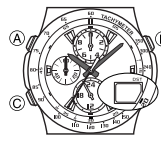


## 事前須知

承蒙惠購 CASIO 手錶，謹表感謝。為了最有效地使用本錶，務請詳細閱讀本說明書。

### 秒針轉動及數字畫面的啟動

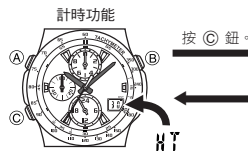


為節省電池的電量，手錶在出廠時其各功能被解除。按手錶上的任何三個按鈕之一都可啟動其各功能，使秒針開始轉動，並且數字畫面開始顯示。

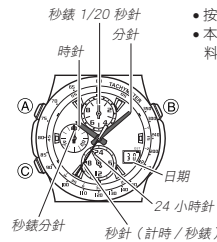
請注意，卡西歐計算機公司 (CASIO COMPUTER CO., LTD.) 對於用戶本人或任何第三方因使用本產品或因其發生故障而引起的任何損害或損失一律不負任何責任。

## 部位說明

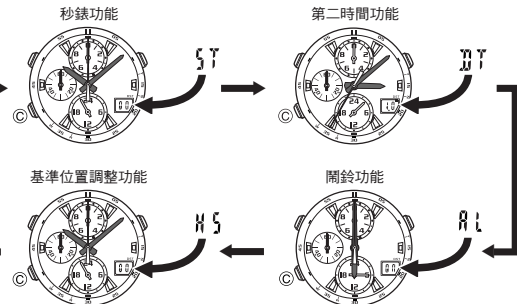
- 按 **(C)** 鈕可選擇各功能。
- 在進入第二時間功能、鬧鈴功能或基準位置調整功能約 1.5 秒鐘後，各指針將移動位置並指示現在功能的設定。指針移動過程中不能切換至其他功能。要切換到其他功能時，請在指針開始轉動之前按 **(C)** 鈕，或等到指針停止後再按 **(C)** 鈕。
- 在計時功能中（設定畫面顯示時除外），按 **(B)** 鈕可點亮照明。



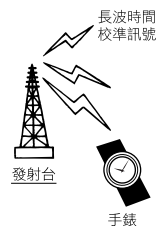
## 關於本說明書



- 按鈕以圖中所示的字母表示。
- 本說明書的每一節都會介紹一種功能的操作。有關技術資料等詳情請參閱“參考資料”一節。



## 電波錶



- 本錶接收時間校準訊號並相應更新時間。
- 本錶在設計上能接收從中國河南省商丘市發射的時間校準訊號（簡稱：BPC，頻率：68.5 kHz）。
- 當北京 (UTC+8) 被選擇為本地時區，並且手錶在電波接收地區內時本錶將能接收到訊號。本錶的初始出廠本地時區設定為北京 (UTC+8)，因此若您在與北京相同的時區 (UTC+8)，則不需要改變設定。
- 到 2008 年 1 月為止，中國不使用夏令時間 (DST)。若中國在將來使用夏令時間，本錶的有些功能將無法正常動作。
- 若您無法接收到時間校準訊號，請參閱“訊號接收疑難雜解”一節。

### 中國時間校準訊號

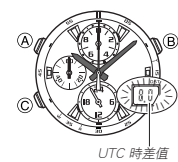
中國時間校準訊號 (BPC) 由中國科學院國家授時中心 (<http://www.ntsc.ac.cn/>) 保持，由位於商丘的發射台 (68.5 kHz) 發射。中國時間校準訊號的時間資料由國家授時中心保持。

- 請注意，時間校準訊號電波的傳送會因維護作業、雷雨閃電等偶爾中斷。

### 現在時間的設定

- 本錶自動按照時間校準訊號調整時間。需要時您還可手動設定時間及日期。
- 當您旅行到北京所在時區 (UTC+8) 以外的地方時，請使用“如何選擇本地時區”一節中的操作步驟根據需要改變手錶的本地時區設定。
- 當您在時間校準訊號接收範圍之外的地方使用本錶時，需要手動調整時間。有關手動時間設定的詳情請參閱“計時功能”一節。
- 即使手錶正確接收到了時間校準訊號，有時指針亦有可能不指示正確的時間。此種情況發生時，請使用“基準位置的調整”一節中的操作步驟檢查指針的基準位置，並按照需要進行調整。

### 如何選擇本地時區



- 在計時功能中，按住 **(A)** 鈕直到 UTC 時差值開始閃動。此表示現已進入設定功能。
  - 秒針將高速轉動到 12 時位置後停止。
  - UTC 時差值以小時為單位表示各時區與協調世界時之間的時差。
  - DST 指示符表示所選時區現在是否採用了夏令時間（日光節約時間）。
- 用 **(B)** (+) 鈕選擇時區。
  - 有關時區的詳情請參閱“Time Zone Table”（時區表）。
  - 若您希望手錶接收中國時間校準電波訊號，請選擇 **8.0** (UTC+8, 北京) 作為本地時區。
- 按 **(A)** 鈕退出設定功能。
  - 秒針將高速返回相應的現在時間處並恢復正常的計時。

### 時間校準訊號的接收

共有兩種方法可用於接收時間校準訊號：自動訊號接收及手動訊號接收。

#### 自動訊號接收

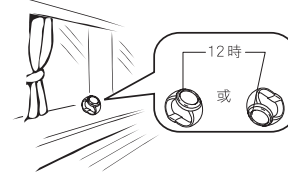
使用自動訊號接收時，手錶每天最多自動接收時間校準訊號五次。自動訊號接收成功一次後，當天隨後的所有自動接收操作便不再進行。有關詳情請參閱“關於自動訊號接收”一節。

#### 手動訊號接收

手動訊號接收是通過按鈕操作開始時間校準訊號的接收。有關詳情請參閱“如何手動接收訊號”一節。

## 重要！

- 要接收時間校準訊號時，請如圖所示擺放手錶，使其 12 時一側面向窗戶。本錶在設計上是在深夜接收時間校準訊號。因此，晚上取下手錶後您應將其放置在窗口附近，如圖所示。確認附近沒有金屬物體。

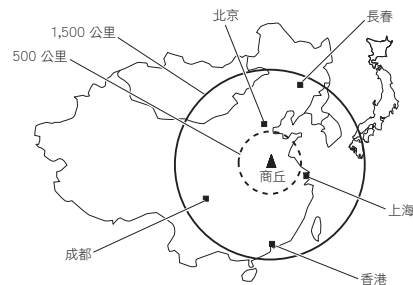


- 手錶的朝向必須正確。
- 在下列場所可能會難以甚至無法接收到訊號。



- 通常深夜的訊號接收環境比白天好。
- 時間校準訊號的接收會需要兩至七分鐘的時間。請小心，不要在訊號接收過程中進行任何按鈕操作或移動手錶。

### 大約電波接收範圍



- 在距離商丘（中國）發射台 500 公里以上的地方，在一年內的一段時期或一日內的一段時間內手錶可能無法接收到電波訊號。無線電干擾亦可能造成接收問題。
- 即使手錶位於發射台的接收地區內，若電波受到手錶與訊號源之間的山脈或其他地形的遮擋，訊號接收仍可能會失敗。
- 訊號的接收還會受到天氣、氣象條件及季節的變化等的影響。

## 關於自動訊號接收

本錶每天當計時功能的時間到達早上 1:00、2:00、3:00、4:00 及 5:00 時自動開始接收時間校準訊號（校準時間）。自動訊號接收成功一次後，當天隨後的所有自動接收操作便不再進行。

### 註

- 手錶通常在計時功能或第二時間功能中，當校準時間到達時進行自動訊號接收。若您正在執行按鈕操作，則訊號接收操作不會進行。
- 校準訊號的自動接收只在早上，當您還在睡夢中時進行（對計時功能中的時間進行校準）。晚上，請在上床睡覺之前從手腕上取下手錶，並將其放在易於接收訊號的地方。
- 手錶在計時功能中的時間到達校準時間時，接收校準訊號二至七分鐘。在任何校準時間的前後七分鐘內不要進行任何按鈕操作。否則會對正確的時間校準造成干擾。
- 請記住，校準訊號的接收時間取決於計時功能中的現在時間。

## 如何手動接收訊號

1. 將手錶放在平穩的地方，使其 12 時一側對準窗戶。
  2. 在計時功能中，按住 (A) 鈕約兩秒鐘直到手錶鳴音。
  - 秒針將移動至 **R (READY)**，表示手錶已準備好接收時間校準訊號。
  - 在實際的電波訊號接收過程中，秒針將移動並停止在 **W (WORK)** 處。
  - 若在訊號接收過程中電波訊號不穩定，秒針會在 **W (WORK)** 與 **R (READY)** 之間擺動。
  - 時針及分針繼續正常計時。
  - 時間校準訊號的接收會需要二至七分鐘的時間。請小心，不要在訊號接收過程中進行任何按鈕操作或移動手錶。
  - 若訊號接收成功，秒針將轉動至 **Y (YES)**。五秒鐘後，指針將轉動至正確時間處。
- 

### 註

- 要中斷接收操作並返回計時功能時，請按任意鈕。
- 若接收失敗，秒針將轉動至 **N (NO)**。五秒鐘後，秒針將恢復正常動作。指針時間不會有任何調整。
- 當秒針指向 **Y (YES)** 或 **N (NO)** 時，按 (A) 鈕可返回計時功能。

## 上次訊號接收結果的查看

按照下述操作步驟可以檢查上次的訊號接收操作是否成功地接收到了電波訊號。

## 如何檢查上次訊號接收結果

1. 在計時功能中按 (A) 鈕。
  - 每當手錶從上午 1:00 以後成功地接收到一次電波訊號時，秒針將轉動至 **Y (YES)**。若手錶未能成功地接收到電波訊號，秒針將轉動至 **N (NO)**。
  - 五秒鐘後或您按 (A) 鈕時，手錶將返回計時功能。
  - 第二天手錶首次開始自動訊號接收時，目前的訊號接收結果將被清除。亦即是說，**Y (YES)** 表示當天內成功地接收到了電波訊號。
  - 若您手動調整了時間或日期，秒針將轉動至 **N (NO)**。
- 

## 訊號接收疑難排解

電波訊號接收失敗時，請檢查以下各點。

問題	可能原因	對策
秒針指向 <b>N (NO)</b> 。	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 您手動改變了時間。</li> <li>• 在自動訊號接收過程中您進行了按鈕操作。</li> <li>• 手錶未在計時或第二時間功能中。</li> <li>• 訊號接收結果在每天的上午 1:00 時復位。</li> <li>• 白天經常會出現無線電波的干擾，其會妨礙時間校準訊號電波的接收。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 在晚上進行手動電波訊號接收，或等到下一次自動訊號接收操作開始。</li> <li>• 進入計時或第二時間功能並再試一次。</li> <li>• 檢查確認手錶在能接收到電波訊號的地區。</li> </ul>
在接收訊號後時間不準了。	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 指針的基準位置不準。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 進入基準位置調整功能並調整基準位置。</li> </ul>

- 有關詳情請參閱“時間校準訊號的接收”中的“重要！”及“電波原子計時須知”各節。

## 秒錶功能

秒錶 1/20 秒針  
\* 在最初的 60 秒鐘內，此針轉動並指示秒數。

- 秒錶用於測量經過時間。
- 秒錶的測時限度為 59 分 59.99 秒。
  - 進入秒錶功能時，秒針、秒錶分針及秒錶 1/20 秒針會轉動到 12 時位置。
  - 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，測時仍會繼續進行。
  - 本節中的所有操作都必須在秒錶功能中進行，請按 (C) 鈕進入該功能。
- 



## 如何測量經過時間

1. 按 (B) 鈕啟動秒錶。
2. 按 (B) 鈕停止秒錶。
  - 再次按 (B) 鈕又可恢復測量操作。
  - 1/20 秒針只在最初的 60 秒鐘內轉動，之後便停止。當經過時間的測量被停止（通過按 (B) 鈕）時，此針跳至 1/20 秒數處（手錶內部保持）。
3. 檢查經過時間。
- 按 (A) 鈕復位秒錶。復位秒錶會使秒錶 1/20 秒針及秒針轉動至 12 時位置，並且數字畫面返回零。

## 第二時間功能

第二時間功能用於顯示世界 29 個時區的現在時間。

- 在數字畫面上，時區以 UTC 時差值表示。
  - 有關時區的詳情請參閱“Time Zone Table”（時區表）。
  - 到達校準時間時，即使手錶是在第二時間功能中，手錶仍將執行電波訊號接收操作。此時，第二時間功能的時間將根據計時功能中本地時區的現在時間調整。
  - 本節中的所有操作都必須在第二時間功能中進行，請按 (C) 鈕進入該功能。
- 

## 如何查看其他時區的時間

在第二時間功能中，按 (B) 鈕可向東選擇時區。

- 鬆開 (B) 鈕約一秒鐘後，各指針將轉動至該時區的現在時間處。
- 若手錶顯示的該時區的時間不準，請檢查計時功能的時間及本地時區設定，並做必要的變更。

## 如何為時區選擇標準時間及夏令時間

1. 在第二時間功能中，用 (B) 鈕顯示要改變其標準時間 / 夏令時間的時區。
  2. 按住 (A) 鈕選擇夏令時間 (DST 指示符出現) 及標準時間 (DST 指示符消失)。
    - 開啟 DST 將使 UTC 時差值增加一。
    - 顯示已開啟夏令時間的時區時，DST 指示符將出現在畫面上。
    - 標準時間 / 夏令時間設定只對目前顯示的時區有效，其他時區不受影響。
- 

- 請注意，不能用第二時間功能改變被計時功能選作本地時區的 DST 設定。有關開啟或解除本地時區的 DST 設定的說明，請參閱“如何改變夏令時間（日光節約時間）設定”一節。
- UTC (Coordinated Universal Time—協調世界時) 時區不能選擇標準時間及夏令時間。

## 鬧鈴功能

- 開啟鬧鈴後，每當到達鬧鈴時間時手錶會發出鬧鈴音。
- 本節中的所有操作都必須在鬧鈴功能中進行，請按 (C) 鈕進入該功能。

## 如何設定鬧鈴時間

1. 在鬧鈴功能中，按住 (A) 鈕兩秒鐘進入設定功能。
  2. 用 (B) 鈕改變鬧鈴時間。
    - 按 (B) 鈕可以以一分鐘為單位順時針方向轉動指針。
  3. 鬧鈴時間設定完畢後，按 (A) 鈕退出設定功能。
  - 設定鬧鈴時間將使鬧鈴自動開啟。
- 

## 鬧鈴的動作

無論手錶的功能為何，每當到達預設時間時鬧鈴會鳴響約 10 秒鐘。

- 鬧鈴根據計時功能中的時間動作。
- 按任意鈕可在鬧鈴開始鳴響後停止鬧鈴音。

## 如何開啟或解除鬧鈴

在鬧鈴功能中，按 (B) 鈕可開啟 (ON) 或解除 (OFF) 鬧鈴。

- 當您開啟鬧鈴時手錶將鳴音。

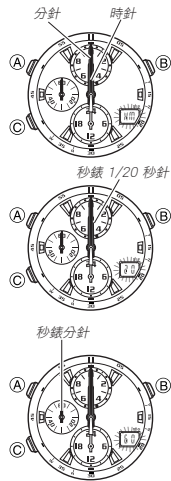
## 基準位置的調整

若時間及日期在正常接收到時間校準訊號後仍不準。請使用下述操作調整各指針的基準位置。

- 本節中的操作步驟用於調整秒針、秒錶分針及秒錶 1/20 秒針的位置。進入基準位置調整功能時，若這些指針沒有對準 12 時位置，可對其進行調整。

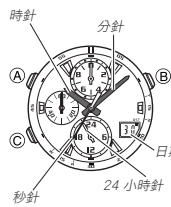
## 如何調整基準位置

1. 在計時功能中，按 (C) 鈕四次進入基準位置調整功能。
  2. 按住 (A) 鈕直到 **00** 開始閃動，此表示現已進入指針設定畫面。
    - 若秒針轉動到 12 時位置，則表示其基準位置正確。否則，請按 (B) 鈕將秒針轉動至 12 時位置。
-



3. 確認秒針的基準位置正確後，按 **(C)** 鈕。  
此時可調整時針及分針的基準位置 (**Hm** 閃動)。  
• 若時針及分針都轉動到 12 時位置，並且 24 小時針指向 24 時位置，則表示其基準位置都正確。若指針的位置不正確，請用 **(B)** 鈕將這三個指針轉動到各自正確的基準位置。
4. 在確認時針及分針都位於其正確的基準位置後，按 **(C)** 鈕。  
此時可調整秒錶 1/20 秒針的基準位置 (**20** 閃動)。  
• 若秒錶 1/20 秒針轉動到 0，則表示其基準位置正確。否則，請用 **(B)** 鈕將其轉動至 0。
5. 在確認秒錶 1/20 秒針位於其正確的基準位置後，按 **(C)** 鈕。  
此時可調整秒錶分針的基準位置 (**60** 閃動)。  
• 若秒錶分針轉動到 60，則表示其基準位置正確。否則，請按 **(B)** 鈕將其轉動至 60。
6. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。  
• 在完成基準位置的調整操作後，請將手錶放在時間校準電波訊號強的地方，然後手動接收電波訊號。有關詳情請參閱“如何手動接收訊號”一節。

## 計時功能



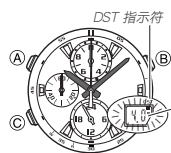
- 計時功能用於設定及查看現在時間及日期，以及選擇標準時間及夏令時間 (日光節約時間)。
- 夏令時間 (日光節約時間) 比標準時間快一個小時。請注意，並非所有國家或地區都使用夏令時間。
  - 本節中的所有操作都必須在計時功能中進行，請按 **(C)** 鈕進入該功能。

### 時間及日期的手動設定

在調整時間及日期之前必須首先選擇本地時區。第二時間功能的時間都是根據計時功能的時間計算顯示。因此，在計時功能中設定時間及日期之前若沒有選擇正確的本地時區，第二時間功能的時間將不準確。

- 設定時間及日期時，您還可以配置本地時區 (您通常使用本錶時所在的地區) 設定及夏令時間 (日光節約時間或 DST)。

### 如何手動設定時間及日期



1. 在計時功能中，按住 **(A)** 鈕直到 UTC 時差值開始閃動。此表示現已進入設定畫面。  
• 秒針將高速轉動到 12 時位置後停止。  
• UTC 時差值以小時為單位表示各時區與協調世界時之間的時差。

- DST 指示符表示現在選擇的時區啟用了夏令時間 (日光節約時間)。
- 2. 用 **(B)** 鈕選擇要用作本地時區的時區。
- 有關 UTC 時差值的詳情請參閱 “Time Zone Table” (時區表)。
- 3. 按 **(C)** 鈕以下示順序選擇設定 (閃動)。



- 在數字畫面上改變數值將使分針及時針相應移動。
- 要調整時針時，請轉動分針直到時針到達所需要的位置。

4. 您要改變的設定閃動時，用 **(B)** 鈕如下所示進行變更。

畫面	目的:	操作:
8.0	改變時區	按 <b>(B)</b> 鈕。
0F	選擇夏令時間 (0F) 及標準時間 (0F)	按 <b>(B)</b> 鈕。
09	改變分鐘 (時間)	按 <b>(B) (+)</b> 鈕。
08	改變年份	
6	改變月份	
30	改變日期	

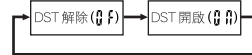
5. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。
- 退出設定畫面時，指針將自動調整以與數字時間一致。秒針從 0 開始計時。

## 夏令時間 (DST)

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。  
• 若您無法接收到時間校準電波訊號，則請手動切換標準時間及夏令時間 (日光節約時間)。

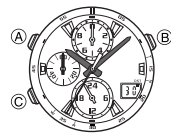
### 如何改變夏令時間 (日光節約時間) 設定

1. 在計時功能中，按住 **(A)** 鈕直到 UTC 時差值開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
2. 按 **(C)** 鈕顯示 DST 設定畫面。
3. 按 **(B)** 鈕依如下順序選擇 DST 設定。



4. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。
- DST 指示符出現在畫面上時表示夏令時間已開啟。
- 開啟 DST 會使 UTC 時差值增加一。

## 照明



本錶採用一個 LED (發光二極管) 提供照明，即使在黑暗中亦可使畫面明亮易觀。本錶還配備有自動照明功能，只要將手錶面向您轉動，照明便會自動點亮。  
• 自動照明功能必須開啟才能動作。  
• 有關照明的其他重要資訊，請參閱“照明須知”一節。

### 如何手動點亮照明

在計時功能中 (設定畫面顯示時除外)，按 **(B)** 鈕可點亮照明約一秒鐘。  
• 無論自動照明功能是否已開啟，上述操作都可點亮照明。  
• 自動照明功能在所有功能中 (設定畫面顯示時除外) 動作。

### 關於自動照明功能

自動照明功能經開啟後，無論手錶的功能狀態為何，每當您如下所示轉動手錶時，照明便會點亮。請注意，本錶的自動照明功能為“Auto LED Light” (自動發光二極管照明)，只有當環境光線低於一定水平時才動作。在明亮的光線下其不會點亮照明。

將本錶移至與地面平行的位置上，然後將其面向您扭動超過 40 度即可點亮照明。

- 請將手錶戴在手腕的外側。



### 警告!

- 在使用自動照明功能觀看手錶時，必須確認您目前所在位置的安全。特別是在跑步或進行任何其他有可能會導致事故或傷人的活動時，必須格外小心謹慎。注意照明會被自動照明功能突然點亮，請避免使您周圍的人受驚或注意力分散。
- 在騎自行車、或駕駛摩托車或其他機動車之前，必須事先將手錶的自動照明功能解除。因為自動照明功能有可能會突然或意外動作點亮照明，分散您的注意力，有導致交通事故及嚴重傷人意外的危險。

### 如何開啟或解除自動照明功能

在計時功能中 (設定畫面顯示時除外)，按住 **(B)** 鈕約三秒鐘可開啟或解除自動照明功能。

- 開啟自動照明功能將使手錶鳴音。“開啟” (ON) 指示符將出現並且照明點亮 1.5 秒鐘。
- 解除自動照明功能將使手錶鳴音。“解除” (OFF) 指示符將出現 1.5 秒鐘。照明不點亮。
- 為防止耗盡電池，自動照明功能將在開啟約六個小時後自動解除。

## 參考資料

本節更為詳細地介紹有關操作本錶的詳情及技術資訊，其中還包括本錶各種功能及特長的重要須知及注意事項。

### 畫面的自動返回

- 在鬧鈴功能或基準位置調整功能中，若不執行任何操作經過兩或三分鐘，手錶將自動返回計時功能。
- 選擇了設定功能後，若不執行任何操作經過兩或三分鐘，手錶將自動退出設定功能。

### 選擇

- 在各種設定功能中，**(B)** 鈕用於改變指針及數字畫面上的設定。在大多數情況下，按住此鈕可高速改變相應的設定。
- 指針開始高速轉動後，直到您按任意鈕為止，或直到轉動一周為止指針將持續轉動。  
- 指針的一周是指一圈 (360 度) 或 24 小時。

### 電波原子計時須知

- 強靜電會使時間發生錯誤。
- 電離層反射時間校準電波訊號。因此，電離層反射率的變化、以及電離層因季節性大氣變化或一日中時間的變化而引起的高度變化等因素可能會改變訊號的接收範圍，並使訊號接收暫時性失敗。
- 即使手錶正常接收到時間校準電波訊號，有些條件也可能會使時間產生最大一秒鐘的誤差。
- 根據時間校準訊號設定的時間比手動設定優先度高。
- 本錶在設計上能在 2000 年 1 月 1 日至 2099 年 12 月 31 日期間自動更新日期。時間校準訊號不能對 2100 年 1 月 1 日以後的日期進行設定。
- 本錶能接收區分閏年與非閏年的訊號。
- 雖然本錶在設計上能夠同時接收時間資料 (時、分、秒) 及日期資料 (年、月、日)，但有些訊號條件可能會限制時間資料的接收。
- 若您所處地區無法正常接收到時間校準訊號，手錶在常溫下每月的誤差在 ±20 秒以內。

## 計時

- 年份可在 2000 年至 2099 年之間設定。
- 本錶內置有全自動日曆，其能自動調整長短月及閏年的日期。日期一旦設定，除更換手錶電池或電池電量下降至第 3 級之後以外無需再次調整。
- 日期將在時間到達午夜時自動改變。在月末日期的改變可能會需要比通常更多的時間。
- 計時功能及第二時間功能中所有時區的現在時間均以本地時區的時間為基準，根據各時區的協調世界時 (UTC) 差計算而來。
- UTC 是世界通用的科學計時標準。其由原子 (鈹) 時鐘精心保持計時，精度在微秒之內。UTC 須根據需要加減閏秒，以保持與地球自轉同步。UTC 的基準點為英國的格林威治。

## 照明須知

- 在直射陽光下，照明的光亮有可能會難以看到。
- 鬧鈴鳴響時，照明會自動熄滅。
- 經常使用照明會縮短電池的供電時間。

## 自動照明功能須知

將本錶戴在手腕的內側時，手臂的移動或振動都可能使自動照明功能頻繁動作、點亮照明。為避免耗盡電池，每當要進行可能會使照明頻繁點亮的活動時，請將自動照明功能解除。

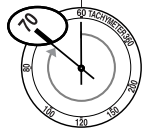
超過 15 度  
過高



- 若錶面左右兩側傾斜超過 15 度，照明有可能無法點亮。必須保持您的手背與地面平行。
- 即使讓手錶錶面保持面朝您的狀態，照明亦會在約一秒鐘內熄滅。
- 靜電或磁力會干擾自動照明功能的正常動作。若照明不點亮，請將手錶移回原位 (與地面平行) 並再次轉向您。照明仍不點亮時，請將手臂完全放下，讓手臂回到自然位置的腰側，然後提起來再試一次。
- 在某些情況下，將手錶錶面轉向您約一秒鐘後照明才會點亮。這並不表示自動照明功能出現了問題。
- 前後晃動手錶時您可能會聽到有非常輕微的喀喀聲從手錶中發出。此聲音由自動照明功能的機械動作所產生，並不表示本錶出現了問題。

## 視距儀

視距儀刻盤



若您的手錶上有視距儀刻盤，則在您使用秒錶功能測量了完成一公里 (或一英里) 所用的時間之後，可以執行下述操作計算平均速度。

- 切勿在駕駛汽車、騎自行車或駕駛任何交通工具時進行秒錶操作。否則有導致交通事故的危險。
- ① 在秒錶功能中，隨時開始經過時間的測量。
- ② 經過一公里或一英里後，停止經過時間的測量。
- ③ 秒針所指示的視距儀刻盤上的數值便為平均速度。
- 上示圖例表示用 50 秒鐘開車走過了一公里。秒針指向 70，所以平均速度是每小時 70 公里。
- 有關使用秒錶的詳細說明請參閱“秒錶功能”一節。
- 只有當您開車或使用其他能夠在 60 秒鐘內走完一公里或一英里的方式時才能使用視距儀。

## Time Zone Table

UTC Offset Value		Major Cities in Time Zone
Standard Time	DST/Summer Time	
-11.0	DST -10.0	Pago Pago
-10.0	DST -9.0	Honolulu, Papeete
-9.0	DST -8.0	Anchorage, Nome
-8.0	DST -7.0	Los Angeles, San Francisco, Las Vegas, Vancouver, Seattle/Tacoma, Dawson City, Tijuana
-7.0	DST -6.0	Denver, El Paso, Edmonton, Culiacan
-6.0	DST -5.0	Chicago, Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans, Mexico City, Winnipeg
-5.0	DST -4.0	New York, Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
-4.0	DST -3.0	La Paz, Santiago, Port of Spain
-3.0	DST -2.0	Rio De Janeiro, Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
-2.0	DST -1.0	
-1.0	DST +0.0	Praia
UT 0.0	UT 0.0	(UTC)
+0.0	DST +1.0	London, Dublin, Lisbon, Casablanca, Dakar, Abidjan
+1.0	DST +2.0	Paris, Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm, Berlin
+2.0	DST +3.0	Cairo, Jerusalem, Athens, Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
+3.0	DST +4.0	Jeddah, Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi, Moscow
+3.5	DST +4.5	Tehran, Shiraz
+4.0	DST +5.0	Dubai, Abu Dhabi, Muscat
+4.5	DST +5.5	Kabul
+5.0	DST +6.0	Karachi, Male
+5.5	DST +6.5	Delhi, Mumbai, Kolkata, Colombo
+6.0	DST +7.0	Dhaka
+6.5	DST +7.5	Yangon
+7.0	DST +8.0	Bangkok, Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
+8.0	DST +9.0	Hong Kong, Singapore, Kuala Lumpur, Beijing, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
+9.0	DST +10.0	Tokyo, Seoul, Pyongyang
+9.5	DST +10.5	Adelaide, Darwin
+10.0	DST +11.0	Sydney, Melbourne, Guam, Rabaul
+11.0	DST +12.0	Noumea, Port Vila
+12.0	DST +13.0	Wellington, Christchurch, Nadi, Nauru Island

- Based on data as of June 2007.
- The rules governing global times (GMT differential and UTC offset) and summer time are determined by each individual country.