

# Stereo Headphones

Operating Instructions  
Mode d'emploi  
Bedienungsanleitung  
Manual de instrucciones  
Istruzioni per l'uso

Manual de Instruções  
Instrukcja obsługi  
Használati útmutató  
Návod k obsluze  
Návod na používanie  
Инструкция по эксплуатации

## MDR-J10

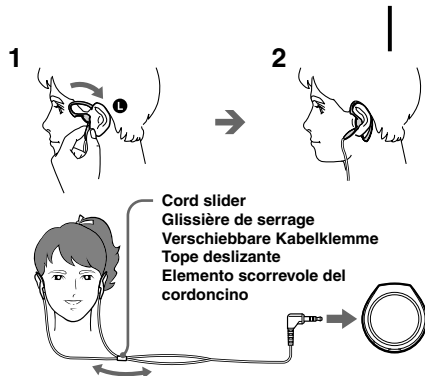
© 2006 Sony Corporation Printed in China

Lightweight clip-on type headphones.  
Écouteurs ultra-légers.

Cord slider prevents cord tangling.  
Gaine empêchant l'emmêlement du cordon.

Due to stable fit on the ears, sound leakage is minimized, and stable audio quality is maintained.

Stabilité des écouteurs sur l'oreille évitant les pertes sonores, et assurant la qualité et la stabilité du son.



### English

#### How to use

- 1 Hook the (L) part to your left ear and the (R) part to your right ear as illustrated.
- 2 Hook the headphones around your ears, as you would glasses.
- 3 Adjust the earpieces to comfortably fit your ears.

After you use the headphones, keep them with the cord slider high positioned to avoid entangling the cord.

#### Precautions

- Listening with headphones at high volume may affect your hearing. For traffic safety, do not use headphones while driving or cycling.
- Do not put weight or pressure on the headphones as it may cause the headphones to deform during long storage.

### Français

#### Utilisation

- 1 Placez le crochet (L) sur l'oreille gauche et le crochet (R) sur l'oreille droite, tel qu'illustré.
  - 2 Les écouteurs s'accrochent aux oreilles comme des lunettes.
  - 3 Ajustez les auriculaires pour un confort optimal.
- Avant de ranger les écouteurs, remontez la glissière de serrage afin d'éviter que le cordon ne s'emmêle.

#### Précautions

- Vous pouvez subir des lésions auditives si vous utilisez les écouteurs à un volume élevé. Pour des raisons de sécurité, n'utilisez pas les écouteurs en conduisant ou en roulant à vélo.
- Ne placez pas d'objet lourd et n'exercez aucune pression sur les écouteurs pendant une durée prolongée car ceci peut le déformer.

### Deutsch

#### Betrieb

- 1 Legen Sie wie in der Abbildung gezeigt Teil (L) um das linke und Teil (R) um das rechte Ohr.
- 2 Legen Sie die Kopfhörerbügel wie bei einem Brillengestell um die Ohren.
- 3 Rücken Sie die Ohrstücke zurecht, bis sie bequem in den Ohren sitzen.

Wenn Sie die Kopfhörer nicht verwenden, schieben Sie die verschiebbare Kabelklemme ganz nach oben, damit sich das Kabel nicht verfangen kann.

#### Zur besonderen Beachtung

- Wenn Sie bei hoher Lautstärke mit Kopfhörern Musik hören, kann es zu Gehörschäden kommen. Verwenden Sie Kopfhörer aus Gründen der Verkehrssicherheit nicht beim Fahren von Kraftfahrzeugen oder beim Fahrradfahren.
- Achten Sie darauf, daß auf den Kopfhörern kein Gewicht oder Druck lastet. Andernfalls können sich die Kopfhörer bei langer Aufbewahrung verformen.

### Español

#### Utilización

- 1 Coloque la pieza izquierda (L) en la oreja izquierda y la derecha (R) en la oreja derecha tal y como se ilustra.
- 2 Coloque los auriculares alrededor de las orejas, como si fueran gafas.
- 3 Ajustelos para que se adapten cómodamente a las orejas.

Después de utilizar los auriculares, mantenga el tope deslizante en posición alta para evitar que el cable se enrede.

#### Precauciones

- Los volúmenes de sonido elevados pueden afectar a los oídos. Para garantizar la seguridad en el tráfico, no utilice los auriculares al conducir o al ir en bicicleta.
- No someta los auriculares a peso o presión, ya que se pueden deformar en períodos de almacenamiento prolongado en esas condiciones.

### Italiano

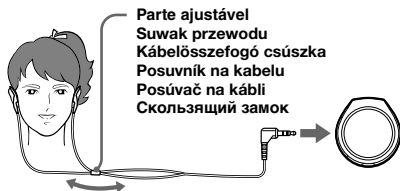
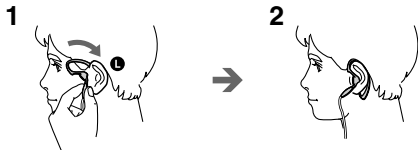
#### Uso

- 1 Indossare la parte contrassegnata dalla lettera (L) sull'orecchio sinistro e la parte contrassegnata dalla lettera (R) sull'orecchio destro come illustrato.
- 2 Indossare le cuffie sulle orecchie, come fossero occhiali.
- 3 Regolare gli auricolari in modo che aderiscano perfettamente alle orecchie.

Dopo aver utilizzato le cuffie, riporre con l'elemento scorrevole del cordoncino posizionato in alto per impedire che il cordoncino stesso si aggrovigli.

#### Precauzioni

- L'ascolto con le cuffie ad alto volume potrebbe danneggiare l'udito. Per la sicurezza stradale, non utilizzare le cuffie durante la guida o l'uso di una bicicletta.
- Onde evitare che le cuffie si deformino durante periodi prolungati di deposito, non appoggiarvi sopra oggetti pesanti o che le sottopongono a pressione.



Parte ajustável  
Suwak przewodu  
Kábelösszefogó csúszka  
Posuvník na kabelu  
Posúvač na káblí  
Скользящий замок

## Português

### Como utilizar

- 1 Coloque a peça ① no ouvido esquerdo e a peça ② no ouvido direito, como se mostra na figura.
- 2 Coloque os auriculares à volta das orelhas como se fossem óculos.
- 3 Regule-os de forma a adaptarem-se confortavelmente às orelhas.

Depois de utilizar os auriculares, mantenha a parte superior ajustável na posição alta para evitar que o cabo se enrole.

### Precauções

- Não utilize os auscultadores com um volume de som muito alto para evitar lesões auditivas. Não utilize os auscultadores enquanto conduzir ou andar de bicicleta, para não provocar acidentes.
- Evite colocar pesos sobre os auscultadores ou aplicar-lhes demasiada pressão, porque podem deformar-se com o tempo.

## Polski

### Sposób korzystania

- 1 Zawieś część oznaczoną literą ① na lewym uchu, a część oznaczoną literą ② – na prawym uchu, jak pokazano na ilustracji.
- 2 Zawieś słuchawki na uszach jak okulary.
- 3 Wyreguluj słuchawki, aby wygodnie pasowały do uszu.

Po zakończeniu korzystania ze słuchawek suwak przewodu należy umieścić wysoko, aby zabezpieczyć przewód przed splątaniem.

### Środki ostrożności

- Słuchanie przez słuchawki dźwięku o wysokiej głośności może być przyczyną problemów ze słuchem. W celu zachowania bezpieczeństwa na drodze nie należy używać słuchawek podczas prowadzenia samochodu lub jazdy rowerem.
- Na słuchawkach nie należy umieszczać ciężkich przedmiotów ani stosować względem nich dużego nacisku, gdyż długotrwałe przechowywanie słuchawek w takich warunkach może spowodować ich deformację.

## Magyar

### Igy használja

- 1 A fejhallgató ① felét akassza a bal, az ② felét pedig a jobb fülére (lásd az ábrát).
  - 2 A fejhallgatót úgy rögzítse a füléhez, mintha szemüveget tenne fel.
  - 3 A fülre illeszkedő részeket úgy igazítsa el, hogy viselettük kényelmes legyen.
- Használat után a kábelösszefogó csúszkát húzza egészen fel a fejhallgatón, hogy így megakadályozza a kábel összegabalyodását.

### Övintézkedések

- Ha nagy hangerővel használja a fejhallgatót, károsodhat a hallása. A közlekedés biztonsága érdekében vezetés és kerékpározás közben ne használjon fejhallgatót.
- A fejhallgatóra ne tegyen nehéz tárgyat, és ügyeljen arra is, hogy ne nyomódjék, mert úgy hosszabb tárolás során deformálódhat.

## Česky

### Způsob použití

- 1 Přiložte část ① k levému uchu a část ② k pravému uchu (viz obrázek).
- 2 Nasadte sluchátka na uši stejným způsobem jako brýle.
- 3 Upravte sluchátka tak, aby pohodlně seděla na uších.

Při ukládání sluchátek posuňte posuvník na kabelu co nejvýše. Zabráníte tak zamotání kabelu.

### Upozornění

- Poslech pomocí sluchátek při nastavené vysoké hlasitosti může nepříznivě ovlivnit váš sluch. Z důvodů bezpečnosti silničního provozu nepoužívejte sluchátka během řízení nebo při jízdě na kole.
- Nevystavujte sluchátka tlaku ani zátěži, neboť by mohlo při dlouhodobém skladování dojít k jejich deformaci.

## Slovensky

### Návod na použitie

- 1 Časť označenú ① nasadíte na ľavé ucho a časť označenú ② na pravé ucho tak, ako je to znázornené na obrázku.
- 2 Slúchadlá si nasadíte na uši spôsobom, akým sa nasadzujú okuliare.
- 3 Slúchadlá prispôbte tak, aby pohodlne priliehali na uši.

Po použití slúchadiel nastavte posúvač na káblí do čo najvyššej polohy, aby sa kábel nezamotal.

### Odporúčania

- Počúvanie prostredníctvom slúchadiel s nastavenou vysokou hlasitosťou môže mať vplyv na váš sluch. Z bezpečnostných dôvodov nepoužívajte slúchadlá pri šoférovaní alebo bicyklovaní.
- Na slúchadlá netlačte ani nepôsobte silou, inak to môže pri dlhodobom skladovaní spôsobiť ich deformáciu.

## Русский

### Использование

- 1 Закрепите часть ① на левом ухе, а часть ② - на правом, как показано на рисунке.
- 2 Заправьте крючки за уши, как дужки очков.
- 3 Расположите наушники в ушах так, чтобы было удобно.

Заключив пользоваться гнаушниками, храните их, сдвинув скользящий замок повыше, чтобы предохранить провод от спутывания.

### Меры предосторожности

- Высокий уровень громкости в наушниках при прослушивании может оказывать отрицательное воздействие на слух. В целях безопасности на дорогах не используйте наушники во время вождения автомобиля или при езде на велосипеде.
- Не кладите тяжелые предметы и не надавливайте сильно на наушники, так как это может вызвать их деформацию во время длительного хранения.