

# Руководство пользователя soundcore Sleep A30

Используйте наушники soundcore Sleep A30 по максимуму для полноценного ночного отдыха.

## Начало работы

- Подключите Sleep A30 к вашему устройству
- Носите свои Sleep A30

## Ключевые особенности

- Используйте сенсорное управление
- Переключение между режимами прослушивания
- Управление активным шумоподавлением
- Совершайте и принимайте звонки с помощью Sleep A30
- Найдите свой Sleep A30 с помощью приложения soundcore.
- Отслеживайте свой сон

## Управление устройствами

- Отмените сопряжение, перезагрузите или выполните сброс настроек вашего Sleep A30.
- Проверьте состояние батареи и зарядки
- Очистите ваш Sleep A30
- Обновите прошивку и приложение

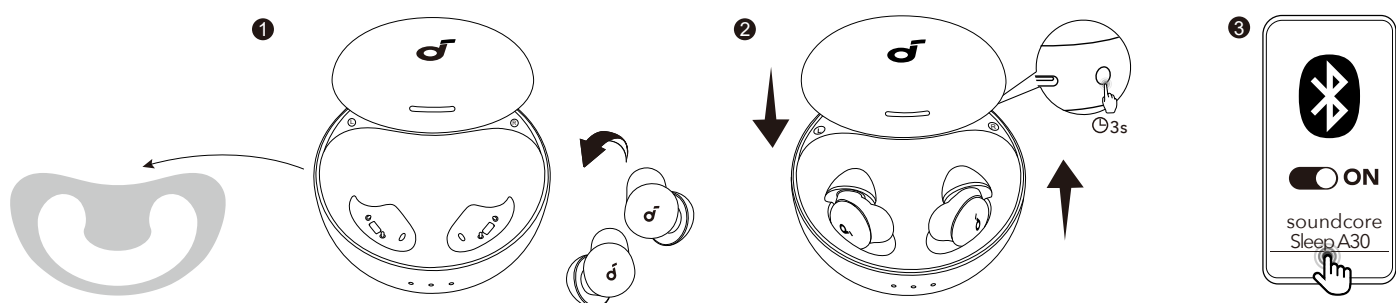
## Дополнительная информация

- Характеристики Sleep A30
- Получить поддержку

# Подключите Sleep A30 к вашему устройству

Подключите ваш Sleep A30 к устройству, чтобы настроить управление, слушать расслабляющий аудиоконтент, управлять режимами сна, обновлять прошивку и многое другое.

## Как выполнить сопряжение впервые



1. Перед первым использованием снимите защитную пленку с наушников.
2. Поместите наушники обратно в зарядный футляр, затем закройте и снова откройте крышку. Наушники автоматически включатся и перейдут в режим сопряжения по Bluetooth. Светодиодный индикатор внутри корпуса начнет мигать.
3. На вашем устройстве перейдите в настройки Bluetooth и выберите «soundcore Sleep A30» из списка.
4. При успешном сопряжении светодиодный индикатор в футляре будет гореть в течение 1 секунды, а затем медленно мигать, пока крышка не будет закрыта.

## Как выполнить ручное сопряжение

Вы также можете вручную подключить Sleep A30 к устройству в любое время.

1. Поместите оба наушника в зарядный футляр и оставьте крышку открытой.
2. Нажмите и удерживайте кнопку на задней стороне зарядного футляра в течение 3 секунд, чтобы войти в режим сопряжения.
3. На вашем устройстве выберите «soundcore Sleep A30» из списка Bluetooth для подключения.

# Используйте приложение soundcore



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



Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc.



Скачайте приложение soundcore, чтобы настроить управление, слушать расслабляющий аудио-контент, управлять режимами сна и получать последние обновления прошивки. Если вы не можете подключить наушники к приложению, проверьте App Store или Google Play Store, чтобы убедиться, что у вас установлена последняя версия.

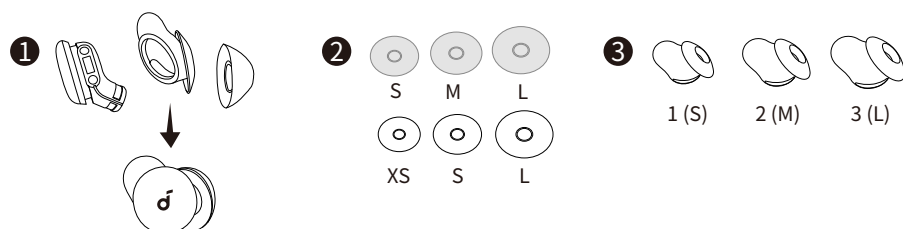
URL для загрузки приложения:

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

# Носите свои Sleep A30

Выберите аксессуары, которые лучше всего подходят для ваших ушей, и правильно надевайте наушники-вкладыши для оптимального комфорта и шумоизоляции.

## Выберите насадки и ушные крепления

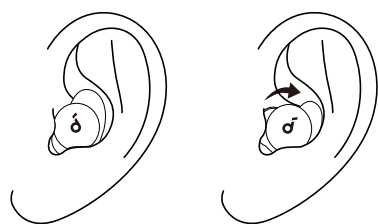


Ваши наушники Sleep A30 поставляются с насадками и ушными креплениями разных размеров. Средний размер установлен по умолчанию. Вы можете комбинировать и подбирать размеры, чтобы найти идеальную посадку. В комплект входят два типа амбушюр:

- **Силиконовые амбушюры:** разработаны для максимального комфорта.
- **Амбушюры из пеноматериала с эффектом памяти:** разработаны для более плотного прилегания, чтобы улучшить изоляцию от шума.

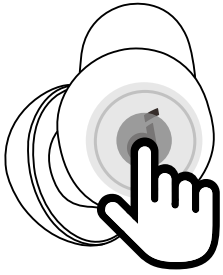
Примечание: Амбушюры из пеноматериала с эффектом памяти являются расходным материалом и должны периодически заменяться. Не очищайте их спиртом или водой.

## Как правильно носить наушники-вкладыши



Для лучшей шумоизоляции вставьте каждый наушник в ушной канал. Аккуратно поверните его, пока крыло для уха не будет удобно и надежно прилегать к вашему ушному гребню.

# Используйте сенсорное управление



Вы можете касаться поверхности наушников, чтобы переключать режимы, регулировать громкость, управлять шумоподавлением и выполнять другие действия.

Вот что вы можете делать с помощью сенсорного управления:

- **Переключение между режимами прослушивания:** дважды коснитесь левого наушника, чтобы переключаться между режимами Bluetooth и локальным.
- **Включить или выключить активное шумоподавление:** дважды коснитесь правого наушника.
- **Уменьшение громкости:** Трижды коснитесь левого наушника.
- **Увеличение громкости:** Трижды коснитесь правого наушника.

Для достижения наилучших результатов **нажимайте уверенно**. Вы можете настроить эти элементы управления в приложении soundcore.

# Переключение между режимами прослушивания

Выберите источник звука, переключаясь между двумя режимами прослушивания: Bluetooth или локальный.

- **Режим Bluetooth:** Подключитесь к приложению soundcore или другим приложениям на вашем устройстве, чтобы воспроизводить любой аудио-контент по вашему выбору.
- **Локальный режим:** Слушайте успокаивающие звуки, сохраненные на ваших наушниках, без необходимости использовать устройство, обеспечивая полноценный отдых без уведомлений.

## Как переключать режимы

С наушниками, вставленными в уши и подключенными к вашему устройству, есть два способа переключения режимов:

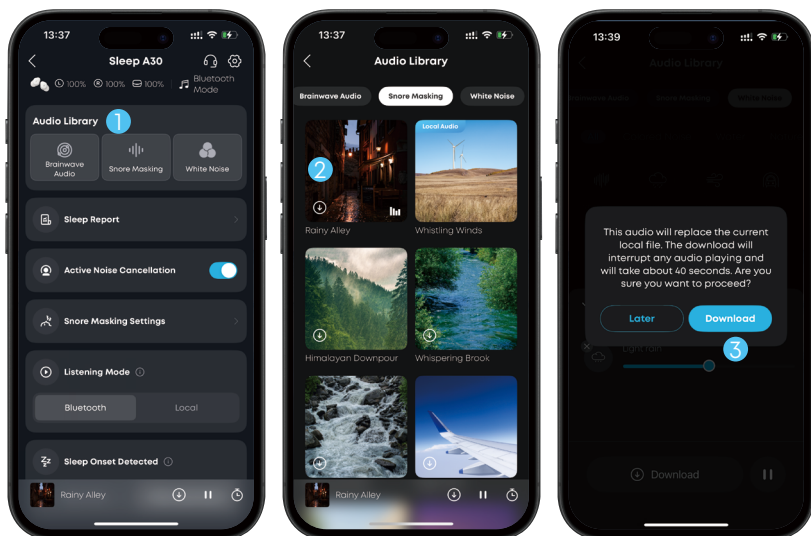
- **С помощью ваших наушников Sleep A30:** дважды коснитесь левого наушника, чтобы переключаться между режимом Bluetooth и локальным режимом. Вы услышите сигнал, подтверждающий изменение.
- **В приложении soundcore:** Откройте приложение, чтобы переключить режимы. Вы также можете использовать приложение, чтобы установить режим по умолчанию для ваших наушников в разделе «Дополнительные настройки».

## Загрузите аудио на ваш Sleep A30

Вы можете передать успокаивающий аудиоконтент, предоставленный soundcore, на ваши наушники для воспроизведения в локальном режиме. Вам не понадобится телефон, чтобы играть в это.

## Поддерживаемые типы аудио:

- Звуковые пейзажи, вызывающие сон
- Белый шум



## Как загрузить звук soundscore на ваши наушники-вкладыши

1. В приложении soundscore перейдите в раздел **«Аудиотека»**.
2. Нажмите на категорию **«Маскировка храпа»** или **«Белый шум»**.
3. Выберите понравившийся аудиофайл и нажмите на значок загрузки рядом с ним.
4. В появившемся всплывающем окне нажмите **«Загрузить»**, чтобы начать передачу аудио на ваши наушники.
5. Дождитесь завершения передачи.

# Управление активным шумоподавлением

Активное шумоподавление (ANC) в ваших Sleep A30 снижает низкочастотные фоновые звуки, такие как звуки бытовой техники или дорожного движения, чтобы помочь вам лучше спать.

## Как включить и выключить ANC

С подключенными к вашему устройству наушниками-вкладышами вы можете управлять ANC двумя способами:

- **На ваших наушниках Sleep A30:** дважды нажмите на правый наушник, чтобы включить или выключить активное шумоподавление. Вы услышите звуковой сигнал для подтверждения. Это можно настроить в приложении soundcore.
- **В приложении soundcore:** Вы можете включать и выключать ANC прямо с главного экрана приложения.

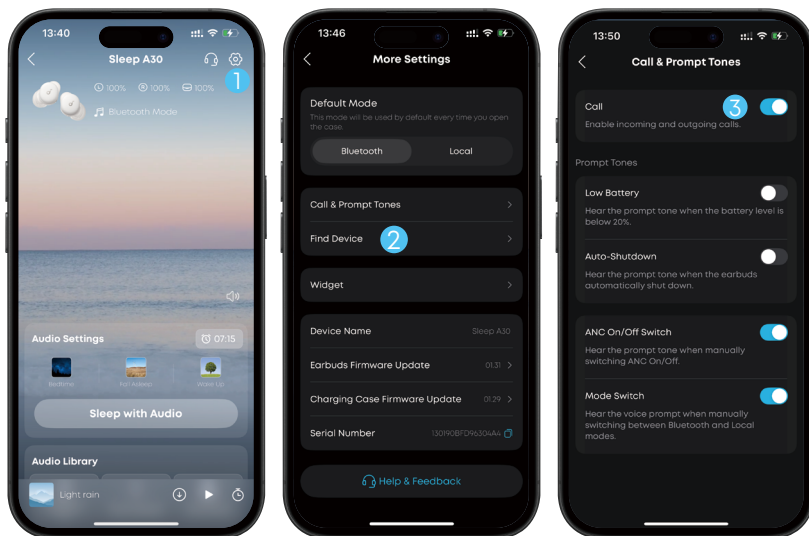
## Управление шумоподавлением во время сна

Ваш Sleep A30 может автоматически управлять активным шумоподавлением (ANC) на основе ваших настроек сна в приложении soundcore. Вот как работает настройка «Аудио-действие при обнаружении сна»:

- Если вы выберете **«Остановить аудио»**, функция ANC останется включённой всю ночь по умолчанию.
- Если вы выберете **воспроизведение локального аудио**, функция ANC автоматически отключится после того, как наушники обнаружат, что вы заснули.
- Если вы отключите функцию **Audio Action Upon Sleep Detection**, и аудио, и ANC будут оставаться включёнными всю ночь. Обратите внимание, что эта настройка будет потреблять больше энергии и может сократить срок службы батареи.



# Совершайте и принимайте звонки с помощью Sleep A30



По умолчанию функция вызова на вашем Sleep A30 отключена. Вам нужно включить это в приложении soundcore, чтобы совершать и принимать звонки.

## Как включить функцию вызова

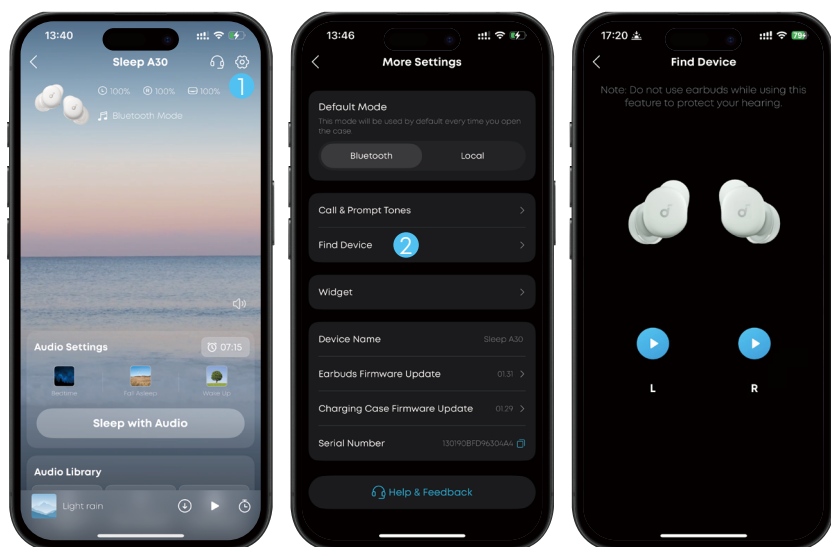
1. Убедитесь, что ваши наушники Sleep A30 включены и подключены к вашему устройству.
2. Откройте приложение soundcore и нажмите на значок **настроек** в правом верхнем углу.
3. Нажмите **«Вызовы»** и **«Сигналы подсказок»**.
4. Включить **вызов**.

## Как управлять звонками

После включения функции вы можете использовать сенсорное управление для управления звонками:

- Ответить на звонок: Дважды коснитесь любого наушника.
- Завершить вызов: дважды коснитесь любого наушника.
- Отклонить вызов: Трижды коснитесь любого наушника.

# Найдите свой Sleep A30 с помощью приложения soundcore.



Если вы потеряли свои Sleep A30, вы можете использовать функцию "Найти устройство" в приложении soundcore, чтобы найти их.

## Как найти ваш Sleep A30

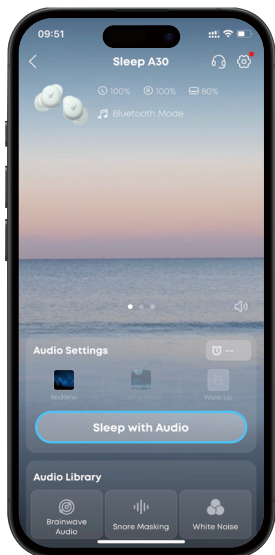
1. Откройте приложение soundcore и убедитесь, что наушники подключены.
2. На главном экране устройства нажмите на значок **"Дополнительные настройки"** в правом верхнем углу.
3. Нажмите **«Найти устройство»**.
4. Нажмите на наушник, который хотите найти. Он издаст громкий звук, чтобы помочь вам его найти.

**Важно:** выньте наушники из ушей перед использованием функции "Найти устройство". Звук, который он воспроизводит, громкий и может повредить ваш слух.

# Отслеживайте свой сон

Ваш Sleep A30 может отслеживать фазы сна, уровень окружающего шума и положения во время сна, чтобы создать подробный отчет о сне. Вы можете отслеживать свой сон двумя способами:

## Ручное отслеживание (через приложение)



Этот метод доступен только в режиме Bluetooth.

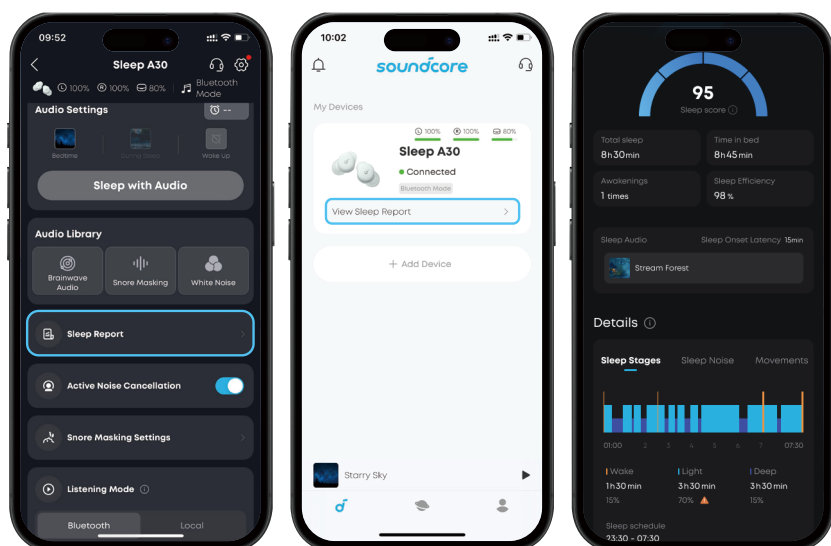
- Для начала нажмите **«Сон с аудио»** на главном экране приложения.
- Этот режим может точно записывать вашу латентность сна (время, которое требуется, чтобы заснуть).

## Автоматическое отслеживание (через наушники)

Этот метод работает как в режиме Bluetooth, так и в локальном режиме.

- Наушники используют встроенные датчики для автоматического определения момента засыпания и начала записи данных.
- Примечание: Этот режим не фиксирует время засыпания.

# Как просмотреть отчет о сне



После того как вы проспите более 30 минут, будет сгенерирован отчет.

- При подключенных наушниках: Вы можете просмотреть отчет прямо на главной странице Sleep A30 в приложении.
- При отключенных наушниках: Вы можете получить доступ к отчетам о сне на странице **«Мои устройства»** в приложении.

# Отмените сопряжение, перезагрузите или выполните сброс настроек вашего Sleep A30.

Если ваш Sleep A30 не работает должным образом, попробуйте отменить сопряжение, перезагрузить или сбросить его настройки.

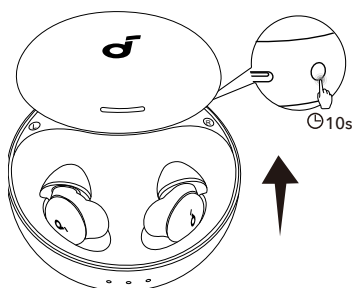
## Отмените сопряжение вашего Sleep A30

Перейдите в настройки Bluetooth на вашем устройстве, найдите «soundcore Sleep A30» в списке устройств и выберите «забыть» или удалите его.

## Перезагрузите ваш Sleep A30

Чтобы перезагрузить наушники, поместите их в зарядный футляр и закройте крышку. Подождите несколько секунд, затем снова откройте крышку. Наушники автоматически перезагрузятся.

## Сбросьте настройки вашего Sleep A30



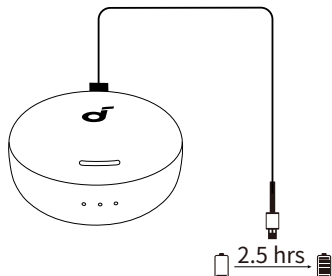
Если после перезагрузки у вас все еще возникают проблемы с подключением, вы можете сбросить настройки наушников.

1. Сначала удалите или забудьте «soundcore Sleep A30» в настройках Bluetooth вашего устройства.
2. Поместите наушники в зарядный футляр и оставьте крышку открытой.
3. Нажмите и удерживайте кнопку на задней стороне корпуса в течение 10 секунд, пока индикатор LED внутри корпуса не погаснет на 3 секунды.

# Проверьте состояние батареи и зарядки

## Как зарядить наушники и футляр

Перед зарядкой убедитесь, что наушники и порт USB-C на футляре полностью сухие. Мы рекомендуем полностью зарядить наушники и футляр перед первым использованием.



1. Поместите наушники в зарядный футляр и закройте крышку.
2. Подключите чехол к источнику питания с помощью прилагаемого кабеля USB-C и зарядного устройства на 5 В (не входит в комплект).

## Проверьте уровень заряда батареи зарядного кейса

Светодиоды на корпусе показывают уровень заряда батареи.

### Пока устройство заряжается:

- Менее 20%: Первый индикатор мигает.
- 20% - 60%: Первый индикатор горит постоянно, а второй мигает.
- 60% - 100%: Первые два индикатора горят постоянно, а третий мигает.
- Полностью заряжено: Все три индикатора горят непрерывно в течение 5 минут, затем выключаются.

### Когда вы открываете крышку (не заряжается):

- Менее 5%: Первый индикатор мигает в течение 5 секунд.
- 5% - 20%: Первый индикатор горит постоянно в течение 5 секунд.
- 20% - 60%: Первые два индикатора горят непрерывно в течение 5 секунд.
- 60% - 100%: Все три индикатора горят постоянно в течение 5 секунд.

# Очистите ваш Sleep A30

Чтобы обеспечить наилучшую производительность, регулярно очищайте наушники, чтобы удалить пыль и ушную серу.



- Используйте ватную палочку, слегка смоченную спиртом, чтобы аккуратно очистить металлический сетчатый фильтр под наконечником наушника.
- Используйте тот же метод для очистки контактов зарядки на наушниках и внутри зарядного кейса.

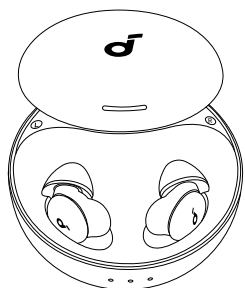
## Примечание

- Не используйте алкоголь, воду или другие жидкости для очистки амбушюр из пены с эффектом памяти.
- Амбушюры из пенопамяти являются расходным материалом и должны периодически заменяться.

# Обновите прошивку и приложение

## Как обновить прошивку

Вы получите уведомление через приложение soundcore, когда для вашего Sleep A30 будет доступна новая версия прошивки. Вы также можете вручную проверить наличие обновлений в настройках приложения.



Чтобы обновление завершилось успешно:

- Поместите наушники в зарядный футляр и оставьте крышку открытой.
- Убедитесь, что зарядный чехол подключен к источнику питания.
- Не используйте наушники-вкладыши, пока обновление не завершится.

## Как обновить приложение soundcore

Если у вас возникают проблемы с подключением наушников к приложению soundcore, откройте App Store или Google Play Store на вашем телефоне и убедитесь, что у вас установлена последняя версия приложения.



# Характеристики Sleep A30

| Функция                                    | Технические характеристики                                                                                                   |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Вход                                       | 5В = 0.6А                                                                                                                    |
| Выход                                      | 5В = 0,088А (0,044А на порт)                                                                                                 |
| Емкость аккумулятора                       | 800 мАч/38 мАч                                                                                                               |
| Время зарядки<br>(наушников)               | 1,5ч                                                                                                                         |
| Время воспроизведения<br>(наушники/футляр) | 9/45Н                                                                                                                        |
| Частотная характеристика                   | 20~20000Гц                                                                                                                   |
| Импеданс                                   | 13.5 Ом                                                                                                                      |
| Класс защиты от воды<br>(наушники)         | IPX4                                                                                                                         |
| Версия Bluetooth                           | soundcore Sleep A30 поддерживает Bluetooth 5.4.Однако из-за ограничений устройства это может отображаться как Bluetooth 5.3. |
| Радиус действия Bluetooth                  | 10м                                                                                                                          |

*Примечание: Технические характеристики могут быть изменены без предварительного уведомления.*

## Получить поддержку



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



+8 (800) 511-86-23 (Россия)