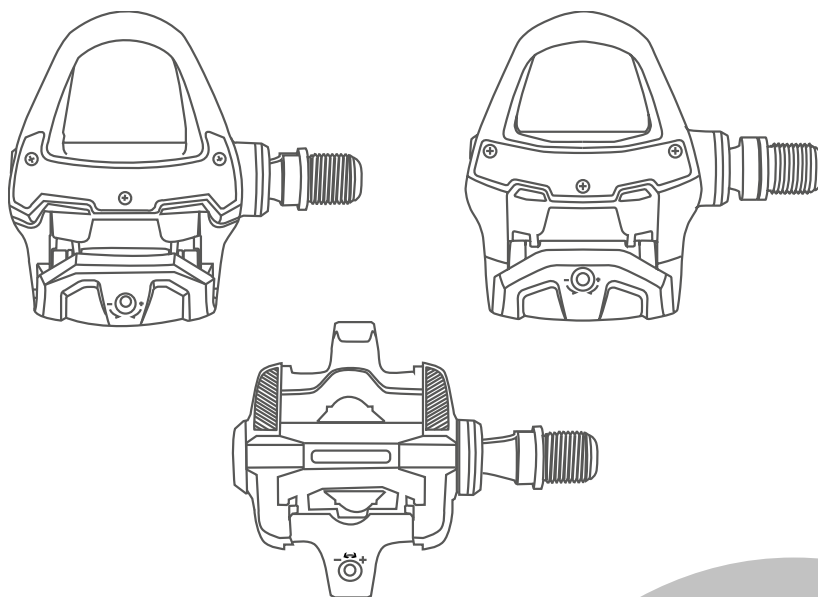


GARMIN®



## RALLY™ RS/RK/XC

### Brugervejledning

#### KUNDESERVICE

Garmin: 70716401  
Pulsure: 76748074

#### OPDATERINGER

<https://www.garmin.com/da-DK/software/express>

#### REKLAMATIONER

[Salg@pulsure.dk](mailto:Salg@pulsure.dk)

#### TILBEHØR

[Pulsure.dk](http://Pulsure.dk)

Du har købt dit produkt hos:



**PULSURE.DK**

## **Introduktion..... 1**

Tak.....	1
Sådan kommer du i gang.....	1
Nødvendigt værktøj.....	1
Installation af Rally komponenter.....	1
Skoklamper.....	5
Påsætning af reflekterende klistermærker.....	7
Om Rally 100 systemet.....	7
Parring af Rally med din Edge® 830 eller Edge 1030.....	8
Din første tur.....	8

## **Træning.....8**

Pedalbaseret effekt.....	8
Cykledynamik.....	9

## **Turdata..... 9**

Parring af Rally med Garmin Connect appen.....	10
Sådan sender du din tur til Garmin Connect.....	10
Tilpasning af indstillingerne i Garmin Connect appen.....	11

## **Enhedsoplysninger..... 11**

Vedligeholdelse af enheden.....	11
Vedligeholdelsestip.....	11
Specifikationer for Rally.....	11
Batterioplysninger.....	12
Eftersyn af Rally pedalerne.....	13
Rally Opbevaring.....	14

## **Andre kompatible enheder..... 14**

Edge 530 Instruktioner.....	14
Edge 130 Instruktioner.....	15
Forerunner® Instruktioner for 945 og fēnix® 6 serien.....	15

## **Appendiks..... 15**

Registrering af dit Rally system.....	15
Opgradering af din Rally 100 til et dualregistrerende system.....	16
Skift af dine Rally pedaler.....	16
Effektdatafelter.....	18



# Introduktion

## ⚠ ADVARSEL

Se guiden *Vigtige produkt- og sikkerhedsinformationer* i æsken med produktet for at se produktadvarsler og andre vigtige oplysninger.

Læs alle instruktioner grundigt, før du installerer og bruger Rally systemet. Forkert installation eller brug kan medføre tingskade eller alvorlig personskade.

## BEMÆRK

Gå til [support.garmin.com](https://support.garmin.com) for at få de nyeste oplysninger om cykelkompatibilitet, softwareopdateringer og videodemonstrationer.

## Tak

Tak for, at du købte Rally 200 eller Rally 100. Denne vejledning dækker alle Rally systemer.

Rally er blevet designet til cyklister af cyklister og giver dig mulighed for at eje et præcist effektmålingssystem til din cykel.

Rally er enkel, nøjagtig og brugervenlig.

Nu er det tid til at få fødderne i bevægelse og stige op på cyklen.

## Sådan kommer du i gang

- 1 Installer Rally komponenterne (*Installation af Rally komponenter, side 1*).
- 2 Installer skoklamperne (*Skoklamper, side 5*).
- 3 Par pedalerne med en kompatibel enhed (*Parring af Rally med din Edge® 830 eller Edge 1030, side 8*).
- 4 Kør en tur (*Din første tur, side 8*).
- 5 Se dine turdata (*Turdata, side 9*).
- 6 Send dine turdata til din Garmin Connect™ konto (*Sådan sender du din tur til Garmin Connect, side 10*).

## Nødvendigt værktøj

- 15 mm pedalskruenøgle
- Cykelsmørefedt
- 3 mm unbrakonøgle
- 4 mm unbrakonøgle

## Installation af Rally komponenter

Denne vejledning dækker alle Rally systemer. Installationstrinnene for systemerne Rally 200 og Rally 100 er meget ens. Trin, som er specifikke for Rally 100 systemet, er angivet. Denne vejledning indeholder også tips, der er specifikke for Rally XC systemet.

## Forberedelse af installationen

- 1 Fjern de eksisterende pedaler.
- 2 Rengør gevindene, og fjern gammelt smørefedt.

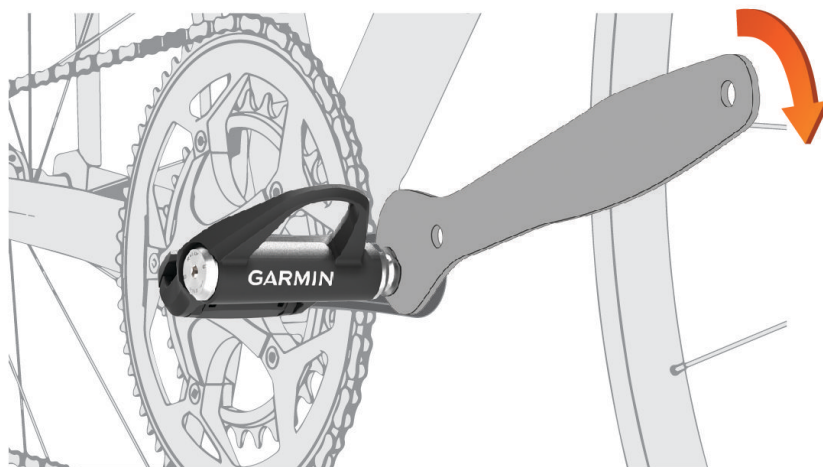
## Montering af pedaler

Denne procedure gælder for alle Rally 200 systemer og bruger billeder af Rally RS pedalerne. Installationen for alle Rally 100 systemer er den samme, men effektsensorkomponenterne er kun i den venstre pedal. Du kan finde flere oplysninger i [Om Rally 100 systemet, side 7](#).

- 1 Installer først den højre pedal.
- 2 Påfør et tyndt lag smørefedt på pedalakslens gevind.



- 3 Sæt pedalakslen ind i pedalarmen.
- 4 Stram akslen med håndkraft.
- 5 Stram akslen med pedalskruenøglen.



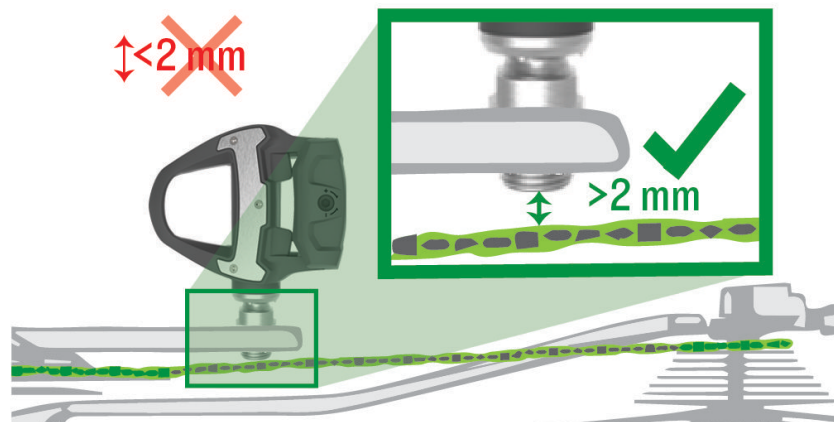
**BEMÆRK:** Garmin® anbefaler et tilspændingsmoment på 34 N-m (25 lbf-ft.).

- 6 Gentag trin 2 til 5 for at installere den venstre pedal.

**BEMÆRK:** Den venstre pedalaksel har venstregevind (omvendt).

- 7 Flyt cykelkæden til den største kædering og den mindste kassettekrans.

- 8 Drej pedalarmen for at kontrollere afstanden.  
Garmin anbefaler 2 mm eller mere mellem pedalen og kæden.



- 9 Hvis pedalen berører kæden, kan du montere en spændeskive (medfølger) mellem spindlen og pedalarmen for at øge afstanden.

For at opretholde en ensartet q-faktor kan du tilføje en skive til venstre pedalspindel.

**⚠ ADVARSEL**

Tilføj ikke mere end én skive på hver pedal. Dette kan øge belastningen på pedalspindlen og spindelgevindene og forårsage mulig beskadigelse af pedalerne eller cyklen eller en mulig kollision, der kan medføre tingskade eller alvorlig personskade.

**BEMÆRK**

Monter ikke pedalforlængere. Det kan beskadige elektronikken i pedalerne og medføre, at de ikke fungerer.

## Status-LED for pedal

LED blinker for at angive pedalstatussen, herunder problemer, der kræver din opmærksomhed. Fejlkoder bliver slettet, når problemet er løst, og du har synkroniseret dit Rally system med Garmin Connect appen eller din kompatible Garmin enhed. LED'en er placeret på den indvendige ende af spindlen ①.



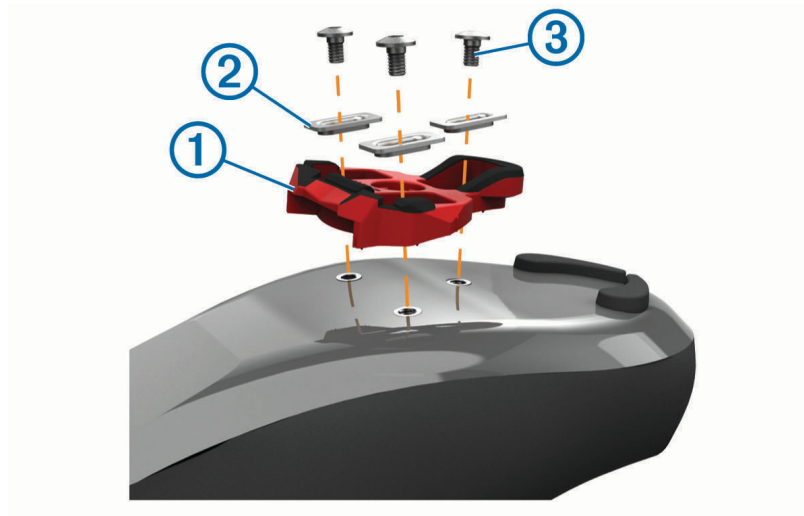
LED-aktivitet	Status
1 rødt blink	Rally systemet er aktivt og fungerer korrekt.
3 grønne blink hvert 5. sekund	Pedalen søger efter den anden parrede pedal.
1 hurtigt grønt blink	Den venstre pedal er tilsluttet højre pedal.
Skifter mellem rødt og grønt blink	En softwareopdatering eller synkronisering af indstillinger er i gang.
20 grønne blink	Softwareopdateringen eller synkroniseringen af indstillinger blev fuldført.
20 røde blink	Softwareopdateringen eller synkroniseringen af indstillinger mislykkedes. Den venstre pedal kan ikke finde den højre pedal.

## Skoklamper

### Montering af skoens klamper til Rally RS og Rally RK

**BEMÆRK:** Venstre og højre klampe er ens.

- 1 Smør et tyndt lag fedt på klampeboltens gevind.
- 2 Tilpas klamperne ①, pakskiverne ② og boltene ③.



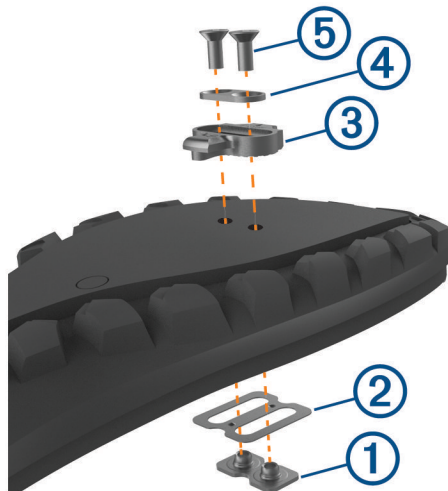
- 3 Sæt alle bolte løst fast i bunden af skosålen med en 4 mm unbrakonøgle.
- 4 Juster klampen til skoen i den ønskede position.  
Dette kan justeres efter en prøvekørsel.
- 5 Stram klampen fast på skoen.  
**BEMÆRK:** Garmin anbefaler et tilspændingsmoment på 4 til 6 lbf-ft. (5 til 8 N-m).



## Montering af skoklamper til Rally XC

**BEMÆRK:** Venstre og højre klampe er ens.

- 1 Løft sålen inde i skoen, og indsæt beslaget med 2 huller til montering af klampen ① og spændeskiven til indersålen ②.
- 2 Smør et tyndt lag fedt på klampeboltens gevind.
- 3 Tilpas klamperne ③, spændeskiven ④ og boltene ⑤.



- 4 Sæt alle bolte løst fast i bunden af skosålen med en 4 mm unbrakonøgle.
- 5 Juster klampen til skoen i den ønskede position.  
Dette kan justeres efter en prøvekørsel.
- 6 Stram klampen fast på skoen.  
**BEMÆRK:** Garmin anbefaler et tilspændingsmoment på 4 til 6 lbf-ft. (5 til 8 N-m).

## Justering af udløerspændingen

### **BEMÆRK**

Undlad at overspænde udløerspændingsskruen nederst på pedalen. Udløerspændingen skal justeres ens for begge pedaler.

Pedalspændingen for Rally XC skal indstilles på begge sider af begge pedaler.

Brug en 3 mm unbrakonøglenøgle til at justere udløerspændingen for hver pedal.

## Påsætning af reflekterende klistermærker

### ⚠ ADVARSEL

Før du kører om natten eller ved svag belysning, skal du sætte de medfølgende reflekterende klistermærker (medfølger) på begge pedaler for øget synlighed og for at overholde gældende bestemmelser.

- Du skal sætte et klistermærke på hælklampen **1** og to klistermærker på pedalen **2** for Rally RS og Rally RK pedalerne.



- På Rally XC pedalerne skal du sætte klistermærket på **3**, dreje pedalen og sætte et andet klistermærke på **4**.



## Om Rally 100 systemet

Den singleregistrerende Rally 100 måler kraften på den venstre pedal, så den omtrentlige samlede effekt kan beregnes. Der er yderligere oplysninger om opgradering under [Opgradering af din Rally 100 til et dualregistrerende system](#), side 16.

**BEMÆRK:** Rally 100 systemet understøtter ikke cykledynamik.


## Parring af Rally med din Edge 830 eller Edge 1030


Før du kan se Rally data på din Edge enhed, skal du parre enhederne.

Parring vil sige tilslutning af ANT+® eller Bluetooth® trådløse sensorer. Denne procedure indeholder vejledning til Edge 830 eller 1030 enhederne. Hvis du har en anden kompatibel enhed, skal du kigge i [Andre kompatible enheder, side 14](#) eller gå til [support.garmin.com](http://support.garmin.com).

- 1 Placer Edge enheden inden for 3 m (10 fod) fra sensoren.

**BEMÆRK:** Hold dig 10 m (33 fod) væk fra andre cykelrytteres sensorer under parringen.

- 2 Tænd for Edge enheden.
- 3 Vælg  > **Sensorer** > **Tilføj sensor** > **Effekt**.
- 4 Roter pedalerne nogle gange for at aktivere Rally systemet.
- 5 Vælg din sensor.
- 6 Vælg **Tilføj**.

Når sensoren er parret med din enhed, lyser  konstant. Du kan tilpasse datafeltet til at vise effektdata ([Tilpasning af datafelterne, side 8](#)). Du kan tilpasse Rally indstillingerne og modtage softwareopdateringer ([Opdatering af Rally softwaren ved hjælp af Edge 130, 530, 830 eller 1030, side 19](#)).



## Din første tur

Før du cykler med den første gang, skal du indtaste pedalarmens længde på din kompatible enhed. Rally Du skal også indtaste pedalarmens længde, når du flytter Rally pedalerne til en cykel, der har en anden pedalarmslængde.

Denne procedure indeholder vejledning til Edge 830 eller 1030 enhederne. Hvis du har en anden kompatibel enhed, skal du kigge i [Andre kompatible enheder, side 14](#) eller gå til [support.garmin.com](http://support.garmin.com).

## Indtastning af pedallængden

Pedalarmens længde er ofte trykt på pedalarmen. Denne procedure indeholder vejledning for Edge 830 eller 1030 enhederne. Hvis du har en anden kompatibel enhed, skal du kigge i [Andre kompatible enheder, side 14](#) eller gå til [support.garmin.com](http://support.garmin.com).

- 1 Roter pedalerne nogle gange for at aktivere Rally systemet.
- 2 Vælg  > **Sensorer**.
- 3 Vælg din sensor.
- 4 Vælg **Sensoroplysninger** > **Pedallængde**.
- 5 Indtast pedalarmslængden, og vælg .

## Tilpasning af datafelterne

Denne procedure indeholder vejledning til Edge 830 og 1030 enhederne. Hvis du har en anden kompatibel enhed, skal du kigge i brugervejledningen.

- 1 Hold på et datafelt for at redigere det.
- 2 Vælg en kategori.
- 3 Vælg et datafelt.

# Træning

## Pedalbaseret effekt

Rally måler pedalbaseret effekt.

Rally måler den anvendte kraft et par hundrede gange hvert sekund. Rally måler også din kadence eller hastigheden på det roterende pedaltråd. Ved at måle kraften, kraftretningen, rotationen af pedalarmen, og tidspunktet, kan Rally bestemme effekten (watt). Da Rally måler venstre og højre bens effekt uafhængigt af hinanden, transmitterer den din højre/venstre-effektbalance.

**BEMÆRK:** Rally 100 systemet leverer ikke højre/venstre-effektbalance.

## Cykledynamik

Målingsangivelse af cyklingsdynamik viser, hvordan du påfører kraft i hele pedalbevægelsen, og hvor du påfører kraft på pedalen, så du får mulighed for at forstå din specifikke måde at cykle på. Ved at forstå, hvordan og hvor du producerer effekt, får du mulighed for at træne mere effektivt og evaluere, hvordan cyklen passer til dig.

**BEMÆRK:** Du skal have et Rally system med to sensorer tilsluttet med ANT+ teknologi for at kunne bruge for målinger af cykledynamik.

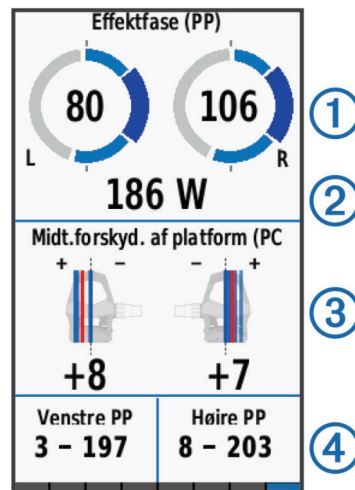
Du kan finde flere oplysninger på [www.garmin.com/cyclingdynamics](http://www.garmin.com/cyclingdynamics).

## Brug af cykledynamik

Før du kan bruge cykledynamik, skal du parre effektmåleren med din enhed ved hjælp af ANT+ teknologi (*Parring af Rally med din Edge® 830 eller Edge 1030, side 8*).

**BEMÆRK:** Registrering af cykledynamikken anvender yderligere enhedshukommelse.

- 1 Kør en tur.
- 2 Rul til skærbilledet med cykledynamik for at se dine effektfasedata ①, samlede effekt ② og midterforskydning af platform ③.



- 3 Hvis det er nødvendigt, skal du holde et datafelt ④ nede for at ændre det (*Tilpasning af datafelterne, side 8*).

**BEMÆRK:** De to datafelter nederst på skærmen kan tilpasses.

Du kan sende turen til Garmin Connect appen for at se yderligere cykledynamikdata (*Sådan sender du din tur til Garmin Connect, side 10*).

## Effektfasedata

Effektfase er det sted i pedalbevægelsen (mellem pedalens startvinkel og pedalens slutvinkel), hvor du producerer positiv effekt.

## Midterforskydning af platform

Midterforskydning af platform er den placering på pedalplatformen, hvor du påfører kraft.

## Turdata

Dine kørselsdata eller -historik optages på din Edge enhed eller en anden kompatibel Garmin enhed. Dette afsnit indeholder vejledning til Edge 1030.

**BEMÆRK:** Der optages ikke historik, mens timeren er stoppet eller pausestillet.

Når hukommelsen er fuld, vises en meddelelse. Enheden sletter eller overskriver ikke automatisk din historik. Du bør uploade din historik til din Garmin Connect konto jævnligt for at holde styr på alle dine turdata.

## Parring af Rally med Garmin Connect appen

Du kan opdatere Rally software og indstillinger ved hjælp af Garmin Connect appen.

**BEMÆRK:** Den venstre pedal modtager softwareopdateringen. Den venstre pedal sender opdateringen til højre pedal.

- 1 Fra appbutikken på din smartphone kan du installere og åbne  Garmin Connect appen.
- 2 Drej pedalarmen.
- 3 Vælg en indstilling for at tilføje din enhed til din Garmin Connect konto:
  - Hvis dette er den første enhed, du har parret med Garmin Connect appen, skal du følge vejledningen på skærmen.
  - Hvis du allerede har parret en anden enhed med Garmin Connect appen, skal du vælge **Garmin-enheder** > **Tilføj enhed** fra indstillingsmenuen og følge instruktionerne på skærmen.

## Sådan sender du din tur til Garmin Connect

- Synkroniser din Edge enhed med Garmin Connect appen på din smartphone.
- Brug det USB-kabel, der fulgte med din Edge enhed til at sende oplysninger om turen til din Garmin Connect konto på computeren.

## Garmin Connect

Du kan oprette forbindelse til din venner på Garmin Connect. Garmin Connect giver dig værktøj til at spore, analysere, dele og opmuntre hinanden. Registrer begivenheder fra din aktive livsstil, bl.a. løb, gang, køreture, svømning, vandreture, triatlon osv.

Du kan oprette din gratis Garmin Connect konto, når du parrer din enhed med din telefon ved hjælp af Garmin Connect appen, eller du kan gå til [garminconnect.com](http://garminconnect.com).

**Gem dine aktiviteter:** Når du har afsluttet og gemt en aktivitet med enheden, kan du uploade aktiviteten til Garmin Connect og beholde den, så længe du vil.

**Analyser dine data:** Du kan se mere detaljerede oplysninger om din aktivitet, herunder tid, distance, højde, puls, forbrændte kalorier, kadence, kortet set fra oven, tempo og hastighedsdiagrammer og brugerdefinerede rapporter.

**BEMÆRK:** Nogle data kræver tilbehør (ekstraudstyr), f.eks. pulsmåler.



**Planlæg din træning:** Du kan vælge et træningsmål og indlæse en af dag-til-dag-træningsplanerne.

**Del dine aktiviteter:** Du kan oprette forbindelse med venner, så I kan følge hinandens aktiviteter, og du kan sende links til dine aktiviteter på dine foretrukne sociale netværkswebsteder.

## Tilpasning af indstillingerne i Garmin Connect appen

Du kan tilpasse pedalarmenes længde, skalafaktor og cykledynamikindstillinger i Garmin Connect appen.

- Fra indstillingsmenuen i Garmin Connect appen skal du vælge **Garmin-enheder** og vælge din enhed.
- Synkroniser dit Rally system med Garmin Connect appen for at anvende ændringerne (*Parring af Rally med Garmin Connect appen, side 10*).

## Enhedsoplysninger

### Vedligeholdelse af enheden

#### BEMÆRK

Hold komponenterne rene og fri for snavs.

Brug ikke en skarp genstand til at fjerne batteriet.

Undgå kemiske rengøringsmidler, opløsnings- og insektmidler, der kan beskadige plastikkomponenterne og overfladebehandlingen.

Nedsæk ikke komponenterne i vand eller vask dem under tryk.

Du må ikke opbevare enheden på steder, hvor den kan blive udsat for ekstreme temperaturer i længere tid, da det kan føre til permanente skader på den.

Udskift kun komponenter med Garmin dele. Kontakt din Garmin forhandler eller Garmin webstedet.

### Vedligeholdelsestip

#### BEMÆRK

Nogle typer cykelværktøj kan ridse finishen på Rally komponenter.

- Brug vokspapir eller et håndklæde mellem værktøj og hardware.
- Efter enhver form for tilpasninger på cyklen drejes pedalarmen for at kontrollere frigangen.
- Hold Rally komponenterne rene.
- Når du flytter Rally pedalerne til en anden cykel, skal du rengøre gevind og overflader grundigt.
- Gå til [support.garmin.com](http://support.garmin.com), hvor du finder de seneste opdateringer og oplysninger.

### Specifikationer for Rally

Denne tabel dækker alle Rally seriens produkter.

Batteritype	Kan udskiftes af brugeren, 3 muligheder: CR1/3N, 3 V, 1 pr. pedal LR44 eller SR44, 1,5 V, 2 pr. pedal <b>BEMÆRK:</b> Garmin anbefaler udskiftning af alle batterier samtidigt. Bland ikke batterityper.
Batterilevetid	Op til 120 timers køretid, med cykledynamik
Driftstemperaturområde	Fra -10° til 50°C (fra 14° til 122°F) SR44 batterier kan præstere bedre i koldt vejr.
Trådløse frekvenser/ protokoller	ANT+ 2,4 GHz ved 3 dBm maksimalt Bluetooth 2,4 GHz ved 3 dBm maksimalt
Vandtæthedsklasse	IEC 60529 IPX7 <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Enheden tåler hændelig udsættelse for vand op til 1 meter i op til 30 minutter. Du kan finde flere oplysninger på [www.garmin.com/waterrating](http://www.garmin.com/waterrating).

## Batterioplysninger

Rally systemet registrerer batteriniveauet i begge pedaler og sender statusoplysninger til din Garmin enhed.

**BEMÆRK:** Når du modtager advarsel om lav batteriniveau, har du ca. 10–20 timers brug tilbage.

## Udskiftning af batterier

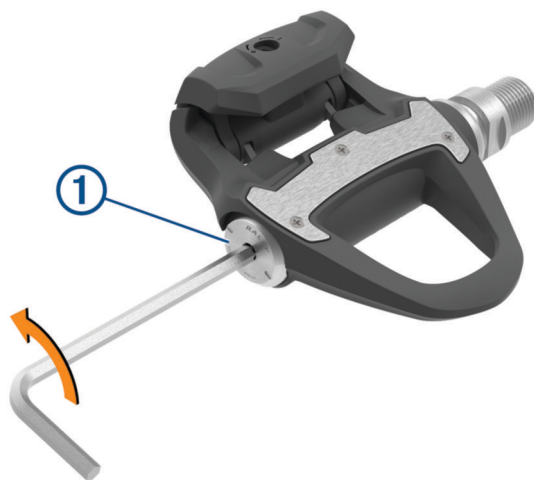
### ⚠ ADVARSEL

Se guiden *Vigtige produkt- og sikkerhedsinformationer* i æsken med produktet for at se produktadvarsler og andre vigtige oplysninger.

Hver Rally 200 pedal bruger et CR1/3N-batteri.

**BEMÆRK:** Garmin anbefaler udskiftning af alle batterier samtidigt. Bland ikke batterityper.

1 Brug en 4 mm sekskantnøgle til at afmontere batteridækslet ①.



2 Tag batteriet ud.

3 Vent 5 til 10 sekunder.

4 Sæt det nye batteri ind i batteridækslet, så det vender rigtigt.



5 Sæt batteridækslet på igen, og stram det med håndkraft.

**BEMÆRK:** Pas på ikke at beskadige tætningsringen.

6 Sæt batteridækslet fast med en 4 mm unbrakonøgle til 3,6 lbf-ft. (5 Nm).

LED-indikatoren viser et kort grønt blink efterfulgt af et langt rødt blink.

## Eftersyn af Rally pedalerne

Du kan adskille og samle pedalspindlerne for at rengøre og smøre komponenterne.

### BEMÆRK

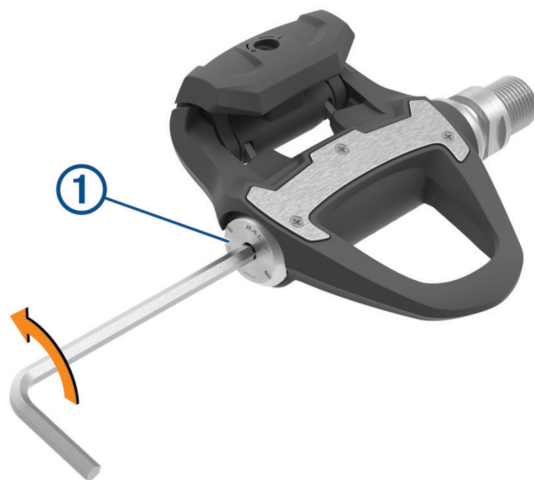
Garmin anbefaler at skifte én pedal ad gangen, så du kan holde styr på de små skruer og pakninger. Du skal bruge en 4 mm unbrakonøgle, PH 00 skruetrækker, 15 mm pedalnøgle, 12 mm top med en udvendig diameter, der er mindre end 17 mm (typisk et  $\frac{1}{4}$  tommers drev) på en momentnøgle og cykelfedt. Sørg for ikke at forårsage skade på nogle af Rally komponenterne.

**BEMÆRK:** Hvis du har det enkeltsidede Rally system, har den højre pedal ikke nogen batteriholder.

1 Brug en 15 mm pedalnøgle til at afmontere pedalerne.

**BEMÆRK:** Den venstre pedalspindel har venstregevind (omvendt), som fastgør den på krankarmen.

2 Brug en 4 mm sekskantnøgle til at afmontere batteridækslet ①.



3 Sæt batteridækslet og batteri ② til side.



4 Brug en lille stjerneskrueetrækker (PH 00) til at fjerne de to skuer ③ inde fra batteriholderen ④.

5 Fjern batteriholderen.

6 Mens du holder fast på nøglefladerne med en pedalnøgle, skal du bruge en 12 mm topnøgle til at skruer spindelmøtrikken af ⑤.

**BEMÆRK:** Højre pedal har en sort spindelmøtrik og et omvendt gevind. Venstre pedal har en sølvfarvet spindelmøtrik. Venstre spindel har en linje på skruenøglefladerne.

7 Skub spindlen ud af pedalhuset.

8 Fjern den indvendige pakning ⑥ og den udvendige pakning ⑦ inde fra pedalhuset.

**BEMÆRK:** Begge pakninger er kegleformede for at passe til den koniske spindel ⑧.

9 Fjern gammelt fedt fra komponenterne.



10 Sæt den indvendige pakning i pedalen.

Du skal trykke den ned, så den flugter med lejet.

11 Træk den udvendige pakning på spindlen.

12 Påfør cykelfedt på lejet inde i pedalhuset.

13 Put et lag cykelfedt på pedalakslen.

14 Sæt spindlen ind i pedalhuset.

Den udvendige pakning og den øverste del af spindlen skal flugte med pedalhusets kassette.

15 Udskift spindelmøtrikken.

16 Mens du holder fast på nøglefladerne med en pedalnøgle, skal du bruge en 12 mm topnøgle til at spænde spindelmøtrikken til 7 lbf-ft. (10 Nm).

#### ADVARSEL

Spænd den til det anbefalede moment for at sikre, at spindelmøtrikken bliver på plads. Hvis møtrikken ikke strammes tilstrækkeligt, kan det forårsage, at pedalen falder af under en cykeltur, hvilket kan medføre tingskade eller alvorlig personskade eller dødsfald.

17 Udskift batteriholderen og de to skruer.

18 Udskift batteriet og batteridækslet, og stram det med håndkraft.

**BEMÆRK:** Pas på ikke at beskadige tætningsringen.

19 Sæt batteridækslet fast med en 4 mm unbrakonøgle til 3,6 lbf-ft. (5 Nm).

LED-indikatoren viser et kort grønt blink efterfulgt af et langt rødt blink.

20 Monter pedalerne på din cykel ([Montering af pedaler, side 2](#)).

## Rally Opbevaring

Hvis du skal transportere din cykel eller ikke skal bruge din Rally i længere tid, anbefaler Garmin, at du afmonterer din Rally og opbevarer den i produktæskan.

## Andre kompatible enheder

### Edge 530 Instruktioner

#### Parring af Rally med Edge 530

1 Placer Edge enheden inden for 3 m (10 fod) fra sensoren.

**BEMÆRK:** Hold dig 10 m (33 fod) væk fra andre cykelrytters sensorer under parringen.

2 Vælg **Menu > Indstillinger > Sensorer > Tilføj sensor**.

3 Roter pedalerne nogle gange for at aktivere Rally systemet.

4 Vælg din sensor.

5 Vælg **Tilføj sensor**.

Når sensoren parres med enheden, er sensorstatus Tilsluttet. Du kan tilpasse et datafelt til at vise effektdata.

#### Indtastning af pedalarmens længde med Edge 530

Pedallængden er ofte trykt på pedalarmen.

1 Roter pedalerne nogle gange for at aktivere Rally systemet.

2 Vælg **Menu > Indstillinger > Sensorer**.


3 Vælg din sensor.

4 Vælg **Sensoroplysninger > Pedallængde**.

5 Indtast pedalarmslængden, og vælg .



## Edge I30 Instruktioner

### Parring af Rally med Edge I30

- 1 Placer Edge enheden inden for 3 m (10 fod) fra sensoren.  
**BEMÆRK:** Hold dig 10 m (33 fod) væk fra andre cykelrytteres sensorer under parringen.
- 2 Hold  nede.
- 3 Vælg **Sensorer > Tilføj sensor**.
- 4 Roter pedalerne nogle gange for at aktivere Rally systemet.
- 5 Vælg din sensor.  
Du kan tilpasse et datafelt til at vise effektdata.


### Indtastning af pedalarmens længde med Edge I30

Pedallængden er ofte trykt på pedalarmen.

- 1 Roter pedalerne nogle gange for at aktivere Rally systemet.
- 2 Hold  nede.
- 3 Vælg **Sensorer**.
- 4 Vælg din sensor.
- 5 Vælg **Pedallængde**.
- 6 Indtast pedalarmslængden, og vælg .



## Forerunner® Instruktioner for 945 og fēnix® 6 serien

### Parring af Rally med Forerunner 945 og fēnix 6 serien

- 1 Anbring dit kompatible ur i en afstand på maks. 3 m (10 fod) fra sensoren.  
**BEMÆRK:** Hold dig 10 m (33 fod) væk fra andre cykelrytteres sensorer under parringen.
- 2 Hold  eller **MENU** nede.
- 3 Vælg **Indstillinger > Sensorer og tilbehør > Tilføj ny > Effekt**.
- 4 Roter pedalerne nogle gange for at aktivere Rally systemet.
- 5 Vælg din sensor.  
Efter sensoren er parret med din enhed, ændrer sensorens status sig fra Søger til Tilsluttet. Du kan tilpasse datafeltet til at vise effektdata.

### Indtastning af pedalarmens længde med Forerunner 945 og fēnix 6 serien

Pedallængden er ofte trykt på pedalarmen.

- 1 Roter pedalerne nogle gange for at aktivere Rally systemet.
- 2 Hold  eller **MENU** nede.
- 3 Vælg **Indstillinger > Sensorer og tilbehør > Effekt**.
- 4 Vælg din sensor.
- 5 Vælg **Pedallængde**.
- 6 Indtast pedalarmslængden, og vælg .

## Appendiks

### Registrering af dit Rally system

Hjælp os med at give dig bedre support ved at gennemføre vores onlineregistrering i dag.

- Gå til Garmin Connect appen.
- Opbevar den originale købskvittering eller en kopi på et sikkert sted.

## Opgradering af din Rally 100 til et dualregistrerende system

Før du installerer den nye højre pedal, skal venstre pedal parres og sluttes til en kompatibel Edge enhed eller Garmin Connect appen.

- 1 Gennemse Rally installationsvejledningen (*Installation af Rally komponenter, side 1*).
- 2 Fjern den nuværende højre pedal.
- 3 Monter den nye højre pedal (*Montering af pedaler, side 2*).
- 4 Drej pedalarmen.
- 5 Vælg en mulighed for at knytte den højre bremsepedal til venstre pedal:
  - På din kompatible Edge enhed skal du vælge  > **Sensorer**, vælge din sensor, vælge **Sensoroplysninger** > **Par højre effektsensor**, og angive sensorens id, der findes på pedalen.
  - I Garmin Connect appens enhedsindstillinger skal du aktivere den **Højre pedal** og indtaste sensorens id, der findes på pedalen.

## Skift af dine Rally pedaler

### BEMÆRK

Garmin anbefaler at skifte én pedal ad gangen, så du kan holde styr på de små skruer og pakninger. Du skal bruge en 4 mm unbrakonøgle, PH 00 skruetrækker, 15 mm pedalnøgle, 12 mm top med en udvendig diameter, der er mindre end 17 mm (typisk et  $\frac{1}{4}$  tommers drev) på en momentnøgle og cykelfedt. Sørg for ikke at forårsage skade på nogle af Rally komponenterne.

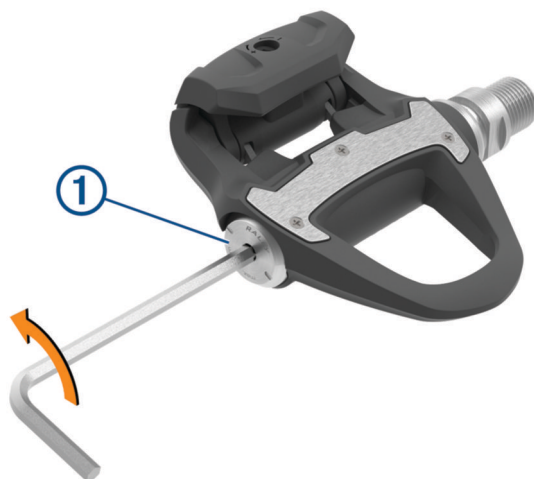
Denne procedure viser Rally RS og Rally XC pedalerne. Proceduren er den samme for enhver konvertering af pedaler i Rally serien.

**BEMÆRK:** Hvis du har det enkeltsidede Rally system, har den højre pedal ikke nogen batteriholder.

- 1 Brug en 15 mm pedalnøgle til at afmontere Rally RS pedalerne.

**BEMÆRK:** Den venstre pedalspindel har venstregevind (omvendt), som fastgør den på krankarmen.

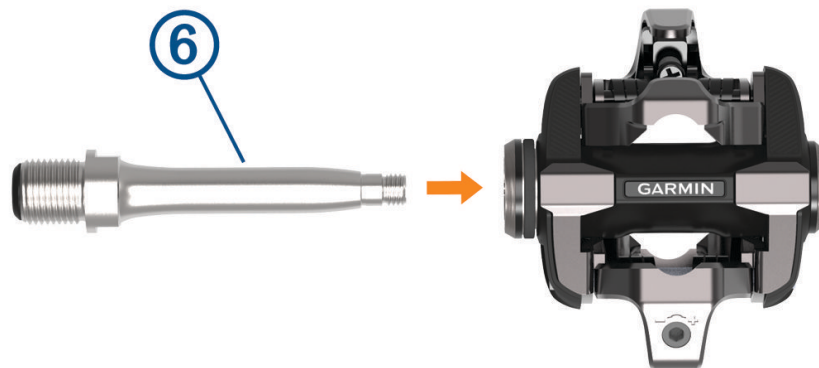
- 2 Brug en 4 mm sekskantnøgle til at afmontere batteridækslet ①.



- 3 Sæt batteridækslet og batteri ② til side.



- 4 Brug en lille stjerneskrueetrækker (PH 00) til at fjerne de to skuer ③ inde fra batteriholderen ④.
- 5 Fjern batteriholderen.
- 6 Mens du holder fast på nøglefladerne med en pedalnøgle, skal du bruge en 12 mm topnøgle til at skrue spindelmøtrikken af ⑤.
- BEMÆRK:** Højre pedal har en sort spindelmøtrik og et omvendt gevind. Venstre pedal har en sølvfarvet spindelmøtrik og et standardgevind. Venstre spindel har en linje på skruenøglefladerne.
- 7 Skub spindlen ud af pedalhuset.
- 8 Fjern gammelt fedt fra pedalakslen.
- 9 Put et lag cykelfedt på pedalakslen.
- 10 Sæt spindlen ⑥ ind i pedalhuset.



Det nye pedalhus har fabriksmonterede støvforseglinger. Den udvendige støvforsøgling skal flugte med toppen af kassetten.

- 11 Udskift spindelmøtrikken.
- 12 Mens du holder fast på nøglefladerne med en pedalnøgle, skal du bruge en 12 mm topnøgle til at spænde spindelmøtrikken til 7 lbf-ft. (10 Nm).

**⚠ ADVARSEL**

Spænd den til det anbefalede moment for at sikre, at spindelmøtrikken bliver på plads. Hvis møtrikken ikke strammes tilstrækkeligt, kan det forårsage, at pedalen falder af under en cykeltur, hvilket kan medføre tingskade eller alvorlig personskade eller dødsfald.

- 13 Udskift batteriholderen og de to skruer.
- 14 Udskift batteriet og batteridækslet, og stram det med håndkraft.
- BEMÆRK:** Pas på ikke at beskadige tætningsringen.
- 15 Sæt batteridækslet fast med en 4 mm unbrakonøgle til 3,6 lbf-ft. (5 Nm).  
LED-indikatoren viser et kort grønt blink efterfulgt af et langt rødt blink.
- 16 Monter pedalerne på din cykel (*Montering af pedaler, side 2*).

## Effektdatafelter

**BEMÆRK:** Denne liste indeholder effektdatafelter for Edge 1030 enheden. Hvis du har en anden kompatibel enhed, skal du kigge i brugervejledningen.

**BEMÆRK:** Datafelter, som viser ensartethed i tråd, effektivitet i tråd og balancedata, er ikke understøttet af Rally 100 systemet.

**Balance:** Den aktuelle venstre/højre effektbalance.

**Balance - 10s gennemsnit:** 10 sekunders bevægelsesgennemsnit for venstre/højre effektbalance.

**Balance - 30s gennemsnit:** 30 sekunders bevægelsesgennemsnit for venstre/højre effektbalance.

**Balance - 3s gennemsnit:** Tre sekunders bevægelsesgennemsnit for venstre/højre effektbalance.

**Balance - gennemsnit:** Den gennemsnitlige venstre/højre effektbalance for den aktuelle aktivitet.

**Balance - omgang:** Den gennemsnitlige venstre/højre effektbalance for den aktuelle omgang.

**Effekt:** Den aktuelle effekt i watt.

**Effekt - %FTP:** Den aktuelle effekt som en procentdel af FTP (functional threshold power).

**Effekt - 10 sek gns watt/kg:** Bevægelsesgennemsnit pr. 10 sekunder for effekt i watt pr. kilogram.

**Effekt - 10s gennemsnit:** 10-sekunders bevægelsesgennemsnit for effekt.

**Effekt - 30 sek gns watt/kg:** Bevægelsesgennemsnit pr. 30 sekunder for effekt i watt pr. kilogram.

**Effekt - 30s gennemsnit:** 30-sekunders bevægelsesgennemsnit for effekt.

**Effekt - 3 sek gns watt/kg:** Bevægelsesgennemsnit pr. 3 sekunder for effekt i watt pr. kilogram.

**Effekt - 3 sekunder gennemsnit:** 3-sekunders bevægelsesgennemsnit for effekt.

**Effektfase - H.:** Den aktuelle effektfasevinkel for det højre ben. Effektfase er det sted i pedalbevægelsen, hvor der produceres positiv effekt.

**Effektfase - H. Gennemsnitlig:** Den gennemsnitlige effektfasevinkel for det højre ben for den aktuelle aktivitet.

**Effektfase - H. Gennemsnit top:** Den gennemsnitlige topeffektfasevinkel for det højre ben for den aktuelle aktivitet.

**Effektfase - H. Omgang:** Den gennemsnitlige effektfasevinkel for det højre ben for den aktuelle omgang.

**Effektfase - H. Omgang top:** Den gennemsnitlige topeffektfasevinkel for det højre ben for den aktuelle omgang.

**Effektfase - H. Top:** Den aktuelle topeffektfasevinkel for det højre ben. Topeffektfase er det vinkelområde, hvor cyklisten producerer størstedelen af drivkraften.

**Effektfase - V.:** Den aktuelle effektfasevinkel for det venstre ben. Effektfase er det sted i pedalbevægelsen, hvor der produceres positiv effekt.

**Effektfase - V. Gennemsnitlig:** Den gennemsnitlige effektfasevinkel for det venstre ben for den aktuelle aktivitet.

**Effektfase - V. Gennemsnit top:** Den gennemsnitlige topeffektfasevinkel for det venstre ben for den aktuelle aktivitet.

**Effektfase - V. Omgang:** Den gennemsnitlige effektfasevinkel for det venstre ben for den aktuelle omgang.

**Effektfase - V. Omgang top:** Den gennemsnitlige topeffektfasevinkel for det venstre ben for den aktuelle omgang.

**Effektfase - V. Top:** Den aktuelle topeffektfasevinkel for det venstre ben. Topeffektfase er det vinkelområde, hvor cyklisten producerer størstedelen af drivkraften.

**Effekt - gennemsnit:** Den gennemsnitlige effekt for den aktuelle aktivitet.

**Effektgraf:** En linjegrav, der viser din effekt for den aktuelle aktivitet.

**Effekt - IF:** Intensity Factor™ for den aktuelle aktivitet.

**Effektivitet i tråd:** Målingen af, hvor effektivt cyklisten træder i pedalerne.

**Effekt - kJ:** Det akkumulerede, udførte arbejde (afgivet effekt) i kilojoule.

**Effekt - maksimum:** Den højeste effekt for den aktuelle aktivitet.

**Effekt - NP:** Normalized Power™ for den aktuelle aktivitet.

**Effekt - NP-omgang:** Gennemsnitlig Normalized Power for den aktuelle omgang.

**Effekt - NP- seneste omgang:** Gennemsnitlig Normalized Power for den senest gennemførte omgang.

**Effekt - omgang:** Den gennemsnitlige effekt for den aktuelle omgang.

**Effekt - omgangsmaks.:** Den højeste effekt for den aktuelle omgang.

**Effekt - seneste omgang:** Den gennemsnitlige effekt for den senest gennemførte omgang.

**Effektsøjler:** En søjlegraf, der viser din effekt.

**Effekt - TSS:** Training Stress Score™ for den aktuelle aktivitet.

**Effekt - watt/kg:** Effekten i watt pr. kilogram.

**Effekt - watt/kg gennemsnit:** Den gennemsnitlige effekt i watt pr. kilogram.

**Effekt - watt/kg omgang:** Den gennemsnitlige effekt i watt pr. kilogram for den aktuelle omgang.

**Effektzone:** Det aktuelle interval for effekt (1 til 7) baseret på din FTP eller dine brugerdefinerede indstillinger.

**Ensartethed i tråd:** Målingen af, hvor ligeligt cyklisten lægger kraft i pedalerne i hver pedalbevægelse.

**Kadence:** Antal omdrejninger på pedalarmen.

**Kadence - gennemsnitlig:** Cykling. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle aktivitet.

**Kadencegraf:** En linjefraf, der viser dine cyklingskadenceværdier for den aktuelle aktivitet.

**Kadence - omgang:** Cykling. Den gennemsnitlige kadence for den aktuelle omgang.

**Kadencesøjler:** En søjlegraf, der viser dine cyklingskadenceværdier for den aktuelle aktivitet.

**Måleffekt:** Måleffekt under en aktivitet.

**PCO:** Midterforskydning af platform. Midterforskydning af platform er den placering på pedalplatformen, hvor der påføres kraft.

**PCO - gennemsnit:** Den gennemsnitlige midterforskydning af platform for den aktuelle aktivitet.

**PCO - omgang:** Den gennemsnitlige midterforskydning af platform for den aktuelle omgang.

**Tid for omgang siddende:** Den tid, der er tilbragt siddende trædende i pedalerne for den aktuelle omgang.

**Tid for omgang stående:** Den tid, der er tilbragt stående trædende i pedalerne for den aktuelle omgang.

**Tid i zone:** Den forløbne tid i hver enkelt effektzone.

**Tid siddende:** Den tid, der er tilbragt siddende trædende i pedalerne for den aktuelle aktivitet.

**Tid stående:** Den tid, der er tilbragt stående trædende i pedalerne for den aktuelle aktivitet.

**Træningsenhed modstand:** Den modstand, som hometraineren skal give.

## Fejlfinding

### Opdatering af Rally softwaren ved hjælp af Edge 130, 530, 830 eller 1030

Før du kan opdatere softwaren, skal du parre din Edge enhed med dit Rally system ved hjælp af ANT+ teknologi.

**BEMÆRK:** Den venstre pedal modtager softwareopdateringen. Den venstre pedal sender opdateringen til højre pedal.

- 1 Send dine turdata til din Garmin Connect konto.  
Garmin Connect søger automatisk efter softwareopdateringer og sender dem til din Edge enhed.
- 2 Placer Edge enheden inden for 3 m (10 fod) fra sensoren.
- 3 Roter pedalarmen et par gange.  
Edge enheden beder dig om at installere eventuelle afventende softwareopdateringer.
- 4 Følg instruktionerne på skærmen.  
Rally LED'en blinker rødt og grønt, når softwareopdateringen er i gang.

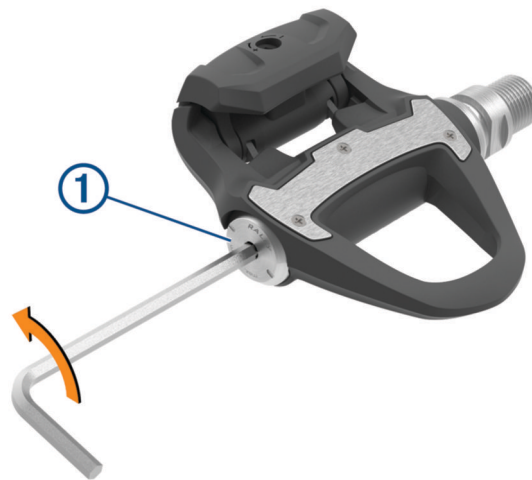
### Jeg kan ikke se målinger for cykledynamik på min Garmin enhed

Par Rally pedalerne med din compatible Garmin enhed ved hjælp af ANT+ forbindelsen i stedet for Bluetooth forbindelsen.

## Nulstilling af Rally pedalerne

Hvis enheden ikke reagerer, kan det være nødvendigt at nulstille den ved at frakoble og tilslutte batteridækslet igen. Dette sletter ikke dine data.

- 1 Brug en 4 mm unbrakonøgle til at afmontere batteridækslet ① og batteriet.



- 2 Udskift batteriet og batteridækslet, og stram det med håndkraft.  
**BEMÆRK:** Pas på ikke at beskadige tætningsringen.
- 3 Sæt batteridækslet fast med en 4 mm unbrakonøgle til 3,6 lbf-ft. (5 Nm).  
Pedal-LED'en blinker rødt en gang.

## Udførelse af en test af statisk tilspændingsmoment

### BEMÆRK

Testen af statisk tilspændingsmoment er beregnet til avancerede cyklister og installationseksperter. Denne test er under normale omstændigheder ikke nødvendig for at opnå gode resultater med Rally systemet. Denne test er tilgængelig for kompatible Edge enheder.

Garmin anbefaler, at testen af statisk tilspændingsmoment udføres mindst tre gange, og gennemsnittet af de rapporterede momentværdier beregnes.

- 1 Gå til [support.garmin.com](https://support.garmin.com).
- 2 Indtast dit produktnavn.
- 3 Indtast "test af tilspændingsmoment" for at se emnet i Ofte stillede spørgsmål.

Hvis den rapporterede tilspændingsmomentværdi efter gentagne test af statisk tilspændingsmoment konsistent afviger fra den forventede værdi, kan du angive en skalafaktor for en eller begge pedaler. Skalafaktoren gemmes i pedalen og justerer den effektværdi, som beregnes på pedalen. Skalafaktoren sendes til Edge enheden og gemmes på Edge enheden.

## Sådan får du flere oplysninger

- Gå til [support.garmin.com](https://support.garmin.com) for at finde flere vejledninger, artikler og softwareopdateringer.
- Gå til [buy.garmin.com](https://buy.garmin.com), eller kontakt din Garmin forhandler for at få oplysninger om valgfrit tilbehør og reservedele.





