

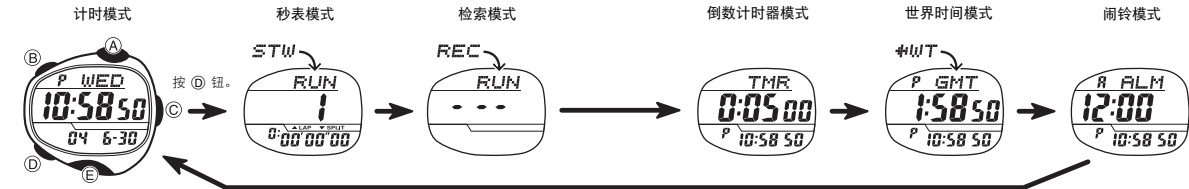
## 关于本说明书



- 按钮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”一节中的说明。

## 部位说明

- 按 **ⓐ** 钮可切换各模式。



## 计时模式



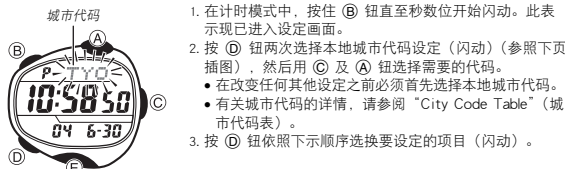
计时模式用于设定及查阅当前时间及日期。

## 设定时间及日期之前请先阅读此说明！

- 本表预设有一些城市代码，各城市代码分别代表其所在的时区。设定时间时，选择正确的本地城市（通常使用手表时所在的城市）的城市代码很重要。若您的居住地未包含在预设城市代码中，则请选择与您的居住地时区相同的预设城市代码。
- 注意世界时间模式中所有城市代码的时间都根据您在计时模式中设定的时间及日期进行计算及显示。

- 正确设定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代码便可使手表以其他城市代码计时。

## 如何设定时间及日期



1. 在计时模式中，按住 **ⓐ** 钮直至秒数位开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 按 **ⓐ** 钮两次选择本地城市代码设定（闪动）（参照下页插图），然后用 **ⓐ** 及 **ⓑ** 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）。
3. 按 **ⓐ** 钮依照下页顺序选择要设定的项目（闪动）。



4. 选择了要改变的设定项目后（闪动），使用 **ⓐ** 钮及 **ⓑ** 钮如下所示改变设定值。

画面	目的：	按钮操作：
10:58:50	将秒数复位至 00	按 <b>ⓐ</b> 钮。
DST P OFF	交替选择夏令时间 (ON) 及标准时间 (OFF)	按 <b>ⓐ</b> 钮。
P TYO	改变城市代码	使用 <b>ⓐ</b> (向东) 钮及 <b>ⓑ</b> (向西) 钮。
10:58:50	改变时或分	使用 <b>ⓐ</b> (+) 及 <b>ⓑ</b> (-) 钮。
P 12H	交替选择 12 小时 (12H) 及 24 小时 (24H) 制	按 <b>ⓐ</b> 钮。
04 6-30	改变年、月或日	使用 <b>ⓐ</b> (+) 及 <b>ⓑ</b> (-) 钮。

5. 按 **ⓐ** 钮退出设定画面。

- 有关夏令时间 (DST) 设定的详情，请参阅下面的“夏令时间 (DST)”一节中的说明。
- 年份可在 2000 年至 2039 年之间设定。星期根据日期自动计算。
- 本表的所有其他模式都会采用在计时模式中选择的 12 小时/24 小时制。

## 夏令时间 (DST)

夏令时间比标准时间快 1 小时。注意并非所有国家或地区都使用夏令时间。

- 注意当 GMT (格林威治标准时间) 被选作为本地城市代码时，不能在标准时间与夏令时间之间进行切换。

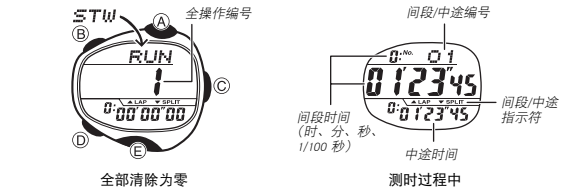
## 如何为计时模式时间切换夏令时间及标准时间

1. 在计时模式中，按住 **ⓐ** 钮直至秒数位开始闪动。此表示现已进入设定画面。
  2. 按 **ⓐ** 钮一次显示 DST 夏令时间设定画面。
  3. 按 **ⓐ** 钮交替选择夏令时间 (ON 显示) 及标准时间 (OFF 显示)。
  4. 按 **ⓐ** 钮退出设定画面。
- DST 夏令时间指示符会在画面中出现，表示已开启夏令时间。

## 秒表模式

本 1/100 秒秒表可用于测量经过时间及分段/中途时间。您还可将全操作资料保存在存储器中。

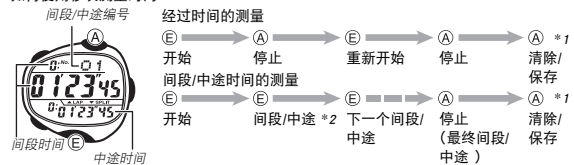
- 本节中的所有操作都必须在秒表模式中执行。请按 **ⓐ** 钮进入该模式。



## 重要！

- 一个“全操作”是指从秒表开始至停止为止您记录的总经过时间及所有分段/中途时间。本表会为每个全操作单独保存一个存储器记录。
- 每当您将秒表清除为零时，全操作编号会出现在显示画面上以表示下一个全操作记录的编号，此记录会在您开始秒表操作时被建立。本表会在每次您保存全操作数据时自动逐一递增全操作编号。
- “分段时间”是指完成赛程的某个分段，如一个跑圈，所使用的时间。“中途时间”是指由起点到达赛程中某个中途点所使用的时间。
- 在秒表模式中按 **ⓐ** 钮会在中间显示区与下部显示区切换分段时间及中途时间的显示位置。在 LAP 及 SPLIT 指示符旁会出现箭头，以表示该时间是显示在中间显示区（上箭头）还是下部显示区（下箭头）。
- 当前在中间显示区的时间的时数值会表示在上部显示区的分段/中途编号的左侧。
- 中间显示区的显示限度是 9 小时 59 分 59.99 秒。下部显示区的显示限度是 99 小时 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。

## 如何使用秒表测量时间



## 全操作编号



- \*1 若要将全操作数据存入存储器，请先按 **ⓐ** 钮将所有显示清除为零，然后按住 **ⓐ** 钮直至全操作编号增加 1。若未将当前全操作数据保存（按住 **ⓐ** 钮）便将秒表清除为零，则当您开始新的秒表操作时，该当前全操作数据会被删除。

\*2 按 **ⓐ** 钮执行间段/中途时间的操作会使目前的间段/中途时间在画面中停留约 5 秒钟。随后，画面会返回至通常的秒表测时画面。

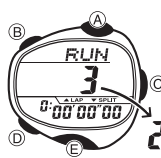
### 注

- 间段/中途编号会在每次您按 **ⓐ** 钮记录一个间段/中途时间时递增 1。计数的范围是 01 至 500。当目前的间段/中途编号为 500 时或当存储器已存满其他数据时按 **ⓐ** 钮会使 **FULL** 出现在显示画面中。
- 当电池电力微弱时在秒表模式中操作按钮会使 **ERR** 在显示画面中出现约 5 秒钟。经过时间的操作会继续进行，但在 **ERR** 显示后，约有 8、9 秒钟时间按钮操作会无法进行。当 **ERR** 显示时，间段/中途编号会在画面中显示为 --，此表示由按钮操作得出的间段/中途时间不会被存入存储器。
- 有关全操作数据的详情，请参阅下面的“存储器的管理”一节中的说明。

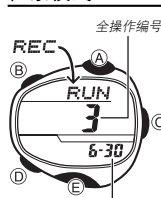
### 存储器的管理

- 每当您执行秒表操作时，本表会记忆全操作的总经过时间及所有间段/中途时间。全操作完毕后，您可清除此全操作数据（开始新的秒表操作），或将其存入存储器（按住 **ⓐ** 钮）。
- 本表可最多保存 500 个全操作数据记录组。总经过时间算作一个记录组，每个间段/中途时间亦算作一个记录组。因此，从保存 500 个经过的全操作时间的记录到仅保存 1 个包含 1 个经过时间及 499 个间段/中途时间的记录，您可根据需要任意保存记录。
  - 除测量的时间以外，全操作数据存储器亦记录全操作日期，并记录每个全操作中的最佳间段时间。但请注意，最佳间段时间数据只在 341 个全操作中有效。
  - 每个记录的全操作日期及最佳间段时间不会被算作全操作数据记录组。只有经过时间及间段/中途时间才会被算作记录组。
  - 当存储器内已存有 500 个记录组时，试图保存数据会使 **FULL** 在间段/中途编号的位置上出现。此表示新数据无法被保存。
  - 本表在设计上会在其存储器存满时停止保存数据。在开始秒表操作之前，务必先删除不再需要的数据以确保有足够的可用存储空间。
  - 您可使用检索模式查阅当前存储器内的全操作数据（包括尚未保存的上一次全操作的数据）。
  - 在秒表模式中，您可删除刚完成的全操作的数据，您亦可由当前存储器内的最新记录开始逐个删除记录。有关详情，请参阅下面的“如何删除单个全操作数据记录”一节中的说明。

### 如何删除单个全操作数据记录

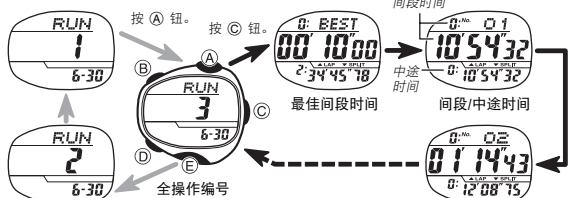
- 
- 在秒表模式中，按 **ⓐ** 钮将显示清除为零。然后，按住 **ⓑ** 钮直至当前显示的全操作编号减少 1。
- 显示的全操作编号为 3 时，删除操作会使其变为 2。若您此时开始秒表操作，数据会作为全操作 2 被保存，而当前存储器中的全操作 3 会被取代。若您想保留存储器中的全操作 2 数据使其不被取代，请在开始秒表操作前按住 **ⓐ** 钮直至全操作编号增加 1（在上述范例中为从 2 至 3）。
  - 重复上述步骤由保存的最新记录开始依次逐个地删除全操作数据记录。
  - 您亦可删除当前存储器内的所有全操作数据。有关详情，请参阅“如何从存储器清除所有全操作数据”一节中的说明。

### 检索模式

- 
- 检索模式用以查阅及删除秒表模式测量保存的全操作数据。
- 本节中的所有操作都必须要在检索模式中执行。请按 **ⓑ** 钮进入该模式。
  - 进入检索模式会首先显示最新的全操作记录（最大全操作编号的记录）。当显示的记录与在秒表模式中显示的全操作编号对应一致时，若您尚未为该记录执行任何秒表测时操作，则全操作日期会显示为 ---。
  - 若当前在存储器中没有任何全操作数据，则全操作编号会显示为 ---。

### 如何检索全操作数据

在检索模式中，按 **ⓐ** 钮可由最新数据（最大全操作编号的数据）开始依次选择全操作数据记录。当要查阅的全操作数据记录出现时，按 **ⓐ** 钮如下所示选择查阅该记录中的其他数据。




- 注意在检索一个包含多个间段/中途时间的记录的数据时有可能需要一些时间。此属正常现象，并不表示发生了故障。当本表检索此类记录的数据时，全操作编号会在显示画面中闪烁。
- 若在您检索全操作数据时电池电力变得微弱，则 **ERR** 会在显示画面中闪烁并且会有 3、4 秒钟按钮操作无法进行。通常当电池电力恢复后数据亦会恢复显示。
- 最佳间段时间数据仅会保存在最多前 341 个全操作数据记录中。从第 342 个记录开始，最佳间段时间数据不会显示。
- 在检索模式中按 **ⓑ** 钮会在中间显示区与下部显示区间切换间段时间及中途时间的位。注意，按住 **ⓑ** 钮约 2 秒会删除当前存储器内的所有全操作数据。

### 如何从存储器清除所有全操作数据

- 在检索模式中，按住 **ⓑ** 钮直至 **CLR** 出现在上部显示区。
- --- 会出现在中间显示区，此表示存储器中没有任何全操作数据。
  - 注意只有当秒表停止并清除为零时才可执行上述操作。若秒表正在测时或显示一个经过时间值，则请进入秒表模式并按 **ⓐ** 钮停止秒表，然后再按 **ⓐ** 钮将显示清除为零。
  - 您亦可逐个删除全操作数据记录。有关详情，请参阅“如何删除单个全操作数据记录”一节中的说明。


### 倒数计时器模式

- 
- 倒数计时器可于 1 分至 24 小时之间进行设定。当倒数到达零时，闹铃会发出鸣音。
- 本倒数计时器还设定有自动重复功能，其可在倒数至零时自动再次由您设定的倒数时间开始倒数。
  - 在购买本表时或在更换电池后，倒数开始时间的初始缺省设定为 5 分钟。
  - 本节中的所有操作都必须在倒数计时器模式中执行。请按 **ⓑ** 钮进入该模式。


### 如何使用倒数计时器

- 在倒数计时器模式中按 **ⓐ** 钮，倒数计时器便会开始倒数。
- 在自动重复功能解除时，闹铃会在倒数到零时发出约 5 秒的鸣音。此时按任意钮可停止鸣音。闹铃鸣响停止后，倒数时间会自动返回至最初设定的开始时间。
  - 在自动重复功能开启时，闹铃会在倒数到零时发出鸣音，同时倒数会自动重新开始。
  - 若用户不自行停止倒数的运作，即使退出倒数计时器模式，倒数计时亦会继续运作。
  - 当倒数正在进行时，按 **ⓐ** 钮可暂停倒数。按 **ⓐ** 钮可重新开始倒数。
  - 若要完全停止倒数，请首先暂停倒数（按 **ⓐ** 钮），然后再按 **ⓐ** 钮。此时，倒数时间会返回至最初设定的开始时间。


### 如何设定倒数开始时间

- 
1. 在倒数计时器模式中，按住 **ⓑ** 钮直至倒数开始时间的时设定开始闪烁。此表示现已进入设定画面。
    - 在倒数计时过程中，即使按住 **ⓑ** 钮亦不会进入设定画面。此时，请先按 **ⓐ** 钮中止计时器。
  2. 按 **ⓑ** 钮选小时及分设定（闪烁）。
  3. 当某设定闪烁时，用 **ⓐ** (+) 及 **ⓐ** (-) 钮更改设定值。
    - 若要倒数 24 小时，请将倒数开始时间设定为 **0:00**。
  4. 按 **ⓑ** 钮退出设定画面。

### 如何开启及解除自动重复功能


- 
- 当倒数开始时间在倒数计时器模式中显示时，按 **ⓐ** 钮可交替开启（**ⓐ** 显示）及解除（**ⓐ** 消失）自动重复功能。
- 开启自动重复功能后，当倒数到达零时，闹铃会发出鸣音，同时倒数会自动重新开始。您可按 **ⓐ** 钮暂停倒数，然后再按 **ⓐ** 钮使倒数时间返回至最初设定的开始时间。
  - 经常使用自动重复功能及闹铃会消耗电池。

### 世界时间模式

- 
- 本表的世界时间模式可显示世界 27 个城市（29 个时区）的时间。
- 本节中的所有操作都必须在世界时间模式中执行。请按 **ⓑ** 钮进入该模式。
- 如何查阅各城市代码的时间
- 在世界时间模式中，按 **ⓐ** 钮可向东选择城市代码（时区），按住 **ⓐ** 钮则向西选择城市代码。
- 有关城市代码的详情，请参阅“City Code Table”（城市代码表）。
  - 若所选城市的当前时间不正确，请检查计时器模式时间及本地城市代码设定是否正确，并作必要的更改。

- 当前选择的时间区的大部分是海洋时，在城市代码的位置上会出现该时区的格林威治标准时差。

### 如何为各城市代码切换标准时间及夏令时间

- 
1. 在世界时间模式中，使用 **ⓐ** 钮及 **ⓐ** 钮将您要改设其标准时间/夏令时间设定的城市代码（时区）显示在画面中。
  2. 按住 **ⓑ** 钮约 1 秒交替选设夏令时间（**DST** 显示）及标准时间（**DST** 消失）。
  - 为某城市代码设定夏令时间后，在显示该城市代码时，**DST** 夏令指示符会出现显示。
  - 注意夏令/标准时间的设定只会对当前在画面中显示的城市代码有效，其他城市代码不受影响。

## 闹铃模式

**整点响报开启指示符** 开启闹铃后，本表会在每日到达预设的闹铃时间时鸣响。您还可以开启整点响报功能，使本表在每小时整点时发出两声鸣音。

**闹铃开启指示符** 闹铃开启指示符 (A) 指示符

**AM (上午) 指示符** (B)

**闹铃时间** (时:分) (C)

**计时模式时间** (D)

**如何设定闹铃时间**

1. 在闹铃模式中，按住 (B) 钮直至闹铃时间的时数位开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 按 (D) 钮选择时及分设定 (闪动)。

3. 当某设定闪动时，使用 (C) (+) 钮及 (A) (-) 钮更改设定值。

- 使用 12 小时制设定闹铃时间时，注意必须正确设定闹铃时间的上午 (R 指示符) 或下午 (P 指示符)。

4. 按 (B) 钮退出设定画面。

## 闹铃的动作

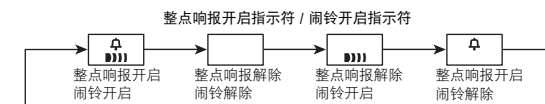
- 每当到达预设时间时，无论手表处于何种模式，闹铃都会鸣响约 10 秒。
- 按任意钮可在闹铃开始鸣响后停止闹铃音。

## 如何测试闹铃

在闹铃模式中，按住 (C) 钮可使闹铃发出鸣音。

## 如何开启及解除每日闹铃及整点响报

在闹铃模式中，按 (A) 钮可依下顺序循环切换设定。



- 开启闹铃及整点响报功能后，闹铃开启指示符及整点响报开启指示符会在所有模式中显示。

## 照明

**自动照明开启指示符** (A)

本表的显示画面采用一块 EL (电子荧光) 板作为照明，其画面在黑暗中亦明亮易观。本表还设有自动照明功能，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 (由自动照明开启指示符表示) 后才能动作。
- 照明持续时间可指定为 1.5 秒或 2.5 秒。
- 有关使用照明的其他重要资料，请参阅“照明须知”一节中的说明。

## 如何手动点亮照明

- 要点亮显示画面时所需按的按钮会依所在的模式而不同。
- 在计时\*、秒表或倒数计时器模式\*中时，请按 (C) 钮。
  - \* 若计时模式或倒数计时器模式的设定画面正在显示，请按 (E) 钮。
  - 在检索、世界时间或闹铃模式中时，请按 (E) 钮。
  - 无论自动照明功能是否开启，上述操作都可点亮照明。

## 关于自动照明功能的说明

自动照明功能开启后，在任意模式中，每当您如下所示转动手腕，自动照明便会点亮。

将本表移至与地面平行的位置上，然后将其面向您转动超过 40 度便可点亮照明。

- 请将手表戴在手腕的外侧。



## 警告！

- 在使用自动照明观看手表时，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，必须特别小心谨慎。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其他机动车前，必须先先将手表的自动照明功能解除。这是因为自动照明有可能会突然意外点亮，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 (C) 钮约 2 秒便可交替开启 (A<sub>OFF</sub>) 出现) 及解除 (A<sub>OFF</sub> 消失) 自动照明功能。
- 自动照明功能经开启后，自动照明开启指示符 (A<sub>OFF</sub>) 会在所有模式中显示。
  - 为了防止电池的消耗，自动照明功能会在开启约 6 小时后自动解除。如有需要，请重复上述步骤再次开启自动照明。

## 如何指定照明持续时间



1. 在计时模式中，按住 (B) 钮直至秒数位开始闪动。此表示现已进入设定画面。
2. 按 (A) 钮在 2.5 秒 (A) 与 1.5 秒 (B) 间交替选择照明持续时间设定。
3. 按 (B) 钮退出设定画面。

## 参考资料

本节讲述更多有关操作本表的详情及技术资料，其中还包括本表的各种功能及特长的重要使用须知及注意事项。

## 画面的自动返回

当某数位在画面中闪动时，若不作任何操作经过 2 或 3 分钟，本表会自动退出设定画面。

## 选择

(A) 钮及 (C) 钮用于在各模式及设定画面上切换数据。通常在切换数据过程中，按住此二钮可以高速切换数据。

## 初始画面

进入世界时间模式时，上次退出该模式时显示的数据会首先显示。

## 计时模式

- 将秒数复位至 00 时，若秒数值是在 30-50 之间，在秒数值回至 00 的同时，分数值会增加 1。若秒数值是在 00-29 之间，分数值则保持不变。
- 选用 12 小时制时，在正午至下午 11:59 之间 P (下午) 指示符会在画面上显示；而在午夜至上午 11:59 之间 R (上午) 指示符会显示。
- 选用 24 小时制时，时间会在 0:00 至 23:59 之间表示，此时无表示时制的指示符显示。
- 本表内藏有全自动日历，其可自动调整长短月及闰年的日期。日期一旦设定，除更换本表的电池之后以外，无需再次调整。

## 世界时间模式

- 世界时间模式时间根据计时模式中当前本地城市的时间设定计算得出，计算使用各城市代码的格林威治标准时间 (GMT) 差。
- 世界时间的秒计数与计时模式中的秒计数同步。
- GMT 时差为表示格林威治标准时间与某城市所在时区间的时差的数值。
- 本表的 GMT 时差根据协调世界时 (UTC) 数据资料计算得出。

## 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。
- 在直射阳光下，照明的光亮有可能会难以看清。
- 在照明点亮时，本表有可能会发出响声。这是由于 EL 电子荧光板点亮时的震动所产生，此属正常并不表示本表发生了故障。
- 每当闹铃鸣响时，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及您手臂的摇动或震动都可能使自动照明功能动作并点亮显示画面。为避免耗尽电池电量，每当进行会使照明频繁点亮的活动前，请将自动照明功能解除。

超过 15 度过高



- 若表面相对于平行地面向上或向下倾斜超过 15 度，照明有可能不会点亮。必须保持您的手臂与地面平行。
- 即使您保持手表面向您，照明亦会在预设照明持续时间 (请参阅“如何指定照明持续时间”一节) 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，将表面转向您要等候约 1 秒钟照明才会点亮。此属正常现象并非表示自动照明发生了故障。
- 前后晃动手表时，您也许会留意到一些很轻微的喀嚓声从手表中发出。这是由于自动照明功能的机械操作所致，并非表示手表有问题。

## 信息 ERR、OPEN 及 WAIT

- 当电池电力低弱时执行任何保存或检索全操作数据的按钮操作会使 ERR 显示。同时会有数秒钟按钮操作无法进行。通常当电池电力恢复时操作亦会恢复正常。
- 当更换了电池并执行了 AC (全部清除) 操作后，信息 WAIT 会停留在显示画面中数分钟，此时手表在执行存储器检查操作。当 WAIT 在画面中显示时请勿执行任何按钮操作。
- 若 OPEN 在画面中显示，则表示手表的背壳开着或盖得不牢固，并由此引起手表内部接触不良。每当信息 OPEN 出现并停留在手表的显示画面中时，请将手表送往您购入本表的经销店或当地的 CASIO 代理店。
- 执行 AC (全部清除) 操作会删除当前保存在手表存储器内的所有数据。必须将所有重要数据另行抄写记录。

City Code Table

City Code	City	GMT Differential	Other major cities in same time zone
-11		-11.0	Pago Pago
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
LAX	Los Angeles	-08.0	San Francisco, Las Vegas, Vancouver, Seattle/Tacoma, Dawson City
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton
CHI	Chicago	-06.0	Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans, Mexico City, Winnipeg
NYC	New York	-05.0	Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
-2		-02.0	
-1		-01.0	Praia
GMT		+00.0	Dublin, Lisbon, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London		
PAR	Paris	+01.0	Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Berlin, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm
CAI	Cairo	+02.0	Athens, Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
JRS	Jerusalem	+02.0	
JED	Jeddah	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi, Moscow
THR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	Male
DEL	Delhi	+05.5	Mumbai, Kolkata
DAC	Dhaka	+06.0	Colombo
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
HKG	Hong Kong	+08.0	Singapore, Kuala Lumpur, Beijing, Taipei, Manila, Perth, Ulaanbaatar
TYO	Tokyo	+09.0	Seoul, Pyongyang
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
SYD	Sydney	+10.0	Melbourne, Guam, Rabaul
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

\*Based on data as of June 2004.