

- 這款手錶為光動能型。將錶盤暴露在光照下，用其充分充電。
- 若要查看充電時間、規格和操作的詳細資訊，請參閱說明手冊： H80\* 說明手冊

## 組件識別

### 計時器分針

- 計時器分鐘數
- 剩餘電力等級 (4個等級)
- 夏令時間設定 (SMT ON/OFF)



### 計時器 1/20 秒針

- 計時器 1/20 秒
- 星期
- 接收顯示 (O (OK)/ RX/N (NO))

- 實際外觀與上述說明可能不同。
- 拉出時錶冠有兩個檔位。

## 檢查手錶的剩餘電力情況

- 使用計時器功能時您無法執行此操作。

### 1. 將旋鈕壓入到位置 0。

### 2. 按下並釋放右下按鈕 A。

計時器分針顯示剩餘電量。

### 顯示剩餘電力等級

等級	3	2	1	0
顯示				
續航時間 (大約)	180 - 130 天	130 - 30 天	30 - 2 天	2 天或更短
含義	剩餘電力足夠。	剩餘電力正常。	剩餘電力在變少。	電力不足警告已開始。 請立即充電。

### 3. 按下並釋放右下按鈕 A 完成步驟。

## 檢查訊號接收結果

本款手錶每天 2:00 AM 接收時間訊號並自動調整時間和日曆。如果 2:00 AM 接收不成功，手錶會在 3:00 AM 再次嘗試接收訊號。

- 使用計時器功能時您無法執行此操作。

### 1. 將旋鈕壓入到位置 0。

### 2. 按下並釋放右下按鈕 A。

顯示以前的接收結果。

O (OK) 接收成功。

N (NO) 接收失敗。

- 如果上一次接收失敗，請遵循 [手動接收訊號\(按需接收\)](#) 中的步驟嘗試訊號接收。

### 3. 按下並釋放右下按鈕 A 完成步驟。

## 手動接收訊號 (按需接收)

目標訊號站取決於時區設定。若要查看時區，請參閱 [時區表和代表性地區](#)。

- 使用計時器功能時您無法執行此操作。

### 1. 將旋鈕壓入到位置 0。

### 2. 按住右下按鈕 A 2 秒鐘以上。

顯示以前的訊號接收結果。

之後 1/20 計時器秒針將指向「R (RX)」，開始按需接收。  
(2 - 30 分鐘)

- 要取消接收，請按住按鈕 A，直至秒針恢復顯示秒數。

## 設定世界時間

### 1. 將旋鈕拉出到位置 1。

秒針顯示當前的世界時間設定；計時器分針顯示標準/夏令時間設定；1/20 計時器秒針顯示夏令時間自動/手動設定。

### 2. 旋轉旋鈕以選取世界時間設定。

### 3. 將旋鈕推至位置 0 完成步驟。

## 時區表和代表性地區

- 在表中未列的地區使用本款手錶時，在相同的時區中選擇地區名稱。
- 在訊號難以到達的特定環境中接收訊號可能會有困難。

時區	秒針	地區名稱	代表性地區	訊號站
0	0	LON	* 倫敦	
+1	2	PAR	* 巴黎	◆ 德國
+2	4	ATH	* 雅典	
+3	7	RUH	利雅德	◆ 德國
+4	9	DXB	迪拜	
+5	11	KHI	喀拉蚩	
+5.5	14	DEL	德里	◆ 中國
+6	16	DAC	達卡	
+7	18	BKK	曼谷	
+8	21	BJS (HKG)	北京/香港	中國
+9	23	TYO	東京	日本
+9.5	25	ADL	阿得雷德	
+10	28	SYD	悉尼	◆ 日本
+11	30	NOU	諾米亞	
+12	32	AKL	奧克蘭	
-11	35	MDY	中途島	
-10	37	HNL	火奴魯魯	◆ 美國
-9	39	ANC	** 安克雷奇	
-8	42	LAX	** 洛杉磯	
-7	44	DEN	** 丹佛	美國
-6	46	CHI	** 芝加哥	
-5	49	NYC	** 紐約	
-4	51	SCL	聖地牙哥	◆ 美國
-3	53	RIO	里約熱內盧	
-2	56	FEN	費爾南多·迪諾羅尼亞群島	◆ 德國
-1	58	PDL	* 亞速爾群島	

- 表中的時區以 UTC 為基礎。
- 由於各種原因，國家或區域可能會變更時區。
- 對於標有 \* 或 \*\* 的地區名稱，夏令時/標準時間顯示分別連接在一起。
- 訊號站帶有◆標誌的時區超出了接收範圍，因此無法接收訊號。（本款手錶會嘗試從目標訊號站接收訊號。）

## 設定夏令時間

- 使用計時器功能時您無法執行此操作。

## 在夏令時間和標準時間之間切換

### 1. 將旋鈕拉出到位置 1。

計時器分針顯示當前的標準時間/夏令時間設定。

### 2. 按下並釋放右上按鈕(B)。

每次按下按鈕(B)時，標準時間/夏令時間設定會交替變換。

SMT ON 夏令時間顯示。

SMT OFF 標準時間顯示。

### 3. 將旋鈕推至位置 0 完成步驟。

## 切換夏令時間自動/手動設定

### 1. 將旋鈕拉出到位置 1。

1/20 計時器秒針顯示當前的夏令時間自動/手動設定。

### 2. 按住右下按鈕(A) 2 秒鐘以上。

每次按住按鈕(A)時，夏令時間自動/手動設置會發生下列變化：

模式	自動	手動
顯示		

根據所接受訊號是否包含夏令時間訊號，SMT ON/OFF 會自動變換。

標準時間/夏令時間設定可按需手動更改。

### 3. 將旋鈕推至位置 0 完成步驟。

## 使用計時器

計時器以 1/20 秒為單位，最長計時 60 分鐘。

- 在測量過程中拉出旋鈕停止計時。
- 當電力「即將耗盡」時無法使用計時器。

### 1. 將旋鈕壓入到位置 0。

### 2. 按下並釋放右上按鈕(B)。

計時器分針、計時器秒針和 1/20 計時器秒針指向正上方。

開始/停止：按下按鈕(B)。

- 測量開始（或重新啟動）30秒後 1/20 計時器秒針將停在 0 秒位置，但測量會繼續進行。

重設：計時器停止時按下按鈕(A)。

- 確保在完成測量後重設計時器。

## 恢復當前時間顯示

重設計時器後請按下按鈕(A)。

- 3 小時內沒有進行操作時，指標將自動恢復顯示當前時間。

## 手動調整時間和日曆

• 在 2100 年 2 月 28 日之前，本款手錶的日曆不需要手動調整，包括閏年（萬年曆）。

### 1. 將旋鈕拉出到位置 1。

### 2. 按住右上按鈕 (B) 2 秒以上。

秒針指向 30 秒 計時器分針指向 60 分。

### 3. 將旋鈕拉出到位置 2。

秒針指向 0 秒。

### 4. 反復按下並鬆開右上按鈕 (B) 更改待修正的指針 / 顯示。

- 每次按下按鈕 (B)，目標都會發生以下變更：  
分/時/24 小時針 → 日期 → 星期 → 年/月 → (返回頂部)

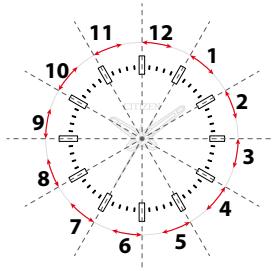
### 5. 旋轉旋鈕以調節指針 / 顯示。

- 如果您快速旋轉旋鈕幾次，指針/顯示會持續走動。若要停止快速移動，任意方向旋轉旋鈕。

#### 月份顯示

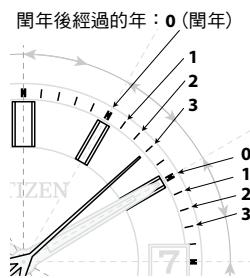
「月」和下列圖示 12 區的其一相關聯。

每一數字表示月份。



#### 年份顯示

「年」對應閏年後經過的年，透過每月區內的標記來顯示。



### 6. 重複步驟 4 和 5。

### 7. 根據可靠的時間源將旋鈕推至位置 0 完成步驟。

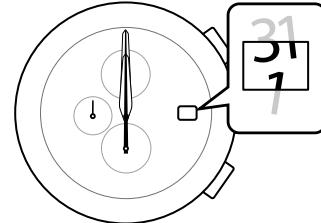
## 檢查基準位置

### 1. 將旋鈕壓入到位置 0。

### 2. 按住右上按鈕 (B) 約 10 秒。

正確的基準位置：

- 全部指針：12 點鐘位置
- 日期顯示：「31」與「1」中間



### 3. 按下並釋放右上按鈕 (B) 完成步驟。

## 校正基準位置

### 1. 將旋鈕壓入到位置 0。

### 2. 按住右上按鈕 (B) 10 秒以上。

### 3. 將旋鈕拉出到位置 2。

### 4. 按下並釋放右上按鈕 (B)。

- 每次按下按鈕 (B)，目標都會發生以下變更：  
計時器 1/20 秒針 → 計時器分針/日期顯示 → 分/時/24 小時針 → 秒針 → (返回頂部)

### 5. 旋轉旋鈕以調節指針 / 顯示。

- 如果您快速旋轉旋鈕幾次，指針/顯示會持續走動。若要停止快速移動，任意方向旋轉旋鈕。

### 6. 重複步驟 4 和 5。

### 7. 將旋鈕壓入到位置 0。

### 8. 按下並釋放右上按鈕 (B) 完成步驟。

## 重置手錶 - 全部重置

### 1. 將旋鈕拉出到位置 2。

### 2. 同時按住按鈕 (A) 和 (B) 4 秒以上，然後鬆開它們。

執行全部重設。

## 全部重設之後

全部重設之後，調整基準位置。在此之後，請設定世界時間並手動接收訊號（按需接收）以調整時間和日曆。