

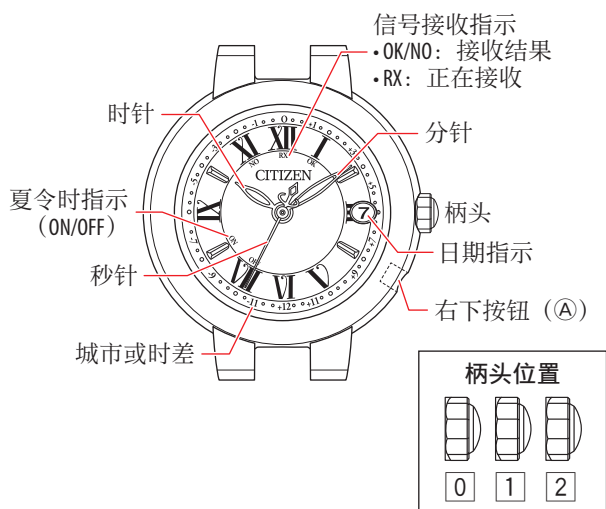
H060 简易操作说明手册

中文 (简体字)

- 这款手表为光动能型。将表盘暴露在光照下，并确保手表完全充电。
- 关于设置、使用方法、充电时间和规格的详细说明，请参阅完整的说明手册：

 H060 说明手册

手表各部位名称



本说明手册中的图解可能与您手表的实际外观不同。

检查手表剩余电量

1 确保柄头处于位置 0。

2 按下右下按钮 (A)。

秒针走动，以指示剩余电量。

秒针指示“OK”或“NO”	手表电量充足。
秒针逆时针方向旋转，然后指示“OK”或“NO”	手表电量不足。为手表充电。

- “OK”和“NO”表示时间信号的接收结果，与剩余电量无关。

3 按下右下按钮 (A) 完成步骤。

手表指示当前时间。

- 即使没有按下按钮，10 秒钟后手表也会自动指示当前时间。

检查时间信号接收

1 确保柄头处于位置 0。

2 按下右下按钮 (A)。

秒针指示接收结果。

OK	接收成功。
NO	接收失败。

- 如果上一次接收失败，请按照“手动接收时间信号（强制接收）”中的步骤来尝试信号接收。

3 按下右下按钮 (A) 完成步骤。

手表指示当前时间。

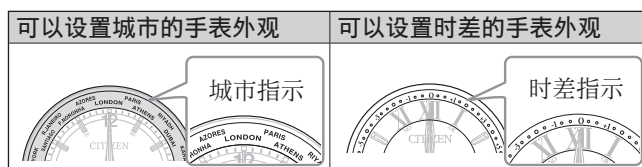
- 即使没有按下按钮，10 秒钟后手表也会自动指示当前时间。

设置世界时间

通过设置城市或 UTC 时差，以显示当地的时间和日期。

选择城市或时差，以显示当前时间和日期。

- 选择城市还是选择时差取决于手表的外观。



设置城市

1 拉出柄头到位置 1。

秒针快速指向原先所选的城市。

2 旋转柄头选择您想要显示时间和日期的城市。

- 从“城市名称表”选择一个城市。
- 每次您选择一个城市，指针就会指示您所选城市的时间和日期。

3 推入柄头到位置 0 完成步骤。

设置世界时间后，请确认显示的时间—夏令时或标准时间。（请参阅“切换夏令时和标准时间”。）

设置时差

1 拉出柄头到位置 1。

秒针快速指向原先所选的时差。

2 旋转柄头来选择时差。

- 您可以在 -11 小时到 +12 小时的范围内，以递增一小时的方式选择 UTC 时差。

3 推入柄头到位置 0 完成步骤。

- 请务必设置 UTC 时差。想要显示夏令时，请在设置时差后再变更显示。
- 有关代表性城市的时差，请参阅“城市名称表”。

城市名称表

显示	城市名称和秒针位置	时区	信号站
LON	*伦敦	0	0
PAR	*巴黎	3	+1
ATH	*雅典	5	+2
RUH	利雅得	8	+3
DXB	迪拜	10	+4
KHI	卡拉奇	12	+5
DAC	达卡	15	+6
BKK	曼谷	18	+7
BJS	北京	20	+8
TYO	东京	22	+9
SYD	悉尼	25	+10
NOU	努美阿	27	+11
AKL	奥克兰	30	+12
MDY	中途岛	33	-11
HNL	檀香山	35	-10
ANC	**安克雷奇	38	-9
LAX	**洛杉矶	40	-8
DEN	**丹佛	42	-7
CHI	**芝加哥	45	-6
NYC	**纽约	48	-5
MAO	玛瑙斯	50	-4
RIO	里约热内卢	52	-3
FEN	费尔南多-迪诺罗尼亚	55	-2
PDL	*亚述尔群岛 (蓬塔德尔加达)	57	-1

- 虽然一些城市划分在信号站区域内，但是由于信号发射距离的原因，有可能不易接收信号。
- 以*/**显示的城市，手表会显示共用的夏令时/标准时间。
- 表格中的时差是以 UTC 协调时为准。
- 各个国家的城市名称和标准时间，根据其情况，可能会发生变更。
- 城市名的显示可能因款式不同而不同。
- 当您在表格所示以外的地方使用手表时，请您选择与您的所在地为同一时区的城市。
- ◆城市不在接收地区之内，接收不到时间信号。（手表会在指定时间尝试接收各发射站的时间信号。）
如需要，可手动完成夏令时设置。（请参阅“切换夏令时和标准时间”。）

手动接收时间信号（强制接收）

1 确保柄头处于位置 [0]。

2 按住右下按钮 [A] 两秒以上。

秒针移到“RX”，手表开始接收信号。

接收信号后，秒针将正常走动。

- 完成信号的接收需要二到十五分钟。

信号接收成功	时间更新为修正后的时间，手表恢复正常运转。
信号接收失败	手表恢复正常运转，但显示更新之前的时间。

取消接收

按住右下按钮 [A] 两秒以上。

取消接收并返回到原有时间。

切换夏令时和标准时间

- 当夏令时生效时，标准电波中会包含夏令时信号。
- 本手表在接收时间信号时，会根据电波中是否包含夏令时信号来自动切换夏令时和标准时间（自动切换功能）。
- 在夏令时季节前后，请确认手表所显示的是哪一种时间。

检查当前显示的时间

确认手表所显示的是夏令时还是标准时间。

1 拉出柄头到位置 [2]。

秒针快速指向所显示的时间类型。

ON	夏令时显示
OFF	标准时间显示

2 推入柄头到位置 [0] 完成步骤。

变更显示的时间

1 拉出柄头到位置 [2]。

2 旋转柄头来变更显示的时间。

想要显示夏令时：

向右旋转柄头选择“ON”。

想要显示标准时间：

向左旋转柄头选择“OFF”。

- 如果您手动显示标准时间，则手表在接收时间信号时将不显示夏令时。

3 推入柄头到位置 [0] 完成步骤。

手动调整时间/日历

1 拉出柄头到位置 [2]。

2 按下右下按钮 [A]。

秒针移到 0 秒位置。

3 旋转柄头来调整分钟。

- 秒针旋转一圈，分针走动一分钟。
- 当时间过了“0:00:00”时，日期向前推进一天。
当您调整时间时请注意 AM/PM 状态。
- 如果您快速旋转柄头几次，手表的指针将持续走动。想要使其停止走动，向任意方向旋转柄头。

4 按下右下按钮 [A]。

时针摆动一下。

5 旋转柄头来调整小时和日期。

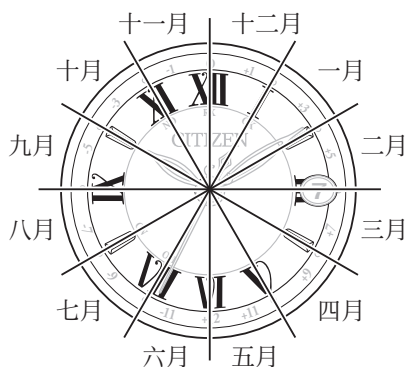
- 时针和日期指示一起运转。
- 如果您快速旋转柄头几次，手表的指针将持续走动。想要使其停止走动，向任意方向旋转柄头。

6 按下右下按钮 [A]。

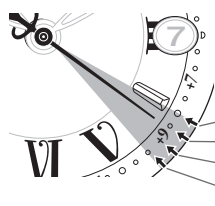
秒针指向当前的月和年。

7 旋转柄头来调整月份和年份。

- 秒针指示年份和月份。



秒针指向几点，就表示几月。



例如

图中秒针指示的是闰年之后第二年的四月。

每一个分钟刻度代表闰年之后经过的年数。

8 推入柄头到位置 [0] 完成步骤。

手表显示当前的时间和日期。

检查并调整基准位置

如果成功接收时间信号后时间或日期仍不能正确显示，请检查基准位置是否正确。

何为基准位置？

所有指针以该位置为基准，用于指示时间和日期。

- 对应时间指示：“0:00:00”
- 对应日期指示：“31”和“1”之间

正确的基准位置



如果时间和日期指示的基准位置偏离了正确位置，手表将不能正确指示时间和日期。

1 拉出柄头到位置 [1]。

2 按住右下按钮 [A] 五秒以上。

指针会移到“0:00:00”位置。日期指示走动，指向当前基准位置。

- 当指针和日期走动时无法进行任何操作。

基准位置	下一操作
正确	推入柄头到位置 [0] 完成步骤。 (无需调整基准位置。)
错误	修正基准位置。 (操作步骤 3。)

3 拉出柄头到位置 [2]。

时针摆动一下。

4 旋转柄头将日期指示调整到“31”与“1”中间。

- 时针和日期指示一起运转。
- 如果您快速旋转柄头几次，手表的指针将持续走动。想要使其停止走动，向任意方向旋转柄头。

5 推入柄头到位置 [0] 完成步骤。

基准位置调整已完成，指针恢复到时间状态。

复位手表—全复位

1 拉出柄头到位置 [2]。

2 按住右下按钮 [A] 七秒以上，然后松开。

指针移到“0:00:00”位置，手表被复位。

- 如果指针不走动，请再次执行步骤 2。

进行全复位之后

您必须按照下列步骤，再次设置手表。

- 调整指针基准位置。
- 设置世界时间。
- 调整时间/日历。