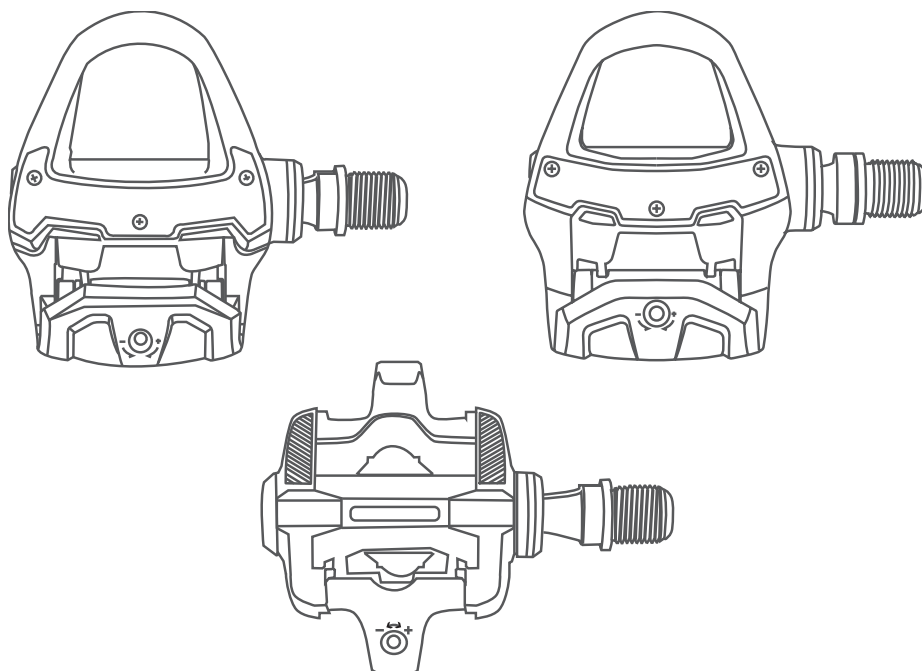


GARMIN®



RALLY™ RS/RK/XC

Användarhandbok

© 2021 Garmin Ltd. eller dess dotterbolag

Med ensamrätt. I enlighet med upphovsrättslagarna får den här handboken inte kopieras, helt eller delvis, utan ett skriftligt godkännande från Garmin. Garmin förbehåller sig rätten att ändra eller förbättra sina produkter och att förändra innehållet i den här handboken utan skyldighet att meddela någon person eller organisation om sådana ändringar eller förbättringar. Gå till www.garmin.com om du vill ha aktuella uppdateringar och tilläggsinformation gällande användningen av den här produkten.

Garmin®, Garmin logotypen, ANT+®, Edge®, fēnix® och Forerunner® är varumärken som tillhör Garmin Ltd. eller dess dotterbolag och är registrerade i USA och andra länder. Garmin Connect™ och Rally™ är varumärken som tillhör Garmin Ltd. eller dess dotterbolag. De här varumärkena får inte användas utan skriftligt tillstånd från Garmin.

Märket BLUETOOTH® och logotyperna ägs av Bluetooth SIG, Inc., och all användning av sådana märken från Garmin är licensierad. Training Stress Score™ (TSS), Intensity Factor™ (IF) och Normalized Power™ (NP) är varumärken som tillhör Peakware, LLC. Övriga varumärken och varunamn tillhör sina respektive ägare.

Denna produkt är certifierad av ANT+®. Besök www.thisisant.com/directory för att se en lista över kompatibla produkter och appar.

FCC-ID:t anges i batterifacket. FCC-ID: IPH-03220

M/N: A03220

Innehållsförteckning

Introduktion.....	1
Tack!.....	1
Komma igång.....	1
Verktyg som behövs.....	1
Montera Rally komponenterna.....	1
Skoklossar.....	5
Sätta på reflexer.....	7
Om Rally 100-systemet.....	7
Para ihop Rally med Edge® 830 eller Edge 1030.....	8
Din första cykeltur.....	8
Träning.....	8
Pedalbaserad kraft.....	8
Cyklingsdynamik.....	9
Turdata.....	9
Para ihop Rally med appen Garmin Connect.....	10
Skicka din tur till Garmin Connect.....	10
Anpassa inställningarna i appen Garmin Connect.....	11
Enhetsinformation.....	11
Skötsel av enheten.....	11
Underhållstips.....	11
Rally specifikationer.....	11
Batteriinformation.....	12
Översyn av Rally pedaler.....	13
Rally förvaring.....	14
Andra kompatibla enheter.....	14
Edge 530 instruktioner.....	14
Edge 130 instruktioner.....	15
Forerunner® 945 och fēnix® 6 serien – instruktioner.....	15
Bilagor.....	15
Registrera ditt Rally system.....	15
Uppgradera din Rally 100 till ett system med dubbelavkänning.....	16
Byta Rally pedalerna.....	16
Effektdatafält.....	18
Felsökning.....	19

Introduktion

VARNING

Guiden *Viktig säkerhets- och produktinformation*, som medföljer i produktförpackningen, innehåller viktig information och produktvarningar.

Läs igenom alla instruktionerna noggrant innan du installerar och använder Rally systemet. Felaktig montering eller användning kan leda till skador på egendom eller allvarliga personskador.

OBS!

Gå till support.garmin.com för att få den senaste informationen, inklusive cykelkompatibilitet, programuppdateringar och videokurser.

Tack!

Tack för att du köpt en Rally 200 eller Rally 100. Den här handboken täcker alla Rally system.

Rally har utformats för cyklister, av cyklister, för att ge användaren möjlighet att äga ett precisionssystem för kraftmätning till cykeln.

Rally är enkelt, exakt och lätt att använda.

Nu är det dags att ladda under fötterna och ge dig ut och cykla.

Komma igång

- 1 Installera Rally komponenterna (*Montera Rally komponenterna, sidan 1*).
- 2 Montera skoklossarna (*Skoklossar, sidan 5*).
- 3 Para ihop pedalerna med en kompatibel enhet (*Para ihop Rally med Edge® 830 eller Edge 1030, sidan 8*).
- 4 Ta en cykeltur (*Din första cykeltur, sidan 8*).
- 5 Visa dina cykeldata (*Turdata, sidan 9*).
- 6 Skicka din historik till ditt Garmin Connect™ konto (*Skicka din tur till Garmin Connect, sidan 10*).

Verktyg som behövs

- 15 mm-pedalnyckel
- Cykelfett
- 3 mm-sexkantsnyckel
- 4 mm-sexkantsnyckel

Montera Rally komponenterna

Den här handboken täcker alla Rally system. Monteringsstegen för Rally 200 och Rally 100 systemen är likartade. Steg som är specifika för Rally 100 systemet har en anmärkning. Den här handboken innehåller också tips som är specifika för Rally XC systemet.

Förberedelser för montering

- 1 Ta bort de befintliga pedalerna.
- 2 Rengör gängorna och ta bort gammalt fett.

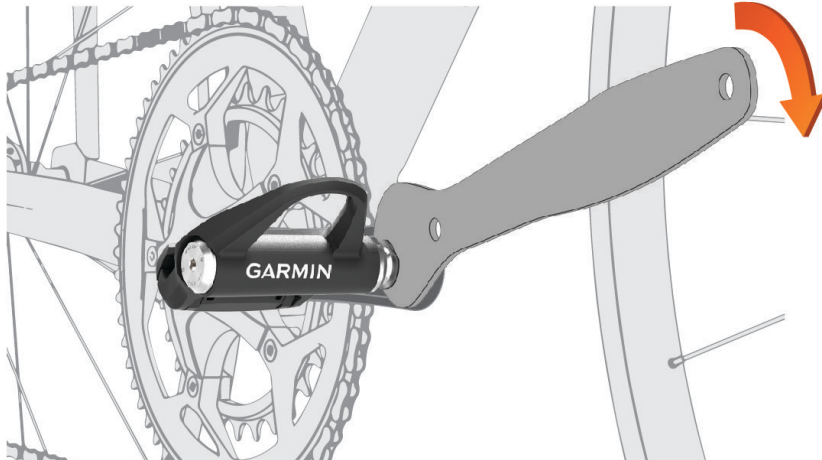
Montera pedalerna

Denna procedur gäller för alla Rally 200 system och använder bilder på pedalerna Rally RS. Monteringen av alla Rally 100 system är densamma, men kraftsensorkomponenterna finns endast i vänster pedal. Mer information finns i [Om Rally 100-systemet, sidan 7](#).

- 1 Montera höger pedal först.
- 2 Lägg ett tunt lager fett på pedalspindelgängorna.



- 3 Sätt i spindeln i vevarmen.
- 4 Dra åt spindeln för hand.
- 5 Använd pedalnyckeln till att dra åt spindeln.



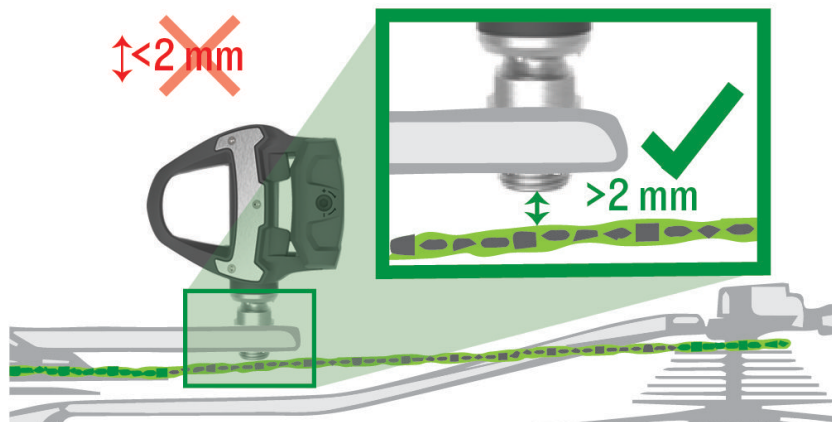
Obs! Garmin® rekommenderar ett vridmoment på 34 Nm (25 fotpund).

- 6 Upprepa steg 2 till 5 för att montera vänster pedal.

Obs! Vänster pedalenhet är vänstergängad.

- 7 Flytta cykelkedjan till den största kedjeringen och det minsta kassettdrevet.

- 8 Roterar vevarmen för att kontrollera om det finns något spel.
Garmin rekommenderar 2 mm eller mer mellan pedalen och kedjan.



- 9 Om pedalenhetens kabel skaver mot kedjan kan du lägga en eller två brickor mellan spindeln och vevarmen för att öka spelet.

För att bibehålla samma q-faktor kan du även placera en bricka vid vänster pedalspindel.

⚠ VARNING

Använd inte mer än en bricka på varje pedal. Om du gör det kan belastningen på pedalspindeln och pedalspindelgångarna öka, vilket kan leda till skador på pedalerna eller cykeln eller en eventuell kollision som kan leda till skador på egendom eller allvarliga personskador.

OBS!

Montera inte pedalförlängare. Det kan skada elektroniken i pedalerna vilket kan leda till att pedalerna inte fungerar.

Pedalens statuslysdiod

Lysdioden blinkar för att visa pedalens status, inklusive problem som kräver din uppmärksamhet. Felkoderna raderas när problemet är löst och du har synkat ditt Rally system med appen Garmin Connect eller en kompatibel Garmin enhet. Lysdioden sitter på den inre änden av spindeln ①.



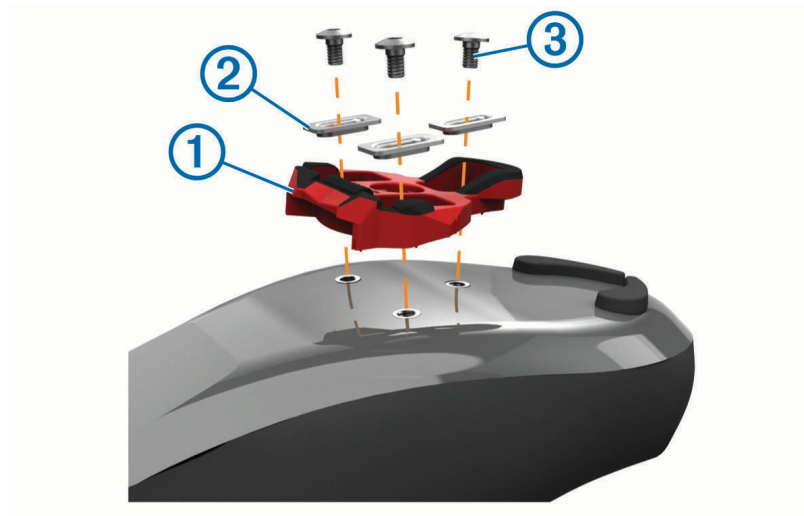
Lysdiodsaktivitet	Status
1 röd blinkning	Rally systemet är aktivt och fungerar som det ska.
3 gröna blinkningar var 5:e sekund	Pedalenheten söker efter den andra ihopparade pedalenheten.
1 lång grön blinkning	Vänster pedal är ansluten till höger pedal.
Blinkar omväxlande rött och grönt	En programvaruuppdatering eller synkronisering av inställningar pågår.
20 gröna blinkningar	Programvaruuppdateringen eller synkroniseringen av inställningarna lyckades.
20 röda blinkningar	Det gick inte att uppdatera programvaran eller synkronisera inställningarna. Vänster pedal kan inte hitta höger pedal.

Skoklossar

Montera skoklossarna för Rally RS och Rally RK

Obs! Vänster och höger kloss är likadana.

- 1 Läggt ett tunt lager fett på klossens bultgångar.
- 2 Justera klossen ①, brickorna ② och bultarna ③.

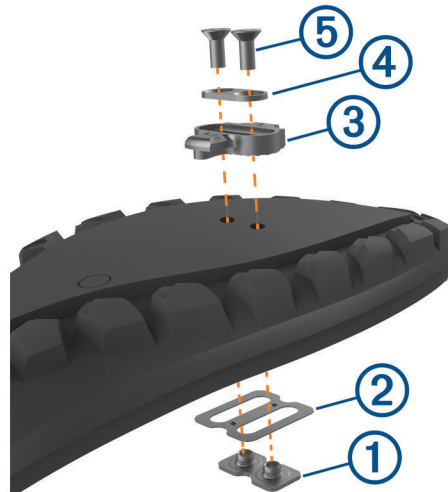


- 3 Använd en 4 mm-insexnyckel för att montera bultarna på skons sula utan att dra åt dem.
- 4 Justera klossen efter skon i önskat läge.
Detta kan justeras efter provkörning.
- 5 Dra åt klossen ordentligt på skon.
Obs! Garmin rekommenderar ett vridmoment på 5 till 8 Nm (4 till 6 fotpund).

Montera skoklossar för Rally XC

Obs! Vänster och höger kloss är likadana.

- 1 I skon lyfter du innersulan och för in klossfästet ① med 2 hål och innersulans bricka ②.
- 2 Lägg ett tunt lager fett på klossens bultgångar.
- 3 Justera klossen ③, brickan ④ och bultarna ⑤.



- 4 Använd en 4 mm-insexnyckel för att montera bultarna på skons sula utan att dra åt dem.
- 5 Justera klossen efter skon i önskat läge.
Detta kan justeras efter provkörning.
- 6 Dra åt klossen ordentligt på skon.

Obs! Garmin rekommenderar ett vridmoment på 5 till 8 Nm (4 till 6 fotpund).

Justera spänningen

OBS!

Dra inte åt spänningsskruven på undersidan av pedalen alltför hårt. Justera spänningen lika för båda pedalerna. Spänningen för Rally XC-pedalerna måste ställas in på båda pedalernas sidor.

Använd en 3 mm-insexnyckel för att justera spänningen.

Sätta på reflexer

⚠ VARNING

Innan du cyklar på kvällen eller i svagt ljus ska du fästa reflexerna (medföljer) på båda pedalerna så att du syns bättre och följer gällande bestämmelser.

- För Rally RS och Rally RK pedaler ska du fästa en reflex på häklämman ① och två reflexer på pedalkroppen ②.



- För Rally XC pedalerna ska du sätta på reflexen ③, vrida pedalen och sätta på en till reflex ④.



Om Rally 100-systemet

Rally 100 med enkelavkänning mäter krafterna på vänster pedal för att kunna beräkna ett ungefärligt värde för den totala kraften. Mer information om att uppgradera hittar du under [Uppgradera din Rally 100 till ett system med dubbelavkänning, sidan 16](#).

Obs! Rally 100-systemet har inte stöd för cyklingsdynamik.

Para ihop Rally med Edge 830 eller Edge 1030

Innan du kan visa Rally data på Edge enheten måste du para ihop enheterna.

Att para ihop enheter innebär att koppla ihop de trådlösa ANT+® eller Bluetooth® sensorerna. Den här proceduren innehåller instruktioner för Edge 830 eller 1030-enheterna. Läs [Andra kompatibla enheter, sidan 14](#) om du har en annan kompatibel enhet eller gå till support.garmin.com.

- 1 Flytta Edge enheten inom 3 m (10 fot) från sensorn.

Obs! Håll dig på minst 10 m (33 fot) avstånd från andra cyklisters sensorer under hopparningen.

- 2 Starta Edge enheten.
- 3 Välj  > **Sensorer** > **Lägg till sensor** > **Kraft**.
- 4 Roter pedalerna några gånger för att aktivera Rally systemet.
- 5 Välj sensor.
- 6 Välj **Lägg till**.

När sensorn har parats ihop med din enhet lyser  med fast sken. Du kan anpassa datafälten att visa kraftdata ([Anpassa datafälten, sidan 8](#)). Du kan anpassa Rally inställningarna och ta emot programvaruuppdateringar ([Uppdatera Rally programvaran med hjälp av Edge 130, 530, 830 eller 1030, sidan 19](#)).

Din första cykeltur

Innan du cyklar med Rally för första gången måste du ange tramlängd på din kompatibla Edge enhet. Du måste också ange tramlängden när du flyttar Rally pedalerna till en cykel som har en annan tramlängd.

Den här proceduren innehåller instruktioner för Edge 830 eller 1030-enheterna. Läs [Andra kompatibla enheter, sidan 14](#) om du har en annan kompatibel enhet eller gå till support.garmin.com.

Ange tramlängden

Tramlängden ofta är tryckt på vevarmen. Den här proceduren innehåller instruktioner för Edge 830 eller 1030. Läs [Andra kompatibla enheter, sidan 14](#) om du har en annan kompatibel enhet eller gå till support.garmin.com.

- 1 Roter pedalerna några gånger för att aktivera Rally systemet.
- 2 Välj  > **Sensorer**.
- 3 Välj sensor.
- 4 Välj **Sensordetaljer** > **Tramlängd**.
- 5 Ange tramlängd och välj .

Anpassa datafälten

Den här proceduren innehåller instruktioner för Edge 830 och 1030-enheterna. Läs i användarhandboken om du har en annan kompatibel enhet.

- 1 Håll ett datafält intryckt för att ändra i det.
- 2 Välj en kategori.
- 3 Välj ett datafält.

Träning

Pedalbaserad kraft

Rally mäter pedalbaserad kraft.

Rally mäter den kraft som utövas några hundra gånger varje sekund. Rally mäter även din kadens eller roterande trampfart. Genom att mäta kraften, kraftens riktning, vevarmens rotation och tiden kan Rally avgöra effekten (watt). Eftersom Rally oberoende mäter vänster och höger bens kraft registrerar den vänster-höger effektbalans.

Obs! Rally 100 systemet tillhandahåller inte vänster-höger effektbalans.

Cyklingsdynamik

Cyklingsdynamikvärden mäter hur du tillämpar kraft genom hela pedalrörelsen och var du tillämpar kraft på pedalen så att du förstår ditt specifika sätt att cykla. När du förstår hur och var du genererar kraft kan du träna mer effektivt och utvärdera justeringen av din cykel.

Obs! Du måste ha ett Rally system med dubbelavkänning som är anslutet med ANT+ teknologi för att kunna använda cyklingsdynamikvärden.

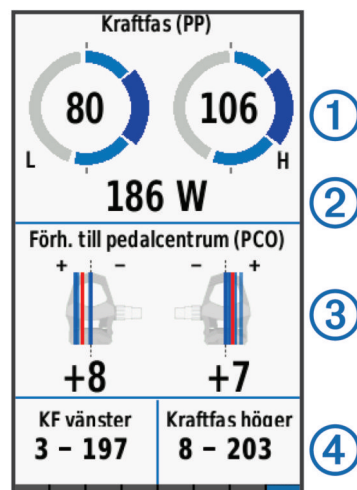
Mer information finns på www.garmin.com/cyclingdynamics.

Använda cyklingsdynamik

Innan du kan använda cyklingsdynamik måste du para ihop kraftmätaren med din enhet med ANT+ teknologi (*Para ihop Rally med Edge® 830 eller Edge 1030, sidan 8*).

Obs! Vid registrering av cyklingsdynamik används ytterligare enhetsminne.

- 1 Ta en cykeltur.
- 2 Bläddra till cyklingsdynamikskärmen för att visa toppkraftfas ①, total kraft ② och förhållande till pedalcentrum ③.



- 3 Om det behövs håller du ett datafält ④ intryckt för att ändra det (*Anpassa datafälten, sidan 8*).

Obs! De två datafälten längst ned på skärmen kan anpassas.

Du kan skicka turen till Garmin Connect appen för att visa ytterligare cyklingsdynamikdata (*Skicka din tur till Garmin Connect, sidan 10*).

Kraftfasdata

Kraftfas är den pedalrörelse (mellan starttrampvinkeln och sluttrampvinkeln) där positiv kraft genereras.

Förhållande till pedalcentrum

Förhållande till pedalcentrum är den del av pedalen där du utövar kraft.

Turdata

Dina turdata eller din historik registreras på Edge enheten eller en annan kompatibel Garmin enhet. Det här avsnittet innehåller instruktioner till Edge 1030.

Obs! Historiken registreras inte när du har stoppat eller pausat tiduret.

När enhetens minne är fullt visas ett meddelande. Enheten tar inte automatiskt bort eller skriver över din historik. Du bör överföra din historik till Garmin Connect kontot med jämna mellanrum om du vill bevara alla dina turdata.

Para ihop Rally med appen Garmin Connect

Du kan uppdatera Rally programvara och inställningar med appen Garmin Connect.

Obs! Den vänstra pedalen tar emot programvaruuppdateringen. Vänster pedal skickar uppdateringen till höger pedal.

- 1 I app store i din smartphone installerar och öppnar du  Garmin Connect appen.
- 2 Roterar vevarmen.
- 3 Välj ett alternativ för att lägga till enheten i ditt Garmin Connect konto:
 - Om det här är den första enheten du har parat ihop med Garmin Connect appen följer du instruktionerna på skärmen.
 - Om du redan har parat ihop en annan enhet med Garmin Connect appen väljer du **Garmin-enheter > Lägg till enhet** på inställningsmenyn och följer instruktionerna på skärmen.

Skicka din tur till Garmin Connect

- Synkronisera Edge cykeldatorn med Garmin Connect appen på telefonen.
- Använd USB-kabeln som medföljde Edge cykeldatorn till att skicka turdata till ditt Garmin Connect konto på datorn.

Garmin Connect

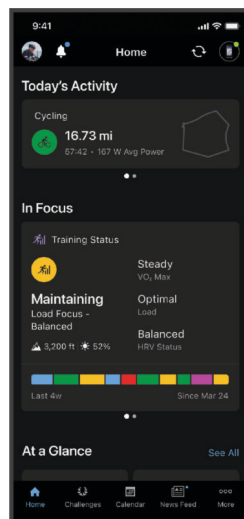
Du kan kontakta dina vänner på Garmin Connect. Garmin Connect har verktygen som behövs för att ni ska kunna följa, analysera, dela information med och peppa varandra. Spela in händelserna i ditt aktiva liv inklusive löprundor, promenader, cykelturer, simturer, vandringar, triathlon och mycket mer.

Du kan skapa ett kostnadsfritt Garmin Connect konto genom att para ihop enheten och telefonen med appen Garmin Connect eller genom att besöka garminconnect.com.

Lagra dina aktiviteter: När du har avslutat och sparat en aktivitet med enheten kan du överföra aktiviteten till Garmin Connect och spara den så länge du vill.

Analysera dina data: Du kan visa mer detaljerad information om din aktivitet, inklusive tid, sträcka, höjd, puls, kalorier som förbränts, kadens, översiktskartvy, tempo- och hastighetsdiagram samt anpassningsbara rapporter.

Obs! Vissa data kräver ett valfritt tillbehör, till exempel en pulsmätare.



Planera din träning: Du kan välja ett träningsmål och läsa in något av träningsprogrammen med anvisningar dag för dag.

Dela med dig av dina aktiviteter: Du kan skapa kontakter med dina vänner så att ni kan följa varandras aktiviteter eller dela länkar till aktiviteter.

Anpassa inställningarna i appen Garmin Connect

Du kan anpassa inställningar för trampplängd, skalningsfaktor och cyklingsdynamik i appen Garmin Connect.

- På inställningsmenyn i appen Garmin Connect väljer du **Garmin-enheter** och väljer sedan din enhet.
- Synkronisera ditt Rally system med appen Garmin Connect för att verkställa ändringarna (*Para ihop Rally med appen Garmin Connect, sidan 10*).

Enhetsinformation

Skötsel av enheten

OBS!

Se till att komponenterna hålls rena och fria från skräp.

Använd inte vassa föremål när du tar bort batteriet.

Använd inte kemiska rengöringsmedel, lösningsmedel eller insektsmedel som kan skada plastkomponenter och ytor.

Sänk inte ned komponenterna i vatten eller trycktvätta dem.

Förvara inte enheten där den kan utsättas för extrema temperaturer eftersom det kan orsaka permanenta skador.

Byt ut komponenter endast mot Garmin delar. Kontakta din Garmin återförsäljare eller läs på Garmin webbplatsen.

Underhållstips

OBS!

Vissa cykelverktyg kan repa ytan på Rally komponenter.

- Använd smörpapper eller en handduk mellan verktyget och komponenterna.
- Roterar vevarmen för att kontrollera om det finns något spel efter justeringar på cykeln.
- Håll Rally komponenterna rena.
- När du flyttar Rally pedalerna till en annan cykel ska du rengöra gängorna och kontaktytorna noggrant.
- Mer information och de senaste uppdateringarna finns på support.garmin.com.

Rally specifikationer

Denna tabell täcker alla produkter i Rally serien.

Batterityp	Kan bytas av användaren, 3 alternativ: CR1/3N eller 2L76, 3 V, 1 per pedal LR44 eller SR44, 1,5 V, 2 per pedal Obs! Garmin rekommenderar att du byter ut alla batterier samtidigt. Blanda inte olika typer av batterier.
Batteritid	Upp till 120 tim. cykeltid, med cyklingsdynamik
Drifttemperaturområde	Från -10 till 50 °C (från 14 till 122 °F) SR44-batterier kan prestera bättre vid låga temperaturer.
Trådlösa frekvenser/ protokoll	ANT+ 2,4 GHz vid 3 dBm maximalt Bluetooth 2,4 GHz vid 3 dBm maximalt
Vattenklassning	IEC 60529 IPX7 ¹

¹ Enheten tål tillfällig exponering för vatten på upp till 1 m djup i upp till 30 min. Mer information hittar du på www.garmin.com/waterrating.

Batteriinformation

Rally systemet övervakar batterinivån hos båda pedalerna och skickar statusinformation till din Garmin enhet.

Obs! När du får en varning om svagt batteri har du cirka 10-20 timmar användningstid kvar.

Byta batteri

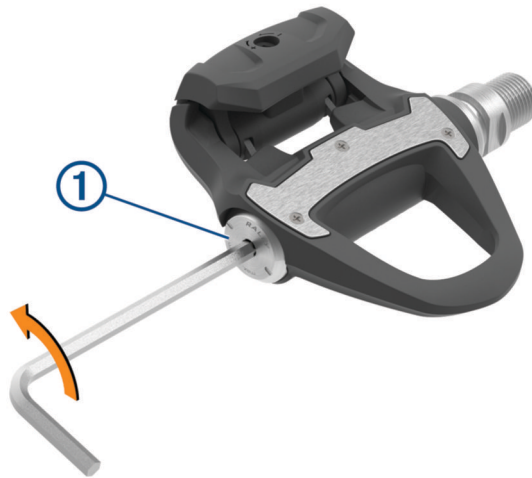
VARNING

Guiden *Viktig säkerhets- och produktinformation*, som medföljer i produktförpackningen, innehåller viktig information och produktvarningar.

Varje Rally 200 pedal använder ett CR1/3N- eller 2L76-batteri.

Obs! Garmin rekommenderar att du byter ut alla batterier samtidigt. Blanda inte olika typer av batterier.

- 1 Använd en 4 mm insexnyckel för att ta bort batteriluckan ①.



- 2 Ta bort batteriet.
- 3 Vänta 5 till 10 sekunder.
- 4 Sätt i det nya batteriet i batterilocket i rätt polriktning.



- 5 Sätt tillbaka batterilocket och dra åt det för hand.
Obs! Se till att du inte skadar eller tappar bort O-ringspackningen.
- 6 Använd en 4 mm-insexnyckel till att dra åt batterilocket till 5 Nm (3,6 fotpund).
Lysdioden blinkar kort grönt en gång följt av en lång röd blinkning.

Översyn av Rally pedaler

Du kan ta isär och sätta ihop pedalspindlarna för att rengöra och smörja komponenterna.

OBS!

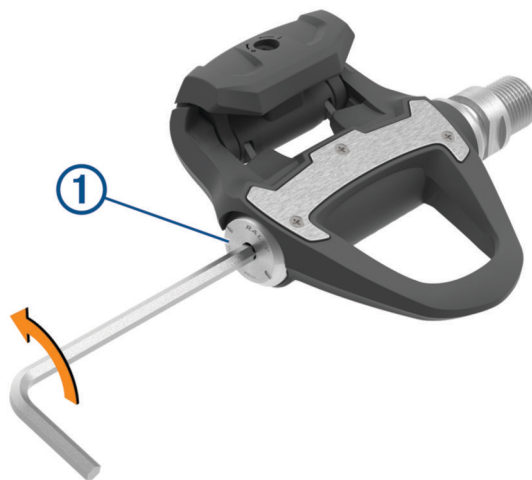
Garmin rekommenderar att du byter en pedal i taget och var noga med att hålla reda på alla små skruvar och tätningar. Du måste skaffa en 4 mm insexnyckel, en PH 00-skruvmejsel, en 15 mm pedalnyckel, en 12 mm hylsnyckel med en yttre diameter som är mindre än 17 mm (vanligtvis en hylsa på 1/4 tum) på en momentnyckel samt smörjfett för cykel. Var försiktig så att du inte skadar någon av Rally komponenterna.

Obs! Om du har ett ensidigt Rally system har den högra pedalen ingen batterihållare.

1 Använd en 15 mm-pedalnyckel till att ta bort pedalerna.

Obs! Den vänstra pedalenheten har vänstergängning som fäster den vid vevarmen.

2 Använd en 4 mm insexnyckel för att ta bort batteriluckan ①.



3 Ställ batterierna och batterilocket ② åt sidan.



4 Använd en liten stjärnskruvmejsel (PH 00) för att ta bort de två skruvarna ③ från batterihållaren ④.

5 Ta bort batterihållaren.

6 Håll fast skruvnyckeln i spindelmuttern ⑤ med en pedalnyckel och använd 12 mm-hylsnyckeln till att skruva loss spindelmuttern ⑤.

Obs! Den högra pedalen har en svart spindelmutter och är vänstergängad. Den vänstra pedalen har en silverfärgad spindelmutter. Vänster spindel har en linje på skruvnyckeln.

7 Skjut ut spindeln ur pedalenheten.

8 Ta bort den inre tätningen ⑥ och den yttre tätningen ⑦ inuti pedalen.

Obs! Båda tätningarna är konformade för att passa till den koniska spindeln ⑧.

9 Ta bort allt gammalt fett från komponenterna.

10 Sätt i den inre tätningen i pedalen.

Du ska trycka ned den så att den är jäms med lagret.

11 Skjut på den yttre tätningen på spindeln.

12 Applicera smörjfett för cykel på lagret inuti pedalen.

13 Lägg ett lager cykelfett i spindeln.

14 Sätt i spindeln i pedalen.

Den yttre tätningen och spindelns övre del ska vara i jämnhöjd med pedalenhetens kassett.

15 Sätt tillbaka spindelmuttern.

16 Håll fast skruvnyckeltorna med en pedalnyckel och använd 12 mm-hylsnyckeln till att dra åt spindelmuttern till 10 Nm (7 fotpund).

VARNING

För att säkerställa att spindelmuttern hålls på plats måste du dra åt den till de rekommenderade specifikationerna för vridmoment. Om muttern inte dras åt ordentligt kan pedalen ramla av under en cykeltur, vilket kan leda till skador på egendom, allvarliga kroppsskador och dödsfall.

17 Sätt tillbaka batterihållaren och de två skruvarna.

18 Sätt tillbaka batteriet och batterilocket och dra åt det för hand.

Obs! Se till att du inte skadar eller tappar bort O-ringspackningen.

19 Använd en 4 mm-insexnyckel till att dra åt batterilocket till 5 Nm (3,6 fotpund).

Lysdioden blinkar kort grönt en gång följt av en lång röd blinkning.

20 Montera pedalerna på cykeln ([Montera pedalerna, sidan 2](#)).

Rally förvaring

Om du transporterar cykeln eller inte använder Rally under en längre period rekommenderar Garmin att du tar bort Rally och förvarar den i produktförpackningen.

Andra kompatibla enheter

Edge 530 instruktioner

Para ihop Rally med Edge 530

1 Flytta Edge enheten inom 3 m (10 fot) från sensorn.

Obs! Håll dig på minst 10 m (33 fot) avstånd från andra cyklisters sensorer under hoppningen.

2 Välj **Meny > Inställningar > Sensorer > Lägg till sensor**.

3 Roter pedalerna några gånger för att aktivera Rally systemet.

4 Välj sensor.

5 Välj **Lägg till sensor**.

När givaren har parats ihop med din enhet blir sensorstatusen Ansluten. Du kan anpassa ett datafält så att kraftdata visas.

Ange tramlängden med Edge 530

Tramlängden finns ofta tryckt på vevarmen.

1 Roter pedalerna några gånger för att aktivera Rally systemet.

2 Välj **Meny > Inställningar > Sensorer**.

3 Välj sensor.

4 Välj **Sensordetaljer > Tramlängd**.

5 Ange tramlängd och välj .

Edge I30 instruktioner

Para ihop Rally med Edge I30

- 1 Flytta Edge enheten inom 3 m (10 fot) från sensorn.
Obs! Håll dig på minst 10 m (33 fot) avstånd från andra cyklisters sensorer under hoppningen.
- 2 Håll ned .
- 3 Välj **Sensorer > Lägg till sensor**.
- 4 Roter pedalerna några gånger för att aktivera Rally systemet.
- 5 Välj sensor.
Du kan anpassa ett datafält så att kraftdata visas.

Ange tramlängden med Edge I30

Tramlängden finns ofta tryckt på vevarmen.

- 1 Roter pedalerna några gånger för att aktivera Rally systemet.
- 2 Håll ned .
- 3 Välj **Sensorer**.
- 4 Välj sensor.
- 5 Välj **Tramlängd**.
- 6 Ange tramlängd och välj .

Forerunner 945 och fēnix 6 serien – instruktioner

Para ihop Rally med Forerunner 945 och fēnix 6-serien

- 1 Flytta den kompatibla klockan inom räckhåll 3 m (10 ft) för sensorn.
Obs! Håll dig på minst 10 m (33 fot) avstånd från andra cyklisters sensorer under hoppningen.
- 2 Håll ned  eller **MENU**.
- 3 Välj **Inställningar > Sensorer och tillbehör > Lägg till > Kraft**.
- 4 Roter pedalerna några gånger för att aktivera Rally systemet.
- 5 Välj sensor.
När sensorn har parats ihop med din enhet ändrar sensorn status från Söker till Ansluten. Du kan anpassa ett datafälten så att kraftdata visas.

Ange tramlängden med Forerunner 945 och fēnix 6 serien

Tramlängden finns ofta tryckt på vevarmen.

- 1 Roter pedalerna några gånger för att aktivera Rally systemet.
- 2 Håll ned  eller **MENU**.
- 3 Välj **Inställningar > Sensorer och tillbehör > Kraft**.
- 4 Välj sensor.
- 5 Välj **Longitud de biela**.
- 6 Ange tramlängd och välj .

Bilagor

Registrera ditt Rally system

Hjälp oss hjälpa dig på ett bättre sätt genom att fylla i vår online-registrering redan i dag!

- Gå till appen Garmin Connect.
- Spara inköpskvittot, i original eller kopia, på ett säkert ställe.

Uppgradera din Rally 100 till ett system med dubbelavkänning

Innan du monterar en ny högerpedal måste vänsterpedalen paras ihop med och anslutas till en kompatibel Edge enhet eller appen Garmin Connect.

- 1 Läs Rally installationsinstruktionerna ([Montera Rally komponenterna, sidan 1](#)).
- 2 Ta bort den högra befintliga pedalen.
- 3 Montera den nya högerpedalen ([Montera pedalerna, sidan 2](#)).
- 4 Roterar vevarmen.
- 5 Välj ett alternativ för att ansluta den högra pedalen till vänster pedal:
 - På din kompatibla Edge enhet väljer du  > **Sensorer**, välj din sensor, välj **Sensordetaljer** > **Para ihop höger kraftsensor**, och anger sensor-ID:t som finns på pedalen.
 - I enhetsinställningar i appen Garmin Connect aktiverar du **Höger pedal** och anger sensor-ID:t som finns på pedalen.

Byta Rally pedalerna

OBS!

Garmin rekommenderar att du byter en pedal i taget och var noga med att hålla reda på alla små skruvar och tätningar. Du måste skaffa en 4 mm insexnyckel, en PH 00-skruvmejsel, en 15 mm pedalnyckel, en 12 mm hylsnyckel med en yttre diameter som är mindre än 17 mm (vanligtvis en hylsa på 1/4 tum) på en momentnyckel samt smörjfett för cykel. Var försiktig så att du inte skadar någon av Rally komponenterna.

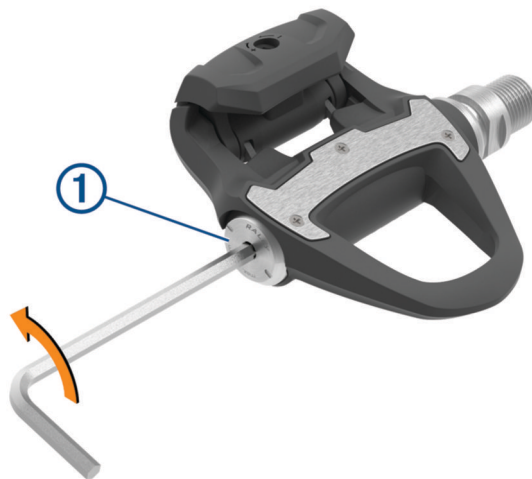
Den här proceduren visar pedalerna Rally RS och Rally XC. Proceduren är densamma för alla ombyggnadspedaler i Rally serien.

Obs! Om du har ett ensidigt Rally system har den högra pedalen ingen batterihållare.

- 1 Använd en 15 mm pedalnyckel för att ta bort pedalerna Rally RS.

Obs! Den vänstra pedalenheten har vänstergängning som fäster den vid vevarmen.

- 2 Använd en 4 mm insexnyckel för att ta bort batteriluckan ①.



- 3 Ställ batterierna och batterilocket ② åt sidan.



- 4 Använd en liten stjärnskruvmejsel (PH 00) för att ta bort de två skruvarna ③ från batterihållaren ④.

- 5 Ta bort batterihållaren.

- 6 Håll fast skruvnyckeln i pedalen med en pedalnyckel och använd 12 mm-hylsnyckeln till att skruva loss spindelmutter ⑤.

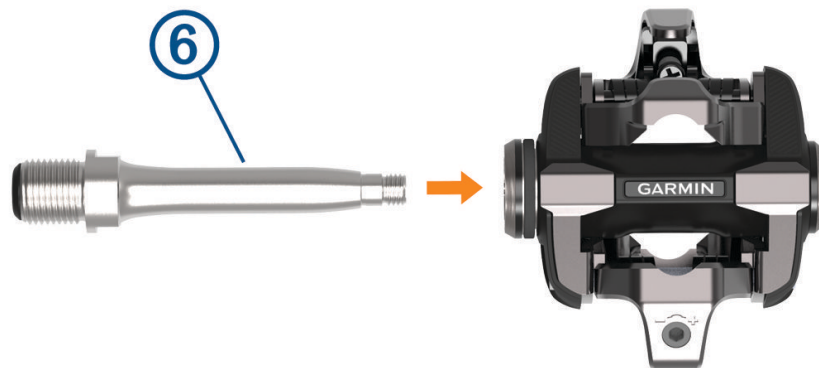
Obs! Den högra pedalen har en svart spindelmutter och är vänstergängad. Den vänstra pedalen har en silvrig spindelmutter och en standardgänga. Vänster spindel har en linje på skruvnyckeln.

- 7 Skjut ut spindeln ur pedalenheten.

- 8 Ta bort allt gammalt fett från spindeln.

- 9 Lägg ett lager cykelfett i spindeln.

- 10 Sätt i spindeln ⑥ i den nya pedalenheten.



Den nya pedalenheten har fabriksmonterade dammskydd. Det yttre dammskyddet ska vara i jämnhöjd med kassettenns övre del.

- 11 Sätt tillbaka spindelmuttern.

- 12 Håll fast skruvnyckeln i pedalen med en pedalnyckel och använd 12 mm-hylsnyckeln till att dra åt spindelmuttern till 10 Nm (7 fotpund).

VARNING

För att säkerställa att spindelmuttern hålls på plats måste du dra åt den till de rekommenderade specifikationerna för vridmoment. Om muttern inte dras åt ordentligt kan pedalen ramla av under en cykeltur, vilket kan leda till skador på egendom, allvarliga kroppsskador och dödsfall.

- 13 Sätt tillbaka batterihållaren och de två skruvarna.

- 14 Sätt tillbaka batteriet och batterilocket och dra åt det för hand.

Obs! Se till att du inte skadar eller tappar bort O-ringspackningen.

- 15 Använd en 4 mm-insexnyckel till att dra åt batterilocket till 5 Nm (3,6 fotpund).

Lysdioden blinkar kort grönt en gång följt av en lång röd blinkning.

- 16 Montera pedalerna på cykeln ([Montera pedalerna, sidan 2](#)).

Effektdatafält

Obs! Den här listan innehåller kraftdatafält för Edge 1030 enheten. Läs i enhetens användarhandbok om du har en annan kompatibel enhet.

Obs! Datafält som visar pedaljämnhet, rundtrampseffektivitet och balansdata stöds inte av Rally 100 systemet.

Balans: Den aktuella kraftbalansen vänster/höger.

Balans - 10 sek med.: Rörligt medeltal per 10 sekunder för vänster/höger kraftbalans.

Balans - 30 sek med.: Rörligt medeltal per 30 sekunder för vänster/höger kraftbalans.

Balans - 3 sek med.: Rörligt medeltal per tre sekunder för vänster/höger kraftbalans.

Balans - Med.: Den genomsnittliga kraftbalansen vänster/höger för den aktuella aktiviteten.

Balans - Varv: Den genomsnittliga kraftbalansen vänster/höger för det aktuella varvet.

Cykelkadens: Antal varv på vevarmen.

Effekt - 10 sek snittwatt/kg: Uteffektens rörliga medeltal per 10 sekunder i watt per kilogram.

Effekt - 30 sek snittwatt/kg: Uteffektens rörliga medeltal per 30 sekunder i watt per kilogram.

Effekt - 3 sek snittwatt/kg: Uteffektens rörliga medeltal per 3 sekunder i watt per kilogram.

Effekt - snittwatt/kg: Den genomsnittliga uteffekten i watt per kilogram.

Effekt - watt/kg per varv: Den genomsnittliga uteffekten i watt per kilogram för det aktuella varvet.

Kadensdiagram: Ett linjediagram visar dina cykelkadensvärden för den aktuella aktiviteten.

Kadens - Medel: Cykling. Den genomsnittliga kadensen för den aktuella aktiviteten.

Kadensstaplar: Ett stapeldiagram visar dina cykelkadensvärden för den aktuella aktiviteten.

Kadens - Varv: Cykling. Den genomsnittliga kadensen för det aktuella varvet.

Kraft: Den aktuella uteffekten i watt.

Kraft - %FTP: Den aktuella uteffekten som procentandel av FTP (functional threshold power).

Kraft - 10 sek-med.: Uteffektens rörliga medeltal per 10 sekunder.

Kraft - 30 sek-med.: Uteffektens rörliga medeltal per 30 sekunder.

Kraft - 3 sek-med.: Uteffektens rörliga medeltal per 3 sekunder.

Kraftdiagram: Ett linjediagram som visar din uteffekt för den aktuella aktiviteten.

Kraftfas - H: Den aktuella kraftfasvinkeln för höger ben. Kraftfas är den del av pedalrörelsen där positiv kraft genereras.

Kraftfas - H Medel: Genomsnittlig kraftfasvinkel för höger ben för den aktuella aktiviteten.

Kraftfas - H Topp: Den aktuella toppkraftfasvinkeln för höger ben. Toppkraftfas är det vinkelintervall där toppdelen av körkraften genereras.

Kraftfas - H Toppmedel: Genomsnittlig toppkraftfasvinkel för höger ben för den aktuella aktiviteten.

Kraftfas - H Topp varv: Genomsnittlig toppkraftfasvinkel för höger ben för det aktuella varvet.

Kraftfas - H Varv: Genomsnittlig kraftfasvinkel för höger ben för det aktuella varvet.

Kraftfas - V: Den aktuella kraftfasvinkeln för vänster ben. Kraftfas är den del av pedalrörelsen där positiv kraft genereras.

Kraftfas - V Medel: Genomsnittlig kraftfasvinkel för vänster ben för den aktuella aktiviteten.

Kraftfas - V Topp: Den aktuella toppkraftfasvinkeln för vänster ben. Toppkraftfas är det vinkelintervall där toppdelen av körkraften genereras.

Kraftfas - V Toppmedel: Genomsnittlig toppkraftfasvinkel för vänster ben för den aktuella aktiviteten.

Kraftfas - V Topp varv: Genomsnittlig toppkraftfasvinkel för vänster ben för det aktuella varvet.

Kraftfas - V Varv: Genomsnittlig kraftfasvinkel för vänster ben för det aktuella varvet.

Kraft - IF: Intensity Factor™ för den aktuella aktiviteten.

Kraft - kJ: Det ackumulerade utförda arbetet (uteffekt) i kilojoule.

Kraft - Max.: Den högsta uteffekten för den aktuella aktiviteten.

Kraft - Med.: Den genomsnittliga uteffekten för den aktuella aktiviteten.

Kraft - NP: Normalized Power™ för den aktuella aktiviteten.

Kraft - NP Sen varv: Medel Normalized Power för det senast slutförda varvet.

Kraft - NP-varv: Medel Normalized Power för det aktuella varvet.

Kraft - Senaste varvet: Den genomsnittliga uteffekten för det senast slutförda varvet.

Kraftstaplar: Ett stapeldiagram som visar din uteffekt.

Kraft - TSS: Training Stress Score™ för den aktuella aktiviteten.

Kraft - Varv: Den genomsnittliga uteffekten för det aktuella varvet.

Kraft - Varv max.: Den högsta uteffekten för det aktuella varvet.

Kraft – watt/kg: Kraftens genomsnittliga uteffekt i watt per kilogram.

Kraftzon: Det aktuella intervallet för uteffekt (1 till 7) baserat på FTP eller egna inställningar.

Målkraft: Målkraften under en aktivitet.

PCO: Förhållande till pedalcentrum. Förhållande till pedalcentrum är den del av pedalen där du utövar kraft.

PCO – medel: Genomsnittligt förhållande till pedalcentrum för den aktuella aktiviteten.

PCO – varv: Genomsnittligt förhållande till pedalcentrum för det aktuella varvet.

Pedaljämnhet: En mätning av hur jämnt cyklisten utövar kraft på pedalerna under varje pedalrörelse.

Rundtrampseffektivitet: Mått på hur effektivt cyklisten trampar.

Tid i zon: Förfluten tid i varje kraftzon.

Tid sittande: Den tid du sitter ner när du trampar för den aktuella aktiviteten.

Tid sittande – varv: Den tid du sitter ner när du trampar för det aktuella varvet.

Tid stående: Den tid du står upp när du trampar för den aktuella aktiviteten.

Tid stående – varv: Den tid du står upp när du trampar för det aktuella varvet.

Trainerns motstånd: Den motståndskraft som genereras av en inomhustrainer.

Felsökning

Uppdatera Rally programvaran med hjälp av Edge 130, 530, 830 eller 1030

Innan du kan uppdatera programvaran måste du para ihop Edge enheten med Rally systemet med ANT+ teknologi.

Obs! Den vänstra pedalen tar emot programvaruuppdateringen. Vänster pedal skickar uppdateringen till höger pedal.

1 Skicka dina turdata till ditt Garmin Connect konto.

Garmin Connect söker automatiskt efter programvaruuppdateringar och skickar dem till din Edge enhet.

2 Flytta Edge enheten inom 3 m (10 fot) från sensorn.

3 Vrid runt vevarmen några gånger.

Edge enheten uppmanar dig att installera väntande programvaruuppdateringar.

4 Följ instruktionerna på skärmen.

Rally lysdioden blinkar rött och grönt när programvaruuppdateringen pågår.

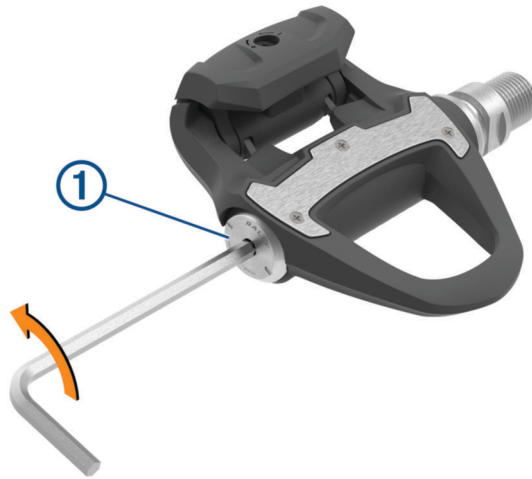
Jag kan inte se cyklingsdynamikvärden på min Garmin enhet

Para ihop Rally pedalerna med din kompatibla Garmin enhet med hjälp av ANT+ anslutningen istället för Bluetooth anslutningen.

Återställning av Rally pedaler

Om enheten slutar svara kan du behöva återställa den genom att ta bort och sätta tillbaka batterilocket. Återställningen raderar inte dina data.

- 1 Använd en 4 mm-insexnyckel för att ta bort batterilocket ① och batteriet.



- 2 Sätt tillbaka batteriet och batterilocket och dra åt det för hand.
Obs! Se till att du inte skadar eller tappar bort O-ringspackningen.
- 3 Använd en 4 mm-insexnyckel till att dra åt batterilocket till 5 Nm (3,6 fotpund).
Pedalens lysdiod blinkar rött en gång.

Utför ett statiskt rundtrampstest

OBS!

Det statiska rundtrampstestet är avsett för avancerade cyklister och monteringsexperter. Det här testet behövs inte under normala förhållanden för att få bra resultat med Rally systemet. Det här testet är tillgängligt för kompatibla Edge enheter.

Garmin rekommenderar att du utför det statiska rundtrampstestet minst tre gånger och räknar ut ett medelvärde av rundtrampsvärdena.

- 1 Gå till support.garmin.com.
- 2 Ange produktens namn.
- 3 Ange "rundtrampstest" för att visa vanliga frågor inom det här ämnet.

Om det rapporterade rundtrampsvärdet efter upprepade statiska rundtrampstester skiljer sig konsekvent från det förväntade värdet kan du ange en skalningsfaktor för en av eller båda pedalerna. Skalningsfaktorn lagras i pedalen och justerar effektvärdet som beräknas på pedalen. Skalningsfaktorn skickas till Edge enheten och lagras på Edge enheten.

Mer information

- Ytterligare handböcker, artiklar och programvaruuppdateringar hittar du på support.garmin.com.
- Gå till buy.garmin.com eller kontakta din Garmin återförsäljare för information om tillbehör och utbytesdelar.

