

HP OmniBook 7 Laptop AI 16-ay0770ng

Aktiv

BM9T4EA

M8

Serie →

Spezifikationen

Alle technischen Daten

Akku-/Batteriebetriebsdauer	Bis zu 13 Stunden und 15 Minuten
Akku-/Batterietyp	Li-Ion-Polymer-Akku, 70 Wh, 4 Zellen
Akkuladezeit	Unterstützt die Akku-Schnellladetechnologie: ca. 50 % in 30 Minuten
Akkunutzungsdauer bei Videowiedergabe	Bis zu 21 Stunden und 45 Minuten
Akkutyp - Hinweis	[23]
Anschlüsse	1 USB Type-A 10 Gbit/s Signallrate; 1 USB Type-A 5 Gbit/s Signallrate; 1 HDMI Ausgang 2.1; 1 Kopfhörer-/Mikrofon-Kombibuchse; 1 Thunderbolt™ 4 mit USB Type-C® 40 Gbit/s Signallrate (USB Power Delivery 3.1, DisplayPort™ 2.1, HP Sleep and Charge); 1 USB Type-C® 10 Gbit/s Signallrate (USB Power Delivery 3.1, DisplayPort™ 1.4a, HP Sleep and Charge)
Anzeigegerät	Entspiegeltes 2K-Display (1920 x 1200) mit 40,6 cm (16 Zoll) Diagonale, IPS, Micro-Edge, 300 Nits, 62,5 % sRGB
Anzeigegröße (diagonal)	40,6 cm (16 Zoll)
Anzeigenname des Produkts	HP OmniBook 7 AI 16
Audio	DTS:X® Ultra; Zwei Lautsprecher; HP Audio Boost; Poly Studio
Betriebssystem	Windows 11 Home
Chipsatz	Intel® Integrated SoC
Cloud-Service	100 GB Dropbox-Speicher für 3 Monate
Code für harmonisierten Tarifplan	84713000000
Display-Gehäuse-Verhältnis (ohne Lautsprecher)	88,24%
Ende der Lebensdauer CO2e (kg)	0,8
ENERGY-STAR-zertifiziert	ENERGY STAR®-zertifiziert
Erweiterungssteckplätze	2 M.2 (SSD)
Farbe	Gletschersilber
Farbskala	62,5% sRGB
Flimmerfrei	Ja

Garantie	2 Jahre (2/2/0) Herstellergarantie mit 2 Jahren für Teile und Arbeitskosten. Keine Reparatur vor Ort. Geschäftsbedingungen variieren je nach Land. Es gelten bestimmte Einschränkungen.
Gesamt CO2e (kg)	160
Gesamt CO2e (kg) Hinweis	Die CO2-Bilanz eines Produkts ist definiert als die Gesamtmenge an Treibhausgasen, die ein Produkt während seiner Lebensdauer direkt und indirekt ausstößt. Die Treibhausgasemissionen werden als Treibhauspotenzial für den Zeithorizont von 100 Jahren (GWP-100) in Äquivalenzeinheiten CO2 angegeben. Die Berechnungen werden in Übereinstimmung mit ISO 14040 und ISO 14044 durchgeführt. Einzelne Werte summieren sich aufgrund von Rundungen möglicherweise nicht zu einer runden Summe.
Gewicht	1,91 kg
Grafik	Integriert
Grafikkarte (integriert)	Intel® Arc™ 140T GPU
Größenverhältnis	16:10
Helligkeit	300 Nits
Herkunftsland	China (ABD); Thailand (ABD)
Hinweis zum Hauptspeicher	Übertragungsraten von bis zu 5600 MT/s.
Hinweis zum Wireless-Betrieb	Moderner Standby-Modus (verbunden)
HP Apps	HP Support Assistant; HP Connection Optimizer; HP Enhanced Lighting
Interner Speicher	PCIe® Gen4 NVMe™ M.2 SSD, 1 TB
Layout des Speichers (Steckplätze und Größe)	Integriert
Materialtyp für Artikel	FERT
Mindestabmessungen (B x T x H)	35,78 x 25,48 x 1,5 cm
Mitgelieferte Software	McAfee Online Protection (30-Tage-Testversion); 1 Monat kostenlose Adobe-Testversion; Xbox Game Pass Premium, 2-monatige Testversion
Netzteiltyp	Netzadapter, USB Type-C®, 100 W
Neuronale Verarbeitungseinheit	Intel® KI-Boost (13 NPU-TOPS)
Paketabmessungen (B x T x H)	8 x 42,3 x 30,3 cm
Paketgewicht	3,42 kg
Produktdesign	Sandgestrahlte eloxierte Oberfläche
Produktfarbe	Glacier Silver Aluminium
Produktion CO2e (kg)	131
Produktkurzbezeichnung Spezifikationen	HP OmniBook 7 Laptop AI 16-ay0770ng, 16", Intel® Core™ Ultra 7, 32GB RAM, 1TB SSD



Produktsicherheit	https://support.hp.com/us-en/document/ish_6126692-6126777-16?openCLC=true ; HP REG 23010, 08028 Barcelona, Spain; reg@hp.com
Produktsprachoptionen	#ABD
Prozessor	Intel® Core™ Ultra 7 255H (bis zu 5,1 GHz mit Intel Turbo Boost-Technologie®, 24 MB L3 Cache, 16 Kerne, 16 Threads)
Prozessor-Cache	24 MB L3
Prozessorkern	16
Prozessorproduktfamilie	Intel® Core™ Ultra 7 Prozessor
Registrierung erforderlich	No
ROTE URL einheitliches Ladegerät	https://hp.widen.net/content/gzezjfu9ii/png/EU%20Common%20Charger%20%2065-100W%20%20%28Adapter%20included%29.png?w=400&h=400&position=c&color=ffffff00&quality=80&u=dpmp26
Sicherheitsmanagement	Taste zum Stummschalten des Mikrofons; Kamera Privatsphäre-Verschluss; Unterstützt Trusted Platform Module (Firmware TPM)
Software - Produktivität und Finanzen	Testversion für Kunden des neuen Microsoft 365 für 1 Monat
Speicher	32 GB DDR5 -5600 MT/s (integriert)
Speichertyp	SSD
Spezifikationen für lange Produktnamen	HP OmniBook 7 Laptop AI 16-ay0770ng, Windows 11 Home, 16", Intel® Core™ Ultra 7, 32GB RAM, 1TB SSD, 2K, Gletschersilber
Spezifikationen für lange Produktnamen V2	HP OmniBook 7 AI 16, Windows 11 Home, 16", Intel® Core™ Ultra 7, 32GB RAM, 1TB SSD, 2K, Gletschersilber
Symbol Netzteiltyp	https://hp.widen.net/content/gzezjfu9ii/png/EU%20Common%20Charger%20%2065-100W%20%20%28Adapter%20included%29.png?w=400&h=400&position=c&color=ffffff00&quality=80&u=dpmp26
Tastatur	Tastatur in voller Größe mit Hintergrundbeleuchtung und Ziffernblock, Soft Gray
Technische Daten zur Nachhaltigkeit	Kunststoff, der andernfalls ins Meer gelangen würde, in Lautsprechergehäuse und Rahmen; Recyceltes Metall in Abdeckung, Tastaturrahmen, Basis und Scharnierkappen; Tastatur-Keycaps und -Scissors bestehen aus recyceltem Kunststoff
Touchscreen	Nein
Transport CO2e (kg)	7
Umweltzeichen	EPEAT® Gold mit Climate+
UNSPSC-Code	43211503
UPC-Nummer	199251295911
Verpackung – Maßeinheit (metrisch)	cm
Verpackungsbreite, metrisch (häufigste Größe)	8
Verpackungshöhe, metrisch (häufigste Größe)	30,3



Verpackungstiefe, metrisch (häufigste Größe)	42,3
Vorinstallierte Software	Poly Camera Pro
Webcam	5-IR-Kamera mit temporärer Rauschunterdrückung und integrierten Dual-Array-Digitalmikrofonen
Wireless	Intel® Wi-Fi 7 BE201 (2x2) und Bluetooth® 5.4 Wireless-Karte

Logistik

UPC-Nummer	199251295911
Verpackungstiefe, metrisch (häufigste Größe)	42,3
Verpackungshöhe, metrisch (häufigste Größe)	30,3
Verpackungsbreite, metrisch (häufigste Größe)	8
Paketabmessungen (B x T x H)	8 x 42,3 x 30,3 cm
Verpackung – Maßeinheit (metrisch)	cm
Mindestabmessungen (B x T x H)	35,78 x 25,48 x 1,5 cm
Herkunftsland	China (ABD); Thailand (ABD)
Materialtyp für Artikel	FERT
UNSPSC-Code	43211503
Paketgewicht	3,42 kg
Gewicht	1,91 kg

Spezifikationen

[1] 100 GB kostenfreier Dropbox-Speicher, gültig für 3 Monate ab dem Zeitpunkt der Registrierung. Sämtliche Informationen sowie die Nutzungsbedingungen, einschließlich Hinweisen zur Kündigung, erhältst du auf der Dropbox Website unter <https://www.dropbox.com/help/space/hp-promotion>. Es wird ein Internetzugang benötigt, der nicht im Lieferumfang enthalten ist.

[2] Internetzugang erforderlich und nicht enthalten. McAfee ist auf Ihrem PC vorinstalliert und zur Aktivierung ist ein Konto erforderlich. Nach Ende des Testzeitraums ist eine Abonnementverlängerung erforderlich. Die VPN-Funktion ist in Indien, China, Syrien oder Nordkorea nicht verfügbar. McAfee ist im S-Modus nicht mit Windows 11 kompatibel. Sie müssen dauerhaft aus dem S Modus herauswechseln. Das Wechseln aus dem S Modus ist kostenlos, Sie können diesen Modus anschließend jedoch nicht wieder aktivieren.

[3] MobileMark 25-Akkulaufzeit ist abhängig von verschiedenen Faktoren, z. B. Produktmodell, Konfiguration, geladenen Anwendungen, Funktionen, Verwendung, Wireless-Funktionalität und Energieverwaltungseinstellungen. Die maximale Kapazität des Akkus nimmt naturgemäß mit der Zeit und je nach Verwendung ab. Siehe <https://bapco.com/products/mobilemark-25/> für weitere Details.



[5] Der Akku wird innerhalb von 30 Minuten auf bis zu 50 % aufgeladen, wenn das System ausgeschaltet ist (mit dem Befehl „Herunterfahren“). Empfohlen zur Verwendung mit dem HP Adapter, der im Lieferumfang des Notebooks enthalten ist – die Verwendung eines Akkuladegeräts mit geringerer Kapazität wird nicht empfohlen. Wenn eine Ladekapazität von 50 % erreicht ist, wird wieder mit normaler Geschwindigkeit geladen. Ladezeit kann je nach Systemtoleranz um +/-10 % variieren. Bei bestimmten HP Produkten verfügbar. Eine vollständige Liste der Produktfunktionen findest du unter <http://store.hp.com>.

[6] Die Multi-Core-Technologie dient zur Verbesserung der Leistung bestimmter Softwareprodukte. Nicht alle Kund:innen und Softwareanwendungen werden zwangsläufig von der Nutzung dieser Technologie profitieren. Leistung und Taktfrequenz variieren je nach Anwendung und Workload sowie der individuellen Hardware- und Softwarekonfiguration. Die Nummerierung, die Marke und/oder die Benennung von Intel stellen kein Maß für eine höhere Leistung dar.

[7] Die Intel® Turbo Boost-Leistung variiert je nach Hardware-, Software- und Systemkonfiguration. Weitere Informationen finden Sie unter <http://www.intel.com/technology/turboboost/>.

[10] Akkulaufzeit von HP getestet unter kontinuierlicher FHD-Videoowiedergabe, 1080p (1920x1080) Auflösung, 150 Nits Helligkeit, System-Audiopegel bei 17 % als Bildstandard, Gamer-Audiopegel bei 100 %, Wiedergabe im Vollbildmodus vom lokalen Speicher, mit angeschlossenem Kopfhörer oder über Lautsprecher (falls kein Klinkeanschluss vorhanden ist, und eingeschaltetem, aber nicht verbundenem WiFi. Die tatsächliche Akkulaufzeit variiert je nach Konfiguration und die maximale Kapazität nimmt mit der Zeit und je nach Verwendung ab.

[12] Wireless Access Point und Internetdienst sind erforderlich und separat zu erwerben. Die Verfügbarkeit öffentlicher Wireless Access Points ist begrenzt. Die Funktion von Wi-Fi 7 (802.11BE) erfordert Windows 11 2024, einen ausgewählten Intel® Core- oder Intel® Core™ Ultra-Prozessor und einen separat zu erwerbenden Wi-Fi 7-Router. Wi-Fi 7 ist mit vorhergehenden Wi-Fi 802.11-Spezifikationen abwärtskompatibel. Verfügbar in Ländern, in denen Wi-Fi 7 unterstützt wird. Die Spezifikationen für 802.11BE befinden sich in der Entwurfsphase und sind nicht endgültig. Falls die endgültigen Spezifikationen von den Entwurfsspezifikationen abweichen, kann dies die Kommunikation des Notebooks mit anderen 802.11BE-Geräten beeinträchtigen.

[17] Bei sämtlichen Leistungsangaben handelt es sich um die typischen Spezifikationen laut den mit HP kooperierenden Komponentenherstellern; die tatsächliche Leistung kann darüber oder darunter liegen.

[18] Anteil des aktiven und inaktiven Betrachtungsbereichs im Vergleich zum aktiven Betrachtungsbereich plus Rand. Gemessen bei vertikaler Ausrichtung zur Tischoberfläche.

[19] Um mit HP Sleep and Charge optimale Ergebnisse zu erzielen, verwende mit einem externen Gerät ein USB-Standardkabel mit Ladefunktion oder einen Kabeladapter.

[23] Die tatsächliche Akkukapazität in Wattstunden (Wh) kann von der Auslegungskapazität abweichen. Die Akkukapazität nimmt mit der Zeit und in Abhängigkeit von Lagerung, Nutzung, Umgebung, Temperatur, Systemkonfiguration, geladenen Anwendungen, Funktionen, Energieverwaltungseinstellungen und sonstigen Faktoren ab.

[24] Innerhalb von 180 Tagen nach der Windows-Aktivierung zu aktivieren.

[25] Das Angebot ist weltweit (mit Ausnahme von China und Embargoländern oder anderen Ländern, die durch geltende Gesetze oder Vorschriften als eingeschränkt gekennzeichnet sind) für neue und bestehende Abonnent:innen verfügbar, die mindestens 18 Jahre alt sind. Klicke auf das Adobe-Symbol im Startmenü, um deine 1-monatige Testmitgliedschaft für ausgewählte Adobe-Software einzulösen. Die Software ist an das Gerät gebunden und nicht übertragbar. Wenn du dich für einen Tarif mit automatischer Verlängerung registrieren möchtest, kannst du bei der Registrierung deine Zahlungsmethode angeben. Durch das Hinzufügen einer Zahlungsmethode verlängert sich dein Tarif am Verlängerungsdatum automatisch zum zu dem Zeitpunkt aktuellen Preis, bis er gekündigt wird. Wenn du vor Ablauf des Testmonats kündigst, entstehen dir keine Kosten. Du kannst deinen Tarif jederzeit über dein Adobe-Konto oder durch Kontaktaufnahme mit dem Kundendienst kündigen. Bitte beachte die aktuellen Preise für Adobe-Produkte, die in diesem Angebot verfügbar sind. Das Angebot gilt nicht für Schul-, OEM- oder Serienlizenzkunden. Voraussetzung ist die Verfügbarkeit am Wohnsitz des Empfängers/der Empfängerin. Es können zusätzliche Bedingungen und Konditionen gelten. UNGÜLTIG, WO DIES GESETZLICH VERBOTEN ODER EINGESCHRÄNKT IST.

[27] Basierend auf U.S. EPEAT® Registrierung nach IEEE 1680.1-2018 EPEAT®. EPEAT® Status variiert je nach Land. Weitere Informationen findest du unter www.epeat.net.

[37] Gewicht und Systemabmessungen können aufgrund von Konfigurations- und Fertigungsabweichungen variieren.

[39] Der Anteil an Kunststoff in den jeweiligen Komponenten, der andernfalls ins Meer gelangen würde, variiert je nach Produkt.

[40] Die Notebooks werden unter Verwendung recycelte Aluminiums für die Abdeckung gefertigt. Der Anteil an recyceltem Metall variiert je nach Produkt.

[41] Die Tastaturkomponenten enthalten recycelten Haushaltskunststoff. Der prozentuale Anteil an recyceltem Haushaltskunststoff in den einzelnen Komponenten variiert je nach Produkt.

[45] Durch die integrierte DC-Dimming-LED-Hintergrundbeleuchtung oder LED-Emissionen entfällt das Bildschirmflackern. Das OLED-Panel funktioniert mit DC-DIMMING, wenn es über 100 Nits liegt.

[46] Für Bluetooth® 5.4 ist die Unterstützung von Microsoft OS/Chrome OS erforderlich. Bis die Unterstützung von Microsoft OS/Chrome OS verfügbar ist, läuft Bluetooth® 5.4 als Bluetooth® 5.3 oder älter.



[53] Durch die integrierte Dc-dimmende LED-Hintergrundbeleuchtung wird Bildschirmflimmern oder LED-Emissionen beseitigt. Das OLED-Panel funktioniert mit DC-DIMMING, wenn es über 100 nits liegt.

Rechtlicher Hinweis

Bild zeigt eventuell anderes Produkt

Es stehen nicht alle Funktionen in allen Editionen oder Versionen von Windows zur Verfügung. Das System erfordert möglicherweise aktualisierte und/oder separat erworbene Hardware, Treiber, Software oder ein BIOS-Update, damit die Funktionen von Windows vollständig genutzt werden können. Windows wird automatisch aktualisiert und aktiviert. Es sind ein High-Speed-Internetzugang und ein Microsoft-Konto erforderlich. Es fallen ggf. ISP-Gebühren an und es müssen im Laufe der Zeit ggf. zusätzliche Anforderungen für Updates erfüllt werden. Siehe <http://www.windows.com>.

[6] Nicht alle Funktionen stehen in allen Editionen oder Versionen von Windows zur Verfügung. Das System erfordert möglicherweise aktualisierte und/oder separat erworbene Hardware, Treiber, Software oder ein BIOS-Update, damit die Funktionen von Windows vollständig genutzt werden können. Windows wird automatisch aktualisiert und aktiviert. Highspeed-Internet und Microsoft Konto erforderlich. Es fallen ggf. ISP-Gebühren an und es müssen im Laufe der Zeit ggf. zusätzliche Anforderungen für Updates erfüllt werden. Siehe <http://www.windows.com>.

[7] Die Multi-Core-Technologie dient zur Verbesserung der Leistung bestimmter Softwareprodukte. Die Verwendung dieser Technologie bietet nicht zwangsläufig Vorteile für jede Kundin bzw. jeden Kunden und jede Softwareanwendung. Leistung und Taktfrequenz variieren je nach Anwendung und Workload sowie individueller Hardware- und Softwarekonfiguration. Die Nummerierung, Marke und/oder Benennung von Intel stellt keinen Maßstab für eine höhere Leistung dar. Die® Intel Turbo Boost-Leistungsmerkmale variieren je nach Hardware-, Software- und Systemkonfiguration. Weitere Informationen finden Sie unter <http://www.intel.com/technology/turboboost/>. Funktionen und Software, für die eine NPU erforderlich ist, erfordern möglicherweise einen Software-Kauf, ein Abonnement oder die Aktivierung durch einen Software- oder Plattformanbieter, und Software von Drittanbietern kann mit spezifischen Konfigurations- oder Kompatibilitätsanforderungen verbunden sein. Die potenzielle NPU-Inferenzleistung variiert je nach Nutzung, Konfiguration, Software und anderen Faktoren.

[8] Durch die integrierte DC-Dimming-LED-Hintergrundbeleuchtung entfällt das Flackern des Bildschirms.

[9] Das Abonnement läuft automatisch zum regulären monatlichen Preis weiter, sofern es nicht gekündigt wird. Vorbehaltlich <https://www.xbox.com/legal/subscription-terms>. Die Vorteile variieren je nach Xbox Game Pass-Plan. Die Game-Bibliothek variiert im Laufe der Zeit je nach Region, Gerät und Xbox Game Pass-Tarif. [xbox.com/gamepass](https://www.xbox.com/gamepass). Die Ingame-Vorteile variieren je nach Game, Region sowie im Lauf der Zeit. Das Game muss installiert sein, um auf die Ingame-Vorteile zugreifen zu können. Eine Liste der Cloud- und Nicht-Cloud-Märkte sowie der unterstützten Regionen findest du unter: [xbox.com/regions](https://www.xbox.com/regions). Es gelten bestimmte Bedingungen. Weitere Informationen findest du unter [xbox.com/gamepass](https://www.xbox.com/gamepass). Ausgenommen HP Chromebooks.

[10] Internetzugang wird benötigt und ist nicht im Lieferumfang enthalten. McAfee ist auf deinem PC vorinstalliert und zur Aktivierung ist ein Konto erforderlich. Nach dem Testzeitraum ist eine Verlängerung des Abonnements erforderlich. Die VPN-Funktion ist in Indien, China, Syrien oder Nordkorea nicht verfügbar. McAfee ist im S-Modus nicht mit Windows 11 kompatibel. Du musst dauerhaft aus dem S-Modus herauswechseln. Das Wechseln aus dem S-Modus ist kostenlos, aber du kannst ihn nicht wieder reaktivieren.

[11] Die Notebooks werden unter Verwendung von recyceltem Aluminium für die Abdeckung gefertigt. Der Anteil an recyceltem Metall variiert je nach Produkt.

Intel, Core, Optane, Celeron, Pentium, Iris, XMM und Thunderbolt sind Marken oder eingetragene Marken der Intel Corporation oder ihrer Tochtergesellschaften in den USA und anderen Ländern. AMD, Ryzen, Athlon und Radeon sind Marken von Advanced Micro Devices, Inc. Qualcomm und Snapdragon sind Marken oder eingetragene Marken von Qualcomm Technologies, Inc. und/oder seinen Tochtergesellschaften. Bluetooth ist eine Marke des Rechteinhabers und wird von HP Inc. unter Lizenz verwendet. NVIDIA und GeForce sind in den USA und in anderen Ländern Marken und/oder eingetragene Marken der NVIDIA Corporation. USB Type-C® und USB-C® sind eingetragene Marken des USB Implementers Forum. DisplayPort™ und das DisplayPort™ Logo sind Marken der Video Electronics Standards Association (VESA®) in den USA und in anderen Ländern. McAfee und McAfee LiveSafe sind Marken oder eingetragene Marken von McAfee LLC in den USA und anderen Ländern. ENERGY STAR ist eine eingetragene Marke in den USA. Umweltschutzbehörde (Environmental Protection Agency, EPA). Alle weiteren Marken sind Eigentum der jeweiligen Rechteinhaber.

[12] Der Anteil an Kunststoff in den jeweiligen Komponenten, der andernfalls ins Meer gelangen würde, variiert je nach Produkt.

[13] EPEAT® Gold mit Climate+ Registrierung, sofern zutreffend. Die EPEAT-Registrierung variiert je nach Land. Angaben zum Registrierungsstatus in den einzelnen Ländern findest du unter www.epeat.net.

[14] ENERGY STAR und das ENERGY STAR Logo sind eingetragene Marken der US-Umweltschutzbehörde (Environmental Protection Agency, EPA).

[15] Der Akku wird innerhalb von 30 Minuten bis zu 50 % geladen, wenn das System ausgeschaltet wird (mit dem Befehl „Herunterfahren“), mit dem HP Adapter der mit dem Notebook geliefert wurde, oder mit dem empfohlenen Netzteil, das in den technischen Daten angegeben ist (siehe <http://store.hp.com>). Wenn eine Ladekapazität von 50 % erreicht ist, wird wieder mit normaler Geschwindigkeit geladen. Die Ladezeit kann je nach Systemtoleranz um +/-10 % variieren. Bei bestimmten HP Produkten verfügbar.

[16] Bluetooth ist eine Marke des Rechteinhabers und wird von der Hewlett-Packard Company unter Lizenz verwendet. Optionale Funktionen sind separat oder als Add-on erhältlich.



[17] Die beschriebenen Funktionen erfordern unter Umständen Software oder weitere Anwendungen von Drittanbietern. Internet-Service erforderlich und nicht im Lieferumfang enthalten.

[18] Bei Festplatten entspricht 1 GB = 1 Milliarde Bytes. 1 TB = 1 Billion Bytes. Die tatsächliche Kapazität ist nach Formatierung geringer. Bis zu 35 GB der Systemplatte sind für Software zur Systemwiederherstellung reserviert.

[19] Wenn du die Audiofunktion über längere Zeit bei voller Lautstärke verwendest, sind Hörschäden nicht auszuschließen. Um das Risiko eines Hörschadens zu minimieren, reduziere die Lautstärke bzw. die Zeiten, in denen du Sound bei voller Lautstärke hörst.