



2016-2017 版 Lyrik



保养手册

SRAM

GEN.000000005054 Rev E
© 2022 SRAM, LLC

SRAM® LLC 质保

此质保给予您相对于 SRAM, LLC 的特定的法律权利。您可能还享有其他权利，此等权利在各州、各省或各国可能不同。此质保不影响您的法定权利。如果此质保的内容与某些地方法律有不一致之处，则视为将此质保修改为与此等地方法律一致。如需充分了解您的权利，请参阅您所在国家、省或州的法律。

此质保适用于 SRAM、RockShox®、Truvativ®、Zipp®、Quarq®、Avid® 和 TIME® 牌的 SRAM 产品。

有限质保的范围

除此质保另有约定外，SRAM 保证其自行车零部件自产品初始购买之后的两 (2) 年内在材质和工艺方面无瑕疵。

SRAM 保证所有 Zipp MOTO 车轮和轮圈在产品寿命期内在材质和工艺方面无瑕疵。

SRAM 保证 Zipp 牌的所有自行车非电子零部件（型号年份为 2021 年或更新）在产品寿命期内在材质和工艺方面无瑕疵。

一般规定

此质保只对第一买主有效且不可转让。根据此质保提出任何索赔时，必须通过向您销售自行车或 SRAM 产品的零售商提出，或者通过 SRAM 的授权维修点提出。需提供原始购买凭证。所有 SRAM 质保索赔都由 SRAM 的授权维修点进行评估。若 SRAM 同意了质保索赔，则 SRAM 可自行决定对产品进行维修、更换或退款。在地方法律允许的限度内，根据此质保提出的任何索赔必须在质保期内或在此等索赔事项出现之日起一 (1) 年内提出。

无其他保证

在地方法律允许的限度内，除此质保说明之外，SRAM 不作任何其他明示或默示的保证或陈述，并且排除所有保证，包括任何关于合理谨慎、适销性或适用于某一特定用途的默示保证。

责任的限制

在法律允许的限度内，除此质保说明之外，在任何情况下，SRAM 或其协力供应商均无需对直接的、间接的、特殊的、伴随的或因此而产生的损害承担责任。某些州（省或国家）不允许对伴随的损害进行排除或限制，因此上述限制条款可能不适用于您。

质保的限制

此质保不适用于未按照相应 SRAM 用户手册进行正确安装、调节及 / 或保养的产品。相应的 SRAM 用户手册可在 sram.com/service 网站上找到。

此质保不适用于因产品受到碰撞、撞击、不当使用、不遵守制造商的使用规范而引起的产品损害，也不适用于使产品承受超过设计值的力道或负荷的任何其他情况。

此质保不适用于产品已被改动的情形，包括但不限于任何尝试打开或维修任何电子零部件和与电子相关的零部件，如电机、控制器、电池组、线束、开关和充电器。

如果产品序列号或产品编号已被故意更改、涂销或删除，此质保不适用。

SRAM 零部件旨在仅用于脚踏驱动或脚踏辅助的自行车 (e-Bike/Pedelec)。

无论此质保声明有任何其他约定，电池组和充电器的质保不包含因电涌、使用不当充电器、维护不当或其他此类不当使用而造成的损害。

此质保不适用于因使用不同厂家生产的零件而造成的损害。此质保不包括因使用不兼容、不适宜供 SRAM 部件使用的零件而造成的损害。

此质保不适用于商业（租赁）用车过程中造成的损害。

磨损

此质保不适用于正常的磨损。正常使用、未按照 SRAM 的建议进行保养及 / 或未在建议的条件或使用环境下骑行或安装都可能使易损部件损坏。

易损部件包括：

- | | | | |
|------------|--------------|--------------------|-------------------------|
| • 延伸把衬垫 | • 链条 | • 导轮 | • 牙盘 |
| • O 型空气密封圈 | • 防滑钉鞋 | • 后减震器固定机件和主密封圈 | • 磨损的螺纹 / 螺栓 (铝、钛、镁或钢质) |
| • 电池 | • 腐蚀 | • 橡胶活动部件 | • 轮胎 |
| • 轴承 | • 盘式刹车碟 | • 变速杆和刹车线缆 (内部和外部) | • 工具 |
| • 高度调整垫 | • 防尘密封圈 | • 变速手柄 | • 传动装置 |
| • 刹车皮 | • 自由轮毂、塔基、棘爪 | • 辐条 | • 上管 (支柱) |
| • 衬套 | • 泡棉环、滑环 | | • 车轮制动面 |
| • 飞轮 | • 车把把套 | | |

ZIPP 撞击换货政策

Zipp 牌的产品（型号年份为 2021 年或更新）在产品寿命期内可享撞击损害换货政策。如果在骑行过程中发生质保范围外的撞击损害，则可凭借本政策进行产品更换。更多信息详见 www.zipp.com/support。

目录

部件分解图 - (A1) LYRIK RCT3/ DUAL POSITION AIR™ (DPA)5

部件分解图 - (B1) LYRIK RC/ SOLO AIR™ (SA)6

ROCKSHOX 减震器保养.....7

 零件、工具和用品7

 建议保养间隔.....8

 记录您的设置.....8

 扭矩值.....8

 油液量8

下管拆卸9

 50/200 小时保养

 下管拆卸9

 50 小时保养

 下管保养11

 200 小时保养

 下管密封圈保养12

空气弹簧保养.....15

 200 小时保养

 空气弹簧拆卸.....15

 空气弹簧行程更改和Bottomless Tokens (可选)20

 Solo Air 行程选项和Bottomless Token调节20

 Dual Position Air行程选项和Bottomless Token调节20

 Bottomless Token 安装 (可选)21

 空气弹簧安装.....22

阻尼器保养25

 200 小时保养

 Charger Damper™ 阻尼器拆卸.....25

 Charger 回弹阻尼器重新调节 (可选)29

 Charger Damper™ 阻尼器组装32

 Charger Damper™ 阻尼器排空35

 Charger 阻尼器安装.....40

下管组装43

 50/200 小时保养

 下管安装43



安全第一！

我们关爱您。保养 RockShox® 产品时请始终佩戴防护镜和防护手套。
保护您自己！佩戴防护装置！

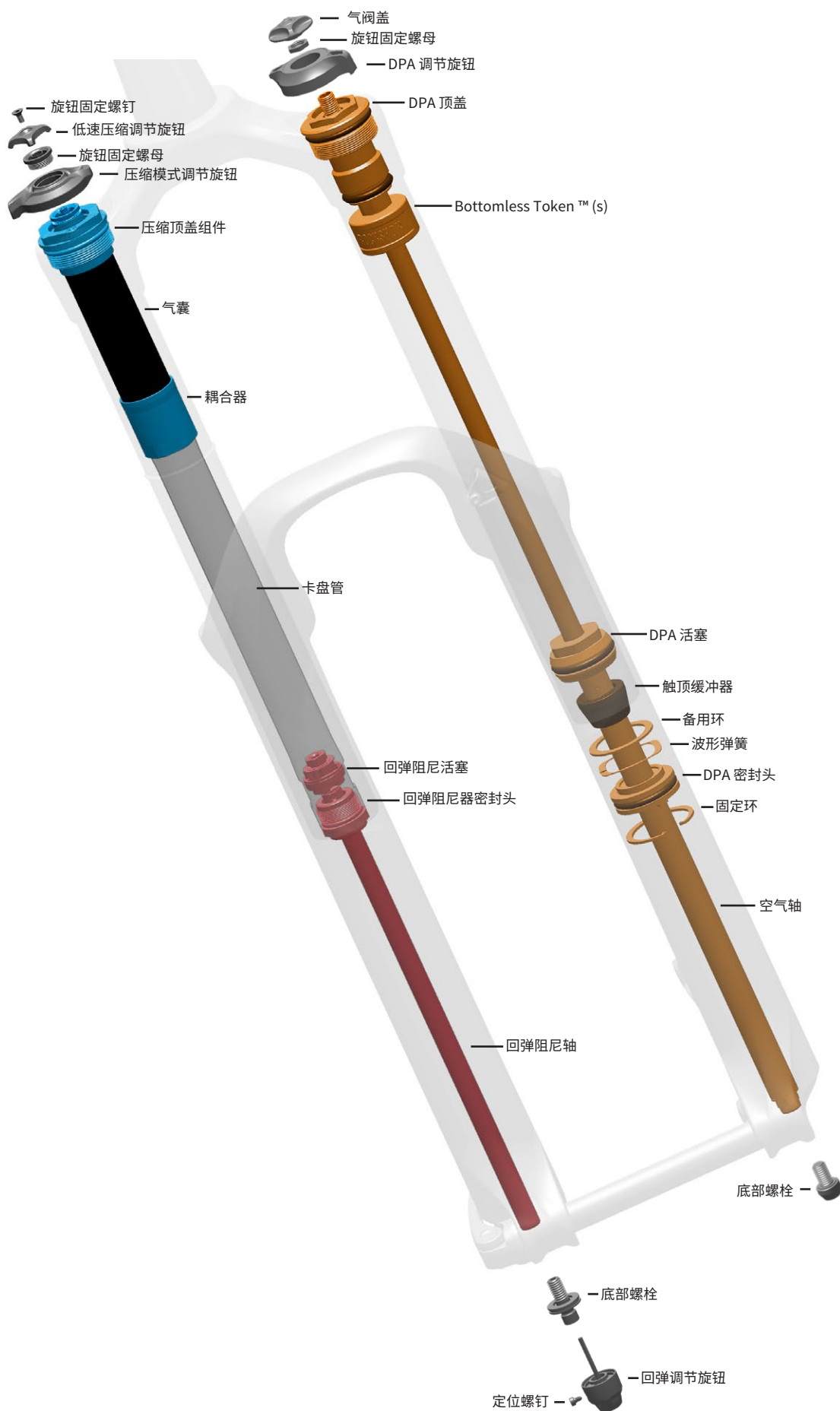
部件分解图 - (A1) Lyrik RCT3/ Dual Position Air™ (DPA)

空气轴组件

压缩阻尼器组件

回弹阻尼器组件

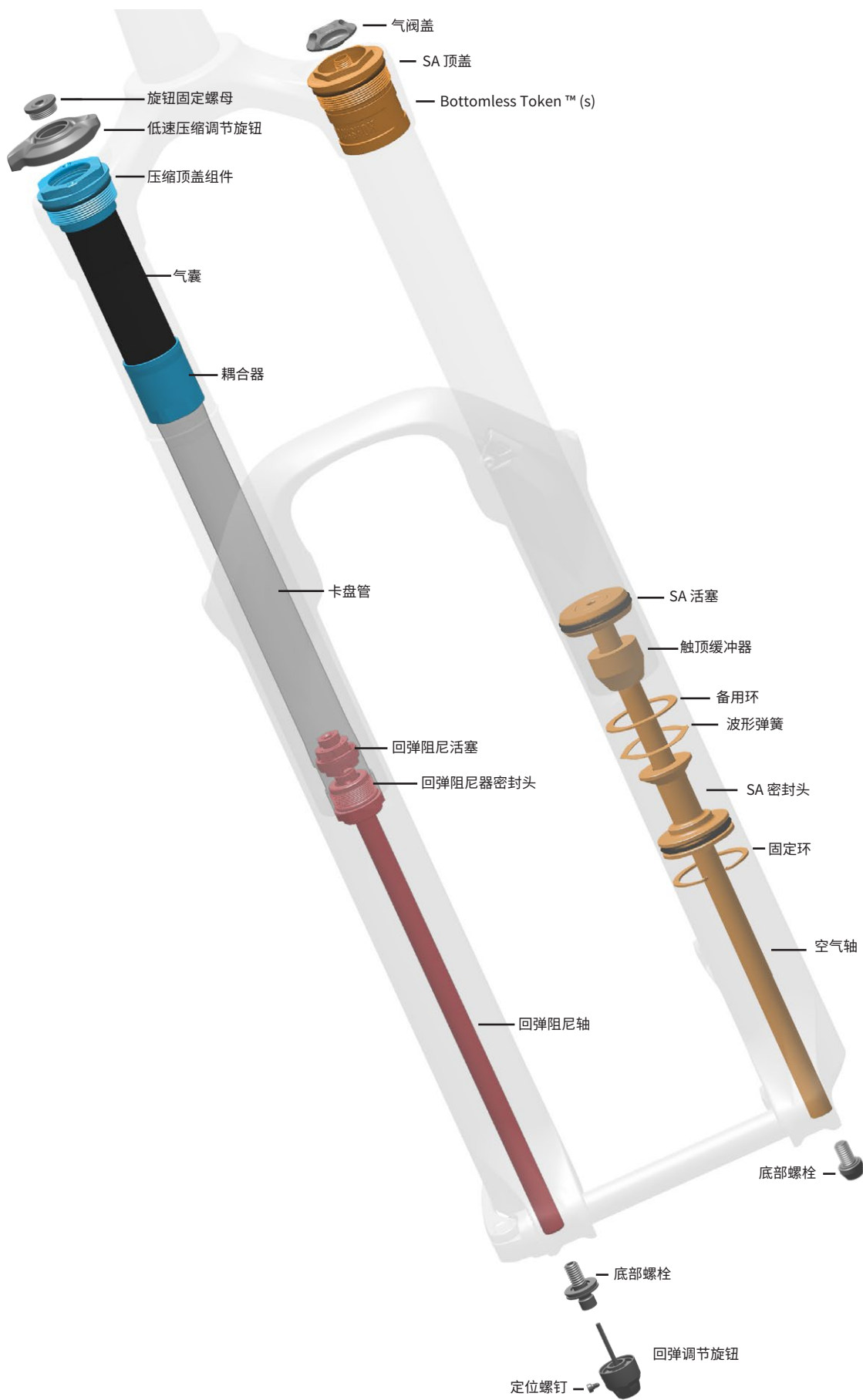
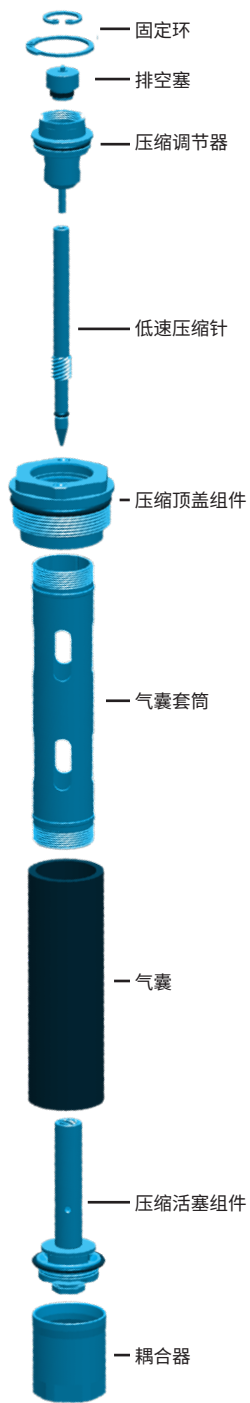
RCT3



部件分解图 - (B1) Lyrik RC/ Solo Air™ (SA)



RC



RockShox 减震器保养

我们建议您让专业的自行车技师保养 RockShox® 减震器。保养 RockShox 减震器需要减震元件知识，并需要使用专门工具和润滑剂。

最新的《RockShox 备件目录》和技术信息请访问 www.sram.com/service。订购信息请联系当地 SRAM® 分销商或经销商。

 有关回收利用和环保合规信息，请访问 www.sram.com/en/company/about/environmental-policy-and-recycling。

本出版物内容可能随时更改，恕不事先通知。您的产品外观可能与本出版物所含图示有异。

零件、工具和用品

零件

- Lyrik™ 保养工具包 - 200 小时

安全和保护用品

- 围裙
- 干净的无绒碎布
- 丁腈手套
- 油盘
- 防护镜

润滑剂和油液

- 异丙醇
- Maxima™ PLUSH™ Dynamic Suspension Lube Light / RockShox 0w-30 避震油
- Maxima PLUSH 3wt / RockShox 3wt 避震油
- SRAM® 黄油（润滑脂）

RockShox 工具

- RockShox Charger 排空工具包
- RockShox 防尘密封圈安装工具 (35 mm)
- RockShox 后减震器虎钳阻块（3 孔位）

自行车工具

- 自行车台
- 斜面胎撬
- 减震器打气筒

常用工具

- 2 mm、2.5 mm、4 mm、5 mm、和 8 mm 的六角扳手
- 2 mm、2.5 mm、4 mm、5 mm 和 8 mm 的六角旋具套筒
- 6 mm、10 mm、15 mm、24 mm 和 30 mm 套筒扳手
- 15 mm 和 23 mm 开口扳手
- 23 mm 爪形套筒扳手
- 带气枪喷嘴的空压机
- 工作台虎钳
- 平头螺丝刀
- 内固定环钳 — 大号和小号
- 塑料或木质长销钉
- 尖嘴钳
- 尖头针
- 橡皮锤或塑料锤
- 套筒扳手
- 扭矩扳手

安全说明

操作避震油时请始终佩戴防护镜和丁腈手套。

在保养前叉的区域下方地面上放置一个油盘。

注意

保养前叉最有效的方式是，将前叉舵管夹入自行车台中。

建议保养间隔

RockShox® 产品需要定期保养以保持最佳性能。按照下面所建议的“保养间隔”，遵照保养时间表，安装每个保养工具包所含的保养零件。请参阅 www.sram.com/service 上的《RockShox 备件目录》了解备件工具包内容和详情。

保养间隔	保养	好处
每次骑行	清除上管和防尘密封圈的污垢	延长防尘密封圈的使用寿命
		最大程度降低上管受损机率
		最大程度降低下管受污染机率
每骑行 50 小时	执行下管保养	恢复对轻微颠簸情况的灵敏度
		减少摩擦
		延长衬套的使用寿命
每骑行 200 小时 或每满一年	执行阻尼器和弹簧保养	延长减震器的使用寿命
		恢复对轻微颠簸情况的灵敏度
		恢复阻尼性能

记录您的设置

利用下表记录您的减震器设置，以便在保养后将减震器恢复到保养之前的设置。记录保养日期以跟踪保养间隔。

保养间隔	保养日期	气压	回弹设置 - 逆时针方向完整转动回弹调节旋钮，并记下止动格数。	低速压缩设置 - 逆时针方向完整转动压缩调节旋钮，并记下止动格数。
50 小时				
100 小时				
150 小时				
200 小时				

扭矩值

零件	工具	扭矩
底部螺栓	5 mm 六角旋具套筒	7.3 N•m
顶盖	24 mm 和 30 mm 套筒	28 N•m

油 液 量

前叉	型号	阻尼器侧					弹簧侧			
		阻尼器技术	卡盘管		下管		弹簧技术	上管	下管	
			油量 (mL)	油	油量 (mL)	油 **		润滑剂	油量 (mL)	油 **
Lyrik	RC	Charger	排空	Maxima PLUSH 3wt	10 mL	Maxima PLUSH Dynamic Suspension Lube Light	Solo Air	SRAM Butter Grease 润滑脂	10 mL	Maxima PLUSH Dynamic Suspension Lube Light
	RCT3						Dual Position Air			

** 悬浮油 / 液体 - Maxima PLUSH 动态悬浮润滑油和 RockShox 0w-30 悬浮油 / 液体向前和向后兼容 RockShox 动态密封润滑脂和 SRAM 黄油润滑脂。

除非另有说明，否则仅使用 RockShox、SRAM 和 Maxima 悬浮油 / 液体和润滑脂。使用任何其他润滑剂都会损坏密封件并降低性能。

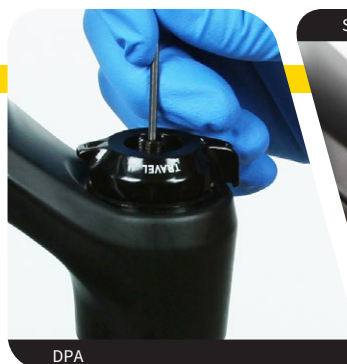
- 1 卸除弹簧侧前叉管顶盖上的气阀盖。



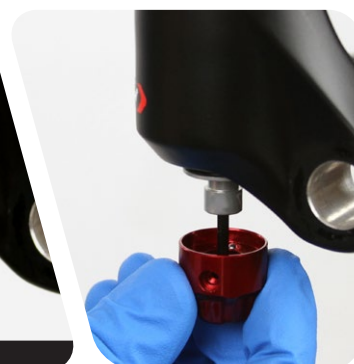
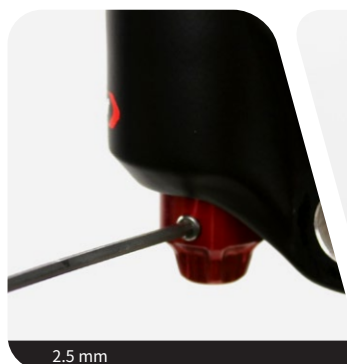
- 2 用小六角扳手下压美式嘴阀，释放气室中的所有气压。

⚠小心-眼部安全隐患

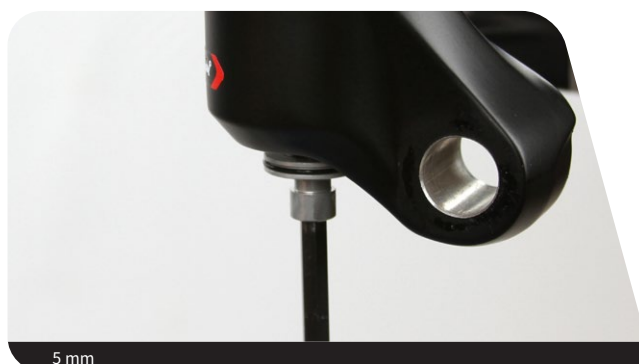
先检查前叉里的气压是否已经全部释放，再进行下一步操作。否则可能导致人身伤害和 / 或前叉损坏。请佩戴防护镜。



- 3 用 2.5 mm 六角扳手旋松定位螺钉，并卸下阻尼器侧前叉管底部的回弹调节旋钮。



- 4 用 5 mm 六角扳手将两个底部螺栓都旋松 3 至 4 圈。



- 5** 在前叉下方放置一个油盘接排出的油液。
用一把橡皮锤或塑料锤用力击打每个底部螺栓，使空气轴和阻尼轴脱开下管。
用 5 mm 六角扳手卸下下管的底部螺栓。



- 6** 用力向下拉动下管，直至油液开始排出。继续向下拉，从前叉卸下下管。
如果下管不从上管上滑落，或如果两侧均无油液排出，则表明轴的压配件可能仍与下管啮合。请重新装上底部螺栓并旋紧 2 至 3 圈，然后重复上述步骤。

注意

拆卸下管时请勿用任何工具敲打前叉弧，否则可能损坏前叉。



 **200 小时保养** 如需继续进行 200 小时保养，请前往[下管密封圈保养](#)。

- 1 卸下泡沫环。向泡沫环喷异丙醇，并用干净的碎布擦净。



- 2 将泡沫环浸泡在避震油中。



- 3 向下管内外表面和防尘密封圈喷异丙醇。



- 4 将泡沫环装回下管内的防尘密封圈下方。

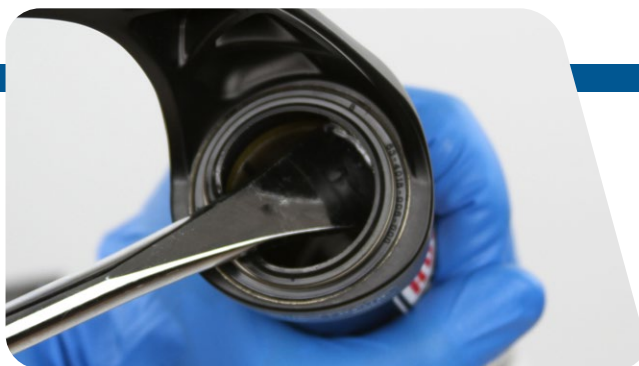


50 小时保养 如需继续进行 50 小时保养，请前往[下管安装](#)。

- 1 将斜面胎撬的杆头放在防尘密封圈下唇的下方。

注意

如使用平头螺丝刀，则确保其配有圆轴。带方轴的螺丝刀会损坏前叉管。在螺丝刀上裹一块碎布以保护下管。



- 2 在工作台面上或地板上固定下管。按下轮胎撬杆手柄卸下防尘密封圈。在另一侧重复上述操作。
卸下并丢弃防尘密封圈。

注意

使下管组件保持稳定。请勿将下管向相反方向扭曲、相互压紧或拉开。这会损坏下管。



- 3 用手指卸除并丢弃下管内的泡沫环。



- 4 将新的泡沫环浸泡在避震油中。



- 5** 向下管内外表面喷异丙醇。用碎布清洁下管外表面。
将碎布包在长销钉外，并将其插入每条下管以清洁下管内表面。



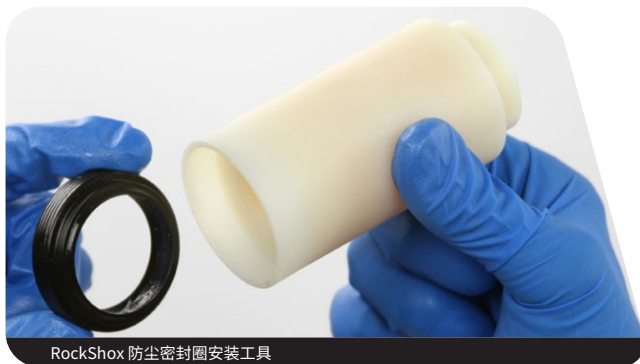
- 6** 将新的泡沫环安装到下管中。



- 7** 从新的防尘密封圈上卸下钢丝弹簧并放在一边。



- 8** 将新防尘密封圈的窄头插入 RockShox® 35 mm 防尘密封圈安装工具的凹面中。



9 稳稳握住下管，并用 RockShox® 35 mm 防尘密封圈安装工具将防尘密封圈均衡地推入下管，直至密封圈表面与下管顶面齐平。

将钢丝弹簧重新安装到防尘密封圈上。

对另一侧的下管重复第 7、8 和 9 步。

注意

只将防尘密封圈压入下管，直至与下管的顶面齐平。将防尘密封圈压过下管顶面会损坏泡沫环。



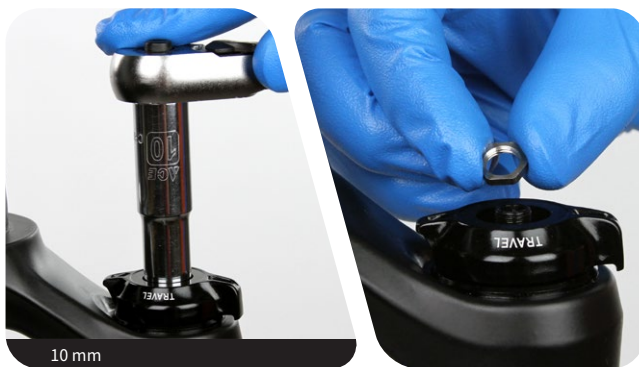
注意

检查每个零件是否有刮痕。保养减震器时请勿刮擦任何密封表面。刮痕会造成泄漏。

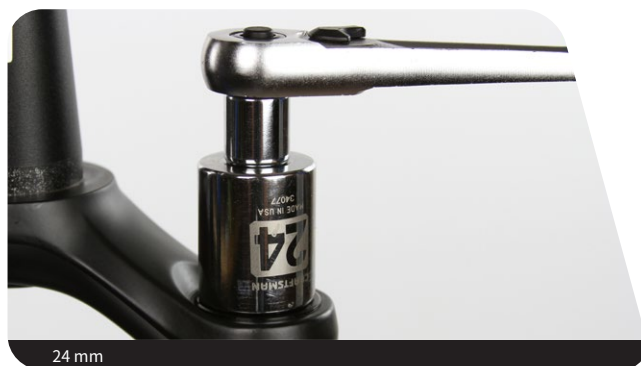
更换密封圈或 O 型圈时，请用手指或尖头针卸下密封圈或 O 型圈。向每个零件喷异丙醇，并用碎布擦净。在新的密封圈和 O 型圈上涂抹 SRAM® 黄油润滑脂。



- 1** **Dual Position Air™**：用 10 mm 套筒扳手卸下 DPA 行程调节旋钮固定螺母。卸下 DPA 行程调节旋钮。



2 用 24 mm 套筒扳手从上管卸下顶盖。



向上管螺纹喷异丙醇，并用碎布擦净螺纹。



3 用手指或尖头针卸下顶盖 O 型圈。
用手指安装新的 O 型圈。
请勿在顶盖螺纹上涂抹润滑脂。



4 Dual Position Air™：将空气轴推入上管，以防在拆卸固定环时刮伤空气轴。

用平头螺丝刀将密封头碟片推到固定环下。

注意

空气轴上的刮痕将使空气绕过密封头进入下管，导致弹簧性能减弱。

将大号内固定环钳的尖端放入固定环小孔中。用力按压钳具，将密封头推入上管，推入度应足够压缩并卸下固定环。



平头螺丝刀

DPA



固定环钳



DPA

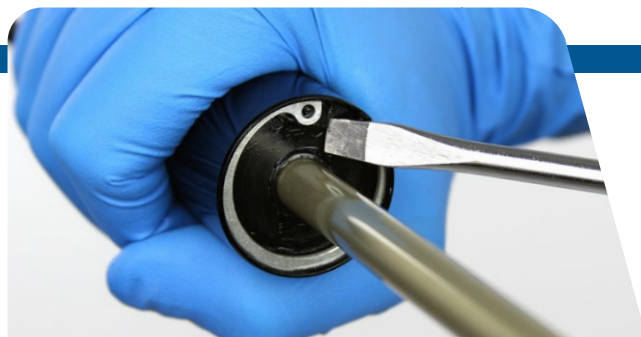
Solo Air™：用平头螺丝刀将 SA 密封头碟片推到固定环下方。

注意

空气轴上的刮痕将使空气绕过密封头进入下管，导致弹簧性能减弱。

将手指放在空气弹簧轴端头上方，以防在拆卸固定环的过程中刮伤空气弹簧轴。

将大号内固定环钳的尖端放入固定环小孔中。用力按压钳具，将 SA 密封头推入上管，推入度应足够压缩并卸下固定环。将固定环滑到手指上并释放空气弹簧轴。



平头螺丝刀

SA



固定环钳



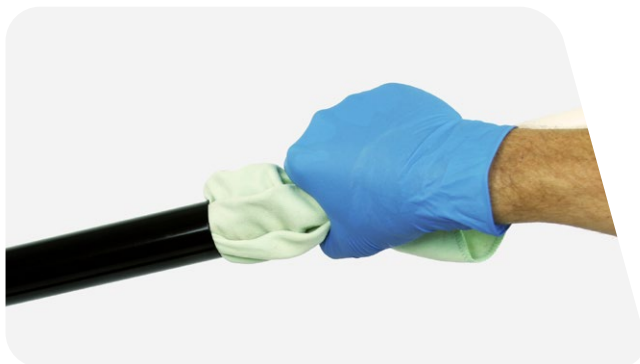
SA

- 5** 用手指将底部螺栓装入空气轴。
用力拉空气轴和底部螺栓，从上管上卸下空气轴组件。

从空气轴上旋松并卸下底部螺栓。
清洁并检查组件是否损坏。



- 6** 向上管内外表面喷异丙醇，并用碎布擦净。
将碎布包在长销钉外，并将其插入上管以清洁上管内表面。



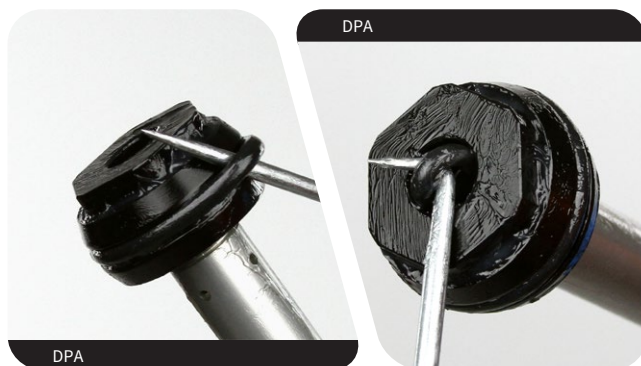
- 7** 卸下空气轴上的密封头、波形弹簧和备用环。丢弃密封头组件和波形弹簧。

注意

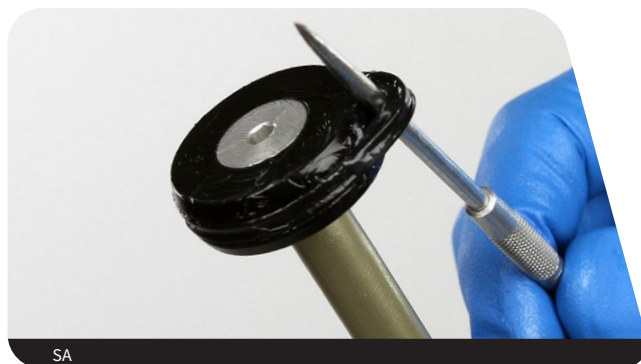
请勿在此时安装新的密封头。密封头将在“安装”一节进行更换。



- 8 Dual Position Air™**：用手指或尖头针卸下空气活塞的外侧 O 型圈。
用尖头针穿透并卸下内侧 O 型圈。
安装新的 O 型圈。



- Solo Air™**：用手指或尖头针卸下空气活塞方形圈。
安装新的方形圈。



空气弹簧行程更改和 Bottomless Tokens (可选)

若要增加或减少 RockShox® Lyrik™ 前叉的行程，则必须更换合适长度的空气弹簧轴组件。例如，若要将 Lyrik 的最大行程从 140 mm 增至 160 mm，则必须安装 160 mm 的空气弹簧轴组件。空气弹簧轴底部标有前叉行程信息。

可在 Solo Air™ (SA) 顶盖或 Dual Position Air™ (DPA) 空气弹簧组件上添加或减少 Bottomless Tokens™，以微调触底感和弹力曲线。用下表帮助确定前叉每一最大行程可使用的 Bottomless Tokens 数量。若要更改出厂预设的前叉行程，则可能得添加或减少 Bottomless Tokens。红色 (DPA) 和灰色 (SA) Bottomless Tokens 适用于所有 Lyrik 前叉。

请参阅我们网站 www.sram.com/service 上的《RockShox 备件目录》了解更多备件工具包详情。

零件订购信息请联系当地 SRAM® 分销商或经销商。



Solo Air 行程选项和 Bottomless Token 调节

27.5"+ 车轮 / 29" 车轮 / 29" Boost 车轮			27.5" 车轮 / 27.5" Boost 车轮		
前叉行程信息 (蚀刻在空气轴上)	Bottomless Tokens 出厂预装	Bottomless Tokens 最大安装数量	前叉行程信息 (蚀刻在空气轴上)	Bottomless Tokens 出厂预装	Bottomless Tokens 最大安装数量
LYRIK/YARI 180	0	4	LYRIK/YARI 180	0	4
LYRIK/YARI 170	1	4	LYRIK/YARI 170	1	4
LYRIK/YARI 160	2	5	LYRIK/YARI 160	2	5
LYRIK/YARI 150	2	5	-	-	-

Dual Position Air 行程选项和 Bottomless Token 调节

27.5"+ 车轮 / 29" 车轮 / 29" Boost 车轮			27.5" 车轮 / 27.5" Boost 车轮		
前叉行程信息 (蚀刻在空气轴上)	Bottomless Tokens 出厂预装	Bottomless Tokens 最大安装数量	前叉行程信息 (蚀刻在空气轴上)	Bottomless Tokens 出厂预装	Bottomless Tokens 最大安装数量
-	-	-	LYRIK/YARI 180	0	4
-	-	-	LYRIK/YARI 170	0	5
LYRIK/YARI 160	1	5	LYRIK/YARI 160	1	5
LYRIK/YARI 150	1	6	-	-	-

Bottomless Token 安装 (可选)

Bottomless Tokens™ 会减少前叉的气量，从而在前叉行程的末端行程实现更大的斜率。添加垫圈以保持前叉的无底感。参见[空气弹簧行程更改和 Bottomless Tokens](#) 了解您的前叉能安装的最多垫圈数量。

- 1 Solo Air™**：将 Bottomless Token 旋入另一个垫圈或顶盖底部。用一把 8 mm 的六角扳手和一把带 24 mm 套筒的扭矩扳手将垫圈拧紧至 3.4-4.5 N•m。



Dual Position Air™：根据需要将额外的 Bottomless Tokens 安装在 DPA 空气弹簧轴上。



可用更短或更长的空气弹簧轴组件更换出厂时预装的空气弹簧轴组件，以更改前叉的最大行程。若要增加或减少最大行程，则按照下列安装步骤使用完整的新空气弹簧轴组件。可能还得增加或减少 Bottomless Tokens™。参阅第 20 页了解详情。

请参阅 www.sram.com/service 上的《RockShox® 备件目录》了解所需的备件工具包。零件订购信息请联系当地 SRAM® 分销商或经销商。

- 1 在空气活塞和密封头密封圈上涂大量的 SRAM 黄油润滑脂。



- 2 依次将备用环、新的波形弹簧和新的密封头组件安装在空气轴上。



- 3 在密封头上涂抹足量的 SRAM 黄油润滑脂。



- 4** 用力将空气轴组件推入上管底部，同时轻轻地左右摇动空气轴。
确保轴杆保持完全伸展状态。
用手指用力将密封头按入上管，直至密封头“啪”地滑到位。



- 5** 用手指将固定环定位到上管固定环槽的底部。密封头的碟片应位于固定环的孔眼之间。

将大号内固定环钳的尖端放入固定环小孔中，然后用钳具将密封头推入上管的同时将固定环安装到槽内。

用手指或拇指将固定环卡到位，同时固定环的两个小孔应分别位于密封头碟片的两侧。

注意

请勿刮擦空气弹簧轴。空气轴上的刮痕将使空气绕过密封头进入下管，导致弹簧性能减弱。

用固定环钳前后转动固定环和密封头数次，以检查固定环是否已正确卡入固定环槽中，然后用力向下拉动空气轴。

固定环有锋利边侧和圆边侧。安装固定环时将锋利边一侧朝向工具，将方便安装和拆卸。



- 6** 将空气弹簧顶盖插入上管顶部。用带 24 mm 套筒的扭矩扳手旋紧顶盖，扭矩为 28 N·m。



- 7** **Dual Position Air™**：将 DPA 调节旋钮和旋钮固定螺母放在顶盖上，长碟片靠近叉肩正面。逆时针方向旋转 DPA 调节旋钮，直至其卡入第一个止动位。

将旋钮固定螺母旋到带螺纹的气阀体上。

用带 10 mm 套筒的扭矩扳手将旋钮固定螺母拧紧至 1.7-2.2 N·m。



注意

检查每个零件是否有刮痕。保养减震器时请勿刮擦任何密封表面。刮痕会造成泄漏。

更换密封圈或 O 型圈时，请用手指或尖头针卸下密封圈或 O 型圈。向每个零件喷异丙醇，并用碎布擦净。在新的密封圈或 O 型圈上涂抹 SRAM® 黄油润滑脂。



- 1 RCT3：**逆时针转动低速压缩调节旋钮和压缩模式调节旋钮，直至转不动（即处于全开位置）。

压缩阻尼器必须处于全开位置，方可执行排空程序。



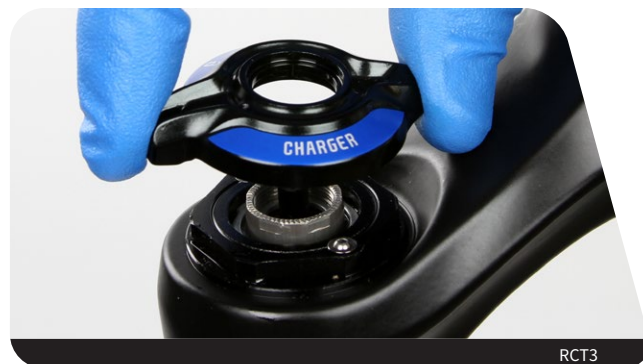
RC：逆时针转动低速压缩调节旋钮，直至转不动（即处于全开位置）。

压缩阻尼器必须处于全开位置，方可执行排空程序。



2 **RCT3**：用 2 mm 六角扳手卸下低速调节旋钮螺钉。卸下低速压缩调节旋钮。

用 6 mm 套筒扳手卸下旋钮固定螺母。卸下压缩模式调节旋钮。



RC：用 4 mm 六角扳手卸下旋钮固定螺母。卸下低速压缩调节旋钮。



3 用 30 mm 套筒扳手旋松阻尼器顶盖。
从上管上卸下 Charger Damper™ 阻尼器组件。
用碎布清洁上管螺纹。



- 4 用手指或尖头针卸下压缩顶盖 O 型圈。
用手指安装新的 O 型圈。



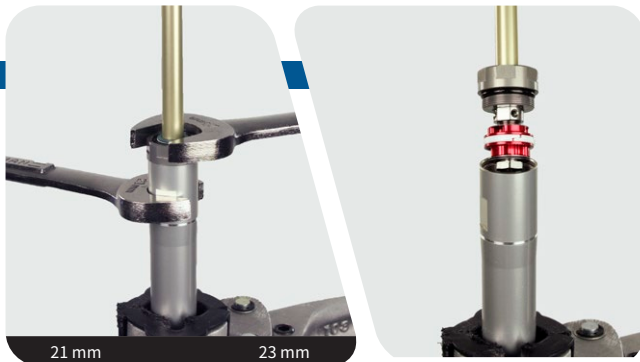
- 5 将卡盘管轻轻夹入自行车台，使回弹阻尼轴朝上。

注意

仅用足够的力度夹紧卡盘管，让卡盘管无法滑动或旋转。如果夹得太紧，卡盘管会变形。

在卡盘管扳手平面上放置一把 21 mm 开口扳手。在阻尼器密封头上放置一把 23 mm 开口扳手。

夹稳卡盘管，逆时针转动阻尼器密封头，以旋松并卸下回弹组件。



- 6 从自行车台上取下卡盘管，并将避震油倒入油盘。



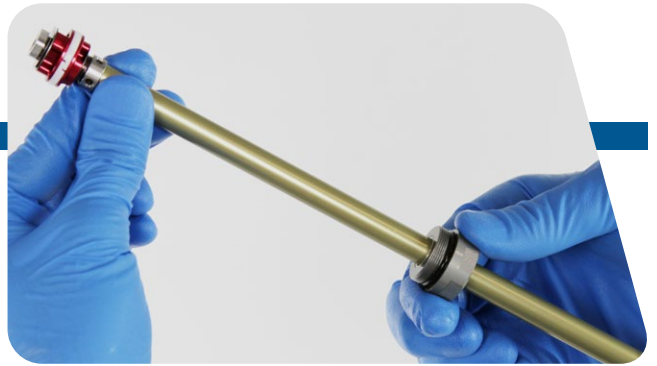
- 7 从回弹阻尼轴上卸下密封头组件。丢弃阻尼器密封头组件。



- 8** 在**新的**回弹阻尼器密封头密封圈上涂抹 SRAM® 黄油润滑脂。
将新的密封头组件装到回弹阻尼轴上，使螺纹朝向活塞。
将密封头滑向活塞，直至滑不动。

注意

如果不用新的密封头更换旧的密封头，则可能导致前叉性能降低。



- 9** 用手指从回弹阻尼尼活塞上卸下滑环。
用手指安装新的滑环。



Charger 回弹阻尼器重新调节（可选）

所有 Lyrik™ Charger 回弹阻尼器在出厂时均安装了中度阻尼器调节。但可重新排列回弹阻尼活塞的填隙片，以实现软调节或硬调节。

如果您的回弹设置是距开位一格或两格，我们建议更换至回弹软调节。

如果您的回弹设置是距闭位一格或两格，我们建议更换至回弹硬调节。

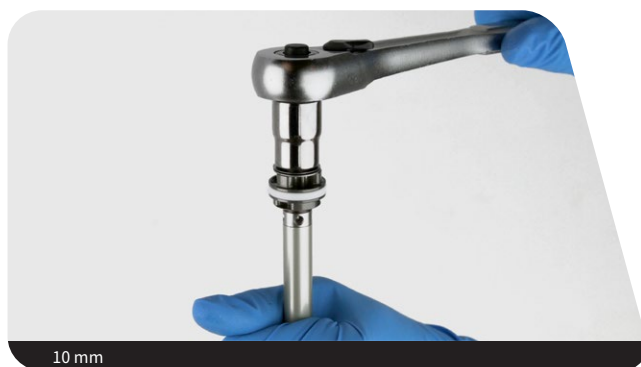
- 1 将回弹阻尼轴的底部夹入 RockShox® 后减震器虎钳阻块。

注意

为防止损坏回弹阻尼轴，请勿将轴的中部夹入虎钳。



- 2 用 10 mm 套筒卸下活塞螺母。用手稳住回弹阻尼轴。

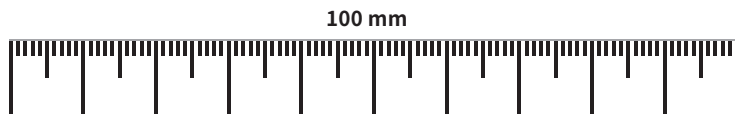


- 3 用小扳手或尖头针将填隙片滑下回弹阻尼活塞。按照填隙片滑下活塞的顺序将其置于碎布上。



4 利用下表排出填隙片叠层在回弹阻尼活塞中的顺序，以便实现理想的回弹调节。用公制卡尺核实填隙片外径和填隙片厚度，或者按 100% 的比例打印本页面，利用页面上的轮廓排列填隙片叠层。

所有 Lyrik™ 中的 Charger Dampers™ 阻尼器在出厂时均安装了中度回弹阻尼器调节。



* 按 100% 的比例打印本页面，并利用图表排出填隙片的顺序，以便实现理想的回弹调节。



软回弹调节		中度回弹调节 (出厂预设的调节)		硬回弹调节	
1:1* 填隙片 外径 (mm)	1:1* 填隙片 厚度 (mm)	1:1* 填隙片 外径 (mm)	1:1* 填隙片 厚度 (mm)	1:1* 填隙片 外径 (mm)	1:1* 填隙片 厚度 (mm)
	0.3		0.1		0.3
	0.1		0.1		0.1
	0.1		0.2		0.1
	0.1		0.3		0.2
	0.2		0.1		0.1
	0.1		0.1		0.1
活塞面 填隙片叠层的底部			0.2		0.2
			0.1		0.1
			0.1		0.1
		活塞面 填隙片叠层的底部		活塞面 填隙片叠层的底部	

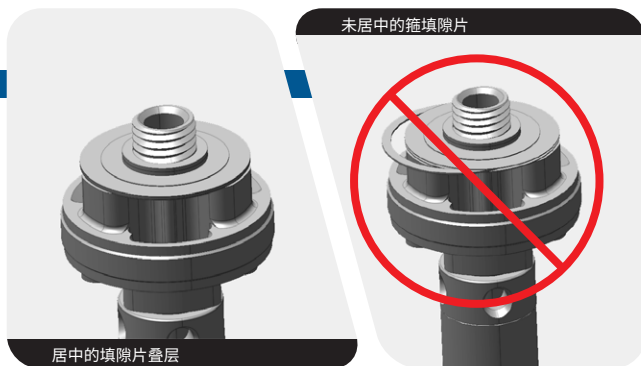
0.1
 0.1
 0.2

如果使用软调节，则不用 16 x 6 x 0.1、14 x 6 x 0.1 和 16 x 14 x 0.2 这三个填隙片。保存这三个填隙片，以便在改为中度调节或硬调节时再重新安装这三个填隙片。

- 5** 将填隙片按照理想调节类型所要求的顺序装到小扳手或尖头针上。将填隙片叠层滑到活塞面上。用手指挤压填隙片叠层，使填隙片居中。

注意

确保掩填隙片位于填隙片叠层的居中位置。



- 6** 将主活塞螺母旋到回弹阻尼活塞上。用带 10 mm 套筒的扭矩扳手拧紧螺母，扭矩为 3.7 N·m。

注意

确保查证填隙片居中，未在活塞下被夹住。

从虎钳上取下组件。



- 1 向卡盘管和压缩阻尼器内喷异丙醇。
将异丙醇和残余的油液倒入油盘。



- 2 将碎布包在长销钉外，并将其插入卡盘管以清洁管内表面。



- 3 使用气枪喷嘴和压缩空气让卡盘管和压缩阻尼器组件彻底变干燥。

注意

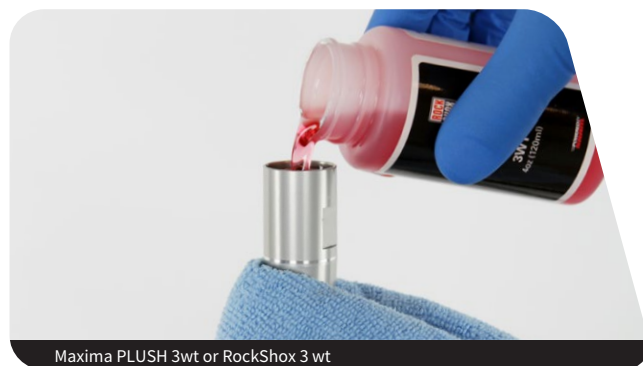
卡盘管、压缩阻尼器和气囊必须彻底干燥，方可重新组装 Charger 阻尼器。水分可能导致气囊破裂。



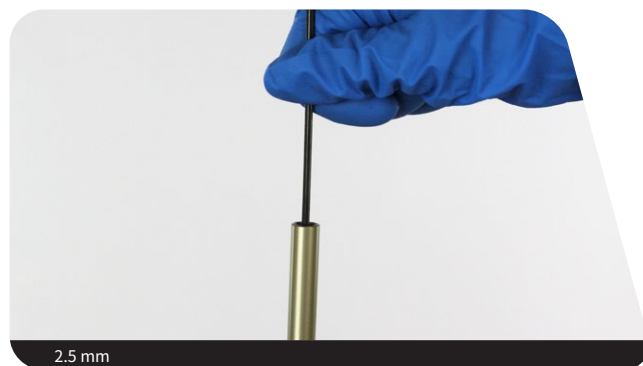
- 4 将卡盘管组件轻轻夹入自行车台，使压缩阻尼器朝下。



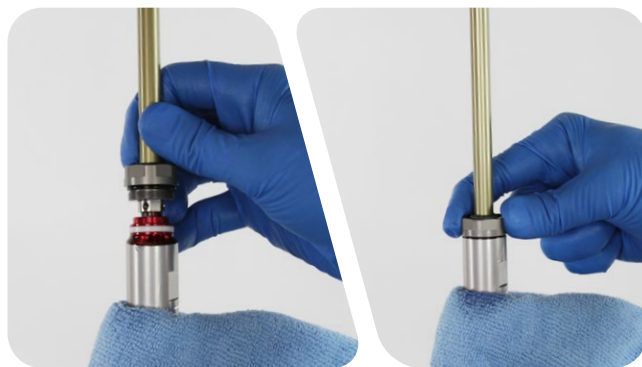
- 5** 用一块碎布包住卡盘管。
将 3wt 避震油倒入卡盘管，直至倒满。



- 6** 将一把 2.5 mm 六角扳手插入回弹阻尼轴，直至触及回弹调节螺钉。
逆时针转动六角扳手，直至转不动。回弹调节器现在处于开位。



- 7** 将回弹阻尼活塞插入管中，并用手将密封头旋入管中。



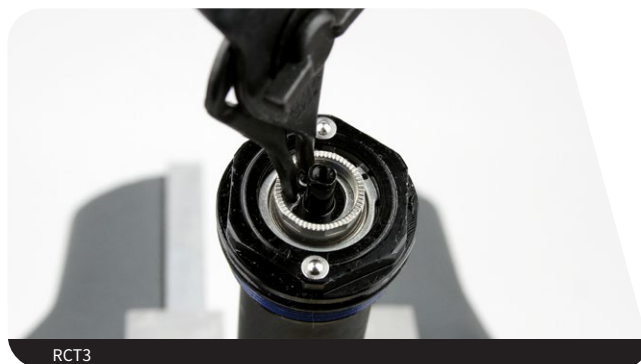
- 8** 在阻尼器密封头的扳手平面上放置一把带 23 mm 爪形套筒开口扳手的扭矩扳手。在卡盘管的扳手平面上放置一把 21 mm 开口扳手。
稳住卡盘管，顺时针转动密封头，旋紧至 9-10 N·m。
呈 90 度角将爪形套筒安装到扭矩扳手的把手上，确保准确的扭矩读数。
从自行车台上取下卡盘管。



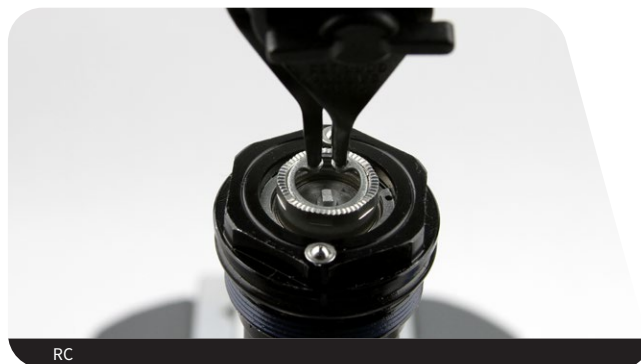
9 将卡盘管组件轻轻夹入自行车台，使压缩阻尼器朝上。



1 RCT3：用小号固定环钳卸下低速压缩调节器上的固定环。



RC：用小号固定环钳卸下排空塞上的固定环。



2 RCT3：用尖嘴钳从压缩顶盖上卸下低速压缩调节器。



RC：用尖嘴钳卸下压缩调节器上的排空塞。



3 用手指将底部螺栓装入回弹阻尼轴，然后向下拉动底部螺栓。



4 用碎布盖住顶盖，并下拉上推回弹阻尼轴数次，以便从阻尼器中预先排出空气。
向下拉动回弹阻尼轴，直至拉不动。

⚠小心 - 眼部安全隐患

缓慢地下拉上推回弹阻尼轴。否则会导致油液从顶盖中喷出。请佩戴防护镜。



5 将 3wt 避震油注入 RockShox® Charger 排空注射器，注至半满，然后将注射器和 Charger 软管接头旋入压缩顶盖组件。

注意

请只使用随附于 RockShox Charger 排空工具包的注射器。

请勿使用接触了 DOT 刹车油的注射器。DOT 刹车油会造成密封圈永久性损坏，并导致阻尼器故障。



Maxima PLUSH 3wt or RockShox 3wt

RockShox Charger 排空注射器

6 向上拉注射器手柄，同时向上推回弹阻尼轴，从而在阻尼器组件中制造真空。这将把气泡逼出阻尼器组件。

向下推注射器手柄，同时向下拉回弹阻尼轴，从而对阻尼器组件加压。

继续将注射器手柄往下推，同时下拉上推回弹阻尼轴数次以清除气泡。

气囊会膨胀和收缩。这属于正常现象。

反复制造真空，并反复对阻尼器组件加压，直到只有极小的气泡从阻尼器组件中冒出。



7 确保回弹阻尼轴完全伸展。

向下推注射器手柄，然后释放。等一会儿，让气囊回到其自然静止位置，直至注射器停止注入。

用碎布盖住排空尖端和 Charger 排空口，然后旋松并卸下注射器。

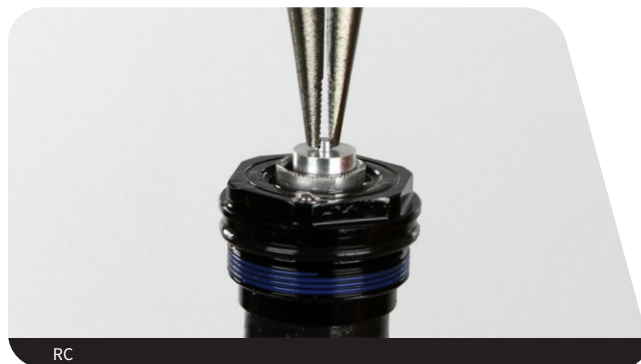
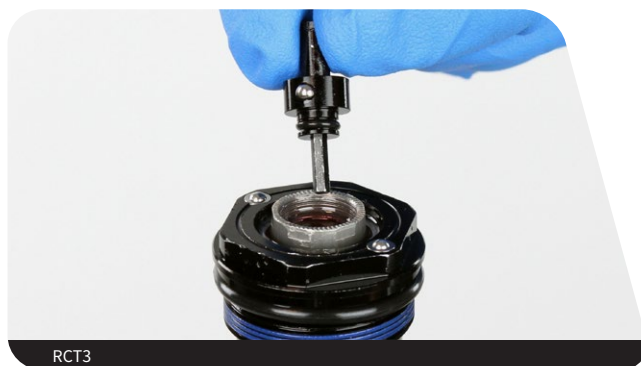
⚠小心 - 眼部安全隐患

如果气囊不在静止位置，则气囊组件中可能喷出油液。请佩戴防护镜。



- 8** **RCT3**：将低速压缩调节器插入压缩凸轮组件。将低速压缩调节器向下推并顺时针旋转，直至卡到位。

RC：用尖嘴钳将排空塞插入压缩调节器，直至卡到位。



- 9** 用固定环钳将内固定环装入固定环槽。
用固定环钳前后转动固定环和密封头数次，以检查固定环是否已正确卡入固定环槽中。

RCT3：低速压缩调节器必须正确安装，以便固定环卡入槽内。

RC：排空塞必须正确安装，以便固定环卡入槽内。

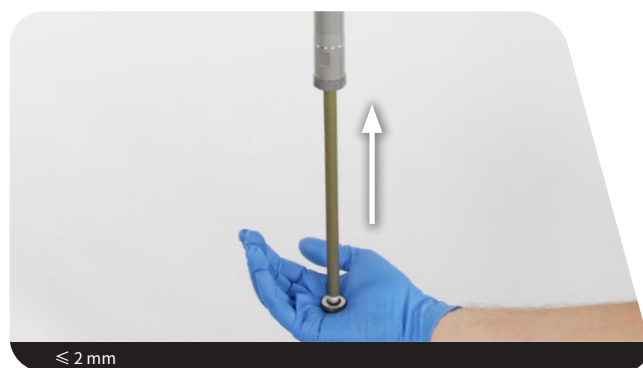


- 10** **测试排空**：顺时针转动压缩调节器凸轮，直至转不动。此时便处于锁止位置。



11 将回弹阻尼轴推入卡盘管。如果已成功排空，则阻尼轴的移动距离应该不会大于 2 mm。

如果阻尼轴在锁止位置时仍能移动，则请重复[排空程序](#)。



1 从回弹阻尼轴上卸下螺栓。



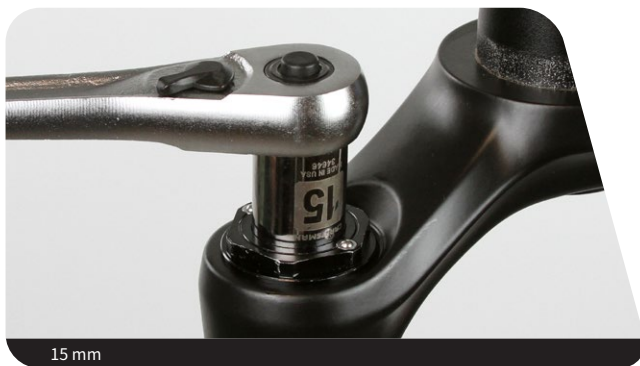
2 在阻尼器组件上喷异丙醇，并用碎布擦净。



3 将阻尼器插入上管并旋紧。
用带 30 mm 套筒的扭矩扳手将压缩顶盖拧紧至 28 N·m。



4 **RCT3**：逆时针转动压缩凸轮组件，直至转不动。此时便处于开启位置。
RC：顺时针转动低速压缩调节器，直至转不动。此时便处于闭合位置。



- 5 RCT3：**将压缩模式调节旋钮放在压缩顶盖上，长碟片靠近叉肩**正面**。
顺时针方向转动旋钮，直至其卡入第一个止动位。

RC：将低速压缩调节旋钮放在压缩顶盖上，长碟片靠近叉肩**背面**。
逆时针方向转动旋钮，直至其卡入第一个止动位。



- 6 RCT3：**将旋钮固定螺母旋入压缩凸轮组件。
按住压缩模式调节旋钮的同时旋紧旋钮固定螺母。顺时针方向转动旋钮，咔咔两声直至转不动，然后用带 6 mm 套筒的扭矩扳手拧紧旋钮固定螺母，扭矩为 3.5-4.0 N•m。

注意

确保旋钮固定螺母不错扣，否则会移动下方的调节旋钮。



- 7 RC：**安装旋钮固定螺母。按住压缩旋钮，用带 4 mm 六角旋具套筒的扭矩扳手拧紧螺母，扭矩为 4.0-5.5 N•m。



8 RCT3 : 安装低速调节旋钮和旋钮固定螺钉。用带 2 mm 六角旋具套筒的扭矩扳手拧紧螺母，扭矩为 1.0-1.5 N•m。



1 在上管上喷异丙醇，并用碎布擦净。



2 在防尘密封圈内表面涂抹足量的 SRAM® 黄油润滑脂。



3 将下管组件滑到上管组件上，正好能使上衬套与上管接合。下管底部不应接触弹簧轴或阻尼轴。
确保两个防尘密封圈都滑到管上，且密封圈的外唇都不翻卷。

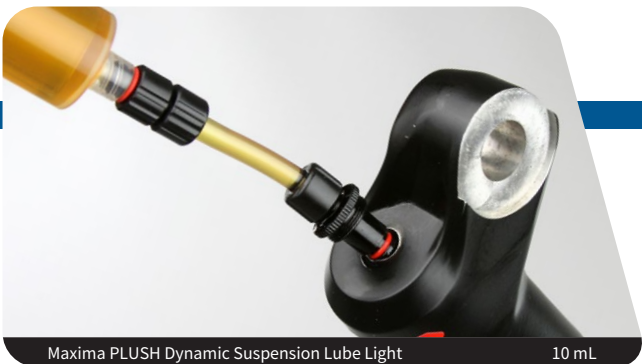


4 将前叉略倾斜放置，底部螺栓孔向上。将 RockShox® Charger 注射器软管接头斜斜卡入每个下管螺栓孔，以防注入轴杆。向传动侧下管注入 10 mL 避震油，向非传动侧下管注入 10 mL 避震油。

注意

每条管请勿超出建议油量，否则会损坏前叉。

下管油量	
弹簧侧	10 mL
阻尼器侧	10 mL



5 将下管组件滑到上管上，直至滑不动，且可从下管螺栓孔看到弹簧轴和阻尼轴。

用碎布擦去下管外表面所有残余油液。



6 用尖头针和尖嘴钳从每一底部螺栓上卸下旧的抗压垫片。
用尖嘴钳夹住抗压垫片，用 5 mm 六角扳手逆时针旋转螺栓，将抗压垫片从螺栓上旋下。

注意

抗压垫片变脏或损坏会引起泄漏。

在每一底部螺栓上安装新的抗压垫片。



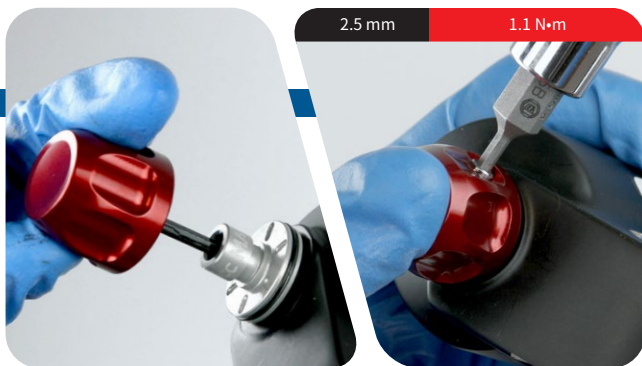
7 将黑色底部螺栓旋入弹簧侧下管。将银色底部螺栓旋入阻尼器侧下管。
用带 5 mm 六角旋具套筒的扭矩扳手拧紧螺栓，扭矩为 7.3 N·m。



- 8** 在回弹阻尼器底部螺栓上安装回弹调节旋钮。
用带 2.5 mm 六角旋具套筒的扭矩扳手拧紧定位螺钉，扭矩为 1.1 N•m。

注意

安装时按住回弹调节旋钮，以防损坏底部螺栓。



- 9** 参见前叉下管上的气压图表，并根据骑行者体重将空气弹簧加压至合适气压值。

向空气弹簧加压时可能会看到打气筒压力计上显示气压下降；这是正常现象。继续将空气弹簧加压至建议气压值。

充气后必须平衡一下正负气室之间的压力，以得到准确的气压读数。让前叉伸缩 3 到 5 次，然后重新检查气压。根据需要增加气压。



- 10** 将气阀盖旋到弹簧侧前叉管顶盖上，直至转不动。



- 11** 向整个前叉喷异丙醇，并用碎布擦净。



RockShox® Lyrik™ 避震前叉的保养到此完成。

本出版物包含以下公司的商标和注册商标：

Boost™ 是 Trek Bicycle Corporation 拥有的商标。

Maxima™ 和 PLUSH™ 是 Maxima Racing Oils 拥有的商标

SRAM®

www.sram.com



ASIAN HEADQUARTERS

SRAM Taiwan
No. 1598-8 Chung Shan Road
Shen Kang Hsiang, Taichung City
Taiwan R.O.C.

WORLD HEADQUARTERS

SRAM LLC
1000 W. Fulton Market, 4th Floor
Chicago, Illinois 60607
USA

EUROPEAN HEADQUARTERS

SRAM Europe
Paasbosweg 14-16
3862ZS Nijkerk
The Netherlands