

RALLY™ 110/210

Manuel d'utilisation

© 2025 Garmin Ltd. ou ses filiales

Tous droits réservés. Conformément aux lois relatives au copyright en vigueur, toute reproduction du présent manuel, qu'elle soit partielle ou intégrale, sans l'autorisation préalable écrite de Garmin, est interdite. Garmin se réserve le droit de modifier ou d'améliorer ses produits et d'apporter des modifications au contenu du présent manuel sans obligation d'en avertir quelque personne physique ou morale que ce soit. Consultez le site Web de Garmin à l'adresse www.garmin.com pour obtenir les dernières mises à jour, ainsi que des informations complémentaires concernant l'utilisation de ce produit.

Garmin®, le logo Garmin, ANT+® et Edge® sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales, déposées aux États-Unis et dans d'autres pays. Garmin Connect™ et Rally™ sont des marques commerciales de Garmin Ltd. ou de ses filiales. Ces marques commerciales ne peuvent pas être utilisées sans l'autorisation expresse de Garmin.

La marque et les logos Bluetooth® sont la propriété de Bluetooth SIG, Inc., et leur utilisation par Garmin est soumise à une licence. Training Stress Score™ (TSS), Intensity Factor™ (IF) et Normalized Power™ (NP) sont des marques commerciales de Peaksware, LLC. Les autres marques et noms commerciaux sont la propriété de leurs détenteurs respectifs.

Le FCC ID est indiqué sur l'axe, sous le corps de la pédale. FCC ID : IPH-04537

M/N: A04537

Table des matières

Mise en route.....	1	Paramètres système.....	21
Outils et matériel requis.....	1	Paramètres supplémentaires.....	21
Couplage des pédales Rally		Recherche de mises à jour	
110/210.....	1	logicielles.....	21
Prise en main de l'application Garmin		Réinitialisation des pédales aux valeurs	
Connect.....	2	d'usine.....	22
Couplage avec l'application Garmin		Entretien et maintenance.....	22
Connect.....	2	Préserver l'autonomie grâce au mode	
Couplage sécurisé des pédales Rally		Transport.....	22
110/210 sans l'application Garmin		Désactivation du mode Transport....	22
Connect.....	3	Nettoyage et graissage des pédales...	23
Couplage avec une montre ou un		Révision des pédales Rally 110/210....	23
compteur de vélo.....	5	Mise à niveau d'un système Rally	
Autorisation des connexions		110.....	23
ouvertes.....	6	Mise sous tension du nouvel axe.....	23
Saisie de la longueur du pédalier.....	6	Installation du nouvel axe.....	24
Installation des pédales.....	7	Couplage du nouvel axe à l'aide de	
Cales de chaussures.....	9	l'application Garmin Connect.....	25
Installation des cales de chaussures		Informations complémentaires.....	25
pour les corps de pédale Rally RK et		Caractéristiques.....	26
Rally RS.....	9	Voyant LED d'état.....	26
Installation des cales de chaussures		Méthodes de chargement.....	27
pour les corps de pédale Rally XC....	10		
Réglage de la tension de			
déchaussage.....	10		
Application des autocollants			
réfléchissants.....	12		
Chargement de la batterie.....	13		
Voyant LED d'état de chargement.....	14		
Dynamiques de cyclisme.....	14		
Données de force.....	15		
Étalonnage intelligent Pedal IQ™.....	15		
Étalonnage des pédales avec			
l'application Garmin Connect.....	15		
Champs de données.....	16		
Remplacement des corps de			
pédale.....	19		

Mise en route

AVERTISSEMENT

Consultez le guide *Informations importantes sur le produit et la sécurité* inclus dans l'emballage du produit pour prendre connaissance des avertissements et autres informations importantes sur le produit.

Les pédales Rally 110/210 sont livrées en mode Transport afin de préserver l'autonomie de la batterie. Avant de les configurer, vous devez les connecter à une alimentation électrique pour désactiver le mode Transport ([Désactivation du mode Transport, page 22](#)).

- 1 Si nécessaire, installez l'application Garmin Connect™ sur votre smartphone et connectez-vous à votre compte Garmin® ([Prise en main de l'application Garmin Connect, page 2](#)).
- 2 Coupez les pédales avec l'application Garmin Connect ([Couplage avec l'application Garmin Connect, page 2](#)).
- 3 Coupez les pédales avec une montre ou un compteur de vélo compatibles ([Couplage avec une montre ou un compteur de vélo, page 5](#)).
- 4 Saisissez la longueur de manivelle ([Saisie de la longueur du pédalier, page 6](#)).
- 5 Installez les pédales sur votre vélo ([Installation des pédales, page 7](#)).
- 6 Installez les cales fournies sur vos chaussures de cyclisme ([Cales de chaussures, page 9](#)).
- 7 Appliquez les autocollants réfléchissants sur les pédales ([Application des autocollants réfléchissants, page 12](#)).

Outils et matériel requis

- Clé de 15 mm
- Graisse de vélo
- Clé dynamométrique bidirectionnelle allant de 5 à 10 N-m (44 à 88 lbf-in) et embout hexagonal de 5 mm
- Clé dynamométrique bidirectionnelle de 35 N-m (26 lbf-ft) et clé plate de 15 mm (recommandée pour la précision de lecture de la puissance)

Couplage des pédales Rally 110/210

Vous devez coupler les pédales avec l'application Garmin Connect pour obtenir les dernières mises à jour logicielles et coupler les pédales en toute sécurité avec d'autres appareils.

Prise en main de l'application Garmin Connect

- 1 Scannez le code QR avec votre smartphone pour télécharger et installer l'application Garmin Connect.



- 2 Ouvrez l'application Garmin Connect.
- 3 Connectez-vous à votre compte Garmin ou créez-en un.




Pour en savoir plus sur l'application Garmin Connect, rendez-vous sur garmin.com/garminconnect_help.

Couplage avec l'application Garmin Connect

- 1 Faites tourner les manivelles pour activer les pédales.

REMARQUE : si le voyant LED d'état des pédales ne se met pas à clignoter, les pédales sont peut-être en mode Transport (*Désactivation du mode Transport, page 22*).

- 2 Sélectionner une option :

- Si le voyant LED d'état de la pédale gauche clignote en , elles sont en mode de couplage sécurisé. Passez à l'étape 3.
- Si le voyant LED d'état de la pédale clignote en  ou en , activez le mode de couplage sécurisé (*Couplage sécurisé des pédales Rally 110/210 sans l'application Garmin Connect, page 3*).

- 3 Sélectionnez une option pour commencer à coupler les pédales Rally 110/210 avec l'application Garmin Connect :

- Scannez le code QR avec votre téléphone.



- Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Ajouter un appareil**.

- 4 Sélectionnez **Connecter votre appareil**.
- 5 Suivez les instructions présentées à l'écran.

Couplage sécurisé des pédales Rally 110/210 sans l'application Garmin Connect

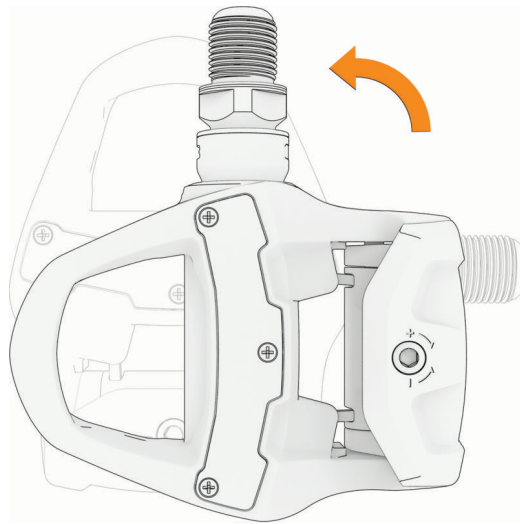
Si vous avez déjà couplé les pédales Rally 110/210 avec l'application Garmin Connect mais que vous n'avez plus accès à votre appareil mobile ou que vous ne pouvez pas utiliser l'application Garmin Connect, vous pouvez suivre ces étapes pour activer le mode de couplage sécurisé.

- 1 Retirez la pédale gauche de votre vélo.
- 2 Déplacez et faites tourner la pédale pour l'activer.

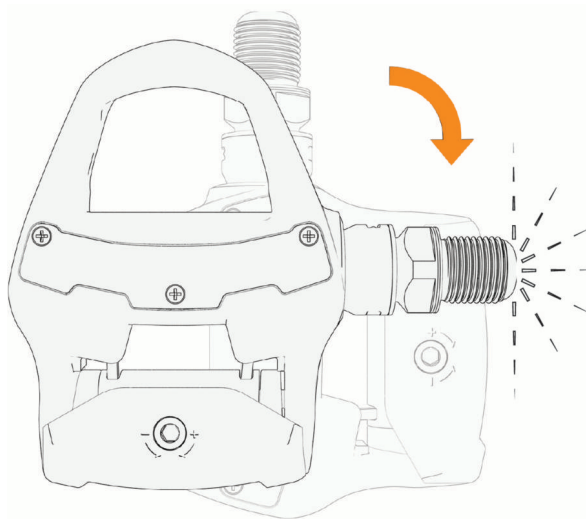
Le voyant LED d'état clignote en ■ ou en ■.

ASTUCE : si le voyant LED d'état de la pédale ne commence pas à clignoter, connectez brièvement la pédale à une source d'alimentation pour l'activer. Déconnectez la pédale avant de passer à l'étape 3.

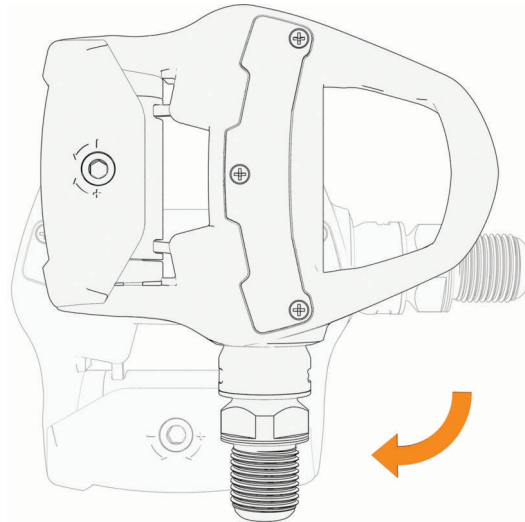
- 3 Maintenez la pédale à l'horizontale pendant deux secondes.
- 4 Tournez la pédale de 90 degrés et maintenez-la avec l'extrémité filetée vers le haut pendant deux secondes.



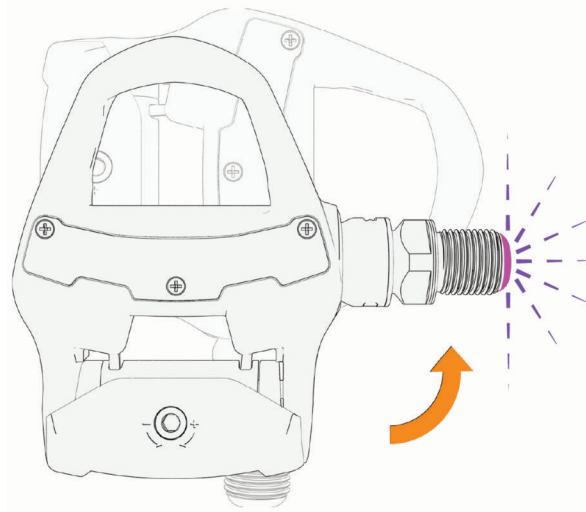
- 5 Tournez de nouveau la pédale de 90 degrés et maintenez-la avec l'extrémité filetée sur le côté pendant deux secondes.




- 6 Tournez la pédale de 90 degrés et maintenez-la avec l'extrémité filetée vers le bas pendant deux secondes.



- 7 Tournez la pédale de 90 degrés supplémentaires pour remettre l'extrémité filetée sur le côté.



Le voyant LED d'état clignote en , indiquant qu'il est en mode de couplage sécurisé.

- 8 Sélectionnez une option pour commencer à coupler les pédales Rally 110/210 avec l'application Garmin Connect :
- Scannez le code QR avec votre téléphone.



- Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Ajouter un appareil**.

9 Sélectionnez **Connecter votre appareil**.

10 Suivez les instructions présentées à l'écran.

Couplage avec une montre ou un compteur de vélo

Avant de pouvoir coupler les pédales Rally 110/210 avec une montre ou un compteur de vélo, vous devez d'abord les coupler avec l'application Garmin Connect ([Couplage avec l'application Garmin Connect, page 2](#)).

Vous pouvez ensuite suivre les étapes ci-dessous pour coupler vos pédales Rally 110/210 avec un appareil compatible avec le couplage sécurisé. Pour consulter la liste actualisée des appareils Garmin qui prennent en charge les connexions sécurisées et en savoir plus sur les connexions ouvertes et sécurisées, rendez-vous sur garmin.com/connectiontypes.

Pour coupler les pédales avec un appareil qui ne prend pas en charge le couplage sécurisé, vous devez d'abord configurer vos pédales pour autoriser les connexions ouvertes ([Autorisation des connexions ouvertes, page 6](#)).

1 Faites tourner les manivelles pour activer les pédales.

Le voyant LED d'état clignote en .

2 Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Rally 110/210**.

3 Sélectionnez **Mode de couplage** > **Activer le mode couplage**.

Le voyant LED d'état clignote .

4 Suivez ensuite les étapes propres à votre montre ou compteur de vélo pour ajouter les pédales Rally 110/210 comme nouveau capteur.

Après avoir couplé les pédales avec une montre ou un compteur de vélo compatibles, saisissez la longueur correcte de manivelle afin de garantir la précision des mesures de puissance ([Saisie de la longueur du pédalier, page 6](#)).

Autorisation des connexions ouvertes

Les pédales Rally 110/210 prennent en charge les connexions Bluetooth® sécurisées avec les appareils compatibles. Pour coupler les pédales Rally 110/210 avec des appareils plus anciens qui ne prennent pas en charge le couplage sécurisé, vous devez configurer les pédales afin d'autoriser les connexions ouvertes.

- 1 Si nécessaire, faites tourner les manivelles pour activer les pédales.

Le voyant LED d'état clignote en vert.

- 2 Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin > Rally 110/210.**

- 3 Sélectionnez **Type de connexion > Autoriser les connexions ouvertes.**

Le voyant LED d'état de la pédale Rally 110/210 clignote trois fois lorsqu'elle est inactive et permet des connexions ouvertes.

Vous pouvez coupler votre appareil en ajoutant les pédales Rally 110/210 comme nouveau capteur.

REMARQUE : lorsque les connexions ouvertes sont autorisées, vous pouvez toujours activer le mode de couplage sécurisé et coupler les pédales de manière sécurisée avec les appareils compatibles.

Saisie de la longueur du pédalier

Vous devez entrer la longueur du pédalier correcte pour garantir des calculs de puissance précis. Si vous n'entrez pas de longueur de pédalier, les pédales Rally 110/210 utilisent une longueur de pédalier par défaut de 172,5 mm (6,79 po).

- 1 Faites tourner le pédalier pour activer les pédales.

- 2 Sur votre Garmin montre ou votre ordinateur de vélo, accédez aux paramètres du capteur pour les pédales Rally 110/210.

Pour plus d'informations, consultez le manuel d'utilisation de la montre ou de l'ordinateur de vélo.

- 3 Sélectionnez **Longueur du pédalier.**

REMARQUE : si votre montre ou votre ordinateur de vélo ne prend pas en charge la saisie de la longueur du pédalier, vous pouvez utiliser l'application Garmin Connect pour entrer la longueur du pédalier ([Saisie de la longueur de manivelle avec l'application Garmin Connect, page 6](#)).

- 4 Saisissez la longueur du pédalier.

ASTUCE : la plupart du temps, la longueur du pédalier est imprimée sur la manivelle.

Saisie de la longueur de manivelle avec l'application Garmin Connect

REMARQUE : si vous avez saisi la longueur de manivelle à partir de votre montre connectée ou de votre compteur de vélo, toute nouvelle valeur saisie via l'application Garmin Connect ne sera pas prise en compte. Vous devrez modifier ce paramètre sur la montre ou le compteur de vélo.

- 1 Faites tourner les manivelles pour activer les pédales.

- 2 Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin > Rally 110/210.**

- 3 Sélectionnez **Système > Longueur du pédalier.**

- 4 Saisissez la longueur de la manivelle, puis sélectionnez **OK.**

ASTUCE : la plupart du temps, la longueur du pédalier est imprimée sur la manivelle.

Installation des pédales

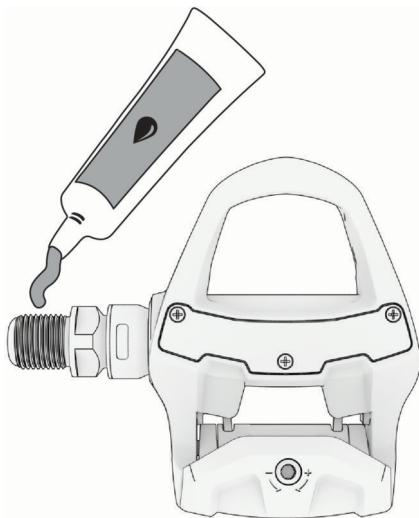
Ces instructions montrent le corps de pédale Rally RK. Les étapes sont les mêmes pour tous les types de corps de pédale Rally 110/210.

AVIS

N'installez pas les pédales Rally 110/210 avec des protections de pédale ou des rallonges. Ces accessoires peuvent endommager l'électronique des axes et entraîner un dysfonctionnement du produit.

REMARQUE : installez d'abord la pédale droite.

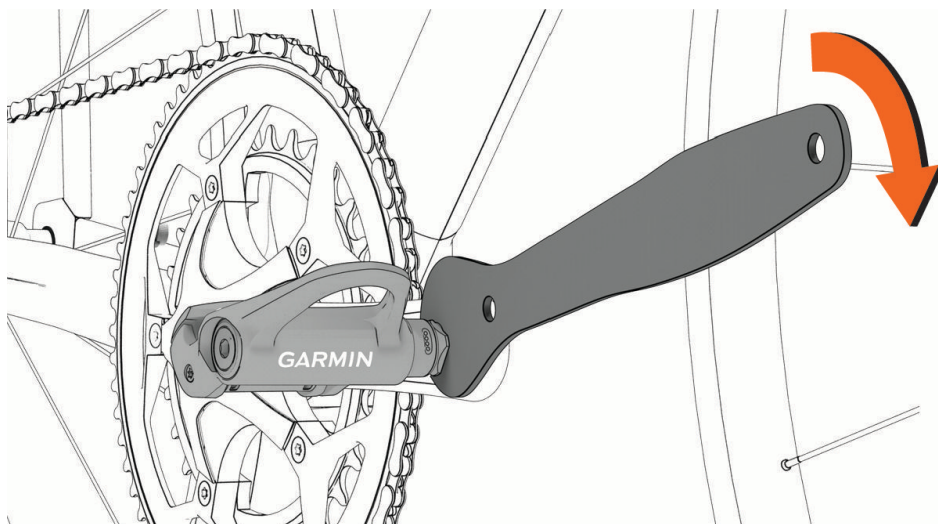
- 1 Appliquez une fine couche de graisse sur le filetage de l'axe de la pédale.



AVIS

Vous devez toujours graisser les filetages avant l'installation. Si vous ne le faites pas, vous risquez d'endommager le produit.

- 2 Insérez l'axe de la pédale dans la manivelle.
- 3 Resserrez l'axe manuellement.
- 4 Serrez ensuite à l'aide d'une clé plate de 15 mm.



REMARQUE : pour garantir la précision des mesures de puissance, serrez les pédales sur les manivelles avec un couple de 35 Nm (26 lbf/pi).

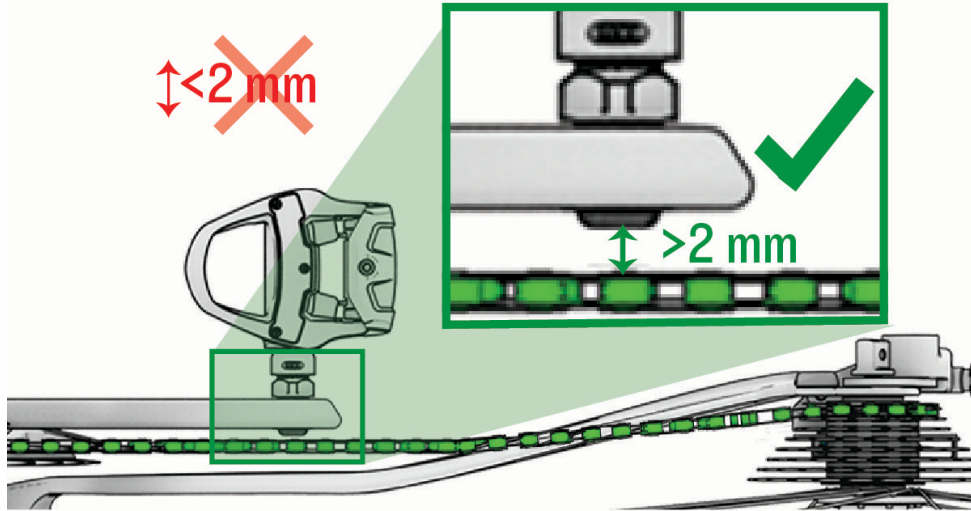
- 5 Répétez les étapes précédentes pour installer la pédale gauche.

REMARQUE : l'axe de la pédale gauche dispose d'un pas de vis à gauche (inversé).

- 6 Positionnez la chaîne de vélo sur le plus grand plateau et le plus petit pignon.
- 7 Faites tourner la manivelle pour vérifier le dégagement.

AVIS

Assurez-vous qu'il reste un espace d'au moins 2 mm entre l'axe de la pédale et toute partie du vélo (chaîne, transmission ou cadre). Si une partie du vélo touche l'axe en roulant, l'électronique de l'axe peut être endommagée, entraînant un dysfonctionnement du produit.



- 8 Si nécessaire, ajoutez une rondelle (fournie) entre l'axe et la manivelle de chaque côté du vélo pour augmenter le dégagement et équilibrer la position des pédales.

⚠ AVERTISSEMENT

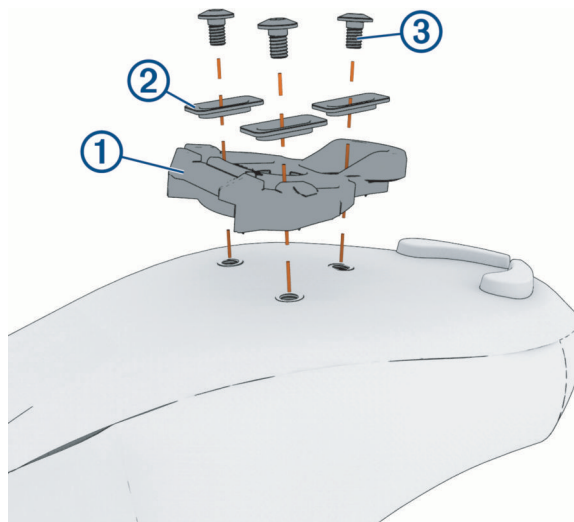
N'ajoutez pas plus d'une rondelle sur chaque pédale. L'ajout de rondelles supplémentaires peut provoquer une contrainte excessive sur l'axe et le filetage, pouvant entraîner une défaillance du produit, des dommages matériels ou des blessures graves.

Cales de chaussures

Installation des cales de chaussures pour les corps de pédale Rally RK et Rally RS

REMARQUE : les cales gauche et droite sont identiques.

- 1 Appliquez une fine couche de graisse sur les filetages des boulons des cales.
- 2 Alignez la cale ①, les rondelles ② et les boulons ③.



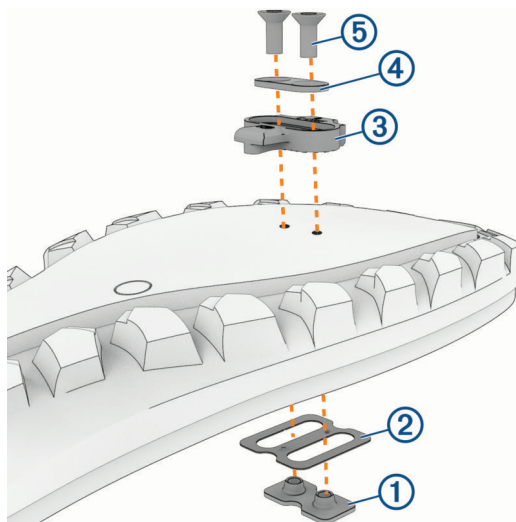
- 3 Utilisez une clé Allen de 4 mm pour attacher sans serrer chaque boulon à la semelle de la chaussure.
- 4 Réglez la position de la cale sur la chaussure à votre convenance.
Vous pouvez l'ajuster après un tour d'essai.
- 5 Fixez fermement la cale sur la chaussure.

REMARQUE : Garmin recommande un couple de 5 à 8 Nm (4 à 6 lbf-pi).

Installation des cales de chaussures pour les corps de pédale Rally XC

REMARQUE : les cales gauche et droite sont identiques.

- 1 Dans votre chaussure, soulevez la semelle intérieure et insérez le support de cale à 2 trous ① et la rondelle de la semelle intérieure ②.
- 2 Appliquez une fine couche de graisse sur les filetages des boulons des cales.
- 3 Alignez la cale ③, la rondelle ④ et les vis ⑤.



- 4 Utilisez une clé Allen de 4 mm pour attacher sans serrer chaque boulon à la semelle de la chaussure.
- 5 Réglez la position de la cale selon les besoins.
Vous pouvez ajuster la position de la cale après un tour d'essai.
- 6 Serrer les vis pour fixer fermement la cale à la chaussure.

REMARQUE : Garmin recommande de serrer les vis selon un couple de 5 à 8 N m (de 4 à 6 lbf/po).

Réglage de la tension de déchaussage

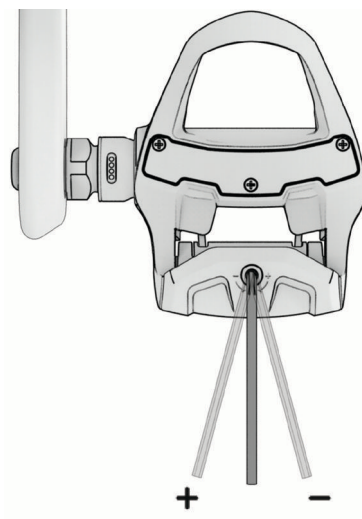
⚠ AVERTISSEMENT

Si vous réglez la tension de déchaussage trop forte, il peut être difficile de sortir rapidement du cale-pied, ce qui peut entraîner des blessures en cas de chute. Si vous réglez la tension de déchaussage trop faible, vous risquez de vous déclipser involontairement, ce qui peut entraîner des blessures graves en cas de chute. Avant de prendre la route, posez un pied à terre et entraînez-vous plusieurs fois à insérer le pied dans la pédale et à l'en sortir.

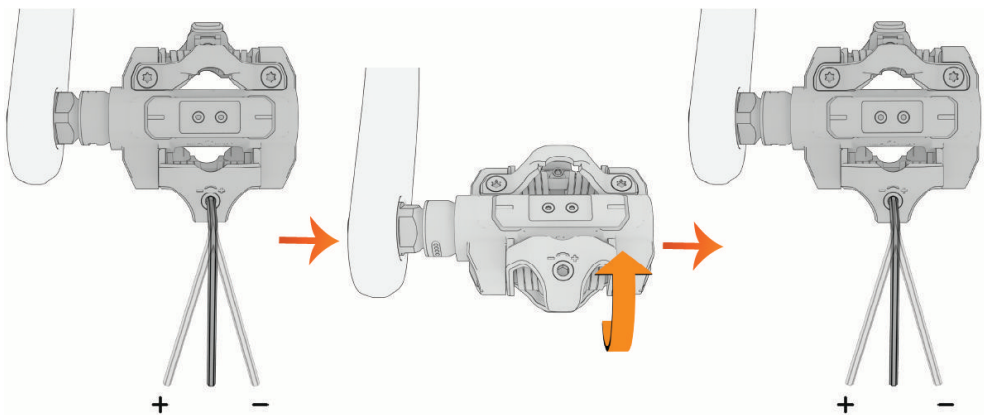
AVIS

Ne serrez pas excessivement les vis de réglage de la tension de déchaussage. Un serrage excessif peut endommager le produit.

- Pour les corps de pédale Rally RS ou Rally RK, utilisez une clé hexagonale de 3 mm pour régler la vis de tension de déchaussage.



- Pour les corps de pédale Rally XC, utilisez une clé hexagonale de 3 mm pour régler la vis de tension de déchaussage de façon égale des deux côtés de la pédale.



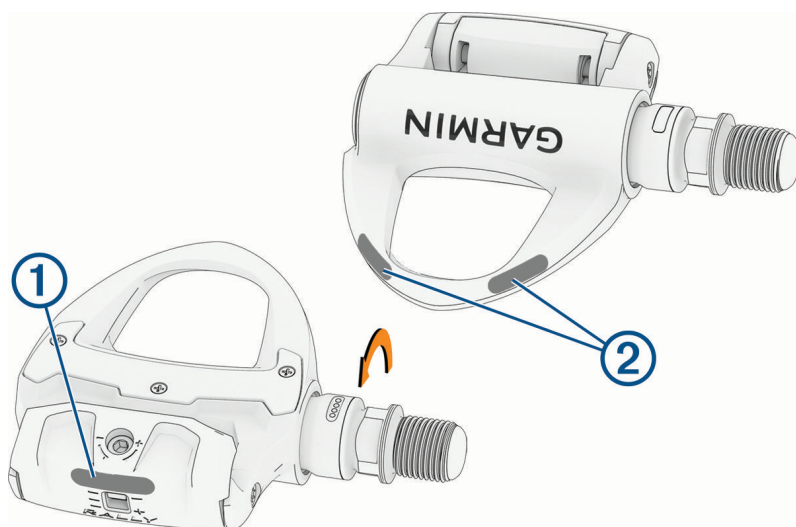
Réglez la même tension de déchaussage sur les deux pédales afin de pouvoir chausser et déchausser confortablement des deux côtés.

Application des autocollants réfléchissants

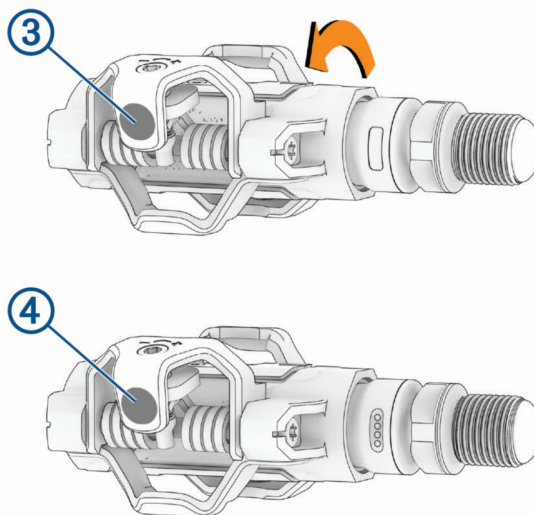
⚠ AVERTISSEMENT

Avant de conduire la nuit ou dans des conditions de faible luminosité, collez les autocollants réfléchissants (fournis) sur les deux pédales pour améliorer votre visibilité et pour vous conformer aux réglementations en vigueur.

- Pour les pédales Rally RS et Rally RK, apposez un autocollant sur le clip de maintien du talon ① et deux sur le corps de la pédale ②.



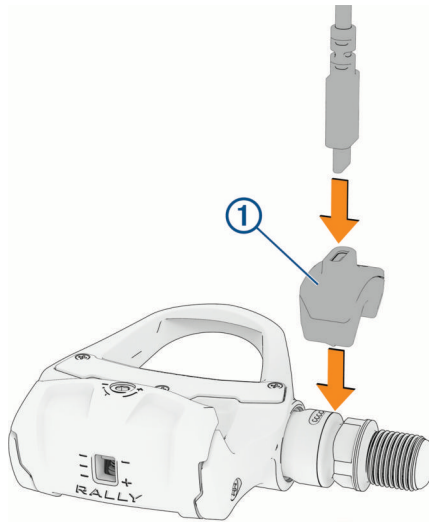
- Pour les pédales Rally XC, apposez un premier autocollant ③, tournez la pédale et appliquez un autre autocollant ④.



Chargement de la batterie

REMARQUE : Garmin recommande de charger l'appareil à l'aide d'un port USB-C® ou d'un adaptateur secteur délivrant une puissance de 2 à 2,5 watts.

- 1 Connectez le câble USB-C à l'adaptateur de chargement ①.



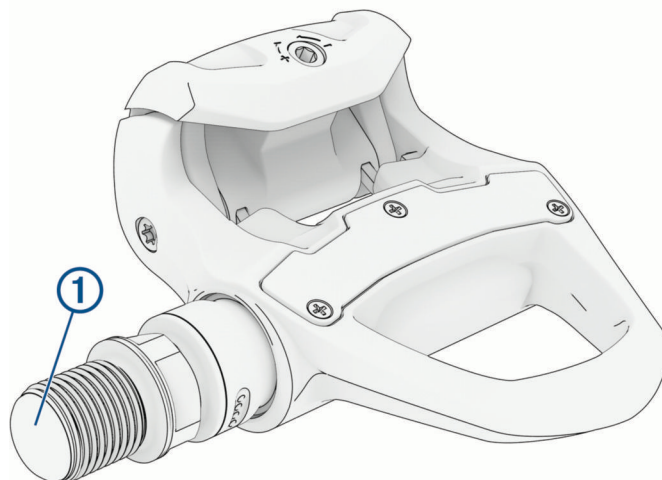
- 2 Connectez l'adaptateur de chargement à l'axe de pédale en alignant les broches de l'adaptateur sur les contacts de charge de l'axe.
- 3 Branchez l'autre extrémité du câble USB-C à une source d'alimentation, comme un port de chargement ou un adaptateur secteur (non inclus).





Le voyant LED sur l'extrémité filetée de l'axe clignote en pour indiquer l'état de charge.

- 4 Répétez l'opération pour l'autre axe de pédale (modèles Rally 210 uniquement).

Voyant LED d'état de chargement

Lors du chargement, le voyant LED d'état ① indique le niveau de charge de la batterie.



Clignote  rapidement	Niveau de charge inférieur à 20 %.
Clignote  toutes les secondes	Niveau de charge entre 20 % et 90 %.
Clignote  toutes les deux secondes	Niveau de charge supérieur à 90 %.
Reste allumé 	Batterie pleine.

Dynamiques de cyclisme

Avec des pédales à deux capteurs de puissance, comme les pédales Rally 210, vous avez accès à des données d'entraînement avancées appelées dynamiques de cyclisme. Les dynamiques de cyclisme vous donnent des informations détaillées sur la manière dont vous appliquez la puissance sur les pédales et sur l'évolution de vos performances selon votre position, les réglages du vélo, la durée de la session et plus encore.

Équilibre droite/gauche : indique le pourcentage de la puissance totale appliquée à chaque pédale.

Phase de puissance : indique le début et la fin de la phase de puissance (la partie du coup de pédale pendant laquelle vous générez une puissance positive).

Position assise et en danseuse : suit votre position de pédalage tout au long de la session.

Décalage par rapport au centre de la plate-forme : indique la répartition de la force sur la surface de la pédale pendant le coup de pédale, mesurée en millimètres par rapport à l'axe central de la pédale.

Vous pouvez afficher les dynamiques de cyclisme dans des champs de données sur votre appareil Edge® compatible pendant la session (*Champs de données*, page 16). Après avoir enregistré et synchronisé votre activité, vous pouvez analyser les dynamiques de cyclisme sur votre compte Garmin Connect.

Pour en savoir plus sur les métriques de performance en cyclisme prises en charge par les appareils Garmin, rendez-vous sur garmin.com/garmin-technology/cycling-science/.

Données de force

Les pédales Rally 110/210 mesurent la force exercée sur les plateformes de pédales, exprimée en newtons. Ces données permettent de comprendre comment différents facteurs influencent votre capacité à produire de la puissance. Par exemple, vous pouvez observer la force nécessaire pour générer 300 W à 60 tr/min comparée à celle requise à 100 tr/min.

Vous pouvez consulter les données de force sur votre appareil Garmin compatible pendant votre session ([Champs de données, page 16](#)). Après avoir enregistré et synchronisé votre activité, vous pouvez analyser les dynamiques de cyclisme sur votre compte Garmin Connect.

Étalonnage intelligent Pedal IQ™

Les pédales Rally 110/210 doivent être étalonnées régulièrement pour assurer la précision des relevés de puissance. Par défaut, les pédales s'étalonnent automatiquement lorsqu'elles sont au repos, par exemple pendant que vous vous préparez à rouler.

Lorsqu'elles sont connectées à une montre ou à un compteur de vélo Garmin compatibles, les pédales Rally 110/210 peuvent détecter qu'un étalonnage est nécessaire et envoyer une notification.

Lorsque vous étalonnez manuellement les pédales, assurez-vous que le vélo est parfaitement immobile et en position verticale, et qu'aucun objet ne touche les pédales, puis suivez les instructions à l'écran pour terminer l'étalonnage.

REMARQUE : les notifications Pedal IQ ne sont pas disponibles sur toutes les montres et tous les compteurs de vélo Garmin. Certains modèles nécessitent une mise à jour logicielle pour activer les notifications Pedal IQ.

Étalonnage des pédales avec l'application Garmin Connect

- 1 Assurez-vous que le vélo est parfaitement immobile et en position verticale, et qu'aucun objet ne touche les pédales.
- 2 Sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Rally 110/210**.
- 3 Sélectionnez **Étalonner** > **Suivant**.
Le processus d'étalonnage dure quelques secondes.

Champs de données

Les tableaux suivants contiennent des champs de données pour l'ordinateur de vélo Edge 1050. Si vous disposez d'un autre appareil compatible, consultez le manuel d'utilisation de cet appareil.

REMARQUE : les champs de données qui affichent les données de fluidité du coup de pédale, d'efficacité du pédalage et d'équilibre ne sont pas pris en charge par le système Rally 110.

Champs de données de puissance

Nom	Description
% FTP	Puissance actuelle sous forme de pourcentage du seuil fonctionnel de puissance.
Équilibre 3 s	Moyenne glissante sur 3 secondes de l'équilibre de puissance gauche/droite.
Force 3 s	Moyenne glissante sur 3 secondes de la force exercée sur les pédales, en newtons.
Puissance 3s	Moyenne glissante sur 3 secondes de la puissance.
Watts/kg sur 3s	Moyenne glissante sur 3 secondes de la puissance en watts par kilogramme.
Équilibre 10 s	Moyenne glissante sur 10 secondes de l'équilibre de puissance gauche/droite.
Force 10 s	Moyenne glissante sur 10 secondes de la force exercée sur les pédales, en newtons.
Puissance 10s	Moyenne glissante sur 10 secondes de la puissance.
Watts/kg sur 10s	Moyenne glissante sur 10 secondes de la puissance en watts par kilogramme.
Équilibre 30 s	Moyenne glissante sur 30 secondes de l'équilibre de puissance gauche/droite.
Force 30 s	Moyenne glissante sur 30 secondes de la force exercée sur les pédales, en newtons.
Puissance 30s	Moyenne glissante sur 30 secondes de la puissance.
Watts/kg sur 30s	Moyenne glissante sur 30 secondes de la puissance en watts par kilogramme.
Équilibre moyen	Équilibre de puissance gauche/droite moyen pour l'activité en cours.
Force moyenne	Force moyenne exercée sur la surface des pédales pendant une activité, en newtons.
Puissance moyenne	Puissance moyenne pour l'activité en cours.
Watts/kg en moyenne	La puissance moyenne en watts par kilogramme.
Équilibre	Équilibre de puissance gauche/droite actuel.
Force	Force exercée sur la surface des pédales, en newtons.
Intensity Factor	Intensity Factor™ pour l'activité en cours.
Kilojoules	Activité cumulée réalisée (puissance) en kilojoules.
Équilibre circuit	Équilibre de puissance gauche/droite moyen pour le circuit en cours.
Force circuit	Force moyenne exercée sur la surface des pédales pendant le circuit en cours, en newtons.
Force norm. circuit	Force normalisée exercée sur la surface des pédales pendant le circuit en cours, en newtons.

Nom	Description
NP circuit	Normalized Power™ moyenne pour le circuit en cours.
Puissance circuit	Puissance moyenne pour le circuit en cours.
Watts/kg pour le circuit	La puissance moyenne en watts par kilogramme pour le circuit en cours.
Force dernier circuit	Force moyenne exercée sur la surface des pédales pendant le circuit précédent, en newtons.
Force norm. der. circuit	Force normalisée exercée sur la surface des pédales pendant le circuit précédent, en newtons.
Normalized Power dernier circuit	Normalized Power moyen pour le dernier circuit réalisé.
Puissance dernier circuit	Puissance moyenne pour le dernier circuit réalisé.
Force max.	Force maximale exercée sur la surface des pédales pendant une activité, en newtons.
Force max. circuit	Force maximale exercée sur la surface des pédales pendant le circuit en cours, en newtons.
Puissance maximale du circuit	Puissance maximale pour le circuit en cours.
Puissance maximale	Puissance maximale pour l'activité en cours.
Force normalisée	Force normalisée exercée sur la surface des pédales, en newtons.
Normalized Power	Normalized Power pour l'activité en cours.
Fluidité du coup de pédale	Mesure de l'uniformité avec laquelle un cycliste appuie sur les pédales à chaque coup de pédale.
Puissance	Puissance de pédalage actuelle en watts.
Zone de puissance	Zone de puissance actuelle (1 à 9) basée sur votre seuil fonctionnel de puissance (FTP) ou sur vos paramètres personnalisés.
Temps dans zone	Temps écoulé dans chaque zone de puissance.
Efficacité du pédalage	La mesure de la puissance perdue en raison de la force négative appliquée sur les pédales pendant la phase de remontée. ¹
TSS	Training Stress Score™ pour l'activité en cours.
Watts/kg	Puissance en watts par kilogramme.

Dynamiques de cyclisme

REMARQUE : ces champs de données nécessitent un système Rally 210.

¹ L'efficacité du couple et la fluidité du coup de pédale sont prises en charge sur les modèles Rally 210 uniquement. Si votre montre ou votre ordinateur de vélo est connecté à vos pédales à l'aide d'une connexion ANT+, vous devez activer l'efficacité du couple et la fluidité du coup de pédale dans les paramètres du capteur pour activer les champs de données correspondants. L'efficacité du couple et la fluidité du coup de pédale ne sont pas prises en charge lors de l'utilisation d'une connexion Bluetooth ouverte. Pour plus d'informations sur les types de connexions, rendez-vous sur le site garmin.com/connectiontypes.

Nom	Description
Pic phase puis. gauche moyen	Angle moyen de phase de puissance (pic) pour la jambe gauche pour l'activité en cours.
Phase de puissance à gauche moyenne	Angle moyen de phase de puissance pour la jambe gauche pour l'activité en cours.
DCP moyen	Répartition de la puissance sur la surface pour l'activité en cours.
Phase de puissance à droite moyenne	Angle moyen de phase de puissance pour la jambe droite pour l'activité en cours.
Pic phase puis. à droite moyen	Angle moyen de phase de puissance (pic) pour la jambe droite pour l'activité en cours.
Pic phase puis. gauche circuit	Angle moyen de phase de puissance (pic) pour la jambe gauche pour le circuit en cours.
Phase de puissance à gauche pour le circuit	Angle moyen de phase de puissance pour la jambe gauche pour le circuit en cours.
Décalage centre plate-forme pour le circuit	Répartition de la puissance sur la surface pour le circuit en cours.
Pic phase puis. droite circuit	Angle moyen de phase de puissance (pic) pour la jambe droite pour le circuit en cours.
Phase de puissance à droite pour le circuit	Angle moyen de phase de puissance pour la jambe droite pour le circuit en cours.
Temps en position assise sur le circuit	Temps passé sur la selle pendant le pédalage pour le circuit en cours.
Temps en danseuse sur le circuit	Temps passé en danseuse pendant le pédalage pour le circuit en cours.
Pic de phase de puissance à gauche	Angle actuel de phase de puissance (pic) pour la jambe gauche. Le pic de phase de puissance correspond à la plage d'angles pour laquelle le cycliste produit le plus de force motrice.
Phase de puissance à gauche	Angle actuel de phase de puissance pour la jambe gauche. La phase de puissance correspond à la région du coup de pédale où de la puissance positive est exercée.
Décalage par rapport au centre de la plate-forme	Emplacement sur la plate-forme de pédale où la force est appliquée, par rapport à la ligne centrale de la plate-forme de pédale.
Pic de phase de puissance à droite	Angle actuel de phase de puissance (pic) pour la jambe droite. Le pic de phase de puissance correspond à la plage d'angles pour laquelle le cycliste produit le plus de force motrice.
Phase de puissance à droite	Angle actuel de phase de puissance pour la jambe droite. La phase de puissance correspond à la région du coup de pédale où de la puissance positive est exercée.
Temps assis	Temps passé sur la selle pendant le pédalage pour l'activité en cours.
Temps en danseuse	Temps passé en danseuse pendant le pédalage pour l'activité en cours.

Remplacement des corps de pédale

⚠ AVERTISSEMENT

Lors du remplacement des corps de pédale, serrez l'écrou d'axe à 10 Nm (88 lbf/po) et le couvercle extérieur à 5 Nm (44 lbf/po). Un couple trop important ou insuffisant peut endommager le produit et entraîner des blessures graves, voire mortelles, si le corps de la pédale se détache de l'axe pendant une activité.

AVIS

Garmin recommande de remplacer une pédale à la fois en veillant à ne pas mélanger les pièces de chaque pédale. L'écrou d'axe et le couvercle de la pédale droite ont un filetage inversé.

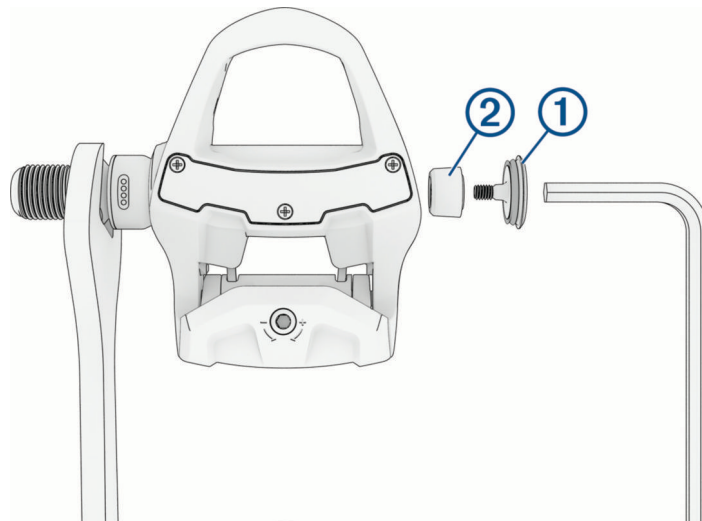
Vous devez appliquer de la graisse sur les axes et les corps de pédale conformément aux instructions de cette section. Si vous ne graissez pas correctement les pièces, vous risquez d'endommager le produit.

Les packs Rally RK/XC 210 et Rally RS/XC 210 comprennent une paire de corps de pédale de vélo de route et une paire de corps de pédale de vélo tout-terrain. Vous pouvez acheter des corps de pédale supplémentaires pour les axes Rally 110/210 auprès de votre revendeur Garmin ou vous pouvez vous rendre sur [garmin.com](https://www.garmin.com).

Ces instructions montrent le corps de pédale Rally RK. Les étapes sont identiques pour tout type de corps de pédale.

- 1 Retirez la pédale du vélo avec une clé de 15 mm.
- 2 Maintenez l'axe avec la clé et utilisez une clé hexagonale de 5 mm pour retirer le couvercle ①.

REMARQUE : le couvercle de la pédale droite a un filetage inversé.

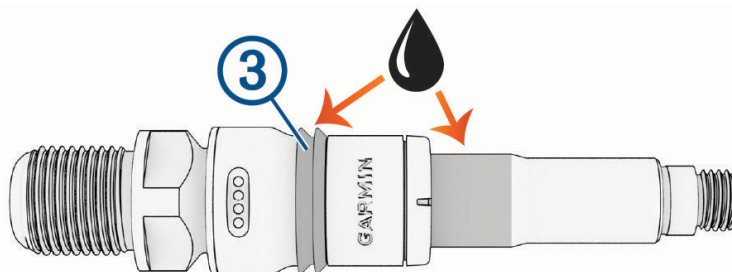


- 3 Maintenez l'axe avec la clé et utilisez une clé hexagonale de 5 mm pour retirer l'écrou d'axe ②.

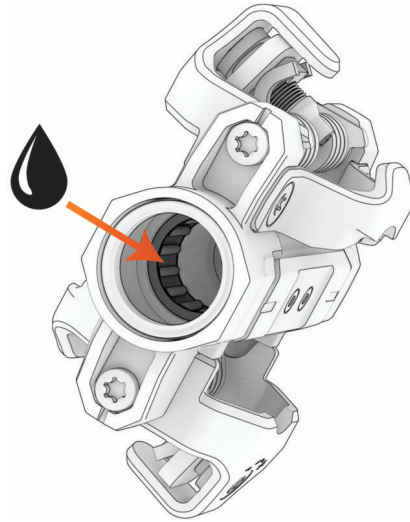
REMARQUE : l'écrou d'axe de la pédale droite a un filetage inversé.

- 4 Retirez le corps de pédale de l'axe.
- 5 Essuyez toute la graisse de l'axe et appliquez une fine couche de graisse neuve sur les zones indiquées.

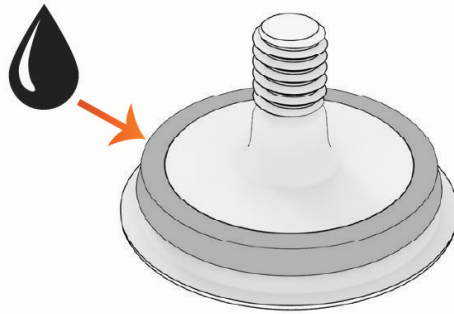
REMARQUE : appliquez suffisamment de graisse pour remplir la gorge du joint en caoutchouc ③.



- 6** Appliquez une fine couche de graisse sur le roulement à billes du nouveau corps de pédale.



- 7** Insérez l'axe dans le nouveau corps et faites-le tourner plusieurs fois pour répartir la graisse.
8 Utilisez une clé hexagonale de 5 mm pour installer l'écrou d'axe et serrez-le à 10 Nm (88 lbf/po).
9 Appliquez une fine couche de graisse sur le joint sur tout le tour du couvercle.



- 10** Utilisez une clé hexagonale de 5 mm pour installer le couvercle et serrez-le à 5 Nm (44 lbf/po).
11 Essuyez tout le résidu de graisse.
12 Répétez les étapes 1 à 11 pour l'autre pédale.

AVIS

Avant de stocker les pédales, essuyez toute trace de graisse à l'intérieur des corps. Si vous stockez les pédales avec de la vieille graisse ou des débris à l'intérieur, vous risquez d'endommager le produit.

Paramètres système

Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Rally 110/210** > **Système**.

ASTUCE : vous pouvez également modifier les paramètres système avec une montre ou un ordinateur de vélo Garmin compatible.

Longueur du pédalier : définit la longueur de pédalier pour garantir un calcul précis de la puissance (*Saisie de la longueur du pédalier, page 6*).

REMARQUE : si vous avez saisi la longueur de pédalier à partir de votre montre connectée ou de votre ordinateur de vélo, toute nouvelle valeur saisie via l'application Garmin Connect ne sera pas prise en compte. Vous devrez modifier ce paramètre sur la montre ou l'ordinateur de vélo.

Angle du pic de phase de puissance : définit le pourcentage utilisé pour calculer la phase de puissance maximale (*Dynamiques de cyclisme, page 14*).

Réglage automatique de l'écart sur zéro : active ou désactive l'étalonnage automatique.

Pédale droite : lie ou délie la pédale droite dans un système à deux capteurs.

Réinitialisation d'usine : réinitialise les pédales aux valeurs d'usine (*Réinitialisation des pédales aux valeurs d'usine, page 22*).

Paramètres supplémentaires

Des paramètres supplémentaires pour les pédales Rally 110/210 sont disponibles sur une montre ou un compteur de vélo compatibles.

REMARQUE : certains paramètres ne sont pas pris en charge par tous les modèles de montre ou de compteur de vélo.

Longueur de manivelle : définit la longueur de manivelle pour garantir un calcul précis de la puissance (*Saisie de la longueur du pédalier, page 6*).

Temps de transition de position : définit le seuil minimal de temps pour que les pédales enregistrent un changement de position (modèles Rally 210 uniquement).

Efficacité du couple et fluidité du pédalage : active ou désactive l'enregistrement des données d'efficacité du couple et de fluidité du pédalage (modèles Rally 210 uniquement).

REMARQUE : ce paramètre n'apparaît que sur les appareils utilisant une connexion ANT+.

Facteur d'échelle : applique un coefficient de correction aux calculs de puissance.



Recherche de mises à jour logicielles

Vous pouvez utiliser l'application Garmin Connect pour mettre à jour vos pédales Rally 110/210 avec la dernière version du logiciel.

1 Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Rally 110/210**.

2 Sélectionnez **Rechercher une mise à jour**.

3 Si une mise à jour est disponible, suivez les instructions à l'écran.

L'application Garmin Connect envoie la mise à jour aux pédales. La mise à jour du logiciel prend plusieurs minutes. Le voyant LED d'état de la pédale clignote en   pendant la mise à jour.

REMARQUE : dans un système à deux capteurs, le logiciel des deux pédales est mis à jour en même temps.


Réinitialisation des pédales aux valeurs d'usine

- 1 Faites tourner le pédalier pour activer les pédales.

REMARQUE : dans un système Rally 210, les deux pédales doivent être activées pour effectuer une réinitialisation aux valeurs d'usine.

- 2 Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Rally 110/210** > **Système**.
- 3 Sélectionnez **Réinitialisation d'usine**.

Lors de la réinitialisation des pédales, le voyant LED d'état clignote en   .

Une fois la réinitialisation des valeurs d'usine terminée, les pédales passent en mode de couplage sécurisé et le voyant LED d'état clignote en .

REMARQUE : vous devez supprimer les pédales des paramètres Bluetooth de votre appareil mobile avant de coupler à nouveau les pédales avec l'application Garmin Connect (*Couplage avec l'application Garmin Connect*, page 2).

Entretien et maintenance

Préserver l'autonomie grâce au mode Transport

Avant de voyager ou de stocker vos pédales Rally 110/210 pendant une période prolongée, activez le mode Transport pour préserver l'autonomie de la batterie.

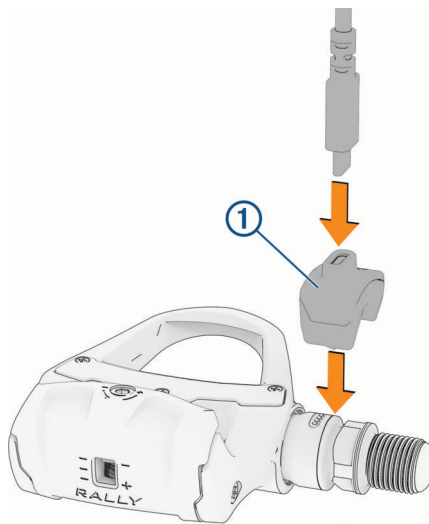
- 1 Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Rally 110/210**.
- 2 Sélectionnez **Mode navigation** > **Active le mode navigation**.

Les pédales s'éteignent et ne se rallumeront pas automatiquement en cas de détection de mouvement.

Pour les réactiver, vous devez les connecter à une source d'alimentation.

Désactivation du mode Transport

- 1 Connectez le câble USB-C à l'adaptateur secteur ①.



- 2 Connectez l'adaptateur de charge à l'axe de pédale en alignant les broches de l'adaptateur sur les contacts de charge de l'axe.
- 3 Branchez l'autre extrémité du câble USB-C à une source d'alimentation, comme un adaptateur secteur (non inclus).

La LED sur l'extrémité fileté de l'axe clignote en vert.

- 4 Débranchez l'adaptateur de charge de la pédale.
- 5 Répétez les étapes 1 à 4 pour l'autre axe de pédale (modèles Rally 210 uniquement).

Nettoyage et graissage des pédales

AVIS

Garmin recommande de nettoyer et d'appliquer de la graisse neuve sur l'axe et le corps des pédales toutes les 100 heures de pédalage ou après une exposition importante à l'eau. Selon les conditions dans lesquelles s'effectuent vos sorties, il peut être nécessaire de nettoyer et d'appliquer de la graisse neuve plus souvent.

En suivant les instructions de remplacement du corps de pédale, nettoyez et appliquez de la graisse neuve sur l'axe et l'intérieur du corps de pédale ([Remplacement des corps de pédale, page 19](#)).

Révision des pédales Rally 110/210

Si vos pédales Rally 110/210 présentent des signes d'usure, vous pouvez acheter un kit de remplacement du corps de pédale et des composants pour un ou deux axes.

- 1 Contactez votre revendeur Garmin ou rendez-vous sur garmin.com pour acheter le kit.
 - Pour réviser les deux pédales, achetez un kit de conversion des corps de pédale Rally 110/210.
 - Pour réviser une seule pédale, achetez un kit de révision de pédale gauche ou droite Rally 110/210.
- 2 Suivez les instructions de remplacement des corps de pédale et remplacez les joints, l'écrou d'axe et le couvercle extérieur par les nouvelles pièces fournies dans le kit ([Remplacement des corps de pédale, page 19](#)).

Mise à niveau d'un système Rally 110

Vous pouvez mettre à niveau un système Rally 110 à un capteur pour obtenir un système Rally 210 à deux capteurs en ajoutant un axe de mise à niveau Rally 110. Vous aurez ainsi accès à des données d'entraînement avancées ([Dynamiques de cyclisme, page 14](#)).

Vous pouvez acheter un axe de mise à niveau Rally 110 auprès de votre revendeur Garmin ou sur le site garmin.com.

Mise sous tension du nouvel axe

Le nouvel axe est emballé en mode de transport pour préserver l'autonomie de la batterie. Vous devez le connecter brièvement à une source d'alimentation pour l'allumer.

- 1 Utilisez l'adaptateur et le câble USB-C de chargement fournis pour connecter l'axe à une source d'alimentation.

Le voyant LED d'état clignote rapidement  lorsque l'appareil est en cours de chargement.

- 2 Débranchez l'axe de l'adaptateur de chargement.

Le voyant LED d'état clignote en  lorsque l'axe droit recherche une connexion avec l'axe gauche.

ASTUCE : notez le code de couplage à sept chiffres situé sur le nouvel axe, à côté des points de contact de chargement. Vous en aurez besoin plus tard pour coupler le nouvel axe.

Installation du nouvel axe

⚠ AVERTISSEMENT

Vous devez serrer l'écrou de l'axe et le couvercle conformément aux exigences de couple spécifiées. Un couple trop important ou insuffisant peut endommager le produit ou entraîner des blessures graves, voire mortelles.

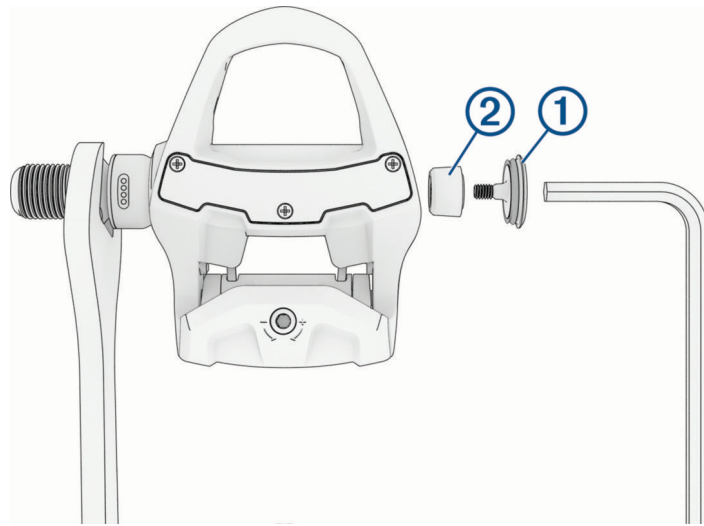
AVIS

Vous devez appliquer de la graisse sur la nouvelle broche conformément aux instructions ci-dessous. L'installation du nouvel axe sans application correcte de graisse peut endommager le produit.

Ces instructions montrent le corps de pédale Rally RK. Les étapes sont les mêmes pour tout type de corps de pédale Rally 110.

- 1 Utilisez une clé à pédale de 15 mm pour retirer la pédale droite de votre vélo.
- 2 Maintenez l'axe avec la clé et utilisez une clé hexagonale de 5 mm pour retirer le couvercle ①.

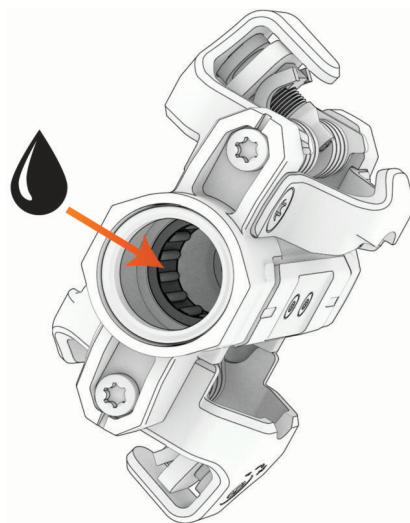
REMARQUE : le couvercle de la pédale droite a un filetage inversé.



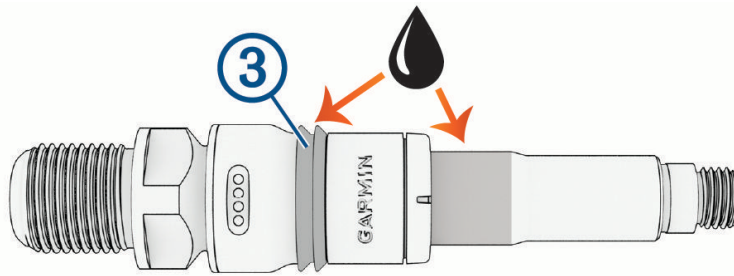
- 3 Maintenez l'axe avec la clé et utilisez une clé hexagonale de 5 mm pour retirer l'écrou d'axe ②.

REMARQUE : l'écrou d'axe de la pédale droite a un filetage inversé.

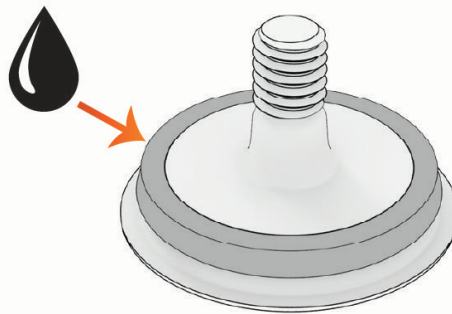
- 4 Déposer le corps de la pédale de l'axe existant.
- 5 Enlever toute la graisse et appliquer une fine couche de graisse neuve sur le roulement à billes à l'intérieur du corps de la pédale.



- 6 Appliquez une fine couche de graisse sur les zones du nouvel axe indiquées sur le graphique.
- REMARQUE :** appliquer suffisamment de graisse pour remplir la rainure du joint en caoutchouc ③.



- 7 Insérez le nouvel axe dans le corps de la pédale et faites-le tourner plusieurs fois pour faciliter la répartition de la graisse.
- 8 Utilisez une clé Allen de 5 mm pour installer l'écrou de l'axe et le serrer à 10 N-m (88 lbf-po).
- 9 Appliquez une fine couche de graisse sur le joint sur tout le tour du couvercle.



- 10 Utilisez une clé Allen de 5 mm pour installer le couvercle et le serrer à 5 N-m (44 lbf-po).
- 11 Essuyez tout le résidu de graisse.

Couplage du nouvel axe à l'aide de l'application Garmin Connect

- 1 Faites tourner les manivelles pour activer les pédales.
 - 2 Dans l'application Garmin Connect, sélectionnez ●●● > **Appareils Garmin** > **Rally 110/210** > **Système** > **Associer la pédale droite**.
 - 3 Saisissez le code de couplage à 7 chiffres indiqué sur le nouvel axe.
- Le voyant LED d'état clignote rapidement en ■ sur les deux axes.

Informations complémentaires

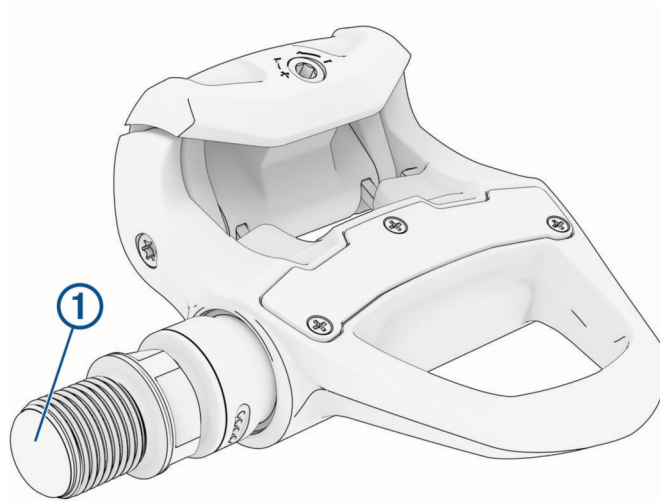
- Rendez-vous sur support.garmin.com pour profiter d'autres manuels, articles et mises à jour logicielles.
- Rendez-vous sur le site buy.garmin.com ou contactez votre revendeur Garmin pour plus d'informations sur les accessoires en option et sur les pièces de rechange.

Caractéristiques

Plage de températures de fonctionnement	De -10 à 50 °C (de 14 à 122 °F)
Type de pile	Rechargeable, lithium-ion
Autonomie de la batterie	Jusqu'à 90 heures
Plage de températures de chargement	De 15° à 40°C (de 59° à 104°F) ²
Fréquence sans fil et puissance de transmission	2,4 GHz à 9,95 dBm maximum
Résistance à l'eau	IEC 60529 IPX7 ³

Voyant LED d'état












Le voyant LED d'état ① est situé du côté fileté des axes.



REMARQUE : pour le capteur de puissance de la pédale Rally 110, seule la pédale gauche est dotée d'un voyant LED d'état.

² La batterie de l'appareil se charge plus lentement en dehors de la plage de températures optimale pour le chargement de la batterie.

³ L'appareil résiste à une immersion accidentelle dans un mètre d'eau pendant 30 minutes. Pour plus d'informations, rendez-vous sur www.garmin.com/waterrating.

Clignote 	Le niveau de charge de la batterie est bon (jusqu'à 90 heures restantes).
Clignote 	Le niveau de charge de la batterie est bas (jusqu'à 70 heures restantes).
Clignote 	Le niveau de charge de la batterie est critique. (moins de 12 heures restantes).
Clignote 	La pédale est en mode couplage (pédale gauche uniquement).
Clignote 	La pédale tente de se connecter à l'autre pédale (Rally 210 uniquement).
Clignote  en permanence	La pédale est en charge.
Reste allumé 	Chargement terminé.
Clignote  	Mise à jour du logiciel.
Clignote  20 fois rapidement	Mise à jour logicielle terminée.
Clignote  20 fois rapidement	Echec de la mise à jour logicielle.

REMARQUE : quand les pédales sont inactives et réglées pour ne permettre que des connexions sécurisées, la LED clignote deux fois toutes les cinq secondes. Lorsqu'elles sont réglées pour permettre des connexions ouvertes, le voyant clignote trois fois toutes les cinq secondes ([Autorisation des connexions ouvertes, page 6](#)). Pour plus d'informations sur les connexions ouvertes et sécurisées, rendez-vous sur garmin.com/connectiontypes.

Méthodes de chargement

La puissance fournie par le chargeur doit être entre, au minimum, 2 Watts requis par l'équipement radioélectrique et, au maximum, 2,5 Watts pour atteindre la vitesse de chargement maximale.



