

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。

特长



指针和数字
显示的多功
能手表



以 1/1000 秒为单
位进行分段计时
测量(→第 26 页)
的圈数记录功能
(→第 33 页)

Eco-Drive

光动能一无
需定期更换
电池



世界时间—便于
查看全世界 43 个
城市的时间(→
第 36 页)

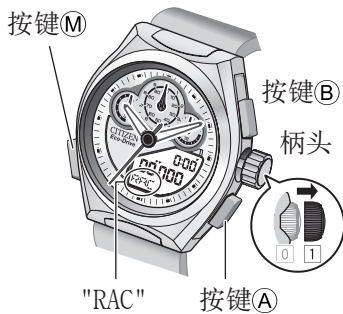


本表为光动能手表。
如果长时间不置于光亮处,手表会停止运行。
参阅第 14 页的为电池充电。

您可以进入西铁城网站浏览“Service&Support”来查看本表的操作说明。

URL: <http://www.citizenwatch.jp/>

赛跑模式快速指南



设定跑道距离

1. 按下按键Ⓜ切换模式至赛跑。（“RAC”）
2. 将柄头拉出到位置①。
3. 按下按键Ⓐ显示“YES”，然后按住按键Ⓜ超过2秒钟。
4. 按下按键Ⓐ或Ⓑ调整当前数字，按下按键Ⓜ至下一个数字。
5. 将柄头推回到位置①。



测量分段计时

1. 按下按键Ⓜ切换模式至赛跑。（“RAC”）
2. 按下按键Ⓑ开始测量。
3. 按下按键Ⓐ测量分段计时。
 - 每次您按下按键Ⓐ，显示一次分段计时和速度。
 - 记录储存于圈数记录模式。
4. 按下按键Ⓑ停止测量。

查看记录

1. 按下按键 **M** 切换模式至圈数记录。

“FAS” 字样显示。



2. 按下按键 **A** 切换显示记录。

每次您按下按键 **A**，下列记录显示：

最好分段计时（“FAS”）→ 平均分段时间（“AVG”）
→ 最差分段计时（“LAT”）→ 从旧到新的所有分段计时。

详情参阅第 26 页的赛跑模式和第 33 页的圈数记录模式。

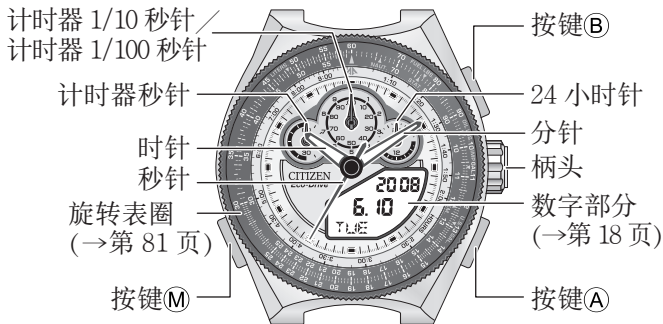
目录

使用之前	11
部件名称	11
如何使用螺旋型柄头	12
查看电池	13
如何为电池充电	14
查看参考位置	16
数字显示模式的切换	18
设定时间和日历—时间和日历模式	20
使用计时器—计时器模式	23
测量分段计时—赛跑模式	26
设定跑道距离	27

测量分段计时	30
查看分段计时记录—圈数记录模式	33
查看记录	33
删除记录	35
查看其它城市时间—世界时间模式	36
选择城市	38
使用闹钟—闹钟模式	39
使用定时器—定时器模式	42
为电池充电	45
当电池电量不足时—电量不足警报功能	45
充电时间	48
节电功能	50

故障排除	52
• 指针无法正常工作	
• 数字显示部分异常	
• 其它	
调整参考位置	55
重设手表	60
重设手表后每种模式的显示	62
注意事项	63
保养	73
规格	75
城市名称表	78
如何使用旋转表圈	81
术语表	88

使用之前 部件名称



本说明书中的插图可能与手表的实际外观有所差异。

如何使用螺旋型柄头

某些型号上配备了螺旋型柄头。当配备了正常柄头，您可以不松开柄头进行操作。

查看柄头类型



拉出柄头。

- 如果您无法将其轻易拉出，这是螺旋型柄头。
- 如果您无法将其持续旋转，这是螺旋型柄头。

松开/重锁螺旋型柄头



将柄头向左旋转，直到柄头弹出。

- 柄头松开且您可以进行操作。
- 推回柄头的同时将转龙向右旋转，直到牢固锁住。
- 柄头重锁。

查看电池

使用手表前按如下进行查看：

查看秒针的转动。

以1秒间隔转动。

以2秒间隔转动或停止转动。

查看数字部分。

“X”不显示。

“X”显示。

将表盘放置于光亮处为电池充电。

开始使用本表！

- 想要调整时间和日历，参阅第 20 页。

如何为电池充电

此款手表配备了充电式电池，将表盘放置于光亮处，如阳光或荧光灯处可为电池充电。

为了获得最佳性能：

- 每个月至少使表盘接受阳光直射几个小时。
- 每次取下手表时，将其放置于光亮处，如窗边。
- 将手表放置于黑暗处一段时间之前，将电池电量充满。



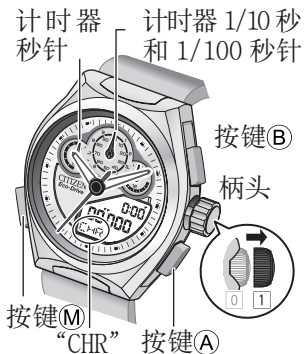
注意

- 当手表被衣服的长袖遮盖时，电池可能无法充分充电。当不佩戴手表时，请将手表放置于明亮的光线下进行充电，以保证手表电池电量充足。
- 切勿在高温下（大约 50°C 或更高）为电池充电，如在夏季汽车的仪表盘上。

参阅第 48 页的充电时间。

查看基准位置

查看基准位置是否正确。



同样在下列情况下查看并调整基准位置：

- 即使调整到正确时间后，指针部分也不能显示正确时间。
- 计时器复位后每根指针也不指向“0/.00”或“60”。

1. 按下按钮Ⓜ切换模式至计时器。
(“CHR”)

2. 将柄头拉出到位置①。

“0” 字样显示
且所有指针转动，指示当前
基准位置。



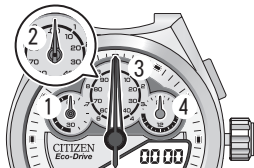
3. 查看基准位置。

- 如果基准位置不正确，
进入第57页的步骤3。

4. 将柄头推回到位置②完成 查看。

当前时间在仿真部分显示。

正确的基准位置



- 1 计时器秒针向“60”。
- 2 计时器 1/10 秒和1/100
秒针指向“0/.00”。
- 3 时针，分针和秒针指向
12:00。
- 4 24小时针指向“24”。

数字显示模式的切换

1. 反复按下按键Ⓜ切换模式。



按键Ⓜ

当日历或世界时间显示时，按下按键Ⓜ可使数字显示部分点亮2秒。

时间和日历模式

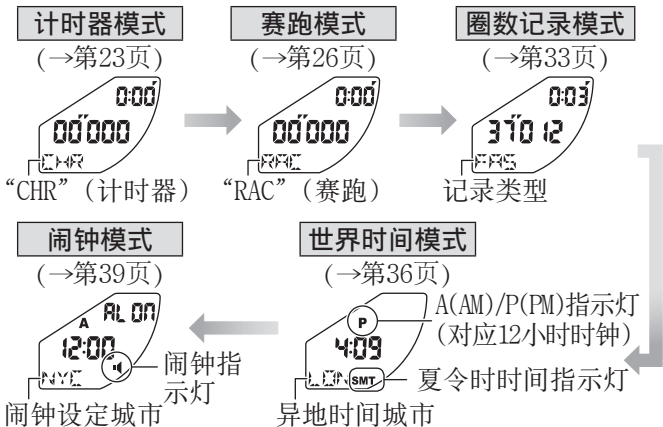
(→第20页)

2008 年
6.10 月，日
TUE 星期

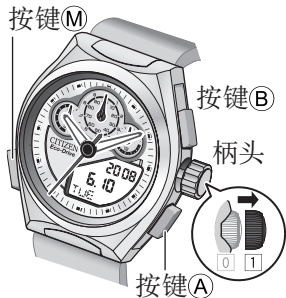
定时器模式

(→第42页)

99
98'59"
TMR 定时器指示灯
“TMR” (定时器)



调整时间和日历—时间和日历模式



关于可选城市，参阅“城市名称表”（→第78页）。

- 数字部分设定的时间为手表的基本时间—本地标准时间。
- 指针部分与数字显示部分的标准时间同步。

1. 按下按键(M)切换模式至时间和日历。
2. 将柄头拉出到位置①。

秒针指向0秒位置，
所有指针停止转动。
城市名称开始闪烁。



3. 按下按键Ⓜ选择一个项目，然后按下按键Ⓐ或Ⓑ调整所选项目。

城市 夏令时时间 秒钟,分钟, 时间系统 月,日,
 (“ON/OFF”) 小时 (“12H/24H”) 年



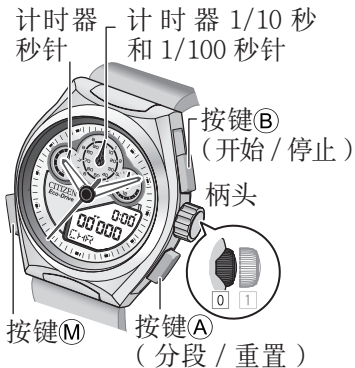
- 如果您按住按键Ⓐ或Ⓑ，项目连续切换。
- 对应下列项目，使用按键Ⓐ：夏令时时间，秒钟和时间系统。

4. 调整后将柄头推回到位置①。

指针转动，指示调整的时间。

- 即使在完成设定前将柄头推回到位置①，您所作的调整也已储存。
- 指针转动时您不能使用任何按键。

使用计时器—计时器模式



您可以以 1/1000 为单位测量长达 23 小时 59 分 59 秒 999 的时间。

- 当测量时间超过 23 小时 59 分 59 秒 999 时，测量停止且测量时间重置。
- 自开始测量／重新开始测量过去 60 秒时，计时器 1/10 秒和 1/100 秒针停止于“0/.00”。
- 计时器 1/10 秒和 1/100 秒针停止后，您可以切换模式继续测量（赛跑模式和圈数记录模式除外）。

1. 按下按钮①切换模式至计时器。(“CHR”)

- 如果计时器指针不指向“0/.00”或“60”，调整参考位置。(→ 第 55 页)

2. 按下按钮②开始测量。

- 想要显示分段时间，按下按钮③。显示约 10 秒钟。

3. 按下按钮④停止测量。

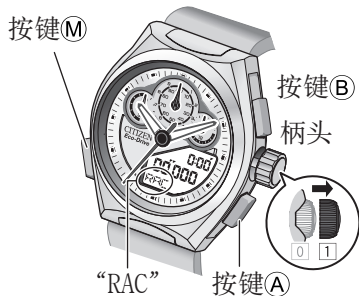
- 想要重新开始测量，再次按下按钮②。
- 想要重置测量时间，当测量停止时按下按钮③。




SPL (分段)
指示灯

测量分段计时—赛跑模式

您可以测量分段计时和每圈平均速度。最新 20 圈的记录储存于圈数记录模式。（→ 第 33 页）



设定跑道距离

- 想要测量速度，设定跑道距离。（设定范围：0 至 99.999 千米／英里）
- 当您设定距离时，圈数记录模式中储存的记录被删除。想要取消设定，在第 28 页的步骤 3 之前将柄头推回到位置 。

1. 按下按键Ⓜ切换模式至赛跑。（“RAC”）
2. 将柄头拉出到位置①。
3. 按下按键Ⓐ显示“YES”字样，然后按住按键Ⓜ超过 2 秒钟。

之前的测量记录被删除，显示前次测量的距离。



4. 按下按键Ⓐ或Ⓑ调整当前数字，然后按下按键Ⓜ至下一个。

整数



小数

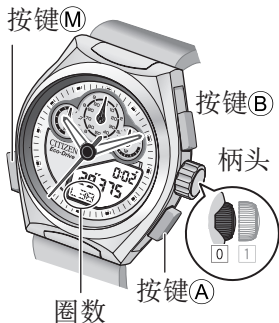


“KM”或“MIL”（单位因型号而有所不同。）

- 如果您按住按键Ⓐ或Ⓑ，数字连续切换。

5. 调整后 将柄头推回到位置⓪。

测量分段计时

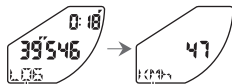


- 最新 20 圈的记录储存于圈数记录模式。(→ 第 33 页)
- 设定跑道距离来计算速度。(→ 第 26 页)
- 最大圈数为“99”。当开始第 100 圈时将返回至“01”。
- 测量时您不能切换模式。

1. 按下按钮 **(M)** 切换模式至赛跑。
(“RAC”)
2. 按下按钮 **(B)** 开始测量。
3. 按下按钮 **(A)** 测量分段计时。

每次您按下按钮 A，分段计时及其数字（“01”至“99”）显示 7 秒钟，然后速度显示 3 秒钟。

- 显示的最大速度为“999”。
如果速度超过 999，“---”字样显示。



圈数

“Kmh”或“MPH”
(单位因型号
而有所不同。)

4. 按下按键Ⓑ停止测量。

下列记录显示：分段计时及其数字，速度，已超过总时间。

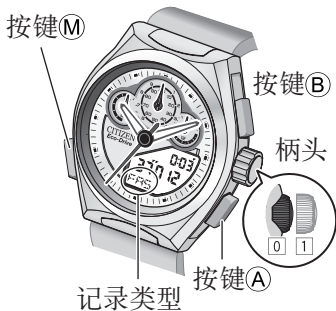
- 想要重新开始测量，再次按下按键Ⓑ。
- 想要重置测量时间，当测量停止时按下按键Ⓐ。

查看记录

切换模式至圈数记录。（→ 第 33 页）

查看分段计时记录—圈数记录模式

圈数测量后，您可以查看最新 20 圈的记录。



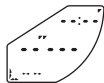
查看记录

最好时间，平均时间和最差时间从储存的记录中显示和计算。

1. 按下按键①切换模式至圈数记录。

“FAS” 字样显示。

- 当没有记录储存时，“--” 字样显示。



2. 按下按键②切换显示记录。

最好时间 (“FAS”) 平均时间 (“AVG”) 最差时间 (“LAT”) 从旧到新的所有分段计时



- 如果当分段计时显示时按下按键③, 速度显示3秒钟。
- “FAS” 或 “LAT” 字样和圈数交替显示。

删除记录

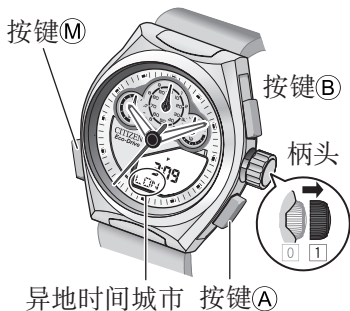
1. 按下按键Ⓜ切换模式至圈数记录。
2. 将柄头拉出到位置①。
3. 按下按键Ⓐ显示“YES”字样，然后按住按键Ⓜ超过 2 秒钟。

记录被删除且“--”字样显示。

4. 将柄头推回到位置②。

查看其它城市时间—世界时间模式

您可以从 43 个城市中选择任意城市时间或 UTC 时间。

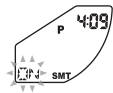


- 异地时间是在不同于本地标准时间的基础上计算的。
- 如果在柄头调到位置①的同时按下按键Ⓐ和Ⓑ，您可以将异地时间设定为新的本地标准时间。（先前的本地标准时间变成异地时间。）
- 您可以为每座城市进行夏令时时间设定。

关于可选城市，参阅第 78 页的“城市名称表”。

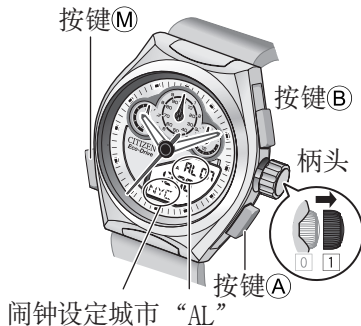
选择城市

1. 按下按键Ⓜ切换模式至世界时间。
2. 将柄头拉出到位置①。
3. 按下按键Ⓐ或Ⓑ选择一座城市，然后按下按键Ⓜ进入夏令时时间设定。
 - 如果您按住按键Ⓐ或Ⓑ，城市名称连续切换。
4. 对应夏令时时间，按下按键Ⓐ选择“ON”或“OFF”。
5. 将柄头推回到位置①。



使用闹钟—闹钟模式

您可以在所选城市时间的基础上设定闹钟。



想要监听闹钟声音，在柄头调到位置①的同时按住按键(A)超过2秒钟。您可以监听声音长达10秒钟。

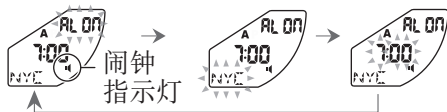
1. 按下按键(M)切换模式至闹钟。（“AL”）
2. 将柄头拉出到位置①。

3. 按下按键Ⓜ选择一个项目，然后按下按键ⓐ或ⓑ调整所选项目。

闹钟 ON/OFF 城市
(“AL ON/AL OF”)

城市

闹钟时间
(小时,分钟)



- 对应 ON/OFF 设定，使用按键ⓐ。
- 如果您按住按键ⓐ或ⓑ，项目连续切换（对应城市和闹钟时间设定）。

4. 调整后，将柄头推回到位置①。

当到达闹钟时间时

闹钟声音持续 15 秒钟。

- 想要停止闹钟声音，按下任意按键。

使用定时器—定时器模式

您可以从1分钟至99分钟以分钟为单位设定倒数定时器。

按键①



1. 按下按键①切换模式至定时器。（“TMR”）

最新定时器设定显示。

- 如果您不需要切换设定，进入步骤5。

2. 将柄头拉出到位置①。

3. 按下按键Ⓐ或Ⓑ调整时间。

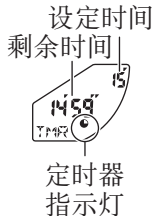
- 如果您按住按键Ⓐ或Ⓑ，数值连续切换。

4. 调整后将柄头推回到位置⓪。

5. 按下按键Ⓑ开始倒数。

“●”出现。

- 每次您按下按键Ⓑ，倒数开始或停止。
- 想要从设定时间重新开始倒数，当倒数进行时按下按键Ⓐ。
- 想要返回至设定时间，当倒数停止时按下按键Ⓐ。



即使在倒数时您切换模式，倒数仍继续。

当超过设定时间时

时间已到声音持续 5 秒钟。

- 想要停止时间已到声音，按下任意按键。
- 剩余时间返回至设定时间。

为电池充电

当电池电量不足时—电量不足警报功能

当电池电量不足时，电量不足警报功能①和②按顺序启动。将表盘放置于光亮处为电池充电。

手表的功能和运行

当电池电量不足时—电量不足警报功能①

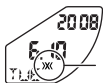
“⌘”在数字部分出现。计时器指针不转动（计时器秒针除外）。

当电池电量几乎耗尽时—电量不足警报功能②

秒针每两秒钟转动一次。您无法操作本手表。

- 闹钟声音不响。
- 如果从电量不足警报提示功能开始，约三天没有为电池充电，手表会停止运行。

当电池充电时：



电量不足警报
功能①指示灯

“X”消失。

两秒间隔转动



秒针开始正常转动。
• 为电池持续充电直到“X”消失。

充电时间

下列为持续光照时充电时间的大约近似值。

照度 (Lx)	环境	当电量耗尽时完全充电所需要的时间 (大约)	运行一天所需要的充电时间 (当秒针正常转动时) (大约)
3,000	荧光灯下 (30W) 20cm	200 小时	40 分钟
10,000	阴天	60 小时	12 分钟
100,000	夏季阳光直射下	30 小时	3 分钟

可以参考表格内容，根据充电环境和时间为手表进行适当地充电。

例如,如果手表在阴天充电4小时,可获得约20天的电量。

想要完全充电,将表盘长时间放置于光亮处。阳光比荧光灯更有效。

- 如果手表温度保持在 50°C 以下,您可以使手表长时间接受阳光直射。

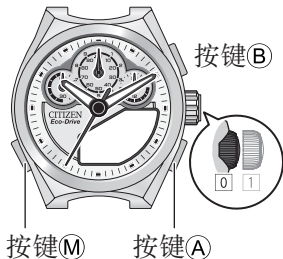


电池完全充电后—防止过度充电功能

当电池完全充电时,防止过度充电功能自动启动以防止过度充电。

节电功能

将手表放在黑暗处一段时间后，节电功能①和②按如下启动。



节电功能启动条件

当未将表盘放置于光亮处超过30分钟时—节电功能①

当未将表盘放置于光亮处超过7天时—节电功能②

注意

如果节电功能取消后秒针每 2 秒钟转动一次，为电池充电。（→ 第 45 页）

	手表的运行	取消功能
	数字部分关闭。	将表盘放置于光亮处或按任意按键。
	数字部分关闭且所有指针指向参考位置。	将表盘放置于光亮处。 <ul style="list-style-type: none">• 小时针，分针，秒针和 24 小时针开始转动并指示当前时间。• 如果指示的时间不正确，调整时间和日历。（→ 第 20 页）

故障排除

如果您的手表出现了问题，查看下表。

症状	措施	页
指针无法正常工作		
秒针每2秒转动一次。	为电池充电。	14
计时器1/10秒和1/100秒针无法转动。		45
所有指针停止转动。	将柄头推回到位置①。	20
	为电池充电。	14
错误时间在指针部分显示。	查看并调整参考位置。	55
每根计时器指针无法返回至“0/.00”或“60”。		

症状	措施	页
当您从表壳中取出手表时，指针开始快速转动。	手表正在取消节电功能。等到指针指示当前时间。	50
数字显示部分异常		
当您从表壳中取出手表时，数字部分关闭。	节电功能启动。将表盘放置于光亮处或按任意按键。	50
模式无法切换。	停止计时器测量或圈数记录模式。	23 30
“⌘” 出现。	电池电量不足。为电池充电直到“⌘”消失。	14 45

症状	措施	页
----	----	---

其它

闹钟无法发出声音。	确认闹钟设定。	39
	为电池充电。	14, 45
运行或指示不正常。	重设手表。 如果手表无法正常工作，联系西铁城服务中心或授权维修站。	60
即使您尝试了“故障排除”中描述的措施，手表仍无法正常工作（第52至54页）。		
即使电池完全充电，手表仍无法正常运行。 (→ 第48页)	联系西铁城服务中心或授权维修站。	-

调整参考位置

在下列情况下调整参考位置：



- 即使在校时后正确时间也无法在指针部分显示。
- 即使在重校测量时间后每根计时器指针也不指向“0/.00”或“60”。

1. 按下按键 **M** 切换模式至计时器。

(“CHR”)

2. 将柄头拉出到位置 **1**。

“0” 字样显示且所有指针转动，指示当前参考位置。

- 当参考位置正确时，进入第 59 页的步骤 5。



(0:00:00
/ 测量时间: 0)

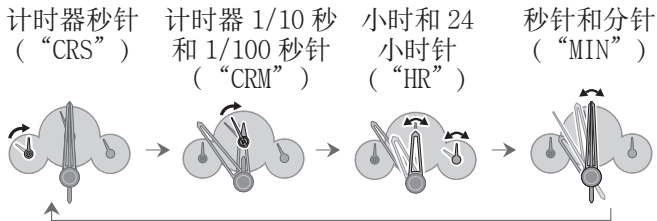


插图显示正确的参考位置。

- 按下按钮(B)超过2秒钟。
“CRS”字样显示。



- 按下按钮(M)选择指针，
然后按下按钮(A)或(B)调
整所选指针的位置。



- 每次您按下按键Ⓜ，可调整指针转动。
- 如果您按住按键ⓐ或ⓑ，指针连续切换。
- 对应计时器指针，使用按键ⓑ。

- 当调整计时器 1/10 秒和 1/100 秒针或小时和 24 小时针时，秒针每 3 分钟倒退一次，分针每 30 秒钟倒退一次，这样可以看见调整的指针。

5. 调整后将柄头推回到位置①。

当前时间在指针部分显示。

重设手表

如果受静电或震动影响，手表可能无法正常工作。此种情况下，重设手表。

按键(M)



注意

如果您重设手表，每种模式的显示按右栏表格中的记录切换，圈数记录模式中的记录被删除。

1. 将柄头拉出到位置①。
2. 同时按下按键Ⓐ，Ⓑ和Ⓜ。
确认声音响起，“0”字样显示。
3. 设定参考位置。

操作第 57 至 59 页的步骤 3 至步骤 5。



重设之后，每种模式的显示按如下切换。调整时间和日历及其它设定。

重设手表后每种模式的显示

时间和日历模式	2008 年 1 月 1 日 / 星期二
计时器模式	0:00:00:000
赛跑模式	0:00:00:000
圈数记录模式	--
世界时间模式	AM12:00 / 城市: UTC
闹钟模式	AM12:00 / 闹钟: OFF / 城市: UTC
定时器模式	99 分钟



注意事项

警告 防水能力

使用之前，确认表盘和表壳上标示的防水等级。

- 防水能力单位“bar”大致相当于1个大气压。
- * “WATER RESIST(ANT) xx bar”也会以“W.R. xx bar”标示。

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

承
上
页

- 日常使用防水功能（达 3 个大气压）：
这类表可抵抗轻微沾水。比如戴着手表洗脸都没问题；
不过，它不是设计来供浸入水中使用。
- 日常使用加强防水功能（达 5 个大气压）：
这类表可抵抗中等程度的沾水。比如戴着手表游泳都没问题；
不过，它不是设计来供赤身潜水时使用。
- 日常使用加强防水功能（达 10/20 个大气压）：
这类表可于赤身潜水时使用；不过，它不能在戴着水下呼吸器或以氮气的浸透式潜水时使用。
- 手表在使用时柄头须按入（正常位置）。如果柄头是螺旋式的，就一定要把柄头完全拧紧。

- 切勿在表湿时操作柄头或按键。
- 如果有水进入表内，或表面里层有水雾而整天不散，就要立刻将表送去授权维修站或西铁城服务中心修理。如果任由水汽留在表内不理，会使内部部件腐蚀而导致故障。
- 如果有海水进入表内，则宜将手表用盒子或塑料袋包好立刻送去修理。不然，表内的压力会逐渐增大，可能使一些部件（表玻璃、柄头、按键等）脱落。
- 曾于海水中使用过手表，以清水冲洗再用干布抹干。

保持手表清洁

- 保持手表清洁，防止生锈或脏污。它们可能弄脏您的衣物。
- 用干的软布抹去皮质表带上的灰尘，防止表带退色。

警告 关于蓄电池的使用

- 切勿将蓄电池取出。如果因为某种原因需要将其取出时，一定要存放在儿童拿不到的地方，以防误食。
- 如果误食了蓄电池，咨询医生寻求医疗救助。

注意 关于充电的注意事项

- 充电时的异常高温可能导致电池外部退色变形和手表故障。
- 切勿在高温下为电池充电（大约 50°C 或更高。）

例：

- 在白炽灯或卤素灯光下充电
- 在异常高温处充电—如仪表板上

避免损坏

- 切勿在异常高温处佩戴手表—如蒸汽浴室中。否则手表会变热并烫伤皮肤。

避免故障

- 切勿超出使用手册中规定的操作温度范围使用手表。这样做可能导致手表故障或停顿。
- 切勿将手表放置于下列产生强烈磁场的物品旁：
 - 磁性保健用品如磁性项链
 - 冰箱的磁性门封
 - 手袋的磁性扣
 - 移动电话的扬声器
 - 电磁烹饪装置

它们可能会影响步进电机的运作, 导致手表计时失准。

- 切勿将手表放置于产生静电的家电旁。如果将手表放置于强静电场环境中，如在电视荧光屏辐射出来的静电场中，则易使手表计时失准。
- 切勿让手表受到强烈振动，如掉在坚硬的地板上等。
- 避免在可能有化学或腐蚀性气体弥漫的环境中使用手表。

如果手表接触到化学溶剂，如油漆稀释剂和汽油，或含有这类溶剂的物质等，就会引起手表退色、熔化、破裂等情况。如果手表接触到温度计内用的水银，则表壳、表带或其它部件都会退色。

保养

日常保养

- 在柄头处于按入状态（位置回）时，不时转动它，并按下按键，以防止生锈。
- 用软布抹除表壳和表面上的灰尘、汗渍和水分。
- 金属、塑料或橡胶表带可用水冲洗。用软刷刷除金属带缝隙中的灰尘和污垢。
- 切勿使用一些溶剂（如油漆稀释剂、汽油等来清洁手表），因为这些溶剂很容易损伤饰面。

定期检查

为了使您的手表能够安全而长期地使用，手表应每两到三年检查一次。为了保持手表的防水性能，胶圈需要定期更换。

其它部件也应定期检查，如需要，应更换。
在更换部件时，请使用西铁城纯正部件。

规格

型号	U70* (距离单位: U700: km/U706: 英里)
类型	多功能光动能手表
精确度	每月平均在 ± 15 秒以内 (在 $+5^{\circ}\text{C}$ 至 $+35^{\circ}\text{C}$ 之间的正常温度下佩戴时)
工作温度范围	0°C 至 $+50^{\circ}\text{C}$
显示功能	指针部分: <ul style="list-style-type: none">• 时间: 小时, 分钟, 秒钟, 24 小时• 计时器: 秒, 1/10 秒, 1/100 秒

显示功能	数字部分： <ul style="list-style-type: none">• 日历：年，月，日，星期• 计时器（分段时间）• 赛跑（分段计时，速度）• 赛跑记录（分段计时，速度）• 世界时间• 闹钟• 定时器
一次充电后电池使用时间	从充满电到电量耗尽： <ul style="list-style-type: none">• 大约 7 年（使用节电功能）• 大约 8 个月（不使用节电功能） 从充电警告 2 开始，到手表停走：约 3 天

电池	充电电池 1 个
附加功能	<ul style="list-style-type: none">• 节电功能（电池节电模式）① / ②• 防止过度充电功能• 电量不足警报功能① / ②• 夏令时时间 ON/OFF• 全自动日历（直到 2099 年 12 月 31 日）• LED 灯

城市名称表

缩写	城市名称	时差	缩写	城市名称	时差
UTC	-	±0	DXB	迪拜	+4
LON	伦敦		KBL	喀布尔	+4.5
MAD	马德里	+1	KHI	卡拉奇	+5
PAR	巴黎		DEL	德里	+5.5
ROM	罗马		DAC	达卡	+6
BER	柏林		RGN	仰光	+6.5
CAI	开罗	+2	BKK	曼谷	+7
ATH	雅典		SIN	新加坡	+8
JNB	约翰内斯堡		HKG	香港	

缩写	城市名称	时差	缩写	城市名称	时差
MOW	莫斯科	+3	BJS	北京	+8
RUH	利雅得		TPE	台北	
THR	德黑兰	+3.5	SEL	首尔	+9
TYO	东京	+9	LAX	洛杉矶	-8
ADL	阿德来德	+9.5	DEN	丹佛	-7
SYD	悉尼	+10	MEX	墨西哥城	-6
NOU	努美阿	+11	CHI	芝加哥	
AKL	奥克兰	+12	NYC	纽约	-5
SUV	苏瓦		YMQ	蒙特利尔	

缩写	城市名称	时差	缩写	城市名称	时差
MDY	中途岛	-11	SCL	圣地亚哥	-4
HNL	火奴鲁鲁	-10	RIO	里约热内卢	-3
ANC	安克雷奇	-9	FEN	费尔南多 - 迪诺罗尼亚	-2
YVR	温哥华	-8	PDL	亚速尔群岛	-1

根据国家的状况，时差和城市名称可能有所变化。

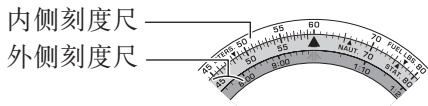
如何使用旋转表圈

某些型号配备了旋转表圈。

使用旋转表圈，您可以方便地计算下列内容：

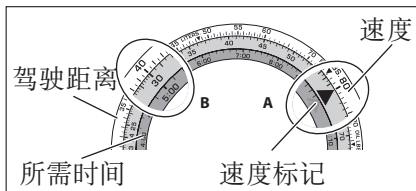
1. 速度，驾驶距离和所需时间
2. 燃料消耗率，燃料消耗量和驾驶时间
3. 换算（重量／容积／距离）

- 旋转外侧刻度尺进行计算。



- 旋转表圈的旋转方法因手表类型而不同。
- 根据计算结果，您需要增加一位小数。

1. 计算速度，驾驶距离和所需时间

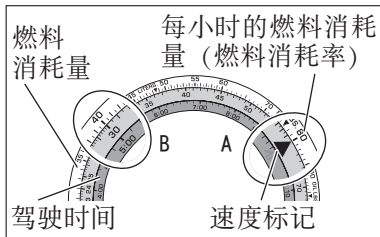


▲（速度标记）总是指向速度。

$$\frac{\text{速度}}{\text{▲}} = \frac{\text{驾驶距离}}{\text{所需时间}}$$

在圈 A 中，速度标记指向“80”。那么其余部分则指示与速度 80km/h 对应的一组驾驶距离和所需时间。例如，当驾驶距离为 400km（“40”）时，所需时间为 5 小时（“5:00”）。在圈 B 中，已设定驾驶距离和所需时间，那么▲则指示速度。

2. 计算燃料消耗率，燃料消耗量和驾驶时间



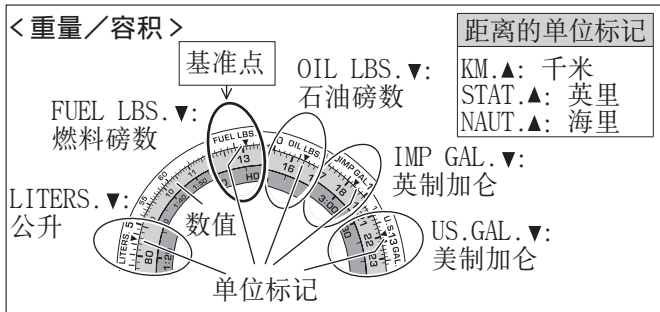
▲ (速度标记) 总是指向燃料消耗率。

$$\frac{\text{燃料消耗率}}{\text{▲}} = \frac{\text{燃料消耗量}}{\text{驾驶时间}}$$

在圈 A 中，速度标记指向“80”。那么其余部分则指示与燃料消耗率 80l/h 对应的一组燃料消耗量和最长驾驶时间。例如，当燃料消耗量为 400l（“40”）时，最长驾驶时间为 5 小时（“5:00”）。

在圈 B 中，已设定燃料消耗量和驾驶时间，那么▲则指示燃料消耗率。

3. 换算



设定您想要换算的数值的标记 (▲/▼) 。那么其它标记 (▲/▼) 则指向换算好的数值。

示例显示 13.1 磅的燃料(基准点)相当于 16.4 石油磅数, 1.82 英制加仑, 2.18 美制加仑和 8.25 公升。

术语表

术语 (页)	描述
AVG (7, 34)	AVERAGE: 平均分段计时。
FAS (7, 33)	FASTEST: 最好分段计时。
LAT (7, 34)	LATEST: 最差分段计时。
UTC (36, 62, 78)	“协调世界时间”是获国际认可的世界标准时间。
光动能 (2)	将光能转换成动能的系统。它可以使手表有效运行。
夏令时时间 (19, 21, 36, 76)	在夏季的某段时间将时钟调前一个小时的惯例。是否实行和何时实行取决于每个国家或城市。

术语 (页)	描述
分段时间 (25)	从开始点到测量点的已过时间。
螺旋型柄头 (81)	以螺丝固定的柄头。锁住柄头可防止意外操作或进水。
全自动日历 (76)	用于在每月月末自动调整日历, 包含 2 月 29 日。
本地时间 (20, 36)	主显示部分显示的时间。(当手表具有两个或更多时间显示时。)
分段计时 (2, 7, 26, 30, 34, 75)	每圈的已过时间。

术语 (页)	描述
参考位置 (16, 25, 51, 52, 55, 60)	指针部分指示的基本位置。 (0:00:00 / 测量时间: 0) 如果参考位置与之偏离, 手表将无法正确显示时间和测量时间。

* 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/>



