

- 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： H61* 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)

正在接收顯示 (R/RX)
接收結果顯示 (H/M/L/N (NO))

24 小時針

按鈕 B

鬧鈴顯示
(ALM ON/OFF)

旋鈕

分針

按鈕 A

日期顯示

時針

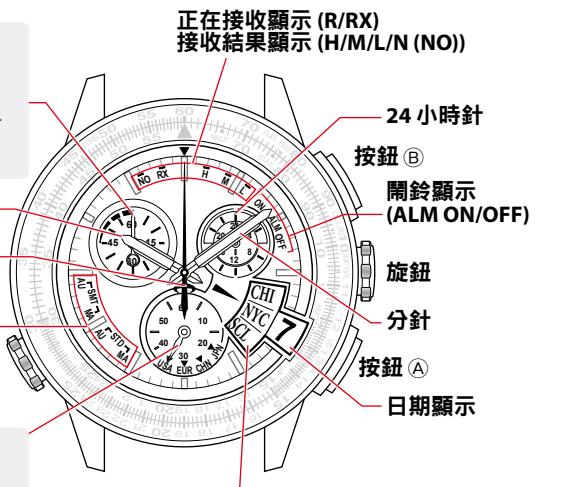
計時器秒針

夏令時間顯示 (SMT AU/MA, STD AU/MA)

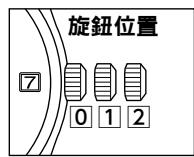
秒針

- 秒
- 訊號站 (USA/EUR/
CHN/JPN)

地區名稱



- 實際外觀與上述說明可能不同。
- 拉出時錶冠有兩個檔位。



顯示剩餘電力等級

等級	3	2	1	0
顯示				
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。

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](#)。
- 當城市設定為「UTC」時，本款手錶不會嘗試接收訊號。
- 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. 按住右下按鈕 A 2 秒鐘以上。

顯示以前的訊號接收結果。

手錶在發出「嗶嗶」聲響後開始接收信號 (2-15 分鐘) 計時器秒針指向「R (RX)」。

要取消接收，請按住按鈕 A，直至秒針恢復顯示秒數。

檢查訊號接收結果與剩餘電力

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 和 4:00 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。

計時器秒針顯示接收結果 計時器分針顯示剩餘電力。

- 秒針顯示此刻的訊號站。若要瞭解訊號站的更多資訊，請參閱說明手冊。

訊號接收結果顯示

H	正在或已在極好條件下接收訊號
M	正在或已在良好條件下接收訊號
L	正在或已在較差條件下接收訊號
N (NO)	接收失敗時

- 一些型號使用秒針尾部指示結果。
- 「H」、「M」和「L」只顯示接收條件，與手錶的接收效能無關。
- 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。

設定世界時間

- 將旋鈕拉出到位置 1。**
計時器秒針顯示夏令時間設定。
- 旋轉旋鈕以選取世界時間設定。**
• 將地區名稱的位置調整至顯示的中心。
- 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	地區名稱	代表性地區	訊號站
0	UTC	協調世界時	-
0	LON	倫敦	◆ 欧洲
+1	PAR	巴黎	
+2	CAI	開羅	
+3	MOW	莫斯科	
+4	DXB	迪拜	
+5	KHI	喀拉蚩	◆ 中國
+5.5	DEL	德里	
+6	DAC	達卡	
+7	BKK	曼谷	
+8	BJS (HKG)	北京/香港	
+9	TYO	東京	◆ 日本
+9.5	ADL	阿得雷德	
+10	SYD	悉尼	
+11	NOU	諾米亞	
+12	AKL	奧克蘭	
-11	MDY	中途島	◆ 美國
-10	HNL	火奴魯魯	
-9	ANC	安克雷奇	
-8	LAX	洛杉磯	
-7	DEN	丹佛	
-6	CHI	芝加哥	◆ 美國
-5	NYC	紐約	
-4	SCL	聖地牙哥	
-3	RIO	里約熱內盧	
-2	FEN	費爾南多·迪諾羅尼亞群島	
-1	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。
- 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

- 當世界時間設定為「UTC」時，無法更改夏令時間設定。

- 將旋鈕拉出到位置 1。**
計時器秒針顯示夏令時間設定。
- 按下並釋放右下按鈕 A 以更改夏令時間設定。**
• 每次按下按鈕 A 時，夏令時間設定會發生下列變化：
SMT AU → SMT MA → STD AU → STD MA → (返回頂部)

地區狀態	設定	時間顯示
非夏令時間	STD MA	總是顯示標準時間。
夏令時間期間與夏令時間訊號顯示不同。	SMT MA	總是顯示夏令時間。非夏令時間時手動變更設定為「STD MA」。
夏令時間期間與夏令時間訊號顯示相同。	SMT AU STD AU	夏令時間顯示（設定：SMT AU）和標準時間顯示（設定：STD AU）自動切換。

- 夏令時間期間會因國家或地區不同而異。
- SMT（夏令時間）、AU（自動）、STD（標準時間）、MA（手動）

- 將旋鈕推至位置 0 完成步驟。**

使用計時器

以 0.2 秒為增量單位，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。

- 將旋鈕壓入到位置 0。**

- 按下並釋放右上按鈕 B。**

計時器分針和計時器秒針開始走動。

開始/停止：按下按鈕 B。

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。

使用鬧鈴

依據所顯示的地區名稱時間，鬧鈴在設定時間響鈴 15 秒。

- 不能單獨為每個地區名稱設定鬧鈴。

- 將旋鈕拉出到位置 2。**

計時器秒針顯示當前鬧鈴設定 (ALM ON/OFF)。其他指針顯示當前鬧鈴時間設定。

- 按住右下按鈕 A 2 秒以上以監控鬧鈴聲。

- 旋轉旋鈕來設定鬧鈴時間。**

- 根據 24 小時針檢查鬧鈴時間的 AM/PM 設定。
- 每次按按鈕 B 時，設定目標會在警示時間的「分鐘」和「小時」之間切換。
- 快速旋轉旋鈕，指針將連續走動。若要防止指針快速走動，請旋轉旋鈕。

- 按下並釋放右下按鈕 A 以設定鬧鈴設定 (ALM ON/OFF)。**

- 每次按下按鈕 A 時，設定會相應地更改。

- 將旋鈕推至位置 0 完成步驟。**

- 旋鈕位置在 1 或 2 時，鬧鈴不會響起。

若要停止鬧鈴

按下按鈕 A 或 B。

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)。

計時器秒針指向 30 秒。

3. 將旋鈕拉出到位置 2。

4. 反復按下並鬆開右上角按鈕 (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/秒針 → 時/24 小時針 → 日期 → 年/月 → (返回頂部)

5. 旋轉旋鈕以調節指針 / 顯示。

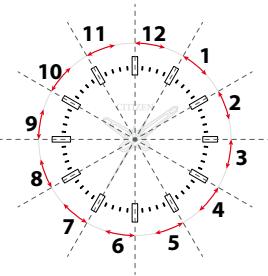
• 調整日期顯示時，最後向右旋轉旋鈕來設定位置。

• 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

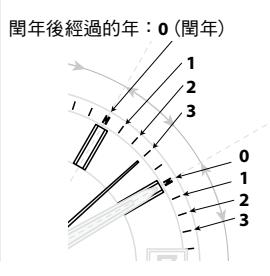
「月」和下列圖示 12 區的其一相關聯。

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

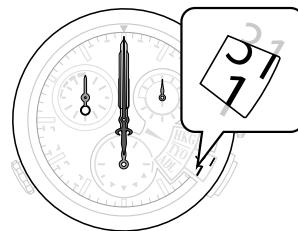
• 使用計時器功能時您無法執行此操作。

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
- 表示的區域無關緊要。



3. 按下並釋放右上按鈕 (B) 完成步驟。

校正基準位置

• 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. 按住右上按鈕 (B) 約 10 秒。

計時器秒針開始走動。在此之後指針/顯示開始快速走動並且顯示每個指針/顯示當前的基準位置。

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：
計時器分針/日期 → 時/24 小時針 → 分/秒針 → 計時器秒針 → (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 1。

2. 旋轉旋鈕來設定地區名稱 「UTC」。

3. 將旋鈕拉出到位置 2。

4. 同時按住按鈕 (A) 和 (B)， 然後鬆開它們。

執行全部重設，鬧鈴響起。

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。