
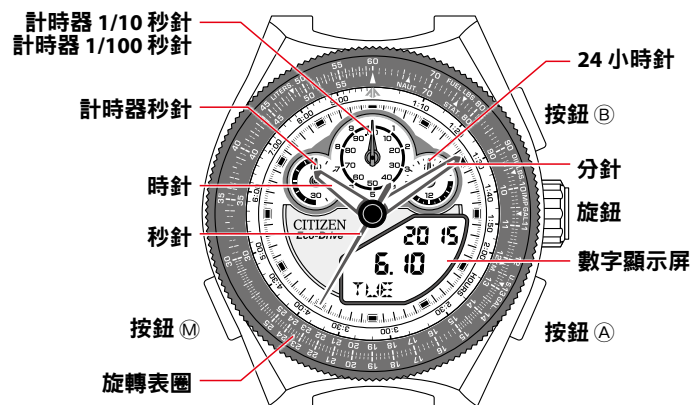


- 這款手錶為光動能型。將錶盤暴露在光照下，用其充分充電。
- 若要查看充電時間、規格和操作的詳細資訊，請參閱說明手冊： U700 說明手冊

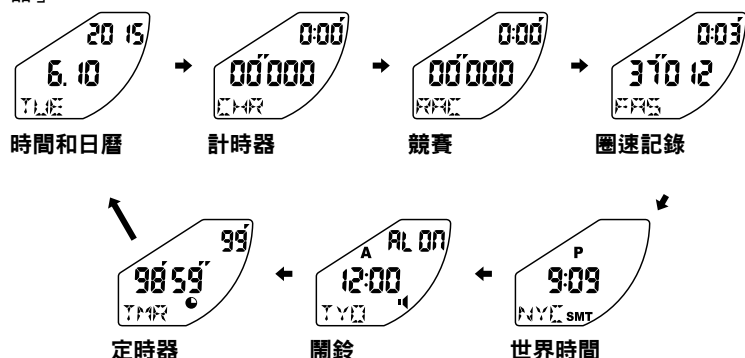
組件識別



- 實際外觀與圖解可能不同。
- 有關手錶刻度和表圈使用的詳細資訊，另請參閱我們的網頁。
<http://www.citizenwatch-global.com/support/pdf/enhanced/c.pdf>

更改模式

本款手錶的特點在於其有七種不同的模式：「時間和日曆」、「計時器」、「競賽」、「圈速記錄」、「世界時間」、「鬧鈴」和「定時器」。

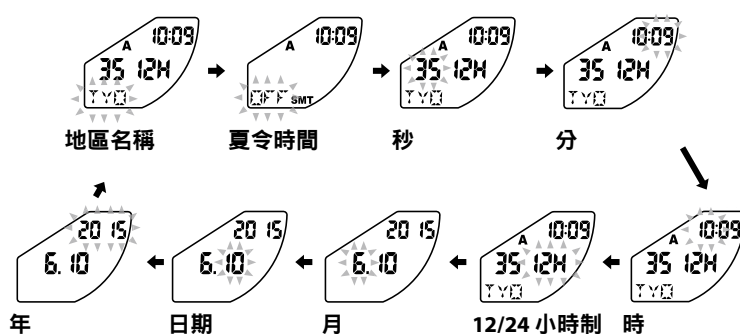


1. 重複按下並釋放左下方按鈕 (M)。

設定數字區域的時間和日曆

- 模擬區域（時針/分針/秒針）和數字區域同時走動，並顯示此處設定的時間。

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「時間和日曆」。
2. 拉出旋鈕。
秒針走動至 0 秒位置，所有指針停止。
地區名稱開始閃爍。
3. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以指示您想要的地區名稱。
4. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以變更要設定的目標。
• 每次按下按鈕，目標都會發生以下變更：



5. 按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以調整設定。
• 按住任意按鈕可連續變更顯示。
6. 推入旋鈕以完成步驟。

設定世界時間

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「世界時間」。
目前設定的地區名稱及其時間將顯示。
2. 拉出旋鈕。
3. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以選取一個地區。
• 按住任意按鈕可連續變更顯示。
4. 按下並釋放左下按鈕 (M)。
夏令時間變為可調整。
5. 按下並釋放右下按鈕 (A) 以設定夏令時間「ON」或「OFF」。
6. 推入旋鈕以完成步驟。

切換主時間和世界時間

1. 同時按下然後釋放右下按鈕 (A) 和右上按鈕 (B)。

時區表和代表性地區

地區名稱	代表性地區	時區	地區名稱	代表性地區	時區
UTC	協調世界時	±0	SEL	首爾	+9
LON	倫敦		TYO	東京	
MAD	馬德里		ADL	阿得雷德	
PAR	巴黎	+1	SYD	悉尼	+10
ROM	羅馬		NOU	諾米亞	
BER	柏林		AKL	奧克蘭	
CAI	開羅	+2	SUV	蘇瓦	+12
ATH	雅典		MDY	中途島	
JNB	約翰尼斯堡		HNL	火奴魯魯	
MOW	莫斯科	+3	ANC	安克雷奇	-9
RUH	利雅德		YVR	溫哥華	
THR	德黑蘭		LAX	洛杉磯	
DXB	迪拜	+4	DEN	丹佛	-7
KBL	喀布爾	+4.5	MEX	墨西哥	
KHI	喀拉蚩	+5	CHI	芝加哥	
DEL	德里	+5.5	NYC	紐約	-5
DAC	達卡	+6	YMQ	蒙特利爾	
RGN	仰光	+6.5	SCL	聖地牙哥	
BKK	曼谷	+7	RIO	里約熱內盧	-3
SIN	新加坡	+8	FEN	費爾南多·迪諾羅尼亞群島	
HKG	香港		PDL	亞速爾群島	
BJS	北京				
TPE	台北				

- 表中的時區以 UTC 為基礎（協調世界時）。
- 由於各種原因，國家或區域可能會變更時區。

使用鬧鈴

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「鬧鈴」。
2. 拉出旋鈕。
鬧鈴設定的「ON」/「OF」變為可調整。
3. 按下並釋放右下按鈕 (A) 以設定鬧鈴「ON」或「OF」。
• 每次按下該按鈕時，「ON」/「OF」會交替變更。
4. 按下並釋放左下按鈕 (M)。
地區變為可調整。
5. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以選取一個地區。
• 按住任意按鈕可連續變更顯示。
6. 按下並釋放左下按鈕 (M) 以設定時。
鬧鈴時開始閃爍。
7. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以調整設定。
8. 按下並釋放左下按鈕 (M) 以設定分。
鬧鈴分開始閃爍。
9. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以調整設定。
10. 推入旋鈕以完成步驟。

若要停止鬧鈴

- 按下任意按鈕。
- 鬧鈴聲音持續 15 秒。

使用計時器

- 以 1/1000 秒為增量單位，最長計時 24 小時。數字顯示屏上顯示 1/1000 秒單位。
- 從開始計時經過 60 秒後，計時器 1/10 秒針和計時器 1/100 秒針停在「0/00」位置。

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「計時器」。
2. 按下並釋放右上按鈕 (B)。
計時開始。
開始/停止：按下按鈕 (B)。
重設：計時器停止時按下按鈕 (A)。
• 計時期間按下按鈕 (A) 可顯示分段時間 10 秒，「SPL」顯示。

使用競賽模式

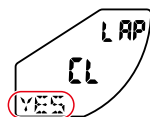
您可以測量單圈時間和每圈的平均速度。
圈速記錄模式存儲最近 20 圈的記錄。

設定路程距離

若要計算速度，請設定路程距離。

路程距離可在 0 至 99.999 千米/英里（單位因型號而異）範圍內設定。

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「競賽」。
2. 拉出旋鈕。
3. 按下並釋放右下按鈕 (A)。
顯示「YES」。

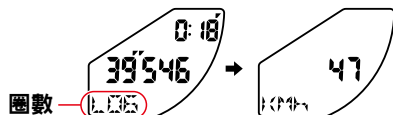


4. 按住左下按鈕 (M) 2 秒以上以刪除過去的圈速記錄。
上次距離設定顯示。
5. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以設定整數。
• 按住任意按鈕可連續變更顯示。
6. 按下並釋放左下按鈕 (M) 以變更要設定的數字。
• 每次按下按鈕 (M)，目標都會發生以下變更：
整數（各位和十位）→ 十分位 → 百分位 → 千分位 →（返回頂部）
7. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以設定距離。
• 按住任意按鈕可連續變更顯示。
8. 推入旋鈕以完成步驟。

測量單圈時間

最大圈數為「99」，進行第 100 圈時，將回到「01」。
計時期間無法變更模式。

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「競賽」。
2. 按下並釋放右上按鈕 (B)。
計時開始。
3. 按下右下按鈕 (A) 以測量單圈時間。
• 每次按下按鈕 (A) 時，單圈時間和圈數會顯示 7 秒，然後速度將會顯示 3 秒。
• 速度最高可顯示 999 千米/時。超出此速度時，將顯示「---」。

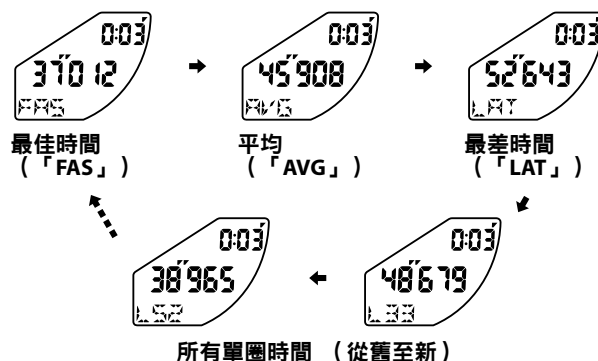


4. 按下並釋放右上按鈕 (B) 以停止測量。
總經過時間之前的單圈時間、圈數和速度將顯示。
• 若要開始測量，請再次按下按鈕 (B)。
• 若要重設測量時間，請按下按鈕 (A)。

使用圈速記錄模式

測量圈速後，您可以查看最近 20 圈的記錄。

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「圈速記錄」。
「FAS」（最佳時間）顯示。
• 未儲存記錄時，將顯示「---」。
2. 按下並釋放右下按鈕 (A) 以變更顯示的記錄。
• 每次按下按鈕 (A)，記錄都會發生以下變更：



- 如果在顯示單圈時間時按下按鈕 (B)，速度將顯示三秒。
- 「FAS」或「LAT」和單圈時間交替顯示。

刪除記錄

1. 拉出旋鈕。
2. 按下並釋放右下按鈕 (A)。
顯示「YES」。
3. 按住左下按鈕 (M) 2 秒以上。
記錄被刪除，「---」顯示。
4. 推入旋鈕以完成步驟。

使用定時器

您可以 1 分鐘為增量，將倒計時定時器最大設定為 99 分鐘。
• 即使在變更模式後，倒計時仍然繼續。

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「定時器」。
2. 拉出旋鈕。
3. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以設定倒計時時間。
• 按住任意按鈕可連續變更顯示。
4. 推入旋鈕。
5. 按下並釋放右上按鈕 (B)。
定時器顯示標記 (●) 顯示，倒計時開始。
開始/停止：按下按鈕 (B)。
重設：定時器停止時按下按鈕 (A)。
• 在倒計時期間按下按鈕 (A) 會從設定的時間再次開始倒計時。

倒計時完成後

時間到聲音持續 5 秒。
按下任意按鈕以停止該聲音。

檢查基準位置

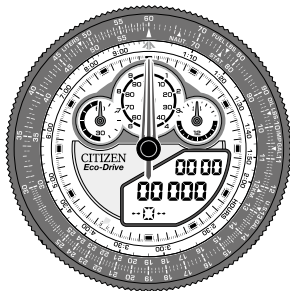
1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「計時器」。
2. 拉出旋鈕。

數字顯示屏上顯示「0」，所有指針走動以指示目前基準位置。

 - 正確的基準位置：
 - 計時器秒針：0（或 60）
 - 計時器 1/10、1/100 秒針：0/00
 - 時針、分針和秒針：12 點鐘位置
 - 24 小時針：24 小時位置

目前基準位置與正確位置不同時，按照「校正基準位置」的步驟調整位置。

 - 實際外觀和基準位置可能與圖解不同。
3. 推入旋鈕以完成步驟。

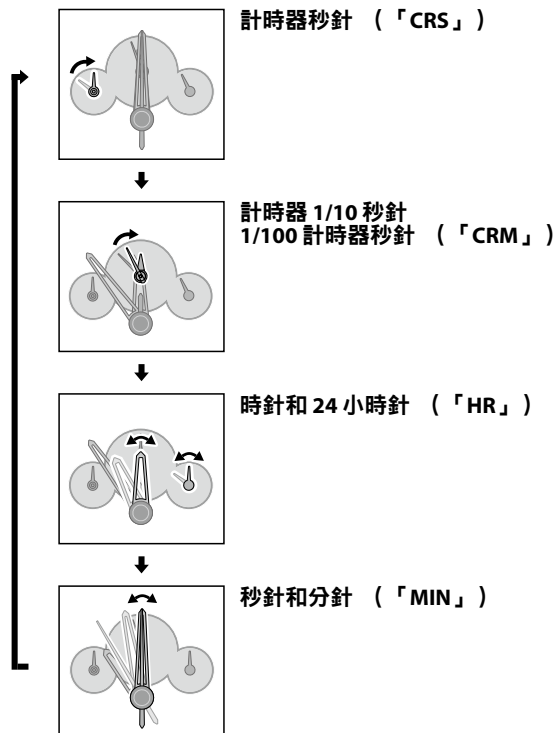


校正基準位置

1. 重複按下並釋放左下按鈕 (M) 以將模式變更為「計時器」。
2. 拉出旋鈕。

指針走動至記憶體中儲存的目前基準位置。
3. 按住右上按鈕 (B) 2 秒。

「CRS」顯示，秒針變為可調整。
4. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以調整設定。
5. 重複按下左下按鈕 (M) 以變更要校正的指針。
 - 每次按下按鈕 (M)，目標都會發生以下變更：



• 實際外觀與圖解可能不同。

6. 重複按下並釋放右下按鈕 (A) 或右上按鈕 (B) 以調整基準位置。
 - 按住任意按鈕可連續變更指針。
 - 使用按鈕 (B) 以調整計時器指針。
 - 調整計時器 1/10 指針、計時器 1/100 秒針、時針和 24 小時針時，分針和秒針走動 3 分 30 秒以使其容易看見。
7. 推入旋鈕以完成步驟。

重設手錶 - 全部重設

1. 拉出旋鈕。
2. 同時按住按鈕 (A)、(B) 和 (M)。

確認鈴聲響起，數字顯示屏上顯示「0」。

全部重設之後

請參照「校正基準位置」來校正基準位置。之後再設定時間、日曆和鬧鈴。