

# soundcore Sleep A30 使用指南

充分利用您的 soundcore Sleep A30 睡眠耳機，享受安穩的夜晚。

## 入門

- 將 Sleep A30 與您的設備配對
- 佩戴您的 Sleep A30

## 主要特色

- 敲擊控制
- 切換聆聽模式
- 管理主動降噪
- 使用 Sleep A30 撥打和接聽電話
- 使用 soundcore App 找到您的 Sleep A30
- 追蹤您的睡眠

## 設備管理

- 取消配對、重新啟動或重置您的 Sleep A30
- 檢查電池和充電狀態
- 清潔您的 Sleep A30
- 更新韌體和應用程式

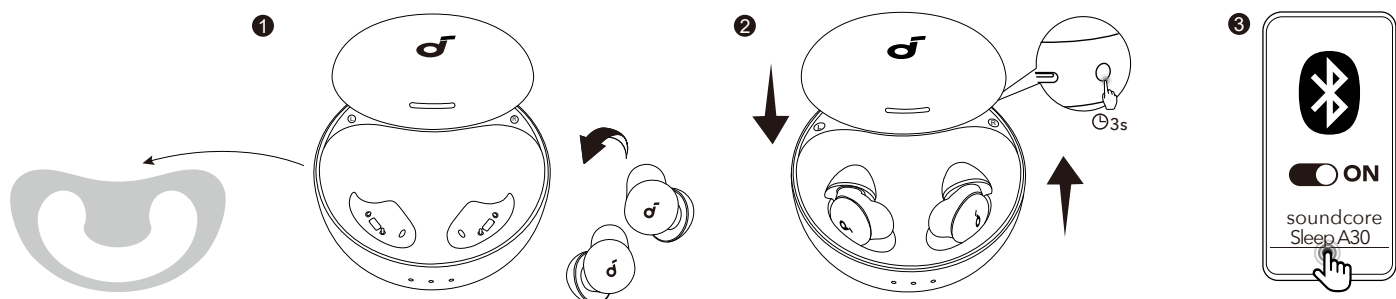
## 更多資訊

- Sleep A30 規格
- 獲取支援

# 將 Sleep A30 與您的設備配對

將您的 Sleep A30 連接到設備，以自訂控制、收聽放鬆音頻、管理睡眠模式、更新韌體等。

## 如何進行首次配對



1. 在首次使用前，請先移除耳機上的保護膜。
2. 將耳機放回充電盒，然後關閉並重新打開蓋子。耳機將自動開啟並進入藍牙配對模式。機殼內的 LED 指示燈將開始閃爍。
3. 在您的設備上，進入藍牙設定，然後從列表中選擇「soundcore Sleep A30」。
4. 配對成功後，充電盒內的 LED 指示燈會亮起 1 秒，然後緩慢閃爍，直到蓋子關閉為止。

## 如何手動配對

您也可以隨時手動將您的 Sleep A30 與設備配對。

1. 將兩個耳機放入充電盒中，並保持蓋子打開。
2. 按住充電盒背面的按鈕 3 秒鐘以進入配對模式。
3. 在您的設備上，從藍牙列表中選擇「soundcore Sleep A30」以進行連接。

## 使用 soundcore 應用程式



Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google Inc.



Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc.



下載 soundcore 應用程式以自訂控制、收聽放鬆音頻、管理睡眠模式，並獲取最新的韌體更新。如果無法將耳機連接到應用程式，請檢查 App Store 或 Google Play 商店，確保您擁有最新版本。

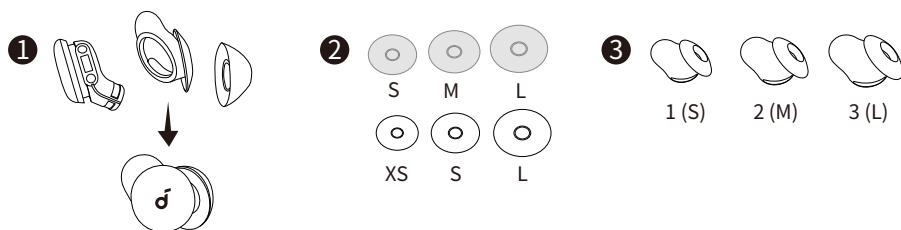
應用程式下載網址：

<http://dl-soundcore.soundcore.com/qcdl?flow=soundcore>

# 佩戴您的 Sleep A30

選擇最適合您耳朵的配件，正確佩戴耳機以獲得最佳的舒適度和噪音隔離效果。

## 選擇您的耳機和耳翼

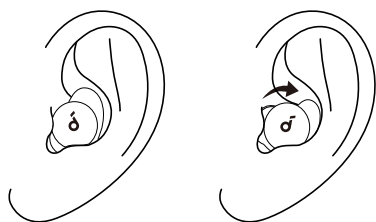


您的 Sleep A30 耳機附帶多種尺寸的耳機套和耳翼。中號已預先安裝。您可以混合搭配不同尺寸以找到最合適的搭配。包裝內包含兩種類型的耳機：

- **矽膠耳機：**為最佳舒適性而設計。
- **記憶海綿耳機：**專為更緊密的密封設計，以增強噪音隔離效果。

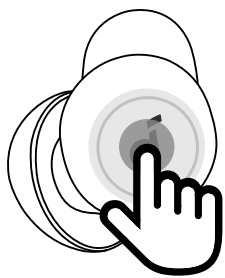
注意：記憶海綿耳機屬於消耗品，應定期更換。請勿使用酒精或水清潔它們。

## 如何正確佩戴耳機



為了達到最佳的噪音隔離效果，將每個耳機插入耳道中。輕輕旋轉，直到耳翼舒適且穩固地貼合在您的耳廓上。

# 敲擊控制



您可以敲擊耳機表面來切換模式、調節音量、控制降噪等功能。

以下是您可以使用點擊控制完成的操作：

- **在不同聆聽模式間切換：** 敲擊左耳機兩下。
- **開啟或關閉主動降噪：** 敲擊右耳機兩下。
- **降低音量：** 敲擊左耳機三下。
- **增加音量：** 連按右耳機三下。

為了達到最佳效果，請**用力敲擊**。您可以在 soundcore 應用程式中自訂這些控制項。

# 切換聆聽模式

通過切換兩種收聽模式：藍牙或本地模式，選擇您的音訊來源。

- **藍牙模式：**連接至 soundcore 應用程式或您裝置上的其他應用程式，以播放您喜歡的任何音訊。
- **本地模式：**直接在耳機中播放儲存的舒緩聲音，無需使用設備，確保在沒有通知干擾的情況下獲得充分休息。

## 如何切換模式

將耳機戴上並連接到您的設備後，您可以通過兩種方式切換模式：

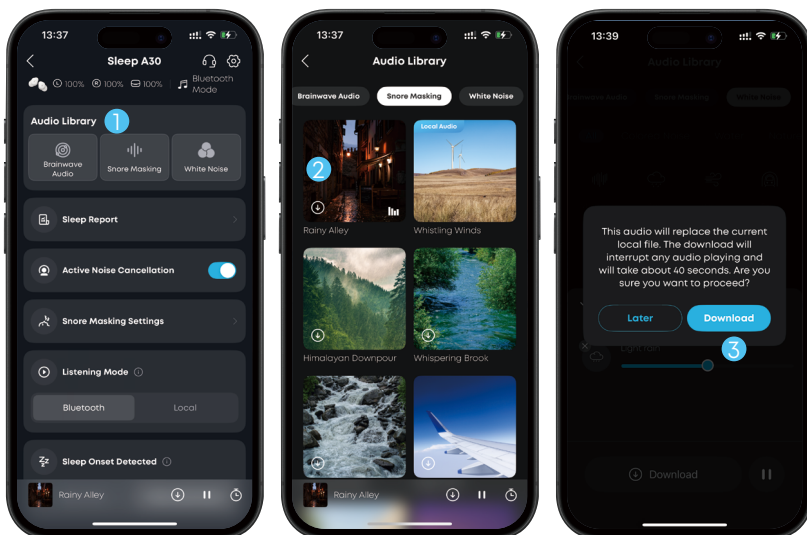
- **使用您的 Sleep A30 耳機：**敲擊左耳機兩下即可在藍牙模式和本地模式之間切換。您會聽到一個音調以確認更改。
- **在 soundcore 應用程式中：**打開應用程式以切換模式。您也可以在此「更多設定」中使用應用程式設定耳機的預設模式。

## 下載音訊到您的 Sleep A30

您可以將 soundcore 提供的舒緩音訊傳輸到您的耳機中，以在本地模式下播放。您不需要手機即可遊玩。

## 支援的音訊類型：

- 助眠音景
- 白噪音



# 如何將 soundcore 音頻下載到您的耳機

1. 在 soundcore 應用程式中，前往音頻庫。
2. 點擊「打鼾遮蔽」或「白噪音」類別。
3. 選擇您喜歡的音訊，然後點擊旁邊的下載圖示。
4. 在彈出視窗中，點擊「下載」以開始將音訊傳輸到您的耳機式耳機。
5. 等待傳輸完成。

# 管理主動降噪

您的 Sleep A30 上的主動降噪（ANC）功能可減少低頻背景噪音，例如家用電器或交通聲音，幫助您更好地入睡。

## 如何開啟和關閉主動降噪

將耳機戴上並連接到您的設備後，您可以通過兩種方式控制主動降噪：

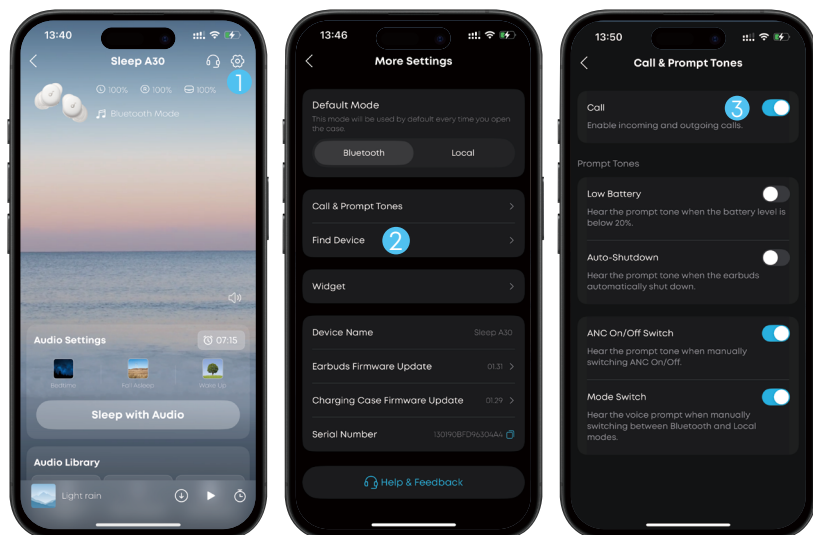
- **在您的 Sleep A30 耳機上：雙擊右耳機以開啟或關閉主動降噪功能。** 您會聽到一個提示音以確認。這可以在 soundcore 應用程式中自訂。
- **在 soundcore 應用程式中：**您可以直接從應用程式的主畫面開啟或關閉主動降噪。

## 睡眠時的降噪管理

您的 Sleep A30 可以根據您在 soundcore 應用中的睡眠設定，自動管理主動降噪。以下是「偵測到睡眠時的音訊動作」設定的運作方式：

- 如果您選擇停止音訊，主動降噪將預設保持整晚開啟。
- 如果您選擇播放本地音頻，耳機檢測到您已入睡後，主動降噪功能將自動關閉。
- 如果您關閉「睡眠檢測後音訊動作」功能，音訊和主動降噪將會整晚保持開啟。請注意，此設定將消耗更多電力，可能會縮短電池壽命。

# 使用 Sleep A30 撥打和接聽電話



預設情況下，您的 Sleep A30 的通話功能是關閉的。您需要在 soundcore 應用程式中啟用此功能才能撥打和接聽電話。

## 如何開啟通話功能

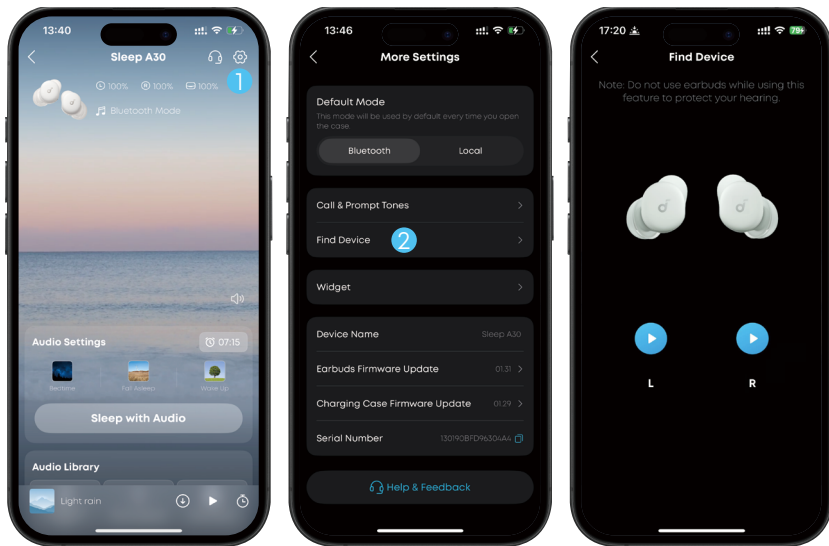
1. 確保您的 Sleep A30 耳機已開啟並連接到您的裝置。
2. 打開 soundcore 應用程式，然後點擊右上角的**設定**圖示。
3. 點擊**通話和提示音**。
4. 啟用**通話**。

## 如何管理通話

一旦啟用此功能，您可以使用敲擊控制來管理您的通話：

- 接聽電話：敲擊任意一側耳機兩下。
- 結束通話：敲擊任意一側耳機兩次。
- 拒接來電：三次敲擊任一耳機。

# 使用 soundcore App 找到您的 Sleep A30



如果您遺失了您的 Sleep A30，您可以使用 soundcore 應用程式中的尋找裝置功能來定位它們。

## 如何找到您的 Sleep A30

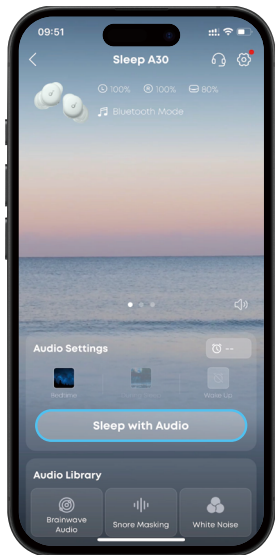
1. 打開 soundcore 應用程式，並確保您的耳機已連接。
2. 在裝置的主畫面上，點擊右上角的**更多設定**圖示。
3. 點擊「**尋找裝置**」。
4. 點擊您想要尋找的耳機。 它將播放響亮的聲音以幫助您找到它。

**重要提示：**在使用尋找裝置功能前，請先將耳機從耳朵中取出。 它播放的聲音很大，可能會損害您的聽力。

# 追蹤您的睡眠

您的 Sleep A30 可以追蹤您的睡眠階段、周圍噪音水平和睡姿，生成詳細的睡眠報告。您可以通過兩種方式追蹤您的睡眠：

## 手動追蹤（通過應用程式）



此方法僅適用於藍牙模式。

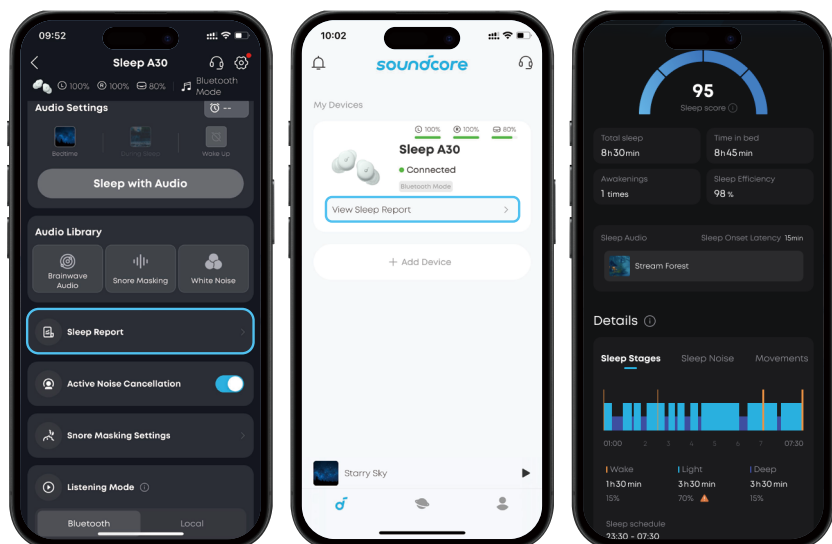
- 首先，點擊應用程式主畫面上的“音伴好眠”。
- 此模式可以準確記錄您的入睡潛伏期（您入睡所需的時間）。

## 自動追蹤（透過耳機）

此方法適用於藍牙模式和本地模式。

- 耳機使用內建感應器自動檢測您何時入睡並開始記錄數據。
- 注意：此模式不會記錄入睡潛伏期。

# 如何查看您的睡眠報告



當您睡眠超過 30 分鐘後，系統將生成一份報告。

- 連接耳機後：您可以直接從應用程式的 Sleep A30 主頁查看報告。
- 在耳機未連接的情況下：您可以在應用程式的「**我的裝置**」頁面查看您的睡眠報告。

# 取消配對、重新啟動或重置您的 Sleep A30

如果您的 Sleep A30 無法正常運作，您可以嘗試取消配對、重新啟動或重置它。

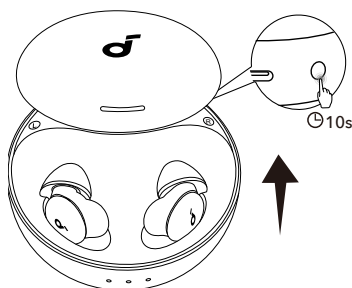
## 解除配對您的 Sleep A30

前往您的設備藍牙設定，在設備列表中找到「soundcore Sleep A30」，然後選擇忘記或移除。

## 重新啟動您的 Sleep A30

若要重新啟動您的耳機，請將其放入充電盒並關上蓋子。等待幾秒鐘，然後再次打開蓋子。耳機將自動重新啟動。

## 重置您的 Sleep A30



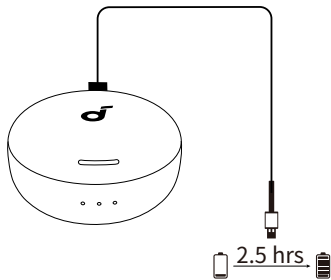
如果重新啟動後仍然有配對問題，您可以重置耳機。

1. 首先，從您的設備藍牙設定中移除或忘記「soundcore Sleep A30」。
2. 將耳機放入充電盒中，並保持蓋子打開。
3. 按住機殼背面的按鈕 10 秒，直到機殼內的 LED 指示燈熄滅 3 秒。

# 檢查電池和充電狀態

## 如何為您的耳機和充電盒充電

在充電前，請確保耳機和充電盒上的 USB-C 埠完全乾燥。我們建議在首次使用前將耳機和充電盒完全充電。



1. 將耳機放入充電盒中，然後蓋上蓋子。
2. 使用隨附的 USB-C 線纜和 5V 充電器（不隨附）將機殼連接到電源。

## 檢查充電盒電池電量

機殼上的 LED 燈顯示電池電量。

### 當設備正在充電時：

- 少於 20%：第一個指示燈閃爍。
- 20% - 60%：第一個指示燈常亮，第二個指示燈閃爍。
- 60% - 100%：前兩個指示燈常亮，第三個指示燈閃爍。
- 充滿電：三個指示燈全部亮起並保持穩定 5 分鐘，然後熄滅。

### 當您打開蓋子（未充電時）：

- 少於 5%：第一個指示燈閃爍 5 秒。
- 5% - 20%：第一個指示燈會持續亮起 5 秒鐘。
- 20% - 60%：前兩個指示燈會持續亮起 5 秒鐘。
- 60% - 100%：三個指示燈全部恆亮 5 秒。

# 清潔您的 Sleep A30

為了獲得最佳性能，請定期清潔您的耳機以去除灰塵或耳垢。



- 使用輕微沾有酒精的棉籤輕輕清潔耳機下方的金屬網濾網。
- 使用相同的方法清潔耳機和充電盒內部的充電接觸點。

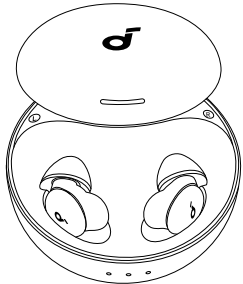
## 注意

- 請勿使用酒精、水或其他液體清潔記憶泡棉耳機。
- 記憶海綿耳機屬於消耗品，應定期更換。

# 更新韌體和應用程式

## 如何更新韌體

當有新的韌體版本可用時，您將通過 soundcore 應用程式收到通知，適用於您的 Sleep A30。您也可以在此應用程式的設定中手動檢查更新。



為確保更新順利完成：

- 將耳機放入充電盒中，並保持蓋子打開。
- 確保充電盒已連接到電源。
- 在更新完成之前，請勿使用耳機。

## 如何更新 soundcore 應用程式

如果您在將耳機連接到 soundcore 應用程式時遇到問題，請前往手機上的 App Store 或 Google Play 商店，確保您擁有最新版本的應用程式。

# Sleep A30 規格

|                |                                                              |
|----------------|--------------------------------------------------------------|
| 功能             | 規格                                                           |
| 輸入             | 5V = 0.6A                                                    |
| 輸出             | 5V = 0.088A（每個端口 0.044A）                                     |
| 電池容量           | 800mAh/38mAh                                                 |
| 充電時間（耳機）       | 1.5 小時                                                       |
| 播放時間（耳機 / 充電盒） | 9/45 小時                                                      |
| 頻率響應           | 20~20000Hz                                                   |
| 阻抗             | 13.5 歐姆                                                      |
| 防水等級（耳機）       | IPX4                                                         |
| 藍牙版本           | soundcore Sleep A30 支援藍牙 5.4。然而，由於設備限制，它可能顯示為 Bluetooth 5.3。 |
| 藍牙範圍           | 10 米                                                         |

產品規格如有變更，將不另行通知。

## 獲取支援



[service@soundcore.com](mailto:service@soundcore.com)



+86 400 0550 036