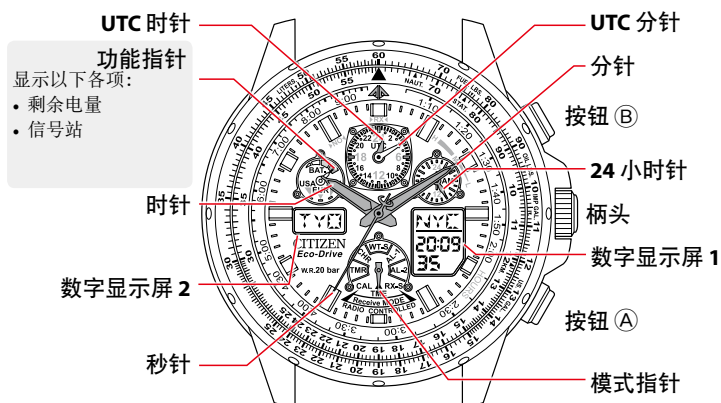
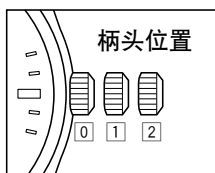


- 该手表是光动能手表。请将表盘接受光照且充满电后使用。
- 若要查看充电时间、规格和操作的详细信息，请参阅说明手册。

组件识别



- 实际外观可能与图解不同。
- 拉出时柄头有两个档位。
- 有关手表刻度和表圈使用的详细信息，另请参阅我们的网页。
(<http://www.citizenwatch-global.com/support/pdf/enhanced/sc.pdf>)



更改模式

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以更改模式。
 - 转动柄头以使模式指针稳固地指向模式显示的标记。

模式	内容
TME	显示主时间和当地时间的模式。
CAL	显示当地时间的日期和星期几的模式。
TMR	使用倒计时定时器的模式。有关详细资料，参见说明手册。
CHR	使用计时器。有关详细资料，参见说明手册。
WT-S	隐藏/显示世界时间区域的模式和改变其的夏令时设置。
AL-1/2	使用闹铃功能模式。有关详细资料，参见说明手册。
RX-S	设置时间信号/夏令时信号接收类型的模式。详细信息，请参阅设置接收时间和设置夏令时。

3. 推入柄头到位置 ② 以完成步骤。

使用 LED 灯

- 柄头位于位置 ② 时按下按钮 ⑤ 打开 LED 灯 2 秒。但是请注意，在以下情况下，灯不会亮起。
- 模式为 [TMR] 或 [CHR] 期间
 - 无线电波接收期间
 - 2 秒间隔走动期间（电量不足警告状态）

该手表的时间显示

该手表表示以下三种类型的时间：

协调世界时 (UTC)	主时间	当地时间

更改当地时间的时间显示

- 您可以从 44 个地区中选择时区，并使用 UTC 作为本地时间。
1. 拉出柄头到位置 ①。
 2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME] 或 [CAL]。
 3. 重复按下并释放右下方按钮 ④ 或右上方按钮 ⑤ 以选择一个地区。
 - 有关所选地区，参见设置主时间的地区中的表。
 4. 推入柄头到位置 ② 以完成步骤。

切换主时间和当地时间

您可以简易切换主时间和当地时间。

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME] 或 [CAL]。
3. 同时按下并释放右下方按钮 ④ 和右上方按钮 ⑤。
 - 闹铃声响起，主时间和当地时间切换。
 - 同一时间日历切换。
4. 推入柄头到位置 ② 以完成步骤。

检查剩余电量

功能指针指示剩余电量等级。

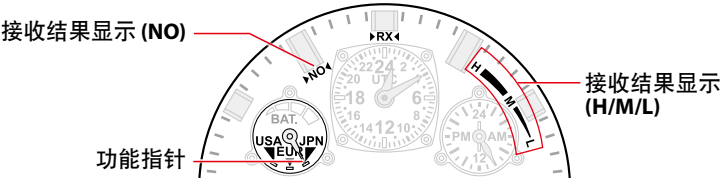
级别	3	2	1	0
显示				
持续时间 (大约)	180 - 130 天	130 - 20 天	20 - 3 天	3 天
含义	剩余电量足够。	剩余电量正常。	剩余电量在变少。 请立即充电	已启动充电不足警告。

检查信号接收结果

- 本款手表每天 2:00 AM 接收时间信号并自动调整时间和日历。如果 2:00 AM 接收不成功，会在 3:00 AM 和 4:00 AM 再次尝试接收信号。
- 4:00AM 时间接收可更改为其他时间。请参阅[设置接收时间](#)。

1. 拉出柄头到位置 1。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME]、[CAL] 或 [RX-S]。
3. 将柄头推入位置 0。
4. 按下并释放右下方按钮 A。

秒针指示信号接收结果 (H/M/L/NO)，剩余电量显示指针指示发送所接收时间信号的信号站 (USA/EUR/JPN)。



- 主时间的夏令时设置显示在数字显示屏 2 上。（“SMT”和“ON”（或“OFF”）交替显示）。

H	在非常好的条件下接收的信号
M	在良好条件下接收的信号
L	在较差条件下接收的信号
NO	接收失败。

- “H”、“M”和“L”只显示接收条件，与手表的接收性能无关。
- 如果上一次接收失败，请遵循[手动接收信号（按需接收）](#)中的步骤尝试信号接收。

5. 按下并释放右下方按钮 A 以完成步骤。

- 指针恢复正常。
- 若未按下任何按钮，指针将在 10 秒内自动恢复至正常显示。

设置主时间的地区

选择您通常使用手表设置家庭时间的地区。
• 手表尝试从分配给本地时间地区的电台接收信号（在数字显示屏 2 上显示）。

1. 拉出柄头到位置 1。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME]。
3. 重复按下并释放右下方按钮 A 或右上方按钮 B 以选择一个地区。
 - 地区名称及其时间显示在数字显示屏 1 上。
 - 按住该按钮可连续更改地区名称。
4. 同时按下并松开右下角按钮 A 和右上角按钮 B。
5. 推入柄头到位置 0 以完成步骤。

关于时区

- 表中的时区以 UTC（协调世界时）为基础。
- 国家或区域可能会由于多种原因改变时区。

时区	地区名称	代表性地区	信号站	时区	地区名称	代表性地区	信号站
0	UTC	协调世界时	-	+9.5	ADL	阿德莱德	♦JPN
0	LON	*伦敦	EUR	+10	SYD	悉尼	
+1	PAR	*巴黎		+11	NOU	努美阿	
	ROM	*罗马		+12	AKL	奥克兰	
	BER	*柏林			SUV	苏瓦	
	MAD	*马德里	♦EUR	-11	MDY	中途岛	♦USA
+2	CAI	开罗		-10	HNL	火奴鲁鲁	
	JNB	约翰内斯堡		-9	ANC	**安克雷奇	
	ATH	*雅典		-8	LAX	**洛杉矶	USA
+3	MOW	*莫斯科			YVR	**温哥华	
	RUH	利雅得		-7	DEN	**丹佛	
+3.5	THR	德黑兰	♦JPN	-6	CHI	**芝加哥	
+4	DXB	迪拜			MEX	**墨西哥	♦USA
+4.5	KHL	喀布尔		-5	NYC	**纽约	
+5	KHI	卡拉奇			YMQ	**蒙特利尔	
+5.5	DEL	德里		-4	CCS	加拉加斯	♦EUR
+6	DAC	达卡	JPN	-3	RIO	里约热内卢	
+6.5	RGN	仰光		-2	FEN	费尔南多•迪诺罗尼亚群岛	♦EUR
+7	BKK	曼谷		-1	PDL	*亚速尔群岛	
+8	SIN	新加坡		任意	HOM	根据设置的时区。	
+8	HKG	香港					
+8	BJS	北京					
+8	TPE	台北					
+9	TYO	东京					
	SEL	首尔					

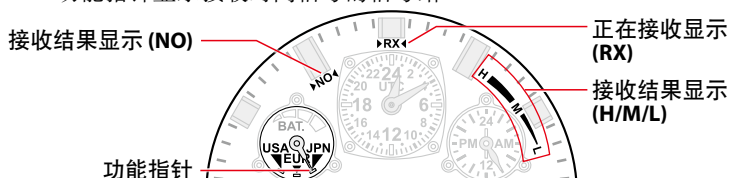
- USA: 美国, EUR: 欧洲, JPN: 日本
- 对于带 * 或 ** 的区域，一起执行夏令时/标准时间的自动切换。
- 在表中未列的地区使用本款手表时，在相同的时区中选择地区名称。
- 带有♦标志的地区超出了接收范围，因此无法接收信号。（本款手表会尝试从目标信号站接收信号。）
- 在信号难以到达的特定环境中接收信号可能会有困难。

手动接收信号（按需接收）

- 手表尝试从分配给本地时间地区的电台接收信号（在数字显示屏 2 上显示）。
- 当主时间设置为“UTC”时，本款手表不会尝试接收信号。
- 当接收成功完成时，同步调整当地时间和 UTC。
- 完成接收需要 2-15 分钟。

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME]、[CAL] 或 [RX-S]。
3. 将柄头推入位置 ②。
4. 按住右下方按钮 ④ 2 秒以上。

铃声响起且秒针指向“RX”后，释放按钮。
秒针走动指向“H”、“M”或“L”，然后开始接收时间信号。
功能指针显示接收时间信号的信号站。



完成接收后，秒针恢复正常走动。

接收成功	显示修正后的时间/日历。
接收失败	时间未修正，恢复之前设置的时间。

设置接收时间

1. 拉出柄头到位置 ①。
 2. 旋转柄头以将模式更改为 [RX-S]。
 3. 拉出柄头到位置 ②。
 4. 按下并释放右上方按钮 ③。
- 当前接收设置开始闪烁并变为可调整。
5. 重复按下并释放右下方按钮 ④ 以选择自动接收时间设置。

- 每次按下按钮时，设置都会发生下列变化：

AUT → MAN → OFF → (返回顶部)

MAN (手动)	4:00AM 时间接收可以 1 小时为单位更改为其他时间（主时间）。无法设置为 2AM 和 3AM。
OFF (关闭)	不执行自动接收。
AUT (自动)	根据初始设置执行自动接收（在 2AM、3AM 和 4AM 时）。

- 选择“MAN”时，旋转柄头以设置自动接收时间。

6. 推入柄头到位置 ② 以完成步骤。

设置夏令时

调整夏令时/标准时间的自动切换

您可以选择手表是否自动切换夏令时/标准时间。

1. 拉出柄头到位置 ①。
 2. 旋转柄头以将模式更改为 [RX-S]。
 3. 拉出柄头到位置 ②。
- 当前的自动切换设置开始闪烁并变为可调整。
4. 按下并释放右下方按钮 ④ 以选择 “AU” 或 “mA”。

AU (自动)	根据夏令时信号自动切换夏令时/标准时间。
mA (手动)	夏令时/标准时间不会自动切换。

- 每次按下按钮时，设置会相应地更改。

5. 推入柄头到位置 ② 以完成步骤。

激活/停用每个地区的夏令时

您可以为除 UTC 之外的每个地区单独激活/停用夏令时。

1. 拉出柄头到位置 ①。
 2. 旋转柄头以将模式更改为 [WT-S]。
 3. 拉出柄头到位置 ②。
- 数字显示屏 2 关闭，数字显示屏 1 上显示的地区夏令时设置的“ON”或“OFF”开始闪烁。
4. 旋转柄头以选择地区。
 5. 按下并松开右下角按钮 ④ 以选择夏令时设置。

ON	夏令时显示。
OF (OFF)	标准时间显示。

- 每次按下按钮时，设置会相应地更改。

6. 重复步骤 4 和 5 以设置其他地区。
7. 推入柄头到位置 ② 以完成步骤。

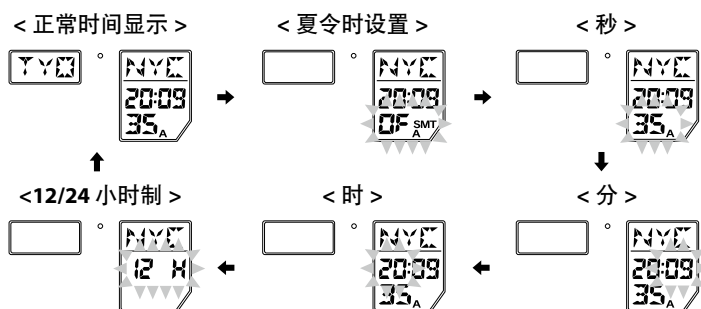
手动设置时间和日历

- 主时间和 UTC 时间不能单独调整。
- 主时间和 UTC 时间被同步地调整，因为已调整了本地的时间。

设置时间

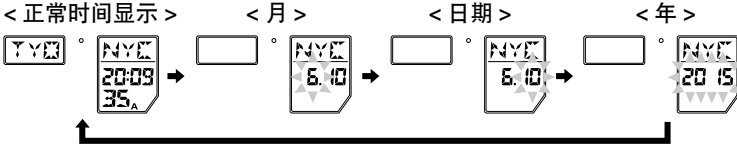
1. 拉出柄头到位置 ①。
 2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME]。
 3. 重复按下并释放右下方按钮 ④ 或右上方按钮 ③ 以选择一个地区。
 4. 拉出柄头到位置 ②。
- 秒针走动至 0 秒位置，数字显示屏 2（家乡地区）关闭。
夏令时设置开始闪烁并变为可调整。
5. 重复按下并释放右上方按钮 ③ 以更改要设置的目标。

- 每次按下按钮时，目标都会发生下列变化：



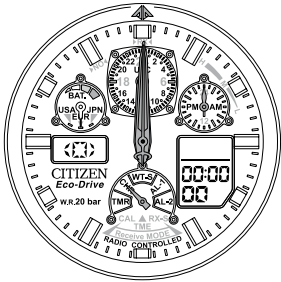
6. 调整时间 / 显示 / 设置。
- 使用柄头调整时和分。
使用按钮 ④ 设置夏令时、秒和 12/24 小时制。
7. 重复步骤 5 和 6 以设置其他目标。
 8. 推入柄头到位置 ② 以完成步骤。

设置日历

- 1. 拉出柄头到位置 ①。
 - 2. 旋转柄头以将模式更改为 [CAL]。
 - 3. 重复按下并释放右下方按钮 ④ 或右上方按钮 ⑤ 以选择一个地区。
 - 4. 拉出柄头到位置 ②。
 - 数字显示屏 2 关闭。
月份开始闪烁并变为可调整。
 - 5. 重复按下并释放右上方按钮 ⑤ 以更改要设置的目标。
 - 每次按下按钮时，目标都会发生下列变化：
< 正常时间显示 > < 月 > < 日期 > < 年 >
- 
- 6. 旋转柄头以调整日历。
 - 7. 重复步骤 5 和 6 以设置其他目标。
 - 8. 推入柄头到位置 ① 以完成步骤。

检查基准位置

- 1. 拉出柄头到位置 ①。
- 2. 旋转柄头以将模式更改为 [CHR]。
- 3. 拉出柄头到位置 ②。
- 指针开始走动至内存中存储的当前基准位置。
- 4. 检查基准位置。
- 正确的基准位置：
 - 时针、分针和秒针：0 时 00 分 00 秒
 - 24 小时针：“24”
 - UTC 时针和分针：0 小时 00 分钟
 - 功能指针：欧洲
- 当前基准位置与正确位置不同时，继续 修正基准位置 的步骤 4。
- 5. 推入柄头到位置 ① 以完成步骤。



修正基准位置

- 1. 拉出柄头到位置 ①。
- 2. 旋转柄头以将模式更改为 [CHR]。
- 3. 拉出柄头到位置 ②。
- 指针开始走动至内存中存储的当前基准位置。
- 4. 按住右上角按钮 ⑤ 2 秒以上。
- 数字显示屏 2 上的“CHA”闪烁，功能指针变为可调整。
- 5. 重复按下并释放右上方按钮 ⑤ 以更改要设置的目标。
- 每次按下按钮时，目标都会发生下列变化：
功能指针 → UTC 时针和分针 → 时针/24 小时针 → 分针 → (返回顶部)
- 6. 旋转柄头来调整目标指针。
- 7. 重复步骤 5 和 6 以设置其他目标。
- 8. 按住右上角按钮 ⑤ 2 秒以上。
- 9. 推入柄头到位置 ① 以完成步骤。

复位手表 - 全部复位

- 1. 拉出柄头到位置 ①。
- 2. 旋转柄头以将模式更改为 [CHR]。
- 3. 拉出柄头到位置 ②。
- 4. 同时按下并释放右下方按钮 ④ 和右上方按钮 ⑤。
- 所有数字指示灯亮起，手表复位。
然后一个确认铃声响起，所有指针都显示示范走动。

全部复位之后的设置值	
主时间和当地时间地区	UTC
时间	12:00 AM
日历	2007 年 1 月 1 日
接收时间设置	AUT
夏令时设置	所有时区 OF (OFF)
夏令时/标准时间的自动切换	AU
铃声设置和时间	OF (OFF)、UTC、12:00AM
定时器	99:00
计时器	00:00:00:00

全部复位之后

全部复位之后，请调整基准位置、设置时间/日历以及其他设置。