
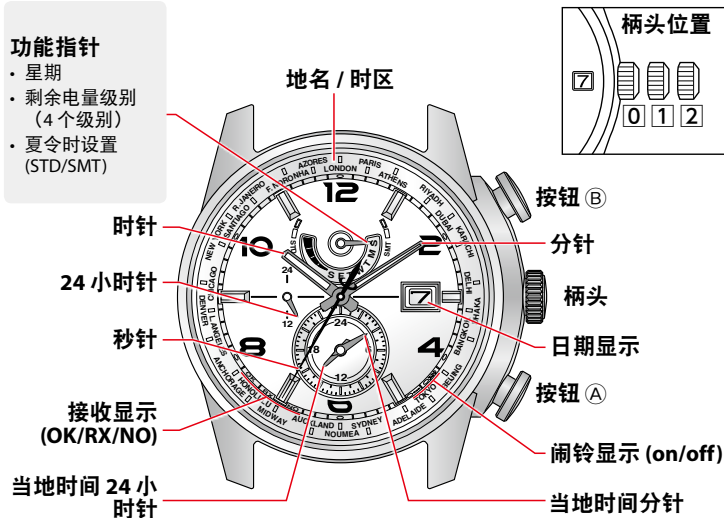


- 该手表是光动能手表。请将表盘接受光照且充满电后使用。
- 若要查看充电时间、规格和操作方法细节，请参阅说明手册： H82\* 说明手册

## 组件识别

### 功能指针

- 星期
- 剩余电量级别 (4个级别)
- 夏令时设置 (STD/SMT)







- 实际外观可能与以上图解不同。
- 拉出时表冠有两个档位。

## 检查剩余电量

1. 将柄头推入位置 0。
2. 按下并释放右下方按钮 (A)。  
功能指针显示剩余电量。

### 显示剩余电量级别

级别	3	2	1	0
显示				
持续时间 (大约)	180 - 130 天	130 - 30 天	30 - 2 天	2 天或更短
含义	剩余电量足够。 可以正常使用	剩余电量正常。	剩余电量在变少。	已启动充电不足警告。 <b>请立即充电。</b>

3. 按下并释放右下方按钮 (A) 以完成步骤。

## 检查信号接收结果

- 本款手表夜间会自动接收时间信号。

1. 将柄头推入位置 0。
2. 按下并释放右下方按钮 (A)。

显示以前的接收结果。

OK	接收成功。
NO	接收失败。

- 如果上一次接收失败，请遵循 [手动接收信号\(按需接收\)](#) 中的步骤尝试信号接收。

3. 按下并释放右下方按钮 (A) 以完成步骤。

## 互换家乡时间和当地时间

1. 将柄头推入位置 0。
2. 同时按下并松开右下角按钮 (A) 和右上角按钮 (B)。  
发出确认音，家乡时间和当地时间互换。

## 手动接收信号 (按需接收)

- 目标信号站取决于时区设置。若要检查时区，请参阅 [时区表和代表性地区](#)。

1. 将柄头推入位置 0。
2. 按住右下方按钮 (A) 2 秒以上。  
显示以前的信号接收结果。  
之后秒针指向“RX”时，按需接收开始。(2 - 15 分钟)  
• 要取消接收，请按住按钮 (A)，直至秒针恢复显示秒数。

## 设置世界时间

### 检查家乡时间和当地时间的世界时间设置

- 本款手表可以同时显示家乡时间和当地时间。当地时间通过 24 小时针显示。检查时请牢记这一点。

#### 1. 将柄头推入位置 **0**。

#### 2. 按下并释放右上方按钮 **(B)**。

秒针显示当前家乡时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

- 有关夏令时的信息,请参阅 [设置夏令时](#)。

#### 3. 按下并释放右上方按钮 **(B)**。

秒针显示当前当地时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

- 每次按下按钮 **(B)** 时,秒针显示都会发生下列变化:

家乡时间设置 → 当地时间设置 → 正常走动 →

(返回顶部)

#### 4. 按下并释放右上方按钮 **(B)** 以完成步骤。

### 设置家乡时间和当地时间的世界时间设置

#### 1. 拉出柄头到位置 **1**。

秒针显示当前家乡时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

#### 2. 旋转柄头以选择家乡时间的世界时间设置。

#### 3. 按下并释放右下方按钮 **(A)**。

秒针显示当前当地时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

- 每次按下按钮 **(A)** 时,显示会在家乡时间和当地时间之间交替变换。

#### 4. 旋转柄头以选择当地时间的世界时间设置。

#### 5. 推入柄头到位置 **0** 以完成步骤。

## 时区表和代表性地区

- 在表中未列的地区使用本款手表时,在相同的时区中选择地区名称。
- 在信号难以到达的特定环境中接收信号可能会有困难。

时区	秒针	地区名称	代表性地区	信号站
0	0	LON *	伦敦	德国
+1	2	PAR *	巴黎	
+2	4	ATH *	雅典	◆ 德国
+3	7	RUH	利雅得	
+4	9	DXB	迪拜	
+5	11	KHI	卡拉奇	◆ 中国
+5.5	14	DEL	德里	
+6	16	DAC	达卡	
+7	18	BKK	曼谷	中国
+8	21	BJS (HKG)	北京/香港	
+9	23	TYO	东京	
+9.5	25	ADL	阿德莱德	◆ 日本
+10	28	SYD	悉尼	
+11	30	NOU	努美阿	
+12	32	AKL	奥克兰	◆ 美国
-11	35	MDY	中途岛	
-10	37	HNL	火奴鲁鲁	
-9	39	ANC **	安克雷奇	美国
-8	42	LAX **	洛杉矶	
-7	44	DEN **	丹佛	
-6	46	CHI **	芝加哥	
-5	49	NYC **	纽约	◆ 美国
-4	51	SCL	圣地亚哥	
-3	53	RIO	里约热内卢	
-2	56	FEN	费尔南多·迪诺罗尼亚群岛	◆ 德国
-1	58	PDL *	亚速尔群岛	

- 表中的时区以 UTC 为基础。
- 国家或区域可能会由于多种原因改变时区。
- 对于标有 \* 或 \*\* 的地区名称,夏令时/标准时间显示分别连接在一起。
- 信号站带有 ◆ 标志的时区超出了接收范围,因此无法接收信号。(本款手表会尝试从目标信号站接收信号。)

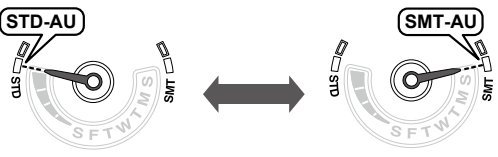

## 设置夏令时

### 检查夏令时设置

#### 1. 将柄头推入位置 0。

#### 2. 按下并释放右上方按钮 (B)。

秒针显示当前家乡时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。夏令时设置有以下四种模式:

类型	模式和显示	
	标准时间 (STD)	夏令时 (SMT)
自动 (AU)		
	自动切换	
	标准时间是基于接收到的信号所包含的夏令时信息显示的。	夏令时是基于接收到的信号所包含的夏令时信息显示的。
选择此模式时, 本款手表可根据收到的包含夏令时信息的信号自动在“SMT”和“STD”之间切换夏令时设置。		
手动 (MA)		
	总是显示标准时间无论接收到的信号包含何种夏令时信息。	总是显示夏令时无论接收到的信号包含何种夏令时信息。

#### 3. 按下并释放右上方按钮 (B)。

秒针显示当地时间的当前世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

#### 4. 按下并释放右上方按钮 (B) 以完成步骤。

### 切换夏令时设置的“SMT/STD”

#### 1. 拉出柄头到位置 1。

秒针显示当前家乡时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

#### 2. 按下并释放右上方按钮 (B)。

· 每次按下按钮 (B), 功能指针显示在“STD-AU”和“SMT-AU”或“STD-MA”和“SMT-MA”之间变换, 家乡时间的夏令时设置在 SMT 和 STD 之间变换。

#### 3. 按下并释放右下方按钮 (A)。

秒针显示当前当地时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

#### 4. 按下并释放右上方按钮 (B)。

· 每次按下按钮 (B), 功能指针显示在“STD-AU”和“SMT-AU”或“STD-MA”和“SMT-MA”之间变换, 当地时间的夏令时设置在 SMT 和 STD 之间变换。

#### 5. 推入柄头到位置 0 以完成步骤。

## 夏令时切换自动/手动设置

#### 1. 拉出柄头到位置 1。

秒针显示当前家乡时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

#### 2. 按住右下角按钮 (A) 2 秒以上。

· 每次按住按钮 (A) 2 秒以上, 功能指针显示在“STD-AU”和“STD-MA”或“SMT-AU”和“SMT-MA”之间变换, 家乡时间的夏令时设置在 SMT 和 STD 之间变换。

#### 3. 按下并释放右下方按钮 (A)。

秒针显示当前当地时间的世界时间设置,功能指针显示夏令时信息。

#### 4. 按住右下角按钮 (A) 2 秒以上。

· 每次按住按钮 (A) 2 秒以上, 功能指针显示在“STD-AU”和“STD-MA”或“SMT-AU”和“SMT-MA”之间变换, 当地时间的夏令时设置在 SMT 和 STD 之间变换。

#### 5. 推入柄头到位置 0 以完成步骤。

## 使用闹铃

- 闹铃功能采用 24 小时制, 一旦设置, 闹铃每天响一次。
- 闹铃以家乡时间为基础。

### 设置闹铃

#### 1. 拉出柄头到位置 2。

当地时间 24 小时针和当地时间分针显示当前闹铃时间设置。

#### 2. 旋转柄头来设置闹铃时间。

· 快速旋转柄头, 指针将连续走动。若要防止指针快速走动, 请旋转柄头。

#### 3. 推入柄头到位置 0 以完成步骤。

### 开/关闹铃

#### 1. 拉出柄头到位置 2。

秒针显示闹铃的开/关设置,功能指针显示剩余电量。

#### 2. 按下并释放右下方按钮 (A)。

· 每次按下按钮 (A) 时, 设置的开/关会交替变换。

#### 3. 推入柄头到位置 0 以完成步骤。

### 若要停止闹铃

按下按钮 (A) 或 (B)。

- 闹铃声音持续 15 秒。

### 检查闹铃

#### 1. 拉出柄头到位置 2。

#### 2. 按住右下方按钮 (A) 2 秒以上。

按住按钮 (A) 时, 闹铃会想起。

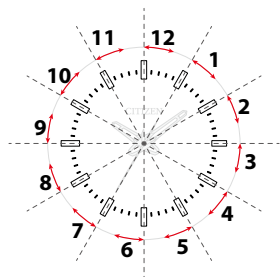
## 手动调整时间和日历

• 在 2100 年 2 月 28 日之前，本款手表的日历不需要手动调整，包括闰年（万年历）。

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 按住右上角按钮 ③ 2 秒以上。  
秒针指向 30 秒位置。
3. 拉出柄头到位置 ②。  
秒针指向 0 秒。
4. 反复按下并松开右上角按钮 ③ 更改待修正的指针 / 显示。  
• 每次按下按钮 ③ 时，目标都会发生下列变化：  
分/时/24 小时针 → 日期 → 星期 → 年/月 → (返回顶部)
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。

### 月份显示

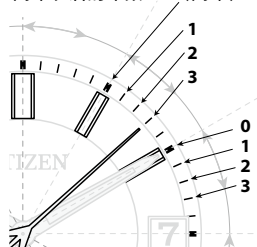
“月”对应下图显示的 12 个区域之一。  
每个数字代表一个月份。



### 年份显示

“年”对应闰年以后的年数，通过每个月份区域中的刻度来显示。

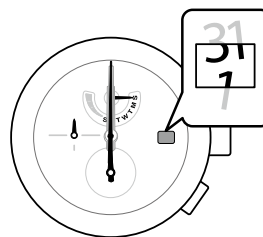
闰年以后的年数：0（闰年）



6. 重复步骤 4 和 5。
7. 请将柄头推入至位置 ① 与可靠时间源保持一致来完成该程序。

## 检查基准位置

1. 将柄头推入位置 ①。
2. 按住右上角按钮 ③ 10 秒以上。  
正确的基准位置：  
• 所有指针：12 点钟位置  
• 日期显示：“31”与“1”之间的空间  
• 星期：S（星期天）



3. 按下并释放右上方按钮 ③ 以完成步骤。

## 修正基准位置

1. 将柄头推入位置 ①。
2. 按住右上角按钮 ③ 10 秒以上。
3. 拉出柄头到位置 ②。
4. 按下并释放右上方按钮 ③。  
• 每次按下按钮 ③ 时，目标都会发生下列变化：  
当地时间分/24 小时针 → 功能指针/日期显示 → 分/时/24 小时针 → 秒针 → (返回顶部)
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 ①。
8. 按下并释放右上方按钮 ③ 以完成步骤。

## 复位手表 - 全部复位

1. 拉出柄头到位置 ②。
2. 同时按住按钮 ④ 和 ③ 4 秒以上。  
执行全部复位。

### 全部复位之后

全复位之后，调整基准位置。在此之后，请设置世界时间并手动接收信号（按需接收）以调整时间和日历。