

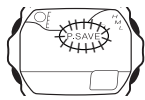
## 事前须知

感谢阁下购买CASIO手表。为了最有效地使用本表，请详细阅读本说明书并妥善保管以便日后在有需要时随时查阅。

在使用前请将手表放置在亮光下为电池充电。  
在亮光下充电时本表亦可使用。

- 请阅读本说明书“电池”一节的有关在亮光下充电的重要资料。

若显示画面熄灭...



若P.SAVE指示符在画面上闪动，此表示为了省电，液晶画面被本表的省电功能熄灭。若将本表放置在黑暗中，经过一段时间后，省电功能便会自动熄灭画面，使手表进入休眠状态。

- 在出厂时省电功能的缺省设定为开启。
- 将手表移到光亮的地方、按任意按钮，或扭动手腕使手表面向您，便可使画面恢复显示。
- 有关详情，请参阅“省电功能”一节的说明。

## 部位说明

- 按C键可进行各模式间的切换。
- 在任意模式中，按L按钮都可点亮画面的照明。



按C键。

关于本说明书

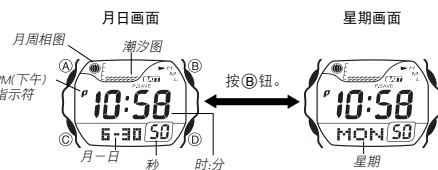


(照明)

- 按钮会以图中所示的字母表示。
- 本说明书的每一节都会为您讲述一种模式的操作。有关技术资料等详情，请参阅“参考资料”中的说明。

## 计时模式

计时模式用以设定及查看当前时间及日期。



- 潮汐图根据计时模式中的当前时间来显示当前日期的潮汐动态。
- 月周相图根据计时模式中的当前日期来显示当前月周相。

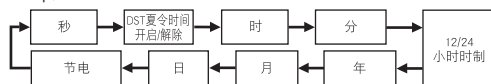
### 重要!

- 注意必须正确设定计时模式中的当前日期、时间及居住地，否则月周相、潮汐图及月球/潮汐数据无法正确显示。有关详情，请参阅“居住地数据”一节中的说明。

如何设定时间及日期



1. 在计时模式中，按住A按钮直至秒数位开始闪动。此表示已进入设定画面。
2. 使用C按钮依照下顺序选择要设定的项目(闪动)。



3. 选择要更换的设定项目后(闪动)，使用D按钮及B按钮可如下所示更改设定值。

设定	按钮操作
秒	按D按钮可使秒数复位至00。
夏令时间 开启/解除	按D按钮可交替选择夏令时间(0F)或标准时间(0F)。
时、分、年、月、日	按D(+)按钮及B(-)按钮更改设定值。
12/24小时制	按D按钮交替选择12小时(12H)或24小时(24H)制。
省电	按D开启(0F)或解除(0F)省电功能。

4. 按A按钮2次退出设定画面。

- 按第一下A按钮，GMT格林威治标准时差设定画面会显示。再次按A按钮可退出设定画面。
- 有关省电功能设定的详情，请参阅“省电功能”一节的说明。
- 本表的所有其他功能均会采用在计时模式中选择的12小时/24小时制。
- 星期会根据您所设定的日期(年、月及日)自动进行设定调整。

### 警告!

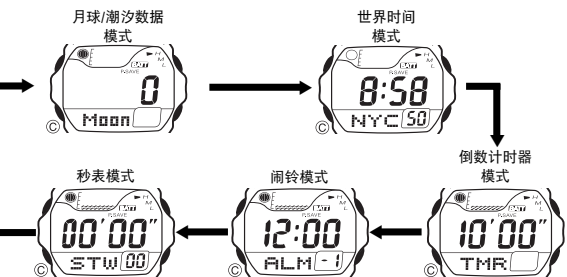
- 本表所显示的经度、月潮间隔、月周相图及潮汐图数据不可作为导航目的使用。在需要导航时，请使用正确的仪器及信息源。
- 本表不是用以计算低潮及高潮时间的装置。本表潮汐图中有关潮汐动态的数据只可作为参考目的使用。
- CASIO COMPUTER CO., LTD. 对于因使用本表而导致的任何损失或第三者的任何索赔一律不负任何责任。

关于本说明书



(照明)

- 按钮会以图中所示的字母表示。
- 本说明书的每一节都会为您讲述一种模式的操作。有关技术资料等详情，请参阅“参考资料”中的说明。

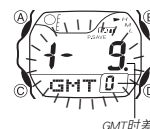


## 居住地数据

注意必须正确设定居住地数据(GMT格林威治标准时差、经度及月潮间隔)，否则月周相、潮汐图及月球/潮汐数据无法正确显示。

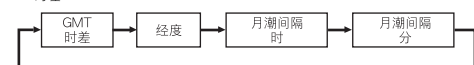
- GMT格林威治标准时差是每个时间区与格林威治标准时间之间的时差。
- 月潮间隔是指月球由子午线到达下一个高潮时所经过的时间。有关详情，请参阅“月潮间隔”一节中的说明。
- 本表使用度数及分数表示月潮间隔。
- 有关世界各地的GMT格林威治标准时差、经度及月潮间隔的详情，请参阅“Site Data List”(地点数据表)及“Lunitidal Interval List”(月潮间隔表)。
- 以下是在您购入本表时的居住地原厂缺省预置设定(日本东京)。每当电量降至第4级及每当更换电池时，居住地数据会返回该设定。请将这些设定改为您通常使用本表所在地的数据。  
GMT时差(+9.0); 经度(东经140度); 月潮间隔(5小时20分)

如何设定居住地数据



GMT时差

1. 在计时模式中，按住A按钮直至秒数位开始闪动。此表示已进入设定画面。
2. 再按A按钮显示GMT时差设定画面。
3. 按C按钮可依照下述顺序选择设定(闪动)。



4. 选择要更改的设定后(闪动)，使用D及B按钮如下所示更改设定值。

设定	画面	按钮操作
GMT时差	1- 9. GMT 0	使用D(+)按钮及B(-)按钮更改设定值。 • 您可以0.5小时为单位在-11.0至+14.0之间设定。
经度	14 0° LON E	使用D(+)按钮及B(-)按钮更改设定值。 • 您可以1度为单位在179°W至180°E之间设定。
月潮间隔 时及分	5:20 INT	使用D(+)按钮及B(-)按钮更改设定值。

5. 按A按钮退出设定画面。

## 月球/潮汐数据模式

**月周相图**

月球/潮汐数据包括指定日期的月龄与月周相以及居住地的指定日期及时间的潮汐动态。

- 若发现因某些原因本表所显示的月球/潮汐数据不正确, 请检查计时模式中的数据(当前时间、日期及居住地设定)是否正确, 并根据需要进行适当的调整。
- 有关月周相图及潮汐图的详情, 请分别参阅“月周相图”及“潮汐图”中的说明。
- 本节内的所有操作都必须在月球/潮汐数据模式中进行。请按 **C** 键进入该模式。

### 月球/潮汐数据画面

在月球/潮汐资料数据模式中, 每次按 **A** 键可交替显示月球数据及潮汐数据画面。

- 当进入月球/潮汐数据模式时, 计时模式中当前日期的月球数据(月龄及月周相图)会首先显示。

### 如何查阅指定日期的月球数据

显示月球/潮汐数据模式的月球数据画面后, 使用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键选择您要查阅其月球数据的日期。

- 日期可在2000年至2039年间选择。

### 如何查阅指定时间的潮汐数据

- 显示月球/潮汐数据模式的月球数据画面后, 使用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键选择您要查阅其潮汐数据的日期。
- 按 **A** 键显示潮汐数据画面。
  - 画面最初会显示上午6:00的潮汐图。
- 指定您要查阅的潮汐数据的时间。
- 使用 **D** (+) 键及 **B** (-) 键以1小时为单位更改时间。

## 世界时间模式

世界时间模式可显示27个城市(29个时区)的当前时间。

- 计时模式中的时间与世界时间模式中的时间相互独立, 请分别进行时间的设定。
- 若更改世界时间模式中某城市的时间, 其他城市的时间亦会随之变动。
- 有关城市代码的详情, 请参阅“City Code Table”(城市代码表)。
- 本节中所有的操作都必须在世界时间模式中进行。请按 **C** 键进入此模式。

### 如何查阅其他城市代码的时间

在世界时间模式中, 按 **D** 键可向东切换城市代码(时区), 按 **B** 键则向西切换。

### 如何设定世界时间模式中的当前时间

- 在世界时间模式中, 按 **D** 及 **B** 键选择您要的城市代码。
- 选择城市代码后, 按住 **A** 键直至DST夏令时间的开启/解除设定在画面中闪动。此表示现已进入设定画面。
- 按 **C** 键依照下示顺序选择设定项目(闪动)。

- 选择要更改的设定项目后(闪动), 使用 **B** 键及 **D** 键可如下所示更改设定值。

设定	按钮操作
夏令时间 开启/解除	按 <b>C</b> 键交替选择夏令时间(ON)或标准时间(OFF)。
时、分	使用 <b>D</b> (+) 键及 <b>B</b> (-) 键更改设定。

- 选用12小时制时, 注意世界时间的上午(无指示符)或下午(指示符P)必须设定正确。
- 按 **A** 键退出设定画面。
- 注意当选择GMT作为城市代码时无法在标准时间和夏令时间间切换。
- 注意DST夏令时间/标准时间的设定只对在画面内显示中的城市代码有效。其他城市代码不受影响。
- 某城市代码的夏令时间功能经开启后, 在显示该城市代码时, DST指示符会出现。

## 倒数计时器模式

倒数计时器可在1至60分钟之间进行设定。当倒数到达零时, 闹铃会开始鸣响。本倒数计时器设有2种模式, 即自动重复模式及经过时间模式, 以及可表示倒数进度的进度响报功能。这些独特的功能使本倒数计时器成为测量冲浪或帆船比赛开始时间的最佳工具。

- 在本节中的所有操作都必须在倒数计时器模式中进行。请按 **C** 键进入该模式。

### 倒数计时器的设定

在使用倒数计时器前, 请进行以下设定。

倒数开始时间及复位时间  
计时器模式(自动重复模式、经过时间模式)  
进度响报的开启/解除

- 有关计时器设定的详情, 请参阅“如何设定倒数计时器”一节的说明。

### 复位时间

在此所谓的“复位时间”是一种可替换的倒数开始时间。该复位时间可在倒数操作进行时, 通过按钮的操作随时显示在画面中。

### 计时器模式

本倒数计时器设有2种模式让您选用: 自动重复模式及经过时间模式。

### 自动重复模式

- 自动重复模式在倒数到零时自动由您设定的开始时间开始重新倒数。
- 自动重复模式最适合用以测量各种运动赛的开始时间。
- 即使由复位时间开始倒数操作, 在倒数至零时, 本表亦会再次由倒数开始时间起开始倒数。
- 自动重复模式可重复7次倒数。

### 经过时间模式

- 选用经过时间模式时, 每当倒数结束后, 计时器会自动切换至测计经过时间的操作。
- 经过时间模式最适合测量帆船比赛的速度。
- 经过时间模式以1秒为单位进行最长99小时59分59秒的测量。

### 倒数计时器响报的操作

在倒数计时的过程中, 本表会在不同的阶段发出鸣响使您即使不看手表亦能掌握目前的倒数状况。以下是关于本表在不同的倒数阶段发出的不同的响报的说明。

### 倒数结束响报

- 本表会在倒数至零的最后10秒及倒数至零时, 每秒发出鸣响。在倒数至零时, 本表会发出一声长鸣。
- 无论进度响报开启或解除, 倒数结束响报都会鸣响。

### 进度响报

- 进度响报实际上可分为2种响报: 一是复位时间响报, 另一是复位期间进度响报。
- 复位时间响报及复位期间进度响报只会在进度响报功能开启时响报。

### 复位时间响报

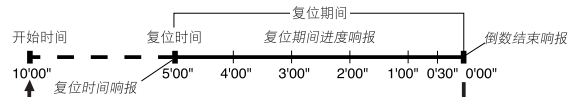
复位时间响报与倒数结束响报相似。进度响报功能开启后, 本表会在到达复位时间最后10秒时每秒发出鸣响。

### 复位期间进度响报

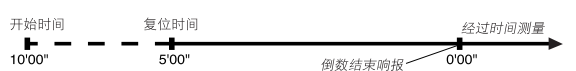
复位期间是指在倒数过程中复位时间至零之间的期间。进度响报功能开启后, 本表会在复位期间于每分钟之初及倒数至零前30秒发出4声短鸣。

### 倒数计时器的使用范例

倒数开始时间: 10分钟; 复位时间: 5分钟; 计时器模式: 自动重复; 进度响报: 开启

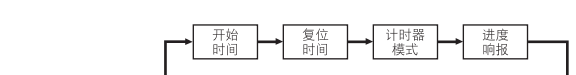


倒数开始时间: 10分钟; 复位时间: 5分钟; 计时器模式: 经过时间; 进度响报: 解除



### 如何设定倒数计时器

- 在倒数计时器模式中, 当倒数开始时间显示时, 按住 **A** 键直至倒数开始时间的设定开始闪动。此表示现已进入设定画面。
  - 若倒数开始时间不出现, 请使用“如何使用倒数计时器”中所述操作将其显示。
- 按 **C** 键依照下示顺序选择设定项目(闪动)。



3. 选择要更改的设定(闪动), 使用④及⑤键如下所示更改设定值。

设定	画面	按钮操作
开始时间		使用④(+ )键及⑤(- )键更改设定值。 • 您可以1分钟为单位在1至60分钟之间设定。
复位时间		使用④(+ )键及⑤(- )键更改设定值。 • 您可以1分钟为单位在1至5分钟之间设定。
计时器模式		按②键交替选择自动重复模式(③)或经过时间模式(④)。 • 在选用自动重复模式时, 自动重复指示符(④)会出现。
进度响报		按②键交替开启(③)或解除(④)进度响报功能。

4. 按②键退出设定画面。

• 复位时间设定必须较倒数开始时间的设定短。

### 如何使用倒数计时器



- 在倒数计时器模式中, 按②键即可开始倒数。
- 若不停止倒数, 即使退出倒数计时器模式, 倒数亦会持续进行。
- 下表是有关控制倒数的按钮操作。

目的:	操作:
停止倒数操作	按②键。
恢复倒数操作	再按②键。
显示倒数开始时间	在倒数停止时, 按②键。
停止倒数及显示复位时间	按②键。
由复位时间开始倒数	按②键。

• 下表是在经过时间模式中测量经过时间时可进行的按钮操作。

目的:	操作:
停止经过时间的测量操作	按②键。
恢复暂停中的经过时间测量操作	再按②键。
显示倒数开始时间	在经过时间的测量操作停止的状态下, 按②键。
停止经过时间的测量操作及显示复位时间	按②键。
由复位时间开始倒数	按②键。

### 闹铃模式

本表设有5个可单独使用的每日闹铃, 闹铃功能经开启后, 本表在到达预设的时间时会发出鸣响。5个闹铃中的1个可设为间歇闹铃或一次鸣响闹铃, 其他4个只可作为一次鸣响闹铃使用。

本表配备整点响报功能, 开启该功能后, 本表会在每小时整点时发出2声鸣响。5个闹铃中的1个可设为间歇闹铃或一次鸣响闹铃, 其他4个只可作为一次鸣响闹铃使用。

• 本表的5个闹铃均配有1至5的编号。整点响报画面则以:00表示。

• 进入闹铃模式时, 前一次退出闹铃模式时的画面会首先出现。

• 本节中的所有操作都须在闹铃模式中执行。请按②键进入该模式。

### 如何设定闹铃时间

1. 在闹铃模式中, 使用④键选择闹铃画面, 直至您要设定的闹铃画面出现为止。

- 闹铃1可设为间歇闹铃或一次鸣响闹铃。闹铃2至5只可作为一次鸣响闹铃使用。
- 间歇闹铃会每隔5分钟鸣响1次。
- 选择要设定的闹铃后, 按住④键直至闹铃时间的时数位在画面中闪动。此表示已进入设定画面。
- 此时闹铃功能会自动开启。
- 按②键选择时数位或分数位(闪动)。
- 当设定值闪动时, 按④(+ )键及⑤(- )键更改设定值。
- 使用12小时制时, 注意闹铃时间的上午(无指示符)或下午(指示符P)的设定必须正确。
- 按②键退出设定画面。

### 闹铃的运用

每当到达闹铃时间时, 闹铃会鸣响约10秒。间歇闹铃则会每隔5分钟鸣响1次, 总共重复7次。您可途中解除闹铃或将间歇闹铃改为一次鸣响闹铃。

### 注意

- 按任意键可停止闹铃鸣响。
- 在间歇闹铃的5分钟间隔中, 若进行下列操作, 目前间歇闹铃的运用会被解除。  
显示计时器模式的设定画面  
显示闹铃1的设定画面

### 如何试听闹铃的鸣响

在闹铃模式中, 按住②键可使闹铃鸣响。

### 如何开启及解除闹铃2至5

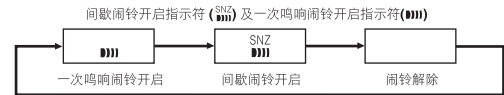


一次鸣响闹铃开启指示符

- 在闹铃模式中, 使用④键选择1个一次鸣响闹铃(闹铃2至5)。
- 按②键开启或解除所选择的闹铃。
- 开启一次鸣响闹铃(闹铃2至5)后, 一次鸣响闹铃开启指示符(④)会在画面中出现。
- 一次鸣响闹铃开启指示符会在所有模式中出现。
- 任何闹铃开启后, 闹铃开启指示符会在所有模式中显示。

### 如何选择闹铃1的运用

- 在闹铃模式中, 使用④键选择闹铃1。
- 按②键依照下示顺序循环选择设定项目。



- 闹铃开启后, 相应的开启指示符(④或SNZ)会在所有模式中出现。
- 间歇闹铃开启指示符(SNZ)会在闹铃停止鸣响的5分钟间隔内闪动。
- 间歇闹铃开启时, 显示闹铃1的设定画面会自动解除间歇闹铃(自动使闹铃1改设为一次鸣响闹铃)。

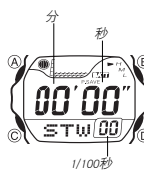
### 如何开启及解除整点响报功能



整点响报开启指示符

- 在闹铃模式中, 按②键选择整点响报的设定。
- 按②键交替选择开启或解除此功能。
- 开启整点响报功能后, 整点响报开启指示符(④)会在画面中出现。
- 整点响报开启指示符会在所有模式中出现。

### 秒表模式



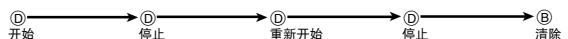
1/100秒

秒表模式用以测量经过时间、中途时间与两名选手完成时间。

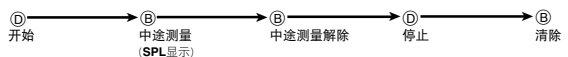
- 秒表的显示限度是59分59.99秒。
- 若不停止秒表, 测时会一直不停地进行。到达测时限度时, 秒表会再次由0开始重新测时。
- 若不停止秒表, 即使退出秒表模式, 测时亦会继续进行。
- 中途时间在画面中显示时, 若退出秒表模式, 中途时间会被清除而画面会返回经过时间的测量画面。
- 本节中的所有操作都必须要在秒表模式中执行。请按②键进入该模式。

### 如何使用秒表测量时间

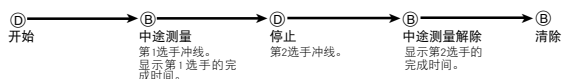
#### 经过时间的测量



#### 中途时间的测量



#### 两名选手完成时间的测量



### 照明

#### 自动照明开启指示符



本表采用一块EL(电子荧光)板作为照明, 其可点亮整幅显示屏, 即使在黑暗中画面亦明亮易观。本表还设有自动照明功能, 只要将手表表面向您转动, 照明便会自动点亮。

- 若要使用自动照明功能, 必须先开启该功能(自动照明开启指示符会在显示画面中出现)。
- 有关使用照明的其他重要信息, 请参阅“照明须知”一节的说明。

#### 如何手动点亮照明

- 在任意模式中, 按②键可点亮照明约1秒。
- 无论自动照明功能是否开启, 上述操作都可点亮照明。

### 关于自动照明功能

自动照明功能开启后, 每当您如下所示转动手腕, 自动照明便会点亮约1秒。注意在使用自动照明功能时, 本表的“Full Auto EL Light”的特性使自动照明只会于周围亮度降低至某个程度后才会点亮。在光亮的地方, 自动照明不会点亮。

将本表移至与地面平行的位置上, 然后再将其表面向您转动超过40度即可点亮照明。



## 警告！

- 在自动照明功能开启的情况下观看手表时，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行为时，必须特别小心谨慎。注意照明会突然点亮，请避免使您周围的人受惊或注意力分散。
- 在骑自行车、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。这是因为自动照明有可能会突然点亮，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

- 在计时模式中，按住②按钮约2秒可交替开启(☀️出现)或解除(☀️消失)自动照明功能。
- 自动照明功能开启后，自动照明开启指示符(☀️)会在所有模式中显示。

## 电池

本表装备有太阳能电池及一个蓄电池(二次电池)。蓄电池可储存由太阳能电池所产生的电能。下图是在充电时如何放置手表的说明。

范例：将表面对准光源。

- 注意若有部分太阳能电池受衣物等的遮挡，充电效率则会降低。
- 树脂表带手表的放置方法图。



## 重要！

- 将本表长期存放在无光线的地方或戴表时受衣物的遮挡而无法照到光线，都会导致蓄电池内的电量耗尽。请尽可能经常让本表照到明亮的光线。
- 本表装有一个太阳能电池，其可利用光能发电，并将所发的电存入内藏的蓄电池内。通常蓄电池无需更换，但经过数年使用后，其充电能力会逐渐降低以致无法将电充足。若您发现蓄电池的电量无法充足，请与您购入本表的商店或CASIO代理店联络有关更换蓄电池的事宜。
- 蓄电池只可更换为CASIO指定的CTL1616型电池。使用其他蓄电池会损坏本表。
- 每当电量降低至第4级及更换电池时，本表存储器内的数据会全部删除，当前时间及其他所有设定都会返回至原厂缺省设定。
- 若您长期存放本表，请开启本表的节电功能并放置在通常能受光线照射的地方。如此可防止蓄电池的电量耗尽。

## 电池电量指示符

本表设有电池电量指示符，其可显示目前蓄电池内的电量状态。

### 电池电量指示符



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		鸣音、照明、显示功能及按钮无法使用。
4		所有功能包括计时功能无法使用。

- 在电量降低至第3级时，指示符CHARGE会在画面中闪烁表示电池电量已非常低，必须立即放置在阳光下充电。
  - 在电量为第4级时，本表的所有功能都会停止，并且所有设定都会返回至原厂缺省设定。充电后各功能虽然会恢复，但将电量由第4级充电到第3级(闪烁的CHARGE指示符表示第3级状态)后，您必须设定时间及日期。电量一旦下降到第4级后，直到充电到第2级(无CHARGE指示符显示)为止，所有其他设定都无法进行。
  - 注意在直射阳光或其他强光的照射下，本表的电池电量指示符会暂时显示一个较实际电量高的级数。正确的电池电量级数会在数分钟后出现。
  - 若在短时间内频繁使用照明或闹铃，指示符RECOVER会在画面中出现。此时下述功能会无法使用直至电池电量恢复为止。
- 照明  
鸣音  
经过一段时间，当电池电量恢复及指示符RECOVER消失后，上述功能又可恢复使用。

## 充电注意事项

在某些状况下充电会导致本表过热。请避免将本表放置在下述地方为蓄电池充电。注意手表的温度过热会导致液晶显示画面熄灭。在手表温度降低后液晶显示画面应会恢复正常。

## 警告！

- 置于强光下为蓄电池充电会导致本表过热。请小心处理本表避免烫伤。注意尤其在下述情况下长时间充电会使手表非常烫热。
- 受阳光直接照射的汽车仪表盘上
- 过于接近白炽灯的地方
- 直接置于太阳光下

## 充电指南

电量充足后，在下述条件下，计时功能可运作约12个月。

### 操作条件

- 手表不曝光
- 画面每日显示18小时，休眠状态每日6小时
- 照明每日点亮1次(1.5秒)
- 闹铃每日鸣响10秒
- 倒计时器每日使用1次

## 充电时间

每日只需进行下表中的充电便可恢复以上操作所消耗的电量。

曝光度(亮度)	大约曝光时间
室外阳光下(50,000 lux)	5分钟
在有阳光的窗口下(10,000 lux)	24分钟
在阴天的窗口下(5,000 lux)	48分钟
在室内日光灯下(500 lux)	8小时

- 经常充电可保持本表操作的安定性。

## 恢复时间

下表是有关将蓄电池内的电量升高一级所需要的充电时间。

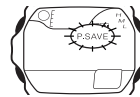
曝光度(亮度)	大约曝光时间			
	第4级	第3级	第2级	第1级
室外阳光下(50,000 lux)	90分钟	25小时	7小时	
在有阳光的窗口下(10,000 lux)	6小时	126小时	35小时	
在阴天的窗口下(5,000 lux)	11小时		---	

- 上述曝光时间皆为参考值。实际需要的曝光时间根据亮度条件而定。

## 参考资料

在此节中我们会讲述更多有关操作本表的详细及技术资料，其中还包括有本表的某些功能及特长的使用注意事项。

## 节电功能



开启节电功能后，若将手表放置在黑暗中经过一定时间，手表会自动进入休眠状态。下表是有关节电功能对手表各功能的影响。

在黑暗中的经过时间	画面显示	操作
60至70分钟	空白，P.SAVE 不闪烁	显示画面熄灭，但所有功能维持正常操作。
6或7日	空白，P.SAVE 不闪烁	所有功能无法使用，但计时功能仍维持正常。

- 将手表戴在衣袖之内会使手表进入休眠状态。
- 在上午6时至下午10时59分之间，本表不会进入休眠状态。若在上午6时之前本表已进入休眠状态，则休眠状态会保留。
- 在倒计时器模式或秒表功能模式中，手表会无法进入休眠状态。

## 如何解除休眠状态

请进行下述任何一项操作。

- 将手表放置在光亮的地方。
- 按任意键。
- 扭动手腕使手表面向您。

## 如何开启及解除节电功能



- 在计时模式中，按住(A)按钮直至秒数位开始闪烁。此表示已进入设定画面。
  - 按(C)按钮8次直至节电功能的开启/解除画面出现。
  - 按(B)按钮交替开启(ON)或解除(OFF)节电功能。
  - 按(A)按钮2次退出设定画面。
- 节电功能开启后，节电开启指示符(P.SAVE)会在所有模式中显示。

## 月周相图

本表的月周相图如下显示当前的月周相。

(不可见部分) 月周相(可见部分)

月周相图							
月龄	0, 1, 29	2 - 5	6 - 9	10 - 13	14 - 16	17 - 20	21 - 24
月周相	新月		半月(月盈)		满月		半月(月缺)

- 本月周相图是于正午站在北半球向南观望时所看到的形状。注意本月周相图的形状有可能与您所在地区看见的月亮的实际形状有差异。
- 站在南半球或赤道附近观看时，本月周相图会是左右相反的。

## 月周相与月龄

月球的周转时间为29.53日。它的盈亏形状是根据太阳的照射及地球、月球与太阳的相对位置而定。月球与太阳的角度距离\*越大，我们所看见的部位就会越多。

\*由地球上观看太阳时相对于月球的角度。

月龄是指由新月到达某月周相时的日数。通常，中午或午夜会被当作参考点使用。本表根据月球在中午时的角度距离计算月龄，此会有±1日的误差。因此，本表的月周相图会与月球的实际形状略有差异。

本表使用以下公式计算月龄。

$$\text{月龄(日数)} = 29.53 \times (\text{月球的角度距离} / 360^\circ)$$



### 潮汐图

本表潮汐图上的波纹表示目前的潮汐。▲表示正在涨潮，而▼表示正在落潮。高潮及低潮时画面上不显示▲或▼。



### 潮汐动态

潮汐是指海洋、海湾等内的水由于地球、月球及太阳之间的万有引力而引起的周期性的涨落。潮汐的涨落通常约为6小时。本表的潮汐图所表示的潮汐动态是根据月球越过子午线的时间及月潮间隔所得出。因月潮间隔会根据您所在的位置而不同，所以用户必须指定月潮间隔，潮汐图才会显示正确的信息。

### 月潮间隔

理论上，高潮会在月球越过子午线时到达，而低潮会在约6小时后到达。但由于水的黏度、摩擦以及水面下的地势等因素，实际上到达高潮的时间会较迟。月球越过子午线与到达高潮之间的时差及月球越过子午线与到达低潮之间的时差都被称为“月潮间隔”。在本表设定月潮间隔时，请使用月球越过子午线与到达高潮之间的时差。

### 画面的自动返回

- 在某数位在画面中闪动时，若不作任何操作经过2或3分钟，本表会自动储存您已作的设定并且退出设定画面。
- 当本表在月球/潮汐数据模式或闹铃模式时，若不作任何操作经过2或3分钟，本表会自动改变至计时模式。

### 数据及设定值的选取

在各模式及设定画面中，使用Ⓑ及Ⓐ键可在画面中切换数据。通常在切换数据时，分别按住此二键可以进行高速切换。

### 计时模式

- 在将秒数复位至00时，若秒数值是于30-59之间，在秒数值回到00的同时，分数值会增加1；若秒数值是于00-29之间，分数值则保持不变。
- 选用12小时制时，指示符P(下午)会出现，表示中午至下午11时59分之间的时间。本表不显示指示符表示从午夜至上午11时59分之间的时间。
- 选用24小时制时，时间会在0:00至23:59间表示，此时无指示符显示。
- 年份可在2000年至2039年间设定。
- 本表设有全自动日历，其可调整长短月及闰年的日期，日期一旦设定，除电池电量降至第4级以外，无需再次调整。

### 世界时间模式

- 世界时间模式中的秒数与计时模式中的秒数同步。
- GMT世界标准时差是指格林威治标准时间与各时间区间的时差。
- 本表的GMT世界标准时差是根据协调世界时(UTC)计算得出。

### 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。
- 在阳光的直接照射之下，照明的光亮有可能难以看清。
- 当照明点亮时，本表会发出响音。这是由于EL电子荧光板点亮时的振动所引起，纯属正常并非表示本表发生了故障。
- 当闹铃鸣响时，照明会自动熄灭。
- 经常使用照明会缩短电池的寿命。

### 自动照明须知

- 将手表戴在手腕的内侧，以及您手臂的摆动或震动会使自动照明在不需要的时候点亮。为避免电量的消耗，请在进行会导致照明经常点亮的活动前将自动照明功能解除。



- 若表面相对于平行地面向上或下倾斜超过15度，照明有可能不会点亮。必须保持您手臂的背面与地面平行。
- 即使您保持手表表面向您，照明亦会在约1秒后熄灭。
- 静电及磁力会干扰自动照明的正常运作。若自动照明不点亮，请试将本表转回原位(与地面平行)，然后再次面向您转动。若仍无法点亮，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，表面转向您后照明要等约1秒后才会点亮。此属正常现象并非表示发生了故障。
- 当您前后摆动手臂时，您可能会注意到有非常轻微的喀嚓声从表内发出。此声音是由自动照明功能的机械动作所引起，并不表示本表发生了故障。

### City Code Table

City Code	City	GMT Differential	Other major cities in the same time zone
HNL	HONOLULU	-10.0	PAPEETE
ANC	ANCHORAGE	-9.0	NOME
LAX	LOS ANGELES	-8.0	VANCOUVER, SAN FRANCISCO, LAS VEGAS, SEATTLE, DAWSON CITY
DEN	DENVER	-7.0	EL PASO, EDMONTON
CHI	CHICAGO	-6.0	MEXICO CITY, HOUSTON, DALLAS/FORT WORTH, NEW ORLEANS, WINNIPEG
NYC	NEW YORK	-5.0	MIAMI, MONTREAL, DETROIT, BOSTON, PANAMA CITY, HAVANA, LIMA, BOGOTA
CCS	CARACAS	-4.0	LA PAZ, SANTIAGO, PORT OF SPAIN
RIO	RIO DE JANEIRO	-3.0	SAO PAULO, BUENOS AIRES, BRASILIA, MONTEVIDEO
---	---	-2.0	---
---	---	-1.0	AZORES, PRAIA
GMT	---	0.0	DUBLIN, LISBON, CASABLANCA, DAKAR, ABIDJAN
LON	LONDON	+0.0	---
PAR	PARIS	+1.0	MILAN, ROME, BERLIN, MADRID, FRANKFURT, AMSTERDAM, VIENNA, ALGIERS, STOCKHOLM, HAMBURG
CAI	CAIRO	+2.0	ISTANBUL, ATHENS, HELSINKI, BEIRUT, DAMASCUS, CAPE TOWN
JRS	JERUSALEM	+2.0	MOSCOW, KUWAIT, RIYADH, ADEN, ADDIS ABABA, NAIROBI
JED	JEDDAH	+3.0	---
THR	TEHRAN	+3.5	SHIRAZ
DXB	DUBAI	+4.0	ABU DHABI, MUSCAT
KBL	KABUL	+4.5	---
KHI	KARACHI	+5.0	MALE
DEL	DELHI	+5.5	MUMBAI, KOLKATA
DAC	DHAKA	+6.0	COLOMBO
RGN	YANGON	+6.5	---
BKK	BANGKOK	+7.0	JAKARTA, PHNOM PENH, HANOI, VIENTIANE
HKG	HONG KONG	+8.0	SINGAPORE, KUALA LUMPUR, TAIPEI, PERTH, BEIJING, MANILA, ULANBAATAR
TYO	TOKYO	+9.0	SEOUL, PYONGYANG
ADL	ADELAIDE	+9.5	DARWIN
SYD	SYDNEY	+10.0	GUAM, MELBOURNE, RABAU
NOU	NOUMEA	+11.0	PORT VILA
WLG	WELLINGTON	+12.0	CHRISTCHURCH, NADI, NAURU ISLAND

• Based on data as of June 2002.

## Site Data List

Site	GMT Differential		Longitude	Latitude
	Standard Time	DST/Summer		
ABIDJAN	0.0	1.0	4°W	5°N
ABU DHABI	4.0	5.0	54°E	24°N
ADDIS ABABA	3.0	4.0	39°E	9°N
ADEN	3.0	4.0	45°E	13°N
AMSTERDAM	1.0	2.0	5°E	52°N
ANCHORAGE	-9.0	-8.0	150°W	61°N
ATHENS	2.0	3.0	24°E	38°N
AZORES	-1.0	0.0	25°W	38°N
BANGKOK	7.0	8.0	100°E	14°N
BEIJING	8.0	9.0	116°E	40°N
BEIRUT	2.0	3.0	35°E	34°N
BOGOTA	-5.0	-4.0	74°W	5°N
BOSTON	-5.0	-4.0	71°W	42°N
BRASILIA	-3.0	-2.0	48°W	16°S
BUENOS AIRES	-3.0	-2.0	58°W	35°S
CAPE TOWN	2.0	3.0	18°E	34°S
CARACAS	-4.0	-3.0	67°W	10°N
CASABLANCA	0.0	1.0	8°W	34°N
CHICAGO	-6.0	-5.0	88°W	42°N
CHRISTCHURCH	12.0	13.0	173°E	43°S
DAKAR	0.0	1.0	17°W	15°N
DALLAS	-6.0	-5.0	97°W	33°N
FORT WORTH	-6.0	-5.0	97°W	33°N
DAMASCUS	2.0	3.0	36°E	33°N
DENVER	-7.0	-6.0	105°W	40°N
DETROIT	-5.0	-4.0	83°W	42°N
DHAKA	6.0	7.0	90°E	24°N
DUBAI	4.0	5.0	55°E	25°N
DUBLIN	0.0	1.0	6°W	53°N
EDMONTON	-7.0	-6.0	114°W	54°N
EL PASO	-7.0	-6.0	106°W	32°N
FORT WORTH	-6.0	-5.0	97°W	33°N
FRANKFURT	1.0	2.0	9°E	50°N
GOLD COAST	10.0	11.0	154°E	28°S
GUAM	10.0	11.0	145°E	13°N
HAMBURG	1.0	2.0	10°E	54°N
HANOI	7.0	8.0	106°E	21°N
HELSINKI	2.0	3.0	25°E	60°N
HONG KONG	8.0	9.0	114°E	22°N
HONOLULU	-10.0	-9.0	158°W	21°N
HOUSTON	-6.0	-5.0	95°W	30°N
ISTANBUL	2.0	3.0	29°E	41°N
JAKARTA	7.0	8.0	107°E	6°S
JEDDAH	3.0	4.0	39°E	21°N
KARACHI	5.0	6.0	67°E	25°N
KUALA LUMPUR	8.0	9.0	102°E	3°N
KUWAIT	3.0	4.0	48°E	29°N
LA PAZ	-4.0	-3.0	68°W	17°S
LAS VEGAS	-8.0	-7.0	115°W	36°N
LIMA	-5.0	-4.0	77°W	12°S
LISBON	0.0	1.0	9°W	39°N
LONDON	0.0	1.0	0°E	51°N
LOS ANGELES	-8.0	-7.0	118°W	34°N
MADRID	1.0	2.0	4°W	40°N
MANILA	8.0	9.0	121°E	15°N
MELBOURNE	10.0	11.0	145°E	38°S
MEXICO CITY	-6.0	-5.0	99°W	19°N
MIAMI	-5.0	-4.0	80°W	26°N
MILAN	1.0	0.0	9°E	45°N
MONTEVIDEO	-3.0	-2.0	56°W	35°S
MONTREAL	-5.0	-4.0	74°W	45°N
MUSCAT	4.0	5.0	58°E	23°N
NADI	12.0	13.0	178°E	18°S
NAIROBI	3.0	4.0	37°E	1°S
NAURU ISLAND	12.0	13.0	166°E	1°S
NEW ORLEANS	-6.0	-5.0	90°W	30°N
NEW YORK	-5.0	-4.0	74°W	41°N
NOME	-9.0	-8.0	165°W	65°N
NOUMEA	11.0	12.0	166°E	22°S
PAGO PAGO	-11.0	-10.0	171°W	14°N
PANAMA CITY	-5.0	-4.0	80°W	9°N
PAPEETE	-10.0	-9.0	150°W	18°S
PARIS	1.0	2.0	2°E	49°N
PERTH	8.0	9.0	116°E	32°N
PHNOM PENH	7.0	8.0	105°E	12°N
PORT OF SPAIN	-4.0	-3.0	61°W	11°N
PORT VILA	11.0	12.0	168°E	18°S
PRAIA	-1.0	0.0	23°W	15°N
PYONGYANG	9.0	10.0	126°E	39°N
RIYADH	3.0	4.0	47°E	25°N
ROME	1.0	2.0	12°E	42°N
SAN FRANCISCO	-8.0	-7.0	122°W	38°N
SANTIAGO	-4.0	-3.0	71°W	33°S
SAO PAULO	-3.0	-2.0	47°W	24°S
SEATTLE	-8.0	-7.0	122°W	48°N
SEOUL	9.0	10.0	127°E	38°N
SHANGHAI	8.0	9.0	121°E	31°N
SINGAPORE	8.0	9.0	104°E	1°N
STOCKHOLM	1.0	2.0	18°E	59°N
SYDNEY	10.0	11.0	151°E	34°S
TAIPEI	8.0	9.0	122°E	25°N
TOKYO	9.0	10.0	140°E	36°N

Site	GMT Differential		Longitude	Latitude
	Standard Time	DST/Summer		
ULAANBAATAR	8.0	9.0	107°E	48°N
VANCOUVER	-8.0	-7.0	123°W	49°N
VIENNA	1.0	2.0	16°E	48°N
VIENTIANE	7.0	8.0	103°E	18°N
WELLINGTON	12.0	13.0	175°E	41°S
WINNIPEG	-6.0	-5.0	97°W	50°N

• Based on data as of June 2001.

## Lunitidal Interval List

Site	Lunitidal Interval	Site	Lunitidal Interval
ANCHORAGE	5:40	LONDON	1:10
BANGKOK	4:40	LOS ANGELES	9:20
BOSTON	11:20	MANILA	10:30
BUENOS AIRES	6:00	MELBOURNE	2:10
CASABLANCA	1:30	MIAMI	7:30
DAKAR	7:40	NOUMEA	8:30
GOLD COAST	8:30	PAGO PAGO	6:40
HAMBURG	4:50	PANAMA CITY	3:00
HONG KONG	9:10	PAPEETE	0:10
HONOLULU	3:40	SEATTLE	4:20
JAKARTA	0:00	SHANGHAI	1:20
JEDDAH	6:30	SINGAPORE	10:20
KARACHI	10:10	SYDNEY	8:40
LIMA	5:20	VANCOUVER	5:10
LISBON	2:00	WELLINGTON	4:50

• Based on data as of June 2001.