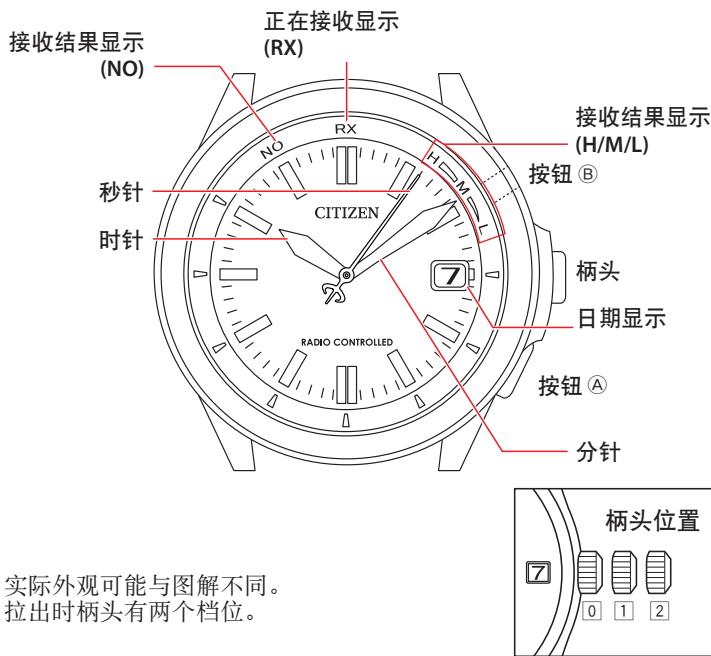


- 该手表是光动能手表。请将表盘接受光照且充满电后使用。
- 若要查看充电时间、规格和操作的详细信息，请参阅说明手册。

组件识别



- 实际外观可能与图解不同。
- 拉出时柄头有两个档位。

检查信号接收结果

- 此手表每天从日本信号站接收时间信号以自动调整时间。

1. 将柄头推入位置 0。

2. 按下并释放右下方按钮 A。

秒针走动显示上一次接收的结果。

显示	接收结果
H	已在非常好的条件下成功接收。
M	已在良好条件下成功接收。
L	已在较差条件下成功接收。
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。

显示恢复至当前时间。

- 若未按下任何按钮, 指针将在 10 秒内自动恢复至当前时间显示。

手动接收信号 (按需接收)

- 完成接收需要 2-15 分钟。

1. 将柄头推入位置 0。

2. 按住右下方按钮 A 2 秒以上。

秒针指向“RX”时, 信号接收开始。完成接收后, 秒针恢复正常走动。

接收成功	时间将更新。
接收失败	时间未修正, 恢复之前设置的时间。

- 按住按钮 A 2 秒以上可取消接收。

手动调整时间和日历

设置时间和日期

1. 拉出柄头到位置 2。

秒针指向 0 秒。

2. 旋转柄头调整时间和日期。

- 快速旋转柄头几次, 指针将连续走动。要停止快速走动, 请向任意方向旋转柄头。
- 时针和分针同时走动。
- 日期显示更改表明处于 AM 时间。请注意时间设置为 AM 或 PM。
- 调快小时和日期请参阅 [轻松调整时针和日期](#)。

3. 请将柄头推入至位置 0 与可靠时间源保持一致来完成该程序。

年月设置

1. 拉出柄头到位置 1。

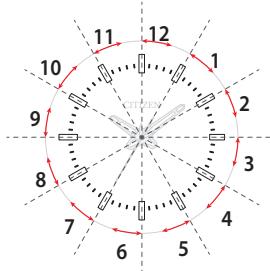
秒针显示当前设置的年和月。

2. 旋转柄头来调整年和月。

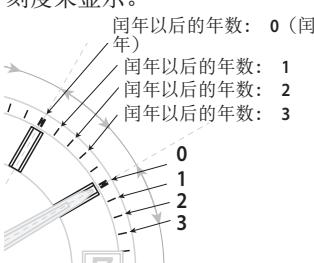
秒针指示年和月。

“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, 通过每个月份区域中的刻度来显示。



3. 推入柄头到位置 0 以完成步骤。

轻松调整时针和日期

在出国或其他情况下，您可方便地调整时针日期。

1. 将柄头推入位置 0。
2. 按下并释放右上方按钮 ⑧。

时针来回摆动，表示时针和日期可调。

- 秒针自动在 10 秒钟内恢复正常状态，无需任何操作。

3. 旋转柄头设置小时和日期。

- 快速旋转柄头几次，时针将连续走动。要停止快速走动，请向任意方向旋转柄头。
- 日期显示更改表明处于 AM 时间。请注意时间设置为 AM 或 PM。

4. 按下并释放右上方按钮 ⑧ 以完成步骤。

- 若未按下任何按钮，指针将在 10 秒内自动恢复至当前时间显示。

检查基准位置

1. 将柄头推入位置 0。

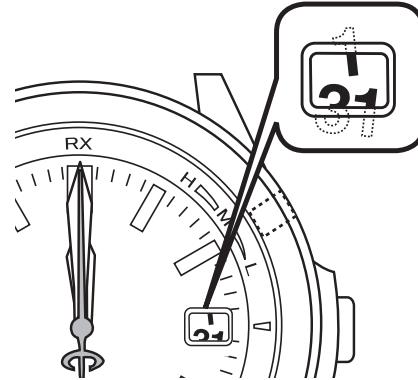
2. 按住右上角按钮 ⑧ 10 秒以上。

指针和显示开始走动至内存中存储的当前基准位置。

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”与“1”之间的空间



当前基准位置与正确位置不同时，按照 [修正基准位置](#) 的步骤调整位置。

4. 按下并释放右上方按钮 ⑧ 以完成步骤。

- 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。

修正基准位置

1. 将柄头推入位置 0。

2. 按住右上角按钮 ⑧ 10 秒以上。

指针和显示开始走动至内存中存储的当前基准位置。

- 秒针开始走动时释放按钮。
- 等待所有指针和显示停止。

3. 拉出柄头到位置 1。

4. 旋转柄头调整时针和日期显示。

- 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。
- 时针和日期显示同时走动。

5. 拉出柄头到位置 2。

6. 旋转柄头调整分针和秒针。

- 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。
- 分针和秒针同时走动。

7. 将柄头推入位置 0。

8. 按下并释放右上方按钮 ⑧ 以完成步骤。

修正基准位置后

修正基准位置后，手动调节时间和日历，或手动接收时间信号（按需接收）。