

soundcore Sleep A30 Brugervejledning

Få mest muligt ud af dine soundcore Sleep A30 soveørepropper for en rolig nat.

Kom godt i gang

- [Par Sleep A30 med din enhed](#)
- [Bær din Sleep A30](#)

Nøglefunktioner

- [Brug trykstyring](#)
- [Skift mellem lyttetilstande](#)
- [Administrer aktiv støjreduktion](#)
- [Foretag og modtag opkald med Sleep A30](#)
- [Find din Sleep A30 med soundcore-appen](#)
- [Spor din søvn](#)

Enhedsadministration

- [Fjern parring, genstart eller nulstil din Sleep A30](#)
- [Kontroller batteri- og opladningsstatus](#)
- [Rens din Sleep A30](#)
- [Opdater firmware og app](#)

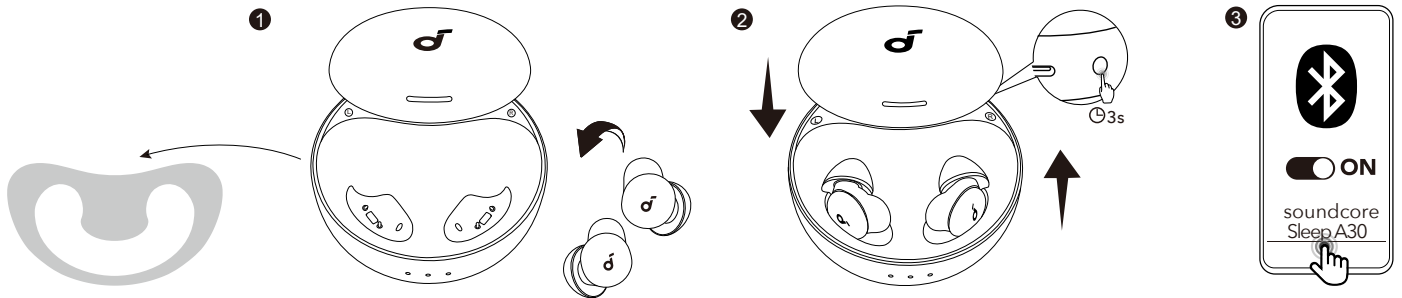
Mere information

- [Sleep A30 Specifikationer](#)
- [Få support](#)

Par Sleep A30 med din enhed

Tilslut din Sleep A30 til din enhed for at tilpasse kontroller, lytte til afslappende lyd, administrere søvntilstande, opdatere firmware og mere.

Sådan parres for første gang



1. Fjern beskyttelsesfilmen fra ørepropperne før første brug.
2. Placer ørepropperne tilbage i opladningsetuiet, og luk derefter låget og åbn det igen. Ørepropperne tændes automatisk og går i Bluetooth-parringstilstand. LED-indikatoren inde i etuiet begynder at blinke.
3. På din enhed skal du gå til Bluetooth-indstillingerne og vælge "soundcore Sleep A30" fra listen.
4. Når parringen er vellykket, vil LED-indikatoren i etuiet lyse i 1 sekund og derefter pulsere langsomt, indtil låget lukkes.

Sådan parres manuelt

Du kan også manuelt parre din Sleep A30 med en enhed når som helst.

1. Placer begge ørepropper i opladningsetuiet, og lad låget stå åbent.
2. Tryk og hold knappen på bagsiden af opladningsetuiet nede i 3 sekunder for at gå i parringstilstand.
3. På din enhed skal du vælge "soundcore Sleep A30" fra Bluetooth-listen for at oprette forbindelse.

Brug soundcore-appen



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



Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc.



Download soundcore-appen for at tilpasse kontroller, lytte til afslappende lyd, administrere søvntilstande og få de nyeste firmwareopdateringer. Hvis du ikke kan forbinde dine øretelefoner til appen, skal du tjekke App Store eller Google Play Store for at sikre, at du har den nyeste version. URL

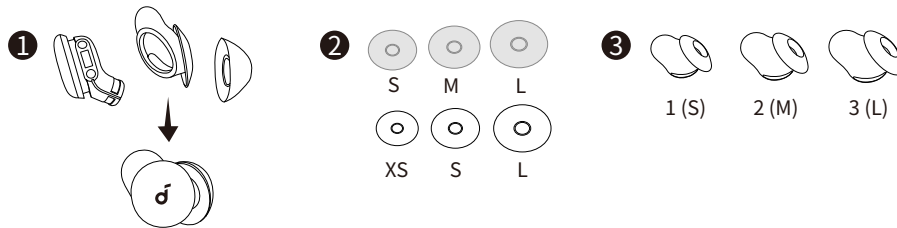
for app download:

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

Bær din Sleep A30

Vælg det tilbehør, der passer bedst til dine ører, og brug dine ørepropper korrekt for optimal komfort og støjisolering.

Vælg dine ørepropper og ørevinger

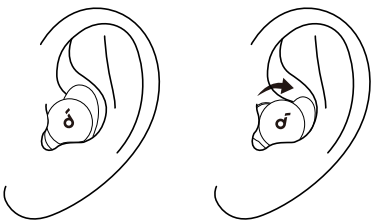


Dine Sleep A30-ørepropper leveres med ørepropper og ørevinger i flere størrelser. Den mellemstore størrelse er forudinstalleret. Du kan blande og matche størrelser for at finde den perfekte pasform. To typer ørepropper er inkluderet i pakken.

- **Silikone ørepropper:** Designet for optimal komfort.
- **Ørepropper af memory-skum:** Designet til en tættere forsegling for at forbedre støjisoleringen.

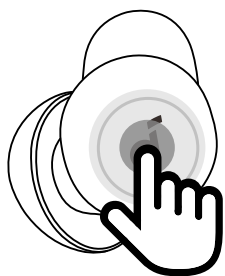
Bemærk: Ørepropper af memory-skum er forbrugsvarer og bør udskiftes regelmæssigt. Rengør dem ikke med alkohol eller vand.

Sådan bæres ørepropperne korrekt



For den bedste støjisolering skal du indsætte hver øreprop i din øregang. Drej den forsigtigt, indtil ørefløjten hviler behageligt og sikkert mod din ørekam.

Brug trykstyring



Du kan trykke på overfladen af dine ørepropper for at skifte tilstand, justere lydstyrken, kontrollere støjreduktion og mere. Her er, hvad du kan gøre med trykstyring:

- **Skift mellem lytteindstillinger:** Dobbelttryk på venstre øretelefon for at skifte mellem Bluetooth- og Lokaltilstande.
- **Tænd eller sluk for aktiv støjreduktion:** Dobbelttryk på den højre øreprop.
- **Skru ned for lydstyrken:** Tryk tre gange på venstre øreprop.
- **Øg lydstyrken:** Tryk tre gange på højre øretelefon.

For de bedste resultater, tryk fast. Du kan tilpasse disse kontroller i soundcore-appen.

Skift mellem lyttetilstande

Vælg din lydkilde ved at skifte mellem to lytteindstillinger: Bluetooth eller Lokal.

- **Bluetooth-tilstand:** Opret forbindelse til soundcore-appen eller andre apps på din enhed for at afspille enhver lyd, du ønsker.
- **Lokal tilstand:** Lyt til beroligende lyde gemt på dine ørepropper uden at bruge din enhed, og få ordentlig hvile uden forstyrrelser fra notifikationer.

Sådan skifter du tilstande

Med dine ørepropper i og forbundet til din enhed, er der to måder, du kan skifte tilstand på:

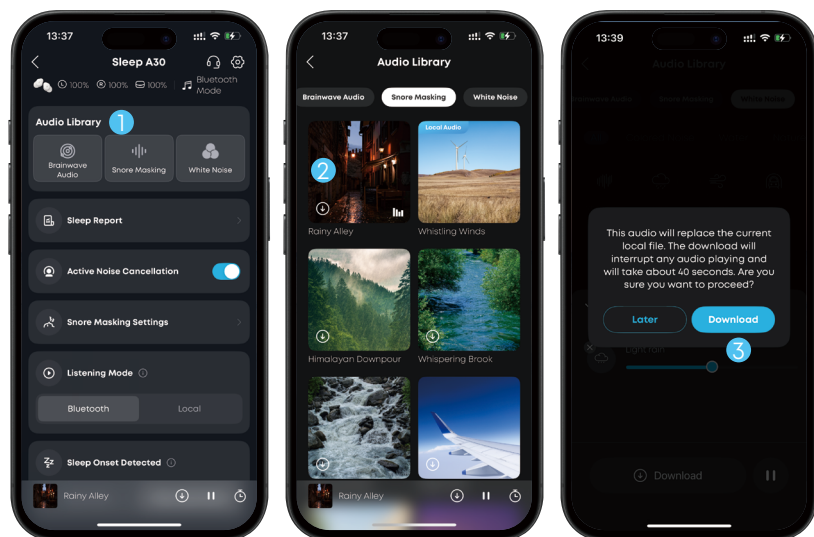
- **Med dine Sleep A30-ørepropper:** Dobbelttryk på venstre øreprop for at skifte mellem Bluetooth-tilstand og Lokal tilstand. Du vil høre en tone for at bekræfte ændringen.
- **I soundcore-appen:** Åbn appen for at skifte tilstand. Du kan også bruge appen til at indstille standardtilstanden for dine øretelefoner under "Flere indstillinger".

Download lyd til din Sleep A30

Du kan overføre beroligende lyd leveret af soundcore til dine ørepropper, så den kan afspilles i Lokal tilstand. Du behøver ikke din telefon for at afspille det.

Understøttede lydtyper:

- Søvnfremkaldende lydlandskaber
- Hvid støj



Sådan downloader du soundcore Audio til dine ørepropper

1. I soundcore-appen skal du gå til **Audio Library**.
2. Tryk på **kategorien Snorkemaskering eller Hvid støj**.
3. Vælg den lyd, du kan lide, og tryk på download-ikonet ved siden af.
4. I pop op-vinduet, der vises, skal du trykke på **Download** for at begynde at overføre lyden til dine øretelefoner.
5. Vent på, at overførslen er fuldført.

Administrer aktiv støjreduktion

Den aktive støjreduktion (ANC) på din Sleep A30 reducerer lavfrekvente baggrundslyde, såsom husholdningsapparater eller trafik, for at hjælpe dig med at sove bedre.

Sådan tændes og slukkes ANC

Med dine ørepropper i og forbundet til din enhed kan du styre ANC på to måder:

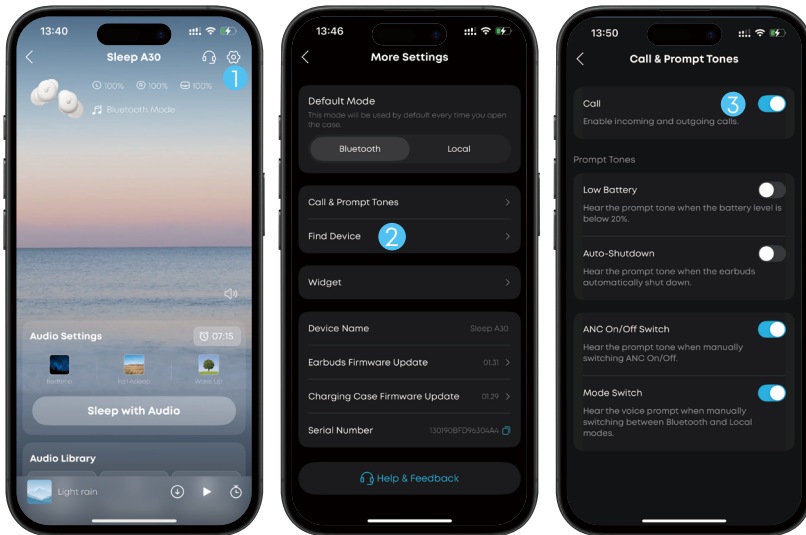
- **På dine Sleep A30-øretelefoner:** Dobbelttryk på den højre øretelefon for at tænde og slukke for Aktiv Støjreduktion. Du vil høre en tone som bekræftelse. Dette kan tilpasses i soundcore-appen.
- **I soundcore-appen:** Du kan tænde og slukke for ANC direkte fra appens startskærm.

Støjreduktion under søvn

Din Sleep A30 kan automatisk håndtere Aktiv Støjreduktion (ANC) baseret på dine søvnindstillinger i soundcore-appen. Sådan fungerer indstillingen "Lydhandling ved registrering af søvn":

- Hvis du vælger **Stop Audio**, vil ANC som standard forblive tændt hele natten.
- Hvis du vælger **Afspil Lokal Lyd**, vil ANC automatisk slukke, efter at ørepropperne registrerer, at du er faldet i søvn.
- Hvis du slår **funktionen Lydhandling ved Søvnregistrering** fra, vil både lyd og ANC forblive tændt hele natten. Bemærk, at denne indstilling vil forbruge mere strøm og kan reducere batterilevetiden.

Foretag og modtag opkald med Sleep A30



Som standard er opkaldsfunktionen på din Sleep A30 deaktiveret. Du skal aktivere det i soundcore-appen for at foretage og modtage opkald.

Sådan aktiveres opkaldsfunktionen

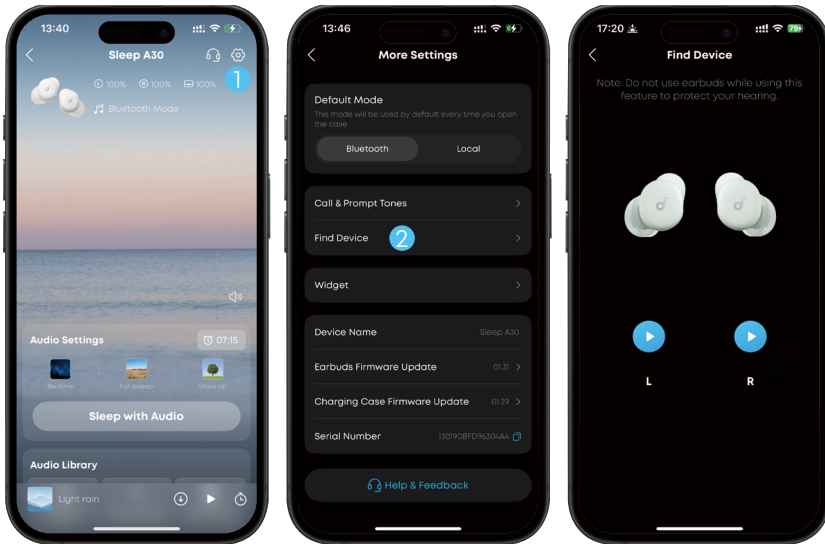
1. Sørg for, at dine Sleep A30-ørepropper er tændt og forbundet til din enhed.
2. Åbn soundcore-appen, og tryk på ikonet Indstillinger i øverste højre hjørne.
3. Tryk på Opkald og Prompttoner.
4. Aktiver opkald.

Sådan håndterer du opkald

Når funktionen er aktiveret, kan du bruge trykstyring til at håndtere dine opkald:

- Besvar opkald: Dobbelttryk på en af ørepropperne.
- Afslut opkald: Dobbelttryk på en af ørepropperne.
- Afvis opkald: Tryk tre gange på en af ørepropperne.

Find din Sleep A30 med soundcore-appen



Hvis du mister din Sleep A30, kan du bruge funktionen Find enhed i soundcore-appen til at finde dem.

Sådan finder du din Sleep A30

1. Åbn soundcore-appen, og sørg for, at dine ørepropper er tilsluttet.
2. Fra enhedens startskærm skal du trykke på ikonet Flere indstillinger i øverste højre hjørne.
3. Tryk på Find enhed.
4. Skriv den øretelefon, du vil finde. Den vil afspille en høj lyd for at hjælpe dig med at finde den.

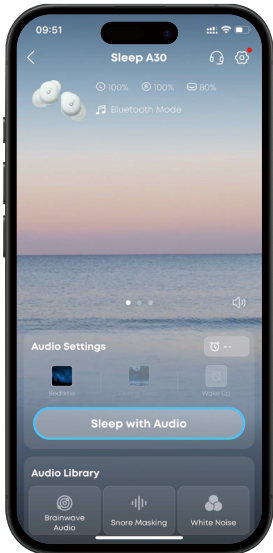
Vigtigt: Fjern ørepropperne fra dine ører, før du bruger funktionen Find enhed. Lyden, den afspiller, er høj og kan skade din hørelse.

Spor din søvn

Din Sleep A30 kan spore dine søvnstadier, omgivende støjniveauer og sovepositioner for at skabe en detaljeret søvnrapport.

Du kan spore din søvn på to måder:

Manuel sporing (via appen)



Denne metode er kun tilgængelig i Bluetooth-tilstand.

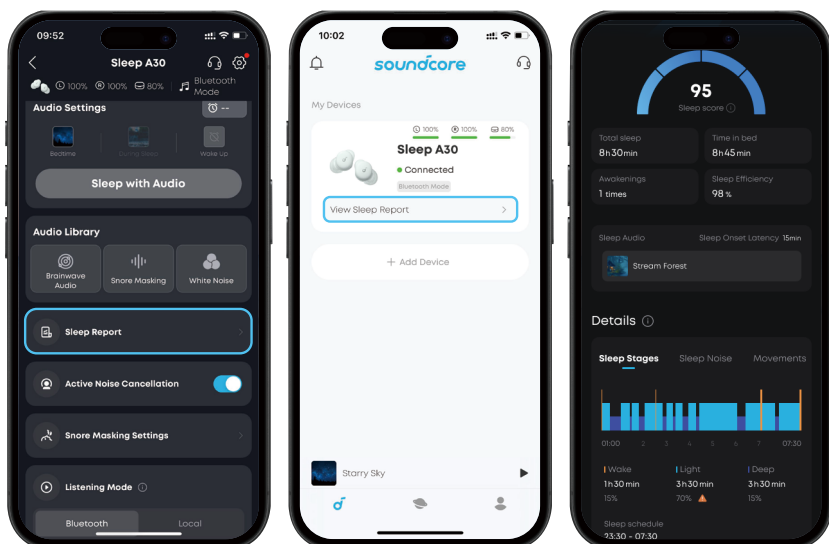
- For at starte, tryk på Sleep with Audio på appens startskærm.
- Denne tilstand kan præcist registrere din søvnlatens (den tid det tager dig at falde i søvn).

Automatisk sporing (via ørepropperne)

Denne metode fungerer i både Bluetooth- og lokaltilstande.

- Ørepropperne bruger indbyggede sensorer til automatisk at registrere, når du falder i søvn, og begynder at optage data.
- Bemærk: Denne tilstand registrerer ikke søvnlatens.

Sådan ser du din søvnrapport



Efter du har sovet i mere end 30 minutter, vil en rapport blive genereret.

- Når dine ørepropper er forbundet: Du kan se rapporten direkte fra Sleep A30's hovedside i appen.
- Når dine ørepropper er afbrudt: Du kan få adgang til dine søvnrapporter fra siden **Mine Enheder** i appen.

Fjern parring, genstart eller nulstil din Sleep A30

Hvis din Sleep A30 ikke fungerer som forventet, kan du prøve at afbryde parringen, genstarte eller nulstille den.

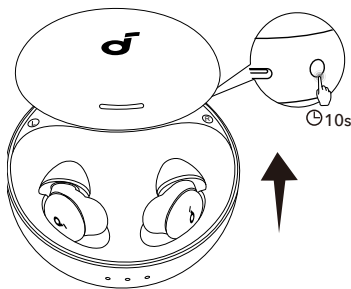
Afbryd parringen af din Sleep A30

Gå til Bluetooth-indstillingerne på din enhed, find "soundcore Sleep A30" på listen over enheder, og glem eller fjern den.

Genstart din Sleep A30

For at genstarte dine ørepropper, skal du placere dem i opladningsetuiet og lukke låget. Vent et par sekunder, og åbn derefter låget igen. Ørepropperne genstarter automatisk.

Nulstil din Sleep A30



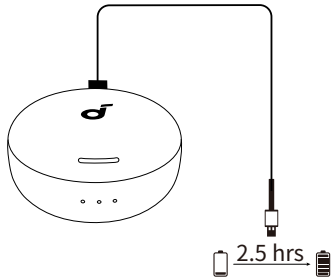
Hvis du stadig har problemer med parring efter genstart, kan du nulstille ørepropperne.

1. Fjern eller glem først "soundcore Sleep A30" fra Bluetooth-indstillingerne på din enhed.
2. Placer ørepropperne i opladningsetuiet, og lad låget stå åbent.
3. Tryk og hold knappen på bagsiden af etuiet nede i 10 sekunder, indtil LED-indikatoren inde i etuiet slukker i 3 sekunder.

Kontroller batteri- og opladningsstatus

Sådan oplader du dine ørepropper og etui

Før opladning skal du sikre, at ørepropperne og USB-C-porten på etuiet er helt tørre. Vi anbefaler, at du oplader ørepropperne og etuiet fuldt ud, før du bruger dem første gang.



1. Placer ørepropperne i opladningsetuiet, og luk låget.
2. Tilslut etuiet til en strømkilde ved hjælp af det medfølgende USB-C-kabel og en 5V oplader (medfølger ikke).

Kontroller batteriniveauet på opladningsetuiet

LED-lysene på etuiet viser batteriniveauet.

Mens etuiet oplades:

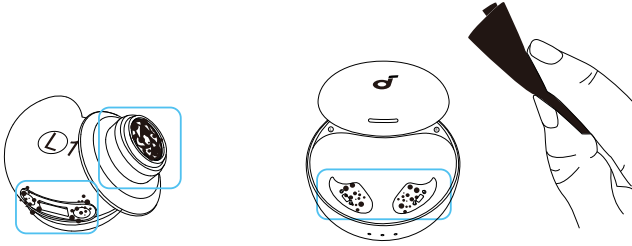
- Mindre end 20%: Det første lys blinker.
- 20% - 60%: Det første lys er konstant, og det andet blinker.
- 60% - 100%: De første to lys er faste, og det tredje blinker.
- Fuldt opladet: Alle tre lys lyser konstant i 5 minutter og slukker derefter.

Når du åbner låget (ikke oplader):

- Mindre end 5%: Det første lys blinker i 5 sekunder.
- 5% - 20%: Det første lys lyser konstant i 5 sekunder.
- 20% - 60%: De første to lys lyser konstant i 5 sekunder.
- 60% - 100%: Alle tre lys lyser konstant i 5 sekunder.

Rens din Sleep A30

For at opnå den bedste ydeevne, rengør dine øretelefoner regelmæssigt for at fjerne støv eller ørevoks.



- Brug en vatpind let fugtet med alkohol til forsigtigt at rengøre metalnetfilteret under øreproppen.
- Brug den samme metode til at rengøre ladepunkterne på ørepropperne og indeni opladningsetuiet.

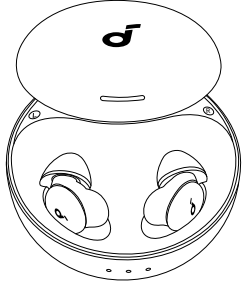
Bemærk

- Brug ikke alkohol, vand eller andre væsker til at rengøre memory foam ørepropperne.
- Memory foam ørepropper er forbrugsvarer og bør udskiftes regelmæssigt.

Opdater firmware og app

Sådan opdaterer du firmwaren

Du vil blive underrettet via soundcore-appen, når en ny firmwareversion er tilgængelig for din Sleep A30. Du kan også manuelt tjekke for opdateringer i appens indstillinger.



For at sikre, at opdateringen fuldføres korrekt:

- Placer ørepropperne i opladningsetuiet, og lad låget stå åbent.
- Sørg for, at opladningsetuiet er tilsluttet en strømkilde.
- Brug ikke ørepropperne, før opdateringen er færdig.

Sådan opdateres soundcore-appen

Hvis du har problemer med at forbinde dine øretelefoner til soundcore-appen, skal du gå til App Store eller Google Play Butik på din telefon for at sikre, at du har den nyeste version af appen.

Sleep A30 Specifikationer

Funktion	Specifikation
Indgang	5V = 0.6A
Udgang	5V = 0,088A (0,044A per port)
Batterikapacitet	800mAh/38mAh
Opladningstid (ørepropper)	1,5H
Afspilningstid (øretelefoner/etui)	9/45H
Frekvensgang	20~20000Hz
Impedans	13,5 ohm
Vandtæthedsvurdering (øretelefoner)	IPX4
Bluetooth-version	soundcore Sleep A30 understøtter Bluetooth 5.4.Men på grund af enhedsbegrænsninger kan det muligvis vises som Bluetooth 5.3.
Bluetooth-dækning	10m

Bemærk: Specifikationer kan ændres uden varsel.

Få support



service@soundcore.com

support.mea@soundcore.com (Kun for Mellemøsten og Afrika)

support@anker.com (Japan)

support.kr@anker.com (Sydkorea)



+1 (800) 988 7973 (USA/Canada)

+44 (0) 1604 936200 (Storbritannien)

+49 (0) 69 9579 7960 (DE)

03 4455 7823 (日本)

+86 400 0550 036 (中国)

+82 1666-8470 (한국)

+971 8000320817 (De Forenede Arabiske Emirater)

+966 8008500030 (KSA)

+965 22069086 (Kuwait)

+20 8000000826 (Egypt)

+90 (850) 460 14 14 (Tyrkiet)

+8 (800) 511-86-23 (Rusland)

000-8000-504-414 (Indien)