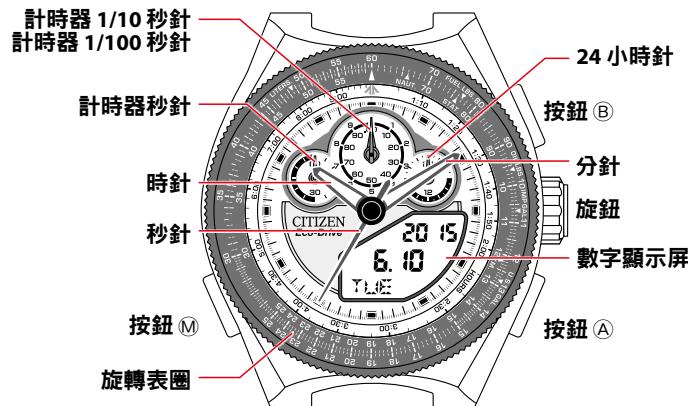


- 這款手錶為光動能型。將錶盤暴露在光照下，用其充分充電。
- 若要查看充電時間、規格和操作的詳細資訊，請參閱說明手冊： U700 說明手冊

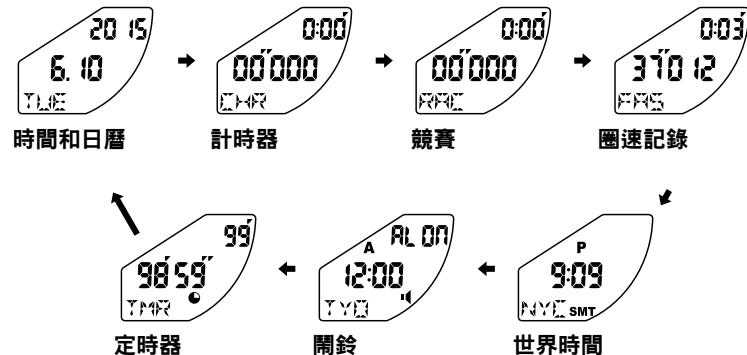
組件識別



- 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」。



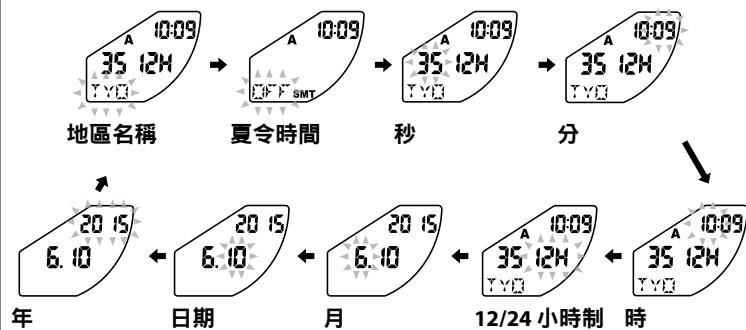
- 重複按下並釋放左下方按鈕 M。

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。

- 重複按下並釋放左下按鈕 M 以將模式變更為「時間和日曆」。
- 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。
- 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。
- 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：



- 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。
- 推出旋鈕以完成步驟。

設定世界時間

- 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。
- 拉出旋鈕。**
- 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。
- 按下並釋放左下按鈕 M。**
夏令時間變為可調整。
- 按下並釋放右下按鈕 A 以設定夏令時間「ON」或「OFF」。**
- 推入旋鈕以完成步驟。**

切換主時間和世界時間

- 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
UTC	協調世界時	±0
LON	倫敦	
MAD	馬德里	+1
PAR	巴黎	
ROM	羅馬	
BER	柏林	
CAI	開羅	
ATH	雅典	+2
JNB	約翰尼斯堡	
MOW	莫斯科	+3
RUH	利雅德	
THR	德黑蘭	+3.5
DXB	迪拜	+4
KBL	喀布爾	+4.5
KHI	喀拉蚩	+5
DEL	德里	+5.5
DAC	達卡	+6
RGN	仰光	+6.5
BKK	曼谷	+7
SIN	新加坡	
HKG	香港	+8
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

- 重複按下並釋放左下按鈕 M 以將模式變更為「鬧鈴」。**
- 拉出旋鈕。**
鬧鈴設定的「ON」/「OF」變為可調整。
- 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。
- 按下並釋放左下按鈕 M。**
地區變為可調整。
- 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。
- 按下並釋放左下按鈕 M 以設定時。**
鬧鈴時開始閃爍。
- 重複按下並釋放右下按鈕 A 或右上按鈕 B 以調整設定。**
- 按下並釋放左下按鈕 M 以設定分。**
鬧鈴分開始閃爍。
- 重複按下並釋放右下按鈕 A 或右上按鈕 B 以調整設定。**
- 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。
 - 重複按下並釋放左下按鈕 M 以將模式變更為「計時器」。**
 - 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

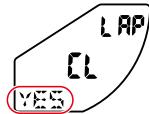
若要計算速度，請設定路程距離。
路程距離可在 0 至 99.999 千米/英里（單位因型號而異）範圍內設定。

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。

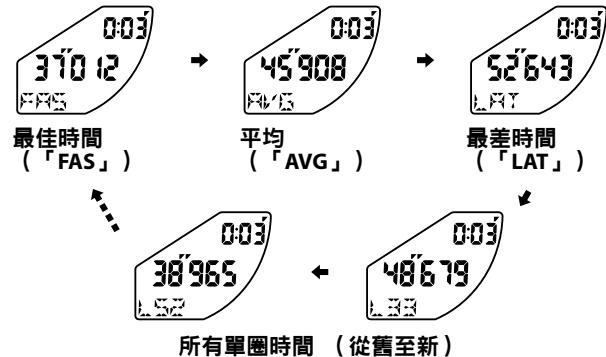
1. 重複按下並釋放左下按鈕 M 以將模式變更為「圈速記錄」。

「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

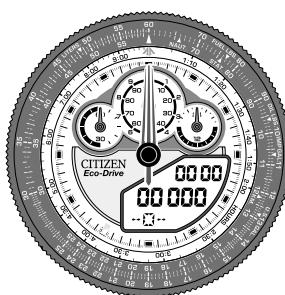
1. 重複按下並釋放左下按鈕 **(M)** 以將模式變更為「計時器」。

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。

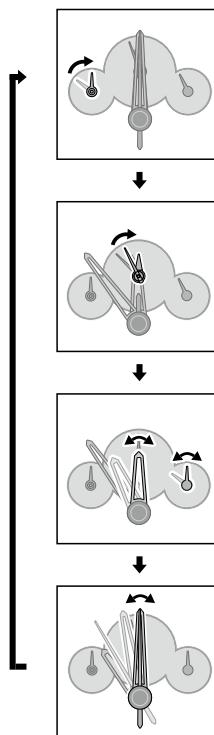
• 每次按下按鈕 **(M)**，目標都會發生以下變更：

計時器秒針（「CRS」）

計時器 1/10 秒針
1/100 計時器秒針（「CRM」）

時針和 24 小時針（「HR」）

秒針和分針（「MIN」）



• 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。