



BOXER_{RACE}

Guide de réglage de la suspension



GUIDE DE RÉGLAGE RAPIDE BOXXER RACE

MERCI D'AVOIR CHOISI ROCKSHOX !

C'est un plaisir et un honneur pour nous que vous ayez choisi d'équiper votre vélo d'une suspension RockShox. Cette suspension est la meilleure disponible aujourd'hui car les produits RockShox sont développés et conçus par des gens qui adorent sortir en vélo et pour qui les performances ont autant d'importance que pour vous.

Les suspensions RockShox peuvent être ajustées en fonction de votre poids, de votre style et du terrain. Notre Guide de réglage présente des recommandations rapides pour le réglage fin de votre fourche BoXXer afin de vous permettre de vous lancer sur les sentiers le plus vite possible ! De plus, il vous offre des informations détaillées sur le réglage qui vous permettront de peaufiner les performances de votre suspension en adaptant à vos besoins le touché et la réponse de chaque réglage disponible.

Pour chaque réglage, on compte  en partant de la position la plus souple, dévissé à fond dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (Soft, -, ).

BoXXer Race	POIDS DU CYCLISTE	RESSORT SUGGÉRÉ	COMPRESSION	REBOND
	< 63 kg	Argent	1 clic	8 clics
	63 à 72 kg	Jaune	2 clics	10 clics
	72 à 81 kg	Rouge (montage usine)	2 clics	12 clics
	81 à 90 kg	Bleu	3 clics	14 clics
	>90 kg	Noir	4 clics	16 clics

Mes réglages préférés	SORTIES PRÉFÉRÉES	RÉGLAGES DU RESSORT	COMPRESSION	REBOND

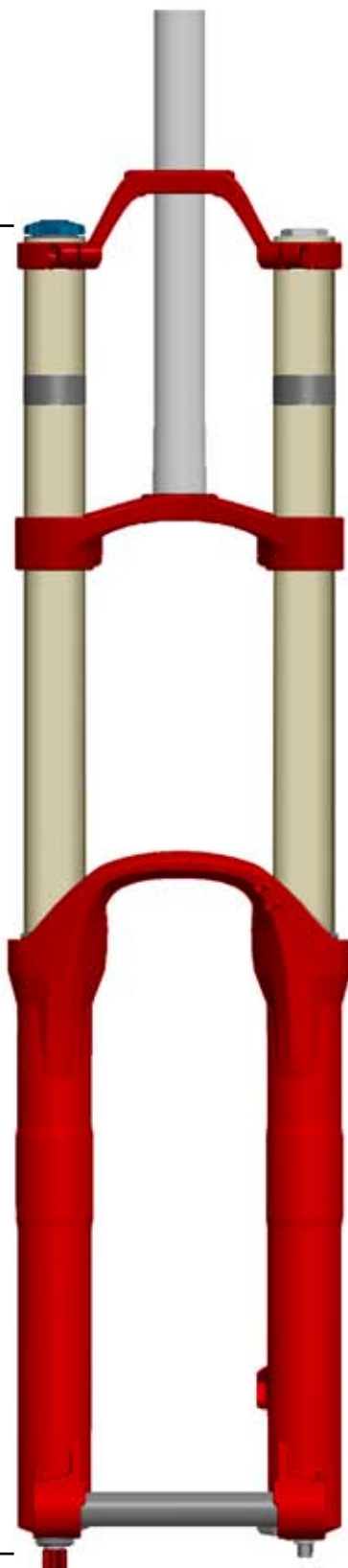
BOXXER RACE

Molette de réglage de la compression

CÔTÉ DE LA CHAÎNE

CÔTÉ OPPOSÉ À LA CHAÎNE

Molette de réglage du rebond



GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER RACE

INTRODUCTION

Votre suspension avant (la fourche) offre trois types principaux de réglage. Veillez à toujours procéder au réglage d'une fourche en respectant les étapes ci-dessous dans l'ordre noté :

1. Affaissement - Réglage de la raideur des ressorts
2. Amortissement du rebond
3. Amortissement de la compression

OUTILS ET FOURNITURES NÉCESSAIRES POUR LE RÉGLAGE

Lunettes de sécurité	Clés Allen de 2,5 et 4 mm
Gants	Clé à douille de 24 mm
Vêtements et équipement	Brosse pour la graisse
Un copain/Une copine	Graisse

AFFAISSEMENT - RÉGLAGE DU RESSORT

L'affaissement correspond à la compression de la fourche quand vous êtes assis(e) sur le VTT, habillé(e) et équipé(e) comme pour une sortie normale. Il est très important de régler correctement l'affaissement de la fourche. Un réglage correct permet à la roue avant de mieux suivre les creux et les bosses du terrain sur lequel vous roulez. L'affaissement avec une fourche BoXXer devrait correspondre à entre 20 et 30 pourcent du débattement maximal. Il est indiqué par les marques de graduation que vous pouvez noter sur le tube de fourche supérieur du côté de la chaîne.

MESURE DE L'AFFAISSEMENT

1 Pour mesurer l'affaissement, commencez par régler les systèmes d'amortissement de la compression (au sommet du bras de fourche du côté de la chaîne) sur leurs positions les plus faibles. Pour ce faire, tournez chaque molette dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (dans le sens contraire de la flèche indiquée « Hard » = dur) jusqu'à ce qu'elle arrive en butée.

1



2 Demandez à votre ami(e) de maintenir le vélo en équilibre pendant que vous montez dessus, habillé(e) et équipé(e) comme pour une sortie normale.

2



GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER RACE

3 Mettez-vous en danseuse et penchez-vous en avant et en arrière sur le vélo, en veillant à solliciter la suspension, puis restez immobile debout sur les pédales. Nous vous conseillons de freiner pendant ce processus afin d'éviter de rouler sur votre ami(e) par accident, ou de l'assommer d'un coup de tête casquée .

3



4 Continuez à rester immobile debout sur les pédales pendant que votre ami(e) fait glisser les joints toriques vers le bas, au contact du joint racleur. Ce n'est pas si facile que ça, demandez à votre copain/ copine de faire le plus vite possible !

4



5 Descendez avec précaution du vélo et comparez la position du joint torique repère par rapport aux marques graduées notées sur le tube de fourche supérieur. Cette mesure vous donne l'affaissement de votre fourche.

5



S'il n'est pas possible de régler l'affaissement dans la plage indiquée, il vous faut peut-être remplacer le ressort hélicoïdal (réglage du ressort hélicoïdal). Reportez-vous aux informations spécifiques notées ci-dessous pour optimiser le réglage de l'affaissement.

GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER RACE

RÉGLAGE DU RESSORT HÉLICOÏDAL

Les fourches à ressort hélicoïdal BoXXer offrent différentes options de ressort, chacune repérée par une couleur différente. Ces options permettent aux vététistes d'adapter l'affaissement de la fourche à leur poids. Reportez-vous au tableau ci-dessous pour déterminer quel est le ressort hélicoïdal qui vous conviendra le mieux. Si la couleur du ressort hélicoïdal noté dans le tableau est différente de la couleur de celui qui est monté dans votre fourche, il vous faudra remplacer votre ressort.

Important : Il est recommandé de porter des lunettes de sécurité et des gants lors du remplacement du ressort hélicoïdal.

POIDS DU CYCLISTE	COULEUR DU RESSORT
< 63 kg	Argent
63 à 72 kg	Jaune
72 à 81 kg	Rouge (montage usine)
81 à 90 kg	Bleu
99 kg ou plus	Noir

REPLACEMENT DU RESSORT HÉLICOÏDAL

1 Avec une clé Allen de 4 mm, desserrez le boulon supérieur sur la tête de fourche situé sur le tube de fourche du côté opposé à la chaîne. N'enlevez pas complètement le boulon.

1



2 Avec une clé à douille de 24 mm, desserrez et déposez le cabochon supérieur situé sur le tube de fourche du côté opposé à la chaîne. Veillez à ne pas endommager le joint torique du cabochon supérieur lors de la dépose. Si le joint torique du cabochon est endommagé lors de la dépose, remplacez-le par un joint neuf.

2



GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER RACE

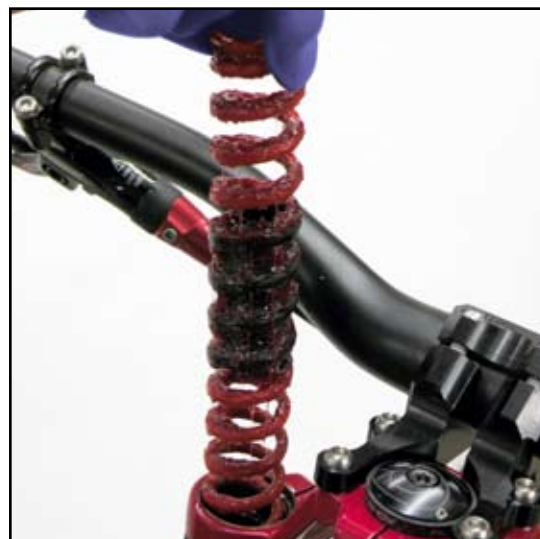
3 Comprimez légèrement la fourche pour pouvoir avoir accès aux entretoises de précontrainte positionnées au dessus du ressort et enlevez-les à la main.

3



4 Comprimez légèrement la fourche de nouveau pour pouvoir atteindre le ressort hélicoïdal et enlevez-le à la main

4



5 Repérez l'extrémité du nouveau ressort où les spires sont le plus serrées. Avec une brosse, appliquez une bonne couche de graisse sur toute la longueur du nouveau ressort hélicoïdal. Insérez le nouveau ressort hélicoïdal dans le tube supérieur, extrémité avec les spires les plus serrées en premier.

5

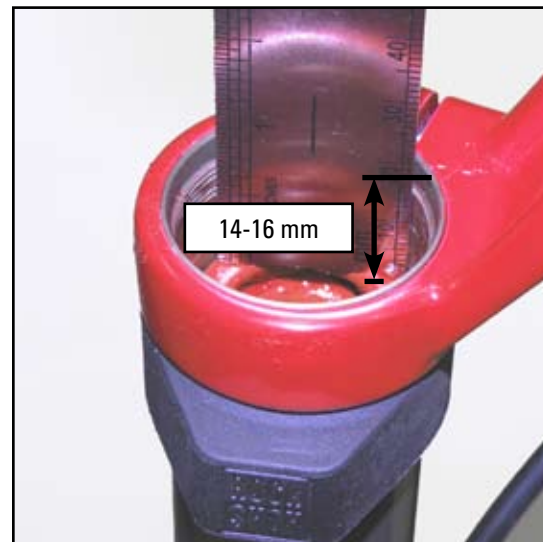


GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER RACE

- 6** Mesurez avec une règle la distance entre le haut du ressort et le haut du tube supérieur. La distance entre les deux doit être au moins de 14 mm, mais pas plus de 16 mm. Si la distance est supérieure à 16 mm, ajoutez des entretoises de précontrainte jusqu'à ce que la distance se trouve dans cette plage de 14-16 mm (chaque entretoise fait 2 mm d'épaisseur).

Remarque : si la distance fait plus de 16 mm et n'est pas corrigée, le ressort hélicoïdal aura du jeu vertical dans le tube de fourche supérieur et la fourche émettra des bruits de cognement. Si la distance fait moins de 14 mm, le ressort hélicoïdal va se coincer dans le tube de fourche supérieur, ce qui endommagera le ressort

6



7

- 7** Insérez le cabochon supérieur dans la tête de fourche et vissez le cabochon à la main dans le tube supérieur. Veillez à ne pas pincer le joint torique du cabochon lors de l'installation.



8

- 8** Avec une clé à douille de 24 mm, serrez le cabochon à un couple de 7,3 N·m.



GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER RACE

9 Avec une clé Allen de 4 mm, serrez le boulon de la tête de fourche supérieure à un couple de 5,1 à 9,0 N·m.

9



10 Une fois le ressort hélicoïdal remplacé, mesurez de nouveau l'affaissement en suivant les instructions ci-dessus. Vérifiez que l'affaissement se trouve bien maintenant dans la plage indiquée.

Le réglage du ressort hélicoïdal de votre suspension avant BoXXer Race est maintenant fini. Vous pouvez maintenant passer au réglage de l'amortissement du rebond.

GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER RACE

AMORTISSEMENT DU REBOND

L'amortissement du rebond contrôle la vitesse avec laquelle la fourche se détend complètement après avoir été compressée. Pour régler l'amortissement du rebond, utilisez la molette de réglage du rebond, située en bas du tube de fourche du côté de la chaîne. Lorsque vous procédez au réglage du rebond, n'oubliez pas que les conditions sur une piste diffèrent de celles rencontrées en tournant sur un parking. La meilleure manière de régler finement le rebond est de comparer différents réglages sur une même section de piste qui vous est familière.

Nous vous suggérons comme point de départ de choisir un rebond le plus rapide possible, tout en évitant que la fourche n'arrive en butée en extension ou ne saute. Cela permet à la fourche de suivre les reliefs de la piste, en maximisant la stabilité, l'adhérence et le contrôle de votre vélo. Procédez par petites étapes à partir de ce point de départ jusqu'à ce que vous trouviez le réglage qui correspond à votre style. L'amortissement trop lent du rebond amènera la fourche à se comprimer de plus en plus sur un terrain accidenté, ce qui raccourcit le débattement et entraîne le talonnement de la fourche.

Pour régler l'amortissement du rebond, suivez les étapes ci-dessous.

RÉGLAGE DU REBOND

- 1 Si vous tournez la molette rouge dans le sens indiqué par le « lapin » situé sur la décalcomanie de la vitesse du rebond, la fourche peut se détendre complètement plus rapidement. Si vous tournez la molette rouge dans le sens indiqué par la « tortue », la fourche peut se détendre complètement plus lentement. Vous disposez de 18 clics pour effectuer le réglage.

Le réglage du rebond de votre suspension avant BoXXer Race est maintenant fini. Vous pouvez maintenant passer au réglage de l'amortissement de la compression.

1



GUIDE DE RÉGLAGE BOXXER RACE

AMORTISSEMENT DE LA COMPRESSION

L'amortissement de la compression contrôle la vitesse de compression de la fourche. Plus l'amortissement de la compression est élevé, plus les réactions de la fourche sont lentes. Elle aura plus de résistance aux reliefs de la piste et elle donnera l'impression d'être trop « ferme ». Moins l'amortissement est élevé, plus les réactions sont vives. Elle aura moins de résistance aux reliefs et elle donnera l'impression d'être plus « molle ». Le réglage de l'amortissement de la compression peut servir à combattre les effets des freinages puissants (« plongée » au freinage) et des virages serrés pris à haute vitesse (compression).

RÉGLAGE DE LA COMPRESSION - MOTION CONTROL IS

1 Pour augmenter l'amortissement de la compression, tournez la molette bleue de réglage, située sur la tête de fourche du côté de la chaîne, dans le sens des aiguilles d'une montre, vers le signe « + ». Testez pour trouver le réglage de la molette qui correspond le mieux à vos désirs. Vous disposez de 10 clics pour effectuer le réglage.

Remarque : Le réglage de l'amortissement de la compression ne joue pas sur les réactions de la fourche quand elle doit absorber un choc qui fait se déplacer la tige à haute vitesse.

Important : lorsque vous rangez un vélo ou une fourche à l'envers ou incliné sur le côté, l'huile se trouvant dans le tube supérieur étanche peut s'accumuler au-dessus de l'assemblage d'amortissement de la compression. Lorsque vous remplacez le vélo/la fourche en position de conduite normale, la performance initiale du système d'amortissement de la compression ne sera pas optimale. Pour retrouver ces performances, il vous suffit de comprimer la fourche entre 10 et 20 fois.

1



Le réglage de la suspension avant BoXXer Race est maintenant terminé. Félicitations : il est maintenant temps de partir faire une sortie !

CONCLUSION

Nous souhaitons vous remercier une fois de plus d'avoir choisi RockShox comme suspension pour votre vélo. Chez RockShox, nous nous sommes engagés à assurer la qualité de vos sorties en deux-roues. Nous espérons que ce Guide de réglage vous a aidé à explorer l'ampleur du "tuning" possible sur la suspension avant BoXXer, et vous a ouvert la porte vers des performances améliorées, vous permettant ainsi de faire des sorties plus agréables où vous serez encore plus en contrôle.

Veuillez vérifier le site www.rockshox.com fréquemment pour recevoir plus d'indices et d'informations sur le réglage et des informations de service.