 钮用于在数字画面上选择设定，或手动移动手表的指针。在大多数情况下，按住此二钮之一可高速执行相应操作。

计时

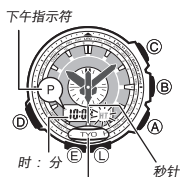
请用计时模式（HOME）查看及设定现在时间及日期。

- 在计时模式中，按 **(E)** 钮可在数字画面上选择星期与气压图。



本地城市的设定

有两种本地城市设定：选择本地城市及指定标准时间或夏令时间（DST）。



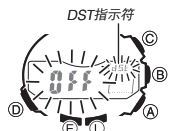
如何设定本地城市

- 在计时模式中，按住 **(E)** 钮直到下列各步发生。
 - **Hold SET** 出现在数字画面上。→ **HT** 闪动。→ 秒针指向本地城市代码。
 - 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table（城市代码表）”。
- 要改变本地城市设定时，请按 **(A)** 钮顺时针方向移动秒针。
 - 连续按 **(A)** 钮直到秒针指向要选本地城市的城市代码。
 - 目前所选城市所在时区的现在时间表示在数字画面中。
- 按 **(D)** 钮。DST 设定画面出现。
- 按 **(A)** 钮在夏令时间（On）与标准时间（OFF）之间切换 DST 设定。
 - 请注意，当 UTC 被选作本地城市时，不能切换标准时间及夏令时间（DST）。
- 完成所有设定后，按 **(E)** 钮返回计时模式。
 - 手表指针将转动到所选本地城市所在时区的现在时间处。指针移动过程中不要在手表上执行任何操作。
 - 若选择了夏令时间，**dSt** 指示符将出现在数字画面上。

注

- 指定了城市代码后，本表将用世界时间模式中的 UTC* 时差根据本地城市的现在时间计算其他时区的现在时间。
- * 协调世界时（UTC）是世界通用的科学计时标准。
- UTC 的基准点为英国格林威治。

如何改变夏令时间（日光节约时间）设定

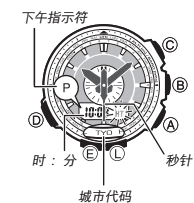


- 在计时模式中，按住 **(E)** 钮直到下列各步发生。
 - **Hold SET** 出现在数字画面上。→ **HT** 闪动。→ 秒针指向本地城市代码。
- 按 **(D)** 钮。DST 设定画面出现。
- 按 **(A)** 钮在夏令时间（On）与标准时间（OFF）之间切换 DST 设定。
- 完成所有设定后，按 **(E)** 钮退出设定画面。
 - **dSt** 指示符表示已启用夏令时间。

时间及日期的设定

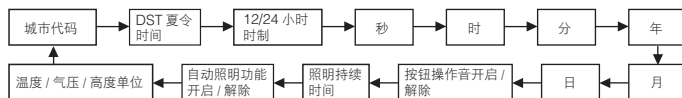
若计时模式中的时间及日期不准，请使用下述操作步骤进行调整。

如何改变时间及日期



- 在计时模式中，按住 **(E)** 钮直到下列各步发生。
 - **Hold SET** 出现在数字画面上。→ **HT** 闪动。→ 秒针指向本地城市代码。
- 用 **(A)** 钮选择要用作本地城市的城市代码。
 - 按 **(A)** 钮将使秒针顺时针方向转动。连续按 **(A)** 钮直到秒针指向要选择的代码。
 - 在改变任何其他设定之前必须首先选择本地城市。
 - 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table（城市代码表）”。

- 按 **(D)** 钮依下列顺序在数字画面上选择设定。



- 下述操作步骤只介绍如何配置计时设定。

- 要变更的计时设定闪动时，用 **(A)** 钮及 / 或 **(C)** 钮如下所示进行变更。

画面	目的:	操作:
HT	改变城市代码	按 (A) 钮。
OFF ^{dSt}	选择夏令时间（On）及标准时间（OFF）。	按 (A) 钮。
12H	选择 12 小时（12H）及 24 小时（24H）时制。	按 (A) 钮。
50	将秒数复位为 00	按 (A) 钮。
10:00	改变时数或分数	用 (A) (+) 钮及 (C) (-) 钮。
20 10	改变年份	用 (A) (+) 钮及 (C) (-) 钮。
6.30	改变月或日	用 (A) (+) 钮及 (C) (-) 钮。

- 按 **(E)** 钮退出设定画面。

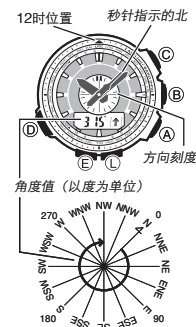
- 手表的指针将移动到您设定的时间处。指针移动过程中不要在手表上执行任何操作。

注

- 有关选择本地城市及设定 DST 的说明，请参阅“本地城市的设定”一节。
- 改变数字画面上的时间将使指针相应改变指示的时间。若画面上显示的时间与指针指示的时间不一致，则说明指针的基准位置不正确。请根据需要调整指针的基准位置。
- 选用 12 小时时制时，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 之间没有指示符表示。选用 24 小时时制时，时间在 0:00 至 23:59 之间表示，不表示 **P**（下午）指示符。
- 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，除更换手表电池或电池电力下降至第 5 级之后以外无需再次调整。

方向的测定

罗盘模式使用手表的方向传感器探测磁北。秒针将指示磁北，而数字画面显示 16 个方向之一及角度值。



如何测定方向

- 检查并确认手表在计时模式或传感器模式之一中。
 - 传感器模式有罗盘模式、气压计/温度计模式及测高计模式。
- 将手表放在平坦的表面上。若您佩戴着手表，则请确认您的手腕水平（相对于地平线）。
- 将手表的 12 时位置对准要测定的方向。
- 按 **Ⓢ** 钮开始方向测定操作，**COMP** 出现在数字画面上时表示正在测定方向。
 - 有关方向测定结果的资讯请参阅“方向测定结果的解读”一节。
- 方向测定结束后，按 **Ⓢ** 钮返回计时模式。

方向测定结果的解读

- 当您按 **Ⓢ** 钮时，**COMP** 出现在数字画面上表示方向测定已开始。
- 约两秒钟后，秒针转动并指示磁北。数字画面显示磁北与手表 12 时位置之间夹角的角度，或 16 个字母方向指示符之一。
- 手表每秒钟更新方向测定值一次，20 秒钟后停止。数字画面显示 --- 并且秒针转动到 **COMP**（位于 **Ⓢ** 钮下方），表示方向测定已结束。若您要继续进行方向测定，请再次按 **Ⓢ** 钮。
- 此时按 **Ⓢ** 钮可在角度值与一、二或三字符号字母方向指示符之间进行切换。
- 在进行方向测定的 20 秒钟内自动照明功能无效。
- 下表列出了数字画面上出现的字母缩写与方向指示符的含义。

方向	含义	方向	含义	方向	含义	方向	含义
N	北	NNE	北北东	NE	东北	ENE	东东北
E	东	ESE	东南东	SE	东南	SSE	南南东
S	南	SSW	南南西	SW	西南	WSW	西西南
W	西	WNW	西北西	NW	西北	NNW	北北西

- 在手表处于水平状态（相对于地平线）下，角度值及方向指示符的误差范围为 ±11 度。例如，若手表指示的方向为西北（NW）及 315 度，实际的方向应在 304 度至 326 度之间。
- 若秒针指示 12 时（北方），数字画面将显示一个向上的黑底白色箭头。
- 位于表盘中央的小刻度为方向刻度。通过方向刻度可以得到手表 12 时位置与秒针指示的北方向之间（顺时针方向）的角度。方向刻度的单位为 10 度。有些型号的手表可能没有方向刻度。
- 请注意，若手表不在水平状态（相对于地平线）下进行测定，测定结果的误差会更大。
- 若您怀疑手表测出的方向不正确，可以校准方位传感器。
- 手表执行闹铃动作（每日闹铃、整点响报、倒数定时器闹铃）或照明点亮（通过按 **Ⓢ** 钮）时，正在进行的方向测定操作将暂停。使方向测定暂停的动作结束后，方向测定操作将恢复，并持续进行到所定时间。
- 当您使用罗盘模式时应遵守的注意事项的说明，请参阅“罗盘须知”一节。

方位传感器的校准

当您感觉本表产生的方向测定结果不准时，应对方位传感器进行校准。共有三种不同的校准方法可以使用：磁偏角校正，双向校准及北向校准。

磁偏角校正

使用磁偏角校正方法时，您输入一个磁偏角（磁北与真北之间的角度），让手表指示真北。当使用的地图上标有磁偏角时，您可以进行此操作。请注意，磁偏角只能以整数的度为单位进行输入，因此需要将地图上标记的数值四舍五入。例如，若地图上标记的磁偏角为 7.4°，则应输入 7°。而 7.6° 时输入 8°，7.5° 时可输入 7° 或 8°。

双向校准及北向校准

双向校准及北向校准方法用于校准方位传感器相对于磁北的精度。双向校准应在受磁力影响的地方进行方向测定时使用。若手表由于某种原因被磁化，也应使用这种校准方法。北向校准是由您“告诉”手表哪个方向为北（需要使用其他罗盘或一些其他方法测出北方）。

重要！

您进行的双向校准越准确，方位传感器的测定结果越精确。当您使用方位传感器的环境发生变化时，以及当您感觉方位传感器产生的测定结果不正确时，应进行双向校准。

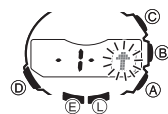
如何进行磁偏角校正

- 在罗盘模式中，按住 **Ⓢ** 钮直到下列各步发生。
 - HOLD SET** 出现在数字画面上。→ 磁偏角设定闪动。
 - 此表示现已进入设定画面。
- 用 **(A)**（向东）钮及 **(B)**（向西）钮改变设定。
 - 下面介绍磁偏角方向设定。
 - 0°：不进行磁偏角校正。在此设定下，磁偏角为 0°。
 - E：当磁北偏向东（东偏）时
 - W：当磁北偏向西（西偏）时
 - 在这些设定下，可以选择 W 90° 至 E 90° 范围内的值。
 - 要使磁偏角返回其初始出厂缺省设定时，请同时按 **(A)** 钮及 **(B)** 钮。此时数字画面上会出现 **OFF**。约一秒钟后，磁偏角返回 0 度。
 - 插图表示了当地图标记的磁偏角为“西 1°”时您应选择的磁偏角方向值及磁偏角值。
- 设定完毕后，按 **Ⓢ** 钮退出设定画面。

双向校准须知

- 您可以使用任何一对相反的方向进行双向校准。但请注意，两方向之间的角度必须为 180 度，即完全相反。
- 注意若操作错误，得到的方位传感器的测定结果将是错误的。
- 各方向的校准进行过程中不可移动手表。
- 双向校准操作应在与要测定方向的相同环境下进行。例如，若要在空旷的地方进行方向测定，则应在空旷的地方进行校准。

如何进行双向校准

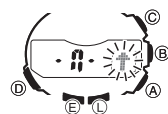


- 在罗盘模式中，按住 **Ⓢ** 钮直到下列各步发生。
 - HOLD SET** 出现在数字画面上。→ 磁偏角设定闪动。
 - 此表示现已进入设定画面。
- 按 **(A)** 钮显示双向校准画面。
 - 此时数字画面将显示 -1-，表示手表已准备好进行第一个方向的校准。
- 将手表放在水平的表面上，按照需要调整方向，然后按 **(A)** 钮校准第一个方向。
 - 校准操作进行过程中数字画面将显示 ---。校准成功后，数字画面将显示 -2-。此表示手表已准备就绪，可以校准第二个方向。
 - 校准操作大约需要 13 秒钟。在校准操作进行过程中不要移动手表。
- 将手表旋转 180 度。
- 再次按 **(A)** 钮校准第二个方向。
 - 校准操作进行过程中数字画面将显示 ---。校准成功时，数字画面显示 **OK** 后进入罗盘模式画面（---）。

如何进行北向校准

重要！

若北向校准及双向校准都要进行，必须首先进行双向校准，然后再执行北向校准。必须这样进行，因为双向校准操作会清除北向校准的所有设定。



- 在罗盘模式中，按住 **Ⓢ** 钮直到下列各步发生。
 - HOLD SET** 出现在数字画面上。→ 磁偏角设定闪动。
 - 此表示现已进入设定画面。
 - 按 **(A)** 钮两次显示北向校准画面。
 - 此时，-N-（北）出现在画面上。
 - 将手表放在水平表面上，并使其 12 时位置对准北方（由其他罗盘测出的北方）。
4. 按 **(B)** 钮开始校准操作。
- 校准操作进行过程中数字画面将显示 ---。校准成功时，数字画面显示 **OK** 后进入罗盘模式（---）。

如何在登山或远足过程中使用罗盘

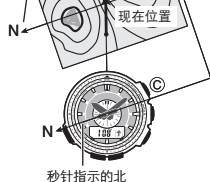
本节介绍使用本表内置的罗盘功能的两个实际应用例。

摆放地图并找到现在位置

- 登山或远足时，设置地图、找到现在位置并了解所处环境位置很重要。因此，需要“摆放地图”，也就是说对准地图，使其所指方向对准现在位置的实际情况。一般来说，需要做的是将地图上的北对准手表指示的北。
- 找出目标的方向

如何摆放地图并找到现在位置

- 手表戴在手腕上时，使其处于水平位置。
- 在计时模式或任意传感器模式中时，按 **(A)** 钮进行罗盘测定。
 - 测定结果将在数字画面上显示约两秒钟，并且秒针指向北方。
- 在保持手表静止不动的情况下，转动地图使地图上指示的北方向与手表指示的北一致。
 - 若手表在配置上是指向磁北，请将地图的磁北对准手表指示的北方向。若手表进行过磁偏角校正指示的是真北，则将地图的真北对准手表指示的北方向。有关磁偏角校正的详情，请参阅“方位传感器的校准”一节。
 - 此时地图根据您现在的位置摆放好了。
- 查看您周围的地形并确定现在位置。



如何找到目标的方向

- 摆放地图使其北方向对准手表指示的北，并确定您的现在位置。
 - 有关如何进行上述操作的说明，请参阅“如何摆放地图并找到现在位置”一节。
- 摆放地图使其您的前进方向指向正前方。
- 手表戴在手腕上时，使其处于水平位置。
- 在计时模式或任意传感器模式中时，按 **(A)** 钮进行罗盘测定。
 - 测定结果将在数字画面上显示约两秒钟，并且秒针指向北方。
- 保持地图在您正面，转动身体直到由手表指示的北对准地图上标记的北方向。
 - 此时根据您现在的位置摆放好了地图，目标的方位在您的正前方。



罗盘须知

本表内置有磁方位传感器，能探测到地球磁场。也就是说本表指示的北方为磁北，磁北与真北稍有不同。磁北极位于加拿大北部，而磁南极位于澳大利亚南部。注意，所有磁性罗盘测出的磁北与真北间的差异皆会随着接近地球的磁极之一而变大。同时还请注意，有些地图使用真北（而非磁北），因此将手表与此种地图配合使用时，须进行校正。

测定场所

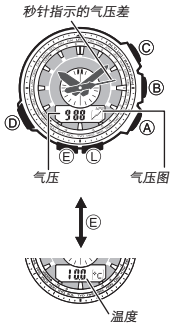
- 在强磁场源附近进行方向测定会使测定结果产生较大的误差。因此，在下列类型物体附近应避免进行方向测定：永久性磁铁（磁性项链等）、金属块（金属门窗、储物柜等）、高压电线、天线、家用电器（电视机、个人电脑、洗衣机、电冰箱等）。
- 在列车、船舶、飞机等中时不可能得到精确的方向测定结果。
- 在室内，尤其在钢筋混凝土建筑物内也不可能得到精确的方向测定结果。其原因在于此种建筑物的金属框架会吸收家用电器等发出的磁力。

保管

- 若手表被磁化，方位传感器的精度会降低。因此，您应该将手表保管在远离磁铁或任何其他强磁场源的地方，其中包括：永久性磁铁（磁性项链等）及家用电器（电视机、个人电脑、洗衣机、电冰箱等）。
- 当您怀疑手表可能已被磁化时，请执行“如何进行双向校准”一节中的校准操作。

气压及温度的测量

本表使用气压传感器来测量气压（大气压），使用温度传感器来测量气温。



如何进入或退出气压计/温度计模式

- 在计时模式或任意传感器模式中时，按 **(B)** 键进入气压计/温度计模式。
 - BARO** 出现在数字画面上时表示气压及温度测量正在进行。测量完成后气压或温度出现在数字画面上。
 - 按 **(E)** 键可在气压与温度显示之间切换数字画面。
 - 您按 **(B)** 键后，手表在最初的三分分钟内每五秒钟测量一次，之后每两分钟测量一次。
- 按 **(D)** 键返回计时模式。
 - 在进入气压计/温度计模式后，若您不进行任何操作经过约一小时，手表将自动返回计时模式。

如何测量气压及温度

- 在计时模式或任意传感器模式中时，按 **(B)** 键。
- 手表自动开始测量气压及温度。
 - 在气压计/温度计模式中，按 **(B)** 键也可随时进行气压及温度的测量。
 - 按 **(E)** 键可在气压与温度显示之间切换数字画面。
 - 进入气压计/温度计模式后，本表需要四或五秒钟的时间才能显示气压测量值。

气压

- 气压以 1 hPa（或 0.05 inHg）为单位表示。
- 若气压测量值超出 260 hPa 至 1,100 hPa（7.65 inHg 至 32.45 inHg）的范围，气压值的显示会变为 ---。
- 当气压测量值返回本表的测量范围时，气压值即会重新出现。

温度

- 气温以 0.1°C（或 0.2°F）为单位显示。
- 若温度测量值超出 -10.0°C 至 60.0°C（14.0°F 至 140.0°F）的范围，温度值的显示会变为 ---°C（或 °F）。当温度测量值返回本表的测量范围时，温度值即会重新出现。

显示单位

气压的显示单位可以选择为百帕斯卡（hPa）或英寸汞（inHg），温度的显示单位可以选择为摄氏（°C）或华氏（°F）。请参阅“如何指定温度、气压及高度单位”一节。

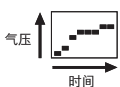
气压图



气压反映大气的变化。通过监视这些变化能在合理的精确度内预测天气。本表每两小时（在各偶数小时的 30 分钟时）自动测量一次气压。数字画面上显示的气压图使用测量结果，秒针指示气压差。

气压图的含义

气压图表示过去 16 个小时内的气压测量结果。



- 图的横轴表示时间，一个点代表两个小时。最右侧的点代表最新一次的测量结果。
- 图的纵轴表示气压，各点代表其测量值与前一个点的测量值间的相对差。一个点代表 1 hPa。

下面介绍如何解释气压图上表示的数据。



气压上升图通常表示天气正在转好。



气压下降图通常表示天气正在恶化。

注

- 若天气或气温突然发生变化，过去测量值的图线可能会上下超出显示范围。气压恢复稳定后，所有图线会全部出现。
- 凡遇下述情况，气压的测量将不执行，同时在气压图相应的部位留下空白。
 - 气压值超出测量范围（260 hPa 至 1,100 hPa 或 7.65 inHg 至 32.45 inHg）
 - 传感器故障



关于秒针指示的气压差

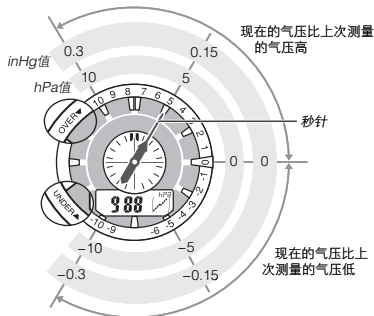


在气压计/温度计模式中，秒针指示气压图中显示的最后一个气压测量值与手表最新测量的气压值（数字画面上显示的数值）之间的气压差。

气压计/温度计模式中秒针的单位

秒针指示的气压差的限度为 ±10hPa（以 1-hPa 为单位）。

- 例如，插图所示为当计算出的气压差为约 5 hPa（约 0.15 inHg）时秒针的指示。
- 若气压差超出了刻度容许范围，秒针将指向 **OVER** 或 **UNDER**。
- 若传感器由于某种原因无法进行测量或测量值超出容许范围，秒针将转动到 9 时位置。
- 气压以 hPa 为标准计算及显示。气压差还可以以 inHg 为单位表示，如图所示（1 hPa=0.03 inHg）。



气压传感器与温度传感器的校准

手表内置的气压传感器与温度传感器已在出厂前经校准，通常不需要进一步的调整。若您发现手表的气压或温度测量值有严重错误，可以根据其他装置的测量值校准传感器，更正错误。

重要！

- 气压传感器校准错误会导致错误的测量结果。在改变校准值之前，必须确认对比用的测量值是可靠精确的。
 - 温度传感器校准操作错误会导致错误的测量结果。
- 请事先仔细阅读下述说明。
- 请将手表的测量结果与其他可靠精密的温度计的测量结果进行比较。
 - 若需要调整，请从手腕上取下手表并约 20 或 30 分钟，以使手表本身的温度稳定下来。

如何校准气压传感器及温度传感器

- 用其他测量装置进行测量，得出准确的气压或温度。
- 在计时模式或任意传感器模式中时，按 **(B)** 键进入气压计/温度计模式。
- 按住 **(E)** 键直到下列各步发生。
 - Hold SET** 出现在数字画面上。→ 现在温度值闪烁。
- 按 **(D)** 键切换温度值及气压值（闪烁），选择要校准的一个。
- 用 **(A)**(+) 键及 **(C)**(-) 键以下示单位调整校准值。

温度	0.1°C (0.2°F)
气压	1 hPa (0.05 inHg)

 - 要将闪烁的数值返回至其初始出厂缺省值时，请同时按 **(A)** 键及 **(C)** 键。**OFF** 将出现在闪烁的位置约一秒钟，然后初始缺省值出现。
- 按 **(E)** 键返回气压计/温度计模式画面。

气压计及温度计须知

- 本表内置的气压传感器测量大气压的变化，供您本人作预测天气使用。其并非一个可用作正式天气预测或报告的精密装置。
- 温度的突然变化会影响气压传感器的测量结果。
- 气温的测量会受体温（您戴着手表时）、直射阳光及湿度的影响。为使气温的测量更加准确，请将手表从手腕取下并放置在不受阳光直接照射及通风良好的地方，并擦干表壳。表壳需要约 20 至 30 分钟的时间才能到达实际环境温度。

高度的测量

本表根据内置气压传感器测量的气压显示高度。

测高计的工作原理

测高计能够根据其自己的预设值（初始缺省方法）或您指定的参考高度测量高度。

根据预设值测量高度时

手表使用存储器中保存的 ISA（国际标准大气压）换算值，将气压传感器测出的气压值换算为同等的高度。

根据您指定的参考高度测量高度时

- 指定参考高度后，本表会使用此高度值将目前测量的气压值换算为高度。
- 登山时您可依沿路标志或地图上的标高设定参考高度。设定后，手表产生的高度测量结果会比无参考高度时更为精确。



如何进行测高计的测量

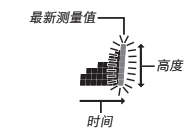
秒针指示的高度差



- 确认手表在计时模式或传感器模式之一中。
 - 传感器模式有：罗盘模式，气压计/温度计模式及测高计模式。
- 按 **(A)** 键开始测高计的测量。
 - ALTI** 将出现在数字画面上，表示测高计的测量正在进行。约四至五秒钟之后，第一次的测量结果将出现在数字画面上。
 - 高度值以 5 米（20 英尺）为单位显示。
 - 第一次测量完毕后，手表在三分分钟内自动继续每五秒钟进行一次测高计的测量，然后每两分钟测量一次（在初始缺省设定下）。
 - 若不退出测高计模式，手表将定时更新显示的高度并以图形方式表示测量值之间的变化。
 - 您还可以使用“高度自动测量方式的选择”一节中的操作步骤指定要使用的高度自动测量方式。
- 测高计使用完毕后，按 **(D)** 键返回计时模式并停止自动测量。
 - 在进入测高计模式后，若您不进行任何操作经过约 10 小时（在初始缺省设定下），手表将自动返回计时模式。

高度图的含义

高度图表示测高计模式每次自动测量的高度。



- 图的纵轴表示高度，各点代表 10 米（40 英尺）。
- 横轴表示时间，对于开始测高计测量操作后最初三分钟的高度测量，每个点代表五秒钟。之后，各点代表两分钟（在初始缺省设定下）。
- 超出范围的测量值或测量错误会使相应的点列中出现空白（被跳过）。

注

- 高度的测量范围为 -700 至 10,000 米（-2,300 至 32,800 英尺）。
- 若测出的高度超出测量范围，画面上的高度值会变为 ---。当高度测量值返回本表的测量范围时，高度值将再次出现。
- 通常，手表根据预设换算值显示高度值。需要时，您还可以指定参考高度。请参阅“参考高度的指定”一节。
- 高度的显示单位可改变为米（m）或英尺（ft）。请参阅“如何指定温度、气压及高度单位”一节。

高度自动测量方式的选择

有两种高度自动测量方式可供选择。

0'05 1H: 每隔五秒钟测量一次，共测量一个小时

2'00 10H: 在最初的三分钟之内每隔五秒钟测量一次，之后每隔两分钟测量一次，共测量约 10 个小时

注

在测高计模式中，若您不执行任何按钮操作经过 10 小时（高度自动测量方式：2'00 10H）或一小时（高度自动测量方式：0'05 1H），手表将自动返回计时模式。

如何选择高度的自动测量方式



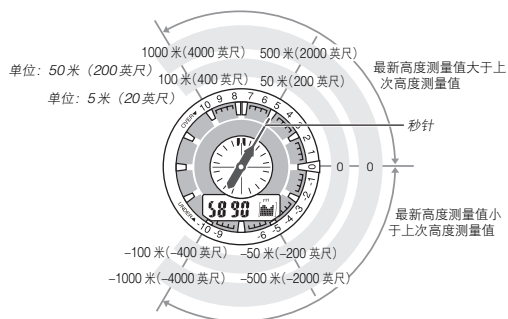
- 在测高计模式中，按住 (E) 钮直到下列各步发生。
 - Hold SET 出现在数字画面上。→ Hold SET 消失。
- 按 (D) 钮显示高度自动测量方式设定。
 - 0'05 或 2'00 将在数字画面上闪烁。
- 按 (A) 钮在 0'05 1H 与 2'00 10H 之间切换高度自动测量方式设定。
- 按 (E) 钮退出设定画面。

高度差的使用

秒针指示的高度差



在测高计模式中，表盘的 11 时到 7 时部分起高度差刻度的作用。秒针指向刻度上表示您设定的出发点与现在位置之间高度差的数值处。手表每次进行高度测量时将更新高度差。
 高度差刻度上每秒钟的标记可以配置为代表 5 米 (20 英尺) 或 50 米 (200 英尺)。有关如何配置此设定的说明请参阅“高度差刻度的配置”一节。
 • 若高度差超出了刻度容许范围，秒针将指向 OVER 或 UNDER。
 • 若传感器由于某种原因无法进行测量或测量值超出容许范围，秒针将转动到 9 时位置。
 • 请参阅“如何在登山或远足过程中使用高度差”一节，参考介绍如何使用此功能的一些实用范例。



高度差刻度的配置

高度差的刻度有两种选项供您选择，如下所述。

要指定：	选择设定：
刻度：每秒钟标记 5 米 (20 英尺) 刻度范围：±100 米 (±400 英尺)	100
刻度：每秒钟标记 50 米 (200 英尺) 刻度范围：±1000 米 (±4000 英尺)	1000

• 即使高度差单位被选择为英尺，高度差总是以米进行计算。

如何改变高度差刻度单位



- 在测高计模式中，按住 (E) 钮直到下列各步发生。
 - Hold SET 出现在数字画面上。→ Hold SET 消失。
- 按 (D) 钮两次。
 - 此时 100 或 1000 将在数字画面上闪烁。
- 按 (A) 钮在 100 与 1000 之间切换高度差刻度的单位。
- 按 (E) 钮退出设定画面。

如何设定高度差的起始点



在测高计模式中按 (E) 钮。
 • 手表将开始测量高度并将测量结果作为高度差的起始点记录。此时，由于高度差为零，所以秒针将指向 0。

如何在登山或远足过程中使用高度差

在登山或远足过程中，指定了高度差起始点后，便可测量该地点与沿途其他地点间的高度变化。

如何使用高度差



- 在测高计模式中，检查确认数字画面上显示有高度测量值。
 - 若高度测量值不出现，请按 (A) 钮测量一个。有关详情请参阅“如何进行测高的测量”一节。
- 用地图上的等高线确定现在位置与目的地之间的高度差。
- 在测高计模式中，按 (E) 钮将现在位置指定为高度差起始点。
 - 手表将开始测量高度并将测量结果作为高度差的起始点保存。此时高度差将被复位为零。

秒针指示的高度差



参考高度的指定

本表显示的高度测量值会因气压的变化而产生误差。因此，建议在移动过程中，每当可能时便更新参考高度。指定参考高度后，手表将相应调节其气压至高度的换算计算。

如何指定参考高度



- 边比较在地图上确认的高度差与手表显示的高度差，边向目的地前进。
 - 若地图显示现在位置与目的地之间的高度差为 +80 米，则当秒针指向 +80 米时您便知道快到达目的地了。

- 在测高计模式中，按住 (E) 钮直到下列各步发生。
 - Hold SET 出现在数字画面上。→ Hold SET 消失。
- 按 (A) (+) 钮或 (C) (-) 钮以 5 米 (或 20 英尺) 为单位改变现在的参考高度值。
 - 请根据地图上的现在位置等精确高度资讯指定参考高度。
 - 参考高度可以在 -10,000 至 10,000 米 (-32,800 至 32,800 英尺) 的范围内设定。
 - 同时按 (A) 钮及 (C) 钮能使参考值返回 OFF (无参考高度)，以便让手表仅根据预设数据进行气压至高度的换算。
- 按 (E) 钮退出设定画面。

高度数据的种类

手表在其存储器中保持两种类型的高度数据：手动保存记录和自动保存值（最低高度、最高高度、累积上升高度、累积下降高度）。
 • 请使用数据检索模式查看保存在存储器中的数据。有关详情请参阅“高度记录的查看”一节。

手动保存记录

每当您在测高计模式中进行下述操作时，手表将用目前显示的高度测量值创建并保存记录，测量日期及时间将一起保存在记录中。存储器最多能保存 14 个手动保存记录，编号为 REC01 至 REC14。

如何建立手动保存记录



- 在测高计模式中，检查确认画面上显示有高度测量值。
 - 若高度测量值不出现，请按 (A) 钮测量一个。有关详情请参阅“如何进行测高的测量”一节。
- 按住 (A) 钮直到数字画面上出现 Hold REC 后再变为 REC。
 - 目前显示的高度测量值被保存到手动保存记录中，测量时间和日期也一起被保存。
 - 保存操作完毕后，手表将自动返回测高计模式画面。
 - 存储器最多可保存 14 个手动保存记录。若存储器中已保存有 14 个手动保存记录，上述操作将使最旧的记录自动被删除，以为新记录腾出空间。

自动保存的数值

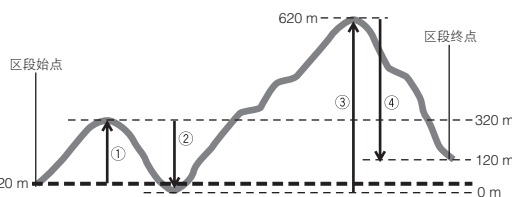
在使用高度的自动测量方式过程中，手表自动保存最高高度 (HI)，最低高度 (LO)，累积上升高度 (ASC) 及累积下降高度 (DSC) 值。

• 高度的自动测量进行过程中，手表自动检查并更新这些数值。

最高高度及最低高度的更新原理

在测高计模式中时，手表以高度自动测量方式指定的间隔自动测量高度。对于各测量值，手表将最新测量值与 HI 及 LO 值进行比较。若最新测量值比 HI 大，则其取代 HI 值；而若最新测量值比 LO 小，则其取代 LO 值。

累积上升高度 / 下降高度的更新原理



上图中介绍的登山例中测高计模式测量的总累积上升高度及累积下降高度如下所述进行计算。

累积上升高度：① (300 米) + ③ (620 米) = 920 米

累积下降高度：② (320 米) + ④ (500 米) = 820 米

• 进入测高计模式时手表开始一次新的高度自动测量过程，但其不复位 ASC 和 DSC 的值，也不以任何方式予以改变。也就是说，一次新的测高计模式的自动测量过程的起始 ASC 及 DSC 值为存储器中的现在值。每次您完成测高计模式的自动测量过程并返回计时模式时，该过程的累积上升高度值（上例中为 920 米）将被加在测量开始过程时的 ASC 值上。同时，现在的自动测量过程的累积下降高度值（上例中为 -820 米）将被加在测量过程开始时的 DSC 值上。

• 请注意，对于新的测高计模式的自动测量过程，当上升高度小于 15 米 (49 英尺) 时，任何高度的变化都不会被加在累积上升高度值上。同样，对于新的测高计模式的自动测量过程，当下降高度小于 -15 米 (-49 英尺) 时，任何高度的变化都不会被加在累积下降高度值上。

注

• 退出测高计模式时，最高高度、最低高度、累积上升高度及累积下降高度值都将被保留在存储器中。要清除数值时，请执行“如何删除单个高度记录”一节或“如何删除所有高度记录”一节中的操作步骤。

测高计是如何工作的？

通常，气压及气温会随着高度的上升而降低。本表根据国际民用航空组织（ICAO）所制定的国际标准大气气压（ISA）值进行高度的测量。这些数值定义了高度、气压及气温的关系。

高度	气压	气温
4000 米	616 hPa	-11°C
3500 米	701 hPa	-4.5°C
3000 米	795 hPa	2°C
2500 米	899 hPa	8.5°C
2000 米	1013 hPa	15°C
1500 米		
1000 米		
500 米		
0 米		

每100米约8 hPa 每1000米约6.5°C

每100米约9 hPa

每100米约10 hPa

每100米约11 hPa

每100米约12 hPa

高度	气压	气温
14000 英尺	19.03 inHg	-16.2°F
12000 英尺	22.23 inHg	-30.5°F
10000 英尺	25.84 inHg	-44.7°F
8000 英尺	29.92 inHg	-59.0°F
6000 英尺		
4000 英尺		
2000 英尺		
0 英尺		

每200英尺约0.15 inHg 每1000英尺约3.6°F

每200英尺约0.17 inHg

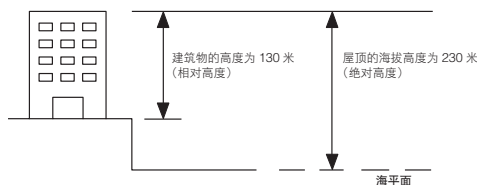
每200英尺约0.192 inHg

每200英尺约0.21 inHg

来源：国际民用航空组织

- 请注意，下列环境将阻碍您得到精确的测量结果：
当气压因天气的变化而波动时
当温度变化极端时
当手表受到强烈的撞击时

高度的表示共有两种标准方式：绝对高度及相对高度。绝对高度是指海拔高度。相对高度是指两个不同位置间的高度差。

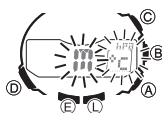


测高计须知

- 本表是根据气压估算高度。这即是在相同位置上所测出的高度会因气压的变化而有所不同。
- 本表用于高度测量的半导体气压传感器还会受温度的影响。进行高度测量时，不要让手表的环境温度改变。
- 切勿在进行高度变化的运动时过分依赖本表的高度测量结果或执行按钮操作。这些运动包括跳伞、悬挂式滑翔机、滑翔跳伞、驾驶旋翼飞机、驾驶滑翔机或任何其他飞机。
- 不要在要求专业或工业精确的高度测量时使用本表。
- 请记住商用客机中的空气是经压缩的。因此，在客机中本表的测量值会与飞机乘务员通报的或机内表示的高度不同。

温度、气压及高度单位的指定

请按照下述操作步骤指定在气压计 / 温度计模式及测高计模式中所使用的温度、气压及高度单位。



重要！
当 TOKYO (TYO) (东京) 被选作本地城市时，高度单位自动被设定为米 (m)，气压单位被设定为百帕斯卡 (hPa)，而温度单位被设定为摄氏 (°C)。这些设定不能改变。

如何指定温度、气压及高度单位

1. 在计时模式中，按住 (E) 钮直到下列各步发生。
• Hold SET 出现在数字画面上。→ HT 闪动。→ 秒针指向本地城市代码。
2. 用 (D) 钮在数字画面上循环切换设定，直到单位设定画面出现。
• 有关如何切换设定画面的说明，请参阅“如何改变时间及日期”一节中的第 3 步。

3. 执行下述操作指定所需要的单位。

要指定的单位：	应按的键：	可选择的设定：
高度	(A)	m (米) 及 ft (英尺)
气压	(B)	hPa (百帕斯卡) 及 inHg (英寸汞)
温度	(C)	°C (摄氏) 及 °F (华氏)

4. 设定完毕后，按 (E) 钮退出设定画面。

同时测量高度及温度时的注意事项

- 虽然高度及气温可同时进行测量，但请注意，要得到最佳结果，两种测量所需要的条件不同。在进行气温测量时，您最好将手表从手腕上取下以减少体温对测量的影响。而在进行高度测量时，最好将手表戴在手腕上，因为如此可保持手表温度的稳定，使高度测量更为精确。
- 高度测量优先时，应将手表戴在手腕上或放在任何其他可保持手表温度稳定的地方。
 - 气温测量优先时，应将手表从手腕上取下并放在可随时取出的提包中或其他不受直射阳光照射的地方。注意，从手腕上取下手表时，气压传感器的测量值会受到片刻影响。

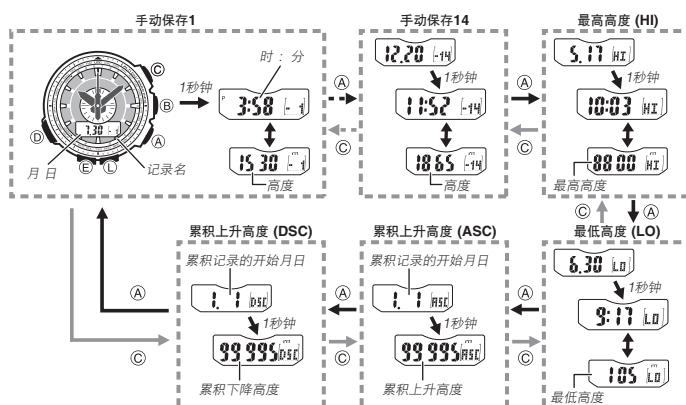
高度记录的查看

请使用数据检索模式查看手动保存的高度记录及自动保存的最高高度、最低高度、累积上升高度及累积下降高度值。高度记录在测高计模式中创建并保存。



如何查看高度记录

1. 用 (D) 钮选择数据检索模式 (REC)，如“模式的选择”所示。
2. 用 (A) 及 (C) 钮依下列顺序选择高度记录。
• 对于手动保存记录、最高高度及最低高度记录，测量的月份及日期将首先出现。约一秒钟后，画面变为显示测量时间。之后时间及高度测量值将每秒钟在数字画面上交替显示。对于累积上升高度及累积下降高度，数字画面将显示首次测量的月份及日期。约一秒钟后，画面变为显示累积高度。



3. 查看完毕数据后，用 (D) 钮退出数据检索模式。

- 若数据已经被删除或由于发生错误等原因没有相应的数据，--- 将出现。此时，累积上升高度 (ASC) 和累积下降高度 (DSC) 值将显示为零。
- 当累积上升高度 (ASC) 或累积下降高度 (DSC) 超过 99,995 米 (或 327,980 英尺) 时，相应数值将再次从零开始计数。

如何删除单个高度记录

1. 在数据检索模式中，用 (A) 钮及 (C) 钮切换记录，直到要删除的出现的。

2. 按住 (E) 钮约两秒钟直到下述各步发生。

- Hold CLR 出现在数字画面上。→ CLR 出现。
- 在第 1 步中显示的记录被删除。
- CLR 出现在数字画面上后松开 (E) 钮。
- 删除一个手动保存的记录将使其后所有记录向前移一位。

如何删除所有高度记录

在数据检索模式中，按住 (E) 钮约五秒钟直到下述各步发生。

- Hold CLR 出现在数字画面上。→ CLR 出现。→ Hold ALL 出现。→ CLR ALL 出现。
- 存储器中的所有记录被删除。

秒表的设置

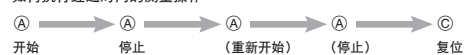
秒表用于测量经过时间、中途时间及两名选手的完成时间。



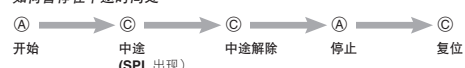
如何进入秒表模式

- 用 (D) 钮选择秒表模式 (ST)，如“模式的选择”所示。
- 数字画面上 ST 出现约一秒钟后，画面将变为显示秒表的时间。

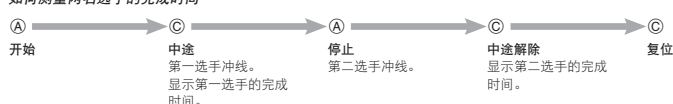
如何执行经过时间的测量操作



如何暂停在中途时间处



如何测量两名选手的完成时间



注

- 秒表模式的经过时间的显示限度是 59 分 59.99 秒。
- 秒表测时一旦开始，直到按 (C) 钮将其停止为止测时将持续进行，即使退出秒表模式或测时到达上述秒表的限度时也不会停止。
- 当中途时间正在数字画面中显示时，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。

倒数定时器的使用

通过设定倒数定时器可以在预设时间经过后开始倒数，倒数结束时闹铃会鸣响。



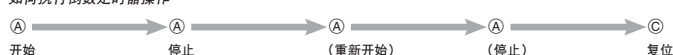
如何进入倒数定时器模式

- 用 (D) 钮选择倒数定时器模式 (TR)，如“模式的选择”所示。
- 数字画面上出现 TR 约一秒钟后，画面变为显示倒数开始时间。

如何指定倒数开始时间

1. 进入倒数定时器模式。
• 若倒计时时正在进行 (由倒计时的秒数表示)，请按 (A) 钮停止倒数后按 (C) 钮返回倒数开始时间。
• 若倒数已暂停，请按 (C) 钮返回倒数开始时间。
2. 按住 (E) 钮直到下列各步发生。
• Hold SET 出现在数字画面上。→ 倒数开始时间闪动。
3. 用 (A) (+) 钮及 (C) (-) 钮改变分设定。
4. 按 (E) 钮退出设定画面。

如何执行倒数定时器操作



- 在开始倒数定时器的操作之前，请检查并确保手表未在倒计时时 (由倒计的秒数表示)。若倒数正在进行，请按 (A) 钮停止倒数后按 (C) 钮返回倒数开始时间。
- 倒数结束时闹铃将鸣响五秒钟。此闹铃将在所有模式中鸣响。闹铃鸣响时，倒数时间自动返回开始值。

如何停止闹铃
按任意钮。

闹铃的使用



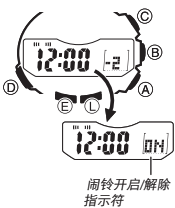
本表配备有五个可单独使用的每日闹铃。一个闹铃开启后，当天计时模式的时间到达预设闹铃时间时，手表将鸣音约 10 秒钟。即使手表不在计时模式中也是如此。

您还可以开启整点响报，使本表在每小时整点时鸣音两次。

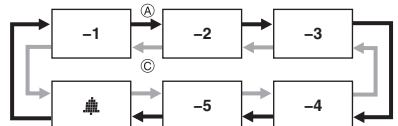
如何进入闹铃模式

- 用 **(D)** 键选择闹铃模式 (AL)，如“模式的选择”所示。
- 在数字画面上 AL 出现约一秒钟后，画面将显示闹铃编号 (-1 至 -5) 或 **(H)** 指示符。闹铃编号代表闹铃画面。**(H)** 出现时表示整点响报画面。
- 进入闹铃模式时，上次退出该模式时画面上显示的数据会首先出现。

如何设定闹铃时间



- 在闹铃模式中，用 **(A)** 键及 **(C)** 键选择要设定的闹铃直至其闹铃画面 -1 至 -5 出现为止。



- 按 **(E)** 键直到下列各步发生。
 - Hold SET 出现在数字画面上。→ 目前设定闪动。
 - 此表示现已进入设定画面。
- 按 **(D)** 键选择时数或分数 (闪动)。

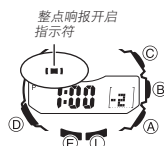
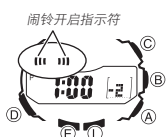
- 用 **(A)** (+) 键及 **(C)** (-) 键改变闪动中的设定。
 - 使用 12 小时制设定闹铃时间时，注意正确设定闹铃时间的上午 (无指示符) 或下午 (P 指示符)。
- 按 **(E)** 键退出设定画面。

如何测试闹铃

在闹铃模式中，按 **(A)** 键可使闹铃鸣响。

如何开启或解除闹铃或整点响报

- 在闹铃模式中，用 **(A)** 键及 **(C)** 键选择闹铃或整点响报。
- 选择了闹铃或整点响报后，按 **(D)** 键开启 (ON) 或解除 (OFF)。
 - 闹铃开启指示符 (任何闹铃开启时) 及整点响报开启指示符 (整点响报开启时) 显示在所有模式的数字画面上。



如何停止闹铃音
按任意键。

其他时区时间的查看

世界时间模式用于查看世界 29 个时区 (29 个城市) 的现在时间。目前在世界时间模式中被选择的的城市称为“世界时间城市”。

- 在世界时间模式中世界时间城市与本地时间城市可以互换。



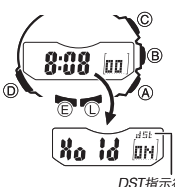
如何进入世界时间模式

- 用 **(D)** 键选择世界时间模式 (WT)，如“模式的选择”所示。
- WT 出现在数字画面上并且秒针移动到目前所选世界时间城市的城市代码处。

如何查看另一个时区的时间

- 在世界时间模式中，用 **(A)** 键将秒针移动到要查看其时区时间的城市代码处。
- 连续按 **(A)** 键直到秒针指向所需要的城市代码。
 - 目前所选城市所在时区的现在时间显示在数字画面中。

如何指定一个城市的标准时间或夏令时间 (DST)



- 在世界时间模式中，用 **(A)** 键将秒针移动到要改变其标准时间 / 夏令时间设定的城市代码处。
 - 连续按 **(A)** 键直到秒针指向所需要的城市代码。
- 按 **(E)** 键直到下列各步发生。
 - Hold 出现在数字画面上。→ Hold 消失。
 - 此操作在夏令时间 (dSt 指示符出现) 与标准时间 (dSt 指示符消失) 之间切换在第 1 步中选择的城市的代码。
 - 用世界时间模式改变被选作本地城市的 DST 设定，也将使计时模式时间的 DST 设定改变。
 - 请注意，当 UTC 被选作世界时间城市时，不能切换标准时间及夏令时间 (DST)。
 - 标准时间 / 夏令时间 (DST) 设定只对目前所选时区起作用。其他时区不受影响。

本地城市与世界时间城市的交换

使用下述操作步骤可以交换本地城市与世界时间城市。对于经常要在两个时区不同的地区之间移动的人士此功能很方便。下面举例说明当原本地城市是 TOKYO (TYO) (东京), 原世界时间城市是 NEW YORK (NYC) (纽约) 时, 交换本地城市与世界时间城市的结果。

	本地城市	世界时间城市
交换前	东京 下午 10:08 (标准时间)	纽约 上午 9:08 (夏令时间)
交换后	纽约 上午 9:08 (夏令时间)	东京 下午 10:08 (标准时间)

如何交换本地城市与世界时间城市

- 在世界时间模式中，用 **(A)** 键选择要选作世界时间城市的城市代码。
 - 连续按 **(A)** 键直到秒针指向所需要的城市代码。
 - 在本例中，应将秒针移动到 NEW YORK (NYC) 选择纽约作为世界时间城市。
- 按 **(C)** 键直到下列各步发生。
 - Hold (H) 出现在数字画面上。→ Hold (H) 消失。
 - 您在本操作第 1 步选择的世界时间城市 (本例中为 NEW YORK / NYC) 将变为新的本地城市，而之前选择的本地城市 (本例中为 TOKYO / TYO) 将变为新的世界时间城市。数字画面及指针将指示新的世界时间城市 (本例中为 TOKYO / TYO) 的现在时间。

基准位置的调整

强磁力或冲击会使手表的指针偏移。此种情况发生时，您可以调整指针的基准位置以确保正确计时。

- 只要指针指示的时间正确便不需要调整指针的基准位置。

如何调整基准位置



- 进入指针基准位置调整模式。
 - 数字画面显示 HS，然后显示计时模式的现在时间。使用数字画面可以检查指针位置是否正确，以及确认指针时间是否与数字时间一致。
- 按 **(E)** 键直到下列各步发生。
 - Hold SET 出现在数字画面上。→ SEC 00 闪动。
 - 此时秒针应移动到 12 时位置。否则，用 **(A)** (+) 键及 **(C)** (-) 键将秒针移动到 12 时位置。
- 秒针对准后，按 **(D)** 键。
 - 时针及分针应移动到 12 时位置。否则，用 **(A)** (+) 键及 **(C)** (-) 键将其移动到 12 时位置。
 - 此时按 **(D)** 键可返回第 2 步时的秒针的基准位置调整状态。
- 时针及分针的基准位置调整结束后，按 **(E)** 键。



照明

在黑暗中手表的照明可使画面明亮易观。本表还配备有自动照明功能，只要将手表面向您转动，照明便会自动点亮。

- 自动照明功能必须开启才动作。



如何手动点亮照明

- 在任意模式中，按 **(D)** 键可点亮照明。
- 您可以使用下述操作步骤选择一秒或三秒作为照明持续时间。按 **(D)** 键时，照明将根据照明持续时间设定点亮约一秒或三秒。
 - 无论自动照明功能是否已开启，上述操作都可点亮照明。
 - 在传感器模式中，或罗盘操作正在进行时不能使用照明。

如何改变照明持续时间



- 在计时模式中，按 **(E)** 键直到下列各步发生。
 - Hold SET 出现在数字画面上。→ HT 闪动。→ 秒针指向本地城市代码。
- 用 **(D)** 键在数字画面上循环切换设定，直到照明持续时间 (LT1 或 LT3) 出现。
 - 有关如何切换设定画面的说明，请参阅“如何改变时间及日期”一节中的第 3 步。
- 按 **(A)** 键在三秒 (LT3 出现) 与一秒 (LT1 出现) 之间切换照明持续时间。
- 完成所有设定后，按 **(E)** 键退出设定画面。

关于自动照明功能

自动照明功能经开启后，无论手表的模式状态为何，每当您如下所示转动手腕时，照明便会点亮。

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



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、或驾驶摩托车或任何其他机动车之前，必须先解除手表的自动照明功能。因为自动照明功能有可能会突然或意外动作点亮照明，分散您的注意力，有导致交通事故及严重伤人意外的危险。

注

- 本表的自动照明功能为“Full Auto LED Light” (全自动发光二极管照明)，只有当环境光线低于一定水平时才动作。在明亮光线下照明不会点亮。
- 在上述任何情况下，无论开启 / 解除状态为何，自动照明功能都不动作。
- 闹铃正在鸣响时
传感器测量过程中
正在罗盘模式中进行方位传感器的校准操作时
指针基准位置调整操作过程中

如何开启或解除自动照明功能



- 在计时模式中，按 **(E)** 键直到下列各步发生。
 - Hold SET 出现在数字画面上。→ HT 闪动。→ 秒针指向本地城市代码。
- 用 **(D)** 键在数字画面上循环切换设定，直到自动照明功能设定 (AT OFF 或 AT ON) 在数字画面上闪动。
 - 有关如何切换设定画面的说明，请参阅“如何改变时间及日期”一节中的第 3 步。
- 按 **(A)** 键交替开启 (On) 或解除 (Off) 自动照明功能。
- 设定完毕后，按 **(E)** 键退出设定画面。

照明须知

- 频繁使用照明会很快耗尽电池，使手表需要照射光线进行充电。下表参考值为点亮一次照明后，为补足消耗的电量所需要的充电时间。
- 在透过窗户射入的明亮阳光下时约为 5 分钟
- 在室内荧光灯下时约为 50 分钟
- 在直射阳光下，照明的光亮有可能会难以看到。
- 闹铃鸣响时，照明自动熄灭。
- 频繁使用照明会很快将电池耗尽。

自动照明功能须知

- 将手表戴在手腕的内侧时，手臂的移动或振动都可能会使自动照明功能频繁动作、点亮照明。为避免耗尽电池，每当要进行可能会使照明频繁点亮的活动时，请将自动照明功能解除。
- 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。



- 若表面左右两侧倾斜超过 15 度，照明有可能无法点亮。必须保持您的手背与地面平行。
- 即使让手表表面保持面朝您的状态，照明也会在预设照明持续时间经过后熄灭。
- 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，请将手臂完全放下，让手臂回到自然位置的腰侧，然后提起来再试一次。
- 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。此声音由自动照明功能的机械动作所产生，并不表示手表出现了问题。

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。

- 即使解除了按钮操作音，闹铃、整点响报及倒数计时器模式的闹铃也将正常鸣响。

如何开启或解除按钮操作音



1. 在计时模式中，按住 (C) 键直到下列各步发生。
 - **Hold SET** 出现在数字画面上。→ **HT** 闪烁。→ 秒针指向本地城市代码。
2. 用 (D) 键在数字画面上循环切换设定，直到按钮操作音设定 (**MUTE** 或 **BEEP**) 出现。
 - 有关如何选择设定画面的说明，请参阅“如何改变时间及日期”一节中的第 3 步。
3. 按 (A) 键交替开启 (**BEEP**) 或解除 (**MUTE**) 按钮操作音。
4. 设定完毕后，按 (C) 键退出设定画面。

疑难排解

时间设定

■ 现在时间有一个小时的误差。

可能需要改变本地城市的标准时间 / 夏令时间 (DST) 设定。要改变标准时间 / 夏令时间 (DST) 设定时请使用“如何改变时间及日期”一节中的操作步骤。

指针基准位置的调整

■ 指针指示的时间与数字画面上显示的时间不同。

若画面上显示的时间与指针指示的时间不一致，则说明指针的基准位置不正确。使用指针基准位置调整模式进行调整。

传感器模式

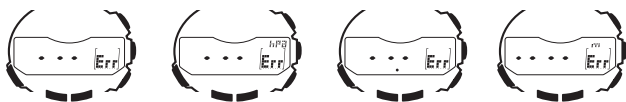
■ 无法改变温度、气压及高度单位。

当 **TOKYO (TYO)** (东京) 被选作本地城市时，高度单位自动被设定为米 (m)，气压单位被设定为百帕斯卡 (hPa)，而温度单位被设定为摄氏 (°C)。这些设定不能改变。

■ 使用传感器时数字画面上出现“Err”。

手表受到强烈的撞击时，可能会使传感器发生故障或使内部电路接触不良。这种情况发生时，Err (错误) 将出现在画面上，并且传感器操作无法进行。

罗盘测定值 气压测量值 温度测量值 高度测量值



- 若在一种传感器模式的测量操作进行过程中 **Err** 出现，请重新进行测量。若 **Err** 再次在数字画面上出现，则可能表示传感器出现了问题。
- 即使电池的电力为第 1 级 (H) 或第 2 级 (M)，但若电压不足，罗盘模式、气压计 / 温度计模式或测高计模式的传感器将无法动作。此时，**Err** 将出现在数字画面上。这并不表示手表发生了故障，电池的电压恢复其正常水平后，传感器应可恢复动作。
- 若在测量过程中 **Err** 频繁出现，则其可能表示相应的传感器出现了问题。

■ 进行了双向校准或北向校准后“Err”出现在数字画面上。

--- 出现后 **Err** (错误) 跟着出现在校准画面上时，表示传感器出现了问题。

- 若 **Err** 在约一秒钟后消失，则请再次进行校准。
- 若 **Err** 继续出现，请与您的经销商或就近的卡西欧特约代理店联系，委托他们检查手表。

■ 进行了北向校准后“Err”出现在数字画面上。

Err 信息显示传感器可能出现了问题。在校准操作进行过程中移动手表也可能使 **Err** 信息出现。再次进行校准操作，小心不要让手表移动。若问题仍未解决，则问题的原因可能是附近的地球磁场。请从头开始再次进行校准操作。

传感器发生故障时，请尽快将手表送到您的经销商或就近的卡西欧特约代理店处。

■ 方向测定值不正确的原因是什么？

- 双向校准不正确。请执行双向校准。
- 在如家用电器、大型铁桥、钢柱、高架电线等强磁场源附近，或试图在列车、船舶等进行方向测定。请从大型金属物体旁移开并再试一次。请注意，罗盘操作不能在列车、船舶等进行。

■ 为什么在同一地方进行的方向测定会产生不同的测定结果？

附近的高压电线产生的磁场干扰了本表对地球磁场的探测。请从高压电线旁移开并再试一次。

■ 为什么在室内进行方向测定时出现问题？

电视机、个人电脑、扬声器或其他物体干扰了本表对地球磁场的测定。请从造成干扰的物体旁边移开或在室外进行方向测定。在钢筋混凝土建筑物内进行方向测定会很困难。请注意，在列车、飞机等之内不能进行方向测定。

■ 进入气压计 / 温度计模式时为什么秒针不指示气压差？

- 可能表示传感器有问题。再按 (B) 键一次。
- 若气压测量值超出了容许测量范围 (260 至 1,100hPa)，则秒针不指示气压差。

世界时间模式

■ 世界时间模式中的世界时间城市的时间不准。

可能是标准时间及夏令时间的设定错误。有关详情请参阅“如何指定一个城市的标准时间或夏令时间 (DST)”一节。

充电

■ 让手表照射光线后，手表不恢复运作。

电力水平下降到第 5 级之后可能会出现此种情况。继续让手表照射光线直到电池电力指示符显示“H”或“M”。

规格

常温下的精确度：每月 ± 15 秒

数字计时：月、日、星期

日历：2000 年至 2099 年间的全自动日历。

其他：两种显示格式 (星期及气压图)

指针计时：时、分 (指针每 10 秒钟转动一下)，秒

其他：本地城市代码 (可在 29 个城市代码及 UTC 中选择)；标准时间 / 夏令时间 (日光节约时间)

罗盘：20 秒钟连续测定；16 个方向；角度值为 0° 至 359°；指针指示北方；校准 (双向，北向)；磁偏角校正

气压计：

测量及显示范围：

260 至 1,100 hPa (或 7.65 至 32.45 inHg)

显示单位：1 hPa (或 0.05 inHg)

测量时间：每天从午夜开始每两小时测量一次 (每天 12 次)；在气压计 / 温度计模式中时每五秒钟测量一次

其他：校准；手动测量 (按钮操作)；气压图；气压差指针

温度计：

测量及显示范围：-10.0 至 60.0°C (或 14.0 至 140.0°F)

显示单位：0.1°C (或 0.2°F)

测量时间：在气压计 / 温度计模式中时每五秒钟测量一次

其他：校准；手动测量 (按钮操作)

测高计：

测量范围：无参考高度的情况下 -700 至 10,000 m (或 -2,300 至 32,800 ft.)

显示范围：-10,000 至 10,000 m (或 -32,800 至 32,800 ft.)

根据参考高度的测量或由于大气环境可能会产生负数值。

显示单位：5 m (或 20 ft)

现在的高度数据：以 5 秒钟为间隔测量 1 个小时 (0'05)；或以 5 秒钟为间隔测量最初 3 分钟，然后以 2 分钟为间隔测量 10 个小时 (2'00)

高度存储器数据：

手动保存记录：14 个 (高度，日期，时间)

自动保存值：最高高度 (随同测量的月、日、时间)，最低高度 (随同测量的月、日、时间)，累积上升高度 (随同首次测量的月、日、时间)，累积下降高度 (随同首次测量的月、日、时间)

其他：参考高度设定；高度图；高度差；高度自动测量方式 (0'05 或 2'00)

方位传感器的精度：

方向：± 10° 之内

本表能保证在 -10°C 至 40°C (14°F 至 104°F) 温度范围内的测量结果的准确性。

秒针指示的北：刻度中各标记的误差为 ± 2°。

气压传感器的精度：

	条件 (高度)	测高计	气压计
固定温度	0 至 6000 m 0 至 19680 ft.	± (高度差 × 2% + 15 m) m ± (高度差 × 2% + 50 ft.) ft.	± (气压差 × 2% + 2 hPa) hPa ± (气压差 × 2% + 0.059 inHg) inHg
	6000 至 10000 m 19680 至 32800 ft.	± (高度差 × 2% + 25 m) m ± (高度差 × 2% + 90 ft.) ft.	
受温度变化的影响时	0 至 6000 m 0 至 19680 ft.	每 10°C ± 50 m 每 50°F ± 170 ft.	每 10°C ± 5 hPa 每 50°F ± 0.148 inHg
	6000 至 10000 m	每 10°C ± 70 m	
	19680 至 32800 ft.	每 50°F ± 230 ft.	

• 在 -10°C 至 40°C (14°F 至 104°F) 的温度范围内保证数值的精确性。

• 强烈撞击或极端温度会降低手表或传感器的精度。

温度传感器的精度：

± 2°C (± 3.6°F)，在 -10°C 至 60°C (14.0°F 至 140.0°F) 的范围内。

秒表：

测量单位：1/100 秒

测量限度：59' 59.99"

测量模式：经过时间，中途时间，两名选手的完成时间

倒数计时器：

测量单位：1 秒

倒数开始时间的设定范围：60 分钟 (以 1 分钟为单位)

闹铃：5 个每日闹铃；整点响报

世界时间：29 个城市 (29 个时区)

其他：标准时间 / 夏令时间；本地城市 / 世界时间城市交换功能

照明：LED (发光二极管) 照明；照明持续时间可选 (约 1.5 秒钟或 3 秒钟)；自动照明功能开启 / 解除 (只在暗处动作的 Full Auto LED Light (全自动 LED 照明))

其他：电池电力指示符；节能功能；耐低温 (-10°C/14°F)；按钮操作音开启 / 解除；时制 (12 小时及 24 小时)

电源：太阳能电池及一个充电电池

电池的供电时间：在下列条件下约为 6 个月 (从充满电到降至第 4 级电力)：

- 手表不见光
- 内部计时
- 画面每天显示 18 个小时、休眠 6 个小时
- 照明每天点亮一次 (1.5 秒)
- 闹铃每天鸣响 10 秒
- 罗盘操作每周 10 次
- 测高计的测量每月一次 10 个小时
- 气压测量值及气压图每两个小时更新一次 (每天 12 次)。

频繁使用照明会很快将电池耗尽。使用自动照明功能时需要特别注意。

City Code Table

City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential	City Code	City	UTC Offset/ GMT Differential
PAGO PAGO (PPG)	Pago Pago	-11	KABUL (KBL)	Kabul	+4.5
HONOLULU (HNL)	Honolulu	-10	KARACHI (KHI)	Karachi	+5
ANCHORAGE (ANC)	Anchorage	-9	DELHI (DEL)	Delhi	+5.5
LOS ANGELES (LAX)	Los Angeles	-8	KATHMANDU (KTM)	Kathmandu	+5.75
DENVER (DEN)	Denver	-7	DHAKA (DAC)	Dhaka	+6
CHICAGO (CHI)	Chicago	-6	YANGON (RGN)	Yangon	+6.5
NEW YORK (NYC)	New York	-5	BANGKOK (BKK)	Bangkok	+7
SANTIAGO (SCL)	Santiago	-4	HONG KONG (HKG)	Hong Kong	+8
RIO	Rio De Janeiro	-3	TOKYO (TYO)	Tokyo	+9
PRAIA (RAI)	Praia	-1	ADELAIDE (ADL)	Adelaide	+9.5
UTC		0	SYDNEY (SYD)	Sydney	+10
LONDON (LON)	London		NOUMEA (NOU)	Noumea	+11
PARIS (PAR)	Paris	+1	WELLINGTON (WLG)	Wellington	+12
ATHENS (ATH)	Athens	+2			
JEDDAH (JED)	Jeddah	+3			
TEHRAN (THR)	Tehran	+3.5			
DUBAI (DXB)	Dubai	+4			

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