

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。

用途

本錶內置的傳感器能測量氣壓、溫度及高度。測出的數值將顯示在畫面上。這些功能可使本錶在遠足、登山、或進行其他屋外活動時實用便利。

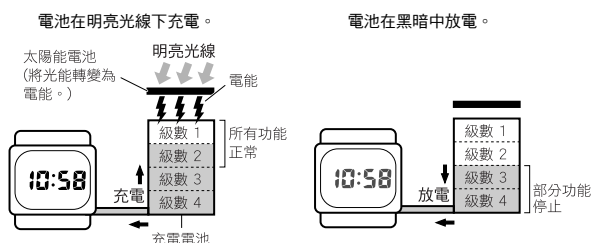
請讓手錶經常照到明亮光線



本錶內置的電池會儲存由太陽能電池產生的電能。在照射不到光線的地方長期放置或使用本錶會使電池的電量耗盡。請盡可能讓手錶照射到光線。

- 不將手錶戴在手腕上使用時，請將手錶面朝明亮光源放置。
- 請盡量使手錶露在衣袖之外。僅部分錶面被遮擋時充電效率亦會顯著下降。

即使照不到光線，本錶亦將保持運作。讓手錶長期處於黑暗環境中會耗盡電池，並使手錶的有些功能停止。若電池耗盡，您將不得不在充電後再次配置手錶的各項設定。為確保手錶的正常運作，必須盡可能地讓手錶照射到光線。



- 使部分功能停止的實際電量水平依手錶的型號而不同。
- 頻繁使用照明會很快耗盡電池，使手錶需要充電。下示參考值為點亮一次照明後，為補足消耗的電量所需要的充電時間。
在透過窗戶射入的陽光下時約為 5 分鐘
在室內壁光燈下時約為 50 分鐘
- 請務必參照“電源”一節，瞭解有關讓手錶照射到明亮光線時需要知道的重要資訊。

若手錶畫面變為空白...

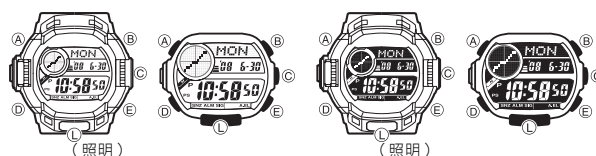
若手錶畫面變為空白，則表示為了節省電源，手錶的節電功能已將畫面關閉。

- 有關詳情請參閱“節電功能”一節。

警告！

- 本錶配備的測量功能不是為需要專業或工業精度的測量而設計。本錶顯示的數值應當作有合理精度的測量結果。
- CASIO COMPUTER CO., LTD. 對於因使用本錶而引起的任何損失或第三方的任何索賠一律不負任何責任。

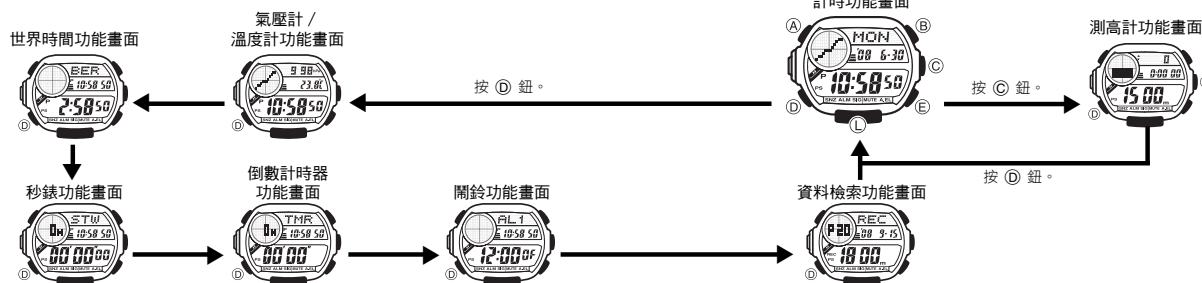
關於本說明書



- 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。

部位說明

- 下圖介紹選換功能所需按的按鈕。
- 在任意功能畫面顯示時，按 (L) 鈕可點亮照明。



電波原子計時

- 本錶接收時間校準電波訊號並相應更新時間。
- 本錶在設計上能夠接收德國 (Mainflingen)、英國 (Anthorn)、美國 (Fort Collins)、中國 (商丘) 及日本 (福島、福岡 / 佐賀) 發射的時間校準電波訊號。

現在時間的設定

本錶根據時間校準訊號自動調整時間。需要時，您還可以手動設定時間及日期。

- 購買本錶後，您需要首先指定居住城市（您通常使用本錶的城市）。有關詳情請參閱下述“如何指定居住城市”一節。
- 在時間訊號電波覆蓋地區外使用本錶時，您需要手動調整時間。有關手動設定時間的詳細說明，請參閱“計時功能”一節。
- 本錶能在北美接收到美國時間校準訊號。本說明書中的“北美”一詞是指包含加拿大、美國及墨西哥在內的地區。

如何指定居住城市

城市代碼



- 在計時功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕直到城市代碼開始閃動，此表示現已進入設定畫面。
- 按 (E) (向東) 鈕及 (B) (向西) 鈕選擇要用居住城市的城市代碼。
LON : 倫敦
PAR、BER : 巴黎、柏林、米蘭、羅馬、阿姆斯特丹、漢堡、法蘭克福、維也納、巴塞羅納、馬德里
ATH : 雅典
HKG : 香港

TPE、TYO : 臺北、東京
LAX : 洛杉磯、舊金山、拉斯維加斯、西雅圖 / 塔科馬、溫哥華、提華納
DEN : 丹佛、埃爾帕索、埃德蒙頓、庫利亞坎
CHI : 芝加哥、休斯頓、達拉斯 / 沃斯堡、新奧爾良、溫尼伯、墨西哥城
NYC : 紐約、底特律、邁阿密、波士頓、蒙特利爾

3. 按 (A) 鈕退出設定畫面。

- 通常，您選擇居住城市代碼後手錶便會立即顯示正確的時間。否則，手錶將在下次自動訊號接收操作（深夜時）後自動調整時間。您也可以手動接收訊號或手動調整時間。
- 手錶將自動從合適的發射台接收時間校準訊號（深夜時）並相應更新設定。有關城市代碼與發射台間關係的說明，請參閱“時間校準訊號的接收”中的“重要！”及“發射台”一節。
- 有關本錶的電波訊號接收地區的說明，請參閱下述“大致接收地區”中的圖。
- 需要時，您可以解除時間訊號接收功能。有關詳情請參閱“如何開啟或解除自動訊號接收功能”一節。

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

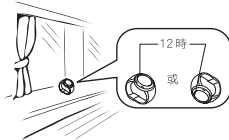
使用自動訊號接收時，手錶每天最多自動接收時間校準訊號六次。自動訊號接收成功一次後，當天隨後的所有自動接收操作便不再進行。有關詳情請參閱“關於自動訊號接收”一節。

• 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 時一側面朝窗戶。本錶設計成在深夜接收時間校準電波訊號。因此，當您在晚上摘下手錶時應將其放在窗戶旁。確認周圍沒有金屬物體。



- 手錶的朝向不要擺放錯誤。
- 在下列場所可能會難以甚至無法接收到訊號。

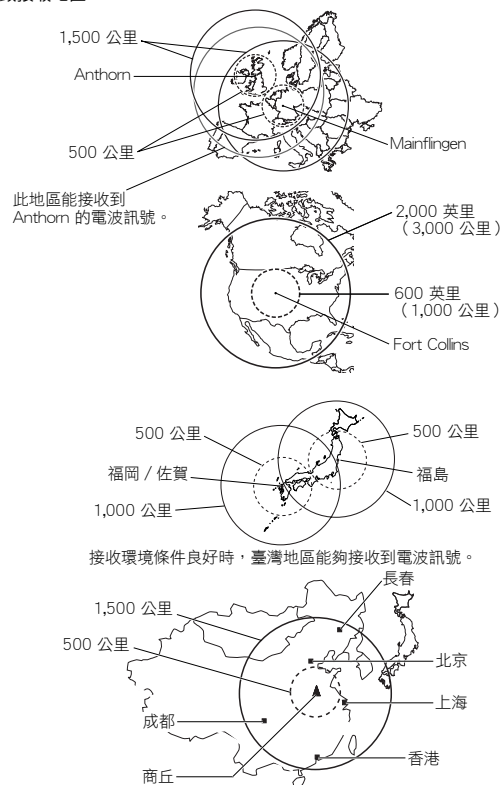


- 建築物內部或建築群中
 - 交通工具內部
 - 家用電器、辦公設備或手機附近
 - 建築工地、機場或其他電噪音源附近
 - 高壓電線附近
 - 山脈中或山後
- 通常深夜的訊號接收環境最佳。
 - 時間校準訊號的接收會需要二至七分鐘的時間，但有些情況下最長會需要 14 分鐘的時間。請小心，不要在訊號接收過程中進行任何按鈕操作或移動手錶。
 - 手錶根據其下居住城市代碼設定接收時間校準訊號。

居住城市代碼	發射台	頻率
LON、PAR、BER、ATH	Anthorn (英國)	60.0 kHz
	Mainflingen (德國)	77.5 kHz
HKG	商丘市 (中國)	68.5 kHz
TPE、TYO	福島 (日本)	40.0 kHz
	福岡 / 佐賀 (日本)	60.0 kHz
HNL*、ANC*、LAX、DEN、CHI、NYC	科羅拉多州 Fort Collins (美國)	60.0 kHz

* 由 HNL 及 ANC 城市代碼覆蓋的區域距離時間校準訊號發射台很遠，因此有些環境條件可能會使訊號接收出現問題。

大致接收地區



- 在一年或一日的某個時間帶中，下述距離處可能會無法接收到訊號。電波干擾亦可能會使訊號接收失敗。
Mainflingen (德國) 或 Anthorn (英國) 發射台：500 公里 (310 英里)
Fort Collins (美國) 發射台：600 英里 (1,000 公里)
福島或福岡 / 佐賀 (日本) 發射台：500 公里 (310 英里)
商丘 (中國) 發射台：1,500 公里 (910 英里)
- 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。
- 若您在時間校準訊號的接收上遇到問題，請參閱下述“電波訊號接收疑難排解”一節。

關於自動訊號接收

手錶每天最多自動接收時間校準訊號六次。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。訊號接收時間表（校準時間）依居住城市及其標準時間或夏令時間的設定而不同。

居住城市		自動訊號接收開始時間					
		1	2	3	4	5	6
LON	標準時間	早上 1:00	早上 2:00	早上 3:00	早上 4:00	早上 5:00	午夜*
	夏令時間	早上 2:00	早上 3:00	早上 4:00	早上 5:00	午夜*	早上 1:00*
PAR BER	標準時間	早上 2:00	早上 3:00	早上 4:00	早上 5:00	午夜*	早上 1:00*
	夏令時間	早上 3:00	早上 4:00	早上 5:00	午夜*	早上 1:00*	早上 2:00*
ATH	標準時間	早上 3:00	早上 4:00	早上 5:00	午夜*	早上 1:00*	早上 2:00*
	夏令時間	早上 4:00	早上 5:00	午夜*	早上 1:00*	早上 2:00*	早上 3:00*
HKG	標準時間	早上 1:00	早上 2:00	早上 3:00	早上 4:00	早上 5:00	
TYO TPE	標準時間	午夜	早上 1:00	早上 2:00	早上 3:00	早上 4:00	早上 5:00
NYC CHI DEN LAX	標準時間及夏令時間	午夜	早上 1:00	早上 2:00	早上 3:00	早上 4:00	早上 5:00

*第二天

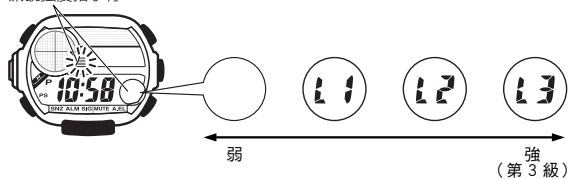
註

- 校準時間到達時，手錶只有在計時功能或世界時間功能中時才接收校準訊號。若當您配置設定時到達了校準時間，手錶不進行訊號接收。
- 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）。在晚上，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。
- 手錶每天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。在校準時間的前後七分鐘內不要進行任何按鈕操作。否則會干擾正常的時間校準。
- 請記住，校準訊號的接收時間取決於計時功能中的時間。當畫面上顯示任何校準時間之一時，手錶將進行訊號接收，無論此顯示的時間實際上是否正確。

關於訊號接收強度指示符

訊號強度指示符表示接收到的校準訊號的強度。為能最好地接收到電波，應將手錶放在訊號最強的地方。自動或手動訊號接收操作進行過程中，訊號強度指示符會出現。

訊號強度指示符



- 即使在訊號強的地方，直到訊號接收穩定在訊號接收指示符指示的訊號強度為止亦需要約 10 秒鐘的時間。
- 訊號強度指示符可用作檢查訊號強度的指標，通過查看訊號強度指示符可在訊號接收過程中找到擺放手錶的最佳位置。
- 接收到時間校準訊號並校正了手錶的時間後，第 3 級訊號強度指示符將表示在所有功能畫面中。若電波訊號接收失敗或手動調整了時間，第 3 級訊號強度指示符不會出現。
- 只有當手錶能成功接收到時間及日期雙方的資料時，第 3 級訊號強度指示符才會出現。只接收到了時間資料時，其不出現。
- 第 3 級訊號強度指示符表示至少有一次自動校準訊號的接收操作成功了。但請注意，手錶每天第一次進行自動訊號接收操作時，第 3 級訊號強度指示符將從畫面上消失。

如何手動接收訊號

正在接收訊號



訊號接收成功



訊號接收失敗



若之前成功接收過



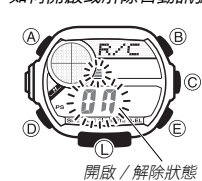
若訊號接收操作沒成功過

- 在計時功能畫面顯示時，按 (E) 鈕顯示最後一次成功接收電波訊號的時間及日期畫面。
- 按 (E) 鈕進入訊號接收功能畫面。
- 按住 (E) 鈕約兩秒鐘，直到 開始在畫面上閃動。
 - 時間校準訊號的接收會需要二至七分鐘。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，接收日期及時間將隨 GET 指示符一起出現在畫面上。
- 手動訊號接收操作完成後，按 (E) 鈕兩次返回計時功能畫面。
 - 若您不進行任何按鈕操作經過兩一或兩分鐘，手錶亦將退出訊號接收功能畫面。
 - 若訊號接收失敗，但上次的訊號接收是成功的，畫面將顯示指示符 ()。若您按 (E) 鈕或不做任何按鈕操作經過約一或兩分鐘，手錶將進入訊號接收功能畫面，而時間保持不變。

註

- 若要中斷接收操作並返回訊號接收功能畫面，請按 (E) 鈕。

如何開啟或解除自動訊號接收功能



開啟 / 解除狀態

- 在計時功能畫面顯示時，按 (E) 鈕顯示最後一次成功接收電波訊號的時間及日期畫面。
- 按住 (A) 鈕直到目前的自動訊號接收設定 (ON 或 OFF) 開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
 - 請注意，若目前選擇的居住城市不支援時間校準訊號的接收，則設定畫面不會出現。
- 按 (E) 鈕開啟 (ON) 或解除 (OFF) 自動訊號接收功能。
- 按 (A) 鈕退出設定畫面。
 - 有關支援訊號接收的城市代碼的說明，請參閱“如何指定居住城市”一節。

如何檢查最終訊號接收結果



按 (E) 鈕顯示最後一次成功接收訊號的時間及日期。要返回前一個畫面時，再次按 (E) 鈕。

電波訊號接收疑難排解

當您在電波訊號接收上遇到問題時，請檢查以下各點。

問題	可能原因	對策
不能手動接收訊號	- 手錶不在訊號接收功能中。 - 居住城市設定不是下列之一： LON、PAR、BER、ATH、HKG、TPE、TYO、LAX、DEN、CHI 或 NYC	- 進入訊號接收功能畫面並再試一次。 - 選擇 LON、PAR、BER、ATH、HKG、TPE、TYO、LAX、DEN、CHI 或 NYC 作為居住城市。
自動訊號接收功能已開啟，但第 3 級訊號強度指示符沒有出現在畫面上。	- 您手動改變了時間。 - 您在世界時間功能中手動改變了 DST 設定。 - 電波訊號接收過程中您按了按鈕。 - 即使電波訊號接收成功，每天當第一次自動訊號接收操作進行時，第 3 級訊號強度指示符便從畫面上消失。 - 僅時間資料（時，分，秒）在最後一次接收操作過程中接收到。第 3 級訊號強度指示符只有當時間資料及日期資料（年，月，日）都接收到時才出現。	- 手動執行訊號接收操作或等到下一次自動訊號接收操作開始。 - 檢查並確認手錶在能接收到電波訊號的地區。
接收到電波訊號後時間仍不準。	- 若時間差一個小時，則可能是 DST 設定不正確。 - 居住城市的設定與您使用手錶時的所在地區不同。	- 將 DST 設定改變為 Auto DST。 - 選擇正確的居住城市。

- 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。

測高計功能

本錶的測高計使用氣壓傳感器探測現在氣壓，然後用此氣壓測量值根據 ISA（國際標準大氣壓）預設值估算現在的高度。您還可以預先指定一個參考高度，本錶將根據此參考值計算現在的相對高度。測高計功能還配備有記憶體保存測量的資料。

重要！

- 本錶是根據氣壓估算高度。這即是說在相同位置上所測出的高度會因氣壓的變化而有所不同。
- 本錶採用半導體氣壓傳感器測量高度，其會受溫度變化的影響。在進行高度測量時，請注意避免使手錶受到溫度變化的影響。
- 為避免測量結果受溫度突然變化的影響，請在測量過程中將手錶戴在手腕上並直接與皮膚接觸。
- 切勿在進行高度會突然產生變化的運動時過份依賴本錶的高度測量結果或執行按鈕操作。這些運動包括：跳傘、懸掛式滑翔機、滑翔跳傘、駕駛旋翼飛機、駕駛滑翔機或任何其他飛機。
- 不要在要求有專業或工業精確的高度測量時使用本錶。
- 請記住商用客機中的空氣是經壓縮的。因此，在客機中本錶的測量值會與飛機乘務員通報的或機內表示的高度不同。

測高計的工作原理

測高計能夠根據自己的預設值或您指定的參考高度測量高度。

根據預設值測定高度時

手錶使用記憶器中保存的 ISA（國際標準大氣壓）換算值，將氣壓傳感器測出的氣壓值換算為同等的高度。

根據您指定的參考高度測量高度時

指定參考高度後，本錶會使用此高度值將目前測量的氣壓值換算為高度。

- 登山時您可依沿路標誌或地圖上的標高設定參考值。設定後，手錶產生的高度測量結果會比無參考高度時更為精確。



現在高度的顯示

使用本節介紹的操作可以顯示現在的高度。若手錶繼續處於測高計功能畫面，其將定期更新顯示的高度值，並在畫面左上部以高度圖的形式表示高度的變化。

您可以在下列兩種高度測量間隔中選擇之一。

0'05"：每隔五秒鐘測量一次，共測量一個小時

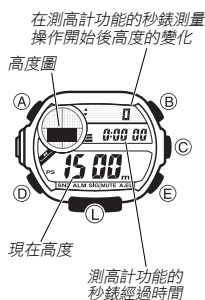
2'00"：在最初三分鐘之內每隔五秒鐘測量一次，之後每隔兩分鐘測量一次，共測量 10 個小時

- 有關設定高度測量間隔及測量時間的說明，請參閱“如何指定高度測量間隔”一節。

重要！

- 本節中介紹的操作步驟只顯示現在的高度值，該值不會存入手錶記憶器。有關在手錶記憶器中記錄高度測量值的說明，請參閱“高度資料的保存”一節。

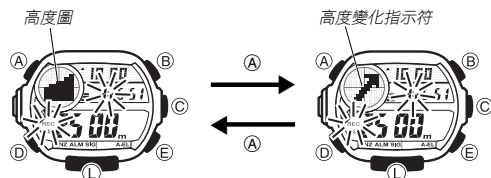
如何顯示現在高度



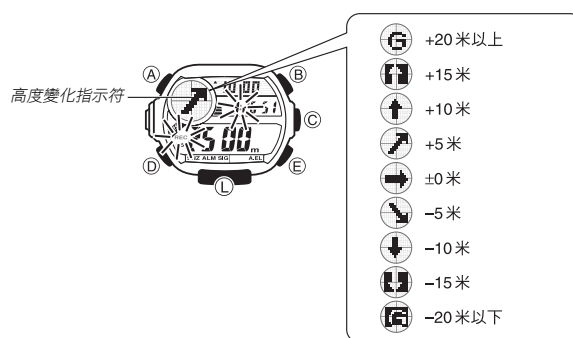
- 在計時功能畫面顯示時，按 (C) 鈕進入測高計功能畫面。
 - 本錶將自動開始高度測量操作並顯示結果。
 - 進入測高計功能畫面後，本錶需要約四或五秒鐘的時間才能顯示第一次高度測量值。
- 若不退出測高計功能畫面，高度值及高度變化值將根據您選擇的高度測量間隔進行更新。
 - 若要重新開始高度測量操作，請隨時按 (C) 鈕。
- 要停止高度測量操作時，請按 (D) 鈕退出測高計功能畫面。

註

- 通常，手錶根據預設換算值顯示高度值。需要時，您還可以指定參考高度。請參閱“參考高度的指定”一節。
- 高度的顯示單位為 5 米（20 英尺）
- 高度的測量範圍為：-700 至 10,000 米（-2,300 至 32,800 英尺）
- 在設有參考高度時或由於某些大氣環境，本錶測出的高度有可能會為負值。
- 若測出的高度超出測量範圍，畫面上的高度值會變為 - - - - 米（或英尺）。當高度測量值返回本錶的測量範圍時，高度值將再次出現。
- 畫面上顯示的高度值的測量單位可以在米（m）與英尺（ft）之間選擇。
- 在高度測量過程中，手錶可能無法正常更新計時畫面中的顯示內容。但手錶內部保持正確的計時。



- 在測高計功能畫面顯示時，按 (A) 鈕可選換高度圖及高度變化指示符。高度變化指示符顯示最新測量結果與上次測量結果之間的相對差。
- 當最新測量的高度超出手錶的高度測量範圍（-700 至 10,000 米 / -2,300 至 32,800 英尺）時，畫面不顯示高度變化指示符。



如何指定高度測量間隔



- 在測高計功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕約兩秒鐘直到 **OFF** 或參考高度值開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 按 (D) 鈕顯示目前的高度測量間隔設定。
 - 此時，**0'05"** 或 **2'00"** 開始在畫面上閃動。
- 按 (A) 鈕在 **0'05"** 與 **2'00"** 之間交替選擇設定。
 - 0'05"**：每隔五秒鐘測量一次，共測量一個小時
 - 2'00"**：在最初三分鐘之內每隔五秒鐘測量一次，之後每隔兩分鐘測量一次，共測量 10 個小時
- 按 (A) 鈕退出設定畫面。

高度資料的保存

下面介紹手錶為高度測量創建的幾種記錄。

- 您可以手動測量高度。手動測量值將被保存在記憶器中，附帶測量日期（年，月，日）。記憶器最多能保存 20 個高度記錄（測量值）。
- 測高計功能中配備有秒錶（此秒錶獨立於手錶的秒錶功能），用於測量登山時間。測高計功能的秒錶測時過程中，手錶自動測量高度（測量值不存入記憶器）。每次將測高計功能的秒錶復位為全零時，測高計功能中上次秒錶測量段中的最高高度、最低高度、累計上升高度及累計下降高度將被保存在“目前秒錶段記錄中”。
- 獨立的“歷史記錄”跟蹤測高計功能中所有秒錶測量段的最高高度、最低高度、累計上升高度及累計下降高度。

如何手動測量高度

- 按 (C) 鈕進入測高計功能畫面。
- 按住 (C) 鈕約一秒鐘直到 **REC** 開始在畫面中閃動。
 - 此時手錶將鳴音，並且目前的高度測量值將與日期（年，月，日）及時間一起被保存下來。
- 資料保存完畢後，**REC** 停止閃動，手錶亦自動返回測高計功能畫面。
- 記憶器最多只能保存 20 個高度記錄。記憶器中已有 20 個記錄時要再保存新的測量值時，最早的記錄將被刪除以為新測量值騰出空間。

如何使用測高計功能的秒錶測量高度

- 在計時功能畫面顯示時，按 (C) 鈕進入測高計功能畫面。
 - 手錶將自動開始高度測量。請注意，測量值不會作為高度記錄保存。
- 按 (E) 鈕啟動或停止測高計功能的秒錶。
 - 測高計功能的秒錶測時過程中，畫面顯示秒錶開始測時後的經過時間、現在高度及高度變化。
- 測高計功能的秒錶使用完畢後，按 (B) 鈕將其復位為全零。
 - 測高計功能的秒錶測時過程中，按 (A) 鈕可切換高度圖及高度變化指示符。高度變化指示符圖形表示現在的高度測量值與上一次測量值的變化。顯示的指示符的種類取決於高度變化的相對大小。

目前秒錶段記錄

目前秒錶段記錄中含有如下資料。直到您開始一次新的測高計功能的秒錶測時段為止，此記錄的內容將被保留。

資料	說明
最高高度 (MAX)	現測高計功能的秒錶段中達到的最高高度
最低高度 (MIN)	現測高計功能的秒錶段中達到的最低高度
總上升高度 (ASC)	現測高計功能的秒錶段中累積的總上升高度
總下降高度 (DESC)	現測高計功能的秒錶段中累積的總下降高度

- 總上升高度及總下降高度的最大值為 99,995 米（或 99,980 英尺）。到達最大值後各值會返回零。

現測高計功能的秒錶段記錄資料是如何更新的

註

- 當您按 (E) 鈕開始一次新的測高計功能的秒錶測量段時，手錶將清除已保存在秒錶段記錄中的資料。
- 手錶如下所述測量高度、計算資料，並相應更新秒錶測時段記錄。請注意，測量及保存根據手錶是否在測高計功能中而不同。

- 在測高計功能中

高度測量間隔	最初 3 分鐘時	3 分鐘之後
0'05"	每隔 5 秒鐘更新一次	每隔 5 秒鐘更新一次
2'00"	每隔 5 秒鐘更新一次	每隔 2 分鐘更新一次

- 不在測高計功能中

測量及測時段資料的更新每兩分鐘進行一次。

歷史記錄

歷史記錄跨多個測高計功能的秒錶段跟蹤最高高度、最低高度、總上升及總下降高度值。此記錄的內容在測高計功能的秒錶操作過程中不斷被更新。

歷史記錄是如何被更新的

測高計功能的秒錶操作過程中，手錶不間斷地進行下述操作。

資料	更新操作
最高高度	手錶將現在測量值與歷史記錄值進行比較，將較大的值存入歷史記錄。
最低高度	手錶將現在測量值與歷史記錄值進行比較，將較小的值存入歷史記錄。
總上升高度	目前的測高計功能的秒錶段值被加在歷史記錄值上。
總下降高度	

- 有關清除歷史記錄、從零開始重新記錄所有數值的說明，請參閱“歷史記錄的清除”一節。

測高計的其他功能

本節介紹在測高計功能中可使用的其他功能及設定。請注意，除非特別指明，本節中的所有資訊適用於所有類型的測高計功能測量操作。

參考高度的指定

指定參考高度後，手錶將相應調節其氣壓至高度的換算計算。本錶顯示的高度測量值會因氣壓的變化而產生誤差。因此，建議您在移動過程中，每當可能時便更新參考高度。

如何指定參考高度

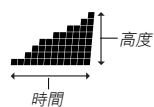


- 在測高計功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕約兩秒鐘直到 OFF 或參考高度值開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 按 (E) (+) 鈕或 (B) (-) 鈕以 5 米 (或 20 英尺) 為單位改變現在參考高度值。
 - 參考高度可以在 -10,000 至 10,000 米 (-32,800 至 32,800 英尺) 的範圍內指定。

- 同時按 (E) 鈕及 (B) 鈕能使參考值返回 OFF (無參考高度)，以便手錶僅根據預設資料進行氣壓至高度的換算。

- 按 (A) 鈕退出設定畫面。

高度圖



高度圖表示測高計功能中的測量結果。

- 圖的縱軸代表高度，每個點代表 10 米 (40 英尺)。
- 橫軸代表時間，最右列中閃動的點表示最新測量結果。在最初的三分鐘內，每個點代表五秒鐘。之後，每個點代表兩分鐘。

- 超出範圍的測量結果或測量錯誤將使代表該測量點的列出現空白 (被跳過)。

高度資料的查閱

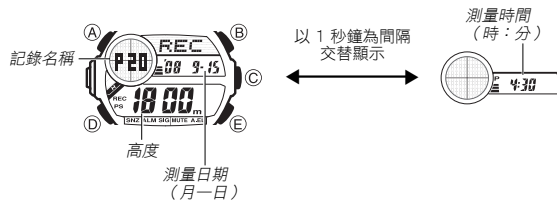
請使用資料檢索功能畫面來查看記憶器中的高度記錄，以及測高計功能的秒錶段記錄及歷史記錄。手錶在測高計功能中建立及保存高度記錄。

資料畫面

下面介紹資料檢索功能中各畫面的內容。

註

- 高度記錄畫面、最高高度或最低高度畫面顯示時，畫面下部將以 1 秒鐘為間隔交替顯示測量日期 (月及日) 及測量時間。



高度記錄

這些記錄是您用手錶測量的 20 個最新高度值。若您進行了 20 次以上的測量，手錶將刪除最早的測量值，以為新測量值騰出空間。

現在的秒錶段記錄

下述資料項包含在目前的秒錶段記錄中。

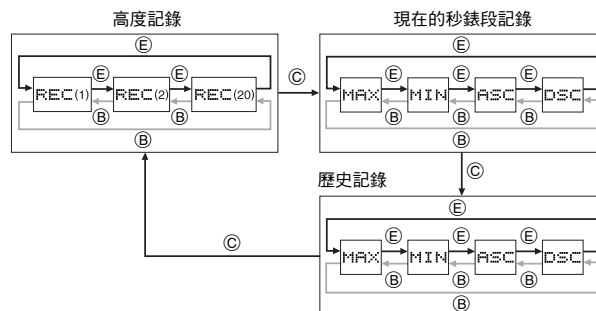
資料類型	畫面名稱	說明
最高高度	MAX	在最後一次測高計功能的秒錶測時段中到達的最高高度。
最低高度	MIN	在最後一次測高計功能的秒錶測時段中到達的最低高度。
總上升高度	ASC	在最後一次測高計功能的秒錶測時段中的總累計上升高度。
總下降高度	DSC	在最後一次測高計功能的秒錶測時段中的總累計下降高度。

歷史記錄

歷史記錄中含有從上次歷史記錄清除後執行的所有測高計功能的秒錶測時段的資料。

資料類型	畫面名稱	說明
最高高度	MAX	在所有測高計功能的秒錶測時段中到達的最高高度。
最低高度	MIN	在所有測高計功能的秒錶測時段中到達的最低高度。
總上升高度	ASC	在所有測高計功能的秒錶測時段中的總累計上升高度。
總下降高度	DSC	在所有測高計功能的秒錶測時段中的總累計下降高度。

如何查看高度記錄及測高計功能的秒錶段記錄

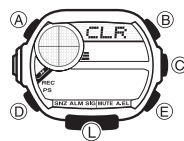


- 進入資料檢索功能畫面。
- 用 (C) 鈕循環選擇高度記錄、目前測高計功能的秒錶記錄及歷史記錄。
- 當您需要的記錄顯示時，用 (E) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕選擇換資料。按住 (E) 鈕或 (B) 鈕可高速選擇換資料。
- 資料查看完畢後，按 (D) 鈕退出資料檢索功能畫面。
- 若資料已被刪除或因錯誤等沒有相應的資料，則破折號 (---) 將出現。在此種情況下，總上升高度 (ASC) 及總下降高度 (DSC) 值將顯示為零。
- 當總上升高度 (ASC) 或總下降高度 (DSC) 超過 99,995 米 (或 99,980 英尺) 時，相應數值將返回零並重新開始計數。

歷史記錄的清除

要清除歷史記錄並使所有數值都從零再次開始時，請執行下述操作。

如何清除歷史記錄



1. 按 (D) 鈕進入資料檢索功能畫面。
2. 按住 (A) 鈕。
 - CLR 將出現在畫面的上部。
3. 繼續按住 (A) 鈕約兩秒鐘直到 CLR 開始閃動。
 - 資料刪除操作完畢後，歷史記錄的最高高度畫面將再次出現。
 - 在上述操作過程中，若您中途鬆開 (A) 鈕，手錶將不刪除資料，直接返回歷史記錄的最高高度畫面。

氣壓計 / 溫度計功能

本錶使用氣壓傳感器來測量氣壓（大氣壓），使用溫度傳感器來測量氣溫。

• 若您懷疑測定結果不正確，則請校準氣壓傳感器及溫度傳感器。

如何進行氣壓及溫度測量



- 在計時功能畫面顯示時，按 (D) 鈕進入氣壓計 / 溫度計功能畫面。氣壓及溫度測量將自動開始。
- 進入氣壓計 / 溫度計功能畫面後，本錶需要四或五秒鐘的時間才能顯示氣壓測量值。
 - 氣壓以 1 hPa（或 0.05 inHg）為單位表示。
 - 當氣壓測量值超出 260 hPa 至 1,100 hPa（7.65 inHg 至 32.45 inHg）的範圍時，氣壓值的顯示會變為 --- hPa（或 inHg）。當氣壓測量值返回本錶的測定範圍時，氣壓值即會重新出現。
 - 氣溫以 0.1（或 0.2；）為單位表示。

- 當氣溫的測量值超出 -10.0°C 至 60.0°C（14.0°F 至 140.0°F）的範圍時，氣溫值的顯示會變為 --- °C（或 °F）。當氣溫測量值返回本錶的測量範圍時，氣溫值即會重新出現。
- 有些地區以 millibars（毫巴，mb）而非 hectopascal（百巴斯卡，hPa）為氣壓單位表示氣壓值。實際上此兩種單位完全相同，因為 1 hPa = 1 mb。
- 您可以選擇百巴斯卡（hPa）或英寸汞（inHg）作為氣壓的顯示單位，選擇攝氏（°C）或華氏（°F）作為溫度的顯示單位。請參閱“如何選擇溫度、氣壓及高度單位”一節。
- 有關重要須知請參閱“氣壓計及溫度計須知”一節。

氣壓圖

氣壓反映大氣的變化。通過監視這些變化能在合理的精確度內預測天氣。無論目前的功能畫面為何，本錶每兩小時自動測量一次氣壓（在各偶數小時的起點）。測量結果用於生成氣壓圖及氣壓變化指示符。

氣壓圖表示過去 24 個小時內的氣壓測量結果。圖的橫軸表示時間，一個點代表兩個小時。最右側的點代表最新一次的測量結果。縱軸表示氣壓，各點代表其測量值與前一個點的測量值間的相對差。一個點代表 1 hPa。

下面介紹如何解釋氣壓圖上表示的資料。



氣壓上升圖通常表示天氣正在轉好。



氣壓下降圖通常表示天氣正在惡化。

注意，若天氣或氣溫突然發生變化，過去測量值的圖線可能會上下超出顯示範圍。氣壓恢復穩定後，所有線圖又會全部出現。

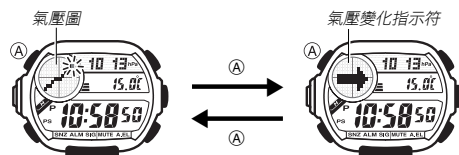
凡遇下述情況，氣壓的測量將會暫停，同時在氣壓圖相應的部位留下空白。

- 氣壓值超出測量範圍（260 hPa/mb 至 1,100 hPa/mb 或 7.65 inHg 至 32.45 inHg）
- 傳感器故障



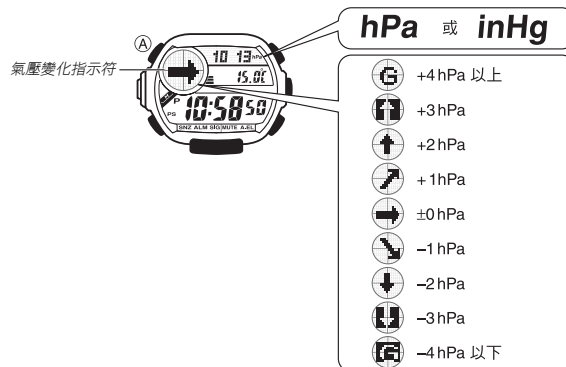
在畫面上看不到

氣壓變化指示符



在氣壓計 / 溫度計功能畫面顯示時，按 (A) 鈕選換氣壓圖及氣壓變化指示符。此指示符 (A) 表示氣壓圖上兩個相鄰氣壓測量值間的相對差，而現在的氣壓值表示在氣壓計 / 溫度計功能畫面上。

- 氣壓差可在 ± 4 hPa 的範圍內以 1-hPa 為單位表示。
- 當現在的氣壓值超出容許測量範圍（260 至 1,100 hPa）時，氣壓變化指示符 (A) 不出現。
- 氣壓以 hPa 為標準計算及顯示。氣壓差還可以以 inHg 為單位表示，如圖所示。



關於氣壓及溫度的測量

- 手錶在進入氣壓計 / 溫度計功能畫面時便會立即開始進行氣壓及溫度測量。之後，氣壓及溫度測量將每五秒鐘進行一次。
- 在氣壓測量過程中，手錶可能無法正常更新計時畫面中的顯示內容。但手錶內部保持正確的計時。

世界時間功能



世界時間功能畫面顯示世界 33 個城市（29 個時區）的現在時間。

- 若手錶表示的某城市的現在時間不準，請檢查居住城市的時間並作必要的變更。
- 有關城市代碼的詳情，請參閱本說明書末尾的“City Code Table”（城市代碼表）。
- 本節中的所有操作都必須在世界時間功能畫面中執行。請按 (D) 鈕進入該畫面。

如何查看各城市的時間

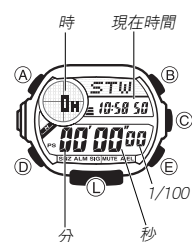
- 在世界時間功能畫面顯示時，用 (E)（向東）或 (B)（向西）鈕選換城市代碼（時區）。
- 當目前選擇的時區中大部分是海洋時，畫面上城市代碼處將顯示該時區的 UTC 時差。

如何為各城市選標準時間及夏令時間



1. 在世界時間功能畫面顯示時，用 (E)（向東）或 (B)（向西）鈕顯示要改變其標準時間 / 夏令時間設定的城市（時區）。
 2. 按住 (A) 鈕選換夏令時間（DST 指示符出現）及標準時間（DST 指示符消失）。
- 當已啟用夏令時間的城市代碼表示時，DST 指示符將會出現。
 - 當顯示的城市代碼為 UTC（UTC 時差：0）時，不能選換夏令時間及標準時間。
 - 請注意，DST 夏令時間 / 標準時間設定只對目前在畫面中顯示的城市有效，其他城市不受影響。

秒錶功能

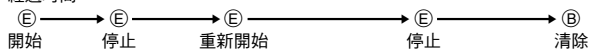


秒錶功能用於測量經過時間、中途時間及兩名選手的完成時間。

- 秒錶功能與測高計功能的秒錶是相互獨立的。
- 秒錶的測時限度為 23 小時 59 分 59.99 秒。
- 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，即使退出秒錶功能畫面，測時仍將繼續進行。
- 當中途時間正在畫面中顯示時，若退出秒錶功能畫面，手錶將清除中途時間並返回經過時間的測量畫面。
- 本節中的所有操作都必須在秒錶功能畫面中執行。請按 (D) 鈕進入該畫面。

如何使用秒錶測時

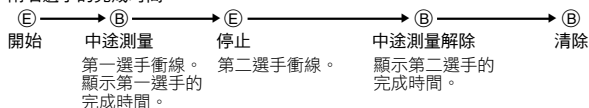
經過時間



中途時間



兩名選手的完成時間



倒數計時器功能



倒數計時器可在 1 分鐘至 24 小時的範圍內設定。倒數至零時手錶將發出鬧鈴音。

- 本節中的所有操作都必須在倒數計時器功能畫面中進行。請按 (D) 鈕進入該畫面。

如何設定倒數開始時間

- 當倒數開始時間顯示在倒數計時器功能畫面上時，按住 (A) 鈕直至倒數開始時間的時數開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 若倒數開始時間未顯示，則請按照“如何使用倒數計時器”一節中的操作步驟將其顯示。

- 按 (D) 鈕選擇時數及分數。
- 使用 (E) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕改變閃動中的項目。
- 要將倒數開始時間設定為 24 小時時，請設定 **00 00 00**。
- 按 (A) 鈕退出設定畫面。

如何使用倒數計時器

- 倒數計時器功能畫面顯示時，按 (E) 鈕可使倒數開始。
- 倒數至零時鬧鈴會鳴響五秒鐘，按任意鈕可中途停止鬧鈴音。鬧鈴停止鳴響後，倒數時間會自動返回至其開始值。
- 當倒數計時正在進行時，按 (E) 鈕可暫停倒數。再次按 (E) 鈕又可重新恢復倒數。
- 要完全停止倒數計時，請首先暫停倒數（按 (E) 鈕），然後再按 (B) 鈕。此時，倒數時間會返回至其開始值。

鬧鈴功能



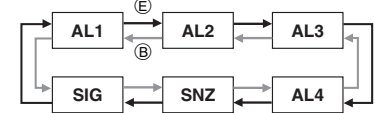
鬧鈴功能配備有四個一次鳴響鬧鈴及一個間歇鬧鈴。

- 要開啟或解除整點響報 (SIG) 時亦請進入鬧鈴功能畫面。
- 五個鬧鈴的編號分別為 **AL1** 至 **AL4** 及 **SNZ**。**SNZ** 只能設定為間歇鬧鈴。鬧鈴 **AL1** 至 **AL4** 亦只能作為一次鳴響鬧鈴使用。
- 進入鬧鈴功能畫面時，上次退出該功能時顯示的資料將首先出現。
- 本節中的所有操作都必須在鬧鈴功能畫面中執行。請按 (D) 鈕進入該畫面。

如何設定鬧鈴時間



- 在鬧鈴功能畫面顯示時，用 (E) 鈕及 (B) 鈕選擇要設定的鬧鈴直至其鬧鈴畫面出現為止。



- 按住 (A) 鈕直至鬧鈴時間的時數開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 該鬧鈴自動開啟。
- 按 (D) 鈕選擇時數及分數。
- 用 (E) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕改變閃動中的設定值。
- 使用 12 小時制設定鬧鈴時間時，注意正確設定鬧鈴時間的上午（無指示符）或下午（P 指示符）。
- 按 (A) 鈕退出設定畫面。

鬧鈴的動作

每當到達預設時間時鬧鈴會鳴響約 10 秒鐘，無論手錶處於何種功能。間歇鬧鈴將每隔五分鐘鳴響一次，總共重複七次。您可途中解除鬧鈴。

- 鬧鈴及整點響報根據計時功能中的時間動作。
- 要在鬧鈴開始鳴響後停止鬧鈴音時請按任意鈕。
- 在間歇鬧鈴的 5 分鐘間隔內，若進行下列操作之一，則目前的間歇鬧鈴動作會被解除。

顯示計時模式的設定畫面
顯示 **SNZ** 設定畫面

如何測試鬧鈴

在鬧鈴功能畫面顯示時，按住 (E) 鈕可使鬧鈴鳴響。

如何開啟或解除鬧鈴及整點響報

- 在鬧鈴功能畫面顯示時，用 (E) 鈕及 (B) 鈕選擇鬧鈴或整點響報。
 - 選擇了鬧鈴或整點響報後，按 (C) 鈕開啟或解除。
- ALM** 表示鬧鈴已開啟。
SIG 表示整點響報已開啟。
- 鬧鈴及整點響報開啟後，鬧鈴開啟指示符 (**ALM**) 及整點響報開啟指示符 (**SIG**) 會出現在所有功能畫面上。
 - 任何鬧鈴開啟後，鬧鈴開啟指示符會顯示在所有功能畫面中。

照明



本錶採用一塊 EL（電子螢光）板提供照明，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（由自動照明功能開啟指示符表示）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

- 在任意功能畫面顯示時，按 (L) 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。
- 在時間校準電波訊號接收過程中，以及在配置傳感器的測量功能設定時，照明不點亮。

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腕時，照明便會點亮。

請注意，本錶的自動照明功能為“Full Auto EL Light”（全自動電子螢光照明），只有當環境光線低於一定水平時才動作。在明亮的光線環境下其不會點亮照明。

- 在下述任何情況下，無論開啟/解除狀態為何，自動照明功能都不動作。

鬧鈴正在鳴響時
傳感器測量過程中
在訊號接收功能中電波接收操作正在進行時



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、或駕駛摩托車或任何其他機動車之前，必須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

在計時功能畫面顯示時，按住 (L) 鈕 3 秒鐘可交替開啟 (**A.EL** 出現) 及解除 (**A.EL** 消失) 自動照明功能。

- 自動照明功能經開啟後，自動照明功能開啟指示符 (**A.EL**) 會顯示在所有功能畫面中。
- 當電池電量下降至第 3 級時時，手錶自動解除自動照明功能。
- 若在氣壓或高度測量操作正在進行時面向您抬起手錶，照明有可能不會馬上點亮。

問與答

問：氣壓計是如何工作的？

答：氣壓反映大氣的變化。通過監視這些變化能在合理的精度內預測天氣。大氣壓上升表示好天氣，而大氣壓下降表示天氣條件惡化。
在報紙上刊登的大氣壓值以及電視天氣預報中報道的大氣壓值是修正為海平面（海拔高度 0 米）處的測量值。

問：測高計是如何工作的？

答：通常，氣壓及氣溫會隨著高度的上升而降低。本錶根據國際民用航空組織（ICAO）所制定的國際標準大氣壓（ISA）值進行高度的測量。這些數值定義了高度、氣壓及氣溫的關係。

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

高度	氣壓	氣溫
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		

來源：國際民用航空組織

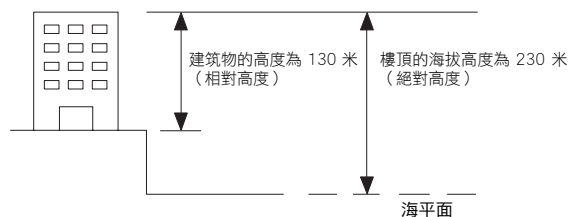
- 請注意，下列環境將阻礙您得到精確的測量結果。

當氣壓因天氣的變化而變化時

溫度變化極端

當手錶受到強烈的撞擊時

高度的表示共有兩種標準方式：絕對高度及相對高度。絕對高度是指海拔高度，而相對高度是指兩個不同位置間的高度差。



有關同時進行高度及氣溫測量時的注意事項

雖然高度及氣溫可同時進行測量，但請注意，要得到最佳結果，兩種測量所需要的條件不同。在進行氣溫測量時，您最好將手錶從手腕上取下以減少體溫對測量的影響。而在進行高度測量時，最好將手錶戴在手腕上，因為如此可保持手錶溫度的穩定，使高度測量更為精確。

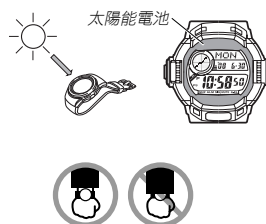
- 高度測量優先時，應將手錶戴在手腕上或放置在任何其他可保持手錶溫度穩定的地方。
- 氣溫測量優先時，應將手錶從手腕上取下並放在可隨手取出的提包中或其他不受直射陽光照射的地方。注意，從手腕上取下手錶時，氣壓傳感器的測量值會受到片刻影響。

電源

本錶配備有一個太陽能電池及一個能儲存由太陽能電池所發電能的特殊充電電池（二次電池）。下圖舉例說明充電時如何放置手錶。

範例：如圖所示擺放手錶使其錶面面向光源。

- 右圖所示為樹脂錶帶手錶的放置方法。
- 請注意，當部分太陽能電池被衣服等遮擋時充電效率會下降。
- 平時應盡可能將手錶露在衣袖之外。即使僅部分錶面被遮擋亦會使充電效率顯著下降。



重要！

- 將手錶長期放置在暗處或佩戴時手錶因被遮擋而照不到光線，都會使充電電池的電量耗盡。平時請盡可能讓手錶照到明亮的光線。
- 本錶使用特殊充電電池儲存由太陽能電池產生的電能，因此電池不需要定期更換。但經長期使用後，充電電池會逐漸失去充電能力，無法將電充滿。若您發現充電電池無法充滿電，請與您的經銷商或 CASIO 代理商聯繫有關更換電池的事宜。
- 切勿自行取出或更換手錶的特殊電池。使用錯誤類型的電池會損壞手錶。
- 當電池電量下降至第 5 級或更換充電電池之後，記憶器中保存的所有資料都將被刪除，並且現在時間及所有其他設定均返回至其初始出廠預設設定。
- 要長期存放手錶時，請開啟節電功能並將手錶放在平時能照到明亮光線的地方。如此可防止充電電池的電量耗盡。

電池電量指示符及恢復指示符

電池電量指示符表示充電電池目前的電量水平。



電池電量指示符

電量級數	電池電量指示符	功能狀態
1		所有功能正常。
2		所有功能正常。
3		自動及手動訊號接收、照明、鳴音及傳感器功能停止。
4		除計時功能及 C（充電）指示符之外，所有功能及畫面指示符均停止。
5		所有功能停止。

- 電池電量為第 3 級時 **LOW** 指示符會在畫面中閃動，表示電池的電力已非常低，必須盡快將手錶放在明亮光線下進行充電。
- 當電池電量為第 5 級時，所有功能都將停止，並且各設定亦將返回至其初始出廠預設設定。電量一旦下降至第 5 級，將充電電池充電到第 2 級（由 **M** 指示符表示）後，需要重新配置現在時間、日期及其他設定。
- 將電池從第 5 級充電到第 2 級時，各指示符將重新在畫面中出現。
- 手錶照射到直射陽光或一些其他極為強烈的光線時，電池電量指示符可能會暫時表示為一個比實際電量水平高的級數。但數分鐘後正確的電池電量指示符便會出現。



恢復指示符

- 若短時間內多次使用傳感器、照明或鬧鈴，**LMH**（恢復）會出現在畫面上。直到電池電量恢復為止，照明、鬧鈴、倒數計時器鬧鈴、整點響報及傳感器操作將無法進行。片刻後電池電量便會恢復，**LMH**（恢復）消失時表示上述功能再次有效。
- 即使電池電量為第 1 級或第 2 級，但若電壓不足，氣壓計 / 溫度計功能或測高計功能的傳感器仍將無法動作。此種狀態由畫面上的 **LMH**（恢復）表示。
- 若 **LMH**（恢復）頻繁出現，其可能表示電池的剩餘電量已很少。請將手錶放在明亮光線下充電。

充電須知

有些充電環境會使手錶變得非常燙熱。對充電電池進行充電時，請避免將手錶放在下述地方。

同時還請注意，手錶溫度過高時其液晶顯示幕會熄滅。手錶溫度降低後 LCD 的顯示將再次恢復正常。

警告！

將手錶放置在明亮的光線下對充電電池進行充電會使手錶變得燙熱。接觸手錶時請小心以免燙傷。尤其長時間置於下述環境中時，手錶會變得極為燙熱。

- 停在直射陽光下的汽車中的儀表板上
- 白熾燈的近旁
- 直射陽光下

充電指南

充滿電後手錶可持續計時最長約五個月。

- 下表列出了為補充通常運作一天所消耗的電能，手錶需要照射光線的時間長度。

光線類型 (亮度)	大約照射時間
在室外陽光下 (50,000 lux)	5 分鐘
在有陽光的窗口下 (10,000 lux)	24 分鐘
在陰天的窗口下 (5,000 lux)	48 分鐘
在室內螢光燈光下 (500 lux)	8 小時

- 規格中含有所有詳細的技術資料。
 - 手錶不見光
 - 內部計時
 - 畫面每天顯示 18 個小時、休眠 6 個小時
 - 照明每天點亮一次 (1.5 秒)
 - 鬧鈴每天鳴響 10 秒
 - 每隔 5 秒鐘一次的高度測量進行 1 個小時，每月一次
 - 氣壓測量每天 2 個小時
 - 每天接收電波訊號 6 分鐘
- 經常充電可保證運作的穩定。

恢復時間

下表列出了電池電量升高一級所需要的照射時間。

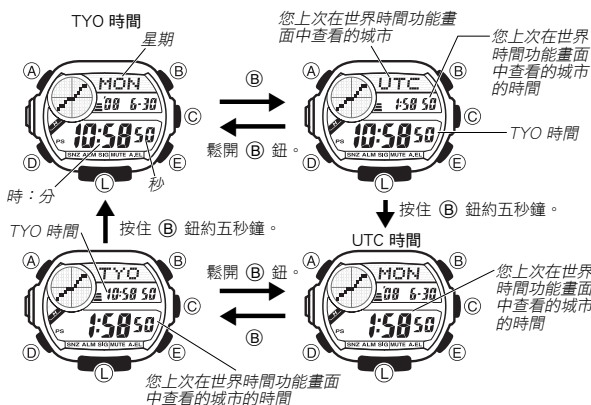
光線類型 (亮度)	大約照射時間				
	第 5 級	第 4 級	第 3 級	第 2 級	第 1 級
在室外陽光下 (50,000 lux)		1 小時		14 小時	4 小時
在有陽光的窗口下 (10,000 lux)		4 小時		69 小時	19 小時
在陰天的窗口下 (5,000 lux)		6 小時		139 小時	38 小時
在室內螢光燈光下 (500 lux)		62 小時		-----	-----

- 上示照射時間僅為參考值。實際所需要的照射時間依光線條件而不同。

計時功能

計時功能用於設定及查看現在時間及日期。

- 在計時功能中，用圖中所示按鈕可以顯示所需要的計時畫面。
- 按 (B) 鈕一次可顯示您上次在世界時間功能畫面上查看的城市的現在時間。
- 按住 (B) 鈕約五秒鐘可交換世界時間城市與居住城市。
- 要再交換回城市時，請再次按住 (B) 鈕約五秒鐘。



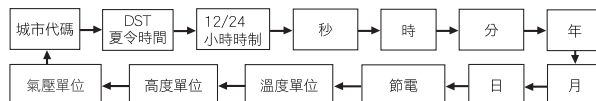
設定時間及日期之前請先閱讀本說明！

本錶預設有一些城市代碼，各代碼分別代表各城市所在的時區。設定時間時，首先選擇正確的居住城市（通常使用手錶時所在的城市）很重要。若您的居住地未包含在預設城市代碼中，則請選擇與您的居住地時區相同的預設城市代碼。

- 請注意，世界時間功能中所有城市的時間都是根據計時功能中的時間及日期計算而來。

如何手動設定時間及日期

- 在計時功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕直至城市代碼開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 用 (E) 鈕或 (B) 鈕選擇所需要的城市代碼。
 - 在變更任何其他設定之前，必須首先選擇居住城市代碼。
 - 有關城市代碼的詳情，請參閱“City Code Table”（城市代碼表）。
- 按 (D) 鈕依照下示順序選擇設定項目（閃動）。



- 下述操作步驟只介紹如何配置計時設定。

- 要變更的計時設定閃動時，用 (E) 鈕及 / 或 (B) 鈕如下所示進行變更。

畫面	目的：	操作：
BER	改變城市代碼	用 (E) (向東) 鈕及 (B) (向西) 鈕。
DST ON	選擇自動 DST (AUTO)、夏令時間 (ON) 及標準時間 (OFF)。	按 (E) 鈕。
24H	選擇 12 小時 (12H) 及 24 小時 (24H) 時制。	按 (E) 鈕。
50	將秒數復位至 00	按 (E) 鈕。
10:58	改變時數或分數	用 (E) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕。
88 6-30	改變年數、月數或日數	

- 按 (A) 鈕退出設定畫面。

註

- 只有當 LON、PAR、BER、ATH、HKG、TPE、TYO、LAX、DEN、CHI 或 NYC 被選擇為居住城市時，才能選擇自動 DST (AUTO)。有關詳情請參閱下述“夏令時間 (DST)”一節。
- 要配置下列設定時也需要進入計時功能畫面。
 - 節電功能的開啟 / 解除 (“如何開啟或解除節電功能”一節)
 - 溫度、氣壓及高度單位 (“如何選擇溫度、氣壓及高度單位”一節)

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。

從 Mainflingen (德國)、Anthon (英國) 或 Fort Collins (美國) 發射的時間校準電波訊號中含有標準時間及 DST 夏令時間的資料。自動 DST 設定被開啟時，手錶將根據電波訊號自動切換標準時間及 DST (夏令時間)。

- 雖然從日本福島及福岡 / 佐賀發射的時間校準訊號中含有夏令時間資料，但日本目前不使用夏令時間 (2007 年現在)。
- 當您選擇 LON、PAR、BER、ATH、HKG、TPE、TYO、LAX、DEN、CHI 或 NYC 作為居住城市時，DST 夏令時間的預設設定為自動 DST (AUTO)。
- 若您無法接收到時間校準訊號，則請手動選擇標準時間或夏令時間 (日光節約時間)。

如何改變夏令時間 (日光節約時間) 設定

- 在計時功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕直至城市代碼開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
- 按 (D) 鈕顯示 DST 夏令時間設定畫面。
- 按 (E) 鈕依照下示順序選擇 DST 夏令時間設定。



- 若您將居住城市改變為在同一發射台覆蓋區內的另一個城市，DST 設定將被保留。若您將居住城市改變為目前發射台覆蓋區以外的城市，DST 將自動被解除。發射台覆蓋區的城市代碼

- HKG、TPE 及 TYO
- LAX、DEN、CHI、NYC、ANC 及 HNL
- LON、PAR、BER 及 ATH
- 所有其他城市代碼

- 選擇了所需要的設定後，按 (A) 鈕退出設定畫面。
- DST 指示符出現在畫面上時表示已啟用夏令時間。

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

- 資料檢索功能畫面、鬧鈴功能畫面、訊號接收或氣壓計 / 溫度計功能畫面顯示時，若不執行任何按鈕操作經過兩或三分鐘，手錶將自動返回計時功能畫面。
- 在測高計功能畫面顯示時，若您不執行任何按鈕操作經過 21 或 22 個小時，手錶將自動返回計時功能畫面。
- 當有字符在畫面中閃動時，若不執行任何按鈕操作經過兩或三分鐘，手錶將自動退出設定畫面。

初始畫面

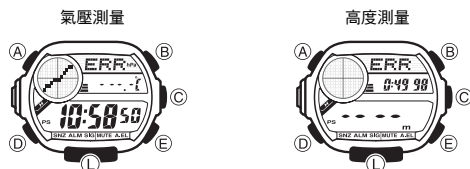
進入世界時間或鬧鈴功能畫面時，上次退出該功能畫面時顯示的資料將首先出現。

選換

在設定畫面中，使用 (E) 鈕及 (B) 鈕可以選換資料。在大多數情況下，選換操作過程中，按住此二鈕可高速選換資料。

傳感器故障指示符

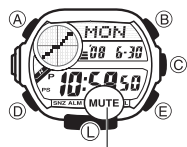
手錶受到強烈的撞擊時，可能會使傳感器發生故障或使內部電路接觸不良。此種情況發生時，ERR (錯誤) 將出現在畫面上，並且傳感器操作無法進行。



- 若在一種傳感器功能的測量操作進行過程中 ERR 出現，請重新進行測量。若 ERR 再次在畫面中出現，則可能表示傳感器出現了問題。
- 即使電池電量為第 1 級或第 2 級，但若電壓不足，氣壓計 / 溫度計功能或測高計功能的傳感器仍將無法動作。此時，ERR 將出現在畫面上。這並不表示手錶發生了故障，電池的電壓恢復其正常水平後，傳感器操作應可重新進行。
- 若在測量過程中 ERR 頻繁出現，則其可能表示相應的傳感器出現了問題。

傳感器發生故障後，必須盡快將手錶送至您的經銷商或就近的卡西歐 (CASIO) 特約代理商處。

按鈕操作音



消音指示符

每當您按手錶上的按鈕之一時，按鈕操作音便會鳴響。按鈕操作音可以根據需要開啟或解除。

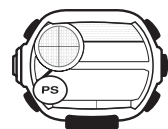
- 即使解除了按鈕操作音，鬧鈴、整點報警及倒數計時器功能的鬧鈴亦將正常鳴響。

如何開啟或解除按鈕操作音

在任意功能畫面 (設定畫面除外) 顯示時，按住 (D) 鈕可交替開啟 (MUTE 消失) 或解除 (MUTE 出現) 按鈕操作音。

- 由於 (D) 鈕還是功能選換鈕，所以按住 (D) 鈕開啟或解除按鈕操作音時，還會使手錶的功能畫面改變。
- 當按鈕操作音被解除時，MUTE 指示符會出現在所有功能畫面中。

節電功能



經開啟後，節電功能會在手錶處於黑暗環境經過一定時間後自動使手錶進入休眠狀態。下表介紹節電功能對手錶各功能的影響。

- 本錶實際上有兩種休眠狀態，“畫面休眠”及“功能休眠”。

不見光的持續時間	畫面顯示	功能
60 至 70 分鐘 (畫面休眠)	畫面變為空白， PS 閃動	除畫面顯示之外，所有功能正常
6 或 7 天 (功能休眠)	畫面變為空白， PS 不閃動	計時功能正常動作，所有其他功能停止

- 將手錶戴在衣袖內會使其進入休眠狀態。
- 在早上 6:00 至晚上 9:59 之間手錶不進入休眠狀態。但若手錶已處於休眠狀態時時間到達早上 6:00，則手錶將保持休眠狀態。
- 氣壓計 / 溫度計功能畫面、測高計功能畫面、訊號接收功能畫面、倒數計時器功能畫面、或秒錶功能畫面顯示時，手錶不進入休眠狀態。倒數計時器功能及秒錶功能以外的畫面顯示時，經過一定時間後手錶將自動返回計時功能畫面。返回計時功能畫面以後，若手錶處於黑暗環境經過上表所示時間，其將進入休眠狀態。

如何從休眠狀態恢復到正常狀態

執行下述任何操作之一。

- 將手錶移至光線良好的地方。畫面恢復正常最長需要兩秒鐘的時間。
- 按任意按鈕。
- 將手錶面向您轉動。

如何開啟或解除節電功能

- 在計時功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕直至城市代碼開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
 - 按 (D) 鈕九次顯示節電功能開啟 / 解除畫面。
 - 按 (E) 鈕開啟 (ON) 或解除 (OFF) 節電功能。
 - 按 (A) 鈕退出設定畫面。
- 節電功能經開啟後，節電功能開啟指示符 (PS) 將出現在所有功能畫面中。

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 2001 年 1 月 1 日至 2099 年 12 月 31 日期間自動更新日期及星期。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 ± 15 秒以內。
- 若您在時間校準訊號的接收上遇到問題，或接收到訊號後時間仍不準確，則請檢查城市代碼、DST (夏令時間) 及自動訊號接收設定。
- 當電池電力下降到第 5 級或在更換了電池之後，居住城市設定返回初始預設設定 BER (柏林)。此種情況發生時，請將居住城市改變為所需要的設定。

發射台

本錶根據目前選擇的居住城市接收時間校準電波訊號。

- 當美國時區被選擇時，手錶接收從美國 (Fort Collins) 發射的時間校準電波訊號。
- 當日本時區被選擇時，手錶接收從日本 (福島及福岡 / 佐賀) 發射的時間校準電波訊號。
- 當歐洲時區被選擇時，手錶接收從德國 (Mainflingen) 及英國 (Anthorn) 發射的時間校準電波訊號。
- 當中國時區被選擇時，手錶接收從中國 (商丘) 發射的時間校準電波訊號。
- 當居住城市為 LON、PAR、BER 或 ATH (可接收 Anthorn 及 Mainflingen 雙方的電波訊號) 時，手錶首先嘗試獲取上次成功接收到的電波訊號。若接收失敗，則其嘗試接收其他電波訊號。在選擇了居住城市後的第一次電波訊號接收時，手錶首先嘗試最近的電波訊號 (LON 時為 Anthorn，PAR、BER 及 ATH 時為 Mainflingen)。

計時

- 將秒數復位至 00 時，若秒數是在 30 至 59 之間，則分數值會加 1；若秒數是在 00 至 29 之間，則分數值保持不變。
- 選用 12 小時制時，在正午至午夜 11:59 之間 P (下午) 指示符會出現在畫面上，而在午夜至正午 11:59 之間沒有指示符表示。
- 選用 24 小時制時，時間在 0:00 至 23:59 之間表示，沒有表示上午或下午的指示符顯示。
- 您在計時功能中選擇的 12 小時 / 24 小時制將適用於所有其他功能。
- 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，除電池電量下降至第 5 級之後以外，無需再次變更。
- 計時功能及世界時間功能中的所有城市的現在時間均以居住城市的時間為基準，根據各城市的協調世界時 (UTC) 計算而來。
- UTC 時差是指基準點英國格林威治與各城市所在時區之間的時差。
- UTC 是 “Coordinated Universal Time (協調世界時)” 的縮寫，是世界通用的計時科學標準。其由原子 (銨) 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，以保持與地球自轉的同步。

照明須知

- 本錶的電子螢光板經長期使用後會失去照明能力。
- 在直射陽光下，照明的光亮有可能會難以看到。
- 鬧鈴鳴響時，照明自動熄滅。
- 在照明點亮時，本錶有可能會發出響音。此響音由電子螢光板點亮時的振動所產生，純屬正常現象，並不表示本錶發生了故障。
- 頻繁使用照明會很快將電池耗盡。

自動照明須知

- 每當電池電量下降至第 4 級時，自動照明功能將自動被解除。
- 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。
- 請注意，在自動照明功能開啟的情況下，將手錶戴在衣袖下會使照明頻繁點亮並將電池耗盡。

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後熄滅。
- 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嚓聲從手錶中發出。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。

氣壓計及溫度計須知

- 本錶內置的氣壓傳感器測定大氣壓的變化，供您本人作預測天氣使用。其並非一個可用作正式天氣預測或報告的精確裝置。
- 氣溫的突然變化會影響氣壓傳感器的測量結果。
- 氣溫的測定會受體溫（您戴上手錶時）、直射陽光及濕度的影響。為使氣溫測定更加準確，請將手錶從手腕取下並放置在不受陽光直接照射及通風良好的地方，並擦乾錶殼。錶殼需要約 20 至 30 分鐘的時間才可到達實際環境溫度。

氣壓傳感器與溫度傳感器的校準

手錶內置的氣壓傳感器與溫度傳感器已在出廠前經校準，通常不需要進一步的調整。若手錶的氣壓或溫度測量值出現嚴重錯誤，您可以校準傳感器更正錯誤。

重要！

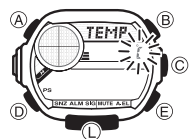
- 氣壓傳感器校準操作錯誤會導致錯誤的測量結果。在進行校準操作之前，請將手錶的測量結果與其他可靠精密的氣壓計的測量結果進行比較。
- 溫度傳感器校準操作錯誤會導致錯誤的測量結果。請事先仔細閱讀下述說明。請將手錶的測量結果與其他可靠精密的溫度計的測量結果進行比較。若需要調整，請在調整前從手腕上取下手錶並等約 20 或 30 分鐘，以使手錶本身的溫度穩定下來。

如何校準氣壓傳感器與溫度傳感器



1. 按 (D) 鈕進入氣壓計 / 溫度計功能畫面。
2. 在氣壓計 / 溫度計功能畫面顯示時，按住 (A) 鈕約兩秒鐘直到 **OFF** 或溫度校準值開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
 - 要校準氣壓傳感器時，請按 (D) 鈕將閃動移至畫面中部。此為氣壓傳感器校準畫面。
3. 用 (E) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕以下單位設定校準值。
 - 溫度 0.1°C (0.2°F)
 - 氣壓 1 hPa (0.05 inHg)
 - 同時按 (E) 鈕及 (B) 鈕可返回出廠預設校準值 (**OFF**)。
4. 按 (A) 鈕返回氣壓計 / 溫度計功能畫面。

如何選擇溫度、氣壓及高度單位



1. 進入計時功能畫面。
2. 按住 (A) 鈕直到城市代碼開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
3. 用 (D) 鈕選擇要改變的單位的設定畫面。
 - 有關如何選擇設定畫面的說明，請參閱“如何手動設定時間及日期”一節中的第 3 步。
4. 按 (E) 鈕改變單位設定。
 - 按 (E) 鈕將如下所示改變選擇的單位設定。
 - 溫度 °C 及 °F
 - 氣壓 hPa 及 inHg
 - 高度 m 及 ft
5. 設定完畢後，按 (A) 鈕退出設定畫面。

City Code Table

City Code	City	UTC offset	Other major cities in same time zone
PPG	Pago Pago	-11.0	
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
LAX	Los Angeles	-08.0	San Francisco, Las Vegas, Vancouver, Seattle/Tacoma, Dawson City, Tijuana
DEN	Denver	-07.0	El Paso, Edmonton, Culiacan
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
SCL	Santiago	-04.0	La Paz, Port Of Spain
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
FEN	Fernando de Noronha	-02.0	
RAI	Praia	-01.0	
UTC		—	
LON	London	+00.0	Dublin, Lisbon, Casablanca, Dakar, Abidjan
PAR	Paris	+01.0	Milan, Rome, Madrid, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna, Stockholm
BER	Berlin		
ATH	Athens		Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
CAI	Cairo	+02.0	
JRS	Jerusalem		
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, Colombo
DAC	Dhaka	+06.0	
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
HKG	Hong Kong	+08.0	Singapore, Kuala Lumpur, Beijing, Manila, Perth, Ulaanbaatar
TPE	Taipei		
TYO	Tokyo	+09.0	Pyongyang, Seoul
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 March 2008.

• UTC offsets and the use of summer time are subject to change in the country where they are used.