


- 该手表是光动能手表。请将表盘接受光照且充满电后使用。
- 若要查看充电时间、规格和操作的详细信息，请参阅说明手册： F990 说明手册

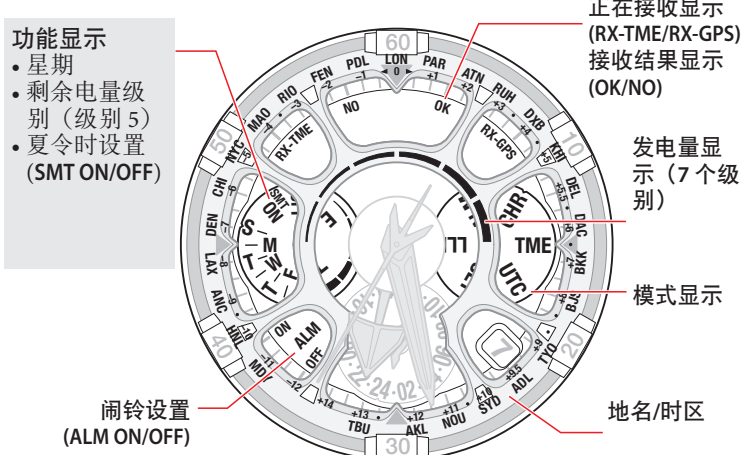
组件识别

指针和按钮



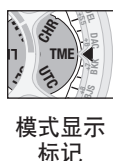
- 实际外观可能与图解不同。
- 拉出时柄头有两个档位。

显示



更改模式






- 拉出柄头到位置 ①。
秒针指向 30 秒并停止。
- 旋转柄头将模式显示上的模式名称设置到 ◀ 标记。
• 设置您想要水平的模式名称。
- 将柄头推至位置 ② 以完成步骤。
手表根据所选模式更改显示。



检查剩余电量

您可以通过参照剩余电量显示查看当前剩余电量。

- 更改模式至 [TME] 或 [UTC] 并推入柄头到位置 ②。
- 按下并释放右上方按钮 ③。
功能显示以级别指示剩余电量，秒针指示家乡时间的当前时区设置。
• 剩余电量级别始终在 [LLI] 模式中显示。

级别	4	3	2	1	0
显示					
续航时间	约 1.5 - 1.2 年	约 1.2 年 - 10 个月	约 10 - 4 个月	约 4 个月 - 5 天	5 天或更短
含义	剩余电量足够。	剩余电量正常。	剩余电量在变少。	已启动充电不足警告。	请立即充电。

- 按下并释放右上方按钮 ③ 以完成步骤。

秒针恢复显示秒数。
• 若不按下按钮，秒针会在 10 秒内自动恢复。

检查发电量（感光亮度等级指示）

1. 将模式更改为 [LLI] 并将柄头推入至位置 0。
- 功能显示指示剩余电量等级。
2. 按下并释放右上方按钮 B。
- 秒针显示发电量级别。
- 发电量每隔 1 秒计算一次并以级别指示。

级别	6	5	4	3	2	1	0
显示							
含义	发电量足够用于充电。		在发电量级别达到“5”或“6”的较明亮的地方充电。				

3. 按下并释放右上方按钮 B 以完成步骤。
- 秒针恢复显示秒数。
- 若未按下任何按钮，指针将在 30 秒内自动恢复至当前时间显示。

检查卫星信号的接收结果

1. 更改模式至 [TME] 或 [UTC] 并推入柄头到位置 0。
2. 按下并释放右下方按钮 A。
- 秒针指示上一次接收的结果。

OK		接收成功。
NO		接收失败。

- 无论已接收的信息、位置或时间信息是什么类型，都会显示上一次接收的结果。
3. 按下按钮 A 以完成步骤。
- 秒针恢复显示秒数。
- 若不按下按钮，秒针会在 10 秒内自动恢复。

接收卫星时间信号时

- 若要取消接收，请按住任意按钮，直至秒针恢复显示秒数。

获取位置信息

- 手表设定世界时间并在使用获取位置信息时，自动调整家乡时间的时间和日历。
- 获取位置信息需要 30 秒至 2 分钟的时间。

1. 更改模式至 [TME] 或 [UTC] 并推入柄头到位置 0。
2. 按住右上方按钮 B 2 秒直至秒针指向“RX-GPS”。
- 接收完之后，秒针显示新的设置，然后恢复显示秒数。

时间接收

- 接收时间信息可能需要 3 - 30 秒。

1. 更改模式至 [TME] 或 [UTC] 并推入柄头到位置 0。
2. 按住右下方按钮 A 2 秒直至秒针指向“RX-TME”。
- 接收完之后，秒针显示接收结果，然后恢复显示秒数。

闰秒接收

- 接收时间信息可能需要 36 - 13 秒。

1. 更改模式至 [TME] 或 [UTC] 并推入柄头到位置 0。
2. 按住右下方按钮 A 7 秒。
- 秒针指向“RX-TME”且转动一圈重新指向“RX-TME”后，释放按钮。
- 接收开始。
- 接收完之后，秒针显示接收结果，然后恢复显示秒数。



手动设置世界时间

此手表可以根据在 39 个时区中选择的是哪个时区（表示与 UTC — 世界协调时间的偏移量）显示全球各地的时间。

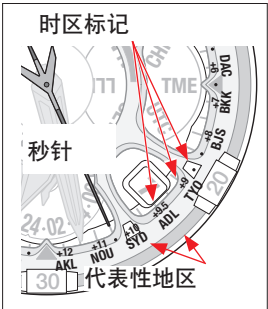
1. 更改模式至 [TME] 或 [LLI] 并拉出柄头到位置 2。
- 秒针指示家乡时间的当前时区设置。
- 当模式为 [UTC] 时，只能更改家乡时间的时区设置。
2. 按下并释放右上方按钮 B。
- 秒针指示当地时间的当前时区设置。
- 每次按下按钮 B 时，设置目标的分针都会稍稍走动，时区设置的目标（家乡时间/当地时间）也会交替变化。
3. 旋转柄头来选择时区。
- 时间显示更改。
4. 将柄头推至位置 0 以完成步骤。
- 秒针恢复显示秒数。

如何读取世界时间设置显示

此款手表包含几个代表性地区名称的 39 个时区标记。将秒针指向其中一个标记设置时区。

在右侧图解中，秒针指向 26 秒，时区设置为“+10.5”。

• 通过与 UTC 的偏移量表示时区。



时区表和代表性地点

（根据 2018 年 1 月以后的信息）

时区	秒针	地区名称	代表性地区
0	0	LON	伦敦
+1	2	PAR	巴黎
+2	4	ATH	雅典
+3	6	RUH	利雅得
+3.5	7	—	德黑兰
+4	8	DXB	迪拜
+4.5	9	—	喀布尔
+5	10	KHI	卡拉奇
+5.5	12	DEL	德里
+5.75	13	—	加德满都
+6	14	DAC	达卡
+6.5	15	—	仰光
+7	16	BKK	曼谷
+8	18	BJS (HKG)	北京/香港
+8.5	19	—	平壤
+8.75	20	—	尤克拉
+9	21	TYO	东京
+9.5	23	ADL	阿德莱德
+10	25	SYD	悉尼
+10.5	26	—	豪勋爵岛

时区	秒针	地区名称	代表性地区
+11	27	NOU	努美阿
+12	29	AKL	奥克兰
+12.75	31	—	查塔姆群岛
+13	32	TBU	努库阿洛法
+14	34	—	基里地马地岛
-12	36	—	贝克岛
-11	38	MDY	中途岛
-10	40	HNL	火奴鲁鲁
-9.5	41	—	马克萨斯群岛
-9	42	ANC	安克雷奇
-8	44	LAX	洛杉矶
-7	46	DEN	丹佛
-6	48	CHI	芝加哥
-5	50	NYC	纽约
-4	52	MAO	玛瑙斯
-3.5	53	—	圣约翰
-3	54	RIO	里约热内卢
-2	56	FEN	费尔南多·迪诺罗尼亚群岛
-1	58	PDL	亚速尔群岛

互换家乡时间和当地时间

1. 更改模式至 [TME] 或 [LLI] 并推入柄头到位置 0。
2. 同时按下并松开右下方按钮 A 和右上方按钮 B。
- 发出确认音，家乡时间和当地时间互换。
- 互换后，日期和星期显示采用新家乡时间。

设置夏令时

1. 更改模式至 [TME] 或 [LLI] 并拉出柄头到位置 2。
- 功能显示指示家乡时间的夏令时设置 (SMT ON/OFF)。
- 当模式为 [UTC] 时，只能更改家乡时间的夏令时设置。
2. 按下并释放右下方按钮 A。

SMT ON		夏令时显示。
SMT OFF		标准时间显示。

• 每次按下按钮 A 时，夏令时设置 (SMT ON/OFF) 会交替变换。

3. 按下并释放右上方按钮 B。
- 功能显示指示当地时间的夏令时设置 (SMT ON/OFF)。
- 每次按下按钮 B 时，设置目标的分针都会稍稍走动，时区设置的目标（家乡时间/当地时间）也会交替变化。
4. 按下并释放右下方按钮 A 以更改当地时间的夏令时设置。
5. 将柄头推至位置 0 以完成步骤。
- 秒针恢复显示秒数。

使用闹铃

根据家乡时间，手表的闹铃一直工作。

1. 更改模式至 [ALM] 并拉出柄头到位置 2。
- 双时间显示指示当前闹铃时间设置，并且秒针显示当前闹铃设置 (ALM ON/OFF)。
- 时针和分针可能会自动走动以清晰显示闹铃时间设置。
2. 旋转柄头来设置闹铃时间。
- 快速旋转柄头几次，指针将连续走动。要防止其快速走动，请以相反方向旋转柄头。
3. 按下并释放右下方按钮 A 设置闹铃设置 (ALM ON/OFF)。
- 每次按下按钮时，设置会相应地更改。
4. 更改模式至 [TME] 并推入柄头到位置 0 完成该步骤。
- 秒针恢复显示秒数。

若要停止闹铃

请按任意按钮。

检查和调整闰秒设置

- 闰秒设置自动调整，但也可以手动调整。

可以在 IERS（国际地球自转服务事务中央局）的主页上找到闰秒的列表。

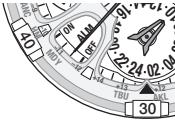
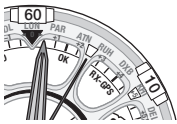
http://hpiers.obspm.fr/eop-pc/earthor/utc/TAI-UTC_tab.html

- 将模式更改为 [SET] 并将柄头推入至位置 [2]。

秒针停止。

- 按住左下方按钮 [B] 2 秒以上。

以“0:00:00”位置为起点，分针和秒针指示闰秒设置。

闰秒设置为“-37 秒”时	闰秒设置为“-65 秒”时
	
指针指示“0 分 37 秒”。	指针指示“1 分 5 秒”。

- 当闰秒设置不正确时旋转柄头以调整设置。

- 闰秒可在 0 至 -90 秒的范围内进行调整。

- 将柄头推入位置 [0]。

- 更改模式至 [TME] 完成该步骤。

手动调整时间和日历

您可以手动调节家乡时间和日历。

- 先“手动设置世界时间”，然后执行世界时间设置。
- 手动设置家乡时间后，设置时区后，当地时间的时间也会自动修正。

- 将模式更改为 [SET] 并将柄头推入至位置 [2]。

秒针停止。

- 按住右下方按钮 [A] 2 秒以上。

分针稍稍走动，时间和日历即可调节。

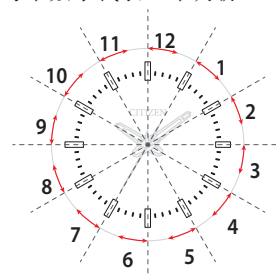
- 反复按下并释放右下方按钮 [A] 更改待修正的指针/显示。

- 每次按下按钮 [A] 时，目标都会发生下列变化：
时和分→日期→年/月→星期→（回到顶部）
- 选中指针和显示稍稍走动时，表示可调节该指针。

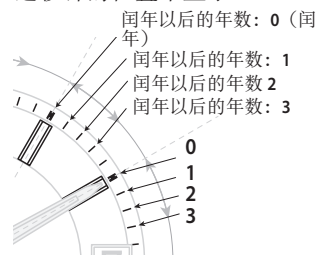
- 旋转柄头以调节指针/显示。

- 时针、分针和日期同时移动。请注意时间设置为 AM 或 PM。日期显示更改表明处于 AM 时间。
- 功能显示旋转 5 次时日期显示往后移动一天。
- 快速旋转柄头几次，指针/显示将连续走动。要停止快速走动，请向任意方向旋转柄头。
- 秒针显示年和月。

“月”对应下图显示的 12 个区域之一。
每个数字代表一个月份。



年对应闰年以后的年数，通过秒针的位置来显示。



- 重复步骤 3 和 4。

- 根据可靠的时间源将柄头推入到位置 [0]。

秒针开始从 0 秒位置开始走动。

- 更改模式至 [TME] 完成该步骤。

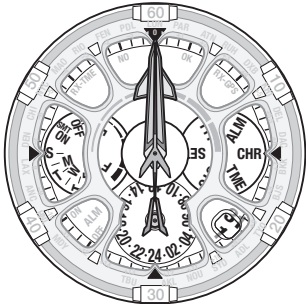
检查基准位置

1. 更改模式至 [CHR] 并拉出柄头到位置 [2]。
秒针和双时间显示指向位置 0 并停止。
2. 按住右下方按钮 [A]。
指针和显示开始走动至内存中存储的当前基准位置。
 - 指针开始走动时释放按钮。
3. 检查基准位置。

正确的基准位置：

- 时针、分针和秒针：0 小时 00 分 钟 0 秒
- 日期显示：“31”和“1”之间
- 功能显示：“5”（周日）
- 双时间显示：0 小时 00 分钟

当前基准位置与正确位置不同时，继续“修正基准位置”的步骤 3。



4. 将柄头推入位置 [0]。
5. 更改模式至 [TME] 完成该步骤。

修正基准位置

1. 更改模式至 [CHR] 并拉出柄头到位置 [2]。
秒针和双时间显示指向位置 0 并停止。
2. 按住右下方按钮 [A]。
指针和显示开始走动至内存中存储的当前基准位置。
 - 指针开始走动时释放按钮。
3. 按下并释放右下方按钮 [A]。
功能显示轻轻走动，可调节功能显示和日期显示。
4. 反复按下并释放右下方按钮 [A] 更改待修正的指针/显示。
 - 每次按下按钮时，目标都会发生下列变化：
功能显示/日期显示 → 双时间显示 → 时针和分针 → 秒针 → （返回顶部）
 - 选中指针轻轻摆动时，表示可调节该指针。
5. 旋转柄头以调节指针/显示。
 - 快速旋转柄头几次，指针/显示将连续走动。要停止快速走动，请向任意方向旋转柄头。
6. 重复步骤 4 和 5。
7. 将柄头推入位置 [0]。
8. 更改模式至 [TME] 完成该步骤。

复位手表 - 全部复位

1. 更改模式至 [CHR] 并拉出柄头到位置 [2]。
2. 同时按住按钮 [A] 和 [B] 4 秒或以上然后松开它们。
释放按钮闹铃响起，指针走动到当前基准位置。

全部复位之后的设置值	
日历	闰年一月（5-秒位置）
世界时间	时区（偏移量）0 (LON)，伦敦
接收结果	NO
夏令时	所有时区 OFF
闹铃设置	OFF
闹铃时间	0:00 AM
闰秒	
累积周期数	全部复位之后未发生变化

全部复位之后

全部复位之后，请调整基准位置，设置时间和日历并执行闹铃设定。

