

多谢您惠购西铁城手表。

在使用手表之前,请详读本说明书,以确保正确使用。
阅读后请妥善保管,以便将来查询。

查看机芯编号

表壳编号是刻印在表壳背面的 4 个字母数字

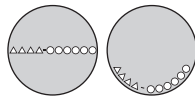
字符加 6 个或更多字母数字字符。

(右图)

表壳编号中前 4 位字符表示手表机芯编号。

在右图示例中，“△△△△”就是机芯编号。

刻印位置示例



不同型号手表的刻印位置可能不同。

安全预防注意事项— 重要事项

本手册包含的指示必须一直严格遵守，这不仅可以确保手表发挥出最佳性能，也可以防止自己、他人受到伤害，或遭受财产损失。建议您阅读整本手册（特别是第 82 页到第 104 页），了解以下符号的含义：

- 安全建议在本手册中按如下所示进行分类和描述：

 危险	极有可能造成死亡或严重伤害
 警告	可能造成严重伤害或死亡
 注意	可能造成轻微或中度伤害或损害

- 重要指示在本手册中按如下所示进行分类和描述：

 危险	警告（注意）符号，后面跟着应该遵守的指示或应该遵守的预防措施。
 警告	警告（注意）符号，后面跟着禁止事项。

使用手表前

拆开包装后，请务必在使用手表前完成下列事项：

- **检查剩余电量→第 23 页**

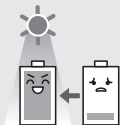
检查手表的充电等级。

- **设置世界时间→第 30 和 31 页**

选择您希望指示时间和日期的城市。

- **检查时间信号接收情况→第 57 和 58 页**

检查时间信号接收的结果。



本表有一个充电电池，让表盘受到光线的照射即可充电。

让表盘定期直接接受阳光照射以进行手表充电。

有关充电的详情,请参阅第 16 到 26 页。

保护贴膜

确保将手表上的贴膜剥去（表背，表带，扣环等）。否则，汗水或水汽可能会进入保护贴膜和手表部件之间的缝隙而产生一些污渍，导致皮肤出现红疹或金属部件被腐蚀。

表带调节

建议向有经验的手表技师寻求帮助，调节手表的表带。如果不能正确进行调节，表带可能会意外脱落，导致您遗失手表或受到伤害。

请联络最近的西铁城指定维修网点。

如何使用专用的柄头 / 按钮

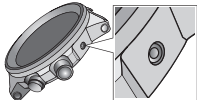
某些型号配备了可以防止误操作的专用的柄头和 / 或按钮。请参考以下图表了解使用方法。

螺旋式柄头和螺旋式按钮

操作手表前请先为柄头解锁。

	解锁	锁紧
螺旋式 柄头	 逆时针方向旋转柄头，直到柄头从表壳弹出。	 将柄头轻轻推入表壳，并且沿顺时针方向旋转，请务必将柄头锁紧。

	解锁	锁紧
螺旋式按钮	 逆时针方向旋转按钮，直到不能旋转为止。	 顺时针方向旋转按钮直到锁紧。

凹钮	 用尖头物体，如木制牙签按下按钮。
----	---

目录

产品特点	12
手表各部位名称	14
为手表充电	16
使用计时器	27
设置世界时间	30
设置夏令时	36
时间信号接收说明	48
检查时间信号接收情况	57
手动接收时间信号（强制接收）	60

手动调节时间 / 日期	62
检查并校正基准位置	69
故障检修	74
Eco-Drive (光动能) 手表使用的注意事项	82
防水功能	86
注意事项	91
规格	102

产品特点

“电波手表”

可从位于四个地区的五个信号站之一接收时间信号，并自动调节时间和日期。



“世界时间”

便于查看全世界城市的时间和日期。



“光动能”

无需对充电电池进行定期更换。
手表通过光线充电。



“计时器”

可对经过的时间进行计测并显示。

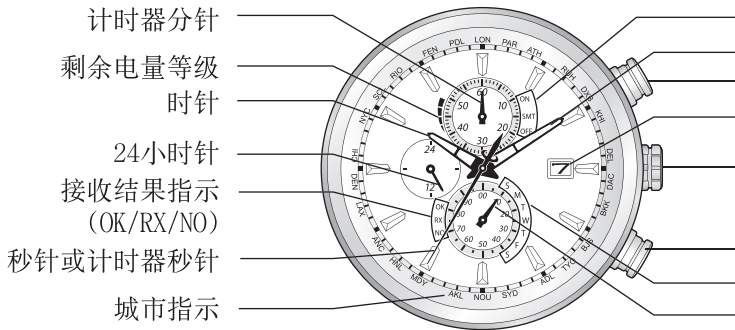


“万年历”

月末无需手动调整日期。
闰年也会自动更新。

* “光动能” 是西铁城的独创技术。

手表各部位名称



—— 夏令时指示(ON/OFF)

—— 分针

—— 右上侧(B)钮

—— 日期指示

—— 柄头

—— 右下侧(A)钮

—— 星期指示

—— 计时器1/20秒针

* 本说明手册中的插图可能与您手表的实际外观不同。

* 太阳能感光板位于表盘下。

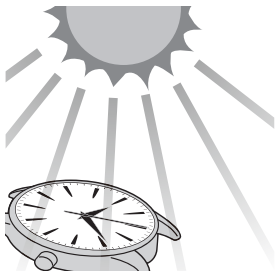
为手表充电

本表内置可储存电能的充电电池，通过将表盘置于如直射阳光或荧光灯的光线下可进行充电。

摘下手表后，请将其放置于表盘能够接收明亮光线处，如窗户旁边。

当表盘受到如图所示的阳光照射时，手表充电效率较高。为确保最佳性能，请参照以下提示进行操作：

- 每月至少一次将手表置于阳光下直射五至六个小时进行充电。
- 避免长时间将手表放在黑暗处。

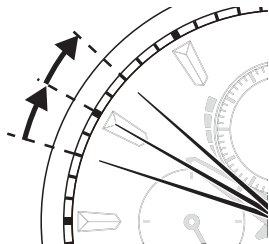


- 如果长袖服饰经常阻碍手表接收光线，则需要放置在明亮光线下充电以确保持续运行。
- 请勿在高温环境中为手表充电（大约 60℃ 或更高）。

充电不足时（充电不足警告功能）

充电不足时，秒针会每两秒走动一次。这是充电不足警告功能。请务必使手表充足电。

- 当电池充分充电后，秒针将恢复到每一秒走动一次的状态。
- 如果充电不足警告功能启动 2 日以上仍不为手表充电，则手表将耗尽所有电能并停止。



- 当手表处于两秒运针时,仍然可以显示当前时间,但无法更改其它设置及操作计时器。

各环境下大约所需的充电时间

以下为表盘持续接受光线照射时大致所需的充电时间。
请仅将此表用作参考。

环境	照度 (lx)		
		工作一天	
室外 (晴天)	100,000	5 分钟	
室外 (阴天)	10,000	11 分钟	
荧光灯 (30W) 下 20 厘米	3,000	40 分钟	
室内光线	500	4 小时	

一次充满电后的持续时间：大约 6 个月（正常使用），
大约 10 个月（节能功能启动时）

充电时间（大约）		
	电池耗尽后至开始正常工作	电池耗尽后至充足电
	40 分钟	30 小时
	1 小时	40 小时
	2.5 小时	130 小时
	14 小时	920 小时

节能功能

当手表无法受到光线照射 30 分钟或以上时，如将其存放在黑暗处时，秒针自动停止以节省电能。

但是，手表内部继续工作。

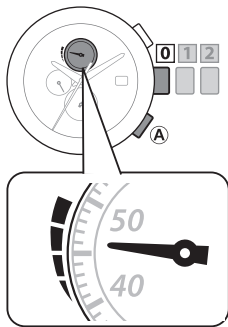
- 当柄头处于位置 1 或位置 2 时，不会激活节能功能。
- 无法手动激活节能功能。

取消节能功能

当表盘下的太阳能感光板接收到足以充电的光线照射时，会自动取消节能功能并恢复正常时间指示。

检查剩余电量

检查当前剩余电量。



1. 确保柄头处于位置 0。

2. 按一下右下侧(A)钮。

计时器分针走动以指示剩余电量。

- 有关剩余电量等级的详情，请参阅下一页。

3. 按一下右下(A)钮以完成步骤。

- 不做任何操作，大约 10 秒钟后手表可以自动恢复到当前时间指示。

您无法在使用计时器时执行此操作。

剩余电量等级

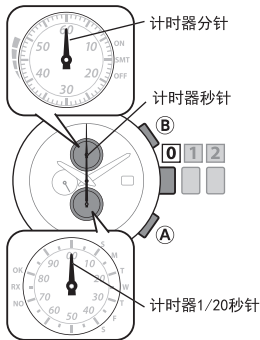
等级	3	2	
剩余电量等级			
各等级下使用的大致期限	大约 180 至 130 天	大约 130 至 30 天	
	剩余电量足以应付所有功能。在此等级达到最佳性能。	此等级的剩余电量足以应付所有操作。	

	1	0
		
	大约 30 至 2 天	大约 2 天
	剩余电量变低。应使手表充足电以确保最佳性能。 必须立即为手表充电。	充电不足，充电警告功能启动。

- 当剩余电量处于等级 1 或 0 时，计时器分针始终指示剩余电量等级。
- 当剩余电量处于等级 0 时，手表仅指示当前时间和日期。但是，您无法更改其它设置，或操作计时器。

使用计时器

计时器的秒针通常停止在 12 时位置。计时器可以 1/20 秒为单位计时长达 60 分钟。



1. 确保柄头处于位置 0。

2. 按一下右上Ⓑ钮。

手表进入计时器模式。

- 如图所示，计时器分针、计时器秒针和计时器 1/20 秒针指向 12 点钟位置。

3. 按一下右上Ⓑ钮以开始计时。

4. 按一下右上Ⓑ钮以暂停计时。
 - 再按一下右上Ⓑ钮将恢复计时操作。
5. 按一下右下Ⓐ钮使计时时间复位。
 - 计时完成之后请务必进行复位操作。
6. 再按一下右下Ⓐ钮以恢复当前时间指示。
 - 不做任何操作，大约 3 小时后手表可以自动恢复到当前时间指示。

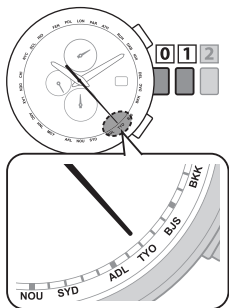
测量开始（或重启）后经过 30 秒钟时，计时器 1/20 秒指针会停在零秒位置。但是，测量还在进行。

- 当剩余电量处于等级 0 时无法使用计时器。即使剩余电量处于等级 1，仍建议在使用计时器前为手表充电。
- 计时器开启后请勿拉出柄头，否则计时将停止。

设置世界时间

手表可以显示全球 26 个城市的时间和日期，您可以选择其中任意城市时间进行调整。

- 当在下表未列出的地区使用手表时，请选择相同时差的的城市进行设置。



1. 拉出柄头到位置 1。
秒针指示当前城市设置；计时器分针指示夏令时 ON/OFF 设置；而计时器 1/20 秒针指示夏令时自动 / 手动设置。
 - 设置夏令时→第 36 和 37 页
2. 转动柄头以选择您希望指示时间和日期的城市。
 - 参考城市指示表中的“秒针位置”移动秒针以选择城市。
3. 将柄头推入位置 0 以完成设置。

城市指示表

缩写	城市指示或秒针位置		时差	信号来自 ...
LON	*	伦敦	0 秒	德国
PAR	*	巴黎	2 秒	
ATH	*	雅典	4 秒	
RUH		利雅得	7 秒	
DXB		迪拜	9 秒	
KHI		卡拉奇	11 秒	中国
DEL		德里	14 秒	
DAC		达卡	16 秒	
BKK		曼谷	18 秒	
BJS/HKG		北京 / 香港	21 秒	

缩写	城市指示或秒针位置		时差	信号来自 ...
TYO	东京	23 秒	+9	日本
ADL	阿德莱德	25 秒	+9.5	
SYD	悉尼	28 秒	+10	
NOU	努美阿	30 秒	+11	
AKL	奥克兰	32 秒	+12	
MDY	中途岛	35 秒	-11	美国
HNL	火奴鲁鲁	37 秒	-10	
ANC	** 安克雷奇	39 秒	-9	
LAX	** 洛杉矶	42 秒	-8	
DEN	** 丹佛	44 秒	-7	
CHI	** 芝加哥	46 秒	-6	

缩写	城市指示或秒针位置		时差	信号来自 ...
NYC	**	纽约	49 秒	美国
SCL		圣地亚哥	51 秒	
RIO		里约热内卢	53 秒	
FEN		费尔南多 - 迪 诺罗尼亚	56 秒	德国
PDL	*	亚速尔群岛	58 秒	

- 手表上显示的城市指示可能会因型号而不同。
- 对于标有 * 的城市，夏令时指示和标准时间指示相互链接。
- 对于标有 ** 的城市，夏令时指示和标准时间指示相互链接。
- 上表中的时差基于 UTC。
- 时差会因国家或地区的规定而发生变更。

设置夏令时

夏令时

夏令时是某些国家 / 地区采用的一种时间系统，通过把时钟向前拨一小时以在白天获得额外的一小时光照。在使用夏令时的地区，时间信号包含夏令时检查信号。

当接收到夏令时检查信号时，本手表自动启用 / 关闭（转至 ON/OFF）夏令时设置。

- 可以在能够接收到时间信号但不使用夏令时的地区手动关闭夏令时。

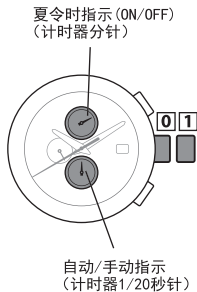
（请参阅第 43 到 45 页。）

- 即使手表处于时间信号接收范围以外的区域，仍可手动启用夏令时。
(请参阅第 43 到 45 页。)

夏令时规则会因国家或地区而改变。

- 夏令时持续时间会因国家或地区而不同。

检查夏令时设置



1. 拉出柄头到位置 1。

秒针指示当前城市设置；计时器分针指示夏令时 ON/OFF 设置；而计时器 1/20 秒针指示夏令时自动 / 手动设置。

- 通过参考下一页中的表格检查设置。

夏令时指示 (ON/OFF) (计时器分针)	自动/手动指示(计 时器1/20秒针)	说明
启用夏令时 (ON) 	自动设置 (12 点 钟方向) 	通过接收信号在夏令 时和标准时间之间自 动切换。 • 当接收到夏令时检 查信号时，改变夏 令时 ON/OFF 设置。

夏令时指示 (ON/OFF) (计时器分针)	自动/手动指示(计 时器1/20秒针)	说明
启用标准时间 (OFF) 	手动设置 (6 点 钟方向) 	在夏令时和标准时间 之间进行手动切换。 • 即使接收到夏令 时检查信号，仍不 改变夏令时 ON/ OFF 设置。

切换夏令时的 ON/OFF → (请参阅第 43 页)

• 夏令时的自动 / 手动切换 → (请参阅第 44 和 45 页)

在能够接收到
时间信号的区
域使用手表时
自动启用夏令
时：



将自动 / 手动
设置为自动
(手表将在接收
到夏令时检查
信号时自动改
变夏令时 ON/
OFF 设置。)

无法接收到时
间信号时手动
启用夏令时：



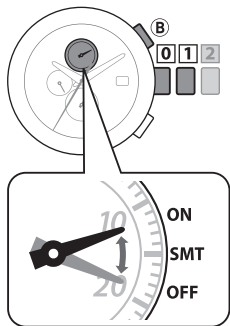
当您希望启用
夏令时时将夏
令时 ON/OFF 设
置转至 ON。

防止手表通过
信号接收自动
启用夏令时：



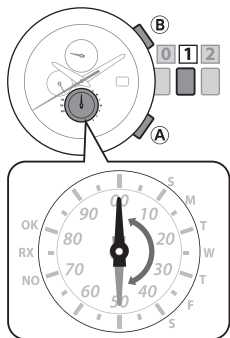
将自动 / 手动
设置设为手动
并将夏令时 ON/
OFF 设置转至
OFF。

切换夏令时的 ON/OFF



1. 拉出柄头到位置 1。
计时器分针指示当前夏令时 ON/OFF 设置。
2. 按右上侧Ⓑ钮切换夏令时设置。
每按一下右上侧Ⓑ钮，计时器分针交替指向 SMT ON 和 SMT OFF，指示切换后的夏令时 ON/OFF 设置。
3. 将柄头推入位置 0 以完成设置。

自动 / 手动切换夏令时



1. 拉出柄头到位置 1。
计时器 1/20 秒针指示当前自动 / 手动设置。
2. 按住右下侧Ⓐ钮两秒钟以上。
每次按住右下侧Ⓐ钮两秒钟以上，计时器 1/20 秒针交替指向 12 点钟方向（自动）和 6 点钟方向（手动）。

启用手动设置时，即使手表接收到时间信号也不会改变夏令时 ON/OFF 设置。可采用前一页所述步骤改变 ON/OFF 设置。

3. 将柄头推入位置 0 以完成设置。

各城市的时间显示

以下城市在各区域内的夏令时 / 标准时间显示是联动记忆和联动变更的，无需进行个别切换。

- 如果您手动显示某个城市 / 时差的标准时间，则不管相同地区其它城市 / 时差的时间如何显示，手表会始终显示该城市 / 时差的标准时间。

接收信号来自美国的地区	
城市	时差
安克雷奇 /ANC	-9
洛杉矶 /LAX	-8
丹佛 /DEN	-7
芝加哥 /CHI	-6
纽约 /NYC	-5

接收信号来自德国的地区	
城市	时差
伦敦 /LON	0
巴黎 /PAR	+1
雅典 /ATH	+2
亚速尔群岛 /PDL	-1

上述列表以外的城市 / 时差是被分别记忆的。

时间信号接收说明

接收时间信号的方式有三种：

本手表可显示前一次电波信号的接收结果。(请参阅第 57 和 58 页)

方式	解释
自动接收	每天凌晨 2 点接收信号。如果接收不成功，手表会尝试在凌晨 3 点进行接收。
强制接收	必要时可手动接收电波信号。(请参阅第 60 和 61 页。)
恢复自动接收	当手表因充电不足而停止时，充满电后自动接收一次信号。

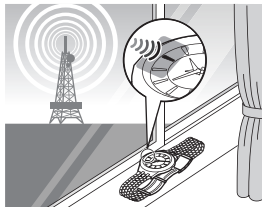
即使本手表成功接收到时间信号，显示时间的精度仍取决于接收环境和内部处理过程。

- 如果手表无法接收信号，每月会在 ± 15 秒的精度范围内正常运行。

接收时间信号时

摘下手表并将其置于能更好地接收信号的稳定平面上，如近窗位置。

- 接收天线位于手表的 9 点钟位置。放置手表使其 9 点钟位置指向信号站。
- 时间信号接收期间请勿移动手表。
- 当秒针每两秒走动一下表示低电量状态（充电不足警告）时，手表不会接收时间信号。请在接收前为手表充电。



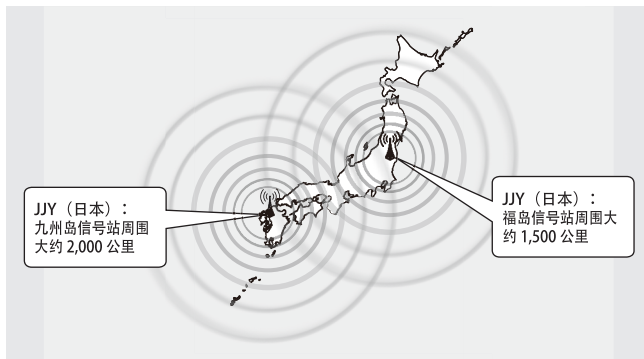
时间信号说明

本手表从位于四个地区的五个信号站之一接收时间信号，并自动校正时间和日期。

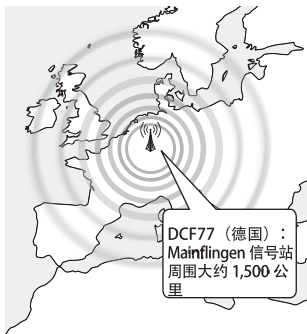
可接收的信号站如下所列：

信号站	时间信号的类型
日本福岛信号站	JJY
日本九州岛信号站	
美国科罗拉多州丹佛市科林斯堡信号站	WWVB
德国法兰克福东南 Mainflingen 信号站	DCF77
中国河南省商丘信号站	BPC

- 请参考第 52 至 54 页的地图，了解信号站的位置及大致可接收区域。







接收不良的区域

在某种环境条件下或易受电波噪音干扰的区域内，可能难以正常接收时间信号。

- 极热或极冷的地方



- 交通工具内



- 电器设备或办公设备附近



- 高压电线、铁路
高架电线或通信
设施附近



- 在钢筋混凝土建
筑物内、摩天
大楼之间、山
区或地下



- 正在使用的移
动电话附近



信号接收不良时

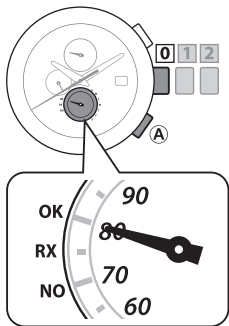
您住宅附近的高压电线或其它建筑可能会干扰时间信号的传递。这可能导致时间信号的接收不良。

请参考第 52 至 54 页的地图,寻找更好的接收地点。然后,按照第 60 和 61 页的步骤尝试接收时间信号。

- 如果窗户包含金属网,请打开窗户或换至更好的接收位置。

检查时间信号接收情况

检查上次信号接收的结果。



1. 确保柄头处于位置 0。

2. 按一下右下侧Ⓐ钮。

计时器 1/20 秒针指示信号接收结果。

- 有关接收结果的详情，请参阅下一页。

3. 按一下右下Ⓐ钮以完成检查步骤。

- 不做任何操作，大约 10 秒钟后手表可以自动恢复到当前时间指示。

您无法在使用计时器时执行此操作。

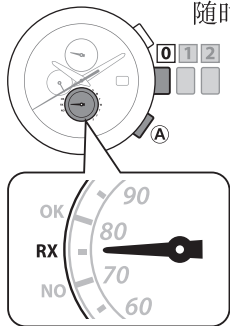
时间信号接收结果

指示			
结果	OK	NO	RX
含义	接收成功。	接收失败。 时间和日期尚未校正。	正在接收

- 有关时间信号接收的详情，请参阅第 48 和 49 页。

手动接收时间信号（强制接收）

当手表时间和日期不正确或接收结果为“NO”时，您可随时通过手动接收时间信号来调节手表。



- 信号站会因城市设置而不同。请确认当前城市设置。
- 您无法在使用计时器时执行此操作。

1. 确保柄头处于位置 0。
2. 按住右下侧Ⓐ钮两秒钟以上。
显示上次信号接收的结果，然

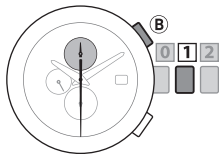
后开始强制接收。

(2 至 30 分钟)

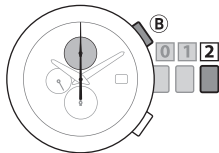
- 计时器 1/20 秒针指示 “RX”。
- 当秒针每两秒走动一下表示低电量状态（充电不足警告）时，手表不会接收时间信号。
- 如果当前所在位置与您设置的城市不同，则手表不会接收时间信号。
- 收信中按住右下侧Ⓐ钮两秒钟以上以取消信号接收。
- 当正常时间指示恢复时表示接收操作已完成。

手动调节时间 / 日期

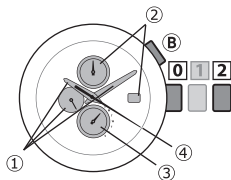
当手表无法接收时间信号时，可手动调节时间 / 日期。



1. 拉出柄头到位置 1
2. 按住右上侧Ⓑ钮两秒钟以上。
秒针移至 30 秒位置而计时器分
针移至 60 分位置。



3. 拉出柄头到位置 2。
秒针移至 0 秒位置，现在即可调
节时间 / 日期。



4. 按右上侧**B**钮选择校正目标。
每按一下右上侧**B**钮，校正目标会按如下顺序改变，相应的指针稍稍移动。

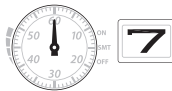
①时间（分钟 / 小时 / 24 小时）
→ ②日期 → ③星期 → ④年和月 → 返回至 ①

① 时间



分针、时针、24小时针彼此配合移动。

② 日期



当计时器分针转动五圈时，日期变动一天。

③ 星期



计时器
1/20秒针
指示星期。

④ 年和月

5. 转动柄头来调节各设置。

- 如果您快速转动柄头，时间和日期会连续移动。
要使之停止，请轻轻转动柄头。
- 要将日期往前或往后移动一天，请轻轻转动柄头。
- 年和月由秒针指示。请参考下一页的图示进行调节。

6. 重复步骤 4 和 5。

7. 将柄头推入位置 0 以完成设置。

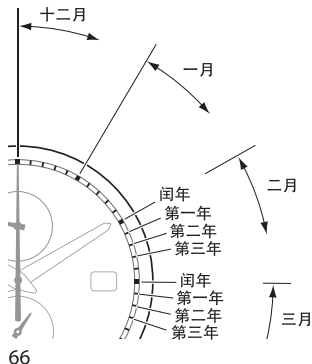
秒针开始从 0 秒位置开始走动，且时间 / 日期指示恢复。

- 与可靠的时间源对照后将柄头推入。

日期在凌晨 0:00 点左右更改。显示的日期需要大约五秒钟才能完全更改。

月和年指示

闰年后经过的年数和月份由秒针指示。



月份

十二月：

位于 12 点和 1 点之间

一月：

位于 1 点和 2 点之间

二月：

位于 2 点和 3 点之间

年

闰年：

各月的小时刻度

闰年后的第一年：

各月的第一分钟刻度

闰年后的第二年：

各月的第二分钟刻度

闰年后的第三年：

各月的第三分钟刻度

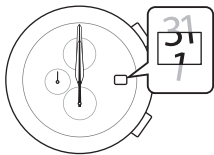
您可通过参照下表从闰年后经过的年数获知实际的年份。

秒针的指示	经过的年数	年
小时刻度	闰年	2016, 2020, 2024
第一分钟刻度	第一年	2013, 2017, 2021
第二分钟刻度	第二年	2014, 2018, 2022
第三分钟刻度	第三年	2015, 2019, 2023

检查并校正基准位置

什么是基准位置？

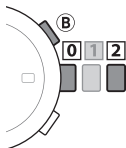
所有用于指示时间和日期的指针的基准位置。如果基准位置不在正确位置，则时间和功能不会正确指示。



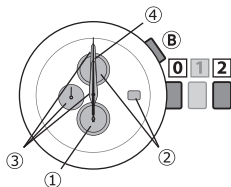
图示：正确的基准位置

- 指针：均指向 12 点钟方向。
- 日期：位于“31”和“1”之间

检查并校正基准位置



1. 确保柄头处于位置 0。
2. 按住右上侧②钮十秒钟。
所有指针和日期移至基准位置。
如果位置不准确，请采取以下步骤校正
基准位置。
3. 拉出柄头到位置 2。
这样您就能校正基准位置。



4. 按右上侧**Ⓑ**钮选择校正目标。
每按一下右上侧**Ⓑ**钮，校正目标会按如下顺序改变，相应的指针会左右摆动一次。
- ① 计时器 1/20 秒针→
 - ② 计时器分针 / 日期指示→
 - ③ 分针 / 时针 / 24 小时针→
 - ④ 秒针 → 返回至①→

① 计时器
1/20秒针

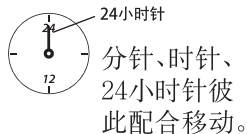


② 计时器分针/日期指示



计时器分针和日期指示彼此配合移动。

③ 分针/时针/24小时针



④ 秒针

5.转动柄头以校正指针 / 日期的基准位置。

- 当您快速转动柄头时，各指针将连续移动。要使之停止，请轻轻转动柄头。

6. 将柄头推入位置 0 以完成校正。

7. 按一下右上侧Ⓑ钮以恢复当前时间指示。

故障检修

如果您的手表发生问题，请查阅下表进行故障检修。
有关时间信号接收的问题。

症状	解决方法	页码
在可接收区域内接收不成功。	将柄头推入位置 0。	—
	避开很可能干扰时间信号的物体，然后放置手表使其 9 点位置指向信号站。	50, 55
	请勿在接收完成前移动手表。	50
	当秒针每两秒走动一次时，手表无法接收时间信号。请为手表充电。	18

症状	解决方法	页码
成功接收信号后不能显示正确的时间和日期。	检查并校正基准位置。	69-73
	检查城市设置。	30-34
	检查夏令时设置。	38

指针不能正常运转。

症状	解决方法	页码
指针不按预想方向走动。	停止计时器。	27, 28
秒针每两秒走动一次。	请为手表充电。	18, 19

症状	解决方法	页码
所有指针停止走动。	将柄头推入位置 0。	—
	将手表的表面朝上，放置在直射的阳光下照射为其充电，直至秒针开始每秒走动一次。充电后，会自动开始接收信号。(恢复自动接收)	18
手表不能进入计时器模式。	当剩余电量处于等级 0 时无法使用计时器。请为手表充电。	16, 17
计时器分针不能指向 12 点钟方向。	当剩余电量不足时，剩余电量显示等级 1。请为手表充电。	16, 17

症状	解决方法	页码
当您从盒中取出手表时，指针开始快速转动。	手表正在取消节能功能。请等待直至指针停止快速走动。	22

时间或日期不正确。

症状	解决方法	页码
时间或日期不正确。	检查城市设置。	30,31
	改变夏令时设置。	38
	检查并校正基准位置。	69-73
	接收时间信号以调节时间和日期。	60,61
	手动设定时间和日期。	62-68

症状	解决方法	页码
日期在中午 12 点左右 更改。	检查并校正基准位置。	69-73
	接收时间信号以调节时间和日期。	60,61
	手动调节时间。	62-68

其它

症状	解决方法	页码
即使为手表充电，指针仍不走动。	将手表表面朝上，放置在阳光下照射五至六个小时进行充电。如果充电后问题仍未解决，请联系客户服务中心或您购买手表的商店。	16,17

全部复位

当手表不正常运转时，您可将所有设置全部复位。如果剩余电量不足，请先为手表充电。

全部复位前先进行检查。

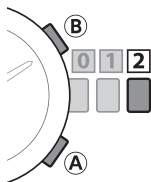
执行全部复位后，您需要重新设定手表。按照以下步骤重新设定手表。

1. 校正基准位置。请参阅第 69 至 73 页。
2. 设定城市。请参阅第 30 和 31 页。
 - 设定夏令时，请参阅第 38 页。
3. 设定时间。

要通过接收时间信号调节时间，请参阅第 60 和 61 页。
要手动调节时间，请参阅第 62 至 68 页。

执行全部复位

检查本手册前一页的内容后，再执行此操作。



1. 拉出柄头到位置 2。
2. 同时按住右下侧④钮和右上侧②钮
四秒钟以上。

将执行全部复位。

所有设置将复位如下：

全部复位后的设置

- | | |
|---------|----------------|
| • 指针 | : 推入柄头时的位置 |
| • 日期 | : 闰年, 一月 / 星期日 |
| • 城市 | : LON (伦敦) |
| • 夏令时 | : OFF (标准时间) |
| • 切换夏令时 | : 自动 |

Eco-Drive（光动能）手表使用的注意事项

务必给手表定期充电

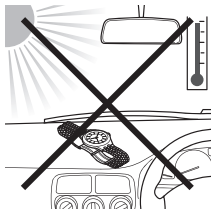
- 在日常生活中，穿长袖衣服时，袖子有可能会遮住手表使其不能见光，容易造成手表电量不足。
- 取下手表时，请尽量将手表放在光亮处，以确保手表持续正常运转。

⚠ 注意 充电的注意事项

- 切勿在高温环境中（约 60°C 或更高）为手表充电，因为这可能导致手表的机芯发生故障。

例如：

- 在白炽灯、卤素灯等容易产生高温的地方充电。
- * 当在白炽灯下给手表充电时，确保灯和手表之间至少有 50 厘米的距离，以免手表受热过度。
- 在可能会产生高温的环境下为手表充电，例如汽车仪表盘上。



充电电池的更换

- 本表中装有一个充电电池，不需要定期更换。
但由于内部零件的磨损和油质恶化，手表在使用多年后电量消耗可能会加剧。这可能导致储存的电量更快耗尽。为获得最佳性能，我们建议您将手表送到授权维修服务中心进行检查（用户须付费），以确保手表运行符合出厂规格。

警告 充电电池的处理

- 勿随意取出电池。
取出的电池应该放到安全地方，不可被小孩抓到，以免误吞服。

如果意外吞入充电电池，请立即就医治疗。

- 切勿将充电电池和普通垃圾一起处理。请按照当地市政府关于电池回收的指示进行处理，以防止火灾危险或污染环境。

警告 只使用指定的充电电池

- 切勿使用本手表指定充电电池以外的电池。
本手表装入其它电池将无法运转，若强行使用其它电池并进行手表充电，可能会造成充电过度并最终导致电池破裂。这可能有损坏手表或伤害佩戴者的危险。
更换充电电池时，请务必使用指定的充电电池。

防水功能

警告 防水功能

- 参阅表盘或表背上关于手表防水功能的指示。下表提供了用途示例作为参考，以确保手表的正常使用。（防水功能单位“1bar”大致相当于 1 个大气压。）
- WATER RESIST(ANT)××bar 也会以 W.R.××bar 显示。
- 不防水手表不能在与水有接触的环境中使用。小心不要使该防水等级的手表接触到水汽。

- 日常使用防水功能（达 3 个大气压）表示这类表可防止偶尔溅到的水花进入手表。
- 日常使用加强防水功能（达 5 个大气压）表示这类表可在游泳时使用，但不能在赤身潜水时使用。
- 日常使用加强防水功能（达 10/20 个大气压）表示这类表可在赤身潜水时使用，但不能在戴着水下呼吸器或用氮气的浸透式潜水时使用。

名称	表示	
	表盘和壳背	
日常使用防水功能手表	WATER RESIST (ANT)	防水能
日常使用加强防水功能手表	WATER RESIST (ANT) 5 bar	防水能
	WATER RESIST (ANT) 10/20 bar	防水能

规格	遇水情况下的使用	
	 轻微沾水（洗脸、雨水、溅湿等）	 中等程度沾水（冲凉、厨房家务、游泳等）
力达 3 个大气压	可以	不可以
力达 5 个大气压	可以	可以
力达 10/20 个大气压	可以	可以

接
下
页

遇水情况下的使用		
 水上运动 (赤身潜水)	 戴水下呼吸器潜水 (戴氧气瓶)	 会使按钮或柄头 弄湿时的做法
不可以	不可以	不可以
不可以	不可以	不可以
可以	不可以	不可以

注意事项

注意 为避免引起伤害

- 当您戴着手表抱小孩时,请特别小心,以避免引起伤害。
- 当您从事剧烈运动或工作时,请特别小心,以避免伤害自己和他人。
- 在可能会变得极热的场所,如桑拿或其它地方,请勿佩戴手表,否则可能会被烫伤。
- 由于表带扣的结构各异,在佩戴和摘取手表时应该小心,避免不慎弄伤指甲。
- 睡觉前请摘下手表。

注意 注意事项

- 在使用手表时务必将柄头按入（正常位置）。如果柄头为螺旋式，请务必将柄头锁紧。
- 手表潮湿时，请勿操作柄头或任何按钮。这可能会让水渗入手表，损坏手表重要部件。
- 如果有水进入表内或水雾在表内长时间不散，请联络离您最近的西铁城指定维修网点或客户服务中心进行检查和维修。
- 即使手表的防水等级很高，也请注意以下事项。
如果手表浸到海水中，请用清水冲洗干净，然后用干布擦干。
切勿将手表放在水龙头下直接冲洗。

洗澡前请取下手表。

- 如果有海水进入表内，请将手表用盒子或塑料袋包好立刻送去修理。 否则，表内的压力会逐渐增大，可能使一些部件（表面，柄头，按钮等）脱落。

注意 佩戴手表时 表带

- 汗水，润肤油和污渍会让皮革，真皮和橡胶表带逐渐老化。请确保定期更换表带。
- 皮革表带的材质属性决定了这种表带在遇到潮湿时耐受性会受到影响（褪色，粘合剂脱落）。此外，潮湿的皮革表带会引起湿疹。

- 建议在手表变湿时将其取下，即使手表本身具有防水功能。
- 切勿将表带扣得过紧。请在表带和皮肤间留出足够的空间，以保持足够的空气流通。
- 衣服或其它配件上的染料或污渍可能会弄脏橡胶表带。由于这些污渍可能无法去除，因此佩戴手表时请注意容易染色的物品（如衣服，皮包等东西）。此外，溶剂或空气中的水汽可能会导致表带的质量发生退化。请更换已失去弹性或开裂的表带。

- 请在以下情况下调节或维修表带：
由于腐蚀而造成表带异常。
表带连接销向外突出。
- 建议向有经验的手表技师寻求帮助，调节手表的表带。
如果不能正确进行调节，表带可能会意外脱落，导致您遗失手表或受到伤害。
请联络最近的西铁城指定维修网点。

温度

- 在极高或极低的温度下，本表可能停走或其功能可能失灵。切勿在限定温度范围以外的环境中使用本表。

磁性

- 指针式石英表是以使用一小块磁铁的步进马达作为动力的。若本表遇到外部强烈磁场时，会扰乱马达运行，无法显示正确的时间。所以切勿让本表接近磁性保健物品（磁性项链，磁性橡皮圈等）或冰箱的磁性门封，手袋的磁性扣，移动电话的扬声器，电磁烹饪设备等。

强烈撞击

- 避免摔落手表，或使其受到强烈碰撞。这可能导致故障或性能衰退，及表壳和表带的损坏。

静电

- 石英手表中使用的集成电路（IC）对静电很敏感。 请注意若将手表置于强静电环境中，手表可能运行异常或完全无法运行。

化学物质，腐蚀性气体和水银

- 如果手表接触到涂料稀释剂，苯或其它含有这些物质的产品或溶剂（包括汽油，洗甲水，甲酚，洗涤剂 and 粘合剂，防水剂等），则可能褪色，溶解或开裂。 避免接触这些化学物质。 如果接触到温度计内使用的水银，则表带和表壳也可能褪色。

保护贴膜

- 确保将手表上的贴膜剥去（表背,表带,扣环等）。否则,汗水或水汽可能会进入保护贴膜和手表部件之间的缝隙而产生一些污渍,导致皮肤出现红疹或金属部件被腐蚀。

⚠ 注意 务必保持手表干净

- 时常旋转柄头、按动按钮,避免被积累的污渍卡住。
- 表壳和表带同内衣一样与皮肤直接接触。金属的腐蚀或一些细小的不容易被注意到的污渍,如由汗水和灰尘造成的污渍,可能会弄脏衣服的袖子和其它部分。请时刻保持手表干净。

- 表壳和表带与皮肤直接接触。如果您发现任何异常，请立即取下手表，并联络您的医生。如果金属表带或表壳上累积了汗水或污渍，请用刷子和中性洗涤剂彻底清洁干净。对于皮革表带，请用干布擦拭干净。
- 皮革表带会因汗水或污渍而褪色。请务必用干布擦拭，使皮革表带保持清洁。

保养手表

- 用柔软的干布擦掉表壳和表面的污渍 或水汽,如汗水。
- 对金属,塑料或橡胶表带,宜用清水清洗污渍。用软刷除去夹在金属表带接缝处的污渍。
- 对于皮革表带,请用干布擦去污渍。
- 如果您准备长期不使用本表,请仔细擦掉汗水,灰尘或水汽,并将其存放在妥当的地方,避免极热或极冷且湿度大的地方。

当手表上涂有发光涂料时

表盘和指针上的发光涂料可帮助您在黑暗的地方读取时间。发光涂料可储存光源（日光或人工光源）并在黑暗处发光。

不含任何对人体或环境有害的放射性物质。

- 发光亮度会随着时间的流逝逐渐变暗。
- 光亮（“发光”）时间取决于光源的亮度，光源的类型，与光源的距离以及光源的照射时间和发光涂料的用量。
- 如果手表接受的光照不足，则发光涂料可能不会发光，或发光后立即变暗。

规格

型号	H80*	类型	指针式光动能手表
走时精度 (无时间信号接收)	正常使用温度 (+5℃ 和 +35℃ 之间) 下佩戴, 每月 ± 15 秒内		
使用温度范围	-10℃ 至 +60℃		
显示功能	• 时间 : 小时、分、秒、24 小时 • 日历 : 日期、星期 • 剩余电量 : 4 级		

充足电后 最长工作 时间	- 充足电至完全耗尽： - 大约 10 个月（使用节能功能） - 大约 6 个月（不使用节能功能） - 发出充电不足警告时的剩余电量：大约 2 天 * 最长工作时间在下列条件下有效。 • 每天用计时器计时 60 分钟一次。 • 每天进行自动接收一次。
电池	充电电池 1 个
其它功能	• 光动能功能 • 防过度充电功能 • 充电不足警告功能（每两秒走动一下） • 节能功能

其它功能

- 接收时间信号（自动、强制、自动恢复）
信号站：日本（东部 / 西部） /
美国 / 德国 / 中国
* 当校正时差时，会切换信号站。
- 指示接收状态（RX、OK 或 NO）
- 指示上次接收的结果
- 自动选择时间信号站
- 夏令时（ON/OFF，自动 / 手动）
- 计时器（以 1/20 秒为单位，长达 60 分钟）
- 城市设置（26 个城市）
- 剩余电量等级
- 万年历（截至 2100 年 2 月 28 日）
- 检查并校正基准位置

* 使用说明如有变更，请注意公司网站最新的版本内容，
公司网址 <http://www.citizen.com.cn/>