

SEIKO

使用說明書

A825 デジタルウォッチ

T-5

我們真誠地感謝您購買本公司的產品。

為了保證您正確地使用本產品，
請您使用之前仔細閱讀說明書。

並妥善保管好說明書，以便在需要的時候可以隨時拿出來閱覽。

- ※ 金屬錶帶的調整，可以請您購買腕錶的商店為您調整。
如果因禮品贈送或者搬家等而無法聯繫購買商店調整的話，可以跟弊公司的客戶服務中心聯繫。如果在非購買商店調整的話，則可能會收取費用或者不能為您提供相關服務。
- ※ 在產品上有時會貼有一層防止損傷用的保護膜。使用時務必要把保護膜揭下來。如果在貼有保護膜狀態下使用的話，則有可能因沾上污漬、汗水、塵埃、水分等而導致生鏽。

目錄

1. 關於本產品		4. 碼錶模式	
產品使用注意事項	160	碼錶模式的使用方法	177
特點	164	(1) 按鈕的名稱和作用	177
用旋轉開關來轉換模式	165	(2) 關於計測單位	178
按鈕的名稱	166	(3) 碼錶的使用方法	179
本產品的主要功能	167	1) 累積時間的計測方法	179
各種標識的說明	169	2) 第 1 名和第 2 名的時間	180
2. 時間及日曆模式		計測方法	181
時間及日曆模式的使用方法	170	3) 分段時間(途中經過時間)的	
(1) 按鈕的名稱和作用	170	計測方法	181
(2) 時間和日曆的調整方法	171	5. 倒數計時模式	
(3) 鬧鐘音的試聽及報時/操作確認音的		倒數計時模式的使用方法	182
設置和解除的方法	173	(1) 按鈕的名稱和作用	182
3. 鬧鐘模式		(2) 倒數計時時間的設置方法	183
鬧鐘模式的使用方法	174	(3) 倒數計時開始/停止/還原的方法	184
(1) 按鈕的名稱和作用	174	(4) 減時的結束/重複功能	184
(2) 鬧鐘的使用方法	175	6. 視距儀模式	
(3) 想要讓鬧鐘鳴響或者不想讓鬧鐘		視距儀模式的使用方法	185
鳴響時怎麼辦?	176	(1) 按鈕的名稱和作用	185
(4) 如何停止鬧鐘鳴響	176	(2) 行駛距離的設置方法	186

1) 如果從 7 種預設距離之中		1
選擇的話	186	
2) 如果設置任意距離的話	186	2
(3) 視距儀的使用方法	187	
1) 計測行駛時間和平均速度	187	3
2) 可以計測去程或回程單程以及		
往返的行駛時間和平均速度	188	4
3) 計測環繞競賽的各單圈以及		
競賽整體的行走時間和		5
平均速度	190	
(4) 關於錯誤顯示	192	6
7. 注意事項		
關於日常保養	193	7
關於防水性能	194	
關於性能和型式	196	8
關於錶帶	197	
關於電池的要求和注意事項	199	9
關於售後服務	201	
8. 問題解決		
這種時候怎麼辦?	204	
系統還原的方法	207	
9. 產品技術規格		
產品技術規格	208	

產品使用注意事項

警告

該標誌表示如果使用操作不當，有可能會導致負重傷等嚴重的後果。

- 如果出現以下情況的時候，應該停止使用。
 - 如果腕錶機體和錶帶因腐蝕等變得尖銳時
 - 如果錶帶的彈簧彈跳出來時
 - ※ 應立即與購買商店或本公司的客戶服務中心取得聯繫。
- 不要把腕錶本體和零件放在嬰幼兒能觸摸到的地方。
 - 有可能會導致嬰幼兒誤吞食零件。
 - 萬一出現誤吞食情況時，會對身體有害，應立即找醫生諮詢。
- 不要自己從手錶上卸下電池
 - 更換電池需要專業知識和技術，所以，應該聯繫購買腕錶的商店為您更換。
 - 不要給電池充電。
 - 有可能會導致破裂、發熱、引火等。

注意事項

該標誌表示如果使用操作不正確，有可能會導致負輕傷或蒙受物質方面損失。

- 應該避免在以下場所攜帶或保管本腕錶
 - 有揮發性藥品散發的地方（去光液等化妝品、防蟲劑、稀釋劑等）
 - 溫度長期處於超出 5°C ~ 35°C 範圍之外的地方
 - 受到磁力和靜電影響的地方
 - 震動較強的地方
 - 灰塵較多的地方
 - ※ 不要長時間放置壽命已到期的電池不管。有可能導致電池漏液。
- 如果出現了過敏或斑疹時
 - 應立即停止腕錶的使用，並到皮膚科等專科醫生之處就診。
- 其他注意事項
 - 金屬錶帶的調整需要專業知識和技術，調整錶帶時應該與購買商店聯繫。
 - 如果自己調整，則有可能導致手或手指受傷，也有可能導致零件遺失。
 - 不要對商品做拆卸或改造。
 - 注意不要讓嬰幼兒接觸腕錶。
 - 有可能會導致受傷或過敏。
 - 關於使用完後的電池的處理，應遵守各地方行政部門的相關規定。
 - 如果是懷錶或胸飾錶，則應該注意繩帶和錶鏈的使用方法。
 - 有可能會損壞衣服或弄傷手、頸部。

警告



本腕錶不可使用於氣瓶潛水或飽和潛水。

氣瓶潛水或飽和潛水用的腕錶需要經過適應嚴酷環境的各種嚴格檢查。在做這類潛水時，應使用專用的潛水錶。

注意事項



應避免直接用水龍頭沖水

自來水的水壓非常高，即使是具有日常生活用加強型防水性能的腕錶，也有可能導致防水出現問題。

注意事項



在手上沾有水分的時候，不要操作腕錶的錶冠和按鈕

有可能會使水分進入錶的內部。

※ 萬一玻璃內側出現了水霧氣和水滴，且長時間不消失的話，則說明防水有問題。應該盡早與購買商店或本公司客戶服務中心取得聯繫。



當錶上沾有水滴、汗水和污漬，不應放置不管

即使是防水錶也會因玻璃黏合面或墊圈劣化以及不鏽鋼生鏽而導致防水出現問題。



在入浴、洗三溫暖時，不要配戴腕錶

蒸氣、肥皂以及溫泉的成分等有可能會加速防水性能的劣化。

特點

關於本產品

■ 可以用旋轉開關來轉換模式

通過擰動旋轉錶圈，可以很容易地選擇模式。

■ 時間及日曆功能

2018年至2067年全自動日曆。可以選擇轉換12/24小時制。

■ 視距儀功能

通過行駛所規定的距離需要的時間，計算並顯示出時速。在賽車比賽中，可以計測單圈時間，顯示單圈速度和環繞圈數。行駛距離可以從7種預設距離之中選擇，也可以設置任意的距離。

■ 碼錶功能

以1/100秒為單位（60分鐘以後以1秒為單位）計測，最長可計測99小時59分59秒，可以中途的分段時間。

■ 倒數計時功能

以1分為單位設置，最長可設置99小時59分。倒數計時帶有重複功能，在設置時間減時結束的同時，又會開始新的減時。

■ 鬧鐘功能

帶有每日鬧鐘功能，按照所設置的時間，每天鬧鐘鳴響。

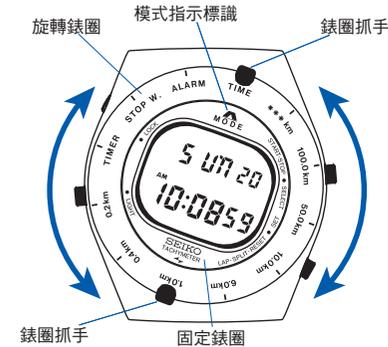
■ 內部照明

如果按專用按鈕的話，則照明燈亮燈3秒鐘。

用旋轉開關來轉換模式

關於本產品

- 抓住 2 個錶圈抓手，擰動旋轉錶圈，把旋轉錶圈上的模式名對準於內側固定錶圈上的模式顯示標識 (▲)，這樣就可以轉換模式。
- 旋轉錶圈可以向左擰動，也可以向右擰動。



【注意事項】

如果旋轉錶圈和錶殼的縫隙間有泥沙等的話，則錶圈擰動會變重。如果手錶上沾有泥沙的話，則應該用容器放上自來水沖洗乾淨。

按鈕的名稱

關於本產品

- 按鈕的名稱自左下起，按順時針方向排列為按鈕A~按鈕D。
- 在各按鈕附近的固定錶圈上標註有該按鈕的主要功能。

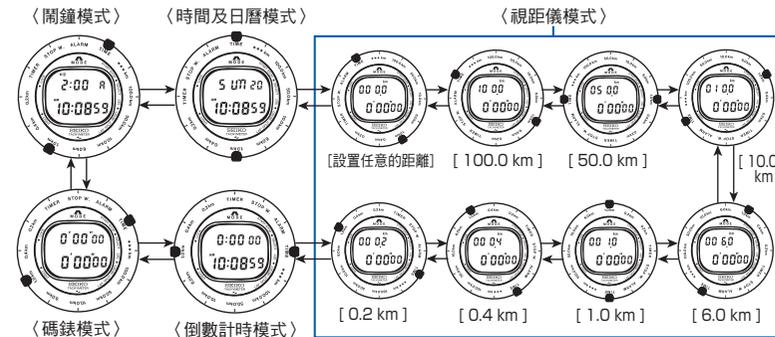


※各種標註和樣式可能會因機型不同而有所差異。

本產品的主要功能

關於本產品

- 擰動旋轉錶圈，把旋轉錶圈上的模式名對準於內側固定錶圈上的模式顯示標識 (▲)，這樣就可以轉換模式。旋轉錶圈可以向左擰動，也可以向右擰動。



- 無論在哪一種模式下，如果按壓按鈕A的話，則內部照明將會亮燈3秒鐘。

	旋轉錶圈上的顯示	功能	參照頁數
時間及日曆模式	TIME	<ul style="list-style-type: none"> 時間・日期・星期的設置和顯示 日曆設置範圍：2018年～2067年 報時／操作確認音的設置，鬧鐘音的試聽 	P. 170
鬧鐘模式	ALARM	<ul style="list-style-type: none"> 每天在設置時間鳴響的每日鬧鐘 可以設置鬧鐘的 ON/OFF 	P. 174
碼錶模式	STOP W.	<ul style="list-style-type: none"> 以1/100秒為單位（60分鐘以後以1秒為單位）計測，最長可計測99小時59分59秒 可以獲取中途的分段時間 	P. 177
倒數計時模式	TIMER	<ul style="list-style-type: none"> 以1分鐘為單位，最長可設置99小時59分鐘的倒計時倒數計時 倒數計時帶有重複功能，在設置時間減時結束的同時，又會開始新的減時，直至停止倒數計時為止 	P. 182
視距儀模式	7種預設距離以及任意的距離(*** km)	<ul style="list-style-type: none"> 通過指定距離的行駛所需要時間來計算時速 行駛距離可以從預設距離之中選擇，也可以設置任意的距離 通過單圈功能，最多可以顯示出99個單圈的單圈時間和單圈速度及單圈次數 顯示所有單圈的平均速度 	P. 185

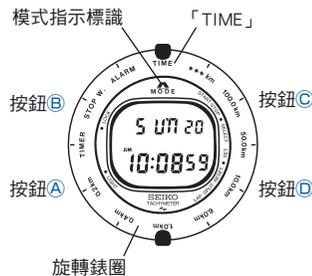
各種標識的說明

- AMPM** [AM/PM 標識] : 在現在時間為 12 小時制顯示的時候顯示出來。
- km** [距離標識] : 在視距儀模式下表示行駛距離。
- km/h** [時速標識] : 在視距儀模式下表示時速和平均時速。
- COUNT** [單圈次數標識] : 在視距儀模式下，當單圈功能使用時表示單圈次數。
- LAP** [單圈標識] : 在視距儀模式下，當單圈時間計測後，處於計測下一個單圈時間過程中的時候閃爍。在計測停止過程中亮燈。
- ⏰** [鬧鐘標識] : 當鬧鐘的設置為 ON 的時候亮燈。
- 🔔** [報時標識] : 當報時／操作確認音的設置為 ON 的時候亮燈。當報時／操作確認音的設置為 ON 的時候，每到整點時報時。

時間及日曆模式的使用方法

(1) 按鈕的名稱和作用

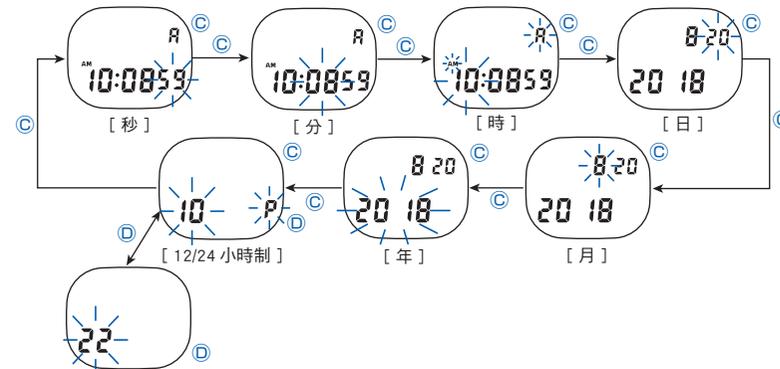
- 擰動旋轉錶圈，把「TIME」對準於模式指示標識 (▲)，轉換為時間及日曆模式。上行顯示「星期」和「日」，下行顯示「現在時間」。



- 按鈕A：內部照明亮燈
 按鈕B：時間及日曆調整狀態的呼叫／解除
 按鈕C：修改之處的選擇
 按鈕D：修改之處的調整
 報時及操作確認音的設置／解除
 按鈕C和按鈕D同時長按：鬧鐘音的試聽

(2) 時間和日曆的調整方法

- 如果按壓按鈕B的話，則變為「時間及日曆調整」狀態，「秒」閃爍。
- 每按壓按鈕C一次，可以按下圖的順序選擇想要調整之處（閃爍）。



※如果設置好年月日的話，則「星期」將會自動設置。

- ③按壓按鈕C讓「秒」處於閃爍狀態，收聽報時，並按壓按鈕D，則調整為「00」。
- ※ 當秒顯示為 30 ~ 59 秒的時候，如果按壓按鈕C的話，則向前進 1 分，變為「00」。
 - ※ 調整時間時，可以利用電話報時服務 (TEL.117)，十分方便。
- ④在按壓按鈕C選擇想要調整之處後，每按壓按鈕D一次，則處於閃爍狀態中的數字進 1。
- ※ 如果長按壓按鈕C的話，則可以快進。
 - ※ 如果想要設置 12/24 小時制的話，則可以按壓按鈕D，12 小時制和 24 小時制交替轉換。
- ⑤如果「時間及日曆調整」已結束的話，則按壓按鈕B。解除修改狀態返回到「時間及日曆顯示」。即使忘記了按壓按鈕B也沒關係，過 3 ~ 4 分鐘後會自動返回到「時間及日曆顯示」。

※ 日曆帶有全自動日曆功能。從 2018 年到 2067 年的年月日星期已編入程序之中，所以，在這期間內，無論時大小月還是閏年，都不需要修改。

※ 有時會在時間修改過程中出現「全亮燈顯示」，這並不是故障。
這種時候，只要按任何一個按鈕，就可以返回到「時間及日曆顯示」。然後再從 (2) 步驟①起重新調整。

(3) 鬧鐘音的試聽及報時/操作確認音的設置和解除的方法

- 在「時間及日曆顯示」下，如果同時持續按壓按鈕C和按鈕D的話，則可以試聽鬧鐘音。在按壓按鈕過程中，鬧鐘標識(■)閃爍。



- 在「時間及日曆顯示」下，每按壓按鈕D一次，可以轉換報時/操作確認音的設置和解除。處於設置狀態的時候，報時標識(▲)亮燈。

※如果報時/操作確認音處於設置狀態的話，則無論在任何一種模式下，都會顯示出報時標識(▲)。



鬧鐘模式的使用方法

- 在所指定的時間(時和分)每天鳴響告知的每天鬧鐘。
- 可以轉換鬧鐘的設置/解除。

(1) 按鈕的名稱和作用

· 擰動旋轉錶圈，把「ALARM」對準於模式指示標識(▲)，轉換為鬧鐘模式。在上行顯示出鬧鐘時間；在下行顯示出「現在時間」。

※如果鬧鐘處於設置狀態的話，則會顯示出鬧鐘標識(■)。

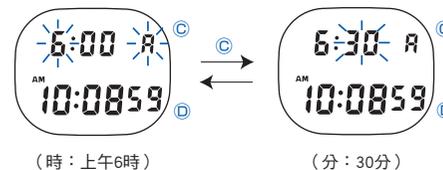


按鈕A：內部照明亮燈
 按鈕B：鬧鐘時間調整狀態的叫出/解除
 按鈕C：修改之處的選擇
 按鈕D：· 修改之處的調整
 · 鬧鐘的設置/解除

(2) 鬧鐘的使用方法

例：如果要把鬧鐘時間對準「上午 6 時 30 分」的話

- ①如果按壓按鈕B的話，則進入「鬧鐘時間調整」狀態，「時」閃爍。
 ※ 如果「時間及日曆顯示」設置為 12 小時制的话，則「時」和「A₁ (上午) 或者「P₁ (下午) 閃爍。
- ②每按壓按鈕C一次，「時」和「分」交替閃爍顯示。
 可以通過按鈕C選擇想要調整之處(閃爍)。
- ③每按壓按鈕D一次，則閃爍中的數字進 1。
 ※ 如果長按壓按鈕C的話，則可以快進。
- ④如果鬧鐘時間調整好了的話，則可以按壓按鈕B解除「鬧鐘時間調整」狀態。即使忘記解除也沒關係，會在 3 ~ 4 分鐘後自動返回到「鬧鐘顯示」。
 ※ 如果解除「鬧鐘時間調整」狀態的話的話，則鬧鐘自動設置，顯示出鬧鐘標識(■)。



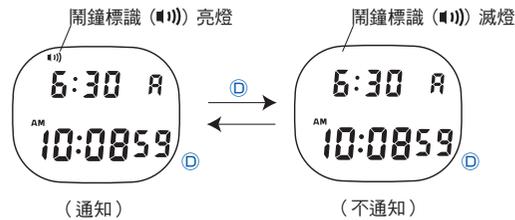
(時：上午6時)

(分：30分)

(3) 想要讓鬧鐘鳴響或者不想讓鬧鐘鳴響時怎麼辦？

- 在「鬧鐘顯示」狀態下，每按壓按鈕D一次，可以設置或者解除鬧鐘。
- ※如果設置鬧鐘的話，則鬧鐘標識(■)亮燈。
- ※如果鬧鐘處於設置狀態的話，則無論在哪種模式下，都將顯示出鬧鐘標識(■)。

鬧鐘模式



(4) 如何停止鬧鐘鳴響

- 如果鬧鐘到了所指定的時間的話，則會持續鳴響20秒鐘。
- 如果中途想要停止鬧鐘鳴響的話，可以按任意一個按鈕或者擰動旋轉錶圈轉換為其他模式。

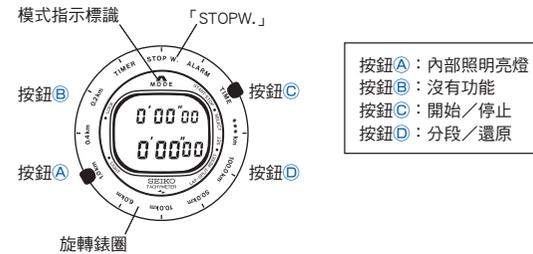
176

碼錶模式的使用方法

- 以1/100秒為單位計測到60分鐘以後，以1秒為單位計測，最長可計測99小時59分59秒。
- 計測分段時間（中途經過時間）。

(1) 按鈕的名稱和作用

- 擰動旋轉錶圈，把「STOPW.」對準於模式指示標識(▲)，轉換為碼錶模式。上行顯示出「分段時間」；下行顯示出「累積時間」。



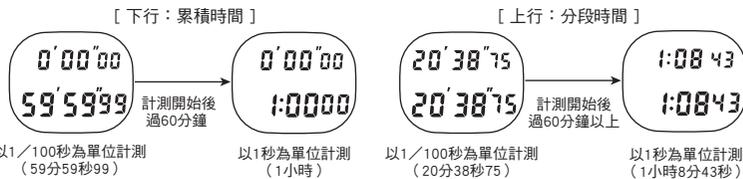
碼錶模式

【注意事項】

在碼錶在計測過程中，如果擰動旋轉錶圈轉換為時間及日曆模式、鬧鐘模式以外的模式的話，則所計測的分段時間和累積時間將被還原，當返回到碼錶模式的時候，上行和下行的顯示都將是「0' 00" 00」。如果轉換到時間及日曆模式或者鬧鐘模式的話，則所計測的分段時間和累積時間會保留，如果返回到碼錶模式的話，則可以繼續計測。

(2) 關於計測單位

上行的分段時間和下行的累積時間，從開始計測到60分鐘都是以1/100秒為單位計測，其後將以1秒為單位計測。要注意表示計測單位的記號，計測時間的顯示以1/100秒為單位計測時為「0' 00" 00」的形式；以1秒為單位計測時為「0: 00 00」。



178

(3) 碼錶的使用方法

1) 累積時間的計測方法

- 在還原狀態下按壓按鈕C，開始碼錶的計測。
- 在計測狀態下按壓按鈕C，停止碼錶的計測。
- 在停止狀態下按壓按鈕D，把碼錶還原。



- ※在計測過程中，可以按壓按鈕C不斷重複計測的停止和再開始動作。
- ※如果計測時間達到99小時59分59秒的話，則碼錶自動停止（自動停止）。通過按壓按鈕D把碼錶還原。



[自動停止狀態]

177

碼錶模式

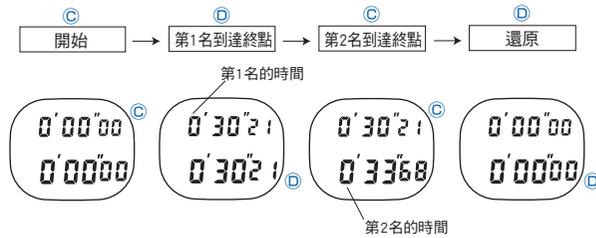
179

2) 第1名和第2名的時間計測方法

- ① 在還原狀態下按壓按鈕C，開始碼錶的計測。
- ② 在第1名賽跑者到達終點的時候，按壓按鈕D計測時間。
- ③ 在第2名賽跑者到達終點的時候，按壓按鈕C計測時間。
- ④ 在停止狀態下按壓按鈕D，把碼錶還原。

4

碼錶模式



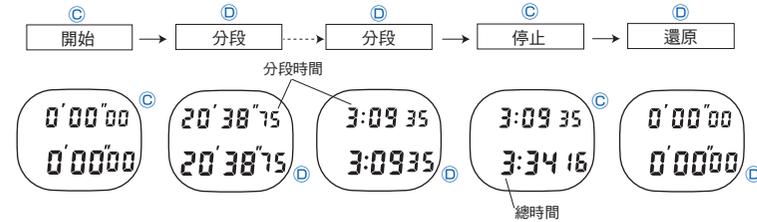
180

3) 分段時間 (途中經過時間) 的計測方法

- ① 在還原狀態下按壓按鈕C，開始碼錶的計測。
- ② 每通過一個途中的計測地點，按壓按鈕D，計測分段時間。
※分段時間，可以通過按壓按鈕D不斷重複計測無數次。
- ③ 在到達終點的時候，按壓按鈕C停止碼錶的計測。
※在下行顯示出總時間。
- ④ 在停止狀態下按壓按鈕D，把碼錶還原。

4

碼錶模式



181

倒數計時模式的使用方法

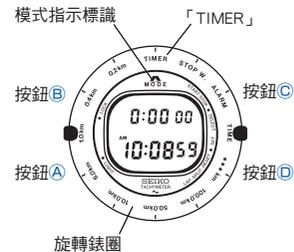
- 對所設置的時間以1秒為單位進行減時的倒計時倒數計時。
- 以1分為單位設置，最長可設置99小時59分。
- 有重複功能，在設置時間減時結束的同時，又會開始新的減時，直至停止倒數計時為止。

(1) 按鈕的名稱和作用

- 擰動旋轉錶圈，把「TIMER」對準於模式指示標識 (▲)，轉換為倒數計時模式。上行顯示「倒數計時時間」，下行顯示出「現在時間」。

5

倒數計時模式



- 按鈕A：內部照明亮燈
- 按鈕B：沒有功能
- 按鈕C：開始/停止
- 按鈕D：
 - 倒數計時時間的設置
 - 還原

182

【注意事項】

如果通過擰動旋轉錶圈轉換為其他模式的話，則倒數計時將被還原，倒數計時時間變為「0: 00 00」。

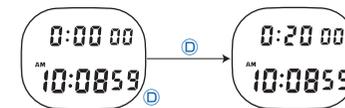
(2) 倒數計時時間的設置方法

例：如果把倒數計時時間設置為「20分鐘」的話

- ① 通過按壓按鈕D來設置倒數計時時間。每按壓按鈕D一次倒數計時時間加時1分鐘。
※ 如果長按壓按鈕D的話，則可以快進。倒數計時時間以10分鐘為單位加時。
- ② 如果要修改設置好的倒數計時時間的話，可以擰動旋轉錶圈，在轉換為其他模式以後，再返回到倒數計時模式。倒數計時時間將還原為「0: 00 00」。這時就可以通過按壓按鈕D來設置倒數計時時間。

5

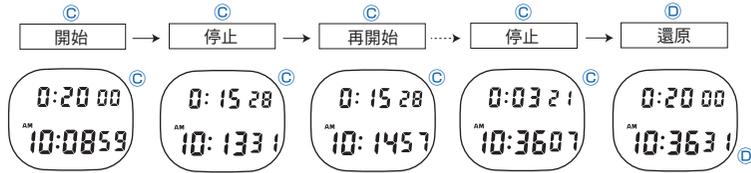
倒數計時模式



183

(3) 倒數計時開始/停止/還原的方法

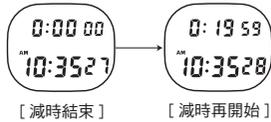
- ① 在還原狀態下按壓按鈕C，開始倒數計時的計測。
- ② 在計測狀態下按壓按鈕C，停止倒數計時的計測。
※在計測過程中，可以通過按壓按鈕C不斷重複停止和再開始動作。
- ③ 在停止狀態下按壓按鈕D，把倒數計時還原。返回到所設置的倒數計時時間。



(4) 減時的結束/重複功能

如果設置時間的減時結束的話，則同時倒數計時又會開始新的減時，不斷重複下去，直至停止位置。

- ※如果設置時間的減時結束的話，則會鬧鐘音會鳴響5秒鐘。
- ※如果想停止鳴響中的鬧鐘音的話，可以按任何一個按鈕。

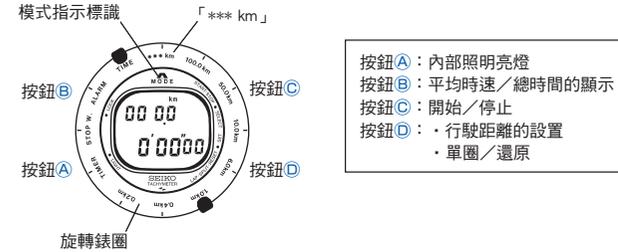


視距儀模式的使用方法

- 通過行駛所設置距離需要的時間來計算並顯示出時速。
- 行駛距離可以從7種預設距離之中選擇，也可以設置任意的距離。
- 計測單圈時間，顯示環繞競賽中的單圈速度和環繞圈數。

(1) 按鈕的名稱和作用

- 擰動旋轉錶圈，將其中一個預設距離或者「*** km」對準於模式指示標識(▲)，轉換為視距儀模式。在上行顯示「距離」；在下行顯示「碼錶」。

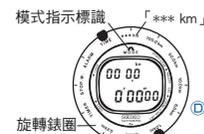


【注意事項】

如果在視距儀計測過程中擰動旋轉錶圈轉換為其他模式或者其他視距儀距離的話，則視距儀將還原。轉換為原來距離的時候，上行為「行駛距離」，下行的碼錶「0' 00" 00」。另外，如果之前在使用「*** km」的話，則所設置的駕駛距離也將還原為「000.0 km」。

(2) 行駛距離的設置方法

- 1) 如果從7種預設距離之中選擇的話
則要擰動旋轉錶圈把錶圈上的希望距離對準於模式指示標識(▲)。
- 2) 如果設置任意距離的話
① 擰動旋轉錶圈，把錶圈上的「*** km」對準於模式指示標識(▲)。
② 通過按壓按鈕D來設置行駛距離。每按壓按鈕D一次，距離增加 0.1 km。
※如果長按壓按鈕D的話，則可以快進。距離以 1 km 為單位增加。
③ 如果要修改已設定好的行駛距離的話，可以擰動旋轉錶圈，轉換為其他模式或者距離後，再重新返回到「*** km」。距離被還原為「000.0」，可以通過按壓按鈕D設置。



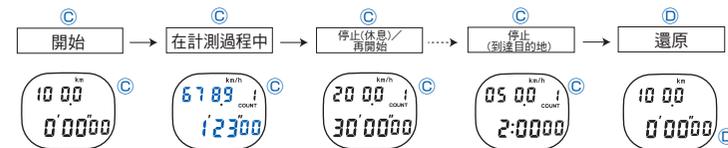
(3) 視距儀的使用方法

※在下述圖面中，藍色數字表示計測正在進行之中。

1) 計測行駛時間和平均速度

例：如果到目的地的距離為「100 km」的話

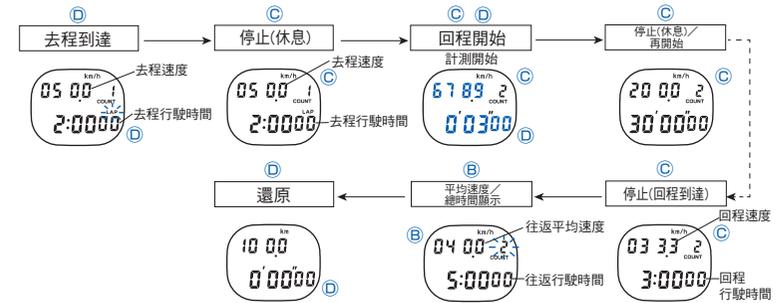
- ① 按照P.186「行駛距離的設置方法」，將行駛距離設置為「100 km」。
- ② 按壓按鈕C，開始計測。
- ③ 在計測過程中，當休息等中斷行駛的時候，按壓按鈕C停止計測。
※在計測過程中，可以按壓按鈕C不斷重複計測的停止和再開始動作。
- ④ 在到達目的地時，按壓按鈕C停止計測。
※上行顯示出平均速度，下行顯示出總時間。
- ⑤ 按壓按鈕D，將視距儀還原。



2) 可以計測去程或回程單程以及往返的行駛時間和平均速度

例：如果往返距離為「100 km」的目的地的話

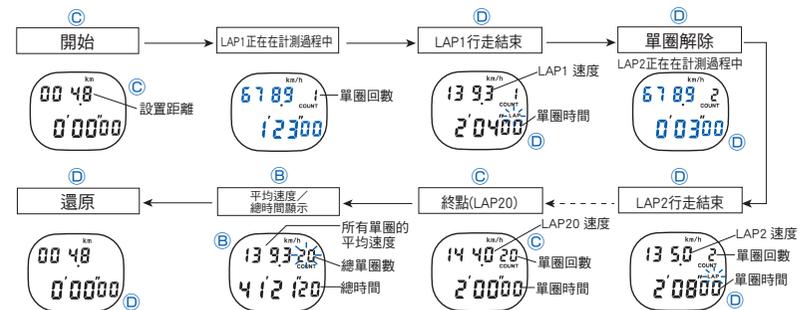
- ① 在去程到達之前，跟P.187「計測行駛時間和平均速度」的操作相同。
- ② 在去程到達時，按壓按鈕 **D**。顯示出去程的平均速度和行駛時間。
- ③ 按壓按鈕 **C**，停止計測。
- ④ 在回程開始時，各按壓按鈕 **C** 和按鈕 **D** 一次。按壓順序不分先後。
- ⑤ 在計測過程中，當休息等中斷行駛的時候，按壓按鈕 **C** 停止計測。
※在計測過程中，可以按壓按鈕 **C** 不斷重複計測的停止和再開始動作。
- ⑥ 在回程到達時，按壓按鈕 **C** 停止計測。顯示出回程的平均速度和行駛時間。
- ⑦ 如果按壓按鈕 **B** 的話，則顯示出往返的行駛時間和平均速度。
- ⑧ 按壓按鈕 **D**，視距儀還原。



3) 計測環繞競賽的各單圈以及競賽整體的行走時間和平均速度

例：假定在1周「4.8 km」環形賽道上跑20周的話：

- ① 按照P.186「行走距離的設置方法」，將行走距離設置為「4.8 km」。
- ② 按壓按鈕 **C**，開始計測。
- ③ 在LAP1跑完時，按壓按鈕 **D**。顯示出LAP1的平均速度和行走時間。
- ④ 按壓按鈕 **D**，解除單圈，進入LAP2計測狀態。重複③和④的操作直到LAP19。
- ⑤ 在LAP20跑完時，按壓按鈕 **C**，停止計測。顯示出LAP20的平均速度和行走時間。
- ⑥ 如果按壓按鈕 **B** 的話，則總單圈數閃爍，顯示出競賽整體的總時間和平均速度。
- ⑦ 按壓按鈕 **D**，將視距儀還原。



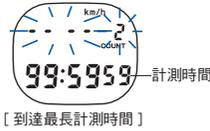
(4)關於錯誤顯示

在以下情況下會出現出錯提示。

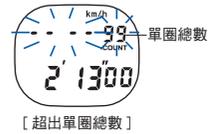
· 如果速度超過1000.0 km/h的話，則上行的速度顯示（「- - -」）閃爍。



· 如果全部單圈的合計時間達到了99小時59分59秒而計測自動停止的話，則上行的速度顯示（「- - -」）和單圈總數顯示（例：「2」）閃爍。



· 如計測單圈的總數超過99的狀態下按下按鈕Ⓚ來顯示平均速度的話，則上行的速度顯示（「- - -」）和單圈總數顯示（「99」）閃爍。



關於日常保養

●平時應該對腕錶多加保養

- 注意經常用柔軟的布擦去水分、汗水、污漬。
- 泡過海水後，務必先用淡水仔細清洗後再擦乾。在清洗時，不要直接放在水龍頭下沖洗，而是應該把水放入容器裡然後再清洗腕錶。
- ※ 如果是「非防水」、「日常生活用防水」腕錶，不可以用水清洗。
→關於性能和型式 P.196 關於防水性能 P.194

關於防水性能

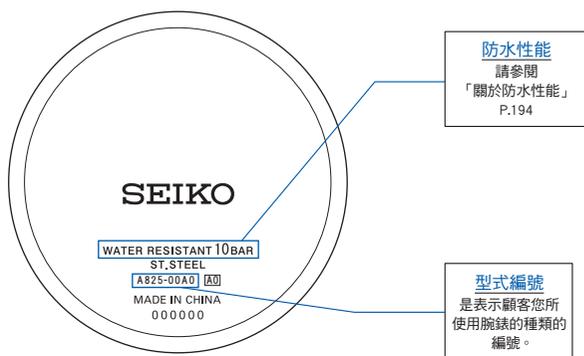
在使用之前，應確認腕錶的防水性能，
您所購買的腕錶其防水性能如下表所示。

（請參閱 P.196）

後蓋標示	防水性能	使用方法
沒有標示	非防水。	不要在水滴多或者出汗多的場合使用腕錶。
WATER RESISTANT	日常生活用防水。	在日常生活中「只會沾上一點水」的環境下，可以使用。  警告 在游泳的時候，不要使用腕錶。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用加強防水 5 氣壓。	可以在游泳等體育活動中使用。
WATER RESISTANT 10 (20) BAR	日常生活用強化防水，10 (20) 氣壓。	可以在非使用氧氣瓶潛水時使用。

關於性能和型式

也可以通過腕錶後蓋來確認性能和型式。



※ 上面所示為一個圖例，可能會跟您所購買的腕錶有所不同。

注意事項

7

196

關於錶帶

錶帶直接接觸肌膚，容易因汗水、塵垢弄髒。因此，如果不注意保養，則錶帶可能很快就會損傷，或者導致肌膚斑疹或弄髒袖口等。為了保證您能長期使用，需要經常對錶帶多做保養。

● 金屬錶帶

- 即使是**不鏽鋼錶帶**，如果對水分、汗水、污漬放置不管，也會生鏽。
- 如果保養不好，可能會因此而引發斑疹或者把襯衫的袖口弄髒成黃色或金色。
- 有水分、汗水和污漬，應該及早用柔軟的布擦乾淨。
- 錶帶縫隙間的污垢，可以用水清洗或者用柔軟的牙刷等來清除。
(為了避免腕錶本體部分被水沾濕，可以用廚房用保鮮膜等保護好腕錶本體後再清洗。) 殘留下來的水分，用柔軟的布擦乾淨。
- 即使是**鈦金屬錶帶**，錶帶插銷也會使用強度高的不鏽鋼，這些不鏽鋼插銷有可能會生鏽。
- 如果生鏽進一步發展下去，則可能會導致錶帶插銷鼓起或滑出，從而使腕錶脫落。也可能會相反，錶帶扣解不開。
- 如果萬一發生錶帶插銷突出，則有可能會導致受傷，應立即停止使用，聯絡修理。

注意事項

7

197

● 皮革錶帶

- 忌水分和汗水及日光直射，有可能會導致錶帶褪色和劣化。
- 沾水時或者出汗以後，應立即用乾布等輕輕擦拭把水吸乾。
- 不要把錶帶放置在陽光直接照射的地方。
- 淺顏色的錶帶更容易顯髒，所以在使用時需要注意。
- 即使腕錶本體是日常生活用加強防水型 10 (20) 氣壓防水，除了完全防水型錶帶之外，其他皮革錶帶應儘量不要在游泳或從事與水相關作業時使用。

● 聚氨酯錶帶

- 聚氨酯錶帶具有因光線而褪色或者因溶劑和空氣中的濕氣等而劣化的特性。
- 特別是半透明和白色及淺顏色的錶帶，容易吸收其他顏色或者引起變色。
- 錶帶如果髒了應用水清洗，並用乾燥的布擦乾水分。(為了避免腕錶本體部分被水沾濕，可以用廚房用保鮮膜等保護好腕錶本體後再清洗。)
- 如果錶帶完全失去了彈力，則應該更換錶帶。如果繼續使用，則會產生裂縫，錶帶容易斷裂。

● 矽膠錶帶

- 從材料的特性上來看，矽膠錶帶容易髒，有時會因液體滲入而引起變色。如果錶帶髒了的話，應該馬上用濕布或清潔用濕紙巾等擦拭乾淨。
- 跟其他材料不同，矽膠錶帶上如果出現裂紋的話，則有可能會導致錶帶從裂紋處斷開。注意不要讓前端尖細的銳利刀具等損傷到錶帶。

關於斑疹、過敏 因錶帶所造成的斑疹，有各種各樣的誘發原因，既有因為金屬或皮革而引起的過敏反應，也有因為污漬或者與錶帶磨擦等不適感所導致者。

關於錶帶長度的大致標準 錶帶應該在長度上留出一點空間，並在使用時保持良好的通氣性。當腕錶戴在手上，能插進一根手指的狀態比較合適。



注意事項

7

198

關於電池的要求和注意事項

1. 關於電池

(1) 電池壽命

本腕錶如果安裝上新的正常電池的話，則大約可保證腕錶正常工作 3 年的時間。

※ 但是，電池壽命 (3 年) 是以鬧鐘 20 秒/天、照明 3 秒/天、碼錶 1 小時/天為標準，所以，如果使用時間超過這個標準的話，則有可能在上述時間未到之前電池電量耗盡。

(2) 最初的電池

您所購買的腕錶，出廠時安裝有電池，該電池是顯示腕錶功能和性能用的電池。在您購買腕錶後，電池壽命有可能會達不到上述的正常工作時間。

(3) 電池更換

- 更換電池的時候 務必要在您所購買腕錶的商店或者經銷店更換。
- 如果長時間放置壽命已到期的電池不管的話則會因漏液等而導致腕錶發生故障 因此 應儘早更換電池。
- 即使是在保修期內 電池更換也為收費服務。
- 如果為更換電池等而打開關閉後蓋的話 則有可能會導致原有的防水性能無法繼續維持。更換電池的時候 應要求做適合您腕錶防水性能的防水檢查。特別是 10 氣壓以上的腕錶必須要做防水檢查。防水檢查需要時日 委託檢查時應確認時間。

注意事項

7

199

2. 電池壽命到期預告功能

本腕錶帶有電池壽命到期預告功能，可以告知電池更換時間。

※在「時間及日曆顯示」的時候，所有顯示部分全部處於閃爍顯示狀態的話，則顯示在2~3天內腕錶有可能停止走動。應該儘早到您購買腕錶的商店更換電池。

●關於維修調整的洗油保養

- 為了保證您能夠長期使用，建議您每3年~4年左右做一次維修調整的洗油保養。根據您的使用狀況，機械的保油狀態可能會受到損壞或者會因油污等而導致零件磨損，以至停止走動。另外，密封墊圈等零件進一步劣化，可能會因汗水、水分的浸入等損壞防水性能。
維修調整的洗油保養，應該指定「原裝正品零件」，並且聯繫購買商店來處理。在做洗油的時候，同時應更換密封墊圈和彈簧。
- 在做洗油保養時，可能需要更換機芯。

關於售後服務

●關於保證和修理

- 需要做修理和維修調整的洗油保養，應該與購買產品的商店或者本公司的客戶服務中心取得聯繫。
- 如果在保證期間內出現品質問題，務必要附上保固單，拿到購買產品的商店處理。
- 保固的內容如保固單上所記載。
請認真仔細地閱讀保固單，妥善保管好。
- 關於保固期間結束後修理的問題，如果通過修理可維持功能，我們將根據您的要求，為您做收費修理。

●關於維修用功能零件

- 本腕錶維修用功能零件的保有限期一般以7年為標準。所謂維修用零件，是指為維持腕錶功能所需要的修理用零件。
- 在修理時，可能會使用外觀有所不同的替代零件。望予以見諒。

●關於照明(EL：場致發光)

作為照明(內部照明)所使用的場致發光(EL)板，如果電池電壓降低的話，則輝度(亮度)會降低。另外，EL發光板還具有隨著發光時間的推移而輝度逐漸減弱的特性。

※如果亮燈時間累積約到120小時的話，則EL發光板的輝度會減弱一半。在使用的時候，如果照明變暗的話，則首先應更換新電池。
如果更換電池後仍然過暗的話，則需要更換EL發光板。可以跟您購買腕錶的商店聯繫更換。EL發光板的更換要收費。

●關於液晶顯示板

本腕錶的液晶顯示板，如果使用時間超過7年的話，則顯示板的對比度會減弱，顯示數字變得難以辨認。可以向您購買腕錶的商店申請更換。液晶顯示板的更換要收費。

這種時候怎麼辦？

現象	應該考慮的原因	處置方法
腕錶停止走動 沒有任何顯示	電池能量已耗盡	應立刻到購買腕錶的商店更換電池。
腕錶一時性走快或者走慢	腕錶放在了炎熱或者寒冷的地方	如果返回到常溫的話，則可恢復原有的精度。 如果恢復不到原有精度的話，則應該與購買腕錶的商店聯繫。
在各種模式操作過程中，擰動旋轉錶圈來變更模式，結果還原了	如果在各種模式操作過程中擰動旋轉錶圈來變更模式的話，則數據將會還原。 • 在碼錶計測過程中，變更為 TIME 模式和 ALARM 模式以外的其他模式。 • 在視距儀計測過程中，變更為其他模式。 • 在倒數計時操作過程中，變更為其他模式	模式的變更應該在計測結束後再進行。

問題解決

8

204

現象	應該考慮的原因	處置方法
輸入的是視距儀距離設置值被還原	通過擰動旋轉錶圈變更了模式	如果轉換為了其他模式的話，則需要重新輸入視距儀的設置值。
視距儀的速度顯示不正確	速度已超出可計測範圍	本機可計測速度範圍 0 ~ 999.9 km/h。 如果超出範圍的話，則速度顯示為「---- km/h」。
	距離設置為零	如果選擇了旋轉錶圈錶圈上的「*** km」的話，則距離的初始值為「000.0 km」，需要進行距離設置（參照P.186）。
輸入的倒數計時被還原	通過擰動旋轉錶圈變更了模式	如果轉換為了其他模式的話，則需要重新輸入倒數計時的設置值。

問題解決

8

205

現象	應該考慮的原因	處置方法
倒數計時計測無法停止	本機的倒數計時具有重複功能，只要不通過手動停止的話，則會不斷重複減時	可以通過停止操作來停止倒數計時或者通過擰動旋轉錶圈來變更為其他模式，倒數計時計測將自動還原。
所有顯示部分全部處於閃爍顯示	通知電池容量即將耗盡	應儘早到您購買腕錶的商店更換電池。
玻璃上的水霧去除不掉	因密封墊圈的劣化等造成手錶內部進水	應與您購買腕錶的商店聯繫。

問題解決

8

206

系統還原的方法

當腕錶萬一出現異常走針的時候，可以通過系統還原讓腕錶恢復正常功能。

①同時長按按鈕A、B、C、D 2秒鐘以上，待顯示消失後鬆開。



②系統還原。

如果從無顯示狀態下恢復的話，則轉換為時間及日曆模式下的時間顯示。時間和日曆從2018年1月1日中午12點00分開始走時。為了保證您使用腕錶時走時準確，在系統還原以後，應該校正時間。

問題解決

8

207

產品技術規格

- | | |
|------------|--|
| 1. 晶體振盪器頻率 | 32.768Hz(1Hz=每秒鐘的振盪數) |
| 2. 精度 | 平均月偏差在±20秒(在氣溫5°C~35°C腕錶戴在手上之狀態下) |
| 3. 工作溫度範圍 | -10°C~+60°C(但是，顯示功能為0°C~+50°C) |
| 4. 顯示部分 | |
| 時間及日曆模式 | 日期、星期、AM/PM標識(12小時制時顯示)、小時、分、秒(鬧鐘標識、報時標識) |
| 鬧鐘模式 | 鬧鐘設置時間(時和分)、A/P(12小時制時顯示)、現在時間、AM/PM標識(12小時制時顯示)、(鬧鐘標識、報時標識) |
| 碼錶模式 | 以1/100秒為單位(60分鐘過後以1秒為單位)計測，最長可計測99小時59分59秒。分段時間、累積時間、(鬧鐘標識、報時標識) |
| 倒數計時模式 | 以1秒為單位計測、以1分為單位設置、最長可設置99小時59分。現在時間、AM/PM標識(12小時制時顯示)、(鬧鐘標識、報時標識) |
| 視距儀模式 | 設置距離：可以從7種預設距離(0.2、0.4、1.0、6.0、10.0、50.0、100.0 km)中選擇或者以0.1 km為單位設置最長999.9 km的任意距離(** km)，計測時間(最長99小時59分59秒)、速度(0~999.9 km/h)、單圈時間、單圈次數、距離/時速標識、單圈標識、單圈次數、出錯顯示、(鬧鐘標識、報時標識) |
| 5. 顯示體 | FE(場效)型向列型液晶 |
| 6. 使用電池 | SB-T11：1個 |
| 7. 電池壽命 | 大約3年(在鬧鐘20秒/天、照明3秒/天、碼錶1小時/天的條件下使用) |
| 8. 內部照明 | EL(電致發光) |
| 9. 電路 | 振動，分頻，驅動，EL電路：C-MOS-IC 1個 |

※產品技術規格可能會因產品改良而有所變更，恕不另行通知。